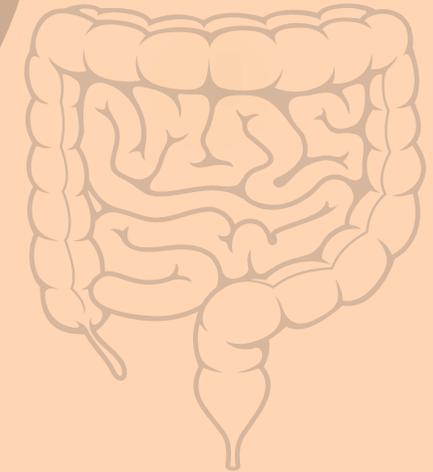


"Lass uns deine
Darmbakterien
glücklich
machen"



Bauchgefühl

PRAXIS FÜR ERNÄHRUNG & DARMGESUNDHEIT



Kontaktangaben

Telefon: 079 673 00 96

Neue Bahnhofstrasse 9

3110 Münsingen

info@praxisbauchgefuehl.ch

www.praxisbauchgefuehl.ch

Für ein unbeschwertes Bauchgefühl

HINTERGRUND & VISION

Immer mehr rückt der Darm ins Zentrum der medizinischen Forschung. Bisher weiss man, dass viele **chronische Erkrankungen** und ein **geschwächtes Immunsystem** mit einem Ungleichgewicht unseres Darmmikrobioms ("Darmflora") zusammenhängen.

Besonders bei **Verdauungsbeschwerden, Reizdarmsyndrom** wie auch bei **Übergewicht** ist das Darmmikrobiom deutlich verändert.

Ausserdem ist seit einigen Jahren auch bekannt, dass sich unser Darm und unsere **Psyche** gegenseitig beeinflussen.

Bisher gibt es nur wenige medizinische Therapien zur Behandlung oder Vorbeugung eines solchen Ungleichgewichts.

Den grössten Einfluss auf die Zusammensetzung unseres Darmmikrobioms hat jedoch unsere **Ernährung**.

Deshalb ist es meine Vision so viele Menschen wie möglich dabei zu unterstützen, ihre Ernährung so zu gestalten, dass sie und ihre Bakterien glücklich bleiben oder wieder glücklich werden.



ANGEBOT

Meine Empfehlungen stützen sich auf die aktuelle Wissenschaft. Zudem arbeite ich mit Elementen aus dem systemisch-lösungsorientierten Coaching.

Mir ist es wichtig, den Menschen ganzheitlich zu beraten und gehe individuell auf die Bedürfnisse und den Lebensstil meiner Klienten ein.

ÖFFENTLICHE VERANSTALTUNGEN

Vorträge	35.- pro Person
Workshops (3h)	90.- pro Person

EINZELBERATUNGEN

Erstberatung	125.- / 60 min
Folgeberatung	75.- / 30 min
Verlängerung	35.- / 15 min



Jelina Linder

DIPLOMIERTE ERNÄHRUNGSBERATERIN
BSC IN ERNÄHRUNG UND DIÄTETIK

"Finde zurück zu einer intuitiven Ernährung, die dein **Immunsystem**, deine **Psyche** und dein **Mikrobiom** lächeln lässt!"