

# KONTAKT

---

## **Christina Borg**

Diätassistentin

Zertifizierte Ernährungsberaterin DGE

Tel.: 0172-2427746

## **Sonja Echelmeyer**

Diplom-Oecotrophologin (FH)

Zertifizierte Ernährungsberaterin DGE

Tel.: 01575-2791337

Praxisgemeinschaft ConSens

An der Waldschule 4

48488 Emsbüren

[www.consens-emsbueren.de](http://www.consens-emsbueren.de)



[www.instagram.com/consens\\_emsbueren](https://www.instagram.com/consens_emsbueren)

Für weitere Fragen oder Informationen  
stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!

***Sonja & Christina***

Melden Sie sich  
gerne für ein  
unverbindliches  
Informationsgespräch!

Con Sens  
Ganzheitliche Gesundheit



***Ernährungsberatung &  
Ernährungstherapie***

Kein Bereich des Lebens beeinflusst unsere Gesundheit so nachhaltig wie die Ernährung. Denn die Ernährung kann Krankheiten heilen, aber auch verursachen. Das Essverhalten eines Menschen ist so individuell und einzigartig wie der Mensch selbst.

Deshalb steht bei uns in der Beratung der Mensch mit seinen individuellen Lebensumständen und Vorlieben im Mittelpunkt. Eine **individuelle Ernährungstherapie/ Einzelberatung** kann in Ihrem Alltag zu deutlich mehr Wohlbefinden und Lebensqualität führen.

Wir sind **zertifizierte Ernährungsberaterinnen DGE** und möchten unser Wissen und unsere Erfahrungen gerne mit Ihnen teilen. Besonders die **Präventionsarbeit in Gruppen, mit Erwachsenen und Kindern** ist uns ein großes Anliegen.

**Einzelberatungen und unsere zertifizierten Kursangebote** werden, bei regelmäßiger Teilnahme, von den gesetzlichen **Krankenkassen bezuschusst**. Auch die Ernährungstherapie kann vom behandelnden Arzt verordnet werden.



Es ist,  
**WIE ES IST!**  
Aber es wird,  
**WAS DU**  
daraus machst.

## BERATUNGSANGEBOT

---

- Ernährungsumstellung
- Gewichtsreduktion
- Ernährungstherapie bei verschiedenen Krankheitsbildern (Gicht, Osteoporose, Darmerkrankungen ...)
- Gesundheitsfördernde Ernährung
- Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit
- Ernährung von Säuglingen, Kindern und Jugendlichen
- Ernährung in der Familie
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Gruppenangebote
- Fasten nach Buchinger
- Informationsveranstaltungen zu ausgewählten Themen
- Betriebliche Gesundheitsmaßnahmen
- Präventionskurse mit Bezuschussung der Krankenkassen
- Kursleitung: Gewichtsmanagement / Das Beste für mein Kind

Mitgliedschaften: Deutsche Gesellschaft für Ernährung  
Berufsverband Oecotrophologie e.V. (VDOE)