

Essen is(s)t die erste Medizin

ERNÄHRUNGSMEDIZISCHE ANGEBOTE IM ÜBERBLICK

WO? Die Beratungen finden in meinen ernährungsmedizinischen Praxen in **Linz & in Ternberg** statt.

Telefonberatungen und **Hausbesuche** werden ebenfalls angeboten.


WANN? Ich biete Ihnen ein **kostenloses telefonisches Erstgespräch** an. Dieses Gespräch dient dazu, dass Sie mich kennenlernen und wir Ihre Wünsche und Ziele definieren. Gemeinsam finden wir ein individuell passendes Angebot für Sie.

KOSTEN? Die angegebenen Preise verstehen sich **exkl. Mehrwertsteuer**, da ernährungsmedizinische Beratungen (**Therapieleistung**) immer von dieser **befreit** sind.

LEISTUNG	DAUER	HONORAR*
Ernährungsmedizinisches Erstgespräch		
Ernährungsmedizinisches Erstgespräch	75 – 90 min	135,-- €
Ernährungsmedizinisches Erstgespräch inkl. 1 BIA-Messung	90 min	150,-- €
Ernährungsmedizinische Folgeberatungen		
Ernährungsmedizinische Folgeberatung	60 min	90,-- €
Ernährungsmedizinische Folgeberatung	30 – 45 min	50,-- – 70,-- €
Ernährungsmedizinische Beratung via Telefon oder Skype		
Ernährungsmedizinisches Erstgespräch via Telefon oder Skype	75 – 90 min	120,-- €
Ernährungsmedizinische Folgeberatung via Telefon oder Skype	60 min	80,-- €
Ernährungsmedizinische Folgeberatung via Telefon oder Skype	30 – 45 min	40,-- – 60,-- €
Messung der Körperzusammensetzung mittels Bioelektrische Impedanz-Analyse		
BIA – Erstmessung inkl. Erklärung	~ 30 min	50,-- €
BIA – Folgemessung inkl. Erklärung	~ 15 min	35,-- €
Einkaufstraining		
privates Einkaufstraining (exkl. Anreise)	75 min	90,-- €
Einkaufstraining in der Kleingruppe (4 Pers.; exkl. Anreise)	90 min	gesamt 135,-- €
zuzüglich Fahrtkosten (km) in Höhe von	km x 0,42 €	xx,-- €
Ernährungspakete		
Jahrespaket „Essen is(s)t ... gesund & fit“	14 Termine	999,-- €
Paket „Gesundheitspickerl – Basis“	1 Termin	105,-- €
Paket „Gesundheitspickerl – Premium“	1 Termin	150,-- €
Paket „Ihr Wohlfühlgewicht“	6 Termine	490,-- €
Paket „SVA Is(s)t-Gesund“	6 Termine	260,-- €
Paket „Zivilisationserkrankung“	6 Termine	490,-- €
Paket „Leberfasten nach Dr. Worm“	2 Termine	269,-- €
Paket „Verdauungsbeschwerden – wenn der Bauch zwickt“	3 Termine	295,-- €
Paket „FODMAP-arme Diät bei Reizdarm“	4 Termine	345,-- €
Paket „Sporternährung – sportlich aktiv“	4 Termine	420,-- €
Paket „Von der Schwangerschaft bis zur Stillzeit“	2 Termine	250,-- €
Sonderrabatt		- 10 %

*Honorarrichtlinien 2019


ERNÄHRUNGSMEDIZISCHE ANGEBOTE IM DETAIL

- Jahrespaket „Essen is(s)t ... gesund & fit“** 
- ♥ 14 Termine innerhalb 1 Jahres
 - ♥ *inkludierte Leistungen*
 - 1 Ernährungsmedizinisches Erstgespräch mit detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten & Körperanalyse mittels BIA-Messung


 - 3 Folgetermine à 60 min im 2-Wochen-Rhythmus
Nährwertberechnung & individuelles Ernährungskonzept,
2 BIA-Folgemessungen, Einkaufstraining

 - 10 Folgetermine à 45 min im Monatsrhythmus
inkl. BIA-Folgemessungen
Begleitung & Hilfestellung das ganze Jahr (Ernährungstipps, Rezepte,
Aufklärung von Ernährungsmythen & -trends)
 - ♥ BONUS: - 10 % auf alle Veranstaltungen von Diätologie Eberharter

Paketvorteil anstatt
1.315,-- €
nur 999,-- €

- Paket „Gesundheitspickerl – Basis“** 
- ♥ 1 Termin zu 60 min inkl. BIA-Messung
 - ♥ *inkludierte Leistungen*
 - Ernährungsscheck mit grober Analyse Ihrer Mahlzeitenfrequenz & Lebensmittelauswahl, BIA-Messung, Anregungen zur Optimierung

105,-- €

- Paket „Gesundheitspickerl – Premium“** 
- ♥ 1 Termin zu 90 min inkl. BIA-Messung
 - ♥ *inkludierte Leistungen*
 - Ernährungsscheck mit detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten, BIA-Messung, Energiebedarfsberechnung, Empfehlungen zur Optimierung

150,-- €

ERNÄHRUNGSMEDIZISCHE ANGEBOTE IM DETAIL



Paket „Ihr Wohlfühlgewicht“

- ♥ 6 Termine inkl. GRATIS Erfolgskontrolle im 2-Wochen-Rhythmus
- ♥ *inkludierte Leistungen*
Ernährungsanamnese mit detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten, 3 BIA-Messungen inkl. Auswertung, Energiebedarfsberechnung, Einkaufstraining, individuelles Ernährungskonzept, GRATIS Erfolgskontrolltermin
- ♥ Tipp: SVA-Versicherte können am Programm „SVA Is(s)t- Gesund“ teilnehmen.

Paketvorteil anstatt
550,-- €
nur 490,-- €



Paket „SVA Is(s)t-Gesund“

- ♥ 6 Termine für Personen mit einem BMI > 25 kg/m²
- ♥ SVA-Programm in Kooperation mit dem Verband der Diaetologen Österreichs erstellt
- ♥ Paarberatung möglich
- ♥ Details auf der SVA Homepage

Paketvorteil anstatt
360,-- €
nur 260,-- €



Paket „Zivilisationserkrankung“

- ♥ 6 Termine inkl. GRATIS Erfolgskontrolle im 2-Wochen-Rhythmus
- ♥ *inkludierte Leistungen*
Ernährungsanamnese mit detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten, 3 BIA-Messungen inkl. Auswertung, Energiebedarfsberechnung, Einkaufstraining, individuelles Ernährungskonzept, GRATIS Erfolgskontrolltermin
- ♥ Zusatzoption: Hepafast® Leberfasten nach Dr. Worm

Paketvorteil anstatt
550,-- €
nur 490,-- €



Paket „Leberfasten nach Dr. Worm“

2-wöchige Leberfastenkur mit Hepafast® bei Fettleber (NAFLD)

- ♥ 2 Termine:
90 min Erstgespräch inkl. Konzepterläuterung & BIA-Messung
GRATIS Erfolgskontrolle inkl. BIA-Messung
- ♥ *inkludierte Leistungen*
Leberfasten-Box im Wert von 169,-- €
Hepafast®-Produkte, Rezeptideen, Shaker, Maßband
ausführliche Erläuterung des Konzepts, GRATIS Erfolgskontrolltermin

Paketvorteil anstatt
369,-- €
nur 269,-- €

ERNÄHRUNGSMEDIZISCHE ANGEBOTE IM DETAIL

Paket „Verdauungsbeschwerden – wenn der Bauch zwickt“

- ♥ 3 Termine im 2-Wochen-Rhythmus
- ♥ *inkludierte Leistungen*
Ernährungsanamnese mit detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten & Verdauungsbeschwerden, individuelle Empfehlungen zur Symptomverbesserung, Verlaufskontrolle zur Unverträglichkeitserkennung & Lebensstilveränderung, individuelles Ernährungskonzept

Paketvorteil anstatt
340,-- €
nur 295,-- €

Paket „FODMAP-arme Diät bei Reizdarm“

- ♥ 4 Termine: 90 min Erstgespräch inkl. Konzepterläuterung, 3 Folgeberatungen à 45 – 60 min im 2-Wochen-Rhythmus
- ♥ *inkludierte Leistungen*
Ernährungsanamnese mit detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten & Verdauungsbeschwerden, ausführliche Erläuterung des FODMAP-Konzepts, Verlaufskontrollen zur Unverträglichkeitserkennung & Lebensstilveränderung, individuelles Ernährungskonzept

Paketvorteil anstatt
385,-- €
nur 345,-- €

Paket „Sporternährung – sportlich aktiv“

- ♥ 4 Termine inkl. 2 BIA-Messungen & GRATIS Erfolgskontrolle im 2 Wochen-Rhythmus
- ♥ *inkludierte Leistungen*
Ernährungsanamnese mit detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten, 2 BIA-Messungen, Energie- & Eiweißbedarfsberechnung, Flüssigkeitsbilanz, individuelles Ernährungskonzept je nach Sportart

Paketvorteil anstatt
505,-- €
nur 420,-- €

Paket „Von der Schwangerschaft bis zur Stillzeit“

- ♥ 2 Termine à 90 min Schwangerschaft & Stillzeit inkl. BIA-Messung
- ♥ *inkludierte Leistungen*
Ernährungsanamnese mit detaillierter Analyse Ihrer Ernährungsgewohnheiten, individuelles Ernährungskonzept in der Schwangerschaft und in der Stillzeit (inkl. GRATIS BIA-Messung)

Paketvorteil anstatt
285,-- €
nur 250,-- €

Sonderrabatt

- ♥ SchülerInnen, StudentInnen (< 26 Jahre)
- ♥ Personen im Grundwehr- & Zivildienst
- ♥ SeniorInnen (mit Rezeptgebührenbefreiung)
- ♥ Mitglieder des Vereins ‚Land schafft Leben‘
- ♥ MitarbeiterInnen von BGF-Projekten (nach individueller Vereinbarung)

**- 10 %
Rabatt**

IM HONORAR INKLUDIERT

- ♥ Individuell auf Ihre Bedürfnisse zusammengestellte Beratungsunterlagen.
- ♥ Während dem Beratungszeitraum stehe ich Ihnen für Fragen oder Unklarheiten per Mail zur Verfügung.
- ♥ Motivationsschub nötig? Gerne kontaktiere ich Sie auch zwischen den einzelnen Terminen – die Häufigkeit der gewünschten Kontaktaufnahme stimmen wir aufeinander ab.

RÜCKERSTATTUNG DES HONORARS BEI ERNÄHRUNGSMEDIZINISCHEN BERATUNGEN & THERAPIEN

Krankenkassen

Die gesetzlichen Krankenkassen in Österreich sehen **keine Rückerstattung** des Honorars für Diät- und Ernährungsberatungen vor. Das bedeutet, dass Sie selbst einen Beitrag für Ihre erhöhte Lebensqualität leisten.

Die **OÖ LKUF** (LehrerInnenkrankenkasse) unterstützt nun auch Diät- und Ernährungsberatungen. Diese müssen von DiaetologenInnen durchgeführt werden. Die OÖ LKUF bezahlt einen freiwilligen Kostenzuschuss von max. 90 % von 60,- € pro Stunde.

Bedingungen dafür sind:

- ♥ Eine Beratung jährlich: **Vorsorgeuntersuchung inklusive Laborblock** wurde nachweislich durchgeführt (ab dem vollendeten 18. Lebensjahr einmal innerhalb von 12 Monaten möglich) inklusive **ärztliche Zuweisung** zur Diät- und Ernährungsberatung mit Angabe des Bodymaßindex (**BMI muss über 25 sein**)
- ♥ Zwei Beratungen jährlich: **unterstützend während einer Krebstherapie** – nach ärztlicher Zuweisung

Weitere Informationen finden Sie unter: www.lkuf.at.

Private Zusatzversicherung

Bei Abschluss einer privaten Zusatz-Krankenversicherung mit inkludiertem ambulantem Tarif, zahlt die Versicherung in den meisten Fällen das gesamte Beratungshonorar. Dazu reichen Sie bitte die Honorarrechnung und eine Bestätigung Ihres Hausarztes bei der privaten Zusatz-Krankenversicherung ein.

Selbstständige Unternehmer

Für einige gesundheitsfördernde Maßnahmen zahlt die Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft € 100,-, u.a. auch für eine ernährungsmedizinische Diätberatung. Als Kooperationspartnerin der SVA können Sie diesen „**Gesundheits-100er**“ für meine Angebote einlösen.

Details zu allen Paketen finden Sie unter <http://www.kooperationspartner.svagw.at/>.

Weitere Informationen zum „Gesundheits-100er“ erhalten Sie auf der SVA-Website.