

Starke Einzelberatung

Kennenlerngespräch
30 Minuten

- gemütliches Kennenlernen
- kostenlos

Erstgespräch
60 Minuten

- ausführliche Anamnese, Befundeinterpretation, Auswertung Ernährungstagebuch
- 130 €



Ernährung

- 30 Minuten
- Folgeberatung (auch online möglich)
- Besprechung Zielerreichung
- Zielsetzung
- 60 €



Kochen

- 120 Minuten Kocheinheit
- Rezept
- Einkaufen
- Gemeinsames Kochen
- Essen
- Folgeberatung
- 165 €



Sport

- 60 Minuten Bewegung (auch online möglich)
- individueller Trainingsplan
- Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Entspannung
- 70 €

Einzelpreise

- Bei Hausbesuchen verrechne ich 0,42 € pro Kilometer Fahrtkosten exkl. Parkgebühren.
- Die Lebensmittel für die Kocheinheiten sind nicht im Preis inkludiert und werden extra verrechnet.

Pakete



Ernährungspaket

- 5x 120 Minuten Kocheinheit mit Beratung
- 825 €
- 800 €



Sportpaket

- 5 x 60 Minuten Bewegung (auch online möglich)
- 350 €
- 325 €



Mix Ernährung und Sport

- 2x 120 Minuten Kocheinheit mit Beratung
- 4x 60 Minuten Bewegung
- 2x 30min Folgeberatung
- 730 €
- 710 €

Bringen Sie beim Erstgespräch bitte folgendes mit:

- ärztliche Überweisung bei Vorliegen einer Erkrankung
- ausgefüllten Anamnesebogen
- evtl. Laborblutbefunde und Ernährungsprotokoll

Kostenrückerstattung

Die gesetzlichen Krankenkassen in Österreich sehen leider keine Rückerstattung bzw. Teilrefundierung für Diät- und Ernährungsberatung vor. Mit einer Verordnung vom Arzt über diätologische Beratung gibt es bei vielen Krankenkassen und Zusatzversicherungen die Möglichkeit, sich einen Teil oder auch die vollständige Summe der Behandlungskosten rückerstatten zu lassen. Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Kasse über die genaue Kostenübernahme bzw. den Kostenzuschuss.

Private Zusatzversicherungen mit inkludiertem ambulanten 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 Zusatzversicherung ein.

Selbstständige Unternehmer:

Sie erhalten jährlich von der Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft den sogenannten Gesundheitshunderter. Für einige gesundheitsfördernde Maßnahmen zahlt die SVA der gewerblichen Wirtschaft 100€, u. a. auch eine Diätberatung. Weitere Infos finden Sie auf der SVA-Website.