

Ernährungsberatung

Die Ernährung spielt eine wichtige Rolle für unser Leben und unsere Gesundheit. Eine individuelle, auf die spezifischen Bedürfnisse abgestimmte Ernährung, bietet wertvolle Unterstützung bei vielen Beschwerden und in vielfältigen Lebenssituationen. Krankheitsbilder können durch eine gezielte Ernährungsumstellung verbessert und andere Therapieformen können unterstützt werden.

Gemeinsam mit Ihnen erarbeite ich individuelle, alltagstaugliche Ernährungskonzepte die langfristig wirksam sind. Dabei soll stets der Genuss und der persönliche Geschmack im Vordergrund stehen. Das Ziel ist es, die Empfehlungen den individuellen Ernährungsgewohnheiten des Klienten anzupassen und nicht umgekehrt.

Ich helfe ihnen gerne auch beim praktischen Umsetzen und Zubereiten von genussvollen Gerichten oder begleite sie beim Einkaufen.

Ich berate und begleite sie gerne in allen Bereichen der Ernährungstherapie:

- Gewichtsreduktion
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten / Verdauungsbeschwerden
- Histamin-/ Lactose-/ Fructoseintoleranz/Glutensensitivität
- Reizdarm
- Rheumatische Erkrankungen / Gicht
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Cholesterin
- Osteoporose und Wechseljahre/ Ernährung im Alter
- Ernährung Kinder/Jugendliche/Familienernährung
- Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit
- Prävention / Entzündungshemmende Ernährung
- Ernährung bei Diabetes

Tarife und Kostenübernahme

Erstberatung inkl. Anamnese 60 Min. 105 SFr.

Folgeberatungen 60Min 90 SFr.

Zusätzlicher Zeitaufwand pro 5Min 7.50 SFr.

Ich bin ASCA anerkannt. Meine Beratung wird durch die Zusatzversicherung einiger Krankenkassen übernommen.

Rosaria Di Martino ZSR K153262

ASCA Partner KK:

1 GROUPE MUTUEL, 1.1 AVENIR, 1.2 PHILOS (Philos, Avantis, Fonction publique, Troistorrents, Panorama, EOS)1.3 Easy Sana Krankenvers. AG (Caisse vaudoise, Hermes, Easysana),1.4 Mutuel Vers.AG (Mutuel, Universa, Natura)

2 AMB Kranken-Unfallversicherung

3 KRANKENKASSE WÄDENSWIL

4 SWICA

5 SANITAS (Sanitas&Wincare)

6 INTRAS

7 ASSURA

8 VIVAO SYMPANY, MOOVE SYMPANY

9 RHENUSANA

10 FKB - Liechtensteinische Gesundheitskasse

WICHTIG: Jeder Patient muss sich bei der Krankenkasse vorgängig erkundigen, ob die ausgewählte Behandlungsmethode von seiner Zusatzversicherung übernommen wird, und ob der/die behandelnde PraktikerIn von der Krankenkasse anerkannt ist (jede Krankenkasse vergütet ausschliesslich Behandlungen gemäss ihrem Leistungskatalog).