

## Wichtige Informationen

### Einzelberatung Ernährung

<b>60 Minuten / CHF 130.-</b>	junge Menschen in Ausbildung bis 23 J. / <b>120.-</b>
<b>75 Minuten / CHF 162.50</b>	junge Menschen in Ausbildung bis 23 J. / <b>150.-</b>
<b>90 Minuten / CHF 195.-</b>	junge Menschen in Ausbildung bis 23 J. / <b>180.-</b>
<b>5%-Abo (nur für Selbstzahler) / 6 x 60 Min. / 740.-</b>	junge Menschen in Ausbildung bis 23 J. / <b>680.-</b>

### Wir besprechen ...

- ... Ihre Ernährungsgewohnheiten
- ... Ihre Gesundheitsfragen
- ... Ihre Wünsche und Ziele

### Sie erhalten ...

- ... klare Zielsetzung und schriftliche Ernährungsempfehlungen, individuell auf Sie abgestimmt.
- ... unterstützende Merkblätter, Rezepte und Tipps.
- ... ein Ernährungs-Tagebuch, das Sie auf den 1. oder 2. Termin während 7 Tagen ausfüllen und wir gemeinsam besprechen.

Selbstverständlich geschieht die Umsetzung der Empfehlungen in Ihrem Tempo. Und – ich betreue Sie so lange, bis Sie mit Ihrer Zielsetzung zufrieden sind und sich rundum wohl fühlen. Dranbleiben ist meine Devise – dabei locker bleiben und den Humor nicht verlieren!

### Je nach Bedürfnis

- Vertiefung der Themen oder Anpassung Ihrer Ziele
- Unsicherheiten und Fragen klären

Ich empfehle Ihnen, im Abstand von 2-4 Wochen in eine Beratung zu kommen. Eine nachhaltige Ernährungsumstellung ist ein Prozess und braucht Zeit und manchmal auch etwas Geduld.

Gerne arbeite ich mit Ihrem Arzt / Ihrer Ärztin zusammen oder vermittele eine Person aus meinem Netzwerk.

**Krankenkasse:** Meine Leistungen sind vom ErfahrungsMedizinischen Register **EMR** anerkannt und können somit von diversen Krankenkassen **über die Zusatzversicherung** abgerechnet werden.

In der Regel werden zwischen 60 und 80% der Kosten pro Stunde übernommen. **Bitte setzen Sie sich vor dem ersten Termin mit Ihrer Krankenkasse in Verbindung**, um die Höhe der Beteiligung an meiner Ernährungsberatung abzuklären. (Da meine Leistungen **nicht über die Grundversicherung abgerechnet werden können, brauche ich keine Überweisung Ihres Arztes.**)

### Geschäftsbedingungen

- **Barzahlung** am Ende der Beratung oder
- **Rechnung** bei Abrechnung über die Zusatzversicherung Ihrer Krankenkasse
- Falls Sie einen Termin nicht einhalten können, bitte ich Sie, mich spätestens **48 Stunden vorher** zu benachrichtigen, damit die reservierte Zeit nicht verrechnet werden muss.
- **Auf Wunsch** biete ich einen kostenlosen 5-10-minütigen Kennenlern-Termin per Telefon an. Dieser enthält keine Ernährungsempfehlungen und dient lediglich der Orientierung und Klärung.

### Béatrice Chiari

Dipl. Ernährungsberaterin SHS  
Kursleiterin für Erwachsene SVEB 1  
Schulstrasse 29 / 8050 Zürich  
www.ernaehrung-chiari.ch