



# PERSONALISIERTE ERNÄHRUNGS- BERATUNG

DAMIT ERNÄHRUNGSVORSÄTZE AUCH  
LANGFRISTIG ERFOLGREICH BLEIBEN

GESÜNDER UND VITALER

medCare  
ERNÄHRUNG

# LEISTUNGEN

## Schwangerschaft und Stillzeit:

Beste Voraussetzungen für Mutter und Kind schaffen



## Kindheit und Jugend:

Die richtigen Nährstoffe und Vitamine für Wachstum und Entwicklung



## Erwachsene:

Beratung rund um einen nachhaltig gesunden Lebensstil



## Wechseljahre und Menopause:

Veränderungen des Stoffwechsels und der Körperzusammensetzung vorbeugen



## Senioren:

Stärkung der physischen und kognitiven Resilienz



## Übergewicht, Adipositas, Fettleber:

Anpassungen zur effektiven und nachhaltigen Gewichtsreduktion



## Bioimpedanzanalyse-Messung:

Exakte Analyse, um Ernährung und Nährstoffzufuhr gezielt zu optimieren

