

ERNÄHRUNG & SPORT COACH

Gemeinsam zu Deinem Ziel

Du



Dein individuelles
Ernährungs - und
Trainingsprogramm und
Trainingsstunden



Dein
Ziel

Dr. med. Sandra Korosec Jensen

JENSEN HEALTH

+41 (0) 79 382 54 42



ANGEBOT	XL	L	M	S	XS
Zielbesprechung	•	•	•	•	
Baseline Blutentnahme (über Hausarzt, von der Krankenkasse übernommen)	•	•			
Zusammenarbeit mit dem Hausarzt	•	•			
1-Wöchiges Ernährungsprotokoll und deren Auswertung	•	•	•		
Diätplanerstellung	•	•	•	•	•
Periodische Anpassung des Ernährungsplans	•	•	•		
* Periodische Blutentnahmen (über Hausarzt) – nur im Fall bestehenden Stoffwechselrelevanten Krankheiten, in Besprechung mit dem Hausarzt, inkl. Medizinische Analyse deren Resultaten	•	•			
Abschlussblutentnahme (über Hausarzt, von der Krankenkasse übernommen)	•	•			
Abschlussbesprechung	•	•			
Hausbesuch–Feststellung des aktuellen Lebensmittelbestandes/Beratung - 1 Mal	•				
Begleitung und Beratung beim Lebensmitteleinkauf – 1 Mal	•				
Nachbetreuung der Erhaltung erreichten Resultaten (periodisch) – 1-2 Jahren	•				
PREISE (CHF)	3000	2000	1200	800	250

OFFRE	XL	L	M	S	XS
Détermination des objectifs	●	●	●	●	
Prélèvement sanguin baseline (par du GP, en charge par l'assurance maladie)	●	●			
Coopération avec le médecin de famille / GP	●	●			
Protocole nutritionnel d'une semaine et son évaluation	●	●	●		
Élaboration d'un plan de régime	●	●	●	●	●
Ajustement périodique du plan nutritionnel	●	●	●		
* Prélèvement sanguin périodique (via GP) - uniquement en cas de maladies métaboliques pertinentes, en consultation avec le GP, y compris l'analyse médicale des résultats	●	●			
Prélèvement sanguin final (par du GP, en charge par l'assurance maladie)	●	●			
Réunion finale	●	●			
Visite à domicile - Détermination du stock actuel de nourriture / Consultation – 1	●				
Accompagnement et conseils sur l'épicerie - 1 (fois)	●				
Suivi des résultats obtenus en matière de conservation (périodiquement) - 1-2 ans	●				
PRIX (CHF)	3000	2000	1200	800	250

OFFER	XL	L	M	S	XS
Target-definition-meeting	●	●	●	●	
Baseline blood check (with GP, covered by health insurance)	●	●			
Collaboration with the GP	●	●			
1-week diet-diary and its evaluation	●	●	●		
Development of a diet plan	●	●	●	●	●
Periodic adjustments of a diet plan	●	●	●		
* Periodic blood checks (over GP) – only in case of existing metabolic diseases, in collaboration with the GP, including medical analysis of its results	●	●			
End blood check (over GP, covered by health insurance)	●	●			
Final meeting	●	●			
Home visit – assessment of actual food storage and coaching – once	●				
Accompanied grocery shopping– once	●				
Periodic follow-up of maintenance of achieved results – 1-2 years	●				
PRICES (CHF)	3000	2000	1200	800	250