

Ernährungsberatung

Ich bin Petra Hömens, Diätologin & Sport-Ernährungscoach, deine Expertin für natürliche gesunde Ernährungsweise.

Ich unterstütze dich dabei, eine nährstoffreiche Ernährung in deinen Alltag zu integrieren, damit du dich wohler und energievoller in deinem Körper fühlst.

Du suchst eine Ernährungsexpertin, die dich rundum begleitet und unterstützt?

Vereinbare jetzt das kostenfreie Kennenlerngespräch. Vor Ort in der Praxis oder online biete ich Termine an. Neugierig geworden? Dann melde dich bei mir.

So kannst Du mich erreichen:

Petra Hömens, MHPE
Diätologin & Sport-Ernährungscoach

 +43 (0)680 503 4872

 office@gesund-essen-mit-genuss.at

 www.gesund-essen-mit-genuss.at



Meine Angebote für Dich:

- **Mehr Energie & ein besseres Wohlbefinden**

Lerne, wie du durch eine gezielte Ernährung deine Körperzusammensetzung optimierst und dich rundum wohler fühlst.

- **Nährstoffreiche Ernährung – einfach umsetzbar**

Ich unterstütze dich dabei, deinen Eiweiß- und Nährstoffbedarf optimal zu decken – für mehr Energie im Alltag.

- **Laborwerte verbessern & Gesundheit stärken**

Erfahre, wie du deine Laborwerte bestmöglich optimieren kannst, um deine Gesundheit nachhaltig zu fördern.

- **Bewährter Ernährungsfahrplan - alltagstauglich & nachhaltig**

Erhalte einfache Rezepte und einen klaren Ernährungsplan, der Genuss und Alltagstauglichkeit vereint.

