

Fit und Vital am Steuer

Gesundheitscoaching für Fahrpersonal!

Wussten Sie, dass 80% aller Erkrankungen ernährungsbedingt sind? So kann die Ernährung viel beitragen, Krankheiten vorzubeugen bevor sie entstehen und zum Teil auch heilen.

Sie sind großenteils für Ihre Gesundheit selbst verantwortlich – aber nicht allein. Wir unterstützen Sie dabei!



Warum Gesundheitscoaching für Fahrpersonal?

- **Mehr Energie für den Alltag:**
Lange Fahrten erfordern Konzentration und Ausdauer. Mit der richtigen Ernährung bleibst du wach und fit!
- **Gesundheit fördern:**
Vermeide typische Gesundheitsprobleme wie Bluthochdruck, Übergewicht, Diabetes, Leberverfettung usw.



Unsere Leistungen:

Individuelle auf Sie abgestimmt

Durch individuelles, ernährungsmedizinisches Coaching erarbeiten wir ein Ziel und gehen Ihr Gesundheitsproblem gemeinsam in vertrauensvoller Einzelberatung schrittweise an.

Coach

- Dagmar Patricia Ibach-Schwarz
*Ernährungswissenschaftlerin
Ernährungsmedizinerin
Ernährungsberaterin*

Organisation

- Claudia Wattenbach
ÖPNV Akademie GmbH

Interessiert? Gerne erstellen wir Ihnen ein individuelles Angebot.
Sprechen Sie uns an!

Die ÖPNV-Akademie ...

Fahrpläne für eine erfolgreiche Zukunft im ÖPNV: Wissen und Können für Mitarbeiter und Unternehmen.



E-Mail
kontakt@oepnv-akademie.de



Telefon
0911 / 209892



Internet
www.oepnv-akademie.de