

Wann ist ein Einkaufscoaching für Sie sinnvoll?

- Es fällt Ihnen schwer, bei Ihrem alltäglichen Einkauf noch den Überblick zu behalten und die richtigen Kaufentscheidungen zu treffen
- Ihr Ziel ist es, sich vollwertiger und möglichst natürlich zu ernähren. Dazu wünschen Sie sich professionelle Unterstützung und Rezeptideen
- Ihr Einkauf soll sich ökonomischer & ökologischer gestalten (regional, saisonal, weniger Verpackung etc.)
- Sie möchten in Nahrungsmitteln unnötige Zusatzstoffe & Allergene vermeiden und geeignete Produkte finden
- Bei Kosmetikprodukten und Reinigungsmitteln wollen Sie auf bedenkliche Inhaltsstoffe verzichten und gerne auch weniger Verpackung mit nach Hause nehmen
- Sie möchten wertvolle Tipps bekommen, wie Sie in Zukunft Lebensmittelverschwendung vermeiden können (Meal Prep, optimale Lagerung, haltbar machen etc.)

Ablauf eines Einkaufscoachings

- Wir treffen uns dort, wo Sie gerne einkaufen (Supermarkt, Discounter, Bioladen, Drogeriemarkt etc.)
- Zusammen analysieren wir Ihren Einkaufswagen und ich zeige Ihnen daran mögliche Alternativen auf, die Ihren Zielen & Bedürfnissen besser entsprechen. Dabei berate ich Sie markenunabhängig und ökonomisch.
- Ganz individuell stelle ich mich auf Sie und Ihre aktuelle Ernährungsform ein (vegetarisch, vegan etc.), auch unter Berücksichtigung der Vermeidung von für Sie bedenklichen Allergenen.

Das Einkaufscoaching können Sie einzeln, als Familie oder auch als Gruppe (max. 4 Personen) buchen.

Termine sind ab 1,5 Stunden vereinbar.

Bei einem Termin können auch mehrere Einkaufsmöglichkeiten besucht werden.

Kosten: 80,- € / Stunde*

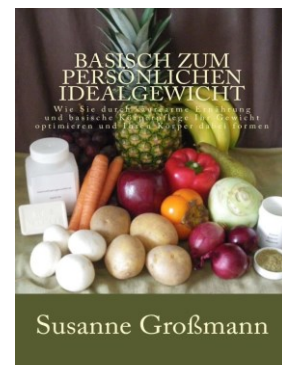
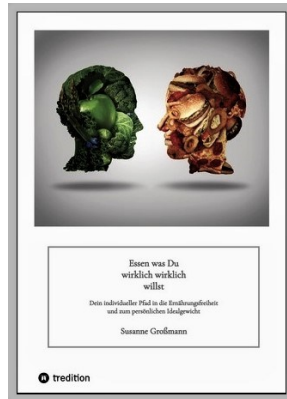
*(Kosten, die sich lt. Klientenfeedback sehr schnell wieder amortisiert haben)

In einem Einkaufscoaching unterstütze ich Sie mit meinem Fachwissen aus den Bereichen Gesundheit & Ernährung und meiner Berufserfahrung aus über 16 Jahren Tätigkeit im Lebensmittel- und Drogerieeinzelhandel.

Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme unter 05363/9979117 oder grossmann-coaching@web.de

**Susanne Großmann
Heilpraktikerin
Buchautorin
Dozentin für Gesundheit & Ernährung
Coaching & Supervision
www.grossmann-beratungen.de**

Meine Buchveröffentlichungen



Heilpraktikerin & Buchautorin

Im EKZ Reislingen S/W

Gerta-Overbeck-Ring 7

38446 Wolfsburg

Tel. 05363 / 9979117

E-Mail: grossmann-coaching@web.de

www.grossmann-beratungen.de



*Wer sein Essen selber macht,
hat Macht, denn er weiß,
was drinsteckt.
(Susanne Großmann)*

Einkaufscoaching

Für gesündere,
ökonomischere
und ökologischere
Kaufentscheidungen...

Denn der erste Schritt für
ein bewussteres Leben
beginnt bereits bei Ihrem
nächsten Einkauf

