

Gesundheit bis ins hohe Alter (Longevity)

Mein 1:1 Begleitprogramm für Ihren Weg



Andrea Nagel
Wellness trifft Gesundheit

Selbstbestimmt und vital durchs Leben:

Durch die starken Veränderungen in unserem heutigen Leben, was Pflegesituation, Gesundheitssystem, Single-Haushalte usw. angeht, wird die Fähigkeit für ein selbstbestimmtes und mobiles Leben bis ins hohe Alter immer wichtiger im heutigen Alltag. Gerne eröffne ich Ihnen neue Perspektiven:

- Ausführliche Anamnese mit Aufnahme des Ist-Zustandes, um vorhandene Potenziale zu erkennen
- Beratung zu Mikronährstoffen und deren gezieltem Einsatz
- Bewegung, Training und Mobilisation als elementares Tool mit in den Alltag integrieren
- Aufzeigen der Möglichkeiten, bewusster Gestalter/In des eigenen Lebens zu sein für mehr Unabhängigkeit und Lebensfreude

Als Gesundheits- und Wellnessberaterin begleite ich Sie auf Ihrem Weg zu einem Leben, das Sie stärkt. Mit Aufmerksamkeit für Ihre Bedürfnisse unterstütze ich Sie mit individuellen, klaren Impulsen für mehr Leichtigkeit. Vereinbaren Sie jetzt Ihren Termin – ich freue mich auf Sie.



Andrea Nagel, Wellness trifft Gesundheit
Im Hülschenbrauck 1d
58708 Menden / Platte Heide
Telefon / WhatsApp / SMS: 0171 / 47 48 449
E-Mail: nagelandrea@t-online.de

www.wellnesstrifftgesundheit.de