

Panta rhei

= alles in Fluss

Das Leben ist ständig in Fluss. Kann dieser Fluss ungestört fließen, sind Körper, Geist und Seele im Einklang.

Ist der Einklang gestört, sind körperliche Auswirkungen oft unvermeidbar.

Professionelle, fachliche Beratung, individuelle Therapien und persönliche Begleitung sind die Grundlagen unseres Handelns.



Gerlinde Borger

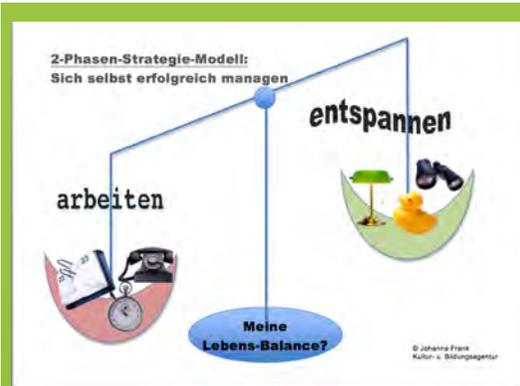
Heilpraktikerin und Medical Wellness

Johanna Frank

Systemisches Coaching: Motivation
und Lebens-Balance

Claudia Herrmann

Entspannungs- und Meditations-
Methoden



Die Lebens-Balance
ganzheitliche Gesundheit

für

Körper • Geist • Seele

VITALITÄT

durch

physisches & psychisches

WOHLBEFINDEN

Gerlinde Borger

& Partnerinnen

Rödersheimer Straße 23

67149 Meckenheim

Termine nach Absprache auch in Haßloch

Tel: 0 63 26 – 98 92 24

www.gesundheitspraxis-borger.de

info@gesundheitspraxis.de

Lebens-Energie

durch einen
gesunden Stoffwechsel

Prävention & Therapie für
Kinder, Jugendliche, Erwachsene



Johanniskraut (*Hypericum perforatum*)

Stoffwechsel-Optimierung
ist viel mehr als nur
ABNEHMEN

**Naturheil- und
Gesundheitspraxis**

**Gerlinde Borger
Heilpraktikerin**

Der gesunde Stoffwechsel

Was bedeutet ein gesunder Stoffwechsel?

Der gesunde Stoffwechsel ist die Voraussetzung für eine nachhaltige Gesundheit. Dabei haben neben der Ernährung auch Lebensgewohnheiten, Umweltbedingungen, Leistungsanforderungen unterschiedliche Stoffwechselltypen u.a.m. eine große Wirkung auf den individuellen Stoffwechsel. So bedarf es auch einer individuellen Messung, Beratung und therapeutische Begleitung.



Optimierung des individuellen Stoffwechsels = vieles mehr als ABNEHMEN

Optimierung ihrer individuellen Gesundheit bedeutet ein Gewinn, z.B.

- für die Gefäße
- für das Herz-/Kreislaufsystem
- bei Diabetes
- für die Haut
- für das Gewicht (zu viel / zu wenig)

Individuelle Begleitung bei der Optimierung ihrer Gesundheit gibt Unterstützung, z.B.

- bei Entspannungsmethoden
- bei fehlender Motivation
- bei ihrer Ernährung
- bei Bewegung / Sport etc.
- bei Klärung der Lebens-Balance

Medical Wellness

Individuelle Diagnostik für individuelle Therapien:
unterschiedliche Therapieverfahren • Massagen • Entspannungs-
und Meditationsmethoden • Motivations-Coaching