

20 Jahre
KinderLeicht

Ganzheitliche und systemische Ernährungsberatung



Ernährungsinstitut
KinderLeicht





Agnes Streber, Geschäftsleitung

Das Ernährungsinstitut KinderLeicht steht für ganzheitliche und systemische Ernährungsberatung.

Ganzheitlich bedeutet für uns, den Menschen als Ganzes mit seinem Körper, Geist und seiner Seele zu betrachten.

Systemisch bedeutet für uns, wir beziehen das soziale, familiäre und berufliche Umfeld mit ein, um zusätzliche Perspektiven und Ressourcen für den Veränderungsprozess nutzbar zu machen.

Unser Ziel ist es, Sie und Ihre Familie individuell und nachhaltig zu den Themen Essen, Genuss und Gesundheit zu beraten.



*Wollen Sie Ihr derzeitiges Essverhalten ändern?
Wir beraten Kinder, Jugendliche und Erwachsene.*



Die Beratung hat meinen Kochalltag sehr verändert.

Ulrike T., Mutter von 2 Kindern

Das KinderLeicht® Abnehmprogramm für Kinder und Eltern

Seit 1999 führen wir das Abnehmprogramm KinderLeicht mit dem interdisziplinären und professionellen Team erfolgreich durch.



Das Buch zum Kurs:
KinderLeicht – Wie übergewichtige Kinder
abnehmen und Lebensfreude gewinnen
von Agnes Streber und Angelika Egger



Wir arbeiten in kleinen Gruppen
mit Spaß und Leichtigkeit



Für Kinder

Das KinderLeicht-Team hat schon hunderte von Kindern auf dem Weg zu mehr Leichtigkeit begleitet

Wenn Ihnen eine der Aussagen bekannt vorkommt, dann sind Sie bei uns richtig:

- Mein Kind wird wegen seines Gewichtes gemobbt.
- Mein Kind soll nicht so dick werden wie ich
- Ich habe es satt, mein Kind beim Essen zu kontrollieren

*Der beste Zeitpunkt
bei uns anzurufen ist jetzt:
Telefon 089 / 716 77 50 30*



Habe vor 9 Jahren den Kurs
gemacht und es hält an!
Sophie, 18 Jahre



*Die Beratung kann mit
oder ohne Eltern stattfinden.*



Für Jugendliche

Die Ernährungsberatung für Jugendliche

Mögliche Themen können sein:

- Aus Stress oder Frust mehr essen als sonst
- In der Kur abgenommen und zuhause wieder zugenommen
- Vor lauter Ärger oder Kummer keinen Bissen runter kriegen

Wenn Sie von Ihrer Tochter/Ihrem Sohn ähnliche Probleme kennen, dann vereinbaren Sie einen Termin mit uns.



Bei der Beratung von Jugendlichen
bieten wir die Möglichkeit eines
Beratungsspazierganges an.





Danke für die professionelle
und alltagstaugliche Beratung!

Robert F., 55 Jahre



Für Erwachsene

Die Ernährungsberatung für Erwachsene

Sie stehen mit Ihren individuellen Bedürfnissen
im Mittelpunkt meiner Beratung.

Themen können u.a. sein:

- Wollen Sie Ihr Gewicht reduzieren?
- Möchten Sie Ihre Essgewohnheiten nachhaltig verändern?
- Wünschen Sie Unterstützung bei der frühkindlichen Essstörung (z.B. Verweigerung des Essens) Ihres Kindes?

*Kleine Schritte bewirken oft
große Veränderungen.*





Agnes Streber

Gründerin und Geschäftsleitung:

- Dipl. Oecotrophologin
- Köchin (u.a. Deutsche Meisterin)
- Familientherapeutin
- Motivationstrainerin
- Ausbildung zur Zauberin

Sie ist mit dem Sonderpreis Motiva 2012 für das Abnehmprogramm KinderLeicht ausgezeichnet worden.



Wer ständig glücklich sein möchte,

muss sich oft verändern. Konfuzius

Ernährungsinstitut

Seit 1999 stehen wir für Expertise rund um die Themen Ernährung, Gesundheitsbildung und Nachhaltigkeit. Seit neuestem bieten wir auch Beratungen rund um das Thema Nudging an (www.nudging-ernaehrung.de). Als Ernährungsexperten entwickeln wir individuelle Lösungen, die nachhaltig zum Erfolg führen.



Wir bieten Raum und

einen guten Platz für Veränderungen

Zertifiziert durch:



Ausgezeichnet mit:





Ernährungsinstitut
KinderLeicht

Agnes Streber, Geschäftsleitung
Pasinger Bahnhofsplatz 3
81241 München
Telefon 089 / 716 77 50 30
info@kinderleichtmuenchen.de

Montag bis Freitag
8.30 – 13.00 Uhr und 14.00 – 17.00 Uhr
Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Infos über aktuelle Kurse und Projekte
finden Sie auf unserer Website:
www.kinderleichtmuenchen.de

