



Ganzheitliche
Gesundheits- u. Ernährungsberatung
&
Sehtraining

in Mönchengladbach

Jeder Mensch ist einzigartig.

Daher berate ich dich individuell
nach deinen Bedürfnissen.

Ich freue mich auf dich!

Jutta Hornschuch

Jutta Hornschuch

Fachberaterin
für holistische Gesundheit (AKN)[®]

Ganzheitliche Sehtrainerin

An der Siep 61
41238 Mönchengladbach
Tel. 02166-981046

info@ernaehrungsberatung-
hornschuch.de
www.ernaehrungsberatung-
hornschuch.de



GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG
— ganzheitlich —



Zwischen Essen und Ernähren können
Welten liegen.

„Nicht unsere Augen lassen uns im Stich,
sondern wir lassen sie im Stich ...“
Dr. William Bates (Augenarzt)

Ganzheitliche Gesundheits- und Ernährungsberatung

Meine Leistungen sind u.a.:

- Individuelle Ernährungsberatung
- Vitalstoffberatung
- Basenfasten-Kuren
- Zuckerfrei-Wochen

Ich unterstütze dich gerne u.a. bei:

- Allergien und Unverträglichkeiten
- Pilz-Infektionen
- Arthrose/Arthritis/Rheuma
- Gewichtsproblemen
- Darmbeschwerden
- toxischen Belastungen

Über mich

Fachberaterin für holistische Gesundheit
(AKN)[®]

Ganzheitliche Sehtrainerin

Augenoptikerin



GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG
— ganzheitlich —

Ganzheitliches Sehtraining

Meine Leistungen sind u.a.:

- Individuelle Beratung für gesundes Sehen
- Sehanalyse und Sehtraining
- Augen-Spaziergänge
- Farblicht-Methode nach Dinshah

Ich unterstütze dich gerne u.a. bei:

- Fehlsichtigkeiten und Alterssichtigkeit
- Störungen im beidäugigen Sehen
- müden, trockenen, schmerzenden Augen
(z.B. durch digitalen Stress)
- Augenerkrankungen (begleitend)
- der Prävention von visuellen Problemen

