

VÝŽIVOVÉ PORADENSTVÍ CENÍK Jitka Kočová

(ceny platné od 1.10.2024, * měření TANITA pouze u osobní konzultace)

VÝŽIVOVÁ KONZULTACE bez vypracování rámcového jídelníčku (měření na váze TANITA*, zhodnocení jídelníčku, nová doporučení nebo řešení problému dle domluvy) - 60 min, **850 Kč**

KONZULTACE A RÁMCOVÝ JÍDELNÍČEK NA MÍRU (bez vypracování výživového plánu, měření na váze TANITA* + 1 následná kontrola jídelníčku on-line) - 60 min**1000 Kč**

KONZULTACE S VYPRACOVÁNÍM VÝŽIVOVÉHO PLÁNU A JÍDELNÍČKU NA MÍRU (výživový plán, individuální řešení, rámcový jídelníček na míru, pomocné materiály, doporučená jídla, měření na váze TANITA*) 30 + 60 min + 4 kontroly jídelníčku on-line **1 800 Kč**

KOMPLETNÍ 3 MĚSÍČNÍ VEDENÍ SE ZAPOJENÍM KOUČOVACÍCH TECHNIK (výživový plán, individuální řešení, rámcový jídelníček na míru, pomocné materiály, doporučená jídla, podpora a vedení se zapojením koučovacích technik, 7 kontrolních osobních či on-line konzultací, „rádce“ na telefonu, 8x měření na váze TANITA*) **4 200 Kč**

NÁSLEDNÉ KONZULTACE (kontrola, průběžné úpravy plánu, řešení konkrétních situací, podpora, měření na váze TANITA*) - 30 minut **400 Kč**

BALÍČEK 6 KONTROL na 3 měsíce (měření, motivace, úpravy jídelníčku atd.) **2 200 Kč**

PROGRAM PRO ZDRAVÉ STŘEVO

Jídelníček **pro podporu zdravého střevního mikrobiomu** a vyladění trávení dle ceníku výše. Možnost zprostředkování **TESTOVÁNÍ STŘEVNÍHO MIKROBIOMU, PROBIOTIKA VYTVOŘENÁ NA MÍRU, TYNDALIZOVANÉ PROBIOTICKÉ KÚRY** a další doplňky stravy **HARMONELO**. Při kompletní kúře střevního mikrobiomu nad 3 měsíce možnost konzultace jídelníčku 30 – 60 min. zdarma.

Cestovné po Děčíně 1,2,3 - 70 Kč, ostatní části Děčína – 100 Kč, mimo Děčín - 4 Kč na 1 km

Konzultace možné on-line (Zoom, Skype, telefon, Messenger), návštěvou u vás nebo po dohodě v Děčíně 2.