



## GESUND & AKTIV DURCH BLUTANALYSE

**Wer fit und gesund sein möchte, viel leisten muss, Stress ausgesetzt ist und/oder regelmäßig Sport treibt, sollte optimal mit Vitalstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen versorgt sein.**

Diese lebensnotwendigen Nährstoffe kann der Körper nicht selber herstellen, daher sollten wir sie täglich durch eine gesunde Ernährung aufnehmen. Grundlage einer Behandlung ist eine Analyse des Patientenblutes. In einem unabhängigen Labor werden zunächst die relevanten Blutwerte ermittelt. Daraus lassen sich eine Vielzahl von Erkenntnissen schöpfen, die auf den persönlichen Gesundheitszustand und die Stoffwechsellage des Patienten hinweisen.

Sinnvoll ist der „Vitamin und Mineralstoff-Check“ bei vielen Erkrankungen, zur Stärkung des Abwehrsystems, zur Erhöhung der Stresstoleranz, zur Stoffwechselaktivierung bei Gewichtsreduktion und bei Sportlern zur natürlichen Leistungsoptimierung. Denn eine gute Vitalstoffversorgung ist eine grundlegende Voraussetzung für Gesundheit und Leistungsfähigkeit und zudem eine sinnvolle Unterstützung von vielen anderen therapeutischen Maßnahmen.

Durch einen individuellen Ernährungs- und Verhaltensplan lassen sich verschiedenste Krankheitssymptome erfolgreich beeinflussen. Außerdem wird die Stoffwechselsituation durch eine gezielte Blutuntersuchung beurteilt. Vereinfacht ausgedrückt: Der Stoffwechsel ist dafür zuständig, dass Gifte und Stoffe, die der menschliche Körper nicht benötigt, wieder abgegeben werden. Hier

setzt die Ernährungsberatung mit Blutanalyse an. 40 Blutwerte und mehr führen zu den Ergebnissen, die man braucht, um den Patienten einen richtigen Ernährungsplan aufzustellen. Aussagekräftige Werte sind u.a. die der Nieren, der Leber, der Schilddrüse und die der Bauchspeicheldrüse.

Oftmals ist lediglich der Körper aus seinem Gleichgewicht geraten. Dies wird durch eine Ernährungsberatung und Blutanalyse herausgefunden und wieder optimiert, sodass sich der Körper nach anfänglicher Hilfe wieder selber helfen kann. Es handelt sich hierbei um eine Ernährungsberatung und Behandlung ohne chemische Hilfsmittel, also eine Behandlung ohne weitere Belastungen oder gravierende Nebenwirkungen.

Durch die Ernährungsberatung mit Blutanalyse lernt man, sich besser zu ernähren. Schnell wird herausgefunden, ob die Probleme körperlicher Natur sind, oder ob einfach nur das Essen falsch ausgewählt und/oder portioniert wird. Dieses Ungleichgewicht wird wieder in Ordnung gebracht, in dem z. B. von einer Nahrungsgruppe weniger gegessen wird dafür von einer anderen wiederum mehr. Weiß man erst einmal, welche Vitalstoffe der Körper überhaupt benötigt, ist der Rest nur noch eine reine Willenssache.

Wenn Sie sich für diese Behandlungsform interessieren, stehe ich Ihnen gerne für ein erstes Informationsgespräch zur Verfügung.

Mit gesunden Grüßen, Ihre Renate Theilen

**Naturheilpraxis Renate Theilen · Königsheide 95 · Willich-Schiefbahn · Tel. 02154/811785  
Fax 02154/814695 · renatetheilen@aol.com · www.naturheilpraxis-theilen.de**

### Festzeiten

**Am 24.12.11 ist Ruhetag.**  
„Wir feiern mit unseren Familien Weihnachten.“

**Am 25. und 27.12.11** haben wir von 11.00 Uhr bis 15.00 Uhr und von 17.00 Uhr bis 22.00 Uhr geöffnet. Im Restaurant servieren wir Ihnen **Weihnachts-Menüs** und Speisen à la carte. Im Kronensaal bieten wir Ihnen an beiden Tagen von 11.00 Uhr bis 14.00 Uhr unseren **Festtagsschmaus vom großen Brunch-Büfett** an.

**Zwischen den Jahren** haben wir geöffnet von 12.00 Uhr bis 24.00 Uhr, auch die Themenabende finden statt.

Am **31.12.11** sind wir von 18.00 Uhr bis 23.00 Uhr für Sie da. Wir laden Sie ein in unseren Kronensaal zur großen **Silvester-Party** mit **Gala-Dinner, Musik und Tanz** bis ins Neue Jahr. Und im Restaurant bieten wir Ihnen **Silvester-Menü** und Speisen à la carte. Am **01.01.12** begrüßen wir Sie herzlichst ab 17.00 Uhr mit einem Glas Winzersekt.

Wir freuen uns auf Ihre Reservierung, die Sie telefonisch unter 02154/87165 oder per eMail aufgeben können. Ihr Ansprechpartner ist das Ehepaar Hiller.

Restaurant Unterbruch 6 · 47877 Willich-Schiefbahn  
 Hotel **Kaiserhof** Tel.: 0 21 54 / 87 125 · info@kaiserhof.org  
 Brasserie [www.kaiserhof.org](http://www.kaiserhof.org)

## ZWEI AUS EINEM

högl

## DIANA QUANDER

Bahnstr. 9 · 41564 Kaarst-Büttgen  
 Telefon: 0 21 31/6 19 98  
 Mo.-Fr. 9.00 - 13.00 & 14.30 - 18.30 Uhr · Sa. 9.00 - 13.00 Uhr