



ERNÄHRUNGS  WEISE
by Valeska Engel
Beratung | Coaching | Begleitung

Weitere Infos und aktuelle Aktionen auf meiner Website
unter www.valeskaengel.de oder für den direkten
Zugang hier QR-Code scannen:

ERNÄHRUNGS  WEISE
by Valeska Engel
Beratung | Coaching | Begleitung

Mein Name ist Valeska Engel und ich bin studierte
Ernährungswissenschaftlerin (M.Sc.) mit fundierter
Erfahrung aus der pharmazeutischen Beratung und der
betrieblichen Gesundheitsförderung.

Als verheiratete, zweifache Mütter weiß ich, wie herausfordernd
ein gesunder Lebensstil im Alltag sein kann – und wie gut er sich
trotzdem umsetzen lässt.

Mit wissenschaftlichem Know-how, Praxiserfahrung und viel
Herz und Empathie begleite ich Dich auf Deinem Weg
zu einer ausgewogenen Ernährung, die wirklich zu Dir passt –
versprochen!

Deine Valeska Engel



Kontakt am Besten gleich per QR-Code scannen und
abspeichern:



ErnährungsWeise by Valeska Engel
Altwieder Straße 34
56581 Melsbach

Mobil: 0160 / 1261985
E-Mail: ernaehrungsweise@valeskaengel.de
www.valeskaengel.de

Mein Ansatz im Überblick

Entdecke meine stufenweise aufgebauten Ernährungsangebote im Überblick.



Beratung | Einstieg & Orientierung

Fundierte Analyse und individuelle Empfehlungen.

Coaching | Praktische Umsetzung

Praktische Umsetzung – Verhalten ändern, Wissen vertiefen.

Begleitung | Integration im Alltag

Langfristige Stabilisierung und persönliche Weiterentwicklung.

Individuell oder in der Gruppe?

Abwechslungsreiche Formate – damit Du Dich wohlfühlst.

Workshop oder Kurs?

Interaktiv und kurzweilig zur Förderung Deiner positiven Gewohnheiten.

Online oder face-to-face vor Ort?

Flexibel auf Deine Lebenssituation angepasst – auf jeden Fall in Deinen Alltag integriert.

Wissenschaftliche Beratung oder offener Erfahrungsaustausch?

Fundierte Tipps basierend auf aktuellen Studien und Erfahrung für Dein Ziel.

ErnährungsWeise by Valeska Engel

steht für wissenschaftlich fundierte, **therapeutische Ernährungsberatung** und moderne **Präventionskurse** – VDOE-qualifiziert und nach höchsten "E-Zert Ernährungstherapie"

Standards validiert.



Profitiere von geprüften Angeboten, persönlicher Begleitung und möglicher Kostenerstattung durch Deine Krankenkasse.

Jetzt nachhaltig gesünder leben!