

Vegetarisch weiter im Trend

02.07.2012, 16:14 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *corinna fischer coaching*
Presseagentur: *C & C PR*



corinna fischer coaching

Viele fleischfrei essende Prominente sind die Gallionsfiguren in der vegetarischen Ernährung, Pamela Anderson, Prince, Stella McCartney oder Nadja Auermann.

Ob es an den wachsenden Klima- und Umweltproblemen, der steigenden Zahl von Zivilisationserkrankungen oder den grausamen Bedingungen in der Tierhaltung liegt, die Motivation zum vegetarischen Essen sind vielfältig.

Das gesundheitliche Potenzial der vegetarischen Ernährung ist jedenfalls nicht zu leugnen. Der große Verzehr von tierischen Lebensmitteln kann nachweislich schwere Folgen für die Gesundheit haben. Nicht nur Übergewicht, Diabetes oder Herz-Kreislauf Erkrankungen, auch Gicht, Arthritis und sogar Krebs sind leider keine Seltenheit.

Die gesunde und individuell ausgewogene Ernährung ist ein unerlässlicher Beitrag zur eigenen Gesundheit und einem langen, vitalen Leben.

Für viele Menschen ist die Umstellung auf gesunde oder vegetarische Ernährung ein Buch mit sieben Siegeln. Ein Veggi oder Ernährungscoach kann hier sehr gute Dienste leisten und den Einzelnen individuell zu seinem persönlichen Ernährungsweg verhelfen. Oftmals führt auch das Rumprobieren und dadurch erlebte Mißerfolge zu einer Ablehnung oder dem Gefühl der Überforderung.

Man sollte sich nicht trotz alledem nicht entmutigen lassen, wenn das Auto defekt ist, wird auch auf einen Fachmann zurückgegriffen. Deshalb sollte vor allem in gesundheitlichen Fragen, ein kompetenter Fachmann in Anspruch genommen werden.

Ein Veggi und ein Ernährungscoaching wird von corinna fischer coaching angeboten. Sensibel und einfühlsam wird für jeden individuell und sorgfältig die optimale Ernährung erarbeitet und die Möglichkeiten des Einkaufs und der Zubereitung auf interessante Weise erlernt.

Portrait

Eigentlich sollten Fitness und Gesundheit jedem von uns am Herzen liegen. Doch statt uns ausreichend zu bewegen, verschieben wir unsere sportlichen Einheiten wie Jogging, Laufen oder den Besuch im Fitness Studio gerne auf einen anderen Tag.

News-ID: 645076 • Views: 1543 (Stand: 19.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/645076/Vegetarisch-weiter-im-Trend.html>