



Christof Meinhold

*Diplom-Oecotrophologe (Univ.)
Ernährungsberater VDO_E
QUETHEB-Registrierung
Q0501ET-0031*

Kontakt

Praxis für Ernährungsberatung Meinhold
Görresstraße 9
50674 Köln - Neustadt - Süd
Telefon: 0221 – 271 88 93
Telefax: 0221 – 272 00 85
E-mail: praxis@christof-meinhold.de
Internet: www.praxis.christof-meinhold.de

Fachgebiete

Ernährungsberatung und Ernährungs- therapie bei:

- Übergewicht oder Untergewicht
- Stoffwechselstörungen (erhöhte Cholesterin- und Blutfettwerte, Diabetes mellitus, Gicht)
- Magen-Darm-Erkrankungen (Colitis Ulcerosa, Morbus Crohn, Zöliakie/Sprue, unklare Durchfälle, Reizdarm, etc.)
- Lebensmittelintoleranzen (Laktose/Milchzucker, Fruktose, Histamin)
- Ernährung bei HIV & AIDS
- Ernährung bei Krebs

Spezielle Themen:

- Messung und Interpretation des Ernährungszustandes (Muskelmasse, Zellanteil, Fettdepots, Körperwasser)
- Betreuung und Begutachtung von Patienten mit künstlicher Ernährung
- Richtig essen im Berufsalltag
- Genussschulungen zu: Frischkostsalate, Schokolade, Honig, Käse, Wein, Vitalshakes, Cocktails, Vollkornbrot und -gebäck
- Kochen wie bei Hofe, Italienische Küche, Französische Küche, Rheinische Küche

Angebote

- Einzelberatung und Gruppenschulungen
- Computergestützte Nährwertanalysen
- Messung der Körperzusammensetzung mittels Bioelektrischer Impedanzanalyse (BIA)
- Erlebnisorientierte Ernährungsseminare (Kochworkshops, Genussschulungen und Schmecktraining)
- Präventionskurse (Wunschgewicht, Herzgesunde Ernährung, Vollwert-Ernährung)
- Planung und Durchführung von Gesundheits- und Aktionstagen
- Fortbildungen für Multiplikatoren (Ärzte, Praxisteam, Arzthelferinnen, Krankenschwestern, Apotheker, Lehrer, Ernährungsmediziner, Ernährungstherapeuten)
- Onlineredaktion, Contentmanagement
- Wissenschaftsrecherchen und Presseschau
- Wissenschaftsjournalismus