

CAMINO * Ernährungsberatung * Recourcen-Center Rostock

Für den 29. Oktober hatten wir zu einer weiteren Veranstaltung eingeladen, die sehr gut in unser Jahresthema „Das Immunsystem verstehen“ passte.

Die Vorstellung der Tätigkeitsbereiche der Firma Camino von Frau Anne Bredefeldt, Zertifizierte Diätassistentin VDD und Heilpraktikerin für Psychotherapie, war bereits länger geplant und konnte nun endlich mit einem interessanten Gesprächsabend verwirklicht werden.

Frau Bredefeldt gab eigens für unseren Verein eine Auftaktveranstaltung mit einem Überblick über ihre Tätigkeit zur Ernährungsberatung, Ernährungstherapie und psychologischer Beratung.

Sie erklärte anschaulich und mit vielen Beispielen wie der Körper auf verschiedene Lebensmittel und deren Nährstoffe reagiert, welche Ernährungsweise gut und welche schädlich ist. Dies vor allem auch unter dem Aspekt von Krebserkrankungen.

Es entwickelte sich von Anbeginn ein lebhafter Austausch, bei dem viele Fragen an die Ernährungsberaterin herangetragen wurden. Es zeigte sich aber auch, dass unsere Mitglieder teilweise schon selbst „Spezialisten“ auf dem Gebiet der gesunden Ernährung und im Lauschen auf ihr Körperwohl sind.

Ein sehr interessanter Hinweis für uns war, dass die Krankenkassen ab 80 % eine Ernährungsberatung bezahlen, in manchen Fällen sogar mehr und wie die Beantragung erfolgt.

Wir sind mit guten Anregungen, neuem Wissen und Frau Bredefeldts Satz: „Gutes Essen kann nicht heilen, aber den Heilungsprozess fördern“ nach Hause gegangen.

www.camino-weg.de

Anke Reimers, 03.11.2019