



Wie fühlt sich der Gedanke  
für Sie an, voller Energie und  
gesund zu leben?



# Gut fühlen, wohl fühlen, gesund sein!

Passiert es Ihnen auch, dass Sie sich müde, angespannt und verbraucht fühlen? Fehlt Ihnen einfach Energie? Das muss nicht sein. Machen Sie sich auf zu ihrem persönlichen **Wohlbefinden**. Gemeinsam können wir mit einer ausgewogenen und individuell angepasste Ernährung genau dieses Wohlbefinden anstreben.

Anhand einer fundierten **Ernährungsberatung** arbeiten wir gemeinsam an der Veränderung Ihrer Gewohnheiten. Dank meiner **jahrelangen Erfahrung** und meinen fundierten Ratschlägen gelangen Sie zu mehr Gesundheit und Lebensfreude. Ich berate Sie gerne auch im Zusammenhang mit Ernährung für Sportler oder für das Erreichen Ihres Wohlfühlgewichts.

**Melden Sie sich für einen Termin bei mir!**

## **GESUNDHEITSPRAXIS SOLARA**

**Karin Büchler**

Kant. appr. Heilpraktikerin (AR)

Solitüdenstrasse 15 | 9012 St. Gallen

Telefon 071 367 20 94 | Mobile 076 346 25 09

praxis-solara@bluewin.ch | [www.praxissolara.ch](http://www.praxissolara.ch)

