

Anja Beckmann: Stoffwechseoptimierung

# Ratschläge von der Expertin

Seit 15 Jahren befindet sich die Praxis von Anja Beckmann Heilpraktikerin (Psychotherapie), Ernährungsberaterin, Basenfasenleiterin, Kinesiologin und psychologische Beraterin in der Woldsenstraße 37 in Husum. Zum ihrem Angebot gehört seit sechs Jahren die Stoffwechseoptimierung. Dabei handelt es sich um ein besonderes Ernährungsprogramm. Ist der Stoffwechsel erst einmal entgleist, kommt es zu Gewichtszunahme, Unwohlsein, Erschöpfung und Antriebslosigkeit. „Auch wenn ich wenig esse, ich nehme einfach nicht ab“, diesen Satz höre Anja Beckmann häufig in ihrer Praxis. Dabei



kommt es nicht darauf an, wieviel man isst, sondern die richtigen Lebensmittel, die den Stoffwechsel und das Drüsensystem wieder anregen. Viele Menschen essen zu wenig von den Lebensmitteln, die ihre Drüsen brauchen. Die Folgen sind ein träger Stoffwechsel und Gewichtszunahme. Welche Nahrungsmittel für den Stoffwechsel optimal sind, verrät eine umfangreiche Vital- und Stoffwechselanalyse. Insgesamt 42 Laborwerte bilden hierfür die Basis. Aus diesen Laborwerten und einigen persönlichen Angaben wird ein individuelles Ernährungsprogramm erstellt, das opti-

mal zum Stoffwechsel und Drüsensystem passt. Ein gesunder Stoffwechsel ist wichtig, damit ein gesundes Normalgewicht erreicht wird und der Patient aktiver, vitaler und leistungsfähiger ist. Zu diesem Thema und über weitere Therapieverfahren in der Praxis (Kinesiologie zur Behebung von Konzentrationsstörungen, Abbau von Ängsten und Lern-Blockaden, Test auf Nahrungsmittelunverträglichkeit, psychologische Beratung zur Um- und Neuorientierung, Behebung von depressiven Verstimmungen, Verarbeitung von Problemsituationen) gibt Anja Beckmann gerne Auskunft: **Tel. 04841/81764** oder **www.gesundheitspraxis-beckmann.de**.

Christina Kropp: Lebensmotive entwickeln

# Watt dem een sien Uhl - is den annern sien Nachtiqall



Chiropraktik - Osteopathie - Neuraltherapie  
Ozontherapie - alternative Heilmethoden  
**Olaf Lorenzen - Heilpraktiker -**  
Schillerstraße 23 · 25813 Husum  
Telefon 0 48 41 / 6 94 91 93  
[www.hplorenzen.de](http://www.hplorenzen.de)



GESUNDHEITSPRAXIS  
**Anja Beckmann**

Heilpraktikerin (Psychotherapie)  
Woldsenstr. 37 - 25813 Husum

Tel. 0 48 41 - 8 17 64  
[www.gesundheitspraxis-beckmann.de](http://www.gesundheitspraxis-beckmann.de)

Beginnen Sie jetzt mit einer  
**STOFFWECHSEL-  
OPTIMIERUNG.** Starten

Sie fit, vital und schlank in den Frühling.

Ich berate Sie, welche Lebensmittel Ihren Stoffwechsel aktivieren, um dauerhaft schlank zu bleiben und was ihre Drüsen brauchen, damit Sie fit und vital sind.

**CELERA**  
Coaching verbindet

Firmen-Coaching  
Einzel-Coaching  
Bewerbungstraining für  
Schüler und Erwachsene



Ute Jacobsen  
Business- und Mental-Coach  
wingwave-Coach  
Telefon: 04841-773290  
[www.celera.de](http://www.celera.de)

Praxis  
HASKHE

- Ultraschall-Therapie
- Schmerztherapie n. Dr. Further