

Samen aan de slag tijdens een workshop

Voedwel biedt meer dan persoonlijke adviezen. Je kunt ook met een groep een workshop volgen over natuurlijke voeding. Dat kan een workshop op thema zijn, die gehouden wordt in de eigen moestuin van Ineke Fienieg. Bij aanmeldingen vanaf vijf personen organiseert de natuurvoedingskundige een leuke en leerzame workshop. Populaire thema's zijn 'vergeten groente' (bijvoorbeeld aardperen of pastinaken), brandnetels en lijnzaad.

Voorlichting aan groepen

Ineke Fienieg komt graag op locatie vertellen over natuurlijke voeding. Ze brengt haar kennis, ervaring en enthousiasme over op verschillende doelgroepen, van jong tot oud.

Ze beantwoordt vragen over voeding en geeft recepten voor lekkere en gezonde gerechten uit de natuurvoedingskeuken.

Ook op biologische markten, demonstraties en proeverijen geeft de natuurvoedingskundige je advies en informatie over voeding.

Contact

Voedwel, het voedingsadviesbureau van natuurvoedingskundige Ineke Fienieg, is gevestigd in Utrecht. Ineke Fienieg houdt ook spreekuur in de Natuurwinkel aan de Nachttegaalstraat 51a.
Consulten volgens afspraak.

Gediplomeerd natuurvoedingskundige Ineke Fienieg is aangesloten bij de VNVK en VBAG. Vergoeding van consulten mogelijk uit de aanvullende ziektekostenverzekering



Voedwel

**Voor al je vragen
over voeding**

Voor al je vragen over
voeding

Contact:

(030) 879 94 51

info@voedwel.nl

www.voedwel.nl

Voedwel voor al je vragen over voeding

Wil je bewuster en meer ecologisch verantwoord gaan eten en heb je daarbij advies nodig? Weet je niet zo goed welke producten je moet kiezen uit de natuurvoedingswinkel en hoe je ze moet bereiden? Denk dan eens aan een oriënterend gesprek met Ineke Fienieg, de natuurvoedingskundige achter Voedwel. In een gesprek van een uur kun je veel wijzer worden. Je kunt je kennis meteen toepassen, want Ineke Fienieg houdt ook spreekuur in een natuurvoedingswinkel.



Persoonlijk advies op maat

Voedwel kan je ook helpen met een persoonlijk advies op maat. De informatie en adviezen worden dan specifiek toegesneden op jouw situatie. Vaak gaat het om gezondheidsproblemen, waarbij natuurlijke voeding een oplossing kan zijn.

Er komt voedselallergie of voedselintolerantie in je gezin voor. Je wilt overstappen op veilige, onbewerkte producten uit de natuurvoedingswinkel.

Je wilt afvallen, maar je bent bang dat je alle soorten vet – en alles wat lekker is – niet meer mag eten. De natuurvoedingskundige informeert je hoe het echt zit met vet en waarom je het nodig hebt. Je valt af zonder een slap en futloos gevoel.

Je hebt ondergewicht en wilt op een verantwoorde manier aankomen met natuurlijke producten. Je volstoppen met calorierijk voedsel is geen optie, je eet liever gezond!

Je hebt bloedarmoede door ijzergebrek of een tekort aan foliumzuur, maar je slikt liever geen medicijnen of voedingssupplementen. De natuurvoedingskundige adviseert je over natuurlijke voeding met voldoende voedingsstoffen.



Een natuurvoedingskundige belooft je geen wonderen, maar kan je helpen om op een andere manier naar je voeding te kijken. Natuurlijke voeding kan je weerstand verhogen, je stofwisseling optimaliseren, je meer energie geven en je stemming verbeteren. Meer informatie over adviezen en tarieven vind je op www.voedwel.nl.

