



# VOGELFREI SOLUTIONS

DIE AGENTUR FÜR  
WAHNSINNIG GUTE ERGEBNISSE

@VOGELFREI\_SOLUTIONS

WWW.VOGELFREI-SOLUTIONS.DE

# ENTWURF 1



# ENTWURF 2



# ENTWURF 3



## MEINE REISE ZUM AYURVEDA

Durch eine emotionale Erkrankung meiner älteren Tochter begann die Suche und das Lebenswandelstheater im gesunden und heilsamen Yoga zu blühen vor vielen Jahren. Ich folgte Ärzten in Sicht genommen ich wurde einfach nicht gehört und mein Kind wurde nicht gesehen. Ich bin die glücklichste Mama die dieses Wunderkind hat! Das Stillenprogramm wurde herausgefunden und schon stand der Therapieplan fest!

### Ein Wort zur Ernährung? Fehlernährer!

In den letzten Jahren kommt es immer mehr zu Verdauungs- und Allergischer Erkrankungen. Viele Kinder sind zuhause und werden immer mehr auf immunstärkende Nahrungsmittel (z.B. Kokos, Acai, Beeren, Antioxidantien) oder Immunstärker (z.B. Probiotika, Omega-3-Fettsäuren) angewiesen. Die Ursachen für diese gesundheitliche Entwicklung sind vielfältig und Lebensstil und unserer Ernährungswahl. Aufmerksam!

Und diese Lücke zwischen Medizin und Gesunderheit ist mit Ayurveda ganz schillernd. Gemeinsam werden wir Ihre Stressfaktoren im Leben Ihres Kindes aufspüren und lösen. Am Ende entsteht ein toller Immunstärker für Ihr Kind, welches das Immunsystem wieder aufbauen und widerstandsfähig machen wird. Da ich keine Allergien, keine Nahrungsmittelunverträglichkeiten, keine Allergien und gar keine Hormone-Arznei oder Medikamente zur Hilfe nehmen!

## WARUM AYURVEDA?

Ayurveda verfolgt den ganzheitlichen Ansatz auf jeder Ebene seiner Schöpfung. Denn es ist das Ganze negativ auf das Immunsystem aus.

Neben Ayurveda ist meine zweite Leidenschaft, meine Yoga und die Leichtgymnastik. Auch hier kann ich Sie mit wertvollen Tipps zur Seite stehen.

Ernährung und Yoga gehören mir ganz zusammen und ich möchte mit meinem Wissen bereichern und Ihnen wieder ein Lächeln im Gesicht und im Herzen zaubern.

Verleihen Sie doch heute Ihr erstes Wellnessgespräch und lassen Sie sich in die für Sie passende Therapie und vielen neuen Ideen für Ihre gesamte Familie.

Ein gesundes Kind ist der beste Luxus, den man haben kann (siehe: Hippokratieschwur).

## Happy Healthy Food for Kids

## MEINE ANGEBOTE:

Yogakurse für Kinder  
Eltern / Kind  
Schwangere  
frische gebackene Mamas

—  
Gesundheits- und Ernährungsberatung für Familien und Kinder (auch online)

—  
Kochkurse  
—  
Weiterbildungs- und Fortbildungsangebote (auch online)

—  
Retreats für die gesamte Familie

# ENTWURF 4



**WIR FREUEN UNS  
AUF DICH!**

@VOGELFREI\_SOLUTIONS

WWW.VOGELFREI-SOLUTIONS.DE