

Snics/AK-Ernährungsberatung zu gewinnen!



Snics/AK-Ernährungsberatung zu gewinnen!
AK-Konsumentenberaterin Sonja Kocher-Oberlehner

Gerade in der Fastenzeit werden sensationelle neue Methoden zum Abnehmen beworben, die die Kilos nur so purzeln lassen sollen. Doch die Wahrheit ist: Es gibt keine Wundermittel. Wer langfristig Gewicht verlieren will, muss die Ernährung umstellen und dabei hilft die Kalorienapp snics.

Diese ist für AKOÖ-Mitglieder im ersten Jahr kostenlos. Melden Sie sich gleich über die Website der AK OÖ an und probieren Sie es aus. Zum Start der Fastenzeit gibt es für interessierte snics-Nutzer/-innen ein weiteres tolles Angebot: Sie können fünf Ernährungsberatungen im Wert von 500 Euro gewinnen.

Mit der intelligenten App snics gehört aufwendiges Wiegen der Speisen, Kalorien ausrechnen und in Listen eintragen der Vergangenheit an. Die App snics vereint Spaß und Nutzen: Ein Foto von Speisen und Getränken machen, hochladen und sofort sind die Nährwerte und Komponenten auf dem Display. Sie haben damit das eigene Ernährungsverhalten auf einen Blick, bekommen eine persönliche Nährstoffbilanz (Kohlenhydrate, Fett und Eiweiß) und erkennen daraus kritische Komponenten und Einsparpotentiale. Zusätzlich können auch die Aufzeichnungen von körperlichen Aktivitäten importiert und ausgewertet werden. Damit liefert snics nicht nur eine Nährstoffbilanz, sondern auch Ihre persönliche Energiebilanz aufs Handy.

Gewinnen Sie eine von fünf snics/AK-Ernährungsberatungen im Wert von 500 Euro.

Professionelle Ernährungsberater/-innen begleiten Sie über 8 Wochen bei Ihrer Ernährungsumstellung. Sie erhalten dazu auf Wunsch 2 Bioelektrische Impedanzanalyse- (BIA) Messungen, 3 persönliche Beratungen, einen individuellen Ernährungsplan, wöchentliche Online-Feedbacks und 56 Tage Fotoprotokoll-Service.

Weitere Infos rund ums Abnehmen und die Teilnahmemöglichkeit am Gewinnspiel finden Sie auf ooe.konsumentenschutz.at.