



**FIVE!**  
Ernährungscoaching



## FIVE Ernährungscoaching: Energie – Bekömmlichkeit – Genuss

Seit über 3000 Jahren ist die chinesische Ernährungslehre ein wichtiger Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM).

In meinen Coachings und Seminaren greife ich dieses millionenfach bewährte Wissen auf und unterstütze Sie dabei, Ihrem Körper eine Nahrung zu geben, die ihm wirklich gut tut und Sie optimal mit Energie versorgt.

Hierfür müssen auch Neueinsteiger keine „Küchen-Wunder“ vollbringen. Es darf mit heimischen Produkten gekocht werden. Die Umsetzung ist mit ein wenig Anleitung viel leichter als Sie denken, und Sie profitieren in vielerlei Hinsicht, denn: Spielen die Elemente Erde, Feuer, Wasser, Holz und Metall in unserem Körper harmonisch zusammen, dankt er es mit einer besseren Gesundheit, erhöhter Vitalität und ganzheitlichem Wohlbefinden.

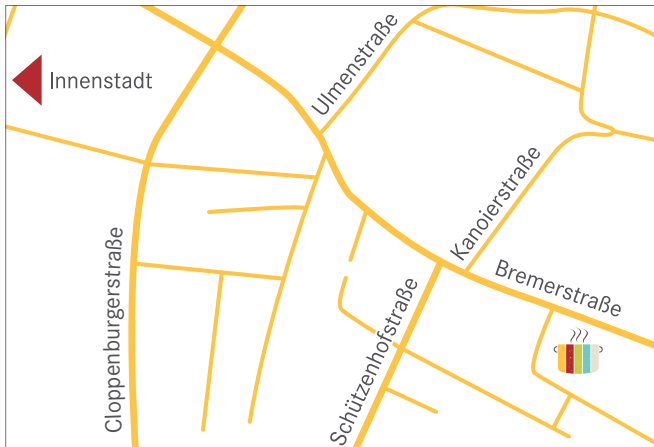
Gerne begleite ich Sie auf Ihrem Weg zu einer erfolgreichen Umsetzung der 5-Elemente-Küche in Ihrem Alltag.

Ich freue mich darauf, Sie kennenzulernen!

Ihre

*Sylvia Djuren*





## Kontakt

FIVE Ernährungscoaching  
Bremerstr. 82  
26135 Oldenburg  
(Parkplätze sind hinter dem Haus)

Telefon: 0441 18116671

E-Mail: [info@five-ernaehrungscoaching.de](mailto:info@five-ernaehrungscoaching.de)

Kurstermine, Vorträge und Infos zum Einzelcoaching  
auch unter: [www.five-ernaehrungscoaching.de](http://www.five-ernaehrungscoaching.de)

*"Eine gute Küche ist das Fundament allen Glücks."*

George Auguste Escoffier