



ZERTIFIKAT

GANZHEITLICHER SCHLAF-COACH

VERLIEHEN VON LCHF-DEUTSCHLAND AKADEMIE & INSTITUT FÜR EVOLUTIONÄRE GESUNDHEIT AN

ANETTE FREY

Fortbildung in 4 Modulen

Grundlagen der Schlafbiologie | Optimierung von Schlafumfeld und Tagesablauf | Optimierung von Einschlafen und Durchschlafen

Schlafförderliche Ernährung: Grundlagen und besondere Faktoren | Schlaf-Praxis | Strategien bei spezifischen Schlafstörungen | Fallbeispiele

04.05.2022

.....
DATUM



Margret V. Bodo Iris Jansen

Margret Ache und Iris Jansen, LCHF Deutschland Akademie

Sabine Paul

Dr. Sabine Paul, Institut für Evolutionäre Gesundheit

.....
UNTERSCHRIFT