

Cenník a popis služieb

AUTOIMUNITNÝ PROTOKOL (AIP)		
Názov služby	Popis služby	Cena
BASIC	Komplexný súhrn informácií o protokole (v písomnej podobe) Komplexný zoznam povolených/zakázaných potravín (vrátane korenín, dochucovadiel, sladidiel a prídavných látok v potravinách) Odporúčania k prechodu z doterajšieho typu stravovania na protokol Odporúčania k vašim zdravotným problémom (spracované do písomnej podoby) Personalizovaný suplementačný plán (Individuálny plán doplnkov výživy) Tel. konzultácia - úvodná (cca 60 min.) Monitoring (30 - dňový)*	149€
PREMIUM	Komplexný súhrn informácií o protokole (v písomnej podobe) Komplexný zoznam povolených/zakázaných potravín (vrátane korenín, dochucovadiel, sladidiel a prídavných látok v potravinách) Odporúčania k prechodu z doterajšieho typu stravovania na protokol Odporúčania k vašim zdravotným problémom (spracované do písomnej podoby) Personalizovaný suplementačný plán (individuálny plán doplnkov výživy) Analýza súčasných návykov (stravovací, pitný a spánkový režim) Analýza zdravotných problémov, pohybových aktivít a stresu Vzorové recepty k 1.fáze protokolu (38 receptov) Odporúčania k stravovaniu v reštaurácii Odporúčania k stravovaniu počas dovolenky Odporúčania k raňajkám (nezahŕňa recepty) Test "Autoimunitné spektrum" Test "Kvalita spánku" Tel. konzultácia - úvodná (cca 60 min.) Monitoring (60 - dňový)*	279€
PREMIUM +	<i>Cena zahrňuje ten istý balík služieb ako v prípade služby "PREMIUM", s týmito extra službami:</i> Monitoring (90 - dňový)*	329€

*30/60/90 dní od úvodnej telefonickej konzultácie odpovedám na vaše prípadné otázky e-mailom alebo inou cestou podľa dohody a to min. 2x do týždňa (pondelok a piatok), zvyčajne však aj častejšie. Po skončení tohto obdobia na vaše otázky odpoviem, ale iba v tom prípade, že ide o krátke dotazy, ktoré si nevyžadujú individuálny/špecifický prístup.



AUTOIMUNITNÝ PROTOKOL (AIP)	
DOPLNKOVÉ SLUŽBY	Cena
Komplexný súhrn informácií o protokole (v písomnej podobe)	19€
Komplexný zoznam povolených/zakázaných potravín (vrátane korenín, dochucovadiel, sladidiel a prídavných látok v potravinách)	9€
Test " Autoimunitné spektrum " – súbor špecifických otázok ,vďaka ktorým zistíme, či je u vás podozrenie na autoimunitné ochorenie (test je navrhnutý v spolupráci s lekárkou a autorkou AIP S. Ballantyne). Test robím s klientmi telefonicky a o výsledku testu informujem obratom.	9€
Test " Kvalita spánku " - súbor otázok vďaka, ktorým zistíme, aký je váš spánkový režim a či je potrebné popracovať na niektorých aspektoch spánku. Test robím s klientmi telefonicky. Výsledkom sú aj písomné odporúčania odzrkadľujúce výsledok testu (v písomnej podobe).	9€
2 týždňový vzorový stravovací plán navrhnutý na základe dodržiavania princípov eliminačnej fázy AIP spolu s postupmi prípravy. Každý deň zahrňuje 4 porcie jedla. Plán môžete po dvoch týždňoch opätovne zopakovať.	39€
Komplexný zoznam receptov s postupmi prípravy (recepty sú navrhnuté v súlade s dodržiavaním 1.fázy protokolu) – dočasne nedostupné	39€
Tel. konzultácia pre nových klientov (60 - 90 min.)	49€
Tel. kontrolná konzultácia pre klientov, ktorí si zakúpili balík služieb AIP BASIC, AIP PREMIUM alebo AIP PREMIUM + (cca 45min.)	24€
Personalizovaný suplementačný plán (individuálny plán doplnkov výživy)	29€
Tlač dokumentov, hrebeňová väzba a ich odoslanie poštou	19€