

BLUEBERRY.

Vi vill hälsa dig
välkommen till Stockholms
snyggaste & modernaste
"må bra-fabrik".

**Får vi locka dig med
ett nyttigt erbjudande...**

Blueberry Lifestyle AB
Sibyllegatan 15
114 42 Stockholm
T-Östermalmstorg
www.blueberrylifestyle.se
info@blueberrylifestyle.se

BLUEBERRY.

Vi är en modern hälsokostbutik som vill förmedla hälsa inifrån och ut, men också om njutning, livskvalitet, god mat och bra vanor! Vi har alla situationer när vi behöver bli inspirerade till bättre hälsa. Vi vänder oss till moderna människor som vill göra bra val som också fungerar i vardagen och på jobbet.

Så här i nyårsloffenas kölvatten, erbjuder Blueberry just nu "kost-och hälsorådgivning till extra bra priser under januari! Vi har en jättestor härlig butik med bra varor, nyttiga gourmetluncher för avhämtning samt en juice- och smoothiebar. Besök oss gärna på www.blueberrylifestyle.se **Erbjudandet gäller följande konsultationer:**

För Män

/Män mitt i karriären Män behöver också sköta om sin hälsa. Matvanor och motion kan skilja sig från kvinnors, men i grund och botten är målen och syftet ofta detsamma. Den här kostrådgivningen erbjuder vi alla män som vill få bättre koll på sina matvanor och matval i samband med mycket jobb och för lite tid. Här kan du också lära dig hur du väljer rätt från restaurangmenyn.

/Män Viktminskning Kostupplägg/justering för viktminskning utefter dina behov. Tillsammans gör vi en plan och skraddarsyr ett kostupplägg efter dina förutsättningar och mål.

För kvinnor

/Kvinnor mitt i karriären Hur och när ska man äta och hur ska man välja om man äter ute varje dag och samtidigt vill hålla formen? Vi erbjuder den här kostrådgivningen till dig som vill få bättre koll på dina matvanor och ditt matval i kombination med för lite tid och mycket jobb. Här kan du också lära dig hur du väljer rätt från restaurangmenyn.

/Kvinnor Viktminskning Kostupplägg/justering för viktminskning utefter dina behov. Tillsammans gör vi en plan och skraddarsyr ett kostupplägg efter dina förutsättningar och mål.

Familj

Barn & kost En individuellt designad konsultation med föräldrar (inte barn). Här ges tips på bra mellanmål, frukost och andra mål för barn. Sockerbehov/ övervikt, eventuella beteendeförändringar och problem som kan uppstå, att själv vara en förebild, fördelar med ekologisk och färsk barnmat samt om kosttillskott för barn.

