

## Gaby Stampfli, manna Ernährung & Therapie

Mein Gebiet ist die Bedarfsorientierte Ernährung. Diese Ernährungsart weiss nicht nur, was wir essen sollten, sondern auch, wie das Essen auf uns wirkt. Alles was wir essen, wirkt zuerst auf die Psyche und dann auf den Körper. Wir ernähren uns auch nach dem biologischen Tagesrhythmus. Dazu habe ich ein Buch geschrieben. Auch habe ich ein Rezeptbuch herausgegeben. Denn gesunde Ernährung sollte von mir aus nicht nur gesund sondern auch schmackhaft sein.



Ich biete persönliche Ernährungsberatungen an, halte Vorträge und gebe Kurse. Auch Fussreflexzonen-Therapie biete ich an. Bei einer persönlichen Ernährungsberatung mache ich eine Gesichts- und Körperanalyse. Dabei sehe ich, wie Ihre Organe arbeiten. Dies spüre ich auch an den Füßen. So ergänzen sich diese beiden Methoden sinnvoll.

[www.manna-ernaehrung.ch](http://www.manna-ernaehrung.ch)

Wie bist du zu **NEFU** gekommen?

[Durch eine Kollegin](#)

Von welchem Beruf hast du als Kind geträumt?

[Archäologin](#)

Was ist deine liebste Freizeitbeschäftigung?

[Lesen und Beachvolleyball](#)

Welche berühmte Persönlichkeit möchtest du gerne einmal treffen?

[Der Dalai Lama](#)

Wenn du nur noch einen Fünfliber hättest, was würdest du damit kaufen?

[Etwas zu essen](#)

Was war das schönste Geschenk, das du je bekommen hast?

[Meine Kinder](#)

Wie lautet dein Lebensmotto?

[Geniesse das Leben](#)

Was wünschst du dir für **NEFU – das Netzwerk der Einfrau-Unternehmerinnen?**

[Gegenseitige Unterstützung und gute Vernetzung](#)