



ANDREA HUBER-JUERSS

DIPLOM OECOTROPHOLOGIN (UNIV)
GRÜNDERIN UND GESCHÄFTSFÜHRERIN IDELEAT GMBH

ZIELSETZUNG

Essen ist WERT -schätzung

- Inspirierende und motivierende Ernährungsberatung
- ganzheitlich, nachhaltig, kreativ und praxisbezogen
- Vorträge, Seminare, Ernährungscoaching mit Herz und Verstand
- Fachwissen verständlich und anschaulich
- Individuelle Verträglichkeit, gefiltert aus der Informationsflut „Diäten“

Time for change –
change takes time!

Have the courage to
encourage!

Have the power to
empower!

ERFAHRUNG

DIPLOM-OECOTROPHOLOGIN SELBSTSTÄNDIG • SEIT 2006

2021 GRÜNDUNG MARKE UND UNTERNEHMEN IDEALEAT GMBH, EAT SMART WITH HEART

- Präventivmedizin, Heilfasten, Naturheilverfahren, ganzheitliche Ernährungstherapie, möglichst natürlich und „plant based,“
- Förderung artgerechter Tierhaltung, ökologischer Lebensmittelerzeugung und Landwirtschaft, fairer Handel
- Seminare für Führungskräfte, interdisziplinär z.B. (*Porsche, EVONIK Industries seit 2006* in Überlingen, Birkle Klinik)
- Referentin für das Projekt „Bio für Kinder“ von Tollwood, München (2018)
- Produktentwicklung und Mitarbeiterschulung für Gastronomie (*Mövenpick Marché, Toronto 1998*) und Gemeinschaftsverpflegung (*Wisag Comfortables, Berlin*)
- (1993-1994) Ernährungstherapeutin für das Gesundheitszentrum am Westpark sowie die Deutsche Gesellschaft für Vorsorgemedizin e.V., München, Adiositastherapie mit Formuladiäten Optifast)
- Texte für Patientenunterlagen für ein medizinisches Fachlabor (Vitalan) für Stuhl- und Blutdiagnostik
- Projekte und Coaching an Schulen
- Attraktive Bio-Verpflegung bei Seminaren über Gesundheit/ Spiritualität/ Ökologie (z.B. Gregg Braden 2017 und Dr. Alberto Villoldo 2016 beim Baseler Psi-Verein)

Vorträge, Seminare, Coaching, Projektdurchführung

- Dozentin für die Deutsche Fastenakademie eV dfa
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Seit 2/2023 youTube Channel idealeat
- Online Kurse englisch und deutsch (in Produktion ab 2023)



ANDREA@HUBER-
JUERSS.DE

ANDREA@HUBER-JUERSS.DE



+49 171 2051202

+49 171 2051202



ANDREA HUBER-JUERSS

DIPLOM OECOTROPHOLOGIN (UNIV)

FACHGEBIETE

- **Ernährungstherapie**
Heilfasten, Präventivmedizin,
Ernährungstherapie als
Naturheilverfahren
Über 30 Jahre Erfahrung
Kinder, Familien, Ernährung für
Immunsystem, Herz und Gehirn
- **Seminare, Vorträge**
Führungskräfteseminare:
„Detox“, Ernährung und
Gehirnleistung/ Work life
balance/ Immunsystem/
Therapeuten- und
Multiplikatorenschulung
- **Mind-Body-Medicine**
„Soul Food“
Naturwissenschaften und
Spiritualität
Ernährung und Meditation
Nutrition for Sensitives
- Vorträge und
Beratungen auf
deutsch, englisch,
französisch
- **Gastronomie,**
Catering, Privatköche

**DIPLOM-OECOTROPHOLOGIN • LEITUNG DER ABTEILUNG
ERNÄHRUNGSBERATUNG • KLINIK BUCHINGER AM BODENSEE ,
INTERNATIONALE FACHKLINIK FÜR INTEGRATIVE MEDIZIN, HEILFASTEN
UND PSYCHOSOMATIK, LEHRKLINIK FÜR ERNÄHRUNGSMEDIZIN • 1994-
2000**

- Ernährungsvorträge und Lehrküchen, individuelles Coaching,
Patientenbetreuung, Hand-outs
 - in den Sprachen **deutsch, englisch, französisch**
 - Heilfasten nach Dr. Otto Buchinger
 - ganzheitliche Ernährungstherapie, vegetarisch betonte,
nachhaltige Vollwerternährung (nach Koerber/Männle/
Leitzmann) in Bio-Qualität,
 - Ernährungstherapie nach Dr. Budwig und Dr. Kousmine
 - interdisziplinäres Therapeutenteam, Beratung und Schulung
des Küchen- und Serviceteams
 - 1996/1997 insgesamt 4 Monate Ernährungsberatung in der
Clinica Buchinger Marbella (auch spanisch)
 -
- 2000-2006 (Erziehungszeit), sowie 2006-2016 weiterhin regelmäßig
Vorträge und Beratungen (französisch, englisch) in der *Klinik Buchinger
Wilhelmi*, Überlingen am Bodensee

AUSBILDUNG

GRUNDSCHULE UND GYMNASIUM MÜNCHEN, ABITUR 1985

AU-PAIR IN SÜDFRANKREICH 2-10/1986

**DIPLOM OECOTROPHOLOGIN • ABSCHLUSS 1993 • TECHNISCHE
UNIVERSITÄT MÜNCHEN WEIHENSTEPHAN (TUM)**

Fachgebiete Präventivmedizin, Lebensmitteltechnologie,
Gemeinschaftsverpflegung

1992 Diplomarbeit für Nestlé im *Hannah Research Institute* Scotland (7
Monate) –Bereich Lebensmitteltechnologie



ANDREA@HUBER-JUERSS.DE



+49 171 2051202



ANDREA HUBER-JUERSS

DIPLOM OECOTROPHOLOGIN (UNIV)

Schulung, Beratung,
Produktentwicklung
international, Videos mit
Köch:innen

- **Patientenunterlagen,
Hand-outs, Broschüren**

Umfassende private **Bibliothek**
in drei Sprachen mit
inspirierenden Büchern,
Filmen, Unterlagen, links zu
Fastenvarianten, Body Mind
Medicine und
Ernährungstherapien,
für **Büchertische** bei
Seminaren und für
Schulungszentren

Hand-outs,
mit Photos von Lebensmitteln
und Rezepten
(Eigenproduktion)

- Lehrvideos und
Interviews für
ausgewählte Firmen
und Organisationen
(Institut für
Ganzheitsmedizin, Bio-
Lebensmittelfirmen und
Affiliate Partner)
- Logo idealeat- eat smart
with heart zur
Kennzeichnung
empfohlener Speisen
und Produkten

PRAKTIKA WÄHREND DER HOCHSCHULAUSSCHULUNG

9-11/1989 Praktikum *Ernährungs- und Verbraucherpolitik* bei einer
Abgeordneten im Deutschen Bundestag (Halo Saibold, Die Grünen)

12/1989-1/1990 *Großküchenpraktikum* Firma Euresst Siemens
Unterschleißheim

1990 -1993 monataeweise Projekte in der Produktentwicklung/
Nährwertdatensystem für diätetische Produkte (Alete) für DERECO
Lebensmittelforschung (Nestlé)

FREMDSPRACHEN

Jeweils mehrmonatige berufliche und private Aufenthalte in
Frankreich, Großbritannien, USA, Australien sowie Spanien und Costa
Rica,

daher **sehr gute** Kenntnisse in Wort und Schrift in **englischer** und
französischer Sprache,

1994 bis 2016 regelmäßig **Vorträge und Beratungen** in diesen
Sprachen

Grundkenntnisse **spanisch** (Tätigkeit in der Clinica Buchinger
Marbella 1996/1997)

FORTBILDUNGEN IM BERUF (seit 1994)

- Regelmäßige **Fortbildungen** im Bereich Ernährungsmedizin
und Heilfasten (z.B. *Ärztegesellschaft für Heilfasten*)
- Aktuelles aus dem Bereich *Vollwerternährung* (UGB)
- Regelmäßiger Besuch der *BIOFACH Nürnberg* mit Kongress
- *Karma-Konsum Kongress 2017, Pioneers of change 2018*
- „Sonderdiäten“ Low Carb plant based, Brainfood, Detox-
Kuren, Allergien, Intoleranzen, intermittierendes Fasten ,
Toxikologie (Pestizide, Lektine etc)
- Essbare Wildpflanzen, Urban Gardening, ökologische
Landwirtschaft
- Nachhaltige Ernährung (Online-Kurs Nachhaltige Ernährung
von *Dr. Karl von Koerber 2018*)
- Mind Body Medicine (siehe “Sabbatical”)
- Führung/ Gesundheitsmanagement/ Ernährung und Psyche



ANDREA@HUBER-JUERSS.DE



+49 171 2051202



ANDREA HUBER-JUERSS

DIPLOM OECOTROPHOLOGIN (UNIV)

PERSÖNLICHES

- Geboren 1966
- Seit 1994 in Überlingen am Bodensee
- Verheiratet, ein Sohn (geb.2000) eine Tochter (geb.2003)
- Persönlicher intensiver Heilungsweg von Jugend an mit Naturheilkunde, Fasten, Energiemedizin, Komplementärmedizin – schulmedizinisch unerklärlich dann Marathon (2008), Allgäu Triathlon 2010 (2-80-20)
- Sensitive Menschen als eigene Zielgruppe
- Happy „Pioneer of change“
- Setzt sich besonders ein für Kinder und Familien, für einen gesellschaftlichen Wandel durch WERTvolle Ernährung mit Herz – ohne Tierquälerei und Chemikalien , dafür eine genussvolle Esskultur, die gesund macht

FORTBILDUNGEN im SABBATICAL YEAR 2016

Vertiefung von **Mind Body Medicine** /Aktuelle Forschungen über *Naturwissenschaften und Spiritualität/ Epigenetik/ Komplementärmedizin/ Gehirnforschung und Quantenmedizin/ Nachhaltiger Lebensstil*

2016/ 2017 Teilnahme an mehrtägigen **Seminaren mit den Autoren:**

- Dr. Deepak Chopra,
- Dr. Joe Dispenza,
- Gregg Braden,
- Dr. Alberto Villoldo,
- Byron Katie,
- Mantak Chia (Tao Yoga)
- Howard Martin (Heart Math)

EHRENAMTLICHE TÄTIGKEITEN ODER LEITUNGSAUFGABEN

- Seit 2021 ehrenamtliche Referentin beim Institut für Ganzheitsmedizin e.V., Verbindung Schulmedizin, Naturheilkunde und Medizin indigener Völker
- Fördermitglied von NABU Naturschutzbund Deutschland, Greenpeace, Deutsche Fastenakademie, Proveg
- Unterstützung UGB Unabhängige Gesellschaft für Gesundheitsberatung , Verbraucherinitiativen, Foodwatch
- Mitglied Deutsche Fastenakademie (dfa)
- Bio-Kost: Aktionen in Schulen, Schulgarten, Fair Trade Schule
- Mitglied Verband der Oecotrophologen
- Vorträge essbare Wildpflanzen/ Naturheilkunde / Aronia Landesgartenschau Überlingen 2020
- 1998/1999 Auftritte als Ernährungs-Expertin in der ZDF-Livesendung „Gesundheit“ (omega-3 Fettsäuren, Fasten)
- YouTube Videos kostenfrei idealeat



ANDREA@HUBER-JUERSS.DE



+49 171 2051202



ANDREA HUBER-JUERSS

DIPLOM OECOTROPHOLOGIN (UNIV)



ANDREA@HUBER-JUERSS.DE



+49 171 2051202