



*Gesund  
mit Patric  
Heizmann*

## **E.A.T. Akademie – Gesund mit Patric Heizmann**

Ob als Referent, Seminarleiter oder in einem Impulsvortrag, Patric Heizmann vermittelt unterhaltsam wissenschaftlich fundierte Fakten zu den Themen Ernährung, Fitness, Stressbewältigung und Umsetzungsstrategien für den Alltag in einer praxistauglichen Mischung aus Entertainment, Motivation und Fachvortrag:

E.A.T. steht für

- Empowerment - die Begeisterung, Gewohnheiten im Berufsalltag verbessern zu können und so Stress leichter zu bewältigen
- Awareness - das Bewusstsein für Eigenverantwortlichkeit.
- Trust - das Vertrauen darauf, mit wirksamen Methoden und unterstützender Begleitung im Berufsalltag nachhaltig leistungsfähig zu sein.

E.A.T. Akademie bietet Vorträge, Seminare und Events „mit Nährwert“.

E.A.T. Akademie bietet Kampagnen-Contents für das Gesundheits- oder Personalmanagement

Patric Heizmann ist mehrfacher Bestsellerautor und Top-Speaker in der deutschen Wirtschaft für „Ernährung, Fitness, Motivation & Stressbewältigung“.

Mehr als 400 000 Menschen haben ihn bis heute live erlebt. Hinzukommen seine Erfolge im Buchhandel mit Platzierungen auf den Bestsellerlisten von FOCUS (GU, 2009, 2010, 2011), STERN (GU, 2009, 2011) und SPIEGEL (HEYNE, 2012, 2016). Über 500 000 Bücher von Patric Heizmann wurden im deutschen Buchhandel verkauft. Im Internet folgen mehr als 150 000 Fans seinem Blog, Facebook Profil und Youtube Kanal. Auch im Fernsehen ist Patric ein gern gesehener Gast. Über 10 Millionen Zuschauer haben ihn bei TV-Auftritten (unter anderem in der NDR-Talkshow, bei Markus Lanz, bei „Volle Kanne“ und bei der Übertragung seines Tourneeprogramms) bereits gesehen. Seine Ratgeber sind fachliche Basis dafür, dass Patric sich auch in gesellschaftliche Debatten über Ernährung und Gesundheit einmischt. Sein Ende 2016 gestarteter Podcast „gesund und schlank mit Patric Heizmann“ wurde bereits hunderttausendfach heruntergeladen und das Anfang 2017 gestartete Online Coaching „Leichter als Du denkst“ ist ein Riesenerfolg. Seit April 2017 kooperiert Patric Heizmann mit der DAK-Gesundheit. Als Coach der langfristig angelegten Motivations- und Bewegungskampagne #fitwoch gibt Patric Heizmann immer mittwochs in den sozialen Netzwerken praktische Tipps für ein gesünderes Leben.

[www.eat-akademie.de](http://www.eat-akademie.de)

[www.healthmedia.de](http://www.healthmedia.de)

[www.leichteralsdudenkst.de](http://www.leichteralsdudenkst.de)

[www.patric-heizmann.de](http://www.patric-heizmann.de)