

## **Mein Lebensweg, Kurzporträt von Elfriede Zach**

Im Jahr 1956 wurde ich als fünftes von 8 Geschwistern auf einem kleinen Waldviertler Bauernhof geboren.

Ich erlernte den Beruf „Landwirtschaft und Haushaltsführung“ und machte die Ausbildung zur „Landwirtschaftlichen Facharbeiterin“.

Im Alter von 18 Jahren zog es mich nach Wien ins Wilhelminenspital. Dort erwarb ich das Diplom zur „Gesundheits- und Krankenpflegerin“.

Zurück im Waldviertel heiratete ich meinen Mann Josef und begann den Berufseinstieg im Krankenhaus Gmünd.

Nach der Geburt von 3 Söhnen und einer Tochter engagierte ich mich dann 15 Jahre lang in der Hauskrankenpflege als mobile Krankenschwester des „N.Ö. Hilfswerkes“ im Bezirk Gmünd.

Im Jahr 2000 wechselte ich in unsere eigene Firma [www.bioservice.at](http://www.bioservice.at) , ein Handelsbetrieb für biologische Lebensmittel.

Wegen gesundheitlicher Probleme begann ich mich zu informieren. Immer suchte ich nach Gesundheit, meist jedoch fand ich Krankheiten!

Bei der „GESELLSCHAFT FÜR GESUNDHEITSBERATUNG“ im Dr. Max-Otto-Bruker-Haus, dem unabhängigen Zentrum für Gesundheit und ganzheitliche Lebensweise in Lahnstein bei Koblenz (Deutschland) fand ich endlich, was ich immer suchte: einen Weg, meine Gesundheit wiederherzustellen. Ich bin glücklich, dass ich hier sehr viel Wissen erfahren durfte und die 2-jährige Ausbildung zu einer „ärztlich geprüften Gesundheitsberaterin“ abschließen konnte.

Mein Ziel ist es, möglichst vielen Gesundheitsbewussten dieses Wissen weiterzuvermitteln.

Jeder Mensch hat es selbst in der Hand gezielt gesund zu bleiben!  
Die Ernährung spielt dabei eine sehr wesentliche Rolle!