



ERNÄHRUNGSBERATUNG
BERN-SEELAND

Coaching & Hypnose & Ernährungsberatung
12 Wochen. Keine Diät. Kein Jojo. Kein Druck.

Deine Reise zum Wohlfühlkörper - im Gleichgewicht zum Wunschgewicht?

Du möchtest...

- ... dein Essverhalten nachhaltig verändern?
- ... deine Diätkarriere ein für alle Mal beenden?
- ... dich endlich in deinem Körper zuhause fühlen?
- ... emotionales Essen hinter dir lassen?
- ... nicht mehr kämpfen, sondern ankommen?

Wir unterstützen dich!

- 12 Wochen - Start im September
- Anzahl Plätze beschränkt

Melde dich bei uns :-)

- Ramona Stettler - ernaehrung.bern@localmed.ch
Diplomierte Ernährungsberaterin
www.ernaehrungsberatung-bern-seeland.ch
- Christa Baumgartner - info@goodbye-jojo.ch
Hypnosecoach & Coach bei emotionalem Essen
www.goodbye-jojo.ch



ERNÄHRUNGSBERATUNG
BERN-SEELAND

Coaching & Hypnose & Ernährungsberatung
12 Wochen. Keine Diät. Kein Jojo. Kein Druck.

Ganzheitlich & Individuell & Einzigartig!

1. Online Kurs - zeitlich flexibel & ortsunabhängig

Du arbeitest Schritt für Schritt an deinen persönlichen Themen, unterstützt durch Audioübungen und klare Impulse. Emotionales Essen und blockierende Glaubenssätze kannst du so nachhaltig lösen.

2. Tägliche Begleitung - nahbar und persönlich

Du wirst gesehen und mit deinen Themen ernst genommen, ganz ohne Schema F. Die Betreuung erfolgt bequem per Messenger, wo du auch mit Gleichgesinnten in einer geschützten Gruppe Austausch und Unterstützung findest. Gemeinsam schaffen wir Raum für deine individuelle Reise und neue Motivation.

3. Live Workshops in Bern - real und praxisnah

*Wir vertiefen mentale Techniken und Ernährungsthemen – mit der geballten Expertise einer Ernährungsberaterin und Hypnosecoachs:
2. September / 1. Oktober / 12. November jeweils um 18.00*

www.ernaehrungsberatung-bern-seeland.ch
www.goodbye-jojo.ch