

RICHTIG ESSEN Gewichts-Coaching ^{MENTAL}



**RICHTIG ESSEN®
INSTITUT** Berlin

Beratungsgesellschaft für
Ernährung und Gesundheit mbH



Abnehmen und Wohlfühlen

Der Kurs aus *Ernährung* und *Psychologie* setzt neben der Ernährungsumstellung verstärkt auf den psychologischen Aspekt des Abnehmens. Mahlzeitenoptimierung und das Erlernen neuer Verhaltensmuster stehen im Mittelpunkt. Mit Hilfe der kurseigenen Motivations-CD üben Sie zuhause die neuen Verhaltensweisen.

Dauer: 8 Gruppentreffen in 4 Monaten

Kostenlose Infoveranstaltung zum Programm

Datum: Montag, 27.04.2009 von 19.00-20.00 Uhr
Anmeldung: Tel. 0203 – 5007169 / info@essen-ohne-frust.de
Kursleitung: Miriam Kvesa – www.essen-ohne-frust.de

INTAKT

Praxis für Ernährungsoptimierung und Lebensstilmanagement
Ärztzentrum der Wedau Kliniken - Zu den Rehwiesen 5 - 47055 Duisburg