

Essen ohne Stress



wingwave® coaching

CLAUDIA MÜNSTERMANN



Entspannt essen – nie wieder Heißhunger

- aus dem endlosen Diät- und Jojo-Frust herausfinden und entspannt genießen
- endlich aufhören zu essen aus Stress, Langeweile, Angst, Traurigkeit, innerer Leere
- entscheiden und wählen können, wieviel Schokolade oder Kuchen Sie mit Genuss essen
- achtsam essen statt nebenher

wingwave® coaching ermöglicht es, die zum Teil unbewussten Koppelungen von Essen mit Emotionen und seelischen Bedürfnissen aufzulösen.

Ich biete Ihnen Unterstützung auf dem Weg zu selbstbestimmtem Essverhalten.

CLAUDIA MÜNSTERMANN
Psychologische Beratung und Coaching

Schwester-Zita-Weg 19
52080 Aachen
Telefon: 02405.424650
Mobil: 0172.2151733



claudia-münstermann.de
coaching@claudia-münstermann.de