

# Abnehmen dank Hypnose!



«Virtuelles Magenband»

Ohne Verzichtgefühl und ohne Verbote kannst du dein Wunschgewicht erreichen und dauerhaft halten.

Geht das? Ja, das ist möglich – mit Hilfe von Hypnose und deinem Unterbewusstsein, denn du bist mächtiger, als du denkst

Interessiert? Dann lies weiter. Es kann der erste Schritt zu deinem neuen Lebensgefühl sein.

Wie funktioniert das?

In 4–6 begleiteten Hypnose-Sitzungen wird ein imaginäres, "virtuelles Magenband" angelegt, so dass du dadurch dein Sättigungsgefühl schneller wahrnehmen und dein Essverhalten bewusster steuern kannst.

Neben den Hypnose-Sitzungen hörst du dir regelmässig ein Audio an und befolgst "Die 8 goldenen Regeln", die du von mir erhältst.

**Befreit leben** – Ganzheitliche Hypnose und Begleitung, Barbara Furrer Brehm  
Dorfstrasse 16, 6235 Winikon, [www.befreit-leben.ch](http://www.befreit-leben.ch), [bf@befreit-leben.ch](mailto:bf@befreit-leben.ch), 079 398 99 98

**Gewichtsreduktion** ohne Risiko, ohne OP, ohne JoJo-Effekt – dafür mit Leichtigkeit, Bewusstwerdungsprozessen und Stärkung deines Selbstwertgefühls.

Ich biete das Programm "Abnehmen mit dem virtuellen Magenband" in **Kleingruppen** von 4–6 Personen oder in **Einzelsitzungen** an – je nach Bedürfnis, Budget und Möglichkeit (auch online).

Im **Januar 2025** starten **neue Gruppenkurse**. Mach den ersten Schritt und melde dich an. Freue dich auf einen lebensverändernden Prozess.

## Daten 1. Halbjahr 2025

Das Gruppen-Programm beinhaltet: 4 Gruppen-Sitzungen für Fr. 390.00 und 2 freiwillige Refresher-Abende für je 40.00

### Dienstagabend (19.00 – 21.30Uhr)

Gruppe A/25	Januar/Februar	14.01., 28.01., 11.02., 18.02.2025
Gruppe B/25	März/April	11.03., 25.03., 01.04., 15.04.2025
Gruppe C/25	Mai/Juni	06.05., 13.05., 27.05., 03.06.2025

**Gruppenkurse** können auch an anderen Tagen – tagsüber oder abends – durchgeführt werden. Einfach Kontakt aufnehmen.

**Einzelbegleitungen** sind jederzeit möglich.

[www.befreit-leben.ch](http://www.befreit-leben.ch)