

## Wäre es nicht schön?

- ... wenn die Lieblingshose nicht mehr kneift, weil die Pfunde von alleine purzeln?
- ... wenn Sie sich vielleicht nicht mehr in Übergrößen verstecken, weil Sie selbstbewusst zeigen, was Sie haben?
- ... wenn Sie nicht mehr Kalorien für Kalorien zählen, weil Ihnen genussvolles Essen keine Sorgen mehr bereitet?
- ... wenn Sie mit Leichtigkeit und Freude neue Herausforderungen annehmen, weil Sie wieder schlank und motiviert sind?
- ... wenn Sie Ihren Kummer und Ärger nicht mehr in Süßem ertränken, weil Sie Ihr Gewicht und Ihren Alltag im Griff haben?

Investieren Sie 30 min. Ihrer Zeit in ein kostenloses Orientierungsgespräch mit mir und treffen Sie dann die Entscheidung, wie Sie Ihre Situation verbessern wollen.

Rufen Sie mich an unter 0151 – 2001 6006 oder schreiben Sie eine Email an [ganz-heitlich@web.de](mailto:ganz-heitlich@web.de) und vereinbaren Sie einen Termin für ein kostenloses Vorgespräch.

---

Sandra Ganz  
Heilpraktikerin  
Psychotherapie (HPG)  
Draisstr. 1  
69502 Hemsbach  
Tel. 0151 – 2001 6006  
[www.sandra-ganz.de](http://www.sandra-ganz.de)

## Tschüss...Pfunde!

Wie Sie wieder glücklich und schlank leben.



Sandra Ganz  
Heilpraktikerin Psychotherapie  
Tel. 0151 – 2001 6006  
[www.sandra-ganz.de](http://www.sandra-ganz.de)

## Geht es Ihnen auch so?

- Der Zeiger Ihrer Körperwaage geht kontinuierlich nach oben, obwohl Sie sich gesund ernähren?
- Möglicherweise treiben Sie Sport, bewegen sich und nehmen trotzdem nicht ab?
- Sie sind frustriert, weil die letzte Diät nicht funktioniert hat, obwohl Sie sich an die Rezepte gehalten haben?
- Bei Kummer oder Frust trösten Sie sich am liebsten mit etwas Süßem?
- Sie tun Ihr Bestes, doch das hat seinen Preis: Sie sind nicht mehr so fit wie früher, die Leute starren Sie an und manchmal fühlen Sie sich einfach nur „rund“?

Als Heilpraktikerin Psychotherapie begleite ich Sie auf Ihrem Weg zu mehr Freude und Leichtigkeit in Ihrem neuen Wohlfühlgewicht.

Mit Hilfe der systemischen Beratung schaue ich mir Ihren Alltag und Ihr persönliches Anliegen genau an.

Individuell auf Sie abgestimmt erarbeiten wir Ihre Traumfigur, indem wir Ihre Stärken aufbauen, neue Ziele setzen und Ihren Alltag so gestalten, dass er für Sie leicht und ohne großen Aufwand bewältigt werden kann. In Zusammenarbeit mit einer Ernährungsexpertin schauen wir uns die Lebensmittel an, die Ihre Pfunde zum Schmelzen bringen.

### Anwendungsgebiet:

- Die Behandlung richtet sich an alle interessierten Menschen, die ein paar Kilo abnehmen möchten.
- Die mehr Freude und Leichtigkeit durch Ihre neues Wohlfühlgewicht erreichen möchten.
- Die sich in Ihrem Körper wohlfühlen möchten, obwohl Sie ein paar Pfund zu viel haben.
- Die in stressigen Situationen ruhig und gelassen reagieren wollen, statt zur Schokolade zu greifen.
- Die sich mehr Selbstbewusstsein und mentale Kraft wünschen.