



„Hypnose ist ein erfolgreicher Weg, frei von Ess-Zwängen zu werden“, sagt Monika Löttgen, die Hypnose bei Ess-Störungen anbietet.

Statt Diät: Mit Hypnose leichter abnehmen

Monika Löttgen bietet Hypnose bei Ess-Störungen an

Gevelsberg. „Hypnose eignet sich hervorragend dazu, aus Ess-Störungen herauszukommen und Kräfte zu mobilisieren, um frei von Ess-Zwängen zu sein“, sagt Monika Löttgen.

Jede Frau in Deutschland, unabhängig von ihrem realen Gewicht glaubt, dass sie 5 Kilogramm schlanker sein möchte. Das belegt eine aktuelle Studie. Und welche Frau hat nicht schon mehr als eine Diät ausprobiert, ohne

langfristig zum gewünschten Ergebnis zu kommen. „Vergessen Sie alle Diäten und versuchen Sie es mit Hypnose“, sagt Monika Löttgen, die Hypnose anbietet, um leichter abzunehmen.

„Ess-Störungen sind meist nur ein Symptom. Ein Schwerpunkt meiner Arbeit ist zu schauen, was dahinter liegt. Dies kann zum Beispiel ein Gefühl der inneren Leere sein. Auch gilt es, z.B. körperlichen und seelischen Hunger zu unterscheiden,“ sagt Monika Löttgen.

Wenn schließlich das Den-

ken ans Essen oder an das nicht Essen oder auch die Sorge um die Figur den größten Teil des Lebens bestimmt, liegt eine Ess-Sucht vor. Auch hier kann die Hypnose wie sie Monika Löttgen anbietet helfen, über das Unterbewusste Wege aus der Sucht zu finden und schließlich „leichter“ ein zufriedenes Leben zu führen.

Eine Hypnose-Sitzung bei Monika Löttgen dauert 90 Minuten und kostet 120 Euro. Weitere Informationen direkt bei Monika Löttgen unter Tel. 02332/709254.