

# Abnehmen mit Herz und Köpfchen

**Fettabsaugen (Liposuction), Appetitzügler oder Diäten:**

## Fettabsaugen (Liposuction)

Risikoreich und noch kostspielig dazu.

## Appetitzügler

Teuer, nebenwirkungsreich und Jojoeffekt

All das nutzt Ihnen nicht, wenn Sie nicht eine grundlegende Ernährungsumstellung mittels einer kompetenten Beratung durchführen!



## Diäten

Diäten gibt es wie Sand am Meer. Nicht wenige davon verlaufen im Sande. Denn Abnehmwillige fühlen sich allzu oft alleingelassen und geben vorzeitig auf.

Das BodyMed –Center der Naturheilpraxis Farah bietet gezielt Hilfe an.

**Im vergangenen Jahr haben die Patienten der Naturheilpraxis Farah insgesamt 540 (!) Kilo abgenommen.**

Sie wissen, dass man über die Ernährung Kilos (Gewicht) verliert und dieses sinnvoll durch angemessene Bewegung unterstützen kann.

„Ein Erfolgreiches Beispiel ist Herr J., der innerhalb von 4 Monaten 20 Kilo abgenommen hat, dadurch seine Diabetes mellitus, die Cholesterinwerte, sowie sexuelle Unlust (Impotenz) auskuriert hat und sein Gewicht seit über einem halben Jahr stabil hält.“

Man fängt mit regelmäßigen Mahlzeiten an. Wesentlich ist, dass man nur 3 Mahlzeiten pro Tag zu sich nimmt. Diese sollten jedoch so ausreichend sein, dass man wirklich satt ist.

Unter wissenschaftlicher Begleitung eines Therapeuten der **Naturheilpraxis Farah** lernen sie schrittweise Ihre Ernährungsgewohnheiten zu verändern. Ziel ist eine vernünftige und langfristige Nahrungsumstellung, die zu dauerhaftem Erfolg führt.

## **Wir lassen Sie nicht allein!**

Die Langzeitbetreuung im *BodyMed-Center* **Naturheilpraxis Farah** unterstützt Sie beim langfristigen Halten des erreichten Wohlgewichts.

Möchten auch Sie Ihre Wunschfigur erreichen und Ihre Dynamik zurückgewinnen?

Besuchen Sie uns, wir beraten Sie gerne!

## Sie finden uns:

Ihr BodyMed-Team in der **Naturheilpraxis Farah**, Lister Str. 34, 30163 Hannover, Tel.0511-5340782, [www.heilpraktikerin-farah.de](http://www.heilpraktikerin-farah.de)