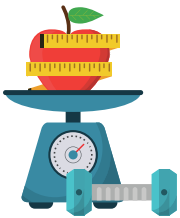


AZ INTUITÍV ÉTKEZÉS 10 ALAPPILLÉRE

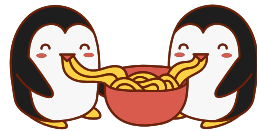
Az Intuitív Étkezés **segít az étellel, a testképpel, a mozgással való kapcsolatod helyreállításában.** Ezért az Intuitív Étkezés nem csupán a táplálkozásról szól, és végképp nem a testsúlyod csökkentése a célja, hanem a lelki és testi egészségéd (jólléted) fenntartása.



Vesd el a diéta-mentalitást!



Tiszteld az éhségedet!



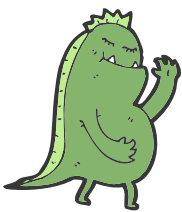
Békülj meg az étellel!



Úzd el a kajazsarut!



Fedezd fel a megelégedettségédet!



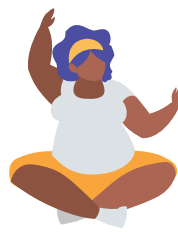
Érezd meg a teltségedet!



Gondoskodással törődj az érzelmeiddel!



Becsüld meg a saját tested!



Mozogj - érezd a különbséget!



Becsüld az egészségéd - törődő táplálkozással!



asiamaevelyn



asiamaevcsi



asiamaevcsi.hu



info@asiamaevcsi.hu