

FÜR ALLE, DIE ...

✓ ERNÄHRUNG ENTSPANNTER
SEHEN MÖCHTEN

✓ SICH IM ERNÄHRUNGSDSCHUNDEL
VERLIEREN



✓ FAMILIEN- & KINDERESSEN
STRESSFREIER WOLLEN

✓ VEGETARISCH ODER VEGAN
INTERESSIERT SIND

✓ OFFEN REDEN MÖCHTEN –
OHNE BEWERTUNG

online (Zoom)
oder
vor Ort (bei Interesse)

ca. 90 Minuten
15 € pro Treffen
kleine Gruppe
Jetzt unverbindlich eintragen

QR-Code scannen
Zeitfenster & Themen angeben
später entscheiden

Kein Abo.
Keine Verpflichtung.
Kein Verkaufsdruck.



www.ernaehrungzauber.de

01522 / 4894151

yvonne@ernaehrungzauber.de

[@ernaehrungs.zauber](https://www.instagram.com/ernaehrungs.zauber)



KAFFEE.
KLATSCH.
KLARTEXT.

Kein Vortrag.
Keine Verbote.
Kein Ernährungsstress.

Einfach reden über Essen.



ERNÄHRUNGS-TRATSCH

Essen sollte leicht sein.

Ist es aber oft nicht.

Zu viele Meinungen.

Zu wenig Alltag.

Schlechtes Gewissen inklusive.

**Beim Ernährungs-Tratsch geht
es nicht um perfekt.
Sondern um machbar.**

**Reden.
Zuhören.
Verstehen.**



**Oft merkt man erst dann:
Ich bin nicht allein damit.**

**ESSEN DARB SPASS
MACHEN!**

 **verständliche
Ernährungstipps**

  **ehrlicher Austausch
lockere Atmosphäre**

                                                   <img alt="Grape icon" data-bbox="740 5703 763