

WENN ESSEN BERUHIGT

Manchmal essen wir,
obwohl etwas ganz
anderes Hunger hat.

WENN ESSEN BELASTET

Wenn Essen, Gewicht
und Kontrolle zu viel
Raum bekommen,
darf es leichter werden.

Claudia Raffaella Pezzot



Diplomierte psychologische
Ernährungsberaterin

Ausgebildet am Institut für
körperzentrierte Psychotherapie Zürich



HERZHUNGER
ENTDECKEN



PERSÖNLICH MIT
MIR SPRECHEN