



Out

- אסור לאכול לחם! 📄
- שוקולד ממשין! 📄
- חטאתי, פשעתי! 📄
- התכווצתי!! 📄
- אכלתי יותר ממה שתכננת!! 📄
- שוב הרסתי הכל! :- 📄

" כשדפוסים נשברים, עולמות חדשים
מתגלים" מארסל פרוסט

in

- להפסיק לחשוב במונחים של "אסור" ו"מותר" 📄
- להפחית רגשות אשם באכילה 📄
- להרגיש תחושות רצו ושוב אמינות 📄
- לאכול מתוך תחושת שליטה 📄
- להצליח לאכול מאוון עם היוט צמוס 📄
- לרדת במשקל בצד אכילה מהנה, מאוונת ובריאה 📄

גלי דרור לביא

דיאטנית קלינית R.D, B.Sc

לפרטים נוספים ולתיאום פגישת היכרות

052-8314248

galil@kfarszold.co.il