

## Hypnotische Maagband Programma: afvallen met de symbolische hypnotische maagband

In hypnose neemt jouw onderbewustzijn symbolisch aan dat je een maagband hebt.

Dat symbool van de maagband staat voor 3 dingen:

1. je wordt je bewuster van je maag waardoor je weet wat en hoeveel je eet
2. je ervaart wanneer je genoeg hebt: genoeg = genoeg
3. je stopt dan met eten

De hypnose maakt het daarom mogelijk om zonder strijd minder te eten, als vanzelf gezonder te eten, meer te bewegen en (meer) water te drinken.

Het Hypnotische Maagband Programma is een compleet programma van 5 sessies waarbij je anders leert omgaan met voedsel en je lichaam.

## Hypnotische Maagband Programma: met hypnose je ideale gewicht bereiken en behouden

Afvallen lukt vaak ook in 1 sessie als het om een snel haalbaar doel gaat. Ben je, door bijvoorbeeld een zwangerschap, wat aangekomen dan is dat er met 1 sessie meestal goed weer af te krijgen. Het gaat dan om een tijdelijke duidelijke oorzaak van beperkt overgewicht.

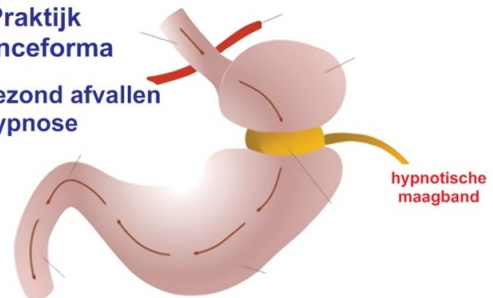
Maar gaat het om een jaren lange strijd tegen je overgewicht waarbij je moeite hebt om maat te houden en je keer op keer de fout in gaat tijdens een dieet of erna weer aankomt, dan is een andere aanpak gewenst. Dan is het goed om het Hypnotische Maagband Programma te gaan volgen.

Het Hypnotische Maagband Programma gaat ervoor zorgen dat:

- je onderbewustzijn opnieuw wordt geprogrammeerd t.a.v. (gezonder) eten en (actievare) leefstijl
- je daardoor minder kan en gaat eten
- je gezonder gaat leven met meer bewegen, gezonder eten en (meer) water drinken

### Praktijk Tranceforma

- gezond afvallen
- hypnose



Je zult geleidelijk en gestaag afvallen tot het door jou gewenste gezonde gewicht.

### Onderbewustzijn opnieuw programmeren in hypnose

De meeste eetgewoonten zijn stevig in het onderbewustzijn geworteld. Als je de programmering niet verandert zal het eindresultaat hetzelfde blijven. Jezelf bewust iets ontzeggen, strijd, kan dan vaak je zin in eten alleen maar vergroten.

Maar met gewoon een beetje minder eten kan gewichtsverlies wel haalbaar zijn: genoeg = genoeg.

Je favoriete eten volledig bannen is een slecht idee, maar de hoeveelheid verminderen is realiseerbaar en vol te houden. Je kunt je voorstellen dat minder eten en meer sporten zal leiden tot een betere lichaamsbouw, je fitter zal maken en je algemene gezondheid laat verbeteren.

Dit programma gebruikt een *symbolische* hypnotische maagband en andere technieken om:

- je gedachten te veranderen
- je nieuwe gewoontes aan te leren die je moeiteloos kunt volhouden



Praktijk Tranceforma | [www.tranceforma.nl](http://www.tranceforma.nl)

Spadelaan 54, 7331 AL Apeldoorn

Ina Mennega 06 27353431

## **In acht weken op weg naar een mooi en gezond lichaam**

Het programma van de virtuele maagband bestaat uit 5 hypnosesessies, met tussenpozen van 2 à 3 weken.

Na de 4e hypnose sessie krijg je een audiohypnose mee die je thuis moet beluisteren. Het is essentieel dat je hier minstens 1 keer per dag naar luistert gedurende 30 opeenvolgende dagen.



### **Vertrouwen is de basis**

Vertrouwen in mij en vertrouwen in het slagen van de hypnose is de basis voor succes. Het is dus belangrijk dat wij elkaar eerst wat leren kennen.

Daarom beginnen we met een intakegesprek. Hierin zal ik je meer uitleggen over hoe hypnose werkt en doen we een hypnose test. Hierdoor kun je alvast ervaren hoe hypnose werkt en hoe het voelt.

We bespreken natuurlijk ook jouw persoonlijke wensen en doelstellingen, aangezien deze tijdens de hypnose sessies en de vervolggconsulten het uitgangspunt zijn.

### **Kosten van de virtuele maagband**

Het programma bestaat uit:

- intake
- 4 hypnose sessies
- 1 audiohypnose sessie

De kosten hiervan zijn:

- € 92,50 per keer (voor zowel de intake als de daaropvolgende sessies)\*

\* Hiervan kun je een deel terugkrijgen indien je aanvullend verzekerd bent



Praktijk Tranceforma | [www.tranceforma.nl](http://www.tranceforma.nl)  
Spadelaan 54, 7331 AL Apeldoorn  
Ina Mennega 06 27353431