



genial normal zum Wunschgewicht

Herzliche Einladung zum Kursstart  
und kostenfreien Informationsnachmittag

am: Freitag, 25. April 2025  
um: 14.30 Uhr  
wo: Brocki der Heilsarmee in Luterbach  
Nordstrasse 7 (ehemals 11)

Ich freue mich auf Dich!

*Monika*

Tel: 032 621 07 50 / 079 516 61 52 (bitte eine Nachricht hinterlassen!)  
Mail: [monika.huber@heilsarmee.ch](mailto:monika.huber@heilsarmee.ch)

Programm:

Lebe-leichter, genial normal zum Wunschgewicht!

Du suchst nach einem genial normalen Weg Dein Wunschgewicht zu erreichen?


Du möchtest die Fixierung auf Essen oder Nichtessen beenden und Dir ein normales Esseverhalten aneignen?

Du suchst nach einem alltagstauglichen Programm, das Du an Deine Bedürfnisse anpassen kannst?

Du möchtest keine Kalorien, Fettpunkte oder ähnliches zählen, sondern einfach nur «normal» essen?

Du möchtest das, was in Dir steckt entdecken und eine neue Leichtigkeit im Sein erleben?

Dann starte mit dem Lebe-leichter Programm!

Erlerne mit Gleichgesinnten das System von  *lebe leichter*<sup>®</sup>

Melde Dich noch heute an:

Termine: 25.04.\* / 02.05. / 09.05. / 16.05. / 23.05. / 30.05. /  
06.06. / 13.06. / 20.06. / 27.06.

\*Unverbindlich, einfach reinschauen!

Hast Du schon einmal ein Kurs von Lebe-leichter besucht und möchtest Du weiterhin an einer Gruppe teilnehmen, weil es so vielleicht einfacher ist «dranzubleiben»?

Dann bist Du bei uns genau richtig. Ermutige Neueinsteiger mit Deinen Erfahrungen.

Gemeinsam statt einsam!