

Empfehlung für Frau Pleyer

Guten Tag Frau Pleyer,

gleich vorab möchte ich sagen, dass Sie einfach ein toller Mensch sind. Ihre Arbeitsweise als Ernährungsberaterin hat mir sehr gut gefallen. Ich nehme mit Erfolg ab, zwar langsam, trotzdem bin ich sehr zufrieden. Mit Ende 60 Jahre ist das nicht mehr so leicht. Ich hatte es vorher zehn Jahre lang versucht, abzunehmen, ohne Erfolg.

Gut und wichtig fand ich den Start mit dem Ernährungstagebuch. Sie haben mir Alternativen zu den Lebensmitteln aufgezeigt und viele Tipps gegeben, wie ein gesunder und ausgewogener Speiseplan für mich aussehen könnte. Es fand kein starres Beratungsschema statt, sondern alles war auf meine Person ausgerichtet.

Sie sind stets freundlich und verständnisvoll. Ihre Ratschläge sind hilfreich und gut nachzuvollziehen. Sie können sich genau in meine Lage versetzen. Ich hatte das Gefühl, dass ich mit Ihnen gut über Probleme reden kann. Sie verstehen genau was ich meine und fühle.

Über Sie bin ich wieder an Entspannungsübungen gekommen. Es war mir noch etwas vertraut aus früheren Jahren, hatte ich leider ziemlich vernachlässigt. Sie haben Übungen mit mir durchgeführt und auch da Tipps gegeben. Ich trainiere täglich.

Durch Ihre Beratung habe ich es geschafft, mein Essverhalten und meine Einstellung zu mir zu ändern. Sie haben mir gezeigt, wie ich es richtig mache und dabei gut unterstützt und motiviert.

Ihre Beratung kann ich zu 100 % weiterempfehlen.

Vielen Dank Frau Pleyer!

Edelgard Lüttig, Bad König, im Januar 2021