

Schlafprobleme?



Ein gesunder Schlaf ist der Grundstein für einen erfolgreichen Tag!

Dank verbesserter Schlafhygiene
endlich wieder erholsam schlafen.

Anzeichen für Schlafprobleme können sein:

- Deine Gedanken und Sorgen halten Dich vom Schlafen ab?
- Du fühlst Dich sehr müde und antriebslos, wenn der Wecker klingelt?
- Du bist tagsüber schlapp und unkonzentriert?



0151 65110071



info@besser-schlafen-beratung.de



Martin-Kuen-Straße 4, 89264 Weißenhorn

Elke Görtler

ZERTIFIZIERTER SCHLAFCOACH MIT ÜBER 20 JAHREN
BERUFS- UND PRAXISERFAHRUNG IM SCHLAFLABOR.

WIE GEHT'S LOS?

Der erste Schritt - Deine kostenlose Erstberatung.

Unverbindliches *Erstgespräch*

Diese 3 Dinge erfährst Du im Erstgespräch:

1. Deine Engpässe analysiert - und wie Du sie löst
2. Wie Deine Schlafhygiene aussehen sollte
3. Was Du konkret tun kannst, um Deinen Schlaf zu verbessern

Jetzt anrufen oder online Termin vereinbaren: 0151 65110071



Beratung vor Ort in Weißenhorn, online oder per Telefon möglich!

Online-Termin vereinbaren:

Scanne jetzt den QR-Code
und sichere Dir Deinen
kostenlosen Termin für
das Erstgespräch



HIER
SCANNEN!



www.besser-schlafen-beratung.de

Jetzt QR-Code mit dem Smartphone scannen!

Veränderung ist niemals eine Frage der
Fähigkeit, sondern eine Frage der Motivation