

Témoignage après 3 mois

Après de très nombreuses tentatives, essais de régimes alimentaires au vu de combattre ses démons et fausses croyances sur la nourriture, ma cliente a appris ce que veut dire la nutrition, *rapport entre la nourriture et les effets des aliments sur la santé, afin d'assurer le fonctionnement des fonctions vitales et la production d'énergie.*

Nous avons mis en place un changement radical tant mental que dans la préparation et la prise de ses repas au quotidien.

Ma cliente n'a plus un regard noir face à la nourriture, ne se met plus des interdits sur certains nutriments, au contraire, elle a élargi ses horizons, découvre d'autres façons de les apprêter.

Elle me dit **Merci, être heureuse** de m'avoir rencontrée, que j'ai su la comprendre, la guider et surtout la coacher à faire un travail sur elle-même, qu'elle croyait insurmontable.

Merci à vous aussi Marceline pour la confiance que vous m'avez témoignée.