



## Informationen zu Ihrem Hypnosetermin

**Um für Ihren Hypnosetermin den größtmöglichen Erfolg zu erzielen, habe ich einige Tipps und Informationen für Sie zusammen gestellt:**



**Nehmen Sie sich bereits vor dem Termin einwenig "Auszeit" für sich.**

So können Sie pünktlich ankommen und entspannt in Ihren Termin gehen.



**Planen Sie im Anschluss an die Hypnose noch einen Zeitpuffer ein, bevor Sie weiteren Terminen nachgehen.** Manchmal kommt es vor, dass eine Sitzung ein paar Minuten länger dauern kann als geplant. So vermeiden Sie Zeitdruck und können sich voll und ganz auf die Therapie oder das Coaching einlassen.



**Trinken Sie kurz vor dem Termin möglichst keinen Kaffee oder andere stark anregenden Getränke.** Solche Getränke erhöhen die Produktion von Stresshormonen im Körper und erschweren damit die Arbeit mit dem Unterbewusstsein.



**Aus hygienischen Gründen kann meine Praxis nicht mit Straßenschuhen betreten werden.** Von daher werde ich Sie darum bitten, nach dem Eintreten Ihre Schuhe im Eingangsbereich auszuziehen.

Gerne können Sie sich eigene Hausschuhe oder dicke Socken mitbringen, in denen Sie sich wohlfühlen. Alternativ biete ich Ihnen vor Ort auch gerne Einwegschuhe an. Ihr Wohlbefinden liegt mir sehr am Herzen!



**Erfahrungsgemäß kann während einer Hypnose das Kälteempfinden zunehmen, sodass manche Menschen leichter frieren können.**

Wenn Sie dazu neigen zu frieren, haben sich hier sich warme Socken und/oder ein

Pullover etc. zur Sicherheit bewährt (auch im Sommer).

Vor Ort biete ich Ihnen auch gerne eine weiche Decke zum Zudecken an.



**Sollten sich vor der Sitzung noch wichtige Fragen ergeben, schreiben Sie mir einfach per E-Mail, Kontaktformular oder rufen Sie an. Ich helfe Ihnen gerne weiter.**



**Im Leben läuft es manchmal nicht nach Plan: Wenn Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können, sagen Sie diesen bitte rechtzeitig ab.**

Ich bitte um Verständnis, dass verpasste Termine ohne Absage in Rechnung gestellt werden müssen, da sie nicht mehr anderweitig vergeben werden können.

*Ich freue mich darauf Sie kennen zu lernen!*