

Hypnose-Lounge Herzogenbuchsee .....

## Eine Reise zu innerer Ruhe und Veränderung

Unter dem Namen «Hypnose-Lounge.ch» hat Yves Frieder am Haldenweg 18 in Herzogenbuchsee eine Praxis eröffnet.

Das neue Therapie-Studio bietet eine angenehme und entspannende Atmosphäre, die es den Klienten ermöglicht, sich zu öffnen und von den Vorteilen der Hypnose zu profitieren. Die moderne Praxis wird vom qualifizierten

Hypnotherapeuten Yves Frieder geleitet, welcher mit einem breiten Spektrum an Techniken und Methoden arbeitet, um den individuellen Bedürfnissen der Klienten gerecht zu werden.

Die Praxis bietet u.a. Unterstützung in den folgenden Bereichen:

**1. Stressbewältigung und Entspannung:** Mit gezielten Hypnose-Sitzungen lernen die Klienten, wie sie besser mit Stress umge-

hen können und wieder zu innerer Ruhe finden.

**2. Raucherentwöhnung und Gewichtsreduktion** für Menschen, die mit dem Rauchen aufhören oder ihre Essgewohnheiten ändern möchten. Durch positive Suggestionen wird das Verlangen nach Zigaretten oder ungesunden Lebensmitteln verringert.

**3. Angstbewältigung und Phobien:** Bei Höhenangst, Flugangst oder andere Phobien kann Hypnose helfen, Ängste zu erkennen und zu überwinden. Klienten lernen, sich mit ihren Ängsten auseinanderzusetzen.

**4. Steigerung der Leistungsfähigkeit:** Ob im Sport, im Beruf oder im persönlichen Leben – Hypnose kann dabei helfen, das Selbstbewusstsein zu stärken und men-



Zusammenarbeit zwischen Hypnose-Therapeut und Klient. (Bild: zvg)

tale Blockaden zu lösen, um das volle Potenzial auszuschöpfen.

«Ich möchte den Menschen eine Möglichkeit bieten, sich von ihren Belastungen zu befreien und mit neuer Energie in ihr Leben zu starten. Hypnose ist eine wunderbare Methode, die nicht nur therapeutisch wirkt, sondern auch dazu beitragen kann, die eigene Lebensqualität nachhaltig zu verbessern», erklärt Yves Frieder, der seine Ausbildung beim bekannten Hypnose-Experten Gabriel Palacios absolviert hat. (uj/mf)

**Termin jetzt buchen:**  
www.hypnose-lounge.ch

### Wie funktioniert der Hypnose-Prozess?

Während einer Hypnosesitzung wird der Klient in einen Zustand tiefer Entspannung geführt. In diesem Zustand sind die Sinne geschärft, und die Klienten sind besonders empfänglich für positive, heilende Suggestionen. Der Hypnotherapeut leitet den Klienten behutsam durch den Prozess, hilft dabei, blockierte Gedanken oder Ver-

haltensmuster zu erkennen und aufzulösen. Dabei wird immer im Einklang mit den Wünschen und Zielen des Klienten gearbeitet.

Der Hypnoseprozess selbst ist völlig sicher – der Klient behält jederzeit die Kontrolle und kann jederzeit aus dem Zustand der Hypnose herauskehren, wenn er dies möchte.

Anzeige .....