



## LL12\_02\_Feedback\_Bogen

Damit auch ich noch dazu lernen und mich weiter entwickeln kann, möchte ich dich um ein kurzes Feedback bitten- 5 Minuten, die mich weiterbringen – DANKE!!



Wie bist du auf das *Lebe leichter* Programm und den Kurs aufmerksam geworden?

Anderes: Ich suchte im Internet nach einem Abnehmprogramm



Wie findest du das komplette *Lebe leichter*-Programm?

Super, weil man das Programm einfache Regeln hat.



Wie waren das Online-Coaching insgesamt für dich?

Klasse, weil ich mir meine Zeit, wann lese ich deine E-Mail einteilen kann, wie ich möchte.



Welches Thema hat dich am Meisten angesprochen?

Die Gedanken zum Thema: Löffelliste, was möchte ich noch alles erledigen / Weiterentwicklung



Welches hat dir nicht so zugesagt? Warum?

Jede Woche hatte ihren Reiz.



Hast du dein dir gesetztes Ziel erreicht?

Ja, ich hab meine 5 Kilo abgenommen und nicht am Oberkörper. Trinken, fällt mir auch nach über 12 Wochen noch schwer, wahrscheinlich wird es mir immer schwer fallen.



Falls nicht, kennst du den Grund?



Wirst du deine neu erlernten Essgewohnheiten dauerhaft  
beibehalten?

Ja.



Brauchst du dabei noch Hilfe?

Ja. Ich freu mich auf 12 weitere Wochen mit dir!



Wie hat dein Umfeld auf deine Veränderung reagiert?

Noch sieht niemand meine Abnahme.

Mein Mann sagt, er macht nicht mit bei meinem Programm ;-)  
Witzig, dass er gestern sagte, wir essen Mittags nur eine Suppe,  
weil wir abends zum Essen eingeladen waren.



Hättest du dir noch mehr Hilfestellung von mir erwartet?

Nein, du bist klasse.



Was hat dir an mir gut gefallen?

Unser erstes Telefongespräch war mir sehr wichtig. Freute mich jede Woche auf deine E-Mail und auf die ZM.



Was hättest du dir anders gewünscht?



Gesamtfazit für dich:

12 Wochen online, war für mich die richtige Entscheidung.

Mein Ziel war es, dich in eine neue Lebensqualität zu führen, dir zu helfen, dein Essverhalten anzuschauen, zu verändern und diese nachhaltige Veränderung der Gewohnheiten einzuüben, mit der du dauerhaft einen veränderten Lebensstil beibehalten kannst.

**Alles Liebe für dich und Gottes reichen Segen auf deinem weiteren Weg!**

**Dein Lebe leichter Coach ULI**