

No PAIN! Schmerzfrei LEBEN

by Sylvia Stammer



Mach jetzt Deinen Schnelltest:

	WIE SEHR BESTIMMEN DIE SCHMERZEN DEIN LEBEN?	Gib jeder Frage einen Wert von 0 bis 10 als Antwort		
		0 schlecht/ gar nicht	10 sehr gut/ absolut	
		0	5	10
1	Wie empfindest Du Deine Leistungsfähigkeit im Vergleich zu anderen?			
2	Kannst Du schmerzbedingt alles tun, was Du möchtest?			
3	Wie fühlst Du Dich nach längerem Lesen oder PC-Arbeit?			
4	Hast Du Deine körperliche / innere Anspannung im Griff?			
5	Nutzt Du regelmäßig Entspannungs-Methoden?			
6	Hast Du genug Genuss in Deinem Leben?			
7	Achtest Du ausreichend auf gesunde Ernährung?			
8	Kannst Du Dich gut konzentrieren?			
9	Kannst Du gut schlafen?			
10	Fühlst Du Dich körperlich und mental in Deiner Mitte?			
11	Wie positiv bewertest Du aus heutiger Sicht Deine Zukunft?			

Deine nächsten Schritte:

1. Fülle den Test aus und mache ein Foto, um es mir zusenden zu können
2. Vereinbare ein kostenfreies Erstgespräch mit mir unter <https://sylvia-stammer.com/termin>
3. Sende das Foto an info@sylvia-stammer.com
4. Dann lass uns darüber sprechen, wo Du stehst und wie Du Dein Ziel erreichen kannst.