

SEELENBAUCH

deine Motivation, dass Seele und Bauch wieder gemeinsam arbeiten



Seelenbauch ist kein Diätprogramm und kein Heilversprechen.

Seelenbauch ist ein Raum für Menschen, deren Darm laut geworden ist und deren Seele müde ist.

Ich begleite dich, wenn

- Essen Angst macht
- dein Alltag kleiner wird
- du das Gefühl hast, Ärzte können dir nicht mehr helfen oder nehmen dich nicht ernst
- du Motivation, Verständnis und Halt brauchst.

Ich arbeite ruhig, ehrlich und ohne Druck. Alles aus meiner eigenen Leidensgeschichte heraus. Ich habe meinen Weg gefunden, wie ich wieder mit meinem Körper im Einklang lebe (habe trotzdem meine Safe-Foods) ohne Beschwerden und mit maximaler Energie.

MEINE ROLLE

Ich bin keine Ärztin und ersetze keine medizinische Therapie.

Ich begleite dich als jemand, der diesen Weg selbst geht.

Ich teile:

- meine Erfahrungen aus dem Darmaufbau
- mein Wissen rund um Darm, Ernährung, Makronährstoffe und Bewegung
- Motivation, Struktur und emotionale Unterstützung

Ich weiß, wie schmerzhaft der Weg ist, aber gemeinsam schaffen wird das. Du bist nicht allein und darfst Hilfe annehmen <3



Mein Leidensweg: Kurz & knapp

Ich lebe selbst mit Darmproblemen. Essen war lange mit Angst verbunden, mein Alltag wurde mehr und mehr zu einem Kraftakt. Ich habe kaum noch was gegessen und hatte permanente Schmerzen. Nach vielen Arztbesuchen ohne echte Diagnose und einem Darmverschluss habe ich verstanden: Mein Körper ist nicht kaputt – er versucht mich zu schützen. Heute kann ich wieder leben. Ich kann ich sein. Ich bin schmerzfrei. Endlich.

MEIN ANGEBOT

INDIVIDUELL, FÜR DEINE BEDÜRFNISSE

EINZELTERMIN – SEELENBAUCH KLARHEIT

Telefon- oder Videogespräch (pro h/30€) – länge variabel

> Ideal als Einstieg oder einmalige Motivation/Unterstützung



WHATSAPP-SUPPORT

- **3 Monate** WhatsApp-Support (MO-FR) – Sprachnachrichten, Motivation & Wissen

Preis: 149€ (50€/Monat)

KOMBI COACHING – SEELENBAUCH WEG

5 Monate Begleitung

- WhatsApp-Support
- 1x monatlich 60 Min Telefon-oder Videocall (bei Bedarf mehr dazu buchen)

Preis: 300€



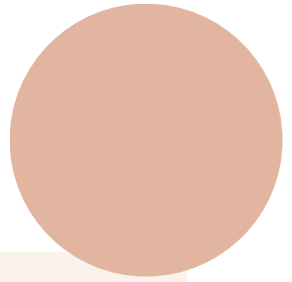
Jetzt kostenloses/unverbindliches
Erstgespräch buchen (15 Min):

E-Mail: julia@bergles.net
Anruf/Whatsapp: +49 1511 8515 394
Julia Bergles
Singoldstraße 5a
86517 Wehringen

WEITERE ANGEBOTE >

SEELENBAUCH

deine Motivation, dass Seele und Bauch wieder
gemeinsam arbeiten



PREMIUM-COACHING – SEELENBAUCH GANZHEITLICH

5 Monate intensive Begleitung

- WhatsApp-Support
- 2x *monatlich* 60 Min Telefon-oder Videocall (bei Bedarf mehr dazu buchen)
- Workbook & Buch “Seelenbauch” – Übungen, Aufgaben, Wissen & emotionale Begleitung

Preis: 400€

ZUSATZLEISTUNG

Für alle Pakete buchbar:

- 60 Minuten **Telefon- oder Videocall** (pro h/30€)
- **Workbook** & Buch Seelenbauch einmalig 15€ (Übungen, Aufgaben, Wissen & emotionale Begleitung)



Seelenbauch ist für dich, wenn du:

- dich in deinem Körper unsicher fühlst
- Angst vor Essen hast
- dich nach Verständnis sehnst
- Begleitung auf Augenhöhe suchst.

NICHT geeignet ist Seelenbauch, wenn du schnelle Lösungen, Druck oder starre Pläne suchst.