



# MAMMA PAKETET

Detta paketet är till för dig som är gravid



Under din graviditet och postpartum vägleder jag dig längs vägen mot att förbättra din och ditt barns hälsa!

**Din investering:** Startavgift 1995 kr  
därefter 1150 kr/månaden

## DET HÄR INGÅR

Grundlig hälsoanalys  
Individuell hälsoplan  
Coaching via  
videosamtal/mejl  
1 ggr/månaden

Startpaket med tillskott  
värde 860 kr

Gravidyoga online  
värde 799 kr

Fri tillgång till frågor  
via mejl

Inför vår första session kommer du få en eller flera digitala enkäter att svara på och jag återkopplar vid eventuella frågor. Vägen till din individuella plan innebär att jag analyserar dina svar samt använder tung och ansiktsdiagnostik som verktyg.

Vår första session kommer ägnas åt att tittar på ditt nuvarande tillstånd, det som har varit och det du vill skapa. Därifrån skapas en individuell plan utifrån dina behov. Hälsoplanen kan innehålla förändringar i kost, näring och homeopati.

Kontakta mig så bokar vi en gratis konsultation (15 min)