

## REBEKAH *Fensome*

LIFE COACH & HYPNOTHERAPIST / MEDIADORA PERSONAL

Text JENNA GOOD Fotos MARIA SIMON



**WHO IS SHE?** Top London and Ibiza life coach and hypnotherapist who offers life coaching both privately and as part of Just Stop Ibiza Retreats.

**HOW SHE HEALS:** A believer in empowering the individual, Fensome provides a number of techniques and tools during the session which can also be employed when the client goes back to the real world. Clients are first asked to fill out a questionnaire to identify their aims and find out what has been holding them back, so that tangible results can be gained. Fensome helps shift feelings and set real goals for anything from relationships to giving up bad habits and career changes.

**SPECIALISM:** Changing people's lives for the better by eliminating bad habits, phobias, anxieties and fears through both hypnotherapy and life coaching.

**ALSO FIND HER:** At her private practice in London or in Ibiza on a roadside just marvelling at the island's beauty. "The nature in Ibiza is amazing," she says.

**THOUGHT FOR THE DAY:** "Just stop - stop whatever you're doing and take yourself out of your body to find out that really makes you happy. Give your mind a workout as well as your body."

**WHERE TO FIND WELLNESS IN IBIZA:** "Benirras beach. I go there every day for a swim at 4pm. I love it there. There's something about that rock."

**¿QUIÉN ES?** Popular mediadora personal de Londres e Ibiza e hipnoterapeuta que ofrece asesoría de vida de forma privada y como parte de Just Stop Ibiza Retreats.

**CÓMO CURA:** Creyente del empoderamiento del individuo, Fensome proporciona un número de técnicas y herramientas durante la sesión que pueden también ser utilizadas cuando el cliente regresa al mundo real. Los clientes primero tienen que rellenar un cuestionario para identificar sus propósitos y encontrar que es lo que les ha estado retrasando, para poder obtener resultados tangibles. Fensome ayuda a cambiar sentimientos y proponer objetivos para cualquier cosa desde relaciones a dejar malos hábitos y cambiar de carrera profesional.

**ESPECIALIDAD:** Cambiar la vida de las personas a mejor al eliminar malos hábitos, fobias, ansiedades y miedos a través de hipnoterapia y asesoría personal.

**TAMBIÉN LA ENCONTRARÁS:** En su consulta privada en Londres o en Ibiza junto a un camino maravillándose de la belleza de la isla. "La naturaleza en Ibiza es increíble", dice.

**PENSAMIENTO DEL DÍA:** "Para un momento - deja lo que estás haciendo y saca el alma de tu cuerpo para encontrar lo que realmente te hace feliz. Ejercita tu mente además de tu cuerpo".

**DÓNDE SE PUEDE ENCONTRAR BIENESTAR EN IBIZA:** "En la playa de Benirrás. Voy allí cada día a nadar a las cuatro de la tarde. Me encanta. Esa roca tiene algo especial".

Tel: +44.788.976.1272. [www.rebekahfensomelife-coach.com](http://www.rebekahfensomelife-coach.com). [rebekah.fensome@gmail.com](mailto:rebekah.fensome@gmail.com)