

Co zostało z Twoich postanowień o odchudzaniu?

Data publikacji: 20.02.2024 19:30

Według różnych źródeł aż od 80% do nawet 90% osób porzuca swoje postanowienia noworoczne przed końcem stycznia! Postanowienia związane z odchudzaniem są jednymi z najczęściej podejmowanych, ale niestety również najczęściej porzucanych...



Dietetyk Wiktoria Siekierka

Dlaczego tak się dzieje?

Większość osób traci entuzjazm do utrzymania diety lub regularnych treningów zaledwie po kilku tygodniach. Dzieje się tak zazwyczaj z powodu braku motywacji, niewłaściwie dobranych celów i braku wsparcia. - **Wyzwanie związane z utratą wagi często staje się samotną walką, a brak efektów w krótkim czasie może zniechęcić nawet najbardziej zdeterminowane osoby.** - zauważa dietetyk Wiktoria Siekierka z Naturhouse w Ustroniu.

Jednym ze skutecznych sposobów na przeciwdziałanie temu zjawisku jest skorzystanie z pomocy profesjonalistów. Dieta i odchudzanie pod okiem doświadczonego specjalisty znacznie zwiększa szansę na sukces.

Wsparcie merytoryczne

Naturhouse to firma oferująca kompleksowe podejście do utraty wagi. Dzięki stałemu wsparciu dietetyków, prostej diecie i naturalnej suplementacji, pomaga osiągnąć realne cele. Kuracje dietetyczne są dostosowywane indywidualnie do danej osoby, biorąc pod uwagę jej potrzeby, schorzenia, preferencje i styl życia.

- **Warto podkreślić, że profesjonalne wsparcie Naturhouse to przede wszystkim edukacja żywieniowa, dzięki której osoba odchudzająca się zdobywa wiedzę na temat zdrowego stylu życia i wie, jak później utrzymać osiągnięte efekty** - dodaje dietetyk Wiktoria Siekierka.

Dobór celów do możliwości

Wiele postanowień noworocznych upada z powodu niewłaściwie dobranych celów. Naturhouse pomaga ustalić realistyczne plany, dostosowane **do możliwości każdej osoby.** - *Zamiast skupiać się na szybkim i spektakularnym efekcie, kładziemy nacisk na trwałe zmiany sposobu żywienia, co przekłada się na utrzymanie zdrowej wagi na dłuższą metę.* - podkreśla dietetyk Naturhouse. - **Pokazujemy, że dieta może być smaczna i prosta w przygotowaniu, a nasi klienci często dziwią się, że po jej rozpoczęciu jedzą więcej, niż wcześniej i nie odczuwają cięgiego głodu!** - dodaje dietetyk Wiktoria Siekierka.

Czuwanie nad realizacją celów

Kluczowym elementem sukcesu w odchudzaniu jest systematyczność i stała kontrola postępów. Dietetyk Naturhouse pełni rolę opiekuna, monitorując osiągnięcia i dostosowując zalecenia żywieniowe oraz suplementację do uzyskiwanych efektów i zakładanych celów. To wsparcie jest szczególnie istotne w trudniejszych momentach, gdy motywacja może osłabnąć. Ze wsparciem specjalisty łatwiej jest osiągnąć sukces!

Bezpłatne konsultacje

Odkryj, jakie korzyści przynosi współpraca z doświadczonym dietetykiem i zrealizuj swoje postanowienia! Zanim zdecydujesz się na dietetyczną kurację, możesz skorzystać ze wstępnej, **BEZPŁATNEJ KONSULTACJI**, podczas której zadasz nurtujące Cię pytania, a dietetyk przeprowadzi badanie składu ciała, by sprawdzić zawartość tkanki

tłuszczowej i wody w Twoim ciele, a także poznać wiek metaboliczny organizmu.

Przyjdź, poznaj nas i zdecyduj!

Ul. Kościelna 2

43-450 Ustroń

tel.: 600 331 681

ustron@naturhouse-polska.com

<https://tinyurl.com/dietetykustron>

Artykuł sponsorowany