

DANUŠE
-15,7
kg

Danuše Umlaufová

Bydliště: Chomutov

Poradna: Chomutov

Zaměstnání: seniorka

Věk: 59 let
Výška: 169 cm
Původní hmotnost: 106,5 kg
Současná hmotnost: 90,8 kg

Délka hubnutí: 6 měsíců
Původní velikost oblečení: 50–52
Současná velikost oblečení: 42–44

Zmenšení o:

4–5 konfekčních velikostí oblečení
Úbytek přes břicho: 19 cm



Jediné, co můžete ztratit s NATURHOUSE, jsou nadbytečná kila

Sympatická seniorka Danuše Umlaufová celá září. Poté, co se jí podařilo úpravou stravy a stravovacích návyků postupně odložit 15,7 kg, má energie a dobré nálady na rozdávání. Také krevní testy cholesterolu, kyseliny močové a cukru se jí zlepšily. A díky úbytku 19 cm přes břicho může nosit slušivé oblečení v běžné konfekční velikosti 42–44.

Můžete nám, Danuško, říct, jak jste se o výživové poradně NATURHOUSE dozvěděla?

Kolem poradny v Chomutově jsem chodila velmi často. Jednou jsem se nechala zvážit a opět jsem se zhrozila. Už několikrát jsem se pokoušela svou váhu snížit a změnit stravovací návyky, ovšem bez velkého úspěchu. Využila jsem nabídky výživové poradkyně Hanky Křivánkové a objednala jsem se na konzultaci. Uvědomila jsem si, že s pomocí, povzbuzením i pochvalou to půjde lépe.

Můžete nám popsat, jak vypadá úvodní konzultace?

Po převážení a přeměření, které doprovází i pohovor o dosavadních stravovacích návycích, jsme společně probraly seznam potravin, které jsou pro úbytky váhy nezbytné, a proškrtaly jsme potraviny, které vhodné rozhodně nejsou. Poté mi byl sestaven jídelníček. Hanka mi tak doporučila produkty, které si v NATURHOUSE můžu zakoupit. Bylinkové ampulky, vlá-



nina FIBROKI a ostatní výrobky mi moc pomáhaly.

Během několika měsíců jste zhubla 16 kilo, jak Vás to změnilo?

Po týdenních návštěvách se můj sen začal stávat skutečností. Mizela kila, centimetry a těšila jsem se na pochvalu od výživové poradkyně Hanky, která moje úspěchy prožívala se mnou. Teď se na sebe ráda podívám i do zrcadla a ve skříni se mi oblečení změnilo z velikosti 50–52 na 42–44. Nyní mám energie a dobré nálady na rozdávání.

Při takovém skvělém váhovém úbytku se určitě zlepšil i Váš zdravotní stav.

Hladiny cholesterolu, cukru, kyseliny močové a tlak mám jako mladice. Zhubla jsem 16 kg a centimetry se také někam poděly.

Vaše řádky nyní můžou namotivovat i další jedince, kteří teprve váhají, zda se do hubnutí pustit právě s NATURHOUSE. Vzkážete jim něco?

Jsem ráda, že jsem do výživové poradny NATURHOUSE v Chomutově zašla a dokázala změnit své stravovací návyky. Díky tomu se teď cítím po všech stránkách lépe. Všem ostatním, kteří bojují s váhou a chtějí s tím něco dělat, tuto poradnu vřele doporučuji. Jediné, co můžete ztratit s NATURHOUSE, jsou nadbytečná kila. Děkuji chomutovské pobočce za podporu.