

**STANISLAVA**  
**-24**  
**kg**

## Stanislava Vachtfeidlová

**Bydliště: Prachatice**  
**Poradna: Prachatice**  
**Zaměstnání: úřednice**

Věk: 58 let  
Výška: 165 cm  
Původní hmotnost: 102 kg  
Současná hmotnost: 78 kg

Délka hubnutí: 8 měsíců  
Původní velikost oblečení: 58  
Současná velikost oblečení: 46

Zmenšení o:

**6 konfekčních velikostí oblečení**  
**Úbytek přes boky: 17 cm**



## Za půl roku konstatuji, že minus dvaceti kily disponuji

**Nestává se často, aby naši spokojení klienti svůj příběh zveršovali. Paní Stanislavě Vachtfeidlově se to podařilo víc než výborně. Stejně tak krásně se jí podařilo odložit nadbytečných 24 kilo a zeštíhlet přes boky o 17 cm ve výživové poradně NATURHOUSE v Prachaticích. Teď se cítí skvěle, plná síly a radosti do života.**

V obchodech krásné šaty vystavují a já po nich smutně pokukuji. Tolik bych si přála mít o pár kilo méně, bych oblékati se mohla zas moderně. Musím improvizovat, šaty sobě zakoupené nechávám čím dále více zvětšovat. A šikovná švadlenka paní Geierová šaty umně nastavuje a tím mě zachraňuje.

Ani byste nevěřili, jak se stravuji. Uzeniny, maso mě míjí, bez snídaně, k obědu brambory či rýži a dva banány k večeři. Příznávám, že na sladké chutě stále mám, a tak někdy hřeším a výčitky pak v sobě řeším.

Nejen krásné odění, ale hlavně trápí mě můj stav zdravotní. Co vám budu povídat, jak těžké je s mými kily se ohýbat.

Čtyři roky sama vzdoruji, v domnění, že svůj boj s kily vyhraji. Při pochodu do schodů zastavuji, nadechnout na chvíli se potřebuji. A věk? Neúprosně se hlásí a s tím zdravotní strasti. Co mě čeká? Podle své maminky vím, jaké trápení měla a že nerada bych píchala si inzulín. A srdíčko? To opatrovat bych měla alespoň maličko. Nezaslouží si mé zacházení, za celoživotní sloužení.

Těž se přiznávám, že hýbat se odmítám. A pak dospěji k závěru, že sama se sebou nic nesvedu.

Kolem NATURHOUSE denně chodím a po pravdě? Moc těmto metodám nevěřím. Ale pak již vím, že v konci jsem se svým tzv. „hubnutím“. A řeknu si, že za to přec nic nedám, když poradkyni navštívit se odhodlám.

První návštěva ty nejlepší dojmy ve mně vyvolá. Milá, sympatická, vstřícná, profesionální poradkyně paní Bc. Zdeňka Krčálová probírá se mnou možnosti mnohé, ihned mi „do oka“ padne. Paní Krčálová nic nevnucuje, jen trpělivě vysvětluje, co



tělo mé potřebuje a možnosti nastoluje. Jsem přesvědčena, že na místě poradkyně správná je to žena.

Cítím se s ní velice příjemně, jak u dávné známé své. Do rozpaků neuvádí, snažením nás provází. Vždy přesně připravena, čas si udělá a pouze jednoho klienta v objednanou dobu má. My stejně „postižení“ máme tak své soukromí, což myslím, mnozí ocení.

Když to shrnu, NATURHOUSE a s ním paní Krčálová můj život obrátila, do písmene do slova. Naprostou důvěru v ní mám a ve všem jí poslouchám.

Když někdy náhodou výjimečně zhřeším, svěřit se jí mohu se vším. Zjišťuji, že nad sebou „kuratelu“ potřebuji a tak hned od prvního dne vše, co mě paní Krčálová poradila, dodržuji. Že budu jísti mnohem více, než dosud se dozvídám a na výběr různých chutí mám. Po pravdě, první dny nic moc, naštěstí výborné pochutiny dostala jsem na pomoc. Vzáorně vše dodržuji a výsledky se dostávají.

Nikdy bych netušila, jak úžasné je shodit nadbytečná kila. Lehký krok, žádný cukr, vzorný tlak, též nikdy bych nevěřila, že více stravy ve svém důsledku dovede mě k vytouženému výsledku.

I když už má člověk nějaká léta, vlije to energii novou, nevídanou, do těla a do života. S nadšením nový šatník pořizuji

a z každého dne znovu se raduji. Věřte, že to žádné nejsou fráze, či bohapustá propagace NATURHOUSE práce. Myslím, že ani netušíme, jak velkou pro nás je výhodou, že NATURHOUSE v Prachaticích má poradnu svou.

Nebudu vám zatajovat, že i finance musela jsem investovat. Že to něco stojí? Vždyť za hlouposti utrácíme a vůbec to neřešíme. Nikdy nebudu litovat, že musela jsem peněz dát. Co smysluplnější může být, než do svého zdraví je vložit, vždyť co větší smysl má, než o zdraví své pečovat. To nejdůležitější je zdraví být a jinak nic více moc neřešit.

A tak jsem vděčná tomu, že mé kroky zavedly mě do NATURHOUSE domu. Štěstí jsem měla, že na paní Krčálovou jsem „natrefla“ a ta z noční můry mě vysvobodila. NATURHOUSE se nevnucuje, jen řešení našeho trápení představuje. A ta slast, když obláci si můžete vytoužený šat.

Na závěr doporučení mé všem, kdo trápení jako já mají podobné. Vyzkoušejte a věřím, že za pravdu mně dáte. Není to laciné chválení, ale opravdové ze změny nadšení.

A ještě: Vánoční cukroví miluji, že letos bez něho budu, se strachuji. A opět paní Krčálová mé obavy rozptýlila a výborné recepty na ně mi předložila. Moje přesvědčení: o pár kilo méně vám život změní.