

Věra
zhubla
20 kg

Věra
Linhartová

Chomutov

Výška: 154 cm
Věk: 62 let
Původní hmotnost: 95,6 kg
Současná hmotnost: 75,2 kg

Snížení o:
20,4 kg

Délka hubnutí: 3 měsíce
Původní velikost oblečení: 52
Současná velikost oblečení: 44

Zmenšení o:
4 konfekční velikosti oblečení



Věra Linhartová v době,
kdy vážila 95,6 kg.

Foto: Věra Linhartová

Přeci nezůstanu ležet, nebo na vozíku ve stálých bolestech a na lécích. A začala jsem hubnout s podporou NATURHOUSE

Ještě před 3 měsíci trápily paní Věru Linhartovou vleklé bolesti v nohách a zádech způsobované nadváhou. Na doporučení svých neteří se svěřila do rukou výživové poradkyně Míši Mauleové z NATURHOUSE v Chomutově. Nejen, že bolesti odešly společně s 20 kily nadváhy, ale nyní se může paní Věra oblékat do pěkného oblečení v běžné konfekční velikosti 44.

Paní Věrko, Vy jste o výživové poradně NATURHOUSE již dříve slyšela, je to tak?

Dobrým vzorem pro mě byly mé neteře, Marta Lancošová a Petra Hradecká, které hubly ve výživové poradně NATURHOUSE s podporou Bc. Míši Mauleové a její asistentky Hanky Křivánkové. Obě měly fantastické výsledky a s metodou i přístupem personálu byly maximálně spokojené.

Co Vás tedy přivedlo do poradny?

V březnu 2014 jsem podstoupila operaci již druhého kyčelního kloubu. Vše dopadlo dobře, ale i po rehabilitacích a lázních bolesti nohou a v zádech přetrvávaly. Lékaři mě při každé kontrole, sice taktně, ale upozorňovali



na přetížení z nadváhy, a že záleží na mně, jak dlouho mi klouby vydrží. Tak jsem si řekla, přeci nezůstanu ležet, nebo na vozíku ve stálých bolestech a na lécích, které ještě ničí žaludek a mají jiné vedlejší účinky. A to bylo mé rozhodnutí začít hubnout s podporou.

Tak jste se vrhla do úpravy životosprávy...

Hned po ortopedické kontrole jsem zašla do poradny NATURHOUSE pro informace a nakonec jsem odcházela s dobrými radami, nakoupenými produkty a pevným rozhodnutím: „Jdu do toho a dokážu to“. A vyplatilo se to. Hned po prvním týdnu šla váha znatelně dolů a to skoro o 4 kila, bolesti ustupovaly a nálada se zlepšovala. Při každé kontrole mě Bc. Míša Mauleová potěšila úbytkem váhy i zmenšujícími se mírami, to mi dodávalo sílu pokračovat dále.

Zhubla jste přes 20 kg za 3 měsíce. Plánujete do NATURHOUSE docházet i nadále?

Určitě. S asistentkou Hankou si také ráda popovídám o zdravé výživě a dalších věcech, které mě ještě zajímají. Dobrým pomocníkem do budoucna budou pro mě také časopisy PESO PERFECTO, je v nich spousta dobrých rad, nápadů a receptů.

Je něco, co byste chtěla vzkázat ostatním, kteří ještě váhají s hubnutím?

Hlavně bych chtěla poděkovat Míše a Hance za velice příjemný a kladný přístup a za pomoc dosáhnout své vysněné cílové váhy. Budu se snažit si váhu udržet a případně s pomocí NATURHOUSE ještě nějaké kilo shodit. I těch 20 kg mi pomohlo k lepšímu pohybu a radostnějšímu životu. Ještě jednou DÍKY.