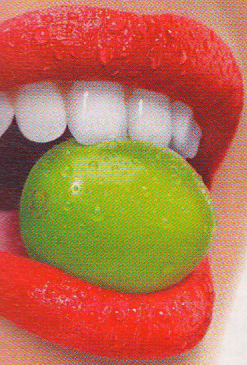


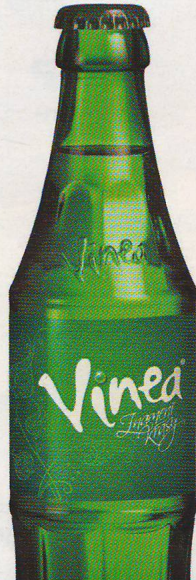
Gurmet



## Šťavnatá letní společnice VINEA

Opravdová chuť hroznů  
ukrytá v elegantním hávu -  
přesně taková je Vinea.  
Vždy krásná, připravena  
zazářit a především  
dokonale osvěžit.

*Krásněšťavnatá*



Díky obsahu přírodních surovin hroznů  
je chuť Viney nezaměnitelně šťavnatá  
a vy si spolu s ní můžete vychutnat každý  
okamžik až do poslední kapky!

Vinea je také dlouhá léta symbolem  
výjimečnosti, elegance a krásy.  
Právě proto je Vinea toto léto přesně jako  
vy - KRÁSNE ŠŤAVNATÁ.

**Ledově vychlazená dokonalá  
společnice! ☺**

Móda

**FREEPORT**  
INTERNATIONAL OUTLET

# CESTA ZA RODINNÝM POKLADEM!

Můžeš vyhrát  
**kolo Merida,  
stan Hannah,  
golfové lekce,  
vstup na tenisové  
hřiště nebo pobyt  
v hotelu Gaudeo**  
na Vranovské pláži  
a další ceny!

Rodina se baví  
**30. června 2012**  
od 11.00 do 17.00 hod  
Den plný her o skvělé ceny k začátku prázdnin!

ZUMBA SHOW • **KOUZELNÍK RICHARD NEDVĚD** • FACEPAINTING  
DRIBLÉŘI S MÍČEM - MÍČOVÉ MISTROVSTVÍ

[www.freeport.cz](http://www.freeport.cz)

Zdraví

## Patero kroků ke krásné siluetě

Už jste vyzkoušeli mnoho diet, ale z úbytku centimetrů jste se neradovali dlouho?  
Máme pro vás elegantní, nenásilné a dlouhotrvající řešení.

Tým dietologů NATURHOUSE exklusivně přináší pět pilířů, díky kterým dosáhnete kýženého výsledku.

### 1. Individuální přístup

Každý organismus je unikát a je třeba k němu tak přistupovat. NATURHOUSE proto posuzuje každého nově přichozícího klienta zvlášť a na základě podrobné analýzy vybere správnou kombinaci jídel, aby byly uspokojeny jeho veškeré potřeby – fyziologické, biochemické i metabolické.

### 2. Žádné hladovění

Metabolické funkce probíhají pouze za předpokladu, že je organismu dodávána pravidelná a vyvážená strava. Jakmile je cyklus narušen, tělo si okamžitě začne vytvářet zásoby tzv. na horší časy a samozřejmě v podobě, která je pro něj nejuvhodnější – v podobě tuku.

### 3. Nová výchova ve výživě

„V našich dietetických centrech klienty nenutíme do drastických diet ani užívání 'zázračných' pilulek. Naopak je učíme vyváženému stravování a oni často dokonce jedí více, než byli zvyklí, a tím hubnou,“ vysvětluje Eva Štraškrábová, dietoložka a majitelka



pobočky NATURHOUSE v Berouně. Cílem tak není pouze krátkodobý úbytek váhy a centimetrů, ale právě dlouhodobé udržení si dosažených výsledků.

  
**NATUR HOUSE**  
Nová výchova ve výživě

### 4. Motivace

Významnou roli hraje v hubnutí také přátelský a motivující přístup každého dietologa NATURHOUSE. „Pravidelný kontakt je důležitým aspektem při hubnutí. Klienty tak můžeme lépe motivovat a být jim podporou na cestě k jejich vysněné postavě,“ podotýká výživová poradkyně Petra Dubanovská.

### 5. Pomoc z přírody

Při hubnutí jsou doporučovány potravinové doplňky, potraviny pro zvláštní výživu a bylinné směsi, které celý proces dosažení předem

stanovených dílů dokáží efektivně podpořit. I to je součástí práce týmu NATURHOUSE, který vyvíjí vlastní výživové a dietetické doplňky.

Více info na [www.naturhouse-cz.cz](http://www.naturhouse-cz.cz)