



**CHCI ZHUBNOUT,
CO MI POMŮŽE?**



**CHCI ZLEPŠIT
ZDRAVÍ,
CO MI POMŮŽE?**

5. DÍL

Helena Havráňková

5



JAK SE DOŽÍT STÁŘÍ

VE VYNIKAJÍCÍ
KONDICI?



5

“

NA MNOHA POMNÍCÍCH BY MĚLO STÁT:
ZEMŘEL VE TŘICETI,
POHŘBEN V ŠEDESÁTI LETECH

Georg Christoph Lichtenberg

”

JAK SE DOŽÍT STÁŘÍ VE VYNIKAJÍCÍ KONDICI?

Víte, že **ve Švédsku** jsou lidé **před úmrtím nemocní** průměrně „**pouhé**“ **tři roky**, ale **v České republice** je to v průměru celých **patnáct let**?

Vždy platí, že je jednodušší udržovat zdraví, než potom zvládat nemoci.

Jídlo, které konzumujete, má zásadní význam pro vaše zdraví, jelikož je těsně propojeno s vaší střevní flórou. Ta společně s vašimi svaly ovlivňuje vaše zdraví více, než jste doposud možná tušili.

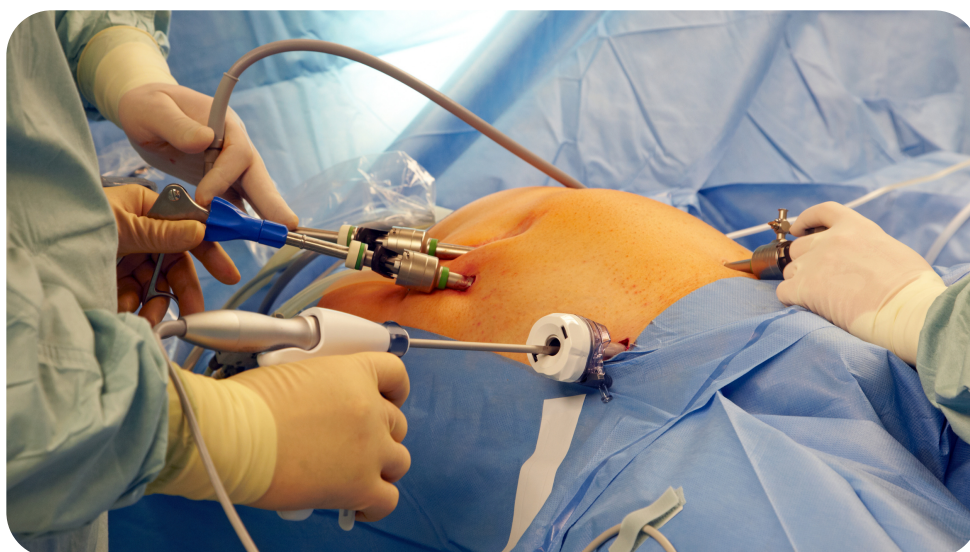


Denně děláme jednu ze dvou věcí: buď upevňujeme
své zdraví, nebo podporujeme nemoc

Adelle Davisová

Žádná **dieta** světa **nenapravuje** SOUBĚŽNĚ **funkci SVALŮ a STŘEV**. Přitom právě o ně jde, ostatní přijde samo.

Každý lékař ví, že se rozmáhající **obezita stává opravdovou hrozbou** pro sociální a zdravotní systémy celého světa. Přesto od nich spíše dostanete doporučení k bariatrické operaci, než vysvětlení, že **zdravější je zaměřit se na výživu svalů a střev**.



Z mnoha ordinací tak často odcházíte s recepty na léky na nemoci, které byste vůbec nemuseli mít, kdybyste dostali vysvětleno to, co jsem se vám snažila přiblížit v tomto kurzu.

Mým cílem bylo vysvětlit vám, **jakými mechanismy je organismus stahován do stále větší nerovnováhy**, a jakým způsobem se můžete vrátit zpět ke své vysněné postavě i k lepší fyzické a psychické zdatnosti. Další kroky teď jsou již jen na vás.

Pokud cítíte, že **potřebujete změnu, změňte přístup ve své péči o svaly a střeva**. V opačném případě bude nad vaším zdravím vždy **vítězit farmaceutický a chirurgický průmysl**, pokud se tak již dokonce nestalo.

Pamatujte si, že:

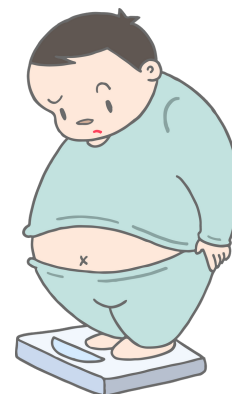
Nerovnováha na jedné straně vyvolává automaticky
vždy i nerovnováhu na straně druhé

Duální koncept Vianesse je unikátní metoda speciálně zaměřená na obnovení funkčnosti obou oslabených míst. Vše podstatné, co jste se potřebovali dovědět, jsem vám v tomto kurzu předala. Nyní je vás, zda zůstanete nadále u nefunkčních diet, léků a operací, nebo provedete ve svém životě revoluci a přejdete na efektivní a tisíci lidmi ověřený výživový duální koncept Vianesse.



Věřte, že **není nic horšího, se stát závislým na cizích lidech při péči o vlastní tělo** (ze své praxe vím, o čem mluvím).

Je až zarážející, jak lehkovážně někteří lidé považují za bezvýznamné **dopady svého životního stylu na jejich budoucí zdravotní stav**. Kouří, cpou se nezdravými jídly, pijí litry sladkých vod a energetických nápojů, ponocují, nesportují, tloustnou...



A když se **následky projeví podle očekávání**, jsou zaskočení a kladou si otázku: „Kde jsem k tomu přišel? Nikdy jsem nic takového neměl.“ a podobně.

Zapomínají na to, že hlavním **předpokladem spokojeného života** ve vyšším věku je **zůstat soběstačný**.

Bohužel mnozí z nich si toto uvědomí až příliš pozdě.

NEEXISTUJE žádný lék pro sanaci střeva a obnovu kvality svalů!

Je iluzorní myslet si, že farmaceutický průmysl se svými léky, které udržují chronické nemoci "pod kontrolou" a nevyléčí je, vám navrátí ztracenou spokojenost a vitalitu do života.



Nevrátí.

Spíše skončíte na antidepresivech.

Nespoléhejte se na farmacii, ale na svůj rozum. **Vianesse** vám pomůže přivést váš organismus zpět do harmonie a umožní vám znovu získat dobrý pocit ze života. Pomůže vám **jak ke krásné postavě, tak i k lepšímu zdravotnímu stavu.**

Jedná se o jednoduchý výživový **koncept proti obezitě**, který napomáhá eliminovat **řadu chronických obtíží.**

Na trhu neexistuje produkt, který by tak **excelentní, komplexní a v tak vysoké kvalitě, aby** dokázal napomoci obnově rovnováhy u obou zmíněných slabých míst.

Název Vianesse byl složen z latinských slov:

- **Via** = cesta
- **n** = (natura) příroda
- **esse** = být



Volně bychom to mohli přeložit jako: „**Jít přírodní cestou**“ nebo "Být na přírodní cestě".

Výživová metoda Vianesse je velmi snadno integrovatelná do běžného života, podporující současně **jak zdravé hubnutí, tak i zlepšení celkového zdraví a nemá konkurenci.**

KDE SI VIANESSE OBJEDNAT?



Návod, jak se zaregistrovat k přímému odběru prebiotik a špičkových bílkovin **od firmy Vianesse, naleznete v pracovním sešitě k tomuto dílu.**

Registrací u firmy Vianesse se **k ničemu nezavazujete** (k žádným povinným minimálním odběrům, k žádnému shánění klientů ani k ničemu podobnému), a tudíž není třeba se čehokoli bát.

KRÁTKÉ SHRNUÍ ZÁVĚREM

- 1** **Získali jste klíčové informace** o tom, co ovlivňuje náš organismus, jak vzniká neschopnost zhubnout nebo co umožňuje vznik chronických potíží. Dostali jste také ověřené a vyzkoušené rady, jak zabránit tomuto vzrůstajícímu trendu, abyste se mohli opět cítit lépe. **Nyní je na vás, zda využijete podanou pomocnou ruku, nebo ne.**
- 2** **Už víte, jak** porazit opakované zdravotní problémy a obezitu. Použijte své nově získané znalosti, abyste převzali **kontrolu nad svou váhou a zdravím** a začali si život více užívat.
- 3** Nezapomeňte, že správně fungující střevní flóra je klíčová nejen pro kontrolu hmotnosti, ale také pro plné využití všech živin z kvalitní stravy, včetně využití bílkovin. **Zbavte se škodlivých bakterií a kvasinek a zažijte skutečnou vitalitu a odolnost vůči nemocem.** Ten, kdo má ve střevech převahu špatných bakterií a škodlivých kvasinek candida, bude stále zápasit nejen s udržením zdravé tělesné hmotnosti, ale také s častějším onemocněním.
- 4** **Potřebujete přibrat několik kilogramů?** Správná funkce střev je podmínkou pro efektivní vstřebávání živin, proto **neopomíjejte ani péči o svaly vašeho zažívacího traktu.** Díky harmonii v bakteriální populaci vašich střev dosáhnete plného potenciálu využití kvalitní stravy a získání optimální tělesné hmotnosti.
- 5** **S duálním výživovým konceptem Vianesse** můžete očekávat **novou vitalitu a skvělý vnitřní pocit.** Dokažte ostatním, že dokážete dosáhnout svých cílů, které ostatní překvapí.

Hlavní benefity životního stylu s Vianesse

- ⇒ **Dosažení optimální tělesné váhy** a souměrného vytvarování postavy.
- ⇒ Lepší regenerace organismu a obnova kvality svalové hmoty.
- ⇒ Snížení inzulínové rezistence a odstranění potřeby inzulínu u cukrovky II. typu.
- ⇒ Eliminace zánětu, **zlepšení psychiky a mozkových funkcí**, včetně celkového zklidnění.
- ⇒ **Eliminace vlčího hladu** a zbytečného přejídání, snížení střevních potíží.
- ⇒ Zlepšení spánku, zvýšení vitality a podpora dlouhověkosti.

DŮCHODEM ŽIVOT NEKONČÍ

