

## Секреты стройного тела и здорового образа жизни

Алматы, Казахстан

Милые дамы, приглашаем вас на Курс «Секреты стройного тела и здорового образа жизни».

Чтобы разгадать секрет стройного тела и здорового образа жизни давайте подумаем, что мешает ВСЕМ нам быть стройными и вести здоровый образ жизни?

Почему мы едим жирное, жаренное, мучное и т.д., если знаем, что это вредно?

Как правило, мы просто не можем себя ограничивать и контролировать, так как страдаем от пищевой зависимости. Мы употребляем пищу не для того, чтобы утолить чувство голода, а для того, чтобы поднять настроение и получить приятные эмоции. Еда помогает справиться с волнением, тревогой, она помогает снять стресс. Доказано, что от природы наш организм очень мудро и интуитивно «любит» именно здоровую пищу и ему не нужно для поддержания своих основных функций даже половины того, что современный человек съедает за день.

Пищевой зависимости уделяется совсем немного внимания со стороны ученых, но эта проблема очень серьезная. Человек, «заедая» свои проблемы, концентрирует внимание на вкусовых ощущениях и у него действительно повышается настроение, а негативные эмоции на время исчезают.

Для кого наша программа «Секреты стройного тела и здорового образа жизни»?

Для всех тех, кто устал от диет, кто хочет похудеть, но мешает особенная любовь к еде, к сладкому и булочкам.

Для тех, кто испытывает чувство вины, после кусочка пиццы или торта.

Для тех, кто устал от заколдованного круга «запрет, истязание и преодоление тяги к еде-срыв-обжорство- чувство вины и ничтожности-новый виток запретов и истязаний».

Телефоны для вопросов и регистрации:

8 727 328 4412, 8 707 128 4412 Айжан Аликулова.

---

Цена: **90 000 ₸**

Тип объявления:  
Услуги, предлагаю

Торг: неуместен

**Аликулова Айжан**

**87273284412**

**ул. Абая 150 уг. Тургут Озала**