

In 4 fasen naar een nieuwe en gezonde levensstijl

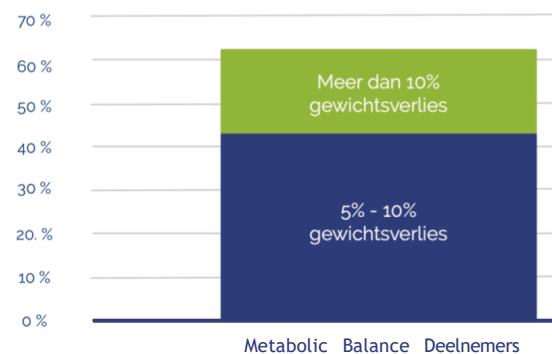
Het succes van Metabolic Balance ligt in het aanleren van een nieuwe levensstijl. Dit doen we in 4 fasen.

- Fase 1**
In twee dagen reset jij je lichaam. Je lichaam schakelt om naar energie die van binnenuit komt. Je gaat gebruik maken van je vetreserves.
- Fase 2**
Je eet de natuurlijke voedingsmiddelen van jou persoonlijke lijst tot je jouw gewenste doel hebt bereikt. In combinatie met onze 8 regels komt je stofwisseling weer in balans.
- Fase 3**
Nu je in balans bent mag je nieuwe voedingsmiddelen uitproberen en ervaren wat dat met jouw lichaam doet. Aan de hand van dit gevoel kies je nu zelf wat je wilt eten.
- Fase 4**
Je hebt een nieuwe levensstijl geïmplementeerd en zo blijft jouw stofwisseling in balans. Je kunt weer helemaal op jezelf vertrouwen om bewuste keuzes te maken.

British Medical Journal

“ Bij een vergelijking van 8 vitaliteits- en stofwisselingsprogramma's was Metabolic Balance het enige programma waar 62,5% van de deelnemers een succes op lange termijn bereikte.”

Succes op lange termijn



Metabolic Balance kan in een aantal gevallen niet worden gevolgd. Raadpleeg een gecertificeerd Metabolic Balance begeleider voor persoonlijk advies. Voor de regio het Groene Hart kunt u terecht bij Petra Schalkwijk. Neem gerust contact met haar op of bezoek haar website voor meer informatie. Ook vind u daar een uitgebreide presentatie over de spijsvertering en het Metabolic Balance programma.

Natuurgeneeskunde Woerden

Drs. Petra Schalkwijk

Poppmolenlaan 26, 3447 GK Woerden



Petra@natuurgeneeskunde-woerden.nl

www.natuurgeneeskunde-woerden.nl

GSM; 06 1478 9999

www.metabolic-balance-nederland.nl

metabolic balance

EEN GEZONDE LEVENSTIJL

RESET
YOUR BODY

VOEL ZELF WEER WAT
JOUW LICHAAM NODIG HEEFT

Heb je last van:

- ✓ overgewicht
- ✓ spijsverteringsproblemen
- ✓ overgangsklachten
- ✓ diabetes 2
- ✓ het metabool syndroom
- ✓ vermoeidheid
- ✓ moeite met slapen
- ✓ stress
- ✓ of migraine?

Heb je alles al geprobeerd maar wil niets helpen?

Dit is een teken dat je stofwisseling uit balans is. Enerzijds komt dat doordat vrijwel alle voedingsmiddelen tegenwoordig industrieel worden bewerkt.

Dit brengt ons lichaam flink in de war. Anderzijds speelt het te vaak en teveel eten ook een grote rol in deze verstoring.

Gelukkig kunnen wij je helpen weer een stabiele stofwisseling te krijgen. Zo kun je afvallen en direct stappen zetten naar een gezonde levensstijl voor de lange termijn!



Wat is Metabolic Balance?

(scan de qr-code voor een presentatie)



Gewichtsverlies



Gezond & Fit



Minder medicatie



Wij brengen jouw stofwisseling weer in balans door aan de hand van jouw bloedwaarden een persoonlijk voedingsplan op te stellen. Zo kunnen alle voedingsstoffen die je dagelijks binnen krijgt worden omgezet in bruikbare energie, in plaats van in vetreserves. Naast het persoonlijke voedingsplan, zul je door het implementeren van de acht Metabolic Balance regels aanleren hoe je bewust kunt eten. Op die manier houd je er een persoonlijke en gezonde levensstijl op na waardoor jij je fit zult voelen. Doe je mee?



Bloedwaardenonderzoek

Geeft ons inzicht in mogelijke tekorten, ontstekingen en verstoringen in de hormoonhuishouding.



Persoonlijk voedingsplan

Bomvol natuurlijke voedingsmiddelen die goed zijn voor jouw stofwisseling.



Intensieve begeleiding

Iedereen is uniek en heeft zijn/haar eigen routines, gewoontes en voorkeuren. Wij ondersteunen jou om de overgang naar je nieuwe en gezonde levensstijl met succes in je drukke leven te integreren.