

Üdvözlöm Önöket!

Kb. 2 évvel ezelőtt kerestem fel Önöket mert nem tudtam megbirkózni a súlyproblémámmal.

Az első megbeszélés után változtatnom kellett a megbeszélt időponton, mert közbejötték dolgok, aztán ismét lett egy időpont, amire a kocsink meghibásodása miatt nem tudtam el menni.

Nagyon el voltam keseredve. Végül múlt év okt. 16-án elhatároztam, hogy lefogyok. Kaptam Önöktől a hírleveleket, amit olvastam, és rendületlenül néztem a táblázatokat, hogy miket érdemes enni, az ételeket édesíteni, stb. Megtanultam kenyeret sütni (a családom is ezt eszi, szeretik), meg palacsintát.

Odafigyelek, mit mivel és mikor egyek, nem éhezem, rengeteg sütit tudok cukor nélkül... **Az eredmény mínusz 20 kg**, Önök nélkül, de az Önök segítségével! Én ezúton köszönöm a sok segítséget és tanácsot, amit ezután is szemmel követek a hírlevelekben, mert még további 20 kg-tól szeretnék megszabadulni, és most már tudom, hogy sikerülni fog. El kellett fogadnom, hogy lassan tudok csak fogyni, és hogy nem szabad feladni! Teljesen megváltoztak az étkezési szokásaim, de ezek jó dolgok, nem is tudnék már úgy élni, mint régen.

Köszönök mindent, és további jó munkát kívánok!!!

Üdvözlettel: Petiné Edit