

DICEMBRE 2020 - N. 24

REGALI
DI NATALE
da comprare
online

Ispira il tuo benessere

Starbene

I. P. A CURA DI MEDIA COMPANY

I CONSIGLI DEGLI ESPERTI

Mai come in questo periodo in cui temiamo per la salute avvertiamo l'esigenza di curare il nostro benessere, mantenerci in forma, sentirci bene con noi stessi. Obiettivi che possiamo raggiungere anche grazie a realtà come quelle presentate in questa pagina.

Centro Dimagrimento Libelcri



Pramaggiore Blessaglia (VE)
Via Antonio Pacinotti, 24
Tel. 0421 799770
www.libelcri.it
info@libelcri.it

Il segreto per non ingrassare? Attivare il metabolismo seguendo alcune fondamentali regole, prima fra tutte bere molta acqua con un residuo fisso massimo di 60 alternandola a tisane, spremute e tè senza aggiunta di zucchero ed evitando bevande confezionate. È inoltre importante mangiare ogni tre ore preferendo cibi ricchi di fibre, dormire almeno otto ore la notte e consumare i pasti con la giusta calma. Queste le indicazioni di base della titolare Cheti Ciuto che, esperta in dimagrimento, ha collaborato nella messa a punto del Metodo Libelslym, l'unico in Italia che, stimolando il metabolismo, è in grado di favorire facilmente una perdita di peso sino a 20 kg senza sfiananti sedute di ginnastica e senza rinunciare ai cibi che più ci appagano. Efficace anche per chi le ha già provate tutte, è una nuova modalità che aiuta a perdere solo la massa grassa ritrovando il piacere di mangiare senza sensi di colpa. Il percorso, attentamente personalizzato, avviene con la supervisione di uno specialista che, impegnandosi a capire a fondo le vostre abitudini e stile di vita, vi aiuterà a rimettervi in forma senza il rischio di riprendere i chili persi. Una strategia vincente anche sotto il profilo estetico perché, grazie al giusto abbinamento fra persona e cibo, la perdita di peso e centimetri avverrà in modo armonico solo nei punti dove è necessaria. Infine le coccole: il Metodo Libelslym comprende infatti anche rilassanti sedute di massaggi, trattamenti corpo specifici e l'utilizzo di macchinari d'ultima generazione.

