

ЗДОРОВЬЕ

КРАСОТА

Вы знали что ПИТАНИЕМ и ОБРАЗОМ ЖИЗНИ можно создавать здоровье и красоту своего тела и настроения? А также влиять на развитие и состояние:



фигуры



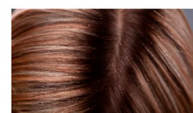
кожи



процессов
старения



ногтей



волос



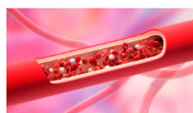
глаз



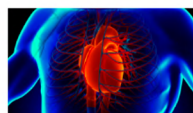
мозга



нервов



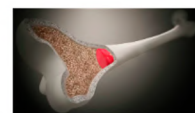
сосудов



сердца



мышц



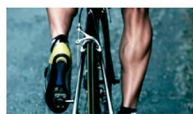
костей



общего
настроения



тонуса



энергии тела



воспалений



иммунитета



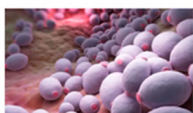
отдыха и
восстановления



ЖКТ



микробиоты



паразитов



дефицитов



аллергических
реакций



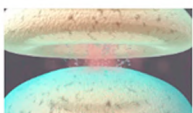
гормонов



эмоций



ферментов



нейромедиаторов

и т.д.

Возможно несмотря на попытки питаться правильно вы наблюдаете у себя следующие симптомы:

- Часто голодны
- Тянет в сон после еды
- Часто ходите в туалет по ночам
- Тяга к углеводам (хлебу, макаронам, рису, блинчикам, пирожным и т.д.)
- Быстрая усталость во время тренировок, вы измотаны
- Жир на животе. Даже кажущаяся худоба, но есть жир вокруг органов
- Высокий холестерин
- Повышенное давление
- Синдром поликистозных яичников (СПКЯ)
- Фурункулы, кисты
- Папилломы
- Бородавки
- Повышенный уровень глюкозы в крови
- Воспаления, боли
- Негибкие суставы
- Апноэ во сне
- Медленный метаболизм
- Проблемы с памятью
- Плохое настроение, раздражительность, тревожность и даже депрессия
- Потеря мышечной массы
- Потеря коллагена
- Неусваивание нутриентов (аминокислот, витаминов и т. д.)
- Постоянное состояние «БЕЙ или БЕГИ», неспособность расслабиться
- Плохая концентрация или затуманенность сознания
- АКНЕ
- Зудящие и шелушащиеся высыпания
- Нет чувства сытости после еды

Возможно вы просто хотели ПОХУДЕТЬ, стать СТРОЙНЕЕ и таким образом скорректировать фигуру, но у вас:

- не получается
- чувствуете себя ужасно (от известных диет/тренировок)
- результаты быстро исчезают

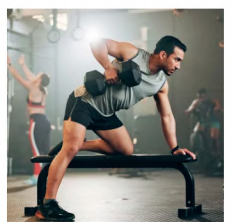
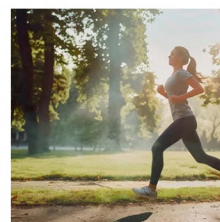
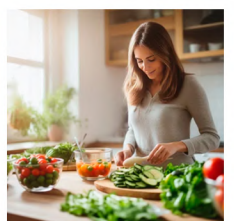
Это не ваша вина. Вы просто не знали всей информации о том, что необходимо телу и каковы принципы сжигания жира.

Многое из перечисленного можно легко исправить. Изменив рацион, режим питания, и образ жизни, при этом кушать вкусно, оставаться сытым и чувствовать себя лучше, чем прежде.

я КОНСУЛЬТИРУЮ В ОБЛАСТИ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ. И я хочу предложить вам **ПЕРСОНАЛЬНУЮ ПРОГРАММУ** с учётом вашего типа телосложения и предпочтений.

Программа для тех у кого есть **ЦЕЛЬ**, большое желание её достичь и кому необходимо:

- ЗДОРОВЬЕ
- Больше энергии
- Хорошо выглядеть



Узнайте больше. Уверен, вы себе скажете спасибо!

ПРОГРАММА включает в себя:



определённый объём информации



небольшие еженедельные консультации по питанию



моё личное сопровождение на протяжении всей программы



позитивные эмоции от общения и прогресса

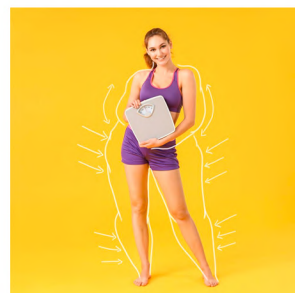


и ожидаемые результаты.



Срок программы:

- продолжительность 4 месяца
- 17 недель
- еженедельно, примерно по 40 минут в неделю
- сопровождение до РЕЗУЛЬТАТА.

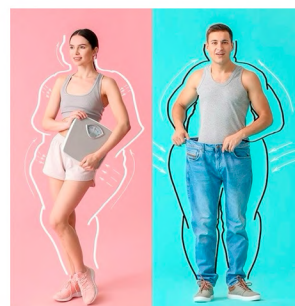


Вы больше узнаете о своём теле, о нутриентах и о важности питания, почему раньше не добивались устойчивых результатов и исправите это.



Мы также учтём:

- особенности женского и мужского организма
- возрастные особенности и изменения



Вы узнаете рецепты блюд и напитков, в том числе освежающих летних, которые обладают не только приятными вкусами, но и полезны. Они понравятся даже детям.





Вы узнаете полезные и ценные рекомендации по приготовлению. Готовить сможет даже человек, который никогда не готовил.



Эта программа основана на здоровой версии низкоуглеводной диеты **Здоровое Кето®** и соответствует методике Доктора Берга, международного специалиста в области здорового питания. Вероятно даже вы слышали о ней.

В основе лежат хорошо изученные данные, они принципиально отличаются от других типов кето диеты.

Возможно вы обеспокоены тем, что снизив углеводы вам «нечего будет есть», не будет разнообразия и вы будете чувствовать себя голодной(ым).

Посмотрите, на этой странице примеры блюд и напитков здорового питания здорового человека, соответствующие такой диете:



Салат из свежих овощей с авокадо



Стейк из жирной рыбы с овощами



Квашеная капуста



Стейк из говядины

Это лишь малая часть рациона, который доступен на **Здоровом Кето®**

Возможно вы скажете: «Это дорого!» Действительно, хорошие продукты стоят дороже.

Но можно начать и использовать то, что уже доступно, постепенно улучшая качество питания и жизни. Мы вместе это сделаем.



Во время консультаций вы увидите, что заменяя одни продукты на другие и скорректировав режим питания, вы сможете использовать лучшие продукты и возможно даже компенсируете все расходы на программу (сопровождение), не выходя из привычного бюджета.

Это просто волшебство!

Конечный продукт программы: счастливый, более уверенный в себе клиент, улучшивший состояние тела, достигший цели программы и воодушевленный на новые.

СТОИМОСТЬ программы сегодня 20'400 руб. Это 5'100 руб. в месяц. Или 1'200 руб. в неделю.



ВАЖНО. Оплачивая услугу, вы ничего не теряете:

стоимость разработана таким образом, чтобы вы смогли оплатить её возможно без дополнительных расходов, в рамках только того бюджета на питание, который у вас есть.

Однако, если вы решите увеличить расходы, это произойдёт осознанно на основе собственного решения с целью помочь организму и улучшить качество питания и жизни.

В таком случае рассматривайте это как расходы на страхование. Так как высокое качество продуктов питания и улучшение рациона благоприятно отражается на здоровье кожи, волос, ногтей, иммунитета, нервов, сосудов, мозга, костей, органов пищеварения, эндокринной системы и поможет сократить необходимость, время и расходы на медицинское лечение В ПЕРСПЕКТИВЕ.

Мы постараемся уложиться в существующий бюджет (я помогу сделать необходимые расчёты и взаимозачёты во время консультаций). В любом случае качество вашего питания разительно вырастет и вы получите огромную пользу, благодаря этой программе.

Оплатить программу можно: в рассрочку на 4 месяца без переплат, в кредит на удобный срок до 36 месяцев, наличными по карте, сервисом «Долями» 4 платежами раз в 2 недели в течение 6 недель - всего более 8 способов оплаты. Можно подобрать удобный именно для вас.



Оплачивая эту услугу вы ничем не рискуете:

вы получите кассовый чек, платёжные системы и банк проверили все мои документы. В том случае, если вы по истечении 2 и 6 недель отметите, что программа вам не подходит, а результатов вы не получили, я просто верну деньги.

ПРЕИМУЩЕСТВА для тех кто присоединится до 15 сентября.

1. Определенное число клиентов к 4 месяцам программы дополнительно в течение следующих 8 месяцев, то есть на протяжении всего года, сможет получить ежемесячные персональные консультации по 30 минут в рамках текущей стоимости программы. Количество клиентов ограничено в силу физических возможностей для проведения таких консультаций.
2. Стоимость программы со временем будет повышаться на 20-50% и более. Сейчас есть возможность приобрести её по самой выгодной цене.
3. В рамках оплаченной стоимости программы будут доступны любые изменения и дополнения в программе в течение следующих 12 месяцев.
4. Если программа вам не подойдет даже спустя 6 недель, я просто верну вам деньги.

Можно составить удобный график. Нужно уточнить на момент заявки.

В любом случае вы получите внимание и всю необходимую помощь в достижении ваших целей на программе.

Этими особыми условиями, я хочу выразить признательность и дать гарантии клиентам, которые, решились и начали действовать.

Немного обо мне:

Я выполнил обучение и продолжаю обучаться в академии Доктора Берга, в официальном представительстве в России. Мои СЕРТИФИКАТЫ:



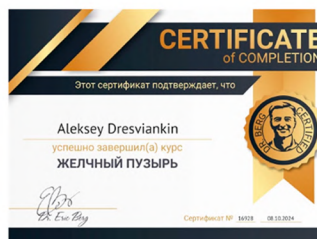
Сертификат №20059. Настоящим удостоверяется, что Алексей Дресвянкин успешно завершил требуемый теоретический курс обучения, одобренный Berg Method Keto Coach Training и, следовательно ему выдан этот СЕРТИФИКАТ тренера (коуча) по ИНТЕРВАЛЬНОМУ ГОЛОДАНИЮ и КЕТО по методике Доктора Берга



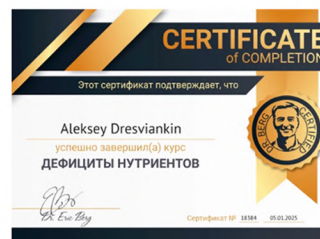
Сертификат №11534
Успешно завершил курс
«ЗДОРОВЫЕ ВОЛОСЫ,
КОЖА И НОГТИ»



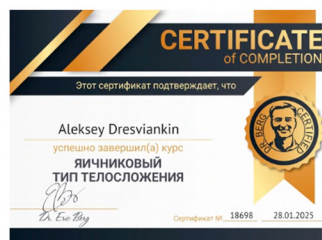
Сертификат №13357
Успешно завершил курс
«ВИТАМИН D»



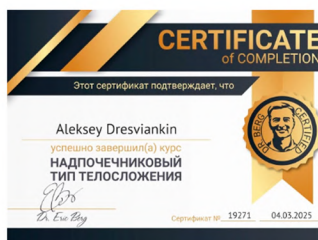
Сертификат №16928
Успешно завершил курс
«ЖЕЛЧНЫЙ ПУЗЫРЬ»



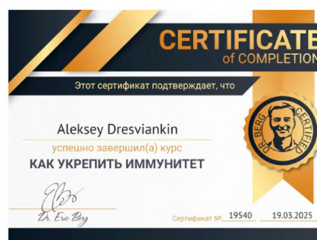
Сертификат №18384
Успешно завершил курс
«ДЕФИЦИТЫ НУТРИЕНТОВ»



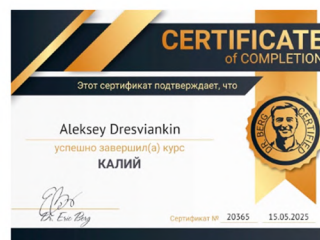
Сертификат №18698
Успешно завершил курс
«ЯИЧНИКОВЫЙ ТИП
ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ»



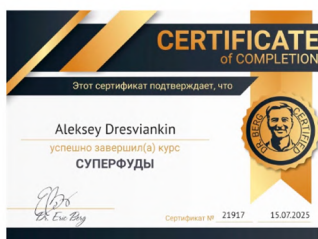
Сертификат №19271
Успешно завершил курс
«НАДПОЧЕЧНИКОВЫЙ
ТИП ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ»



Сертификат №19540
Успешно завершил курс
«КАК УКРЕПИТЬ
ИММУНИТЕТ»



Сертификат №20365
Успешно завершил курс
«КАЛИЙ»



+ продолжаю обучение на 3х следующих курсах Академии.

Сертификат №21917
Успешно завершил курс
«СУПЕРФУДЫ»

Я также обучаюсь в Первом Московском государственном медицинском университете И. М. Сеченова. В институте дополнительного профессионального образования.



Программа профессиональной переподготовки
«НУТРИЦИОЛОГИЯ».

НУТРИЦИОЛОГИЯ (от лат. nutritio — питание и греч. λόγος — учение) — раздел науки о здоровом питании.

С получением по завершению ДИПЛОМА, свидетельствующего о прохождении профессиональной переподготовки в федеральном государственном образовательном учреждении высшего образования Первый Московский государственный медицинский университет имени И. М. Сеченова Министерства здравоохранения Российской Федерации (Сеченовский Университет).

Это обучение и взаимодействие с 7 докторами медицинских наук, 8 кандидатами медицинских наук и 2 практикующими врачами, работающими в области медицины и питания.

Меня зовут Алексей Дресвянкин, я консультант по здоровому питанию.

В сфере правильного питания много противоречивой информации, легко идти по неверному пути. НО есть хорошая новость: изменив рацион, режим питания и образ жизни можно многое исправить.

Когда питание действительно поддерживает организм, появляются энергия, ясность мышления и уверенность. В таком состоянии появляется возможность достигать своих целей.



Ещё несколько слов от меня:

Вернитесь на 2 и 3 страницу этого файла. Отметьте симптомы, которые вы заметили у себя (если они есть) из списка. В том списке симптомы нарушения обмена веществ, при котором клетки организма теряют чувствительность к инсулину. Инсулин - гормон - средство общения в теле и своего рода ключик, который открывает доступ в клетку сахару (глюкозе) и питательным веществам. В результате клетки остаются без энергии и питательных веществ, а сахар остаётся в крови, разрушая стенки сосудов.

Такое нарушение обмена веществ медленно приближает развитие опасных для жизни болезней, сахарного диабета, болезни почек, сердечно-сосудистых заболеваний, инфаркта, инсульта и ожирения, ухудшения зрения.

Вернуть чувствительность к инсулину не сложно, если знать, что основные причины нарушения чувствительности - стресс, обилие углеводов и частые приёмы пищи. Конечно, имеет значение что вы едите.

Питание и режим легче изменить, когда ещё нет требующих врачебного воздействия состояний. Результатом может быть полная нормализация обмена веществ без лекарственных препаратов и симптомы пройдут.

Кому программа не подойдёт:

- людям, у которых всё хорошо, и нет необходимости ничего менять;
- людям, которые хорошо разбираются в питании, довольны состоянием, результатами и сами знают, что делать;
- людям с особенностями здоровья. Кому необходимо медицинское наблюдение и лечение (возможно прохождение программы по согласованию с лечащим врачом);
- людям, которые не имеют личных надежд или желания выполнить программу и обрести соответствующее знание.

В противном случае, если вам нужны изменения и у вас есть ЦЕЛЬ: хотите похудеть так, чтобы лишний вес больше не возвращался, хотите укрепить здоровье, вернуть себе энергию, выглядеть хорошо и чувствовать себя лучше, свяжитесь со мной СЕГОДНЯ, прямо СЕЙЧАС, не откладывайте.

Через 3-6 недель вы увидите результаты, через 4 месяца вы обретёте уверенность, за год вы продвинетесь вперед и укрепите результаты, ваше тело преобразится, настроение выйдет на новый уровень. Уверен, вы скажете себе - спасибо! И очень может быть поможете семье и подадите пример другим.

Если вы согласны, не теряйте время, начинайте сегодня. Это организует ваше питание или согласованно вольётся в ваш ритм, добавит знания, вкусы, игру и настроение. Начало программы не выбьет вас из распорядка привычных дел. Программа подразумевает персональный подход в каждом случае. Изменения будут в комфортном для вас режиме, с приемлемой скоростью.

Свяжитесь со мной!

Несколько важных ЗАМЕЧАНИЙ.

*Персональные консультации по здоровому питанию и сопровождение не заменяют медицинское лечение и не являются частью лечения, они имеют именно информационный, профилактический и предупредительный характер. Возможны случаи, когда персональные консультации и сопровождение помогут выявить необходимость обратиться за медицинской помощью и таким образом предотвратить развитие болезни, которая возникла до сопровождения, но о которой не было известно.

*Предложение и вся информация в нём не является медицинской рекомендацией, посоветуйтесь со специалистом или врачом прежде чем её использовать.

*Предложение не является публичной офертой. И ограничено по времени. Может быть отказано в предоставлении услуг без объяснения причин.

Напишите мне, расскажите, какой цели хотите достичь, какую проблему решить или что хотите улучшить, чтобы я смог сказать, смогу ли я помочь в конкретном случае и предложить решение.

КОНТАКТЫ:

Telegram:

Aleksei Dresviankin

@ADresviankin



Напишите мне сегодня!

Присоединяйтесь к моим социальным сетям, со временем я буду их активно развивать (мне надо научиться это делать) и делиться полезной информацией в них.

Telegram:

t.me/keto_ok



Вконтакте:

vk.com/keto_ok



Возможно вы знаете кого-то, кому может быть интересна эта информация и кому я могу помочь. Поделитесь ей с этим человеком. И возможно это сделает её (его) **ЖИЗНЬ ЛУЧШЕ**, а человека **СЧАСТЛИВЕЕ**.

Отличного дня! И спасибо за внимание!