



Pravila

- jedite samo tri obroka dnevno, a razmak između svakog mora biti pet sati
- svaki obrok započeti s malo bjelancevina, i to samo s jednom vrstom
- zadnji obrok ne smije biti nakon 9 navečer
- piti dovoljno vode - 35 ml po kilogramu tjelesne težine dnevno
- svaki dan jesti voće - jednu jabuku obavezno - uz obrok ili kao desert

NATAŠA JANJIĆ

u metaboličkom balansu

Meni, kao glumici, tijelo mora biti u gotovo sportskoj formi jer je ono moj alat za rad. To je bio jedan od razloga zašto sam prije pet tjedana, kad sam osjetila da nemam snage i izdržljivosti, promijenila način prehrane i potražila dodatnu stručnu pomoć - otkriva glumica Nataša Janjić, kojoj je jedna potpuno prirodna metoda pomogla da zategne tijelo te vrati snagu i vitalnost. Riječ je o kombinaciji estetskih i nutricionističkih programa koju je osmislila dr. Jeannette Gjurić, suvlasnica zagrebačke poliklinike Sinteza. Njezin program Med Contour+ sastoji se od pet tretmana aparatom za razbijanje nakupina masnog tkiva i celulita, isto toliko limfnih drenaža (ili više, po potrebi) te provođenja metode Metabolic Balance. Organizam se, drugim riječima, dovodi u ravnotežu zahvaljujući individualno osmišljenom planu prehrane - i to na temelju 36 laboratorijskih pretraga krvi - a sve to podržavaju tretmani biorezonance. Frekvencije koje "emitira" uređaj za biorezonancu, osim što se njima obavlja dijagnostika, potiču mnoge pozitivne procese u organizmu: smanjuju napetost tijekom prilagodbe na zdravu prehranu, ubrzavaju metabolizam i time izlučivanje suvišnih tvari iz tijela. Rezultat svega toga je poboljšanje općeg stanja, ali i dva centimetra manje nakon svakog tretmana Med Contourom - čija ultrazvučna sonda zagrijava masno tkivo, koje bubri, puca i putem limfe se izlučuje. Nataša Janjić, kaže, nije trebala mnogo toga istopiti, ali tijelo joj je postalo čvrsto i zategnuto, a duh - poletan. (Ivana Jančiković/Ana Mihalić)



biorezonanca, među ostalim, ubrzava metabolizam (1). Dijagnostika na temelju 36 pretraga iz krvi (2). Nataša Janjić nakon 5 tjedana programa koji je osmislila dr. Jeannette Gjurić (3). Tretman Med 2 Contourom razbija se masno tkivo (4)