

O programa Soluções para um Estilo de Vida Equilibrado Amway

O Programa Soluções para um Estilo de Vida Equilibrado Amway dá-lhe a possibilidade de perder peso lentamente mas de forma constante e com resultados visíveis, ensina-lhe também tudo sobre a toma e o gasto de energia, os valores nutricionais dos alimentos e as suas próprias necessidades nutricionais.

O Programa Soluções para um Estilo de Vida Equilibrado Amway:

- ajuda-o a perder peso de forma saudável levando em conta os princípios de uma alimentação saudável e exercício.
- combina a substituição de refeições utilizando, NUTRILITE POSITRIM Bebida Cremosa com a comida diária garantindo a toma recomendada de todos os nutrientes essenciais.
- no início ajuda-o a adquirir hábitos alimentares saudáveis através do substituto de refeições NUTRILITE POSITRIM Bebida Cremosa, em que o qual será substituído gradualmente por refeições “normais”.
- ajuda-o a calcular o número de calorias que deve consumir para perder peso utilizando uma simples tabela.
- para as suas preferências pessoais – pode escolher um de três padrões de alimentos, com ou sem carne
- dá-lhe a máxima flexibilidade na escolha de refeições utilizando um sistema de componente alimentar especial para planear as suas refeições; o sistema contém um Guia de Alimentos e uma Tabela explicando as quantidades.
- não proíbe quaisquer alimentos desde que sejam consumidos na quantidade certa.
- pode pecar de vez em quando com uns chocolates, bolos ou até hambúrgueres – aprenderá algumas dicas de forma a gerir as tentações das comidas rápidas de hoje em dia.
- não pára, uma vez que perdeu peso terá ferramentas e dicas que lhe ajudarão a manter o peso.
- dá-lhe também ferramentas e sugestões para um programa de exercício que o ajudará a ganhar um estilo de vida mais saudável.
- está em conformidade com todos os padrões de nutrição desenvolvidos pelo Instituto para o Bem-Estar Nutrilite e aprovado pelo conselho científico.

