



## EQUILIBRIO TRA CIBO E CORPO

è per te se:

- vuoi imparare a dire STOP quando sei sazio
- vuoi mangiare senza avere paura delle calorie
- vuoi smettere di piluccare tutto il giorno
- non vuoi sentirti sempre gonfio
- vuoi riuscire ad essere costante nel tempo

I vantaggi:

- ✓ Riacquisire il piacere del cibo
- ✓ Mangiare e sentirti appagato
- ✓ Scegliere liberamente i piatti più adatti a te per una migliore digestione
- ✓ Piacerti nel tuo corpo

