



Vážené dámy a páni,

keď vonku začnú jesenné daždivé chladnejšie dni, dostaneme chuť si uvariť dobrý čaj, schúliti sa do kresla a nad fotkami z dovolenky zaspomínať na krásne teplé letné dni. Že sa vám nechce, pretože sa sami sebe na tohtoročných fotkách v plavkách nepáčite? Alebo ste sa na dovolenke radšej vôbec nefotili, pretože sa na vašej hmotnosti podpísalo ničnerobenie v karanténe? Ak je tomu tak, práve teraz je ten správny čas to zmeniť!

Pominuli už totiž stresy a lockdowny, deti konečne začali chodiť do školy a rodina opäť začína mať svoj pravidelný rytmus – a Vy si môžete pre seba nájsť zase trocha času a starať sa o svoje zdravie a svoj vzhľad tým, že schudnete nadbytočné kilá, ktorá vás trápia.

Príliš mnoho povinností, stres, rýchle pracovné tempo a predovšetkým nevhodná strava sú najčastejšou príčinou problémov s nadváhou a obezitou. Všetky tieto faktory môžu mať negatívne dôsledky pre zdravie a kondíciu celého organizmu. Ako usporiadatelia informačnej kampane

**POZOR NADVÁHA - CHUDNUTIE NA JESEŇ JE PRE TELO NAJLEPŠIE,**

by sme Vás chceli pozvať na **bezplatnú účasť v akcii**, ktorej cieľom je propagácia správnych stravovacích návykov. Výchovno-vzdelávacia kampaň **Pozor nadváha**, bude spustená **od 26.09.2022** a potrvá **do konca decembra 2022**.

Chceli by sme Vám taktiež ponúknuť cyklus bezplatných konzultácií vykonávaných naším výživovým poradcom Annou Pavlačkovou, ktoré sa týkajú zásad zloženia vyrovnanej stravy prispôbenej podľa veku, profesie a životného štýlu. Navyše každý z členov odborov ZO OZ KOVO pri Schaeffler Skalica môže využiť pozvanie na bezplatnú konzultáciu spojenú s meraním tela, určením metabolického veku a hodnotením spôsobu stravovania, ktorá sa uskutoční vo výživovej poradni **NATUR HOUSE v Skalici na Potočnej 14**.

**Bonus pre členov ZO OZ KOVO pri Schaeffler Skalica, ktorí budú**

**chcieť vstúpiť do metódy chudnutia NATUR HOUSE je 15% zľava na**

**produkty spojené s chudnutím**

V prípade vášho záujmu o našu akciu, sa na nás s dôverou neváhajte kedykoľvek obrátiť 😊

Výživová poradňa **NATUR HOUSE Skalica, Potočná 14, Tel.: +421 940 608 040**

e-mail: [skalica@naturhouse.sk](mailto:skalica@naturhouse.sk) [www.facebook.com/Naturhouse.Skalica/](https://www.facebook.com/Naturhouse.Skalica/) [www.naturhouse.sk](http://www.naturhouse.sk)

S úctou

Váš výživový poradca **NATUR HOUSE Skalica Anna Pavlačková**