

Terapia odkwaszająca zmieniła ich życie

# Wypięknieli i schudli

Niedawno pisaliśmy o kompleksowej terapii odkwaszającej. Terapia to masaże odkwaszające, automasaże brzucha i nóg, chirogimnastyka, dieta zasadowa, zabiegi odtoksyczniające skórę. O jej efektach mówią osoby, które skończyły bądź są w trakcie kuracji.

## Danuta Pilaczyńska

– stosowałam różne diety, ale niewiele pomagały. Ciągle czułam się źle. Byłam otyła, nie mogłam chodzić, a pokonanie kilkunastu schodów sprawiało mi niewyobrażalny kłopot. Od trzech tygodni jestem na terapii odkwaszającej i od trzech tygodni chce mi się na powrót żyć. Terapia zmieniła mój sposób myślenia o odchudzaniu, zmieniła styl życia. Spadek wagi jest jakby efektem ubocznym. Cudownym, ale mimo wszystko ubocznym. Przede wszystkim się nie głodzę, ale też nie zaśmiecam organizmu. Początkowo jadłam przede wszystkim jarzynki gotowane na parze, dobrze doprawione. Teraz wprowadziłam zupy, ryby, kaszę, ryż.

## Katarzyna Beryt

– Podziwiam panią Danusie. Kiedy zdecydowałam się na terapię, zrezygnowałam z życia towarzyskiego. Mam chyba zbyt słabą wolę. Przestałam umawiać się na pogaduszki i zajęłam się sobą. Masaże, sauna, basen, dieta – to dało mi i daje sporo radości. Schudłam w ciągu 3 tygodni 7 kilo. Zresztą zmiany zauważyłam już po 3 dniach. Właśnie one mnie zdołgowały do wysiłku. Wcześniej stosowałam różne metody odchudzające, jeździłam na specjalne turnusy i zawsze byłam niezadowolona. Teraz jest inaczej.

## Liliana Daroszevska

– Dla mnie najlepszą rekomendacją był wygląd

mojej lekarki rodzinnej. Trafiłam na Czaplą, do pani Skoryny. Dowiedziałam się dlaczego należy się tak a nie inaczej odżywiać, co dzieje się w organizmie, kiedy dostaje zbyt dużo potraw kwasowych. Teraz, że najbardziej przeszkadzają mi stare przyzwyczajenia. Na przykład nawyk robienia na

stową wizytę. Było to 10 kwietnia, więc niedawno. Ale wystarczyło tych kilka dni, bym zapomniał o kawie. Niedawno piłem 15-20 dziennie. Teraz nie piję wcale i doskonale funkcjonuję. Schudłem 4,5 kilogramów, choć wcale nie głoduję. Przechodziłem różne diety, ale po skończeniu, waga wracała do „normy”. Tu nie martwię się o nią, sama spada, jakby przy okazji odkwaszania całego organizmu.

## Małgorzata Szalczyk

– Jestem idealnym przykładem różnych diet. Chyba nie

się co będę jadła, kiedy przejdę całą terapię.

## Grażyna Petrykowska

Trafiłam do studia nie dla wagi. Cierpiałam na żołądkowe dolegliwości, miałam ostre zapalenie śluzówki. Żadne lekarstwa mi nie pomagały. Teraz dolegliwości się skończyły, ale uzależnienie od terapii pozostało. Przychodzę tu po wiedzę, dobre samopoczucie, relaks.

## Magdalena Gyurkovich

– Prowadzę od lat walkę z wagą, do tego doszły jeszcze problemy z alergią. Okazało się



For. L. Zakrzewska

Od lewej Magdalena Gyurkovich, Liliana Daroszevska, Danuta Pilaczyńska, Katarzyna Beryt

obiad fury mięsa z małą ilością jarzyn i ziemniakami, konieczne polanych sosem.

## Bogdan Skórczyński

– O terapii dowiedziałem się z waszej gazety. Przeczytałem rano, zadzwoniłem i wymogłem praktycznie natychmi-

ma takiej, której bym nie stosowała. Efekt był zawsze ten sam, potworne uczucie głodu, i myślenie, co to zjem, kiedy ją skończę. I faktycznie. Po zakończeniu diety lodówka była moja. Tymczasem odkwaszanie to nie dieta, to styl życia. Już nie martwię

też że jestem bezglutenowcem. Terapia odkwaszania okazała się skuteczną formą pomocy na moje dolegliwości, łącznie z wagą. Tu nie tylko piękniejemy, ale i zdrowiejemy. Wiemy, że zajmują się nami ludzie, dla których nasze zdrowie jest pasją.