

Pro koho je program vhodný

Program ŽIVOTOSPRÁVA NA MÍRU je vhodný pro ty, kteří hledají průvodce na jejich cestě k vyřešení různých obtíží (nadváha, nedostatek energie, různé zdravotní obtíže apod.). Spolupráce v programu je od 3 až po 12 měsíců. Vše si lze zvolit. Minimální doba 3 měsíce je nezbytná, protože jsme za léta praxe zjistili, že se vše musí zavádět postupně, nesmí to být radikální a pro klienta stresující. To je základ úspěchu.

Mám zájem o informace o výživovém programu:

{mosforme 4}

Kdo je náš typický klient

Dle našich statistik vyplývá, že z 90 % k nám chodí ženy mezi 35 – 55 rokem věku. Ve zbývajícím procentu řešíme výživu dětí, mužů a seniorů. Zjistili jsme, že ženy, které si objednávají a podstupují naše programy, hledají odborné rady, vyhovují jim pravidelné konzultace po telefonu nebo skypu, jsou nakloněni propojení stravy, pohybu a práce v oblasti myšlení a emocí, často již vyzkoušeli mnoho výživových směrů ale bez kýženého výsledku. Zatím sice nenašli svou cestu, ale chtějí udělat ve svém životě změny a jsou připraveni na odborné vedení.

Co je obsahem programu životospráva na míru

Program obsahuje:

- úvodní osobní vyšetření MUDr. Davidem Frejem (analýza krevních rozborů a zpráv, informace ze 4 dotazníků, vyšetření jazyku a tepu, měření procentu tuku, svalů a metabolismu, měření tlaku,...) v délce (30-60 min). Ordinace Praha, Mělník, Bratislava nebo dle domluvy.
- následné vypracování komplexního výživového plánu dle závěrů z vyšetření (doporučené a zakázané potraviny, nutriční timing, doporučené bylinky, skladba talíře pro klienta, vzorové skladby snídaní, obědů, večeří /cca 15 vzorů od každého/, doporučení kvalitní výrobci potravin, katalogy potravin, technologie přípravy pokrmů, problematika etiket potravin, spánková hygiena, vhodný pohyb pro klienta, eBooky,...)

- Následné kontrolní konzultace s MUDr. Frejem - 90 % kontrolních konzultací se dělá po telefonu nebo skypu ve večerních hodinách (dle přání klienta jsou konzultace i během dne nebo o víkendu). Systém konzultací se navrhuje dle přání klienta. Nejvíce vyhovující systém je konzultace 1 x měsíčně (30 -60min) případně 1x 7-14 dní (20min). Vše se dá upravit dle požadavků klienta.

Jak program probíhá

Po úvodním vyšetření u MUDr. Freje klient obdrží doporučení do mailu. V neposlední řadě klienty motivujeme a povzbuzujeme, protože víme, že k zavádění změn je nezbytný pozitivní mentální postoj. Takto v programu probíhají jednotlivé konzultace buď 1x týdně nebo 1 x 14 dní, případně 1x měsíc.

Jak se stanovuje cena programu

Cenu i rozsah služeb v rámci programu nastavujeme individuálně dle požadavků a možnostem klienta. Pokud si klient přeje vědět cenu za program, aby se mohl rozhodnout, zda program chce, sestavíme individuální rozsah služeb i výslednou cenu. Pokud s cenou potenciální klient souhlasí, vystavujeme účetní doklad a rezervuje termín vstupního vyšetření u MUDr. Davida Freje. A tím spolupráce začíná.

Jak probíhá vyšetření

MUDr. David Frej ve své praxi propojuje západní i východní terapeutické přístupy, nejnovější vědecké poznatky a také jeho unikátní systém vytvořený za 15 let praxe. Tyto všechny atributy se projevují ve vstupním vyšetření a následných závěrech pro zpracování komplexního výživového plánu. Úvodní obsahuje: analýza krevních rozborů a zpráv, analýza informací ze 4 vstupních dotazníků, vyšetření jazyku a tepu /TCM/, měření procentu tuku, svalů a metabolismu, měření tlaku, vzhled obličeje a další techniky). Délka vyšetření je mezi 30-60 min. Možnosti osobního vyšetření jsou v Praze, Mělníku, Bratislavě nebo dle domluvy.

Mám zájem o informace o výživovém programu:

{mosforme 4}

