

## Dokonalá dieta? Jsme velmi blízko!

Terapeut Martin Cvrkal pomohl ZHUBNOUT už tisícům žen. Nyní představil přelomovou metodu: vytvořil **KOMPLETNÍ** terapii, díky které lidé nejen zhubnou, ale zároveň se jim zásadně změní **STRAVOVACÍ** návyky. Mají tedy větší šanci udržet si váhu i dlouhodobě.



*Rozumím správně, že zhubnu víc, a hlavně budu mít podstatně větší šanci si tu váhu udržet?*

Přesně tak. Jinými slovy, pokud hledáme něco jako dokonalou dietu, věřím, že se jí už blížíme. Podle výsledků vědecké studie by nová terapie mohla být cestou, jak změnit trend, kterému v Česku čelíme. A změna může být dlouhodobá.

*Jak dlouho vám trvalo vymyslet takový přístup?*

Úspěšně pomáhám hubnout lidem přes čtrnáct let. Sám mám zkušenosti s hubnutím o několik desítek kilogramů. Vystudoval jsem psychologii, psychoterapii a fyzioterapii. Výzkumu obezity se věnuji také na univerzitě. Díky dlouhodobé a systematické práci se mi povedl objev, o který se zajímají i zahraniční kolegové.

*Pak zbývá jediná otázka: kde si můžeme dietu objednat?*

Ideální je podívat se na web [www.victus-terapie.cz](http://www.victus-terapie.cz). Najdete zde veškeré informace o dietním programu a pochopitelně se zde můžete také objednat. Novinkou je, že nabízíme možnost terapie nejen v rámci našich center, ale také prostřednictvím online komunikace – díky tomu nemusíte nikam jezdit, přijdeme za vámi až domů nebo do vaší kanceláře. Navíc díky tomu, že součástí terapie je také psychoterapeutický program, můžete nyní získat příspěvek až 5000 Kč od své zdravotní pojišťovny. ■

TEXT: ANNA NOVÁ

*Na čem je váš přístup založen?*

Jde o kombinaci dietního programu s kognitivně-behaviorální terapií. Jednoduše řečeno: dáme vám velmi pestrou dietní stravu a k ní efektivní terapeutickou pomoc, jejíž komplexnost je na trhu úplnou novinkou. Funkčnost jsme ověřovali pomocí vědecké studie a skoro jsme nevěřili vlastním očím.

*To mi musíte vysvětlit.*

Celkem jsme měli 52 dobrovolníků: polovina absolvovala klasický program redukce hmotnosti, druhá půlka novou kompletní terapii. V první skupině průměrně lidé zhubli 12,3 kg, jejich index BMI klesnul z 33,17 na 29,06. Statisticky se tedy dostali z pásma obezity 1. stupně do pásma nadváhy.

*To jsou výborné výsledky. Jak na tom byla druhá skupina?*

Průměrný BMI druhé skupiny klesnul díky novému programu z 34,64 na 27,95. Snížení hmotnosti bylo v průměru 19,75 kg, to je o sedm kilogramů víc. Statisticky je to významně lepší výsledek a zásadně se navíc změnila i stravovací návyky jednotlivých účastníků.

*Jakým způsobem?*

Snížilo se skóre pocitu hladu o 35 % a chuti k jídlu o 40 % ve srovnání s první skupinou.

VICTUS®



## Nejste v tom sami. Společně to zvládneme.

Victus = nejlépe hodnocená dieta  
» **Váš partner.**

Podle nezávislých hodnocení ★★★★★  
na Heureka.cz | Seznam.cz | Zbozi.cz

**Vyzkoušejte s námi:**

- dietní programy a terapie
- konzultace odborníka na pobočce nebo on-line
- balíčky jídel na míru
- průvodce naší dietou zdarma
- chat s profesorem Victusem



**Kde nás najdete**

**ON-LINE CELÁ ČR** | NÁCHOD | HRADEC KRÁLOVÉ | OLMOUC

[www.victus.cz](http://www.victus.cz)

