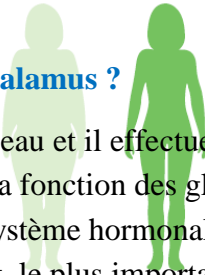




Cure de changement de métabolisme



FAQ



Qu'est ce que la glande de l'hypothalamus ?

L'hypothalamus est situé dans le cerveau et il effectue une grande variété de fonctions. Il contrôle le système nerveux végétatif (assurant la fonction des glandes, de la circulation, respiration, digestion, etc.) et contrôle aussi une partie du système hormonal. Il contrôle aussi la thyroïde, les glandes surrénales, le stockage des graisses et, le plus important, votre taux métabolique. Les gouttes 'ACTIVATEUR' fonctionnent en accord avec votre hypothalamus pour réinitialiser votre métabolisme. Lorsque vous avez terminé la cure, les fonctions resteront régulées pour un certain temps et vous allez maintenant être en mesure de maintenir votre poids.

Pourquoi une alimentaire faible en calories ?

Les gouttes 'ACTIVATEUR' aident votre *hypothalamus* à mobiliser et à utiliser les graisses à partir des emplacements anormaux de stockage des graisses (vieilles graisses, même puisées dans la cellulite pour les femmes). Bien que vous ne consommiez peut-être que de petites quantités de calories, votre hypothalamus travaille continuellement à libérer les graisses stockées dans votre corps. De ce fait, votre corps est en réalité approvisionné par des milliers de calories par jour.

Le résultat : Votre corps utilise des milliers de calories provenant des graisses stockées chaque jour donc, cure avec 'ACTIVATEUR' = se libérer de 250 à 1'500 g de graisse ou plus, par jour !

Pourquoi ne devrais-je pas simplement faire un régime à basses calories sans les gouttes 'ACTIVATEUR' ?

Lorsque vous essayez de perdre du poids uniquement par un régime à basses calories, le corps se débarrassera d'abord des réserves de graisses normales ; puis, seulement après cette étape et un certain délai, il commencera à brûler les réserves de graisses anormales (càd les vieilles graisses stockées dans les cuisses, bras, fesses, etc.).

Mais vu le temps déjà passé à faire les efforts, vous vous sentirez généralement assez faible et affamé par ce régime alimentaire et finalement vous abandonnerez ! C'est la raison pour laquelle les patients obèses se plaignent que quand ils se sous-alimentent, ils perdent seulement la graisse normale ou de la masse musculaire. Ils se sentent affamés, fatigués et leur visage devient terne et hagard, mais leur corps montre que peu de signes d'amélioration ! Le processus pour absorber les vieilles graisses est donc très (trop !) long, beaucoup plus pénible et demande de gros sacrifices.

Vais-je avoir faim pendant la cure à faibles calories ?

Votre activité quotidienne sera à peine impactée tout en ayant une alimentation de seulement 500 calories par jour. Pendant les premiers jours, vous risquez de rencontrer quelques sensations de faim, mais après quelques jours, l'ACTIVATEUR circule régulièrement dans le corps et se sert dans la

graisse anormale. L'appétit diminue et la faim est satisfaite avec les faibles calories consommées. Ceci est partiellement dû à la capacité de votre hypothalamus à ajuster votre taux métabolique, mais en grande partie ceci est dû en raison de la quantité de calories puisées dans vos graisses grâce à l'ACTIVATEUR'. Le shake chocolat ou vanille (complément protéiné) peut être consommé pour compenser ces moments de faim ; vous pouvez aussi le boire à la place de certains repas dans la semaine (2 à 5 fois par semaine maxi), mélangée avec de l'eau ou du lait de soja. D'après l'expérience de beaucoup de personnes qui ont suivi la cure, les résultats sont encore accentués en prenant une petite quantité de shake (1 cuillerée à café) avant de dormir, cela active d'avantage le métabolisme.

Combien de kilos vais-je perdre ?

La perte de poids peut varier selon les individus. En moyenne, la cure fait perdre environ 200 -250g par jour, mais vous risquez de perdre plus ou moins. Tout dépend de la quantité de poids que vous aviez à perdre avant de commencer le régime, et si vous suivez le protocole à la lettre ou non, et aussi de votre taux de métabolisme. La moyenne se situe entre 8 à 10% du poids initial

Souvent, les gens perdent beaucoup la première semaine puis on observe une stabilisation. Cela ne signifie pas que votre perte de poids va cesser, mais simplement diminuer, ne vous inquiétez pas de cela. En règle générale, les cm sont aussi en train de disparaître en continu pendant le programme. Après une période, les personnes verront une nouvelle baisse importante sur la balance : la perte de poids est obtenue par paliers. Si votre perte de poids cesse pendant 1 ou 2 jours, faites une journée pomme (6 pommes et mastiquer les pépins, chaque 2heures) ou pamplemousse (6 x la moitié avec un demi bifidus à midi), ne pas mélanger les fruits, en faisant cela on fait en général repartir le processus d'amaigrissement.

Comment faire mon suivi au jour le jour ?

Garder une trace du poids et de son évolution (cf tableau). Il est important de vous peser et de garder trace de vos succès. Il serait bien de vous peser quand vous vous levez le matin après avoir vidé votre vessie.

Puis-je faire du sport pendant la cure ?

Étant sur un rythme de 500 calories, vous vous épuiserez trop vite. Cela mène au découragement et à de la frustration. Une suggestion pour ceux qui veulent faire de l'exercice : marchez pendant 20 à 30 minutes par jour ou faites des exercices d'abdominaux sans excès. La marche est un excellent exercice et aide à soulager le stress, maintient les entrailles en mouvement, les conditions de votre système cardio-vasculaires, et favorise une meilleure circulation sanguine en oxygène.

Faire trop de sport peut même provoquer un effet inverse : l'exercice en excès par rapport à votre nutrition va faire que le corps va réagir par peur de manque et va vouloir absolument stocker des graisses et ceci peut diminuer l'effet de la cure !

Il est recommandé que vous ne fassiez que des exercices légers tout au long de la cure : marche, pilâtes, fitness léger sont idéaux pour conserver vos forces. Restez à l'écart des exercices de combustion de calories (ex. course à pied, aérobic).

Est-il normal d'avoir des maux de tête pendant la première semaine ?

Vous pouvez avoir des maux de tête légers au cours de la première semaine, c'est en partie parce que votre corps libère des cellules graisseuses, des toxines, très rapidement. Il s'agit d'une cure de désintoxication majeure. Vous pouvez prendre une aspirine ou autre à condition que le comprimé ne soit pas enrobé de sucre.

Comment vais-je gérer mes addictions pendant la cure ?

Il est constaté que toutes les addictions (sucre, alcool, chocolat..) sont très bien gérées voire disparaissent pendant la cure. Ceci est une conséquence de la prise des gouttes 'ACTIVATEUR' qui travaillent avec la glande hypothalamus et contrôlent également l'alimentation émotionnelle.

Puis-je porter du maquillage?

Les lotions, hydratants ou liquide make-up avec de l'huile ne doivent pas être utilisés.

L'ACTIVATEUR' est très sensible aux huiles, crèmes et les graisses et cela pourrait ralentir le processus de perte de poids. Vous pouvez utiliser tout le maquillage minéral ou poudres pressées et autres sans huile.

Vais-je rencontrer des changements dans mon cycle menstruel en prenant l'ACTIVATEUR' ?

Non, il ne devrait y avoir aucun changement à votre cycle menstruel. En outre, l'ACTIVATEUR' n'affectera pas votre capacité à devenir enceinte, ni augmentera vos chances de tomber enceinte. Si vous êtes dans les 5-6 jours de votre période menstruelle, éviter de démarrer la cure. Attendez jusqu'à ce que le cycle soit terminé pour commencer.

Quand arrêter les gouttes 'ACTIVATEUR' ?

Il faut arrêter la prise des gouttes 'ACTIVATEUR' deux jours avant le début de la phase de stabilisation, La cure peut-être poursuivie au-delà de 40 jours, mais il faut alors impérativement prendre des Omega 3 pour nourrir le cerveau : voir <http://www.lifeplus.com/fr-fr/product-details/5000>

Vais-je regagner du poids après avoir fini la phase avec la prise des gouttes 'ACTIVATEUR' ?

Après avoir terminé la phase avec les gouttes (et 500 calories /j), vous pourrez ajouter augmenter doucement les calories à d'abord 1000 calories / jour puis environ 1.500 calories.

Et là vous constaterez le grand changement : vous trouverez que votre appétit a changé, ainsi que vos habitudes alimentaires. C'est le moment idéal pour vous de commencer un nouveau mode de vie sain qui aidera à maintenir votre nouveau poids santé! (+ programme d'exercices légers, ou reprise de votre programme de sport que vous aviez avant la cure.) Il est fortement recommandé de poursuivre la prise des compléments alimentaires pendant au moins 6 mois voire au-delà car ils sont très bénéfiques pour votre santé, surtout le Daily Bio Basics et le Proanthénol.

Après la cure, vous serez tellement heureux et motivés pour continuer avec votre nouveau style de

vie sain que le vieux style va disparaître pour toujours! Vous aurez une toute nouvelle perspective sur la vie ... Une vie saine et une bonne santé!

Attention ! Important !

Nous vous conseillons de suivre le protocole à la lettre ; si vous changez les ‘règles du jeu’ vous aurez peut-être un résultat moindre : n’ajoutez rien et n’enlevez rien !

Rappels principaux :

- Suivre les conseils d’aliments autorisés et le rythme des 5 collations par jour.
- Boire beaucoup d'eau ou autres liquides non sucrés : 2 litres et plus par jour.
- Pas de limite de sel, juste normal, pas d'excès non plus.
- Ce régime est très déséquilibré en vitamines et minéraux, et il est impératif de prendre les 3 compléments alimentaires préconisés avec vos repas.

- Suivre à la lettre le protocole de stabilisation de fin du procédé sur 3 semaines à 3 mois suivant la perte de poids.

Clause de non-responsabilité

Nous nous basons sur le protocole de Dr Simeon, à ce titre les auteurs affirment que ces écrits ont été compilés méticuleusement et du mieux qu'ils l'ont pu, à partir de sources qui sont dignes de confiance; toutefois, l'éditeur et les auteurs ne peuvent en aucun cas garantir l'exactitude et la complétude de l'information. L'éditeur et les auteurs ne peuvent être rendus responsables des dommages résultant des actions ou décisions basées sur l'information en question et de l'utilisation des produits.

Les utilisateurs de ce document et autres informations sont vivement conseillés de ne pas utiliser exclusivement cette information, mais de se baser sur leurs connaissances et expérience professionnelles, et de vérifier l'information qui va être utilisée. Life plus ne peut garantir l'exactitude des informations fournies par les compagnies et autorités participantes. L'éditeur se réserve le droit de combiner, de supprimer ou de modifier les rubriques. L'éditeur se réserve le droit d'éditer ou de réutiliser (une partie des) les articles et de distribuer l'information par tous les moyens.