

Kompleksowe działanie w leczeniu otyłości

Stopniowa
zmiana
nawyków
żywnościowych

Edukacja
żywnościowa

Dieta
dostosowana
do potrzeb
i możliwości

Zdrowe
relacje
z jedzeniem

Regularna
i przyjemna
aktywność
fizyczna

Odpowiednia
ilość
i jakość snu

Metody
radzenia
sobie
ze stresem

Wspierające
środowisko

Wsparcie
zespołu
specjalistów