

“Ciao, sono la Dott.ssa Giovanna Senatore e ti do il benvenuto nel mio studio!”

Se sei qui è perché sei stanca di guardarti allo specchio e non piacerli.

Nonostante mangi pochissimo non osservi nessun cambiamento:

ti senti bloccata in un corpo che con senti più tuo,

non ti piace e non ti fa sentire in forma, energica, felice

Non ne puoi più di te, di sacrificarti allo stremo, di stare sempre a dieta e non vedere nessun risultato.

Cosa sbagli ti chiedi ogni giorno?

Nulla! Il problema non sei tu! Questa è la prima verità che devi fare tua.

Io sono qui per aiutarti ad uscire da questo circolo vizioso di sacrificio e conta delle calorie e cucire su di te il percorso adatto

So benissimo come ti senti!

Io stessa ero intrappolata in questo circolo vizioso... settimane di sacrifici per vedere un piccolo risultato sulla bilancia che scompariva il giorno dopo al mio risveglio.

Un vero incubo da cui non riuscivo ad uscirne sentendomi **un vero fallimento...**

Il mio corpo non mi piaceva, e i vestiti nell'armadio prendevano polvere perché non c'era nulla che mi piacesse indossato.

Trascorrevo giornate di frustrazione e depressione per cadere poi nel baratro di colmare le mie emozioni con il cibo...rientrando di forza nel circolo vizioso da cui con tanta fatica pensavo di esserne uscita: settimane controllate si alternavano a settimane di cibo in eccesso per riempire i vuoti e compensare gli sbalzi ormonali

Hai mai provato questi sentimenti di cui ti racconto?

Allora sai di cosa parlo e puoi capire come è triste e frustrante sentirsi così

Quante diete hai seguito finora? Diete miracolose che promettevano grandi risultati?

Risultati mai pervenuti o solo illusioni.

Dopo poco ti ritrovavi al punto di partenza più frustata, meno in forma e con meno fiducia in te stessa.

Lo specchio, i vestiti nell'armadio, la stanchezza che senti addosso fin dal mattino, l'affanno nel fare una rampa di scale e tanti altri limiti ti portano a toccare con mano il tuo fallimento.

Ma...il problema non sei tu.

Le diete a cui ti sei sottoposta finora si concentrano su un mero calcolo di calorie: basta stare sotto quel numero per ottenere benefici!

In realtà pur contando con precisione le calorie i benefici non li hai ottenuti o sono stati molto scarsi.

Questi percorsi perdono di vista la cosa più importante. Te!

Tu con i tuoi chili in più, con la fame, con le difficoltà familiari, con la stanchezza, mancanza di sonno, ciclo doloroso o assente...tu che ti cerchi allo specchio ma non ti ritrovi più.

La soluzione non è contare le calorie...la soluzione è “ritrovare te stessa in quello specchio”

Ecco ora, Fermati un attimo e ...Immagina.

Immagina di guardarti allo specchio e vedere l'immagine di te che hai sempre sognato.

Un corpo finalmente in forma, pieno di energia, di forza, di benessere e bellezza.

Immagina di essere Libera di mangiare senza conta delle calorie, senza restrizione, senza divieti.

Immaginati...immaginati così non per un mese, il tempo della durata della dieta, ma per sempre...

Follia? Utopia?

Se la pensi così ti lascio qualche testimonianza che ti farà toccare con mano che è “realtà”

Inizio con il dire che soffro di fame emotiva e avevo anche una dipendenza da dolci.

Le premesse perché fosse un flop c'erano tutte e invece così non è stato. La

dottoressa Senatore è sempre disponibile e sempre pronta a una parola di conforto.

Io tendo a buttarmi giù, a mollare e invece così non è stato. Non è facile ma

comunque ho perso quasi 15 kg in un anno. Mia madre ha deciso anche lei di farsi

seguire dalla dottoressa e ha perso 20 kg in sei mesi, mangiando tanto. Perché va

detto che si mangia, dieta non vuol dire fare la fame, ma vuol dire sapere cosa e

come mangiare.

Virginia

Ho conosciuto Giovanna (mi permetto perché con lei si instaura fin da subito un

fee-ling importante) l'anno scorso. Attraverso un programma mirato è riuscita in

pochi mesi a compiere un piccolo miracolo: farmi perdere centimetri (non mi piace

parlare di peso!!) laddove ne avevo realmente bisogno senza penalizzare le parti più

sane e in forma del mio corpo. Ancora oggi la seguo costantemente, sui social e al

suo ambulatorio, perché solo così mi sento tutelata, seguita e al sicuro.

Carla

Grazie alla disponibilità, serietà, competenza e professionalità della Dott.ssa

Senatore, sono riuscita nel mio obiettivo!! Ho imparato un nuovo modo di

mangiare...Finalmente mi guardo allo specchio e vedo una nuova me stessa!

Gilda

Ho iniziato il mio percorso con la dottoressa Giovanna Senatore più di un anno fa

per problemi di salute...che dire ...una vera professionista che approfondisce il caso,

elabora percorsi sul vissuto effettivo del paziente, che è sempre pronta a consigli e

incoraggiamenti quando si rendono necessari...

Con la dottoressa non si ha la sensazione di essere un cliente come tanti, ma si

avverte tutto lo sforzo di elaborare diete e percorsi quanto più possibili

personalizzati.

Amalia

Io sono qui con un unico obiettivo: aiutarti a ritrovare la vera te stessa, a guardarti di nuovo allo specchio e pensare di essere bellissima, di poter mangiare senza contare le calorie, senza doverti sentire sempre affamata, depressa e fallita.

Proprio come ho aiutato Federica a indossare quei jeans che erano nel cassetto da diversi anni, da quando la pancetta che le aveva comportato un aumento di due taglia le impediva di chiuderli in vita

Federica ha fatto tante diete nella sua vita, e ogni volta è riuscita a perdere peso ma...anche a riprenderli appena finito il percorso, ed e' questo l'ostacolo più importante e temuto

Comincia il percorso e i risultati arrivano immediatamente nonostante la sua vita personale venga messa alla prova, con un problema di salute del marito.

Lei non molla anzi mi dice che il percorso "Nutriti con Amore" la fa sentire più lucida, performante e concentrata.

Cambia modo di approcciare al cibo, non contando le calorie ma contestualizzando diversamente i vari nutrienti, si sente soddisfatta ad ogni pasto per cui non fa nessuna fatica a "mangiare con consapevolezza" secondo le indicazioni di Nutriti con Amore. Ad uno degli appuntamenti in studio (Momento di Rinascita) mi confida che finalmente mangia "senza sensi di colpa" anche nel weekend di "libertà", inoltre il suo benessere aumenta settimana dopo settimana insieme a vedere un'immagine allo specchio che le piace sempre di più

Prosegue dritta verso la metà arrivando alla fine del percorso, il momento più delicato e temuto...ma qualche settimana fa, Federica mi scrive questo “tu per me sei stata il mio miracolo e non posso che non parlarne dei bellissimi risultati che mi hai aiutato a raggiungere e che oggi a distanza di un anno mantengo invariati”

E puoi ottenere tutto questo anche tu, scegliendo di affidarti a me come hanno fatto centinaia di pazienti soddisfatti prima di te.

Ora, se desideri prenotare puoi inviare un messaggio WA al 329.9810475 ti contatterò il prima possibile.

A tal proposito, devo avvisarti che i posti per iniziare un nuovo percorso sono limitati, al momento la lista di attesa è di 3 settimane. Questo è dovuto alla scelta di lavorare solo con un numero ristretto di persone così da garantire la massima qualità del servizio.

Per questo ti invito, per non rischiare di dover aspettare più di un mese, a prenotare il prima possibile.

Se invece hai bisogno di approfondire e di ricevere altre informazioni, ho un REGALO di benvenuto riservato a te “ Due settimane con Nutriti con Amore” che ti consentirà di cominciare a vedere i benefici fisici (e non solo) con un piano alimentare di 15 giorni oltre a tanti suggerimenti nutrizionali e non. A questo regalo potrai accedere Scrivendo “regalo di benvenuto” a nutrizionepoint@gmail.com

Infine, un appunto importante: se sei un uomo, o donna in gravidanza purtroppo non posso aiutarti. Questo perché ho deciso di dedicare le mie energie unicamente alle donne che si trovano ad affrontare un cambiamento della forma fisica e della salute dovuti soprattutto all'approccio al cibo e a delle modifiche ormonali.

Se fai parte di queste categorie, e non sai a chi rivolgerti, sarò felice di indirizzarti verso colleghi fidati e specializzati in quel campo.

Grazie per aver letto fino a qui

Prima di lasciarci, vorrei dirti una cosa importante: se hai compreso che Nutriti con Amore è la soluzione che ti aiuterà a raggiungere i tuoi obiettivi, contattami immediatamente!

Ti guiderò in questo viaggio di trasformazione. Un viaggio che tantissime donne hanno intrapreso, con successo, prima di te, raggiungendo l'obiettivo desiderato quello di guardarsi nuovamente allo specchio e sentirsi completamente in forma.

E come molti di loro mi hanno confessato, questo è stato l'investimento migliore che potessero fare; su loro stessi, sulla salute, sulla felicità.

Un percorso personalizzato, che si adatta alle tue necessità, e che ti guida e sostiene in ogni piccolo passo, fino all'obiettivo e anche dopo perché diventerà parte di te e della tua vita.

Ritrovare la serenità, piacersi e sentirsi in forma e in salute, non ha prezzo!

Mi raccomando, non aspettare, contattaci prima che i posti in agenda finiscano!

Sarò onorata di guidarti in questo viaggio verso la nuova te!

Mi raccomando, a presto!

Dott.ssa Giovanna Senatore

Nutriti con Amore