



magazín pro zdravý životní styl, [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz)



[Odborná poradna](#) 27. 4. 2020 | Mgr. et Mgr. Jitka  
Laštovičková

# Ráda bych se přestala přejídat a našla zdravou váhu

URL článku: [odborna-poradna/Rada-bych-se-prestala-prejidat-a-nasla-zdravou-vahu\\_\\_s20060x19715.html](http://odborna-poradna/Rada-bych-se-prestala-prejidat-a-nasla-zdravou-vahu__s20060x19715.html)

Mám za sebou nekonečnou řadu různých diet, po kterých vždy následoval obrovský vlčí hlad a jojo efekt. Teď se poslední tři čtvrtě roku snažím zhubnout, vůbec se mi to nedaří.



Chci číst celý článek

Pro přečtení celého článku musíte být přihlášení:

E-mail

Heslo

Ochrana proti spamovacím robotům. Odpovězte prosím na následující otázku:

**Jaký je letos rok?**

Přihlásit se a číst článek

Nejste ještě registrovanými uživateli? Napravte to, zvládnete to za pár sekund.

[Registrace](#)

---

Copyright © 2024

Vím, co jím a piju, o.p.s., [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz)