



**GEWICHT: VAN 117 KG
NAAR 96 KG
-21 KG IN 2,5 MAAND
STREEFGEWICHT: 72 KG**

Rebecca vond structuur en begeleiding bij TLC

Wat? Een internationaal voedingsplan dat zwaarlijvigheid linkt aan een hormonaal onevenwicht tussen insuline, serotonine en groeihormoon. Na een bloedtest wordt een medisch ondersteund voedingsprogramma opgesteld dat de stofwisseling normaliseert en de drang naar eten doet afnemen. Je verliest 7 tot 12 kg per maand zonder jezelf uit te hongeren en zonder dat je huid verslapt.

Geïnteresseerd? 011/29.10.70 en www.tlcbenelux.be. Kostprijs: € 850.

“Van maat 54 naar maat 48, dat geeft een onbeschrijflijke voldoening”

Rebecca (30), begeleidster voor- en naschoolse opvang

“Mijn familie houdt van veel en lekker eten. Ik ben altijd zwaar geweest, maar behalve wat onverantwoorde dieetpogingen tijdens mijn tienerjaren heb ik er nooit iets aan gedaan. Tot ik op een bepaald moment besepte dat ik met mijn gezondheid aan het spelen was. Om af te vallen, had ik structuur en begeleiding nodig, en dat kreeg ik bij TLC. Wekelijks werd ik gewogen en gemeten en ze vertelden me exact wat ik mocht eten en hoeveel. Pasta, brood en aardappelen waren taboe, maar aangezien het voedingsplan helemaal is afgestemd op de aminozuren die je nodig hebt en het je hormonen in balans brengt, had ik nooit honger. Het gevoel dat ik had toen de weegschaal onder de honderd ging, was onbeschrijflijk. Met mijn maatje 48 - vroeger had ik maat 54 - kan ik weer shoppen in de gewone collecties en ik ga met de fiets naar het werk. Normaal gezien zou ik in november 45 kg kwijt moeten zijn. De maand erop heb ik nog nodig om mijn hormonen te stabiliseren, zodat ik na het stabilisatieprogramma weer geleidelijk aan alles kan eten zonder aan te komen. Als ik eens alcohol wil drinken, eet ik een halfuur van tevoren een stukje kaas. Mensen zeggen dat ik er tien jaar jonger uitzie, of ze vragen of ik verliefd ben. In april organiseer ik een groot feest voor al mijn vriendinnen. Nooit gedacht dat ik daar in galajurk naartoe zou gaan. Wel, ik ga op zoek naar de mooiste die ik kan vinden!”