

# E l i ë t t e

“Meer dan 25 jaar lang was ik uitermate gefrustreerd met mijn overgewicht, en ondanks al mijn pogingen af te vallen, bleef mijn gewicht toenemen”, zegt Eliëtte wanneer ze over haar schijnbaar hopeloze strijd vertelt. Haar ontevredenheid over haar lichaamsbeeld leidde tot een gevoel van onvolkomenheid. “Het grootste deel van de tijd voelde ik me onzeker. Mijn zelfverzekerdheid en zelfvertrouwen stonden op een laag pitje. Mijn gewicht bleef maar steeds een probleem voor me.”

Maar Eliëtte gaf het niet op. Ze vond de motivatie naar een gezonder lichaam te streven. “In mijn familie komen veel gewichtsproblemen voor, zoals hart- en gewrichtsklachten”, zegt Eliëtte wanneer ze over haar gezondheidsproblemen vertelt, waar ze aan toevoegt dat haar deelname aan WIN aan de basis ligt van haar wens wellness te stimuleren. Daarnaast wilde ze iets betekenen voor degenen van wie ze houdt. “Ik wilde een voorbeeld zijn voor onze dochters en anderen.”

In juni 2008 begon Eliëtte een gewichtsverliesprogramma met Paul, die een achtergrond heeft in fysiotherapie, bodybuilding en persoonlijke training. Samen met een stel anderen stelde ze haar streefgewicht vast gecombineerd met een plan dit gewicht te bereiken. Haar doel was 20 kilo te verliezen vóór oktober 2008. Haar plan bestond uit drie elementen:

- **Dagelijkse persoonlijke fitnessstraining thuis** — een basistraining voor de grote spieren en 45 minuten wandelen bij een hartslag van 120 per minuut
- **Eetgewoonten** — zes kleine porties voedsel per dag, een handjevol is voldoende. Een gezonder dieet; met de grootste aandacht op het beperken van de hoeveelheid koolhydraten in de voeding
- **WIN's gewichtsbeheersingsproducten** — **BioLEAN Free**®, **LipoTrim**™, **ProXtreme**™ en **Mass Appeal**™ en niet te vergeten de rest van de producten van WIN

Deze combinatie bleek een winnende formule om Eliëtte te helpen het eerder geachte onmogelijke te bereiken. “Ik was stomverbaasd over de snelle resultaten en kon mijn ogen niet geloven wanneer ik naar de weegschaal keek. Ik voelde me fantastisch en had veel meer energie! Dit moedigde me aan vol te blijven houden”, legt Eliëtte opgetogen uit. “Dit eenvoudige gewichtsverliesprogramma is zo gemakkelijk te volgen! Nu ik bijna 23 kilo ben afgevallen, oog en voel ik me beter. Ik beweeg me gemakkelijker en kleren passen me beter — ik heb heel wat afgewinkeld!” Ze heeft niet alleen haar streefgewicht overtroffen, ze ontving ook nog eens de Wellness Award bij het Gala 2008 in oktober. “Een heleboel mensen hebben veranderingen bemerkt in mijn zelfverzekerdheid, presentatie, houding en persoonlijke groei. Mijn algemene voorkomen is veel zakelijker en ik ontvang een hoop complimentjes”, vertelt Eliëtte over de vele positieve veranderingen in haar leven. Ze voelt zich een nieuwe vrouw, iemand die ze altijd al had willen zijn. ■



“Mijn overgewicht was echt heel frustrerend.”

vóór

“Ik wilde een voorbeeld zijn voor onze dochters en anderen.”

Eliëtte met haar dochters Nachalle en Michou



23

kilo afgevallen