



# Hälsö ateljén marie

arbetar med att förbättra människors hälsa och livskvalitet genom att minska midjemåttet samt att stärka sin självkänsla. Detta är ett helhetskoncept med tyngdpunkten på beteendeförändring för ett varaktigt resultat.

Enligt deltagare hos Hälsö ateljén marie har många viktrelaterade åkommor såsom migrän, högt blodtryck, värkande leder och onda ryggar blivit bättre.

**Varför inte erbjuda Era anställda ett alternativ till friskvård?**

Förutom Cambridgekuren har Hälsö ateljén marie en Power-Plate som träningsalternativ.

**Kort om Cambridgekuren:** Cambridgekuren är ett hjälpmedel till en snabb och säker viktninskning. Produkten är godkänd av livsmedelsverket att äta som enda näring och testad på Karolinska sjukhuset under ledning av professor Stephan Rössner.

**Används av sjukvården** Lågkaloridieter (VLCD) används på Sveriges ledande överviktsenheter, (Huddinge sjukhus, Sahlgrenska sjukhuset med flera). VLCD ger en snabb/säker viktninskning och bör alltid kombineras med beteendeförändring i kost och motion.

**Kort om Power-Plate vibrationsträning:** 10-minuterssuccén – Power-Plate vibrationsträning. Skonsam mot leder och ligament. Stärker musklerna, samt ökar välbefinnandet. Används även som rehabilitering då effekten av den ökade cirkulationen är mycket gynnsam för kropp och hälsa.

**Erbjudande** Hälsö ateljén marie erbjuder ditt företag förmånliga paket till dina anställda utefter önskemål och behov. Fördelen med företagsgrupper är många, de flesta känner eller känner igen varandra. Man knyter också nya kontakter mellan olika avdelningar och nivåer inom organisationen. I gruppen deltar max 10 personer och meningen är att vi utbyter erfarenheter om det vi lyckats med, men även hur vi hanterar det vi tycker har gått mindre bra. Vi tränar in ett nytt sätt att tänka och hjälper varandra att få tag i motivationen om den sviktar.

*Offert lämnas separat*

## Min erfarenhet och bakgrund

- Psykiatri
- Friskvård
- Personlig erfarenhet av övervikt
- Certifierad Cambridgekonsulent
- Power Plate instruktör
- Egen terapi och handledning
- Litteratur och kurs inom personlig utveckling; bla hos Mia Törnblom

**SNABBA &  
HÅLLBARA  
RESULTAT**

**Välkommen att kontakta mig för mer information!**

Med vänlig hälsning

Marie Ärfström

*Hälsö ateljén marie är ett fristående företag med Cambridgekurens produkter som effektivt redskap. Huvudrepresentant med grossistuppdrag och medicinskt ansvar i vårt land, är Cambridgekuren Sverige AB.*

## Hälsö ateljén marie

Hudiksvägen 3A • 824 33 Hudiksvall • tel. 0650-59 55 65 • [www.halsoateljénmarie.se](http://www.halsoateljénmarie.se)

Innehår: F-skatt sedel • Org.nr. 600529-5008 • [info@halsoateljénmarie.se](mailto:info@halsoateljénmarie.se)

Certifierad konsulent för  
**CambridgeKUREN**

**POWER PLATE**  
next generation