



Jedna prosta decyzja, która pozwoliła mi na sukces

data aktualizacji: 2023.09.08



Problemy z koncentracją, nadwaga, nieustanne zmęczenie, złe samopoczucie - to tylko niektóre dolegliwości, z którymi trzeba się borykać, gdy nie można dobrze i zdrowo zjeść. Jakość jedzenia, podobnie jak snu, wpływa na każdy aspekt życia. Wiele elementów jest z tym powiązanych i przekłada się na sukcesy w życiu zawodowym i radość w sferze prywatnej. Co zrobić, żeby osiągnąć sukces? Warto zacząć od podstaw i poszukać fachowej pomocy.

Catering dietetyczny - co to?

Wcześniej żyłem w ciągłym biegu, spieszyłem się, nie miałem czasu, żeby przysiąść i przemyśleć różne sprawy. Zawsze był jakiś projekt do domknięcia, ktoś suszył mi głowę o terminy. Byłem w rozsypce. Dzisiaj wciąż pędzę po sukces, ale czuję się świetnie, lepiej wyglądam, a moja efektywność znacznie wzrosła. Cud? Nic z tych rzeczy! Odpowiedź jest znacznie prostsza - [catering dietetyczny Olsztyn](#). Przez znajomego trafiłem na ofertę Dietific. Początkowo myślałem, że to zbędna fanaberia, ale okazało się, iż byłem w błędzie. Kiedy w końcu się przełamałem, zastanawiałem się już tylko nad jednym: dlaczego zdecydowałem się na to tak późno? Prowadzę bardzo aktywny tryb życia, nie mam czasu, żeby przygotowywać posiłki. Już z samego rana wychodzę z domu, a tempo nie spada do wieczora. Po konsultacji wybrałem pakiet na 1750 kcal. Jak się okazało, był to strzał w dziesiątkę.

Smaczna i zdrowa dieta pudełkowa

Na czym to wszystko polega? Rano kurier przywozi mi przygotowane przez kucharzy posiłki. Nie jestem szefem kuchni, ale coś-tam ugotować potrafię. Mimo to nie przygotowałbym takich posiłków samodzielnie, a jak już, kosztowałyby mnie to mnóstwo czasu i energii. Każdy z czterech posiłków wybrałem sam, konstruując dietę dokładnie pod mój gust. To prostsze niż zamawianie pizzy. Posiłki dostają w wygodnych pudełkach. Zawartość każdego z nich jest zabezpieczona na tyle dobrze, że nie muszę się przesadnie martwić o pudełko w trakcie dojazdu do pracy czy przejazdu na siłownię. Liczba posiłków i wartość kaloryczna były w sam raz. Wybierając z 15 różnych dań, nigdy nie poczułem zmęczenia czy monotonii posiłkami. Na efekty nie musiałem czekać długo. Już po kilku dniach zacząłem czuć się lepiej. Miałem więcej energii i nie zaprzętałem sobie głowy organizacją posiłków. Nie poczułem obciążenia finansowego, bo przecież i tak często jadłem na mieście. Tym razem ociekający tłuszczem kebab zastąpiły zdrowe warzywa i świetnie przygotowane mięso. Wszystkie składniki zawsze były świeże i wysokiej jakości. Niewielki - w moim odczuciu, żona by polemizowała - brzuch przestał rosnać. Moja **dieta pudełkowa** zaczęła przynosić efekty. Nigdy wcześniej nie byłem tak blisko wymodelowania sylwetki. Wystarczyło jeszcze tylko zapisać się na siłownię. Z zaskoczeniem odkryłem, że nie tylko mam na to ochotę, ale też siłę i energię! Nie poświęcając czasu na przygotowywanie posiłków i chodzenie do knajp, znalazłem czas na początkowo dwa, później trzy, a obecnie cztery treningi w tygodniu. Czysta przyjemność.

Sport i fit catering

Kiedy pierwszy raz wszedłem na siłownię, czułem się nieswojo. Po kilku treningach tak się wkręciłem, że zmieniłem plan żywieniowy i dostosowałem go do zwiększonych wymagań. Przybyło nie tylko kalorii, ale też wartościowych składników. Po każdym treningu czuję się zregenerowany i wypoczęty, a energii nie brakuje mi na życie zawodowe ani prywatne. Pudełka z jedzeniem są na tyle wygodne, że mogę zabierać je ze sobą na siłownię. Odgrzanie posiłku, gdy mam na to ochotę, nie stanowi najmniejszego problemu. Wraz z poprawą kondycji przyszły też pozytywne zmiany w życiu prywatnym. Nie wracam już z pracy wykończony i zdemotywowany, ale pełen energii do dalszego działania. Nie mam wątpliwości, że to **fit catering** od Dietific zmienił w moim życiu tak wiele. Wcześniej nie spodziewałem się, że to, co jemy i jak to robimy, ma tak duży wpływ na komfort życia, wygodę i osiąganie celów. Teraz już wiem i z czystym sumieniem polecam catering dietetyczny wszystkim moim znajomym, którzy chcą zmienić coś w swoim życiu na lepsze.

Czy warto? Jeszcze jak!

Gorąco polecam catering dietetyczny każdemu, kto czuje, że jego życie za bardzo pędzi, a on nie nadąża. Tak było w moim przypadku. Kiedy zacząłem korzystać z cateringu dietetycznego, nie tylko

dogoniłem swoje życie - prześcignąłem je i dzisiaj realizuję więcej celów niż kiedykolwiek wcześniej. W ofercie Dietific każdy znajdzie coś dla siebie. Dzięki cateringowi dietetycznemu można zarówno zrzucić wagę, jak i zbudować tkankę mięśniową. Warto zainteresować się dietami wegetariańskimi i specjalnymi. Bardziej wymagający klienci mogą oczekiwać nie na 15, na na 35 różnych dań do wyboru, dlatego nuda w posiłkach nie ma szans. Jedzenie zawsze dostarczane jest na czas, a jakość przygotowania sięga wyżyn kulinarnego kunsztu. Nie mając czasu na gotowanie, wcale nie trzeba rezygnować z domowych obowiązków, rozwoju osobistego lub pracy zawodowej. Wybrałem catering dietetyczny z Dietific i dzisiaj jestem szczęśliwy. Moje życie zmieniło się o sto osiemdziesiąt stopni i gorąco polecam to każdemu.

Źródło: <https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/71966-jedna-prosta-decyzja-ktora-pozwolila-mi-na-sukces>