



AY & MEY BESLENME VE DİYET DANIŞMANLIK MERKEZİ unvanlı işyerimizde İstanbul Barosu'nun tüm mensuplarına (Avukat, Stajyer Avukat, Baro Personeli) ve 1. derece yakınlarına %20 indirim uygulanacaktır.

Uzman Diyetisyen Meyragül Baş / Uzman Diyetisyen Aycan İdigut



İstanbul Okan Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik bölümünden 2020 yılında mezun olduk. Ardından İstanbul Okan Üniversitesi'nde Beslenme ve Diyetetik Yüksek Lisans eğitimimizi tamamladık.

Ay & Mey Beslenme ve Diyet Danışmanlık Merkezi adı altında olan kliniğimizde iki uzman diyetisyen olarak hizmet vermekteyiz. Siz değerli danışanlarımızı sağlıklı beslenme adına bir adım atmak için kliniğimize bekliyoruz.

Sağlıklı yaşamayı ve yaşantınızı kaliteli hale getirmek istiyorsanız gelin bu süreci ertelemeyin, birlikte başaralım.

Konseptimiz iki diyetisyen 1 danışan olarak sürdürülmektedir.

2 Diyetisyen 1 danışan, bütün ilgi sizinle..

HİZMETLERİMİZ

- Yüz Yüze Beslenme Danışmanlığı
- Online Beslenme Danışmanlığı
- Andulasyon Terapi
- Kilo Alma / Kilo Verme / Kilo Kontrolü
- Sporcu Beslenmesi
- Hastalıklarda Beslenme Tedavisi
- Gebe ve Emzirme Döneminde Beslenme
- Obezite Tedavisi
- Çocuk ve Ergenlik Döneminde Beslenme
- Yemek Bozuklukları

DİYET PROGRAMLARI

Yüz Yüze Diyet: Uzm. Dyt. Aycan İdigut ve Uzm. Dyt. Meyragül Baş ile diyet programı süresince her hafta (haftada bir kez) İstanbul'daki ofisimizde yüz yüze görüşme.

Online Diyet: Uzm. Dyt. Aycan İdigut ve Uzm. Dyt. Meyragül Baş ile diyet programı süresince her hafta (haftada bir kez) whatsapp üzerinden görüntülü görüşme.

Andulasyon Terapi: Diyet programımıza destek olarak andulasyon terapi paketleri mevcuttur.

İLETİŞİM

☎ 0538 090 68 64 / 0505 455 03 05

📍 Mehmet Akif Mah. Tavukçuyolu Cad.

Demir Plaza No:126 D:6 Kat:2 Ümraniye/İSTANBUL



📷 @aymeydiyet

🌐 @aycanidigut

@meyragulbas



BESLENME VE DİYET DANIŞMANLIK MERKEZİ

**Sağlıklı yaşamayı ve yaşantınızı kaliteli hale getirmek istiyorsanız
gelin bu süreci ertelemeyin, birlikte başaralım.**

2 DİYETİSYEN 1 DANIŞAN, BÜTÜN İLGİ SİZİNLE...

- **Kişiyeye Özel Beslenme Programları**
- **Profesyonel Vücut Analizi**
- **Obezite Tedavisi**
- **Kilo Alma / Kilo Verme / Kilo Kontrolü**
- **Hastalıklarda Beslenme Tedavisi**
- **Çocuk ve Ergenlik Döneminde Kilo Kontrolü**
- **Gebe ve Emzirme Döneminde Beslenme**
- **Yeme Bozuklukları**
- **Kurumsal Beslenme Danışmanlığı**
- **Sporcu Beslenmesi**

Uzman Diyetisyen
Aycan İdigut
0538 090 68 64

Uzman Diyetisyen
Meyragül Baş
0505 455 03 05

 **aymeydiyet**

**Mehmet Akif Mah. Tavukçuyolu Cad. Demir Plaza. No:126
D:6 Ümraniye/İSTANBUL**



BESLENME VE DİYET DANIŞMANLIK MERKEZİ



ANDULASYON TERAPİ

- Andulasyon, mekanik olarak uyarılmış titreşimlerin ve kızılötesi ışığın kombinasyonundan meydana gelmektedir.
- Kolajen üretimini artırır.
- Hem bölgesel olarak, hem de tüm vücudu kapsayacak şekilde uygulanabilir.
- Bu teknoloji, uzuvlarda tutulan suyun vücuttan atılmasını, sıkılaşılarak zayıflamayı ve vücutta bulunan ödem miktarını azaltmayı sağlamaktadır.
- Andulasyon terapisinin asıl amacı özellikle vücut sıvılarını harekete geçirerek zayıflamaya yardımcı olması, ödem atılması ve ağrıların dindirilmesidir.

