

JUITOX KURUCUSU BÜTÜNSEL SAĞLIK KOÇU VE DETOKS UZMANI DİLŞAT ERDİL JUITOX'UN KURULUŞ HİKAYESİNİ VE DETOKS SÜRECİNİ KASS'A ANLATTI:

"EN BÜYÜK AVANTAJIM DANIŞANLARIMLA AYNI YOLLARDAN GEÇTİĞİM İÇİN, EN ÖNEMLİ KISMIN MOTİVASYON OLDUĞUNU BİLİYORUM"

Günümüzün en temel problemlerinden biri olan sağlıklı yaşam için çeşitli sebeplerden kendini dinlendirme ve yenileme fırsatı bulamayan vücudumuzu, doku kirliliğinden kurtarmanın yollarından biri detoks. Bugün 32 adet juice, shot ve çorba detoks'ndan oluşan cold press ürün menüsüyle yarattığı Juitox markasıyla hayatımıza dokunan Dilşat Erdil, danışanlarına aynı yollardan geçmiş olmanın da avantajıyla kusursuz bir hizmet sunuyor. "Bu işte en önemli şey motivasyon" diyen Juitox Kurucusu Bütünsel Sağlık Koçu ve Detoks Uzmanı Dilşat Erdil ile Juitox'un kuruluş hikayesini, ürün serisini ve detoks sürecini Klass okurları için konuştuk.

Dilşat Hanım, öncelikle sizden ve çalışma sisteminizden bahsedebilir miyiz?

Koç Üniversitesi İşletme mezunuyum. Sağlıksız ve kilolu bir gençlik döneminden sonra detoks ile 30 kg verdim. Ardından Amerika'da bütünsel sağlık koçluğu ve detoks eğitimi aldım. Detoksun ve değişimin hem fiziksel hem ruhsal olması gerektiğine inandığım için bilinçaltı ve NLP eğitimi aldım. Şu anda danışanlarımı bu yolda en iyi sonuçlara ulaştırabilmek adına, detoks ürünlerini ve günlük menü planlamalarını kişiye özel hedef ve ihtiyaçları doğrultusunda hazırlamaktayım. Her gün farklı bir menü ile beslenmelerini sağlayarak, kısa sürede iyi sonuçlara ulaşmalarını sağlıyorum. En önemlisi detoks veya alkali beslenme programlarında her daim danışanlarımı iletişimde olarak ve bilinçaltı kodlamalarını değiştirerek, yaşam tarzlarını benden sonra da sürdürebilmelerini sağlıyorum. Dünyanın her yerindeki danışanlarımı gerek online gerek İstanbul içinde birebir çalışmalarımızı sürdürebiliyoruz. Her sabah tartı kontrolü, spor takibi, olumlama ve meditasyon desteği ve her gün farklı bir menü hazırlıyorum. Doğal olarak danışanlarım 7/24 online olarak da benim sıkı kontrolümde olduğu için, kısa sürede etkili sonuçlar alıyoruz. En büyük avantajım ise danışanlarımı aynı yollardan geçtiğim için, onların akıllarını okuyabiliyorum ve bu işte en önemli kısmın motivasyon olduğunu biliyorum.

Markanız Juitox'un kuruluş hikayesini dinleyebilir miyiz?

Dünyanın her yerinde soğuk sıkım meyve ve sebze sularına çok yoğun ilgi varken Türkiye'de böyle bir açık olduğunun farkındaydım. Cold press konusunda yaklaşık bir yıl süren yurtdışındaki market araştırmaları sonucu ve aldığım eğitimlerden yola çıkarak toplam 32

adet juice, shot ve çorba detoks'ndan oluşan menü yarattım. Ürünlerimiz cold pressed yöntemi ile hazırlanmaktadır. Cold Pressed, yüksek basınçlı bir hidrolik pres ile sebze ve meyveleri zengin besin değerlerini kaybetmeden soğuk sıkma işlemidir. Dolayısıyla evde hazırladığınız ürünlerde vitamin, mineral ve canlı enzim kaybı olurken bu yöntemle sebze ve meyvelerin tamamını yemiş gibi suyunu içmiş olursunuz. 2014 yılında kurulan Juitox şu an kişinin ihtiyaçları doğrultusunda juicing (sıvı orucu), souping (çorba detoks) ve salatalardan oluşan detox hizmeti sunmaktadır.

Niçin detoks yapmalıyız ve Juitox olarak bu konuda nasıl destek veriyorsunuz?

Günümüzün en temel problemlerinden biri sağlıklı yaşam. Hızlı şehir hayatı, zamansızlık, kötü beslenme vb. çeşitli etkenler ile vücudumuz yoruluyor, kendisini dinlendirme ve yenileme fırsatı bulamıyor. Doku kirliliğinden kurtulmanın yolu detoks, yani arınmadır. Normalde yediğimiz bir sebze yemeğinde sindirim sistemimiz en fazla %70'ini sindirebiliyor. Ancak bu yiyeceklerin suyunu çıkarıp içtiğimizde sindirim sisteminiz zayıf bile olsa, %99'unu absorbe edebiliyor. Juitox'ları online ve bir kaç satış noktasından temin edebilirsiniz. Önceliğimiz tazelik ve sağlık olduğu için sipariş üzerine en taze sebze ve meyvelerle hazırlıyoruz. Ben ise gerek bireysel danışanlarımın gerek Juitox müşterilerimin her daim yanında olarak detoks sürecini iyi şekilde geçirmelerini sağlıyorum. Çünkü bu işte en önemli şey motivasyon!

Paket programlarınızdan bahsedebilir misiniz? Kişiler alacakları programı nasıl belirliyorlar?

Başlangıç, orta seviye ve ileri seviye detoks paketlerimiz bulunmaktadır. Ayrıca



Dilşat Erdil

juice içmek istemeyenler için çorba detoks ve half detoks dediğimiz tahıllı salata, çorba ve juice içeren bir programımız vardır. Ayrıca web sitemizde oluşturduğumuz anket ile kişiler hangi cleanse'in kendisine uygun olduğunu bulabilir. Telefon, mail yolu ile de müşterilerimize yardımcı oluyoruz.

Siz kişiye özel detoks paketlerini nasıl oluşturuyorsunuz?

Kendi bireysel danışanlarımda yağ kaç ölçümleri ve kan tahlilleri sonucu kişiye özel detoks paketlerini ben oluşturuyorum. Sıvı detoks'ları bittikten sonra günlük alkali beslenme programlarını planlıyorum.

Maksimum kaç gün sıvı detoks yapmak vücudumuzun açısından sağlıklıdır?

Bu tamamen size kalmış. İsterseniz yoğun iş temposunuzun arasında akıp giden zamana entegre edin, isterseniz hafta sonu dinlenerek, masaj ve saunaya giderek kendinize ödül vererek arının. Fakat haftada bir mutlaka bir gün, mevsim geçişlerinde yani üç ayda bir minimum üç günlük bir detoks yapılmasını tavsiye ederim. Hem bağışlılık sisteminizi güçlendirir, dönemsel kilo fazlalıklarınızdan kurtulur hem de toksinlerinizden arınırsınız.