



IFacilitador Interesado

El Equipo Importancia de Estilo de Vida de Longevidad (LLM) se complace en que usted esté interesado en unirse a un selecto grupo de personas de todo el mundo que son Facilitadores Certificados de Importancia de Estilo de Vida de Longevidad (LLM FC). Este “certificado” lo capacita para presentar el programa LLM en su hogar, escuela, comunidad, iglesia u organización.

Es de común reconocimiento que "las dietas no funcionan" a largo plazo. La mayoría de los programas que se centran especialmente en la dieta y / o el ejercicio, tampoco funcionan a largo plazo. Eso no es nuevo para mucha gente en este planeta, ciertamente no para quienes han sido atrapados en la red de la epidemia mundial de obesidad. ¿Qué puede funcionar? Crear y vivir un estilo de vida de longevidad, cuando se sigue consistentemente.

El programa **Importancia de Estilo de Vida de Longevidad** (LLM) de 12 semanas, es una combinación única de información actual basada en el cerebro, que se centra en mejorar la salud, la prevención de enfermedades, la mejora de la energía, de la vitalidad y de la longevidad. El Equipo de LLM cree que todo comienza en el cerebro, y este enfoque único tiene la mejor posibilidad de éxito.

Un Estilo de Vida de Longevidad no es una dieta, no es una solución inmediata, ni se trata de contar calorías compulsivamente, y no es acerca de privación. Es un enfoque integral basado en el cerebro, hacia un alto nivel de vida saludable, con el objetivo de:

- Aprender cómo mantenerse más sano y más joven por más tiempo
- Poner su cerebro, cuerpo, y peso en la estrategia del juego, y mantenerlos allí
- Vivir en un alto nivel de función física, mental, emocional y espiritual

Adoptar un Estilo de Vida de Longevidad, volviéndose y manteniéndose lo más saludable posible, pueda ser el mejor regalo para darse a sí mismo y a los que ama.

Conozca al equipo LLM



Doctora Arlene R. Taylor: Todo comienza en el cerebro, ¡solo tiene uno y no existe repuesto! En esta edad del cerebro, un *Estilo de Vida de Longevidad* puede ser su programa de mantenimiento más efectivo. Su salud rara vez mejora por casualidad; pero puede mejorar mediante un cambio positivo gradual. Su cerebro y su cuerpo deben durar toda su vida y uno sin el otro es menos de la mitad de la imagen. Debe crear un estilo de vida de longevidad y vivirlo por el resto de tu vida.



Steve Horton MPH: Con la motivación adecuada, educación, aplicación práctica y el uso correcto de su cerebro, puede sentirse mejor, verse mejor, pensar con más claridad y vivir una vida más saludable durante más tiempo. Y a medida que comience a sentirse mejor, mirarse mejor, pensar con más claridad y tener la energía para lograr sus objetivos, agradezca a su cerebro, porque todo comienza en su cerebro.



Doctora Sharlet B. Briggs: La salud y la longevidad comienzan en su cerebro. Use su cerebro para crear y mantener un *Estilo de Vida de Longevidad* que tenga un impacto positivo en su vida, porque es importante. También tiene la oportunidad de influir en las vidas de los demás en una miríada de formas positivas, cuya influencia pueda sentirse en las generaciones venideras.

Para comenzar el proceso de solicitud, descargue el Formulario "Seis pasos" y el "Formulario de Solicitud del Facilitador" a continuación.