

Bei der von Prof. Blackburn entwickelten neuen Form der Diät stellt der Körper den Stoffwechsel um. Für viele ist dies eine ideale Methode, um die gewünschte Anzahl Kilos zu verlieren. Und dies ohne zu hungern.

Weg mit den Kilos

NEWDIET – wirksame ketogene Proteindiät



Bild: © zvg

Interview mit:

Susanne Hersche, aus Teufen,
über ihre Erfahrungen mit NEWDIET.

Wie verliefen Ihre ersten Schritte mit NEWDIET?

Obwohl ich mich immer gesundheitsbewusst ernährt hatte, wünschte ich, drei bis vier Kilos abzunehmen. Das NEWDIET-Programm konnte ich ideal in meinen Alltag integrieren, da ich in der Regel alleine zu Mittag esse. Ich musste nicht mehr gross kochen und wusste immer, was es zu essen gab. Zum Nacht darf man zwar keine Kohlenhydrate essen, dafür aber Gemüse. Das ist patent, denn so konnte ich das Gleiche für meinen Mann mitkochen.

Wie hat sich Ihr Gewicht verändert?

Ich nahm die gewünschten drei, vier Kilogramm während des NEWDIET-Programms schnell ab. Danach ass ich zum Zmorge oft das Müesli, zum Zmittag die Suppe. So habe ich mein neues Gewicht lange halten können. Im Winter allerdings hatte ich einen Unfall und konnte nicht mehr so viel Sport treiben ... und möchte jetzt gerne wieder drei Kilos abnehmen. Ich habe bereits eine neue Kur bestellt und werde sie bei Gelegenheit während drei Wochen konsequent durchführen.

Ich brauche zwischendurch mal wieder einen Teller Spaghetti, auch ein Glas Wein. Ich kasteie mich nicht. Jedoch finde ich es gut, wenn ich auf etwas zurückgreifen kann, das mir hilft, mein Gewicht zu regulieren. Dies ist auch beim Älterwerden wichtig, da der Körper weniger Kalorien benötigt. Oder nach Ferien, in denen man nicht auf kulinarische Genüsse verzichtet. Die Produkte des NEWDIET-Programms eignen sich dazu prima.

Würden Sie das NEWDIET-Programm weiterempfehlen?

Ja, unbedingt – nicht nur, weil sich der Erfolg bei mir relativ schnell eingestellt hatte. Die NEWDIET-Produkte sind praktisch anzuwenden, schnell zubereitet, sie machen satt und man kann die Portionen überallhin mitnehmen. Auch Berufstätige können das Programm gut durchführen. ■

NEWDIET

NEWDIET ist eine von Prof. George L. Blackburn entwickelte ketogene Diät mit hohem Proteinanteil. Während der Diät stellt der Körper den Stoffwechsel so um, dass er Energie aus den Fettreserven gewinnen kann – ohne dabei zu hungern. NEWDIET kann mittels einfach verständlicher Anleitung selbstständig erfolgreich durchgeführt werden. Ausführliche Informationen und Bezugsquellen der Produkte inkl. Beratungsbüchlein: www.newdiet.ch. Beachten Sie auch die Angebote auf Seite 66 dieses Vista-Magazins. Bei Fragen rufen Sie uns an: 044 762 24 02

