



Schlank war gestern!

Einer aktuellen Studie zu Folge ist jeder 3. Deutsche übergewichtig, mehr als 14 % leiden sogar an Fettleibigkeit (Adipositas)...

Einer aktuellen Studie zu Folge ist jeder 3. Deutsche übergewichtig, mehr als 14 % leiden sogar an Fettleibigkeit (Adipositas) - erschreckende Zahlen, welche die Bundesrepublik europaweit zu einer der dicksten Nationen küren. Auch auf Malta, in England und in Ungarn leben die Menschen pfundig. Relativ unbeschwert geht man hingegen in Italien, Frankreich und Dänemark durch's Leben. Diese Länder punkten im europäischen Vergleich mit den niedrigsten Zahlen an Übergewichtigen und Fettleibigen.

Betrachtet man die Entwicklung der letzten Jahre, so ist Übergewicht in Deutschland fast zum Normalzustand geworden. Ebenso scheint Diät halten eine Dauereinrichtung im Alltag vieler Deutschen zu sein. Die Motivation, überflüssige Pfunde wieder abzuspecken, ist löblich. Die Umsetzung allerdings lässt zu wünschen übrig.

Übergewicht ist eine Belastung für Körper und Seele. Das Zuviel begünstigt Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfall und verschiedene Krebsarten, nicht zuletzt leidet meist auch die menschliche Psyche unter der Last. Warum also scheint es ein Ding der Unmöglichkeit, sich vernünftig zu ernähren und so seinem Körper und sich selbst etwas Gutes zu tun? Wer schon die eine oder andere Abmagerungskur hinter sich hat, kann auch von entsprechenden Nebenwirkungen ein Liedchen singen. (Heiß-)Hunger, Inkonsequenz, Frust und nicht zuletzt der Jojo-Effekt führen beim Kampf mit den Kilos schnell zur bedingungslosen Kapitulation.

Wer es leid ist, ständig vom Jojo-Effekt eingeholt zu werden und mehr Frust als Lust beim Abnehmen verspürt, der sollte von solch kurzlebigen, erfolglosen Diät-Versuchen besser die Finger lassen. Fakt und wissenschaftlich erwiesen ist, dass sich mittels einer gesunden Ernährung und ausreichend Bewegung langfristig gesehen die besten Abnehmerfolge erzielen lassen.

Ernährungswissenschaftler loben, dass hier besonders auch auf den Lernerfolg abgezielt wird. Abnehmwillige sollen gezielt die Ursachen von Übergewicht ergründen und ein Gefühl für die Balance von täglichem Nährwertbedarf und -verbrauch bekommen.

Ein sehr einfaches, jedoch wirkungsvolles, bewährtes Abnehmprogramm bietet Diet Chef. Eine kürzlich von der University of Hull durchgeführte Untersuchung belegt, dass dieses Programm im Vergleich zu alternativen Abnehmkonzepten dreimal so Erfolg versprechend ist: Diet Chef Diätkost schmeckt, und wirkt. Wer sich zum Abnehmen mit Diet Chef entschließt, erlernt genüssliches Abnehmen mit nahezu Null Aufwand. Denn Abnehmwillige bekommen verschiedenste, leckere Gerichte zum satt werden direkt nach Hause geliefert. Warme Speisen müssen nur noch aufgewärmt werden und alles ist fertig portioniert und durch die Zugabe von frischem Obst und Gemüse erhalten diese ihre persönliche Note. Diese Kombination ergibt ein ausgewogenes, gesundes und vor allem sehr bequemes Abnehmkonzept, für welches Sie nicht mehr als für Ihre alltäglichen Lebensmittel bezahlen. Das Konzept hat sich bewährt: Diet Chef punktet nachweislich auch in Sachen Abnehmerfolg und -motivation! Mehr dazu findet man im Internet unter www.dietchef.de.

Über Diet Chef

Wer mit Diet Chef abnimmt, bekommt alles, was man für Frühstück, Mittag- und Abendessen benötigt, bequem nach Hause geliefert. Entwickelt werden die Mahlzeiten von Alan Mathieson, einem exzellenten Koch, der sehr viel von hervorragendem Geschmack und gesunder Küche versteht. Das Speisenangebot ist groß und man wählt sich selbst seine Lieblingsgerichte aus. Alles ist nach 2-3 Minuten Aufwärmen in der Mikrowelle oder auf dem Herd fix und fertig zubereitet. Für zwischendurch sind leckere Snacks wie Cracker, Kekse und Riegel im Paket enthalten. Getränke, frisches Obst und Gemüse sind die einzigen Dinge, für die man selbst sorgt. Dabei steht Diet Chef telefonisch und per Internet-Chat mit Rat und wertvollen Tipps zur Seite. Zusätzlich tauschen sich viele im Internet-Forum aus und motivieren sich gegenseitig mit Diät-Erfolgsgeschichten, die für sich sprechen. Wer mit Diet Chef abnimmt, kann mit einem Gewichtsverlust von 1-2 Pfund pro Woche rechnen, manche Kunden nehmen aber sehr viel mehr ab. Wie viel man abnehmen muss, beantwortet man vor Diätbeginn mit der Frage: Was ist mein BMI für meine Körpergröße und Gewicht? Dafür zahlt man weniger als 6 EURO pro Tag für Frühstück, Mittagessen, Abendessen und Snack - nicht mehr als man im Supermarkt dafür ausgibt. Weitere Infos unter www.DietChef.de.

Produktmuster, Diät testen, Diätreporte, Interviewpartner

Redaktionen können Diet Chef gerne kostenlos testen. Fordern Sie einfach Ihr Testpaket bei uns an. Außerdem stehen Diet Chef Kunden und Experten inkl. Bildmaterial für Interviews bzw. redaktionelle Berichterstattungen zur Verfügung. Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine eMail.

BILDER und Hintergrundtexte zum Download:
<http://www.wirthspr.de/download/DietChef>

Pressekontakt
Wirths PR, St.-Veit-Str. 2, 86850 Fischach
Ansprechpartner: Markus Worringer, Tel.: 0 82 36 / 20 94, info@wirthspr.de

Pressekontakt

Lakestar Media

Herr Ross Momtahan
18th Floor, City Tower, Piccadilly Plaza City Tower
00000 Manchester

dietchef.de
marketing@lakestarmedia.com

Firmenkontakt

Diet Chef

Herr NA NA
Rosewell House, Harvest Drive, EH28, 8QJ 2
00000 Newbridge

dietchef.de
fragen@dietchef.de

Abnehmen ist keine leichte Aufgabe. Oder doch? Stellen Sie sich vor, Sie hätten Ihren persönlichen Küchenchef, der Ihren Diätplan begleitet, Ihre Mahlzeiten portioniert und die Gerichte persönlich für Sie zubereitet. Mit Diet Chef ist das möglich.