



# Starten Sie JETZT!

Viele Apotheken starten bereits jetzt mit den Vorbereitungen der neuen Aktionen. Abnehmen im neuen Jahr mit „Leichter leben in Deutschland“

Der Jahreswechsel ist für eine „Gewichtsreduktion“ nahezu wie geschaffen. Man möchte an sich und an der persönlich „schweren“ Situation was ändern. Die Pfunde müssen weg! Leider sind aber diese Veränderungswünsche im Trott des Alltags sehr schnell vergessen. Die oft über Jahre eingeübten und vertrauten Verhaltensweisen sind nur sehr mühsam zu verändern.

Aber das Jahr 2010 soll anders werden. Ihr Ziel ist es, Ihr Leben bzw. die alt eingesessenen Essgewohnheiten zu ändern. Ihr Ziel für die nächsten Wochen und Monate sollte ein „gesundes Abnehmen“ sein. Der Beschluss „ich nehme ab“ ist der erste Schritt ins leichtere Leben.

Abnehmen lässt sich leichter durchführen, wenn Sie eine Übersicht darüber haben, was Sie essen und wie viel. Wenn Sie genau wissen, was „günstige“ und/oder „ungünstige“ Lebensmittel sind. Des Weiteren ist es wichtig zu verstehen, warum wir überhaupt zunehmen. Dazu ist es empfehlenswert, sich für eine seriöse „Diät“ zu entscheiden.

Diät – bedeutet das eigentlich nicht: hungern, ewige Einkaufslisten mit exotischen Lebensmitteln, nur wenige Kalorien am Tag, 1000 Verbote und Sport zum Abwinken. Gibt es denn überhaupt einen Weg oder ein Diätrezept mit welchem man keinen Hunger, keine Spezialkost, keine unzähligen Verbote hat?

„Leichter leben in Deutschland“ bietet einen guten Lösungsansatz. Gute Unterstützung erfährt man bei Gruppendiäten sowie beim betreuten Abnehmen. Wir von „Leichter leben in Deutschland“ bieten Ihnen durch unsere teilnehmenden Apotheken fundierte Kurse, Körperfettmessungen, dauerhafte Betreuung durch qualifiziertes Personal sowie einen angenehmen Weg, abzunehmen ohne zu hungern. Falls wir Ihr Interesse wecken konnten und Sie bereit sind, den überschüssigen Pfunden Ade zu sagen, würden wir uns freuen, auch Sie in Zukunft als einen LliD-Teilnehmer begrüßen zu können.

Deshalb informieren Sie sich in teilnehmenden Apotheken über „Leichter leben in Deutschland“ welche Sie auf unserer Homepage [www.llid.de](http://www.llid.de) unter dem LliD Finder recherchieren können oder über uns.

Starten Sie JETZT durch!

Ihr LliD Team