

Berbel Häseker (56): 41 KILO LEICHTER mit homöopathischer Hilfe



Schlauk-Tipps
vom Mode-Profi



Brigitte Sely-Lohkamp
Die PR-Leitung der Firma bonprix (www.bonprix.de) verrät, wie Sie kleine Problemzonen geschickt wegmogeln können

Schmalere Hüften

■ Eine klassische Hose in Schwarz mit engerem Bein und darüber eine figurumspielende Tunika – das kaschiert prima einen etwas breiteren Po. Eine auffällige Kette zieht den Blick nach oben.
● Hose, 24,90 Euro, Katalog-Nr. 943466 W; Tunika, 19,90 Euro, Katalog-Nr. 942242 W



Kleinerer Busen

■ Der Reverskragen und die Teilungsnähte des Mantels strecken optisch den Oberkörper. Ein modischer Schal kaschiert zusätzlich eine große Oberweite.
● Leder-Gehrock, 99,90 Euro, Katalog-Nr. 919469 W



Flacherer Bauch

■ Die Jeans mit hohem, breitem Bund lässt den Bauch flacher wirken. Die längere Bootcut-Form streckt kräftigere Beine. ● Bauchweg-Jeans, 29,90 Euro, Katalog-Nr. 905496 W



„Ich fühle mich so fit wie noch nie“

Vor gut einem Jahr hat sie es satt, dick zu sein. Bei einer Heilpraktikerin findet Berbel zum Glück gleich die richtige Methode, die sie schlank und glücklich macht

Das sieht aber sexy aus“, sagt ein höchstens 30 Jahre junger Mann während unseres Shootings anerkennend zu Berbel. Die Krankenschwester bedankt sich lächelnd für das Kompliment und erzählt mit strahlenden Augen, dass ihr das neuerdings öfter passiert. „Jetzt mit Mitte 50 fühle ich mich tausendmal fitter und schöner als mit Mitte 20. Früher fand ich es schrecklich, fotografiert zu werden. Heute posiere ich vor der Kamera und habe Spaß daran.“

„Zu Chips, Torten & Co. konnte ich lange nicht Nein sagen“

Ihr neues Selbstbewusstsein verdankt die Krankenschwester aus Bremerhaven an der Nordsee einer Kombination aus homöopathischen Spritzen und einer Umstellung der Ernährung. Noch vor nicht einmal zwei Jahren wiegt die 1,67 Meter große Frau 111 Kilo. Schuld sind Snacks wie Chips, Torte und Co. „Dann war ich es im



wahrsten Sinne des Wortes satt, dick zu sein.“ Eine Bekannte erzählt ihr vom Programm der Homöopathin Uta Schnappinger aus Loxstedt (siehe Interview unten). „Ich hatte nichts zu verlieren, also vereinbarte ich einen Termin.“

„In der ersten Phase gab es sehr wenig Kohlenhydrate“

Dabei wird Berbel zuerst gründlich untersucht. Das Ergebnis: hoher Blutdruck und schlechte Blutfettwerte. Ab da bekommt die Norddeutsche dreimal in der Woche eine Spritze mit einem homöopathischen Medikament. „Ich spürte keine Nebenwirkungen, außer dass ich mich immer besser fühlte.“ Zusätzlich hält sich die damals 55-Jährige an einen Ernährungsplan. Morgens isst sie zwei Scheiben Knäckebrot mit Putenwurst und zwei Tomaten, trinkt dazu ein Glas Wasser mit Obstessig und Magnesium. Mittags und abends gibt es je 100 g mageres Fleisch mit Gemüse oder Salat. Über den Tag verteilt trinkt Berbel einen Liter Brennnesseltee und drei Liter Wasser.

„Nach nur 5 Monaten hatte ich mein Wunschgewicht“

„Kaum zu glauben, aber ich verspürte überhaupt keinen Hunger.“ Während der dreimonatigen strengen Diätphase purzeln 14 Kilo. Danach darf Berbel aus einem reichhaltigeren Nahrungsangebot auswählen. „Sehr gern esse ich Pilze in Wasser und Essig angebraten oder Chili con carne mit Tatar oder magerem Rindfleisch.“ Auch Nudeln und andere Kohlenhydrate sind in kleineren Mengen wie-

Ab und zu genießt die Krankenschwester ein Stück Obstkuchen. „Biskuit- oder Hefeteig enthält wenig Fett“, erklärt sie

der erlaubt. Nach nur fünf Monaten hat Berbel ihr Wunschgewicht von 70 Kilo erreicht. Sogar ihre Blutwerte sind wieder top. „Heute genieße ich ab und zu mal ein Stück Obstkuchen.“ Zum Ausgleich ist sie körperlich viel aktiver. „Inzwischen fahre ich viel Fahrrad und nehme lieber die Treppe statt den Aufzug.“ Auch mit Kneipp-Anwendungen hält Berbel ihren Stoffwechsel auf Trab. „Ich bin einfach super glücklich mit meiner neuen Figur. Und das soll so bleiben!“

Brigitte Sommer



In dem figurnahen Kleid* mit hohen Pumps* und Lederjacke* sieht die 56-Jährige wirklich sexy aus

Durch regelmäßiges Wassertreten im Kneippbecken hält Berbel ihren Stoffwechsel auf Trab



Uta Schnappinger
Die Heilpraktikerin aus Loxstedt (Niedersachsen) hat das Diät-Programm entwickelt. Es wird an 19 Orten angeboten. Infos unter www.lipoweg.de

„Mit den Spritzen bleibt man leistungsfähig“

Wie funktioniert die von Ihnen entwickelte Methode?

Das homöopathische Mittel regt den Stoffwechsel an. Dadurch gelingt es recht einfach, den vorgeschriebenen Ernährungsplan

einzuhalten und auf gesunde Weise abzunehmen. Alle unsere Patienten fühlen sich während der Abnehm-Kur sehr wohl und voll leistungsfähig.

Ist das Programm für jeden geeignet?

Grundsätzlich ja. Wir haben Studien an Patienten im Alter von 13 bis 89 Jahren durchgeführt. Bei bestehenden Erkrankungen oder Störungen des Körpers konnten wir sehr oft neben der Gewichtsreduktion auch eine deutliche Verbesserung des Gesundheitszustandes erzielen.

*Modelle von bonprix



Über Jahre wiegt die Bremerhavenerin 111 Kilo. Sie wirkt viel älter, als sie ist

„Seit ich 70 Kilo wiege, fühle ich mich tausendmal schöner und fitter als mit Mitte 20“, sagt Berbel



HEUTE

Leser-Aktion

Worauf basiert Ihr Konzept?

Basis ist eine seit 30 Jahren bekannte homöopathische Abnehm-methode. Ich habe diese über 15 Jahre optimiert, d.h. Wirkstoffe verändert und/oder zugefügt und den Ernährungsplan weiter verbessert. Jetzt scheint alles perfekt zu harmonisieren.

Was kostet das Ganze?

Eine Behandlung mit Beratung und Spritzen kostet 35 Euro. Die Patienten kommen dreimal pro Woche. Wir raten, die Kur mindestens vier Wochen durchzuführen.

Liebe Leserin,
haben Sie es auch geschafft,
20 Kilo oder mehr abzunehmen?
Schicken Sie mir Ihr Erfolgsrezept
mit Vorher- und Nachher-Foto plus
Telefonnummer per Post an:
FRAU von HEUTE, Katrin Saltzweidel,
Brieffach 4381, 20350 Hamburg
oder per E-Mail an
katrin.saltzweidel@frauvonheute.de
Bei Veröffentlichung gibt's
ein Infonorar.

Diät-Redakteurin
Katrin Saltzweidel