

easylife: Abnehmen geht auch ohne Stress

[NEWS ABONNIEREN](#)

Wenn das Abnehmen als zusätzlicher Stress empfunden wird



(lifePR) (Ulm, 22.02.19) Der Alltag ist vollgepackt mit Terminen. Job, Familie und Schule fordern alles. Abends bleibt kaum Zeit, um etwas zu kochen, also sichert wieder ‚Lieferando‘ die Nahrungsversorgung. Noch dazu sehr spät. Nebenbei der Fernseher an, der Computer, das Smartphone. Bewusst essen ist schon lange ein Fremdwort. Als Folge kneift bald die Hose, geht der Reißverschluss nicht mehr zu. Es müssen neue Klamotten her. Noch mehr Frust, noch mehr Stress ... ein Teufelskreis. Doch eine Diät stresst auch. So ist zumindest die weit verbreitete Auffassung von Menschen, die schon viele Diäten erfolglos hinter sich haben. Die gute Nachricht: Abnehmen geht auch ohne Stress. Das versichern die Abnehmexperten von easylife.

Jeder mit Übergewicht kennt das: Der Griff zur Tafel Schokolade oder in die Chipstüte beruhigt. Ist sie leer, kommt der unangenehme Druck des Alltags schnell wieder zurück. Obwohl klar ist, dass es so nicht weitergehen kann, fällt der erste Schritt zum Abnehmen schwer. Zu viele schlechte Erfahrungen mit erfolglosen Diäten kommen wieder ins Gedächtnis: Verzicht, Hunger, noch mehr Kilos als vorher. Abnehmen verbinden viele mit Stress, den niemand zusätzlich gebrauchen kann. Abnehmen mit easylife ist anders. Mit dem Abnehmkonzept von easylife haben bereits Hunderttausende von Abnehmwilligen gesund und erfolgreich abgenommen.

Psyche und Ernährung

Dass Schokolade glücklich macht, ist kein Geheimnis. Psyche, Ernährung und Stoffwechsel sind eng miteinander verbunden. Das erklärt auch, warum so viele nicht von allein die Kraft aufbringen können,

um ihr Abnehmprojekt endlich in die Tat umzusetzen. Sie haben Angst vor dem zusätzlichen Stress, den sie dahinter vermuten. Die Vergangenheit hat es sie eben so gelehrt. Abnehmen kann tatsächlich auch Stress bedeuten – wenn man es falsch angeht. Niemandem ist da ein Vorwurf zu machen, denn woher soll man auch wissen, dass man ohne Stress abnehmen kann? Die Experten von easylife erklären, wie und warum das funktioniert. Ihr Erfolgskonzept: Sie setzen beim Stoffwechsel an.

Stress ist kein Thema mehr

Die meisten Übergewichtigen leiden unter einem schlechten Stoffwechsel. Dieser ist zum einen durch viele erfolglose Diäten durcheinandergeraten. Zum anderen können aber auch Medikamente oder Krankheiten die Ursache für einen heruntergefahrenen Stoffwechsel sein. Bei easylife bekommen Abnehmwillige Klarheit über ihren persönlichen Stoffwechsel und erfahren, wie sie ihn durch eine angepasste Ernährung wieder aufbauen und anfeuern können. Ist der Stoffwechsel erst einmal wieder aktiviert, läuft auch die Fettverbrennung auf Hochtouren. Mit jedem dahinschmelzenden Kilo kommt auch die Leichtigkeit wieder in den Alltag und der Stress des Alltags kann besser ‚abgefangen‘ werden. Niemand muss sich also vor Stress beim Abnehmen fürchten – wenn sie ihr Abnehmprojekt mit easylife starten.

Mehr Informationen zum Erfolgskonzept mit easylife finden Sie unter:

<https://www.easylife.de/news/detail/endlich-abnehmen-ganz-ohne-stress/>

Alles über easylife lesen Sie auf www.easylife.de

easylife

easylife steht seit über 25 Jahren für erfolgreiches Abnehmen ohne Sportprogramm. Hinter dem Erfolg des easylife-Konzepts steht stoffwechseloptimierte Ernährung mit Genuss und ohne Hungerattacken. easylife ermöglicht Abnehmen mit Einfachheit, Wissenschaft und Spaß. Von Ärzten und Abnehmexperten begleitet, haben Interessenten die Möglichkeit, ihr Wunschgewicht angepasst auf die individuellen Bedürfnisse zu erreichen. Durch die easylife-Methode, die sich optimal in den Alltag integrieren lässt, bekommen Abnehmwillige in jeder Phase ihrer Gewichtsreduzierung professionelle Begleitung. Durch die spezielle easylife-Programmform lernen die Teilnehmer, das erreichte Gewicht auch langfristig gut im Griff zu haben. Auf diese Weise hat easylife bereits Hunderttausenden von Menschen geholfen, gesund abzunehmen.