



NACHHALTIGE  
GEWICHTSREDUKTION

## IHR KÖRPER IST IHR KAPITAL

Heute haben 44% der Menschen Übergewicht.

Die Gründe dafür sind vielfältig:

- Übermässige Verfügbarkeit von Nahrungsmitteln
- Viele Speisen und Produkte mit hoher Energiedichte
- Verringerte Körperaktivität im Alltag
- Genetischer Hang zur Fetteinlagerung (Prädisposition)
- Altersbedingte Abnahme des Energieverbrauchs

## BEREIT FÜR EINE VERÄNDERUNG

Eine nachhaltige Gewichtsreduktion bietet diverse Vorzüge:

- Geringere Gesundheits- & Unfallrisiken
- Heilung oder Symptomlinderung bei diversen Folgekrankheiten (Diabetes, Herz-/Kreislaufkrankheiten, Rücken-/Gelenkschmerzen)
- Besseres Wohlbefinden, höhere Beweglichkeit und attraktivere Erscheinung
- Höhere Lebensfreude und Lebenserwartung

## MACHEN SIE SICH LEICHT...

Rebalance überzeugt mit beeindruckenden Erfolgchancen. Das bieten wir unseren Kunden:

- Eine schulmedizinisch fundierte Methode
- Gesammelte Erfahrungen von Dr. med. David Infanger (Klinik Hirslanden) mit 12 Jahren Erfahrung bei über 6000 Patienten in der Übergewichtsbehandlung
- Entdeckung einer neuen Lebensmittelvielfalt
- Eine Ernährungsumstellung, die Sie ein Leben lang beibehalten können
- Erzielung grosser, nachhaltiger Effekte

- Anpassung an Ihren persönlichen Tagesablauf
- Involvierung aller Haushaltbewohner
- Reorganisation der vorrätigen Produkte
- Unterstützung in der vielfältigen und genussvollen Essenszubereitung
- Individuelle Wiederentdeckung und Freude an der Bewegung
- Fakultative medikamentöse Begleitung durch den Hausarzt

## SCHRITT FÜR SCHRITT ZUM ERFOLG

Unsere Kurse bieten professionelle Begleitung mit höchsten Langzeiterfolgen.

Was Sie bei uns erwartet:

- Gruppenkurse und Einzelbehandlungen für Erwachsene, die eine nachhaltige Gewichtsreduktion anstreben
- Leitung und Betreuung durch geschulte Mediziner (Dr. med.)
- Konstante Begleitung, Kontrolle und Motivation während 2 Jahren
- Monatliche Meetings während ein bis zwei Stunden (meist abends 18:00 bis 20:00 Uhr)
- Lösungskonzepte und ständige Optimierung des individuellen Umstellungsprozesses
- Erfahrungsaustausch zwischen motivierten Kursteilnehmern und Ehemaligen
- Durchführung an wegweisenden Kliniken und Spitälern in der ganzen Schweiz (Zürich, Basel (BS), Dornach (BL), Bern, Winterthur, Chur, Cham, Aarau, Olten, ...)
- Flexible Betreuung zwischen den Meetings (Hotline) sowie regelmässige Newsletter (mit saisonalen Rezeptvorschlägen)
- Alternativ werden auch flexiblere Einzelbehandlungen angeboten zu denselben Konditionen (kürzere, individuell terminierbare Meetings, Start- & Schlussmeeting physisch vor Ort + restliche telefonisch)



## DIÄTEN GIBT ES VIELE

Mit diesen Vorteilen überzeugt Rebalance gegenüber bekannten Alternativen:

- Medizinisch fundiert und professionell betreut
- Kursleiter sind ausschliesslich Ärzte (Dr. med.)
- Hohe Langzeiterfolgsrate (minimale Jojo-Risiken)
- Keine temporäre Diät
- Entdeckung neuer individueller Essgewohnheiten
- Ohne Spezialprodukte, ohne Dauerverzicht, ohne Leiden/Entbehren, ohne andauerndes Kalorienzählen oder Speisenabwägen
- Gesund, langfristig und ausgeglichen
- Langfristige Begleitung inkl. Umfeldinvolvierung

## DER ENTSCHEID FÄLLT

Überlegen Sie sich gut, ob Sie ausreichend motiviert sind.

- Denn Ihre Motivation ist ein entscheidender Faktor für Ihren Erfolg  
Eine nachhaltige Gewichtsreduktion muss Ihnen ernst und wichtig sein
- Das Verständnis und die Unterstützung durch alle Haushaltbewohner ist ebenfalls ein wichtiger Erfolgsfaktor – denn die Umstellung Ihrer Lebensgewohnheiten wird auch diese betreffen
- Für die Umstellung benötigen Sie genügend Zeit und eine geeignete Ablenkung (Beruf, Beschäftigung, Hobbies, Kollegen)
- Wichtig ist auch das Vertrauen zu Ihrem zukünftigen Kursleiter (Arzt/Ärztin) – unsere monatlichen Publikumsvorträge mit Kursvorstellung geben Ihnen die Gelegenheit, ihn persönlich kennenzulernen
- Von einer Umstellung ist abzuraten, wenn Sie schwanger sind, an Essstörungen, – insulinkontrollierter Diabetes oder einer unbehandelten Suchtform leiden



### KURSE UND TERMINE

Aktuelle Informationen zu Kursorten in Ihrer Nähe und den Kurszeiten sowie den kostenfreien Publikumsvorträgen zur Vorstellung der Kurse finden Sie auf unserer Webpage [www.rebalance-group.ch](http://www.rebalance-group.ch).

### DER PREIS FÜR IHR WOHLBEFINDEN

Dies sind die Kosten für unsere nachhaltigen Gewichtsreduktionskurse:

- Monatsgebühr von CHF 140.–/Mt.
- Laufzeit 24 Monate (resp. 12 Monate, falls gewünschte Gewichtsreduktion auf Idealgewicht bei weniger als 10% Übergewicht)
- Leider (noch) keine Kostenübernahme durch Krankenkasse – Übergewicht ist keine Krankheit

### DER NÄCHSTE SCHRITT

Den Analyse- & Bewerbungsfragebogen finden Sie auf unserer Webpage [www.rebalance-group.ch](http://www.rebalance-group.ch).



80% unserer  
Kursteilnehmer  
konnten Ihre  
Gewichtsreduktion  
bis heute halten –  
und Sie können  
es auch!



Rebalance AG Löwenstrasse 66 8001 Zürich  
info@rebalance-group.ch Tel: +41 (0) 44 210 33 22 www.rebalance-group.ch