

Ich hatte das Gefühl, ich hätte die Antwort auf meinen Hilferuf in den Händen!

Ich bin 75 Jahre alt, bin seit 10 Jahren verwitwet und lebe allein. Dieser Frühling mit der langen Regen- und Kälteperiode und dazu all den Covid-Einschränkungen, setzte mir psychisch und körperlich sehr zu. Immer seltener hatte ich Lust, mir etwas Feines zu kochen; das Essen wurde zur Last! Das Auswärtsessen war auf unbestimmte Zeit verboten und dadurch auch das Verreisen nicht ratsam. So ernährte ich mich immer häufiger im Vorbeigehen aus dem Kühlschrank. Das war weder meiner Gesundheit noch der Figur zuträglich! In kürzester Zeit hatte ich mir eine beachtliche Speckseite angefuttert. Ich wurde immer träger, ertrug meinen Anblick kaum noch und musste mich jedes Mal dazu zwingen, das Haus überhaupt noch zu verlassen. Ich spürte deutlich, wie ich mehr und mehr in eine Depression zu rutschen drohte! In meiner Verzweiflung suchte ich Hilfe, im Wissen, nicht allein aus diesem Teufelskreis zu kommen.

Am nächsten Tag stiess ich im „Unterland“ auf eine Reportage über das BB-Anti-Aging in Dübendorf. Sofort hatte ich das Gefühl, ich hätte die Antwort auf meinen Hilferuf in Händen! Noch am gleichen Tag rief ich an und bekam den Termin für ein Beratungs- und Einführungsgespräch. Dass das umfassende Programm kostspielig ist, war mir sofort klar. Aber eine ausgewachsene Depression zu kurieren ist sicher auch nicht billig. Dazu geht man durch die Vorhölle und es dauert normalerweise lange, bis man wieder belastbar ist.

Hier aber bekam ich ein ausgiebiges Gespräch mit ermutigenden Aussichten! Ein Ernährungsprogramm und dazu ein festes Ziel nahm ich von diesem Kennenlernen nach Hause. Da die eigentliche Behandlung erst Wochen später beginnen konnte, offerierte mir Herr Bertolosi 4 Trainingsstunden. Die Zeit bis zum Start war so optimal genutzt und ich freute mich schon jetzt über die kleinen Fortschritte! Mit Beginn der Behandlung ging es dann aber erst so richtig los: Ich bekam beste Beratung und Begleitung und war selber erstaunt, wozu ich unter guter Führung fähig war!

Morgen gehe ich zu meiner letzten Behandlung und bin stolz über das Resultat. Es sind erst drei Monate vergangen, aber meine Situation hat sich vollkommen geändert: ich bin 8 Kilos leichter, habe einiges an Fett verloren, aber dafür die ersten Muskeln aufgebaut. Sicher werde ich daran weiterarbeiten! Ich fühle mich total wohl in meiner Haut und mache wieder Pläne! Ich bin sehr dankbar, dass ich durch die gute Beratung, die fachkundige Begleitung und den aufbauenden und ermutigenden Zuspruch von Herr Bertolosi richtig motiviert wurde, mein Bestes zu geben. Der Aufwand hat sich sehr gelohnt und ich freue mich sehr über mein neues Leben!

Rosmarie Heilmann

18. Juni 2021