

OHNE HEIßHUNGER & FRESSANFÄLLE

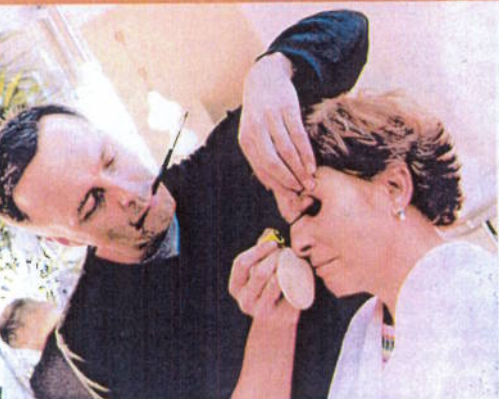
# 78 Pfund runter!

Abnehmen kann so einfach sein: Ein Anruf genügt, und der Bote bringt das fertige Essen ins Haus. Mit der praktischen **BESTELL-DIÄT** haben Mutter und Tochter zügig abgespeckt. Zur Belohnung gönnten sie sich ein neues Styling

Das Sprichwort „Wie die Mutter, so die Tochter“ müssen wir für diese Geschichte umdrehen. Denn Nesthäkchen Julia (21) war die erste, die in der Familie Schröder anfang abzunehmen – und damit Mama Ursula (52) ansteckte. Von September bis Anfang März verlor die 1,62 Meter große Auszubildende aus Hamburg 24 Kilo. Von 95 Kilo runter auf 71! „Daß meine Tochter so eisern war, hat mir imponiert“, gesteht Ursula. „Und meinen Ehrgeiz geweckt.“ Denn während eines Couch-Abends fragte Julia grinsend: „Na, schmeckt’s?“ Tütenweise Lakritz – das war neben Currywurst mit Pommes eine der Kalorienbomben, mit denen sich Ursula auf 90 Kilo raufgefutert hatte. Drei Monate sah die gelernte Textilverkäuferin ihrer Tochter beim Abnehmen zu. Im Dezember nahm auch sie den Kampf auf. Die 1,59 m große Hamburgerin verlor bis Anfang März 15 Kilo, schaffte es auf 75.

**Pfunde verlieren auf die bequeme Art**

Das Schlank-Geheimnis der beiden: Diäko – die Fertig-Diät zum Bestellen (siehe grüner Kasten rechts). „Die bequemste Diät der Welt!“ sagt Ursula. „Ich nehme ab, ohne Kalorien zu zählen. Ohne komplizierte Einkäufe. Und ohne ständig übers Essen nachdenken zu müssen.“ Auch Julia ist froh, einen Weg gefunden zu haben, der funktioniert. In der Schule wurde



**DIE NEUE FRISUR**  
Verwöhnprogramm im Salon „Wolf Hairstyling“ (Neuer Wall 15, Hamburg): Visagist Jan (links) sorgt für ein tolles Make-up, Chefin Andrea (oben rechts) gibt dem neuen Haarschnitt den letzten Schliff



sie gehänselt, daß aus Frust, nahm weiter zu. Selbst die Kur in einer Klinik half nicht. Jeder Diät folgte der Jo-Jo-Effekt. Mit Diäko gibts bei ihr weder Heißhunger noch Freßattacken. Alle sechs Tage bestellt Julia ein Diät-Paket. Sobald sie ihr Wunschgewicht von 65 Kilo erreicht hat, will sie mit Diäko aufhören. Angst vorm Zunehmen hat

sie nicht: „Ich habe inzwischen gelernt, daß auch kleine Mahlzeiten satt machen. So viel wie früher esse ich nie mehr!“

**Mehr Selbstvertrauen durch neuen Look**

Der Diät-Erfolg macht sich auch beim Kleiderkauf bemerkbar: Vorher trugen Ursula und Julia Größe

46. Jetzt kommen sie mit 42 oder 40 aus. Zur Belohnung haben sich die zwei einen Rundum-Verwöhnungstag gegönnt: Sie ließen sich von Haar- und Make-up-Experten stylen, suchten sich ein tolles Outfit aus. Ursula: „Dieser Tag war für Julia und mich sehr wichtig. Wir sind jetzt viel selbstbewußter. Ein tolles Gefühl!“



**SO GEHT'S:**

► Welche Diät hätten Sie denn gern? Die Firma Diäko liefert acht verschiedene Diät-Pakete (z. B. Glyx-Diät, Foto oben) ins Haus – binnen 24 Stunden. Täglich gibt es fünf vitaminreiche Mahlzeiten mit insgesamt 1000 bis 1200 Kalorien. Mittag- und Abendessen (z. B. Rührei mit Shrimps oder Rinderbraten, Fotos unten) sind tiefgekühlt. Das Diäko-Abnehmversprechen: bis zu vier Kilo pro Woche! Eine 6-Tage-Kur gibt's ab 61,50 Euro. Info-Broschüre und Bestellung unter Tel. 040/5 51 00 01 oder im Internet: [www.diaeko.de](http://www.diaeko.de).



Fotos: PR (S), privat (D), Ushio (D), Sebastian Lasse, Michael Lutz, Heide Both



**JULIA VOR DER DIÄT**  
IHR ERFOLG:  
48 PFUND WEG  
IN 6 MONATEN

**DER NEUE LOOK**  
Bei Lindenbergere Mode™ (Tibarg 10 in Hamburg) suchten sich Mutter und Tochter ein neues Outfit aus



**URSULA VOR DER DIÄT**  
IHR ERFOLG:  
30 PFUND WEG  
IN 3 MONATEN

**DER FRAU VON HEUTE-DIÄKO-TEST**

Vier FRAU VON HEUTE-Leser und -Leserinnen ernährten sich sechs Tage lang von Diäko-Kost. Lesen Sie hier, wie's geschmeckt und ob's funktioniert hat

**„WIR HABEN GESÜNDIGT“**

Brigitte (58, Hausfrau) und Manfred Becker (59, Kreativ-Berater) aus Kerpen-Neubottenbroich bei Köln: „Die Gerichte sind besser als andere Tiefkühlkost. Aber oft gab's zum Fleisch dicke Soße, das war ungewohnt. Einmal waren wir zum Essen eingeladen und haben gesünder.“



**ZU ZWEIT 7 PFUND WEG!**



**4 PFUND WEG!**

**„EINFACH TOLL!“**

Marianne Maile (39, Hausfrau) aus Hohenstadt bei Stuttgart: „Besonders für Mütter ist Diäko praktisch. Ich muß nicht doppelt kochen – für die Familie und für mich. Das wär' auch mal was für meinen Mann!“

**„SCHMECKT SUPER“**

Anja Schulze (37, Hausfrau) aus Hamburg: „Man hat alles im Haus, gerät nicht ständig in Versuchung. Die Gerichte schmecken super, die süßen Riegel habe ich für unterwegs in die Handtasche gesteckt.“



**6 PFUND WEG!**