

My Swiss slimming secret



Sarah Ferguson, Duchess of York, a perdu presque 20 kilos avec Concept-Rohner.

Chère Duchesse de York, comment avez-vous découvert le Concept-Rohner?

«Nous possédons, depuis de nombreuses années, un chalet à Verbier en Valais. Nous apprécions les montagnes et l'atmosphère unique de cette station de ski traditionnelle. Durant une rencontre agréable avec mon voisin, nous parlions des différentes façons de s'alimenter, lorsqu'il a évoqué le Concept-Rohner. J'ai été convaincue par la simplicité d'application du concept et j'ai, immédiatement, pris rendez-vous avec le Dr Rohner»

Pourquoi souhaitez-vous perdre du poids?

«Lorsque j'ai constaté que je faisais le même poids qu'avant l'accouchement de ma fille Béatrice, j'ai décidé d'appuyer sur la pédale de frein. J'ai eu peur. Je n'entraîs plus dans mes vêtements et je continuais de prendre du poids.»

Depuis quand aviez-vous des problèmes de poids?

«Je rapporte mes troubles du comportement alimentaire au choc vécu, lorsque ma mère a quitté la famille pour un autre homme. J'avais 12 ans, à l'époque, et j'avais compensé cette perte en mangeant. Ultérieurement, lorsque, suite à mon mariage avec Andrew, les médias se sont intéressés à moi, j'étais confrontée à la pression médiatique d'être mince. La presse à sensation britannique est bien connue pour ses propos agressifs et haineux. A chaque kilo de trop, on m'insultait avec des qualificatifs abjects. J'en ai énormément souffert.»

Comment avez-vous vécu la perte pondérale avec le Concept-Rohner?

«Ce qui m'a convaincu, c'est qu'il se base sur nos dispositions génétiques qui permettent de définir un plan alimentaire personnel. Il est important pour moi d'avoir un plan auquel je peux me tenir, une liste claire:

Rouge-Orange-Vert. J'ai aujourd'hui beaucoup plus de plaisir à manger, car je sais ce que je peux manger, de manière illimitée, sans avoir mauvaise conscience. Avec le son spécial du Concept-Rohner, on peut aussi confectionner de bons petits pains, des pizzas et des gâteaux.»

Comment vous sentez-vous aujourd'hui?

«Je me sens en très bonne santé et en pleine forme physique et psychique. L'envie de bouger représente pour moi une nouvelle expérience inhabituelle et les activités sportives occupent désormais une grande place dans ma vie.»

Comment a réagi votre entourage?

«Mon entourage et les médias ont réagi avec beaucoup de compliments quant à ma nouvelle apparence. De nombreuses personnes m'ont interrogé quant à l'origine de ce succès et bon nombre d'entre elles se sont enthousiasmées pour le Concept-Rohner!»

Le Concept Rohner est-il la seule méthode que vous ayez tentée pour diminuer votre poids et le conserver?

«Ma carrière de régime a débuté avec une diététicienne qui m'avait été recommandée. Je n'ai pas perdu une livre. Je n'ai commencé à perdre du poids que lorsque j'ai débuté le Concept-Rohner. Bien entendu, je me suis aussi entraînée, physiquement, régulièrement. J'ai fait des marches dans les superbes montagnes suisses et pris des leçons de Pilate. J'emploie aussi souvent mon «Duchess Discoveries Fusin Xcelerator», un mixer qui me permet de préparer mes smoothies préférés. Je consomme aussi régulièrement mes Duchess Blend Teas, une gamme de thés alléchants avec lesquels je me gâte, de manière saine. Pendant que tous les autres boivent un chocolat chaud, je m'accorde un Chocolate Tart Tea bien épicé qui comble mes papilles gustatives. Fondamentalement, le succès dépend d'un équilibre et des bons outils. Pour moi, l'outil le plus important a été le Concept-Rohner.»

Le Concept-Rohner: qu'est-ce?

Le Concept-Rohner a été fondé, il y a environ 30 ans par un médecin suisse, le Dr Wolfgang Rohner, et depuis lors, constamment développé. Il s'agit d'un concept alimentaire, et non d'un régime. A l'aide d'analyses médicales, nous déterminons votre type de métabolisme. En fonction de votre métabolisme, nous vous conseillons les aliments qui vous aident à faire disparaître les dépôts graisseux et à éviter d'en former de nouveaux

Quels sont les avantages du Concept-Rohner?

Les avantages du Concept-Rohner sont entre autres: l'absence de sentiment de faim et de fringales, perte ciblée dans les parties du corps disgracieuses, pas de calcul de calories ou de décompte de points, un meilleur vécu de son corps. De plus, de récentes recherches médicales démontrent que ce style d'alimentation est idéale pour la prévention de diverses maladies de notre civilisation telles des cancers, la maladie d'Alzheimer et la sclérose en plaques (cf les études de recherche oncologique par les Dr Coy, Mosetter et autres, à lire sous www.conceptrohner.ch).

Médecin partenaire régional:

Dr Charles Racine
Avenue d'Ouchy 14
1006 Lausanne
Tél.: 021 617 27 03
www.charlesracine.ch

Pour de plus amples informations sur le Concept-Rohner et pour vous inscrire:



ROHNER®
KONZEPT

www.RohnerKonzept.com

info@rohnerkonzept.com