

Gesundheitshinweis

Abnehmen-ohne-Diät wurde von Ernährungsexperten unterstützt. Allerdings ist Abnehmen-ohne-Diät keine medizinische Plattform, und wir leisten keine medizinische Beratung. Wir raten Ihnen, Ihren Arzt zu konsultieren, bevor Sie ein Programm beginnen, das zu einer Gewichtsabnahme führen kann, auch wenn Abnahme nicht Ihr Ziel ist. Wir empfehlen Ihnen, Ihr Gewicht innerhalb der Richtlinien der Weltgesundheitsorganisation (WHO) für gesundes Gewicht zu halten, die einem Body-Mass-Index (BMI) zwischen 18,5-25 entsprechen. Allerdings sind wir uns auch dessen bewusst, dass der BMI nicht alleine die Gesundheit des einzelnen darstellt. Andere Faktoren wie der Taillenumfang, welcher von Abnehmen-ohne-Diät nicht erfasst wird, sind möglicherweise zusätzlich geeignet, einige Auswirkungen auf die Gesundheit vorherzusagen. Sie können den BMI mit folgender Formel berechnen: Körpergewicht in kg/(Körpergröße in m)².

Wir raten Ihnen, sich regelmäßig von einem Arzt untersuchen zu lassen. Gewichtsabnahme kann zu körperlichen Veränderungen führen, die ein Arzt beobachten sollte.

Der Anwender stellt Abnehmen-ohne-Diät von sämtlicher Schadenersatzforderungen und Haftungsansprüche, Forderungen und Kosten (einschließlich der Kosten für eine juristische Aufklärung und für die Verteidigung sowie angemessene Anwaltskosten und Prozess- und Gerichtskosten) frei. Zusätzlich ist Folgendes zu beachten:

Abnehmen-ohne-Diät nimmt keine Personen unter 18 Jahren zur Mitgliedschaft auf. Abnehmen-ohne-Diät nimmt nur gesunde Menschen ohne Vorerkrankung auf und auch keine schwangeren Frauen, Frauen nach der Schwangerschaft sowie stillende Frauen.

Dies gilt ebenfalls für Personen, bei denen gegenwärtig eine Essstörung (z. B. Bulimie oder Magersucht) diagnostiziert worden ist.

Sollten Sie in Behandlung für eine Krankheit sein, verschreibungspflichtige Medikamente einnehmen oder eine therapeutische Diät zur Behandlung einer Krankheit befolgen, so können Sie Abnehmen-ohne-Diät nicht verwenden.

Wir empfehlen Ihnen, Ihr Gewicht einmal pro Woche zu überprüfen. Sollte Ihr Gewicht unter den gesunden Gewichtsbereich fallen empfiehlt Abnehmen-ohne-Diät, dass Sie Ihre Teilnahme am Programm mit Ihrem Hausarzt besprechen und ggf. beenden. Wenn Ihr BMI unter 18,5 liegt, können Sie nicht am Abnahmeprogramm nicht teilnehmen.

Die Kennzeichnung der Rezepte wie z. B. vegetarisch, vegan, gluten-, laktose- oder nussfrei mit den entsprechenden Kategorien ist nicht gegeben. Dies obliegt dem Anwender/in zur Überprüfung.