

## **Luxus-Makler und TV-Star Marcel Remus ist stolz auf Mutter Silke: 20 Kilo weniger dank Weight Watchers – jetzt startet sie neu durch**

Als auf 30 Jahre Ehe die Trennung von ihrem Mann folgt, ist das für Silke Remus erst einmal ein Tiefschlag. Jahrelang hat sie sich um die Familie gekümmert und ihrem Mann den Rücken freigehalten. Die eigene Unabhängigkeit ist dabei auf der Strecke geblieben. Doch Silke nutzt den Neustart und packt das Leben beim Schopf: Neuer Job als Immobilienmaklerin und vor allem – ein ganz neues Lebensgefühl. Mit dem WW Your Way-Programm nimmt Silke über 20 Kilo ab. Voller Leichtigkeit, Selbstliebe und Energie startet Silke durch. Immer an ihrer Seite: Ihr Sohn, Luxus-Makler und TV-Personality Marcel Remus, bekannt aus den VOX-Formaten „Goodbye Deutschland“ oder „Mieten kaufen wohnen“.

*Düsseldorf, 15.12.2017* - „Ich bin unheimlich stolz auf das, was meine Mutti geschafft hat“, sagt Marcel. „Und ihre positive Ausstrahlung ist einfach der Wahnsinn.“ Innerhalb von acht Monaten verliert Silke über 20 Kilo mit Weight Watchers – und gewinnt dabei ein Selbstbewusstsein, das sie vorher nicht kannte: „Nie habe ich mich in meinem Körper so wohl gefühlt wie jetzt.“ Und das strahlt die frischgebackene Maklerin auch im Kundengespräch aus.

### **Fit für den neuen Traumjob**

„Maklerin zu sein ist ein toller Beruf. Ich bin täglich von schöner Architektur und spannenden Menschen umgeben.“ Silke genießt die Arbeit an der Seite ihres Sohnes Marcel, der sie beim Neustart unterstützt. Doch die körperliche Herausforderung hat sie zunächst unterschätzt: „Als ich als Maklerin angefangen habe, habe ich gemerkt: Von Termin zu Termin zu hetzen ist sehr anstrengend. Da brauchte ich ein Sauerstoffzelt, bevor ich mit den Kunden reden konnte“, lacht sie. „Doch im Kundenkontakt ist Souveränität und ein stilsicherer Auftritt wichtig. Das war einer der Gründe, warum ich unbedingt mit Weight Watchers starten wollte. Jetzt, nach der Abnahme, bin ich bei der Arbeit offen und entspannt und auch vor der TV-Kamera viel gelassener. Das fühlt sich toll an.“

## Neuentdeckte Liebe für gutes Essen

„Ich habe in meinem Leben sämtliche Diäten probiert, aber nichts hat funktioniert. Das hat dazu geführt, dass ich jahrelang zu wenig und eintönig gegessen habe.“ Dass sie bei Weight Watchers genießen kann bis sie satt ist, war für Silke daher eine neue Erfahrung: „Weight Watchers hat mir die Freude am Essen zurückgegeben.“ Entscheidend war hier auch die Unterstützung von Silkes Coach Ingrid: „Ingrid ist nicht nur ein toller Mensch, sondern hatte auch immer die richtigen Tipps und motivierende Worte für mich.“ Und Kochen ist für Silke inzwischen zur Leidenschaft geworden: „Die WW-Rezepte auszuprobieren macht riesig Spaß. Ich teste Lebensmittel, auf die ich selber nie gekommen wäre: Kichererbsen oder rote Linsen zum Beispiel. Und die SmartPoints helfen dabei, Lebensmittel auszuwählen, die gut für mich sind.“ Großer Fan ist Silke vom neuen WW Your Way-Programm: „Die zero Points® Lebensmittel machen alles noch flexibler und leichter. Ich spare Zeit, bin richtig satt und nehme trotzdem ab.“

## Den Alltag genießen

Weight Watchers ist in Silkes Leben inzwischen fester Bestandteil. „Ich habe immer einen großen Vorrat zuhause: Eier, Quark, Gemüse, Fleisch und Fisch. Damit kann ich super Gerichte zaubern.“ Asiatische Gemüsepfannen gehören dabei zu Silkes Favoriten. Und jeden Nachmittag gönnt sie sich eine süße Auszeit: „Kekse oder ein WW-Schokoriegel und dazu Kaffee – das brauch ich einfach. Und es passt super ins Punktebudget. Man muss wirklich auf nichts verzichten.“ Silke plant ihr SmartPoints-Budget so, dass es perfekt zu ihr passt. „WW Your Way lässt sich mit jedem Lebensstil vereinen. Ich bin sicher: Jeder kann mit Weight Watchers abnehmen.“

## Voller Power in den Tag

Weight Watchers hat Silke zu einem neuen Körpergefühl verholfen. Und weil das Programm nicht nur auf gute Ernährung setzt, sondern auch zu mehr Bewegung motiviert, steht auch Sport wieder regelmäßig auf Silkes Agenda: „Ich bin zur leidenschaftlichen Läuferin geworden. Morgens um halb sieben geht's los.“



Zu Beginn bin ich die Runde mit meinem Golden Retriever Leo gelaufen, aber inzwischen hält er mit meiner Kondition nicht mehr mit – zugegeben: Er ist auch nicht mehr ganz der jüngste.“ Endlich hat Silke die Power, die sie für ihren Job und ihr neues Leben braucht.

**„Nehmt euer Leben in die Hand!“**

„Manchmal muss ich erst in den Spiegel schauen, um zu verstehen, was ich bereits erreicht habe. Früher war ich mit meinem Spiegelbild sehr unzufrieden, heute sehe ich eine dynamische Frau mitten im Leben.“ Und die Komplimente der anderen geben ihr recht: „Das schönste Kompliment war, dass ich jetzt zehn Jahre jünger aussehe“, freut sie sich. Und mit ihrem Neustart will Silke auch andere Frauen motivieren: „Nehmt euer Leben in die Hand und bleibt unabhängig. Auch wenn es mal nicht so läuft: Bleibt dran, es geht immer wieder aufwärts – sowohl beim Abnehmen, als auch generell im Leben.“

**Pressekontakt:**

Weight Watchers (Deutschland) GmbH

Unternehmenskommunikation

Andrea Hahn / Karsten Biermann

E-Mail: [unternehmenskom@weight-watchers.de](mailto:unternehmenskom@weight-watchers.de)

Tel. +49 (0) 211 / 9686-163 oder -216

*Über Weight Watchers International, Inc.*

Weight Watchers International, Inc. ist weltweit der führende kommerzielle Anbieter für ein aktives Gewichtsmanagement und verfügt über ein globales Netzwerk aus unternehmenseigenen sowie in Franchise geführten Firmen. Jede Woche hält Weight Watchers über 32.000 Treffen ab, in denen die Mitglieder Unterstützung von ihrem Coach sowie Gleichgesinnten erfahren und lernen, eine gesunde Ernährung sowie einen aktiven Lebensstil in ihren Alltag zu integrieren. Auch bietet Weight Watchers online sowie mit der App zum Programm innovative, digitale Hilfestellungen und ist damit auch der weltweit größte Anbieter kommerzieller Online-Angebote zur Gewichtsreduktion. Diverse Produkte, Publikationen und Programme sorgen zusätzlich für nachhaltige Erfolge bei all jenen, die an Abnehmen und Gewichtskontrolle interessiert sind.