

# 回馈读者大行动 两个月减肥疗程免费送

——报名热线：87090550、87090553，10个免费名额等你来抢

你体会过被称为“肥妹”、“肥佬”、“肥婆”的尴尬吗？你感受过肥胖影响健康、肥胖影响心情、肥胖影响工作、肥胖甚至影响爱情吗？

季节变换，关心减肥的人也越来越多。年轻人希望减肥之后让自己看起来更有朝气，以更好的精神状态投入工作和学习；中年人也希望拥有健康的体型；老年人更是一语道破天机“千金难买老来瘦”。值得重视的是，随着肥胖人数的逐年猛增，不少胖友对肥胖的危害、如何科学减肥、如何避免减肥反弹还是一知半解，甚至还有少数人存在身体胖就是营养好的认识误区。

所有的胖友都在问：什么减肥方法有效、健康又不反弹呢？机会来了！现公开征集十名胖友，邀请一家健康有效的机构为大家提供全程免费减肥，让我们帮你找回美丽、健康和自信。

这次免费机会将有十名幸运胖友可以获得，为期两个月、不花一分钱。所有被肥胖困惑的胖友，不论男女老少都可报名参加。你想成为幸运儿吗？

请立刻拨打报名热线：  
87090550、87090553。

## 为什么减肥这么难？我们帮你找原因

减肥，对广大市民来说是个熟悉而又头疼的话题，记者身边也有不少胖友，节食、运动、减肥药、针灸，方法是多了去了，但很多人的体重就像股市一样起起落落，年年说减肥，体重却随着年龄年年上升。

为什么减肥如此困难？笔者特意咨询了业内人士：要减肥先要了解肥胖的原因，遗传、饮食、压力、疾病等都可以诱发肥胖，“其中不良的生活习惯是一个重要原因，用通俗的话说就是，身体的代谢系统因为这样那样的原因出现了收支不

平衡的状况。”

针对肥胖的原因找出对应的减肥方法，这是减肥成功的关键。中国保健协会专业从事肥胖研究的谢伟业指出，有人因更年期荷尔蒙的变化，产生内分泌性的肥胖，却一味的节食，结果造成营养不良、头昏眼花；有人生活作息日夜颠倒，虽然吃得不多但相对消耗得更少，最后仍然是肥滋滋的，这时改变作息对他来说才叫对的方法。胖友们要仔细了解自己所使用的减肥方法是不是对症下药。

“跟做生意一样，减肥也

需要把握时机。”谢伟业指出，一到夏季，气温逐渐升高，市民的食欲却随之下降而室外活动也有增无减，人的新陈代谢加快，热量自然消耗较多，所以我们常说选择夏季减肥效果比较好。

还要提醒广大胖友们，不管你是为了健康还是美丽而决心减肥，都需要有恒心、耐心地去坚持。不能看着减肥计划，自我安慰“今天就算了，明天我再减肥吧”，如果不从今天就开始行动，减肥就会成为一个遥不可及的梦想。

### 活动报名条件

1. 所有被肥胖困惑的胖友，不论男女老少都可报名参加。

2. 对减肥有强烈的意愿，愿意通过科学、健康的减肥方式努力减肥！尤其欢迎减肥屡败屡战者。

注：所有报名者都有机会获得免费肥胖状况检测的机会，并由减肥专业机构根据报名者的现状出具专业减肥建议。

### 报名热线电话：

87090550、87090553。

注：入选本活动的10名胖友将获得为期两个月的全程免费减肥，不收取任何费用。

