



DER KÖRPER IM GLEICH GEWICHT

Ralf Mehlmann ist ein Mann mit Visionen. Das bezeugen all seine erfolgreichen ...&cut-Module in Konstanz, Berlin, Zürich. Unter anderem tank&cut, sleep&cut, wash&cut: Die Haare dort machen lassen, wo man ohnehin zu tun hat, an der Tankstelle, im Hotel, beim Auto waschen. Über seinen letzten Coup berichtete *akzent* im April.

Haare haben es Ralf Mehlmann angetan, daher seine neueste Idee: die Zusammenarbeit mit cellRESET.

„Wahre Schönheit kommt von innen“, ist Ralf Mehlmann **1** überzeugt. Selbstredend auch die der Haare. Dann stieß er auf das Programm von cellRESET, probierte es aus, war begeistert und überzeugte die regionalen cellRESET-Berater Joachim Heberlein **2** und Sonja Malinka **3** von einer Zusammenarbeit.

Oft sind es schwere Krankheiten in der Familie oder Sinnkrisen, die Menschen zu einem großen Lebensschwenk veranlassen, obwohl ihre feste Verankerung im bisherigen beruflichen und sozialen Umfeld eigentlich sicher schien. Bei Joachim Heberlein war das so, bei Sonja Malinka ebenfalls. Sie machten den Schwenk zu cellRESET.

„Ich möchte nicht mehr mit Pharmamedizin arbeiten“, sagt die frühere Apothekerin Sonja Malinka mit Bestimmtheit. Sie hat einen kleinen Sohn, erträumt sich für ihn Gesundheit und eine positive Zukunft. Joachim Heberlein ist ebenfalls schon seit vielen Jahren mit dem Thema Medizin vertraut. Als er von cellRESET erfuhr, war er gleich Feuer und Flamme. Jetzt sind beide cellRESET-Fans, -Anwender und -Berater.

Was aber ist cellRESET? Joachim Heberlein holt ein wenig aus: „Jeder möchte gesund, schlank und leistungsfähig sein, aber wie sieht unsere Praxis aus? Es gibt immer mehr und immer bessere Ärzte, wir haben immer mehr und bessere Medikamente, und wir haben immer mehr kranke Menschen.“ Aus dieser Situation heraus sei das cellRESET-Konzept entstanden, basierend auf dem

Lehrsatz des Urvaters der wissenschaftlichen Medizin, Hippokrates: „Deine Nahrung soll Deine Medizin sein und Deine Medizin soll Deine Nahrung sein.“

cellRESET wurde in Norwegen konzipiert. Es ist, kurz gesagt, eine einfache und praktische, Stoffwechsel aktivierende Ernährungsoptimierung auf Basis aktiver und natürlicher Lebensmittel. Mit dem Ziel, den Körper auf natürliche Art in Balance zu bringen und sein Potenzial voll zu entfalten. Das cellRESET-Programm geht weit über eine Diät hinaus, ist dabei sehr einfach umzusetzen, macht Spaß und gilt als äußerst effektiv.

Da cellRESET auf einem für die Raumfahrt entwickelten Ernährungsprogramm basiert, sind seine Grundlagen wissenschaftlich gut fundiert. Das ursprüngliche Konzept wurde alltagstauglich adaptiert und wird von Fachleuten ständig weiterentwickelt und geprüft. Viele von ihnen sind selbst Anwender und haben persönliche Erfahrungen mit cellRESET gemacht.

Mittlerweile gibt es in mehreren Ländern Tausende Anwender von cellRESET. Ihre Beweggründe sind vielfältig. Sie wollen natürlich gesünder leben und fitter werden, mehr Energie und Wohlbefinden erreichen, schlanker werden und bleiben. Aber viele wenden das Ernährungsprogramm auch an, weil sie besser schlafen und regenerieren, den Körper entgiften und den Stoffwechsel aufbauen wollen, um ihr biologisches (Stoffwechsel-)Alter zu reduzieren und ihr Immunsystem zu stärken.

Joachim Heberlein erklärt: „Unsere Wegwerfgesellschaft hat sich leider zu sehr an den Gedanken gewöhnt, fast alles relativ leicht ersetzen zu können. In unserem Körper verbringen wir jedoch unser gesamtes Leben. Und weil wir den nicht einfach austauschen können, sollten wir ihn nicht nur äußerlich pflegen, sondern auch



3

möglichst gut versorgen. Das gibt ihm die Möglichkeit, sich auch von innen heraus zu reinigen und zu entgiften.“

Ernährungs- und Diätvorschläge gibt es viele. Die Umstellung auf eine gesündere Ernährung oder eine kalorienreduzierte Diät scheidert aber in der Praxis oft schon nach wenigen Tagen, weil sich viele ohne die Zufuhr von Zucker unausgeglichen, aggressiv, lustlos und hungrig fühlen. Deshalb ist einer der zentralen Ansätze von cellRESET, eine vorhandene Insulinresistenz der Zellen abzubauen, die durch unsere kohlenhydratreiche Ernährung häufig entsteht. Durch die so erzeugte Verbesserung der Nähr- und Sauerstoffaufnahme können die Zellen wieder effektiv Energie produzieren. Unterstützt wird das durch die empfohlene eiweißreiche Nahrung (vier Mal am Tag) und durch eine optimale Versorgung mit Vitalstoffen und Wasser. Das wiederum ermöglicht den effizienten Abtransport von Schlack- und Giftstoffen, was sich auch oft in verbesserten Leber- und Nierenwerten widerspiegelt. Ein guter Cholesterinwert wirkt sich wiederum positiv auf das Hormonsystem aus.

Ein erfreulicher Nebeneffekt, so Joachim Heberlein, sei eben oft auch eine deutliche Gewichtsabnahme und die damit verbundene Umfangsreduktion bei den Problemzonen von Bauch, Beinen und Po. Auch eine mitunter feststellbare „Verjüngung“ sei nicht nur optisch sichtbar, sondern mit Stoffwechselwaagen messbar.

Interessant: Bei cellRESET muss niemand alleine sein, die Community ist ein fester Bestandteil des Programms. Mit vielen Erfahrungsberichten auf der Website. Das motiviert – und bringt Nutzen. Sonja Malinka erklärt: „Die von unseren Mitgliedern gesammelten Daten fließen zum Teil in wissenschaftliche Studien ein.“ Als Mitglied der Community hat man Zugang zu Informationen über Treffen und Seminare, aber auch zu erprobten, leicht umsetzbaren und leckeren Rezeptideen.

Über allem, das ist den beiden cellRESET-Beratern wichtig, stehe jedoch der Spaß. „Eine Idee kann noch so positiv und vorteilhaft sein. Wenn sie keinen Spaß macht und zu aufwendig ist, wird sie sich bei den meisten Menschen nicht dauerhaft durchsetzen.“ Daher sind einschränkungsfreie Schlemmertage fester Bestandteil des Konzeptes. Joachim Heberlein lacht: „Auch, wenn man mal richtig gefeiert hat, genügen ein, zwei Reinigungstage, um den Körper wieder auf Vordermann zu bringen.“

Joachim Heberlein
bodensee@cellreset.com

Sonja Malinka
+49 (0)177 48 83 123
sonja.malinka@gmx.ch



1



2

Vortrag über cellRESET

Am Samstag, 4. Juni gibt es von 16 bis 18 Uhr in der Schänzlehalle in Konstanz einen von Ralf Mehlmann organisierten Vortrag über das cellRESET-Programm, ebenso am Donnerstag, 9. Juni in Ravensburg, im Medienhaus Schwäbischer Verlag, Karlstraße 16, von 19.30 bis 21.30 Uhr.

Kostenfreie Anmeldungen unter: Ralf Mehlmann
+49 (0)178 88 77 144
info@cut-cut.de, www.cut-cut.de