



Jetzt zum Vortrag  
anmelden!  
Infos auf der Rückseite

GESUNDHEIT BEGINNT VON INNEN

## EpiGeneticBalance - Personalisierter Lifestyle

Die EPI-Methode ist eine **personalisierte Lifestyleveränderung**, um langfristig und effizient weg von Erkrankung hinzu zu einem gesunden und vitalen Leben zu gelangen.

Mit dem EPI-Check-Selbsttest, welcher einfach zu Hause durchgeführt werden kann, werden bestimmte Marker im Blut gemessen um Ihren EPI-Typ zu berechnen. Dieser ist das Mass für die Insulinresistenz.

### SYMPTOME EINER INSULINRESISTENZ

- ständige Müdigkeit
- Herzrasen
- hohes Cholesterin
- erhöhter Blutzucker
- Bluthochdruck
- Bauchfett
- Leistungseinbrüche
- Schlafprobleme
- Gewichtsprobleme
- Lust auf Süßes
- Konzentrationsstörungen
- Verdauungsprobleme

Mit einer personalisierten Ernährung und einer Lebensstil-Veränderung helfen wir Ihnen den Stoffwechsel und die Blutwerte zu optimieren. Sie erhalten mehr Energie und verlieren Gewicht.

Investieren Sie in Ihre Gesundheit und starten Sie noch heute Ihren Weg zu einem vitaleren Leben.



## URSACHEN EINES SCHLECHTEN STOFFWECHSELS

Eine Ernährung mit zu viel Zucker und Fetten stört Ihren Stoffwechsel und kann im Laufe der Zeit zu einer Insulinresistenz führen. Heute ist bekannt, dass die Insulinresistenz mitverantwortlich ist, für einen Grossteil der nicht übertragbaren Erkrankungen. Bleibt die Insulinresistenz unbehandelt, kann es zu Folgeerkrankungen wie Herzerkrankungen, Schlaganfall, Prädiabetes, Typ-2-Diabetes, neurodegenerativen Erkrankungen und vielem mehr führen.

Eine Insulinresistenz raubt Ihrem Körper Energie und Sie fühlen sich ständig müde und antriebslos. Gleichzeitig kann Ihr Körper die aufgenommene Nahrung nicht effektiv verarbeiten, was zu vermehrter Fetteinlagerung führt. Dadurch verschlechtern sich Ihre Blutzucker- und Blutfettwerte, während Ihr Gewicht stetig steigen kann.

Haben Sie ihren EPI-Check durchgeführt und Ihr EPI-Typ liegt zwischen 4-10, erfolgt eine auf Sie zugeschnittene Ernährungsanpassung und eine therapeutische Begleitung während 3-6 Monaten. Mittels einer WebApp lernen Sie schnell und einfach, wie Sie Ihre 3 Mahlzeiten zusammenstellen können.

Die Methode basiert auf den neusten Erkenntnissen der Stoffwechsel-, Epigenetik- und Ernährungsforschung. Die Ernährung ist leberfreundlich, anti-entzündlich und darmgesund. Sie essen und geniessen Lebensmittel, die Ihnen schmecken und die Sie frei wählen können.

Melden Sie sich bei uns in der DROPA Drogerie Lyss, wir begleiten und unterstützen Sie gerne auf Ihrem Weg.

---

## VORTRAG EPIGENETIC BALANCE

Referenten: Dr. Markus Rohner - Gründer der EPIMethode  
Monika Ris - Drogistin HF, Therapeutin EPIMethode  
Wann: **Montag, 24. März 2025, 19:00 Uhr bis ca. 21:00 Uhr**  
Wo: Cafeteria Piazza, Lyss (vis-à-vis der DROPA Drogerie Lyss)  
Kosten: Fr. 20.-  
Anmeldung: bis Freitag, 21. März 2025 unter 032 386 15 50  
oder [dropa.lyss@dropa.ch](mailto:dropa.lyss@dropa.ch)

  
GANZ SCHÖN GESUND!  
DROGERIE  
LYSS

  
epigenetic  
balance

Hirschenplatz 10, 3250 Lyss  
Tel. 032 386 15 50  
[dropa.lyss@dropa.ch](mailto:dropa.lyss@dropa.ch)