



WW präsentiert *meinWW*TM: Das zukunftsweisende neue Programm ist so individuell und flexibel wie nie zuvor

Erstmals ermittelt ein Ernährungsfragebogen genau den Plan, der am besten zum Teilnehmer passt - das Programm meinWW bietet drei wissenschaftlich fundierte Optionen und macht das Abnehmen einfacher.

Düsseldorf, 11. November 2019 – Heute startet WW (NASDAQ: WW) – Weight Watchers® erfindet sich neu – das neue Programm *meinWW*, das individuellste Gewichtsabnahmeprogramm aller Zeiten. Basierend auf wissenschaftlichen und verhaltensbezogenen Erkenntnissen und mit mehr Flexibilität und Freiheit als je zuvor macht *meinWW* das Abnehmen jetzt noch einfacher. Ein Ernährungsfragebogen berücksichtigt persönliche Bedürfnisse, Essgewohnheiten und Aktivitätslevel sowie den Lebensstil und das Verhalten. Anhand dieser Antworten wird einer von drei Plänen empfohlen, der am besten zu dem Befragten passt und zu klinisch signifikantem Gewichtsverlust führt sowie Heißhunger reduziert.¹

WW versteht, dass beim Thema Abnehmen jeder seine ganz eigenen Vorstellungen, Bedürfnisse und Essgewohnheiten hat. Was für den einen gut funktioniert, mag für den anderen weniger geeignet sein. Neue Teilnehmer werden anhand einer wissenschaftlich basierten persönlichen Bewertung genau zu dem Plan geleitet, der am besten zu ihnen passt.

„Als globales Wellness-Unternehmen und weltweit führender kommerzieller Anbieter für ein aktives Gewichtsmanagement und körperliches Wohlbefinden inspirieren wir zu gesunden Gewohnheiten für das echte Leben – und jeder hat andere Bedürfnisse“, so Mindy Grossman, Präsidentin und CEO WW. „Wir kennen die Bedürfnisse unserer Community und wir wissen, dass sich unsere Teilnehmer einen noch personalisierteren Ansatz zum Abnehmen wünschen. Unser neues Programm *meinWW* hilft dabei, das für ihre Bedürfnisse passende Konzept zum Abnehmen zu finden.“

Das neue Programm *meinWW* umfasst drei Optionen, basierend auf dem wissenschaftlich erprobten SmartPoints® System und den ZeroPointTM Lebensmitteln, die ein gesundes Essverhalten fördern.² Egal, welcher Plan – mit *meinWW* dürfen alle Lieblingslebensmittel auch weiterhin verzehrt werden.

¹ Sechsmönatige Voruntersuchung mit 143 Teilnehmern, durchgeführt von Patrick O'Neil, PhD, und Kollegen des Weight Management Center der Medical University of South Carolina. Studie finanziert durch WW.

² Das WW SmartPoints System berücksichtigt komplexe Ernährungsdaten und bündelt sie zu einer einfachen, leicht verständlichen Zahl. ZeroPointTM Lebensmittel müssen nicht abgewogen, abgemessen oder aufgeschrieben werden und bilden die Grundlage für eine gesunde Ernährungsweise mit einem geringen Risiko, zu viel zu essen.



Die drei Pläne im Überblick

Grün: mehr als 100 ZeroPoint Lebensmittel, dafür die meisten täglichen SmartPoints (mind. 30)

Blau: mit mehr als 200 ZeroPoint Lebensmitteln und mind. 23 täglichen SmartPoints. Bereits bestehende WW Teilnehmer kennen diesen Plan, bekannt als das aktuelle Programm WW Freestyle™.

Lila: mehr als 300 ZeroPoint Lebensmittel, dafür die wenigsten täglichen SmartPoints (mind. 16)

Jeder Plan bietet außerdem maßgeschneiderte Rezepte und Inhalte, Aktivitätsempfehlungen und mentale Fähigkeiten, die wissenschaftlich fundiert, sowie einfach umsetzbar sind.

„Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass maßgeschneiderte Ansätze zu einer stärkeren Einbindung und deutlicheren Verhaltensänderung führen als allgemeingültige Ansätze“, sagt Gary Foster, PhD, Chief Scientific Officer WW. „Das neue Programm *meinWW* ermöglicht es Menschen, ihr Leben zu leben und trotzdem abzunehmen. Mit *meinWW* findet jeder den Plan, der am besten zu ihm passt und der ihm die größte Freiheit und Flexibilität bietet. Dadurch steigt das Vertrauen in sich selbst, erfolgreich zu sein.“

Die Ergebnisse einer sechs monatigen klinischen Studie des Programms *meinWW*, die am Weight Management Center der Medical University of South Carolina durchgeführt wurde, zeigen, dass die Teilnehmer im Durchschnitt klinisch signifikante Vorteile bei der Abnahme und darüber hinaus erleben.

- 8 % Gewichtsabnahme
- Rückgang des systolischen Blutdrucks um 2 %
- 24 % weniger Hungergefühl
- 7 % weniger Heißhunger; einschließlich einer deutlichen Verringerung des Verlangens nach fettreichen Lebensmitteln, Süßigkeiten und Fastfood.

Auf die Frage wie sie das Programm erlebt haben:

- 97 % der Teilnehmer stimmten zu, das *meinWW* ihnen dabei hilft langfristig gesündere Gewohnheiten zu erlernen.
- 94 % der Teilnehmer stimmten zu, das *meinWW* ihnen Kenntnisse vermittelt, um das Gewicht zu halten.
- 90 % der Teilnehmer stimmten zu, dass sie *meinWW* eher wie eine Lebensgewohnheit und weniger wie eine Diät empfinden.



- 96 % der Teilnehmer stimmten zu, dass *meinWW* flexibel ist, da keine Lebensmittel tabu sind.
- 90 % der Teilnehmer stimmten zu, dass es mit *meinWW* einfacher ist, am Ball zu bleiben, als wenn sie selbst versucht haben abzunehmen.
- 88 % der Teilnehmer stimmten zu, dass *meinWW* einen einfacheren Weg bietet, um abzunehmen, als wenn sie selbst versucht haben abzunehmen.

Mit jahrzehntelanger Expertise in der Verhaltensforschung inspiriert WW Millionen von Menschen auf der ganzen Welt zu gesunden Gewohnheiten für das echte Leben. WW wird von Gesundheitsexperten in den Best-Diets-Rankings 2019 des U.S. News & World Report auf Platz 1 in der Kategorie „Best Weight-Loss Diets“ geführt. Die preisgekrönte WW App und die persönliche Erfahrung in den Workshops der WW Studios bieten die Hilfsmittel, Informationen und Inspirationen, die Menschen brauchen, um ihre Ziele zu erreichen.

Das Programm *meinWW* ist ab dem 11. November 2019 verfügbar. Weitere Informationen zu *meinWW* finden Sie unter www.ww.com oder nach Download der WW App.

Über WW

WW – Weight Watchers erfindet sich neu – ist ein globales Wellness-Unternehmen und weltweit der führende kommerzielle Anbieter für ein aktives Gewichtsmanagement und körperliches Wohlbefinden. Wir inspirieren Millionen von Menschen zu gesunden Gewohnheiten für das echte Leben. Durch das Ineinandergreifen von digitaler Expertise und persönlichem Austausch in Workshops profitieren die Teilnehmer von unserem alltagstauglichen, nachhaltigen Ansatz, der gesunde Ernährung, Bewegung und eine positive Grundeinstellung umfasst. Mit mehr als fünf Jahrzehnten Erfahrung im Aufbau von Communitys und unserer Expertise in der Verhaltensforschung ist es unser Ziel, Gesundheit und Wohlbefinden für jedermann zu ermöglichen. Weitere Details über die strategische Vision von WW erfahren Sie unter www.ww.com. Für weitere Informationen, auch zum globalen Unternehmen, besuchen Sie unsere Unternehmenswebsite unter corporate.ww.com.