

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/32844/1498824/tetra-pak-startet-neue-website-www-dein-vitaler-tag-de-mit-bild-start-mit-expertentipps-zur> abgerufen werden.



## Tetra Pak startet neue Website [www.dein-vitaler-tag.de](http://www.dein-vitaler-tag.de) (mit Bild) Start mit Expertentipps zur Osteoporosevorbeugung und Milchdiät

23.10.2009 - 15:04 Uhr, Tetra Pak GmbH & Co KG

Hochheim/Main (ots) - Tetra Pak, der weltweit führende Anbieter von Verarbeitungs- und Verpackungslösungen für Nahrungsmittel und Getränke, startet die Verbraucher-Website [www.dein-vitaler-tag.de](http://www.dein-vitaler-tag.de). Im Mittelpunkt stehen die Vorteile einer milchkalziumreichen Ernährung und anlässlich des gerade stattgefundenen Weltosteoporosetags Informationen über die Volkskrankheit Osteoporose und wertvolle Tipps zur Prävention.

Mehr als 25 Prozent der Deutschen über 50 Jahre leiden an der Volkskrankheit Osteoporose. Eine der Hauptursachen hierfür ist Kalziummangel. Wird dem Körper zu wenig dieses Mineralstoffs zugeführt, nimmt die Dichte der Knochen ab und die Gefahr von Knochenbrüchen steigt. Einer der Hauptkalziumlieferanten ist Milch. Wer viel Milch und Milchprodukte zu sich nimmt, kann jedoch nicht nur seine Knochen stärken, sondern gleichzeitig auch gesund abnehmen - und zwar nachhaltig. Neue Studien haben gezeigt, dass speziell das Kalzium in der Milch den Fettanteil im Körper reduziert und die Fettzellen davon abhält, einen Teil der während der Mahlzeiten aufgenommenen Nahrungsfette zu speichern. Die neue Milchdiät und Expertentipps zur Osteoporose-Prävention stellt Tetra Pak auf [www.dein-vitaler-tag.de](http://www.dein-vitaler-tag.de) vor.

Die Milchdiät wurde auf Basis der neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse von der Ernährungsexpertin Franca Mangiameli entwickelt und erfolgreich getestet. Anja Deibel-Dörr aus Buseck bei Gießen hat sie als erste ausprobiert und in sechs Wochen sieben Kilogramm abgenommen. Auf der Website erzählt die Friseurmeisterin ihre Erfolgsgeschichte. Dazu gibt es leckere Rezepte, umfassende wissenschaftliche Hintergrundinformationen über Milch sowie Tipps und Tricks rund um die Diät.

Tipps vom Mediziner und Fitnessübungen für zu Hause

In der Rubrik "Osteoporose" erläutert Dr. Hans Groh, Oberarzt für Orthopädie/Unfallchirurgie und Chirurgie am Elisabeth-Krankenhaus in Essen, die Ursachen dieser Krankheit und sagt, wie jeder auf einfache Weise seine Knochen stärken kann. Dazu gehört - wie beim Abnehmen - neben einer kalziumreichen Ernährung auch viel Bewegung. Verschiedene Fitnessübungen in Form von kurzen Filmen runden daher das Angebot der neuen Website [www.dein-vitaler-tag.de](http://www.dein-vitaler-tag.de) ab. Die Übungen lassen sich ohne großen Aufwand zu Hause machen und stärken insbesondere die Muskulatur an den typischen Problemzonen. Eine starke Muskulatur ist wichtig für den langfristigen Erfolg einer Diät, denn in den Muskeln wird Fett verbrannt.

Über Tetra Pak

Tetra Pak ist der weltweit führende Anbieter von Verarbeitungs- und Verpackungssystemen für Lebensmittel. In enger Zusammenarbeit mit unseren Kunden und Lieferanten liefern wir sichere, innovative und umweltfreundliche Produkte, die täglich den Bedarf von Hunderten von Millionen Menschen auf der ganzen Welt decken. Mit mehr als 20.000 Mitarbeitern sind wir in über 150 Ländern tätig. Wir legen Wert auf eine verantwortungsvolle Unternehmensführung und einen nachhaltigen Ansatz für unser Geschäft. Unser Motto "Schützt, was gut ist" spiegelt unsere Vision wider, Lebensmittel überall auf der Welt sicher und verfügbar zu machen.

Pressekontakt:

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:  
Tetra Pak Öffentlichkeitsarbeit  
Frankfurter Straße 79-81, 65239 Hochheim am Main

Dr. Heike Schiffler  
Telefon: (06146) 59-274, Telefax: (06146) 59-232  
E-Mail: [heike.schiffler@tetrapak.com](mailto:heike.schiffler@tetrapak.com)

Simone Seidel  
Telefon: (06146) 59-209, Telefax: (06146) 59-232  
E-Mail: [simone.seidel@tetrapak.com](mailto:simone.seidel@tetrapak.com)

Originaltext:

Tetra Pak GmbH & Co KG

Pressemappe:

<http://www.presseportal.de/pm/32844/tetra-pak-gmbh-co-kg>

Pressemappe als RSS:

[http://presseportal.de/rss/pm\\_32844.rss2](http://presseportal.de/rss/pm_32844.rss2)