



MEDIENMITTEILUNG zur OFFA-Sonderschau der Krebsliga Ostschweiz

Früchte & Gemüse: Mit dem «5 am Tag»-Mini-Bus an der OFFA

Gemüse und Früchte – vom täglichen Speiseplan nicht wegzudenken! Am besten fünf Portionen davon. Die Besucherinnen und Besucher sind eingeladen, die frisch zubereiteten Früchte- und Gemüsesmoothies an der OFFA-Sonderschau der Krebsliga Ostschweiz zu probieren und Energie für den Messebesuch zu tanken. Dabei können sie von 11 bis 13 Uhr prominente Persönlichkeiten wie den Spoken Word Künstler Renato Kaiser, den Hackbrettvirtuosen Nicolas Senn, die international erfolgreiche DJ Tanja La Croix oder den Fussball-Profi Tranquillo Barnetta live und hautnah kennen lernen. Halle 9.1, Stand 9.1.084.

Bereits zum neunten Mal ist die Krebsliga Ostschweiz an der OFFA vertreten. Zum dritten Mal mit ihrem Hingucker: dem «5 am Tag»-Mini-Bus. Nebst feinen, frisch zubereiteten Smoothies erhalten die OFFA-Besucherinnen und -Besucher praktische Tipps und schlaue Tricks für eine gesunde Ernährung mit Pfiff. Der Mini-Bus knüpft dabei auf ansprechende Art Kontakt zum Publikum. Er ist ein idealer Kommunikationsträger, um Besucherinnen und Besuchern das Thema und die Empfehlungen eines gesunden Speiseplans mit «5 am Tag» zu erklären und näher zu bringen.

Prominente Unterstützung durch Ostschweizer Künstler von 11.00 bis 13.00 Uhr

Renato Kaiser, Spoken Word Künstler, Comedian, Satiriker, Autor. Im März 2005 stand er das erste Mal auf der Bühne, im November des gleichen Jahres gewann er seinen ersten Slam in Winterthur. In den folgenden Jahren entwickelte er sich dank Auftritten in Deutschland, Österreich und der Schweiz zu einem der bekanntesten Exponenten der deutschsprachigen Poetry Slam Szene und wurde 2012 in Winterthur Poetry Slam Schweizermeister. «Mit Hirn und Herz» stellt **Renato Kaiser** seine Wortgewandtheit am **Mittwoch, 11. April 2018** bei uns am Stand unter Beweis – passend zu unseren Smoothies, «mit Hirn und Herz» zubereitet.

Nicolas Senn wurde nach mehreren CD-Produktionen sowie TV-Auftritten im In- und Ausland mit Preisen wie dem „Prix Walo“ oder dem „Stadl-Stern“ ausgezeichnet und gewann in der Schweiz den „Grand Prix der Volksmusik“. Nebst der Musik ist er ebenfalls einer unserer grossen Botschafter für Kultur und Brauchtum. In dieser Funktion trat er im letzten Jahr auch am Staatsbankett für den chinesischen Präsidenten Xi Jinping auf,



welches von Bundespräsidentin Doris Leuthard abgehalten wurde. Eine grosse Ehre. Auch für uns, denn am **Donnerstag, 12. April 2018** serviert Ihnen der sympathische **Hackbrettvirtuose Nicolas Senn** unsere frischen Smoothie-Köstlichkeiten live vor Ort.

Tanja La Croix, Schweizer Star-DJ und Produzentin ist mit ihren Auftritten in der ganzen Welt nicht mehr aus der internationalen Clubszene wegzudenken. Alleine ihre letztveröffentlichte Single „We Turn The World Around“ war während acht Wochen in mehreren Ländern in den Top 20 der iTunes Charts. Somit ist sie eine unserer bekanntesten Musikbotschafterinnen weltweit. **Tanja La Croix** wird am **Freitag, 13. April 2018 exklusiv** für unsere Standbesucherinnen und -besucher feine Smoothie-Variationen anbieten – frisch und energiegeladen – wie ihre Auftritte als DJ.

Tranquillo Barnetta, Schweizer Profi-Fussballer. Der 75-fache Schweizer Internationale im Dienste des FC St. Gallen ist nach wie vor einer der bekanntesten und beliebtesten Fussballspieler des Landes. Barnetta war Teil der «goldenen Generation», welche 2002 den U17-Europameister-Titel in die Schweiz holte – einer der grössten Erfolge in der Schweizer Fussballgeschichte. Von 2004 bis 2014 spielte er erfolgreich in der Deutschen Bundesliga und war während dieser Zeit Teil des Kaders der Schweizer Nationalmannschaft an drei Welt- und zwei Europameisterschaften. Nach einem Abstecher zu Philadelphia Union kehrte er 2016 zurück zu seinem Heimatclub FC St. Gallen. Dies freut uns sehr. Doch anstatt bombastische Tore zu schiessen, bedient Sie **Tranquillo Barnetta** am **Sonntag, 15. April 2018** höchstpersönlich mit unseren Vitaminbomben.

Besuchen Sie uns unter dem Dach der Sonderschau «pre-event» in der Halle 9.1. am Stand 9.1.084 und freuen Sie sich auf ein energiegeladenes, lustvolles Erlebnis.

Kontakt: Sonja Fehr, Assistentin der Geschäftsführung, Krebsliga Ostschweiz, Flurhofstrasse 7, 9000 St. Gallen, Telefon 071 242 70 25, sonja.fehr@krebssliga-ostschweiz.ch, www.krebssliga-ostschweiz.ch / www.5amtag.ch

St. Gallen, 13.03.2018



Fünf Portionen jeden Tag – aber wie?

Damit es nicht beim guten Vorsatz bleibt, bietet der Mini-Bus einen echten Mehrwert: konkrete Tipps vom geschulten Personal sowie praktische Hilfestellungen für den Alltag wie die handlichen Rezept-Karten oder einem Saisonkalender. Mit nur zwei Dezilitern Smoothie oder Fruchtsaft kann eine der empfohlenen fünf Portionen Gemüse und Früchte abgedeckt werden. Es empfiehlt sich, bei jeder Mahlzeit ein bis zwei Handvoll Gemüse oder Früchte einzubauen. Denn so ist eine ausgewogene, abwechslungsreiche und schmackhafte Ernährung garantiert. Gemüse und Früchte sind kalorien- und fettarm und versorgen den Körper mit lebenswichtigen Vitaminen, Mineralstoffen, Nahrungsfasern und sekundären Pflanzenstoffen. Zudem helfen sie, das Körpergewicht im Normalbereich zu halten. Eine ausgewogene Ernährung mit viel Gemüse und Früchten und wenig tierischen Lebensmitteln kann das Risiko für verschiedene Krebsarten senken. Es ist uns ein grosses Anliegen, vor allem auch junge Leute vermehrt anzusprechen und von den Vorteilen einer gesunden, schmackhaften Ernährung zu überzeugen. «5 am Tag» ist eine Kampagne der Krebsliga Schweiz zur Förderung des Gemüse- und Fruchtekonsums.

Bildlegende:

Bild 1 – «5 am Tag»-Mini-Bus

Bild 2 – Wake up-Smoothie

Bild 3 – Ufsteller-Smoothie

Bild 4 – Renato Kaiser

Bild 5 – Nicolas Senn

Bild 6 – Tanja La Croix

Bild 7 – Tranquillo Barnetta (bitte wenn möglich die Foto-Credits «Leo Boesinger» erwähnen)

Zusätzliche Links von Tanja La Croix bei einer online-Veröffentlichung:

<https://fsagency.lnk.to/wttwa> und youtube <https://www.youtube.com/watch?v=8SOfdnOZi90>