



# krebsliga ostschweiz

**MEDIENMITTEILUNG zur OFFA-Sonderschau der Krebsliga Ostschweiz**

## **Der «5 am Tag»-Mini-Bus an der OFFA**

**Gemüse und Früchte gehören auf den täglichen Speiseplan – am besten fünf Portionen davon. An der OFFA-Sonderschau der Krebsliga Ostschweiz werden im „5 am Tag“-Mini-Bus frische Smoothies vor Ort zubereitet und zur Degustation abgegeben. In diesem Jahr erhalten wir prominente Unterstützung: Die international erfolgreiche DJ Tanja La Croix wird am Mittwoch das Krebsliga-Team verstärken, der sympathische, über die Landesgrenzen hinaus bekannte Hackbrettvirtuose Nicolas Senn am Donnerstag.**

Bereits zum neunten Mal ist die Krebsliga Ostschweiz an der OFFA vertreten. Zum zweiten Mal mit einem echten 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 Besucher 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**

**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 **Mittwoch, 19. April 2017 exklusiv** für unsere Standbesucherinnen und -besucher feine Smoothie-Variationen zubereiten – frisch und energiegeladen – wie ihre Auftritte als DJ selber.

**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“. Er ist ebenfalls einer unserer grossen Botschafter der Musik, aber auch für Kultur und Brauchtum. In dieser Funktion trat er in diesem 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, 20. April 2017** serviert Ihnen der sympathische **Hackbrettvirtuose Nicolas Senn** unsere frischen Smoothie-Köstlichkeiten live vor Ort.

### **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. **Besuchen Sie uns unter dem Dach der Sonderschau «pre-event» in der Halle 9.1. am Stand 9.1.086 und freuen Sie sich auf ein positives, lustvolles Erlebnis.**

**Kontakt:** Sonja Fehr, Assistentin der Geschäftsführung, Krebsliga Ostschweiz, Flurhofstrasse 7, 9000 St. Gallen, Telefon 071 242 70 25, [sonja.fehr@krebsliga-ostschweiz.ch](mailto:sonja.fehr@krebsliga-ostschweiz.ch), [www.krebsliga-ostschweiz.ch](http://www.krebsliga-ostschweiz.ch) / [www.5amtag.ch](http://www.5amtag.ch)

**Bildlegende:**

Bild 1 – «5 am Tag»-Mini-Bus

Bild 2 – Wake up-Smoothie

Bild 3 – Ufsteller-Smoothie

Bild 4 – Nicolas Senn

Bild 5 – Tanja La Croix

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

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