



Pressemitteilung 03/2009

## Fragwürdige Wege zum Wohlfühlgewicht! Verbraucherzentrale Hessen rät ab von Fettemulsionen zum Abnehmen

Frankfurt/M., 13.01.2009. Kaum sind die Schlemmerrezepte der Festtage zur Seite gelegt, füllen sich Zeitschriften und das Internet wieder mit Werbung für neue Schlankeitsmittel. Neuartige Fettemulsionen auf der Basis von Palm- und Haferöl oder damit angereicherte Milchprodukte sollen nachweislich dabei helfen, weniger zu essen. Doch Ernährungsexpertin Andrea Schauff von der Verbraucherzentrale Hessen warnt vor falschen Hoffnungen: „Es ist wissenschaftlich nicht hinreichend belegt, dass diese Fettemulsionen als Reinsubstanz oder als Zusatz in Lebensmitteln beim Schlankbleiben oder Abnehmen wirksam unterstützen.“

Wer sein Wohlfühlgewicht halten oder erreichen will, sollte sein Essverhalten und seine Lebensweise dauerhaft und gesundheitsförderlich ändern. Der Ratgeber der Verbraucherzentrale „Gewicht im Griff“ gibt dabei praxiserprobte Unterstützung. Er ist zum Abholpreis von 12,90 € in allen Beratungsstellen der Verbraucherzentrale Hessen erhältlich.

Neuerdings verheißt ein Joghurtdrink aus dem Kühlregal Hilfe, wenn man weniger essen möchte. Natürliche Wirkstoffe aus Palm- und Haferöl sollen dabei unterstützen, schneller satt zu werden und so das Wohlfühlgewicht zu kontrollieren – ein kleines Fläschchen täglich zum Frühstück soll ausreichen. Der Hersteller verspricht vollmundig: „Diese Wirkung ist ernährungswissenschaftlich bewiesen.“ Das klingt gut und trifft die Wünsche und Hoffnungen vieler Menschen, die ihr Gewicht halten oder reduzieren wollen. Bislang gibt es jedoch nur eine einzige Langzeitstudie und die zeigt widersprüchliche Ergebnisse zu den neuartigen Fettemulsionen. Die Alternative für den teuren Mix aus Magermilchjoghurt, Pflanzenöl und Süß- und Zusatzstoffen ist einfach und preiswert: ein Naturjoghurt mit Haferflocken und Apfelstücken.

Wer gesund, alltagstauglich und (durch)haltbar abnehmen will, dem gibt auch der Ratgeber der Verbraucherzentrale „Gewicht im Griff – Das Ernährungsprogramm zum Wohlfühlen“ praxiserprobte Unterstützung. Es orientiert sich an den Empfehlungen der Vollwert-Ernährung. Im Vordergrund steht, mit Genuss zu essen, nicht hungern zu müssen, das Gewicht auf Dauer mit natürlichen Lebensmitteln halten zu können und das Wohlbefinden zu steigern. Den rund 260-seitigen Ratgeber „Gewicht im Griff“ mit 90 Rezepten und einem umfangreichen Anhang, unter anderem mit Informationen zu Schlankeitsmitteln und Diäten, gibt es zum Abholpreis von 12,90 € in allen Beratungsstellen der Verbraucherzentrale Hessen. Für zusätzlich 2,50 € bei Einzelversand, also für insgesamt 15,40 €, kommt er – mit Rechnung – auch ins Haus.

presseinfo  
presseinfo  
presseinfo



Bestellungen an: Verbraucherzentrale Hessen e.V.,  
 Große Friedberger Straße 13-17, 60313 Frankfurt am Main  
 Bestell-Telefon: (069) 972010-30 Bestell-Fax: (069) 972010-40  
 E-Mail: [ratgeber@verbraucher.de](mailto:ratgeber@verbraucher.de)

**Ergänzende Informationen für Verbraucher:**

- Wer lieber in der Gruppe begleitet abnehmen will, dem bietet die Verbraucherzentrale Hessen die **Abnehmkurse „Gewicht im Griff“**.  
 Kontakte:  
 Beratungszentrum Darmstadt, [darmstadt@verbraucher.de](mailto:darmstadt@verbraucher.de), (06151) 27999-30  
 Beratungsstelle Fulda, [fulda@verbraucher.de](mailto:fulda@verbraucher.de), (0661) 241026.
- **Telefonische Beratung** der Verbraucherzentrale Hessen zum Thema „Ernährung und Lebensmittel“ dienstags 10 bis 14 Uhr unter 0900 1 972012. *0,90 € pro Minute aus dem Festnetz der Deutschen Telekom AG – andere (Mobilfunk-) Netzbetreiber können zusätzliche Kosten berechnen.*
- **Infoline Ernährung** zu aktuellen Themen und Lebensmittelskandalen rund um die Uhr unter 0180 5 972012. *0,14 € pro Minute aus dem Festnetz der Deutschen Telekom AG – andere (Mobilfunk-) Netzbetreiber können zusätzliche Kosten berechnen.*
- **Ratgeberangebot** unter [www.verbraucher.de](http://www.verbraucher.de)
- **Hessenweites Servicetelefon 0180 5 972010.** *0,14 € pro Minute aus dem Festnetz der Deutschen Telekom AG – andere (Mobilfunk-) Netzbetreiber können zusätzliche Kosten berechnen.* Informationen über das Beratungs- und Seminarangebot sowie die Öffnungszeiten der Beratungsstellen der Verbraucherzentrale Hessen; teilweise auch Terminvereinbarung möglich.  
 Keine Beratung!

Frei zum Nachdruck, Belegexemplar erbeten

**Beratungsstellen der Verbraucherzentrale Hessen:** Borken, Bahnhofstraße 36 b · Kassel/Nordhessen, Bahnhofplatz 1 (Kulturnahnhof) Gießen, Südanlage 4 · Fulda, Karlstraße 2 · Frankfurt/Rhein-Main, Große Friedberger Straße 13-17 (Nähe Konstablerwache) · Darmstadt/Region Starkenburg, Luisenplatz 6 (Carreegalerie) · Rüsselsheim/Groß Gerau, Marktstr. 29 · Wiesbaden, Luisenstr. 19 (im Umweltladen)

presseinfo  
 presseinfo  
 presseinfo