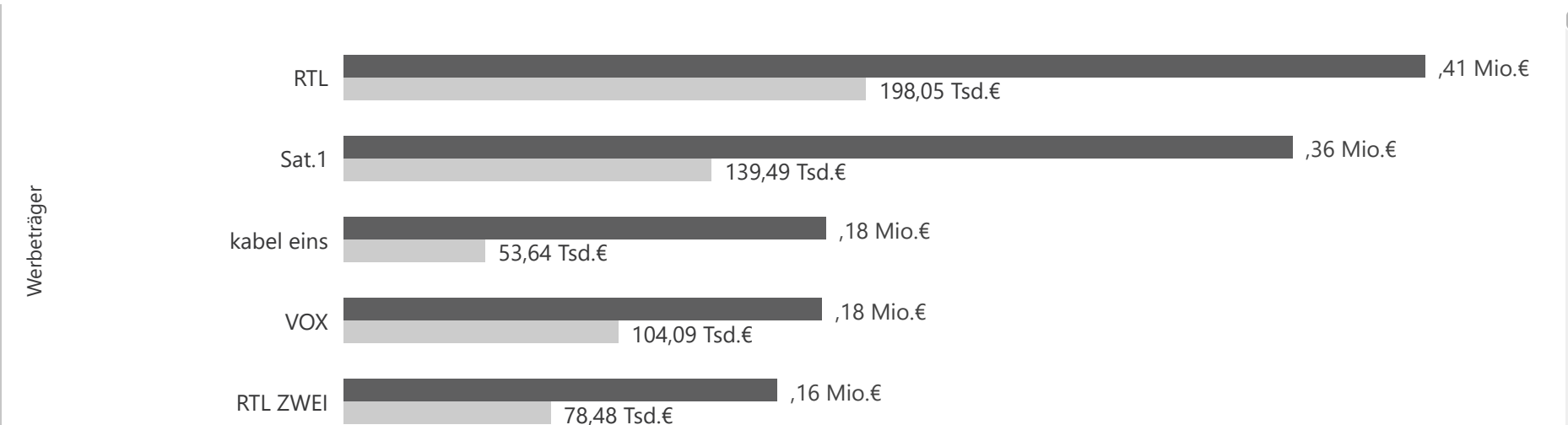
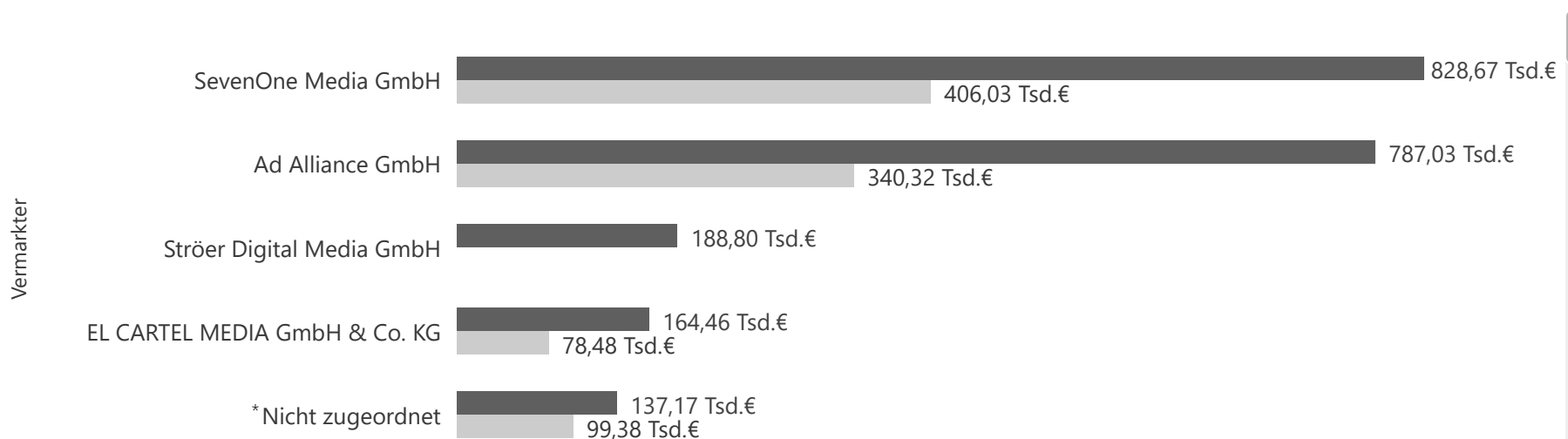
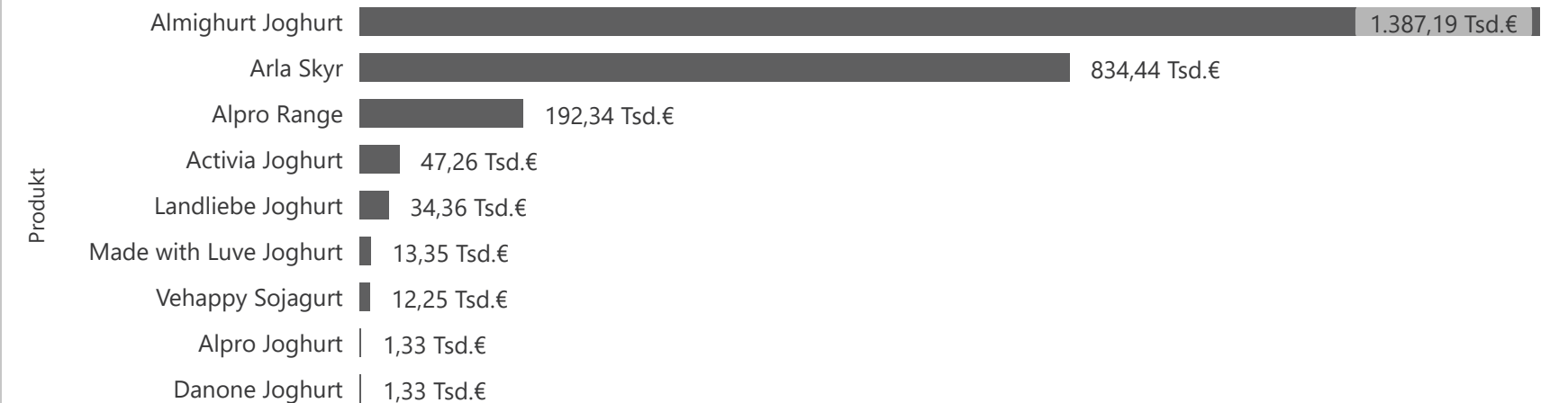
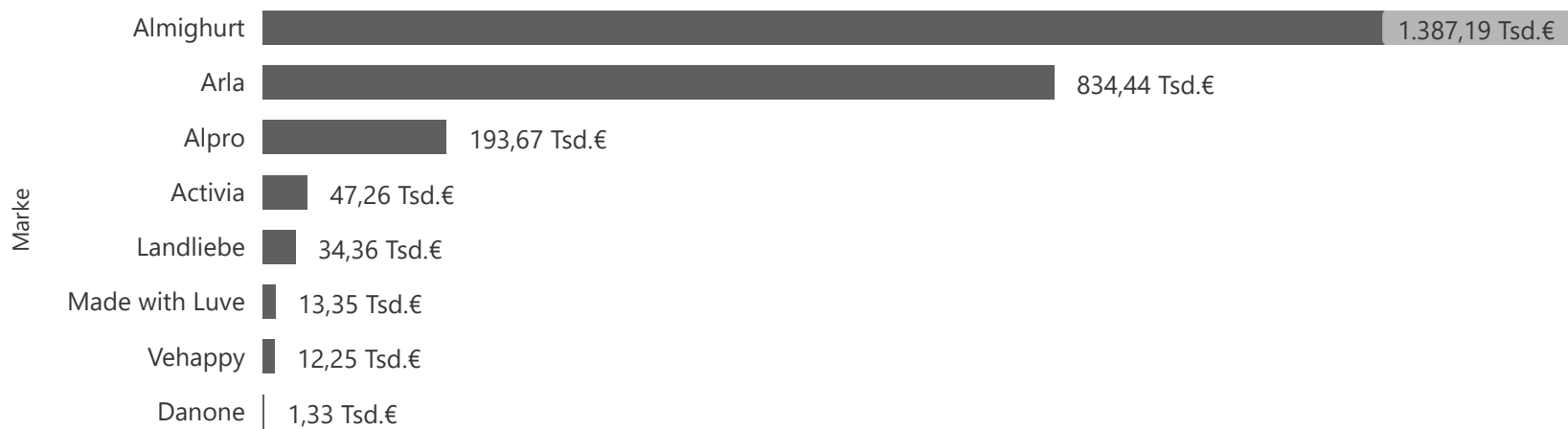
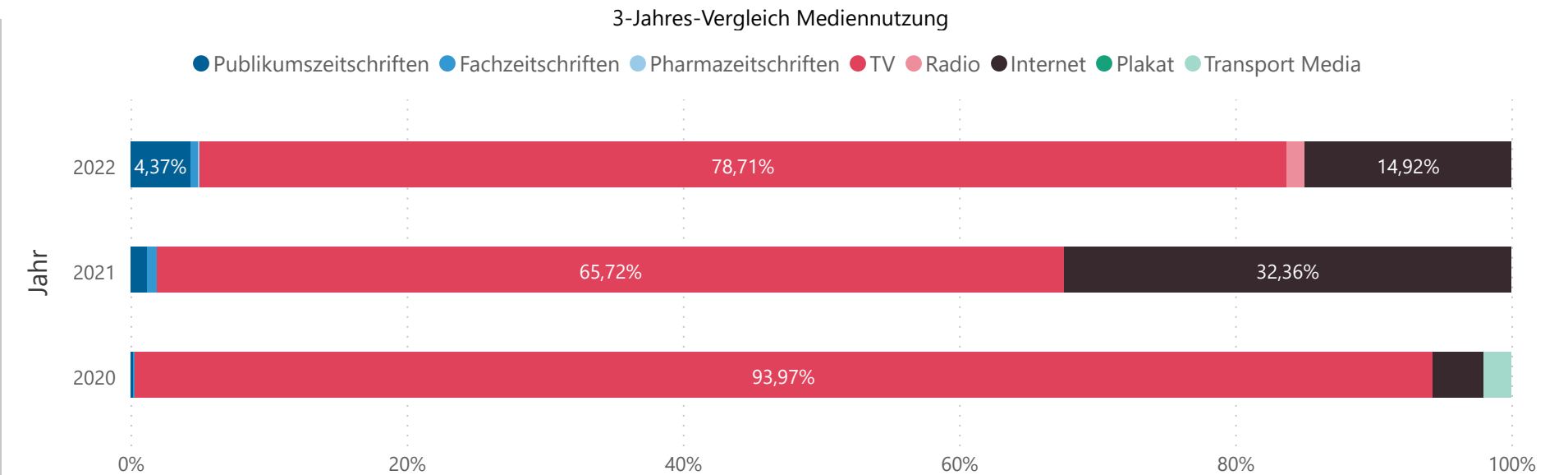


Firma	WA Brutto	WA Brutto VJ	WA Brutto Diff. VJ	WA Brutto Diff. VJ in %
Ehrmann AG (Ehrmann AG)	1.387,19 Tsd.€	962,40 Tsd.€	424,79 Tsd.€	44,14%
Arla Foods Deutschland GmbH	834,44 Tsd.€		834,44 Tsd.€	
Danone Group SA (WhiteWave Foods Company)	193,67 Tsd.€		193,67 Tsd.€	
Danone Group SA (Danone Group SA)	48,59 Tsd.€	536,42 Tsd.€	-487,83 Tsd.€	-90,94%
Royal FrieslandCampina N.V.   Koninklijke FrieslandCampina N.V. (FrieslandCampina Germany GmbH)	34,36 Tsd.€		34,36 Tsd.€	
Prolupin GmbH	13,35 Tsd.€		13,35 Tsd.€	
EDEKA Zentrale AG & Co. KG (EDEKA Zentrale AG & Co.KG)	12,25 Tsd.€		12,25 Tsd.€	
<b>Gesamt</b>	<b>2.523,84 Tsd.€</b>	<b>1.498,82 Tsd.€</b>	<b>1.025,02 Tsd.€</b>	<b>68,39%</b>



\*Nicht zugeordnet = OOH-Anbieter

● WA Brutto ● WA Brutto VJ

● WA Brutto ● WA Brutto VJ

Fachzeitschriften

**LUVE**  
AUS LAUFEN

**STARKER AUFTRITT**  
FÜR VIelfALT & WACHSTUM IM REGAL

RELAUNCH  
AB FEBRUAR  
2022

+ NEUE SORTEN!

VERBESSERTES REZEPTURUM  
• Fruchtstücken noch fruchtiger  
• 30% weniger Zucker

NEUE SORTEN:  
MANGO  
HIMBE  
STRAUCHWOLLE  
NATUR  
NATUR  
NATUR

MADE IN THE GYS. DE

Publikumszeitschriften

INTERVIEW ANZEIGE

### Für ein gutes Bauchgefühl

Ob wir gesund oder krank sind, kann mit unserer Darmflora zusammenhängen. Erfahren Sie, wie Sie **Ihren Bauch und seinen Bewohnern** nachhaltig etwas Gutes tun.

**G**esundheit und Wohlbefinden lassen sich zu einem großen Teil durch Nahrung positiv beeinflussen. Der Darm leistet dabei ganze Arbeit, denn er ist maßgeblich dafür verantwortlich, dass Verdauung und Immunsystem gut funktionieren. Ökotoxikologin Mira Koppert ist Expertin auf diesem Gebiet und weiß, wie man die eigene Darmgesundheit nachhaltig unterstützen kann.

Welchen Einfluss hat der Darm auf unsere Gesundheit? „Im Darm befindet sich ein Großteil unserer aktiven Immunzellen: 70 Prozent des Immunsystems werden von dort gesteuert. Das wichtigste Bindeglied dazu leisten die Darmbakterien.“

Wie kann man die Darmgesundheit positiv beeinflussen? „Ein gesunder Lebensstil mit regelmäßiger Bewegung, wenig Stress und vor allem einer gesunden Ernährung kann helfen, die Darmflora fit zu halten. Unsere Darmbewohner lieben sich besonders über Gemüse, Beeren, Nüsse und fermentierte Lebensmittel. Aber auch Vollkorngetreide und Hülsenfrüchte sind ideal, denn sie enthalten viele Ballaststoffe.“

Inswiefern können fermentierte Lebensmittel helfen? „Durch Fermentation oder Milchsäuregärung bildet sich eine Vielfalt aktiver Bakterien, wie zum Beispiel Laktobazillen und Bifidobakterien. Die Bifidobakterien spielen eine wichtige Rolle, da sie die Bakterien, die bereits im Darm vorhanden sind, ergänzen können. Im Alltag sind fermentierte Milchprodukte wie Joghurt ideal, um dem Bauch Gutes zu tun. Dabei ist es wichtig, dass man sie regelmäßig (am besten täglich)“

Warum sind Ballaststoffe so wichtig in der Ernährung? „Bestimmte Bakterien im Darm kann man mittels Ballaststoffen regelmäßig füttern und so aktiv die Darmflora mit bestärken. Sie können sich somit in vielerlei Hinsicht positiv auf die Gesundheit und das Wohlbefinden auswirken.“

Mehr Infos unter: [activa.de](https://www.activa.de)

ACTIVA Joghurt mit Carnation enthält einen Mix aus Bifidobakterien, Joghurtkulturen und 4 Milliarden Bifido Kulturen

MIRA KOPPERT  
Diplom-Ökotoxikologin und Leiterin für Ernährung und Wissenschaft bei Danone

TV

ACTIVA

MILLIARDEN BIFIDOBAKTERIEN

MILLIARDEN BIFIDOBAKTERIEN

LECKER

GESUNDHEIT

GESUNDE BAUCHGEFÜHL

OHNE ZUCKERZUSATZ

OHNE ZUCKERZUSATZ & OHNE SUBSTOFFE

ACTIVA

## Ausgewählte Kreationen

Seite 2 von 2

### Publikumszeitschriften



### TV



### Internet

