



## Presseinformation

### **Der größte Mineralwasser-Erlebnistest Deutschlands hat gezeigt: Mineralwasser-Trinken steigert das Wohlbefinden**

**3.000 Verbraucher haben bei der Gerolsteiner-Aktion „Monat mit Stern“ mitgemacht und freiwillig vier Wochen lang keine anderen Getränke als Mineralwasser getrunken. Bei einer Umfrage gaben 82 Prozent der Teilnehmer an, dass sich in dieser Zeit ihr allgemeines Wohlbefinden verbessert hat.**

*Gerolstein, 12. Oktober 2010* – 3.000 Menschen haben im Mai 2010 im Rahmen der Aktion „Monat mit Stern“ einen Monat lang keine anderen Getränke als Mineralwasser getrunken. Über 7.000 Interessierte hatten sich zuvor um die von Gerolsteiner ausgerufene Teilnahme beworben.

„Wir waren von der Resonanz überwältigt und freuen uns, dass so viele Menschen die Herausforderung annahmen. Ziel des Erlebnistests war es, den Körper von Stoffen wie Koffein und Zucker zu entwöhnen, ihn mit vielen wertvollen Mineralien und Spurenelementen zu versorgen und so gesund und fit in den Sommer zu starten. Zudem waren wir neugierig, ob und wie sich die veränderten Trinkgewohnheiten auf das Wohlbefinden der Teilnehmer auswirken.“, so Marcus Macioszek, Marketingleiter des Gerolsteiner Brunnens. Gerolsteiner stellte den Teilnehmern jeweils 54 Liter Mineralwasser – dies entspricht den von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung empfohlenen 1,5 - 2 Litern täglich – zur Verfügung. Eine Umfrage unter den Teilnehmern beweist, wie positiv die Einhaltung dieser Empfehlung für die Gesundheit und das Wohlbefinden sein kann.

In der Umfrage äußerten sich die Teilnehmer des „Monats mit Stern“ zu ihren Erlebnissen und Erfahrungen während des Mineralwasser-Monats\*. 70% der Befragten haben die Herausforderung, einen Monat nur Mineralwasser zu trinken tatsächlich gemeistert, ohne zu anderen Getränken zu greifen. Das markanteste Ergebnis der Umfrage: Mehr als vier von fünf Befragten gaben an, dass sich ihr allgemeines Wohlbefinden im „Monat mit Stern“ verbessert hat. Dabei ist eine Entwicklung zu beobachten: von Woche zu Woche fühlten sich die Teilnehmern besser.

Viele der Befragten berichteten von konkreten gesundheitlichen Verbesserungen: Jeder Sechste gab an, kein Sodbrennen mehr zu haben und gut zwei Drittel fühlten sich allgemein fitter. Nur 8% der

Teilnehmer berichteten von keinerlei gesundheitlicher Veränderung. Auch auf die Leistungsfähigkeit der Teilnehmer hatte das Mineralwasser-Trinken Einfluss. So konnte sich mehr als ein Drittel besser konzentrieren und drei Viertel spürten positive Auswirkungen beim Sport. Über den Blick auf die Waage freuten sich mehr als die Hälfte der Teilnehmer – sie haben abgenommen. Eine frischer aussehende Haut zu haben gaben 43% der Teilnehmer an. Wie nachhaltig die Aktion die Teilnehmer prägte, zeigen folgende Zahlen: Mehr als zwei Drittel der Teilnehmer gaben an, auch in Zukunft viel Mineralwasser trinken zu wollen und 93% würden auch ein weiteres Mal einen Mineralwasser-Monat machen.

„Während des Mineralwasser-Monats wurde der Körper nicht nur mit der notwendigen Menge an Mineralwasser, sondern auch mit vielen gesunden Mineralien und Spurenelementen wie Calcium, Magnesium und Hydrogencarbonat versorgt. Die positive Wirkung des Hydrogencarbonats auf den Säure-Basen-Haushalt des Körpers könnte beispielsweise mit daran beteiligt gewesen sein, dass einige Teilnehmer angaben, kein Sodbrennen mehr zu haben.“, so der Ernährungswissenschaftler Dr. Worm, Professor an der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement, der die Aktion begleitet hat.

Während des Aktionszeitraums haben die Teilnehmer viel Neues über Mineralwasser, dessen Entstehung und Eigenschaften erfahren und gelernt, wie förderlich eine hohe Mineralisierung für die Gesundheit sein kann. So verwundert es auch nicht, dass 84% der Teilnehmer auch in Zukunft Gerolsteiner trinken werden. Denn dieses hat auf Grund seines Ursprungs in der Vulkaneifel eine besonders ausgewogene Mineralisierung: Es enthält viel wichtiges Calcium, Magnesium und Hydrogencarbonat bei vergleichsweise wenig Natrium, Chlorid und Sulfat. Dieser Mineralisierung verdankt es auch seinen erfrischend natürlichen Geschmack.

\* Teilnehmerquote: 70% der 3.000 Teilnehmer. Die Aktion „Monat mit Stern“ und die Umfrage wurden gemeinsam mit trnd, der größten europäischen Community für Mitmach-Marketing, durchgeführt. Die Teilnehmer kamen aus ganz Deutschland. 68% der Teilnehmer waren Frauen, 32% Männer. Ihr Durchschnittsalter betrug 34 Jahre.

**Für weitere Informationen zum Monat mit Stern wenden Sie sich bitte an:**

Gerolsteiner Medienbüro c/o Schröder+Schömb's PR,

Michael Hetzinger, E-Mail: [michael@s-plus-s.com](mailto:michael@s-plus-s.com)

Tel.: 030 349 964-43

Über Gerolsteiner Mineralwasser: Gerolsteiner zeichnet sich durch seine außergewöhnlich hohe, ausgewogene Mineralisierung und einen sehr guten, weichen Geschmack aus. Es entstammt der Vulkaneifel, die eine weltweit einmalige Bodenbeschaffenheit bietet: Gemeinsam sorgen Kohlensäure aus vulkanischem Ursprung und das besonders mineralstoffreiche Dolomitengestein dieser Region für ein einzigartig ausgewogenes Wasser.