

Dicke testen Deutschland: dickgetestet.de

25.10.2010, 08:41 | Mode, Trends, Lifestyle

Pressemitteilung von: *portalias UG*



Im Blog finden sich Informationen, Berichte und Ideen rund um das Leben mit Übergewicht

21.10.2010. Auf dem Blog dickgetestet.de schreiben vier dicke Frauen über Ihr Leben – über das Leben mit dem Übergewicht, Freud und Leid mit verschiedenen Diäten, Diskriminierung im Alltag, aber auch über lustige Begegnungen.

Die Autorinnen, die zwischen 25 und 30 Jahre alt sind, verbinden in den Beiträgen persönliche Erfahrungen mit fundiertem Fachwissen. Dabei gelingt es ihnen, auch schwierige Themen wie eventuelle Minderwertigkeitsgefühle von dicken Frauen im richtigen Ton anzugehen. Ihre Artikel vermitteln Freude am übergewichtigen Leben und machen Lust auf mehr! Sie gehen intensiv auf verschiedene Diäten und deren Vor- und Nachteile ein, denn mit verschiedenen Ernährungskonzepten haben die Bloggerinnen jahrelange Erfahrung. Sie schaffen es, Dicksein und Abnehmen, die zwei Seiten des Lebens mit Übergewicht, im Gleichgewicht zu sehen und bieten für beides Ideen und Informationen.

So schreibt Emma beispielsweise darüber, wie Sie ihr Selbstbewusstsein nach mehreren gescheiterten Diäten wieder aufbaut. Was ihr nicht hilft? „Morgens aufstehen und wiegen! (Tödlich)“ – stattdessen empfiehlt sie: „...neue, leckere Rezepte ausprobieren – mit viel Gemüse, wenig Fett und am Besten ohne Fleisch. Denn der Verzicht auf Fleisch und Fisch schont die Umwelt und ist somit nicht nur für mich sondern auch für den Rest der Welt gesund.“

Damit wird Emma bei Kathrin nur wenig Glück haben. Diese ernährt sich seit einigen Monaten nach dem Konzept Metabolic Balance und beschreibt Ihre Erfahrungen mit dieser Diät. Eine wahre Freude sind tatsächlich die Rezepte, die von der leidenschaftlichen Köchin in den Blog gestellt werden – mit Fotos, Rezepten und Kommentaren und informativen Hintergrundinformationen. Bei Metabolic Balance wird auf Kohlehydrate weitgehend verzichtet (low carb), die Lebensmittel, die auf dem Speiseplan bestehen vor allem aus Gemüse, Obst, Käse, Milch, Fleisch und Fisch.

Ob Butter auf der Liste der „erlaubten“ Lebensmittel steht, das sollten wir Nele fragen – oder besser ihre angeheiratete Cousine, die am Frühstücksbuffet auf Omas 85.ten Geburtstag mit wissendem, halb abschätzigem Blick fragt: „Du

wartest sicher auch auf die Halbfettmargarine, oder?“. Aber wofür auf Butter verzichten, wo der vollfette französische Camembert erst in Kombination mit ihr seinen vorzüglichen Geschmack entfalten kann...?

Auch bei Fernflügen gibt es Butter, meist in Kombination mit eingeschweißten Brötchen oder Croissants. Aber was in Flugzeugen oft fehlt, ist die ausreichende Bein- und Bauchfreiheit für Menschen mit starkem Übergewicht. Nele hat damit Erfahrungen gemacht und suchte nach Fluggesellschaften, die sich nicht auf den XL-Seats für große Menschen ausruhen, sondern XL-Sitze für dicke Menschen anbieten. Oder zumindest gemeinsam mit den ansonsten zur Flugunfähigkeit verdamnten Stark-Übergewichtigen nach Lösungen suchen. Ihre Artikel sind eine große Hilfe für Menschen, die sich nicht damit zufrieden geben wollen, zu dick zu sein – sondern die andere Wege gehen und notfalls Beschwerde einlegen, wo sie aufgrund ihres Gewichts diskriminiert werden.

So finden sich auch Testberichte über Fahrräder, Hotels oder Warenhäuser und Modeketten. Checklisten helfen dabei, sich z.B. beim Fahrradkauf mit Übergewicht zurechtzufinden und eine gute Entscheidung zu treffen. Zukünftig werden die Autorinnen nach eigener Auskunft weitere Dinge „dicktesten“, vom Auto bis zum Wanderschuh – und Usern sauber recherchierte Artikel vom Anwalt in Diskriminierungsfragen bis zur Verbeamtung mit Übergewicht bieten.

Durch diesen nichtkommerziellen Blog gelingt es den Autorinnen, das Bedürfnis von dicken Frauen nach selbstbestimmtem Leben und Essen zu treffen. Da Nele, Kathrin, Emma und Sophie selbst Teil der Zielgruppe sind, wirken sie niemals überheblich oder oberflächlich. Das ist auch ihr Vorteil gegenüber anderen, oft am Gewinn orientierten und unpersönlichen Ernährungsblogs oder Internetseiten. Denn hier stecken Frauen dahinter, die mitten im Leben stehen und mitten aus ihrer Betroffenheit und ihrer Erfahrung heraus schreiben um andere zu informieren, ihnen Mut zu machen und sie zum Schmunzeln zu bringen.

Fazit: Da in den Medien das Thema Übergewicht äußerst plakativ und abschätzig behandelt wird, ist es höchste Zeit für www.dickgetestet.de. Denn www.dickgetestet.de spricht zwar auch über das Übergewicht, Diäten, Operationen und ein besonderes Lebensgefühl, aber persönlich, nichtkommerziell und garantiert ohne Vorurteile.

Der Blog ist selbstverständlich kostenlos und kann über facebook & Co mit Freunden geteilt werden. Betrieben wird er von der portalias UG, einer IT-Development-Firma, die seit 2008 IT-Serviceleistungen im deutschsprachigen Raum anbietet. Nähere Infos finden Sie auf www.portalias.de oder Sie können diese bei info@portalias.de anfordern.

Portrait

Die portalias UG ist eine 2008 gegründete IT-Development-Firma mit Sitz in Langenzenn, Mittelfranken. Die Inhaberin, Susanne Salampasidis, bietet ihre IT-Serviceleistungen im deutschsprachigen Raum an. Nähere Infos finden Sie auf www.portalias.de oder Sie können diese bei info@portalias.de anfordern.