



Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und
Verbraucherschutz Baden-Württemberg

📅 05.03.2021

ERNÄHRUNG

24. Tag der Gesundheit am 7. März



📷 Elke Lehnert

Staatssekretärin Friedlinde Gurr-Hirsch MdL: „Eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung ist ein wichtiger Faktor für einen gesunderhaltenden Lebensstil“. Der 24. Tag der Gesundheit ist am 7. März.

„Unser Arbeitsalltag macht es vielen Menschen schwer, sich ausgewogen zu ernähren. Oft werden aus Zeitgründen meist hochkalorische Fertigprodukte bevorzugt. Kommt auch noch wenig Bewegung hinzu, können sich schnell Übergewicht und damit verbunden Folgekrankheiten, wie zum Beispiel Diabetes, entwickeln. Mit unseren Ernährungsbildungsmaßnahmen und unserem Engagement für eine nachhaltige und ausgewogene Gemeinschaftsverpflegung vermitteln wir baden-württembergischen Verbraucherinnen und Verbrauchern, dass es auch anders geht“, sagte die Staatssekretärin im Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz. Friedlinde Gurr-Hirsch MdL, am Freitag (5.

Bei allen Ernährungsbildungsangeboten der Landratsämter werde neben dem Genuss auch der gesundheitsfördernde Aspekt einer nachhaltigen, saisonalen, regionalen und ausgewogenen Ernährung für den Menschen, aber auch für die Umwelt betont, so die Staatssekretärin.

„Wir haben außerdem die Gemeinschaftsverpflegung in den Fokus genommen, da immer mehr Menschen – Kinder wie Erwachsene – immer öfter außer Haus essen. Auch nach der überwundenen Corona-Pandemie wird sich dieser Trend sicher weiter fortsetzen. Bereits seit 2018 führen wir in Baden-Württemberg mit Erfolg Modellprojekte zur Verbesserung der Gemeinschaftsverpflegung in allen Lebenswelten durch. Hier zeigt sich, dass es mit wenig Aufwand möglich ist, den Gästen bedarfsgerechte, nach den Qualitätskriterien der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) sowie bio-zertifizierte und gleichzeitig regionale und saisonale Gerichte anzubieten. So können wir den Menschen ermöglichen, die einfachere Wahl zur besseren Wahl zu machen“, erklärte die Staatssekretärin.

Auch wenn durch die Corona-Pandemie das Kochen zu Hause eine Aufwertung erfahren habe, fordere es doch viele Familien heraus. Und auch zu Hause könne sich Übergewicht durch die ständige Verfügbarkeit von Essen und Snacks einstellen. „In unseren Bildungsangeboten sind der Genussaspekt und die Freude beim Essen und Trinken ganz wesentlich. Wichtig ist jedoch auch, zu vermitteln, dass ich direkt etwas für meine Gesundheit tun kann, wenn ich mich nachhaltig, ausgewogen und abwechslungsreich ernähre“, sagte die Staatssekretärin.

Laut Deutscher Diabetes Gesellschaft (DDG) sind ca. acht Millionen Menschen in Deutschland an Diabetes erkrankt und die Tendenz ist steigend. 95 Prozent leiden am Typ-2-Diabetes. Begünstigt wird dieser Diabetestyp unter anderem durch Übergewicht bzw. Adipositas. Die Behandlung von Adipositas und Diabetes ist aufwändig und teuer. Der Vorbeugung dieser Erkrankungen sollte in der Zukunft deshalb noch mehr Gewicht beigemessen werden. Mit seinem Engagement in den Bereichen Ernährungsinformation und -bildung leistet das Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz dazu einen wichtigen Beitrag.

Hintergrundinformationen:

Bereits zum 24. Mal veranstaltet der Verband für Ernährung und Diätetik e. V. (VFED) am 7. März 2021 den „Tag der gesunden Ernährung“. Mit diesem Aktionstag soll die Bevölkerung in Deutschland auf die Bedeutung einer gesunden Ernährung aufmerksam gemacht werden. Der diesjährige Themenschwerpunkt beschäftigt sich mit der Stoffwechselerkrankung Diabetes mellitus.

[Weitere Informationen zum Thema Ernährung](#)

www.landeszentrum-bw.de.