



**PRESSEMITTEILUNG**

Nr.96/GP

06.04.2015

**Huml wirbt für Überprüfung der Essgewohnheiten - Bayerns  
Gesundheitsministerin zum Weltgesundheitstag: Auf ausgewogene  
Ernährung und Bewegung achten**

**Bayerns Gesundheitsministerin Melanie Huml** rät anlässlich des Weltgesundheitstages am 7. April zu einer Überprüfung der Essgewohnheiten. Huml betonte am Montag: "Eine ausgewogene Ernährung ist sehr wichtig für das Wohlbefinden und die Gesundheit. Denn Übergewicht ist nicht nur lästig, sondern kann auch Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes mellitus begünstigen."

Die Ministerin ermunterte die Bürgerinnen und Bürger zugleich, die wärmeren Temperaturen im Frühling möglichst für Sport und Bewegung zu nutzen. Huml unterstrich: "Nach einer Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation sollten Erwachsene mindestens zweieinhalb Stunden pro Woche körperlich aktiv sein. Denn ständiger Mangel an Bewegung kann gravierende gesundheitliche Folgen haben."

Das Bayerische Gesundheitsministerium fördert Modellprojekte, die Menschen in Bayern in ihrer Entscheidung für eine gesundheitsförderliche Lebensweise unterstützen, jährlich mit mehr als drei Millionen Euro. In diesem Jahr gibt es zudem eine Schwerpunktkampagne zur Kindergesundheit. Im Vordergrund stehen auch hier die Themen gesunde Ernährung und Bewegung. Huml erläuterte: "Schon von klein auf sollen Kinder einen gesunden Lebensstil erlernen."

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter:

[https://www.stmgp.bayern.de/aufklaerung\\_vorbeugung/index.htm](https://www.stmgp.bayern.de/aufklaerung_vorbeugung/index.htm)