

Presseinfo:

## **Gemeinsam g'sund genießen Die Steiermark im Gleich-Gewicht**

*Der Gesundheitsfonds Steiermark und die Steiermärkische Gebietskrankenkasse bündeln ihre Kräfte für ein gemeinsames Projekt zur gesunden Ernährung in der Steiermark. Motto der bis Ende 2013 dauernden Initiative: „Gemeinsam g'sund genießen – die Steiermark im Gleich-Gewicht“.*

„GESUND ESSEN – GESUND LEBEN“ – die 6. Steirische Gesundheitskonferenz steht heuer ganz im Zeichen der gesunden Ernährung. In hochkarätigen Workshops beschäftigen sich die TeilnehmerInnen und ReferentInnen mit verschiedensten Aspekten zu diesem Thema. Es ist daher kein Zufall, dass Gesundheitslandesrätin **Kristina Edlinger-Ploder**, Vorsitzende des Gesundheitsfonds Steiermark, und STGKK-Obmann **Josef Pessler**, stellvertretender Vorsitzender des Gesundheitsfonds, dieses auf zweieinhalb Jahre angelegte Projekt heute erstmals der Öffentlichkeit präsentieren.

### **Das Ernährungsprojekt „GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN“**

Der Gesundheitsfonds und die Steiermärkische Gebietskrankenkasse konzentrieren ihre Aktivitäten auf dem Gebiet der Ernährung zum Projekt „Gemeinsam g'sund genießen – die Steiermark im Gleich-Gewicht“, um vorhandene Synergien bestmöglich zu nützen. Das gemeinsame Projekt richtet sich an alle Steirerinnen und Steirer und informiert sie über die richtige Ernährung in allen Lebenslagen und für alle Lebensphasen. Darüber hinaus sollen gesundheitsförderliche Rahmenbedingungen geschaffen werden. Personen, die auf Grund ihres Alters, ihrer Bildung oder ihres Einkommens schwerer einen Zugang zu gesunder Ernährung finden, werden dabei besonders berücksichtigt. „Gemeinsam g'sund genießen“ wird vor allem zwei Zielgruppen ansprechen:

- ◆ **„Gemeinsam Essen“:** Das Teilprojekt des Gesundheitsfonds Steiermark legt den Fokus auf die Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung. Für Gesundheitslandesrätin Edlinger-Ploder ist die Umsetzung der steirischen Gesundheitsziele ein wesentliches Anliegen, „denn gerade in der Schule, im Berufsalltag oder im Alter ist es wichtig, dass die Steirerinnen und Steirer ausgewogen essen können. Mit dem Projekt ‚Gemeinsam Essen‘, das bereits seit 2009 umgesetzt wird, können Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung gemeinsam mit Ernährungsberaterinnen ihre Speisepläne und Arbeitsabläufe in der Küche optimieren. Dabei geht es auch um die Herkunft der Lebensmittel und um die Verwendung von saisonalen und biologischen Produkten. Zusätzlich wird im Projekt auf den sozialen Aspekt geachtet, wie beispielsweise die Gestaltung des Speisesaales“.

- ♦ **„Richtig essen von Anfang an!“:** Das Teilprojekt der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse richtet sich an Schwangere und Familien mit Kleinkindern. In steiermarkweit angebotenen Workshops erfahren werdende Mütter und junge Eltern alles über die richtige Ernährung für einen gesunden Start ins Leben. STGKK-Obmann Josef Pessler: „Man weiß, dass der Grundstein für ein gesundes Leben bereits durch die gesunde Ernährung in der Schwangerschaft gelegt wird. Bereits seit 2009 engagiert sich die STGKK deshalb in den Ernährungsworkshops für Schwangere für die Vermittlung von qualitätsgesicherten Informationen, um werdende Eltern bestmöglich zu unterstützen. Denn ein guter Start ins Leben liefert die optimalen Voraussetzungen dafür, bis ins hohe Alter vital und gesund zu bleiben.“

Das Bundesministerium für Gesundheit setzt den Vorsorgeswerpunkt für die Jahre 2011 bis 2013 auf das Thema Ernährung. Das Projekt „Gemeinsam Essen“ des Gesundheitsfonds Steiermark und die STGKK-Ernährungsworkshops für Schwangere wurden dabei als zwei von insgesamt nur drei besonders geeigneten Vorsorgeprogrammen zur Förderung mit Bundesmitteln empfohlen. Die Bundesgesundheitskommission hat für die Umsetzung des steirischen Projekts rund eine Million Euro freigegeben.

### **Der aktuelle Gesundheitsbefund der SteirerInnen**

Wie notwendig Vorsorgeprogramme zum Thema gesunde Ernährung sind, zeigt der aktuelle steirische Gesundheitsbericht deutlich. Nur etwa 50 Prozent der SteirerInnen sind normalgewichtig, rund 40 Prozent hingegen übergewichtig. An die zehn Prozent leiden sogar an Adipositas, also krankhaftem Übergewicht. Interessant auch der Geschlechtervergleich: Der Anteil der adipösen Personen ist mit elf Prozent bei Frauen und Männern gleich hoch. Beim Übergewicht liegen jedoch die Männer eindeutig vorne. Jeder zweite Steirer (49,4 Prozent) ist übergewichtig, aber nur jede dritte Steirerin (34,4 Prozent).

Mit steigendem Alter nimmt auch der Anteil der Personen mit Übergewicht und Adipositas zu. Während nur 27 Prozent der SteirerInnen zwischen 20 und 25 Jahren einen Body-Mass-Index (BMI) von 25 und mehr aufweisen, sind es bei Personen zwischen 65 und 75 Jahren sage und schreibe 71 Prozent. Diese erschreckenden Daten sind klar auf die veränderten Lebens- und Ernährungsgewohnheiten zurückzuführen: Während sich die SteirerInnen immer weniger bewegen, ernähren sie sich gleichzeitig auch immer öfter falsch. Mit dieser „Übergewichtsepidemie“ entstehen massive gesundheitliche Probleme.

Landesrätin Kristina Edlinger-Ploder und STGKK-Obmann Josef Pessler abschließend: „Diese alarmierenden Zahlen machen deutlich, dass gerade auf dem Gebiet der Ernährung akuter Handlungsbedarf gegeben ist. Das Projekt „Gemeinsam g’sund genießen“ stellt einen wichtigen Beitrag dar, möglichst viele Steirerinnen und Steirer mit diesem Thema zu konfrontieren.“

### **Rückfragehinweis:**

GESUNDHEITSFONDS Steiermark, Bernadette Matiz-Schunko, MAS  
Tel. +43 (0) 316 877-4963 oder E-Mail: [bernadette.matiz-schunko@stmk.gv.at](mailto:bernadette.matiz-schunko@stmk.gv.at)