Presseinformation

6. April 2007

„Ohne Stress zum Wohlfühlgewicht“

Kampagne gegen Magersucht und Schönheitswahn

Für Jugendliche und Erwachsene hat die Initiative „Gesünder leben in Niederösterreich – tut gut“ die Broschüre „Mit besser essen zum Wohlfühlgewicht“ überarbeitet und neu aufgelegt. Die Publikation liefert Tipps zur gesunden Ernährung, zu Bewegung und Entspannung und hilft, in kleinen Schritten alte Gewohnheiten abzulegen und auf gesunde Weise das Wohlfühlgewicht zu erreichen. Die zahlreich angebotenen Rezeptideen aus regionalen, saisonalen und biologischen Lebensmitteln zeigen auf, dass es ganz einfach sein kann, sich auch in Alltag und Beruf ausgewogen zu ernähren. Die Tipps reichen von der schmackhaften Gemüsecremesuppe bis zu gesunden Jausenbroten und saisonalem Obst für zwischendurch. Die Broschüre steht unter www.umweltberatung.at und www.besser-essen.at zum kostenlosen Downloaden bereit oder kann auch unter der Hotline 02742/226 55 bestellt werden.

In diesem Zusammenhang hat das Land Niederösterreich auch eine Kampagne gegen Magersucht und Schönheitswahn gestartet. So sieht eine aktuelle Studie der bekannten Psychotherapeutin Prof. Dr. Rotraud Perner die Ursachen für Bulimie, aber auch für Übergewicht und Fresssucht in übermäßigem Leistungsdruck, falschen Wertvorstellungen und der Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper. Viele Menschen fühlen sich mittlerweile von den aktuellen Schlankheitsidealen und den dazu angebotenen Diäten überfordert. Einseitige Diätprogramme schädigen sogar die Gesundheit und führen zu einem gestörten Essverhalten. Um dieses Thema medientauglich und jugendgerecht transportieren zu können, hat die Künstlerin Mimi Wunderer das Musical „Models-Muskeln-Millionäre“ inszeniert, das diesen Sommer erstmals in der Bühne am Hof in St. Pölten zu sehen sein wird. Zusätzlich bietet das Land mit der NÖ Elternschule umfassende Beratung und Betreuung für Jugendliche und Eltern zu diesem Thema an, um präventiv zu helfen. Dabei sollen die Betroffenen zu einem gesunden Körperbewusstsein zurückgeführt werden.

Nähere Informationen: www.perner.info.

Amt der Niederösterreichischen Landesregierung
Landesamtsdirektion/Öffentlichkeitsarbeit
www.noe.gv.at/presse
E-Mail: presse@noel.gv.at
E-Mail: presse@noel.gv.at