



## Mit der richtigen Pause 'Fit in den Urlaub'

Mit der richtigen Pause "Fit in den Urlaub" Bundesministerin Aigner wirbt für gesunden Start in die Ferienzeit: "Leichtes Essen und Bewegung sorgen für eine entspannte Reise". Sommerzeit - Stauzeit: Bei teilweise großer Hitze und kilometerlangen Staus sind Geduld und Kondition gefragt. Damit Autofahrer auch in der Urlaubszeit gesund ans Ziel kommen, haben das Bundesverbraucherministerium, der ADAC, der Deutsche Olympische Sportbund und Tank&Rast die deutschlandweite Kampagne "Fit in den Urlaub" ins Leben gerufen. Bundesverbraucherministerin Ilse Aigner appelliert an alle Urlauber, die in diesen Tagen mit dem Auto verreisen, sich bewusst zu ernähren und auf ausreichende Bewegung zu achten: "Gerade wer bei hohen Temperaturen über viele Stunden mit dem Auto unterwegs ist, sollte sich ausgewogen ernähren, zwischendurch immer wieder mal bewegen und ausreichend Wasser, Schorle oder Tee trinken. Das sorgt für ein entspannteres Reisen und trägt dazu bei, sicher ans Ziel zu kommen", sagte Aigner bei einem Besuch der Raststätte Vaterstetten bei München. "Fit in den Urlaub" verfolgt das Ziel, mit einem kompakten Fitnessprogramm, ausgewogenen Ernährungsangeboten und umfassenden Informationen zu mehr Sicherheit im Straßenverkehr beizutragen. "Die Initiative soll dazu beitragen, dass die rund 18 Millionen Urlauber sicher, gesund und entspannt ans Ziel kommen. Schließlich ist die Reise schon Teil der Ferien und sollte nicht nur dazu dienen, möglichst schnell an den Urlaubsort zu gelangen", sagte Aigner. Die bundesweite Aktion läuft noch bis zum 21. September 2013. In den rund 390 Raststätten von Tank & Rast werden frische und leichte Verpflegungsangebote für Urlauber angeboten. Bei den teilnehmenden Raststätten ist auch die handliche Broschüre "Fit in den Urlaub" erhältlich mit konkreten praktischen Tipps für unterwegs. Der Flyer enthält von Sport- und Ernährungswissenschaftlern empfohlene Fitnessübungen und Ernährungsvorschläge. Und zu gewinnen gibt es auch etwas: Teilnehmer der Aktion "Fit in den Urlaub" können eine Gewinnspielkarte ausfüllen und abstempeln und nehmen so an einem großen Gewinnspiel teil, das in der November-Ausgabe der ADAC-Motorwelt (erscheint Ende Oktober 2013) aufgelöst wird. Brot und Brötchen beliebteste Reiseverpflegung Wie eine aktuelle von Tank&Rast veröffentlichte repräsentative Forsa-Umfrage belegt, ist es um das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Urlauber in Deutschland gar nicht so schlecht bestellt, wie oftmals angenommen wird (Forsa-Umfrage, 1.000 Personen, Befragungszeitraum: Juni 2013). Demnach nutzen mehr als zwei Drittel der Autofahrer und Beifahrer (71 Prozent) bereits heute Reiseunterbrechungen für Dehn- und Streckübungen oder kurze Spaziergänge. Die beliebteste Verpflegung für unterwegs sind für 70 Prozent der Befragten belegte Brote, Brötchen und Backwaren. Positiv hervorzuheben: Direkt darauf folgt Obst als zweitbeliebtester Reisesnack. Allerdings gaben nur 25 Prozent der Befragten an, während der Pause frisch zubereitete und vollständige Mahlzeiten oder Salate zu sich zu nehmen. Gummibärchen oder Schokolade gehören für 30 Prozent der Gesamtbefragten zur Reiseverpflegung. Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) Wilhelmstraße 54 10117 Berlin  
Telefon: 0 30 / 1 85 29 - 31 74 / - 32 08  
Telefax: 0 30 / 1 85 29 - 31 79  
Mail: pressestelle@bmelv.bund.de  
URL: <http://www.bml.de>  


## Pressekontakt

Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV)

10117 Berlin

bml.de  
pressestelle@bmelv.bund.de

## Firmenkontakt

Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV)

10117 Berlin

bml.de  
pressestelle@bmelv.bund.de

Mit Organisationserlass des Bundeskanzlers vom 22. Januar 2001 wurde das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (BML) zu einem Bundesministerium für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft (BMVEL) umgebildet. Dem neuen Ministerium wurden aus dem Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit die Zuständigkeiten für den Verbraucherschutz sowie aus dem Bundesministerium für Wirtschaft und Technologie die Zuständigkeit für die Verbraucherpolitik übertragen. Darüber hinaus erfolgte die Verlagerung des Bundesinstituts für gesundheitlichen Verbraucherschutz und Veterinärwesen (BgVV) in den Geschäftsbereich des BMVEL. Mit der Umorganisation erhält der vorsorgende Verbraucherschutz in Deutschland einen neuen Stellenwert. Dies soll unter anderem auch durch eine neue Landwirtschaftspolitik zum Ausdruck kommen, die den Erwartungen und Bedürfnissen der Verbraucher Rechnung trägt, ein partnerschaftliches Verhältnis zwischen Landwirtschaft und Verbrauchern fördert, den Tierschutz weiterentwickelt und den Grundsatz der Nachhaltigkeit in der Landwirtschaft verankert. Da ein großer Teil der Politikbereiche des Ministeriums gemeinschaftsrechtlichen Regelungen unterliegt, besteht die wichtigste Aufgabe des Ministeriums darin, die vielschichtigen Interessen innerhalb Deutschlands zu kanalisieren und als deutsche Interessenlage in den Meinungsbildungs- und Rechtssetzungsprozess der Europäischen Union einzubringen. Darüber hinaus trägt das Ministerium dafür Sorge, dass Gemeinschaftsrecht in Deutschland ordnungsgemäß angewandt werden kann. Zum Geschäftsbereich des Ministeriums zählen - neben dem neu hinzugekommenen BgVV - unter anderem das Bundessortenamt, zehn Bundesforschungsanstalten sowie die Zentralstelle für Agrardokumentation und -information. Darüber hinaus hat das Ministerium die Aufsicht über vier Anstalten des öffentlichen Rechts, darunter die Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung.