

Rue de la Dent-Blanche 20
1950 Sitten
Tel. : 027 / 603 67 00
Fax : 027 / 603 67 24
E-mail : nicole.bayard@rsv-gnw.ch
www.rsv-gnw.ch

Medienmitteilung

« 5 am Tag »

Aktionstage Ernährung am Spitalzentrum Oberwallis

Brig/Visp, 6. November 2006 – Fünf Portionen Obst und Gemüse am Tag enthalten die notwendigen Tagesrationen an Vitaminen, Mineralstoffen und Nahrungsfasern, um den Körper in Schwung zu halten. Das Spitalzentrum Oberwallis führt vom 6. – 8. November die Aktionstage „5 am Tag“ durch, um auf die Rolle der Ernährung bei der Vorbeugung und der Heilung von Krankheiten hinzuweisen.

Die Aktionstage „5 am Tag“ am Spitalzentrum Oberwallis werden im Rahmen der nationalen Initiative der „Gesundheitsfördernden Spitäler“ durchgeführt. Vom 6. – 8. November 2006 weisen Stände in den Eingangshallen der Spitäler von Brig und Visp darauf hin, dass eine gesunde Ernährung sowohl für die Prävention von Krankheiten als auch für deren Heilung wichtig ist. Obstkörbe laden dazu ein, sich zu bedienen.

Eine fruchte- und gemüsereiche Ernährung ist wichtig für unsere Gesundheit: Früchte und Gemüse – möglichst 5x am Tag - enthalten viele Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente und Nahrungsfasern und halten so den Körper in Schwung. Eine unvorteilhafte Ernährung kann zu Übergewicht und damit zu Diabetes, Herzerkrankungen, Bluthochdruck und Depressionen führen.

Die Spitäler im Wallis engagieren sich im Rahmen des Labels „Gesundheitsfördernde Spitäler“. Das bedeutet, dass sie Gesundheit fördernde Projekte sowohl für die Patientinnen und Patienten als auch für die Mitarbeitenden unterstützen. Das Gesundheitsnetz Wallis hat zur Zeit den Schwerpunkt auf die Bereiche Bewegung, Ernährung und Nichtrauchen gelegt.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Dr. Nicole Bayard, Kommunikationsverantwortliche, 027 / 603 67 00

Das Gesundheitsnetz Wallis (GNW) – das Spital Wallis – besteht aus den Institutionen Spital Brig, Spital Visp, Hôpital de Sierre, Clinique Ste-Claire (Siders), Walliser Zentrum für Pneumologie (CVP, Montana), Hôpital de Sion, Hôpital de Martigny, Clinique St. Amé (St-Maurice) und Institut Psychiatrique du Valais Romand (IPVR). Das Ergebnis des Walliser Teils des Hôpital du Chablais (Aigle, Monthey) fliesst in die Rechnung des GNW ein. Seit dem 1. Januar 2004 ist das GNW für den Vollzug der kantonalen Spitalplanung verantwortlich und leitet die öffentlichen und als gemeinnützig anerkannten Spitäler und medizinisch-technischen Institute des Kantons Wallis (ICHV, Consilia AG). In den drei Spitalzentren Oberwallis, Mittelwallis und Chablais arbeiten rund 4'000 Personen.