



O-Ton*

**Journalistenworkshop des Netzwerks Gesund ins Leben
(26.09.2018, Bonn) zur Vorstellung der neuen nationalen
Empfehlungen zu Ernährung und Lebensstil vor und in der Schwangerschaft**

Prof. Dr. Dr. Berthold Koletzko

Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e.V.; Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU), Dr. von Haunersches Kinderspital

Viele denken, man muss für zwei essen. Das ist falsch. Der Energiebedarf steigt am Ende der Schwangerschaft nur um maximal etwa 10 Prozent an, im Vergleich zu Frauen, die nicht schwanger sind. Also: Nicht für zwei essen, sondern für zwei denken!

**Aus Gründen der Lesbarkeit ist die Transkription des gesprochenen Wortes in Teilen geringfügig umformuliert.*

Weitere Informationen

Empfehlungen zu Ernährung und Lebensstil vor und in der Schwangerschaft
www.gesund-ins-leben.de/inhalt/handlungsempfehlungen-29378.html

Komplette Dokumentation des Journalistenworkshops mit Vorträgen, Bildern, O-Tönen
www.gesund-ins-leben.de/inhalt/journalistenworkshop-31116.html

Eine Einrichtung im Geschäftsbereich des



Das Netzwerk Gesund ins Leben ist Teil der Initiative IN FORM und angesiedelt im Bundeszentrum für Ernährung (BZfE).