Presseinformation

29. Mai 2009

Projekt „Vorsorge aktiv" startet landesweit

Sobotka: Ein Programm für nachhaltige Lebensstiländerung

„Die Gesundheitserwartung soll sich der gestiegenen Lebenserwartung annähern. Die Menschen können bis ins hohe Alter ihre Lebensqualität und Lebensfreude erhalten", betonte Landeshauptmannstellvertreter Mag. Wolfgang Sobotka heute, 29. Mai, bei der Präsentation der Projekts „Vorsorge aktiv", das nach einer Pilotphase nun landesweit in ganz Niederösterreich angeboten wird. „Vorsorge aktiv" sei als Pilotprojekt bereits im Jahr 2008 mit dem Ziel gestartet worden, eine nachhaltige Lebensstiländerung bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern zu erreichen. Die Evaluierung zeige bereits nach sechs Monaten überraschend signifikante Verbesserungen im Gesundheitszustand, so Sobotka.

„Auch wenn ein Teil unserer Gesundheit von der genetischen Veranlagung oder den Lebensumständen abhängt, die wir nicht beeinflussen können, so ist es trotzdem wichtig, den eigenen Lebensstil dahingehend zu ändern, um möglichst lange gesund zu bleiben", sagte Sobotka. Niederösterreich verfolge mit „Vorsorge aktiv" das Ziel, an die Eigenverantwortung der Landesleute zu appellieren und das Bewusstsein für die Eigenvorsorge zu stärken. „So wurden bisher in Niederösterreich 120.000 kostenlose ‚Vorsorgepakete\' mit Schrittzählern bzw. Eigentests u. a. für Blutzucker und UV-Belastung verteilt. Als Anreiz, die Prophylaxe regelmäßig durchzuführen, wurde eigens ein Vorsorgepass des Landes geschaffen, wo es nach der vierten Untersuchung eine Bonuszahlung von 100 Euro gibt", sagte Sobotka.

„Vorsorge aktiv" ist ein Angebot der Initiative „Gesundes Niederösterreich". Voraussetzung für eine Aufnahme in das Programm ist eine absolvierte Vorsorgeuntersuchung beim Arzt, der auf Grund eines erhöhten Herz-Kreislaufrisikos den Patienten auf das Programm „Vorsorge aktiv" zur nachhaltigen Lebensstiländerung aufmerksam macht und dazu motiviert, daran teilzunehmen. Es folgt eine Betreuung durch Sport- und Ernährungswissenschaftler, die mindestens sechs Monate dauert. Die Teilnehmer treffen sich wöchentlich mit ihren Trainern zum gemeinsamen Bewegungs- und Ernährungsprogramm und erhalten Trainingspläne, Rezepte und Tipps für den Alltag.

Das Angebot reiche von Nordic Walking über leichtes Krafttraining sowie einer Ernährungsberatung mit praktischen Kochkursen zum Erlernen eines gesunden Essverhaltens, berichtete Sobotka. Spaß an der Bewegung und Training in der Gruppe würden dabei im Vordergrund stehen. Jeder Teilnehmer müsse eine Zahlung von 180 Euro leisten, wobei 100 Euro Kaution nach 60 Prozent absolvierter Einheiten zurückerstattet werden.

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

Presseinformation

Nähere Informationen: Büro LR Sobotka, Hermann Muhr, Telefon 02742/9005-12221, e-mail hermann.muhr@noel.gv.at, http://www.gesundesnoe.at/.

E-Mail: presse@noel.gv.at