

21. November 2000

### **10 Schritte zur psychischen Gesundheit**

#### **Neue Kampagne soll aufklären**

„10 Schritte zur mentalen Gesundheit“ nennt sich eine neue Kampagne, die demnächst von Landesrätin Christa Kranzl vorgestellt wird. Die Initiative zielt darauf ab, der psychischen Gesundheitsvorsorge mehr Stellenwert beizumessen. „Körper, Geist und Seele sind eine Einheit. Indem man aktiv bleibt, sich selbst annimmt, Kontakt zu Freunden pflegt und auch bereit ist, etwas Neues zu lernen, kann man seine mentale Gesundheit schon sehr fördern“, erläuterte Kranzl heute. Gesundheitsförderung dürfe sich nicht nur auf körperliche Fitness beschränken. Die Kampagne, die in Niederösterreich vom NÖGUS-Soziales ins Leben gerufen wurde, ist international bereits bekannt. In den nächsten Tagen wird in Apotheken und bei Ärzten auch ein entsprechende Folder erhältlich sein, die praktische Tipps für die psychische Gesundheit gibt.

Nähre Informationen: NÖGUS Soziales, Telefon 02742/313820.

Zu diesem Artikel gibt es eine unterstützende Audiodatei. Diese ist zum Download nicht mehr verfügbar. Bitte wenden Sie sich an: [presse@noel.gv.at](mailto:presse@noel.gv.at)