

## Presseinformation

14. Oktober 2002

### „Gesund Leben in Niederösterreich“

#### Sobotka: „Veranstaltung mit Überraschungen im Casino Baden“

Gesund und glücklich leben, mit Genuss statt unter Zwang – etwas, das unsere Stressgesellschaft erst lernen muss. Wie das geht? Das kann man am 25. Oktober im Casino Baden von 8.30 bis 18 Uhr bei einer Veranstaltung zum gesunden Leben in Niederösterreich erfahren. Bei freiem Eintritt gibt es über die Themen „Gesundes Leben“ Informationen und viele Beispiele zum Ausprobieren. Einer der Topreferenten ist Jakob von Uxeküll, Begründer des „Alternativen Nobelpreises“.

„Ein glückliches Familienleben, eine ausgeglichene Lebensführung und die ‚richtige‘ Lebenseinstellung gelten den Niederösterreichern als wichtigste Kriterien“, betont Umwelt-Landesrat Mag. Wolfgang Sobotka. „Es folgt der Wunsch nach Entspannung, nach gesunder Ernährung sowie nach Zufriedenheit mit der Arbeit. Auch dem Sport beziehungsweise dem Wunsch nach mehr Bewegung wird wachsendes Interesse entgegengebracht.“ Die Aktion „Gesundes Leben in Niederösterreich“ will die Menschen über die Möglichkeiten der Beeinflussung von Stressverhalten und Wohlbefinden informieren.

„Besonders wichtig sind mir die zahlreichen Praxisangebote“, betont Sobotka. „Am 25. Oktober können die Besucher Angebote testen, Erfahrungen sammeln und gemeinsam mit kundigen Beratern alles ausprobieren und üben.“ Die Angebote reichen von wohlschmeckender wie gesunder Ernährung bis zu tragfähigen Methoden für körperliches und seelisches Wohlbefinden. Auf die Besucher warten ein bäuerlicher Naschmarkt, ein Schaukochen mit den besten Köchen Niederösterreichs, eine Ausstellung über Suchtvorbeugung für Jugendliche, ein „Öko-Check“ für Umwelt- und Klimaschutz beim Essen, eine Tai Chi-Übung mit Beethoven im Kurpark und vielen weiteren Überraschungen.

Die Besucher können im „Raum des Wassers“ die meditative Botschaft der Brunnenskulpturen von Prof. Hans Muhr enträtseln. Etwas ungewöhnlich, aber doch vielversprechend ist das Programm „Trommeln für Lebensfreude“, wobei man auf schwungvolle Weise seinen Stress abbauen lernt. Dass Arbeit im Garten die Lebensfreude steigert, ist kein Geheimnis. Wie aber ein behinderten- und patientengerechter Therapiegarten aussieht, kann man vor Ort kennen lernen.



## Presseinformation

Weiters werden die Badener Initiative „Rückenfit, ein Kinderhit“, chinesische und andere physiotherapeutische Möglichkeiten, vorgestellt. Gesunde Ernährung nach dem Motto „So schmeckt Niederösterreich!“ ist ein weiterer Schwerpunkt.