

Presseinformation

13. Mai 2002

Gesunde Kleinregion Kampstauseen-Gföhlerwald

Prokop und Onodi bei Podiumsdiskussion zum Thema Laufen

Niederösterreich widmete sich am vergangenen Wochenende in der Kleinregion Kampstauseen-Gföhlerwald im Waldviertel zwei Tage lang dem derzeitigen Freizeitsport Nr. 1, dem Laufen. In einer prominent besetzten Podiumsdiskussion, einem breit gefächerten Test- und Seminarangebot und der Durchführung des ersten Waldviertler Drei-Seen-Duathlons bzw. Drei-Seen-Laufes wurde Laufen so in Theorie und Praxis erlebbar gemacht.

Landeshauptmannstellvertreterin Liese Prokop, einst Silbermedaillengewinnerin bei den Olympischen Spielen 1968 in Mexiko, betonte bei der Podiumsdiskussion auf Schloss Ottenstein, der Jugend öffne sich heute die Welt, ohne dass sie sich dabei bewegen müsse. Das sei auf der einen Seite wunderbar, auf der anderen Seite aber auch gefährlich, weil sich unterdrückter Bewegungsdrang nie wieder aufholen ließe. Ein Drittel der Österreicher leiden unter Bluthochdruck, Antidepressiva seien die dritthäufigste Medikamentengruppe. Regelmäßige Bewegung wie etwa Laufen reduziere Herz-Kreislaufbeschwerden und habe die gleiche Wirkung wie Antidepressiva, bloß ohne Nebenwirkungen.

Laufen sei eine Möglichkeit, so Prokop weiter, die Natur zu nützen, ohne sie verändern oder schädigen zu müssen. Laufen sei jederzeit und überall möglich. Niederösterreich habe den Vorteil, dass sich die Schönheiten des Landes laufend erleben lassen. Die Waldviertler Laufinitiative passe sehr gut in die Aktion „Gesundes Leben in Niederösterreich“, die das vielfältige Gesundheitsangebot übersichtlich an die Menschen heranbringen möchte.

Landeshauptmannstellvertreterin Heidemaria Onodi meinte, gesundheitsfördernde Aspekte und Risikofaktoren seien hinlänglich bekannt. Das NÖ Gesundheitsforum helfe dabei, die guten Vorsätze auch in die Tat umzusetzen. Derzeit gebe es in Niederösterreich 160 gesunde Gemeinden, die es mit gesunder Ernährung, Bewegung und zusätzlichen gesundheitlichen Aspekten geschafft hätten, das Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung, das subjektive Wohlbefinden des Einzelnen und das Image der Gemeinde zu heben. Die direkte Betreuung durch das NÖ Gesundheitsforum verknüpfe diese Aktivitäten.

Presseinformation

Die erste gesunde Region Niederösterreichs – eben die Region Kampstauseen-Gföhlerwald, in der alle sechs Gemeinden (St.Leonhard, Lichtenau, Krumau am Kamp, Rastenfeld, Pölla und Jaidhof) Gesunde Gemeinden seien – biete zudem breite Möglichkeiten der Vernetzung mit dem Tourismus und anderen Gemeindeangeboten, was nicht zuletzt auch Arbeitsplätze in der Region entstehen lasse, so Onodi abschließend.