Presseinformation

22. Januar 2018

„Vorsorge Aktiv“: 10 Jahre erfolgreiche Lebensstiländerung in Niederösterreich

Schleritzko: Mehr als 7.000 Personen in über 200 Gemeinden haben bereits teilgenommen

„Vorsorge Aktiv“ ist ein Programm zur nachhaltigen Lebensstiländerung, das übergewichtige Menschen mit erhöhtem Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf dem Weg zu einer gesünderen Lebensweise begleitet. Eine Bilanz über zehn Jahre Lebensstilprogramm „Vorsorge Aktiv“ zogen heute, Montag, Landesrat Ludwig Schleritzko, Andrea Podolsky vom Universitätsklinikum Krems und Professorin Rose Tiefenbacher, ehemalige Teilnehmerin am Programm „Vorsorge Aktiv“, bei einer Pressekonferenz in St. Pölten.

Die Idee von „Vorsorge Aktiv“ sei es, mehr Lebensjahre in Gesundheit zu ermöglichen, sagte der Landesrat. „Im Jahr 2008 wurde das Programm als hochwertiges Angebot für Erwachsene mit erhöhtem Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen gestartet“, betonte dabei Schleritzko. „Zu Beginn waren es neun Pilotgruppen mit 136 Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Bis heute teilgenommen am Programm ‚Vorsorge Aktiv‘ haben etwa 200 Gemeinden mit rund 500 Gruppen und etwa 7.000 Personen. Aktuell laufen in Niederösterreich 35 Kurse mit 350 Teilnehmerinnen und Teilnehmern in 25 Gemeinden. Im Frühjahr 2018 sind rund 30 weitere Kurse geplant“, fuhr er fort. „Die letzten Erhebungen haben gezeigt, dass durch eine Teilnahme u. a. eine Gewichtsreduktion, eine Verbesserung der Blutfettwette und eine deutliche Steigerung des persönlichen Wohlbefindens gegeben sind. Wir ermöglichen mit dem Programm eine leistbare Gesundheitsförderung vor der Haustür“, unterstrich der Landesrat. Jeder Euro, der in die Gesundheitsförderung und Prävention investiert werde, bringe mehr gesunde Lebensjahre und spare künftig viel Geld für die Reparaturmedizin.

„Die Kosten belaufen sich auf 99 Euro pro Teilnehmer für den gesamten Kurs und 100 Euro Kaution. Eine Rückerstattung dieser Kaution erfolgt bei mindesten 60 Prozent Anwesenheit bei den Kurseinheiten. Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus ‚Gesunden Gemeinden‘ wird eine Ermäßigung von 15 Euro gewährt“, informierte Schleritzko.

Amt der Niederösterreichischen Landesregierung
Landesamtsdirektion/Öffentlichkeitsarbeit
www.noe.gv.at/presse

Mag. Johannes Seiter
Tel.: 02742/9005-12174
E-Mail: presse@noel.gv.at

Presseinformation

„Viele Menschen wissen zwar, was einen gesunden Lebensstil ausmacht. Diesen jedoch auch fühlbar zu machen und nachhaltig zu verändern, lernt man bei ‚Vorsorge Aktiv'", so Andrea Podolsky, Präventions- und Sportmedizinerin. Bei Bewegung und gesunder Ernährung könne das Risiko einer Erkrankung reduziert werden, meinte sie. Den Lebensstil zu ändern, das sei nicht einfach, hielt Podolsky fest. „Das Programm ‚Vorsorge Aktiv' unterstützt dabei professionell und effizient", so Podolsky. Es gehe nicht darum, kurzfristig etwas zu ändern, sondern darum, den Lebensstil langfristig gesünder zu gestalten. Das Wissen um die Gesundheit werde bei diesem Projekt in die Bevölkerung getragen, betonte die Professorin.

Das Programm baue auf den drei Säulen der Gesundheit – Ernährung, Bewegung und mentale Gesundheit – auf, meinte Professorin Rose Tiefenbacher, Teilnehmerin am Programm „Vorsorge Aktiv". Es helfe den teilnehmenden Personen, ihr Leben aktiver und gesünder zu gestalten – abgestimmt auf ihre individuellen Bedürfnisse. Dabei sei es gelungen, die Fitness zu steigern und das Gewicht zu reduzieren, schloss Tiefenbacher.

Nähere Informationen: Büro Landesrat Schleritzko, Mag. (FH) Eberhard Blumenthal, Telefon 0676/812-13546, E-mail eberhard.blumenthal@noel.gv.at, www.noetutgut.at/vorsorge/vorsorge-aktiv.

10 Jahre Lebensstilprogramm „Vorsorge Aktiv": Professorin Rose Tiefenbacher, ehemalige Teilnehmerin am Programm „Vorsorge Aktiv", Landesrat Ludwig Schleritzko und Andrea Podolsky vom Universitätsklinikum Krems (v.l.n,r.)

© NLK Reinberger

Amt der Niederösterreichischen Landesregierung
Landesamtsdirektion/Öffentlichkeitsarbeit
www.noe.gv.at/presse

Mag. Johannes Seiter
Tel.: 02742/9005-12174
E-Mail: presse@noel.gv.at