



aktivGESUND im Rheinland – MEDIENINFORMATION

Juni 2012. Die Förderung der Gesundheit und der Schutz vor Krankheiten sind wichtiger denn je. Etliche unserer Volkskrankheiten können durch Stärkung der eigenen Gesundheit sowie durch Reduktion bekannter Risikofaktoren eingedämmt, oder - früh erkannt - in ihrem Verlauf gemildert werden. Es gilt vor allem, die bestehenden Möglichkeiten und Angebote zum Erhalt und zur Verbesserung der Gesundheit transparent darzustellen und der breiten Öffentlichkeit sowie der gesamten Bevölkerung zugänglich zu machen. Die Bürger sollen für die Bedeutung der Gesundheitsförderung sensibilisiert werden und erfahren, wie sie durch aktive Prävention ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden verbessern können.

Unter dem Motto: „aktivGESUND im Rheinland“ haben der Gesundheitsregion KölnBonn e.V. und die Stadt Köln - gemeinsam mit den weiteren Initiatoren AOK Rheinland/Hamburg und dem Zentrum für Gesundheit der Deutschen Sporthochschule zu Köln - das Jahr 2012 zu einem „Gesundheits- und Präventionsjahr“ erhoben. Wichtiges Ziel des Projektes ist es, bislang unkoordinierte Aktivitäten im Rheinland zu bündeln und zu synchronisieren. Die Initiative führt die Kräfte von Gesundheitswirtschaft, Politik und Medien zusammen, um den Stellenwert der Gesundheit und der Gesundheitsförderung in allen Teilen der Bevölkerung zu stärken.

Die Veranstalter möchten die Menschen mit dem Thema „Prävention und Gesundheit“ dort abholen, wo sie vorzufinden sind: mitten im Alltagsleben ihres Wohnortes und in der Gemeinschaft ihrer Familie! Daher kommt „aktivGESUND im Rheinland“ am 24. Juni 2012 auch zum Internationalen 12-Stunden-Lauf nach Brühl. In einem interaktiven Bewegungs-Parcours vom Schlosspark-Stadion bis in die Innenstadt können Läufer und Besucher von 11:00 bis 17:00 Uhr Ihre Fitness testen und dabei tolle Preise gewinnen. Zusätzlich gibt es Tipps und kostenlose Beratung rund um die eigene Gesundheit! Durch einen Flyer mit aufgedruckter Stempelkarte wissen Sie genau, welche Stationen Sie besuchen müssen und was Sie dort erwartet:

- **Belastungstest am Fahrradergometer - Wie fit bin ich wirklich?**
AOK Rheinland/Hamburg:
- **Körperfunktionstest - Kennen Sie Ihren Blutdruck?**
Institut für Medizinökonomie
- **Balancetest auf der Slagline - Bin ich im Gleichgewicht?**
Klettergarten Schwindelfrei
- **Bioimpedanzanalyse - Wie hoch ist mein Grundumsatz?**
pronova BKK
- **Infozelt und Handkraftmessung - Wie stark ist Ihre Rechte?**
Gesundheitsregion KölnBonn e.V.

Partner in Brühl:





Kommen Sie vorbei, machen Sie mit und werden Sie fit! Denn „Gesundheitsförderung und Prävention sind für alle Menschen in jedem Alter wichtig“, so Michael Kreuzberg, Bürgermeister der Stadt Brühl, der die Aktion genauso unterstützt wie der Landrat des Rhein-Erft-Kreises, Werner Stump.

Die Auftaktveranstaltung der Initiative „aktivGESUND im Rheinland“ am 01. April 2012 zum Shopping-Sonntag in der Kölner Innenstadt war bereits ein großer Erfolg und konnte viele Menschen zum aktiven Mitmachen involvieren. Nun sind die Brühler eingeladen, etwas für ihre Gesundheit zu tun!

In den kommenden Monaten wird die Aktion dann auch in weiteren Städten und Kreisen der Region präsent sein. Eine Verbindung zu bereits bestehenden Aktionen und Events ist genauso wünschenswert wie die gemeinsame Initiierung neuer Veranstaltungsformate für ein breites oder auch ein spezifisches Publikum. Die folgenden Themen- und Aktionstage sind bereits geplant:

- Tag der Kindergesundheit
- Tag der Männergesundheit
- Tag der ärztlichen Prävention
- Tag der Rückengesundheit
- Tag der Seniorengesundheit
- Tag der seelischen Gesundheit

Besuchen Sie uns im Internet unter: www.aktiv-gesund-im-rheinland.de

Wir sind für Sie da:

Nina Reichel
Gesundheitsregion KölnBonn e.V.
T: +49 221/12606-430
F: +49 211/12606-4333
reichel@gewi-institut.de
www.health-region.de

Christopher Grieben
Zentrum für Gesundheit der Deutschen Sporthochschule Köln
T: +49 221/ 4982-7112
F: +49 221/ 4982-8390
C.Grieben@dshs-koeln.de
www.zfg-koeln.de

Partner in Brühl:

