



Mit dem »VORSORGEaktiv« – Programm der Initiative »Tut gut!« in den Frühling starten

Mikl-Leitner legt NiederösterreicherInnen professionelle Vorsorge ans Herz

„Jetzt, im Frühling ist es Zeit, sich selbst etwas Gutes zu tun und dazu gehört in erster Linie, dass man sich wohlfühlt. Mit dem »VORSORGEaktiv«-Programm der Initiative »Tut gut!« wollen wir die Niederösterreicherinnen und Niederösterreich dazu motivieren, aktiv in den Frühling zu starten. Unsere Gesundheit hängt stark davon ab, wie wir leben und arbeiten. Dazu gehört auch in ganz besonderem Maße, was wir essen und trinken, aber auch alles, was unseren Alltag ausmacht, Das Verhalten zu ändern ist nicht immer einfach, aber wenn man weiß wie, fällt das bedeutend leichter und macht sogar Spaß“ weiß LH-Stellvertreterin Mag. Johanna Mikl-Leitner.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen zählen zu den häufigsten Todesursachen. Die Risikofaktoren, die diese Erkrankungen fördern, sind aber oft durch präventive Maßnahmen, zu vermeiden oder zu verringern. Das Programm »VORSORGEaktiv« unterstützt dabei professionell und effizient. Es geht nicht darum, kurzfristig etwas zu ändern, sondern darum, den Lebensstil nachhaltig zu verbessern. Konkret werden Interessierte, bei denen im Zuge einer Vorsorgeuntersuchung, Risikofaktoren festgestellt wurden, von Expertinnen und Experten aus den drei Bereichen: Bewegung, Ernährung und Mentale Gesundheit direkt in ihrer Heimatgemeinde oder in ihrer näheren Umgebung dabei begleitet, zu einem gesunden Lebensstil zu finden.

„Ziel ist die Verbesserung des Gesundheitszustandes und dadurch eine Erhöhung der Lebensqualität. Aus diesem Grund lege ich den Niederösterreicherinnen und Niederösterreichern das »VORSORGEaktiv«- Programm der Initiative »Tut gut!« ans Herz“, so Mikl-Leitner. Jeder Euro, der in die Gesundheitsförderung und Prävention investiert wird, bringt mehr gesunde Lebensjahre und spart künftig Ausgaben für die Reparaturmedizin

Das Programm richtet sich an alle Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher, die über 18 Jahre alt sind und bei denen ein erhöhtes Risiko für Herz – Kreislauf – Erkrankungen festgestellt wird. Die Teilnahme ermöglicht auf der einen Seite, die Risikofaktoren zu senken, und auf der anderen Seite, die Lebensqualität zu erhöhen.

[Nähere Informationen zum Programm »VORSORGEaktiv« finden Sie hier.](#)

Rückfragehinweis: Initiative »Tut gut!«, PR & Kommunikation, Mag. Susanne Schiller, susanne.schiller@noetutgut.at 0664/ 264 07 14