



Zentrum für Gesundheit • Frauenstr. 31 • 82216 Maisach

An die Redaktionen
im Landkreis FFB

Pressemitteilung zum Welt-Herz-Tag

**Bewegungs-Initiative für die „Jüngsten“
200 Springseile für Maisacher Kinder**

Maisach. Um dem Bewegungsmangel frühzeitig entgegen zu treten, startet das Zentrum für Gesundheit Dombo eine Springseil-Aktion. Norman und Barbara Dombo, die Initiatoren, spendieren jedem Kind bis 12 Jahren aus Maisach ein Springseil. Am 29.09.17 um 15:30 werden die Seile in der Maisacher Frauenstr. 31 ausgegeben. Anschließend findet bei schönem Wetter ein riesiges Springseilhüpfen unter Anleitung statt. „Wir wollen schon die Kinder motivieren, dass Bewegung Spass macht und gesund ist“, so Norman Dombo. Familie Wolf (Erdbeeren Wolf) spendiert jedem Kind, das an der Aktion teilnimmt, einen Apfel.

Jährlich findet der Weltherztag am 29. September statt. Ziel ist es, Menschen auf der ganzen Welt darüber zu informieren, dass Herzinfarkt und Schlaganfall die häufigsten Todesursachen sind. Immer noch sterben weltweit über 17 Millionen Menschen jährlich. Die „World Heart Federation“ meint, dass durch eine gesunde Lebensweise fast 80% dieser Todesfälle vermieden werden könnten. Am Weltherztag werden deshalb alle Menschen aufgerufen, sich um ihre Gesundheit zu kümmern.

Die altersunabhängigen Risikofaktoren für eine Erkrankung der Herzkranzgefäße sind Rauchen (Nikotin), Diabetes (Zuckerkrankheit), Bluthochdruck und ererbte oder erworbene Störung des Fettstoffwechsels. Übergewicht, Fehlernährung und Bewegungsmangel begünstigen diese Risikofaktoren. Auch bei übermäßigem Alkoholkonsum steigt das Risiko von Herzinfarkt und anderen schweren Erkrankungen.

Vorbeugung muss früh beginnen