

Pressemitteilung

Blutdruckinstitut startet mit Pilotprojekt der DHL

Ab sofort Menschen mit Bluthochdruck oder –risiko für ärztlich begleitete Bewegung gesucht – Auch Firmen und Institutionen können mitmachen – bundesweite Vorbildfunktion

Göttingen, 21. Mai 2015 - Sport kann in der Behandlung von Bluthochdruck sehr positive Effekte haben. Gestern, 20.5.2015, war der Auftakt für das neue **Hochdruck Programm Deutschland** der Deutschen Hochdruckliga (DHL) in Kooperation mit dem Blutdruckinstitut Göttingen (BIG). Es werden ab sofort interessierte Personen, Firmen, Vereine und Institutionen gesucht, die sich mit dem Programm unter ärztlicher Betreuung und mit speziell ausgebildeten Übungsleitern bewegen wollen. Ziel ist, jetzt die Teilnehmer zu finden, Informationen zu geben und im Herbst mit dem Bewegungsprogramm zu starten. „Teilnehmen kann man in jedem Alter, speziell auch ältere und jüngere Menschen mit Bluthochdruck oder familiärer Veranlagung dazu. Im Mai 2016 können dann alle am Programm Teilnehmenden beim Göttinger Lauf gegen Bluthochdruck starten“, sagt Dr. Egbert Schulz, Vorstandsvorsitzender Blutdruckinstitut Göttingen. Das Programm wolle von Bluthochdruck betroffene Menschen nachhaltig für sportliche Aktivität begeistern, um so aktiv den Blutdruck zu regulieren und die Gesundheitswerte zu verbessern. Als Pilotstädte sind Göttingen, Stuttgart und Marl von der DHL ausgesucht worden.

Das **Hochdruck Programm Deutschland** wird aus den vier Säulen „Training, Schulung & Information, Wissenschaftliche Begleitung und Öffentlichkeitskampagnen“ bestehen. Das Training umfasst wöchentliche Trainingseinheiten mit Laufen oder (Nordic) Walking von speziell ausgebildeten und geschulten Trainerinnen und Trainern kooperierender Sportvereine der Region. Auch eine ärztliche Begleitung ist vorgesehen. Als motivierendes Trainingsziel können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Ende bei einem großen regionalen Laufevent starten. Der seit Jahren vom Blutdruckinstitut veranstaltete und für seine einmalige Konzeption von der DHL ausgezeichnete „Göttinger Lauf gegen Bluthochdruck“ ist Vorbild und Pilotprojekt für die bundesweit stattfindenden Events.

Infos und Anmeldungen zur Teilnahme unter

Blutdruckinstitut Göttingen

Blutdruckinstitut Göttingen e.V.
Geschäftsstelle
Tino Römer
An der Lutter 24
37075 Göttingen
Tel.: 0551/ 309853-25
e-mail: info@blutdruck-goe.de