

Mit Herz-Selfies am Weltherztag ein wichtiges Zeichen setzen

Verein Herzkinder Österreich initiiert am 29. September einen Aktionstag auf seiner Social Media-Plattform.

Mit Herz-Selfies, die am 29. September auf der Facebook-Seite von Herzkinder Österreich gepostet werden, setzt der Verein am Weltherztag ein wichtiges Zeichen. „Mit dieser Aktion wollen wir möglichst viele Menschen anregen, ihrer eigenen Herzgesundheit, aber auch der ihrer Mitmenschen mehr Achtsamkeit zu schenken“, erklärt Michaela Altendorfer, Präsidentin und Geschäftsführerin von Herzkinder Österreich. Ein Teil der Bilder erscheint im Magazin „Herzblatt“.

Linz, 28. September 2020 – Weltweit sterben jährlich mehr als 17 Millionen Menschen an Herz-Kreislauf-Erkrankungen. „Somit sind diese Krankheiten die Todesursachen Nummer eins“, berichtet Michaela Altendorfer. Rund 80 Prozent dieser Todesfälle könnten laut World Heart Federation durch eine gesunde Lebensweise vermieden werden. „Dazu gehören unter anderem eine gesunde Ernährung und regelmäßige Bewegung“, ergänzt die Präsidentin. Auch Stressvermeidung, der Verzicht auf Nikotin und Alkohol sowie Gewichtsreduktion gehören zu präventiven Maßnahmen, um Herzinfarkt und Schlaganfall zu vermeiden und tragen zur Verbesserung der Lebensqualität bei. Gleichzeitig wird durch die Lebensumstellung ein gutes Beispiel für die nächste Generation gesetzt.

Weltherztag 2020 unter dem Motto „Use heart to beat“

Der Weltherztag steht unter dem Motto „Use heart to beat“ und soll Menschen anregen darüber nachzudenken, was sie jetzt tun können, um auf ihr Herz und das ihrer Mitmenschen aufzupassen. Zum einen soll der Kopf eingesetzt werden, um zu verstehen, was es braucht, um ein herzgesundes Leben zu führen. Das Verhalten sollte geändert werden, um eine bessere Lebensqualität zu erreichen. Zudem soll ein jeder seinen Einfluss geltend machen, um seinen Lieben ein positives Beispiel zu geben. Zum anderen ist medizinisches Fachpersonal

angehalten ihre Patienten dabei zu unterstützen, positive Veränderungen für ihre Herzgesundheit vorzunehmen. Arbeitgeber sollten in die Herzgesundheit ihrer Mitarbeiter investieren, die Regierung Maßnahmen und Initiativen umsetzen, die zu einer gesellschaftlichen Herzgesundheit führen wie Zuckersteuer, Rauchverbot oder Reduzierung der Luftverschmutzung. Und jede Person sollte so handeln, dass die Schwächsten in der Gesellschaft unterstützt werden – unter anderem Personen mit herzbedingten Grunderkrankungen, die in der Coronazeit einem höheren Risiko ausgesetzt sind.

Weltherztag feiert sein 20. Jubiläum

Mit der Aktion Herz-Selfie macht der Verein Herzkinder Österreich hierzulande auf den internationalen Gedenktag aufmerksam. Mit dem Hashtag #worldheartday können auf der Facebook-Seite des Vereins Herz-Selfies oder ein Herz-Selfie eines Herz-Helden gepostet werden. Ein Auszug der schönsten Motive wird im nächsten Magazin des Vereins veröffentlicht. Der Weltherztag ist eine Initiative der World Heart Federation, der weltweiten Dachorganisation aller Kardiologischen Gesellschaften und Herzfonds in mehr als 100 Ländern.

Corporate Data

1995 wurde der Verein gegründet, seit 2007 heißt die Plattform Herzkinder Österreich. Der Verein ist eine österreichweite Anlaufstelle für alle nicht medizinischen Anliegen und Belange für herzkrankte Kinder, Jugendliche, EMAH – Erwachsene mit angeborenem Herzfehler – und deren Familien. Der Verein eröffnete 2008 ein Teddyhaus in Linz, 2015 ein weiteres in Wien. 2009 wurden in allen Bundesländern Informationsstellen für Herzkinder und deren Angehörige eingerichtet. Michaela Altendorfer kümmert sich als Präsidentin um die Agenden der Herzkinder Österreich. Bei der Erste Bank – AT13 2011 1890 8909 8000 – wurde ein eigenes Spendenkonto für den Verein eingerichtet. Diese Spenden sind steuerlich absetzbar.

Weitere Informationen unter: www.herzkinder.at

Für Rückfragen steht Ihnen gerne zur Verfügung:

Kommhaus
Altausseeer Straße 220
8990 Bad Aussee, Austria
Tel.: +43 3622 55344-0, Fax: +43 3622 55344-17
E-Mail: presse@kommhaus.com