

Pressemitteilung, 05. Februar 2018

# PRESSE

## Bewegung ist Leben!

Lilienfeld - Am 19. Februar 2018 hält OA Dr. Ursula Bankl um 18:30 Uhr einen Vortrag aus der Reihe „Treffpunkt Gesundheit“ im Landeskrlinikum Lilienfeld (Speisesaal im Haus E, Ebene 1).

„Alles Leben ist Bewegung und Bewegung ist Leben“ – dieser Spruch, der auch noch von Leonardo da Vinci weitergeführt wurde, stammt von Aristoteles, einem der wichtigsten und bedeutendsten griechischen Philosophen in der Antike.

Besonders in der heutigen Zeit, wo der Mensch einen Großteil seines Lebens in sitzender Position verbringt, gewinnt diese Aussage zunehmend an Bedeutung. Unser Körper ist nicht für längeres Sitzen geschaffen. Er braucht regelmäßige Bewegung, um in Schwung zu bleiben. Ziel dieses Vortrages ist es, die Wichtigkeit der Bewegung in allen unseren Lebensabschnitten aufzuzeigen und den Einfluss auf die einzelnen Organsysteme und Befindlichkeiten darzustellen. Jede und jeder Einzelne sollte dazu motiviert werden, sich ganz generell und wenn, dann seinem Alter, seine Konstitution, seinen Möglichkeiten und dem vorhandenen Umfeld adäquat zu bewegen. Auch werden Störfaktoren, die die Bewegung negativ beeinflussen können, dargestellt.

Für den Vortrag ist keine Anmeldung erforderlich, der Eintritt ist frei.

### MEDIENKONTAKT

Landeskrlinikum Lilienfeld

Alexandra Kohl

Pressekoordination

Tel.: +43 (0) 2762/9004 - 13002

E-Mail: [presse@lilienfeld.lknoe.at](mailto:presse@lilienfeld.lknoe.at)