



Hilde-Ulrichs-Stiftung
Aktives Leben mit Parkinson



PRESSEMITTEILUNG

500.000 Minuten gemeinsam aktiv gegen Parkinson!

Hilde-Ulrichs-Stiftung für Parkinsonforschung unterstützt Bewegungskampagne anlässlich des Welt-Parkinson-Tages 2022

In Deutschland, Österreich und der Schweiz sind rund 500.000 Menschen an Parkinson erkrankt. Dennoch sind Unwissen und Vorurteile noch weit verbreitet. Das will die Kampagne „AktivZeit“ ändern. Anlässlich des Welt-Parkinson-Tages am 11.4.2022 startet die zweimonatige Aktion der Initiative „Schluss mit Parkinson“, bei der 500.000 Minuten Aktivzeit gesammelt werden sollen – eine für jede Erkrankte und jeden Erkrankten in diesen drei Ländern.

FRANKFURT, 11. April 2022. Mitmachen können alle, allein oder in Gruppen, mit oder ohne Erkrankung. Unter aktiver Zeit sind nicht nur die üblichen Breitensportarten zu verstehen, sondern jede körperliche Aktivität, also bspw. auch Spazierengehen, Trommeln oder Gärtnern. Die Minuten werden auf der Website www.aktivzeit.org eingetragen, wo der Fortschritt laufend verfolgt werden kann. Durch die gemeinsame Bewegung sollen Berührungängste abgebaut und Netzwerke gefördert werden. Und nicht nur aktive Zeit wird gesammelt, sondern auch Geldspenden an gemeinnützige Organisationen, die sich für ein besseres Leben mit Parkinson einsetzen.

Bewegung ist neben der Medikation die wichtigste Therapie für Menschen mit Parkinson. Sich täglich viel zu bewegen, auch wenn es zunehmend schwerfällt, ist für Menschen mit der unheilbaren Erkrankung besonders wichtig, um den fortschreitenden Krankheitsverlauf hinauszuzögern und Mobilität so lange wie möglich zu erhalten. Durch das Sammeln der aktiven Zeit sollen Menschen mit Parkinson motiviert werden sich regelmäßig zu bewegen und damit ihre Lebensqualität zu verbessern.

Zugleich soll die Aktion die Krankheit Parkinson in der Öffentlichkeit bekannter machen und den vielen persönlichen Schicksalen hinter den Zahlen Gesichter und Stimmen geben. Auf der Kampagnen-Homepage erzählen bereits jetzt viele Betroffene und Angehörige in Ein-Minuten-Clips von ihrem Leben mit Parkinson – und täglich werden es mehr. Ein wichtiger Beitrag, denn viele Unbetroffene wissen nicht, dass Parkinson weit mehr bedeutet als ältere Menschen mit zittrigen Händen. Bei 5-10% der Patienten treten die Symptome schon vor dem 40. Lebensjahr auf – und zu diesen können auch Inkontinenz, Depressionen oder Verlust von Geruchs- und Geschmackssinn gehören.

AktivZeit wird gefördert von der Hilde-Ulrichs-Stiftung für Parkinsonforschung, der Siegfried und Helma Jörend Stiftung und Parkinson's People.

Pressekontakt: Kathrin Wersing, info@aktivzeit.org

Web: [AktivZeit - AktivZeit](#), [AktivZeit | Facebook](#), <https://www.instagram.com/aktivzeit>



Über Morbus Parkinson

Weltweit sind Schätzungen zufolge mehr als zehn Millionen Menschen an Morbus Parkinson erkrankt, in Deutschland ca. 400.000. Parkinson ist keine reine Alterskrankheit: Zehn Prozent der Erkrankten sind bei der Diagnose jünger als 40 Jahre. Parkinson ist eine chronische Erkrankung, die noch nicht heilbar ist. Es sterben Zellen im Gehirn ab, die Dopamin herstellen. Der Dopamin-Mangel führt zu Symptomen wie Zittern, Bewegungseinschränkungen, Muskelkrämpfen etc. Die Ursache für das Absterben der Zellen ist nicht bekannt. Die medikamentöse Therapie beschränkt sich darauf, die Folgen des Dopamin-Mangels zu lindern.

Über die Hilde-Ulrichs-Stiftung

Die Hilde-Ulrichs-Stiftung für Parkinsonforschung wurde über die Jahre zu einer wichtigen Anlaufstelle, bei der Patienten mit Morbus Parkinson eine unabhängige Beratung sowie Informationen zum Umgang mit der Krankheit erhalten. Die Stiftung ist sowohl fördernd als auch operativ tätig und vergibt darüber hinaus jedes zweite Jahr den Forschungspreis sowie unregelmäßig den Ehrenpreis. Sie leistet Aufklärungsarbeit und gibt Rat, wie es gelingen kann, mit der Krankheit möglichst lange mobil zu bleiben und ein eigenständiges Leben zu führen.

Über die Initiative Schluss mit Parkinson

„Schluss mit Parkinson – Die globale Bewegung“ ist Teil der globalen Allianz zur Beendigung von Morbus Parkinson (Global Alliance to End Parkinson's Disease - Kurz: PD Avengers)

Ziel der Initiative ist es weltweit Aufmerksamkeit für mehr Forschung, eine bessere und gerechte Versorgung der Erkrankten und eine wirkungsvolle Prävention zu erlangen. Die Hilde-Ulrichs-Stiftung ist seit September 2021 Unterstützer der PD Avengers.

Mehr Informationen: <https://www.schlussmitparkinson.info>

Kontakt Hilde-Ulrichs-Stiftung

Janine Hein

Hilde-Ulrichs-Stiftung für Parkinsonforschung

Postfach 70 04 32

60554 Frankfurt am Main

Telefon: 0178 3138576

E-Mail: Janine.Hein@aktive-parkinsonstiftung.de

www.aktive-parkinsonstiftung.de

Spendenkonto

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE79 5502 0500 0001 5494 00

BIC: BFSWDE33MNZ