

Lebensraum als Chance für Gesundheit

Der zweite Kongress „Heilkraft der Alpen“ auf der Burg Mauterndorf stellte den Menschen und seine Natur im alpinen Raum in den Mittelpunkt.

Theresa Bogensperger

MAUTERNDORF. Wir werden immer älter und daher wird das Gesundheitssystem auch immer mehr beansprucht. Infolgedessen explodieren die Kosten des Gesundheitssystems. Die Heilkraft der Alpen ist eine starke Antwort darauf, denn in den Alpen befinden sich wertvolle Ressourcen der Natur. Diese können in Medizin und Gesundheitspflege eingesetzt werden. Außerdem

bergen die Alpen enormes Potenzial für den Gesundheitstourismus. Zu diesem Schluss kommen Mediziner und Forscher, die vergangenes Wochenende beim zweiten Kongress „Heilkraft der Alpen“ mit dem Motto „Der Mensch und seine Natur“ in der Burg Mauterndorf zu Gast waren. Auf den Rhythmus der Natur folgten künstliches Licht, chronischer Stress und Schichtarbeit, das moderne Leben bringt uns aus dem Takt der Natur und str-



Organisatorin Ulrike Köstler (vorn, 4. v. l.) pflanzte mit Bürgermeister

der Lungauer Gemeinden symbolisch eine Zirbe.

paziert die Gesundheit. In der Nacht, wenn es dunkel wird zum Beispiel, sollte eigentlich die Ruhephase beginnen. Ist das nicht der Fall, kommen die Verdauung, der Schlafrythmus oder der Hormonhaushalt durcheinander. Daher ist es wichtig, dass jeder Mensch sein Leben nach der Natur mit ihren Periodizitäten von Tag-Nacht-Wechsel, Monatsrhythmus und den Jahreszeiten richtet. Der Lungau mit seiner unberührten Natur ist daher nicht nur ideal als gesunder Lebensraum, sondern auch für den Gesundheitstourismus, um das innere Gleichgewicht wieder herzustellen.

Impulse für die Region

Ziel des zweiten Kongresses „Heilkraft der Alpen“ war es, Anregungen aus Forschung und Wissenschaft zur praktischen regionalen Umsetzung zu bringen. Der Kongress soll in der Diskussion Fachleute und Interessierte dazu bringen, die natürlichen Ressourcen unseres alpinen Lebensraumes zu bewahren und ihre Anwendung für die Gesundheit zu fördern. Zu diesem Zweck gab es an drei Tagen verschiedene Vorträge und Diskussionen von und mit Medizinern. Unter anderem wurden dabei die Themen Chronobiologie und Chronome-

medizin (wieder in den Takt mit der Natur kommen), traditionelle europäische Heilkunde, die Zirbe und die fünf Säulen der Gesundheit nach Sebastian Kneipp besprochen. Außerdem befasste sich ein Teil des Kongresses konkret mit dem Lungau, wobei Lungauer die Potenziale des Lungaus und die Produkte der Region präsentierte: Biosphärenpark-Manager Markus Schaflechner (UNESCO-Biosphärenpark Salzburger Lungau – Bedeutung und Potenziale für den Gesundheitstourismus), Christina Bauer (Brotbacken für alle Sinne), Leonhard Gruber (Alpen-Honig und andere Bienenprodukte), Anja

Jesner (Die heilenden Schätze der Natur), Ulrike Haunschmid (Lungauer Eachtling) und die Familie Löcker (Tauernroggen).

Plattform Heilkraft der Alpen

Der Kongress wurde von der Plattform „Heilkraft der Alpen“ in Zusammenarbeit mit dem Forum Via Sanitas veranstaltet. Die Plattform versteht sich als Forum zur Entwicklung eines integrierten Netzwerks und zur Vermittlung zwischen den Interessen von Forschung, Gesundheitswesen, Kultur, Wirtschaft, sowie traditionellen regionalen Gesundheitsressourcen.

SIMPLY CLEVER

ŠKODA



FAHRSPASS GESUCHT, JOY GEFUNDEN.



Grund genug für einen Freudentanz: der ŠKODA Fabia Joy¹⁾ ab 11.980,- Euro. Das Sondermodell mit vielen Extras und bis zu 1.850,- Euro Preisvorteil – jetzt bei deinem ŠKODA Betrieb.

Details bei deinem ŠKODA Berater. Symbolfoto. Stand 03/2016. 1) Die Fabia Joy Sondermodelle sind streng limitiert und gelten nur solange der Vorrat reicht. Alle angegebenen Preise sind unverbindlich, nicht kart. Richtpreise inkl. MwSt und 20 % MwSt. Der Preisvorteil gilt gegenüber Fabia Kurzheck Active inkl. Active Austria-Paket auf Basis der Motorisierung 60 PS (5-Gang). Bitte beachte, dass sich bei anderen Motorisierungen die Preisvorteile, der MwSt-Satz und die Brutto-Listenpreise für die Sondermodelle ändern können. Verbrauch: 4,7–4,8 l/100 km. CO₂-Emission: 106–109 g/km.

AUTOHAUS GRIESSNER MAUTERNDORF

5570 Mauterndorf 403
Tel. 06472/8000



Leonhard Gruber erzählte Wissenswertes über die Biene und ließ die Zuschauer verschiedene Honigvariationen verkosten.

BILDER: TEBO



Peter Löcker vom Biohof Sauschneider in St. Margarethen zeigte den Besuchern Ur-Getreide-Sorten.