



Preisübergabe von U. Graells, A. Gruber und Gesundheitsregion-Chef A. Asselmeyer an Luisenhof-Prokurist M. Eisenberg (v.l.).

Hinzmann

Garten für Generationen

Gesundheitswoche im Kaufpark: Preis für „Sinnesgarten“ im Seniorenzentrum Luisenhof

VON MATTHIAS HEINZEL

Grone. Die Gesundheitswoche im Einkaufszentrum Kaufpark ist eröffnet. Neben vielen interessierten Besuchern gab es bereits einen Gewinner. Das Seniorenzentrum Luisenhof wurde Sieger im Wettbewerb „Gesunde Orte“, ausgelobt unter anderem von der Gesundheitsregion Göttingen.

Der „gesunde Ort“ im Luisenhof ist der „Sinnesgarten“, in dem alle Sinne der Bewohner angeregt und beschäftigt werden sollen. Der Garten habe

auch wegen seines generationsübergreifenden Charakters überzeugt, sagte zur Preisverleihung Uwe Graells, Chefredakteur des Gesundheitswochen-Medienpartners Göttinger Tageblatt. Der Garten sei ein Ort der Kommunikation und Erholung, in dem auch motorische Fähigkeiten gefördert würden. Aber auch die beiden anderen Bewerber fanden lobende Erwähnung: der „Therapiegarten“ des evangelischen Krankenhauses Weende und der Gedächtnisparcours im GDA Wohnstift.

Zuvor hatte Thomas Suermann, Göttinger Internist und Sportmediziner, Verblüffendes über das Herz, eines der zentralen Themen der Gesundheitswoche vorgetragen: Die fünf Liter Blut, die das Herz minütlich durch den Körper pumpt, summieren sich am Ende eines Tages auf den Inhalt eines mittelgroßen Tanklastwagens. Dieses zentrale Organ sei jedoch auch anfällig. Viel früher, als in der Vergangenheit vermutet, bildeten sich Ablagerungen in den Gefäßen. Die Folge: Herzinfarkt. Suermanns Rezept dagegen: Er-

nährung wie in Mittelmeerländern mit Olivenöl, Fisch, Gemüse, Salat und auch mal einem Glas Wein. Das zweite Rezept lieferte Jörg Schnitzerling, Geschäftsführer des ASC Göttingen: „Die beste Prävention ist und bleibt Sport.“

Die von Kaufpark-Chef Andreas Gruber eröffnete Gesundheitswoche läuft noch bis Sonntag, 18. Oktober. Die Teilnehmer bieten den Besuchern unter anderem vielfältige Möglichkeiten, sich mit Tests oder Messungen über ihre eigene Gesundheit informieren zu lassen.