Ressort: Gesundheit

Gesünder studieren

Gesundheitsprojekte vorstellen

Hannover, 16.12.2019, 17:05 Uhr

GDN - Jeder fünfte befragte Studierende treibt pro Woche weniger als zweieinhalb Stunden Sport. 13 Prozent von ihnen gaben an, fast gar keinen Sport auszuüben. Dies zeigt eine aktuelle Forsa-Umfrage im Auftrag der Techniker Krankenkasse (TK).

Der Alltag vieler Studenten ist geprägt durch langes Sitzen im Hörsaal oder beim Lernen zu Hause. Dies scheint sich negativ auf den Gesundheitszustand der Studierenden auszuwirken. 36 Prozent von ihnen leiden häufig oder sogar dauernd unter Muskelverspannungen oder Rückenschmerzen. Besonders erschreckend ist, dass fast jede Zweite weiblich Studierende über verspannte Muskeln klagt.

Die Techniker Krankenkasse hat mit dem Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband (adh) die Initiative “Bewegt studieren - Studieren bewegt“ ins Leben gerufen. Die Krankenkasse möchte die körperliche Aktivität im Alltag der Studierenden fördern. Die TK engagiert sich deutschlandweit bereits seit mehr als 15 Jahren für die Gesundheit von Studierenden. Die Initiative geht nach der ersten Aktion 2017 in die zweite Runde.

Alle adh-Mitgliedshochschulen sind aufgefordert, sich mit eigenen Gesundheitsprojekten zur Bewegungsförderung von Studierenden zu bewerben. Die Bewerbungsphase läuft vom 1. November bis 31. Dezember 2019. Ausgewählte Projekte werden über einen Zeitraum von drei Jahren finanziell und inhaltlich gefördert.

Da das Jahr langsam zu Ende geht, ist schnelles Handeln notwendig, um die Bewerbung noch an den Mann zu bringen.

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-123038/gesuender-studieren.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Hartmut Butt

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich. Hartmut Butt

Editorial program service of General News Agency:
United Press Association, Inc.
3651 Lindell Road, Suite D168
Las Vegas, NV 89103, USA
(702) 943.0321 Local
(702) 943.0233 Facsimile
info@unitedpressassociation.org

info@gna24.com
www.gna24.com