

# Die Heilkräfte der Alpen werden unterschätzt

## Alpiner Lebensraum bietet viele Chancen für die Gesundheit – Tagung auf der Burg Mauterndorf

**MAUTERNDORF.** „Kräuter und Pflanzen des alpinen Lebensraumes, frisches Wasser, saubere Höhenluft, natürliche Lebensmittel und die Ruhe der Berge haben zweifelsohne eine positive Wirkung auf Körper und Geist. Davon kann ich mich immer wieder beim Bergsteigen, Skifahren, Skitourengehen oder bei anderen Sportarten, die in unseren Alpen möglich sind, persönlich überzeugen. Zwei Tage in den Bergen sind für mich wesentlich erholsamer und zugleich kräftespendender als eine andere Urlaubswoche mit möglicherweise viel Programm. Bewegung und die Natur unserer Alpen machen nicht nur Spaß und Freude, sondern dienen auch der Gesundheitsprävention.“ Das sagte Gesundheits- und Spitalsreferent Landeshauptmann-Stellvertreter Christian Stöckl beim Informationsgespräch anlässlich des zweiten



**Markus Schaflechner (UNESCO Biosphärenpark Lungau), Arnulf Hartl (Universitätsinstitut für Ecomedicine - PMU), Ulrike Köstler (Vorstand Forum Via Sanitas - Heilkraft der Alpen), Helmut Schöllner (Plattform Heilkraft der Alpen) und LH-Stv. Christian Stöckl.** BILD: LMZ

Kongresses „Heilkraft der Alpen“ von 15. bis 17. April auf der Burg Mauterndorf. Der Kongress wird von der Plattform Heilkraft der Alpen in Kooperation mit Forum Via Sanitas veranstaltet.

„Der Schwerpunkt liegt auf den natürlichen inneren und äußeren Lebensrhythmen und ihrer

Bedeutung für die Gesundheit und Lebensqualität des Menschen. Der Kongress soll wieder Anregungen aus Forschung und Wissenschaft zur praktischen regionalen Umsetzung bringen. Als Forum der Diskussion und Netzwerk für Fachleute und Interessierte verschiedenster Diszipli-

nen wollen wir dazu beitragen, die natürlichen Ressourcen unseres alpinen Lebensraumes zu bewahren und ihre Anwendung für die Gesundheit zu fördern“, so die Organisatoren von der Plattform Heilkraft der Alpen.

Einige Themenschwerpunkte: Der Mensch und seine Natur: Lebensrhythmen und deren Bedeutung für die Gesundheit, Regeneration, Erholungsfähigkeit und Stressbelastung.

Chronobiologie und Chronomedizin: Wieder in den Takt kommen mit der Kraft der Natur. Traditionelle Europäische Heilkunde und deren Potenziale für Gesundheitswesen und Tourismus.

Die heilenden Schätze der Natur als moderne Lebensbegleiter: Die Zirbe – Königin der Alpen im zeitgemäßen Einsatz bei stressbedingten Gesundheitsbelastungen.