



Pressearbeit für AktivZeit

Vorlagen Pressearbeit

AktivZeit in Kürze – Worum es geht

Die Challenge *AktivZeit* läuft über 2 Monate mit Start am Weltparkinson-Tag am 11.04. bis zum 11.06.2022.

Ziel ist, gemeinsam mit Gruppen und Vereinen 500.000 Minuten aktiver Zeit zu sammeln. Die Zahl steht für die Anzahl der an Parkinson erkrankten Menschen in Deutschland, Österreich und der Schweiz.

Mitmachen kann jede:r – egal ob an Parkinson erkrankt oder nicht!

Wer im Aktionszeitraum aktiv ist, z.B. durch Laufen, Schwimmen, Radfahren, Tischtennis oder Gymnastik kann diese Zeit auf der Website www.aktivzeit.org eintragen, wo der Fortschritt stets aktuell verfolgt werden kann.

Eine Teilnahme ist als Einzelperson oder auch als Gruppe möglich. Es gibt zudem die Möglichkeit für Parkinson Organisationen zu spenden.

Die Challenge soll einen Beitrag dazu leisten, die unheilbare Erkrankung Parkinson mehr in der Öffentlichkeit bekannt zu machen, Wissen zu vermitteln sowie Begegnung und Austausch zu ermöglichen.

Vor allem aber geht es um Bewegungsförderung, denn sportliche Aktivität ist neben der Medikation die wichtigste Therapie für die Betroffenen.

Die Challenge *AktivZeit* ist eine Aktion der Initiative „Schluss mit Parkinson – PD Avengers“ für Deutschland und die Schweiz. Sie wird ehrenamtlich organisiert von einer 6köpfigen Steuerungsgruppe aus Menschen, die selbst an Parkinson erkrankt sind.

Ausführliche Informationen gibt es auf der Aktions-Website: www.aktivzeit.org