



13.03.2025 – 10:00 Uhr

www.gehirngesund.at - 8 Tipps um Alzheimer und Demenz zu vermeiden

Wien (ots) -

Website adressiert von Risikofaktoren von Demenz.

Auf der Plattform www.gehirngesund.at macht der Verein Gehirngesund 8 Tipps zur Alzheimer- und Demenzvermeidung zugänglich. Die Website zeigt die wichtigsten wissenschaftlich belegten Erkenntnisse im Zusammenhang in einem leicht zugänglichen Format für alle kostenlos. Die komplexen Inhalte, die in erster Linie auf dem 2024 erschienenen [Report der Lancet Commission](#) zur Demenzprävention aufbauen, wurden vom Designstudio [Identity Lab](#) in 8 kurze Videos gegossen. Dabei war es dem Team um Philip Reitsperger wichtig, dem düsteren und schweren Thema eine lebendige und lebensfrohe Note zu geben.

Isolde Kühhas, Obfrau des Vereins, freut sich sehr über das Ergebnis: „Unser Anliegen ist, dass möglichst viele Menschen aller Altersklassen ein Grundwissen zu dem Thema erhalten. Vor allem sollen auch Menschen erreicht werden, die mit dem Thema noch gar nicht konfrontiert wurden. Denn es ist wichtig, frühzeitig zu erfahren, wie jeder Mensch selbst für seine eigene Gehirngesundheit vorsorgen kann.“

Wer die Stellschrauben für ein gesundes Gehirn kennt, kann bewusst handeln. Eine genetische Veranlagung muss nicht bedeuten, dass die Erkrankung ausbrechen wird. Durch gesunden Lebensstil könnte fast die Hälfte aller Demenzfälle vermieden werden.

8 Videos zur Prävention von Alzheimer und Demenz: [Website besuchen](#)

Pressekontakt:

gehirngesund -Verein zur Prävention von Demenzerkrankungen
Mag. Isolde Kühhas

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100101652/100929581> abgerufen werden.