

**Sperrfrist – 00:01 Mittwoch, 27. September 2017**

***Berühmte Wahrzeichen werden am Weltherztag rot gefärbt: Freitag, 29. September 2017***

Erschaffen und von der World Heart Federation (WHF) geleitet, zielt der Weltherztag darauf ab, die steigende Zahl der Menschen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu bekämpfen. Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind der weltweit größte Killer. Deshalb soll die Aufmerksamkeit darauf gelenkt und die Wichtigkeit, einen Herz-gesunden Lebensstil zu leben, gefördert werden.

Am 29. September dieses Jahres bittet die WHF Menschen dringend darum aktiv zu werden, indem Tipps zur Herzgesundheit verbreitet werden und an Beleuchtungsveranstaltungen teilgenommen wird. Wir können alle "die Kraft teilen" und unsere Familien, Freunde und Kommunen auf der ganzen Welt dazu animieren, kleine Änderungen im Alltag umzusetzen, die einen gewaltigen Unterschied für die Herzgesundheit bedeuten können.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen fordern heutzutage 17,5 Millionen Leben pro Jahr, eine Zahl, die bis 2030 auf 23 Millionen steigen wird. Weltweit stirbt 1 von 10 Menschen im Alter zwischen 30-70 Jahren vorzeitig an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung, einschließlich Herzkrankheit und Infarkt. Doch die gute Nachricht ist, dass mindestens 80 % dieser vorzeitigen Todesfälle verhindert oder aufgeschoben werden können.

Zur Feier des Weltherztages 2017 werden an bekannten Wahrzeichen auf der ganzen Welt Beleuchtungsveranstaltungen abgehalten. Diese sind unter anderem der Table Mountain in Südafrika, die [Nasdaq-Leinwand auf dem Times Square](https://www.skylinewebcams.com/en/webcam/united-states/new-york/new-york/times-square.html), der Singapore Flyer und der Sky Tower in Neuseeland. Die vollständige Liste der bestätigten Beleuchtungen finden Sie auf unserer [Weltweiten Aktivitätenkarte](https://www.worldheartday.org/worldwide-activities/) auf der [Webseite des Weltherztages](https://www.worldheartday.org).

**Professor David Wood, Kardiologe und Präsident der World Heart Federation** sagte: „*Wir können die weltweite Wichtigkeit einer guten Herzgesundheit nicht unterschätzen. Weltweit gehen 31 % aller Todesfälle auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen zurück. Der Weltherztag ist unsere Chance, Menschen zusammenzubringen, um den weltweit größten Killer zu bekämpfen und Menschen dazu zu drängen, ihre Herzgesundheit zu verbessern. Die Macht der Veränderung liegt in unseren Händen. Eine Veränderung der Lebensweise, wie das Essen von mehr Früchten und Gemüse, ein aktives Leben und das Aufhören mit dem Rauchen können Millionen von Leben retten.“*

Bürger können sich beteiligen, indem sie ihre herzgesunden Selfies und Tipps mit dem Hashtag *#WorldHeartDay* teilen und an einem von tausenden Veranstaltungen auf der ganzen Welt teilnehmen (die Liste ist [hier](https://www.worldheartday.org/worldwide-activities/) verfügbar). Mit dem Herz-IQ-Test können sie auch sehen, wie herzgesund sie leben.

Um den Weltherztag so eindringlich wie möglich zu machen, haben wir uns mit **Manulife (John Hancock in den USA)** und **Philips** zusammengeschlossen. Mit ihrer Unterstützung erhöhen wir die Aufmerksamkeit und ermutigen Personen, Familien, Gemeinden und Regierungen dazu sich zu engagieren und uns dabei zu helfen, unser Ziel zu erreichen, vorzeitige Todesfälle durch Herz-Kreislauf-Krankheiten bis 2025 um 25 % zu reduzieren.

**Phil Witherington, Interim-CEO von Manulife Asia** sagte: *„Manulife will den Menschen helfen, ihre Träume und Bestrebungen zu erreichen. Ein gesundes Leben ist wesentlich, um diese Ziele zu erreichen. Wir spielen eine wesentliche Rolle bei der weltweiten Förderung von guter Gesundheit und einem aktiven Lebenswandel. Deswegen haben wir uns mit der WHF zusammengetan. In den nächsten drei Jahren werden wir zusammenarbeiten, um die Aufmerksamkeit auf die Herzgesundheit zu erhöhen, mit dem Ziel, die Gesundheit unserer Kunden, Mitarbeiter und Kommunen zu verbessern.“*

**Selina Thurer, Wirtschaftsführer von Philips** sagte: *„Als Spitzenreiter im Bereich der Gesundheitstechnologie und stolzer Partner der World Heart Federation feiert Philips den Weltherztag unter dem Motto "gesundes Essen für ein gesundes Herz.“ „Wir sind der Meinung, dass vollwertige Nahrungsmittel und Getränke die Bausteine für ein gesundes, glückliches Leben sind. Tag für Tag streben wir danach, Menschen zu befähigen, die langfristigen Gesundheitsvorteile von hausgemachten Speisen zu genießen – beispielsweise ein reduziertes Risiko von Übergewicht oder Fettleibigkeit und die Entwicklung von Herzkrankheiten."*

Erfahren Sie hier mehr über die Beleuchtungen und Aktivitäten in Ihrer Nähe: [www.worldheartday.org/worldwide-activities](http://www.worldheartday.org/worldwide-activities).

Beteiligen Sie sich in den sozialen Medien, um am Weltherztag teilzunehmen:

**Folgen Sie**: [@worldheartfed](https://twitter.com/worldheartfed?ref_src=twsrc%5Egoogle%7Ctwcamp%5Eserp%7Ctwgr%5Eauthor) und nutzen Sie den Hashtag **#WorldHeartDay**

Weitere Informationen und die Ansicht des Weltherztages finden Sie auf der Webseite des Weltherztages: [www.worldheartday.org](http://www.worldheartday.org)

**Wie kann ich herzgesünder werden? Die World Heart Federation empfiehlt:**

* **Werden Sie aktiver**
* Bauen Sie mindestens 30 Minuten moderatintensiver Bewegung fünf mal pro Woche in Ihren Alltag ein.
* Denken Sie daran, dass selbst kleine Dinge wie Treppensteigen oder ein paar Stationen früher aus dem Bus auszusteigen schon helfen können.
* **Hören Sie mit dem Rauchen auf** - Das ist das Beste, was Sie tun können, um die Gesundheit Ihres Herzens zu verbessern.
* Sprechen Sie mit einem Gesundheitsexperten, wie einem Apotheker, wenn Sie Hilfe brauchen.
* **Eine ausgewogenere Ernährung**
* Versuchen Sie täglich 5 Portionen (etwa eine Handvoll) Früchte und Gemüse zu essen
* Kochen Sie mit Ihren Kindern, damit diese über gesunde Essgewohnheiten lernen
* **Lassen Sie Ihren Blutdruck regelmäßig überprüfen**

**Ende**

**Kontaktieren Sie für weitere Informationen, einschließlich Statistiken und Fakten oder zur Vereinbarung eines Interviews oder Briefings, die WHF-Pressestelle unter whf@grayling.com / (0)203 861 3820**

Das Video des World Heart Day können Sie sich [hier](https://www.youtube.com/watch?v=HVLF_RyE4iA&feature=youtu.be) ansehen

**Die berühmten Orte, die für den Weltherztag rot gefärbt werden, sind unter anderem:**

* Table Mountain in Kapstadt, Südafrika
* Cape Wheel, V&A Waterfront in Kapstadt, Südafrika
* Jet d’Eau in Genf, Schweiz
* Angel del la Reforma in Mexiko
* Auckland Sky Tower in Neuseeland
* Presidential Jetty und Dhiragu Tower auf den Malediven
* Lakeview in Bukarest, Rumänien
* Sheraton Grand Doha in Qatar
* Avala Tower in Belgrad, Serbien
* Singapore Flyer, Helix Bridge, Maybank Tower und Marina Square
* Menara Kuala Lumpur, KL Tower, Malaysia
* Große Pyramide von Gizeh, Kairo, Ägypten

Kontaktieren Sie für weitere Informationen über unsere Partner Manulife und Philips:

Christine Burrows

Manulife, Öffentlichkeit- & Kommunikationsarbeit

Telefon: +852 2510 5822

[Christine\_Burrows@manulife.com](mailto:Christine_Burrows@manulife.com)

Lian Verhoeven

Philips Unternehmenskommunikation

+31 6 10 56 45 13

[Lian.verhoeven@philips.com](mailto:Lian.verhoeven@philips.com)

**Hinweise für Redakteure**

**Über den Weltherztag 2017**

Der Weltherztag wurde 2000 ins Leben gerufen. Ziel war es, Menschen weltweit darüber zu informieren, dass Herzkrankheiten und Infarkte weltweit die häufigsten Todesursachen sind und jährlich 17,5 Millionen Leben fordern. Der Weltherztag findet jedes Jahr am 29. September statt. Das Motto dieses Jahr ist ***Teile die Kraft*** *-* Wir wollen dafür sorgen, dass weltweit alle einander inspirieren, ein besseres, längeres, herzgesünderes Leben zu führen.

Weitere Informationen über den World Heart Day 2017, einschließlich Zugang zu Kampagnenmaterialien, [finden Sie auf unserer Webseite](http://www.world-heart-federation.org/what-we-do/world-heart-day/).

**Über die World Heart Federation**

Die World Heart Federation hat es sich zum Ziel gesetzt, den weltweiten Kampf gegen Herz-Kreislauf-Krankheiten, einschließlich Herzkrankheiten und Infarkten, anzuführen. Weitere Informationen finden Sie unter: www.worldheart.org; www.facebook.com/worldheartfederation und twitter.com/worldheartfed.