

Aktion Gesunder Rücken e. V.

„Der Rücken beginnt im Kopf“

10. Tag der Rückengesundheit am 15. März 2011



AGR
Aktion Gesunder Rücken e.V.

Achten Sie auf das
AGR-Gütesiegel.

Es signalisiert:
Dieses Produkt ist
rückengerecht.



© Fotolia - Sebastian Kaulitzki

Am 15. März findet bereits zum 10. Mal der Tag der Rückengesundheit statt – eine Initiative der Aktion Gesunder Rücken (AGR) e. V. und des Bundesverbandes der deutschen Rückenschulen (BdR) e. V. Das Motto der diesjährigen Jubiläumsveranstaltung lautet „Der Rücken beginnt im Kopf“. Rund um diesen Tag informieren bundesweit mehrere hundert Gesundheitsdienstleister wie Apotheken, Arztpraxen, Mitglieder des Berufsverbandes der Fachärzte für Orthopädie und Unfallchirurgie (BVOU), des Verbandes der Physikalischen Therapie (VPT) sowie AGR-zertifizierte Fachgeschäfte über die Therapie und Prävention von Rückenbeschwerden. Am 12. März findet in der DASA

Arbeitswelt Ausstellung in Dortmund eine große Jubiläumsveranstaltung statt. Der 10. Tag der Rückengesundheit mit bundesweiten Angeboten schafft für den Bürger einmalige Informationsmöglichkeiten.

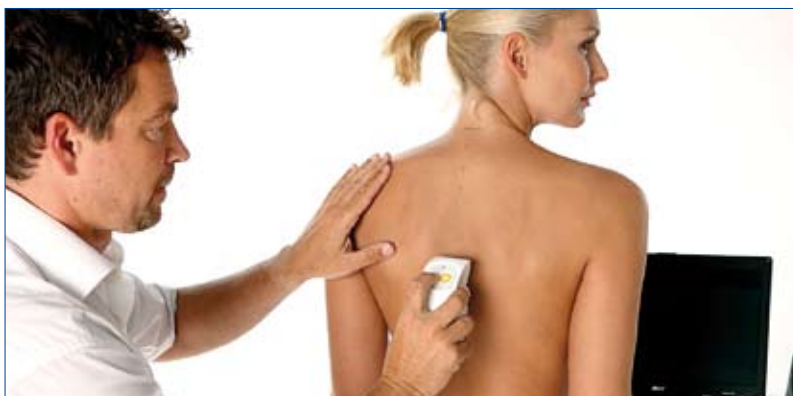
Das Motto der Veranstaltung macht deutlich: Nicht nur mangelnde Bewegung und Fehlbelastungen im Alltag können zu Verspannungen und Rückenschmerzen führen, sondern auch psychische Belastungen wie Stress oder Depressionen. Sowohl zur Vorbeugung als auch zur Behandlung von Rückenbeschwerden ist deshalb ein ganzheitliches Konzept notwendig, das neben Bewegung und der Schaffung eines rückengerechten

Arbeits- und Freizeitumfeldes auch Entspannungsübungen und die Reduzierung von Stressfaktoren umfasst.

Kostenfreie Rückenvermessungen

In der Zeit vom 12. bis 19. März besteht zusätzlich bundesweit die Möglichkeit einer kostenlosen Rückenvermessung mit der AGR-zertifizierten MediMouse®. Mithilfe dieser strahlenfreien Vermessungsmethode können Fehlstellungen der Wirbelsäule genau und schonend aufgezeigt werden. Das Gerät wird entlang der Wirbelsäule über den Rücken gerollt, die Daten werden dabei zeitgleich auf einen Computer übertragen und sofort ausgewertet. Der Arzt oder Therapeut erhält dadurch direkt exakte Informationen über Haltung, Bewegungsumfang und Haltungskompetenz des Patienten und kann anhand der Angaben eine individuell zugeschnittene Therapie verordnen.

Um die individuell am besten geeignete Behandlungsmethode zu finden und im Verlauf der Therapie Fortschritte feststellen und dokumentieren zu können, ist eine qualifizierte Rückenvermessung empfehlenswert. Das AGR-zertifizierte Rückenvermessungsgerät MediMouse® bietet diese Möglichkeit, völlig strahlenfrei und ohne sonstige Nebenwirkungen.





AGR
Aktion Gesunder Rücken e.V.

Eine Liste mit ausgewählten Spezialisten, die im Rahmen des Tages der Rückengesundheit eine Rückenvermessung anbieten, sowie aller sonstigen, bundesweiten Informationsangebote gibt es unter: www.agr-ev.de/TDR2011.

Informieren, Aufklären, Vorbeugen – diese Ziele verfolgt die Aktion Gesunder Rücken e. V. seit ihrer Gründung 1995. Zentrales Anliegen des Vereins ist es, ein Bewusstsein für die Bedeutung rückengerechter Verhältnisse zu schaffen und dadurch Rückenschmerzen zu vermeiden. „Denn bei Prävention und Therapie von Rückenleiden spielen Alltagsprodukte, die den Bewegungsapparat und die Wirbelsäule optimal unterstützen, eine wesentliche Rolle“, so Detlef Detjen, Vorstand der AGR. Alltagsgegenstände,

die diesen Kriterien entsprechen, werden mit dem Gütesiegel der AGR „Geprüft & empfohlen“ ausgezeichnet. In den vergangenen Jahren konnte das Gütesiegel an zahlreiche Alltagshilfen wie beispielsweise Büromöbel, Sitz- und Kindermöbel, Bettssysteme, Schuhe, Fahrräder und Autositze verliehen werden.

Weiterführende Informationen zu einem rückengerechten Alltag, zu rückengerechten Alltagsgegenständen mit dem AGR-Gütesiegel sowie ein Verzeichnis geschulter und zertifizierter Fachgeschäfte ist auf Anforderung als Infopaket mit dem „Ergonomie-Ratgeber“ und dem Ratgeber „rücken-Signale“ zum Preis von 9,95 Euro bei der AGR (Tel. 04284/926 99 90 oder www.agr-ev.de/betroffene/medien) erhältlich.

KURZ UND BÜNDIG:

Unter dem Motto „Der Rücken beginnt im Kopf“ findet am 15. März der 10. Tag der Rückengesundheit statt. Im Rahmen des Aktionstages, der gemeinsam von der Aktion Gesunder Rücken e. V. und dem Bundesverband der deutschen Rückenschulen e. V. initiiert wird, finden im gesamten Bundesgebiet zahlreiche Veranstaltungen, kostenfreie MediMouse® Rückenvermessungen und Aktionen rund um die Themen Prävention und Therapie von Rückenschmerzen statt. Der Aktionstag mit bundesweiten Angeboten schafft für den Bürger einmalige Informationsmöglichkeiten. Eine Übersicht gibt es unter www.agr-ev.de/TDR2011.



Text und Bilder können unter www.agr-ev.de/presse heruntergeladen werden.

Kontakt:
Aktion Gesunder Rücken e. V.
Stichwort: TDR 2011
Postfach 103
D - 27443 Selsingen

Tel. +49 (0) 4284/926 99 90
Fax +49 (0) 4284/926 99 91
info@agr-ev.de
www.agr-ev.de
Ansprechpartner: Detlef Detjen

Presseagentur:
**Rothenburg & Partner
Medienservice GmbH**
Friesenweg 5 f
22763 Hamburg

Tel. +49 (0) 40/889 10 80
Fax +49 (0) 40/889 10 82
bahr@rothenburg-pr.de
www.medipresse.de
www.rothenburg-pr.de