

Gesundheitliche Effekte des Naturparks Geras

© Florian Winter / BFW

Testen Sie mit uns die Erholungswirkung Ihrer Umgebung!

Zur Erfassung der gesundheitlichen Effekte der Landschaften des Naturparks Geras suchen wir, das Institut für Landschaftsentwicklung, Erholungs- und Naturschutzplanung, BOKU Wien, Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Ablauf der Messungen:

Ein Messdurchgang dauert ca. 1,5 Stunden und besteht aus einem ca. 30 - 45 minütigen Spaziergang in der Kleingruppe und drei Messphasen (vor, während und nach dem Spaziergang).

Erfasst werden Puls und Blutdruck (Handgelenk-Messgerät), sowie Konzentration und Wohlbefinden mittels Erhebungsbogen. Die Daten werden anonymisiert erhoben und ausgewertet.

Die Messungen können unter der Woche oder an Wochenenden bis Mitte Oktober 2020 organisiert werden. Die ersten Teilnahmemöglichkeiten bestehen am 15. - 16.8.2020 und 27. - 30.8.2020.

Voraussetzungen für die Teilnahme

- ❖ Alter: mind. 18 Jahre
- ❖ Nichtraucher / Nichtraucherin
- ❖ Guter gesundheitlicher Zustand
- ❖ Körperliche Kondition für einen Spaziergang von 30 – 45 Min.
- ❖ Achtsamkeit bei den Messungen
- ❖ Teilnahme an 2-3 Spaziergängen im Naturpark (= 2-3 Messdurchgänge)

Der Eintritt in den Naturpark ist an den Messtagen für die Teilnehmenden kostenlos.

Ansprechpartner: Bitte wenden Sie sich an Ing. Wolfgang Riener, E-Mail: ing.riener@aon.at

