



## DAS HERZALTER

Das Herzalter und das tatsächliche Alter können stark voneinander abweichen! Ist das Herzalter deutlich höher als das tatsächliche Alter, ist dies nicht selten mit einem **erhöhten Herzinfarkt-Risiko** verbunden.

Das Herzalter basiert auf den Originaldaten der **PROCAM-Studie**, eine der weltweit größten Langzeit-Beobachtungsstudien bezüglich Morbidität und Mortalität (Schwerpunkt Herz- und Gefäßerkrankungen) mit 50.000 Teilnehmern.

## KOMMUNIKATIONSMATERIALIEN

Sie möchten Ihre Mitarbeiter\*innen & Bürger\*innen über das Internet, Intranet oder eine APP ansprechen? Hierfür stellt Ihnen die Assmann-Stiftung für Prävention kostenfrei eine **Online-Anzeige** zur Verlinkung mit dem Internet-Portal [www.herzalter-bestimmen.de](http://www.herzalter-bestimmen.de) sowie ein **Erklärvideo zum Herzalter** (60 Sek.) gerne zur Verfügung.

## SIE MÖCHTEN IHRE KOMMUNALE AUFKLÄRUNGSKAMPAGNE JETZT STARTEN?

- Dann laden Sie [hier](#) die **Online-Anzeige** „Jetzt mitmachen und in nur 90 Sekunden das Herzalter bestimmen!“ herunter und verlinken diese z.B. auf Ihrer Internetseite mit dem Internet-Portal [www.herzalter-bestimmen.de](http://www.herzalter-bestimmen.de)
- Für das **Erklärvideo zum Herzalter** kopieren Sie bitte folgenden Link:  
<https://www.youtube.com/watch?v=Bh3Ha9t6Hfs>

## KOMMUNE MIT HERZ!

- Herz-Kreislaufkrankungen sind immer noch mit Abstand die häufigste Todesursache in Deutschland!
- Sie möchten als Kommune die Herzgesundheit Ihrer Mitarbeiter\*innen & Bürger\*innen fördern?
- Nutzen Sie die kostenfrei bereitgestellten Kommunikationsmaterialien (siehe unten) und starten Ihre kommunale Aufklärungskampagne!



FÜR DIE GESUNDHEIT IHRER  
MITARBEITER\*INNEN & BÜRGER\*INNEN!

So einfach geht`s!

1

Machen Sie Ihre Mitarbeiter\*innen & Bürger\*innen auf die Initiative „Deutschland bestimmt das Herzalter!“ aufmerksam.

2

In nur 90 Sekunden können die Nutzer\*innen auf [www.herzalter-bestimmen.de](http://www.herzalter-bestimmen.de) anonym ihr Herzalter bestimmen.

3

Zusätzlich erhalten Ihre Mitarbeiter\*innen & Bürger\*innen wertvolle Informationen, wie sie ihre Herzgesundheit erhalten können.

Eine Initiative für ein herzgesünderes Deutschland der Assmann-Stiftung für Prävention mit der Unterstützung des Deutschen Städte- und Gemeindebunds