

## Eine für Alle: Kostenfreie und mehrsprachige Herz-Kreislauf-App bereit zum Download

**tala-med Cardio heißt die App, die am Institut für Allgemeinmedizin des Universitätsklinikums Freiburg zur Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen entwickelt wurde. Sie steht ab sofort in den sechs Sprachen Deutsch, Englisch, Türkisch, Arabisch, Ukrainisch und Russisch in den App-Stores zur Verfügung.**

Das Projekt wurde durch das Ministerium für Wissenschaft, Forschung und Kunst in Baden-Württemberg im Kompetenznetzwerk Präventivmedizin gefördert und umfasst die Module "Ernährung", "Bewegung" und "Rauchfrei". Also die Bereiche, die jeder Mensch durch sein Verhalten positiv beeinflussen kann. "Herz-Kreislauf-Erkrankungen zählen nach wie vor zu den häufigsten Todesursachen in Deutschland", erklärt Prof. Andy Maun, Leiter des Instituts. Die App unterstützt die Nutzer\*innen mit leicht verständlichen Informationen, Tipps und Übungsvideos, die jede\*r zu Hause nachmachen kann.

### Zielsetzung

"Wenn wir es schaffen, dass nur fünf Prozent der Nutzer\*innen ihren Lebensstil nachhaltig verbessern, haben wir schon viel erreicht!", so Maun. Mit Hilfe von Expert\*innen aus verschiedenen Disziplinen wurden dafür relevante, evidenzbasierte Inhalte multimedial aufbereitet. Um möglichst viele Menschen zu erreichen, ist die App kostenfrei, mehrsprachig und erfasst keine Daten der Nutzer\*innen.

---

### Pressemitteilung

22.03.2023

Quelle: Universitätsklinikum Freiburg

---

### Weitere Informationen

+49 (0)761 270-72974  
tala-med@uniklinik-freiburg.de  
Institut für Allgemeinmedizin  
Elsässerstr. 2m  
79110 Freiburg

► [www.tala-med.com](http://www.tala-med.com)