



Gesundheitsförderung im August ...

In der aktuellen Ausgabe unseres Newsletters stellen wir Ihnen unsere neuesten Informationen und Anleitungen zur Prävention von Alkoholmissbrauch vor: Die Toolkits für Betriebe und Vereine können Sie bei uns kostenfrei bestellen. Außerdem gibt's wieder g'miasige Rezeptideen - gerade richtig, denn im Gemüsegarten herrscht Hochsaison. Eine saisonale und regionale Ernährung ist zudem klimafreundlich - wo Sie noch mehr zum Thema Klima nachlesen können, erfahren Sie ebenfalls in unserem August-Newsletter.

Viel Spaß beim Lesen!



Toolkit zur Alkoholprävention für Vereine und Betriebe

Vereine und Betriebe erreichen täglich zehntausende Vereinsmitglieder und 400.000 Beschäftigte in ihrer Lebenswelt, beruflich und privat. Um ihrer Vorbildwirkung und Verantwortung für MitarbeiterInnen und Mitglieder im Zusammenhang mit Alkohol einfacher gerecht zu werden, haben wir zwei neue Werkzeugkoffer – so genannte „Mehr vom Leben“-Toolkits – speziell für Vereine und Betriebe mit umfassenden Informationen und Anleitungen für die Präventionsarbeit herausgegeben. In einer Pressekonferenz mit der Gesundheitslandesrätin Juliane Bogner-Strauß konnte das Toolkit vorgestellt werden.

Mehr dazu: www.mehr-vom-leben.jetzt

Toolkits kostenfrei bestellen: info@mehr-vom-leben.jetzt



v.l.n.r.: Christian Geier, Safety & Health Manager der Brau Union Österreich AG; Bianca Heppner, Gesundheitsfonds Steiermark; Gesundheitslandesrätin Juliane Bogner-Strauß; Erich Riegler, Landesobmann Steirischer Blasmusikverband



10 neue „Sei amol g'miasig“-Rezepte

Die Ernährungsberichte der letzten Jahre zeigen, dass gerade Männer „Gemüse-Muffel“ sind und eher Fleisch und Wurst anstatt Gemüse auf dem Esstisch landet. Dies gilt natürlich insbesondere für die Grillsaison! Mit den neuen Rezepten möchte „Sei amol g'miasig“ aufzeigen, dass auch beim Grillen Gemüse eine größere Rolle spielen kann. Dabei geht es nicht immer darum, das Fleisch am Rost durch Gemüse zu ersetzen. Auch bei den sonstigen Speisen kann man mehr Gemüse unterbringen. Ziel ist ein Grillteller, der mindestens zur Hälfte mit regionalen & saisonalem Gemüse befüllt ist!

Versuchen Sie z.B. den (wirklich!) cremigen Erdäpfelsalat mit Berglinsen oder das Knoblauchbrot spezial (mit geriebenen Zucchini im Teig). Eine Empfehlung ist auch der Gemüsespieß! Dieser ist optisch und geschmacklich einfach ein Highlight. Darüber hinaus ist der steirische Burger mit Rindfleisch und Käferbohnen (!) ein Grillvergnügen.

Link zu den Rezepten: www.gemeinsam-geniessen.at



Alles rund ums Klima – neu auf der Jugendgesundheitswebsite feel-ok.at

Auf der von Styria vitalis koordinierten Website feel-ok.at erfahren Jugendliche, was der Klimawandel genau bedeutet, wodurch er verursacht wird und welche Veränderungen er bewirkt. Sie lernen Klimastrategien weltweit und in Österreich kennen und erfahren, wie jede/r einen Beitrag leisten kann. Das Thema wurde in Kooperation mit dem CCCA – Climate Change Centre Austria jugendgerecht und gut verständlich aufbereitet. Für Lehrpersonen und MultiplikatorInnen stehen kostenlose Arbeitsblätter und Stundenbilder zum Download bereit.

Alle Infos: www.feel-ok.at



Ernährung zur Stärkung des Immunsystems

Im Zuge des Ernährungsberatungsprogrammes "GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN - daheim und unterwegs" werden die Netzwerkdietologinnen von der FH Joanneum, Institut Diätologie, mit fundierten Informationen unterstützt. Neu ist das Zusatzblatt zum Thema „Ernährung zur Unterstützung des Immunsystems“, das empfehlenswerte Artikel zum Thema Covid-19 zusammenfasst.

Dieses Zusatzblatt und weitere sind auch für Ernährungsexperten außerhalb des kostenfreien Ernährungsberatungsprogrammes verfügbar.

Link: www.gemeinsam-geniessen.at



Ich tu's! Klimafreundliche Ernährung im August

Das Land Steiermark – Abteilung 15 Energie, Wohnbau, Technik kooperiert dieses Jahr mit der Antenne und thematisiert jeden Mittwoch zwischen 16.00 und 17.00 Uhr ein klima- bzw. energierelevantes Thema. Im August 2020 geht es um klimafreundliche Ernährung. Dazu wird am 5. August 2020 ein Beitrag zum Thema "Gemüse haltbar machen", wo Manuel Liepert, einer der Köche aus dem Klimakochbuch, Tipps zum Thema Einkochen gibt, gesendet. Außerdem gibt es im August noch weitere spannende Beiträge in denen die Kampagne „Sei amol g'miasig“ vorgestellt wird sowie auf die Themen Direktvermarktung (direkt vom Bauernhof oder von Bauernmärkten) und ökologischen Fußabdruck von Lebensmittel eingegangen wird.

Auch auf der Facebookseite von Ich tu's wird dieser Themenschwerpunkt begleitet: www.facebook.com/ichtusfuerunserezukunft

Die 2. Auflage des Klimakochbuchs wurde in Zusammenarbeit mit 19 steirischen Köchen und Köchinnen als Online-Version herausgebracht. Unter dem Titel „20 Minuten Rezepte – Die schnelle und klimafreundliche Küche“ entstand eine Sammlung aus saisonalen und regionalen Rezepten, die innerhalb von 20 Minuten zubereitet sind – so kann jeder auch beim Kochen in den eigenen vier Wänden einen einfachen und schnellen Beitrag zum Klimaschutz leisten. Das Online-Klimakochbuch trumpft außerdem mit einem Saisonkalender, spannenden Tipps zum Klimaschutz beim Kochen, tollen Food-Fotos (Monika Reiter Fotografie) und anschaulichen sowie hilfreichen Illustrationen und Videoanleitungen auf. Redaktion, Layout, Art Direction und Illustration übernahm die Agentur CMM. Die mitwirkenden Köche und Köchinnen sowie Betriebe zeichnen sich durch besonderes Engagement im Bereich Klimaschutz aus.

Mehr Infos, ganze Rezepte und weitere Erklärvideos (tv-m television & media productions) zur Zubereitung sind unter www.klimakochbuch.at zu finden.



Das Gesundheitszentrum „Allgemeinmedizin Graz Gries“ stellt sich vor!

Als Hausärztinnen sind wir im Team mit anderen Gesundheitsberufen die ersten Ansprechpersonen im Rahmen der allgemeinmedizinischen Grundversorgung. Unsere Aufgabe ist die Sicherstellung einer kompetenten und gewissenhaften Versorgung aller Patientinnen und Patienten – unabhängig von deren Alter, Geschlecht und Gesundheitsproblemen.

Sozialarbeit, Diätologie, Physiotherapie und Logopädie gehören genauso zu unseren Angeboten wie Programme zur Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz. Ein Schwerpunkt im Gesundheitszentrum liegt auf der psychotherapeutischen Medizin. Damit wird ein weiterer wichtiger Bereich der Gesundheitsversorgung abgedeckt.

Offenheit, Toleranz und Empathie sind unsere Stärken. Der Zusammenhalt im Team ist uns besonders wichtig – denn nur so können wir auch unsere PatientInnen begeistern.

Weitere Informationen zum Gesundheitszentrum Allgemeinmedizin Graz Gries und dem umfangreichen Angebot finden Sie unter www.allgemeinmedizingries.at



Gesundheitliche Folgen von Gewalt - Fortbildungen ab sofort buchbar

Zahlreiche Meldungen der letzten Zeit lassen erkennen, dass aufgrund besonderer Belastungen vieler Frauen und Männer durch SARS-CoV 2 Gewalt verstärkt zum Thema geworden ist. Daher freut es das Grazer Frauengesundheitszentrum – nach einer Covid-19 bedingten Pause – mit dem Projekt Gesundheit verträgt keine Gewalt – Hinschauen und Nachfragen hilft! voller Energie weitermachen zu können. Seit Juli können Krankenanstalten, Ordinationen, Gesundheitszentren und therapeutische Praxen und Pflegeeinrichtungen im Rahmen des Projektes kostenfreie Fortbildungen für ihre Mitarbeiter*innen buchen. Etwa mit Themen wie Umgang mit Gewaltbetroffenen in der ärztlichen Praxis, Melde- und Anzeigepflicht der Gesundheitsberufe, Gewalt in der Pflege oder Täterarbeit als Beitrag zum Opferschutz. Auftraggeber des Projektes ist der Gesundheitsfonds Steiermark.

www.frauengesundheitszentrum.eu/gesundheit-vertraegt-keine-gewalt-hinschauen-und-nachfragen-hilft/



Termine

- Im Rahmen des Projektes **Altern mit Zukunft** findet am **17. September 2020** in Neuberg an der Mürz ein AmZ-Streifzug statt; eine **AmZ-Austauschrunde** ist im **November 2020** in Leoben geplant. Alle Infos unter alternmitzukunft.or.at
- Aviso: Die **Verleihung des „SALUS“** findet am Dienstag, **13. Oktober 2020**, ab 18.00 Uhr in der Aula der Alten Universität in Graz statt. Gesundheitslandesrätin Dr. Juliane Bogner-Strauß und Ing. Josef Harb, Landesstellenausschuss-Vorsitzender der Österreichischen Gesundheitskasse Steiermark, übergeben die Preise.
- Aviso: Am **14. und 15. Oktober 2020** dreht sich in Freistadt alles um die Mobilität zu Fuß. Unter dem Motto "Gut zu Fuß daheim und für die Gäste" findet zum vierzehnten mal die **Österreichische Fachkonferenz für FußgängerInnen** statt. Infos und Anmeldung: www.walk-space.at
- Aviso: Im **Oktober 2020** startet der **10. Universitätslehrgang Public Health** an der MedUni Graz. Alle Informationen: postgraduate-school.medunigraz.at
- Aviso: Die **22. Österreichische Gesundheitsförderungskonferenz** des FGÖ mit dem Titel „**Sozialer Zusammenhalt stärkt Gesundheit! Beiträge der Gesundheitsförderung**“ findet am **16. November 2020** im Congress Graz statt.
- Aviso: Die **Tagung der Österreichischen Gesellschaft für Public Health (ÖGPH)** findet in Kooperation mit der Gesundheit Österreich GmbH (GÖG), dem FGÖ und der Sozialversicherung der Selbständigen (SVS) am **17./18. November 2020** im Congress Graz statt.

Impressum

Newsletter „Gesundheitsziele Steiermark“ – Ausgabe August 2020

Herausgeber und Medieninhaber:

Gesundheitsfonds Steiermark, Herrengasse 28, 8010 Graz;

E-Mail: gesundheitsziele@stmk.gv.at

Fotocredits: © Gesundheitsfonds/Streibl; © Allgemeinmedizin Graz-Gries

Newsletter abonnieren oder abmelden

Sollten Sie den Newsletter „Gesundheitsziele“ persönlich noch nicht erhalten bzw. an KollegInnen oder Interessierte weiterleiten wollen, bitten wir Sie, sich direkt anzumelden: [**Newsletter Anmeldung**](#)

Falls Sie keine weitere Zusendung wünschen, klicken Sie bitte hier: [**„Newsletter abmelden“**](#)

Klicken Sie hier um sich aus dem Verteiler abzumelden.