



GESUNDHEITSZIELE STEIERMARK

Newsletter Juli 2021

Ein Sommer zum Mitmachen ...

Im diesjährigen Sommer-Newsletter gibt es zahlreiche Möglichkeiten, um bei Gesundheitsförderungsprojekten mitzumachen oder die eigenen Projekte bekannt zu machen. Klicken Sie sich durch, teilen Sie die Informationen, reichen Sie Ihre Arbeiten bei den verschiedenen Konferenzen ein und helfen Sie so mit, die Steiermark gesundheitsförderlicher zu gestalten!

Wie immer wünschen wir Ihnen **viel Spaß beim Lesen!**



Erklärungen und lockere Sprüche leid? - »NEIN, danke!« reicht auch.

„Wie bitte, du trinkst heute nichts?“
„Es ist doch Wochenende, sei kein Spaßverderber!“
„Ein kleines Glas geht schon, du bist ja sonst nicht so?!“

Wer ein alkoholisches Getränk ablehnt, stößt meist auf Unverständnis. Wir finden: Ein einfaches "Nein, danke!" reicht! Kennen Sie schon unsere neue Comic-Serie zum Thema „Erklärungen und lockere Sprüche leid?“ 



Alle Informationen und brauchbare Tipps für einen gesunden Umgang mit dem Thema Alkohol gibt es hier:

www.mehr-vom-leben.jetzt



Gesund informiert: Schlafstörungen

Wie wichtig Schlaf für unsere Gesundheit ist, merken wir oft erst, wenn wir zu wenig davon haben.

Manche Menschen haben regelmäßig Schwierigkeiten beim Einschlafen oder können nicht durchschlafen. Wenn das drei Nächte oder öfter pro Woche vorkommt, spricht man von einer Schlafstörung.

Die Ursachen für Schlafstörungen können vielfältig sein und sind oft nicht auf den ersten Blick erkennbar. Auf gesund-informiert.at lesen Sie, wie Sie besser schlafen können. Denn ausgeschlafen lebt sich's gesünder!

Link: gesund-informiert.at/gesundheitsthemen/schlafstoerungen



Steirische Mindeststandards in der 3. Auflage

Die Gemeinschaftsverpflegung – also das Essen und Trinken im Kindergarten, in der Schule, im Betrieb oder im Pflegeheim - kann uns bei einem besseren Ernährungsverhalten unterstützen: Einerseits durch das simple Angebot von besseren Speisen, andererseits durch die gezielte Angebotsgestaltung im Sinne von Nudging. So kann die **gesündere Wahl** auch zur leichteren Wahl werden. Und natürlich muss für eine gut funktionierende Gemeinschaftsverpflegung auch die Zielgruppe miteingebunden werden, der Einkauf muss regional und saisonal sein und die Wirtschaftlichkeit muss gegeben sein. Die Gemeinschaftsverpflegung ist ein komplexes System. Wie dieses System gut funktionieren kann und welche Anforderungen es dazu gibt, erfahren Sie im aktualisierten **Leitfaden zur Umsetzung** der steirischen Mindeststandards.

In der neuen Auflage finden Sie Informationen über Angebotssysteme und Preisgestaltung sowie zum Thema Lebensmittelkennzeichnung. Auch neue Anforderungen/Mindeststandards sind im Leitfaden zu finden. So wurde das Kapitel Abendessen neu erarbeitet. Die Anforderungen für das Mittagessen wurden adaptiert und bundesweite Standards eingearbeitet.

Der neue Leitfaden wurde für die virtuelle Nutzung optimiert und steht nun zum **Download** zur Verfügung: gesundheitsfonds-steiermark.at



Ausschreibung Kommunikationskampagne „Gesundheitskompetenz in der Steiermark“

Sie möchten uns dabei unterstützen, die Kampagne „Gesund informiert“ (www.gesund-informiert.at) weiter zu entwickeln und umzusetzen? Gegenstand der Ausschreibung ist die **strategische Kommunikationsberatung und Weiterentwicklung** zum Thema Gesundheitskompetenz für den Zeitraum ab Zuschlagserteilung bis 31.12.2024. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbungen! Nähere Details finden Sie im Vergabeportal des Landes Steiermark unter: steiermark.vergabeportal.at



#genuggewettet

Sportwetten erleben anlässlich der Fußball-Europameisterschaft einen verstärkten Boom. Die Fachstelle für Glücksspielsucht Steiermark entwickelte im Rahmen des Sportereignisses die Kampagne **Sportexperte ≠ Wettexperte**.

Die Kampagne richtet sich an die Bevölkerung, um Bewusstsein für die Thematik Sportwetten als potentielle Suchtgefahr zu schaffen. Sogenannte „Wettmythen“ sollen bewusst wahrgenommen und reflektiert werden. Zudem sollen Informationen über Hilfe und Unterstützungsmöglichkeiten vermittelt werden, um frühzeitig pathologischem Wettverhalten entgegensteuern zu können.

Zum Mitmachen und zur Erhöhung der öffentlichen Aufmerksamkeit gibt es viele Möglichkeiten:

- Folgen Sie der Fachstelle auf [Instagram](#) ([#genuggewettet](#)) und liken Sie die Posts
- Teilen Sie die Beiträge
- Sprechen Sie das Thema an
- Besuchen Sie www.wette-glueck.at



Bildungsnetwork Gesundheitsförderung im Herbst 2021

Die Themen sind vielfältig: Gemeinschaftsgärten anlegen und begleiten, Community Organizing als Methode der Gesundheitsförderung, Konfliktmanagement, das 1×1 der Freiwilligenarbeit sowie Methoden zur Stärkung der Ressource ICH.

Alle Seminare finden in Graz statt, dauern 2 Tage und kosten jeweils € 100. Sie richten sich an Aktive sowie Interessierte im Bereich Gesundheitsförderung, im Speziellen an MitarbeiterInnen von Bildungs- und Betreuungseinrichtungen, öffentlichen Institutionen und Vereinen im Gesundheits- und Sozialbereich. Die Anmeldung erfolgt über die Weiterbildungsdatenbank des Fonds Gesundes Österreich.

Seminarübersicht: styriavitalis.at/bnw-herbst-2021



Nachlese: Netzwerktreffen Gesundheitsförderung

Im Mittelpunkt des **13. Netzwerktreffen Gesundheitsförderung** stand das Thema **„Corona & psychische Gesundheit“**. Im letzten Jahr mussten viele alltägliche, jahrelang eingeübte Abläufe, Initiativen, Maßnahmen von heute auf morgen eingestellt, unterbrochen oder umgestellt werden. Der Lebensalltag hat sich für viele Menschen deutlich verändert. Verschiedenste Belastungen stellen eine Herausforderung für unsere seelische Gesundheit dar.

Im Rahmen des Netzwerktreffens Gesundheitsförderung haben drei Projekte ihre Erfahrungen aus der Praxis präsentiert:

- „FABELHAFT“ von der FH Joanneum GesmbH
- „10 Schritte zum psychischen Wohlbefinden (Wege aus der Krise – Wissen hilft!)“ vom GO-ON Kompetenzzentrum für Suizidprävention in der Steiermark

- „Reden hilft – verlässliche Hilfe in herausfordernden Zeiten (Etablierung einer psychosozialen Hotline, 0800 500154)“ vom Kriseninterventionsteam Land Steiermark

Nähere Informationen zu den einzelnen Projekten und Kontaktdaten erfahren Sie in unserer Nachlese unter: gesundheitsfonds-steiermark.at > **Aktuelles**



Zertifikatsverleihung im plus-Präventionsprogramm

Wir freuen uns über die gelungene **Online-Zertifikatsverleihung des plus-Präventionsprogramms!** Nach einer gemeinsamen Rückschau auf die letzten 4 Jahre wurden über 50 Lehrpersonen von **VIVID** gemeinsam mit der Bildungsdirektion und dem Gesundheitsfonds Steiermark geehrt. Wir bedanken uns bei den Lehrkräften für das Engagement und wünschen für die Zukunft alles Gute!



Auf Gesundheitskurs!

Im Projekt „Auf Gesundheitskurs!“, welches von der **FH JOANNEUM** in Kooperation mit der **Stadtgemeinde Feldbach** umgesetzt wurde, lag der Fokus auf der Förderung der individuellen und organisationsbezogenen Gesundheitskompetenz. Das Projekt unterstützte Betriebe in der Südoststeiermark beim Aufbau von **Gesundheitskompetenz für Mitarbeiter*innen und Kund*innen**.

Aufbauend auf einer Erhebung zur Gesundheitskompetenz in der Region wurde eine Schulung zur Gesundheitskompetenz entwickelt und mit Teilnehmenden aus Betrieben durchgeführt. In den Betrieben, die am Projekt teilgenommen haben, wurden elf projektorientierte Maßnahmen entwickelt und umgesetzt. Darüber hinaus fand ein 4-wöchiger Online-Kurs zur „Gesundheitskompetenz in Betrieben“ statt. Insgesamt haben über 70 Personen österreichweit an der Online-Schulung

teilgenommen. Zum Abschluss des Projekts wurde noch ein tolles Video gestaltet. Am besten gleich [hier](#) reinklicken!



Neuer AmZ-BotschafterInnen-Kurs

Altern mit Zukunft „BotschafterInnen-Kurs“ in Knittelfeld: Der beliebte und kostenfreie AmZ-Kurs startet Ende September mit seinen 5 Modulen zum Thema „gesundes und aktives Altern“ in der schönen **Stadtgemeinde Knittelfeld**.

Hier finden Sie weitere Informationen und die genauen Termine: alternmitzukunft.or.at



6. ÖPGK-Konferenz – Call for Abstracts

Die Einreichfrist für die 6. ÖPGK-Konferenz zum Thema „**Gesundheitskompetenz messen: Impulse für Praxis, Politik und Forschung**“ am 12. Oktober 2021 wird bis 15. Juli 2021 verlängert.

Weitere Informationen zum Call for Abstracts finden Sie unter oepgk.at/call-for-abstracts-6-oepgk-konferenz

Die **Anmeldung** zur Konferenz wird **ab September** auf der ÖPGK Website möglich sein.



25. ONGKG-Konferenz – Call for Abstracts

Die 25. Österreichische Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen findet am 11. November 2021 erstmals als virtuelle Veranstaltung zum Thema „**Gewalt in Gesundheitseinrichtungen: Prävention und Deeskalation als Gesundheitsförderung**“ statt. Gastgeber der Konferenz ist der Wiener Gesundheitsverbund, Hauptveranstalter das Österreichische Netzwerk Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen (ONGKG). Bis 2. September 2021 ist es möglich, einen Beitrag für die Paralleleinheiten oder eine Posterpräsentation einzureichen.

Alle Informationen zur Konferenz finden Sie [hier](#).

Für Betriebe, die bereits Mitglied im Netzwerk ONGKG und der Sektionen "Rauchfreie Gesundheitseinrichtungen" und "Baby-friendly Hospitals" sind, besteht außerdem die Möglichkeit, noch bis 14. Juli 2021 am **Preis Ausschreiben für herausragende Gesundheitsförderungsmaßnahmen** teilzunehmen.



Termine

- **Terminavis:** Die **6. Konferenz der Österreichischen Plattform Gesundheitskompetenz (ÖPGK)** findet unter dem Motto „Gesundheitskompetenz messen: Impulse für Praxis, Politik und Forschung“ am **12. Oktober 2021** als Online Veranstaltung statt. **Mehr**
- **Terminavis:** Die **25. Österreichische Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen** findet als virtuelle Veranstaltung am Donnerstag, **11. November 2021** statt. Thema: "Gewalt in Gesundheitseinrichtungen: Prävention und Deeskalation als Gesundheitsförderung". **Mehr**



Newsletter „Gesundheitsziele Steiermark“ – Ausgabe Juli 2021

Herausgeber und Medieninhaber:

Gesundheitsfonds Steiermark, Herrengasse 28, 8010 Graz;

E-Mail: gesundheitsziele@gfstmk.at

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](#)

Klicken Sie hier um sich aus dem Verteiler abzumelden.