



### ***Die Welt im Ausnahmezustand ...***

*Wir alle erleben gerade eine besonders herausfordernde Zeit. Viele von den Menschen, die in der Steiermark im Gesundheitswesen tätig sind, sind täglich im Einsatz und mit der Eindämmung des Virus, mit der Behandlung von Erkrankten beschäftigt. Andere wiederum wurden ins Home-Office geschickt, weil Veranstaltungen, Workshops, Seminare und ähnliches nicht durchgeführt werden können. In einigen Institutionen und Beratungsstellen wurde umgestellt auf Telefon- oder Videoberatung.*

*Im aktuellen Newsletter berichten wir über einige dieser Angebote, aber auch über aktuelle Terminverschiebungen oder Fristverlängerungen.*

*Aber wir möchten nicht darauf verzichten, auch über aktuelle Produkte und Neuigkeiten aus der Gesundheitsförderung in der Steiermark zu berichten. Denn gerade jetzt ist vielleicht ausreichend Zeit, sich über neue Angebote zu informieren.*

*Lassen Sie sich daher ein wenig ablenken und vergessen Sie nicht, trotz allem auch den Frühlingsbeginn zu genießen!*

*Wir freuen uns auch auf Ihre Nachrichten an [gesundheitsziele@stmk.gv.at!](mailto:gesundheitsziele@stmk.gv.at)*



### **„Mehr vom Leben“ in der Quarantäne**

Als Desinfektionsmittel ist Alkohol zur Zeit stark gefragt. Ein kräftiger Schluck gegen Corona dagegen ist eine Schnapsidee! Schauen Sie auf sich und Ihre Lieben und beherzigen Sie unsere Tipps via Facebook [facebook.com/mehrvomleben.jetzt](https://facebook.com/mehrvomleben.jetzt) und Instagram [instagram.com/wenigeralkohol\\_mehrvomleben/](https://instagram.com/wenigeralkohol_mehrvomleben/)



### **"Gesund informiert" über Corona**

Auf der Seite [gesund-informiert.at/gesundheitsthemen/corona-virus](https://gesund-informiert.at/gesundheitsthemen/corona-virus) finden Sie die wichtigsten Informationen zu Covid-19 und werden auf die tagesaktuellen Seiten weitergeleitet.



## Grazer Telefonkette gegen COVID-19

Im Kampf gegen COVID-19 geht es JETZT um Menschen mit Vorerkrankungen, da ihnen die bestmögliche Abschottung in der anstehenden Erkrankungswelle der Coronavirus-Epidemie in Österreich potenziell das Leben retten kann.

Eine Initiative der Stadt Graz mit den Vereinen Ikemba, Jukus, Omega und Zebra setzt sich zum Ziel, zusammen mit weiteren Kooperationspartnern so viele Personen wie möglich telefonisch bei der Umsetzung der bestmöglichen Schutzmaßnahmen zu beraten. Viele Menschen mit Migrationshintergrund oder niedrigem Sozialstatus benötigen jetzt diese Unterstützung, die auch der neuen Solidarität entspricht: Die Telefon-Kette gegen COVID-19 schützt Betroffene, trägt direkt zur Eindämmung der Epidemie bei und entlastet dadurch das Gesundheitssystem, das dieser Tage eine große Herausforderung bewältigen muss.

Vereine, Gesundheitseinrichtungen oder Selbsthilfegruppen sind herzlich eingeladen, ihre aktuellen Kontakte und die Dokumentation nach älteren und vorerkrankten Menschen zu durchsuchen und eigenständig bei so vielen Haushalten wie möglich präventive Anrufe durchzuführen. In den Gesprächen wird versucht, das Infektionsrisiko einzuschätzen und Wege zu finden, um das bestmögliche Schutzverhalten umzusetzen.

Alle Infos: [thisispublichealth.at/telefon-kette/](https://thisispublichealth.at/telefon-kette/)



## Auch Lehrlinge essen zu wenig Gemüse!

Nur 22,6% der weiblichen und 16% der männlichen Lehrlinge essen täglich Gemüse. Eine neue Studie, durchgeführt vom Institut für Gesundheitsförderung und Prävention (IfGP), zeigt für Lehrlinge wesentlich schlechtere Ergebnisse als für SchülerInnen in der HBSC-Studie 2018. Bei den weiblichen Schülern sind es nämlich immerhin 35,2%, die täglich Gemüse essen, die männlichen Schüler schneiden nur unwesentlich besser ab als ihre Lehrlingskollegen - 16,7% essen täglich Gemüse.

Spannend für die Kampagne der Fach- und Koordinationsstelle Ernährung des Gesundheitsfonds Steiermark "Sei amol g´miasig" ist auch, dass man eher Begriffe wie "Fitness" oder "Wohlfühlen" statt "Gesundheit" in der Kommunikation an Jugendliche verwenden sollte. Genau hier setzt die Gemüsekampagne "Sei amol g´miasig" an, die sich auch an Lehrlinge wendet bzw. die offene Jugendarbeit unterstützt.

Insbesondere auf dem Instagramkanal wird im April das Thema Soulfood - Essen zum Wohlfühlen behandelt!

Link zum Kampagnenkanal mit Koch 1x1, Quizzes, Rezepten, witzigen Panther-Weisheiten und Postings zum Thema Soulfood: [@seiamolgmiasig](https://www.instagram.com/seiamolgmiasig)

Interessierte finden die Erhebung des IfGP [hier](#).



## Neue Checkliste Abendessen

Die steirischen Mindeststandards werden gerade überarbeitet und im Zuge dessen wurde nun die neue Checkliste Abendessen veröffentlicht, die mit ExpertInnen aus den verschiedensten Bereichen abgestimmt wurde. Die Veröffentlichung folgt der Empfehlung aus der Studie "Essen und Trinken in den steirischen Pflegeheimen", die den Bedarf für eine solche Checkliste aufgezeigt hat.

Die Aktualisierung hat aber auch vor den anderen Mindeststandards nicht haltgemacht.

Die aktuellen bzw. gültigen Mindeststandards in der Gemeinschaftsverpflegung finden Sie derzeit nur in den Checklisten, der Leitfaden selbst befindet sich noch in Überarbeitung.

Link zur Checkliste Abendessen: [gemeinsam-geniessen.at/Documents](https://www.gemeinsam-geniessen.at/Documents)

Link zu den weiteren Checklisten bzw. zu den aktuellen

Mindeststandards: [gemeinsam-geniessen.at/Seiten/Broschüren](https://www.gemeinsam-geniessen.at/Seiten/Broschüren)



## Mehr-vom-Leben Förderung für Elternvereine

Aufgrund der aktuellen Ereignisse wird die Einreichfrist für die Förderung für steirische Elternvereine bis 22. Mai 2020, 24 Uhr, verlängert.

Alle Unterlagen für die Förderung sind auf der Website [mehr-vom-leben.jetzt](https://www.mehr-vom-leben.jetzt) verfügbar.



## NEU! Handbuch zu Community Organizing als Methode in der Gesundheitsförderung

Das Handbuch richtet sich an PraktikerInnen. Es enthält zahlreiche Beispiele, wie die Beteiligung von BürgerInnen an der Gestaltung ihres Lebensraums gelingen kann.

Styria vitalis hat die Methode in den Projekten „FuN-Familienunterstützende Nachbarschaft in Kapfenberg“ und „Nachbarschaft zusammen leben in Lieboch“ erprobt und die gesammelten Erfahrungen zusammengefasst. Das Handbuch folgt im Aufbau den vier Schritten des CO-Prozesses. Jeder Schritt wird detailliert beschrieben und die LeserInnen erhalten Tipps für die Umsetzung in die Praxis.

Download unter: [styriavitalis.at/information-service/downloads/](https://styriavitalis.at/information-service/downloads/)



## Rauchen begünstigt Corona-Infektion

Erste Studien aus China zeigen: Wer raucht, hat eine deutlich höhere Wahrscheinlichkeit, dass eine Infektion mit COVID-19 schwer und komplikationsreich verläuft. Allein das oftmalige Führen der Hand zum Mund begünstigt bei Rauchenden Infektionen mit dem Corona-Virus, warnt indes die WHO.

Mehr zu [COVID-19 und Rauchen](#)

## Tabakentwöhnung am Telefon

Die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) in der Steiermark bietet in Kooperation mit dem Land Steiermark, dem Gesundheitsfonds Steiermark und VIVID – der Fachstelle für Suchtprävention - bereits seit 11 Jahren Tabakentwöhnungsprogramme in Gruppen und im Einzelsetting an. Da die Durchführung der Programme mit direktem Kontakt zum Kunden derzeit nicht möglich sind, wurden kostenlose Beratungen am Telefon organisiert. Angeboten werden maximal 4 kostenlose Telefontermine zu jeweils 30 Minuten, die von ausgebildeten Expertinnen und Experten abgehalten werden. Seminarunterlagen werden per Post an die Teilnehmenden gesendet. Anmeldung unter: 05 0766 15 1919 (Montag bis Freitag 08:00 bis 14:00) oder unter [rauchstopp@oegk.at](mailto:rauchstopp@oegk.at).

Weitere Informationen unter [www.gesundheitskasse.at/tabak](https://www.gesundheitskasse.at/tabak).



## Steirischer Qualitätspreis Gesundheit

Der Steirische Qualitätspreis Gesundheit – „SALUS“ zeichnet Aktivitäten im steirischen Gesundheitswesen aus, die für die konsequente Verfolgung systematischer Qualitätsarbeit stehen. Die Gesundheitsplattform Steiermark verleiht im Jahr 2020 bereits zum elften Mal den SALUS.

In diesem Jahr wird der Preis in den zwei Kategorien **Gesundheitsversorgung** und **Gesundheitsförderung** verliehen.

Bewerbungen können bis zum 30. April 2020 eingereicht werden. Das **Online-Bewerbungsformular** für die Einreichung sowie die dazugehörigen Informationen zur Ausschreibung des „SALUS“ stehen Ihnen **hier** zur Verfügung.



## Das Team „Richtig essen von Anfang an!“ ist für Sie da!

Auch wenn wir die Durchführung unserer Workshops in der Steiermark aufgrund der aktuellen Situation stoppen mussten, die Fragen von Schwangeren und von „frisch gebackenen“ Eltern zu den Themen „Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit“, „Babys erstes Löffelchen - Ernährung im ersten Lebensjahr“ und „Gemüsetiger-Alarm - Ernährung der Ein- bis Dreijährigen“ beantworten wir gerne.

Wir laden Sie ein, Ihre Fragen an [richtigessen-15@oegk.at](mailto:richtigessen-15@oegk.at) zu übermitteln!



## Änderungen bei den Beratungsstellen

Auch die verschiedenen Beratungsstellen in der Steiermark haben sich auf die neue Situation eingestellt.

Es ist ihnen auch in diesen schwierigen Zeiten sehr wichtig, ihre KlientInnen zu versorgen, aber auch Betroffene, welche nun in schwierigen Situationen Hilfe benötigen, zu unterstützen.

- Das **PSD Hilfetelefon** ist unter der Telefonnummer 0316/813181 4444 vorläufig von Montag – Freitag von 09:00 – 21:00 Uhr erreichbar.  
Online: [psd.hilfe@hilfswerk-steiermark.at](mailto:psd.hilfe@hilfswerk-steiermark.at)  
Mehr Informationen online: [hilfswerk.at/steiermark/psychosoziale-dienste/](https://hilfswerk.at/steiermark/psychosoziale-dienste/)
- In psychischen Ausnahmesituationen und für Notfälle können sich Betroffene an das **LKH Graz II** unter 0316/2191 oder die **Universitätsklinik für Psychiatrie** unter 0316/385 13616 wenden.
- Die **Suchtberatung Obersteiermark** bietet KlientInnenkontakt in der Beratungsstelle nur bei unaufschiebbarem gesundheitlichen Problemstellungen (z.B. Substitutionsrezeptur). Die Beratungsstelle ist vorübergehend nur telefonisch unter der Telefonnummer 03842/44474 erreichbar.
- Das **SMZ Liebenau** vermittelt Einkaufsdienste, Medikamentenbesorgungen, notwendige Besuchsdienste und ähnliche Unterstützung für zu Hause. Das SMZ in der Liebenauer Hauptstraße 141 ist für notwendige Beratungen 10 Stunden pro Woche für Sie da. Die ärztliche Praxis im SMZ ist wie immer geöffnet.  
Telefonische Erreichbarkeit Montag - Freitag:  
10:00 – 14:00 Uhr: Tel. 0650 67 35 146  
14:00 – 18:00 Uhr: Tel 0664 16 51 471



## Termine

**ACHTUNG** - aufgrund der aktuellen Maßnahmen zur Eindämmung der COVID-19 Epidemie werden **Veranstaltungen abgesagt oder verschoben**:

- **Sicherheit hat Vorrang - MINI MED pausiert:**  
Bis auf Weiteres sind alle Mini Med Vorträge abgesagt.  
Geöffnet sind weiterhin die **Audiothek** und auch die **Videothek**.  
Alle Infos: [minimed.at](https://minimed.at)
- Das 6. **"Mehr-vom-Leben" Netzwerktreffen** am 7. Mai 2020 wird abgesagt und in **den Spät-Herbst verschoben**.
- Die **IPS-Jahrestagung** (Initiative PatientInnen-sicherheit) am 22. April 2020 zum Thema "PatientInnen-sicherheit: Offene Herausforderungen erkennen & annehmen!" ist abgesagt bzw. **auf nächstes Jahr, April 2021 verschoben**.
- Der vom 24. – 25. April 2020 geplante **Österreichische Primärversorgungskongress 2020** wird **auf Herbst verschoben**.  
Alle Infos [hier](#)
- Die **22. Österreichische Gesundheitsförderungskonferenz** des FGÖ mit dem Titel „**Sozialer Zusammenhalt stärkt Gesundheit! Beiträge der Gesundheitsförderung**“ ist abgesagt bzw. wird Ersatztermin im Herbst 2020 gesucht.

### **Impressum**

Newsletter „Gesundheitsziele Steiermark“ – Ausgabe April 2020

Herausgeber und Medieninhaber:

Gesundheitsfonds Steiermark, Herrngasse 28, 8010 Graz;

E-Mail: [gesundheitsziele@stmk.gv.at](mailto:gesundheitsziele@stmk.gv.at)

Fotocredits: Styria vitalis

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“](#)