

# OÖ Nachrichten Spezial

Gesundes Oberösterreich • Werbung

## Alles unter einem Dach

„Gesundes Oberösterreich“ bündelt alle Gesundheits- und Vorsorgeangebote



Unter der neuen Dachmarke „Gesundes Oberösterreich“ bietet das Land OÖ seinen Bürgerinnen und Bürgern eine Vielzahl von Beratungs-, Aktiv- und Präventionsangeboten. Hauptpunkt dabei ist die neue Homepage [www.gesundes-oberoesterreich.at](http://www.gesundes-oberoesterreich.at)

Ab Seite fünf finden Sie die Gewinner des OÖ. Gesundheitsförderungspreises 2011.

Foto: OÖ.Tourismus/Weissenbrunner



Ärztchammer  
für Oberösterreich

gespag   
OÖ. GESUNDHEITS- UND SPITALS-AG

In Fröhlichkeit  
den Menschen dienen



Allgemein öffentliches Krankenhaus  
Elisabethinen Linz

# „Gesundheit ist eines der großen

Das Land Oberösterreich hat mit der neuen Dachmarke „Gesundes Oberösterreich“ seine Gesundheitsleistungen zusammengefasst, um sie der Bevölkerung einfach und übersichtlich darzustellen. Kernstück dabei ist die neue Homepage [www.gesundes-oberoesterreich.at](http://www.gesundes-oberoesterreich.at)

**OÖN:** Herr Landeshauptmann, warum hat das Land Oberösterreich diese neue Dachmarke ins Leben gerufen?

**Pühringer:** Wir wollen mit der Bündelung unserer Gesundheitsangebote die Präventionsmaßnahmen noch stärker in den Köpfen der Menschen verankern. Gesundheit ist eines der großen Megathemen für die Zukunft. Hier wollen wir von „Gesunder Ernährung“ über „Bewegungsprogramme“ bis hin zum „Impfservice“ unseren Bürgerinnen und Bürgern ein bestmögliches Serviceangebot zur Verfügung stellen.

**OÖN:** Welche Rolle spielt die Prävention in unserem Gesundheitssystem?

**Pühringer:** Gesundheitsförderung und Prävention sind zentrale Anliegen der Gesundheitspolitik in Oberösterreich. Dahinter steht die Überzeugung, dass es besser ist, die Gesundheit zu erhalten als im Nachhi-



Foto: Land OÖ

nein Krankheiten zu heilen. In vielerlei Hinsicht hat es jede und jeder Einzelne in der Hand, durch sein Verhalten auf die eigene Gesundheit zu achten. Oft sind aber der Einzelperson die Hände gebunden, da das Umfeld es erschwert oder gar unmöglich macht, gesund zu leben.

**OÖN:** Was kann die Politik dazu beitragen?

**Pühringer:** Die Politik muss alles tun, um gute gesundheitsfördernde Rahmenbedingungen in allen Lebensbereichen zu schaffen. Denn Gesundheitsförderung ist dann besonders erfolgreich, wenn sie mög-

lichst viele Menschen erreicht. Parallel dazu braucht es auch Veränderungen in den Gesundheitsbudgets. Derzeit fließen nur 1,9 Prozent der im Gesundheitsbereich verwendeten Mittel in die Vorsorge und Prävention, alle anderen Gelder werden für die Reparaturmedizin aufgewendet. Eine Verschiebung der Ressourcen ist hier notwendig, zum Beispiel aus den Erträgen aus dem Kostendämpfungspotenzial der oö. Spitalsreform.

**OÖN:** Gibt es neue Projekte im Rahmen der Dachmarke „Gesundes Oberösterreich“?

**Pühringer:** Ja, zum Beispiel wollen wir mit unse-

ren Präventionsangeboten bereits im Kindesalter ansetzen, da die Gesundheitsförderung gerade in diesem Bereich besonders effektiv ist. Übergewichtige Kinder werden meist zu übergewichtigen Erwachsenen. Dadurch wird das Risiko für Folgeerkrankungen deutlich erhöht.

„Gesundheitsförderung und Prävention sind zentrale Anliegen der Gesundheitspolitik in Oberösterreich.“

**Dr. Josef Pühringer**  
Gesundheitsreferent



Foto: privat

„Seit dem Beitritt des Krankenhauses der Elisabethinen zum Netzwerk der Österreichischen Gesundheitsfördernden Krankenhäuser 2004 ist die Prävention bei uns vom Anliegen zur Verpflichtung geworden. Im Hinblick auf die Entwicklung der Zivilisationskrankheiten ist die ‚Gesunde Gemeinde‘ eine wichtige und begrüßenswerte Initiative. Diese und die Aktivitäten vor Ort stellen eine wertvolle Grundlage für die Übernahme von Eigenverantwortung der Gesundheit dar. Wir freuen uns über die vielen vorbildlichen Einreichungen und gratulieren den Gewinnern.“

**Dr. Franz Harnoncourt**  
Geschäftsführer und Ärztlicher Direktor KH Elisabethinen



Foto: gespag

„Die Spitäler der gespag engagieren sich seit vielen Jahren im Bereich der Aktivitäten der ‚Gesunden Gemeinden‘. Zahlreiche Vorträge, aber auch Veranstaltungen in unseren Spitälern tragen dazu bei, das Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung zu fördern und das Wissen rund um Erkrankungen, deren Heilung, aber auch um entsprechende präventive Maßnahmen zu erweitern. Wir freuen uns sehr, Kooperationspartner zu sein und gratulieren der Siebergemeinde ganz herzlich zum Gewinn!“

**Mag. Karl Lehner**  
Gesundheits- und Spitals-AG



# Megathemen der Zukunft“

Wir haben daher vor zwei Jahren das Pilotprojekt „Genuss- und Bewegungsentdecker“ mit 21 Kindergärten in Angriff genommen. Dabei versuchen wir, in den Kindergärten ein gesundheitsförderndes Umfeld zu schaffen. Ernährung und Bewegung spielen dabei natürlich eine große Rolle. In

den nächsten Jahren werden wir flächendeckend immer mehr Kindergärten in dieses Projekt einbinden.

**OÖN:** Ein weiteres Vorzeigeprojekt sind die „Gesunden Gemeinden“. Wie sehen hier die Aktivitäten aus?

**Pühringer:** Der Jahreschwerpunkt der „Gesunden Gemeinden“ für 2011 ist die

Herz-Kreislauf-Gesundheit. Herzinfarkt, Herzschwäche oder Schlaganfall sind noch immer mit Abstand die Todesursache Nummer eins. Ziel dieser Aktion ist die Prävention von Erkrankungen und die Förderung eines gesunden Lebensstils. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der „Gesunden

Gemeinden“ sind dabei die direkten Ansprechpartner/-innen in den Regionen und informieren mit unterschiedlichen Beratungsprojekten vor Ort. Bewährte Projekte, wie zum Beispiel „Gesunde Küche“ oder der „Stammtisch für pflegende Angehörige“, werden natürlich weiter betrieben.

## Die Spitalsreform bringt Sicherheit und Qualität für Patienten

**Oberösterreich hat eine Spitalsreform eingeleitet, um für die Zukunft eine hochwertige und flächendeckende Versorgung zu sichern.**

In der heimischen Bevölkerung gibt es dafür eine hohe Zustimmung: Laut einer Umfrage des Meinungsforschungsinstituts market finden drei Viertel der Menschen Reformen im Hinblick auf die steigenden Spitsalkosten wichtig.

**Keine Schließungen  
Kein Mitarbeiterabbau**

Zuge dieser Reform werden keine Krankenhäuser geschlossen. Keine Spitalsmitarbeiterinnen und keine Spitalsmitarbeiter werden deshalb ihren Arbeitsplatz verlieren. Dieser Reformschritt ist aber absolut notwendig, um die Finanzierbarkeit unserer hoch-

qualitativen Spitalslandschaft für die Zukunft zu gewährleisten. Die Reformvorschläge der Expertenkommission haben vor allem zwei Ziele: Erstens die flächendeckende Versorgung: Wer ein Krankenhaus braucht, muss es innerhalb kurzer Zeit erreichen können. Zweitens die Spitzenmedizin im Auge behalten: Wer spezialisierte Spitzenmedizin braucht, muss diese in Oberösterreich auch vorfinden. Das wird durch die Installierung von Kompetenzzentren hervorragend abgedeckt.

**Spitalsaufenthalte  
weit über Durchschnitt**

Sowohl nationale als auch internationale Vergleichswerte zeigen, dass die Krankenhaushäufigkeit in Oberösterreich weit über dem Durchschnitt liegt und in den letzten Jahren stark

ansteigt. Dies sieht man sowohl bei den Belegtagen als auch bei den stationären Aufnahmen je 1000 Einwohner/-innen. So hat unser Bundesland um rund 21 Prozent mehr vollstationäre Aufnahmen als der Bundesschnitt.

**Ohne Reform hohe  
Kostensteigerungen**

Ohne die Umsetzung dieser Spitalsreform würden die Ausgaben für die Krankenhäuser in Oberösterreich auf 2,6 Milliarden Euro bis 2020 ansteigen. Der Vorschlag der Expertenkommission sieht eine strukturelle Kostendämpfung in Höhe von 118 Millionen Euro – das sind 8,5 Prozent des Gesamtbudgets – vor. Um die Reformziele zu erreichen bestehen in Oberösterreich sehr gute Voraussetzungen: Es wurden schon in



**MMag. Wolfgang Bayer,  
Vorsitzender der Expertenkommission zur Spitalsreform.**

Foto: privat

den vergangenen Jahren 1,7 Milliarden in die Krankenhäuser investiert.



Foto: Ärztekammer OÖ

„Von der gesunden Ernährung über ausreichend Bewegung bis hin zum gezielten Erlernen ‚gesunder‘ Verhaltensweisen und den regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen beim Arzt: Gesundheitsförderung ist wichtig und die ‚Gesunden Gemeinden‘ leisten einen wichtigen Beitrag zur Bewusstseinsbildung und Umsetzung konkreter Maßnahmen. Als Kooperationspartner freuen wir uns über alle kreativen Projekte, die einen Schritt in Richtung mehr Gesundheit bewirken!“

**Dr. Peter Niedermoser**  
Ärztekammer für OÖ



Foto: Apothekerkammer

„Die Zunahme von chronischen Krankheiten gehört zu den großen zukünftigen Herausforderungen, denen wir uns stellen müssen. Wir Apotheker versuchen aufgrund unseres niederschweligen Zugangs im Gesundheitssystem kompetent zu helfen, die Situation von Betroffenen zu verbessern und diesen mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. Als Kooperationspartnerin unterstützen und begrüßen wir die Bestrebungen und Projekte der Gesunden Gemeinden, um einen Schritt mehr in Richtung Gesundheitsförderung zu setzen.“

**Mag. Thomas Veitschegger**  
Oberösterreichische Apothekerkammer

# Land startet eine Vorsorgeoffensive „Gesundes Oberösterreich“ als neue Dachmarke

Nach dem Motto „Vorsorgen ist besser als Heilen“ legt das Land Oberösterreich seinen Schwerpunkt auf Gesundheitsförderung und Prävention. Man fasst daher alle Gesundheitsaktivitäten des Landes unter der neuen Dachmarke „Gesundes Oberösterreich“ zusammen. Kernstück dabei ist die neue Homepage [www.gesundes-oberoesterreich.at](http://www.gesundes-oberoesterreich.at)

Sie schafft einen umfassenden Überblick und einen idealen Einstieg auf der Suche nach Gesundheitsangeboten des Landes.

## Vorbeugung gegen Übergewicht bei Kindern

In Österreich sind gemäß einer bundesweiten Erhebung mehr als 20 Prozent der Buben und knapp 18 Prozent der Mädchen im Alter zwischen sechs und



14 Jahren übergewichtig. Tendenz steigend.

Der aktuelle Österreichische Ernährungsbericht zeigt, dass unsere Kinder zu viele Süßigkeiten und zu viel Wurst und Fleisch essen, während Obst und Gemüse viel zu kurz kommen. Neben der Entstehung von Übergewicht mit seinen Folgeerkrankungen werden auch besonders bei Mangelernährung Wachstum und Entwicklung negativ beeinflusst.

## Fettleibigkeit schafft hohe Folgekosten

Die Deutsche Adipositas Gesellschaft schätzt, dass heute fünf Prozent der Gesundheitskosten in Industrieländern durch die Folgeerkrankungen von Übergewicht verursacht werden. Da sich das Kleinkindalter für die Entwicklung eines optimalen Ernährungs- und Bewegungsverhaltens als besonders prägend darstellt,

ist Gesundheitsförderung in diesem Alter besonders effektiv. Basierend auf diesen Erfahrungen hat das Land Oberösterreich das Netzwerk „Gesunder Kindergarten“ ins Leben gerufen.

## Pilotprojekt läuft

Vor zwei Jahren wurde das Pilotprojekt „Genuss- und Bewegungsentdecker“ mit 21 Kindergärten in Kooperation mit dem Fonds „Gesundes Österreich“ in Angriff genommen. Ab Herbst 2011 kommen pro Bezirk weitere fünf Kindergärten dazu, was insgesamt zusätzliche 75 Kindergärten ausmacht. 2012 und 2013 sollen jeweils weitere 75 Kindergärten folgen. Dabei hat man versucht, in den Kindergärten ein gesundheitsförderndes Umfeld zu schaffen. Eine große Rolle spielen dabei Ernährung und Bewegung.

# Pühringer: „Pflegefiananzierung gesichert!“

**Um die Pflege älterer Mitbürgerinnen und Mitbürger zu sichern, haben sich Bund und Länder auf die Einrichtung eines Pflegefonds geeinigt, der bis 2014 mit 685 Millionen Euro dotiert wird.**

„Nach einem Jahr Ver-

handlungen ist der Durchbruch gelungen“, freut sich Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer, der in seiner Funktion als Vorsitzender der Landeshauptleute- und Landesfinanzreferentenkonferenz die Sache zu einem allseits gelobten Abschluss gebracht hatte.

Es ist nun gewährleistet, dass den 435.000 Pflegegeldbezieher(inn)en ein würdiges Leben ermöglicht wird. „Es geht um Menschen in sehr ernstesten Situationen und da ist Sicherheit wichtig“, so Pühringer.

Im Detail sieht das Gewährleisten von Sicherheit so aus: Ein mit 685 Millionen ausgestatteter Fonds soll die Kostensteigerungen

bei der Pflege für die Länder und Gemeinden bis 2014 decken. Dafür wird auch der Finanzausgleich bis 2014 verlängert. 456,7 Millionen Euro steuert der Bund bei, 228,3 Millionen Euro kommen von Ländern und Gemeinden. Heuer ist der Fonds mit 100 Millionen Euro dotiert, nächste Jahr mit 150, 2013 mit 200 und 2014 mit 235 Millionen Euro.



Landeshauptmann Pühringer liegt die Pflege älterer Menschen besonders am Herzen.

Foto: Land OÖ/Dedl

## Impressum

**Herausgeber:** Ing. Rudolf Andreas Cuturi, MAS, MIM, Promenade 23, A-4020 Linz, **Medieninhaber:** OÖN Redaktion GmbH & Co. KG, Promenade 23, 4010 Linz, Tel. 0732/7805-0, **Hersteller:** OÖN Druckzentrum GmbH & Co. KG, Medienpark 1, 4061 Pasching, Tel. 0732 / 7805-0, **Redaktion:** Land OÖ, Mag. Birgit Holzer, **Coverfoto:** Land OÖ, **Producing:** Elwin Hölzl, **Anzeigen:** Mag. Günther Plank, Wimmer Medien GmbH & Co. KG, Promenade 23, 4010 Linz, Tel. 0732 / 7805-519, **Erscheinung:** 16. April 2011

Für diese Sonderbeilage wurde ein Druckkostenbeitrag geleistet. Es handelt sich somit gem. §26 MedienG um „entgeltliche Einschaltungen“.



# Siegerprojekt 2011 aus St. Marien

Mit einem engagierten Jugendprojekt errang St. Marien beim OÖ. Gesundheitsförderungspreis 2011 den ersten Platz. Die OÖN interviewten den Arbeitskreisleiter Gerold Schiesser.

**OÖN:** Sie haben den Gesundheitsförderungspreis 2011 gewonnen. Worin liegt die Besonderheit Ihres Projektes?

**Schiesser:** Ich denke, der besondere Erfolg des Projektes liegt darin, dass wir den Jugendlichen auf ihrer Augenhöhe begegnet sind. Wir haben ihnen Themen angeboten, die sie dann in ihrem Kreis – ohne erhobenen Zeigefinger von Erwachsenen – bearbeitet haben.

**OÖN:** Welche Themen waren das und wie wurden sie umgesetzt?

**Schiesser:** Die Palette



In lockerer Atmosphäre erarbeiteten die Jugendlichen wichtige Themen.

Foto: privat

reichte von gutem Benehmen über weniger Rauchen bis hin zu Reduzierung von Fastfood und Suchtprävention. In Zusammenarbeit mit dem Jugendzentrum und Fachleuten aus unserer Gemeinde wurden Workshops,

Kochkurse und Vorträge organisiert.

**OÖN:** Welche Resonanz fanden die Angebote unter den Jugendlichen?

**Schiesser:** Wir haben uns sehr gefreut, dass die Teilnehmer bunt gemischt

nach Alter und Geschlecht waren. Auf Anregung der Jugendlichen wiederholen wir einige Veranstaltungen im Jahr 2011 und es gibt auch neue Angebote, wie den Workshop Konfliktlösungen.

## Platz 2 für „Starke Familien“ in Roßleithen

Rund 600 Personen nutzten die vielfältigen Aktivitäten in der „Gesunden Gemeinde“ Roßleithen, die mit dem Programm „Familien im Alltag stärken“ angeboten wurden.

Damit reagierte der Arbeitskreis auf zahlreiche Anliegen und Probleme der letzten Jahre zum Thema „Familie“. Mit Hilfe der Regionalbetreuung und vieler Kooperationspartner erstellte man ein abwechslungsreiches Zweijahresprogramm, das Familien bewegen, öffnen und verändern sollte: Denn nur wer sich bewegt, bewegt etwas, nur wer sich öffnet, öffnet etwas, nur wer sich zur Veränderung bereit erklärt, verändert etwas!

Das Angebot reichte von Workshops zu „Umgang mit Konflikten in der Familie“, „Kinder stark machen für

ein suchtfreies Leben“ oder „Entspannungstherapie als Kraftquelle“ bis zu Vorträgen wie „Alltag, Wunsch und Wirklichkeit in Partnerschaft und Ehe“ bzw. „Computersüchtige Kinder – ratlose Eltern“ und „Allergien – eine moderne Zivilisationskrankheit“.

### Fasten und reiten

Eine Aktionswoche unter dem Motto „Fasten – Essen, satt werden und genießen“ ermöglichte, Fasten, Walken und autogenes Training kennenzulernen. „Reiten als Therapie für Leib und Seele“ war nicht nur für Kinder mit Beeinträchtigungen ein tolles Erlebnis.

„Mit allen Sinnen den Hausgarten entdecken“ und „Ernährung mit Ziegenprodukten“ präsentierten biologische Wirtschaftsweisen. Alle Veranstaltungen ende-

ten mit einem Buffet für Jung und Alt.

Den Abschluss der Veranstaltungsreihe bildete der Roßleithner Gemeindefamilientag unter dem Ehrenschutz von Gesundheitsrefe-

rent LH Dr. Josef Pühringer.

Für die Zukunft wünscht sich der Arbeitskreis, „dass Eltern für ihre Kinder und Kinder für ihre Eltern noch mehr Verantwortung übernehmen“.



Starke Eltern – starke Kinder in Roßleithen.

Foto: privat



# Platz 3 für Gmunden und Überackern

„Bleib gesund durch Bewegung – gehen ist gesund“ lautet das Motto, das Gmunden den dritten Platz einbrachte. Ebenfalls Bronze ging an die Gemeinde Überackern für die Kneippanlage Thomasquelle.

Wie bringt man Menschen in Bewegung, die bislang keinen regelmäßigen Sport ausgeübt haben? Gmunden hat es vorge-macht: Man teilt die Stadt in fünf Teile und bietet, begleitet von jeweils zwei freiwilligen Gruppenleitern, zehn Wochen lang an einem Tag eine Stunde gemeinsames Gehen an. Dazu thematisch abgestimmte Vorträge, Gesundheitsabend mit offener Fragestunde und kostenlosen Blutzucker- und Blutdruckmessungen – der voll besetzte Rathaussaal bestätigte das rege Interesse der Gmundner.

Als Anerkennung über-reichte der Bürgermeister eine Ehrenurkunde der „Gesunden Gemeinde“ sowie eine kleine Aufmerksamkeit an das Ehepaar, das die meisten Schritte im Rahmen des Projektes gegangen war.

Gemeinschaftlich in Bewegung zu kommen be-



Die neue Kneippanlage in Überackern wurde zum Treffpunkt im Ort.

Fotos: privat

deutet auch Menschen kennenzulernen, Kontakte zu knüpfen, das soziale Umfeld zu erweitern und Freundschaften zu entwickeln.

423 Gmundner waren von diesem Projekt so begeistert, dass schon bald ein weiteres zehnwöchiges Gehprogramm auf dem Programm steht.

Als Zukunftsvision sieht die Projektleiterin, im Laufe der Zeit in verschiedenen Stadtteilen und Siedlungen Gruppen selbstständig zu machen und so ein Bewegungsnetz mit vielen einzel-

nen Schritten entstehen zu lassen.

## Kneippanlage Thomasquelle

Aus einer Vision entstand auch das preisgekrönte Projekt in Überackern, wo der Ortskern kein Kommunikationszentrum hatte. Im Ortskern befindet sich allerdings ein altes Wasserbecken in der Nähe eines Baches, früher bekannt als Thomasquelle.

Schon länger wollte die „Gesunde Gemeinde“ etwas für die Kommunikation

der Gemeindegänger, auch jener aus umliegenden Gemeinden, sowie für die vorbeikommenden Radfahrer des Inn-Salzach-Radweges tun.

So entstand die Idee zur Kneippanlage, die nach ca. einjähriger Planungs- und Bauzeit entstand. Auf der ca. 200 m<sup>2</sup> großen Erholungsfläche treffen sich tagsüber Mütter mit Kleinkindern, nachmittags Teenager und am frühen Abend die Senioren zum Kneippen und Plaudern. Fußkneippbecken, Armtauchbecken, Barfußweg, Trinkwasserentnahmestelle für Besucher und eine einladende Grünfläche bilden nun ein viel genutztes Kommunikationszentrum im Ortskern. Wegen des großen Andrangs mussten bereits die Sitzgelegenheiten erweitert werden.

Der Arbeitskreis erstellte eine Broschüre mit „Kneipp-tips“, die auch im Schaukasten neben der Anlage informieren. Jährliche Veranstaltungen sollen folgen.

Zum einjährigen Bestehen der Anlage ist ein Wettbewerb unter dem Motto „Wassertreten im Holzfass“ geplant, wo das schönste bzw. originellste selbst gebastelte Holzfass prämiert werden soll.



Der vollbesetzte Rathaussaal in Gmunden bestätigte das rege Interesse an diesem Projekt.





# Verleihung Sonderpreise

## Adlwang: „Party einmal anders“

Beim Jahresthema 2010 in Adlwang und Umgebung drehte sich alles darum, nach Wegen zu suchen, Jugendliche zu einem bewussten Umgang mit Alkohol und Suchtmitteln zu animieren. So entstand die Idee zur „Party einmal anders“.

Jugendliche ab 14 Jahren feierten mit Bioprodukten. Motiviert durch Themen wie „Was macht mir Spaß, was sind meine Werte, welche Freundschaften tun mir gut, wie kann ich mich in die Gemeinschaft integrieren oder nach welchen Highlights suche ich beim Fortgehen?“ nahmen 70 Jugendliche an dem Event teil. Der positive Aspekt von Feiern ohne Suchtmittel ging voll auf, da kein einziger Jugendlicher das Bedürfnis hatte, in der gesunden, einladenden Atmosphäre zu rauchen.

## Rohr im Kremstal: Jugendtag

Nach der Erhebung der Wünsche und Vorstellungen der Jugend für die Zukunft startete das Projekt mit dem Jugendtag „einfach nur zum Relaxen, ohne Verpflichtung“. Der Jugendarbeitskreis gestaltete ein poppigtes Logo, einen Folder, T-Shirts oder eine Fahne für den Jugendtag. Geboten wurden weiters ein Graffiti-Workshop mit Verschönerung der Bahnunterführung, Frisuren- und Kosmetiktipp sowie sportliche Aktivitäten ohne Leistungsdruck. Die Verköstigung der 90 Jugendlichen übernahmen die Rohrer Wirte kostenlos. Alle Gewerbetreibenden unterstützten die Aktion finanziell und die Jugendlichen wurden auf Wunsch vom „Heimbringtaxi“ gut nach Hause gebracht.



## Thalheim/Wels: Wir sind jetzt ... und das mit ganzer Kraft!

Das Projekt hatte als Ziel, das körperliche, seelische und geistige Gesundheitsbewusstsein am Arbeitsplatz zu fördern und Verhaltensänderungen anzubahnen. 36 Teilnehmer aus verschiedenen Unternehmen beteiligten sich. Es wurden monatliche Impulse in Form von Referaten, Workshops, Seminaren und Services in Ernährung, Bewegung und Denken gesetzt.

Das Projekt wurde medizinisch in Form von ausführlichen Blutchecks und Beratungsgesprächen begleitet. Die Teilnehmer vertieften sich je nach Bedarf in Teilbereiche und wurden bis zum Projektende von Experten begleitet.

## Münzkirchen: „0,00% Alkohol – 100% Geschmack“

Seit dem Schuljahr 2009/2010 stellen Mädchen der Polytechnischen Schule im Unterricht 0%-Drinks her, die einmal monatlich seit Jänner in einer Pause in der HS Münzkirchen verkauft wurden. Die Nachfrage während des „Aktionstages“ nach den Drinks ist immer wieder sehr groß und zeigt sich daran, dass viele Schülerinnen nachfragen, wo die Sirupe und die Rezepte erhältlich sind. Der Erfolg dieses Projekts zeigt sich nicht zuletzt dadurch, dass andere Organisatoren von Veranstaltungen in Münzkirchen die PTS-Gruppe mit ihren köstlichen, bunten, flippigen 0 %-Cocktails engagieren.







## St. Florian am Inn: Fitness 4782\*

Fitness 4782\* ist ein maßgeschneidertes und vielseitig entwickeltes Bewegungsprogramm für Alt und Jung, für alle Stufen sportlicher Aktivität, vom Bewegungsmuffel bis zum Marathonläufer. Fitness 4782\* steht nicht nur für die Postleitzahl von St. Florian am Inn, sondern ist auch das „Markenzeichen“ für das Trainingsprogramm: Mindestens 4-mal in der Woche trainieren! 7 Trainingseinheiten zu je 30 Min./Woche, 8(Acht) auf die Verteilung von Ausdauer (4 x), Kraft (1x), Beweglichkeit (1x), 2 steht für: zu zweit oder in der Gruppe geht es leichter! Im Herbst 2010 wurde das mit einer kleinen Gruppe Freiwilliger erprobte Programm publiziert und zur Startveranstaltung mit Vortrag und Diskussion eingeladen.

## Pattigham: Woche der Sinne

Mit diesem Projekt versuchte der Arbeitskreis, der ganzen Gemeindebevölkerung die Möglichkeit zu geben, die fünf Sinne zu testen. Dieses Projekt wurde an drei Tagen in der Raiffeisenbank Pattigham in der Sparwoche veranstaltet. Am ersten Tag kamen die Jüngsten, um mit verschiedenen Sinnesmaterialien zu experimentieren. Der zweite Tag war für die Schul- und Kindergartenkinder bestimmt. Nach einem gemeinsamen Basteln von Kaleidoskopen wurden Äpfel mit dem Schäler kreativ gestaltet.

Nachmittags testeten Senioren auf der Taststraße und beim Sehtest ihre Sinne. Am dritten Projekttag probierten Jugendliche und Familien den Weg der Sinne aus.



## „4-Jahreszeiten-Wanderung im Wandel der Zeit“

Ziel dieses Projekts der Gemeinde Rosenau/H., an dem die gesamte Bevölkerung teilnehmen konnte, war es, Bewegung und Bewusstsein von Natur sowie Heimatgefühl näherzubringen. Vier Wanderungen, immer die gleiche Strecke, in jeder Jahreszeit, zu den Schwerpunkten Geologie, Fauna, Geschichte und Flora wurden durchgeführt. Im Anschluss gab es Vorträge zu bestimmten Schwerpunkten. Zu jedem Thema wurde von der Jugend eine spezielle, themenbezogene Jause vorbereitet und serviert. Rezepte und Infomaterial wurden gestaltet und an die Teilnehmer verteilt.

## Steinbach/St.: Traditionelle Küche

Durch den vom Arbeitskreis 2010 gewählten Schwerpunkt „Ernährung“ sollte die Wichtigkeit von Regionalität und Saisonalität hervorgehoben werden. Unter dem Motto „Traditionelle Küche mit Pfiff – Sauerkrautherstellung“ wurde die alte Tradition der Sauerkrautherstellung wiederbelebt und für eine Bewusstseinsbildung in der Bevölkerung durch die Veröffentlichung besonderer Rezepte während des Jahres in der Gemeindezeitung für heimische Produkte gesorgt. Vom Krautanbau über das Hobeln bis zum Abfüllen in ein altes Krautfass konnte man alles hautnah miterleben. Vor Weihnachten wurde das Kraut samt Rezeptheft für einen guten Zweck verkauft.







## Bad Ischl: „Goodbye dem Rauchen“

Mit diesem Projekt sollten Jugendliche motiviert werden, weniger bzw. gar nichts zu rauchen. Unter dem Motto „Start in ein rauchfreies Leben“ entstanden Motivplakate und Zeichnungen in der 3. Klasse der neuen Mittelschule HS2. Mit Collagen, Sketches und musikalischen Beiträgen wurden die gesundheitlichen Schäden, Unsinn des Rauchens sowie auch Freude, Humor, Lachen – statt Rauchen dargestellt.

Jugendliche befragten Jugendliche, werteten die Fragebögen aus und präsentierten die Ergebnisse im Team. Man spürte bei den 200 Jugendlichen, die an der Projektpräsentation teilnahmen, die Motivation, sich mit dem Thema „Rauchen – Rauchkonsum“ auch weiterhin intensiv zu beschäftigen.

## St. Peter am Wimberg: „AUF DEN PULS GEFÜHLT!“

Um die Bürger über einen gesünderen Lebensstil zu informieren und zu bewegen, ihren Lebensstil umzustellen, wurde mit der Maturaprojektgruppe der BBS Rohrbach das Projekt „Auf den Puls gefühlt“ gestartet. Ein Fragebogen ergab, wie fit und gesund die Bevölkerung ist. Aufbauend darauf gab es ein Programm mit Infos zu Bioprodukten, eine „Grüne Ecke“ im örtlichen Kaufhaus, Rezepte und eine Gesundheitsmesse mit Klangreise, Fitnesscheck, Seh- und Hörtest, Blutzuckertest, Ernährungsberatung und Wasserbar. Abgerundet wurde das Projekt durch eine Blutspendeaktion und die Teilnahme am Projekt „b-fair21 Lebensqualität durch Regionalität“.



## Eingereichte Projekte für den Gesundheitsförderungspreis 2011

- Adlwang – „Party einmal anders“ (Suchtprävention Adlwang)
- Bad Ischl – Bewegung mit Bewusstseinsbildung und Ernährung mit Naturkräutern
- Bad Ischl – Rauchstopp bringt Lebensqualität „Goodbye dem Rauchen“
- Bad Kreuzen – Teenstar
- Dietach – Spielenachmittag der Generationen
- Gallspach – Jung und Alt malen im Marienheim
- Geinberg – Geinberger Getreidetag: Vom Korn zum Brot
- Gmunden – Bleib g'sund durch Bewegung „Gehen ist gesund“
- Großraming – Gesund essen und besser leben mit der mobilen Essensvorsorge
- Haag/Hausruck – „Kinderleicht & Bärenstark“ Gesunde Ernährung für die Kinder der Volksschule Haag am Hausruck
- Hargelsberg (LL) – Sporttag der Volksschulkinder
- Kaltenberg, Liebenau, St. Leonhard bei Freistadt, Unterweißenbach, Weitersfelden – Vernetzung der Gesunden Gemeinden
- Kirchberg-Thening – Mit allen Sinnen: Schulaktionstag für die Volksschule
- Kremsmünster – Abnehmen – aber nicht „allein“
- Lochen – Besuchsdienst
- Molln – Zwei Gemeinden bewegen sich (1. Senses-Maultrommel-Erlebnislaf)
- Münzkirchen – POLYCOCKS – 0,00 % Alkohol – 100 % Geschmack: Fruchttige Cocktailräume
- Oberwang – NUMO Basis (Numerische Motorik)
- Offering – Flurreinigungsaktion 2010
- Pattigham – Weltsparwo-
- che: Raiffeisenbank und Sinne – ein Erlebnis
- Peuerbach, Bruck-Waasen, Steegen – Gesund & fit – alles was Peuerbach, Bruck-Waasen, Steegen und Umgebung zu bieten haben
- Pichl bei Wels – „Gesund in den Frühling“
- Rohr im Kremstal - „Jugendtag in Rohr“
- Rosenau am Hengstpass – 4-Jahreszeiten-Wanderung im Wandel der Zeit, Heimat und Natur mit allen Sinnen erfassen & erleben
- Roßleithen – Familien im Alltag stärken
- St. Florian am Inn – Fitness 4782 – Ein Bewegungs- und Fitnessprogramm für alle Bürger/Innen
- St. Konrad – Brotbackwettbewerb
- St. Konrad – Briefpapier Gesunde Gemeinde
- St. Marien – „4 für die Jugend“ mit 4 Schwerpunkten: Rauchen – Ernährung – Benehmen – Sucht
- St. Peter am Wimberg – AUF DEN PULS GEFÜHLT!
- Steinbach an der Steyr – Traditionelle Küche mit Pfiff – Sauerkrautherstellung wiederbelebt
- Thalheim/Wels – Wir sind jetzt ... und das mit ganzer Kraft!
- Tragwein – Aktivtage 2010
- Überacker – Kneippanlage Thomasquelle
- Vöcklabruck – „Xund is cool“ – Gesundheit der Vöcklabrucker Kinder und Jugendlichen
- Waizenkirchen – AKTION Autofreier Tag
- Waldhausen im Strudengau – Rollstuhl-Handball
- Waldneukirchen – Holzbirndlauf
- Weißkirchen/Traun – Kids Day

# EurothermenResorts – eine Erfolgsgeschichte

Mit Investitionen in Höhe von 110 Mio. Euro wurden die EurothermenResorts zu den modernsten Gesundheitstourismusbetrieben Österreichs ausgebaut.

Die Thermenstrategie 2010 erwies sich als der richtige Weg und schuf bedeutende Impulse für OÖ Wirtschaft. Jetzt wird in Bad Schallerbach wieder kräftig investiert. „Die EurothermenResorts haben 2010 einen neuen Umsatzrekord erzielt. OÖ größtes Tourismusunternehmen hat mit der Thermenstrategie 2010 seine Erlöse von 27,7 Mio. Euro (2005) auf 47,3 Mio. Euro (2010) um 70 % gesteigert. Dies zeigt, dass unsere Gäste die neuen Anlagen und Dienstleistungen hervorragend angenommen haben und die Attraktivität der EurothermenResorts dem oö. Tourismus insgesamt einen beträchtlichen Schub gegeben haben“, so das Resümee von Eurothermen-Chef Gen.-Dir. Markus Achleitner.

Der Aufschwung von Bad Schallerbach wurde vor 15



Österreichs erste „Cabrio-Therme“

Fotos: EurothermenResorts

Jahren mit der Eröffnung des Aquapulco – Österreichs attraktivstem Wasserpark – eingeläutet. Aus einer regionalen Frei- und Hallenbadanlage wurde eine Familienattraktion ersten Ranges, die in Österreich einzigartig war und ist. Bad Schallerbach hat damit früh einen Impuls gesetzt, um neben den Kurgästen auch weitere Gästeschichten anzusprechen und Angebot wie auch

Image von Bad Schallerbach deutlich zu verjüngen.

## Projekt „Aquapulco & Therme Schallerbach NEU“

Das Aquapulco wird ab 9. Juli zum actionreichen Piratenparadies. Der Abenteuerwasserpark bietet völlig neue Wasserspielattraktionen, einen Abenteuerpfad, neue Restaurants und Bars. Der 5-D-Motion-Ride ist eine absolute Weltneuheit!

Auf bewegten Sitzen konsumieren die Gäste 3-D-Filme in Badebekleidung und werden Teil des Geschehens. Wasser- und Windeffekte machen es zum 5-dimensionalen Erlebnis. Wasserkannonen, Pumpanlagen und Spritzattraktionen ergänzen die Erlebniswelt. „Dazu errichten wir mit ‚Captain Splash‘ Österreichs größten Wasserspielgarten.“ Für die Kleinsten wird die Baby-World errichtet. Babygerechte Wasserrutschen, Krabbel- und Kletterstationen sowie Ruhe- und Stillbereiche sind geplant.

Und für Relaxsuchende wird die Eurotherme um Österreichs erste „Cabrio-Therme“ erweitert. Ein zu öffnendes Glasdach macht ab Herbst eine neue Therme mit Südsee- und Open-Air-Feeling möglich. Highlights: ein 34 °C warmer Thermal-Innenpool mit Verbindung zum Outdoorpool, 3 Gesundheitspools, Poolbars innen und außen, Relax-Komfortliegen...

„Die Erfolgsstory wird fortgeschrieben.“

## Mitmachen und Relaxtage im Hotel Paradiso gewinnen!

Nebenstehendes Rätsel lösen und das Lösungswort per E-Mail senden an: [post@gesundes-oberoesterreich.at](mailto:post@gesundes-oberoesterreich.at) Oder einfach den Coupon ausschneiden und schicken an: Land OÖ, Abteilung Gesundheit, Bahnhofplatz 1, 4021 Linz.

Einsendeschluss ist der 16. Mai 2011.

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir „Relaxtage“ im Hotel Paradiso in Bad Schallerbach – 3 Tage/2 Nächte für 2 Personen inkl. Halbpension und ganztägiger Thermenbenutzung auch am An- und Abreisetag.

Lösungswort: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

wasser-dichter Seemannshut	Wind-erzeuger nicht erfreulich	gemus-tertes Gewebe	Neben-fluss des Tibers		jap. Stadt chem. Zeichen für Thulium	zugeordn. Gremium Küchen-gerät
↳	2				3	
US-Basketballliga. Abk. Ammoniak-verbinding			China-gras tatsächl. Bestand			
↳					Autokz. von Ried/OÖ Schloss im Innviertel	
steirische Gemeinde im Bezirk Weiz				Figur bei Melville Zugmaschine (Kzw.)		
Gebärde Stadtteil der ungar. Hauptstadt	7	8			griech. Göttin des Unheils US-Stadt	
↳			Schiffs-tacho kleiner Ort im Mülltal		9	1
	5	sehr große Zitrus-frucht russ. Strom		10		gemäß, ent-sprechend
eng-lisch-eins		Amt an der Hochschule steirisches Autokennz.	6	11		
↳					natürl. Körper-hülle	4
Herr-schersitz Ort in NÖ					Kraft-fahr-zeug	



# Stolze Sieger, Prominenz und gute Stimmung

An die 100 Gäste, Mitarbeiter/-innen und Arbeitskreis-Mitglieder aus den „Gesunden Gemeinden“ sowie Kooperationspartner und regionale Politikprominenz besuchten die Verleihung des Gesundheitsförderungspreises 2011 am Weltgesundheitstag in den Redoutensälen in Linz.

Mit musikalischer Unterhaltung durch das Gitarrenduo Tüchler-Schmuckermair und nach der Verleihung der Preise nahmen die „Gesundheitscoaches“ unseres Landes die Veranstaltung zum Anlass, sich beim Buffet über neue Ideen für kommende „gesunde Projekte“ auszutauschen.

Weiters Fotos zu diesem Event finden Sie auf Seite 12.



**Rohr im Kremstal erhielt einen Sonderpreis für ein Jugendprojekt.**

Alle Fotos: Land OÖ/Kraml



**1. Preis für die Gesunde Gemeinde St. Marien.**



**2. Preis für die Gesunde Gemeinde Roßleithen.**



**Ex aequo 3. Preis für die Gesunde Gemeinde Überackern.**



**3. Preis für die Gesunde Gemeinde Gmunden.**





Die Kooperationspartner des Preises bei der Verleihung: (v. l.) Mag. K. Lehner (gespag), Mag. T. Veitschegger (Apothekerkammer OÖ), Pflegedirektorin H. Dirschlmaier-Steiner (KH der Elisabethinen Linz), Landeshauptmann Dr. J. Pühringer, MR Dr. K. Haslwanter (Ärztchammer OÖ), Dr. H. Gmeiner (Land OÖ).



v. l. Bgm. Heinz Köppl, Gmunden, Bgm. Helmut Templ, St. Marien, Bgm. Horst Patsch, Überackern.



Die Arbeitskreisleitung der Siebergemeinden: (v. l.) DI J. Stummer (Roßleithen), H. Grüneis (Gmunden), Mag. A. Wolfruber-Dörfel (Überackern), G. Schiesser (St. Marien), Dr. H. Gmeiner (Land OÖ).

Alle Fotos: Land OÖ/Kraml



Arbeitskreis der Gewinnergemeinde St. Marien (1. Platz).



Die „ausgezeichnete“ Gemeinde Pattigham.