

# OÖ Nachrichten *Spezial*

OÖ Gesundheitsförderungspreis • Werbung

## „Gesunde Gemeinden“ im Mittelpunkt

OÖ Gesundheitsförderungspreis



Am 7. April 2010 wurden in Linz die Gesundheitsförderungspreise 2010 vergeben. 45 „Gesunde Gemeinden“ reichten ihre erfolgreichen und beispielgebenden Projekte ein. Mit diesem Preis will das Land Oberösterreich gezielt das Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung unterstützen.





**Dr. Heinrich Gmeiner**  
Leiter des Netzwerks  
„Gesunde Gemeinde“

Schon 1989 hat das Land OÖ die Initiative der Weltgesundheitsorganisation zur kommunalen Gesundheitsförderung aufgegriffen. Es wurde ein Netzwerk aufgebaut, das den Bedürfnissen und Möglichkeiten der oö. Städte und Gemeinden entspricht. Ziel ist die Förderung des Gesundheitsbewusstseins der Bevölkerung und die Schaffung gesundheitsfördernder Strukturen in den Kommunen. Einen Höhepunkt der Aktivitäten stellt der Gesundheitsförderungspreis dar, der jährlich am Weltgesundheitstag vergeben wird. Dabei werden vom Land OÖ innovative, kreative und nachhaltige Projekte ausgezeichnet. Dieser Wettbewerb soll Mut machen, aus guten Ideen zur Gesundheitsförderung Konzepte zu entwickeln und diese auch umzusetzen. Auch heuer wurden zahlreiche interessante Projekte eingereicht.

Ich danke allen Bewerbern für Ihr Engagement und wünsche Ihnen weiterhin sehr viel Freude und Erfolg bei Ihrer Arbeit im Sinne der „Gesunden Gemeinde“.

**Impressum:** Herausgeber und Verleger: Ing. Rudolf A. Cuturi, MAS, MIM, Promenade 23, A-4010 Linz.  
**Medieninhaber:** OÖN Redaktion GmbH & Co KG, Promenade 23, 4010 Linz, Tel. 0732 / 78 05-0.  
**Hersteller:** OÖN Druckzentrum GmbH & Co. KG, Medienpark 1, 4061 Pasching, Tel. 0732/7805-0.  
**Redaktionelle Leitung:** Mag. Verena Hahn  
**Redaktion:** Land OÖ, Mag. Christine Buchinger, **Producing:** Elwin Hölzl, **Fotos:** Seite 1: bilderbox; Seite 2 u. 3: Land OÖ (3), Engleder (1), gespag (1), AKOÖ (1), Strauss (1); weitere Seiten: siehe Bildtext;  
**Anzeigen:** Wimmer Medien GmbH & Co. KG, Promenade 23, 4010 Linz, Tel. 0732/7805-0, Mag. Günther Plank.

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

# „Prävention wird in Oberöster

Nach dem Motto „Vorsorgen ist besser als heilen“ wird Gesundheitsreferent Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer seinen Schwerpunkt auf Gesundheitsförderung und ihre Erhaltung legen. Welche Rolle dabei die „Gesunde Gemeinde“ spielt, erklärt Pühringer im OÖN-Interview.

**OÖN:** Herr Landeshauptmann, wie kann das Gesundheitsbewusstsein der Oberösterreicherinnen und Oberösterreicher gestärkt werden?

**Pühringer:** Vorerst muss die Politik die richtigen Weichen stellen und gute Rahmenbedingungen schaffen. Der zentrale Punkt dabei liegt in der Gesundheitsförderung und ihrer Erhaltung. Denn im Gesundheitswesen darf sich nicht alles um „Reparaturmedizin“ drehen.

Gefragt ist auch Eigenverantwortung, die gefordert und gefördert werden muss.



„Die Elisabethinen Linz, als Mitglied des ONGKG, bekennen sich zu ihrer Verantwortung Gesundheitsförderung zu leben und zu unterstützen. Projekte wie die kommunale Gesundheitsförderung sind dabei eine wertvolle Maßnahme und regen das Bewusstsein der Bevölkerung, sich aktiv zu beteiligen, an. Wir freuen uns, Kooperationspartner des OÖ Gesundheitsförderungspreises 2010 zu sein und gratulieren den Gemeinden, speziell dem Sieger!“

**Dr. Franz Harnoncourt**

Krankenhaus d. Elisabethinen



Diese hat dank der vielen Informationsmöglichkeiten stark zugenommen und wird weiter steigen. Ein gutes Vorzeigebispiel ist die „Gesunde Gemeinde“.

**OÖN:** Wie wichtig sind Aktivitäten wie die „Gesunde Gemeinde“ beim Ausbau der gesundheitsfördernden Maßnahmen?

**Pühringer:** 424 Städte und Gemeinden Oberösterreichs dürfen sich „Gesunde Gemeinde“ nennen. Das ist ein sehr eng gestricktes und flächendeckendes Netzwerk.

Trotz oder gerade wegen ihres vielfältigen und individuellen Angebots und der hohen Anzahl teilnehmender Gemeinden ist die „Gesunde Gemeinde“ österreichweit ein absolutes Vorzeigeprojekt.

**OÖN:** Ein österreichisches Vorzeigeprojekt?

**Pühringer:** Ja, denn in kei-

nem anderen Bundesland beteiligen sich so viele Städte und Gemeinden an einem derartigen Gesundheitsprojekt. Aber um auf Ihre vorige Frage zurückzukommen: das Entscheidende an dem Projekt ist, dass es von der Bevölkerung selbst getragen wird.

Zudem sind die Aktivitäten den jeweiligen örtlichen Gegebenheiten angepasst und haben eine sehr hohe Akzeptanz bei den Menschen. Prävention wird in Oberösterreich nicht über einen Kamm geschoren,

„Die Gesunden Gemeinden sind ein sehr guter Boden für die Weiterentwicklung der oö. Gesundheitslandschaft.“

**DR. JOSEF PÜHRINGER**  
Gesundheitsreferent



„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

# reich nicht über einen Kamm geschoren“

sondern erfolgt angepasst an die örtlichen Bedürfnisse und Möglichkeiten.

**OÖN:** ... und sind jeweils an die regionalen Gegebenheiten angepasst?

**Pühringer:** Ja. Und das Ergebnis kann sich sehen lassen. Die große Anzahl, aber auch die Vielfalt der Einreichungen für den diesjährigen Gesundheitsförderungspreis sind der beste Beweis dafür. Mein Dank gilt daher allen – vorrangig ehrenamtlichen – Mitarbeitern. Sie sind ein bedeutender Mosa-

ikstein in der Gesundheitsentwicklung Oberösterreichs. Ich werde sie daher auch bestmöglich unterstützen.

**OÖN:** Welche weiteren gesundheitsfördernden Maßnahmen sind geplant?

**Pühringer:** Wir starten unsere Initiativen bereits im Kindesalter, um auch Nachhaltigkeit zu erzielen. So zum Beispiel mit einer Initiative zur Verbesserung der Ernährung an den Schulen und Kindergärten. Das beginnt bei Seminar- und Beratungs-

angeboten für Köche von Schul- und Kindergartenküchen und endet bei eigens angefertigten Informationsbroschüren für Kinder, Eltern und Pädagogen. Weiters stellen wir den Schulgesundheitsdienst auf neue Beine, um eine kontinuierliche medizinische Betreuung und eine stark verbesserte Zusammenarbeit mit dem Lehrpersonal zu garantieren.

**OÖN:** Und wie sehen Oberösterreichs „Gesunde Gemeinden“ der Zukunft aus?

**Pühringer:** Selbstverständlich wird auch das Netzwerk „Gesunde Gemeinde“ laufend weiterentwickelt und verbessert. In Zusammenarbeit mit der Oö. Ärztekammer und der Johannes Kepler Universität wurde ein Qualitätszertifikat entwickelt. Das soll langfristig für hohe Qualität sorgen. Im Vordergrund steht die kommunale Gesundheitsförderung, die von Experten begleitet, unterstützt und auch evaluiert wird.

## Kreative Projekte ausgezeichnet

Mit dem Gesundheitsförderungspreis werden vom Land Oberösterreich jedes Jahr innovative, kreative und nachhaltige Projekte ausgezeichnet.

45 „Gesunde Gemeinden“ reichten in diesem Jahr ihre erfolgreichen und beispielgebenden Aktivitäten für den Gesundheitsförderungspreis ein.

Gekürt wurden zum Gesundheitsförderungspreis 2010 am 7. April vier Preisträger, insgesamt 13 Bezirksieger und zehn Sonderpreisträger. Damit die Ideen nachhaltig verwertet werden können, werden diese in einer Liste zusammengefasst und anderen Gemeinden



Der erste Platz für die „Gesunde Gemeinde“ Taufkirchen/Pram.

zugänglich gemacht. So erhalten auch andere Kommunen Anregungen für eigene Aktivitäten.

Die Gewinner wurden von einer Expertenjury, bestehend aus Mitgliedern der

Ärztekammer für OÖ, der Österreichischen Apothekerkammer Landesgeschäftsstelle OÖ, der gespag, des Krankenhauses der Elisabethinen in Linz, der Johannes Kepler Univer-

sität Linz, des Instituts für Gesundheitsplanung, den „Gesunden Gemeinden“ sowie der Regionalbetreuung der „Gesunden Gemeinden“ und dem Land Oberösterreich gekürt.



☞ Die breite Initiative der ‚Gesunden Gemeinden‘ ist sehr positiv, weil sie jedem die Möglichkeit bietet, sich qualitätsgesichert zu informieren und auf einfache und effektive Weise etwas für seine Gesundheit zu tun. Die Gesundheit der Menschen in OÖ ist auch unser oberstes Ziel – deshalb unterstützen wir den Gesundheitsförderungspreis, der hoffentlich dazu motiviert, viele gute Projekte zu entwickeln und umzusetzen. ☞

**Dr. Peter Niedmoser**  
Ärztekammer für OÖ



☞ Mit den 181 öffentlichen Apotheken des Landes werden die Oberösterreichinnen und Oberösterreicher nah und sicher, rasch und kompetent beraten und mit Medikamenten versorgt – Tag und Nacht, sonn- und feiertags. Wir Apotheker und Apothekerinnen sind mit den Gemeinden eng verbunden und unterstützen jene Initiativen, die den Menschen gesünder und gesundheitsbewusster machen. Der Gesundheitsförderungspreis zeichnet solche Projekte aus – mögen diese auch für uns ein Anstoß sein, jeden Tag ein bisschen bewusster zu leben. Alles Gute! ☞

**Mag. Thomas W. Veitschegger**  
Apothekerkammer OÖ

Mit einer speziellen Form des „Betreubaren Wohnens“ gewinnt das Projekt „Belebtes Haus“ der „Gesunden Gemeinde“ Taufkirchen/Pram den Gesundheitsförderungspreis 2010. Die OÖN interviewten den Arbeitskreisleiter Josef Gruber.

**OÖN:** Sie haben mit „Belebtes Haus“ den ersten Platz und den Gesundheitsförderungs-Bezirkssieg in Schärding eingeheimst. Wie genau funktioniert das Projekt?

**Gruber:** Es ist ein Zusatzangebot an Betreuung und Hilfestellung im Alltag für die derzeit neun Personen im Betreubaren Wohnen Taufkirchen/Pram. Dabei geht es um Hilfe im Alltag, zum Beispiel um die Gestaltung des Wohnraums mit Bildern oder einen Gesellschaftsraum, Hilfe beim Einkaufen, gemeinsame Aktivitäten – je nachdem, wo und wie Hilfe benötigt wird.

Ein Projektteam von derzeit 14 Ehrenamtlichen kooperiert mit dem Roten Kreuz, der Gemeinde, der

# „Belebtes Haus“ gewinnt



Foto: Land OÖ/De

Gemeindeärztin und örtlichen Sozialdienstgruppen. Ziel ist es, dass die Menschen möglichst lange im Ort bleiben können. Wir möchten, dass das Projekt Vorbildwirkung hat und sich verbreitet. Schließlich ist es ein Lösungsansatz, wie die Altersvorsorge innerhalb ei-

nes Ortes auch künftig gut funktionieren könnte.

**OÖN:** Wie sieht die Zukunft des Projekts aus?

**Gruber:** Derzeit läuft es bereits seit eineinhalb Jahren. Vorerst haben wir daran gearbeitet, den Alltag aktiver zu gestalten. Jetzt möchten wir das Angebot erweitern

und auch pflegende Zusatzhilfe bieten können, zum Beispiel Hilfe in der Nacht. Dafür wollen wir ein größeres Netzwerk an ehrenamtlichen Helfern aufbauen, denn bald werden 17, in zwei Jahren 25 Bewohner im Betreubaren Wohnen ihr neues Zuhause haben.

## Zweiter Platz für „Sucht-frei-leben“

Mit dem gemeindeübergreifenden Projekt „Sucht-frei-leben“ haben die „Gesunden Gemeinden“ Burgkirchen und Mauerkirchen den zweiten Platz des Gesundheitsförderungspreises 2010 gewonnen.

Die Zweitplatzierten, die auch im Bezirk Braunau siegten, haben innerhalb von zwei Jahren zahlreiche Projekte zum Thema Sucht und Suchtprävention realisiert. So wurden Angebote für die verschiedenen Zielgruppen in Burgkirchen und Mauerkirchen organisiert und ein eigener Folder mit allen Veranstaltungen erstellt.

In einer Elternschule gab es Vorträge zum Thema, in den Kindergärten das Ernährungsprojekt „Gesund essen



Kindergarten am Markttag.

Foto: privat

– Esssucht vermeiden“ und in den Volksschulen wurde auf eine wöchentliche Unterrichtsstunde unter dem Motto „Eigenständig“ zum Aufbau der Selbstständigkeit und des Selbstwerts der Kinder gebaut. „Dieses Pro-

jekt war besonders erfolgreich und wird auch in diesem Jahr weitergeführt“, sagt die „Gesunde Gemeinde“-Leiterin aus Burgkirchen, Michaela Wagner. Für Jugendliche wurde das Aufklärungsprojekt „Clever &

Cool“ zum Thema Sexualität und Sucht in der Hauptschule verwirklicht und im Jugendzentrum ein Tag der offenen Tür veranstaltet.

### Dichtes Veranstaltungsprogramm

Die Idee zu dem breitgefächerten Veranstaltungsprogramm, die Jahres-schwerpunkte „Kinder- und Jugendgesundheit“ 2008 sowie „Suchtprävention“ 2009 jahres- und gemeindeübergreifend zu verbinden, stammt von Arbeitskreisleiterin Wagner.

„Großflächig und mit der Mitarbeit von Vielen kann einfach mehr erreicht werden“, sagt Wagner zur erfolgreichen Kooperation mit der „Gesunden Gemeinde“ Mauerkirchen und deren Arbeitskreisleiter Walter Haid.

# Dritte Plätze für Gmunden und Katsdorf

**Jeweils einen dritten Stockerlplatz und einen Bezirksieg beim Gesundheitsförderungspreis 2010 haben sich Scharnstein mit dem Projekt „Scharnsteiner Festtage für alle Sinne“ und die „Gesunde Gemeinde“ Katsdorf mit drei neuen Motorikpark-Oasen geholt.**

Mit allen Sinnen die eigene Gesundheit erleben und fördern konnten die rund 600 Besucher der ersten „Scharnsteiner Festtage für alle Sinne!“ von 19. bis 24. Oktober 2009. Organisiert vom Arbeitskreis der „Gesunden Gemeinde“ unter der Leitung von Susanne Loibl-Prohaska, gelang es Aussteller, Gastbetriebe, Institutionen sowie die Schulen im Ort zu gewinnen und die Großveranstaltung mit Vorträgen, Tanz- und Musikeinlagen, einem gesunden Buffet und einer „Sinnesstraße“ sowie zahlreichen weiteren Aktivitäten zu organisieren.

Für das Projekt unter dem Motto „Jeder Einsatz gewinnt... für die Gesundheit“ wurde die „Gesunde Gemeinde“ mit dem dritten Platz beim Gesundheitsförderungspreis und dem Bezirkspreis Gmunden ausgezeichnet.

„Es hat an allen Festtagen eine tolle Atmosphäre geherrscht“, so die Arbeitskreisleiterin über die Veranstaltungen. „Viele haben mitgemacht, viele Betriebe sind uns entgegengekommen.“

So boten zehn lokale Gastronomiebetriebe in dieser Zeit besondere Schmankerl, am Festtag gab es allerlei Sinnliches: Eine Erdäpfelverkostung oder eine Geschmacksschule für den Gaumen und die Nase, Stände mit Informationen zu Themen wie psychische Gesundheit, Yoga und Mu-

sik für die Augen und Ohren sowie ein breites Angebot für die Kleinen, darunter ein „Spielplatz für alle Sinne“ mit einem Spielpädagogen für den Tastsinn und den gesamten Körper.

**Platz drei auch für Oasen der Bewegung mitten in der Katsdorfer Natur**

Mehr Bewegung in der freien Natur für Gäste und Bewohner: Dazu laden drei verschiedene Motorikpark-Oasen in Katsdorf seit der Fertigstellung des Gesamtprojekts im Herbst 2009 ein. Bei der Volksschule, neben dem Fußballplatz sowie in einem Naturareal in Lungitz können Klein und Groß an unterschiedlichen Stationen sportlich aktiv werden.

Für dieses Projekt gewann die „Gesunde Gemeinde“ nicht nur den Bezirksieg für den Bezirk Perg, sondern belegte auch insgesamt den dritten Platz.

Jede der drei Oasen wurde unter ärztlicher Mithilfe entwickelt und auf eine spezielle Zielgruppe abgestimmt. So stellt jene bei der Volksschule Katsdorf das spielerische, kreative und freudvolle Erleben der Bewegung in den Mittelpunkt, während die Oase beim Fußballplatz auf 17 Stationen für Sportler ein zielorientiertes Leistungstraining bietet.

„Die größte Oase mit 20 unterschiedlichen Stationen in Lungitz ist ein Naturgelände für alle – vom Kind bis zum Senioren“, sagt die Arbeitskreisleiterin der „Gesunden Gemeinde“ Katsdorf, Pauline Hannl.

„Die Oasen werden überdurchschnittlich gut angenommen, auch von Schulklassen.“ Auf Wunsch besteht für Besucher die Möglichkeit mit ehrenamtlichen „Motorik-Guides“ einer Führung durch die Oase zu machen.



Scharnsteiner Festtage gewinnen dritten Platz.

Foto: privat



Dritter Preis für den Katsdorfer Motorikpark.

Foto: privat

# „Wert der Gesundheit“ und „SINNvolle Zeit“



Musikalische Auftaktveranstaltung in Kaltenberg, dem Gesundheitspreis-Bezirkssieger im Bezirk Freistadt.

Foto: privat

**„Wert der Gesundheit“ und „SINNvoll die Zeit gestalten“ heißen die beiden Bezirkssieger-Projekte des Gesundheitsförderungspreises 2010 für Freistadt und Steyr-Land.**

Unter dem Motto „Es ist mein Körper und meine Gesundheit“ sollten die Bewohner der Gemeinde Kaltenberg im Bezirk Freistadt durch das Bezirkssieger-Projekt „Wert der Gesundheit“ dazu aufgefordert werden, die eigene Gesundheit bewusst in die Hand zu

nehmen. Gemeinsam mit der Ortsbauernschaft, dem Seniorenbund, der Sportunion und dem Jugendrotkreuz organisierte der Arbeitskreis „Gesunde Gemeinde“ eine Auftaktveranstaltung. Volksschüler begleiteten musikalisch eine Dichterlesung „Mitten aus'm Leben – Gedichte und Geschichten, die das Leben schreibt“.

160 Gäste konnten zum gesunden, sozialen Miteinander begrüßt werden. Mit zahlreichen Angeboten soll das Thema in den kommen-

den drei Jahren weiter forciert werden.

## Volksschul-Musical

Mit dem musikalischen Projekt „SINNvoll die Zeit gestalten“ der Volksschule Wolfern erreichte diese „Gesunde Gemeinde“ im Bezirk Steyr-Land den Bezirkssieg. Bei diesem einzigartigen Projekt der Volksschule Wolfern wurde ein Kindermusical veranstaltet und eine Live-Band ins Leben gerufen. Das Stück „Zatsch und die löchrige Socke“ von Gebhard Alber

wurde als Basis für das Drehbuch verwendet und mit Wolferner Begebenheiten gespickt.

Mit der Produktion sollten die Kinder mit allen Sinnen – zum Musizieren, Tanzen, Sprechen, Singen, Ideen finden, Zeichnen und Einstudieren – gefordert und motiviert werden, in der Freizeit wie in den dafür vorgesehenen Schulstunden, aktiv zu sein.

Mehr als 1200 Besucher kamen zu den sechs ausverkauften Musical-Vorstellungen.

# „Fit und vital durchs Jahr“ in Hinzenbach

**Den Bezirkssieg in Eferding holte sich das Hinzenbacher Projekt „Fit und vital durchs Jahr“.**

Verschiedenste Angebote für alle Altersgruppen rund um das Thema „Fit und vital durchs ganze Jahr“ organisierte der Arbeitskreis „Gesunde Ge-

meinde“ 2009 in der Eferdinger Gemeinde Hinzenbach.

## Bewegte Gemeinde

Neben Bewusstseinsbildung in den Bereichen Bewegung, Wohlbefinden und Gesundheit wurden Angebote wie gemeindeübergreifende Lauf- und Nordic-

Walking-Gruppen organisiert. Ebenfalls auf dem Programm: Eine „Gesunde Gemeinde“-Labstation bei einem Radausflug, ein Erlebniswandertag mit Kindern, Yoga- und Pilates-Kurse zur Entspannung und zum Krafttanken sowie Bio-Kochkurse mit Schmankerln der Saison. Bei Spielnach-

mittagen sollten gesunde Möglichkeiten der Freizeitgestaltung aufgezeigt werden.

Als kleines Andenken an ein „bewegtes Jahr“ erhielten alle Teilnehmer des Walking- und Lauftreffs einen Jahreskalender mit Fotos der gemeinsamen Veranstaltungen.

## „Jung, sexy, g'sund – a dabei?“

Für die Schörlflinger Jugendgesundheitstage „Jung, sexy, g'sund – a dabei?“ wurde die Gemeinde zum Bezirksieger Vöcklabruck gekürt.

Die „Gesunde Gemeinde“ Schörlfling hat für Jugendliche zwischen 13 und 18 Jahren einen Gesundheitstag geplant und veranstaltet. Neben verschiedenen Show-Einlagen wie einem Kochduell, Workshops für Selbstverteidigung und Sportbewerben wurden gesunde Verpflegung und Infos zu Gesundheitsthemen angeboten.



Foto: privat

## Bezirkssieger Pichl/Wels und Gallneukirchen

Mit ihren kreativen Projekten rund um das Thema Gesundheit, die fünf Sinne und die Einführung eines eigenen Jugendgetränks haben die „Gesunden Gemeinden“ Pichl/Wels und Gallneukirchen den Gesundheitsförderungspreis in ihren Bezirken erhalten.

Ein Programm für Jung bis Alt, von Klein bis Groß: Das wurde mit dem Projekt „Mit allen Sinnen... grenzenlos“ im vergangenen Jahr in der „Gesunden Gemeinde“ Pichl/Wels geboten. Für das Jahresprogramm, das mit einem von Jugendlichen gestalteten Programmfolder in der Gemeinde verteilt wurde, erreichte der Arbeitskreis der Gemeinde in Wels-Land den Bezirkssieg 2010.

Veranstaltet wurden Aktivitäten für Bewegung, Sinnestraining und Geschmackserlebnisse, darunter eine gemeinsame Fahrt zum Weg der Sinne in Haag am Hausruck sowie eine Kräuterwanderung mit

anschließender Verarbeitung der gesammelten Pflanzen. Bei einem „sinnenreichen Nachmittag“ konnten alle Teilnehmer ihre Sinne beim Erschnupern und Ertasten von Gegenständen schulen.

Ebenfalls auf dem Programm standen Kurse wie ein Hip-Hop-Tanzkurs für Kinder oder das Tanzen „50plus“ und eine Ausschank mit alkoholfreien

Cocktails, die die Jugendlichen zuvor bei einem eigenen Cocktail-Workshop gelernt hatten.

### G'sund, gscheit, guat

Beim Bezirkssieger für Urfahr-Umgebung Gallneukirchen beschäftigte sich der Arbeitskreis „Gesunde Gemeinde“ mit der Entwicklung eines eigenen Jugendgetränks für die örtliche Gastronomie. Zudem

sollten Pflichtschüler für ein gesundes Frühstück und eine ebensolche Jause animiert werden.

Um die besten Ideen zu diesen Themen zu sammeln wurde ein gemeindeweiter Schüler-Wettbewerb abgehalten. Insgesamt nahmen 220 Jugendliche unter dem Motto und dem eigens entworfenen Logo „GGG – G'sund, gscheit, guat – Gesunde Gemeinde Gallneukirchen“ teil. Gesucht wurden neben den besten Rezepten für ein gesundes Frühstück auch jene für eine gesunde Jause sowie Rezepte für „coole Drinks for Kids“. Eine Jury aus Direktoren, AK-Mitgliedern, Gastronomen und Schülern wählte die Besten.

Aus den Einreichungen entstand ein Rezeptbuch des „Schulwettbewerbs 2009“. Das Rezept des Siegergetränks – der sogenannte Gusenbärsprudel – wurde an alle örtlichen Gastronomiebetriebe übergeben und ist dort jeweils von Frühling bis Herbst erhältlich.



Pichl: Gemeinsame Fahrt zum Weg der Sinne.

Foto: privat

# Schulgarten und Jugendtag überzeugen

**Innovative Projekte für Kinder und Jugendliche führten die „Gesunden Gemeinden“ Ahorn und Spital/Pyhrn jeweils zu Bezirkssiegen.**

Zusammenarbeit mit den Nachbargemeinden Helfenberg und Traberg.

## Gemüsegarten der Schule

Den Kirchdorfer Bezirks-sieg holte Spital am Pyhrn mit dem Projekt „Gemüsegarten für Schulkinder“. Dabei sollten Kinder für die Arbeit in einem Gemüsegarten begeistert werden – und natürlich auch für die gesunde Ernte des Gartens. Gemeinsam wurde der Garten unter anderem mit Salat, Schnittlauch, Kohlrabi, Radieschen, Karotten und Kartoffeln angelegt, gepflegt und nach der gemeinsamen Ernte das Gemüse in der Schulküche ver-kocht.

In Ahorn veranstaltete der Arbeitskreis „Gesunde Gemein-de“ für rund 40 Jugendliche zwischen 14 und 20 Jahren einen „Jugendge-meindetag Ahorn“. Das Ge-winnerprojekt des Bezirks Rohrbach wurde nach langer Vorlaufzeit und unter Mithilfe der Jugendlichen selbst organisiert.

Zu den verschiedenen Aktivitäten zählten ein Mundart-Sketch „Ahorn einst und jetzt“, der unter der Leitung des Altbürger-meisters Stefan Fölscher ge-probt wurde.

Dabei wurde jeweils eine Schulklasse vom Frühjahr bis zum Herbst unter Auf-sicht der Lehrperson zum Säen, Pflanzen, Ernten und Gießen eingeteilt. Der Schulgarten soll auch künf-tig mit der Unterstützung der Lehrer und dem Arbeits-kreis „Gesunde Gemeinde“ weitergeführt werden.

Aus Holzstämmen eines vier Meter hohen Ahorn-baums stellten junge Hand-werker eine Skulptur für die Gemeinde her und der Mu-sikernachwuchs demons-trierte die verbindende Qua-lität von Musik durch die



Ahorner Jugendtage sind Bezirkssieger in Rohrbach. Foto: privat

# In Hohenzell wurden die Sinne geschärft

**Mit ihrem Projekt „Ein sinnvolles Jahr“ holte die „Gesunde Gemein-de“ Hohenzell den Be-zirkssieg in Ried.**

Den Bewohnern den Jahresschwerpunkt „mit al-len Sinnen“ nahezubrin-gen: Das war das ehrgeizi-ge Projektziel, das sich die „Gesunde Gemeinde“ Ho-henzell 2009 gesetzt hatte.

Dabei stand jeder Buch-stabe im Leitsatz „Ein sinn-volles Jahr“ für eine eigene Aktivität: Zum Beispiel „E“ wie Erlebniswanderung, „I“ für „Im Arbeitskreis füh-le ich mich wohl“, „L“ für Lust auf Gemüse, Obst und

Säfte am Markttag oder bei der gesunden Schuljause.

„N“ stand für ein Projekt mit dem Titel „Nicht nur zuhören, sondern auch musizieren“, „J“ wie „Ja zu gesunden Produkten“ oder „R“ wie „Raus aus dem Pflegealltag“, ein Stamm-tisch für pflegende Ange-hörige.

## Mehr Lebensqualität

Mit diesen Aktivitäten sollten nicht nur die per-sönliche Wahrnehmung der Sinne intensiviert und damit die Lebensqualität verbessert werden, son-dern auch eine „Entschleu-nigung“ erreicht werden.



Erlebniswanderung in Hohenzell.

Foto: privat



**Gewinner Sonderpreise • Gewinner Sonderpreise • Gewinner Sonderpreise**

# Gesundheit für Groß und Klein

**Mit „Sinnesroas“, „Mit allen Sinnen“ und einem Projekt für Kinder und Jugendliche überzeugten Adlwang, Eggerding und das Mondseeland die Jury. Sie heimten jeweils einen der insgesamt zehn Gesundheitsförderungs-Sonderpreise 2010 ein (siehe diese und kommende Seite).**

Die „Gesunde Gemeinde“ Adlwang setzte bei ihrem Projekt auf die Entdeckung der menschlichen Sinne: „Sinnesroas“ heißt das Projekt der Traunviertler Kommune.

Auf drei ausgewählten Wanderrouten wandelten 250 Besucher von Station zu Station. Diese wurden von Jugendlichen gestaltet und betreut und sollten Wanderer anregen, ihre Sinne voll zu nutzen.

## „Mit allen Sinnen“

In der Schärddinger „Gesunden Gemeinde“ Eggerding drehte sich alles um die fünf Sinne. Unter dem Motto „Mit allen Sinnen“ organisierte der Arbeitskreis eine Veranstaltungsreihe für Jung und Alt – und gewann damit einen Sonderpreis 2010. Unter anderem

standen bei einem Kräuter-Workshop die Wirkung, Verwendung und Verarbeitung von verschiedenen Kräutern im Mittelpunkt.

Für Kinder veranstaltete der Arbeitskreis eine Abenteuerwanderung und eine Märchenwanderung. Höhepunkt des Jahresprojekts war der Familienausflug „Wanderung mit allen Sinnen“, bei der rund 150 Teilnehmer starteten und ihre fünf Sinne testeten.

## Mondseeland

Die Mondseeland-Gemeinden St. Lorenz, Inner Schwand, Tiefgraben und Zell/Moos setzten gemeinsam ihr Projekt unter dem Motto „Gesundheit, Ernährung, Bewegung“ für Kinder und Jugendliche zwischen fünf und 16 Jahren um.

So begeisterten Kung-Fu- und Tanzlehrer, Spielpädagogen, Kochkurse oder Kinder-Sommer-Theatertage die Teilnehmer. Beim Workshop „Girls in move“ wurde das Selbstvertrauen der Teilnehmerinnen gestärkt und Lust an der Bewegung geweckt.

Wegen der großen Nachfrage sind auch in diesem Jahr weitere Workshops geplant.



„Sinnesroas“ in Adlwang.

Foto: privat



„Girls in move“ im Mondseeland.

Foto: privat

# Tage der Sinne in Vorchdorf und Windischgarsten

**Mit einem Sonderpreis ausgezeichnet wurden die beiden „Gesunde Gemeinde“-Projekte „Tag der Sinne“ in Vorchdorf und Windischgarsten.**

„Lernen mit allen Sinnen“ war der Jahresschwerpunkt der beiden Vorchdorf Volksschulen. Bei dem Projekt konnten die Schüler an mehreren Aktionstagen an verschiedenen Stationen mit allen Sinnen experi-

mentieren, rätseln und probieren.

## Erleben mit allen Sinnen

Große wie kleine Besucher erkundeten beim ebenfalls Sonderpreis-gekrönten Windischgarstener „Tag der Sinne“ mit verschiedenen Stationen, Spielen und auf einem Sinnespfad alle Sinne. Mit drei absolvierten Stationen im Besucherpäss erhielten Wanderer zudem eine Ermäßigung bei umliegenden Touristenattraktionen.



Sonderpreis für „Gesunde Gemeinde“ Vorchdorf.

Foto: privat

**Gewinner Sonderpreise • Gewinner Sonderpreise • Gewinner Sonderpreise**

# Bewusste Ernährung und mehr Bewegung

**Auf die Grundpfeiler einer gesunden Ernährung sowie mehr Bewegung im Alltag bauen die „Gesunden Gemeinden“ Altmünster, Gaflenz und Ried/Innkreis.**

Mit dem Projekt „Rundum g'sund“, das mit einem Gesundheitsförderungs-Sonderpreis 2010 gekürt wurde, hat die Volksschule Reindlmühl in Altmünster Impulse für eine bewusstere Ernährung und mehr Bewegung im Alltag gesetzt. Für die Schüler und Lehrer der Schule im Bezirk Gmunden gab es dabei eine Reihe von gesunden Zusatzangeboten. So wurde jeden Morgen eine gemeinsame Turn-Viertelstunde zusammen mit der Schulanfängergruppe des Kindergartens veranstaltet.

## „Rundum g'sund“-Projekt in Volksschule

Jeder Montag stand unter dem Motto einer Obst- oder Gemüsesorte, die es dann auch für die Schüler zum Essen gab. Donnerstags bot der Elternverein eine „Gesunde Jause“ an. Außerdem zeigten Poster in den Gängen der Volksschule verschiedene

Übungen zum Nachtturnen für eine „bewegte Pause“.

## Gaflenzer Kinderbuch „Fit statt fett mit Ferdi“

Die Vermittlung von Freude und Genuss beim Essen und Trinken, das Kennenlernen von Lebensmitteln und die nachhaltige Veränderung hin zu einer gesunden Ernährung und einem Alltag mit Bewegung sind die Schwerpunkte des Sonderpreis-Gewinnerprojekts „Fit statt fett mit Ferdi“ in Gaflenz. In der „Gesunden Gemeinde“ in Steyr-Land wurde das Kinderbuch „Fetter Ferdi und dürre Dorli“ geschrieben und gestaltet. Darin erklären der übergewichtige Ferdi und die mangelernährte Dorli den Kindern, wie eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung aussehen kann.

Ergänzend dazu wurden die Eltern zum Thema Ernährung bei Infoabenden und mittels Begleitheft mit praktischen Übungen und kindgerechten Rezepten informiert.

## Ried: „Fairplay, Football, Friendship“

Sportlich messen konnten sich Jugendliche zwischen



Das Projekt „Rundum g'sund“ in Altmünster.

Foto: privat

14 und 20 Jahren mit Polizisten, Politikern sowie Beamten verschiedener Behörden bei dem Hallenfußballturnier „FFF – Fairplay, Football, Friendship“ in Ried im Innkreis. Das Sonderpreis-träger-Projekt der Rieder Gemeinde, bei dem zwölf zum Teil gemischte Teams an einem Tag gegeneinander antraten, hatte einen stark

integrativen Charakter und trug wesentlich zur Stärkung des Gemeinschaftssinnes bei. Den Jugendlichen bot sich auch eine neue Art zur Konfliktlösung: Dampf ablassen durch gemeinsamen Sport. Zudem konnten die Jugendlichen Personen aus öffentlichen Einrichtungen in einem entspannten Umfeld kennenlernen.

# Programme für jede Altersgruppe

**Mit „Check your health“ und einem Programm zur kommunalen Suchtprävention haben die Gemeinden Seewalchen/Attersee und Ampflwang jeweils einen Sonderpreis gewonnen.**

Ein alternatives Nachmittags-Programm ohne Fernsehen und Videospiele für Kinder und Jugendliche organisierte die „Gesunde Gemeinde“ Seewalchen/Attersee.

Unter dem Motto „Check your health“ konnten 150 Schüler unter professioneller Anleitung ei-

nen Nachmittag lang gesund kochen, die eigenen Kräfte beim Taekwondo, den eigenen Typ beim Schminken oder das musikalische Talent mit einem Trommel- und einem Singstar-Workshop ausprobieren.

## Suchtprävention in Ampflwang

In der Vöcklabrucker Gemeinde Ampflwang wird seit 2008 die kommunale Suchtprävention groß geschrieben.

Mit einem breit gefächerten Maßnahmenpaket hat eine eigens ins Leben

gerufene Arbeitsgruppe eine Vielzahl an Aktionen für Eltern, Kinder, Jugendliche, aber auch Vereine, Wirte und den Einzelhandel abgehalten.

Unterstützung bekam man seit den Auftaktveranstaltungen 2008 von Vertretern aus Schule und Vereinen, von Eltern, Polizei, dem örtlichen Jugendzentrum „Jugendraum“ und der „Gesunden Gemeinde“ sowie dem Institut für Suchtprävention OÖ.

Auch in diesem Jahr sind weitere Diskussionsabende, Schulprojekte und Schulungen geplant.



Projekt in Seewalchen. (privat)

# Zertifikat für drei Jahre Gesundheitsförderung

17 Gemeinden erhielten beim Festakt am 7. April ihre Zertifikate für die Teilnahme am Pilotprojekt „Qualitätszertifikat Gesunde Gemeinde“.

Das Zertifikat ist eine Auszeichnung für dreijährige qualitätsorientierte Gesundheitsförderung in einer „Gesunden Gemeinde“. Entwickelt wurde es von 17 Pilotgemeinden gemeinsam mit der Gesundheitsabteilung des Landes Oberösterreich.

Derzeit bemühen sich 139 oberösterreichische Gemeinden, um ihre gesundheitsfördernden Aktivitäten nach den Kriterien des Qualitätszertifikats zu gestalten.

Für ihre Arbeit als Vorreiter im Projekt zeichnete Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer beim Festakt folgende 17 Pilotgemeinden

mit dem Qualitätszertifikat aus:

- Aigen/Mühlkreis
- Andrichsfurt
- Gallspach
- Hagenberg/Mühlkreis
- Hartkirchen
- Hohenzell
- Kopfung/Innkreis
- Luftenberg/Donau
- Marchtrenk
- Oberneukirchen
- Roßleithen
- Schlägl
- Seewalchen/Attersee
- St. Konrad
- St. Marien
- Tarsdorf
- Wolfern



## Ehrung langjähriger Leiter von Arbeitskreisen „Gesunde Gemeinde“

Für die zehnjährige Führung von Arbeitskreisen „Gesunde Gemeinde“ wurden von Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer ausgezeichnet:

*Anni Ringer, Gosau*

*DI Josef Stummer, Roßleithen*

*Josef Wasner, Kopfung/Innkreis*

*DI (FH) Karl-Heinz Zeitlinger, Regau*

Als ehrenamtlich tätige Leiter der Arbeitskreise planen und organisieren sie gemeinsam mit Experten und gesundheitsorientierten Menschen viele großartige Programme zur Gesundheitsförderung in ihren Gemeinden.

**DANKE!**

## Gesundheitsförderungspreis: Eingereichte Projekte

Insgesamt 45 Gemeinden haben ihre erfolgreichen und beispielgebenden Projekte und Aktivitäten zum Gesundheitsförderungspreis 2010 eingereicht:

- Adlwang: „Sinnesroas“
- Ahorn: Jugendtag
- Altmünster: „Rundum g'sund“
- Ampflwang: Kommunale Suchtprävention
- Arbing: „Vitamingeister unterwegs“
- Bad Ischl: „Ischler Ferienhit“ und „Zahngesundheit kinderleicht“
- Burgkirchen und Mauerkirchen: „Sucht-frei-leben“
- Eggerding: „Mit allen Sinnen“
- Enzenkirchen: Kochbuch „Einfach nachkochen“
- Gaflenz: „Fit statt fett mit Ferdi“
- Gallneukirchen: „GGG Gsund, gscheit, guat“
- Grein: „Mein Weg zu mehr Lebensqualität“, Gesundheitsstraße sowie Vortrag „Diabetes – was nun?“
- Großraming: Spiele-August Ferien(s)pass 2009
- Helpfau-Uttendorf: Die Radlerkönige v. Uttendorf
- Hinzenbach: „Fit und vital durchs Jahr“
- Hohenzell: „2009 – Ein sinnvolles Jahr“
- Kaltenberg: „Wert der Gesundheit“
- Katsdorf: Motorikpark
- Kopfung/Innkreis: „Kopfung bewegt sich“
- Krenglbach: „Gesundheitsrallye und Naschweg“
- Laakirchen: Obst- und Gemüseratespiel für Kinder
- Langenstein: Wohlfühltag
- Mondseeland (St. Lorenz, Innerschwand, Tiefgraben, Zell am Moos): Projekt für Kinder und Jugendliche
- Pichl bei Wels: „Mit allen Sinnen... grenzenlos“
- Pischelsdorf/Engelbach: „Wandern mit allen Sinnen“
- Ried/Innkreis: „FFF – Fairplay, Football, Friendship“
- Sattledt: Inföhütte und Gesunde Gemeinde-Nikolaus
- Scharstein: Scharsteiner Festtag für alle Sinne!
- Scharten: Ferienaktion mit Ausflug in die Villa Sinnenreich
- Schörfling: „Jung – sexy – g'sund – a dabei?“
- Seewalchen: „Check your health“
- Spital/Pyhrn: Gemüsegarten für Schulkinder
- St. Johann/Walde: Gesund und fit im Schulalltag
- St. Peter/Wimberg: Entwurf einer Festtracht zum Jahreshochpunkt
- Steinbach/Steyr: Aktiv die Natur mit allen Sinnen erleben
- Taufkirchen/Pram: „Belebtes Haus“
- Ungenach: Wildkräuterwanderung, -kochen und -workshop
- Utzenaich: Ortsfest mit Gesundheitsstraße
- Vorchdorf: „Tag der Sinne“
- Windischgarsten: „Tag der Sinne“
- Wolfern: „SINNvoll die Zeit gestalten“ – Kinder-musicalprojekt

# Stolze Sieger, Prominenz und gute Stimmung

Mehr als 230 Gäste, Mitarbeiter und Arbeitskreis-Mitglieder aus den „Gesunden Gemeinden“ sowie Kooperationspartner und regionale Politikprominenz besuchten die Verleihung des Gesundheitsförderungspreises 2010 am Weltgesundheitstag in den Redoutensälen in Linz.

Mit musikalischer Unterhaltung durch das „Franzz“ Brassensemble und nach der Verleihung der Preise, der Qualitätszertifikate und den Ehrungen für langjährige „Gesunde Gemeinde“-Mitarbeiter nahmen die „Gesundheitscoaches“ unseres Landes die Veranstaltung zum Anlass, sich beim Buffet über neue Ideen für kommende „gesunde“ Projekte auszutauschen.



Die Kooperationspartner des Preises bei der Verleihung: (v.l.) Mag. K. Lehner (gespag), Dr. M. Stöger (Land OÖ), Landeshauptmann Dr. J. Pühringer, Dr. P. Niedermoser (Ärztammer OÖ), Mag. T. Veitschegger und Mag. U. Mursch-Edlmayr (Apothekerkammer OÖ).



v.l.: Dr. Heinrich Gmeiner (Land OÖ), Direktor Mag. Karl Lehner (gespag).



v.l.: Maria und Richard Sommerauer.



v.l.: Mag. Claudia Barth, Abgeordnete zum OÖ Landtag Ulrike Wall.



v.l.: Ursula Rohrweck, Bürgermeister Hannes Schobesberger und Leopoldine Derflinger.

Fotos: Land OÖ/Haudum