



GESUNDHEITZIELE STEIERMARK

Newsletter Februar 2021

Die Steiermark impft

Die Coronaimpfung scheint zur Zeit alles in den Schatten zu stellen, auch wir widmen diesem Thema in der neuen Ausgabe unseres Gesundheitsziele-Newsletters einen Beitrag. Immerhin lautet eines der steirischen Gesundheitsziele "Den Schutz vor Infektionen sichern". Ab heute können sich übrigens alle Personen mit Hauptwohnsitz in der Steiermark für eine COVID-19-Schutzimpfung voranmelden: anmeldung.steiermark-impft.at/

*Aber wir wollen auch im Februar die Gesundheitsförderung in den Fokus rücken: Informieren Sie sich im neuen Gesundheitsziele-Newsletter über unsere Angebote und Informationen rund um eine gesunde Ernährung oder auch den neuen Förderschwerpunkt des FGÖ zur Lebensqualität und Chancengerechtigkeit von älteren Menschen!
Viel Spaß beim Lesen!*



Thema Corona-Impfung

Seit Kurzem sind in der Europäischen Union und damit auch in Österreich Impfstoffe gegen das Corona-Virus zugelassen. Eine Impfung ist also bereits möglich. Derzeit gibt es viele **Fragen zur Impfung**: Was ist der Nutzen der Impfung und gibt es Nachteile? Warum sollte ich mich impfen lassen? Wo und wann kann ich mich impfen lassen? Wie funktionieren die Impfstoffe? Welche Nebenwirkungen gibt es?

Antworten erhalten Sie auf folgender Webseite: medizin-transparent.at/corona-impfung/

Für Jugendliche ab der 9. Schulstufe bietet LOGO! im Rahmen von Xund und Du den **Online-Workshop XUND ENTSCHEIDEN - FAKTENCHECK IMPFUNG** an. Gerade in Zeiten wie diesen ist ein kompetenter Umgang mit Gesundheitsinformationen wichtiger denn je, um Verschwörungstheorien und Desinformation vorzubeugen.

Weitere Infos zum Thema rund um das Corona-Virus: gesund-informiert.at



Förderungen für eine gesunde Gemeinschaftsverpflegung abholen!

Schon über 140 Einrichtungen haben in den vergangenen Jahren bei dieser Förderung mitgemacht. Nun ist die erfolgreiche Förderungsschiene wieder verfügbar!

Im Rahmen der steirischen Initiative **GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN** werden Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen (Schulen, Pflegeheime, Kindergärten, ...) Fördermittel für gesünderes Essen zur Verfügung gestellt. Pro Einrichtung und Jahr stehen bis zu € 1.500,- zur Verfügung.

Mit den Fördermitteln werden die Checklisten zu den steirischen Mindeststandards gemeinsam mit einer Expertin bearbeitet. Dadurch erkennt man Optimierungsmöglichkeiten. Man kann sich auch intensiver mit der Verpflegung auseinandersetzen. So kann z.B. über einen **Speiseplancheck** ermittelt werden, ob ausreichend Gemüse angeboten wird oder ob der Speiseplan dem Alter der Essensgäste entspricht. Im kleineren Umfang können im Rahmen der Förderung auch Sachkosten finanziert werden, wie z.B. ein Gemüsehochbeet oder regionales & saisonales Gemüse für die Jause. Ganz auch im Sinne unseres Gemüse-Schwerpunktes „Sei amol g'miasig“.

Die Antragstellung für das Jahr 2021 ist ab 01.02.2021 bis 31.07.2021 möglich. Der Förderantrag sowie die Förderrichtlinie sind online verfügbar:

<https://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/gesunde-ernaehrung/foerderungen-im-bereich-ernaehrung/>



Alkoholprävention für Lehrlinge

Lehrlinge sind eine wichtige Zielgruppe für die betriebliche Gesundheitsförderung und Suchtprävention. In jungen Jahren haben sich Probleme oft noch nicht manifestiert und können wirksam vorgebeugt werden.

Mag. Lukas Schmuckermaier von VIVID – Fachstelle für Suchtprävention informiert im Blogbeitrag über Möglichkeiten der Früherkennung und Prävention und stellt **Angebote im Lehrlingsbereich** vor. Die neue Broschüre „Mit Maß und Ziel – Alkoholprävention im Lehrlingsbereich“ ist ab sofort auch ein Angebot im „MEHR VOM LEBEN“-TOOLKIT FÜR BETRIEBE.

mehr-vom-leben.jetzt/alkoholpraevention-fuer-lehrlinge



Im Blickpunkt - Tabak- und Nikotinkonsum in der Steiermark

Mit dem neuen Gesundheitsbericht über Tabak- und Nikotinkonsum in der Steiermark werden wesentliche und auf die Steiermark bezogene Daten zu Konsumgewohnheiten, zur Morbidität und zur Mortalität sowie zu Rahmenbedingungen des Rauchens zusammengetragen. Neben **Daten zum Zigarettenkonsum** werden in diesem Bericht auch Daten zum Konsum anderer tabak- und nikotinhaltiger Produkte wie E-Zigaretten oder Shishas beschrieben.

Hier finden Sie weitere Informationen.



Internationales Jahr für Obst und Gemüse

Das neue Jahr ist noch immer recht neu und der Neujahrsvorsatz noch frisch. Vielleicht haben Sie ja den Vorschlag aus dem letzten Newsletter von etwas **MEHR Gemüse** übernommen. Da wären Sie übrigens in bester Gesellschaft, denn die Generalversammlung der Vereinten Nationen hat das Jahr 2021 zum Internationalen Jahr für Gemüse (und Obst) ausgerufen. Das Themenjahr soll rund um den Globus dazu beitragen, das Bewusstsein für die wichtige Rolle von Gemüse und Obst für die menschliche Ernährung zu schärfen. Es geht um die Themen Ernährungssicherheit, Gesundheit sowie um das Erreichen der UN-Nachhaltigkeitsziele.

Bei der seit 2019 laufenden Kampagne „**Sei amol g'miasig**“ haben wir uns übrigens dazu entschieden, ausschließlich auf Gemüse zu fokussieren. Ein Grund dafür ist, dass in Österreich vom gesundheitsförderlichen Gemüse weit weniger gegessen wird als empfohlen, das süße Obst schneidet besser ab. Natürlich begrüßen wir es aber, wenn auch etwas mehr regionales und saisonales Obst gegessen wird!

Mehr zum internationalen Jahr für Gemüse und Obst finden Sie **hier**.
Alles Infos zur Kampagne: **#gmiasig**



Bildungsnetzwerk Gesundheitsförderung 2021

10 Seminare stehen 2021 in der Steiermark zur Auswahl, davon zwei Seminare online. Die Präsenzseminare finden in Graz statt. Die Kosten betragen € 100. Die Themen sind vielfältig: Webinare planen & umsetzen, Kreativitätsförderung, Community Organizing als Methode in der Gesundheitsförderung, Smartphone-Kurzvideos drehen & schneiden, Präsent und fokussiert in wichtigen Gesprächen, Gemeinschaftsgärten anlegen & begleiten, Konfliktmanagement, das 1 x 1 der Freiwilligenarbeit sowie ein Seminar zur Stärkung der Ressource ICH im beruflichen Alltag.

Die Anmeldung erfolgt über die Weiterbildungsdatenbank des Fonds Gesundes Österreich.

Seminarübersicht: styriavitalis.at/bnw-seminare-2021-stmk/



Psychologie der E-Zigarette

E-Zigaretten können ein Einstieg ins Rauchen von herkömmlichen Tabakprodukten sein – und zwar auch bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Die psychologischen Hintergründe des Rauchbeginns scheinen einander bei E-Zigarette und Tabakzigaretten ähnlich zu sein.

Mehr: **Psychologie der E-Zigarette**

Tabakatlas Deutschland

Einen Überblick über das breite Thema Tabak und Nikotin, Abhängigkeit und Entwöhnung, gesundheitliche Auswirkungen des Konsums und notwendige Maßnahmen der Tabakkontrolle gibt der brandaktuelle „Tabakatlas Deutschland“, der in weiten Teilen auch ein Standardwerk für Österreich ist.

Mehr: **Tabakatlas Deutschland**

FGÖ Förderschwerpunkt 2021 „Gesundheitsförderung in Pflege- und Betreuungseinrichtungen“

Der demografische Wandel ist die zentrale Herausforderung der Zukunft. Ab 2040 wird über ein Drittel der Bevölkerung in Österreich über 60-jährig sein, der Anteil der "erwerbsfähigen Bevölkerungsgruppe" (15 bis 60 Jahre) sinkt. Gleichzeitig steigt die Lebenserwartung um jährlich zwei bis drei Monate. In Österreich lag sie 2015 bei über 81 Jahren und damit über dem Durchschnitt der OECD-Staaten. Bei der Anzahl der bei guter Gesundheit erlebten Jahre schneidet Österreich im europäischen Vergleich jedoch schlechter ab. Deshalb will der FGÖ mit dieser Programmlinie dazu beitragen, **mehr gesunde Lebensjahre** für alle Menschen in Österreich zu erreichen.

Der FGÖ fördert auf Basis des österreichischen Gesundheitsförderungsgesetzes Projekte, die dem Ansatz der Gesundheitsförderung folgen, also den Leit- und Grundprinzipien bzw. Qualitätskriterien der Ottawa Charter der Gesundheitsförderung sowie der Betrieblichen Gesundheitsförderung verpflichtet sind.

Alle Informationen zum Förderschwerpunkt stehen über die **Homepage des FGÖ** zur Verfügung.



Termine

- Österreichische Gesellschaft für Sporternährung. **Online-Forum Sporternährung: Aktuelles Wissen für die Praxis**, Freitag, 26. Februar 2021, 13:30-17:30 Uhr, Tagungsbeitrag für Nicht-Mitglieder: €40,00, Anmeldung und Programm unter: oegse.at



Impressum

Newsletter „Gesundheitsziele Steiermark“ – Ausgabe Februar 2021

Herausgeber und Medieninhaber:

Gesundheitsfonds Steiermark, Herrngasse 28, 8010 Graz;

E-Mail: gesundheitsziele@gfstmk.at

Fotocredits: © Gesundheitsfonds

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.