

Gut leben.
Ein Leben lang.



Gesunde Gemeinde Infomail März 2025

Inhalte

- ❖ *Gesundes OÖ: Neuer Öffentlichkeitsauftritt*
- ❖ *Oö. Tag der Bewegung*
- ❖ *Oö. Bewegungs-Challenge „Gemma“*
- ❖ *Neues Angebot: Jugendkonferenzen*
- ❖ *Neue Projektleitung: Stammtisch für pflegende und betreuende Angehörige*
- ❖ *Terminaviso: Alles was Recht ist*
- ❖ *Terminaviso: Willkommen in der Gesunden Gemeinde*
- ❖ *Handbuch Netzwerk Gesunde Gemeinde 2025*
- ❖ *Frühlingshafte Rezeptideen*

Neuer Öffentlichkeitsauftritt

Seit Ende 2024 präsentiert sich das Gesunde Oberösterreich unter dem Motto „Gut leben. Ein Leben lang“ in neuem Erscheinungsbild. Mit dem Relaunch von www.gesundes-oberoesterreich.at wollen wir inhaltlich und optisch den modernen Ansprüchen entsprechen - nehmen Sie sich Zeit und werfen Sie einen Blick darauf.

Das Mitarbeiterportal wurde nicht verändert und ist wie gewohnt unter „Netzwerk Gesunde Gemeinde“ zu finden. Aktuell stehen darin auch neue Materialien (Poster, Narrativ) zur Verfügung, welche die Gesunden Gemeinden für die Öffentlichkeitsarbeit verwenden können.



Bild: upart.at

Oö. Tag der Bewegung

Am 27. April 2025 wird erstmals ein „Oberösterreichischer Tag der Bewegung“ ins Leben gerufen. Um diesen Tag zu einem landesweiten Ereignis zu machen, bittet das Team der Abteilung Gesundheit um Ihre notwendige Unterstützung: Planen Sie für diesen Tag kreative Bewegungsangebote, wie zum Beispiel Gemeindewanderungen, Lauf- oder Radveranstaltungen, Bewegungsparcours oder ähnliche Aktivitäten. Ein wesentliches Ziel vom „Oberösterreichischen Tag der Bewegung“ ist es, möglichst viele Menschen für aktive Bewegung zu begeistern. Gemeinden und Städte können sich *ab sofort bis zum 25. April* auf der Homepage www.gesundes-oberoesterreich.at unter Netzwerk Gesunde Gemeinde > Veranstaltungen für den „Tag der Bewegung“ anmelden. Unter allen teilnehmenden Gemeinden und Städten werden per Zufallsprinzip Geldpreise verlost. *Mitmachen zahlt sich also aus!*

Sollten Sie am 25. April 2025 als Gesunde Gemeinde gemeinsam mit den (Sport)Vereinen den „Tag des Sports“ (mit)organisieren, so ist es auch möglich, mit dieser Veranstaltung am „Tag der Bewegung“ und an der Verlosung teilzunehmen.

Für die Bewerbung vom „Tag der Bewegung“ stehen auf www.gesundes-oberoesterreich.at > Netzwerk Gesunde Gemeinde > Mitarbeiterportal Materialien zur Verfügung!

Oö. Bewegungs-Challenge „Gemma“

Mit dem „Oö. Tag der Bewegung“ fällt auch der Startschuss für die „Oö. Bewegungs-Challenge“, bei der bis zum 4. August (100 Tage lang) die aktivsten Gemeinden und Städte in Oberösterreich gesucht werden.

Unter dem Motto „GEMMA“ sollen in ganz Oberösterreich so viele Bewegungsminuten wie möglich gesammelt werden.

Aufgezeichnet werden die Bewegungsminuten mit Hilfe der Spusu-Sport-App, die mit allen gängigen Sportuhren verknüpfbar ist und in der man sich bei der Registrierung (s)einer Gemeinde zuteilt. Für die Gemeinde selbst ist keine Registrierung erforderlich!



Bild: upart.at

Bei „Gemma“ zählt nicht die Einzelleistung, sondern immer die gemeinsame Bewegungszeit pro Gemeinde.

WICHTIG:

Die Registrierung in der Spusu-Sport-App ist derzeit noch nicht möglich, diese wird erst ca. Anfang April freigeschalten. Für die Aufzeichnung der Bewegungsminuten erfordert die App ein GPS, das heißt es werden nur Aktivitäten im Freien registriert! Ein manuelles Nachtragen von Bewegungszeiten (z.B. für Kinder) ist nicht möglich!

Während der Challenge wird tagesaktuell ein Gemeinde-Ranking auf www.gesundes-oberoesterreich.at ersichtlich sein. Am Ende der Challenge werden die Siebergemeinden und -städte mit den meisten Bewegungsminuten im Rahmen einer Abschlussveranstaltung mit Geldpreisen prämiert, unter den Teilnehmerinnen und Teilnehmern werden attraktive Sachpreise verlost. Da die aufgezeichneten Bewegungsminuten nach der Zahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer pro Gemeinde bzw. Stadt gewichtet werden, bestehen für alle teilnehmenden Gemeinden und Städte die gleichen Gewinnchancen.

Für die Bewerbung der Bewegungs-Challenge „Gemma“ stehen auf www.gesundes-oberoesterreich.at > Netzwerk Gesunde Gemeinde > Mitarbeiterportal Materialien zur Verfügung!

Neues Angebot: Jugendgesundheitskonferenzen

Aktuelle Studien zeigen, dass Schülerinnen und Schüler im Bereich der psychosozialen Gesundheit besonderen Unterstützungsbedarf aufweisen. Das Land Oberösterreich startet daher die neue Initiative „Jugendgesundheitskonferenzen – Mental Genial“ für Bildungseinrichtungen oder Gruppen mit Kindern und Jugendlichen zwischen 12 und 20 Jahren.

Im Rahmen der Initiative entwickeln Jugendliche selbstständig ein Projekt zu einem für sie zentralen Aspekt der psychischen Gesundheit und präsentieren das Ergebnis im Anschluss bei einer gemeinsamen Jugendgesundheitskonferenz. Pädagoginnen und Pädagogen bzw. Jugendbetreuerinnen und Jugendbetreuer erhalten zudem fachliche Unterstützung.



Das Projekt wird vom Institut Suchtprävention der pro mente OÖ durchgeführt und als eine Maßnahme der österreichweiten Vorsorgestrategie aus Vorsorgemitteln der Bundesgesundheitsagentur finanziert.

Weitere Details zum Ablauf finden Sie auf der Website des [Gesunden Oberösterreichs](#) und des [Instituts Suchtprävention](#).

Interessierte Einrichtungen und Personen können sich gerne direkt an das Institut Suchtprävention wenden:

Mag. Peter Eberle, MA

+43 (0) 732 77 89 36 - 12

peter.eberle@praevention.at



@ AdobeStock_Rawpixel.com_191949861

Neue Projektleitung: Stammtisch für pflegende und betreuende Angehörige

Melanie Stumbauer hat mit 1. März 2025 die Projektleitung vom „Stammtisch für pflegende und betreuende Angehörige“ übernommen. Sie unterstützt mit ihrer fachlichen Kompetenz und der jahrelangen Berufserfahrung das Team der Gruppe Gesundheitsförderung.

Wir heißen sie herzlich willkommen und wünschen ihr für die neuen Aufgaben alles Gute!



@ Foto: privat

Terminavis: Willkommen in der Gesunden Gemeinde

Am Freitag 4. April 2025, 14:00 Uhr dürfen wir wieder neue Arbeitskreisleiterinnen und Arbeitskreisleiter mit Begleitung zum Einführungsseminar „Willkommen in der Gesunden Gemeinde“ im Landesdienstleistungszentrum in Linz begrüßen. Ein Austausch zur Rolle der Arbeitskreisleitung und das persönliche Kennenlernen stehen dabei im Mittelpunkt. Die Einladungen mit persönlichem Schreiben wurden bereits ausgeschickt.

Wir freuen uns auf ein interessantes Seminar mit netten Begegnungen.

Terminavis: Alles was Recht ist

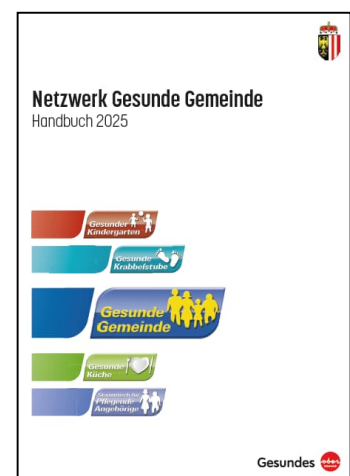
Am Montag 26. Mai 2025 veranstalten wir von 10.00 – 17.00 Uhr im Landesdienstleistungszentrum in Linz wieder das Seminar „Alles was Recht ist“ mit *Dr. jur. Wolfgang Stock*, ein auf Gesundheits- und Freizeitrecht spezialisierter Jurist.

Die Einladung mit detaillierten Informationen wird gemeinsam mit dieser Infomail übermittelt. Anmeldungen sind ab sofort auf der Homepage www.gesundes-oberoesterreich.at unter Netzwerk Gesunde Gemeinde > Veranstaltungen möglich.

Handbuch Netzwerk Gesunde Gemeinde 2025

Die neueste Ausgabe vom Handbuch Gesunde Gemeinde steht auf der Homepage www.gesundes-oberoesterreich.at unter Netzwerk Gesunde Gemeinde > Mitarbeiterportal zum Download bereit und enthält die aktuellen Präventionspakete mit den Themen:

- ❖ Gesund bewegt. Bewegt gesund
- ❖ Gesund betreuen. Gesund bleiben
- ❖ Gesundheit verstehen. Gesundheit leben



Gesundheitstipp: Immunstark in den Frühling

Im aktuellen Gesundheitstipp „Immunstark in den Frühling“ finden Sie Informationen und Anregungen, um fit und gesund in den Frühling zu starten.

Frühlingshafte Rezeptideen

Das Team Gesunde Küche hat wieder schmackhafte Rezepte zusammengestellt. Wir wünschen gutes Gelingen beim Nachkochen.

- ❖ Asiatischer Gurkensalat
- ❖ Crunchy Erdäpfel - Gurkensalat
- ❖ Mediterranes Ofen Fetabrot
- ❖ Schweinemedallions auf Apfel-Zwiebel-Sauce
- ❖ Topfenteig – Osterhase
- ❖ Bananenpudding

Beilagen:

Gesundheitstipp, 5 Rezepte

Einladung Seminar „Alles was Recht ist“



Wir wünschen Ihnen
einen wunderschönen
Start in den Frühling
und ein frohes
Osterfest!

@ AdobeStock#314349846