

Leben in Bewegung.

Bewegungsspezifische Strategien der Gesundheitsförderung.

EINLADUNG

12. Österreichische Präventionstagung



22. & 23. April 2010, Wien

Programm

Das Programm der 12. Österreichischen Präventionstagung gibt einen breiten Einblick in aktuelle Entwicklungen, Aktivitäten und Strategien in der Förderung bewegungsorientierter Gesundheitsförderung.

Der **erste Tag** beginnt, zum Einstieg in das Thema, mit der Grundlage und Evidenz für Bewegung als eine Strategie der Gesundheitsförderung und Prävention. Warum Bewegung so wichtig ist und welche physiologischen Auswirkungen sie hat, beschreibt Norbert Bachl anhand aussagekräftiger Daten und Ergebnisse: Bewegung wirkt!

Bewegung wirkt – das ist gut – aber was ist eigentlich Bewegung, körperliche Aktivität oder Sport? Und wie viel ist gesund? Antworten darauf wird Sylvia Titze geben, die die aktuellen österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung vorstellen wird. Diese Empfehlungen bilden gleichzeitig auch die Grundlage für den anschließenden Ideenworkshop. Dort soll anhand der Empfehlungen diskutiert werden, welche Rahmenbedingungen es braucht, damit diese auch in die Praxis umgesetzt werden können. Der Workshop bildet gleichzeitig den Beginn des Prozesses für die Erstellung nationaler Guidelines.

In weiteren vier parallel stattfindenden Workshops werden der Stellenwert von Bewegung und Bewegungsverhalten im Sinne der nationalen Gesundheit (am Beispiel Adipositas) diskutiert und Möglichkeiten zur Steigerung des Bewegungsverhaltens im Alltag vorgestellt. Internationale Experten präsentieren Erfahrungen aus der Schweiz und Finnland sowie eine europäische Strategie. Aber auch innerhalb der Grenzen Österreichs gibt es bereits intersektorale Zusammenarbeit und erfolgreiche Strategien verschiedener Sektoren, die vor den Vorhang geholt werden.

Die Wichtigkeit von intersektoralen Strategien unterstreicht Brian Martin am **zweiten Tag** mit einem Input über bewegungsbezogene Strategien der Gesundheitsförderung. Konzepte und Ansätze werden beschrieben und der Nutzen, den wir daraus ziehen.

Anschließend werden in fünf parallel stattfindenden Workshops aktuelle Ansätze der Bewegungsförderung in verschiedenen Settings und mit verschiedenen Zielgruppen präsentiert und Erfahrungen und Lerneffekte ausgetauscht. Im Speziellen werden die Settings Region, Betrieb und Schule sowie schwer erreichbare Zielgruppen wie ältere Menschen und benachteiligte Gruppen behandelt.

Ein starkes Argument für die Akzeptanz von Bewegung als Gesundheitsförderungsstrategie ist zweifelsohne der gesundheitsökonomische Nutzen von Bewegung. Mit diesem Aspekt von Bewegung beschäftigt sich der Input von Otmar Weiß, der auch auf resultierende Chancen und Rahmenbedingungen verweist.

Den Abschluss der Tagung übernimmt Wildor Hollmann, der in seinem Vortrag auf die Möglichkeit und Notwendigkeit von Bewegung im aktuellen gesundheitspolitischen Kontext aufmerksam macht. In einer Zeit, in der sich die klassische Alterspyramide umkehrt, sind für viele brennende Probleme Bewegungskonzepte die passende Antwort.

Über Bewegung sollte aber nicht nur geredet werden – die Bewegungsstationen „Fit für Österreich“ laden zwischen den theoretischen Impulsen zum praktischen Umsetzen ein.

Thema der Tagung

Mit dem Thema „Leben in Bewegung – Bewegungsspezifische Strategien der Gesundheitsförderung“ widmet sich die 12. Österreichische Präventionstagung des Fonds Gesundes Österreich zwei Tage lang ganz den vielfältigen Aspekten von Bewegung und deren Möglichkeiten in der Gesundheitsförderung und Prävention.

Längst belegt ist der gesundheitliche Nutzen von Bewegung und Sport auf unsere Gesundheit. Gesundheit gilt sogar als eine der zentralen Begründungen für Bewegung und Sport in unserer Gesellschaft. Neben den traditionellen Bewegungsformen und Sportarten ist es in unserer hektischen Zeit besonders auch die Alltagsbewegung, die uns helfen kann, auf das für die Förderung unserer Gesundheit geforderte Mindestmaß an Bewegung zu kommen. Und ein Mindestmaß an Bewegung ist nicht nur physiologisch notwendig, sondern fördert zudem unsere Sozialkompetenz und unser seelisches Wohlbefinden.

Doch trotz des Wissens über die positiven Auswirkungen bewegen sich immer noch zu viele Menschen in einem nicht ausreichenden Maß. Die Folge sind sogenannte Zivilisationskrankheiten, welche nicht nur für die Betroffenen immense Auswirkungen auf das Leben oder die Lebensqualität bedeuten. Auch aus wirtschaftlicher Sicht ist ein enormes Einsparungspotential durch eine Steigerung des Bewegungsverhaltens in der Bevölkerung zu erwarten.

Kaum einer zweifelt also noch am Stellenwert der Bewegung in der Gesundheitsförderung und Prävention. Das Potential wurde erkannt und in vielen Projekten bereits genutzt. Neben der Verhaltensänderung wurde verstärkt der Fokus auf bewegungsförderliche Verhältnisse gelegt. Das hat zur Folge, dass sich immer mehr Sektoren verantwortlich fühlen und Bewegung als Querschnittsmaterie betrachten. Nun gilt es, Aktivitäten zu bündeln und im Sinne einer Kompetenzteilung interdisziplinäre Kooperationen langfristig auf- und auszubauen.

Ziel der Tagung

Die zentrale Frage ist, wie können Lebensbedingungen in Österreich bewegungsfördernd gestaltet werden, sodass alle Österreicherinnen und Österreicher ein gesundheitsförderndes Maß an Bewegung erreichen.

Dabei soll einerseits zu einem Gedankenaustausch unter Expert/innen eingeladen werden, um zu diskutieren, welche Strategien und Maßnahmen auch tatsächlich für die Umsetzung und Erreichung von gesundheitsförderlichen Mindestempfehlungen von Bewegung geeignet sind und welcher Rahmenbedingungen es bedarf.

Andererseits soll ein Erfahrungsaustausch unter Bewegungs- und Gesundheitsförder/innen stattfinden, bei dem Strategien, Aktivitäten und „good practice“ ausgetauscht werden, um Menschen in allen Situationen ihres Lebens mit Bewegung zu erreichen.

Besonderes Augenmerk wird darauf gelegt, zu zeigen, dass für einen bewegten Lebensstil neben der Eigenverantwortung auch Rahmenbedingungen in unseren Lebensbereichen bewegungsförderlich gestaltet werden müssen. Im Sinne von Health in all Policies werden bewegungsfördernde Aktivitäten verschiedener Sektoren vorgestellt und die Notwendigkeit für eine intersektorale Zusammenarbeit und Strategie aufgezeigt.

Erkenntnisse aus der Tagung sollen folgende Fragestellungen beantworten:

- Welche aktuellen Ansätze, Konzepte und Strategien im Bereich der Bewegungsförderung gibt es und was sind die Erfahrungen daraus?
- Welcher Handlungsbedarf ergibt sich für eine Weiterentwicklung einer bewegungsorientierten Gesundheitsförderung?
- Wie könnten Aktivitäten im Bereich gesundheitsfördernder Bewegung aus den verschiedenen Sektoren wie Sport, Bildung, Verkehr, Arbeit, Soziales, Umwelt und Gesundheit im Sinne einer intersektoralen Zusammenarbeit verknüpft und Kooperationen gestärkt werden?

Zielgruppen der Tagung

Die Tagung richtet sich vor allem an Praktiker/innen, die in der Umsetzung von Projekten in der Gesundheitsförderung und speziell auch in der Bewegungsförderung tätig sind. Angesprochen werden sollen aber auch Entscheidungsträger/innen, Wissenschaftler/innen und Expert/innen aus dem Querschnittsbereich von Bewegung und Gesundheit.

Tagungsprogramm

Do, 22. April 2010

Plenum

MODERATION: DR. PETER RESETARITS, ORF

- 9:00 – 10:00 **Registrierung und Begrüßungskaffee**
- 10:00 – 10:30 **Eröffnung und Begrüßung**
- Alois Stöger diplömé, Bundesminister für Gesundheit, Präsident des Fonds Gesundes Österreich (angefragt)
 - Mag. Christoph Hörhan, Leiter Fonds Gesundes Österreich
- 10:30 – 11:00 **Bewegung wirkt! Physiologische Auswirkungen auf die Gesundheit**
- Univ.-Prof. Dr. Norbert Bachl, Leiter des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport, Universität Wien
- 11:00 – 11:15 **Diskussion**
- 11:15 – 11:45 **Kaffee- und Teepause**
Bewegungsstationen „Fit für Österreich“
- 11:45 – 12:15 **Bewegung und Public Health: Österreichische Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung**
- Univ.-Prof. Mag. Dr. Sylvia Titze, MPH, Institut für Sportwissenschaft, Karl-Franzens-Universität Graz und Präsidentin der Österreichischen Sportwissenschaftlichen Gesellschaft (ÖSG)
- 12:15 – 12:30 **Diskussion**
- 12:30 – 13:30 **Mittagspause**
Bewegungsstationen „Fit für Österreich“

Rahmenprogramm

Infotainment mit Daniel Morelli, Trainer und Artist, Wien

Parallele Workshops

- 13.30 – 14:45 **Parallele Workshops Teil 1**
- 14:45 – 15:15 **Kaffee- und Teepause**
Bewegungsstationen „Fit für Österreich“
- 15:15 – 16:30 **Parallele Workshops Teil 2**

Fr, 23. April 2010

Plenum

MODERATION: DR. PETER RESETARITS, ORF

9:00 – 9:30

Begrüßungskaffee

9:30 – 10:00

**Bewegungsförderung auf Bevölkerungsebene –
Erfahrungen mit Strategien und Ansätzen aus verschiedenen Sektoren**

- Dr. med. Brian Martin, MPH, Institut für Sozial- und Präventivmedizin,
Universität Zürich

10:00 – 10:15

Diskussion

Parallele Workshops

10:15 – 11:30

Parallele Workshops Teil 1

11:30 – 12:00

**Kaffee- und Teepause
Bewegungsstationen „Fit für Österreich“**

12:00 – 13:15

Parallele Workshops Teil 2

13:15 – 14:00

**Mittagspause
Bewegungsstationen „Fit für Österreich“**

Plenum

14:00 – 14:30

Der gesundheitsökonomische Nutzen von Bewegung und Sport
• Univ.-Prof. Mag. Dr. Otmar Weiß, Zentrum für Sportwissenschaft und
Universitätssport, Universität Wien

14:30 – 15:15

Altern, Gesundheit, Leistungsfähigkeit
• Univ.-Prof. mult. Dr. med. Dr. h.c. Wildor Hollmann,
Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin, Deutsche Sporthochschule Köln

15:15 – 15:30

Diskussion

15:30

Abschluss und Ausblick
• Mag. Christoph Hörhan, Leiter Fonds Gesundes osterrich

Parallele Workshops

Do, 22. April 2010

**Workshop 1:
(Ideenworkshop)**

Von Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung zur Umsetzung – welche Rahmenbedingungen braucht es?

Input: **Der Steirische Leitfaden für gesundheitsfördernde Bewegung und gesundes Essen und Trinken**

• Mag. Silvia Marchl, Styria vitalis, Graz

Moderation:

Geführte Diskussion: Erfahrungsaustausch und Ideenfindung zur Umsetzung der Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung

• Mag. Christian Halbwachs, „Fit für Österreich“, Wien

Workshop 2:

Grenzenlose Strategien

Inputs:

HEPA Europe – European network for the promotion of health-enhancing physical activity

• Dr. med. Brian Martin, MPH, Institut für Sozial- und Präventivmedizin, Universität Zürich

„Physical activity for health in Finland: from evidence to program and policy action“

• Pekka Oja, PhD, Former Scientific Director, UKK Institute for Health Promotion Research, Tampere, Finland

Bewegungsförderung in der Schweiz: Hochs und Tiefs aus 15 Jahren Erfahrung

• Eva Martin-Diener, MPH, Bundesamt für Sport, Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen, Schweiz

Moderation:

• Prof. (FH) Mag. Dr. Erwin Gollner, MPH, Fachhochschulstudiengänge Burgenland GmbH, Pinkafeld

Workshop 3:

Intersektorale Strategien

Inputs:

Vorarlberg bewegt – Die Bewegungsinitiative des Landes Vorarlberg

• Ein Vertreter des Landes Vorarlberg

„Fit für Österreich“ – Bewegung und Sport als Integrationsmedium intersektoraler Zusammenarbeit – „Bewegt gesund“: ein Praxisbeispiel

• Mag. Werner Quasnica, „Fit für Österreich“, Wien

Klima: aktiv mobil – Umsetzung Masterplan Radfahren

• DI Robert Thaler, Abteilung V/5 Verkehr, Mobilität, Siedlungswesen und Lärm im Lebensministerium, Wien

Moderation:

• Dr. Piero Lercher, Universitätslehrgang Master of Public Health-Vienna, Zentrum für Sportwissenschaft und Universitätssport, Universität Wien

Workshop 4: Bewegungsmonitoring und nationale Gesundheit

- Inputs: **Determinantenorientierung in der Gesundheitsberichterstattung am Beispiel Bewegung**
- Mag. Gerlinde Grasser, MScPH
 - Christina Taxacher, BA
Kompetenzzentrum für Gesundheitsberichterstattung am Studiengang Gesundheitsmanagement im Tourismus, FH JOANNEUM, Bad Gleichenberg

Das Bewegungsverhalten in Österreich

- Dr. Thomas Dorner, MPH, Institut für Sozialmedizin, Zentrum für Public Health, Medizinische Universität Wien

Adipositasprävention: Körperliche Aktivität vs. körperliche Fitness?

- Assoz. Prof. Dr. Susanne Ring-Dimitriou, Interfakultärer Fachbereich Sport- und Bewegungswissenschaft / USI Universität Salzburg

Leitlinien Adipositas: Förderung der körperlichen Aktivität und körperliche Fitness bei Erwachsenen

- Mag. Christian Lackinger, Sportunion Österreich, Wien

- Moderation: • Mag. Hans Christian Miko, Universitätslehrgang Master of Public Health-Vienna, Zentrum für Sportwissenschaft und Universitätssport, Universität Wien

Workshop 5: Alltagsmobilität als Chance für die Gesundheit

- Inputs: **Gehen geht – Umweltfreundlich und sicher zur Schule**
- Mag. Gerald Franz, „die umweltberatung“, Fachbereich Mobilität, Deutsch Wagram

Alltagsmobilität zu Fuß: Von der gebauten Umwelt bis zum Everydaywalking

- DI Dieter Schwab, „walk-space.at“ Der Österreichische Verein für Fußgänger/innen, Wien

LIFE CYCLE: Wege zur Förderung des lebenslangen Radfahrens

- Dipl.-Ing. Günther Illek, FGM-Forschungsgesellschaft Mobilität, Graz
- Dipl.-Ing. Claus Köllinger, FGM-Forschungsgesellschaft Mobilität, Graz

Hupfn.at

- Herwig Reupichler, SPORTUNION Steiermark, Graz

- Moderation: • Mag. Arne Öhlknecht, Verband von Sportwissenschaftlern Österreichs, Graz

Parallele Workshops

Fr, 23. April 2010

Workshop 6: Bewegungsförderung im regionalen Setting

Inputs: **Gemma raus: Bewegungsaktivitäten für ältere Frauen und Männer in Bewegungsparks**

- Mag. Barbara Kolb, Zentrum für Sportwissenschaft und Universitätssport, Universität Wien
- DI Rita Mayrhofer, tilia – Büro für Landschaftsplanung, Wien

Fit für das Leben. – Fitnessorientierte Gesundheitsförderung für ältere Menschen und deren soziales Umfeld unter besonderer Berücksichtigung chronischer Erkrankungen

- Michael Schweigerer, ASKÖ Landesverband Salzburg

Sportentwicklungsplane braucht die Region – Vorstellung des Pilotprojektes Hartberg

- DI Karin Schwarz-Viechtbauer, sterreichisches Institut für Schul- und Sportstättenbau, Wien
- Mag. Margarete Havel, Empirische Sozial- und Marktforschung, Rekawinkel

Gemeinsam gesund in Floing

- Franz Lichtenegger, Gemeinde Floing
- Hilde Kulmer, Gemeinde Floing

Moderation: • DI Heide Studer, tilia – Büro für Landschaftsplanung, Wien

Workshop 7: Betriebliche Bewegungsförderung

Inputs: **Mitarbeiter bewegen Mitarbeiter**

- Dr. Hannes Pratscher, „Institut Pratscher. bewegen & leben“, Hernstein

Der bewegte Arbeitsalltag

- Gustav Sborsil, Steiermärkische Gebietskrankenkasse, Graz

Männer im Betrieb bewegen

- Dr. Paul Scheibenpflug, Eichgraben

Das FCP-Gesundheitsprogramm:

Ein Projekt zur bewegungsorientierten Gesundheitsförderung

- Mag. Thomas Lamprecht, SPORTUNION Österreich, Wien

Stress? Fit? Aktiv gesund im Betrieb

- Mag. Paul Wogerer, ASKÖ Landesverband Salzburg

Moderation: • Univ.-Prof. Mag. Dr. Günther Mitterbauer, Präsident der SPORTUNION Tirol, Innsbruck

Workshop 8: Erreichbarkeit vulnerabler Zielgruppen

Inputs: **„BruckenBauen“ und „Bewegung alleine genügt nicht“ – Bewegung für Menschen mit mentaler Behinderung – Projekte mit bio-psycho-sozialen Forderaspekten**

- MMag. Florian Ragg, SPORTUNION Tirol, Innsbruck
- Prof. Hammadi Taktak, Lebenshilfe Tirol, Innsbruck

Begegnung durch Bewegung – soziale Integration durch Sport

- Matthias Grabherr, Bundesamt für Sport, Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen, Abteilung Bewegung und Gesundheit, Schweiz

„Bewegung ist Leben“ – Informationsmaterial für die Migrationsbevölkerung in der Schweiz

- Jenny Pieth, Bundesamt für Sport, Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen, Abteilung Bewegung und Gesundheit, Schweiz

Fit Start – Fitnessorientierte Gesundheitsförderung für Arbeitssuchende

- Mag. Günter Schagerl, ASKÖ Bundesorganisation, Wien
- Mag. Christian Fessl, ASKÖ Bundesorganisation, Wien

Moderation:

- Dr. Hadwig Blum, Abteilung V/2, Sektion Sport im Bundesministerium für Landesverteidigung und Sport, Wien

Workshop 9: Bewegt ins Alter

Inputs:

PASEO – Aufbau von „Policy Capacities“ zur Gesundheitsförderung durch Bewegung bei inaktiven älteren Menschen

- Mag. Christina Steininger, Zentrum für Sportwissenschaft und Universitätssport, Universität Wien
- o. Univ.-Prof. Dr. Michael Kolb, Zentrum für Sportwissenschaft und Universitätssport, Universität Wien

Jung Alt werden: Ein Bewegungsprogramm für ältere Menschen

- Mag. Maria Lengauer, ASVÖ Wien

Betreutes und Animiertes Bewegen

- Sonja Landsteiner, WAT - Wiener Arbeiter-, Turn- und Sportverein

Moderation:

- Uschi Mortinger, Seniorensportreferentin des Pensionistenverbandes Österreich, Wien

Workshop 10: Kinder und Jugendliche in Bewegung

Inputs:

Bewegung als Bestandteil der Entwicklungsförderung von Kindern

- Mag. Wolfgang Göschl, Universitätslektor der Karl Franzens Universität Graz, Primärsportmodell Graz

Kinder gesund bewegen – Kindergärten / Volksschulen und der organisierte Sport auf dem gemeinsamen Weg in eine bewegte Zukunft

- Mag. Anita Steinberger, Bundeskoordination Kinder gesund bewegen, Wien
- Peter Dlesk MA, Bundeskoordination Kinder gesund bewegen, Wien

Bewegte Klasse – Bewegungs- und Begegnungsraum Schule. Ein Programm zur aktiven „bewegten“ Unterrichtsgestaltung

- Mag. Alexandra Fuchs, Gesundes Niederösterreich, St. Pölten

Aktiv gesund – Lehrlinge in Linz

- Mag. Anita Rackaseder, ASKÖ Landesverband Oberösterreich, Linz

Moderation:

- Ass.-Prof. Mag. Dr. Inge Werner, Institut für Sportwissenschaft Innsbruck

Tagungs-Eckdaten

Datum	Donnerstag, 22. & Freitag, 23. April 2010
Ort	Tech-Gate Vienna, Donau-City-Straße 1, A-1220 Wien Öffentliche Verkehrsmittel: U1 bis Station „Kaisermühlen - Vienna International Center“, Ausgang „Schüttaustraße“; nach rechts über den Platz der Vereinten Nationen und links in die Isidro-Fabela-Promenade, ca. 2 Minuten Fußweg
Veranstalter	Fonds Gesundes Österreich, ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH, Aspernbrückengasse 2, A-1020 Wien
Inhaltliche Konzeption	Mag. Dr. Verena Zeuschner, Fonds Gesundes Österreich
Tagungsorganisation	Gabriele Ordo, Fonds Gesundes Österreich Agentur EVOTION Mag. (FH) Kathrin Göschl, Klaus Ranger Bachofengasse 8, A-1190 Wien Tel.: +43-(0)1-328 86 60-657, Fax: +43-(0)1-328 86 60-655 E-Mail: gesundheitsfoerderung@evotion.at
Tagungsgebühr	€ 35,-
Anmeldung	Per Online-Registrierung unter www.evotion.at/fgoe oder mit beigelegtem Formular per Fax. Die Teilnehmer/innenzahl ist beschränkt. Über die Teilnahme entscheidet der Zeitpunkt der Anmeldung. Die Tagungsgebühr ist nach Erhalt der Rechnung bis spätestens 8. April 2010 per Banküberweisung an Evotion - Events mit Emotion e.U., Bankverbindung: RLB NÖ-Wien, BLZ 32000, Kto-Nr.: 05071980 zu überweisen. Bitte bei Verwendungszweck unbedingt „ÖPT 10“ , Rechnungsnummer und Name angeben! Nach der Einzahlung ist die Anmeldung verbindlich. Stornierungen müssen schriftlich erfolgen. Bis 14 Tage vor der Tagung ist eine kostenfreie Stornierung möglich. Nach diesem Zeitpunkt wird die gesamte Tagungsgebühr fällig.
Anmeldeschluss:	1. April 2010

IMPRESSUM: Medieninhaber und Herausgeber:

Fonds Gesundes Österreich, ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH, Aspernbrückengasse 2, A-1020 Wien, Tel.: +43-(0)1-895 04 00-0, Fax: +43-(0)1-895 04 00-20, E-Mail: info@fgoe.org, www.fgoe.org
Verleger: Evotion - Events mit Emotion e.U., Würthgasse 11/2/8-9, A-1190 Wien, Tel.: +43-(0)1-328 86 60-657, Fax: +43-(0)1-328 86 60-655, E-Mail: office@evotion.at, www.evotion.at
Grafik: Sigma Tau Stummvoll KG, Viriotgasse 9/19, 1090 Wien, E-Mail: sigmatau@sigmatau.at, www.sigmatau.at
Verlags- und Herstellungsort: Wien, Verlagspostamt: 1190 Wien