

„Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.“

Regionales Modellprojekt: Herz-Kreislauf-Gesundheit im Bezirk Völkermarkt / Kärnten

11. Österreichische Präventionstagung, 09.11.2009



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes
Österreich

Modellprojekt - Eckdaten

- ♥ Auftraggeber  Fonds Gesundes Österreich
- ♥ Bietergemeinschaft  gesundheitsland kärnten www.gesundheitsland.at  GKK KÄRNTEN  FH für Österreich
- ♥ Ort: Bezirk Völkermarkt
- ♥ Laufzeit:
 - 38 Monate Gesamt (November 2008 bis Dezember 2011)
 - 2 Jahre Interventionen (April 2009 bis April 2011)
- ♥ Externe Evaluation (shm management gmbh, FH Feldkirchen)
- ♥ Budget: € 500.000



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

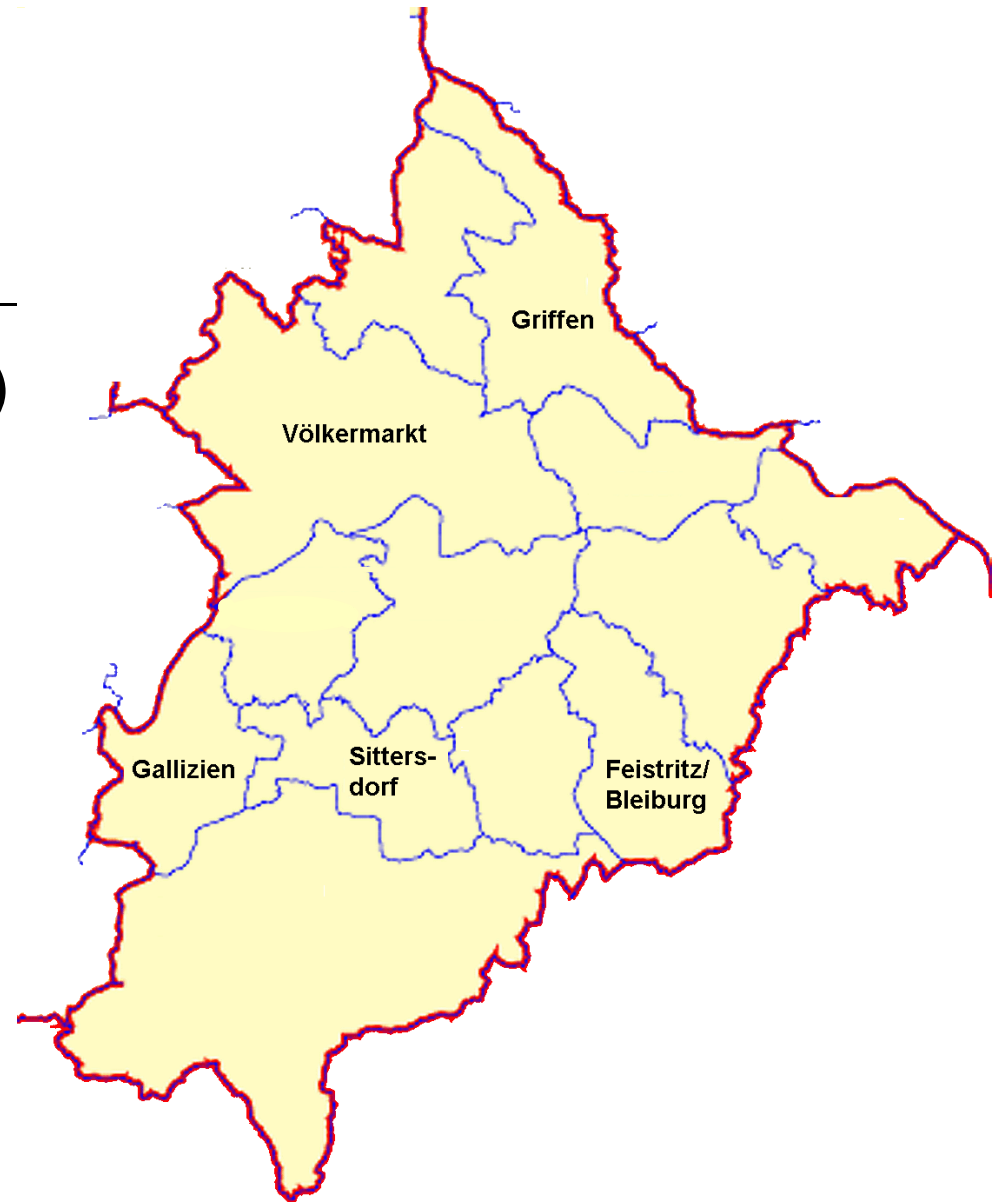
Völkermarkt

♥ 5 Gemeinden (n = 21.029)

- Feistritz ob Bleiburg
- Gallizien
- Griffen
- Sittersdorf
- Völkermarkt

♥ 2 Betriebe (n = 2.436)

- MAHLE Filtersysteme
- Sozialhilfeverband Vlk.



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.

www.bummbumm.at

Eine Initiative des



Modellprojekt - Zielgruppe

- ♥ Erwachsene Bevölkerung (ab 18 Jahren)
Ausnahme: Lehrlinge in den Betrieben
- ♥ im Bezirk Völkermarkt
- ♥ besonderes Augenmerk: sozial benachteiligte Gruppen
(einkommensschwache und bildungsferne)



Ziele

- ♥ Partizipative Entwicklung von GF-Angeboten
(Gemeinde und Betrieb)
- ♥ Schaffung von GF-Rahmenbedingungen
- ♥ Entwickeln von regionalen Strategien in Politik und
Organisation (Health in all Policies - HiaP)



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes
Österreich

Ziele

- ♥ Auf- und Ausbau von Kooperationen und Netzwerken
- ♥ Entwicklung von GF-sozialen Potential u. Engagement
(Bildung neuer Gruppen; Mitarbeit neuer AktuerInnen; Capacity Building)
- ♥ Erweiterung individueller Gesundheitskompetenzen
(Wissen, Einstellung, Fertigkeiten)
- ♥ Reduktion von Risikofaktoren
- ♥ Verbesserung der Lebensqualität



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Stufen der Partizipation (1)

Stufe 9: Selbstorganisation	Geht über Partizipation hinaus
Stufe 8: Entscheidungsmacht	Partizipation
Stufe 7: Teilweise Entscheidungskompetenz	
Stufe 6: Mitbestimmung	
Stufe 5: Einbeziehung	Vorstufen der Partizipation
Stufe 4: Anhörung	
Stufe 3: Information	
Stufe 2: Anweisung	Nicht-Partizipation
Stufe 1: Instrumentalisierung	

Stufen der Partizipation (Wright et al., 2007)

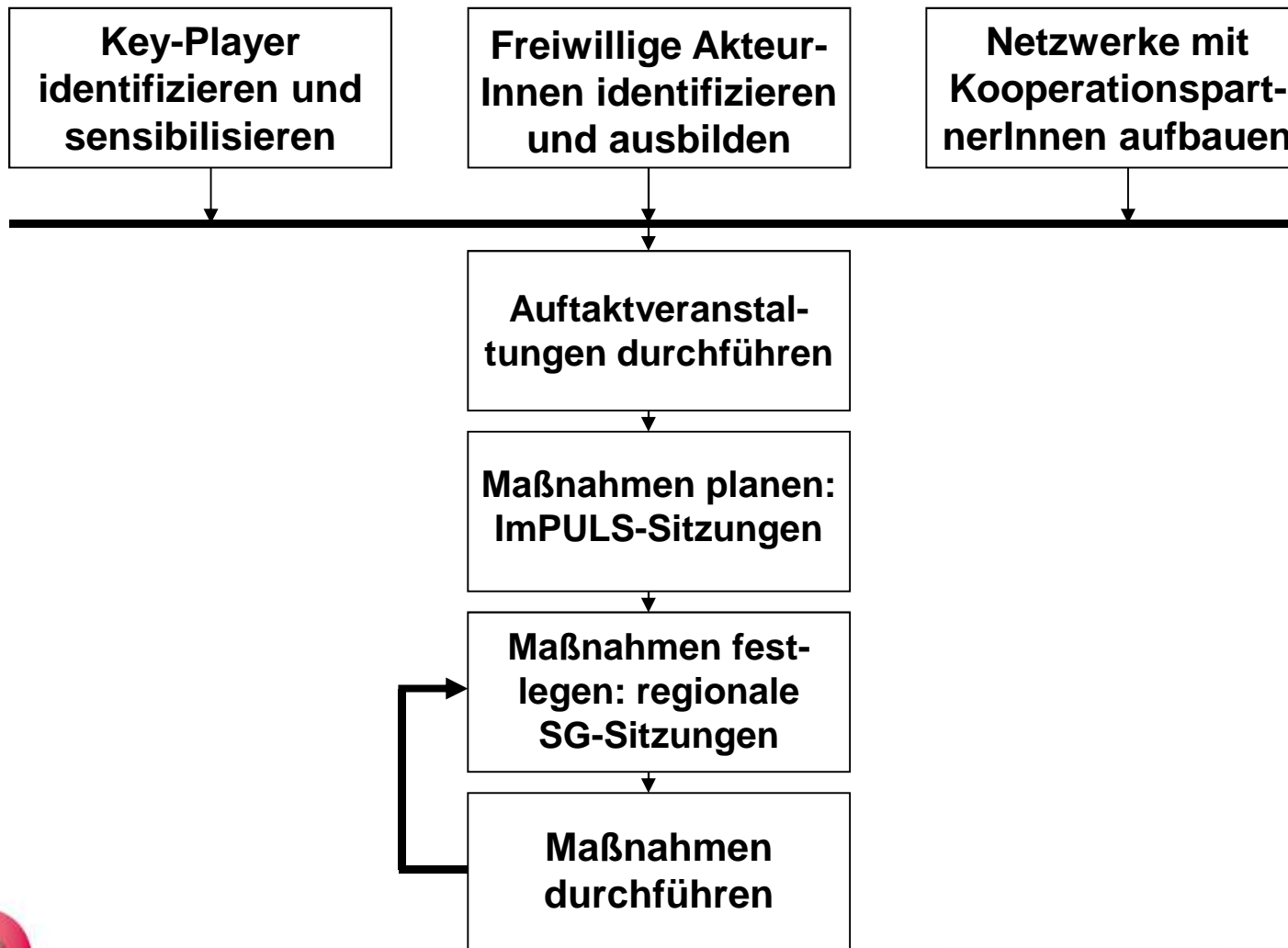


Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.

www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Stufen der Partizipation (2)



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.

www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Setting Region

Bisherige Schritte und Ausblick



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Setting Region – Bisherige Schritte

- ♥ „Atmosphärischer Auftakt“
- ♥ Auf- und Ausbau von Netzwerken
 - Pfarrer u. (slowenisch) katholisches Bildungswerk



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Setting Region – Ausblick

- ♥ 2 Health in all Policies (HiaP) - Workshops
- ♥ weiterer Auf- und Ausbau von Netzwerken
 - Vernetzungstreffen (Gesundheits- u. Sozialeinrichtungen)



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.

www.bummbumm.at

Eine Initiative des



Fonds Gesundes
Österreich

Setting Gemeinde

Bisherige Schritte und Ausblick



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Setting Gemeinde – Bisherige Schritte

- ♥ unzählige persönliche Vorgespräche
- ♥ „Herz-Gesundheits-BotschafterInnen-Seminar



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Setting Gemeinde – Bisherige Schritte

♥ Fünf Auftaktveranstaltungen



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Setting Gemeinde – Bisherige Schritte

♥ 10 „ImPULS-Sitzungen“



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Setting Gemeinde – Bisherige Schritte

♥ Präsentation der Maßnahmen



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Setting Gemeinde – Bisherige Schritte

♥ Durchführung der „Herz-Gesunden“-Maßnahmen, Bereich Bewegung

- „Herz Fit mit Genuss am Rad“
(Feistritz ob Bleiburg)
- Ausbildung: „Herz Fit Übungsleiter/Übungsleiterin“
(alle fünf Gemeinden)



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Setting Gemeinde – Bisherige Schritte

♥ Durchführung der „Herz-Gesunden“-
Maßnahmen, Bereich seel. Wohlbefinden

- Eltern gestalten eine
„Wohlfühlschule“
(Sittersdorf)
- Kursreihe: „Entspannungstechniken“
(Völkermarkt, Sittersdorf, Griffen)



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes
Österreich

Setting Gemeinde – Bisherige Schritte

♥ Durchführung der „Herz-Gesunden“- Maßnahmen, Bereich Ernährung

- „Themenpartys“
(Völkermarkt)
- „Gesund kochen
um € 2,50“
(Feistritz o. B., Griffen,
Gallizien, Sittersdorf)



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.

www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes
Österreich

Setting Gemeinde – Ausblick

- ♥ Lebensstil- Maßnahmen
 - September 2009 - April 2011: Umsetzung
- ♥ Zusammenarbeit mit Herz-Gesundheits-BotschafterInnen
- ♥ Feedbackschleifen



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Setting Betrieb

Bisherige Schritte und Ausblick



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Setting Betrieb – Setting Gemeinde

Betrieb	Gemeinde
Größe der Zielgruppe: 2.436	Größe der Zielgruppe: 21.029
11,58% der GesamtZG	



„ZIELGRUPPENVERSTÄRKUNG“ im Gesamt-Modellprojekt durch die Einbindung von Betrieben:
Durch Multiplikatoren,
Familienangehörige,
BesucherInnen:



Mahle Filtersysteme Austria GmbH



- ♥ größter Arbeitgeber der Region
- ♥ Produktionsbetrieb
- ♥ Schichtarbeit
- ♥ MitarbeiterInnen aus allen Projektgemeinden
- ♥ Noch keine BGF-Erfahrung, noch keine Projekterfahrung
- ♥ Starker Wunsch nach Gesundheitsförderung



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.

www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Sozialhilfeverband Völkermarkt



- ♥ Pflegebereich
- ♥ Schichtarbeit
- ♥ Hohe Besucherfrequenz = gute Schnittstelle zum Setting Gemeinde
- ♥ „Bekannte“ Beschwerdebilder
- ♥ Starker Wunsch nach Verbesserungen für die Belegschaft



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.

www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Sozialhilfeverband Völkermarkt



♥ Bisherige Schritte

- Projektpräsentationen (INFORMATION)
- Zwei Standort-Teamsitzungen mit fast allen MitarbeiterInnen
- Branchenspezifischer Zusatz zum Fragebogen
- Basiserhebung mittels Fragebogen
- Präsentation der Befragungsergebnisse
GesundheitszirkelmoderatorInnen Ausbildung

♥ Ausblick

- Durchführung der Gesundheitszirkel
- Erstellung des Maßnahmenkataloges
- Planung der „Herz-Gesunden“-Maßnahmen
- Umsetzung der „Herz-Gesunden“-Maßnahmen

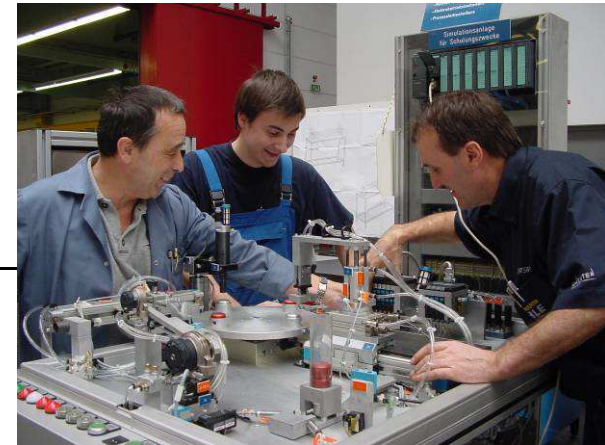


Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.

www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Mahle Filtersysteme Austria GmbH



♥ Bisherige Schritte

- Projektpräsentation (INFORMATION)
- Durchführung einer Fokusgruppe Basiserhebung mittels Fragebogen
- Befragung
- Präsentation der Befragungsergebnisse
- GesundheitszirkelmoderatorInnen Ausbildung („=1. Intervention“)

♥ Ausblick

- Gesundheitszirkel-Kick-off
- Durchführung der Gesundheitszirkel
- Erstellung des Maßnahmenkataloges
- Planung der „Herz-Gesunden“-Maßnahmen
- Umsetzung der „Herz-Gesunden“-Maßnahmen

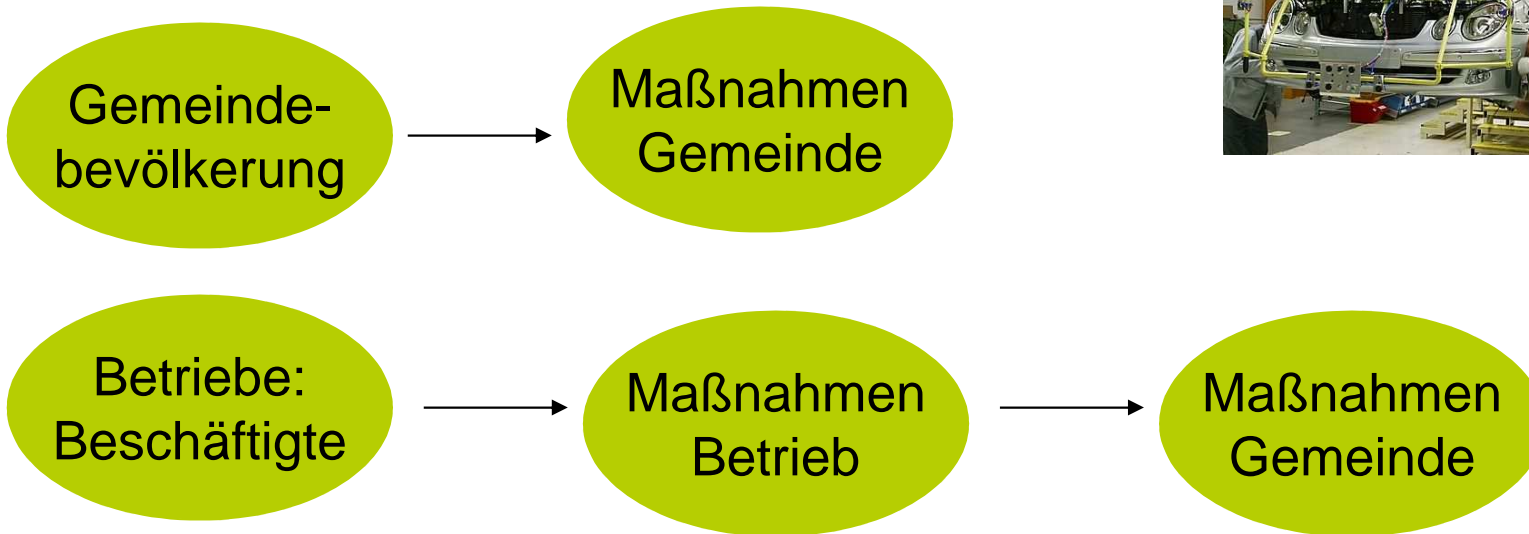


Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.

www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Beteiligung an Maßnahmen



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  Fonds Gesundes Österreich

Informations- und Medienkampagne

- ♥ Medienberichte
- ♥ Postwürfe
- ♥ Plakate, Transparente, Roll-ups
- ♥ Gewinnspiel
- ♥ Give aways (Kochschürzen, Schrittzähler)
- ♥ ExpertInnen-Tipps in Vlk. Regionalmedien
- ♥ Homepage: www.gesundheitsland.at/bummbumm

Mein Gewinnkupon
Name _____
Straße _____
Ort _____
Telefonnummer _____

Bitte nicht abgeben, wenn Sie nicht gewinnen wollen.

In welcher Gemeinde wohnen Sie? _____
Alter: _____
Geschlecht: weiblich männlich
Schulbildung:
 Lehre
 Fachschule
 Matura
 Abgeschlossenes Studium

Wie haben Sie von der Veranstaltung (vom Projekt) erfahren? _____

Alle Gewinne in den Gemeinden

Herz-Aktiv-Tage
im Bezirk
Völkermarkt

Einige Preise für Völkermarkt, Griffen, Sillertsdorf, Gallizien und Feistritz/Bleiburg:
♥ Reisegutscheine (Springer Reisen), Kärntner-Milch-Geschenkskörbe, Rucksäcke („Fit für Österreich“) und Gutscheine zur Stimm- und Atembildung (www.slmsse-aten-aktiv.at)

Weitere Preise für Griffen:
♥ gesponsert durch Raiffeisenbank Griffen, Reifen Weichberger, Griffen Rast Mochnitzsch und Alpine

www.bummbumm.at
www.gesundheitsland.at

(The graphic also includes a photo of a family playing and a large heart icon.)



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  **Fonds Gesundes Österreich**

**HERZ-lichen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit !**



Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund.
www.bummbumm.at

Eine Initiative des  **Fonds Gesundes
Österreich**