

# Einladung

Bewegungsempfehlungen kommunizieren

18. Oktober 2021, Online-Seminar



Fonds Gesundes  
Österreich

# BEWEGUNGSEMPFEHLUNGEN KOMMUNIZIEREN

## **Seminar:**

Die Gesundheitsziele Österreich und der Nationale Aktionsplan Bewegung betonen den positiven Einfluss von Bewegung auf die physische, psychische und soziale Gesundheit. Mit den Österreichischen Bewegungsempfehlungen wird das Mindestmaß an Bewegung festgelegt, um einen gesundheitlichen Nutzen zu erzielen. Doch wie kann es gelingen, dass diese Empfehlungen möglichst viele Menschen in Österreich auch erreichen?

Vereine leisten mit ihrem vielfältigen Bewegungsangebot einen wichtigen Beitrag. In der Kommunikation der Vereine über ihre Leistungen spielt die Umsetzung der Bewegungsempfehlungen aber bislang eine untergeordnete Rolle. Damit wird nicht nur eine Chance für die Vereine in ihrer Außerdarstellung nicht genutzt, auch ein wichtiger Beitrag zur Hebung der Gesundheits- und Bewegungskompetenz geht verloren. Eine übergreifende Kommunikation und das zielgruppenspezifische Verbreiten der Empfehlungen sind jedoch notwendig, um durch die praktische Umsetzung der Empfehlungen eine Wirkung erzielen zu können.

Das Seminar gibt einen Einblick in die neu überarbeiteten Bewegungsempfehlungen und greift das Thema Gesundheitskommunikation auf. Mit Beispielen aus der Praxis sollen Ideen für die Verwendung und Verbreitung der Bewegungsempfehlungen speziell über Sport-Dach- und -Fachverbände und Seniorenorganisationen in Österreich aufgezeigt werden. Neben Hintergrundinformationen und Grundlagen werden auch konkrete Hinweise für Vereine und Umsetzer/innen aufbereitet und Vorlagen zur Verfügung gestellt, die dann in der Praxis genutzt werden können

## **Ziele:**

- Wissen über Bewegungsempfehlungen sowie über zielgruppenspezifische Kommunikation stärken
- Strategien, wie Empfehlungen in die Ausbildungspläne integriert werden können, vorstellen
- Werkzeuge für die Umsetzung der Bewegungsempfehlungen im Vereinssport zur Verfügung stellen

### **Zielgruppe:**

- Beauftragte für Ausbildungen
- Multiplikator/innen aus dem Bereich Bewegung und Sport
- Ausbilder/innen von Übungsleiter/innen in den Sport-Dach- und -Fachverbänden und in Seniorenorganisationen
- Engagierte Übungsleiter/innen in Vereinen, die Bewegungsempfehlungen stärker berücksichtigen wollen

**Gruppengröße:** offene Teilnehmeranzahl

**Seminardauer:** 2 Stunden

## PROGRAMM

13:00 – 13:15 Uhr

### **Eröffnung und Einleitung**

13:15 – 13:45 Uhr

### **Bewegungsempfehlungen – wieviel für wen?**

Österreichische Bewegungsempfehlungen

13:45 – 14:15 Uhr

### **Gesundheitskommunikation**

Wie sollte ich kommunizieren?

Wie kann ich Zielgruppen ansprechen?

14:15 – 15:00 Uhr

### **Umsetzung der Bewegungsempfehlungen**

Beispiele aus der Praxis und für die Praxis

### **Referentinnen und Referenten:**

Assoz. Prof. Priv.-Doz. Dr. Thomas Dorner, MPH  
(Zentrum für Public Health der Medizinischen Universität Wien)

Mag. Renate Haiden, MSc  
(Publish Factory Medienproduktion GMBH)

Mag. Claudia Golbik-Ruffer  
(Sportwissenschaftlerin, Club Vitalschmiede)

# ECKDATEN



Fonds Gesundes  
Österreich

## Bewegungsempfehlungen kommunizieren

Datum	18. Oktober 2021
Format:	Online-Seminar via Zoom
Organisation	Mag. Christian Halbwachs, MSc. (BSG) Mag. Dr. Bettina Kratzmüller (BSG) Mag. Dr. Verena Zeuschner (FGÖ)
Teilnahmegebühr	kostenlos
Anmeldung	bis spätestens 10. Oktober 2021 unter <a href="https://survey.goeg.at/index.php/534951?lang=de">https://survey.goeg.at/index.php/534951?lang=de</a>

