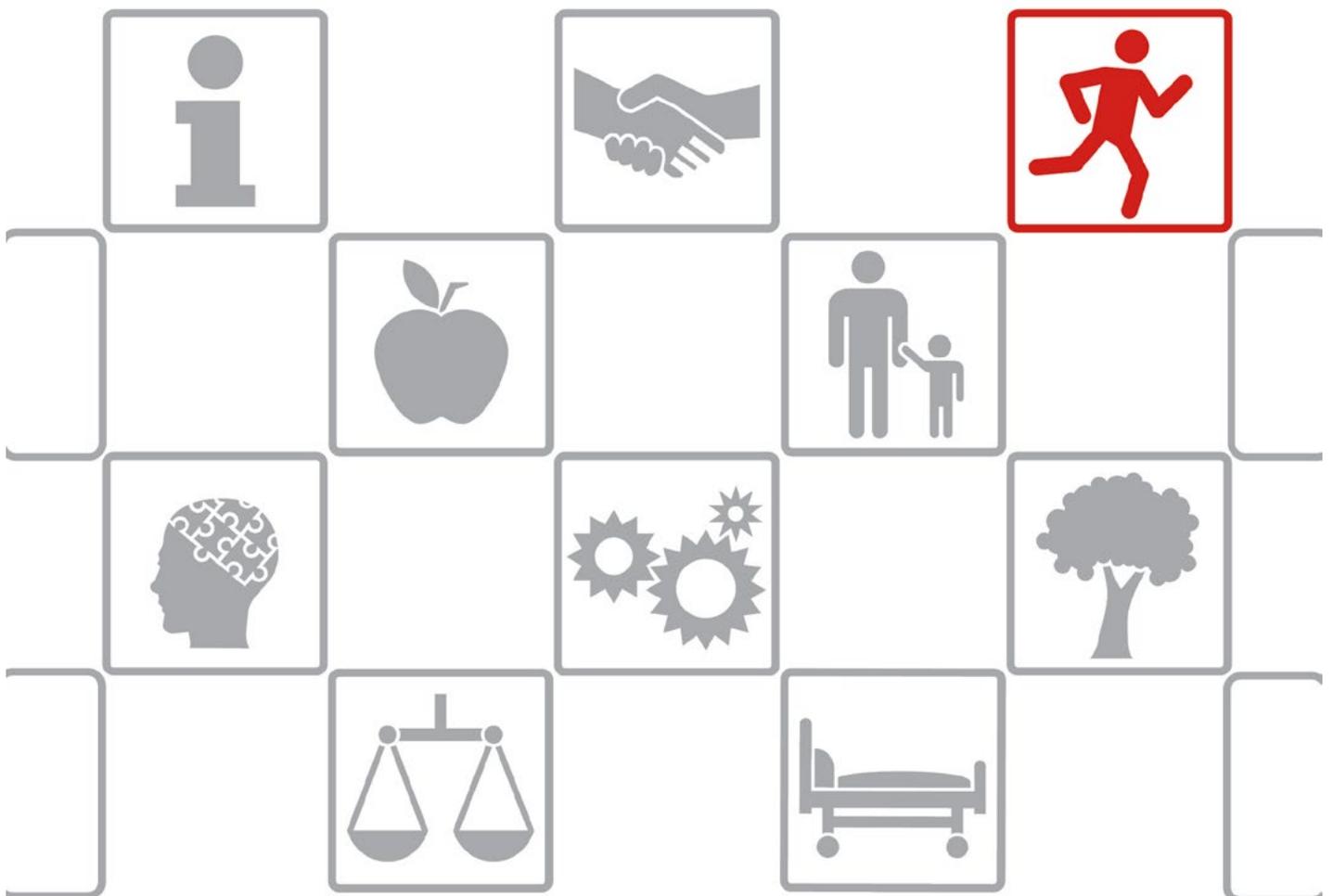


## Gesundheitsziel 8

**Gesunde und sichere Bewegung im Alltag durch die entsprechende Gestaltung der Lebenswelten fördern**

Bericht der Arbeitsgruppe / Update 2019



## **Impressum**

**Eigentümer, Herausgeber, Verleger:**

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz  
Radetzkystr. 2, 1030 Wien  
Tel. +43 1 71100-0, [www.sozialministerium.at](http://www.sozialministerium.at)

**Für den Inhalt verantwortlich:**

Thomas Stickler, Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport  
Stellvertreter:  
Johann Horvatits, Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie

**Prozessbegleitung:**

Gesundheit Österreich GmbH

**Druck:**

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz

**Wien, November 2019 / redaktionelle Überarbeitung März 2022**

# Inhalt

<b>Zusammensetzung der Arbeitsgruppe</b> .....	<b>4</b>
<b>Abkürzungen</b> .....	<b>5</b>
<b>Zusammenfassung</b> .....	<b>6</b>
<b>Einleitung</b> .....	<b>7</b>
<b>1 Erarbeitungsprozess</b> .....	<b>8</b>
1.1 Bewegungsmonitoring-System in Österreich.....	10
1.2 Zum Aufbau dieses Berichts .....	10
<b>2 Wirkungsziel 1: Bewegungskompetenz zielgruppenspezifisch fördern/erhöhen</b> .....	<b>12</b>
2.1 Erläuterung/Herausforderungen.....	12
2.2 Indikator zu Wirkungsziel 1 .....	12
<b>3 Wirkungsziel 2: Bewegungsfördernde/ -förderliche Lebenswelten schaffen</b> .....	<b>40</b>
3.1 Erläuterung/Herausforderungen.....	40
3.2 Indikator zu Wirkungsziel 2 .....	40
<b>4 Wirkungsziel 3: Netzwerkstrukturen aufbauen und erweitern</b> .....	<b>55</b>
4.1 Erläuterung/Herausforderungen.....	55
4.2 Indikator zu Wirkungsziel 3 .....	55
<b>Anhang 1 – Erläuterungen zur Tabelle der laufenden Maßnahmen</b> .....	<b>58</b>
<b>Anhang 2 - Liste der Wirkungsziele und Maßnahmen zu GZ 8</b> .....	<b>59</b>
<b>Anhang 3 - Verzeichnis der abgeschlossenen Maßnahmen (Meldung via Maßnahmenmonitoring mit Stand 31. 12. 2017 oder durch Maßnahmenaktualisierung 2019)</b> .....	<b>74</b>
<b>Anhang 4 - Verzeichnis der Maßnahmen, die nicht umgesetzt wurden (Meldung via Maßnahmenmonitoring mit Stand 31. 12. 2017)</b> .....	<b>77</b>
<b>Literatur</b> .....	<b>78</b>

**Maßnahmenverzeichnis**

<u>2.3</u>	<u>Maßnahmen: Zielgruppe Kinder</u> .....	13
<u>M8.1.1</u>	<u>Kinder gesund bewegen 2.0</u> .....	13
<u>M8.1.2</u>	<u>Umsetzung von bewegungsfördernden Maßnahmen im Kindes- und Jugendalter durch gehobene medizinisch-technische Dienste</u> .....	14
<u>M8.1.3</u>	<u>Gesund und munter</u> .....	14
<u>M8.1.4</u>	<u>Bewegte Klasse macht Schule</u> .....	15
<u>M8.1.5</u>	<u>Info-Schwerpunkt „Bewegte Schule“ der GIVE-Servicestelle für Gesundheitsbildung auf <a href="http://www.give.or.at">www.give.or.at</a></u> .....	16
<u>M8.1.6</u>	<u>„ROKO mit dem Roten Kreuz“: Sicherheit am Wasser</u> .....	17
<u>M8.1.30</u>	<u>Bewegungs-Champion</u> .....	17
<u>2.4</u>	<u>Maßnahmen: Zielgruppe Jugendliche</u> .....	18
<u>M8.1.8</u>	<u>Bewegung im Jugendalter erhöhen</u> .....	18
<u>M8.1.9</u>	<u>Enorm in Form</u> .....	19
<u>M8.1.31</u>	<u>Motivationsprojekt Fußball</u> .....	20
<u>M8.1.32</u>	<u>Athletic Girls, Projekt zur Steigerung des Anteils an sportlich aktiven Schülerinnen der 7./8. Schulstufe durch Leichtathletik</u> .....	21
<u>M8.1.33</u>	<u>Kooperationsprojekt „Jugend gesund bewegen, JUGEBE – Voll aktiv im Sportverein!“</u> ....	22
<u>M8.1.34</u>	<u>Kooperationsprojekt „Talentissimo“</u> .....	23
<u>2.5</u>	<u>Maßnahmen: Zielgruppe Erwachsene</u> .....	23
<u>M8.1.10</u>	<u>Bundesweite Informations- und Mitmachkampagne (Bewegungstour in Betrieben)</u> .....	23
<u>M8.1.11</u>	<u>Kampagne – Österreich radelt zur Arbeit</u> .....	24
<u>M8.1.12</u>	<u>Rundum gesund</u> .....	25
<u>M.8.1.35</u>	<u>Gute Idee</u> .....	25
<u>M8.1.36</u>	<u>PRO-Aktiv</u> .....	26
<u>M8.1.37</u>	<u>Begleitendes Bewegungsprogramm bei „Schlank mit der NÖGKK“</u> .....	27
<u>M8.1.38</u>	<u>Bewegung und Sport mit onkologischen Patienten</u> .....	27
<u>M8.1.39</u>	<u>Bleib dran!</u> .....	28
<u>2.6</u>	<u>Maßnahmen: Zielgruppe Seniorinnen und Senioren</u> .....	29
<u>M8.1.40</u>	<u>SENaktiv – Sicher im Alter bewegen</u> .....	29
<u>2.7</u>	<u>Maßnahmen: Zielgruppe Gesamtbevölkerung</u> .....	29
<u>M8.1.20</u>	<u>MINI MED Bewegungsschwerpunkte</u> .....	29
<u>M8.1.21</u>	<u>#BeActive – Europäische Woche des Sports</u> .....	30
<u>M8.1.23</u>	<u>Gesundheitsmanager Arzt</u> .....	31
<u>M8.1.26</u>	<u>Familienporttage</u> .....	32
<u>M8.1.27</u>	<u>Niederösterreich bewegt</u> .....	32
<u>M8.1.28</u>	<u>VORSORGEaktiv</u> .....	33

<u>M8.1.29</u>	<u>Programme der SVA zur Förderung eines bewegungsaktiven, gesunden Lebensstils</u>	.....34
<u>M8.1.41</u>	<u>Initiative „50 Tage Bewegung“</u>	.....35
<u>M8.1.42</u>	<u>Förderschwerpunkt Aktive Mobilität – Gehen, radeln, rollern &amp; Co im Alltag</u>	.....36
<u>M8.1.43</u>	<u>Überarbeitung der Österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung</u>	..37
<u>M8.1.44</u>	<u>Kinderbewegungstage und Familiengesundheitstag</u>	.....38
<u>M8.1.45</u>	<u>Digitalisierungsprojekte: „NÖ Gemeindechallenge – Aktivste Gemeinde gesucht!“ und „NÖ Firmenchallenge – Aktivste Firma Niederösterreichs gesucht!“</u>	.....38
<u>3.3</u>	<u>Maßnahmen: Zielgruppe Kinder</u>	.....41
<u>M8.2.1</u>	<u>Schule bewegt gestalten</u>	.....41
<u>M8.2.2</u>	<u>Die tägliche Bewegungseinheit in ganztägigen Schulformen</u>	.....41
<u>M8.2.21</u>	<u>Regionenprojekt „Beweg dich: Bewegte Kinder können etwas bewegen“</u>	.....42
<u>3.4</u>	<u>Maßnahmen: Zielgruppe Jugendliche</u>	.....43
<u>M8.2.22</u>	<u>Sport in Produktionsschulen</u>	.....43
<u>3.5</u>	<u>Maßnahmen: Zielgruppe Erwachsene</u>	.....44
<u>M8.2.9</u>	<u>Betriebliche Gesundheitsförderung – Kursangebot „Mitarbeiter:innen bewegen Mitarbeiter:innen“</u>	.....44
<u>M8.2.10</u>	<u>Kompetenzzentrum für Firmensport</u>	.....44
<u>M8.2.11</u>	<u>Workshop „Gestalten und Bewegen“ (G &amp; B)</u>	.....45
<u>M8.2.23</u>	<u>Digitalisierungsprojekt NÖ Firmenchallenge – Aktivste Firma Niederösterreichs gesucht!</u>	46
<u>3.6</u>	<u>Maßnahmen: Zielgruppe Senioren und Seniorinnen</u>	.....47
<u>M8.2.24</u>	<u>Mobilitäts-Scouts</u>	.....47
<u>3.7</u>	<u>Maßnahmen: Zielgruppe Gesamtbevölkerung</u>	.....48
<u>M8.2.14</u>	<u>Bewegt im Park</u>	.....48
<u>M8.2.15</u>	<u>Gesunde Bezirke – Grätzel- und Kooperationsinitiativen</u>	.....48
<u>M8.2.16</u>	<u>Programm »Gesunde Gemeinde« in Niederösterreich</u>	.....49
<u>M8.2.17</u>	<u>Bewegte Apotheke</u>	.....50
<u>M8.2.18</u>	<u>Berücksichtigung gesundheitsfördernder Bewegung im Masterplan Radfahren 2015-2025</u>	.....50
<u>M8.2.19</u>	<u>Berücksichtigung gesundheitsfördernder Bewegung im Masterplan Fußverkehr</u>	.....51
<u>M8.2.20</u>	<u>Umsetzung von Radfahrprojekten im Rahmen von „klimaaktiv mobil“</u>	.....52
<u>M8.2.25</u>	<u>Lernen aus Bewegungsprojekten – Workshops mit dem organisierten Sport</u>	.....52
<u>M8.2.26</u>	<u>Vereinscoaching</u>	.....53
<u>4.3</u>	<u>Maßnahmen</u>	.....55
<u>M8.3.1</u>	<u>Bundesnetzwerk zur gesundheitsfördernden Bewegung</u>	.....55
<u>M8.3.2</u>	<u>Schaffung einer Netzwerk-Landkarte zur gesundheitsfördernden Bewegung</u>	.....56
<u>M8.3.4</u>	<u>Bundesländeranalyse zum österreichischen Bewegungsmonitoring-System</u>	.....57

# Zusammensetzung der Arbeitsgruppe

## **Leitung der Arbeitsgruppe (AG):**

Thomas Stickler, Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport  
Johann Horvatits, Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie

## **Mitglieder der Arbeitsgruppe:**

*Institutionen (vertreten durch)*

„Tut Gut“ Gesundheitsvorsorge GmbH (Alexandra Benn-Ibler)  
Amt der Niederösterreichischen Landesregierung (Markus Schauburger)  
Bundeskanzleramt (Robert Lender)  
Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (Veronika Bayer-Balint, Anton Hörting)  
Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung (Günther Apflauer, Elisabeth Wilkens)  
Bundesministerium für Nachhaltigkeit und Tourismus (Martin Eder, Florian Matiassek)  
Bundes-Sport GmbH (Christian Halbwachs)  
Fonds Gesundes Österreich (Verena Zeuschner)  
Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger (Katharina Weber)  
Liga für Kinder- und Jugendgesundheit (Caroline Culen)  
MTD-Austria/Physio Austria (Dorothea Haslinger, Gabriele Jaksch, Nicole Muzar)  
Österreichische Ärztekammer (Renate Petschnig)  
Österreichische Bundes-Sportorganisation (Anna-Maria Wiesner)  
Österreichische Gesellschaft für Public Health; Zentrum für Public Health (Thomas Dorner)  
Österreichischer Betriebssportverband (Florian Ram)  
Österreichischer Seniorenrat (Ursula Mortinger, Elisabeth Pittermann)  
Österreichisches Rotes Kreuz (Monika Wild)  
Salzburger Gebietskrankenkasse (Martin Neuwirth)  
Wiener Gesundheitsförderung (Christian Fessler)  
Wirtschaftskammer Österreich (Maria Cristina de Arteaga)

## **Prozessbegleitung:**

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz, Anna Fox  
Gesundheit Österreich GmbH, Gabriele Antony

## **Redaktion:**

Gesundheit Österreich GmbH, Gabriele Antony

## **Projektassistenz:**

Gesundheit Österreich GmbH, Bettina Engel

# Abkürzungen

AG	Arbeitsgruppe
AHS	Allgemein höhere Schule
AKS-Austria	Arbeitskreis-Austria – Forum österreichischer Gesundheitsarbeitskreise
AMS	Arbeitsmarktservice
ARGE	Arbeitsgemeinschaft
AP	Arbeitspaket
ASKÖ	Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur in Österreich
ASVÖ	Allgemeiner Sportverband Österreichs
BGF	Betriebliche Gesundheitsförderung
BMI	Body Mass Index
boJA	bundesweites Netzwerk Offene Jugendarbeit
BM	Bundesministerium
BÖJI	Bundesnetzwerk Österreichische Jugendinfos
BSFG	Bundes-Sportförderungsgesetz
BUPP	Bundesstelle für die Positivprädikatisierung von Computer- und Konsolenspielen
EU	Europäische Union
FGÖ	Fonds Gesundes Österreich
FSA	Fit Sport Austria GmbH
FSW	Fonds Soziales Wien
GFA	Gesundheitsfolgenabschätzung
GIVE	Servicestelle für Gesundheitsbildung
GKK	Gebietskrankenkasse
GÖG	Gesundheit Österreich GmbH
GP	Gesetzgebungsperiode
GSVG	Gewerbliches Sozialversicherungsgesetz
GW	Gesundheitswesen
GZ	Gesundheitsziel
HEPA	Health enhancing physical activity
HIAP	Health in All Policies
HVB	Hauptverband der Sozialversicherungsträger
KMU	Klein- und Mittel-Unternehmen
KV	Krankenversicherung
MTD	Medizinisch Technischer Dienst
NAP.b	Nationaler Aktionsplan Bewegung
NMS	Neue Mittelschule
NGO	Non Governmental Organization
nö.	niederösterreichische/r
NPO	Non Profit Organization
oö.	oberösterreichische/r
Paseo	Building Policy Capacities for Health Promotion through Physical Activity among Sedentary Older People
PH	Pädagogische Hochschule
SVA	Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft
TZ	Teilziel
VSF	Verkehrssicherheitsfonds
WHO	World Health Organization
WIG	Wiener Gesundheitsförderung GmbH
WZ	Wirkungsziel
ZG	Zielgruppe

# Zusammenfassung

Das GZ 8 „Gesunde und sichere Bewegung im Alltag durch die entsprechende Gestaltung der Lebenswelten fördern“ wurde seitens des GZ-Plenums als ein in fast alle anderen GZ hineinwirkendes Ziel erkannt. Die AG wurde entsprechend des Health in All Policies Ansatzes der Gesundheitsziele breit und intersektoral zusammengesetzt: 24 Organisationen mit ihren Expertinnen und Experten waren vertreten. Zwischen September 2014 und Juni 2015 wurden insgesamt fünf eintägige Workshops sowie eine Online-Abstimmungsrunde zum Bericht abgehalten. In diesem Zeitraum wurden drei große Themenbereiche identifiziert, mit Zielen, Maßnahmen und Indikatoren unterlegt und inhaltlich genau beschrieben. Durch die rege und engagierte Beteiligung der AG-Mitglieder sowie die verfügbare Fachexpertise und die Unterstützung des Begleiteams konnten die Arbeiten zielorientiert und strukturiert vorangetrieben werden. Inputs zur Gesundheitsfolgenabschätzung (GFA) und zur Ermittlung von Indikatoren durch die Gesundheit Österreich GmbH gaben wertvolle Impulse.

Ausgehend von einem „Roten Faden“ der sich aus den Empfehlungen der WHO, den Leitlinien der EU und dem Nationalen Aktionsplan Bewegung ergab, konnte nachstehendes definiert werden:

## **Themenbereich „Bewegungskompetenz zielgruppenspezifisch fördern/erhöhen“**

WZ 1: Eine bewegungsfördernde Kultur sowie ein umfassendes Verständnis der Gesellschaft für gesundheitsfördernde/gesundheitswirksame Bewegung ist geschaffen und in allen Bevölkerungsgruppen sind Wissen, Fertigkeiten und Bereitschaft zur Ausübung gesundheitsförderlicher/gesundheitswirksamer Bewegung erhöht.

## **Themenbereich „Bewegungsfördernde/-förderliche Lebenswelten schaffen“**

WZ 2: Lebenswelten sind bewegungsfördernd gestaltet und die Entscheidungsträger/innen sind hinsichtlich der Bedeutung der Lebenswelten für eine bewegungsfördernde Kultur im Alltag sensibilisiert.

## **Themenbereich „Netzwerkstrukturen aufbauen und erweitern“**

WZ 3: Der systematische Informations- und Erfahrungsaustausch in aufeinander abgestimmten, nachhaltigen Netzwerkstrukturen schafft Synergien, bewirkt eine optimale Nutzung von Ressourcen und unterstützt die Umsetzung der Wirkungsziele 1 und 2.

Die Wirkungsziele zu diesen drei Themenbereichen werden in den folgenden Kapiteln detailliert dargestellt und mit Erläuterungen, Indikatoren und Maßnahmen ergänzt. Dabei werden nur jene Maßnahmen und Indikatoren herangezogen, die den hierfür vorgesehenen Kriterien der GZ entsprechen – also Maßnahmen, die tatsächlich umgesetzt werden, und Indikatoren, die im Sinne einer Evaluierung und eines begleitenden Monitorings jedenfalls messbar sind.

Mit Stand Dezember 2017 wurde das Maßnahmenmonitoring der im AG-Bericht gelisteten Maßnahmen durchgeführt. Auf Basis dieser Ergebnisse wurde der vorliegende Update-Bericht erstellt. Die eingemeldeten Maßnahmen stellen den Stand aus dem Jahr 2019 dar. Im März 2022 wurden kleinere redaktionelle Überarbeitungen durchgeführt (z. B. Gender-Schreibweise).

# Einleitung

Die zehn Gesundheitsziele Österreich geben den Rahmen für eine gesundheitsförderliche Gesamtpolitik in unserem Land vor. Das große gemeinsame Ziel ist: mehr Gesundheit, Lebensqualität und Wohlbefinden für alle. Alle Menschen in Österreich, sollen die gleichen Chancen auf Gesundheit haben – unabhängig von Alter, Bildung, Einkommen, Herkunft, Wohnumgebung oder Geschlecht. Dies kommt sowohl den Einzelnen als auch der Gesellschaft insgesamt zugute.

Das Gesundheitsziel 8 „Gesunde und sichere Bewegung im Alltag durch die entsprechende Gestaltung der Lebenswelten fördern“ und die zugehörigen Erläuterungen stellen den Ausgangspunkt für die Arbeiten der Arbeitsgruppe dar. [1]

Regelmäßige körperliche Aktivität beeinflusst Gesundheit grundlegend und nachhaltig positiv. Sie beugt vielen chronischen Krankheiten vor und begünstigt psychisches und körperliches Wohlbefinden. Ausreichend Bewegung ist vom frühen Kindesalter bis ins hohe Alter unverzichtbarer Bestandteil der Gesundheitsförderung. Ziel ist deshalb, ausreichend Bewegung in den Alltag zu integrieren, wofür die Lebenswelten inklusive ihrer Infrastruktur (wie Freizeiträume oder Schul- und Arbeitswege) so gestaltet sein müssen, dass sie Bewegung ermöglichen und zu Bewegung anregen.

Neben dem Schaffen von Räumen für sichere Bewegung im Alltag sollen Bewegungskompetenz und Freude an Bewegung und Sport insbesondere in Kindergärten und Schulen, in Senioren- und Pflegeheimen sowie im Vereinswesen gefördert werden. Die Wünsche von Menschen mit besonderen Bedürfnissen sind dabei ebenfalls zu berücksichtigen.

Die Struktur des vorliegenden Berichts gibt den Arbeitsprozess wieder: Im Kapitel 1 wird der Erarbeitungsprozess näher beschrieben, die Kapitel 2 bis 4 zeigen mit der Zuordnung von aktuellen / laufenden Projekten/Maßnahmen zu den Wirkungszielen einen Ausschnitt der Möglichkeiten für ein „aktiv bewegtes Leben“. Im Anhang schließlich werden die laufenden und bereits abgeschlossenen Maßnahmen aufgelistet.

# 1 Erarbeitungsprozess

Die bis Ende 2012 durchgeführten Arbeiten zur Entwicklung der Gesundheitsziele in Phase 1 des Gesundheitsziele-Prozesses schufen die Grundlage für Phase 2, in der für jedes Gesundheitsziel ein Strategie- und Maßnahmenkonzept erarbeitet wird.

Die Reihenfolge der Bearbeitung der Ziele wird vom Gesundheitsziele-Plenum festgelegt. Die Arbeiten zu GZ 8 wurden demnach im Jahr 2014 gestartet. Im Zeitraum September 2014 bis Oktober 2015 wurden in insgesamt fünf eintägige Workshops Wirkungsziele, Maßnahmen und Indikatoren definiert, die gemeinsam das **Strategie- und Maßnahmenkonzept** des Gesundheitsziels „Bewegung“ bilden. Eine ausführliche Darstellung des Arbeitsprozesses und der fachlichen Grundlagen findet sich im Arbeitsgruppenbericht vom November 2015 / Ausgabe April 2017<sup>1</sup>.

Die Umsetzung der Gesundheitsziele wird durch ein **Monitoring** begleitet. Zentrales Ziel dieses Monitorings ist, den breit aufgesetzten Prozess zu überprüfen, ob die Umsetzung planmäßig verläuft und ob die angestrebten Ziele erreicht werden. Das Monitoring findet auf drei Ebenen statt:

- Ebene der Gesundheitsziele: „Meta-Indikatoren“ zur Beobachtung des Fortschritts der Zielerreichung in Hinblick auf die zehn definierten Gesundheitsziele
- Ebene der Wirkungsziele (WZ): WZ-Indikatoren zur Beobachtung des Fortschritts der Zielerreichung in Hinblick auf die zu den einzelnen Gesundheitszielen festgelegten WZ
- Ebene der festgelegten Maßnahmen: Messgrößen zur Beobachtung der Fortschritte bei der Umsetzung der Maßnahmen

Im Jahr 2016 wurde im Rahmen des begleiteten Monitorings der Gesundheitsziele Österreich eine Machbarkeitsprüfung inkl. Darstellung der Baseline der im Bericht vorgeschlagenen Wirkungsziel-Indikatoren durchgeführt<sup>2</sup>. Die für Gesundheitsziel 8 definierten Wirkungsziel-Indikatoren zu Wirkungsziel 1 und 2 wurden als geeignet erachtet. Zu diesem Zeitpunkt war jedoch unklar, ob es auch zukünftig die dafür notwendige Datenbasis geben wird. Bezüglich Wirkungsziel 3 blieb unklar, was unter einer Vernetzungsmaßnahme verstanden wird. Eine Definition von geeigneten Indikatoren stand noch aus.

Im Jahr 2018 wurde eine Machbarkeitsprüfung zu den vorgeschlagenen Messgrößen (definieren Zielwerte in Hinblick auf die planmäßige Umsetzung der definierten Maßnahmen) der festgelegten Maßnahmen vorgenommen und dabei für eine Reihe von Messgrößen eine Änderung oder Spezifizierung angeregt. In diesem Zusammenhang wurde im Sinne eines ersten Monitorings der Umsetzungsstand der Maßnahmen per 31.12.2017 erhoben.

Das Maßnahmenmonitoring im Rahmen der einzelnen Gesundheitsziele wird durchgeführt, um den Fortschritt der Maßnahmen sichtbar zu machen und allfällige Umsetzungslücken aufzudecken. Die Ergebnisse werden in den jeweiligen Arbeitsgruppen präsentiert und darauf aufbauend wird diskutiert, wo Entwicklungsbedarf besteht und welche neuen Maßnahmen zur Erreichung der Wirkungsziele beitragen können. Ziel der gemeinsamen Auseinandersetzung mit den Monitoringergebnissen sowie der Beratung zu neuen Maßnahmen ist es auch, Kooperationen und Synergien hinsichtlich der Umsetzung von Maßnahmen zu fördern.

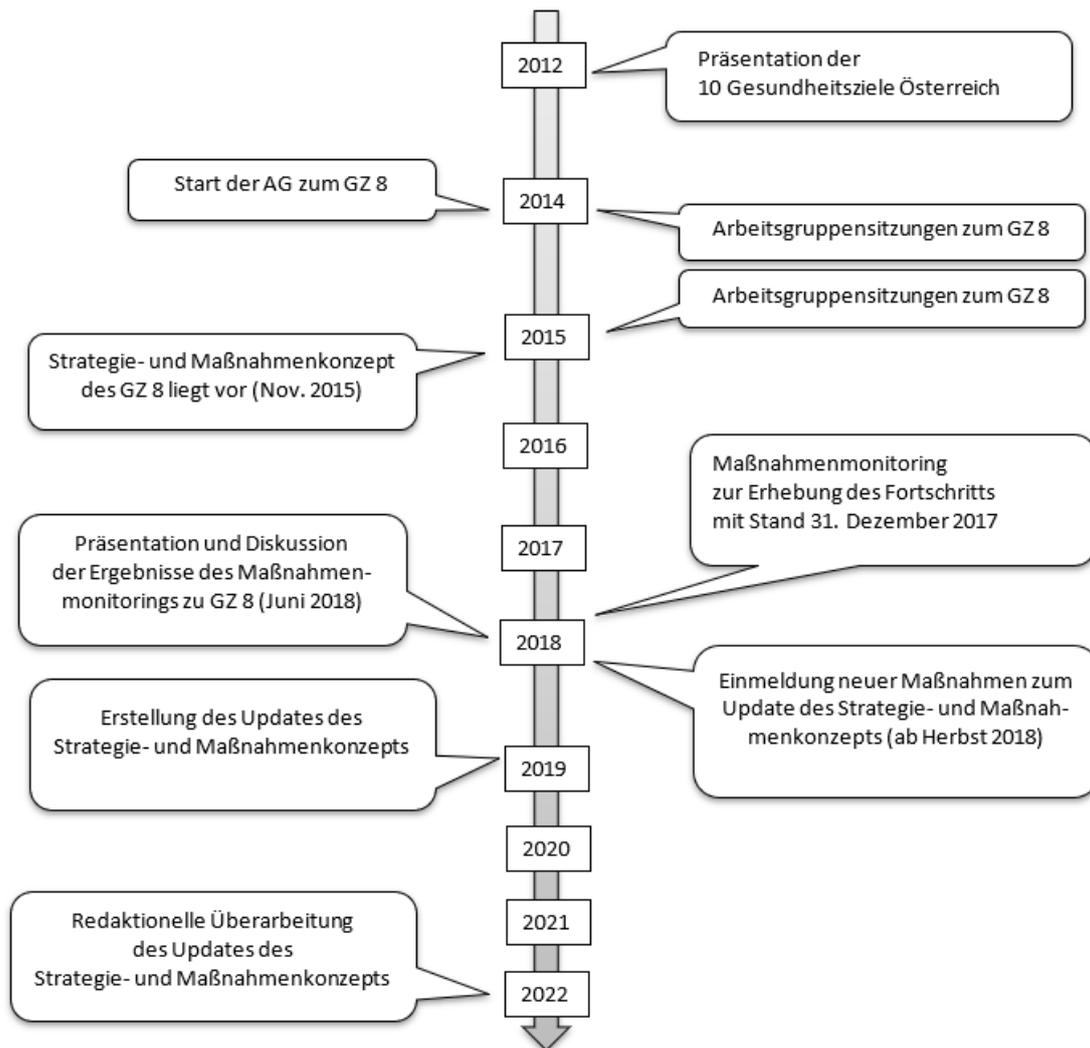
---

<sup>1</sup> siehe: <https://gesundheitsziele-oesterreich.at/website2017/wp-content/uploads/2017/05/bericht-arbeitsgruppe-8-gesundheitsziele-oesterreich.pdf>

<sup>2</sup> siehe: [https://gesundheitsziele-oesterreich.at/website2017/wp-content/uploads/2019/07/gz-machbarkeitspruefung-wirkungsindikatoren-gz-8\\_be.pdf](https://gesundheitsziele-oesterreich.at/website2017/wp-content/uploads/2019/07/gz-machbarkeitspruefung-wirkungsindikatoren-gz-8_be.pdf)

Die Ergebnisse des Maßnahmenmonitorings<sup>3</sup> zum GZ 8 wurden in der Arbeitsgruppe im Jahr 2018 präsentiert und dienten als eine Grundlage für die Diskussionen zum Update des Strategie- und Maßnahmenkonzepts zum GZ 8. Aufbauend auf diesen Diskussionen wurden im Jahr 2019 die Maßnahmenbeschreibungen aktualisiert und neue Maßnahmen, die zur Erreichung der Wirkungsziele beitragen ergänzt. Vorliegender Bericht stellt ebendiesen Update-Bericht dar (weiteres zum Aufbau des Berichts siehe Kapitel 1.2).

Abbildung 1: Verlauf der Arbeitsgruppe



Quelle: GÖG, eigene Darstellung

<sup>3</sup> siehe: [https://gesundheitsziele-oesterreich.at/website2017/wp-content/uploads/2019/08/massnahmenmonitoring-gesundheitsziel-8\\_1.pdf](https://gesundheitsziele-oesterreich.at/website2017/wp-content/uploads/2019/08/massnahmenmonitoring-gesundheitsziel-8_1.pdf)

## 1.1 Bewegungsmonitoring-System in Österreich

Nachdem die zur Messung der Indikatoren für die Wirkungsziele 1 (Bewegungskompetenz) und 2 (Lebenswelten) zur Verfügung stehende Datenbasis als nicht ausreichend beurteilt wurde, wurde beschlossen, neue, punktgenauere Indikatoren zu entwickeln.

Dies stellte den Ausgangspunkt für die Implementierung eines „Bewegungsmonitoring-System in Österreich“ dar. Dieses Bewegungsmonitoring-System eignet sich, um auf Bevölkerungsebene feststellen zu können, wie sich das Bewegungsverhalten über die Zeit entwickelt und welche Faktoren die Veränderung beeinflussten. Dazu ist die regelmäßige und langfristige Erhebung des Bewegungsverhaltens und seiner Einflussfaktoren mit standardisierten Methoden erforderlich. Nur so erhalten die Entscheidungsträger:innen Rückmeldung, ob die Implementierung von Maßnahmen funktioniert und welche Effekte die Maßnahmen auf das Bewegungsverhalten haben.

Monitoring bedeutet die kontinuierliche und systematische Erhebung von Daten, deren Analyse und Interpretation sowie die Verbreitung der Ergebnisse. Ein Bewegungsmonitoring-System zeichnet aus, dass zusätzlich zum Kernbaustein „Verhaltensänderung“ jene Faktoren erfasst werden, die direkt und indirekt das Bewegungsverhalten beeinflussen.

Von der Kompetenzgruppe Körperliche Aktivität/Bewegung/Sport der Österreichischen Gesellschaft für Public Health wurde im Auftrag des Sportministeriums ein Konzept für ein Bewegungsmonitoring-System in Österreich ausgearbeitet. Die Umsetzung des Bewegungsmonitoring-Systems wurde vom Sportministerium 2017 in Auftrag gegeben und von der Kompetenzgruppe Körperliche Aktivität/Bewegung/Sport der Österreichischen Gesellschaft für Public Health wissenschaftlich begleitet. Von Juli bis November 2017 wurde die erste Basis-Befragung der österreichischen Bevölkerung durchgeführt und im Dezember 2017 wurde die Basisanalyse auf der Website des BMÖDS<sup>4</sup> publiziert.

## 1.2 Zum Aufbau dieses Berichts

Der vorliegende Bericht fasst die Ergebnisse des im Zeitraum Herbst 2018 bis Frühjahr 2019 durchgeführten Updates von Maßnahmen zum Gesundheitsziel „Gesunde und sichere Bewegung im Alltag durch die entsprechende Gestaltung der Lebenswelten fördern“ (GZ 8) zusammen. Im März 2022 wurden redaktionelle Überarbeitungen vorgenommen.

Dieses Update ist eine Überarbeitung des ursprünglichen Berichts der Arbeitsgruppe aus dem Jahr 2015 und beinhaltet im Textteil nur die aktuellen (sowohl neuen als auch weitergeführten) Maßnahmen. Bereits abgeschlossene, nicht umgesetzte Maßnahmen und solche, zu denen keine Informationen eingeholt werden konnten, sind im Anhang dargestellt.

Um einen Überblick über den Fortschritt der Arbeiten zu geben, werden in den folgenden Kapiteln die definierten Wirkungsziele zum GZ 8, die Begründung der Wirkungsziele sowie bei deren Umsetzung jeweils zu berücksichtigende Herausforderungen, eine Beschreibung der Wirkungsziel-Indikatoren und die den Wirkungszielen zugeordneten aktuellen Maßnahmen dargestellt. Die Erläuterungstexte zu den Maßnahmen wurden von den für die Maßnahmenkoordination verantwortlichen Organisationen bereitgestellt.

---

<sup>4</sup> siehe: [www.bmkoes.gv.at/sport/breitensport/breiten-gesundheitssport/Bewegungsmonitoring](http://www.bmkoes.gv.at/sport/breitensport/breiten-gesundheitssport/Bewegungsmonitoring)

Im Vergleich zum Ursprungsbericht wurde die Reihung der Maßnahmen zu den einzelnen Wirkungszielen im Text geändert: diese folgen nunmehr einer – bereits beim Maßnahmenmonitoring verwendeten – inhaltlichen Ordnung nach Themenclustern (siehe Inhaltsverzeichnis).

Um die Zuordnung der Maßnahmen zu den Wirkungszielen nachvollziehen zu können, wurden sie für den vorliegenden Bericht wie folgt nummeriert: Die Nummerierung setzt sich aus dem Buchstaben M (für Maßnahme), der Ziffer für das jeweilige Gesundheitsziel, der Ziffer für das jeweilige Wirkungsziel und einer Ziffer für die Maßnahme zusammen; z. B. M8.3.2 für Maßnahme 2 des Gesundheitsziels 8, Wirkungsziel 3.

Vorne (nach dem Inhaltsverzeichnis) findet sich ein Verzeichnis aller laufenden Maßnahmen, die unter den jeweiligen Wirkungszielen näher erläutert sind.

Im Anhang 1 finden sich allgemeine Erläuterungen zum Überblick über die aktuellen Maßnahmen, die nach Wirkungszielen sortiert sind (Anhang 2).

Anhang 3 gibt einen Überblick über jene Maßnahmen aus dem Ursprungsbericht, die bereits abgeschlossen sind oder nicht umgesetzt wurden sowie über Maßnahmen, zu denen keine Information über deren aktuellen Stand eingeholt werden konnte.

In den Anhängen 2 und 3 wurde eine numerische Reihenfolge beibehalten, um die Suche nach Zusatzinformationen zu spezifischen Maßnahmen zu erleichtern.

## 2 Wirkungsziel 1: Bewegungskompetenz zielgruppenspezifisch fördern/erhöhen

Eine bewegungsfördernde/-förderliche Kultur sowie ein umfassendes Verständnis der Gesellschaft für gesundheitsfördernde/gesundheitswirksame Bewegung sind geschaffen und in allen Bevölkerungsgruppen sind Wissen, Fertigkeit und Bereitschaft zur Ausübung gesundheitsförderlicher/gesundheitswirksamer Bewegung erhöht.

### 2.1 Erläuterung/Herausforderungen

Die Bevölkerung Österreichs ist gekennzeichnet durch einen demografischen Wandel. Das heißt, dass die Bevölkerung hinkünftig zunehmend multi-ethnisch und im Durchschnitt älter als bisher sein wird. Österreich liegt mit der damit verbundenen „gesunden Lebenserwartung“ im internationalen Mittelfeld. Unter Berücksichtigung dieser Entwicklungen, aber auch auf Grund der Tatsache, dass Kinder und Jugendliche immer weniger Bewegung machen, wird das Thema der Gesundheitsförderung/Gesundheitswirksamkeit gesellschaftspolitisch immer relevanter und trifft jedes Individuum direkt.

Die Schaffung einer bewegungsfördernden/-förderlichen Kultur sowie die Vermittlung von zielgruppenspezifischem alltagstauglichen Wissen über bewegungsrelevante Zusammenhänge – d. h. Wissen über die gesundheitsförderliche Wirkung von Bewegung (warum), über die gezielte, gesundheitswirksame Ausübung von Bewegung (wie, wieviel) sowie über verschiedene Bewegungsmöglichkeiten und -angebote (wo) – und die Erhöhung der Fertigkeit und Bereitschaft, dieses Wissen umzusetzen, sind in diesem Zusammenhang wichtige Komponenten. Diese gilt es zielgruppenspezifisch in unterschiedlichen Settings, z. B. in Integrations-, Bildungs-, Gesundheits-, Jugend- und Senioreneinrichtungen sowie am Arbeitsplatz, zu stärken. Dafür ist ein umfassendes Verständnis für gesundheitsfördernde/gesundheitswirksame Bewegung bei Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträgern in allen Sektoren, bei Anbietern von Bewegung und in der Bevölkerung herzustellen. Das muss in qualitätsgesicherter und verständlicher Form erfolgen und den gesellschaftlichen Strukturen und Zielgruppen angepasst sein. Darüber hinaus müssen die erforderlichen Rahmenbedingungen für gesundheitsförderndes Handeln geschaffen werden.

### 2.2 Indikator zu Wirkungsziel 1

#### Ergebnisindikator

Anteil der österreichischen Bevölkerung (Kinder und Erwachsene), der auf Basis der österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung körperlich aktiv ist.

## 2.3 Maßnahmen: Zielgruppe Kinder

### M8.1.1 Kinder gesund bewegen 2.0

Kinder gesund bewegen 2.0 ist die Weiterentwicklung des Programms Kinder gesund bewegen. Es ist ein bundesweites Programm zur Bewegungsförderung für Kinder im Kindergarten, in der Volksschule und Vereine. Das Programm will entsprechend dem sportpolitischen Auftrag mehr Bewegung und Sport in den Alltag von Kindergarten- und Volksschulkindern bringen. Die Umsetzung wird durch die Sport-Dachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION sichergestellt, denen bundesweit 14.000 Sportvereine angehören. Die Aktivitäten werden durch die Fit Sport Austria (FSA), der gemeinnützigen GmbH der Sport-Dachverbände koordiniert. Der vorliegende Programmleitfaden basiert auf den Konzepten von Kinder gesund bewegen und der Täglichen Bewegungs- und Sporteinheit sowie deren Evaluationsergebnissen.

Zielgruppe sind Kinder im Alter von 2 bis 10 Jahren in den Lebenswelten Kindergarten und Volksschule, unabhängig vom Leistungsniveau, dem sozialen Milieu und der kulturellen Herkunft der Kinder. So kann größtmögliche Chancengerechtigkeit erzielt werden.

Im Mittelpunkt steht das Ziel, Kindern Bewegung und Sport in vielfältiger, spaß- und freudbetonter Art und Weise anzubieten, um sie zu lebenslanger körperlicher Aktivität zu motivieren. Alle Bewegungsangebote werden in Form von polysportiven Bewegungseinheiten des betreuenden Sportvereins, von speziell geschulten Übungsleitern, durchgeführt.

Das Programm Kinder gesund bewegen 2.0 umfasst neben Bewegungseinheiten bis hin zu einer kontinuierlichen wöchentlichen Betreuung im gesamten Schuljahr auch den Einsatz von Informationen für Pädagoginnen und Pädagogen sowie für Eltern. Additiv können Bewegungsfeste und Maßnahmen zur Ferienbetreuung durchgeführt werden.

Die Struktur des Programms ist überdies so ausgestaltet, dass gegebenenfalls ein „Training on the Job“, das heißt eine integrierte Fortbildung für die betreuten Pädagoginnen und Pädagogen im Rahmen der Umsetzung von Bewegungseinheiten möglich ist. Somit kann über die bewegungspädagogische Arbeit mit den Kindern auch der praktisch-methodische Austausch mit den betreuenden Pädagoginnen und Pädagogen gefördert werden.

#### **Maßnahmenkoordination**

Fit Sport Austria, Bundes-Sport GmbH

#### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport, ASKÖ, ASVÖ, SPORTUNION

#### **Messgröße(n)**

Anzahl der durchgeführten Einheiten

#### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Start mit 01.09.2019, laufende Umsetzung

## M8.1.2 Umsetzung von bewegungsfördernden Maßnahmen im Kindes- und Jugendalter durch gehobene medizinisch-technische Dienste

Bewegungsmangel stellt einen schwerwiegenden Risikofaktor für die gesundheitliche Entwicklung im Kindes- und Jugendalter dar [5]. Die negativen Konsequenzen können auch im Erwachsenenalter meist nicht mehr vollständig rückgängig gemacht werden. Daher benötigen Kinder und Jugendliche zielgerichtete Angebote zur Bewegungsförderung und Förderung der Bewegungskompetenz. Dabei spielt auch die Einbindung der Pädagoginnen und Pädagogen sowie der Eltern eine wesentliche Rolle. Ziel der Maßnahme ist es, das Angebot an bewegungsfördernden Maßnahmen durch die gehobenen medizinisch-technischen Dienste, insbesondere der Physiotherapie und Ergotherapie, für Kinder und Jugendliche zu erfassen und eine österreichweite Ausweitung solcher Initiativen und Projekte sowie die Vernetzung zu fördern.

Folgende laufende Initiativen und Projekte waren zum Zeitpunkt der Erarbeitung des Gesundheitsziels 8 schon erfasst:

- „All you need is move“
- „Rückenfit der Kinderhit – Projekt zur Vorbeugung von Haltungsschäden bei Badens Volksschulkindern
- „Kids enorm inform“
- „Kids in Action“
- „moving's cool“ – Physiotherapie bewegt Schulen

Weitere Projekte sollen kontinuierlich in das Monitoring aufgenommen werden.

### Maßnahmenkoordination

Physio Austria monitort in Abstimmung mit MTD-Austria die eingelangten Projekte, welche von Fachhochschulen, Privatinitiativen und diversen Institutionen eingebracht werden.

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Physiotherapeuten/-therapeutinnen, Ergotherapeuten/-therapeutinnen,

### Messgröße(n)

Anzahl der umgesetzten und dauerhaft laufenden Projekte

### Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

Die Einzelprojekte und -initiativen befinden sich in unterschiedlichen Projektphasen mit unterschiedlichen Laufzeiten (Start 2014).

## M8.1.3 Gesund und munter

Die Bewegungsinitiative „Gesund und munter“ ist eine Maßnahme des Bundesministeriums für Bildung, Wissenschaft und Forschung und hat zum Ziel, Informationen für die hochwertige bewegungsorientierte Gestaltung des Bewegungs- und Sportunterrichts in der Volksschule zur Verfügung zu stellen. Diese "Bewegungsstandards für die Grundstufe II" sind als Erläuterungen zum Lehrplan entstanden und nicht zuletzt aufgrund des Rechnungshofberichtes 2008 zum Bewegungs- und Sportunterricht erarbeitet worden. Die Hauptbestandteile der Bewegungsinitiative sind ein Bewegungstagebuch

(für Schüler:innen der 3. und 4. Klasse) und ein Handbuch für Lehrer:innen (mit Hintergrundinformationen zum Bewegungstagebuch bzw. mit Hinweisen zu Theorie und Praxis der vorgesehenen Bewegungsstandards). Die Webseite ([www.gesundundmunter.at](http://www.gesundundmunter.at)) bietet die Möglichkeit, vielseitig verwendbare Materialien einzusehen und für die Unterrichtsgestaltung des Bewegungs- und Sportunterrichts zu verwenden.

**Maßnahmenkoordination**

Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Pädagogische Hochschulen

**Messgröße(n)**

Anzahl der Zugriffe auf die Website pro Jahr.

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Ist laufend und wird kontinuierlich adaptiert

## M8.1.4 Bewegte Klasse macht Schule

„Bewegte Klasse macht Schule“ ist aufbauendes Zusatzangebot zum Langzeitprogramm „Bewegte Klasse“ angeboten wird und Schulstandorte in der Entwicklung zu einer „bewegungsfördernden Schule“ begleitet. Dabei besteht das Ziel, die Bausteine des Programms „Bewegte Klasse“ in den gesamten Lebensraum Schule zu integrieren. Gemeinsam mit einer Prozessbegleiterin bzw. einem Prozessbegleiter wird ein auf die jeweilige Schule abgestimmtes Umsetzungskonzept erarbeitet.

Projektziele sind die Entwicklung eines individuell auf die jeweilige Schule abgestimmten Konzeptes zur Bewegungsförderung sowie die Unterstützung, fachliche Beratung und Begleitung der teilnehmenden Schulen bei: Ziele- und Maßnahmenplanung (Schulprogramm / Entwicklungs- und Umsetzungsplan etc.), Umsetzung konkreter Maßnahmen inkl. Reflexion, nachhaltiger Verankerung des Themas „Bewegung“ in der Organisationsstruktur.

**Maßnahmenkoordination**

NÖ Gesundheits- und Sozialfonds – Initiative »Tut gut!«

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Pädagoginnen und Pädagogen an Volksschulen in Niederösterreich

**Messgröße(n)**

Anzahl der teilnehmenden Volksschulen; 60 Minuten Bewegungszeit pro Schultag der Schülerinnen und Schüler werden erreicht (ja/nein)

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Laufende Umsetzung (seit 2017)

## M8.1.5 Info-Schwerpunkt „Bewegte Schule“ der GIVE-Servicestelle für Gesundheitsbildung auf [www.give.or.at](http://www.give.or.at)

Die Angebote der GIVE – Servicestelle für Gesundheitsbildung richten sich Lehrerinnen und Lehrer, an Schulleitungen, an Schulärztinnen und Schulärzte sowie andere im Schulumfeld tätigen Erwachsenen. Die Serviceangebote unterstützen die Planung und Umsetzung von gesundheitsfördernden Maßnahmen im Setting Schule und tragen damit zu einer gesunden Gestaltung dieser Lebenswelt bei. Im Mittelpunkt stehen dabei Information, Bewusstseinsbildung, die Bereitstellung praxisnaher Umsetzungsvorschläge sowie individuelle Beratung und Weitervermittlung an weitere unterstützende Organisationen.

Um die Intentionen des Gesundheitszieles 8 und die Ziele des Nationalen Aktionsplans Bewegung (NAP.b) für das Bildungswesen weiterzutragen, hat GIVE einen Info-Schwerpunkt „Bewegte Schule“ auf der GIVE-Website <https://www.give.or.at> entwickelt. Hier werden das Wissen um die gesundheitsfördernden Effekte von Bewegung und Sport und besonders die positive Wirkung von Bewegung in der Lebens- und Lernwelt Schule dargestellt sowie praktische Empfehlungen für die Implementierung von Bewegung in den Schulalltag angeboten. Der Schwerpunkt umfasst folgende Inhalte:

- Was ist eine „Bewegte Schule“?
- Bewegter Unterricht – wie kann Bewegung das Lernen unterstützen? Wie kann bewegter Unterricht umgesetzt werden?
- Österreichische Bewegungsempfehlungen für Kinder und Jugendliche
- Alltagsbewegung: Schulweg
- Bewegung und Sport – Möglichkeiten in ganztätigen Schulformen
- Zusammenarbeit Schule und lokale Sportvereine
- Verlinkungen zu Programmen und Projekten auf Bundesebene und in den Bundesländern

Ergänzend zum Schwerpunkt steht seit 2017 auch die Handreichung „Schule kommt in Bewegung“ für Lehrkräfte zur Verfügung: <https://www.give.or.at/material/schule-kommt-in-bewegung/>

### Maßnahmenkoordination

Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung; Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz, Österreichisches Rotes Kreuz bzw. (als ausführende Abteilung) GIVE – Servicestelle für Gesundheitsförderung an Österreichs Schulen

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Servicestellen der Schulen

### Messgröße(n)

Anzahl der Zugriffe auf der Website [www.give.or.at](http://www.give.or.at) pro Jahr

### Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

fortlaufend (seit 2015)

## M8.1.6 „ROKO mit dem Roten Kreuz“: Sicherheit am Wasser

Das Element Wasser zieht Kinder magisch an und regt sie an zum Spielen und Schwimmen. Wasser birgt allerdings gerade für Kleinkinder bedeutende Risiken, weshalb für Kinder im Kindergartenalter Maßnahmen zur Unfallprävention nötig sind, um ihnen nachhaltig Freude an der Bewegung am und im Wasser zu vermitteln.

Das Programm „ROKO mit dem Roten Kreuz“ des Österreichischen Jugendrotkreuzes richtet sich an Kinder, Kindergartenpädagoginnen und – pädagogen sowie Eltern. Nach den Themen „Erste Hilfe“ und „Kinder im Straßenverkehr“ wird ein weiterer Programmteil „Sicherheit am Wasser“ erarbeitet. Es geht darum, Bewegung im Wasser positiv zu besetzen und gleichzeitig auf den Aspekt Sicherheit einzugehen. Thematisiert werden Verhaltensregeln für Kindergartenpädagoginnen und – pädagogen und Eltern im Umgang mit Kleinkindern am Wasser, Sicherheitstipps (Baderegeln, Schwimmhilfen) sowie die Österreichischen Schwimmerabzeichen, deren erste Stufe „Frühschwimmer“ ohne Altersbegrenzung ist und damit für ältere Kindergartenkinder bereits in Reichweite liegt.

### Maßnahmenkoordination

Österreichisches Jugendrotkreuz

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

ARGE Wasserrettungswesen, Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport

### Messgröße(n)

Anzahl der erreichten Kinder pro Jahr

### Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

Start im Frühjahr 2016, laufende Umsetzung

## M8.1.30 Bewegungs-Champion

Von 2010 bis 2017 haben zahlreiche Kinder/Schulklassen an der Bewegungskaiser-Initiative teilgenommen. Seit 2018 bietet die NÖGKK eine neue Veranstaltungsreihe mit Bewegungsevents für Schüler:innen in ganz Niederösterreich an. Schüler:innen treten dabei in einem spielerischen Fünfkampf gegeneinander an. Darüber hinaus werden zahlreiche Bewegungsstationen zum Ausprobieren und Mitmachen angeboten. Bei Bewegungs-, Entspannungs-, Lern- und Kreativräumen lernen die Teilnehmer:innen ihre sportmotorischen Grundfertigkeiten kennen.

Eingeladen sind niederösterreichische Schulklassen (Kinder von sechs bis zwölf Jahren). Als Nachhaltigkeitsmaßnahme werden Handlungsempfehlungen in Form einer Übungsbroschüre für Lehrer:innen und Schüler:innen zur Verfügung gestellt.

### Maßnahmenkoordination

IMSB Consult GmbH im Auftrag der Niederösterreichischen Gebietskrankenkasse (NÖGKK)

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Landesschulrat, Direktorinnen und Direktoren, Lehrer:innen, Gemeindevertreter:innen, Stadtvertreter:innen

**Messgröße(n)**

Anzahl der Teilnehmer:innen pro Jahr, Anzahl der Bewegungs-Champion-Events pro Jahr

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Start ist im Februar 2018, Laufzeit: 3 Jahre (mit Verlängerungsoption)

**2.4 Maßnahmen: Zielgruppe Jugendliche****M8.1.8 Bewegung im Jugendalter erhöhen**

Der Anteil der österreichischen Jugendlichen, die sich täglich mindestens eine Stunde bewegen, sinkt mit steigendem Alter. Bei den 11-Jährigen sind es noch rund 25 Prozent, bei den 13-Jährigen 21 und bei den 15-Jährigen nur mehr 11 Prozent. Der Anteil der Kinder und Jugendlichen, die angeben, sich an keinem Tag pro Woche für 60 Minuten zu bewegen, liegt bei den 11- bis 15-Jährigen zwischen 1 und 5 Prozent. An nur einem Tag pro Woche bewegen sich rund 5 Prozent der 11-Jährigen, rund 6 Prozent der 13-Jährigen und rund 12 Prozent der 15-Jährigen. Zu diesem Ergebnis kommt die HBSC-Studie (Health-Behaviour in School-Aged Children) 2006 [7]. Von den 15- bis 19-Jährigen in Österreich geben rund 40 Prozent an, sich nie intensiv körperlich zu betätigen; rund 7 Prozent bewegen sich jeden Tag. Mindestens eine Stunde intensiv körperlich aktiv sind 45 Prozent der befragten 15- bis 19-Jährigen zumindest einmal pro Woche, aber nur rund 6 Prozent der 15- bis 19-jährigen Österreicher:innen schaffen dies täglich. Für Kinder und Jugendliche werden in den österreichischen Bewegungsempfehlungen mindestens 60 Minuten pro Tag vorgeschlagen, um die Gesundheit zu fördern. Eine vermehrte Aktivierung zur körperlichen Bewegung bedarf der Anregung und braucht Aktivitäten in den verschiedenen Settings der Jugendlichen.

**Wortlaut des Zieles:** „*Körperliche Aktivität in Alltag und Freizeit hat großen Einfluss auf physische und psychische Gesundheit. Deswegen soll sich das Ausmaß an körperlicher Aktivität bei Jugendlichen erhöhen*“. **Messgröße:** *Bis 2020 sind 25 Prozent der 11- bis 19-jährigen Oberösterreicher:innen täglich mindestens eine Stunde gesundheitswirksam körperlich aktiv. Alle Jugendlichen sind zumindest einmal pro Woche mindestens eine Stunde gesundheitswirksam körperlich aktiv.*

Die Oberösterreichische Gebietskrankenkasse hat gemeinsam mit dem Land Oberösterreich, den Städten Linz und Wels sowie mit Expertinnen und Experten aus dem Bereich Schule und Sport ein Strategiepapier mit konkreten Maßnahmenvorschlägen zur Erreichung dieses Gesundheitszieles erarbeitet.

Als Ergebnis liegen kurz-, mittel- und langfristige Maßnahmen für folgende Zielfelder vor: Materielle Umwelt, Schule- und Kinderbetreuungseinrichtungen, Pädagogenbildung, fehlendes Wissen/Bewusstsein, Sportvereine.

**Maßnahmenkoordination**

Institut für Gesundheitsplanung, Land Oberösterreich; Städte Linz und Wels, Oberösterreichische Gebietskrankenkasse, weitere Partner:innen

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Abteilungen Gesundheit und Bildung des Landes OÖ, Landesschulrat für Oberösterreich, Pädagogische Hochschule, Abt. Gesundheitsförderung der oberösterreichischen (oö.) Gebietskrankenkasse, oö. Kindergärten und Schulen, oö. Gesunde Gemeinden, Städte, Sportvereine

**Messgröße(n)**

Anzahl der erreichten Jugendlichen; Anzahl der erreichten Multiplikatorinnen/Multiplikatoren

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Umsetzung seit 2016

**M8.1.9 Enorm in Form**

„Enorm in Form“ ist ein interdisziplinäres Gruppenprogramm für übergewichtige und adipöse Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 14 Jahren. Besonderes Augenmerk im Sinne der Chancengerechtigkeit liegt dabei auf Kindern aus einkommensschwächeren Haushalten bzw. mit Migrationshintergrund. Um diese Zielgruppe besser zu erreichen, ist das Angebot kostengünstig und niederschwellig gestaltet. Als übergeordnetes Ziel soll eine langfristige Veränderung des Lebensstils erreicht werden. Dabei spielt die Verbesserung der Gesundheitskompetenz in den Bereichen Bewegung und Ernährung eine große Rolle. Primär steht nicht eine deutliche Gewichtsabnahme in kurzer Zeit im Vordergrund, sondern eine Änderung der Bewegungs- und Ernährungsgewohnheiten. Gleichzeitig soll es aber auch zu einer Verbesserung des Selbstwertgefühls und der Stressbewältigung bzw. zu einer Verringerung von Frustrationsempfinden kommen. In weiterer Folge wird eine Reduktion der Kosten durch weniger Folgeerkrankungen erhofft.

Ein Programmzyklus, in dem jeweils 40 bis 48 Kinder und Jugendliche betreut werden, dauert fünf Monate (ein Semester). Das gesamte Projekt beinhaltet fünf Zyklen. Insgesamt können daher mindestens 200 Kinder und Jugendliche am Programm teilnehmen. Im Gruppenprogramm finden zwei bis drei Mal pro Woche wohnortnahe Bewegungseinheiten statt. Die Wiener Sport-Dachverbände (ASKÖ-Landesverband WAT, ASVÖ-Wien, SPORTUNION Wien) bieten dieses Bewegungsprogramm über ihre Vereine an. Primäre Ziele sind, Freude an der Bewegung zu wecken, aber auch die Grundfitness zu erhöhen. Die Sporteinheiten enthalten jeweils Ausdauertraining, dynamisch aktives Muskeltraining (Zirkeltraining, Kräftigung mit Kleingeräten, Bewegungsspiele etc.), Gleichgewichtstraining, Koordinationstraining etc. Bei Interesse können die Teilnehmer:innen mindestens ein weiteres Semester kostenlos am Bewegungsprogramm von „Enorm in Form“ teilnehmen. Weitere Programminhalte sind Psychotherapiegruppen mit den teilnehmenden Kindern und ihren Eltern, Ernährungsberatungen sowie regelmäßige medizinische Kontrollen.

**Maßnahmenkoordination**

Wiener Gebietskrankenkasse (WGKK)

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Die Wiener Sport-Dachverbände ASKÖ-Landesverband WAT, ASVÖ-Wien, SPORTUNION Wien, Sigmund Freud Universität

**Messgröße(n)**

Anzahl der Teilnehmer:innen

**Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Laufende Umsetzung

## M8.1.31 Motivationsprojekt Fußball

Bei den „Motivationsprojekten Fußball“ handelt es sich um eine neue Programmschiene im Sozialministeriumservice, mit der Schul- und Ausbildungsabbrecher:innen motiviert durch das Fußballspielen wieder an Bildung oder Ausbildung herangeführt werden. Die Jugendlichen aktivieren über die gemeinsame sportliche Betätigung spielerisch ihre Eigenmotivation und lernen außerhalb eines Lernsettings das nötige Selbstvertrauen zu fassen, um sich in weiterer Folge im Projekt mit ihrer beruflichen Zukunft auseinanderzusetzen.

Ein Pilotprojekt wurde mit beachtlichen Erfolgen seit 2015 in Wien durch das Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (BMASGK) durchgeführt.

Das Angebot setzt an drei Ebenen an: Dem Sport als Motivationsmotor, der Stabilisierung und Orientierung der Jugendlichen durch Coaching und dem Training von Kulturtechniken und Basiskompetenzen durch gezielte Lernunterstützung.

Das Sportangebot versteht sich dabei als Motivationsmotor des Projekts. Hier stehen das Wir-Gefühl, die Stärkung des eigenen Selbstbewusstseins und der Spaß an der Bewegung im Vordergrund. Das Fußballtraining wird professionell angeleitet. Um den Ehrgeiz der Jugendlichen zu wecken, werden Turniere und Freundschaftsspiele organisiert. Neben dem regelmäßig stattfindenden Fußballtraining (jedenfalls zwei Mal wöchentlich) wird ein polysportives Training angeboten. Dieses stärkt einerseits die unterschiedlichen Kompetenzen zur Verbesserung der Fußballfähigkeiten, andererseits stehen die Abwechslung und Übungen zur Gruppendynamik im Vordergrund. Neue Sportarten und Bewegungsarten auszuprobieren weckt Neugier und die Freude an neuen Herausforderungen.

Eine wichtige Komponente der sportlichen Aktivitäten ist die Auseinandersetzung mit teamrelevanten Themen und Inhalten, wie Teamgeist, Fairness, Verlieren oder Konkurrenzverhalten. Im Rahmen der Trainingseinheiten sind Gesprächsrunden, angeleitet von der Trainerin oder dem Trainer, einzubauen.

### Maßnahmenkoordination

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (BMASGK); Sozialministeriumservice (SMS)

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Als Multiplikatoren oder Multiplikatorinnen motivieren teilnehmende Jugendliche andere Jugendliche in ihrem Umfeld zum Sport. Wichtig ist auch, dass das Personal der Produktionsschulen von der positiven Wirkung des Sportangebotes überzeugt ist und diese Erfahrung weiterträgt.

### Messgröße(n)

Anzahl der Teilnehmer:innen pro Jahr

### Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

Pilotphase: 1.7.2019 bis 31.12.2020

## M8.1.32 Athletic Girls, Projekt zur Steigerung des Anteils an sportlich aktiven Schülerinnen der 7./8. Schulstufe durch Leichtathletik

Im Rahmen des regulären Sportunterrichts der 7. und 8. Schulstufe finden leichtathletik-spezifische Bewegungseinheiten für Schülerinnen statt. Der Fokus liegt dabei auf der spielerischen Vermittlung von Leichtathletiktechniken in den Bewegungsgrundformen Laufen, Springen und Werfen. In den Bewegungseinheiten erhalten die Schülerinnen die Möglichkeit, in möglichst viele Leichtathletikdisziplinen hineinzuschnuppern. Konkret werden die variantenreichen Übungsformen Elemente des Siebenkampfs - also Sprint, Hürdenlauf, Kugelstoßen, Weitsprung, Hochsprung, Speerwurf (Vortex statt Speer) und Mitteldistanz – umfassen. In jeder interessierten Klasse wird im Rahmen des Projekts zumindest eine Doppelstunde abgehalten.

Für die fachkundige Betreuung der Bewegungseinheiten zeichnen TrainerInnen und SportlerInnen des Niederösterreichischen Leichtathletikverbands (NÖLV) sowie aus lokalen Leichtathletikvereinen verantwortlich. Koordination, Organisation und Gestaltung der Bewegungseinheiten übernimmt der NÖLV.

Nach erfolgreicher Abhaltung der Bewegungseinheiten in den Schulen findet an einem Wochentag der ATHLETIC GIRLSDAY statt. Bei diesem erhalten die am Projekt teilnehmenden Schülerinnen die Möglichkeit, ihre erlernten Fähigkeiten im Rahmen eines schulübergreifenden Wettkampfs zu testen.

### Maßnahmenkoordination

Amt der NÖ Landesregierung, Abteilung Sport; SPORT.LAND.Niederösterreich–Programm Breiten-sport der Niederösterreich-Werbung GmbH

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Niederösterreichischer Leichtathletikverband, lokale Leichtathletikvereine; Bildungsdirektion für Niederösterreich, Medienpartner

### Messgröße(n)

Anzahl der Teilnehmerinnen...

- ... an den Bewegungseinheiten in den Schulen
- ... am Athletic Girlsday
- ..., die einem Verein beigetreten sind

### Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

Pilotprojekt im Jahr 2018 (nur in St. Pölten); seit 2019 ist das Projekt auch für andere niederösterreichische Schulen der Sekundarstufe I zugänglich

## M8.1.33 Kooperationsprojekt „Jugend gesund bewegen, JUGEBE – Voll aktiv im Sportverein!“

Mit zunehmendem Alter der 10-15-Jährigen nehmen regelmäßige Bewegungs- und Sportaktivitäten deutlich ab (hohe Drop-Out-Rate) und insbesondere bei Mädchen wird noch ein Steigerungspotential bei derartigen Aktivitäten geortet. Die für Breitensport in Niederösterreich zuständigen drei Sportdachverbände (ASKÖ-NÖ, ASVÖ-NÖ, SPORTUNION Niederösterreich) haben sich daher das Ziel gesetzt, diesen Defiziten in der Zielgruppe Jugendlicher im Alter von 10-14 Jahren entgegenzuwirken.

Der einzelne teilnehmende Sportverein (Mitgliedsverein der NÖ Sportdachverbände) startet mit qualifizierten Jugendsporttrainer:innen Sport-/Bewegungseinheiten in jenen Schulen, die am Kooperationsprojekt teilnehmen wollen. Die 10- bis 14-Jährigen lernen dadurch Sportangebote kennen und werden zu Bewegung motiviert. Sie treten dabei über die Jugendtrainer:innen mit dem jeweiligen Sportverein in einen Erstkontakt.

Nach den Einheiten in den Schulen („Schnuppereinheiten“) werden mit interessierten Jugendlichen niederschwellige Sport- und Bewegungseinheiten in den Sportvereinen initiiert. Bei den einzelnen Einheiten werden die Jugendlichen zu einer Vereinsmitgliedschaft motiviert: Dies kann einerseits dadurch erreicht werden, dass bestehende Sportangebote nach den Interessen bzw. Möglichkeiten der Jugendlichen adäquat erweitert werden, etwa durch Verlängerung der Trainingszeiten oder durch zusätzliche TrainerInnen. Andererseits können auch Zusatzangebote entwickelt werden, wie etwa zusätzliche Sportgruppen entstehen, beispielsweise eine zusätzliche Jugendgruppe (z.B. in Trendsportarten oder in Sportarten, die bei Mädchen zunehmend nachgefragt werden) am Nachmittag bzw. Abend.

### **Maßnahmenkoordination**

NÖ Sportdachverbände, Mitgliedssportvereine der drei Sportdachverbände Niederösterreich, Amt der NÖ Landesregierung, Abteilung Sport (Förderung Kinder- und Jugendsport /Projektförderung)

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Bildungsdirektion für Niederösterreich, NÖ Sportfachverbände der jeweils in den Sportangeboten betroffenen Sportarten, Medienpartner

### **Messgröße(n)**

Anzahl Schnupperangebote in Schulen pro Jahr; Anzahl der Jugendlichen in Schnupperangeboten pro Jahr

### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Einhergehend mit der Sportstrategie Niederösterreich 2020 ist dieses Kooperationsprojekt auf den Zeitraum 09/2017 bis 12/2020 ausgerichtet und geplant.

## M8.1.34 Kooperationsprojekt „Talentissimo“

Im Rahmen dieses Projektes spannt der ASVÖ Niederösterreich gemeinsam mit seinen Mitgliedsvereinen den Bogen zwischen Breitensport und Nachwuchsleistungssport. Zielgruppe sind Kinder und Jugendliche zwischen neun und 15 Jahren.

Durch die Initiierung von Breitensportveranstaltungen mit Wettkampfcharakter werden neue Kinder und Jugendliche zum Sportverein gebracht. Sie können eine neue Sportart direkt bei einem Wettkampf kennenlernen, ausprobieren und in das Vereinstraining einsteigen. Zeitgleich stellen aktive SportlerInnen ihre Fähigkeiten bei einem internen Turnier zur Schau, um zu zeigen, was mit gezieltem Training möglich ist. In weiterer Folge bekommen die Sportvereine mit ihren neuen und aktiven SportlerInnen beim ASVÖ-NÖ Aktionstag die Möglichkeit, andere Sportvereine aus ganz Niederösterreich zu treffen und sich mit Gleichaltrigen zu messen, bzw. sich über Trainingsmethoden und -inhalte auszutauschen. Ein polysportives Rahmenprogramm ermöglicht eine sportmotorische Weiterentwicklung und neue Ideen für das eigene Vereinstraining.

### Maßnahmenkoordination

ASVÖ Niederösterreich, Mitgliedsvereine ASVÖ Niederösterreich; Amt der NÖ Landesregierung, Abteilung Sport (Förderung Kinder- und Jugendsport/Projektförderung)

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Mitgliedsvereine des Sportdachverbandes ASVÖ Niederösterreich, NÖ Sportfachverbände der jeweils in den Sportangeboten betroffenen Sportarten

### Messgröße(n)

- Anzahl neu gewonnener Teilnehmer:innen Sportangebote in Sportvereinen
- Anzahl Teilnehmer:innen Veranstaltungen bzw. Maßnahmen

### Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

Projektlaufzeit 01.01.2017 bis 31.12.2020

## 2.5 Maßnahmen: Zielgruppe Erwachsene

### M8.1.10 Bundesweite Informations- und Mitmachkampagne (Bewegungstour in Betrieben)

Im Rahmen der ersten Europäischen Betriebssportwoche wird ein "Corporate Activity"-Projekt realisiert, im Rahmen dessen Unternehmen zum Mitmachen aufgefordert werden. Ziel ist es, bundesweit Unternehmensleitung von großen, kleinen und mittelständischen Unternehmen zu motivieren, sich an dieser Aktion zu beteiligen und regelmäßig Bewegungs- und Sporteinheiten zu dokumentieren. Damit wird in spielerischer Form aufgezeigt, wo in Österreich welche Unternehmen mit wie vielen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aktiv sind. Parallel dazu gibt es Informationen über den Nutzen von Bewegung und Sport sowie Anleitungen, welche Art von Sport und Bewegung wo angeboten wird.

Dieses Projekt ist als Kick-off zu verstehen, dem weitere Initiativen und Projekte folgen. Diese Aktion hat das Ziel, mehr und mehr Unternehmen darzustellen. Initiativen wie die Europäische Woche des Sports werden als Impulse genützt, um Unternehmen zum Mitmachen zu motivieren.

**Maßnahmenkoordination**

Österreichischer Betriebssport Verband

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Sportvereine, Bewegungsanbieter allgemein

**Messgröße(n)**

Anzahl der erreichten Unternehmen

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

April 2015 einleitende Maßnahmen zur Umsetzung, Juni 2015 Start der Aktion; Ende im Jahr 2019

## M8.1.11 Kampagne – Österreich radelt zur Arbeit

Das Potential für Bewegung im Alltag ist besonders am Arbeitsweg sehr groß: Rund die Hälfte der Erwerbstätigen hat einen Arbeitsweg, der kürzer als zehn Kilometer ist – eine gute Radfahrdistanz. Um dieses Bewegungspotential zu aktivieren, wird seit 2011 seitens der Radlobby Österreich jährlich die Motivationskampagne „Österreich Radelt zur Arbeit“ durchgeführt. Ziel der Kampagne ist es, das Radfahren in die Arbeit bzw. am Anfahrtsweg zum öffentlichen Verkehr zu forcieren. Dabei zählt sowohl die gefahrene Distanz als auch die Anzahl der Arbeitstage, an denen mit dem Rad in die Arbeit gefahren wird.

Im Jahr 2014 waren österreichweit 23.000 Teilnehmer:innen aus 2.300 Betrieben registriert. Eine Ausweitung, Ko-Finanzierung durch Dritte und verstärkte Kommunikation der Motivationskampagne wird angestrebt. Bei entsprechender Finanzierung ist im Jahr 2020 das Ziel von 50.000 aktiv Teilnehmenden bei „Österreich Radelt zur Arbeit“ erreichbar.

**Maßnahmenkoordination**

Radlobby Österreich

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Bundesministerium für Land und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft (BMLFW); Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie (BMVIT); Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport (BMÖDS); Arbeiterkammer; Wirtschaftskammer

**Messgröße(n)**

Anzahl der Teilnehmer:innen und der teilnehmenden Betriebe pro Jahr

**Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Die Maßnahme wird seit 2011 umgesetzt.

## M8.1.12 Rundum gesund

„Rundum gesund“ ist ein Programm zur geschlechts- und kultursensiblen Gesundheitsförderung bei Adipositas. Das Gruppenprogramm basiert – in Anlehnung an Qualitätskriterien der Adipositasgesellschaften im deutschsprachigen Raum – auf interdisziplinären, langfristigen Maßnahmen, die auf drei Säulen fußen: Ernährung, Bewegung, Psychologie. Nicht das Streben nach Normalgewicht steht im Vordergrund, sondern eine langfristige Lebensstil-Änderung mit höherer Aktivität sowie mäßiger Gewichtsreduktion und langfristiger Gewichtsstabilisierung. Zielgruppe sind erwachsene Frauen und Männer, die von Übergewicht bzw. Adipositas betroffen sind und einen Body Mass Index (BMI) zwischen 25 und 40 aufweisen. Teilnehmer/innen mit einem BMI von > 40 (= morbide Adipositas) können nur nach medizinischer Freigabe zur Teilnahme zugelassen werden. Die maximale Teilnehmerzahl liegt bei 15 Personen pro Gruppenprogramm. Das Gruppenprogramm findet in deutscher Sprache statt, es kann jedoch auch eine Adaptierung für Teilnehmer:innen mit Migrationshintergrund (v. a. in türkischer Sprache) angeboten werden, so dies gewünscht ist.

### Maßnahmenkoordination

Wiener Frauen- und Männergesundheitszentrum (FEM Süd und MEN), Wiener Gebietskrankenkasse

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Wiener Frauen- und Männergesundheitszentrum (FEM Süd und MEN)

### Messgröße(n)

Anzahl der Teilnehmer:innen

### Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

Laufendes Angebot

## M8.1.35 Gute Idee

Die „Gute Idee“ soll das Bewusstsein der Bevölkerung über verhaltensbedingte Risiken in Bezug auf Diabetes schärfen. Die Umsetzung einer lebensstilorientierten Bewusstseinsbildung wird durch Bereitstellung von niederschweligen Angeboten zur Ernährung und Bewegung ermöglicht.

Angebot Bewegung:

- individuelle Bewegungsberatung: Mit persönlichen Tipps und Übungsempfehlungen, auch mit dem Theraband, wird den Teilnehmenden die Freude an mehr Bewegung nähergebracht
- Nachbesprechung Bewegungsberatung: Die Teilnehmer:innen haben nach ca. 6 Wochen die Möglichkeit über den aktuellen Stand ihrer/seiner Bewegungssituation zu berichten
- Bewegungsworkshop: Workshops zu den Themen Kraft, Koordination und Ausdauer helfen den Teilnehmer:innen den Alltag beweglicher zu gestalten

### Maßnahmenkoordination

KGKK / Abteilung Gesundheit (Auftraggeber), ASKÖ und VHS (Auftragnehmer)

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

ASKÖ – Trainer:innen, VHS – Trainer:innen

**Messgröße(n)**

Anzahl der Maßnahmen; Anzahl der Teilnehmer:innen

**Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Programmbetrieb ab 01.08.2018 – 31.12.2019

## M8.1.36 PRO-Aktiv

PRO-Aktiv – Ernährungs- und Bewegungsprogramm zur Primär- und Tertiärprävention von Diabetes mellitus und Kardiovaskulären Erkrankungen. Durch Förderung der Gesundheitskompetenz und des Gesundheitsbewusstseins soll die Prävalenz von lebensstilassozierten Erkrankungen vermindert werden. Das Konzept basiert auf wissenschaftlichen Grundlagen die festlegen, dass eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung, regelmäßige Bewegung sowie gutes Stressmanagement wichtige Voraussetzungen für Gesundheit und Wohlbefinden sind.

Das Projekt verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz unter Berücksichtigung drei ausgewählter Säulen der Gesundheitsförderung. Dieser inkludiert neben der Vermittlung von Wissen über eine gesundheitsbewusste, ausgewogene Ernährung (GZ 7) auch die Durchführung regelmäßiger Bewegung (GZ 8) sowie die Beachtung psychosozialer Aspekte (GZ9). Primäres Ziel des Konzepts ist die Reduktion der Prävalenz von Diabetes mellitus und Kardiovaskulären Erkrankungen sowie die Vermeidung von Komplikationen und Folgeerkrankungen.

Das Programm beinhaltet vier Ernährungsmodule, vier Bewegungsmodule und zwei Module Psychosoziale Gesundheit zu je 80 Minuten. Zur Integration des Inhalts der Workshops in den Alltag, erhalten die Teilnehmer:innen Unterstützung in Form eines Ernährungs- und Bewegungsplanes. Zur nachhaltigen Verbesserung des Lebensstils erfolgt, nach erfolgreicher Absolvierung der einzelnen Module, die Integration in bereits etablierte, wohnortnahe Angebote gemeinnütziger Vereine bzw. des „Gesunden Dorfes Burgenland“.

**Maßnahmenkoordination**

Burgenländische Gebietskrankenkasse

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Physiotherapeutinnen und -therapeuten, Diätologinnen und Diätologen sowie Psychologinnen und Psychologen leiten die themenspezifischen Workshops. Nennenswerte Partner:innen sind: Fachärztinnen und -ärzte für Innere Medizin, Ärztinnen und Ärzte für Allgemeinmedizin, Krankenhäuser, Kur- und Rehabilitationszentren, Verband der Diätologinnen und Diätologen, Physio Austria, Verband der Psychologinnen und Psychologen, gemeinnützige Vereine, Selbsthilfegruppen und Gemeinden.

**Messgröße(n)**

Anzahl der durchgeführten Workshops; Anzahl der Teilnehmer:innen

**Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Start der Maßnahmenumsetzung ist Jänner 2018.

## M8.1.37 Begleitendes Bewegungsprogramm bei „Schlank mit der NÖGKK“

Die Niederösterreichische Gebietskrankenkasse (NÖGKK) bietet in den Service-Centern das Abnehmprogramm „Schlank mit der NÖGKK“ an. Mit diesem Programm erlernen die teilnehmenden Personen langsam und schrittweise die Ernährung umzustellen. Zu Beginn werden fünf Gruppensitzungen in 14-Tages-Abständen abgehalten. Im Anschluss daran folgt eine Weiterbetreuung mit sieben Terminen im Abstand von drei bis fünf Wochen. Das Programm dauert insgesamt neun bis zehn Monate.

Für die Teilnehmer:innen wird ein begleitendes Bewegungsprogramm angeboten. Das Bewegungsprogramm wird im selben Bezirk durchgeführt und findet wöchentlich statt. Während der Einheiten sollen die Personen verschiedenste Bewegungsarten kennenlernen und schrittweise zu mehr Bewegung motiviert werden.

### Maßnahmenkoordination

Niederösterreichische Gebietskrankenkasse

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Kooperationspartner der NÖGKK (Sportvereine, Fitnesscenter, private Trainer)

### Messgröße(n)

Anzahl der teilnehmenden Personen; Anzahl der durchgeführten Kurse

### Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

Das Programm wurde 2010 gestartet und läuft ohne Enddatum

## M8.1.38 Bewegung und Sport mit onkologischen Patienten

Sport und körperliche Aktivität haben sich als wirksame Therapiemittel bei chronischen Erkrankungen etabliert. Der Bedeutung von körperlicher Aktivität für den onkologischen Patienten auf körperlicher, seelischer, und sozialer Ebene wird mit diesem Projekt Rechnung getragen. Zahlreiche Untersuchungen belegen, dass eine regelmäßige körperliche Aktivität bei Tumorpatienten nicht nur eine Verbesserung der Leistungsfähigkeit, sondern auch eine Reduktion der Nebenwirkungen der Therapie bewirken kann.

Aktuell (2019) werden folgende (auf den Personenkreis abgestimmte) Kurse angeboten:

- Herz-Kreislauf-Training am Fahrradergometer
- Line Dance
- Yin Yoga (für Betroffene besonders geeignete Form des Yoga)
- Allgemeine Kräftigungsgymnastik
- Yoga und Pilates

Die Freigabe muss stets durch eine Ärztin bzw. einen Arzt erfolgen, der Kostenbeitrag beträgt € 44,- für 16 Einheiten á 60 Minuten (und kann bei finanziell schwächer gestellten Personen zur Gänze entfallen). Zusätzlich wird für onkologische Patientinnen und Patienten auch ein einmaliger Ernährungsvortrag (60 Min., € 7,-) sowie ein Klangschalen-Workshop (180 Min., € 18,-) angeboten.

### **Maßnahmenkoordination**

ASKÖ Tirol, Tiroler Gebietskrankenkasse

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Ärztinnen und Ärzte, ASKÖ-Trainer:innen

### **Messgröße(n)**

Jährliche Anzahl der Teilnehmer:innen; Anzahl der Kursangebote

### **Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

seit 2011 laufend

## **M8.1.39 Bleib dran!**

Das Projekt „Bleib dran!“ richtet sich an Personen nach Reha-, Kur- und Therapieaufenthalten sowie an chronisch Kranke. Diese werden anschließend an ihre jeweilige Therapie zu regelmäßiger und nachhaltiger Bewegung motiviert und erfahren gemeinsam die Freude und den Spaß an sportlicher Aktivität. Je nach Krankheitsbild und erwünschter Aktivität stehen folgende Kurse zur Auswahl:

- Bleib Dran Allgemeine Kräftigungsgymnastik
- Bleib Dran Yoga
- Bleib Dran Cardiofit
- Bleib Dran Line Dance
- Bleib Dran Pilates
- Bleib Dran Rücken-Fit
- Bleib Dran Herz-Kreislauf-Training
- Bleib Dran Nordic Walking

Eine Teilnahme ist nur nach Freigabe durch eine Ärztin oder einen Arzt möglich, der Kostenbeitrag beträgt je nach Anzahl der Übungseinheiten zwischen € 25,- und € 44,-, für finanziell schwächere Patientinnen und Patienten ist der Kursbesuch kostenlos.

### **Maßnahmenkoordination**

ASKÖ Tirol, Tiroler Gebietskrankenkasse

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Ärztinnen und Ärzte, ASKÖ-Trainer:innen

### **Messgröße(n)**

Jährliche Anzahl der Teilnehmer:innen, Anzahl der angebotenen Kurse

### **Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Seit 2015, laufendes Angebot

## 2.6 Maßnahmen: Zielgruppe Seniorinnen und Senioren

### M8.1.40 SENaktiv – Sicher im Alter bewegen

„SENaktiv“ ist ein Bewegungsprojekt der NÖGKK in Kooperation mit der IMSB Consult GmbH für Personen ab dem 60. Lebensjahr mit dem Ziel, das Sturzrisiko, die Sturzhäufigkeit und auch die Angst vor Stürzen zu reduzieren. Es handelt sich um eine Nachfolgemaßnahme des Projekts „SturzMobil“.

Bei den „SENaktiv-Auftaktveranstaltungen“ erleben die Teilnehmer:innen praxisorientierte Übungen zur Sturzvermeidung und erfahren unter fachkundiger Anleitung, wie man die alltagsmotorischen Fähigkeiten nachhaltig verbessern kann.

Bei den weiterführenden zwölf-Wöchigen Sturzpräventionskursen werden im Gruppentraining, unter professioneller Anleitung, vertiefende Gleichgewichts- und Koordinationsübungen sowie Kräftigungsübungen zur Verbesserung der allgemeinen Leistungsfähigkeit durchgeführt. Die Teilnahme ist kostenlos.

#### **Maßnahmenkoordination**

IMSB Consult GmbH im Auftrag der Niederösterreichischen Gebietskrankenkasse (NÖGKK)

#### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Vertreter:innen von Gemeinden, Gemeindeverbänden, Kommunen, Seniorenvereinigungen, und Sportorganisationen/-vereine (ASKÖ, SPORTUNION, ASVÖ, Kneipp-Bund).

#### **Messgröße(n)**

Anzahl der Teilnehmer:innen pro Jahr; Anzahl der durchgeführten Kurse pro Jahr

#### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Februar 2018, Laufzeit: 3 Jahre mit Verlängerungsoption

## 2.7 Maßnahmen: Zielgruppe Gesamtbevölkerung

### M8.1.20 MINI MED Bewegungsschwerpunkte

Österreicher:innen verfügen über mangelhafte Gesundheitskompetenz – diese soll durch mehr Information und Wissen gesteigert werden. Denn Studien belegen, dass höhere Gesundheitskompetenz die Gesundheit der Bevölkerung steigert. MINI MED informiert daher seit Jahren über Gesundheitsthemen und setzt durch die Kooperation mit dem Sportministerium einen neuen Informationsschwerpunkt: Gesund durch Bewegung. Jährlich finden sechs MINI-MED-Vorträge quer durch Österreich über die gesundheitliche Relevanz von Bewegung im Alltag im Rahmen des MINI MED Studiums statt. Bei diesen Vorträgen wird vor allem die Zielgruppe 50+ direkt angesprochen, zwei Drittel der Teilnehmer:innen sind weiblich. Vortragsdauer ist etwa eine Stunde, anschließend können die Teilnehmer:innen über eine Stunde lang Fragen an die Expertinnen und Experten stellen. Jedes Jahr werden ein kompletter Video-Mitschnitt von einem dieser Vorträge sowie ein 3- bis 5-Minuten-Interview

mit Expertinnen und Experten angefertigt. Die Aufzeichnungen stehen unter [www.minimed.tv](http://www.minimed.tv) frei zur Verfügung (MINI-MED-Fernstudium). Die Erfahrung zeigt, dass Berufstätige und Männer diese Art der Gesundheitsinformation bevorzugt nutzen. Spitzenmediziner:innen Österreichs informieren über die Zusammenhänge zwischen Gesundheit und Bewegung. MINI MED brieft alle Referentinnen und Referenten (mittels eines speziellen MINI-MED-Referentenbriefings), die jährlich rund 400-500 hochkarätigen MINI-MED-Referentinnen und -Referenten werden ersucht, bei ihren Vortragsthemen Informationen einzubauen, wie in ihrem medizinischen Fachbereich durch Bewegung eine Verbesserung erzielt werden kann. MINI MED bietet Vorträge zu folgenden Themen: Schmerz, Cholesterin, Wenn Stress krank macht, Herzinfarkt, Schlaganfall, Diabetes, Verdauungsbeschwerden, Kreuzschmerzen. Damit wird bei rund 200 MINI-MED-Vorträgen pro Jahr mit profunder medizinischer Expertise auf den Gesundheitsfaktor Bewegung hingewiesen.

Präsentation auf <https://www.minimed.at/>, Präsentation bei allen Vorträgen, Bewerbung über den MINI MED Newsletter, Facebook: Ankündigung der Partnerschaft, Twitter: Vortragsankündigung der Abende, YouTube: <http://www.youtube.com/Minimedstudium>

### **Maßnahmenkoordination**

MINI MED

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Referentinnen und Referenten, die Organisationsteams vor Ort, diverse medizinische Universitäten, Partner:innen bei diversen Städten, Ländern, Ministerien etc.

### **Messgröße(n)**

Anzahl der Teilnehmer:innen pro Jahr

### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Planung und Referentenbriefings laufend, die Vorträge werden seit September 2015 umgesetzt

## **M8.1.21 #BeActive – Europäische Woche des Sports**

Ausschlaggebend für eine jährlich stattfindende „Europäische Woche des Sports“ waren der Fisas-Bericht 2012 sowie die Schlussfolgerungen des Rates der Europäischen Union zur Förderung von gesundheitsfördernder körperlicher Aktivität. Ziel von #BeActive ist es, die Teilnahme im Sport auf allen Ebenen und in allen Altersgruppen zu forcieren. Die erste „Europäische Woche des Sports“ wird erstmals in der zweiten Septemberwoche 2015 stattfinden. Eine Kampagne mit dem Namen „#BeActive“ wird ab Mai 2015 starten, um die Europäische Woche des Sports zu bewerben. Die EU-Mitgliedstaaten werden ersucht, in diesem Zeitraum entsprechende Aktivitäten auf nationaler Ebene zu entfalten. Dies ist für Österreich sehr günstig, da in diesem Zeitfenster in Österreich auch der etablierte „Tag des Sports“ (19. September) stattfindet. Im Umfeld des bereits seit eineinhalb Jahrzehnten begangenen „Tag des Sports“ wird es jährlich ein eigenständiges Projekt im Rahmen der „Europäischen Woche des Sports“ geben. Im September 2015 fand eine Sternradfahrt von insgesamt sechs verschiedenen Startorten entlang der historischen Gebäude der Wiener Ringstraße zum Eventgelände des Tags des Sports am Wiener Heldenplatz statt. Die einzelnen Radgruppen werden durch Testimonials (Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens und bekannte österreichische Radrennfahrer:innen) begleitet. Im Ziel – am Tag des Sports – werden sämtliche Radfahrgruppen in einer eigenen EU-Area empfangen. Weiters wird während des gesamten Tags des Sports im eigenen Bereich der EU (EU-Area) ein sportbezogenes Programm mit laufender Schwerpunktsetzung zu EU-relevanten Themen

abgehalten. Für die kommenden Jahre sind ähnliche Maßnahmen unter Einbindung von Stakeholdern aus dem organisierten Sport und aus der Verwaltung vorgesehen.

### **Maßnahmenkoordination**

Österreichische Bundes-Sportorganisation

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport; Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft (im Jahr 2015), Österreichischer Betriebssportverband, Wirtschaftskammer Österreich, Europäische Union; 2016 ff je nach Thema.

### **Messgröße(n)**

Anzahl der Teilnehmer:innen pro Jahr

### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Jährlich im Monat September.

## **M8.1.23 Gesundheitsmanager Arzt**

Mehr als ein Drittel der Bevölkerung ist chronisch krank (bei der Altersgruppe über 70 sogar mehr als zwei Drittel). Die Faktoren ungesunde Ernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht, Rauchen, Alkohol und Stress spielen neben der Genetik eine wichtige Rolle bei der Entstehung dieser Erkrankungen. Ausreichende Bewegung, gesunde Ernährung und Maßnahmen zur Stressbewältigung sind zweifellos die effektivsten und kostengünstigsten Mittel der Gesundheitsvorsorge. Da rund 80 Prozent der Bevölkerung mindestens einmal jährlich einen Arzt aufsuchen, sind Ärztinnen und Ärzte besonders dazu geeignet, Patientinnen und Patienten über die Wirkung präventiver Maßnahmen aufzuklären und dazu zu motivieren, ihren Lebensstil langfristig zu ändern.

Der Arzt bzw. die Ärztin soll als Gesundheitsmanager:in fungieren, der:die nicht nur Medikamente verschreibt und allgemeine Ratschläge gibt. Vielmehr soll ein hochwertiges Betreuungskonzept angeboten werden, welches auch in Zusammenarbeit mit anderen Gesundheitsberufen in die Praxis umgesetzt werden kann. Eine wichtige Rolle spielt daher das Wissen über die Vernetzung medizinischer Daten mit den Umsetzungsmöglichkeiten in präventive und zum Teil rehabilitative Maßnahmen wie Bewegungsprogramme, Ernährungsumstellung und Stressbewältigung. Erst die Zusammenschau aller Daten macht einen effizienten und längerfristig wirksamen Maßnahmenkatalog möglich.

Die Ärztekammer Wien bietet schon seit einigen Jahren – in Zusammenarbeit mit der Gesellschaft für präventive Medizin und Ernährung – im Rahmen einer medizinischen Fortbildung einen Lehrgang für präventive Gesundheitsvorsorge für Ärztinnen und Ärzte an. Diese Fortbildung soll den Arzt bzw. die Ärztin mit der Vermittlung von theoretischen Inhalten und praktischen Fertigkeiten zum Gesundheits- und Lebensstilberater ausbilden und eine bessere Kommunikation mit anderen Gesundheitsberufen ermöglichen. Bisher wurden rund 100 Ärzte und Ärztinnen von der Wiener Ärztekammer ausgebildet. Um die Ausbildung flächendeckend auf ganz Österreich anbieten zu können, ist ein Zertifikat der Österreichischen Ärztekammer geplant. Dauer der Fortbildung: 60 Stunden an fünf Wochenenden. Der Schwerpunkt der Ausbildung liegt – neben dem Erstellen von Aktivitätsprofilen, dem Screening der Ernährungsgewohnheiten und der Beurteilung der Leistungsbreite – auf Bewegungs- und Ernährungsberatung sowie dem Motivationsgespräch über Bewegungs- und Ernährungsprogramme.

**Maßnahmenkoordination**

Österreichische Ärztekammer

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Österreichische Ärztekammer

**Messgröße(n)**

Anzahl der ausgebildeten Ärzte und Ärztinnen

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Impulsveranstaltung November 2015 mit Einladung der bereits ausgebildeten Ärztinnen und Ärzte. laufend seit Sommersemester 2016

## M8.1.26 Familiensporttage

Bei den Familiensporttagen unterstützt SPORT.LAND.Niederösterreich NÖ Sportvereine bei ihren Vereinsfesten und verleiht diesen mit diversen Bewegungsstationen (Hinder-nisparcours, Torschusswand mit Radarmessung, Ballwurfwand, computerunterstützte Testsysteme, Segwayparcours und Spiel- und Geschicklichkeitsstationen) sowie dem Besuch eines niederösterreichischen Spitzensportlers eine einzigartige und besondere Atmosphäre. Ziel dabei ist es, auf den jeweiligen Sportverein aufmerksam zu machen und eine Verbindung zwischen diesem und potentiellen Mitgliedern jeglichen Alters herzustellen, sodass sich zukünftig die Mitgliederanzahl erhöht. Die Nachhaltigkeit des Vereinsfests steht hierbei also im Mittelpunkt. Das vorhandene Sportangebot soll präsentiert und das Interesse für die Vereinskultur gesteigert werden. So sollen vor allem Kinder und Jugendliche näher an die Sportvereine gebracht werden. Denn auch der aktive Austausch mit den jungen Menschen und deren Eltern steht bei dem Fest im Mittelpunkt. Weitere Ziele sind, mit Spaß zur Bewegung zu motivieren und Sporttestimonials vor Ort zu präsentieren, um auch dieses Motivationspotential zu nutzen. 2018 fanden erneut 20 Familiensporttage in ausgewählten NÖ Sportvereinen statt.

**Maßnahmenkoordination**

SPORT.LAND.Niederösterreich – Programme der Niederösterreich-Werbung GmbH

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Sportdachverbände und Sportvereine, Niederösterreichische Gebietskrankenkasse, Medienpartner

**Messgröße(n)**

Anzahl der erreichten Personen

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

seit 2015 laufend

## M8.1.27 Niederösterreich bewegt

Durch den niederösterreichweiten Einsatz eines professionellen Teams von vier Regionalkoordinatorinnen und Regionalkoordinatoren (eine Koordinatorin bzw. ein Koordinator pro Landesviertel) wird

der zielgruppenorientierte stufenweise Ausbau von innovativen gesundheits- und Breitensportfördernden Maßnahmen über die bewährte Vereinsstruktur angestrebt.

Die Tätigkeitsfelder der Regionalkoordinatorinnen und -koordinatoren: Bedarfserhebung für Entwicklungspotentiale; Unterstützung der regionalen Sportvereine beim zielgruppen-spezifischen Aufbau gesundheitsfördernder Bewegungsmaßnahmen; Vernetzung der Sportvereine; Initiierung von Schulk Kooperationen; Unterstützung beim Aufbau von für die regionale Bevölkerung offenen Sportveranstaltungen. Die Ziele wurden in drei zeitlichen Ebenen definiert. Über den gesamten Zeitraum von 01.01.2015 bis 31.12.2019 sollen mindestens 200 neue Bewegungskurse umgesetzt, zumindest 3.000 Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher bewegt, mindestens 20 Familienbewegungstage organisiert und mindestens 84 neue Kooperationen insbesondere mit Kindergärten und Schulen eingegangen sowie eine nachweisliche Intensivierung der Vernetzung der Sportvereine mit Bildungsinstitutionen, Gemeinden und Institutionen im Gesundheitsbereich sowie anderen Sportvereinen erreicht werden.

### **Maßnahmenkoordination**

SPORTUNION Niederösterreich – vier Regionalkoordinatoren/-koordinatorinnen

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

SPORTUNION Niederösterreich; Büros der NÖ Regional GmbH; Amt der NÖ Landesregierung, Abteilung Sport; NÖ Gesundheits- und Sozialfonds (NÖGUS) – Initiative »Tut gut!«

### **Messgröße(n)**

Anzahl der Veranstaltungen/Angebote/Produkte/Kooperationen

### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Projektlaufzeit 01.01.2015 bis 31.12.2019; Gesamtevaluierung und abhängig vom Ergebnis Planung einer neuen Projektlaufzeit mit adaptierten Schwerpunkten

## **M8.1.28 VORSORGEaktiv**

„VORSORGEaktiv“ ist ein Programm zur nachhaltigen Lebensstiländerung, bei dem Personen mit erhöhtem Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen bis zu neun Monate intensiv betreut werden. Die Teilnehmer:innen werden dabei von einem interdisziplinären Team – bestehend aus Ärztinnen und Ärzten, Vertreter:innen aus den Bereichen Sportwissenschaft, Physiotherapie, Ernährungswissenschaft, Diätologie, Gesundheitspsychologie und Psychotherapie – unterstützt, ihren Lebensstil nachhaltig zu ändern. Das Programm richtet sich an alle Niederösterreicher:innen über 18 Jahre, bei denen bei der Vorsorgeuntersuchung ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen festgestellt wird. Die Ärztin bzw. der Arzt hat die Möglichkeit, die Patientin bzw. den Patienten für das Programm „VORSORGEaktiv“ vorzuschlagen und so die Risikofaktoren über die medikamentöse Behandlung hinaus zu beeinflussen.

Das Spektrum des Programms reicht von sanftem Krafttraining und Nordic Walking (Bewegungsbereich) über Genussübungen und gemeinsames Kochen (Ernährungsbereich) bis hin zu Entspannungs- und Motivationstraining (mentale Gesundheit). Das Bestreben des Programms ist es, den Teilnehmenden Spaß und Freude an Bewegung zu vermitteln und sie für einen gesünderen Lebensstil in Bezug auf ihre Ernährung, ihr Bewegungsverhalten und ihr persönliches Wohlbefinden zu begeistern.

Das Programm wurde mit 1. 1. 2015 um acht Regionalkoordinatorinnen und -koordinatoren erweitert, die an den Regionsstandorten die Vernetzung sicherstellen. Darüber hinaus besteht seit Jänner 2015 die Möglichkeit, ein Einzelcoaching für mentale Gesundheit in Anspruch zu nehmen. Neben den 24 Stunden pro Fachbereich pro Teilnehmer:in gibt es seit Beginn des Jahres 2015 die Möglichkeit, sechs optionale Stunden zusätzlich im Bewegungsbereich zu konsumieren.

### Maßnahmenkoordination

NÖ Gesundheits- und Sozialfonds (NÖGUS) – Initiative »Tut gut!«

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Alle Niederösterreicher:innen über 18 Jahre, bei denen die Vorsorgeuntersuchung ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen ergab; Ärztinnen und Ärzte; Sozialversicherungsträger

### Messgröße(n)

Anzahl der Teilnehmer:innen pro Jahr

### Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

seit 2008 laufend

## M8.1.29 Programme der SVA zur Förderung eines bewegungsaktiven, gesunden Lebensstils

Inaktive Erwachsene zu mehr Bewegung und gesünderem Lebensstil zu motivieren und sie in der Umsetzung zu unterstützen ist Ziel der Maßnahmen der SVA.

**SVA Bewegt:** Zweimal wöchentlich findet ein 90-minütiges, qualitätsgesichertes Herz-Kreislauf-, Kraft- und Koordinationstraining statt, gemeinsam organisiert mit der Sportunion Österreich. Die Selbstbehalt-Kosten für die mindestens 60 Einheiten im Jahr betragen maximal 350 Euro pro Person. Das Angebot gilt für Versicherte aller Kassen, SVA-Versicherte erhalten einen SVA-Extra-Gesundheits-hunderter.

**Primary Care als Schnittstelle zu einem aktiven Leben:** In Kooperation mit regionalen Sportvereinen soll die körperliche Aktivität Erwachsener gesteigert werden. In fünf Primary Care Units (Ärztinnen und Ärzte, Gesundheitszentren) werden Bewegungsberater:innen (ASKÖ, SPORTUNION) für Fitness-tests, Bewegungsberatung und Bewegungsangebote installiert, Basis ist der Standard von „SVA Bewegt“.

**SVA Aktiv Camps:** Im Rahmen der Aktiv-Camps werden sportliche Aktivitäten (Nordic Walking, Schwimmen, Langlaufen usw.) gelernt, welche vor allem durch regelmäßiges Ausüben positive gesundheitliche Effekte bewirken sollen. Mit dieser Maßnahme sollen Erwerbstätige, Pensionistinnen und Pensionisten und mitversicherte, anspruchsberechtigte Angehörige erreicht werden.

**Die Bewegungsbox:** SVA-Versicherte, die an Gesundheitsaktivitäten der SVA teilnehmen, erhalten eine Bewegungsbox, die Informationen (z. B. Trainingskarten, DVD etc.) und Trainingsgeräte (z. B. Theraband, Schrittzähler) enthält.

**Kooperationspartner Gesundheitshunderter:** Dieses Basisangebot soll die Versicherten dabei unterstützen, ihre persönlichen Gesundheitsziele zu erreichen, indem es den Zugang zu Angeboten erleichtert und deren Qualität steigert. Individuelle Programme können ebenfalls erstellt werden.

**HEPA Steiermark:** Personen nach stationären Heilverfahren oder nach einer Bewegungsberatung sollen in ihrem Wohnort dauerhaft ausreichend körperlich aktiv sein. Frauen und Männer, die die Mindestkriterien der österreichischen Bewegungsempfehlungen nicht erreichen, sollen innerhalb von 12 Monaten ihre körperliche Gesundheit signifikant verbessern. Regionale Sportvereine unterstützen mit dem Bewegungsangebot JACKPOT. Folgeprogramme werden angeboten. Das Programm wird begleitet durch eine wissenschaftliche Studie der Karl-Franzens-Universität.

**Maßnahmenkoordination**

Sozialversicherung der gewerblichen Wirtschaft

**Messgröße(n)**

Anzahl der Teilnehmer:innen und Kurse pro Jahr, Anzahl der Gesundheitshunderter bzw. der Zuschüsse und der ausgegebenen Boxen pro Jahr

**Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Seit 2013 laufend

## M8.1.41 Initiative „50 Tage Bewegung“

Die Initiative „50 Tage Bewegung“ ist eine Kooperation der 3 Sport-Dachverbände ASKÖ, ASVÖ, SPORTUNION, sowie dem Verband alpiner Vereine Österreichs (VAVÖ) und dem Fonds Gesundes Österreich (FGÖ). Unter dem Motto „Gemeinsam fit. Beweg dich mit!“ werden die Menschen in Österreich zu mehr Bewegung aktiviert.

Ziel ist es einerseits das Wissen über gesundheitsfördernde Bewegung (Bewegungsempfehlungen!) zu erhöhen und andererseits Angebote in der Nähe zu vermitteln. Ein weiteres Ziel ist es Vereine, Gemeinden und Einrichtungen in ganz Österreich als Partner der Initiative „50 Tage Bewegung“ dauerhaft zu gewinnen. Im Zeitraum von 50 Tagen, 07.09. - 26.10., haben Interessierte jedes Jahr die Möglichkeit, zahlreiche Bewegungsveranstaltungen, Aktionstage oder Events zu besuchen und an Schnupperaktionen in den Vereinen und Gemeinden in ihrer Nähe teilzunehmen (2018: über 3.400 Bewegungsangebote).

Bewegungsangebote können auf [www.gemeinsambewegen.at](http://www.gemeinsambewegen.at) eintragen und kostenlose Werbemittel, wie Freecards, Urkunden, Folder, Plakate, Sammelpässe, Luftballons etc. zur Bewerbung bestellt werden.

Zur Motivation der Gemeinden und Vereine wird unter allen teilnehmenden Veranstaltern pro Bundesland ein kostenloses professionell umgesetztes Image-Video verlost.

Die Initiative "50 Tage Bewegung" wird österreichweit in Printmedien und auf den Social-Media-Kanälen Facebook und YouTube beworben.

Die Bevölkerung wird durch ein Sammelpass-Gewinnspiel (sammeln von 150 Minuten Bewegung pro Woche) zum Mitmachen motiviert.

**Maßnahmenkoordination**

Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) und Fit Sport Austria GmbH

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Sportvereine der Dachverbände, Gemeinden als Umsetzer, die ihre Bewegungsangebote einmelden und der Bevölkerung im Initiativzeitraum kostenlos öffnen

### **Messgröße(n)**

Anzahl der Angebote; Anzahl der Teilnehmer:innen

### **Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

laufende Umsetzung (jährlich 7.September-26.Oktober)

## **M8.1.42 Förderschwerpunkt Aktive Mobilität – Gehen, radeln, rollern & Co im Alltag**

Ziel des Förderschwerpunktes ist es, Gesundheit durch Aktive Mobilität zu fördern und zu stärken sowie auch gute Kooperationen von Stakeholdern im Bereich aktive Mobilität für Projektförderung und für Ideenaustausch zwischen Stakeholdern aufzubauen (HiaP, gegenseitige Information und Austausch), Capacity Building (für Projektförderung) zu schaffen und auf Bevölkerungsebene einen Beitrag zur Gesundheitskompetenz zu erreichen.

Die Maßnahmen im Rahmen des Förderschwerpunktes sind:

- Projektcall „Aktive Mobilität – gesund unterwegs!“ des FGÖ: Zum Stichtag 31.08.2019 können Projekte zur Förderung der Gesundheit durch Aktive Mobilität beantragt werden, die den Projektcall-Kriterien entsprechen. Es werden durch den FGÖ mind. 2 Projekte im Setting Kindergarten/Schule, mind. 2 Projekte im Setting Betrieb und mind. 2 Projekte im Setting Gemeinde/Stadt/Stadtteil/Grätzel gefördert (Start der Projekte 1.1.2020). Den Projektcall unterstützende Maßnahmen sind die Informationsveranstaltungen zum Projektcall (19./ und 21. März 2019)
- Die Publikation von Broschüren zu good practice in den Settings (Betrieb, Schule/Kindergarten, Gemeinde/Stadt) sowie ein Übersichtsfolder zu weiteren aktuellen Produkten unterstützt die Gesundheitskompetenz in Settings.
- Die Homepage zur Aktiven Mobilität [www.aktive-mobilitaet.at](http://www.aktive-mobilitaet.at) wird eingerichtet, auf der allgemeine Informationen zum Thema Gesundheit und Aktive Mobilität, sowie Projekte und hilfreiche Materialien zu finden sind.
- Jährliche Vernetzungstreffen Aktive Mobilität: Das Vernetzungstreffen fand 2016 zum ersten Mal statt und wird jährlich für Stakeholder und interessierte aus allen relevanten Bereichen abgehalten. Ziele des Treffens sind Austausch zu ermöglichen, Vernetzung zu schaffen, Wissenstransfer zu unterstützen und intersektorales Verständnis zu verbessern.

### **Maßnahmenkoordination**

Fonds Gesundes Österreich

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Multiplikatorinnen und Multiplikatoren sind im Sinne des Health-in-all-Policies-Ansatzes das BM für Nachhaltigkeit und Tourismus sowie das BM für Verkehr, Innovation und Technologie, welche ebenso Aktivitäten und Förderungen hinsichtlich der Stärkung Aktiver Mobilität verantworten. Eine Vernetzung und Synergienutzung ermöglicht einen Multiplikatoreffekt in weitere politische Verantwortungsbereiche sowie zu weiteren potenziellen Antragsteller:innen.

**Messgröße(n)**

Anzahl der geförderten und umgesetzten Projekte im Rahmen des Projektkalls

**Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

2019 – 2022

## M8.1.43 Überarbeitung der Österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung

Die Österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung, welche im Jahr 2010 erarbeitet und veröffentlicht wurden sollen 2019 überarbeitet und eine Erweiterung überprüft werden.

Geplant ist eine Aktualisierung datenbezogener Kapitel der Österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung (z.B. Daten zu Bewegungsverhalten, Bewegung und Gesundheit etc.) nach den neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen sowie das Prüfen und gegebenenfalls eine Anpassung bestehender Empfehlungen für Erwachsene sowie für Kinder und Jugendliche. Darüber hinaus wird eine wissenschaftliche Diskussion über eine Erweiterung und gegebenenfalls Ausarbeitung von Empfehlungen für weitere Zielgruppen (z.B. Schwangere, Kleinkinder, chronisch kranke Menschen, Menschen mit Behinderung etc.) geführt unter Einbeziehung relevanter Sektoren/Organisationen/Personen, um die Akzeptanz bestmöglich zu gewährleisten.

**Maßnahmenkoordination**

Fonds Gesundes Österreich

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Als *Multiplikatorinnen und Multiplikatoren* eingebunden werden alle Personen/Organisationen, welche in der Kompetenzgruppe Körperliche Bewegung und Sport der ÖGPH vertreten sind. Diese sind: Fonds Gesundes Österreich, Bundes-Sport GmbH, Österreichische Sportwissenschaftliche Gesellschaft, Universität Wien, Karl-Franzens-Universität Graz, Universität Salzburg, Medizinische Universität Wien, ULG Master of Public Health Wien, Fachhochschule Pinkafeld, Wiener Gesundheitsförderung.

Eine Einbindung weiterer relevanter Organisationen und Personen als *Mitwirkenden* ist geplant. Exemplarisch werden folgende Organisationen aufgelistet, die eingebunden werden sollen: Bundesministerium Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz, Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport, Kuratorium für Verkehrssicherheit, Oberster Sanitätsrat, Österreichische Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe, Österreichische Gesellschaft für Pädiatrie, Österreichische Gesellschaft für Physikalische Medizin und Rehabilitation, Österreichische Gesellschaft für Sportmedizin, Österreichische Sportwissenschaftliche Gesellschaft, Physio Austria, Bundesverband der Physiotherapeut/innen Österreichs, Allgemeine Unfallversicherungsanstalt etc.

**Messgröße(n)**

Überarbeitete Bewegungsempfehlungen liegen vor

**Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Start der Maßnahme: Jänner 2019

inhaltliche Überarbeitung 2019, Publikation der Empfehlungen 2020

## M8.1.44 Kinderbewegungstage und Familiengesundheitstag

Die Niederösterreichische Gebietskrankenkasse (NÖGKK) veranstaltet Kinderbewegungstage in Niederösterreich. Ziel ist es, die Entwicklung des Gesundheitsbewusstseins der Kinder und Jugendlichen aktiv zu fördern und positiv zu beeinflussen. Die Bedeutung von Bewegung soll bereits im Kindesalter bewusstgemacht werden. Über die Zielgruppe der Kinder werden auch Erwachsene erreicht, die sonst keine Bewegungsangebote z. B. der NÖGKK nutzen würden. Beim Sportschnuppern können Kinder verschiedene Bewegungs- und Sportmöglichkeiten kennen lernen und sollen dadurch zur dauerhaften Ausübung motiviert werden. Die Veranstaltung wird in Zusammenarbeit mit niederösterreichischen Sportvereinen und Organisationen durchgeführt.

Seit 2014 veranstaltet die NÖGKK auch jährlich einen Familiengesundheitstag in Niederösterreich. Erwachsene und Kinder sollen dabei sensibilisiert und aktiviert werden, sich mit ihrem Körper und ihrer Gesundheit bewusst auseinander zu setzen. Gesundheit beginnt bekanntlich in der Familie. Bei verschiedenen Stationen werden die Besucher:innen über die Wichtigkeit von regelmäßiger Bewegung, gesunder Ernährung und Gesundheitsförderung für Kinder informiert. Für die Kinder stehen verschiedenste Bewegungsstationen zur Verfügung.

### Maßnahmenkoordination

Niederösterreichische Gebietskrankenkasse

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Regionale und überregionale Vereine und Organisationen (z. B. Naturfreunde, IMSB, Initiative »Tut gut!« etc.), Medienpartner, Gemeinden

### Messgröße(n)

Anzahl der erreichten Personen

### Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

laufend

## M8.1.45 Digitalisierungsprojekte: „NÖ Gemeindechallenge – Aktivste Gemeinde gesucht!“ und „NÖ Firmenchallenge – Aktivste Firma Niederösterreichs gesucht!“

Mit der NÖ-Gemeindechallenge sucht SPORT.LAND.Niederösterreich jährlich mithilfe eines Sportartikelkonzerns (adidas/runtastic) und in Kooperation mit den beiden NÖ-Gemeindevertreterverbänden die aktivste Gemeinde Niederösterreichs. Es zählt jede Minute Bewegung in der freien Natur. Mittels einer entsprechenden App werden sämtliche Sportaktivitäten einzelner Personen festgehalten und auf ein Zeitkonto der jeweiligen Gemeinde gutgeschrieben. Das Ziel des flächendeckenden Wettbewerbs ist, alle Niederöreicher:innen, von jung bis alt, zur regelmäßigen Bewegung zu motivieren. Der Wettbewerbscharakter sollte die Teilnehmer:innen zusätzlich zur Bewegung anspornen, sodass sich auch die Gemeindebewohnerinnen und -bewohner gegenseitig zum Sport machen motivieren. Demgemäß sollte eine nachhaltige Begeisterung für den Sport in der gesamten Gemeinde geschaffen werden, von der schließlich auch die Kinder und Jugendlichen profitieren.

SPORT.LAND.Niederösterreich sucht ergänzend zur NÖ Gemeindechallenge mit Unterstützung eines Sportartikelkonzerns (adidas/runtastic) und mit den Kooperationspartnern Niederösterreichische

Wirtschaftskammer und eco-plus, Wirtschaftsagentur des Landes Niederösterreich die aktivste Firma Niederösterreichs. Alle berufstätigen Niederösterreicher:innen können mithelfen, ihre Firma zur aktivsten des Bundeslandes zu machen. Zusätzlich sollen Geschäftsführer und Vorgesetzte verstärkt darauf aufmerksam gemacht werden, welche Vorteile der Sport für die Angestellten bietet. Fitte Mitarbeiter:innen und fitte Unternehmen sind eine nahezu unschlagbare Kombination.

### **Maßnahmenkoordination**

SPORT.LAND.Niederösterreich–Programm Breitensport der Niederösterreich-Werbung GmbH; Amt der NÖ Landesregierung, Abteilung Sport

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Sportartikelkonzern (adidas/runtastic), NÖ Gemeindevertreterverbände, Initiative „Tut gut!“, Medienpartner (NÖN, ORF NÖ).

Firmenchallenge: oben genannte plus Niederösterreichische Wirtschaftskammer und eco-plus, Wirtschaftsagentur des Landes Niederösterreich

### **Messgröße(n)**

Anzahl der erreichten Personen

### **Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Gemeindechallenge: Seit 2017

Firmenchallenge: Seit 2018

## 3 Wirkungsziel 2: Bewegungsfördernde/-förderliche Lebenswelten schaffen

Lebenswelten sind bewegungsfördernd/-förderlich gestaltet und die Entscheidungsträger:innen sind hinsichtlich der Bedeutung der Lebenswelten für die bewegungsfördernde/-förderliche Kultur im Alltag sensibilisiert.

### 3.1 Erläuterung/Herausforderungen

Der Begriff „Lebenswelten“ bezeichnet jene Orte und sozialen Systeme, in denen der Alltag von Menschen stattfindet. Personen halten sich in mehreren – je nach individueller Charakteristik (Alter, Geschlecht, Herkunft etc.) unterschiedlichen – Lebenswelten auf. Das sind beispielsweise Kindergärten, Schulen, Arbeitsstätten, Senioreneinrichtungen, aber auch der urbane oder ländliche öffentliche Raum und das direkte Wohnumfeld bzw. Freizeiteinrichtungen und Nahversorgung. Es gilt nun, in all diesen Settings den Menschen die Möglichkeit zu gesundheitsfördernder/gesundheitswirksamer Bewegung zu eröffnen, zu sichern und den Zugang zu erleichtern.

Um dies zu gewährleisten, muss in den verschiedenen Lebenswelten eine Bewegungskultur partizipativ entwickelt werden. Das bedeutet auch, dass vorhandene Ressourcen und bestehende Infrastruktur besser nutzbar gemacht werden bzw. darüber hinaus benötigte Ressourcen und Infrastruktur in ausreichendem sowie alters-, zielgruppen- und chancengerechtem Ausmaß zur Verfügung gestellt werden. Dafür, dass in den sozialen Lebenswelten die benötigten Hilfen und Angebote zur Ausübung von Bewegung bereitstehen ist das Bewusstsein bei den Entscheidungsträger:innen zu schaffen und sind bestehende rechtliche und organisatorische Rahmenbedingungen (z. B. Sicherheits- und Haftungsfragen, fiskalische Aspekte) zu hinterfragen und gegebenenfalls zu adaptieren. Kontraproduktive Bewegungswirkungen aus anderen Sektoren sind aufzuzeigen und Hürden zu minimieren.

Dieses durchaus umfassende Anliegen bedeutet die Verstärkung intersektoraler Zusammenarbeit und Vernetzung zwischen verschiedenen Politikfeldern (z. B. Sport, Gesundheit, Umwelt, Verkehr, Raumordnung und Stadtentwicklung) sowie zwischen dem öffentlichen, privaten und sogenannten dritten Sektor (z. B. Non Profit Organizations (NPO), Non Governmental Organizations (NGOs), Sportvereine, andere Freiwilligenorganisationen) und die Schaffung entsprechender Anregungen für diese Institutionen.

### 3.2 Indikator zu Wirkungsziel 2

#### Ergebnisindikator

Anteil der österreichischen Bevölkerung (Kinder und Erwachsene), der auf Basis der österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung körperlich aktiv ist.

## 3.3 Maßnahmen: Zielgruppe Kinder

### M8.2.1 Schule bewegt gestalten

„Schule bewegt gestalten“ ist ein Projekt der österreichischen Sozialversicherung und hat zum Ziel, Volksschulen bei der Integration von Bewegung in den Schulalltag zu unterstützen.

Das Projekt beinhaltet drei Module:

- (1) Beratung zur bewegungsfreundlichen Schulraumgestaltung: Gemeinsam mit einem:einer Schulraumberater:in wird die Schule (Klassen, Gänge, Schulhof, Turnsaal, Aula, Konferenzzimmer etc.) besichtigt, um bis dato nicht genützte Bewegungsräume zu entdecken und nutzbar zu machen.
- (2) Standardisierte Informationsveranstaltung: Hier soll dem gesamten Kollegium im Rahmen eines Vortrags die Wichtigkeit von Bewegung vermittelt werden.
- (3) Erlernen von Bewegungsübungen vor Ort: Im Rahmen dieses Moduls sollen Lehrer:innen gemeinsam mit dem:der Berater:in verschiedene Bewegungsübungen erlernen, um die neu geschaffenen Bewegungsräume mit Leben zu erfüllen. Ziel dieses Moduls ist es in erster Linie, Lehrerinnen und Lehrern die Bedeutung von Bewegung am „eigenen Körper spüren zu lassen“ und allfällige Hemmschwellen abzubauen. In Folge sollen jene Lehrer:innen, die dieses Modul absolvieren, an der Schule als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren fungieren und ihr Wissen auch an Schüler:innen bzw. andere Lehrer:innen weitergeben.

#### **Maßnahmenkoordination**

Hauptverband der Sozialversicherungsträger, Krankenversicherungsträger

#### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Krankenversicherungsträger, Service-Stellen Schulen, Allgemeine Unfallversicherungsanstalt (AUVA)

#### **Messgröße(n)**

Anzahl der Teilnehmer:innen

#### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Die Maßnahmen werden laufend umgesetzt und werden pro Schuljahr geplant.

### M8.2.2 Die tägliche Bewegungseinheit in ganztägigen Schulformen

Mit einem Gesetzesentwurf zur Änderung des Schulunterrichtsgesetzes und des Schulorganisationsgesetzes sollen die im Regierungsprogramm für die XXV. GP verankerten Vorhaben zur Aufwertung von Bewegung und Sport umgesetzt werden. Diese gesetzlichen Änderungen sehen unter anderem vor, dass in ganztägigen Schulformen in der Freizeit Bewegungseinheiten in ausreichender Zahl sicherzustellen sind. Dies soll in der Weise erfolgen, dass die im Lehrplan vorgesehene Wochenstundenzahl für den Pflichtgegenstand „Bewegung und Sport“ um so viele Bewegungseinheiten im Rahmen der Freizeit in ganztägigen Schulformen ergänzt werden, dass den Schülerinnen und Schülern in Summe zumindest fünf Bewegungseinheiten pro Woche zuteilwerden.

Die Bewegungseinheiten im Rahmen der Freizeit verfolgen dabei das Ziel, die koordinativen und konditionellen Grundeigenschaften der Schüler:innen gezielt zu fördern. Des Weiteren wird in der gesetzlichen Änderung festgehalten, dass Anleiter:innen des (organisierten) Sports nach Besuch einer zusätzlichen Qualifizierungsmaßnahme an einer Pädagogischen Hochschule in der Freizeitbetreuung ganztägiger Schulformen tätig sein können.

**Maßnahmenkoordination**

Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Der organisierte Sport, Pädagogische Hochschulen; Landesschulräte bzw. Stadtschulrat für Wien

**Messgröße(n)**

Anzahl der Ganztagesesschulen bzw. Anzahl der erreichten Schüler:innen

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Die gesetzlichen Änderungen traten mit dem Schuljahr 2015/16 in Kraft und haben kein Laufzeitende.

## **M8.2.21 Regionenprojekt „Beweg dich: Bewegte Kinder können etwas bewegen“**

Dieses Projekt dient der Optimierung des Bewegungsunterrichts an den Volksschulen und soll mehr Bewegung durch kurze Bewegungseinheiten in den Schulalltag bringen.

Schüler:innen und Lehrer:innen werden während der Programmdauer (drei Schuljahre) kontinuierlich betreut und begleitet. Ziel ist es, die Koordinations- und Stabilisationsfähigkeit und die Ausdauer der Kinder zu verbessern. Freude an der Bewegung und kindgerechte Vermittlung der Inhalte stehen dabei im Vordergrund. Die Volksschullehrerinnen und Volksschullehrer werden in Theorie und Praxis so geschult, dass sie das Programm im Unterricht selbständig umsetzen können. Je Semester wird ein Modul als Lehrerfortbildung durchgeführt. Ergänzend dazu finden in den ersten drei Semestern Workshops in den Klassen statt, sowie ein Elternabend.

**Maßnahmenkoordination**

Niederösterreichische Gebietskrankenkasse (NÖGKK) – Service Stelle Schule

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Lehrpersonal

**Messgröße(n)**

Anzahl der Teilnehmer:innen pro Schuljahr

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Laufzeit des Projekts pro Schule: drei Schuljahre; laufendes Angebot

## 3.4 Maßnahmen: Zielgruppe Jugendliche

### M8.2.22 Sport in Produktionsschulen

Produktionsschulen sind Nachreifungsprojekte, welche vom Sozialministeriumservice gefördert und in ganz Österreich angeboten werden. Junge Menschen nach dem Ende der Schulpflicht und bis maximal zum 21. Lebensjahr bekommen die Möglichkeit, versäumte Basisqualifikationen und Social Skills nachträglich zu erwerben. Im Rahmen der Teilnahme an der Produktionsschule sollen Jugendliche an den für sie am besten geeigneten nächsten Ausbildungsschritt herangeführt werden. Dabei rücken die individuell vorhandenen Kompetenzen und Entwicklungspotenziale der Jugendlichen in den Vordergrund.

Seit 2014 ist Sport neben dem praktischen Arbeiten, dem Erwerb von Basisqualifikationen und Coaching als vierte obligatorische Säule in allen Produktionsschulen verankert, da es auf die Jugendlichen gemeinschaftsfördernd wirkt, der Stärkung des Selbstvertrauens und dem Aggressionsabbau dient und Disziplin und Durchhaltevermögen fördert.

Sportliche Angebote in Produktionsschulen werden so gestaltet, dass sie den Diversity Grundsätzen entsprechen und auf Barrierefreiheit ein besonderes Augenmerk gelegt wird. Um dies zu gewährleisten, werden kreative Sportangebote, die sportliche Aktivitäten unterschiedlicher Anforderungsniveaus miteinander verbinden gefunden bzw. verschiedene Sportarten bedürfnisgerecht angeboten.

#### **Maßnahmenkoordination**

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz; Sozialministeriumservice (SMS)

#### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren motivieren teilnehmende Jugendliche andere Jugendliche in ihrem Umfeld zum Sport. Wichtig ist auch, dass das Personal der Produktionsschulen von der positiven Wirkung des Sportangebotes überzeugt ist und diese Erfahrung weiterträgt.

#### **Messgröße(n)**

Anzahl der Teilnehmer:innen pro Jahr

#### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Laufzeit der aktuellen Projekte Januar 2019 bis Dezember 2020 aufgrund von Jahresverträgen

## 3.5 Maßnahmen: Zielgruppe Erwachsene

### M8.2.9 Betriebliche Gesundheitsförderung – Kursangebot „Mitarbeiter:innen bewegen Mitarbeiter:innen“

Das Projekt „Mitarbeiter:innen bewegen Mitarbeiter:innen“ (MbM) wird als Betriebliche Gesundheitsförderung angeboten und wirkt den Gesundheits- und Sicherheitsrisiken in der Arbeitswelt entgegen. Geeignete Mitarbeiter:innen werden darin ausgebildet, ihren Kolleginnen und Kollegen Ausgleichsübungen sowie Tipps für körpergerechtes Arbeiten zu vermitteln und sie zur selbstständigen Durchführung anzuleiten. Besser als jede Expertin bzw. jeder Experte kennen sie ihre Arbeitskolleginnen und -kollegen, Arbeitsabläufe und -bedingungen sowie die räumlichen und zeitlichen Möglichkeiten im Betrieb. Dadurch lassen sich die Übungen ohne Vorbereitungen und mit geringem Zeitaufwand in den Arbeitsablauf integrieren.

Jeweils 12 bis 15 Teilnehmer:innen (die Teilnahme mehrerer Mitarbeiter:innen aus einem Betrieb ist möglich) werden in zwei Kurstagen ausgebildet; die Kurse werden überregional und von allen Versicherungsträgern angeboten.

#### Maßnahmenkoordination

Alle Gebietskrankenkassen, Beamtenversicherungsanstalt, Versicherung der Gewerblichen Wirtschaft, Versicherungsanstalt Eisenbahn und Bergbau, diverse Betriebskassen

#### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Österreichisches Netzwerk für betriebliche Gesundheitsförderung

#### Messgröße(n)

Anzahl der teilnehmenden Mitarbeiter:innen

#### Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

Start 2008, individuelle Durchführung nach Wunsch eines Betriebes. Evaluierung 2013 – in der Folge Adaptierung des Programmes. Ein Ende des Angebotes ist derzeit nicht geplant.

### M8.2.10 Kompetenzzentrum für Firmensport

Prävention durch Sport und Bewegung im Arbeitsumfeld ist ein Anliegen von vielen staatlichen und nicht-staatlichen Institutionen und Initiativen. Während Körperschaften, Großbetriebe und internationale Konzernniederlassungen ihren Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen Sport und Bewegung durch eine Vielzahl von Maßnahmen und Angeboten anbieten, ist die Bewegungskultur in Klein- und Mittelbetrieben (KMU) und bei Ein-Personen-Unternehmen (EPU) wenig entwickelt.

Ziel der Maßnahme ist, in einer Art "One-Stop-Shop" Informationen, Angebote und Best-Practice-Beispiele für KMU anzubieten. Weiters werden den österreichischen Unternehmen Know-How, Erfahrungen und Trends aus anderen europäischen Ländern durch die Vernetzung im Europäischen Betriebsport-Verband und in Zukunft auch weltweit durch die Vernetzung im Welt-Betriebsport-Verband zur Verfügung gestellt. Die Datenbank des ÖBSV unter [www.firmensport.at](http://www.firmensport.at) hat den Zweck, den Interessierten den Zugang zu Sport- und Bewegungsangeboten zu vereinfachen, indem Sport- und Bewegungsangebote von Vereinen, Institutionen und gewerblichen Anbietern einfach mittels Such-

funktion auffindbar sind. Eine weitere Aufgabe des Kompetenzzentrums ist, Unternehmen auf regionaler, nationaler und internationaler Ebene einen Erfahrungsaustausch zu ermöglichen und den Unternehmensleitungen Trends zu kommunizieren. Das Kompetenzzentrum sieht sich auch als jene Stelle, die Bewegungs- und Sport-Aktivitäten der Unternehmen erfasst, analysiert und erforscht, die Ausbildungsinstitutionen Betriebliches Gesundheitsmanagement vermittelt, die Inhalte zum Thema Sport und Bewegung in Unternehmen aufbereitet und Unterrichtsmaterialien zur Verfügung stellt.

### **Maßnahmenkoordination**

Österreichischer Betriebssportverband

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Arbeiterkammer, Wirtschaftskammer Österreich, Industriellenvereinigung, Sozialversicherungen, Netzwerk der Betrieblichen Gesundheitsförderung (ÖNBGF)

### **Messgröße(n)**

Anzahl der Mitglieder und Kunden

### **Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Die Maßnahmen zum Aufbau des Kompetenzzentrums wurden bereits 2014 eingeleitet. Ab 2018 leitet das Kompetenzzentrum Maßnahmen für Niederlassungen in den Bundesländern ein. Im Jahr 2019 finden in Salzburg die Europäischen Betriebssport-Sommerspiele zeitgleich mit der EU-Ratspräsidentschaft von Österreich statt. Das Kompetenzzentrum nützt die Spiele, um seine Kompetenz einer breiten Öffentlichkeit zu präsentieren und im Rahmen eines Kongresses den internationalen Austausch zu intensivieren. Ab 2020 steht das Kompetenzzentrum für Sport und Bewegung in Unternehmen österreichweit mit ersten regionalen Niederlassungen zur Verfügung.

## **M8.2.11 Workshop „Gestalten und Bewegen“ (G & B)**

Die Workshops „Gestalten und Bewegen“ werden im Bereich Betriebliche Gesundheitsförderung angeboten. Mit den Workshops werden Unternehmen dabei unterstützt, körperlich belastende Arbeitssituationen und insbesondere die Arbeitsumgebung der Mitarbeiter:innen zu verbessern. Falsche Bewegungsmuster, einseitige Belastungen und ungünstige Körperhaltungen sind in hohem Umfang für gesundheitliche Beschwerden – und damit oft auch für Krankenstände – mitverantwortlich. Kleine Änderungen können oft große Wirkung erzielen. Gemeinsam werden individuelle Lösungsvorschläge erarbeitet. Oft können diese mit einfachen Mitteln umgesetzt werden und müssen nicht notwendigerweise kostenintensiv sein. In einem auf das Unternehmen zugeschnittenen zweitägigen Workshop lernen die Mitarbeiter:innen, wie sie ihre Arbeitsbelastungen reduzieren können.

Mit Hilfe visueller Unterstützung wird die Arbeitssituation analysiert. Falsche Arbeitsabläufe und Bewegungsmuster werden erkannt und Verbesserungen unter Anleitung gemeinsam erarbeitet. Die Teilnehmer:innen erlernen gezielte Ausgleichsübungen, die in den Arbeitsalltag integriert werden können, um ihren individuellen Belastungen entgegenzuwirken.

Der zweitägige Workshop hat eine Gruppengröße von max. 15 Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Die Maßnahme wird überregional und von allen Versicherungsträgern angeboten.

### **Maßnahmenkoordination**

Alle Gebietskrankenkassen, Beamtenversicherungsanstalt (BVA), Versicherung der Gewerblichen Wirtschaft (SVA), Versicherungsanstalt Eisenbahn und Bergbau (VEAB) etc.

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Alle Gebietskrankenkassen, BVA, SVA, VEAB etc.

### **Messgröße(n)**

Anzahl der erreichten Betriebe

### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Durchführungszeitpunkt je nach Wunsch der Betriebe; Evaluierung und Adaptierung 2013, seither in der neuen Form; kein Ende festgesetzt.

## **M8.2.23 Digitalisierungsprojekt NÖ Firmenchallenge – Aktivste Firma Niederösterreichs gesucht!**

Egal ob man gerne geht, läuft oder am liebsten mit dem Fahrrad unterwegs ist, es zählt für alle Berufstätigen jede Minute Bewegung in der freien Natur. SPORT.LAND.Niederösterreich sucht ergänzend zur NÖ Gemeindechallenge mit Unterstützung eines Sportartikelkonzerns (adidas/runtastic) und mit den Kooperationspartnern Niederösterreichische Wirtschaftskammer und ecoplus, Wirtschaftsagentur des Landes Niederösterreich die aktivste Firma Niederösterreichs. Alle berufstätigen Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher können mithelfen, ihre Firma zur aktivsten des Bundeslandes zu machen. Zusätzlich sollen Geschäftsführer und Vorgesetzte verstärkt darauf aufmerksam gemacht werden, welche Vorteile der Sport für die Angestellten bietet. Fitte Mitarbeiter:innen und fitte Unternehmen sind eine nahezu unschlagbare Kombination. Sportliches Miteinander von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie Unternehmerinnen und Unternehmern stärkt. Ein zusätzlicher attraktiver Impuls: Wenn in einem Unternehmen gemeinsam auf ein sportliches Ziel hingearbeitet wird, tut das nicht nur den einzelnen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern gut, sondern stärkt auch das Zusammengehörigkeitsgefühl und die Motivation im Team. Organisationsübergreifend wird zusammengearbeitet, um gemeinsam mehr Menschen nachhaltig zur regelmäßigen Bewegung zu motivieren.

### **Maßnahmenkoordination**

Amt der NÖ Landesregierung, Abteilung Sport, SPORT.LAND.Niederösterreich–Programm Breitensport der Niederösterreich-Werbung GmbH

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Sportartikelkonzern (adidas/runtastic), Niederösterreichische Wirtschaftskammer und eco-plus, Wirtschaftsagentur des Landes Niederösterreich, Medienpartner (NÖN, ORF NÖ)

### **Messgröße(n)**

Anzahl der erreichten Personen

### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Seit 2018

## 3.6 Maßnahmen: Zielgruppe Senioren und Seniorinnen

### M8.2.24 Mobilitäts-Scouts

Um älteren Frauen und Männern zu ermöglichen, möglichst lange selbständig mobil zu sein, bedarf es eines nutzungsfreundlichen, barrierefreien und für ältere Menschen attraktiv gestalteten öffentlichen Raums.

Im Auftrag des BMASGK führt der Verein queraum. kultur- und sozialforschung seit dem Jahr 2016 das Modellprojekt „Mobilitäts-Scouts“ durch. Die Idee dahinter ist, dass ältere Menschen als Expertinnen und Experten ihrer eigenen Lebenswelt aktiv werden und dass Beteiligungsmöglichkeiten von älteren Frauen und Männern bei der altersgerechten Gestaltung des öffentlichen Raums verbessert werden.

Im Rahmen des Projekts werden Mobilitäts-Scouts-Trainings für interessierte ältere Frauen und Männer, die als Mobilitäts-Scouts freiwillig tätig werden wollen, durchgeführt.

Die Schulungsphase besteht aus der Einführungsveranstaltung und 3 thematischen Workshops zu den Themen: Prozesse und Zuständigkeiten in der Planung und der (Um)Gestaltung öffentlicher Räume, Verantwortlichkeiten und Organisation im öffentlichen Personennahverkehr, Möglichkeiten und Methoden der Bürgerbeteiligung, Barrierefreiheit. Parallel dazu werden praktische Module durchgeführt, die der Entwicklung eigener Projekte der Teilnehmerinnen und Teilnehmer dienen. In der Umsetzungsphase führen die ausgebildeten Mobilitäts-Scouts Kleinprojekte durch, die während des Trainings entwickelt wurden, wobei sie bei der Umsetzung unterstützt werden. Für jene Seniorinnen und Senioren, die das Mobilitäts-Scouts-Training bereits absolviert haben, gibt es zusätzlich Angebote zur Begleitung, Motivation und Unterstützung ihres Engagements.

Ziel des Modellprojekts ist die Etablierung von sog. „Mobilitäts-Scouts“, die als Ansprechpartnerinnen und -partner für ältere Frauen und Männer sowie für öffentliche Stellen auf Gemeindeebene und für Verkehrsunternehmen fungieren. Sie haben die Aufgabe, Anregungen und Beschwerden von älteren Frauen und Männern zu sammeln und sie in systematischer und vor allem konstruktiver Form an die verantwortlichen Stellen weiterzuleiten.

Das Projekt soll im Sinne einer nachhaltigen Wirkung beispielgebend für weitere Projekte dieser Art in ganz Österreich sein, die fundierte und qualitativ hochwertige Weiterbildung, Fortbildung und Betreuung für freiwillig Tätige anbieten.

#### **Maßnahmenkoordination**

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz

#### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Gemeinde Wien, Verkehrsbetriebe

#### **Messgröße(n)**

Anzahl der erreichten Personen und umgesetzten Projekte

#### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

2016 bis 2020

## 3.7 Maßnahmen: Zielgruppe Gesamtbevölkerung

### M8.2.14 Bewegt im Park

Das Projekt „Bewegt im Park“ ist ein Kooperationsprojekt zwischen dem Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger und dem Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport zur Umsetzung von Bewegungsangeboten im öffentlichen Raum. Dabei soll ein vielfältiges Bewegungsangebot mehrmals pro Woche an unterschiedlichen Standorten einer Stadt oder Gemeinde für alle interessierten Menschen stattfinden. Die Zielgruppen werden in Abstimmung mit den regionalen Strategien festgelegt. Die Teilnahme ist unverbindlich, ohne Anmeldung sowie kostenlos. Übergeordnetes Ziel ist, „Bewegt im Park“ als niederschwelliges, qualitativ hochwertiges Bewegungsangebot im öffentlichen Raum in Kooperation mit regionalen Sportvereinen langfristig zu etablieren, um einen Beitrag zur bewegungsförderlichen Gestaltung der Lebenswelt Gemeinde/Stadt zu leisten.

#### **Maßnahmenkoordination**

Hauptverband der Sozialversicherungsträger

#### **Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport, Fit Sport Austria GmbH, ASKÖ, ASVÖ, SPORTUNION, FGÖ, Städtebund, Gemeindebund

#### **Messgröße(n)**

Anzahl der Bewegungsangebote pro Jahr

#### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Seit 2016 laufende Umsetzung

### M8.2.15 Gesunde Bezirke – Grätzel- und Kooperationsinitiativen

Mit dem Motto „Ihre gesunde Idee für den Bezirk!“ unterstützt die Wiener Gesundheitsförderung Bürger:innen und Organisationen in den "Gesunden Bezirken", das Wohnumfeld gesundheitsförderlich mit niederschwelligen Gesundheitsförderungsprojekten zu gestalten. Thematische Schwerpunkt sind Bewegung, Ernährung und Seelische Gesundheit.

Das kann die Organisation eines regelmäßigen Bewegungstreffs im Park sein, ebenso wie ein Fußballturnier für ältere Menschen oder die Errichtung eines Gemüsebeets im Hinterhof. Je nachdem wer die Idee einbringt und wie umfassend sie ist, wird in Grätzelinitiativen von engagierten Privatpersonen und Kooperationsinitiativen von Einrichtungen in den Bezirken unterschieden.

Die Förderung von Grätzel- und Kooperationsinitiativen „Ihre gesunden Ideen für die Stadt!“ zielt darauf ab, den Zusammenhalt, die Lebensqualität und gesundheitliche Chancengerechtigkeit zu verbessern.

#### **Maßnahmenkoordination**

Wiener Gesundheitsförderung GmbH (WIG)

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Vereine, Organisationen und Einrichtungen in den „Gesunden Bezirken“, queraum. Kultur- und Sozialforschung

### **Messgröße(n)**

Anzahl der entstandenen Grätzel- und Kooperationsinitiativen

### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Das Programm läuft seit Oktober 2013.

## **M8.2.16 Programm »Gesunde Gemeinde« in Niederösterreich**

„Gesunde Gemeinde“ ist ein Programm der Initiative »Tut gut!«, deren Ziel klar und deutlich ist: Die teilnehmenden Gemeinden sollen gesundheitsfördernd gestaltet werden und präventive Maßnahmen umsetzen. Engagierte Gemeindemitglieder gründen offene Arbeitskreise, erarbeiten gemeinsam Gesundheitskonzepte und erhalten dabei die Unterstützung von den Regionalberaterinnen und -berater der Initiative »Tut gut!«. Die Gesundheitsförderung und Prävention soll somit direkt vor die Haustür der Niederösterreicher:innen gebracht werden, um so die Eigenverantwortung für die eigene Gesundheit zu stärken.

Die Gesundheitskonzepte in den Gemeinden sind an die Bedürfnisse und Wünsche der Bevölkerung angepasst. Inhaltliche Schwerpunkte konzentrieren sich dabei auf die Bereiche Ernährung, Bewegung, mentales Gesundsein, Vorsorge/Medizin und Umwelt/Natur. Den teilnehmenden Gemeinden steht unter anderem eine Vielzahl an Bewegungsangeboten zur Verfügung. In diesem Rahmen können die „Gesunden Gemeinden“ auch um finanzielle Unterstützung für die geplanten Aktivitäten ansuchen und – mit Hilfe der Initiative »Tut gut!« – eigens entwickelte Projekte zum Thema Gesundheitsförderung und Prävention veranstalten.

Im Programm „Gesunde Gemeinde“ werden im Bereich Bewegung zahlreiche Aktivitäten angeboten. Die offenen Arbeitskreise kooperieren auch mit den Vereinen und Veranstaltern in den Gemeinden, um für die unterschiedlichen Zielgruppen der Gemeindebürger:innen ein zunehmend vielfältigeres und auch nachhaltiges Bewegungsprogramm anzubieten. Die Anzahl der „Gesunden Gemeinden“ in NÖ nimmt kontinuierlich zu, ebenso die vernetzten Aktivitäten aufgrund von Synergienbildung in den fünf Qualitätsbereichen.

### **Maßnahmenkoordination**

Niederösterreichischer Gesundheits- und Sozialfonds – Initiative »Tut gut!«

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Alle Niederösterreicher:innen und deren Gemeinden

### **Messgröße(n)**

Anzahl der teilnehmenden Gemeinden

### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Das Programm startete mit 36 „Gesunden Gemeinden“ und nimmt kontinuierlich zu. Weitere Steigerungen werden für 2016 und 2017 (vermehrte Bewegungsangebote) erwartet.

## M8.2.17 Bewegte Apotheke

Das Projekt „Bewegte Apotheke“ setzt mit Apotheken, professionellen Trainer:innen und freiwilligen Multiplikatorinnen und Multiplikatoren ein niederschwelliges ganzjähriges Nordic Walking-Angebot um. Die wöchentlichen Angebote finden vormittags statt und der Einstieg ist jederzeit möglich. Stöcke können geliehen werden und für die Umsetzung ist keine spezielle Kleidung erforderlich.

Die Apotheken-Mitarbeiter:innen bewerben mit Flyern und Postern persönlich das Angebot. Neben den beziehungsfördernden Start-Events mit allen Apotheken im Frühjahr und Herbst vermitteln zusätzlich professionelle Trainer:innen die Grundkenntnisse und bauen die Bewegungsgruppe auf.

Das Multiplikatorenkonzept bietet abgestufte Partizipationsmöglichkeiten – von der Co-Trainer:innen-Tätigkeit bis zum selbstständig geführten Walkingtreff. Als begleitende Unterstützung und Anerkennung des Engagements werden gemeinsame Events, Austauschforen und Schulungen umgesetzt. Bei Bedarf kann jederzeit die Trainerin beratend hinzugezogen werden.

### Maßnahmenkoordination

Wiener Gesundheitsförderung GmbH (WiG)

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Apotheken, Sportamt Wien

### Messgröße(n)

Anzahl der Teilnehmer:innen; Anzahl der Treffs pro Jahr

### Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

Start im Jahr 2012, kein Ende definiert

## M8.2.18 Berücksichtigung gesundheitsfördernder Bewegung im Masterplan Radfahren 2015-2025

Mit dem „Masterplan Radfahren“ wurde bereits 2006 seitens des Bundesministeriums für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft eine nationale Radverkehrsstrategie vorgelegt mit dem Ziel, bis 2015 den Radverkehrsanteil in Österreich von 5 auf 10 Prozent zu verdoppeln. Bei der Zwischenevaluierung 2011 konnte bereits eine Steigerung des Radverkehrsanteils auf 7 Prozent festgestellt werden. Mit dem Masterplan Radfahren 2015-2025 wurde die nationale Radverkehrsstrategie aktualisiert mit dem Ziel, den Radverkehrsanteil in Österreich auf 13 Prozent zu steigern.

In 24 Umsetzungsmaßnahmen mit unterschiedlichen Handlungsebenen werden in allen für die Radverkehrsförderung relevanten Themenbereichen Verbesserungen und Weiterentwicklungen vorgeschlagen. Die Umsetzung des Masterplans Radfahren erfolgt über das „klimaaktiv mobil“-Beratungs- und -Förderungsprogramm. Bei einem Radverkehrsanteil von 13 Prozent erspart sich Österreich laut WHO Gesundheitskosten von 1,4 Mrd. Euro pro Jahr. Aufgrund des großen Gesundheitsnutzens des Radfahrens ist im Masterplan Radfahren mit der Maßnahme „Radfahren als Gesundheitsförderung und Berücksichtigung von Gesundheitseffekten durch Radfahren“ die verstärkte Einbindung des Gesundheitssektors vorgesehen. Mit der Umsetzung des Masterplans Radfahren 2015-2025 wird ein wichtiger Beitrag zum Gesundheitsziel 8 geleistet.

**Maßnahmenkoordination**

Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft (BMLFUW)

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

BM für Verkehr, Innovation und Technologie; BMLFUW; Städtebund; Gemeindebund; WKO

**Messgröße(n)**

Der Radverkehrsanteil ist um 13 Prozent gestiegen.

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Der neue Masterplan Radfahren für den Zeitraum 2015-2025 wurde 2015 erstellt. Die Umsetzung erfolgt laufend bis 2025.

## **M8.2.19 Berücksichtigung gesundheitsfördernder Bewegung im Masterplan Fußverkehr**

Beim „Masterplan Fußverkehr“ handelt es sich um ein Projekt, das vom Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie (BMVIT) und dem Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft (BMLFUW) gemeinsam vorangetrieben wird, wobei das Umweltbundesamt mit der Erstellung beauftragt wurde. Das Grundgerüst des Dokuments wurde vom BMVIT erarbeitet, wobei der Fokus auf der Erstellung eines sachlichen Dokuments lag, das objektiv und ausgewogen an das Thema herangeht, Probleme analysiert und Lösungen darstellt, aber auch Erfolge und in Österreich bereits Funktionierendes in Betracht zieht. Dabei wird auch versucht, eine Verknüpfung mit dem Gesamtverkehrsplan des BMVIT herzustellen. Die Berücksichtigung gesundheitsfördernder Bewegung ist ein Teil des Masterplans Fußverkehr, wobei der Schwerpunkt auf Zweckmobilität und Mobilität im Alltag gelegt wird.

**Maßnahmenkoordination**

BM für Verkehr, Innovation und Technologie, BM für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

BMVIT, BMLFUW, Städtebund, Gemeindebund

**Messgröße(n)**

Masterplan ist veröffentlicht.

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Fertigstellung des Masterplans Fußverkehr im Jahr 2015; Beginn der Maßnahmenumsetzung im Jahr 2016 je nach Zuständigkeitsbereich auf allen Ebenen der Verwaltung und der Verkehrsdienstleistungsanbieter.

## M8.2.20 Umsetzung von Radfahrprojekten im Rahmen von „klimaaktiv mobil“

„klimaaktiv mobil“ ist eine Initiative des Bundesministeriums für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft (BMLFUW) für aktiven Klimaschutz im Verkehrsbereich zur Forcierung von klimaschonendem Mobilitätsmanagement. „klimaaktiv mobil“ umfasst Beratungs-, Förderungs- und Bewusstseinsbildungsprogramme zur Motivation und Unterstützung von Betrieben, Verwaltungen, Städten, Gemeinden, Regionen, der Freizeit- und Tourismusbranche, Bauträgern, Immobilienentwicklern und Investoren, Schulen und Jugend sowie der allgemeinen Öffentlichkeit bei der Entwicklung, Umsetzung und Verbreitung von Klimaschutzmaßnahmen im Verkehr. Die laufende „klimaaktiv mobil“-Radverkehrsoffensive als Beitrag zum Masterplan Radfahren wird intensiv weitergeführt.

### Maßnahmenkoordination

Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Städtebund, Gemeindebund, Wirtschaftskammer Österreich

### Messgröße(n)

Anzahl der „klimaaktiv mobil“-Radfahrprojekte

### Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme

Das „klimaaktiv mobil“-Programm startete 2004 und wird bis 2020 fortgesetzt.

## M8.2.25 Lernen aus Bewegungsprojekten – Workshops mit dem organisierten Sport

Ziel der Maßnahme ist eine Qualitätssicherung sowie ein Wissenstransfer für Projektumsetzer:innen von Gesundheitsförderungsprojekten mit Schwerpunkt Bewegung aus dem organisierten Sport. Dazu werden eintägige Weiterbildungsmaßnahmen durchgeführt, die Wissen zu unterschiedlichen Themen gesunder Bewegung sowie Projektförderung vermitteln und Erkenntnisse aus bisher geförderten Projekten zur Förderung gesundheitswirksamer Bewegung zur Verfügung stellen.

### Maßnahmenkoordination

Fonds Gesundes Österreich und Bundes-Sport GmbH

### Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen

Multiplikatorinnen und Multiplikatoren stellen Mitarbeiter:innen der Breitensportabteilungen der Dach- bzw. Fachverbänden dar, die Gesundheitsförderungsprojekte planen und umsetzen. Mitwirkende sind bisherige Projektumsetzer:innen und Projektleiter:innen, die Wissen und Erfahrungen in Berichten und Interviews zur Verfügung stellen.

### **Messgröße(n)**

- Anzahl durchgeführter Veranstaltungen
- Teilnehmer:innen der Workshops
- Systematisch aufbereitete Lernerfahrungen

### **Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Es wurden bereits 2016 (Thema: Mein Projekt – Evaluation und Ziele!) und 2017 (Thema: Mein Projekt – chancengerecht für Frauen und Männer) gemeinsame Seminare (FGÖ und ehem. Bundes-Sportförderungsfonds) veranstaltet.

Die Seminarreihe wird 2019 fortgesetzt und das Thema „Lernen aus Projekten“ aufgreifen, um einen Wissenstransfer von systematisch aufbereiteten Lernerfahrungen und Ergebnissen zu ermöglichen.

## **M8.2.26 Vereinscoaching**

Fußball ist mehr als ein Spiel um drei Punkte, Fußball ist Lebensschule mit vielen positiven Nebenefekten für die Aktiven und die Gesellschaft. Denn der Sport mit dem runden Leder sozialisiert, integriert, erzieht, bewegt und begeistert – und prägt den Alltag von tausenden Menschen in Oberösterreich. Generell ist Fußball global wie regional zu einem der wichtigsten sozialen Netzwerke geworden, hebt die Lebensqualität in den Gemeinden, bietet einen Lebensraum für eine geistig und körperlich gesunde Gesellschaft und fördert individuelle Entfaltung und Selbstverwirklichung. Darüber hinaus übernimmt der Fußball soziale Verantwortung und eignet sich aufgrund seiner Massentauglichkeit und des hohen Grads der öffentlichen Aufmerksamkeit als Botschaftsträger. Das Setting Fußballverein ist auch dahingehend ein besonderes interessantes Feld. Ein wesentliches Spezifikum ist nämlich die Tatsache, dass dieser Breitensport den Zugang zu Personen quer durch alle gesellschaftlichen Schichten und Altersgruppen ermöglicht. Dabei stehen nicht nur die Themen Bewegung und Ernährung zur Disposition, auch Potentiale zur Stärkung und Festigung sozialer Kompetenzen und Netzwerke lassen sich orten. Im Gegensatz zu anderen gesellschaftlichen Subsystemen wie Schulen oder Betrieben sind Fußballvereine darüber hinaus in bedeutend höherem Maß selbstgewählte, positiv-konnotierte Orte der Zusammenkunft, was eine besondere Motivation in einem emotionsgeladenen Umfeld sowie daraus abzuleitender Wirksamkeit erwarten lässt, womit sich Fußballvereine nachweislich zur Förderung verhaltenspräventiver Aspekte eignen.

Das Vereinscoaching existiert seit dem Jahr 2014, steht für Bildung, Entwicklung, Service, Professionalität und Innovation und ist in seiner Konzeption und Flexibilität bei der Umsetzung österreichweit einzigartig. Wesentlichen Anteil am positiven Output dieses zukunftsorientierten Programms hat die enge Kooperation zwischen der OÖ Gebietskrankenkasse und dem OÖ FUSSBALLVERBAND. Diese zeigt sich auch darin, dass ein wesentlicher Schwerpunkt bei den Inhalten auf den Bereich Soziales und Gesundheitsförderung gelegt wird.

### **Maßnahmenkoordination**

Oberösterreichische Gebietskrankenkasse und OÖ FUSSBALLVERBAND

### **Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Referentinnen und Referenten, Trainer:innen, Funktionärinnen und Funktionäre, Spieler:innen, Eltern und Großeltern der Nachwuchsspieler:innen

**Messgröße(n)**

Anzahl der erreichten Personen

**Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Die Initiative gibt es in dieser Form seit dem Herbst 2014 und wird mit Sicherheit nachhaltig fortgesetzt.

## 4 Wirkungsziel 3: Netzwerkstrukturen aufbauen und erweitern

Der systematische Informations- und Erfahrungsaustausch in aufeinander abgestimmten, nachhaltigen Netzwerkstrukturen schafft Synergien, bewirkt eine optimale Nutzung von Ressourcen und unterstützt die Umsetzung der Wirkungsziele 1 und 2.

### 4.1 Erläuterung/Herausforderungen

Vernetzung ist eines der Grundprinzipien der Gesundheitsförderung, insbesondere um Synergien und Ressourcen optimal zu nutzen, systematisch Informationen und Erfahrungen auszutauschen und zum Transfer von guter Praxis beizutragen. Gemeinsames Planen und Handeln über Politikfelder hinweg wird immer wichtiger. Es gilt, koordinierte Vernetzungssysteme im Sinne von Health in All Policies (HiAP) zwischen den relevanten Sektoren (z. B. Sport, Gesundheit, Infrastruktur, Bildung, Soziales etc.) und zwischen Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträgern sowie Umsetzerinnen und Umsetzern zu schaffen, weiter zu entwickeln und inhaltlich/organisatorisch zu pflegen. Weiters müssen die anstehenden Maßnahmen zur Förderung von Bewegung im Hinblick auf Umsetzung und Finanzierung im Rahmen partizipativer Prozesse koordiniert werden (Raumplanung – Infrastrukturaktivitäten – Finanzierung – Bewegungsangebote).

Getragen und betrieben werden sollten diese Netzwerke von den Stakeholdern des öffentlichen Sektors und dem Versicherungswesen, vom „System“ Sport und Gesundheit und den umsetzungsrelevanten Institutionen (z. B. NGOs, akademische Einrichtungen, Beteiligten aus der Wirtschaft, Gesundheitsberufen, Bewegungsanbietern/-anbieterinnen des organisierten Sports, gewerblichen Bewegungsanbietern/-anbieterinnen).

### 4.2 Indikator zu Wirkungsziel 3

#### Ergebnisindikator

Anzahl der Vernetzungsmaßnahmen

### 4.3 Maßnahmen

#### M8.3.1 Bundesnetzwerk zur gesundheitsfördernden Bewegung

Im Kalenderjahr 2015 wird ein Netzwerk für gesundheitsfördernde Bewegung gegründet. Ziel dieses Netzwerkes ist es, bestehenden Netzwerken, aber auch einzelnen Organisationen, die sich mit gesundheitsfördernder Bewegung befassen, eine themenbezogene Plattform zu bieten. Mehrmals im Jahr soll in loser Organisation die Möglichkeit bestehen, sich zu Themen aus dem Nationalen Aktionsplan Bewegung auszutauschen.

Seitens des Bundesministeriums für öffentlichen Dienst und Sport BMÖDS werden die Veranstaltungen mit einem kleinen Lenkungsgremium (Mitglieder der seinerzeitigen Arbeitsgruppe 8 zu den Gesundheitszielen) vorbereitet. Themenbezogene Vorträge und Vortragende werden eingeladen und den teilnehmenden Organisationen nach fachlichem Input die Möglichkeit geboten, sich in einer angenehmen Atmosphäre zu vernetzen. Das BMÖDS wird proaktiv auf mögliche Netzwerkpartner:innen zugehen und in das Netzwerk einladen, wobei es allen anderen Netzwerkteilnehmenden frei steht,

ebenfalls weitere themenbezogene Netzwerke und Organisationen namhaft zu machen, die an einer Beteiligung interessiert sind.

Neben den Mitgliedern des GZ 8 zeigten nachstehende Einrichtungen Interesse (Einmeldung durch die GZ 8-Mitglieder): Paseo-Netzwerk, Kompetenzgruppe körperliche Aktivität, Bewegung und Sport, ARGE Sport und Integration, Strategieguppe Gender-Equality, Netzwerk Bewegung und Gesundheit, Österreichisches Netzwerk für betriebliche Gesundheitsförderung, Netzwerk Gesunde Schulen, Netzwerk Gesundheit, Arbeit und Prävention, aks austria, Netzwerk Radverkehr, Bundesweites Netzwerk offene Jugendarbeit, Niederösterreichisches Sportnetzwerk. Es besteht die Hoffnung, dass durch diese Maßnahme einem Kennenlernen anderer gleichorientierter Einrichtungen möglich wird und daraus österreichweite Maßnahmen, langfristige Kooperationen und Projekte entstehen.

**Maßnahmenkoordination**

Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Alle einzuladenden Gesundheits- und Bewegungsnetzwerke und -organisationen

**Messgröße(n)**

Anzahl teilhabender Einrichtungen

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Start: Ende 2015

### **M8.3.2 Schaffung einer Netzwerk-Landkarte zur gesundheitsfördernden Bewegung**

Ziel dieser Netzwerk-Landkarte ist es, die Teilnehmer:innen am „Netzwerk für Gesundheitsfördernde Bewegung“ visuell zu verorten und mit entsprechenden Beschreibungen und Kontakten so zu hinterlegen, dass es einer breiten interessierten Öffentlichkeit möglich ist, entsprechende Informationen zu erhalten. Für die Netzwerkteilnehmer:innen soll es einen Überblick über die bereits vorhandenen Maßnahmen und Partnerschaften nach regionalen und zielgruppenspezifischen Aspekten bieten.

Es ist davon auszugehen, dass die Landkarte in den nächsten fünf Jahren mehrere hundert Einträge aufweisen wird. Ziel ist auch, weitere Maßnahmen aufzunehmen und so im Sinne der Gesundheitsziele und dem GZ 8 die entsprechende Nachhaltigkeit zu gewährleisten und zu dokumentieren.

**Maßnahmenkoordination**

Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

Alle einzuladenden Gesundheits- und Bewegungsnetzwerke und -organisationen

**Messgröße(n)**

Anzahl teilhabender Einrichtungen

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

Start: Ende 2015

### **M8.3.4 Bundesländeranalyse zum österreichischen Bewegungsmonitoring-System**

Um auf Bevölkerungsebene feststellen zu können, wie sich das Bewegungsverhalten über die Zeit entwickelt und welche Faktoren die Veränderung beeinflussten, ist die regelmäßige und langfristige Erhebung des Bewegungsverhaltens mit standardisierten Methoden erforderlich. Hierfür eignet sich ein Bewegungsmonitoring-System.

Von der Kompetenzgruppe Körperliche Aktivität/Bewegung/Sport der Österreichischen Gesellschaft für Public Health wurde im Auftrag des Sportministeriums ein Konzept für ein Bewegungsmonitoring-System in Österreich ausgearbeitet. Die Umsetzung des Bewegungsmonitoring-Systems wurde vom Sportministerium 2017 in Auftrag gegeben und von der Kompetenzgruppe Körperliche Aktivität/Bewegung/Sport der Österreichischen Gesellschaft für Public Health wissenschaftlich begleitet. Von Juli bis November 2017 wurde die Basis-Befragung der österreichischen Bevölkerung durchgeführt und die Basisanalyse publiziert.

Der nächste Schritt ist das Bewegungsverhalten bundesländerspezifisch auszuwerten und die Zusammenhänge mit Daten bereits vorhandener Datensätze zu untersuchen.

**Maßnahmenkoordination**

Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport

**Multiplikatorinnen/Multiplikatoren und mitverantwortliche Institutionen**

-

**Messgröße(n)**

Bundesländerspezifische Analyse wurde durchgeführt

**Voraussichtlicher Start und voraussichtliche Laufzeit der Maßnahme**

2019

# Anhang 1 – Erläuterungen zur Tabelle der laufenden Maßnahmen

## Erläuterungen zur nachfolgenden Tabelle

**Wirkungsziel:** Der Begriff soll verdeutlichen, dass die angestrebte Wirkung in der Formulierung der Ziele im Vordergrund steht und nicht die Maßnahmen (diese werden im Anschluss abgeleitet). Die formulierten Wirkungsziele sollen einzelne Aspekte des jeweiligen Gesundheitszieles beinhalten (im Sinne von Teil- oder Subzielen).

**Maßnahmen:** Alle Maßnahmen sollen die vereinbarten Grundprinzipien und insbesondere die Aspekte der Chancengerechtigkeit sowie Health in All Policies berücksichtigen und geeignet sein, das jeweils definierte Wirkungsziel zu erreichen. Es sollen Maßnahmen festgelegt werden, die im Wirkungsbereich der in der Arbeitsgruppe vertretenen bzw. eingebundenen Institutionen liegen und bestehende Strukturen sowie Akteurinnen und Akteure berücksichtigen (siehe auch Dokument „Ist-Analyse GZ“). Diesbezüglich ist allenfalls eine Ausweitung der Arbeitsgruppe zu überlegen (siehe auch Maßnahmenkoordination unten). Eine Unterstützung bei der Aufbereitung der Maßnahmen betreffender Evidenz (z. B. Literaturrecherchen und -aufbereitung) durch die GÖG ist möglich.

**Zielgruppen, strategische Zielgruppen:** Die primären Zielgruppen sind jene Personengruppen, die von den Maßnahmen profitieren sollen (z. B. Kinder). Die strategischen Zielgruppen sind jene Personengruppen, an die sich eine Maßnahme direkt richtet, da diese Personengruppen für die angestrebte Veränderung von zentraler Relevanz sind (z. B. Eltern, Lehrkräfte).

**Maßnahmenkoordination:** Diese übernimmt jene Institution, die die Verantwortung für die Umsetzung der konkreten Maßnahme trägt. Diese Institution sollte jedenfalls in die Festlegung der Maßnahmen eingebunden sein. (Diese Einrichtungen werden in der entsprechenden Spalte an erster Stelle und in fetter Schrift angeführt, um sie von den anderen Akteuren im öffentlich-rechtlichen Bereich abzuheben).

**Akteurinnen und Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich:** alle jene Organisationen/Institutionen, die aufgrund ihres rechtlichen Status zentrale Verantwortung für die Umsetzung tragen. Dabei ist der Health-in-All-Policies-Ansatz zu berücksichtigen.

**Multiplikatorinnen und Multiplikatoren sowie Mitwirkende:** Erstere haben vor allem Transferfunktion im Umsetzungsprozess, unterstützen das Etablieren der Maßnahmen in der Praxis und erhöhen deren Reichweite. Mitwirkende sind an der Gestaltung und/oder Umsetzung von Maßnahmen beteiligt, sie tragen aber keine zentrale Verantwortung dafür.

**Überlegungen zur Finanzierung:** Erstellen einer groben Kostenschätzung mit Zuständigkeiten

**Messgrößen bezüglich Maßnahmen:** Messgrößen, anhand deren geprüft werden kann, ob die Maßnahme umgesetzt wurde

**Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen:** Hinweise auf andere Gesundheitsziele oder Wirkungsziele, die durch die gesetzten Maßnahmen angesprochen werden.

## Anhang 2 - Liste der Wirkungsziele und Maßnahmen zu GZ 8

### GZ 8: Gesunde und sichere Bewegung im Alltag durch die entsprechende Gestaltung der Lebenswelten fördern

#### Wirkungsziel 1: Bewegungskompetenz zielgruppenspezifisch fördern/erhöhen

Eine bewegungsfördernde/-förderliche Kultur sowie ein umfassendes Verständnis der Gesellschaft für gesundheitsfördernde/gesundheitswirksame Bewegung sind geschaffen und in allen Bevölkerungsgruppen sind Wissen, Fertigkeit und Bereitschaft zur Ausübung gesundheitsförderlicher/gesundheitswirksamer Bewegung erhöht.

Indikator:

Erhöhung des Anteils der österreichischen Bevölkerung (Kinder und Erwachsene), der auf Basis der österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung körperlich aktiv ist.

Zeitplan und Meilensteine (Umsetzungsplan für alle Maßnahmen zusammen): keine Angaben

Maßnahme Nr.	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
<b>Zielgruppe Kinder</b>							
M8.1.1	Kinder gesund bewegen 2.0	Kinder in Kindergärten und Volksschulen	Fit Sport Austria, Bundes-Sport GmbH	BMÖDS, ASKÖ, ASVÖ, SPORTUNION		Anzahl der durchgeführten Einheiten	GZ 6
M8.1.2	Umsetzung von bewegungsfördernden Maßnahmen in Volksschulen und Kindergärten	Volksschüler:innen, Sekundarstufe, Pädagoginnen/ Pädagogen, Eltern	Physio-Austria monitort in Abstimmung MTD-Austria die eingelangten Projekte, welche von Fachhochschulen, Privatinitiativen und diversen Institutionen eingebracht werden	Physiotherapeutinnen und -therapeuten, Ergotherapeutinnen und -therapeuten		Anzahl umgesetzter und dauerhaft laufender Projekte	GZ 6
M8.1.3	Gesund und Munter	Volksschüler:innen	BMBWF	Pädagogischen Hochschulen		Anzahl der Zugriffe auf Website	GZ 6
M8.1.4	Bewegte Klasse macht Schule	Volksschüler:innen, Pädagoginnen/ Pädagogen der Grundstufe, Sekundarstufe 1	NÖ Gesundheits- und Sozialfonds - Initiative "Tut gut!"	Pädagoginnen/ Pädagogen an Volksschulen in NÖ		Erreichung von 60 Minuten Bewegungszeit	GZ 6

Maßnahme Nr.	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
						pro Tag der Schüler:innen	
M8.1.5	Info-Schwerpunkt "Bewegte Schule" der GIVE-Service-stelle für Gesundheitsbildung auf <a href="http://www.give.or.at">www.give.or.at</a>	Lehrer:innen, Schulleitungen, Schulärztinnen/Schulärzte, andere am Schulleben Beteiligte	BMASGK, BMBWF, Rotes Kreuz, GIVE	Servicestellen der Schulen		Anzahl der Zugriffe auf der Website <a href="http://www.give.or.at">www.give.or.at</a>	GZ 6
M8.1.6	"ROKO mit dem Roten Kreuz": Sicherheit am Wasser	Kinder, Kindergartenpädagoginnen/Pädagogen, Eltern	Österreichisches Jugendrotkreuz	ARGE Wasserrettungswesen, BMÖDS		Anzahl der erreichten Kinder	GZ 6
M8.1.30	Bewegungs-Champion	Schüler:innen im Alter von sechs bis zwölf Jahren	IMSB Consult GmbH im Auftrag der Niederösterreichischen Gebietskrankenkasse (NÖGKK)	Landesschulrat, Direktorinnen, Direktoren, Lehrer:innen, Gemeindevertreter:innen, Stadtvertreter:innen		(a) Anzahl der Teilnehmer:innen (b) Anzahl der Bewegungs-Champion-Events	GZ 6
<b>Zielgruppe Jugendliche</b>							
M8.1.8	Bewegung im Jugendalter erhöhen	Schule- und Kinderbetreuungseinrichtungen, Pädagogen/Pädagoginnen, Sportvereine	Institut für Gesundheitsplanung, Land Oberösterreich, Städte Linz und Wels, OÖGKK, weitere Partner:innen	Abteilungen Gesundheit und Bildung des Landes, Landesschulrat für OÖ, Pädagogische Hochschule, Abt. Gesundheitsförderung der OÖGKK, oö. Kindergärten und Schulen, oö. Gesunde Gemeinden, Städte, Sportvereine		Anzahl der erreichten Zielgruppenmitglieder, Multiplikatorinnen/ Multiplikatoren	GZ 6
M8.1.9	Enorm in Form	Übergewichtige und adipöse Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 14 Jahren	WGKK	Die Wiener Sport-Dachverbände ASKÖ-Landesverband WAT, ASVÖ-Wien, SPORTUNION Wien, Sigmund Freud Universität		Anzahl der Teilnehmer:innen	GZ 2 GZ 6

Maßnahme Nr.	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
M8.1.31	Motivationsprojekt Fußball	ausbildungspflichtige Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren, die sich derzeit weder in Bildung noch in Ausbildung oder am Arbeitsmarkt befinden. Die Jugendlichen weisen einen Motivations-/ Stabilisierungs-/ Orientierungs- und/ oder Unterstützungsbedarf haben, welcher vom regulären (Aus-) Bildungssystem nicht geleistet werden kann bzw. dessen strukturelle Rahmenbedingungen sie überfordern.	BMASGK; Sozialministeriumsservice (SMS)	Teilnehmende Jugendliche motivieren andere Jugendliche in ihrem Umfeld; Personal der Produktionsschulen		Anzahl der Teilnehmer:innen pro Jahr	GZ 1 GZ 2 GZ 6
M81.1.32	Athletic Girls - Projekt zur Steigerung des Anteils an sportlich aktiven Schülerinnen der 7./8. Schulstufe durch Leichtathletik	Mädchen der 3. und 4. Klassen von niederösterreichischen Schulen der Sekundarstufe I	Amt der NÖ Landesregierung, Abteilung Sport; SPORT.LAND.Niederösterreich – Programm Breitensport der Niederösterreich-Werbung GmbH	Niederösterreichischer Leichtathletikverband, lokale Leichtathletikvereine; Bildungsdirektion für Niederösterreich, Medienpartner		(a) Anzahl der Teilnehmerinnen an den Bewegungseinheiten in den Schulen (b) Anzahl der Teilnehmerinnen am Athletic Girls-day (c) Anzahl der Teilnehmerinnen, die einem Verein beigetreten sind	GZ 6
M8.1.33	Kooperationsprojekt „Jugend gesund bewegen, JUGEBE – Voll aktiv im Sportverein!“	Kinder/Jugendliche im Alter von 10-14 Jahren (SchülerInnen in niederösterreichischen Schulen der Sekundarstufe I)	NÖ Sportdachverbände, Mitgliedssportvereine der drei Sportdachverbände Niederösterreich, Amt der NÖ Landesregierung, Abteilung Sport (Förderung Kinder- und	Bildungsdirektion für Niederösterreich, NÖ Sportfachverbände der jeweils in den Sportangeboten betroffenen Sportarten, Medienpartner		(a) Anzahl Schnupperangebote in Schulen pro Jahr (b) Anzahl Jugendliche in	GZ 6

Maßnahme Nr.	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
			Jugendsport /Projektförderung)			Schnupperangeboten proi Jahr	
M8.1.34	Kooperationsprojekt „Talentissimo“	Kinder/Jugendliche im Alter von 9 bis 15 Jahre	ASVÖ Niederösterreich, Mitgliedsvereine ASVÖ Niederösterreich; Amt der NÖ Landesregierung, Abteilung Sport (Förderung Kinder- und Jugendsport/Projektförderung )	Mitgliedsvereine des Sportdachverbandes ASVÖ Niederösterreich, NÖ Sportfachverbände der jeweils in den Sportangeboten betroffenen Sportarten		(a) Anzahl neu gewonnener Teilnehmer:innen Sportangebote in Sportvereinen (b) Anzahl Teilnehmer:innen Veranstaltungen bzw. Maßnahmen	
<b>Zielgruppe Erwachsene</b>							
M8.1.10	Bundesweite Informations- und Mitmachkampagne (Bewegungstour in Betrieben)	Betriebe und ihre Mitarbeiter:innen	Österreichischer Betriebssport Verband	Sportvereine, Bewegungsanbieter allgemein		Anzahl der erreichten Unternehmen	GZ 1
M8.1.11	Kampagne – Österreich radelt zur Arbeit	Berufstätige	Radlobby Österreich	BMLFUW, BMVIT, BMÖDS, Arbeiterkammer, WKO		Anzahl der Teilnehmer:innen und der teilnehmenden Betriebe	GZ 1
M8.1.12	Rundum gesund	Erwachsene Frauen und Männer mit Übergewicht bzw. Adipositas und BMI zwischen 25 und 40	Wiener Frauen- und Männergesundheitszentrum (FEM Süd und MEN), WGKK	Wiener Frauen- und Männergesundheitszentrum (FEM Süd und MEN)		Anzahl der Teilnehmer:innen	
M8.1.35	Gute Idee	Kärntner Bevölkerung ab dem 18. Lebensjahr, unabhängig von der Versicherungszugehörigkeit	Kärntner Gebietskrankenkasse	ASKÖ-TrainerInnen, VHS-TrainerInnen		(a) Anzahl der umgesetzten Maßnahmen (b) Anzahl der Teilnehmer:innen	

Maßnahme Nr.	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
M8.1.36	PRO-Aktiv	Frauen und Männer im Alter zwischen 18 und 65 Jahren, die an Übergewicht bzw. Adipositas leiden sowie Typ-2-Diabetiker und Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen nach ärztlicher Freigabe	Burgenländische Gebietskrankenkasse	PhysiotherapeutInnen, DiätologInnen und PsychologInnen leiten die themenspezifischen Workshops. Nennenswerte Partner sind: Fachärztinnen/Fachärzte für Innere Medizin, Ärzte für Allgemeinmedizin, Krankenhäuser, Kur- und Rehabilitationszentren, Verband der Diätologen, Physio Austria, Verband der Psychologen, gemeinnützige Vereine, Selbsthilfegruppen und Gemeinden.		(a) Evaluierung mittels Fragebogen am Beginn und Ende des Turnus (b) Anzahl der durchgeführten Workshops (c) Anzahl der Teilnehmer:innen	
M8.1.37	Begleitendes Bewegungsprogramm bei „Schlank mit der NÖGKK“	übergewichtige und adipöse Erwachsene (ab 18 Jahre), die beim Programm „Schlank mit der NÖGKK“ teilnehmen	Niederösterreichische Gebietskrankenkasse (NÖGKK)	Kooperationspartner der NÖGKK (Sportvereine, Fitnesscenter, private Trainer)		(a) Anzahl der teilnehmenden Personen (b) Anzahl der durchgeführten Kurse	
M8.1.38	Bewegung und Sport mit onkologischen Patienten	Personen, die mit onkologischen Diagnosen konfrontiert wurden	ASKÖ Tirol, Tiroler Gebietskrankenkasse	BMÖDS, Land Tirol, Gemeindeverband Tirol, Stadt Innsbruck, Tiroler Gebietskrankenkasse, Österreichische Krebshilfe Tirol, Tirol Kliniken, ÄrztInnen, Trainer des ASKÖ		(a) Jährliche Teilnehmeranzahl (b) Anzahl der Kursangebote	
M8.1.39	Bleib dran!	Personen nach Therapie-, Reha- & Kuraufenthalten	ASKÖ Tirol, Tiroler Gebietskrankenkasse	ÄrztInnen, ASKÖ-TrainerInnen		(a) Anzahl der Teilnehmer:innen (b) Anzahl der angebotenen Kurse	

Maßnahme Nr.	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
<b>Zielgruppe Senioren/Seniorinnen</b>							
M8.1.40	SENaktiv – Sicher im Alter bewegen	Personen ab dem 60. Lebensjahr, die (noch) keine Bewegungseinschränkungen zeigen, als auch an Personen, die ein moderates Sturzrisiko aufweisen	IMSB Consult GmbH im Auftrag der NÖGKK	Vertreter:innen von Gemeinden, Gemeindeverbänden, Kommunen, Seniorenvereinigungen, und Sportorganisationen/-vereine (ASKÖ, SPORTUNION, ASVÖ, Kneipp-Bund).		(a) Anzahl der Teilnehmer:innen (b) Anzahl der durchgeführten Kurse	
<b>Zielgruppe Gesamtbevölkerung</b>							
M8.1.20	MiniMed – Bewegungsschwerpunkte	gesamte Bevölkerung	MiniMed	Referenten, die Organisationsteams vor Ort, diverse medizinische Universitäten, Partner bei diversen Städten, Ländern, Ministerien		Anzahl der Teilnehmer:innen	GZ 3
M8.1.21	#Be activ – Europäische Woche des Sports	Gesamte Bevölkerung	Österreichische Bundes-Sportorganisation	BMÖDS, Österreichischer Betriebssportverband, WKO, Europäische Union, 2016 ff je nach Thema		Anzahl der Teilnehmer:innen	
M8.1.23	Gesundheitsmanager Arzt	Gesamte Bevölkerung	Österreichische Ärztekammer	Österreichische Ärztekammer		Anzahl der ausgebildeten Ärzte und Ärztinnen	
M8.1.26	Familienporttage	Kinder, Jugendliche, Eltern	SPORT.LAND.Niederösterreich – Programme bei der Niederösterreich-Werbung GmbH	Sportdachverbände und Sportvereine, NÖGKK, Medienpartner		Anzahl der erreichten Personen	
M8.1.27	Niederösterreich bewegt	Gesamte Bevölkerung	SPORTUNION Niederösterreich – vier Regionalkoordinatorinnen und -koordinatoren	SPORTUNION Niederösterreich, Büros der NOE Regional-GmbH, Amt der NÖ Landesregierung,		Anzahl der Veranstaltungen/Angebote	

Maßnahme Nr.	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
				Abteilung Sport, NÖGUS-Initiative "Tut gut!"		/Produkte/Kooperationen	
M8.1.28	VORSORGEaktiv	Niederösterreicher:innen über 18 Jahre, bei denen die Vorsorgeuntersuchung ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen ergab	NÖGUS – Initiative "Tut gut!"	NÖGUS – Initiative "Tut gut!"		Anzahl der Teilnehmer:innen	
M8.1.29	Programme der SVA zur Förderung eines bewegungsaktiven, gesunden Lebensstils	Inaktive Erwachsene	Sozialversicherung der gewerblichen Wirtschaft	Sozialversicherung der gewerblichen Wirtschaft		Anzahl der Teilnehmer:innen und Kurse, Anzahl der Gesundheits-hunderter bzw. der Zuschüsse und der ausgegebenen Boxen	
M8.1.41	Initiative „50 Tage Bewegung“	Primäre Zielgruppe: Menschen, die sich nicht ausreichend bewegen (in Bezug auf die Bewegungsempfehlungen), Erwachsene, Jugendliche, Kinder und ältere Menschen Strategische Zielgruppe: Gemeindevertreter:innen, Vereinsvertreter:innen	FGÖ und Fit Sport Austria GmbH	ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION (Fit Sport Austria), FGÖ, Verband alpiner Vereine Österreichs (VAVÖ), Österreichische Bundes-Sportorganisation (BSO) (Europäische Woche des Sports), BMÖDS, BMASGK		(a) Anzahl der Angebote (b) Anzahl der Teilnehmer:innen	
M8.1.42	Förderschwerpunkt Aktive Mobilität – Gehen, radeln, rollern & Co im Alltag	Primäre Zielgruppe: Menschen die sich nicht ausreichend bewegen, Menschen, welche nicht zugänglich für Angebote des organisierten Sports sind, Mitarbeiter:innen von Gemeinden, Betriebe, Schulen und Kindergärten	FGÖ	BMNT und BMVIT, die ebenso Aktivitäten und Förderungen hinsichtlich der Stärkung Aktiver Mobilität verantworten. Vernetzung und Synergienutzung ermöglicht einen Multiplikatoreffekt in		Anzahl der geförderten und umgesetzten Projekte im Rahmen des Projektcalls	

Maßnahme Nr.	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
		Strategische Zielgruppe: Organisationen aus dem Mobilitätsbereich, Organisationen aus dem Bereich Gesundheitsförderung		weiteren politische Verantwortungsbereiche sowie zu weiteren potentiellen Antragsteller:innen			
M8.1.43	Überarbeitung der Österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung	Gesamtbevölkerung, in Ausbildung befindliche Personen (Studentinnen/Studenten, Übungsleiter:innen, Pädagoginnen/Pädagogen etc.), welche später mit der Zielgruppe direkt arbeiten. <u>Strategische Zielgruppen:</u> relevante Fachgesellschaften, Universitäten, Organisationen im Bereich Bewegung und Sport, welche die wissenschaftlichen Empfehlungen dann in die Praxis, also zu den Menschen bringen und für diese übersetzen sollen. Auch Umsetzer:innen von Projekten.	FGÖ	Fonds Gesundes Österreich, Bundes-Sport GmbH, Österreichische Sportwissenschaftliche Gesellschaft, Universität Wien, Karl-Franzens-Universität Graz, Universität Salzburg, Medizinische Universität Wien, ULG Master of Public Health Wien, Fachhochschule Pinkafeld, Wiener Gesundheitsförderung.  Eine Einbindung weiterer relevanter Organisationen und Personen als Mitwirkenden ist geplant.		Überarbeitete Bewegungsempfehlungen liegen vor	
M8.1.44	Kinderbewegungstage und Familiengesundheitstag	Erwachsene und Kinder	NÖGKK	Regionale und überregionale Vereine und Organisationen (z. B. Naturfreunde, IMSB, Initiative »Tut gut!« etc.), Medienpartner, Gemeinden		Anzahl der erreichten Personen	
M8.1.45	Digitalisierungsprojekte: „NÖ Gemeindechallenge – Aktivste Gemeinde gesucht!“ und „NÖ Firmenchallenge – Aktivste	Jede Gemeindegewohnerin / jeder Gemeindegewohner; Jugendliche ab 13 Jahre	SPORT.LAND.Niederösterreich –Programm Breitensport der Niederösterreich-Werbung GmbH; Amt der NÖ	Sportartikelkonzern (adidas/runtastic), NÖ Gemeindevertreterverbände, Initiative „Tut gut!“,		Anzahl der erreichten Personen	

Maßnahme Nr.	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
	Firma Niederösterreichs gesucht!“	Firmenchallenge: Mitarbeiter:innen in NÖ Betrieben	Landesregierung, Abteilung Sport	Medienpartner (NÖN, ORF NÖ) Bei Firmenchallenge: oben genannte plus Niederösterreichische Wirtschaftskammer und eco-plus, Wirtschaftsagentur des Landes Niederösterreich			

Physio Austria = Bundesverband der PhysiotherapeutInnen Österreichs; FSW = Fonds Soziales Wien; WIG = Wiener Gesundheitsförderung; MTD-Austria = Dachverband der gehobenen medizinisch-technischen Dienste Österreichs; Beamtenversicherungsanstalt (BVA), Versicherung der Gewerblichen Wirtschaft (SVA), Versicherungsanstalt Eisenbahn und Bergbau (VEAB); NÖGKK = Niederösterreichische Gebietskrankenkasse; OÖGKK = Oberösterreichische Gebietskrankenkasse; WGKK = Wiener Gebietskrankenkasse; AUVA = Allgemeine Unfallversicherungsanstalt FGÖ = Fonds Gesundes Österreich; IfGP= Institut für Gesundheitsförderung und Prävention; FSW = Fonds Soziales Wien; NÖGUS = Niederösterreichischer Gesundheits- und Sozialfonds; BM = Bundesministerium; NÖ = Niederösterreich/ische; BMASGK = Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz; BMBWF = Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung; BMÖDS = Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport; BMNT = Bundesministerium für Nachhaltigkeit und Tourismus; BMVIT = Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie

**GZ 8: Gesunde und sichere Bewegung im Alltag durch die entsprechende Gestaltung der Lebenswelten fördern****Wirkungsziel 2: Bewegungsfördernde/-förderliche Lebenswelten schaffen**

Lebenswelten sind bewegungsfördernd/-förderlich gestaltet und die Entscheidungsträger sind hinsichtlich der Bedeutung der Lebenswelten auf die bewegungsfördernde/-förderliche Kultur im Alltag sensibilisiert

Indikator:

Erhöhung des Anteils der österreichischen Bevölkerung (Kinder und Erwachsene), der auf Basis der österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung körperlich aktiv ist.

Zeitplan und Meilensteine: keine Angaben

Maßnahme Nr.	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
<b>Zielgruppe Kinder</b>							
M8.2.1	Schule bewegt gestalten	Volksschüler:innen	Hauptverband der Sozialversicherungsträger, Krankenversicherungsträger	Krankenversicherungsträger, Service-Stellen Schulen, AUVA		Anzahl der Teilnehmer:innen	GZ 1 GZ 6
M8.2.2	Die tägliche Bewegungseinheit in ganztägigen Schulformen	Schüler:innen	BMBWF	Der organisierte Sport, Pädagogische Hochschulen, Landesschulräte bzw. Stadtschulrat für Wien		Im Schuljahr 2017/18 soll analysiert werden, in welcher Form die "Bewegungseinheiten im Rahmen der Freizeit" durchgeführt werden und wieviele Anleiter:innen des (organisierten) Sports in der Freizeitbetreuung ganztägiger Schulformen zum Einsatz gelangen. Das soll Hinweise geben, ob die koordinativen und konditionellen Grundeigenschaften gezielt gefördert werden.	GZ 6
M8.2.2.1	Regionenprojekt „Beweg dich: Bewegte Kinder können etwas bewegen“	Schüler:innen, Lehrpersonal, Eltern	NÖGKK – Service Stelle Schule	Lehrpersonal		Anzahl der Teilnehmer:innen	GZ 6

	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
<b>Zielgruppe Jugendliche</b>							
M8.2.22	Sport in Produktions-schulen	Jugendliche nach der Schulpflicht bis zum vollendeten 21. bzw. bis zum vollendeten 24. Lebensjahr, die eine Berufsausbildung absolvieren wollen jedoch zum Zeitpunkt des Eintritts aufgrund von Defiziten im Bereich definierter Basiskompetenzen und/oder sozialer Kompetenzen überfordert sind	BMASGK; Sozialministeriumsservice (SMS)	Personal der Produktions-schulen, soziales Umfeld der Jugendlichen		Anzahl der erreichten Personen	
<b>Zielgruppe Erwachsene</b>							
M8.2.9	Betriebliche Gesundheits-förderung – Kursangebot "MitarbeiterInnen bewegen MitarbeiterInnen"	Mitarbeiter:innen	Alle Gebietskrankenkassen, BVA, SVA, VAEB, diverse Betriebskassen	Österreichisches Netzwerk für betriebliche Gesundheitsförderung		Anzahl der teilnehmenden Mitarbeiter:innen	GZ 1
M8.2.10	Kompetenzzentrum für Firmensport	Betriebe und ihre Mitarbeiter:innen	Österreichischer Betriebssportverband	Arbeiterkammer, WKO, Industriellenvereinigung, Sozialversicherungen, ÖNBGF		Anzahl der Mitglieder und Kunden	GZ 1
M8.2.11	Workshop „Gestalten und Bewegen“ (G & B)	Mitarbeiter:innen	Alle Gebietskrankenkassen, BVA, SVA, VEAB etc.	Alle Gebietskrankenkassen, BVA, SVA, VEAB etc.		Anzahl der erreichten Betriebe	

	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
<b>Zielgruppe Senioren und Seniorinnen</b>							
M8.2.24	Mobilitäts-Scouts	Seniorinnen und Senioren, die von der Tätigkeit der Mobilitäts-Scouts profitieren, und ältere Frauen und Männer, die sich freiwillig als Mobilitäts-Scouts engagieren	BMASGK	Gemeinde Wien, Verkehrsbetriebe		Anzahl der erreichten Personen und umgesetzten Projekte	
<b>Zielgruppe Gesamtbevölkerung</b>							
M8.2.14	Bewegt im Park	Keine spezifische Zielgruppe	Hauptverband der Sozialversicherungsträger	Fit Sport Austria GmbH, ASKÖ, ASVÖ, Sportunion, FGÖ, Städtebund, Gemeindebund, BMÖDS		Anzahl der Bewegungsangebote pro Jahr	
M8.2.15	Gesunde Bezirke – Grätzel- und Kooperationsinitiativen	Keine spezifische Zielgruppe	Wiener Gesundheitsförderung GmbH (WiG)	Vereine, Organisationen und Einrichtungen in den „Gesunden Bezirken“, queraum. Kultur- und Sozialforschung		Anzahl der entstanden Grätzel- und Kooperationsinitiativen	GZ 1
M8.2.16	Programm "Gesunde Gemeinde" in Niederösterreich	Keine spezifische Zielgruppe	NÖ Gesundheits- und Sozialfonds - Initiative "Tut gut!"	Alle Niederösterreicher:innen und deren Gemeinden		Anzahl der teilnehmenden Gemeinden	GZ 1 GZ 2
M8.2.17	Bewegte Apotheke	Keine spezifische Zielgruppe	WiG	Apotheken, Sportamt Wien		Anzahl der Teilnehmer:innen, Anzahl der Treffs	
M8.2.18	Berücksichtigung gesundheitsfördernder Bewegung im Masterplan Radfahren 2015-2025	Keine spezifische Zielgruppe	BMVIT, BMNT	BMVIT, BMNT, Städtebund, Gemeindebund, WKO		Der Radverkehrsanteil ist um 13 Prozent gestiegen.	GZ 1

	<b>Maßnahmen</b>	<b>Zielgruppen</b>	<b>Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich</b>	<b>Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende</b>	<b>Überlegungen zur Finanzierung</b>	<b>Messgrößen bezüglich Maßnahmen</b>	<b>Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen</b>
M8.2.19	Berücksichtigung gesundheitsfördernder Bewegung im Masterplan Fußverkehr	Keine spezifische Zielgruppe	BMVIT, BMNT	BMVIT, BMNT, Städtebund, Gemeindebund		Masterplan ist veröffentlicht	GZ 1
M8.2.20	Umsetzung von Radfahrprojekten im Rahmen von „klimaaktiv mobil“	Keine spezifische Zielgruppe	BMNT	Städtebund, Gemeindebund, Wirtschaftskammer Österreich		Anzahl der „klimaaktiv mobil“-Radfahrprojekte	
M8.2.25	Lernen aus Bewegungsprojekten – Workshops mit dem organisierten Sport	Projektumsetzer:innen, Projektleiter:innen vorrangig aus dem organisierten Sport (Dachverbände, Fachverbände)	FGÖ und Bundes-Sport GmbH	Mitarbeiter:innen der Breitensportabteilungen der Dach- bzw. Fachverbänden, die Gesundheitsförderungsprojekte planen und umsetzen. Bisherige Projektumsetzer:innen und Projektleiter:innen, die Wissen und Erfahrungen in Berichten und Interviews zur Verfügung stellen		(a) Anzahl durchgeführter Veranstaltungen (b) Anzahl der Teilnehmer:innen der Workshops (c) Systematisch aufbereitete Lernerfahrungen	
M8.2.26	Vereinscoaching	Trainer:innen, Funktionärinnen/ Funktionäre, Spieler:innen, Eltern und Großeltern der Spieler:innen	Oberösterreichische Gebietskrankenkasse und OÖ FUSSBALLVERBAND	Trainer:innen, Funktionärinnen/ Funktionäre, Spieler:innen, Eltern und Großeltern der Spieler:innen, Oberösterreichische Gebietskrankenkasse, OÖ FUSSBALLVERBAND, Institut Suchtprävention, Kinder & Jugendanwaltschaft Linz		Anzahl der erreichten Personen	

BVA = Beamtenversicherungsanstalt; SVA = Versicherung der Gewerblichen Wirtschaft; VEAB = Versicherungsanstalt Eisenbahn und Bergbau; NÖGKK = Niederösterreichische Gebietskrankenkasse; OÖGKK = Oberösterreichische Gebietskrankenkasse; WGKK = Wiener Gebietskrankenkasse; AUVA = Allgemeine Unfallversicherungsanstalt; FGÖ = Fonds Gesundes Österreich; IfGP= Institut

für Gesundheitsförderung und Prävention; FSW = Fonds Soziales Wien; ÖNBGF = Österreichisches Netzwerk für betriebliche Gesundheitsförderung; NÖGUS = Niederösterreichischer Gesundheits- und Sozialfonds; WIG = Wiener Gesundheitsförderung GmbH; NÖ = Niederösterreich/ische; AK = Kammer für Arbeiter und Angestellte; BMASGK = Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz; BMBWF = Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung; BMNT = Bundesministerium für Nachhaltigkeit und Tourismus; BMVIT = Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie; BMÖDS = Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport;

**GZ 8: Gesunde und sichere Bewegung im Alltag durch die entsprechende Gestaltung der Lebenswelten fördern****Wirkungsziel 3: Netzwerkstrukturen aufbauen und erweitern**

Der systematische Informations- und Erfahrungsaustausch in aufeinander abgestimmten, nachhaltigen Netzwerkstrukturen schafft Synergien, bewirkt eine optimale Nutzung von Ressourcen und unterstützt die Umsetzung der Wirkungsziele 1 und 2.

Indikator: Anzahl der Vernetzungsmaßnahmen

Zeitplan und Meilensteine: keine Angaben

Maßnahme Nr.	Maßnahmen	Zielgruppen	Maßnahmenkoordination / Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Multiplikatoren/ Multiplikatorinnen/ Mitwirkende	Überlegungen zur Finanzierung	Messgrößen bezüglich Maßnahmen	Querverweise zu anderen Gesundheits- und Wirkungszielen
M8.3.1	Bundesnetzwerk zur gesundheitsfördernden Bewegung	Gesundheits- und Bewegungsnetzwerke oder Organisationen	BMÖDS	Alle einzuladenden Gesundheits- und Bewegungsnetzwerke und Organisationen		Anzahl teilhabender Einrichtungen	
M8.3.2	Schaffung einer Netzwerk-Landkarte zur gesundheitsfördernden Bewegung	Gesundheits- und Bewegungsnetzwerke oder Organisationen	BMÖDS	Alle einzuladenden Gesundheits- und Bewegungsnetzwerke und -organisationen		Anzahl teilhabender Einrichtungen	
M8.3.4	Bundesländeranalyse zum österreichischen Bewegungsmonitoring-System	Gesundheits- und Bewegungsnetzwerke oder Organisationen	BMÖDS	---		Bundesländerspezifisch Analyse wurde durchgeführt	

BMÖDS = Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport

## Anhang 3 - Verzeichnis der abgeschlossenen Maßnahmen (Meldung via Maßnahmenmonitoring mit Stand 31. 12. 2017 oder durch Maßnahmenaktualisierung 2019)

Maßnahme im AG-Bericht 2015	Maßnahmen	Maßnahmenkoordination / Akteurinnen und Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Umsetzungsstand	Anmerkungen
<b>Wirkungsziel 1: Bewegungskompetenz zielgruppenspezifisch fördern/erhöhen</b>				
M8.1.7	Gesundheitskompetenz in der außerschulischen Jugendarbeit	Bundesweites Netzwerk offene Jugendarbeit, Bundesnetzwerk Österreichische Jugendinfos	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.1.13	Lebensstilgruppen	SGKK in Kombination mit dem Arbeitskreis Vorsorgemedizin Salzburg, Land Salzburg	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.1.14	Evaluierung, Aktualisierung und Verteilung der Broschüre "Zu Fuß im höheren Alter" sowie "Radfahren im besten Alter"	BMVIT	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.1.15	"Gesund fürs Leben" Gesundheitsförderung älterer gebrechlicher Personen durch ehrenamtliche Laien (Buddies) mit Schwerpunkt Ernährung, Training und soziale Unterstützung	Studie: Medizinische Universität Wien	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.1.17	SturzMobil – Sturzfrei durch den Alltag	Niederösterreichische Gebietskrankenkasse	abgeschlossen (Update 2019)	Nachfolgeprojekt: M8.1.40 SEN-aktiv – Sicher im Alter bewegen

Maßnahme im AG-Bericht 2015	Maßnahmen	Maßnahmenkoordination / Akteurinnen und Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Umsetzungsstand	Anmerkungen
M8.1.19	Netzwerk "Bewegtes Altern in Wien"	WiG	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.1.16	LeBe – Lebensqualität erhalten, Bewegung erfahren	SPORT.LAND.Niederösterreich-Programme bei der Niederösterreich-Werbung GmbH	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.1.18	Sturzpräventionskurse	Oberösterreichische Gebietskrankenkasse	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.1.22	Umsetzung von gesundheitsfördernden Maßnahmen gemäß Bundes-Sportförderungsgesetz 2013	Bundessportförderungsfonds als Fördergeber, ASVÖ, ASKÖ, Sportunion auf Bundesebene und drei Landes-Dachverbände und Vereine	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.1.24	Bewegung als Medikament	VAEB	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.1.25	Bewegungskaiser	Niederösterreichischen Gebietskrankenkasse	abgeschlossen (Update 2019)	
<b>Wirkungsziel 2: Bewegungsfördernde/-förderliche Lebenswelten schaffen</b>				
M8.2.4	Sport.your.space – Pilotprojekt zur Förderung von Bewegung Jugendlicher im öffentlichen Raum	Sportverein „union sport.your.space“	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.2.6	Einführung steuerlicher Anreize für BGF-Maßnahmen	Wirtschaftskammer Österreich	abgeschlossen (Update 2019)	

Maßnahme im AG-Bericht 2015	Maßnahmen	Maßnahmenkoordination / Akteurinnen und Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Umsetzungsstand	Anmerkungen
M8.2.7	Erweiterung des Angebotes auf der Plattform <a href="http://www.profitnessaustria.at">www.profitnessaustria.at</a> – Kategorie Bewegung	Wirtschaftskammer Österreich, Österreichischer Betriebssportverband	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.2.8	Bedarfsstudie zur bewegungsförderlichen Gestaltung der Arbeitswelt	Österreichischer Betriebs-sportverband	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.2.12	Umsetzung der Projekte im Rahmen der 4. VSF-Ausschreibung „zu Fuß unterwegs – Mobilität sicher(n)“	Bundesministerium für Verkehr, Infrastruktur und Technologie	abgeschlossen (Update 2019)	
M8.2.13	Gesundheit hat kein Alter (Transfer Steiermark): „Bewegtes Leben“ - Mobilitätsförderung in der stationären Altenbetreuung	Steiermärkische Gebietskrankenkasse und Styria vitalis	abgeschlossen (Update 2019)	
<b>Wirkungsziel 3: Bewegungsfördernde/-förderliche Lebenswelten schaffen</b>				
M8.3.3	Bewegungsmonitoring-System in Österreich etablieren	Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport, Österreichische Gesellschaft für Public Health – Konzeptgruppe „Körperliche Aktivität/Bewegung/Sport“	abgeschlossen (Update 2019)	Nachfolgemaßnahme M8.3.4 Bundesländeranalyse zum österreichischen Bewegungsmonitoring-System

## Anhang 4 - Verzeichnis der Maßnahmen, die nicht umgesetzt wurden (Meldung via Maßnahmenmonitoring mit Stand 31. 12. 2017)

Maßnahme im AG-Bericht 2015	Maßnahmen	Maßnahmenkoordination / Akteurinnen und Akteure im öffentlich-rechtlichen Bereich	Umsetzungsstand	Anmerkungen
<b>Wirkungsziel 2: Bewegungsfördernde/-förderliche Lebenswelten schaffen</b>				
M8.2.3	Studie „Sport und elektronische Medien“	Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport, Sports Econ Austria	Nicht umgesetzt	Im Rahmen des Maßnahmenmonitorings wurde gemeldet, dass diese Maßnahme nicht umgesetzt wurde
M8.2.5	Aktiv gesund durch die Lehre	Arbeitsgemeinschaft für Sport- und Körperkultur in Österreich, Landesverband Niederösterreich (ASKÖ-NÖ)	Nicht umgesetzt	Im Rahmen des Maßnahmenmonitorings wurde gemeldet, dass diese Maßnahme nicht umgesetzt wurde

# Literatur

- [1] BMG. **Gesundheitsziele. Richtungsweisende Vorschläge für ein gesünderes Österreich.** Langfassung. Wien: Bundesministerium für Gesundheit, 2012. Available online: [www.gesundheitsziele-oesterreich.at](http://www.gesundheitsziele-oesterreich.at).
- [2] WHO Regional Office for Europe. **Physical activity strategy for the WHO European Region 2016–2025.** Working document. Vilnius, Lithuania, 14–17 September 2015: World Health Organization, Regional Committee for Europe, 2015. Available online: [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0006/283830/65wd09g\\_PhysicalActivityStrategy\\_150474.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0006/283830/65wd09g_PhysicalActivityStrategy_150474.pdf).
- [3] Europäische Kommission. **EU-Leitlinien für körperliche Aktivität. Empfohlene politische Maßnahmen zur Unterstützung gesundheitsfördernder körperlicher Betätigung.** 4 ed. Brüssel: Gebilligt von der EU-Arbeitsgruppe „Sport & Gesundheit“ auf ihrer Sitzung vom 25. September 2008, bestätigt von den Sportministern der EU-Mitgliedstaaten auf ihrer Sitzung in Biarritz vom 27.-28. November 2008; 2008. 2010 Available online: <http://www.sportministerium.at/files/doc/EU-Sportpolitik/EU-Leitlinien-fuer-koerperliche-Aktivitaet-deutsche-Kurzfassung.pdf>.
- [4] Angel B, Chahrour M, Halbwachs C, Peinhaupt C. **Nationaler Aktionsplan Bewegung NAP.b.** Wien: Bundesministerium für Landesverteidigung und Sport; Haus des Sports; Bundesministerium für Gesundheit, 2013. Available online: [www.napbewegung.at](http://www.napbewegung.at).
- [5] Hurrelmann K, Klotz J, Haisch J. **Lehrbuch Prävention und Gesundheitsförderung.** Bern: Verlag Hans Huber; 2004 19.10.2011. 413.
- [6] Röthlin F, Pelikan J, Ganahl K. **Die Gesundheitskompetenz der 15-jährigen Jugendlichen in Österreich. Abschlussbericht der österreichischen Gesundheitskompetenz Jugendstudie im Auftrag des Hauptverbands der österreichischen Sozialversicherungsträger.** Wien: HVSVT, 2013. Available online: [www.lbihpr.lbg.ac.at](http://www.lbihpr.lbg.ac.at).
- [7] Dür W, Griebler R. **Die Gesundheit der österreichischen SchülerInnen im Lebenszusammenhang. Ergebnisse des WHO-HBSC-Survey 2006.** Wien: Bundesministerium für Gesundheit, Familie und Jugend; 2007 17.11.2011. 83 + Anhang (insgesamt 153).
- [8] Freiberger E, Schöne D. **Sturzprophylaxe im Alter: Grundlagen und Module zur Planung von Kursen.** Köln: Deutscher Ärzteverlag; 2010.
- [9] Bürge M, Gerber-Glur E, Chappuis C. **Stürze und Sturzgefährdung.** Schweiz Medizin Forum, 2002; 2002(6):121-124.
- [10] McElhinney J, Koval KJ, Zuckerman J. **Falls and the Elderly.** Archives of the American Academy of Orthopaedic Surgeons, 1998; 2(1):60-65.
- [11] Chu LW, Pei CK, Chiu A, Liu K, Chu MM, Wong S, Wong A. **Risk factors for falls in hospitalized older medical patients.** J Gerontol A Biol Sci Med Sci, 1999; 54(1):M38-43.
- [12] BSGF: **Bundesgesetz betreffend die Förderung des Sports durch den Bund (Bundes-Sportförderungsgesetz 2013),** BGBl. I Nr. 100/2013. 2013.
- [13] Cichocki M, Quehenberger V, Karl K. **„Bewegtes Leben“ Zusammenfassung von Ergebnissen einer Mobilitätsintervention in der stationären Altenbetreuung.** Forschungsbericht. Wien: Ludwig Boltzmann Institut Health Promotion Research LBIHPR, 2014.

**[www.gesundheitsziele-oesterreich.at](http://www.gesundheitsziele-oesterreich.at)**

Im Sinne von Gesundheit in allen Politikbereichen haben VertreterInnen von 24 Institutionen gemeinsam mit Expertinnen und Experten Ziele und Maßnahmen zum Rahmen-Gesundheitsziel „Gesunde und sichere Bewegung im Alltag durch die entsprechende Gestaltung der Lebenswelten fördern“ erarbeitet. Die im vorliegenden Bericht beschriebenen Maßnahmen sind gute Beispiele, wie eine gemeinsame Strategie durch konkrete Aktivitäten umgesetzt werden kann.