



PRESSEAUSENDUNG

Erfolgreiche Gesundheitsförderung: Lebensstilprojekt mit Gesundheitstag als Abschluss von „Gesundes Salzburg 2010“

Seit über zwölf Jahren ist Bischofshofen „Gesunde Gemeinde“. Seit 2007 beteiligt sich die gesundheitsbewusste Stadt als eine von zehn Modellgemeinden am Landesprojekt „Gesundes Salzburg 2010“. Zahlreiche erfolgreiche Aktivitäten wurden im Rahmen dieses Modellprojektes zu den vier Säulen Ernährung, Bewegung, Entspannung und Nichtrauchen gesetzt. Diese wurden von der Bevölkerung sehr gut angenommen. Der Veranstaltungsreigen reichte von der Teilnahme am Vienna Citymarathon über Vorträge zu Themen wie gesunde Lebensmittel, Harmonie und Wohlbefinden oder Raucherentwöhnung bis hin zu Projekten wie Gesunde Jause, Citylauf und das Lebensstilprojekt. Viele Projekte wurden mit unterschiedlichen Kooperationspartnern umgesetzt. Mit einem Gesundheitstag wird das Projekt „Gesundes Salzburg 2010“ offiziell abgeschlossen.

Gesundheitstag am 27. Februar 2010 im Kultursaal

Beim „Gesundheitstag“ am 27. Februar 2010 wird von 14 bis 20 Uhr im Kultursaal Bischofshofen ein vielfältiges und attraktives Programm zu den Themen Bewegung, Ernährung, Entspannung und Nichtrauchen geboten. Neben einer Gesundheitsstraße mit Blutdruck-, Blutzucker-, Cholesterin- sowie Bauchumfangmessungen werden Gleichgewichtstests, Diät- und Raucherberatungen und ein Lungenfunktionstest mit dem Spirometer geboten. Tipps zu Themen wie Stressmanagement und die wirkungsvolle Änderung des Lebensstils werden ebenso gegeben wie zu gesunder Ernährung und Kochen mit Kräutern. Interessantes zu Kulinarischem ist auch bei der Rezeptbörse zu erfahren. Entspannung findet man bei Klangschalen und Meditation. Zudem stehen Pilates, Seniorentanz, Sessलगymnastik für Senioren, eine Einführung ins Nordic Walking, sowie ein Geschicklichkeitsparcours für Kinder und ein Gesundheits-Rapp auf dem Programm. Der abwechslungsreiche Tag klingt um 18 Uhr humorvoll mit einem Gesundheits-Kabarett mit Ingo Vogl aus.

Aktivgruppe startet im März 2010

Ein wichtiges Ziel des Lebensstilprojektes ist die Gründung einer Aktivgruppe im März 2010. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollen über einen bestimmten Zeitraum und begleitet von Gesundheitsexpertinnen und -experten die aus den Vorträgen gewonnenen Erkenntnissen dann in die Praxis umsetzen. Nähere Informationen zur Aktivgruppe werden in der Stadtzeitung „Bischofshofen informiert“ veröffentlicht bzw. sind beim Gesundheitstag erhältlich.

„Die Projekte ‚Gesunde Gemeinde Bischofshofen‘ und ‚Gesundes Salzburg 2010‘ haben wesentlich dazu beigetragen, dass Gesundheitsvorsorge in Bischofshofen ein wichtiges Thema ist. Die vielfältigen Angebote und Aktivitäten wurden von der Bevölkerung sehr gut angenommen. Durch die begleitende Öffentlichkeitsarbeit konnte das Projekt sehr nachhaltig im Bewusstsein der Bürgerinnen und Bürger verankert werden. Das Projekt ‚Gesundes Salzburg 2010‘ endet in diesem Jahr. Da ein Erfolg im Gesundheitsbewusstsein jedoch nur langfristig erzielt werden kann, wird Bischofshofen auch weiterhin als ‚Gesunde Gemeinde‘ aktiv sein und unübersehbare Akzente setzen. Mein Dank gilt allen Mitwirkenden, die das Projekt engagiert und mit ihrer Fachkompetenz unterstützen“, so der Vorsitzende der Projekte „Gesunde Gemeinde Bischofshofen“ und „Gesundes Salzburg 2010“ Vbgm. Hansjörg Obinger.

Stadtgemeinde Bischofshofen
Stelle für Öffentlichkeitsarbeit
Mag. Ingrid Strauß
Tel. 06462/2801-26
presse@bischofshofen.sbg.at
www.bischofshofen.at

Bischofshofen, am 11. Februar 2010