



Dachverband der
österreichischen
Sozialversicherungen



Bericht zur
Kinder- und
Jugend-
gesundheit

2020/21



SV-Buch **Kindergesundheit**



In der Kindheit werden die wesentlichen Grundlagen für die spätere gesundheitliche Entwicklung gelegt.

Die Gesundheit aller Kinder zu fördern und ihnen ein optimales Aufwachsen zu ermöglichen, ist uns daher ein wichtiges Anliegen. Um dafür die besten Voraussetzungen zu schaffen, will Sie die Sozialversicherung mit diesem Ratgeber unterstützen – ob als Mutter, Vater, Oma, Opa oder Betreuungsperson.

Der Dachverband der Sozialversicherungsträger hat Anfang 2021 Band 9 der Buchreihe „Gesund werden. Gesund bleiben.“ veröffentlicht. Das Buch wurde von namhaften Expertinnen und Experten verfasst und ist in einer leicht verständlichen Sprache geschrieben. Dadurch verbessert sich das Wissen rund um das Thema Kindergesundheit im Alter zwischen 0 und 10 Jahren und schwierige Zusammenhänge werden leicht verständlich.

**Gratis
online
bestellbar**



Das Buch kann direkt online bestellt werden.

Oder Sie erhalten nähere Informationen sowie das Buch als PDF-Datei unter folgendem Link: www.sozialversicherung.at/Buchreihe.



Dachverband der
österreichischen
Sozialversicherungen

Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort

2. Projektübersicht

Seite

2.1	Ausgewählte Projekte der Sozialversicherungen	10
2.1.1.	„Frühe Hilfen“	10
2.1.2.	„Richtig essen von Anfang an!“	14
2.1.3.	Schulische Gesundheitsförderung in der Sozialversicherung	18
2.2.	Ausgewählte Projekte der Sozialversicherungsträger	21
2.2.1.	BVAEB – Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau	22
2.2.1.1.	Gesundheitsförderung in Kindergärten und Schulen	23
2.2.1.2.	Förderung der Lehrlingsgesundheit – eine wichtige Investition in die Zukunft	28
2.2.2.	ÖGK – Österreichische Gesundheitskasse	30
2.2.2.1.	Maßnahmen im Rahmen der Corona-Pandemie für Kinder und Jugendliche	31
2.2.2.2.	Projekte zur Unterstützung der frühkindlichen Entwicklung	34
2.2.2.3.	Projekte zur Gesundheitsförderung in Kindergärten	39
2.2.2.4.	Projekte zur Gesundheitsförderung in Schulen	42
2.2.2.5.	Projekte zum Thema Bewegung für Kinder und Jugendliche	44
2.2.2.6.	Projekte zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit für Kinder und Jugendliche	48
2.2.2.7.	Projekte zur Zahngesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen	49
2.2.2.8.	Kampagne „Fit & Strong 2021: Better together“	52
2.2.2.9.	„Train the Trainer Ernährung“ – auch digital ein nachhaltiges Konzept für Jugendliche	53
2.2.2.10.	Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit Typ-1-Diabetes in Österreich	55
2.2.2.11.	Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit Übergewicht und Adipositas	57
2.2.3.	SVS – Sozialversicherungsanstalt der Selbständigen	58
2.2.3.1.	Ferien camps für Kinder und Jugendliche	59
2.2.3.2.	„Gesundheits-Check Junior“	63
2.3.	Geförderte Projekte aus dem Rahmen-Pharmavertrag	64
2.4.	Projektüberblick der österreichischen Sozialversicherungsträger	66

3. Veranstaltungen

3.1.	Symposium zur Kinder- & Jugendgesundheit 2020	80
3.2.	Dialog Gesunde Schule 2020	84

1 Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser!



Peter Lehner

**Vorsitzender der Konferenz
der Sozialversicherungsträger**

Foto: © DSV APA Fotoservice Schedl

„Praevenire“ heißt „zuvorkommen“ – von diesem lateinischen Begriff leitet sich die Prävention ab. Der Krankheit so früh wie möglich „zuvorkommen“, ist unser Ziel. Denn wir wollen den Wandel von der kurativen zur präventiven Ausrichtung unseres Gesundheitssystems vorantreiben.

Prävention ist in jedem Lebensalter wichtig. Aber in der Kindheit und Jugend kann man das Fundament für ein gesundes Leben legen. Man kann gar nicht früh genug damit anfangen, die Gesundheit zu fördern und zu erhalten oder etwaige Erkrankungen erfolgreich abzumildern und die Lebensqualität der Betroffenen zu erhöhen.

Was macht mich krank? Was hält mich gesund? Das Bewusstsein dafür zu schaffen, ist die Aufgabe von den vielen Programmen, Angeboten und Initiativen, die die Sozialversicherungsträger ihren jüngsten Versicherten bieten. Die Maßnahmen sind dabei so vielfältig wie die Aspekte eines gesunden Lebensstils. Daher greifen sie in den unterschiedlichsten Bereichen: von der Suchtprävention über eine gesunde, regionale und ausgewogene Ernährung bis hin zu viel Bewegung oder Stressvermeidung. Unsere Kinder und Jugendlichen finden ebenso wie ihre Eltern das passende Angebot für ihre ganz individuellen Bedürfnisse.

In dieser Broschüre möchten wir Ihnen einen Überblick über die zahlreichen Aktivitäten geben und gleichzeitig zu einem gesundheitsbewussten Lebensstil inspirieren.

Ihr Peter Lehner

Vorwort

Wenn Sie diesen Bericht in den Händen halten, dann vermutlich deshalb, weil Sie daran interessiert sind, was der Beitrag der österreichischen Sozialversicherung und ihrer Träger zum Erhalt und zur Verbesserung der Kindergesundheit ist. Dieser Beitrag ist wichtig, denn wir haben hier noch viel zu tun: Auch wenn Österreich bezüglich der Lebenserwartung gut abschneidet, so gibt es bei den gesunden Lebensjahren noch deutlichen Verbesserungsbedarf. Die dahingehende Entwicklung war in den letzten Jahren zwar positiv, allerdings ist die Erwartung, dass man als Frau 64,7 Jahre und als Mann 63,1 Jahre in guter Gesundheit verbringt, noch nicht zufriedenstellend.

Nichts ist nachhaltiger, wirkungsvoller und sinnvoller, als von Beginn an dafür zu sorgen, dass die Gesundheit erhalten bleibt. Den Wert der Gesundheit spüren wir alle – egal ob jung oder alt – am meisten, wenn sie nicht mehr da ist und wir krank sind. Diesen Zustand gilt es, so gut wie möglich zu verhindern. Deshalb setzen die Projekte bereits beim frühestmöglichen Zeitpunkt an: in der Schwangerschaft, etwa mit „Richtig essen von Anfang an!“. Sie begleiten die Kinder und Jugendlichen dann in den unterschiedlichsten Phasen und Lebensbereichen: sei es durch Angebote für mehr Bewegung, bessere Ernährung, eine gute Zahn- und Mundhygiene oder auch die psychische Gesundheit.

Maßgeblich für den Erfolg ist aber auch, sich immer weiterzuentwickeln. Deshalb freue ich mich besonders, dass die Angebote im Rahmen der „Frühen Hilfen“ weiter ausgebaut werden. Diese sind ein wesentlicher Baustein zur gesundheitlichen und auch sozialen Chancengerechtigkeit, indem sie wirksame und treffsichere Angebote gewährleisten und einen wichtigen Beitrag für die Lebensqualität der Kinder und ihren Familien sind. Nicht nur, aber gerade auch durch die Herausforderungen, die sich durch die Pandemie ergeben haben, ist die Stärkung und Ausweitung dieser Angebote von besonderer Bedeutung.

Ihre Ingrid Reischl



Ingrid Reischl
Vorsitzende der Konferenz der
Sozialversicherungsträger

Foto: © Richard Tanzer

2. Projekttübe



rsicht



21

Ausgewählte Projekte der Sozialversicherungen

2.1.1.

„Frühe Hilfen“



Gemeinsame Initiative

Bei den „Frühen Hilfen“ handelt es sich – im Sinne der Gesundheitsreform – um eine **gemeinsame Initiative von Bund, Ländern und Sozialversicherung**.

Bei der Umsetzung wird **ressortübergreifend** zusammengearbeitet: Gesundheit, Soziales, Familie, Frauen, Integration, Finanzen etc.

Charakteristika von „Frühen Hilfen“

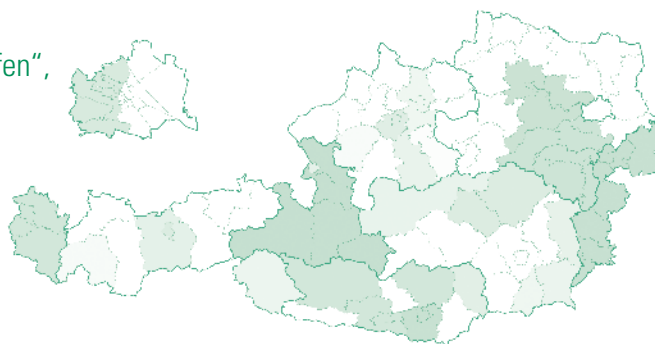
„Frühe Hilfen“-Netzwerke dienen der bedarfsgerechten Unterstützung von Familien in belastenden Situationen während der Lebensphase der frühen Kindheit (Schwangerschaft und erste Lebensjahre eines Kindes). Sie werden auf regionaler Ebene etabliert, sind leicht erreichbar und gut vernetzt. Es gibt eine Vielzahl von unterschiedlichen Angeboten für Kinder und Eltern bezogen auf die frühe Kindheit. Die regionalen „Frühe Hilfen“-



Foto: © Alena Ozerova/Shutterstock

Detaillierte Informationen

über die regionalen Netzwerke der „Frühen Hilfen“, gegliedert nach Bundesland auf Bezirksebene, finden Sie hier: www.fruehehilfen.at.



Netzwerke bauen auf diesen verfügbaren Angeboten auf und legen ein Hauptaugenmerk auf Zuweisung und Vernetzung.

Im Zentrum steht ein regionales Netzwerk, das als **multiprofessionelles Unterstützungssystem** mit gut koordinierten, vielfältigen Angeboten für Eltern und Kinder fungiert.

Familien werden aktiv und systematisch erreicht: Berufsgruppen und Einrichtungen, die mit (werdenden) Familien und Kleinkindern arbeiten, erkennen den Bedarf und stellen mit Zustimmung der Familien den Kontakt zum jeweiligen Netzwerk her.

Familien werden über längere Zeit kontinuierlich, umfassend und niederschwellig begleitet: Die **Familienbegleiterinnen und Familienbegleiter** unterstützen vor allem im Rahmen von Hausbesuchen die Familien über einen längeren Zeitraum, stellen eine Beziehungs- und Vertrauensbasis mit den Familien her und vermitteln die passenden Angebote aus dem Netzwerk.

Zusätzlich wird viel in die fallübergreifende wie fallbezogene Kooperation und Vernetzung investiert. Ein **Netzwerkmanagement** kümmert sich um den Aufbau und die laufende Pflege der Kooperationen.

Der aktuelle Stand der regionalen Versorgung durch „Frühe Hilfen“-Netzwerke ist anhand der **Landkarte** (siehe Website) erkennbar.

Ein im Auftrag des Gesundheitsressorts bei der Gesundheit Österreich (GÖG) eingerichtetes **Nationales Zentrum Frühe**

Hilfen begleitet und unterstützt bei der regionalen Umsetzung. Mehr Informationen auf: www.fruehehilfen.at.

Ausbau der „Frühen Hilfen“

„Frühe Hilfen“-Netzwerke stehen derzeit noch nicht flächendeckend zur Verfügung. Es gibt aber Angebote in allen Bundesländern.

Mit Stand Juni 2021 decken die verfügbaren regionalen „Frühe Hilfen“-Netzwerke insgesamt 65 Bezirke ab, deren Einzugsbereich mehr als die Hälfte der Wohnbevölkerung beziehungsweise der Geburten einschließt.

Alle Begleitungen durch die regionalen „Frühe-Hilfen“-Netzwerke werden mit Hilfe eines Online-Tools (FRÜDOK) erfasst. Die Familienbegleiterinnen – derzeit sind ausschließlich Frauen in dieser Funktion tätig – geben (auf anonymisierter Basis) wichtige Eckdaten zu den Familien ein. Sie dokumentieren wesentliche Aspekte der Begleitung (Kontaktaufnahme, Dauer und Intensität der Begleitung, Weitervermittlung, Gründe für Abschluss) sowie qualitative Aspekte der spezifischen Lebenssituation der Familien. Ebenso wie in der Familienbegleitung selbst wird Wert darauf gelegt, nicht einseitig auf Defizite zu fokussieren, sondern immer auch die Ressourcen im Blick zu haben.

Die FRÜDOK zeigt über die Jahre eine deutliche Steigerung der Inanspruchnahme von „Frühen Hilfen“ und sie untermauert, dass wesentliche Ziele des Angebots erreicht werden. Die begleiteten Familien werden sehr früh erreicht – oft schon während der Schwangerschaft oder in den ersten Lebensmonaten nach

der Geburt. Besonders wichtig ist es auch, sozial benachteiligte Personen zu erreichen: Unter jenen Familien, die „Frühe Hilfen“ in Anspruch nehmen, liegen die Anteile an Personen mit einer geringen Schulbildung, mit Armutsgefährdung und mit Migrationshintergrund sowie von Ein-Eltern-Familien – teilweise sehr deutlich – über den Vergleichswerten für die Gesamtbevölkerung.

„Frühe Hilfen“ in Zeiten der Pandemie

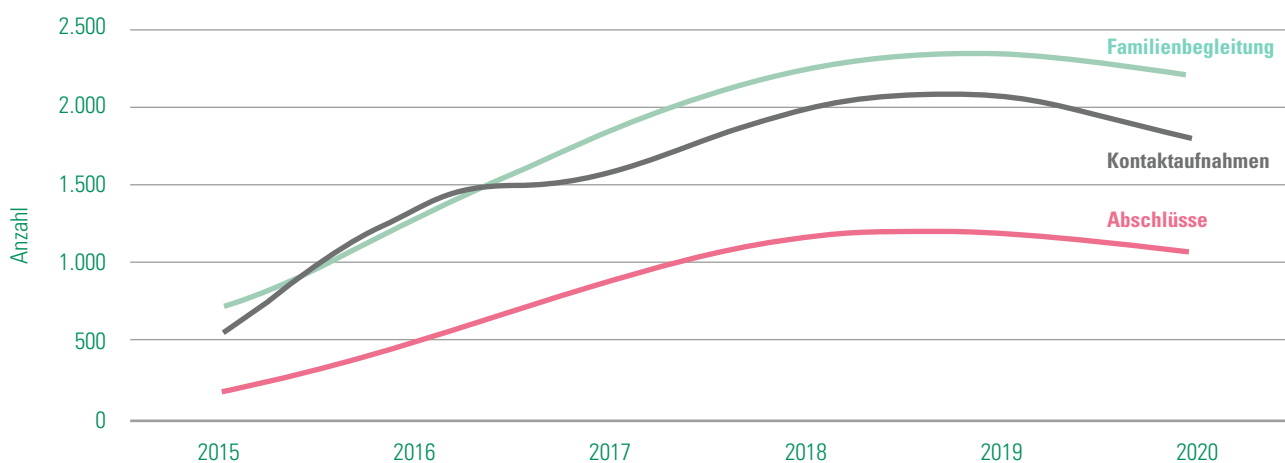
Den „Frühen Hilfen“ gelingt es trotz Pandemie, das Angebot für die Familien weiterhin bereitzustellen. Im ersten „Lockdown“ im Frühjahr 2020 gab es einen Rückgang bei den Kontaktaufnahmen. Dies vor allem, da das Angebot vieler Kooperationspartner, die Familien auf „Frühe Hilfen“ hinweisen, nur eingeschränkt verfügbar war. Im weiteren Verlauf der Pandemie stiegen die Kontaktaufnahmen aber wieder an. Für einige Wochen gab es im Frühjahr 2020 kaum Hausbesuche, stattdessen wurden die Familien durch intensive telefonische Kontakte unterstützt. Bereits ab Mai 2020 wurde aber auch die aufsuchende Begleitung wieder intensiviert und diese in Folge auch bei weiteren Lockdowns beibehalten. Die regionalen „Frühe-Hilfen“-Netzwerke gehen sehr kreativ mit den Herausforderungen um: Outdoor-Treffen (Balkon, Park, Spaziergang etc.) mit den Familien

statt Hausbesuchen; Spaziergänge mit mehreren Müttern statt Babytreffs etc. Vieles davon hat sich als sinnvolle Ergänzung des Angebots erwiesen; das Repertoire der „Frühen Hilfen“ hat sich damit erweitert.

Die Pandemie bestätigte auch, wie wertvoll das Angebot der „Frühen Hilfen“ für die begleiteten Familien ist. Die Belastungen haben sich für viele Familien nochmals verschärft: Das private Unterstützungsnetzwerk vieler Eltern hat sich stark reduziert, was vor allem auch für Ein-Eltern-Familien sehr problematisch war und ist; psychische Belastungen haben weiter zugenommen; auch die finanzielle Situation vieler Familien hat sich (weiter) verschlechtert. Die „Frühen Hilfen“ als konstantes und verlässliches Angebot wurden umso mehr geschätzt und bieten eine wichtige Stütze auch in dieser für viele sehr schwierigen Zeit.

Die Familien berichten im Feedback bzw. in der Evaluation, dass sie sich durch die Unterstützung der „Frühe-Hilfen“-Familienbegleiterin nicht allein fühlen, Entlastung erfahren und neue Perspektiven entwickeln können. Sowohl das persönliche Wohlbefinden und das Zusammenleben in den Familien als auch die Entwicklung des Kindes profitieren davon.

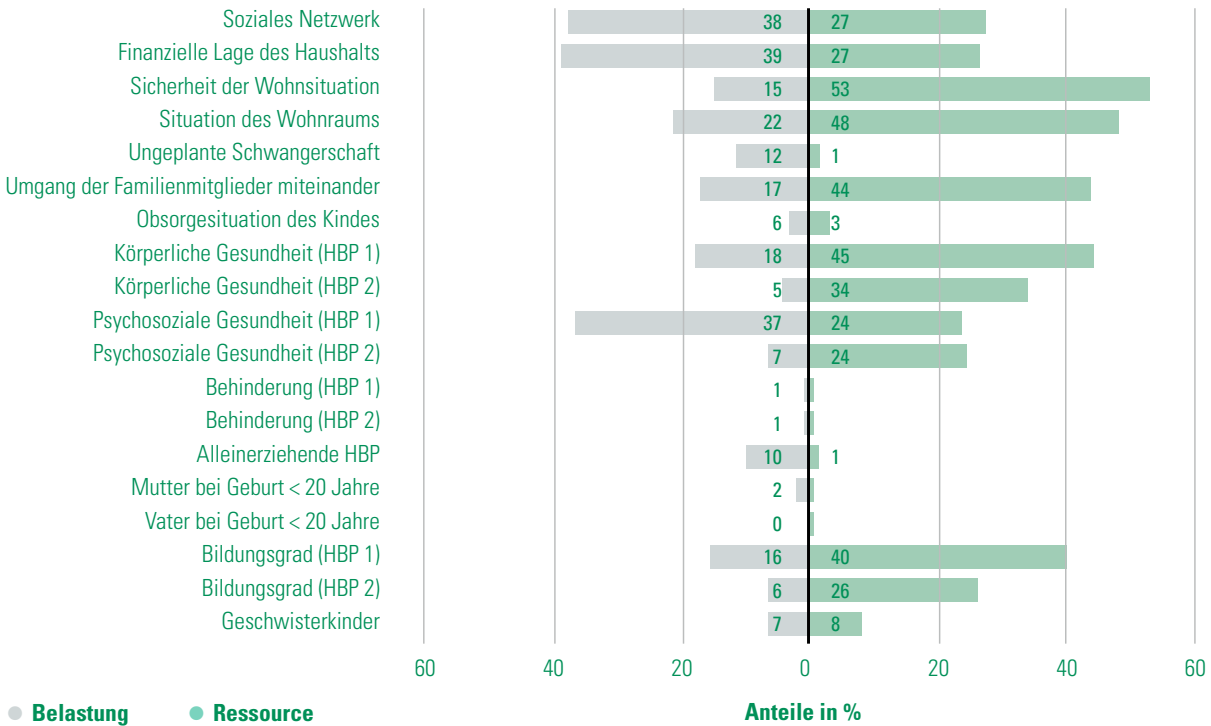
Inanspruchnahme von „Frühe Hilfen“: Anzahl an Kontaktaufnahmen, Begleitungen und Abschlüssen im Jahresvergleich 2015 bis 2020



Anmerkungen: inklusive 20 Familien aus dem Jahr 2014 und Familien, deren Begleitung bereits im Rahmen des SV-Ligaprojekts abgeschlossen wurde; Familienbegleitungen sind Begleitungen in einem Jahr, unabhängig vom Jahr der Kontaktaufnahme. 9.311 Kontaktaufnahmen, 6.232 Begleitungen (ohne Doppelzählung bei mehrjähriger Begleitung) und 5.126 Abschlüsse

Quelle: FRÜDOK, Stand 11. März 2021; Netzwerk Familie Vorarlberg, Stand 18. März 2021

Ressourcen und Belastungen der begleiteten Familien 2020



Anmerkungen: Angaben in Prozent der begleiteten Familien, n = 2.096
 Die Kategorien „neutral“, „keine Einschätzung möglich“ und „trifft nicht zu“ werden in dieser Grafik nicht dargestellt.
 HBP = Hauptbezugsperson
 Quelle: FRÜDOK, Stand 11.3.2021



Foto: © Miramiska/Shutterstock

2.1.2.

„Richtig essen von Anfang an!“



Foto: © Oksana Kuzmina/Shutterstock

Gesundheitsförderung für Schwangere, Stillende und Kinder hat über 1,5 Millionen Menschen erreicht!

Soll eine Schwangere für zwei essen? Wie lange darf frisch gekochte Babykost warm gehalten werden? Gerade in der Schwangerschaft, während der Stillzeit und wenn das Baby ins Beikostalter kommt, wollen Eltern alles richtig machen und achten besonders auf die Ernährung. Das ist auch wichtig, denn dadurch können Eltern viel dazu beitragen, dass sich ihr Kind gut entwickelt und später gesund is(s)t. Doch wie sieht die optimale Ernährung aus? Dank „Richtig essen von Anfang an!“ gibt es österreichweit einheitliche Ernährungsempfehlungen von 0 bis 10 Jahren und dazu ein umfangreiches Informationsangebot, das mittlerweile über 1,5 Millionen Menschen via Workshops, Broschüren, Videos, Plakaten, Foldern und Downloads in Anspruch nehmen.

Rückblick

„Richtig essen von Anfang an!“ wurde 2008 von der Österreichischen Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH (AGES), dem Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz sowie dem Dachverband (ehemals Hauptverband) der österreichischen Sozialversicherungsträger ins Leben gerufen. Gemeinsam setzte man sich zum Ziel, die bis dato kontroversen Ernährungsbotschaften auf wissenschaftliche Grundlagen zu stellen und zu vereinheitlichen, ein überregionales Netzwerk von und für Fachkräfte aufzubauen und Lebensräume zu schaffen, die ein gesundes Aufwachsen von Anfang an ermöglichen.

Das gemeinsame Programm ist ein gutes Beispiel dafür, wie Gesundheitsförderung national wirksam werden kann. Was im

Jahr 2008 mit einem kleinen Pilotprojekt begann, ist mittlerweile flächendeckend und nachhaltig in den Regionen verankert. Gemeinsam mit der Österreichischen Gesundheitskasse konnte ein österreichweit einheitliches, kostenloses und dauerhaftes Angebot für Eltern auf die Beine gestellt werden, das ausgezeichnet angenommen wird.

Workshops und Fortbildungsveranstaltungen mit fast 65.200 Teilnehmerinnen und Teilnehmern

Seit 2011 veranstaltet „Richtig essen von Anfang an!“ gemeinsam mit der Österreichischen Gesundheitskasse kostenlose Workshops und Webinare über Ernährung in der Schwangerschaft, in der Stillzeit und im Kindesalter. Über 63.100 Eltern und andere Bezugspersonen wurden auf diese Weise bisher erreicht. Darüber hinaus werden auch Multiplikatorinnen und Multiplikatoren aus relevanten Berufsgruppen – wie Ernährungswissenschaftlerinnen und -wissenschaftler, Diätologinnen und Diätologen, Hebammen sowie Ärztinnen und Ärzte – geschult, damit sich die Informationsweitergabe an Patientinnen und Patienten sowie Kundinnen und Kunden einheitlich gestaltet. In den vergangenen Jahren nahmen über 2.140 Fachkräfte an mehr als 370 Fortbildungsveranstaltungen teil.

Evaluierung von Produkten und Verpflegung für Kleinkinder

Im Rahmen des Programms „Richtig essen von Anfang an!“ wurde auch die Kennzeichnung der am österreichischen Markt erhältlichen Beikostprodukte mit dem Ziel evaluiert, die Zusammensetzung und Deklaration aus ernährungswissenschaftlicher Sicht zu beurteilen. Es liegt bereits eine Checkliste für Beikostprodukte für Eltern und die „Qualitätskriterien für Beikost Starterprodukte“ als Empfehlung der Nationalen Ernährungskommission (NEK) vor.

Broschüren, Videos und Factsheets für Eltern

Die Broschüren „Babys erstes Löffelchen“, „Jetzt ess ich mit den Großen“ und „So schmeckt's uns allen!“ richten sich an Eltern (und ihre Kinder) und bieten eine Hilfestellung bei der optimalen Ernährung im Säuglings- und (Klein-)Kindalter. Sie basieren auf wissenschaftlichen Empfehlungen und sollen einen gemeinschaftlichen, ausgewogenen Umgang mit Lebensmitteln in der Familie fördern. Weiters wurden Videos und Factsheets erarbeitet. Die Broschüren und Factsheets können kostenlos als Download bezogen werden. Mehr Informationen auf www.richtigessenvonanfangen.at.

Verbesserung der „Mutter-Kind-Boxen“

Schwangere und Mütter erhalten häufig sogenannte „Mutter-Kind-Boxen“ als Geschenk. Diese sollten idealerweise nur mit erwünschten Inhalten ausgegeben werden. Als Ergebnis einer Markterhebung durch das Programm „Richtig essen von Anfang an!“ konnte eine Anleitung zur optimalen Befüllung der Mutter-Kind-Boxen erstellt werden, welche von der NEK verabschiedet wurde. Dieser Leitfaden richtet seine Empfehlungen sowohl an Firmen und Institutionen, die „Mutter-Kind-Boxen“ in Auftrag geben oder herstellen, als auch an Verteilungsstellen wie Entbindungskliniken, Gynäkologinnen und Gynäkologen oder Gemeinden.

Erhebung zur Verpflegungssituation in Kindergärten

Jedes zweite Kindergartenkind in Österreich nimmt sein Mittagessen im Kindergarten ein. Basierend auf dieser Tatsache hat „Richtig essen von Anfang an!“ 2016 erstmals eine österreichweite Erhebung zur Verpflegungssituation in 5.161 Kindergärten durchgeführt und 2017 veröffentlicht. Als Ergebnis der Erhebung konnte den Kindergartenbetreibern sowie Entscheidungsträgern eine Hilfestellung bei Fragen rund um eine gesündere Kindergartenverpflegung bereitgestellt werden.

Checkliste für die Umsetzung einer gesundheitsförderlichen Verpflegung in Schulen

Im Rahmen des Programms „Richtig essen von Anfang an!“ wurde eine Checkliste erarbeitet, welche einen Überblick über die Möglichkeiten, Essen und Trinken im Schulalltag zu optimieren, bietet. Ziel dieses Tools ist eine Selbstüberprüfung für Schulen. Ein dazu erstelltes Begleitdokument bietet Hintergrundinformationen und ist mit weiterführenden Informationen und regionalen Beratungsstellen verlinkt. Die Checkliste wurde von der NEK verabschiedet.

Dialogveranstaltung Kinder- und Jugendverpflegung

Im März 2020 wurden alle, die eine Rolle bei der Gestaltung der Verpflegung von Kindern und Jugendlichen in Kinderbetreuungseinrichtungen und Schulen spielen, zum Dialog Kinder- und Jugendverpflegung in Wien eingeladen. Über 140 Gäste sind der Einladung gefolgt. Interessensvertreterinnen und -vertreter sowie Akteurinnen und Akteure reisten aus allen Bundesländern an, um gemeinsam einen Tag lang der Frage nachzugehen, wie ein gesundheitsförderliches Verpflegungsangebot in Kinderbetreuungseinrichtungen und Schulen erfolgreich verwirklicht werden kann. Eindrücke der Veranstaltung sind in Wort und Bild unter www.richtigessenvonanfangen.at zu finden.

Ein Gesundheitsförderungsprogramm für „Schwangere, Stillende und Kinder bis zum Alter von 10 Jahren“

Erfolgsgeschichte



Reichweite

- > 576.000 gedruckte Broschüren
- > 852.000 Downloads
- > 2.740 Backlinks auf die REVAN-Homepage
- Facebook: > 515.390 Personen wurden erreicht, 9.845 Abonnenten, > 115 Postings
- Workshops mit insgesamt > 63.100 Teilnehmerinnen und Teilnehmer



Vernetzung

- Umfassendes Netzwerk
- Vernetzung mit Nationaler Ernährungskommission (A), Public Health Forum Österreich (A), FGÖ – Kinder essen gesund (A), Gesund ins Leben (D), European Public Health Nutrition Alliance (EU), JANPA (EU), Open Science (A), VEÖ, ÖGE, ÖGK etc.
- Multiplikatorinnen- und Multiplikatorenveranstaltungen
- Regelmäßige Vernetzungstreffen mit Projektpartnern
- „Babytag“ 2011 ~300 TeilnehmerInnen
- „Dialog Kinder- und Jugendverpflegung“ 2019 ~ 110 Teilnehmerinnen und Teilnehmer
- „Stakeholderdialog zur Stillförderung“ 2021 ~ 70 Teilnehmerinnen und Teilnehmer



Koordination

Koordination der bundesweiten Ernährungs-Workshops (seit 2011 von den Bundesländern/ÖGK finanziert)



Qualitätssicherung

- > 145 Qualitätssicherungen
- > 2.800 Anfragenbeantwortungen



Wissenschaftliche Expertise

Parlamentarische Anfragen, Stellungnahmen zu internationalen Verordnungen, Arbeitsgruppen der Nationalen Ernährungskommission



Beiträge zu nationalen Strategien

Gesundheitsziele (GZ 2, 3, 6 + 7)
Nationaler Aktionsplan Ernährung
Kinder- und Jugendgesundheitsstrategie



Kommunikation

- Bundesweite Ernährungs-Workshops
- Erklär-Videos
- Broschüren: „Babys erstes Löffelchen“, „Jetzt ess ich mit den Großen“, „So schmeckt’s uns allen“
- Rezeptbroschüren: Schwangerschaft, Kleinkinder
- Checklisten und Einkaufsplaner
- Folder, Poster, Infografiken
- Factsheets
- Regelmäßige Homepagebeiträge
- Posterpräsentationen/Vorträge
- Regelmäßige Facebook-Beiträge



Empfehlungen und ExpertInnendokumente

- Österreichische Beikostempfehlungen
- Ernährungsempfehlungen für 1- bis 3-Jährige
- Ernährungsempfehlungen für 4- bis 10-Jährige
- Vermeidung von Lebensmittelinfektionen in der Schwangerschaft
- Empfehlung zum Kuhmilchkonsum im 1. Lebensjahr
- Basisliteraturberichte
- Checkliste für die Schulverpflegung und Hintergrunddokument



Fortbildung

- > 2.145 Multiplikatorinnen und Multiplikatoren geschult (inkl. Begleiterinnen und Begleitern), davon 133 aktive Teilnehmerinnen und Teilnehmer
- Fortbildungskonzept für PHs und BAfEPs entwickelt



Datenerhebung

- Erhebung „Verpflegungssituation im Kindergarten“ (3.869 Kindergärten erreicht)
- Maßnahmenkataloge für jede Zielgruppe
- Markterhebung „Beikostprodukte“
- Evaluation/Reevaluation von Mutter-Kind-Boxen
- Systematischer Review: „Gesundheitliche Auswirkungen des Konsums von Tiermilch bis zum Alter von 3 Jahren“
- Regelmäßige Evaluationsberichte der Workshops
- Studie zur Säuglings- und Kinderernährung

Stand: 19.02.2021

Ausgezeichnet als „Modell guter Praxis“

„Richtig essen von Anfang an!“ hat sich mittlerweile national wie international etabliert. Die erste Auszeichnung ließ nicht lange auf sich warten: Im Rahmen des europäischen Gemeinschaftsprojekts „Joint Action on Nutrition and Physical Activity“ wurde „Richtig essen von Anfang an!“ zum „Modell guter Praxis“ gewählt. Dieses Gemeinschaftsprojekt hat sich zum Ziel gesetzt, den Anstieg von Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen bis zum Jahr 2020 zu stoppen.

Mitarbeit Initiative „Kinder essen gesund“

Darüber hinaus begleitet und unterstützt „Richtig essen von Anfang an!“ die Initiative „Kinder essen gesund“ des Fonds Gesundes Österreich, deren Ziel es ist, eine österreichweite Bewegung umzusetzen. Mit zahlreichen Maßnahmen und Projekten soll die Ernährung von Kindern im Alter von 4 bis 10 Jahren verbessert werden. Die Initiative richtet sich an Kinder, Eltern, Pädagoginnen und Pädagogen sowie Verantwortliche der Gemeinschaftsverpflegung und Kommunen.

Weitere Schritte

Für die schrittweise Realisierung der REVAN-Vision (jedem Kind von Anfang an eine gesunde Ernährung zu ermöglichen und so die Zahl gesundgewichtiger Kinder zu erhöhen) werden für die nächsten fünf Jahre drei Handlungsfelder mit entsprechenden Zielsetzungen priorisiert:

- Entwicklung von Handlungsempfehlungen und Maßnahmen zur Stillförderung
- Optimierung der Gemeinschaftsverpflegung in Kinderbetreuungseinrichtungen und Schulen
- Bestehende Informationsangebote treffsicher gestalten



Alle Informationen finden Sie auf der Homepage: www.richtigessenvonanfangan.at.

2.1.3.

Schulische Gesundheitsförderung in der Sozialversicherung



Foto: © Sergey Novikov/Shutterstock



Der schulische Lebensraum nimmt in der Gesundheitsförderung eine Schlüsselrolle ein. Einerseits begleitet Schule als Ort der Bildung Kinder und Jugendliche über viele Jahre hinweg, andererseits lässt sich die Organisation Schule selbst gesundheitsförderlich gestalten. Gesundheitsfördernde Maßnahmen zielen somit neben dem Gesundheitsverhalten auch auf eine gesunde Schulumwelt ab. Eine gesunde Schule zeigt sich in vielen Facetten, die es langfristig zu verankern gilt. Damit dies gelingt, hat die Sozialversicherung das Kompetenznetzwerk gesunde und sichere Schule gegründet, bestehend aus dem Dachverband der Sozialversicherungsträger (DV), der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK), der Allgemeinen Unfallversicherungsanstalt (AUVA), der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteten



ter, Eisenbahnen und Bergbau (BVAEB) und der Sozialversicherungsanstalt der Selbständigen (SVS). Das Kompetenznetzwerk tauscht sich regelmäßig aus, plant gemeinsame Aktivitäten und kooperiert mit externen Anbieterinnen und Anbietern. Direkter Ansprechpartner für alle im Lebensraum Schule tätigen Akteurinnen und Akteuren sind die Service Stellen gesunde Schule der Sozialversicherung. Diese unterstützen Schulen bedarfsgerecht auf dem Weg zu gesunden Schulen. Neben der systematischen Prozessbegleitung umfasst das Angebot auch spezifische Maßnahmen und Gesundheitsprojekte zu den Bereichen Bewegung, Ernährung, psychosoziale Gesundheit, Sucht und Sicherheit sowie das Ausrichten fachspezifischer Veranstaltungen.

Neues Angebot Service Stellen gesunde Schule: „GET! Gesunde Entscheidungen treffen“

Ab Herbst 2021 bieten die Service Stellen gesunde Schule mit „GET! Gesunde Entscheidungen treffen“ ein neues Angebot zur Stärkung der Gesundheitskompetenz von Schülerinnen und Schülern an. Gesundheitskompetenz stellt einen wesentlichen Aspekt der Gesundheit dar, denn sie bildet die Grundlage, um selbstbestimmt gesundheitsförderlich zu handeln. Dazu müssen

Gesundheitsinformationen beschaffen, verstanden, bewertet und angewendet werden. Die notwendigen Kompetenzen dafür können in der Schule gemeinsam erlernt und gelebt werden. „GET! Gesunde Entscheidungen treffen“ bietet themenspezifische Unterrichtskonzepte für die Volksschule und Sekundarstufe. Folgende Ziele werden mit dem Angebot verfolgt:

- Erhöhung der Sprach- und Lesekompetenz in Bezug auf Gesundheitsinformationen von Schülerinnen und Schülern
- Förderung kritischen Denkens und Hinterfragens von Gesundheitsinformationen
- Förderung gesundheitsrelevanten Verhaltens
- Vermittlung von Wissen über Gesundheitssysteme und relevante Anlaufstellen
- Sensibilisierung von Eltern und Pädagoginnen und Pädagogen für Gesundheitskompetenz und deren Zusammenhang mit Gesundheitsverhalten und Wohlbefinden

Nähere Informationen sind unter www.sozialversicherung.at/schule verfügbar oder direkt bei den regionalen Service Stellen gesunde Schule erhältlich.

Regionale Service Stellen gesunde Schule



Service Stelle gesunde Schule Burgenland

Adresse: Siegfried Marcus-Straße 5, 7000 Eisenstadt
Telefon: 05 0766-131712
E-Mail: schule-13@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Kärnten

Adresse: Kempfstraße 8, 9021 Klagenfurt
Telefon: 05 0766-162123
E-Mail: schule-16@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Niederösterreich

Adresse: Kremser Landstraße 3, 3100 St. Pölten
Telefon: 05 0766-126205 oder -126206 oder -126217
E-Mail: schule-12@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Oberösterreich

Adresse: Gruberstraße 77, 4021 Linz
Telefon: 05 0766-14103539
E-Mail: schule-14@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Salzburg

Adresse: Engelbert-Weiß-Weg 10, 5021 Salzburg
Telefon: 05 0766-171045
E-Mail: schule-17@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Steiermark

Adresse: Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz
Telefon: 05 0766-151935
E-Mail: schule-15@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Tirol

Adresse: Klara-Pörtl-Weg 2, 6020 Innsbruck
Telefon: 05 0766-181628 oder -181632
E-Mail: schule-18@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Vorarlberg

Adresse: Jahngasse 4, 6850 Dornbirn
Telefon: 05 0766-191657
E-Mail: gesundheitsfoerderung-19@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Wien

Adresse: Wienerbergstraße 15–19, 1100 Wien
Telefon: 05 0766-112732
E-Mail: schule-11@oegk.at



Service Stelle gesunde Schule der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau

Abt. Unfallverhütung und Gesundheitsförderung
Adresse: Josefstädter Straße 80, 1080 Wien
Telefon: 050405-21712
E-Mail: gesundheitsfoerderung@bvaeb.at
Web: www.bvaeb.at/gesundheitsfoerderung



Sozialversicherung der Selbständigen

Adresse: Wiedner Hauptstraße 84–86, 1051 Wien
Telefon: 050 808 808
E-Mail: sicherheit.gesundheit@svs.at
Web: www.svs.at/gesundeschule



Allgemeine Unfallversicherungsanstalt

Adresse: Wienerbergstraße 11, 1100 Wien
Telefon: 05 9393-20000
E-Mail: hub@auva.at
Web: www.auva.at/sicherlernen

22

Ausgewählte Projekte der Sozialversicherungsträger



2.2.1

BVAEB – Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau

Foto: © Axel Bruckner



Mag. Dr. Norbert Schnedl
Obmann

Der BVAEB ist die Gesundheitsförderung ein wichtiges Anliegen. Daher initiieren und begleiten wir zahlreiche Projekte mit dem Ziel, die Gesundheit in den verschiedensten Lebens- und Arbeitswelten zu stärken. Ein besonderes Augenmerk liegt dabei auf der Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen. Denn ausgehend davon, dass die Entwicklung von gesundheitsförderlichen Kompetenzen in jungen Jahren eine Ressource für das gesamte Leben darstellt, kann man nie früh genug mit Gesundheitsförderung beginnen.

Gerade in Krisenzeiten ist Gesundheit eine essenzielle Ressource, um Herausforderungen gestärkt zu begegnen und gut zu meistern. Da besondere Situationen auch besondere Maßnahmen benötigen, haben wir mit der Umstellung all unserer Unterstützungs- und Betreuungsangebote im Rahmen der Gesundheitsförderung auf digitale Formate entsprechend auf die COVID-19-Pandemie reagiert. So konnten wir auch im letzten Jahr weiterhin als kompetente Ansprechstelle zu den Themenbereichen „Gesundheit“ und „Gesundheitsförderung“ zur Verfügung stehen.

Um eine hohe Reichweite und einen einfachen Zugang zu den Angeboten zu ermöglichen, sind die BVAEB-Netzwerke und Gesundheitsförderungsprojekte in ganz Österreich ausgerollt. Im pandemiegeprägten letzten Jahr konnten diese Angebote zudem zusätzlich im Online-Format in Anspruch genommen werden. Somit ist es uns auch in Zeiten von sozialer Distanzierung möglich gewesen, die Gesundheitsförderung vor allem in Kindergärten, Schulen sowie in den Lehrwerkstätten zu forcieren.

Zukünftig möchten wir weiterhin verstärkt auf die Ausbildung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren an Kindergärten und Schulen setzen, um gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen gesundheitsförderliche Fertigkeiten zu stärken.

Foto: © Marion Camiel



Dr. Gerhard Vogel
Generaldirektor

BVAEB goes online – digitale Gesundheitsförderung in Bildungseinrichtungen und mehr Bewegung in Lehrwerkstätten

Außergewöhnliche Zeiten erfordern außergewöhnliche Lösungen. Die COVID-19-Pandemie hat uns gezeigt, dass gerade in herausfordernden Zeiten das Achten auf die eigene Gesundheit besonders wichtig ist. Daher hat die Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau (BVAEB) ihr gesamtes Beratungs- und Betreuungsangebot im Rahmen der Gesundheitsförderung auf Online-Formate umgestellt, um ihre

Versicherten auch weiterhin laufend mit gesundheitsfördernden Maßnahmen und Angeboten unterstützen zu können. Im Mittelpunkt stehen dabei Unterstützungsleistungen für alle in Bildungseinrichtungen tätigen Personen, die als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren tagtäglich eine Vorbildwirkung für Kinder und Jugendliche einnehmen.

2.2.1.1.

Gesundheitsförderung in Kindergärten und Schulen

Von gesunden Pädagoginnen und Pädagogen zu gesunden Kindern und Jugendlichen in Bildungseinrichtungen

Durch die beiden österreichweiten BVAEB-Netzwerke „Gesunder Arbeitsplatz Kindergarten“ und „Gesunder Arbeitsplatz Schule“ wird das Thema Gesundheitsförderung in Kindergärten und Schulen in den Mittelpunkt gerückt. Ausgehend von der Prämisse, dass gesunde und leistungsfähige Pädagoginnen und Pädagogen als wichtige Schlüsselpersonen für Kinder und Jugendliche positiv auf diese und deren Gesundheit wirken können, unterstützt die BVAEB Bildungseinrichtungen bei der Gestaltung von gesundheitsförderlichen Rahmenbedingungen und beim Ausbau von Kompetenzen zur Gesundheitsstärkung. Durch die Rolle von Pädagoginnen und Pädagogen als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren können so erlernte, gesundheitsförderliche Verhaltensweisen gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen im Alltag trainiert, gefestigt und erweitert werden.

Durch die pandemiebedingte Umstellung der BVAEB-Betreuung von gesundheitsförderlichen Projekten an Kindergärten und Schulen auf eine digitale Form konnte das Thema Gesundheitsförderung auch in Zeiten sozialer Distanzierung hochgehalten und die Möglichkeit zur Weiterführung der laufenden Projekte zur Unterstützung der Gesundheit von Betreuungs- und Schlüsselpersonen an Bildungseinrichtungen aufrechterhalten werden. Gerade in Bereichen mit großer Verantwortlichkeit in der Entwicklungsbegleitung von Kindern und Jugendlichen hat sich der Fokus durch die COVID-19-Pandemie geändert und es bedarf neuer Themen, um ein gesundheitsförderndes Umfeld in Bildungseinrichtungen schaffen zu können.

Den Kindergarten digital gesund erhalten



Foto: © Krakenimages.com/Shutterstock



↳ Einladung zur Online-Fortbildung

Das letzte Jahr stellte die Kindergärten – ihre Leiterinnen und Leiter, die Pädagoginnen und Pädagogen und die Betreuerinnen und Betreuer, aber auch die Kinder – vor große Herausforderungen. Die BVAEB unterstützte in dieser herausfordernden Zeit im Rahmen der Gesundheitsförderung bestmöglich durch neue, zusätzlich entwickelte Formate und forcierte die Projektbetreuung auf digitale Art und Weise, um die Gesundheitsprozesse an den Kindergärten weiterführen zu können. Denn nur wenn die Betreuungspersonen im Kindergarten die Möglichkeit haben, für sich und ihre eigene Gesundheit in ausreichendem Maße zu sorgen, können sie auch die ihnen gestellten Aufgaben Tag für Tag gut bewältigen. Das konnte auch Antje Werderits-Nika, Leiterin der **Kinderkrippe Großpetersdorf** im Burgenland, in einem Feedback-Gespräch bestätigen: „Wenn es uns gut geht und unsere eigenen Belastungen reduziert werden, können wir auch gut für die Kinder sorgen. Darüber hinaus können wir dann unserer Vorbildwirkung gut nachkommen. Wir haben in letzter Zeit auch weniger Krankenstände und auch die Kinder sind weniger oft krank.“

Um auch in Krisenzeiten Aus- und Fortbildungsangebote zur Verfügung stellen zu können, hat die BVAEB ihr Angebot für Kindergärten dahingehend erweitert, dass spezielle **Online-Fortbildungen** zu aktuellen gesundheitsrelevanten Themen österreichweit angeboten wurden. Hier wurden beispielsweise Themen wie

die „5 Stufen der Krise – vom Schock zum Neubeginn“ oder „Kraftquelle: Erholung schlafen“ von Fachexpertinnen und Fachexperten beleuchtet. Auch konnten sich die am Gesundheitsförderungsprojekt teilnehmenden Kindergärten online zu Gesundheitsbeauftragten ausbilden lassen, um gesundheitsrelevante Themen in ihrem Arbeitsumfeld an Kolleginnen und Kollegen sowie an die zu betreuenden Kinder besser weitergeben zu können. Gerade in Zeiten wie diesen sind Kompetenzen, wie im Bereich der Kommunikation, besonders gefragt, wenn mit Kindern beispielsweise verstärkt belastende Themen besprochen werden müssen. Auch die Zusammenarbeit als Team, die in Zeiten sozialer Distanzierung noch komplexer geworden ist, bedarf neuer, angepasster Ansätze und Lösungen, um die bestmögliche Betreuung der Kinder auch in belastenden Situationen aufrechtzuerhalten. Der **Kindergarten Bernstein** im Burgenland meldete in diesem Zusammenhang zurück, dass „das Gesundheitsförderungsprojekt die Kommunikation im Team und das Arbeitsklima verbessert hat und auch die Kinder diese positive Grundstimmung spüren, was allen im Alltag zugutekommt.“

Den BVAEB-betreuten Kindergärten wurde außerdem die Teilnahme an einem **Online-Vernetzungstreffen** ermöglicht, in dem sie die gesammelten Erfahrungen austauschen und sich in ihrem Umgang mit gesundheitsförderlichen Themen auch in be-

sonders herausfordernden Zeiten wechselseitig mit neuen Ideen unterstützen konnten. So stand die BVAEB den Kindergärten durch die Umstellung der Projektbetreuung auf ein Online-Format auch in der Krise der letzten Monate tatkräftig zur Seite und konnte ihnen auf die Situation angepasste Unterstützung und Weiterbildungsmöglichkeiten anbieten – damit unseren Kindern die bestmögliche Versorgung auch in belastenden Zeiten zuteilwerden kann.



↳ KIGA-Vernetzungstreffen: Willkommensfolie

Gesunde Schulen im Jahr von Homeschooling und Distance Learning

Ähnliche Erfahrungen gab es im letzten Jahr auch an Schulen. Gewohnte Abläufe und Strukturen wurden durcheinandergebracht und der Schulalltag vor große Herausforderungen gestellt. Auch hier versuchte die BVAEB mit der Umstellung ihrer Betreuungsmöglichkeiten, Angebote und Unterstützungsleistungen auf Online-Formate, Schulleiterinnen und Schulleiter, Pädagoginnen und Pädagogen sowie das nicht pädagogische Personal dabei zu unterstützen, die Krise gemeinsam mit ihren Schülerinnen und Schülern möglichst gesund und gestärkt zu meistern.

Online-Symposien „Gesunder Arbeitsplatz Schule“

Die regelmäßig in jedem Bundesland stattfindenden **BVAEB-Symposien zur „Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Schule“** waren jährliche Fixpunkte und wurden als Möglichkeit zur Wissenserweiterung sowie zum Austausch mit Kolleginnen

und Kollegen gut und gerne von an Schulen tätigen Personen besucht. Im Frühjahr 2021 wurden die Symposien erstmals im Online-Format durchgeführt und von zahlreichen Teilnehmerinnen und Teilnehmern digital mitverfolgt. Durch verschiedenste fachspezifische Vorträge von erfahrenen Gastreferentinnen und Gastreferenten konnten auch auf digitale Weise wertvolle Einblicke in die vielfältigen Möglichkeiten der Gesundheitsförderung für Schulleitungen, Pädagoginnen und Pädagogen sowie nicht-unterrichtendes Personal vermittelt werden. Die Themen reichten dabei vom Lehren in Krisenzeiten über eine gesunde Stimm- und Sprechtechnik im Unterricht bis hin zu Möglichkeiten zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit im Schulalltag – alle Themen wurden dabei sowohl aus theoretischer als auch vor allem aus praktischer Sicht beleuchtet. Anhand von praxisnahen sowie alltagstauglichen Übungen wurden den Pädagoginnen und Pädagogen mögliche „Werkzeuge“ in die



↳ Online-Symposien



Hand gegeben, die sie zur Stärkung der eigenen Gesundheit einsetzen, aber ebenso in ihrer wertvollen Funktion als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren an die Schülerinnen und Schüler weitergeben können.

Auch Mag.^a Nora Korecky, diplomierte Trainerin für Burnout-Prephylaxe, lieferte im Rahmen der Symposien in Impulsvorträgen zum Thema „Mindfulness – Achtsam durch den Schulalltag“ interessante Einblicke in die Welt der Achtsamkeit. Anhand von vielen einfach umsetzbaren Übungen für jede Altersklasse veranschaulichte sie sehr gut, wie man Achtsamkeit praktizieren und erfolgreich in den Schulalltag und die tägliche Arbeit mit Schülerinnen und Schülern miteinfließen lassen kann. Wichtig dabei ist, dass Achtsamkeit nicht als Tool gesehen wird, das man erlernt. Vielmehr geht es um eine innere Haltung zum bewussten Erleben des gegenwärtigen Moments und die sich daraus ergebende neue und andere Wahrnehmung von sich selbst und den eigenen Bedürfnissen – und die gilt es einzüben. „Grundsätzlich geht es im Schulalltag um die Fähigkeit, innezuhalten und nachzuspüren und dadurch aus einer stressigen Situation aussteigen zu können. Es geht darum, den ‚Auto-pilot des Dramas‘ zu stoppen“, wie Mag.^a Korecky ausführt.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Online-Symposien wurden durch interaktive Umfragen zum Mitmachen animiert und konnten Rückfragen stellen, die sofort aufgegriffen und beantwortet wurden. Besonders interessiert waren Pädagoginnen und Pädagogen an konkreten Übungen, die auch mit Schülerinnen und Schülern gut im Alltag umgesetzt werden können. Dazu die Expertin: „Egal ob Körperübungen, Atemtechniken oder Meditationen – alle Übungen für Erwachsene können auch mit Kindern und Jugendlichen umgesetzt werden, da gibt es keinen

Unterschied. Im Gegenteil: Schülerinnen und Schüler spüren und erleben oft viel schneller als skeptische Erwachsene, dass es guttut, innezuhalten und wahrzunehmen, was ich gerade fühle, spüre, rieche, schmecke oder denke.“

Österreichweite Online-Fortbildungen der BVAEB: Praxisnahe Inhalte für einen gesundheitsfördernden Schulalltag

Einfache und schnelle Übungen für einen gesünderen Schulalltag, die sowohl digital im Homeschooling als auch im Präsenzunterricht mit den Schülerinnen und Schülern durchgeführt werden können, gab es für die Pädagoginnen und Pädagogen von Schulen aus ganz Österreich, die an den von der BVAEB organisierten Online-Fortbildungen im Schuljahr 2020/21 teilnahmen. Die Webinare behandelten dabei Themenbereiche wie den Umgang mit belastenden Situationen und Krisen sowie die Stärkung der persönlichen Resilienz und den gesunden Schlaf. Zudem waren auch Themen wie Bewegung, Stimmeneinsatz und gesunde Ernährung Inhalte der Fortbildungen.

Die Rückmeldungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren durchwegs sehr positiv. Trotz des Online-Formates konnte produktiv und interaktiv zusammengearbeitet werden. Auch wurden viele Anregungen sowie praktische Tipps für den Schulalltag vermittelt.

Innovative Online-Projekte an Schulen

Auch die **Fachschule für Land- und Ernährungswirtschaft Großlobming – St. Martin** in der Steiermark hat sich von den erschwerten Bedingungen des letzten Jahres nicht entmutigen lassen und frei nach dem Motto „Jetzt erst recht!“ weiterhin an der Umsetzung von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung



↳ Online-Symposien „Gesunder Arbeitsplatz Schule“



↳ Online-Angebot „Bewegung“

gearbeitet. Das Besondere an dieser Schule ist die ganzheitliche Miteinbeziehung aller Personen am Schulstandort – so ist ein Kooperationsprojekt der Sozialversicherungsträger BVAEB und SVS entstanden, in dem sowohl die Gesundheit der Schulleitung, der Lehrkräfte sowie des nicht-unterrichtenden Personals als auch jene der Schülerinnen und Schüler zum Thema gemacht wird und gestärkt werden soll.

Im Zuge dieser Bemühungen hat die Schule im vergangenen Jahr gemeinsam mit neun anderen steirischen Fachschulen an einer „Online-Schritte-Challenge“ teilgenommen, die von der Firma innoVit – health solutions unter der Leitung von Mag. Georg Jillich umgesetzt wurde. Ziel dieser Challenge war es, gemeinsam in kleinen Teams durch verstärkte Alltagsbewegung „offline“ täglich möglichst viele Schritte zu sammeln. Diese konnten dann regelmäßig in einem Online-System erfasst werden. So wurde Schritt für Schritt eine vorgegebene Strecke „virtuell“ abgegangen und der jeweilige Streckenfortschritt aller teilnehmenden Teams war aktuell ersichtlich. Im Falle dieses Projekts führte die Route von einer teilnehmenden Schule zur nächsten. Wurde eine Schule als Zwischenziel erreicht, konnte man sich mittels Videos und Infos auch gleich ein Bild von der Schule machen – so wurden zusätzlich auch die Vernetzung und der Austausch zwischen den Schulen gefördert.

Und das gefiel: „Insgesamt haben wir mit elf Teams zu je vier bis sechs Personen unserer Schule teilgenommen. Ganz besonders gefreut hat es mich, dass sich nicht nur Teams aus Schülerinnen und Schülern zusammengefunden haben, sondern auch die Lehrkräfte und Mitarbeitende aus Küche und Reinigung voller Motivation dabei waren“, berichtet Theresia Stoff, Direktorin und Projektleiterin an der Fachschule Großlobming. Durch das einzig-

artige Projektdesign motivierten sich die Teammitglieder in den Kleinteams einerseits gegenseitig, andererseits wurde „gerade durch den Vergleich mit anderen Teams und das ‚Matchen‘ mit anderen Schulen der Ehrgeiz bei vielen geweckt“, wie Frau Stoff den Grundgedanken der Challenge bestätigt. Erfreulich waren auch die positiven Auswirkungen des Projekts: „Das Projekt hat zu einem Zeitpunkt stattgefunden, wo gerade alle wieder an der Schule waren. Durch viele gemeinsame Spaziergänge nach dem Unterricht und in der Freizeit hat sich einerseits die Alltagsbewegung an der frischen Luft erhöht. Zusätzlich wurde aber gerade nach der ungewohnten sozialen Distanz durch den Corona-Lockdown auch das Gemeinschaftsgefühl wieder enorm gestärkt!“

Insgesamt hat sich gezeigt, dass Gesundheitsförderung in Schulen selbst in herausfordernden Zeiten mithilfe von innovativen und kreativen Ideen gelebt und umgesetzt werden kann. Ebenso war gerade die Betreuung durch Online-Angebote in Krisenzeiten wichtig, um „am Ball“ zu bleiben und die Gesundheit von Pädagoginnen und Pädagogen zu stärken – nicht zuletzt deshalb, weil sie nur so auch ihre wichtige Vorbildfunktion wahren und weiterhin positiv auf die Gesundheit von Schülerinnen und Schülern einwirken können.

Ansprechperson:

Christina Fürst, MA

Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter,
Eisenbahnen und Bergbau, Abteilung 17 –
Unfallverhütung und Gesundheitsförderung
Josefstädter Straße 80, 1080 Wien
E-Mail: gesundheitsfoerderung@bvaeb.at

2.2.1.2.

Förderung der Lehrlingsgesundheit – eine wichtige Investition in die Zukunft



Foto: © Robert Kneschke/Shutterstock

Gesunde Lehrlinge in gesundheitsfördernden Dienststellen und Betrieben

Aus der Lehrlingsgesundheitsbefragung aus den Jahren 2018 und 2019 des Instituts für Gesundheitsförderung und Prävention geht hervor, dass 77 % der Lehrlinge (Stichprobe 2.001 Lehrlinge) ihren Gesundheitszustand als ausgezeichnet oder gut bezeichnen. Dem gegenübergestellt, beantworten 27 % der Mädchen und 20 % der Burschen die Frage mit „eher gut“ oder „schlecht“. Im Hinblick auf Beschwerden werden schlechte Laune, Gereiztheit sowie Einschlafschwierigkeiten, Rückenschmerzen und Kopfschmerzen am häufigsten genannt.

Betrachtet man die Bereiche Ernährung, Bewegung und Rauchen genauer, lässt sich erkennen, dass Lehrlinge im Vergleich zu Schülerinnen und Schülern statistisch gesehen ein schlechteres Gesundheitsverhalten aufweisen. Im Bereich Ernährung greifen Lehrlinge häufiger zu Fastfood, Energy Drinks und süßen Limonaden als Schülerinnen und Schüler. Ähnliches lässt sich auch in Bezug auf das Rauchen ableiten. Der prozentuelle Anteil an Lehrlingen, die aktuell rauchen, liegt bei über 50 % – im Vergleich dazu sind es rund 27 % bei Schülerinnen und Schülern. Im Bereich körperlicher Aktivitäten in der Freizeit ist die prozentuelle Verteilung zwischen Lehrlingen sowie Schülerinnen und Schüler in der Kategorie „2- bis 3-mal die Woche Bewegung“ ausgeglichen. Eine größere Differenz ist erst in der Kategorie

„mindestens 4-mal die Woche Bewegung“ zu erkennen, hier ist der Anteil der männlichen Schüler höher als jener der männlichen Lehrlinge.

Die Daten der Lehrlingsgesundheitsbefragung zeigen Handlungsbedarf und sprechen dafür, gezielte Maßnahmen für eine gute Gesundheitsentwicklung der Lehrlinge zu setzen. Daher hat sich die BVAEB dazu entschlossen, im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung Rahmenbedingungen zu schaffen, um gemeinsam mit den Dienststellen und Betrieben eine positive und vor allem gesundheitsförderliche Entwicklung dieser Zielgruppe gewährleisten zu können.



↳ Gemeinsame Kräftigungsübungen im Rahmen des Programmes „Fit4Work“

Gesundheitsförderung als integrierter Bestandteil der Lehrlingsausbildung: Die ÖBB Lehrwerkstätte Bludenz

Mit der Implementierung eines Bewegungsprogrammes für Lehrlinge, das von der BVAEB unterstützt wird, setzt die Lehrwerkstätte Bludenz der ÖBB-Infrastruktur AG seit vielen Jahren einen Schwerpunkt auf die Gesundheitsförderung von Jugendlichen im Betrieb.

Das Bewegungsprogramm „Fit4Work“ wurde 2010 als Pilotprojekt an der Lehrwerkstätte gestartet und ist heute fixer Bestandteil der Ausbildung. Das Programm wird mittlerweile seit mehr als zehn Jahren mit großem Erfolg umgesetzt und jährlich von rund 100 Lehrlingen im Alter von 15 bis 22 Jahren absolviert. Das Angebot findet zweimal pro Jahr, als Frühjahrs- und Herbstmodul, statt und besteht jeweils aus zehn aufeinander aufbauenden Einheiten. Die Umsetzung erfolgt seit vielen Jahren in guter und professioneller Zusammenarbeit mit dem externen Bewegungsexperten Jürgen Mock. Um bestmögliche Rahmenbedingungen für die Umsetzung bieten zu können, wurde an der Lehrwerkstätte Bludenz im Jahr 2020 ein eigener Bewegungsraum mit verschiedensten Trainingsutensilien eingerichtet.

Gerhard Tschann ist Standortleiter der Lehrwerkstätte Bludenz der ÖBB-Infrastruktur AG. Er betont die Wichtigkeit der Gesundheitsförderung für Lehrlinge und hebt den ganzheitlichen Ansatz des Bewegungsangebots hervor: „Neben der Stärkung der Ausdauer, Beweglichkeit und Körperwahrnehmung wird auch präventiv das Thema Sturz- und Verletzungsprophylaxe vermittelt. Auch die richtige Haltung beim Heben und Tragen oder Stehen an der Dreh- und Fräsmaschine ist Teil des Gesundheitsförderungsprogrammes. Die Lehrlinge kommen hierbei ganz schön ins Schwitzen, werden aber angehalten, nur so viele Übungswiederholungen zu machen, wie es ihnen möglich ist – es soll kein Wettbewerb entstehen. Zudem wird an den Themen

Teamgeist, Achtsamkeit, Arbeitsmotivation und sozialer Umgang innerhalb des Arbeitsteams gearbeitet.“

Das Gesundheitsförderungsprogramm hat nicht nur positive Auswirkungen auf das individuelle Bewegungsverhalten, sondern fördert auch den Zusammenhalt. Der Trainer Jürgen Mock verfolgt dabei einen ganzheitlichen Ansatz und vermittelt Inhalte zur Körperhaltung, Körperwahrnehmung, Achtsamkeit, Balance und zur Förderung des Teamgeists.

Aus organisatorischen Gründen und um den Austausch aller Altersgruppen zu fördern, werden die Lehrlingsklassen durchmischte. Da die Lehrlinge im 3. Lehrjahr überwiegend Praxiserfahrung außerhalb der Lehrwerkstätte sammeln, werden durch das Bewegungsprogramm vor allem Lehrlinge aus dem 1., 2. sowie dem 4. Lehrjahr erreicht.

Zusätzlich zu den extern angeleiteten Rückenkursen wurden interne Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der ÖBB Lehrwerkstätte Bludenz zu Übungsleiterinnen und Übungsleitern ausgebildet. Es handelt sich hierbei um geschultes Personal in den Bereichen Motivationstraining, Bewegung, Stabilisation und Gleichgewicht. Um das Bewegungsverhalten der Lehrlinge nachhaltig fördern zu können, werden zwischendurch Übungen, die in den beruflichen Alltag integriert werden können, spielerisch vermittelt und umgesetzt.

Österreichweit zählt die BVAEB rund 6.500 versicherte Lehrlinge in den unterschiedlichsten Dienststellen und Betrieben. In Zukunft soll die Lehrlingsgesundheit weiter forciert und ein österreichweit einheitliches Angebot an zielgruppenspezifischen Maßnahmen etabliert werden. Dabei sollen Lehrlinge direkt an ihrem Arbeitsplatz erreicht und als spezifische Zielgruppe stärker in den Prozess der Betrieblichen Gesundheitsförderung miteingebunden werden.



© Gerhard Tschann
ÖBB-INFRA-BZELW-Bludenz

Ansprechperson:

Julia Thür, MA

Versicherungsanstalt öffentlich
Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau
Abteilung 17 – Unfallverhütung und
Gesundheitsförderung

Josefstädter Straße 80, 1080 Wien

E-Mail: gesundheitsfoerderung@bvaeb.at

↳ Lehrwerkstätte Bludenz der ÖBB-Infrastruktur AG

2.2.2

Ausgewählte Projekte der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK)



Matthias Krenn,
Obmann der ÖGK

Die Österreichische Gesundheitskasse ist dem Ziel der bestmöglichen körperlichen, geistigen und sozialen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen besonders verpflichtet. Mit unseren zahlreichen Projekten unterstützen wir in allen Stadien des Erwachsenwerdens, bereits ab der Geburt, etwa mit den Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen und den „Frühen Hilfen“. Da die Weichen für eine gesunde Zukunft bereits in jungen Jahren gestellt werden, kommt der rechtzeitigen Vermittlung von Gesundheitskompetenz (Health Literacy) in enger Kooperation mit Eltern, Kindergärten, Schulen und Vereinen besondere Bedeutung zu. So fördern erfolgreiche Projekte wie der „Jugendgesundheits-Coach“ das spielerische Erlernen gesunder Verhaltensweisen durch Gleichaltrige und bieten „Gesunde Volksschulen“ Schüler-Workshops zu gesundheitsrelevanten Themen. Mit vielfältigen Programmen, etwa in der Adipositas-Prävention, der Diabetes-Vorsorge und der psychosozialen Versorgung sowie als Partner des Kinderimpfprogramms, leisten wir einen wichtigen Beitrag für die Gesundheit und Lebensqualität künftiger Generationen. Zuletzt haben wir mit einer neuen Kinderambulanz im Gesundheitszentrum Wien-Favoriten und einer dislozierten Ambulanz mit Schwerpunkt Kinderheilkunde im Ennstal die Versorgung weiter ausgebaut. Die Förderung von Kinder- und Jugendgesundheit steht auch in Zukunft im Fokus des Handelns der ÖGK als verlässliche Begleiterin in jedem Alter und in allen Lebenslagen.



Andreas Huss,
Obmann der ÖGK

Für alle Kinder in Österreich muss ein gesundes Aufwachsen von Anfang an ermöglicht werden. Die Stärkung der Kindergesundheit in allen Lebenslagen ist ein wichtiges Anliegen, bei dem alle Politikbereiche – im Sinne von Health in all Policies – zusammenwirken müssen. In diesem Bericht wird deutlich, dass die Projekte der Sozialversicherung diese Zielsetzung auf breiter Basis unterstützen. Trotzdem müssen die Anstrengungen in manchen Bereichen weiter vertieft und ausgebaut werden. Besonders wichtig ist in nächster Zeit der flächendeckende Ausbau der „Frühen Hilfen“ auf alle österreichischen Bezirke. Die Wirksamkeit des Programmes soll mit einer guten Personal- und Ressourcenausstattung in allen Bundesländern weiter gestärkt werden. Gerade aufgrund der negativen Auswirkungen der Corona-Krise auf die Psyche sind bei der psychosozialen Versorgung für Kinder und Jugendliche weitere Investitionen besonders wichtig. Einerseits braucht es hier einen Fokus auf Kinder von psychisch kranken Eltern, denn sie haben ein höheres Risiko, selbst zu erkranken. Andererseits ist der Ausbau der Kinder- und jugendpsychiatrischen Versorgung ebenso wichtig wie die Etablierung von multidisziplinären psychosozialen Versorgungszentren für Kinder und Jugendliche. Dabei muss für alle anderen Kinder ein gleicher und niederschwelliger Zugang zu dieser Krankenbehandlung gewährleistet werden. Zuletzt ist es notwendig, mehr in die Kinderzahngesundheit zu investieren. Der Kariesstatus der Kinder ist in den Bundesländern derzeit leider sehr unterschiedlich und mit einem Ausbau von Maßnahmen wie Mundhygiene und Fissurenversiegelung auf Kassenkosten können wir es schaffen, dass der soziale Status der Kinder nicht mehr an den Zähnen ablesbar ist. Wenn man das Kindes- und Jugendalter ohne Kariesprobleme übersteht, hat man als Erwachsener viel weniger Zahnprobleme, so der einhellige Tenor vieler Studien.

2.2.2.1.

Maßnahmen im Rahmen der Corona-Pandemie für Kinder und Jugendliche



Foto: © Westend61 GmbH/Alamy Stock Photo

„KINDERLEICHT!“ FAMILIE AUCH WÄHREND PANDEMIE GROSS IN FORM ONLINE-GESTÜTZTES PROGRAMM ZUR PRÄVENTION VON KINDLICHER ADIPOSITAS

Seit 2019 bietet die ÖGK Oberösterreich das Programm „Kinderleicht! Familie groß in Form“ an, ein Unterstützungsangebot für Familien mit übergewichtigen bzw. adipösen Kindern.

Da aufgrund der Corona-Pandemie 2020/2021 keine Präsenzkurse möglich waren, wurde dieses Programm von den Expertinnen und Experten überarbeitet und konnte erfolgreich in ein Online-Format überführt werden.

Programmziele

Ziel des Programms ist es, innerhalb der Familie eine erfolgreiche und nachhaltige Lebensstiländerung zu bewirken. Dabei werden individuelle Bedürfnisse, Belastungen und Ressourcen berücksichtigt. Damit wird nicht nur verhindert, dass die Gewichtsproblematik bestehen bleibt, sondern es werden auch Risikofaktoren – wie etwa eine erhöhte Morbidität – verbessert.

Programmbeschreibung

Das Programm gliedert sich in eine dreimonatige Intensivbetreuung und in eine dreimonatige individualisierte Nachsorgephase.

Intensivbetreuung

Zunächst werden in einem individuellen Familiengespräch via Videokonferenz die Probleme und Bedürfnisse ermittelt. Anschlie-

Programmbeschreibung



End erhalten die Eltern wöchentliche Schulungen zu den Themen Ernährung, Psychologie und Bewegung. Sowohl die Theorieeinheiten der Eltern als auch die beiden praktischen Module Einkaufen und Kochen werden mittels Webinaren durchgeführt.

Parallel dazu erhalten die Kinder Bewegungsvideos und schriftliche Bewegungsanleitungen, welche gemeinsam in und mit der Familie umgesetzt werden.

Den Abschluss dieser Phase bildet ein Nachsorgegespräch im Online-Format mit der jeweiligen Familie. Dabei wird gemeinsam mit der Expertin ein weiterführender „Nachsorgeplan“ erstellt.

Nachsorge

In der Nachsorgephase werden die Familien durch Telefonkontakt und postalisch versendete Materialien unterstützt. Darüber hinaus erhält jede Familie einen Bewegungsgutschein im Wert von 30 Euro, welcher für die Kursteilnahme diverser Bewegungsanbieter verwendet werden kann.

Mit einem Abschlusstreffen, ein Jahr nach Kursbeginn, endet die Betreuung der betroffenen Familien.

Der Selbstbehalt für die Teilnahme beträgt pro Familie 50 Euro. Bei Rezeptgebührenbefreiung entfallen sämtliche Kosten, sodass das Programm auch für einkommensschwache Familien ermöglicht wird.

Fazit

Die Präsenzkurse des Programms „Kinderleicht! Familie groß in Form“ werden zukünftig durch das Online-Format ergänzt. Damit können webbaffine Familien ortsunabhängig betreut werden.

Kontakt:

Dr.ⁱⁿ Sylwia Haslmayr
Abteilung Gesundheitsförderung,
Prävention und Public Health Oberösterreich
Tel.: 05 0766-14103504
E-Mail: sylwia.haslmayr@oegk.at



VIDEO-KABARETT-PROGRAMM ZUM THEMA „GESUND SEIN UND BLEIBEN“

Als eine „etwas andere Art“ der Wissensvermittlung über gesundheitliche Belange und als Denkanstoß für die Änderung der eigenen Lebensweise bietet die ÖGK in Salzburg das von Ingo Vogl ausgearbeitete Gesundheitskabarett in Form von Klassenaufführungen und Großveranstaltungen kostenlos an.

Ziel dieses Projekts ist es, junge Leute frühzeitig über gesundheitsrelevante Themen, insbesondere Gesundheitsrisiken und deren Folgen, aufzuklären und für die Eigenverantwortung im Umgang mit ihrer Gesundheit zu sensibilisieren. Das Kabarett ist inhaltlich und sprachlich auf Jugendliche im Alter zwischen 14 und 16 Jahren abgestimmt.

Nachdem zur Eindämmung des Corona-Virus die Schulen geschlossen und Veranstaltungen untersagt wurden, haben Ingo Vogl und die ÖGK in Salzburg das Gesundheitskabarett

vorübergehend auf den Online-Betrieb umgestellt. Mit dem Video-Kabarett-Programm sollten die Arbeits-, Heim-, Lern-, Kinderaufpass-, für die Oma einkaufen- und andere Zeiten aufgelockert werden und trotz allem auch der Spaß nicht zu kurz kommen.

Vom 23. März bis zum 5. Mai 2020 gingen zweimal wöchentlich neue Videos von und mit Ingo Vogl mit Auszügen aus seinem bekannten Gesundheitskabarett „Rauchen, Saufen, Sex & Drogen“ über YouTube online. Alle Gesundheitsthemen wurden zusätzlich aus dem „Blickwinkel Corona“ beleuchtet.

Die Videos für die Zielgruppe Jugendliche, Junggebliebene und Erwachsene widmen sich den Themen Alkohol, Sex, Drogen, Rauchen, Psyche, Kondomschulung, Osterhasi, Shisha, Rettung, Elternschule, Aids, Alkohol, Demenz und Krankenhaus.

Die Videos sind
nach wie vor für alle
kostenlos abrufbar über:
den **YouTube-Kanal
der ÖGK**
den **YouTube-Kanal
von Ingo Vogl**



Foto: © Bergauer c

„Ich bin stolz auf unsere Jugendlichen, was sie in der Zeit der Pandemie alles hinbekommen haben, neu gelernt haben und wie solidarisch sie gerade in gesundheitsrelevanten Themen ihre Umwelt und ihr Umfeld geschützt haben! Kaum eine Generation hat in diesem Alter so viele Neues fürs Leben gelernt! An uns war und ist es, sie bei ihren jugendrelevanten Gesundheitsthemen in der Entscheidungsfindung zu stärken und zu stützen, da sind die Videos ein Beitrag dazu! Gleichzeitig freuen wir uns, das Programm auch bereits wieder live anbieten und durchführen zu können!“

Ingo Vogl, Kabarettist

2.2.2.2.

Projekte zur Unterstützung der frühkindlichen Entwicklung

„STARKE ELTERN VON ANFANG AN!“

Eltern werden – Paar bleiben

Die Familie bildet den zentralen Ort für Kinder, um die ersten Erfahrungen im Umgang mit Gesundheit und Krankheit bzw. mit dem eigenen Körper zu machen. Deshalb ist es besonders wichtig, Paare beim Übergang von einer Zweier- in eine Dreierbeziehung zu unterstützen. Zunächst treffen zwei Menschen den Entschluss, gemeinsam eine Familie zu gründen. Dabei bringen sie ihre bisherigen Erfahrungen und Vorstellungen über Familie, Elternschaft, Rollenbilder, aber auch Alltagspraktiken mit ein (z. B. Ernährungsverhalten, Bewegungsverhalten, Umgang mit Krankheiten) bzw. lernen, sich damit zu arrangieren. Spätestens mit der Schwangerschaft und der Geburt eines Kindes werden diese Strukturen und Übereinkünfte in Frage gestellt, Unsicherheiten können entstehen. Wie wollen wir Familie leben? Wie können wir unserem Kind ein gutes Klima bieten? Welche Schwierigkeiten können auf uns zukommen? Zeit für mich, für uns ... darf das sein? Mutter sein und Vater sein – was bedeutet das für uns? Wie können wir mit Kind ein Paar bleiben?

Hier setzt der Workshop „Starke Eltern von Anfang an! Eltern werden – Paar bleiben“ der ÖGK an. Unter der Anleitung von Familien- und Psychotherapeuten bearbeiten die teilnehmenden Paare „ihre“ Themen für sich, können sich aber auch mit anderen Paaren austauschen und finden so Antworten auf ihre Fragen. Seit dem Jahr 2014 wurden insgesamt 213 Workshops durchgeführt und über 1.780 Personen erreicht. Die Rückmeldungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zeigen, dass sie gestärkt aus dem Workshop in Richtung Elternschaft gehen und sich zahlreiche Tipps und Tricks für eine gelingende Elternschaft mitnehmen können.

Dieses Angebot gibt es auch für alleinerziehende Elternteile und seit dem Jahr 2020 auch als Online-Angebot!

Nähere Informationen unter:
www.gesundheitskasse.at/starkeeltern



Foto: © Lucky Business/Shutterstock



Foto: © OksanaKuzmina/Shutterstock

RICHTIG ESSEN VON ANFANG AN!

Eine gesunde, ausgewogene Ernährung ist für die Entwicklung eines Kindes enorm wichtig. Gesundheitsministerium, AGES und österreichische Sozialversicherung starteten daher vor vielen Jahren das Programm „Richtig essen von Anfang an!“ (kurz: REVAN).

Das Angebot begleitet (werdende) Eltern mit fundiertem Wissen und kostenlosen Informationen rund um das Thema „gesunde Ernährung“ durch die spannende Zeit der Schwangerschaft und die ersten Jahre als junge Familie. Gerade in dieser Zeit können Eltern viel dazu beitragen, dass sich ihr Kind gut entwickelt und später gesund is(s)t.

Zur REVAN-Zielgruppe der ÖGK zählen werdende Eltern und Familien mit Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren. Ergänzend dazu bietet REVAN auch Maßnahmen für relevante Berufsgruppen und Ausbildungsstätten an. Wie eine gesundheitsförderliche Ernährung alltagstauglich in die Praxis umgesetzt werden kann, wird in kostenlosen Workshops und zahlreichen weiteren regionalen Maßnahmen gezeigt. Abgerundet wird das Angebot durch ein breites Spektrum an Online-Veranstaltungen, die in den Bundesländern sehr gut genutzt werden und mittlerweile einen wichtigen Teil des Programms darstellen.

Einen kleinen Ausschnitt aus den vielfältigen REVAN-Angeboten in den Bundesländern geben die folgenden Beispiele.

„Rundum g’sund von Anfang an“ in der Steiermark – der kostenlose Ratgeber in Form eines Tagebuchs

17 Autorinnen und Autoren sowie 132 Seiten vollgepackt mit spannenden Fakten – das sind die Zutaten für den Ratgeber „Rundum g’sund von Anfang an – Tagebuch für die Zeit der Schwangerschaft“.

Mit dem Ziel, Schwangere so früh wie möglich mit gesundheitsförderlichen Informationen zu erreichen, wurden seit Mai 2019 bereits 24.000 Stück an alle steirischen Gynäkologinnen und Gynäkologen zur Ausgabe im Rahmen der Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen versandt.

Der Ratgeber begleitet werdende Mütter durch die Schwangerschaft, gibt praktische Tipps von Expertinnen und Experten aus den unterschiedlichsten Fachgebieten, lenkt die Aufmerksamkeit auf wichtige Termine und bietet Platz für ganz persönliche Notizen und Erinnerungen.

Neue Workshop-Unterlagen aus der Steiermark für Teilnehmende der Ernährungs-Workshops von „Richtig essen von Anfang an!“

„Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit“, „Babys erstes Löffelchen“ und „Gemüsetiger – Ernährung der Ein- bis Dreijährigen“: So nennt sich die Trilogie der neuen Teilnehmerinnen- und Teilnehmerunterlagen für die gleichnamigen Workshops und Webinare. 2020 in der Steiermark neu erarbeitet, enthalten die Nach-



Workshop-Teilnehmerinnen- und -teilnehmerunterlagen © ÖGK

lesen die wichtigsten Informationen, die in den drei Workshops und Webinaren vermittelt werden. Ein umfangreicher Rezeptteil sowie Tipps zur Bewegung und Zahnpflege runden die Inhalte ab.

Neben dem „Tagebuch für die Zeit der Schwangerschaft“ gibt es somit zu allen Themenbereichen der kostenlosen REVAN-Workshops bzw. Webinare eine kompakte Info-Broschüre für unsere Workshop-Teilnehmerinnen und -Teilnehmer.

„Vom Einkauf in den Kochtopf – Praktische Tipps rund um Babys erstes Löffelchen“ – Pilotierung eines ergänzenden Praxis-Workshops in der Steiermark

Die Konfrontation mit Werbebotschaften, bunten Bildern und Marketingstrategien beeinflussen den Lebensmitteleinkauf maßgeblich und erschweren den Konsumentinnen und Konsumenten die Kaufentscheidung. Wichtige Informationen stehen klein gedruckt und sind schwer auffindbar. Zudem bietet die große Vielfalt an Gütesiegeln meist keine Hilfestellung bei der Auswahl, sondern verwirrt die Käuferinnen und Käufer (was ist vertrauenswürdig und was nicht?) und erschwert den Einkauf.

Zusätzlich zeigt das erhobene Feedback von Teilnehmenden der „Richtig essen von Anfang an!“-Workshops bzw. Webinare den Wunsch nach noch mehr praktischen Übungen und gemeinsamen Interaktionen.

Anhand dieser Informationen wurde in der Steiermark ein ergänzender Workshop zum Thema Ernährung im ersten Lebensjahr entwickelt und pilotiert.

Der 3-stündige Praxis-Workshop „Vom Einkauf in den Kochtopf“ startet mit einer Tour durch einen virtuellen Supermarkt. Dabei werden alle wichtigen Lebensmittel für die Beikost, Einkaufsfallen, Gütesiegel, richtige Lagerhaltung und vieles mehr besprochen. Begleitet wird die Einkaufstour von spannenden Praxisübungen und diversen Kostproben. Anschließend werden gemeinsam Breie zubereitet und beim Verkosten alle noch offenen Fragen beantwortet.

„Kostenlose Ernährungsberatung in Kleingruppen“ – Praxis-Workshops im Caritas-Familienwohnhaus St. Christoph

Die Caritas stellt mit dem Familienwohnhaus St. Christoph in Graz jungen Eltern und Alleinerzieherinnen und -erzieher eine vollzeitbetreute Einrichtung der besonderen Art zur Verfügung. Eingebettet in ein umfassendes sozialpädagogisches Konzept, erfahren Mütter und Väter von Säuglingen und Kleinkindern Unterstützung und Entlastung. Letztlich sollen die Bewohnerinnen und Bewohner, die zumeist aus benachteiligten Strukturen stammen und in der Vergangenheit mit schwierigen Situationen konfrontiert waren, zu einem selbstbestimmten und verantwortungsvollen Leben mit ihren Kindern befähigt werden.

REVAN Steiermark bietet in Zusammenarbeit mit dem Familienwohnhaus seit 2020 speziell auf die Zielgruppe zugeschnittene Praxis-Workshops an. Diese ermöglichen neben der gemeinsamen Zubereitung von einfachen und schmackhaften Speisen auch viel Platz für persönliche Gespräche, Beratung und Diskussion zum Thema Ernährung. Die Bewohnerinnen sowie Bewoh-

ner lernen nicht nur neue Rezepte kennen, sondern werden beim Kochen in den Kleingruppen auch in ihrem Selbstbewusstsein gestärkt und erhalten wertvolle Tipps zu gesundem Essen und Trinken im oft hektischen Familienalltag.

Die niederschweligen Treffen werden von Diätologinnen bzw. Diätologen angeleitet und finden ein- bis zweimal pro Monat statt. Jedem Termin ist ein eigenständiges Thema gewidmet, das sich an den aktuellen Bedürfnissen und Wünschen der Bewohnerinnen und Bewohner orientiert.

„Richtig essen von Anfang an!“ in Kärnten – alles auf einen Klick

Die idealen Kanäle, um einfach, schnell und zeitunabhängig Informationen abzurufen, sind das Internet und Social Media. Vor diesem Hintergrund und mit Blick auf die im Folgenden aufgezählten Vorteile wurde in Kärnten bereits im Jahr 2012 eine regionale Website von „Richtig essen von Anfang an!“ (www.revan-kaernten.at) ins Leben gerufen.

1. Präsentationsplattform

Gerade bei der Zielgruppe der ÖGK ist es wichtig, laufend präsent zu sein und in Erinnerung zu bleiben. Die regionale Angebotspalette wird in einem modernen Design präsentiert und ist themen- und zielgruppenspezifisch eingeordnet. Mit wenigen Klicks kann man sich durch die Website arbeiten und sämtliche

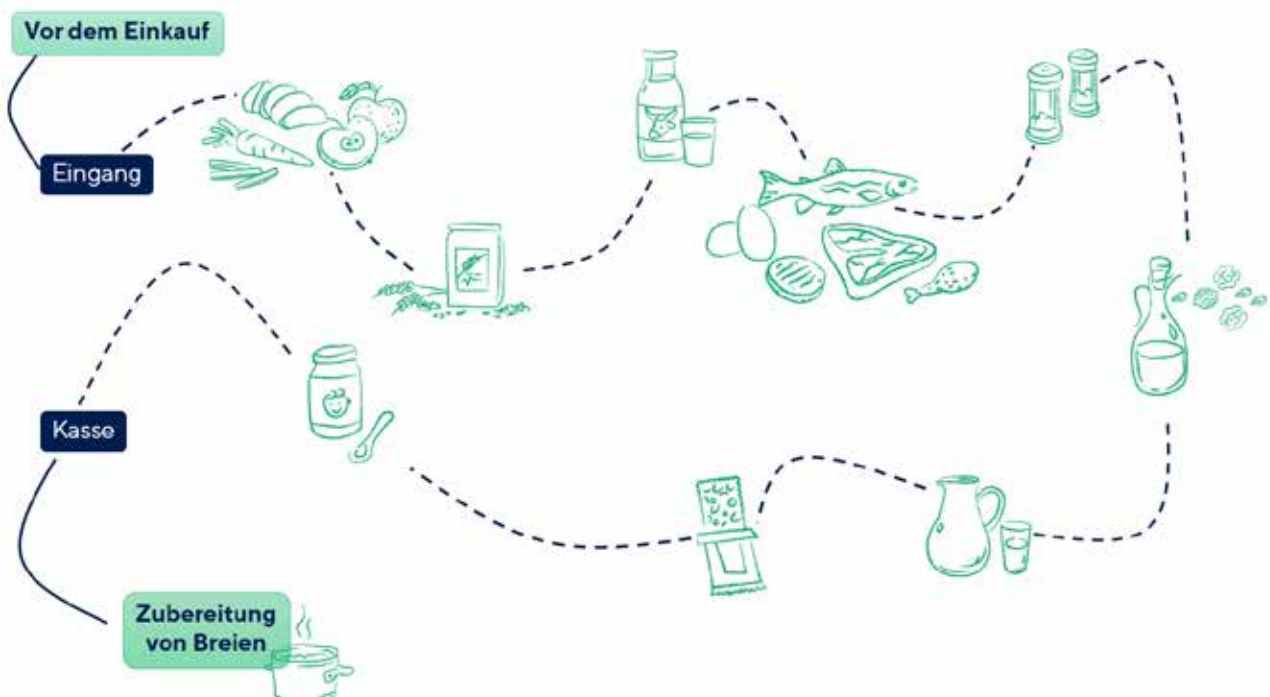
Informationen bequem von zu Hause aus abrufen. Zusätzlich ist ersichtlich, woher die Informationen stammen und mit welchen Partnern die ÖGK kooperiert bzw. vernetzt ist.

2. Arbeitsinstrument

Die Website ist das Aushängeschild der Arbeit der ÖGK und dient gleichzeitig als wichtiges Werkzeug im Hintergrund. Durch das automatische Online-Anmeldesystem können sich Interessierte eigenständig und unkompliziert direkt zu einem passenden Workshop- oder Webinar-Termin anmelden. Ein zeitsparender Faktor ist, dass sämtliche Anmeldungen automatisch im Hintergrund gespeichert und übersichtlich in Form von Teilnahmelisten abgerufen werden können.

3. Umsetzungsmaßnahmen

Last, but not least bietet REVAN Kärnten über die Website das Online-Service „Kurz gefragt“ an. Brennende Ernährungsfragen können direkt per Smartphone, Tablet oder Laptop an das Programmteam geschickt werden. Eine Diätologin der Österreichischen Gesundheitskasse beantwortet die Anfragen per E-Mail oder mittels Rückruf. Neben den Ernährungsveranstaltungen werden auf der regionalen Website auch viele Rezeptvideos einem breiten Publikum zur Verfügung gestellt. Auf einfache Art und Weise wird damit die Lust aufs Nachkochen geweckt und die Praxis zum Selberkochen direkt in die Küchen der jungen Familien gebracht.



Vom Einkauf in den Kochtopf © ÖGK

Screenshots der Kärnten-Website www.revan-kaernten.at



Nähere Informationen unter:
www.revan-kaernten.at



Gerade das Internet ist eine sehr schnelllebige Informationsquelle. Um hier immer am Puls der Zeit zu bleiben, wird die Website in Kooperation mit einer Werbeagentur regelmäßig aktualisiert und gewartet. Um die Zielgruppe bestmöglich zu erreichen, werden auch Social-Media-Kanäle wie Facebook und Instagram verstärkt eingesetzt. Alle Angebote stoßen in Kärnten seit Jahren auf reges Interesse.

„Obstsalat und Kletterturm – so fördere ich mein Kind richtig!“ Ein kostenloses Service für Eltern von ein- bis dreijährigen Kindern im Burgenland

Kinder befinden sich im Wachstum, sind aktiv und lernen täglich Neues. Für eine gesunde Entwicklung ist es daher wichtig, dass sie alle erforderlichen Nährstoffe bekommen, aber auch dem Alter entsprechend gefördert werden. Aktive Kinder brauchen ein ausgewogenes Angebot an Nährstoffen, damit sie sich gut entwickeln, und Energie, um den Anforderungen des Alltags gewachsen zu sein.

Im kostenlosen Workshop „Obstsalat und Kletterturm – so fördere ich mein Kind richtig“ erhalten Eltern wertvolle Tipps für die richtige Förderung ihres Kindes. Speziell geschulte Diätologinnen und Diätologen sowie Kindergarten- und Heilpädagoginnen und -pädagogen informieren zu vielen wichtigen Themen – wie geeignete Lebensmittel für Kleinkinder, Nahrungsmittelallergien, kindliche Entwicklung und Bewegungsförderung, Umgang mit kindlicher Angst, Fremdeln, Trotzen sowie Förderung der Sprachentwicklung.

REVAN – so geht es weiter

Ganz klar im Fokus des Programms REVAN steht die Nachhaltigkeit. Ziel der ÖGK ist es, sich als kompetente Partnerin und Begleiterin für Eltern beziehungsweise Familien über viele Jahre hinweg zu etablieren. Voraussetzung für eine erfolgreiche Umsetzung ist neben der intensiven internen Zusammenarbeit das Zusammenwirken aller Gesellschafts- und Politikbereiche. Ein wichtiger Faktor dafür ist der Fortbestand und die Pflege eines nationalen und regionalen Netzwerkes.

In Zukunft sollen die bundesländerspezifischen Einzelprodukte zu einem gemeinsamen, effektiven und effizienten ÖGK-Programm zusammengeführt werden. Aus den bestehenden regionalen Maßnahmen sollen jene herausgefiltert und weiterhin umgesetzt werden, die nachhaltig wirkungsvoll und erfolgsversprechend sind.

2.2.2.3.

Projekte zur Gesundheitsförderung in Kindergärten



Foto: © Oksana Kuzmina/Shutterstock

„TigerKids“ – EIN PROJEKT FÜR KINDERGÄRTEN IN SALZBURG

„TigerKids“ ist ein Projekt zur Ernährungs-, Bewegungs- und Entspannungserziehung in Kindergärten und richtet sich an die Kindergartenpädagoginnen und -pädagogen, Kinder sowie deren Eltern. Das erfolgreich evaluierte Programm wurde am Dr. von Haunerschen Kinderspital der LMU München unter Mitwirkung zahlreicher Expertinnen und Experten entwickelt und wird seit 2012 allen Salzburger Kindergärten kostenlos angeboten. „TigerKids“ wird zur Gänze von der Österreichischen Gesundheitskasse finanziert. Bisher haben bereits 67 Kindergärten in Stadt und Land Salzburg das Programm umgesetzt, 214 Pädagoginnen und Pädagogen die Schulung absolviert und es konnten dadurch etwa 3.800 Kinder und deren Eltern erreicht werden.

Ziel des Projekts ist es, den Kindern und deren Familien einen gesundheitsförderlichen Lebensstil näherzubringen und gesundheitsförderliches Verhalten zu verstärken. Das Setting Kindergarten ist für diese Maßnahme besonders geeignet, da der Grundstein für das Ernährungs- und Bewegungsverhalten in der Kindheit gelegt wird, Kinder in diesem Alter sehr gut zu motivieren sind, Gewohnheiten vergleichsweise noch leicht beeinflusst werden können, Eltern gut erreichbar sind und alle sozialen Schichten miteinbezogen werden.

Das Konzept

Das „TigerKids“-Konzept wurde für die drei Zielgruppen Kinder, Eltern und Kindergartenpädagoginnen und -pädagogen ausgearbeitet. In einer eineinhalbtägigen Schulung werden die Pädagoginnen und Pädagogen mit dem Projekt und den „TigerKids“-Materialien vertraut gemacht.

Fotos: © ÖGK



Für die Kinder stehen das spielerische Lernen von gesundem Essen und Trinken sowie der Spaß an Bewegung im Vordergrund. Leitfigur ist der „Tiger“, eine Handpuppe, die die Kindergartenkinder das ganze Jahr begleitet und durch das Programm führt. Insgesamt ist „TigerKids“ auf drei Jahre, also die gesamte Kindergartenzeit, ausgelegt.

Gestartet wird mit der „kleinen Lok, die alles weiß“. Geführt durch eine Geschichte, befüllen die Kinder die sieben Wagons eines Holzzuges mit Lebensmitteln und Getränken. So lernen die Kinder spielerisch Lebensmittel den einzelnen Lebensmittelgruppen zuzuordnen und eignen sich ganz nebenbei kindgerecht erstes Ernährungswissen über Vielfalt, saisonales Angebot, Verarbeitung oder Zubereitung an.

Der „magische Gemüse- und Obststeller“, die Getränkestation mit Wasser und ungesüßtem Tee sowie das Tiger-Rennen tragen dazu bei, dass sich die Kinder von sich aus und ganz selbstverständlich gesünder und abwechslungsreicher ernähren. Der Tiger begleitet sie dabei als Experte und gibt ihnen Tipps und Infos zur Kindergartenjause oder zum mitgebrachten Essen. Auch bei der Bewegung ist der Tiger immer dabei und begleitet die Kinder zur Entspannung ins „Tigerland“.

Das Ziel

Die Bausteine des „TigerKids“-Projekts sind so gestaltet, dass sie problemlos und dauerhaft in den Kindergartenalltag integriert werden können. Ziele sind eine Steigerung des Gemüse- und Obstkonsums, vermehrtes Trinken energiefreier, kalorienarmer Getränke, Mitbringen einer gesunden Jause, mindestens eine Stunde tägliche Bewegung und weniger inaktive Freizeitbeschäftigungen.

Eltern werden einerseits durch ihre Kinder zu den Themen Ernährung, Bewegung und Entspannung sensibilisiert, andererseits erhalten sie zusätzlich Informationen über die Elternbriefe und Tipp-Cards. Diese liefern hilfreiche und wertvolle Alltagstipps z. B. über Zucker- und Fettgehalt, Mahlzeitengestaltung oder die Bedeutung von Bewegung und motorischer Entwicklung.

Einige Rückmeldungen von Eltern, was „TigerKids“ bewegt hat:

- Gemeinsames Einkaufen der Lebensmittel und bewusst mehr Entspannungsphasen im Alltag
- Mehr Bewusstsein für den Körper
- Nachdenken über das eigene Ess- und Trinkverhalten
- Bewussteres Einkaufen, auf den Zuckergehalt achten
- Früher wurde nur Saft getrunken – jetzt wird auch Wasser verlangt und getrunken
- Tochter probiert viele neue „gesunde“ Lebensmittel aus
- Gute Ideen, interessant zu lesen

Mit dem „TigerKids“-Programm erhalten die Kindergartenpädagoginnen und -pädagogen professionell gestaltete und praxisorientierte Materialien zur Ernährungs-, Bewegungs- und Entspannungserziehung. Die fertig ausgearbeiteten Stunden sind vielseitig und flexibel einsetzbar und lassen gleichzeitig Raum, die eigenen Ideen mit einfließen zu lassen. Mit diesem Programm werden nachhaltige Strukturen aufgebaut, da nicht nur Kinder an eine gesündere Lebensweise herangeführt werden, sondern auch die Eltern miteingebunden sind.

Informationen zum Projekt:

Mag. Karin Gmeinhardt

Tel.: +43 5 0766-178125

E-Mail: karin.gmeinhardt@oegk.at

GÜTESIEGEL „GESUNDER KINDERGARTEN – GEMEINSAM WACHSEN“



Das in der Steiermark seit 2013 laufende Programm „Gesunder Kindergarten – gemeinsam wachsen“ der Österreichischen Gesundheitskasse, der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau sowie Styria vitalis gibt seinen Projektkindergärten die Möglichkeit, sich – nach Beendung einer mehrjährigen, intensiven und individuellen Projektphase – um ein Gütesiegel zu bewerben. Das Gütesiegel zeichnet den Kindergarten drei Jahre lang für seine wertvolle Arbeit im Bereich der Gesundheitsförderung aus. Zudem werden die ausgezeichneten Kindergärten dabei unterstützt, weitere gesundheitsförderliche Maßnahmen umzusetzen.

Die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Beantragung des Gütesiegels sind:

- das erfolgreiche Beenden der mehrjährigen Projektphase
- der positive Bescheid des Gütesiegelantrags durch eine Jury
- die nachhaltige Implementierung der Gesundheitsförderung mittels einer ausgebildeten Gesundheitsbeauftragten (GBA) im Team

Der Antrag auf das Gütesiegel wird von jedem, am Gütesiegel interessierten Kindergarten selbstständig ausgefüllt und verdeutlicht, dass während der Projektzeit Maßnahmen zu allen Gesundheitssäulen (Bewegung, Ernährung, Psychosoziale Gesundheit, Gesunde Umgebung) umgesetzt worden sind. Eine interne Jury beurteilt den Antrag anhand eines Punktesystems und leitet Entwicklungsfelder ab, welche in weiterer Folge vom Gütesiegelkindergarten in der Umsetzungsphase zu berücksichtigen sind.

Die Fortbildung zur GBA umfasst einerseits die Rolle der Gesundheitsbeauftragten im Kindergarten, andererseits werden darüber hinaus Basiskenntnisse zur Gesundheitsförderung sowie Auszüge aus dem Organisations- und Prozessmanagement vermittelt. Einmal jährlich werden alle Gesundheitsbeauftragten zu einem gemeinsamen Vernetzungstreffen eingeladen.

Nach einem positiven Bescheid seitens der Jury wird das Gütesiegel im Rahmen eines Festaktes an die Gütesiegelkindergärten übergeben.

Im Zuge der nachfolgenden Gütesiegelprozesszeit folgt ein Planungs-Workshop vor Ort im Kindergarten, bei welchem die Entwicklungsfelder der Jury besprochen und gezielte Maßnahmen zur Gesundheitsförderung für die Gütesiegelzeit geplant werden. Die verhaltens- und verhältnisorientierte Maßnahmen umfassen dabei wieder die vier Gesundheitssäulen Bewegung, Ernährung, Psychosoziale Gesundheit und Gesunde Umgebung sowie die Ebenen des Kinderteamteams, der Kindergartenkinder und deren Eltern.

Während der anschließenden Umsetzungsphase setzt der Kindergarten die geplanten Maßnahmen selbstständig um. Bei Bedarf steht eine Ansprechperson seitens des Gesunden Kindergartens durch die ÖGK zur Verfügung.

Bislang konnten im Netzwerk „Gesunder Kindergarten – gemeinsam wachsen“ 35 Kindergärten mit dem Gütesiegel ausgezeichnet werden.

Informationen zum Projekt:

Mag. Birgit Schinnerl
Tel.: +43 5 0766-151957
E-Mail: birgit.schinnerl@oegk.at
www.gesunder-kiga.at



Foto: © Fh Photo/Shutterstock

2.2.2.4.

Projekte zur Gesundheitsförderung in Schulen



Foto: © Pixel-Shot/Shutterstock



**SERVICE STELLE
GESUNDE
SCHULE**

SERVICE STELLE GESUNDE SCHULE

Die Service Stelle gesunde Schule (SSgS) der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) ist Kontaktstelle und kompetente Ansprechpartnerin für alle Schulen im Bereich der Schulischen Gesundheitsförderung. Die ÖGK bietet in (fast) allen Bundesländern ein Gesundheitsförderungsangebot für Schulen an und ist damit eine wichtige Playerin in diesem Bereich.

Die Unterstützung reicht von Informationsmaterialien, Beratung bei Fragen zur Schulischen Gesundheitsförderung, Fort- und Weiterbildungen für Lehrkräfte bis hin zur Unterstützung bei der Umsetzung ganzheitlicher und nachhaltiger Projekte auf dem Weg zur gesunden Schule. Eine Auswahl dieser Projekte wird an dieser Stelle vorgestellt.

SCHULE BEWEGT GESTALTEN – EINE ERFOLGSGESCHICHTE!

Dass regelmäßige körperliche Aktivität ein wesentlicher Baustein ist, welcher maßgeblich zur Erhaltung und Stärkung von Gesundheit und Wohlbefinden von Kinder und Jugendlichen beiträgt, ist weitläufig bekannt und durch zahlreiche Studien belegt. Die Österreichische Sozialversicherung hat in diesem Zusammenhang bereits vor knapp 10 Jahren erkannt, dass der Ort, an dem die Schülerinnen und Schüler die meiste Zeit ihrer Kindheit und Jugend verbringen – die Schule – oftmals viele versteckte Ressourcen in sich birgt und bewegungsfreundlicher gestaltet werden kann.

Aus diesem Grund wurde das SV-Projekt „Schule bewegt gestalten“ ins Leben gerufen. Ziel ist es, Schulen bei der Implementierung eines ganzheitlich bewegungsfreundlicheren Schulalltags zu unterstützen. „Schule bewegt gestalten“ wird in allen Bundesländern außer Vorarlberg und Burgenland den Primar- und Sekundarstufen I (fallweise auch höherbildenden Schulen) angeboten. Durch eine auf die jeweilige Schule abgestimmte Beratung sollen der Schulraum sowie das gesamte Schulpersonal zu mehr gesundheitsförderlicher Bewegung sensibilisiert und in weiterer Folge die körperliche, emotionale, kognitive und soziale Entwicklung der Kinder und Jugendlichen mittels gesteigerter körperlicher Aktivität gefördert werden. Das Projekt sieht einen 4-stufigen Beratungsprozess vor:

MODUL 1:

Bewegungsfreundliche Schulraumberatung

Beim ersten gemeinsamen Termin wird mit eigens für das Projekt ausgebildeten Schulraumberaterinnen und –beratern die Schule (Klassen, Gänge, Schulhof, Turnsaal, Aula, Konferenzzimmer, ...) besichtigt, um Bewegungsräume zu entdecken und nutzbar zu machen. Die Schulraumbegehung dauert rund ein bis zwei Stunden und soll verborgenes Potential für „mehr“ Bewegung in der Schule aufzeigen.

MODUL 2:

Informationsveranstaltung

Im Rahmen einer eigenen Informationsveranstaltung zu „Schule bewegt gestalten“ werden den Pädagoginnen und Pädagogen die Grundlagen der gesundheitsorientierten Bewegung und die Wichtigkeit von deren Förderung bereits im Kindes- und Jugendalter nähergebracht. Darüber hinaus wird das gesamte

Kollegium über das Projekt bzw. die an der Schule stattfindenden Aktivitäten aufgeklärt. Außerdem werden Tipps und Tricks zu mehr Bewegung im Alltag vermittelt.

MODUL 3:

Bewegungsangebote vor Ort ausprobieren

(= Multiplikatorinnen-/Multiplikatorenschulung)

Im Rahmen dieses Moduls erlernen die Pädagoginnen und Pädagogen verschiedene Bewegungsübungen, um die neu geschaffenen Bewegungsräume mit Leben zu erfüllen. Ziel dieses Moduls ist es in erster Linie, die Wichtigkeit von Bewegung am „eigenen Körper spüren zu lassen“ und allfällige Hemmschwellen abzubauen. In weiterer Folge sollen jene Pädagoginnen und Pädagogen, die dieses Modul absolvieren, als Multiplikatorinnen/Multiplikatoren an der Schule fungieren und dieses Wissen auch an Schülerinnen und Schüler bzw. an das restliche Schulpersonal weitergeben.

Die Schulungen für Pädagoginnen und Pädagogen zu Multiplikatorinnen/Multiplikatoren finden im Rahmen eines Halbtages (drei bis vier Stunden) statt. Den neuen Multiplikatorinnen und Multiplikatoren wird im Anschluss an die Schulung eine Broschüre mit vielen Übungssammlungen sowie ein Gutschein für Bewegungsmaterialien im Wert von rund 300 Euro übergeben.

MODUL 4:

Follow-Up

Etwa 1,5 bis 2 Jahre nach Durchführung der Module 1-3 bespricht die Schulraumberatung gemeinsam mit der Schulleitung und den Bewegungs-Multiplikatoren die bisherige Umsetzung der gesetzten Bewegungsmaßnahmen, mögliche weitere Optimierungen, die Gewährung der Nachhaltigkeit und die Zufriedenheit mit dem Projekt „Schule bewegt gestalten“.

Beitrag „Schule bewegt gestalten“ verfasst von:

Mag. Michael Hahn
Abteilung Gesundheitsförderung, Prävention und
Public Health Wien
Service Stelle gesunde Schule Wien



Foto: © Robert Kneschke/Shutterstock



Foto: © Oleksandra Naumenko/Shutterstock



Foto: © Robert Kneschke/Shutterstock



Foto: © fizkes/Shutterstock



Foto: © Syda Productions/Shutterstock

PROJEKT „GESUNDE ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN“

Seit dem Schuljahr 2019/20 gibt es unter der Leitung von Styria vitalis in Oberösterreich das Pilotprojekt „GET – gesunde Entscheidungen treffen“ (Laufzeit 2019 – 2022, gefördert aus Gemeinsame Gesundheitsziele aus dem Rahmen-Pharmavertrag). Als Partner von Styria vitalis testet die Service Stelle gesunde Schule Oberösterreich der ÖGK die Umsetzung in der Praxis. Drei Volksschulen im Bundesland beteiligen sich daran. Das Projekt will Volksschulen dabei unterstützen, Gesundheitskompetenz ab der ersten Schulstufe praktisch und theoretisch zu vermitteln. Eltern sowie Pädagoginnen und Pädagogen werden dafür sensibilisiert, was Gesundheitskompetenz bei Kindern bedeuten kann und wie sie diese in ihrer jeweiligen Rolle stärken können.

Die Gesundheitskompetenz soll vor allem in fünf Bereichen gestärkt werden:

- **BEWEGUNG**
- **ERNÄHRUNG**
- **PSYCHOSOZIALE GESUNDHEIT**
- **PRÄVENTION & VERSORGUNG**
- **MEDIEN**

Diese Themenbereiche werden in jeder Schulstufe inhaltlich und methodisch bearbeitet. Als Grundlage dient eine von Styria vitalis in Zusammenarbeit mit Pädagoginnen und Pädagogen erstellte Materialbox. Diese beschreibt in Form von konkreten Stundenbildern, Bildmaterial, Literatur und Best Practice-Beispielen, wie die Themen in jeder Schulstufe bearbeitet und umgesetzt werden können.

Ebenso zur Verfügung gestellt werden der Leitfaden „Schulen für Gesundheitskompetenz“ für Schulleitungen und -teams sowie Checklisten, anhand derer die Entwicklung der organisationalen Gesundheitskompetenz überprüft werden kann.

Ziele

Ein Ziel des Projekts ist die Erhöhung der kindlichen Gesundheitskompetenz von der 1. bis zur 4. Schulstufe. Im Zentrum stehen dabei die Förderung der Sprach- und Lesekompetenz in Bezug auf Gesundheitsinformation sowie die Förderung kritischen Denkens und des Hinterfragens von Informationen.

Das Wissen über das Gesundheitssystem und relevante Anlaufstellen soll aufgebaut. Zudem soll gesundheitsrelevantes Verhalten gefördert werden.

Ein weiteres Ziel ist die Sensibilisierung von Eltern sowie Pädagoginnen und Pädagogen für die Bedeutung von Gesundheitskompetenz. Hier steht das Verstehen des Zusammenhangs von Gesundheitskompetenz, Gesundheitsverhalten und Wohlbefinden im Fokus. Dabei werden Informationen zu den fünf Themen vermittelt. Zudem stehen Eltern und Pädagoginnen und Pädagogen Materialien zur Verfügung.

Ablauf

Zu Beginn jedes Schuljahres wird von der Schulleitung und der Projektbegleitung der ÖGK gemeinsam der SQA-Plan (Schulqualität allgemein) zu Gesundheitskompetenz erstellt. Auch wird ein konkreter Umsetzungsplan für Unterrichtseinheiten für alle Schulstufen entwickelt.

In regelmäßigen Reflexionsgesprächen gleichen die Schulleitung sowie die Projektbegleitung der ÖGK die Erwartungen und Ziele mit dem Erreichten ab. Lernerfahrungen werden dokumentiert und Ziele für das kommende Schuljahr werden gemeinsam überlegt.

Die Einbindung der Eltern erfolgt durch Elternbriefe und Information im Rahmen eines Elternabends.

Mittels einer anonymen Befragung der Schülerinnen und Schüler (Quiz) am Ende eines jeden Projekt-Schuljahres wird die Entwicklung der Gesundheitskompetenz ermittelt. Die Durchführung der Befragung findet an der Schule statt. Das Institut für Gesundheitsförderung und Prävention (IfGP) wertet die Antworten aus. Das Projekt endet schließlich mit einer gemeinsamen Reflexion der Evaluationsergebnisse sowie der Umsetzung durch den Lehrkörper und Überlegungen zur nachhaltigen Implementierung von Gesundheitskompetenz, Lessons learned und notwendiger Adaptierungen der Materialien.

Kontakt:

Bettina Stadlmayr, MSc und Mag.^a Martina Ecker-Glasner
Abteilung Gesundheitsförderung, Prävention und Public
Health Oberösterreich
Service Stelle gesunde Schule Oberösterreich



2.2.2.5.

Projekte zum Thema Bewegung für Kinder und Jugendliche



GESUND AUFWACHSEN MIT EASYKIDS

Die Österreichische Gesundheitskasse bietet in Kooperation mit dem Land Salzburg ein neues Gesundheitsprojekt für Kinder und Jugendliche mit Übergewicht sowie deren Eltern an.

Das Salzburger Gesundheitsprojekt nennt sich „easykids – gesund aufwachsen“, wird von AVOS umgesetzt und unterstützt die Betroffenen, gesünder und mit mehr Bewegung zu leben.

Für drei Altersgruppen (4- bis 6-Jährige, 7- bis 10-Jährige und 11- bis 14-Jährige) gibt es ein spezielles Kursprogramm, bestehend aus Bewegungs-, Ernährungs- und Verhaltensmaßnahmen. Gemeinsam mit einem Team aus Bewegungsexpertinnen und -experten, Ergotherapeutinnen und -therapeuten, Diätologinnen und Diätologen, Psychologinnen und Psychologen und Ärztinnen und Ärzten bekommen Kinder und Jugendliche sowie deren Eltern ein umfangreiches Angebot und wertvolle Tipps, wie sie mit kleinen Schritten ihren Alltag gesundheitsförderlicher gestalten können.

Das vielfältige Angebot reicht von Spiel und Spaß an der Bewegung bis hin zur richtigen Lebensmittelauswahl, Essgewohn-

heiten und Körperwahrnehmung sowie Selbstwertstärkung. Die Betroffenen und ihre Trainerinnen und Trainer sprechen miteinander über Erfolge und Fortschritte – und motivieren sich so gegenseitig für ein gesünderes Leben mit mehr Bewegung.

Die Kurse teilen sich in drei zeitliche Phasen mit jeweils unterschiedlichem Programm für Kinder und Jugendliche sowie deren Eltern auf – gemeinsam oder in getrennten Gruppen. Die Eltern werden aktiv mit eingebunden, um Kompetenzen in den drei Themenschwerpunkten Bewegung, Ernährung und Verhalten zu erwerben und um die Interessen, Stärken und Ressourcen ihres Kindes kennenzulernen und diese somit gezielt unterstützen zu können.

Die Betreuung und Begleitung der Kinder und Jugendlichen sowie deren Eltern erfolgt in Gruppen von zehn bis zwölf Personen. Die Kurse finden flächendeckend in allen Bezirken des Landes statt und erstrecken sich über ein Schuljahr (30 Wochen). Für das „Dranbleiben“ gibt es nach jeder Phase eine Belohnung in Form von Wertgutscheinen für Gesundheitseinrichtungen im Land. „easykids – gesund aufwachsen“ zielt darauf ab, das Leben lebenswerter zu machen und die Lebensqualität zu heben. Das Projekt kommt ohne Leistungsdruck, sportliche Überforderung oder den erhobenen „Zeigefinger“ aus und versteht sich nicht primär als „Abnehm-Projekt“.

Freude an der Bewegung wird vermittelt und der Gemeinschaftsinn gestärkt – auch innerhalb der Familien. Die Teilnahme ist für Kinder und Jugendliche sowie deren Eltern kostenlos. Die Anmeldung erfolgt bei AVOS oder über Hausärztinnen und Hausärzte bzw. Kinderärztinnen und Kinderärzte.

Informationen zum Projekt:

AVOS
Inge A. S. Carl
Tel.: +43 662 88 75 88-25
E-Mail: carl@avos.at
www.easykids.at



DU ROCKST! – MIT GESUNDEM LEBENSSTIL ZUR ADIPOSITASPRÄVENTION



Ausgangslage

Basierend auf den Erfahrungen und Evaluierungsergebnissen des Pilotprojekts DU ROCKST! und in Anbetracht des Landesgesundheitszieles „Gesundes Aufwachsen für Kinder und Jugendliche bestmöglich gestalten und unterstützen“, wurde von der Österreichischen Gesundheitskasse in Kärnten das vom Kärntner Gesundheitsfonds finanzierte Folgeprojekt konzipiert. Das gesundheitsförderliche Projekt richtet sich an Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 18 Jahren und ihr soziales Umfeld und zielt auf die Stärkung der Gesundheitskompetenz von Kindern, Jugendlichen und deren Bezugspersonen sowie auf die Festigung eines gesunden Lebensstils innerhalb der Familie ab.

Das Angebot gliedert sich in drei Zweige:

DU ROCKST! Klassisch

DU ROCKST! Klassisch richtet sich an Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 14 Jahren mit einer Gewichtsperzentile ≥ 85 . In einem 8-wöchigen Gruppenprogramm werden von einem Team aus Expertinnen und Experten 14 Workshops aus den Bereichen Ernährung, Bewegung, Kochen und Motivation angeboten. Die Kinder und Jugendlichen sollen gemeinsam mit einem Elternteil im Laufe dieser acht Wochen zu einem gesunden Lebensstil motiviert werden und lernen, diesen im Alltagsleben zu festigen. Auch die Teilnahme von Freundinnen und Freunden ist unabhängig vom Perzentilewert vorgesehen, um eine im Sinne der Gesundheitsförderung positive Peerkultur zu fördern.

DU ROCKST! Kompakt

Das Angebot DU ROCKST! Kompakt richtet sich an interessierte Einrichtungen der nachschulischen Betreuung in Kärnten, die Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 14 Jahren betreuen.

Inhaltlich wird hier ein besonderer Fokus auf die Entstigmatisierung von Übergewicht sowie auf die Stärkung des Selbstbewusstseins, aber auch auf die Förderung der Empathiefähigkeit der Kinder und Jugendlichen gelegt. Um eine nachhaltige Verbesserung der Kindergesundheit zu erreichen, werden auch hier die Eltern und die Pädagoginnen und Pädagogen miteinbezogen. Das DU ROCKST!-Kompakt-Programm beinhaltet eine geschlossene Workshop-Reihe aus den Bereichen Ernährung, Bewegung, Motivation und Kochen sowie einer Veranstaltung für Eltern.

DU ROCKST! Einzelmodul

Für interessierte Schulen in Kärnten wurde die Maßnahme DU ROCKST! Einzelmodul geschaffen. Diese beinhaltet einzelne Workshops zu ausgewählten Themenbereichen der Ernährung. Die Workshops können von Schulen aller Schulstufen, die mit der Service Stelle Gesunde Schule der Österreichischen Gesundheitskasse Kärnten zusammenarbeiten, gebucht werden. Die Inhalte sind altersadäquat entsprechend den einzelnen Schulstufen gestaltet.

Evaluation

Aufgrund der Einschränkungen während der Covid-19-Pandemie konnten die Maßnahmen gar nicht oder nur eingeschränkt umgesetzt werden. Die bisherigen Evaluationsergebnisse haben aber aufgezeigt, dass die teilnehmenden Einrichtungen der nachschulischen Betreuung die Workshops durchwegs positiv bewertet haben. Die Kinder waren von den Workshops sehr begeistert und teilweise wurden die Erwartungen der teilnehmenden Pädagoginnen und Pädagogen sogar übertroffen. Auch die teilnehmenden Schulen haben die Ernährungs-Workshops sehr gut bewertet und die Schülerinnen und Schüler haben durchwegs positive Rückmeldungen gegeben.



Foto: Marion Lobitzer

Informationen zum Projekt:

Mag.^a Christiane Dabernig- Sadila
Tel.: +43 5 0766-162131
E-Mail: durockst@oegk.at
www.gesundheitskasse.at/durockst



2.2.2.6.

Projekte zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit für Kinder und Jugendliche



VIDEOS:
www.gesundheitskasse.at/gesundbleiben

Foto: ÖGK

ELTERN-KIND-BEZIEHUNG STÄRKEN

Kinder brauchen für ein gesundes Aufwachsen viel Bewegung und eine gute, wertschätzende Beziehung zu ihren Eltern. Mit-einander erlebte Bewegungserfahrungen stärken das familiäre Band. Eine starke Verbindung zwischen Eltern und Kindern ist einer der wichtigsten Aspekte, um die geistige und körperliche Gesundheit zu festigen.

Für eine gute Eltern-Kind-Beziehung ist es wichtig, sich der bewusst und unbewusst gestellten Fragen der Kinder anzunehmen. Fragen, die Kinder an ihr direktes Umfeld unbewusst adressieren, lauten etwa: Zeige mir, dass ich da bin! Zeige mir, was du mir zutraust! Die Antworten dafür entnehmen die Kinder der Art und Weise, wie im Alltag mit ihnen umgegangen wird. Wichtig ist daher, dass Kindern bewusst Aufmerksamkeit geschenkt wird, denn die Quelle der menschlichen Motivation sind Beachtung, Interesse und Zuwendung. Diese resultieren aus zwischenmenschlichen Beziehungen.

Die ÖGK hat 2020 gemeinsam mit der Trainerin Daniela Senkl (Dipl. Sportlehrerin, ZAQ-zertifizierte Outdoor- und Erlebnispäda-

gogin) Tipps für Eltern sowie drei Videos für Kinder von 6 bis 12 Jahren und ihre Eltern produziert. Damit sollen Kinder und ihre Eltern auch zu Hause ihre Beziehung durch Bewegung stärken. Zudem soll ein wertschätzender Umgang miteinander gefördert werden.

Insbesondere während der Corona-Pandemie ist es wichtig, dass Eltern und ihre Kinder gemeinsam Positives erleben. In den Videos und in den Tipps stehen Übungen für den (Corona-)Alltag zur Verfügung, um spannend und lustig neue Perspektiven und Handlungsspielräume im Familienalltag zu schaffen.

Kontakt:

Barbara Fischer-Perko, MA
 Abteilung Gesundheitsförderung,
 Prävention und Public Health
 Service Stelle gesunde Schule
 Tel.: 05 0766-126206
 E-Mail: barbara.fischer-perko@oegk.at

2.2.2.7.

Projekte zur Zahngesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen

Die Zahngesundheit und damit die Kariesvorbeugung sind wichtige Faktoren für die allgemeine Gesundheit ab dem Kindesalter bis ins hohe Alter. Der Österreichischen Gesundheitskasse ist die Zahngesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen ein großes Anliegen. Sie bietet daher in allen Bundesländern „Kariesprophylaxe und Zahngesundheitsförderungsprogramme“ in Kooperation mit unterschiedlichen Partnern in Kindergärten und Schulen an. Zudem gibt es Zahngesundheitsförderungsangebote in den ÖGK-Zahngesundheitszentren bzw. im niedergelassenen Bereich.

Kontakt:

Barbara Fischer-Perko, MA
Abteilung Gesundheitsförderung,
Prävention und Public Health
Tel.: 05 0766-126206
E-Mail: zahn-gf@oegk.at

Nachfolgend einige Angebote der ÖGK:

ZAHNKARIESPROPHYLAXE IN KÄRNTENS KINDERGÄRTEN UND VOLKSSCHULEN

Gemeinsam mit dem Verein Gesundheitsland Kärnten und den Sondersversicherungsträgern (BVAEB, SVS) setzt die Österreichische Gesundheitskasse in Kärnten auf Zahnkariesprophylaxe-Programme in Kärntens Kindergärten und Volksschulen.

Unter dem Motto „Gesunde Zähne – wir schaffen das“ besuchen seit 2005 ausgebildete Zahngesundheitserzieherinnen und -erzieher des Vereins PROGES zweimal jährlich die Kinder in den Kindergärten und erarbeiten mit ihnen das Wissen rund um die Mund- und Zahngesundheit. Eltern sowie Pädagoginnen und Pädagogen werden in diesen Prozess miteinbezogen, denn gut informierte Eltern sowie Pädagoginnen und Pädagogen legen frühzeitig den Grundstein für eine lebenslange Zahngesundheit. Erwachsene werden im Rahmen von Informationsveranstaltungen (Elternabende, Infotische, Vorträge sowie persönliche



Foto: Fab_1/Shutterstock

Gespräche) über Vorsorgemaßnahmen zur Erhaltung der Zahngesundheit aufgeklärt. Die Zahngesundheitsförderung in den Kindergärten erfolgt in Kärnten flächendeckend. In den Volksschulen ist der sogenannte Zahngesundheitsunterricht in den Lehrplan integriert. Dieser wird seit 2008 von Zahngesundheitserzieherinnen und -erziehern des BFI Kärnten abgehalten und beinhaltet die zentralen Themen gesunde Zähne, Zahnpflege, zahngesunde Ernährung, Fluoride und die Wichtigkeit des regelmäßigen Zahnarztbesuches. Die Zahngesundheitsförderung wird in acht Kärntner Bezirken durch das BFI Kärnten abgedeckt. Die Erweiterung des Angebots auf alle zehn Kärntner Bezirke ist für die nächsten Jahre geplant.

KARIESPROPHYLAXE – ANGEBOT „APOLLONIA NÖ“

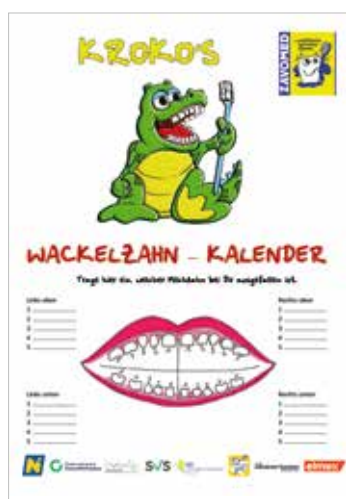
Die ÖGK und die anderen niederösterreichischen Krankenversicherungsträger finanzieren in Niederösterreich gemeinsam mit dem Land NÖ das Projekt „Apollonia NÖ“. Kooperationspartner ist die Zahnärztekammer NÖ. Umgesetzt wird das Projekt vom Verein „Arbeitskreis für Zahnärztliche Vorsorgemedizin“. Dabei werden flächendeckend Kinder aus niederösterreichischen Kin-

dergärten, Volks- und Sonderschulen in regelmäßigen Abständen zahnärztlich untersucht. Weiters werden die Kinder in den Bildungseinrichtungen von Zahngesundheitserzieherinnen und -erziehern über das richtige Zähneputzen und auch über zahn-gesunde Ernährung informiert. Informationen für Eltern werden ebenfalls zur Verfügung gestellt.

Ziel des Angebots ist die Erreichung eines hohen Anteils an kariesfreien Kindern in Niederösterreich. Seit Einführung des Projekts 2001 und der damit verbundenen Maßnahmen konnte dieser Anteil – vor allem bei den 6-Jährigen – stetig erhöht werden.

Die Kariesprophylaxe-Aktion setzt sich zusammen aus:

- drei Zahnstatuserhebungen durch Zahnärztinnen und Zahnärzte im Kindergarten im zweijährlichen Rhythmus sowie in den 1. und 4. Schulstufen.
- mindestens zwei Besuchen im Kindergarten- bzw. Schul-jahr durch ausgebildete Zahngesundheitserzieherinnen und -erzieher mit dem Stoffmaskottchen „Kroko“. Die Besuche tragen dazu bei, dass die Bedeutung richtiger Mundhygiene vermittelt, das tägliche Zähneputzen automatisiert und ein positives Zahnbewusstsein entwickelt werden.
- Abhalten von Elterninformationen und Durchführung von Elternberatungen in frühkindlichen Einrichtungen (z. B. Mutter-Eltern-Beratungsstellen)



← Wackelzahn-Kalender



www.apollonia-noe.at/Downloads

Ein Thema bei den Kindergartenbesuchen und in der Elterninfor-mation ist u. a. das Wechselzahn-Gebiss. Gründliches Zähneput-zen ist in der Phase des Wechselzahn-Gebisses wichtiger denn je. Aufgrund von lockeren Milchzähnen, Zahnlücken und durch-brechenden Zähnen kommt der ordentlichen Zahnhygiene eine

besondere Bedeutung zu. Für die Kinder ist in dieser spannenden Zeit die Unterstützung durch die Eltern besonders wichtig.

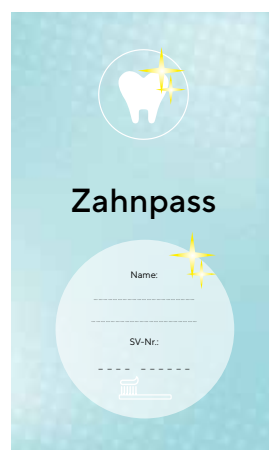
Damit die Kinder auch zu Hause oder etwa während der Corona-Pandemie Infos und Tipps bekommen, wurden auf der Homepage Kroko-Tipps und Videos veröffentlicht, die laufend erweitert werden. Dort finden sich auch weitere Infoblätter und Downloads für Eltern: www.apollonia-noe.at/Downloads.

ZAHNGESUNDHEITSFÖRDERUNG IN OBERÖSTERREICH

Die ÖGK, das Land Oberösterreich, die Landes Zahnärztekammer OÖ und PROGES bieten in Oberösterreich ein gemeinsames Maßnahmenpaket an, um die Zahngesundheit der Kinder und Jugendlichen in Oberösterreich maßgeblich zu verbessern. Die wesentlichen Inhalte der Zahngesundheitsförderung Oberöster-reich sind:

- Miteinbeziehen von Ärztinnen und Ärzten verschiedener Fachgruppen und Hebammen, um Familien möglichst früh die Bedeutung der Zahngesundheit zu vermitteln (www.kinderzahnpaket.at)
- Unterstützung der Krabbelstuben und Tagesmütter/-väter sowie Volksschulen mit den wichtigsten Kernbotschaften sowie informativen Medien (Filme, Plakate, Folder etc.) zum Thema Kinderzahngesundheit
- Ernährungs-Workshop für Schwangere und Eltern sowie die Ratgeber und Newsletter des ÖGK-Programms „... von Anfang an!“ vermitteln ebenfalls Informationen zur Zahngesundheit.
- Workshops in Eltern-Kind-Zentren zum Thema Zahngesundheit
- Leistungen aus dem „Zahnpass“ (www.gesundheitskasse.at/zahnpass)

Zahnpass →

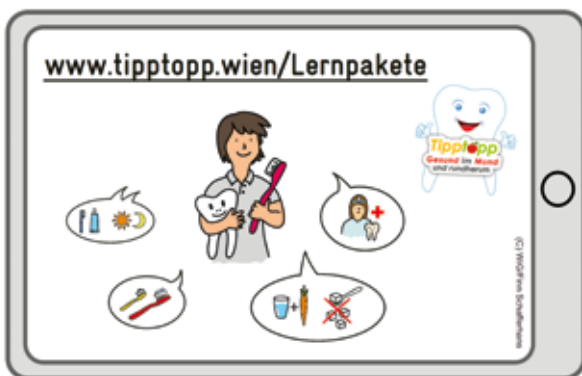


Icons (Zahn, Zahnbürste, Stern), Hintergrund: © Shutterstock

Kindergartenbesuche durch Zahngesundheitserzieherinnen und -erzieher von PROGES im Umfang von drei Kontakten bzw. Volksschulbesuche im Umfang von zwei Kontakten. Um die Zeit der Beschränkungen aufgrund von Covid-19 gut zu überbrücken, wurden für die Bildungseinrichtungen Lernpakete/Lernunterlagen (Videos, Übungen, Quiz mit Lösungen, Malblätter, Bildgeschichten) entwickelt.

„TIPPTOPP. GESUND IM MUND UND RUNDHERUM“ – MEHR ALS NUR GESUNDE ZÄHNE – PROGRAMM IN WIEN

Illustration: © WiG/Finn Schaffenhans



„Tipptopp. Gesund im Mund und rundherum“ ist ein Programm zur Förderung der Mundgesundheit in Wien. Davon profitieren Kinder in Wien von 0 bis 12 Jahren, deren Eltern und Erziehungsberechtigte sowie Beschäftigte in Kindergärten und Volksschulen ebenso wie Betreuungspersonen weiterer Institutionen, die mit Kindern dieses Alters arbeiten.

Das Programm zielt darauf ab, die mundgesundheitsbezogene Lebensqualität von Kindern und Jugendlichen zu verbessern sowie die Gesundheitskompetenz von Kindern, Jugendlichen, ihren Eltern und Betreuungspersonen zu stärken. Den Wiener Gesundheitszielen folgend, sollen mehr als die Hälfte aller 6-Jährigen bis 2025 kariesfrei sein – und dies ohne dass sich die Unterschiede in der Mundgesundheit zwischen sozioökonomisch benachteiligten und nicht-sozioökonomisch benachteiligten Kindern und Jugendlichen verstärken. „Tipptopp“ leistet hier einen großen Anteil.

Wesentliche Eckpfeiler von „Tipptopp“ sind „Mundgesundheit und Lebensstil“, eine altersgerechte Gruppenprophylaxe in Volksschulen und Kindergärten, die von Gesundheitsexpertinnen und -experten in den Institutionen mit viel Spaß und Spielen

abgehalten werden. Workshops und Informationsveranstaltungen für Eltern und Multiplikatorinnen und Multiplikatoren sowie Aufführungen des Zahntheaters für Schülerinnen und Schüler bringen Informationen und Wissen auf niederschwelligem Weg zur Zielgruppe. Die Intensivprophylaxe in ausgewählten Schulen sowie die Pilotprojekte „Zähneputzen im Kindergarten“ und die „Aktion Wiener Zahnpass“ komplettieren das umfangreiche Programm.

Chance in der Krise

Aufgrund der Corona-Pandemie mussten ab März 2020 viele Aktivitäten pausieren oder umgestellt werden und konnten in der Folge nur phasen- und teilweise wiederaufgenommen werden. Externe Personen durften die Institutionen nicht mehr besuchen und so war die Kontinuität der regelmäßigen Besuche der Expertinnen und Experten für Mundgesundheit nicht mehr gegeben. Für Einrichtungen, die in dieser Zeit nicht betreut werden konnten, wurden spezielle Lernpakete entwickelt, die altersgerechte Inhalte für die reguläre Pädagogin/den regulären Pädagogen bereitstellen. So konnten viele Themen rund um den gesunden Mund trotzdem weiter bearbeitet werden. Mehr als 2.000 Lernpakete wurden ausgegeben und rund 40.000 Kinder konnten davon profitieren (www.tipptopp.wien/Lernpakete).

In der Hoffnung auf einen „normalen“ Herbst wurden im Frühsommer zudem individuelle Video-Grußbotschaften der Mundgesundheits-Expertinnen und Experten produziert und jeder individuelle Link per Postkarte an die Kinder verteilt.



Postkarte: © WiG/Finn Schaffenhans

Eine Beispiel-Grußbotschaft und viele weitere Informationen und Downloads zu den Aktivitäten finden sich unter www.tipptopp.wien.



2.2.2.8.

Kampagne „Fit & Strong“ 2021: Better together



↑ Screenshots der Website www.fit-and-strong.at

Gesunde Ernährung und sportliche Betätigung sind essenziell zur positiven Förderung der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Zahlreiche Studien belegen, dass die Covid-Pandemie vor allem für die Zielgruppe der 6- bis 21-Jährigen eine enorme Herausforderung ist. Soziale Kontakte wurden gemieden, Freizeitaktivitäten auf ein Minimum reduziert.

Gefühle wie Angst, Enttäuschung, Wut und Einsamkeit belasten die Betroffenen und der Eindruck, dass ihre Sorgen nicht gehört werden, kommt verstärkt hinzu. Fast 50 % der Jugendlichen leiden seit dem Pandemieausbruch unter erheblicher psychischer Belastung.

Seit 2017 läuft die Social-Media-Kampagne „Fit & Strong“, bei der sich die Sozialversicherung entschlossen hat, mit Influencern zusammenzuarbeiten, welche vor allem wichtige Themen aus den Bereichen Gesundheit und Bewegung ansprechen und darauf aufmerksam machen. Die Erfahrung zeigt, dass man über diesen Kanal Kinder und Jugendliche gut erreichen und aktivieren kann.

Neben Rezepten und Fitnessübungen, die man auch weiterhin auf der Homepage www.fit-and-strong.at findet, hat man die Aufmerksamkeit 2021 auf die psychische Gesundheit und

Belastung durch die Covid-Pandemie gerichtet. Ali Mahlodji (Co-Gründer der Berufsorientierungsplattform whatchado.com), der bereits in den letzten Jahren immer wieder bei der Kampagne mitmachte, aber auch viele neue Influencer wie dariadaria, leotokio, minusgold oder auch sonnenflume, zeigen auf Instagram und TikTok, welche Hilfsangebote und Beratungsstellen man in der Krise aufsuchen kann. Sie sprechen Themen aktiv an, erzählen über eigene Erfahrungen mit psychischer Belastung und möchten den Jugendlichen vermitteln, dass man damit nicht alleine ist. Sie weisen im Rahmen der Kampagne auf die zahlreichen Hilfsangebote der Institutionen und Verbände in Österreich hin. Viele Vereine, wie z. B. Rat auf Draht, Courage, sprunghaus und die möwe unterstützen „Fit & Strong“.

Neben den Content-Produktionen der einzelnen Influencer ist die Podcast-Show mit Ali Mahlodji ein Highlight der Kampagne. In dieser werden Expertinnen und Experten der Vereine Courage, dem Jugendzentrum Neubau und Rat auf Draht zu Themen wie LGBTQ und psychischer Belastung im schulischen und außerschulischen Kontext auftreten. Star-Gast der Podcast-Show ist die ehemalige österreichische Skirennläuferin Lizz Görgl.

[#bettertogether](https://www.instagram.com/bettertogether)
www.fit-and-strong.at

2.2.2.9.

„Train the Trainer Ernährung“ – auch digital ein nachhaltiges Konzept für Jugendliche



Foto: © Pixel-Shot/Shutterstock

Das Projekt „Train the Trainer Ernährung“ richtet sich an Trainerinnen und Trainer verschiedenster Institutionen, die Jugendliche in AMS-gestützter Berufsausbildung zwischen dem 15. und 18. Lebensjahr betreuen. Im Rahmen einer insgesamt achtstündigen Schulung werden Trainerinnen und Trainer mit Hilfe eines Handbuches angeleitet, den Jugendlichen verschiedene Ernährungsthemen zu vermitteln, in die Ausbildungsbegleitung zu integrieren oder den Alltag regelmäßig mit verschiedenen Maßnahmen daraus „aufzupeppen“.

Diese „Train the Trainer“-Schulungen konnten während der Corona-Pandemie nur erschwert in direktem Kontakt durchgeführt werden. Auch die Trainerinnen und Trainer berichteten über zu geringen Kontakt mit den Jugendlichen, um die Inhalte vermitteln zu können.

Daher wurde das Konzept der Trainerschulung im Herbst 2020 um eine digitale Umsetzungsvariante erweitert. Nicht nur die

Trainerschulungen finden seit Frühling 2021 online statt. Auch die Umsetzung mit den Jugendlichen wurde auf digitale Einheiten umgearbeitet und den Trainerinnen und Trainern zur Verfügung gestellt. Jene, die ihren Kurs noch nach dem „alten“ Konzept begonnen haben, erhielten die Möglichkeit einer Upgrade-Schulung zur digitalen Variante. Die Resonanz der Coaches ist bislang sehr gut.

Best-Practice aus dem Jahr 2020:

Klartext – finanzielle Gesundheit

Im Jahr 2020 trat „Klartext – finanzielle Gesundheit“, Präventionseinrichtung der Schuldnerberatung Oberösterreich, mit der Bitte um Unterstützung im Bereich Ernährung für Jugendliche und junge Erwachsene an die ÖGK, Landesstelle Oberösterreich, heran. Das vom Fonds Gesundes Österreich und der ÖGK geförderte Projekt „K€Y-Card – der Schlüssel zur finanziellen Gesundheit“ sollte im Rahmen einer Workshop-Reihe auch das

Thema Ernährung aufgreifen und Jugendlichen, die sich in „AusbildungFit“-Maßnahmen befinden, Grundlagen zum Themenblock „Kostengünstige und gesunde Ernährung“ (als einer der größten Ausgabeposten Jugendlicher) vermitteln.

Zur besseren Nachhaltigkeit wurde nach Abstimmung mit Klartext das Grundkonzept „Train the Trainer Ernährung“ angewandt. Dieses wurde im partizipativem Austausch mit Klartext um finanzielle Aspekte in der Lebensmittelauswahl und im Einkauf vor allem für Jugendliche, die außer Haus essen, erweitert. Die Schulung aller betreffenden Trainerinnen und Trainer fand digital im Februar 2021 statt. Im Rahmen eines persönlichen Feedbacks schildert Mag.^a Sabine Ploberger, KEY-Card-Projektkoordinatorin von Klartext, ihre ersten Erfahrungen und Eindrücke:

„Die Herausforderung für uns Coaches war es, die sehr interessanten, gut aufbereiteten Informationen der Schulung an die unterschiedlichen Bedürfnisse unserer Jugendlichen anzupassen. Das Thema Ernährung ist sehr weitläufig. Eine Schulung mit klar definiertem Rahmen aus seriöser und qualitätsgesicherter Quelle, wie der Österreichischen Gesundheitskasse, ist sehr zielführend für unsere Arbeit.“

Ein Workshop beschäftigt sich mit Geld und Gesundheit. „Ich persönlich finde auch die Auseinandersetzung mit den Essmotiven (als Bewusstseinsbildung) sehr wichtig, weil diese vielen Kaufmotiven ähneln. Hier ist das ‚Momente für mich‘-Tagebuch sehr hilfreich, weil wir erarbeiten, was mir sonst noch gut

tut – außer essen und shoppen“, berichtet Sabine Ploberger. Im Modul „Essen und Trinken“ wird der Bogen von der Wiederholung der Ernährungspyramide bis hin zu Einkaufsfallen und Preisvergleichen gespannt. Dieser Workshop endet mit einem Infobuffet, bei dem die Jugendlichen aus unterschiedlichen Infomaterialien wählen können. Die Projektkoordinatorin setzt bei den Jugendlichen auf Freiwilligkeit: „Sie sollen sich aussuchen, was sie interessiert. In einer Gruppe sind immer zwei bis drei Personen dabei, die dann auch Rezepte ausprobieren, Fotos von den selbst gekochten Gerichten machen und darüber erzählen. Die Trainerinnen und Trainer greifen das gerne auf und nehmen es als Anregung, mit der Gruppe auch einmal zu kochen.“

„Die erste Evaluation des Projekts fand bereits statt“, so Sabine Ploberger. Die jugendlichen Teilnehmerinnen und Teilnehmer seien mittels Fokusgruppe befragt worden. Zur Frage, was ihnen spontan rückblickend zu der Workshop-Reihe um finanzielle Gesundheit einfällt, kamen laut der Projektkoordinatorin unter anderem folgende Statements:

„Man kann voll beim Essen sparen.“

„Ich habe gelernt, dass man Gerichte machen kann, ohne viel Geld auszugeben.“

„Darauf achten, dass man nicht reinfällt – auf Kilopreise schauen bzw. bei Aktionsangeboten, wie ‚Zwei zum Preis von einem‘, genauer hinsehen.“

Auf die Frage „Was habt ihr durch die Workshop-Reihe erfahren? Gibt es ein Beispiel?“ kam unter anderem folgende Antwort: „Dass man voll billig was Gutes zum Essen machen kann“. „Über diese Antworten bin ich sehr erfreut – sie sind sehr vielversprechend“, sagt Sabine Ploberger. „Die positiven Rückmeldungen nach den ersten Workshops der Trainerinnen und Trainer mit den Jugendlichen zeigen den Erfolg des Konzepts ‚Trainerschulung‘.“



Foto: © KarepaStock/Shutterstock

Kontakt:

Drⁱⁿ. Sylwia Haslmayr
Abteilung Gesundheitsförderung, Prävention
und Public Health Oberösterreich
Tel.: 05 0766-14103504
E-Mail: sylwia.haslmayr@oegk.at

2.2.2.10.

Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit Typ-1-Diabetes in Österreich



Das Thema „Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit Typ-1-Diabetes (T1D)“ wird im Rahmen des Competence Center Integrierte Versorgung (CCIV) seit dem Jahr 2017 behandelt. In einem ersten Schritt wurde eine umfangreiche österreichweite Versorgungsanalyse durchgeführt. Sie zeigte bei den 0- bis 18-Jährigen eine Gesamtprävalenz von rund 2.700.¹ T1D gehört damit zu den häufigsten chronischen Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen. Zudem zeigt sich in der Altersgruppe der 0- bis 14-Jährigen bei den Neuerkrankungen ein steigender Trend mit jährlich ca. 237² neu diagnostizierten Typ-1-Kindern und Jugendlichen.

Versorgungssituation

Während Patientinnen und Patienten mit Typ 2 Diabetes (T2D) überwiegend im extramuralen Bereich betreut werden, erfolgt die Basisversorgung des T1D von der Diagnosestellung bis

zur Erwachsenenbetreuung im intramuralen Bereich – über Diabeteszentren der Krankenanstalten. Die Ersteinstellung wird stationär von einem multidisziplinären Fachkräfteteam des Pädiatrischen Diabeteszentrums durchgeführt und dauert rund zwei bis drei Wochen. Die laufenden Routineuntersuchungen finden im Quartalsabstand statt. Bis spätestens zum 21. Lebensjahr erfolgt der Übergang der Versorgung vom Pädiatrischen Diabeteszentrum zu einer Diabetesambulanz für Erwachsene.

Zusätzlich zur intramuralen Basisversorgung gibt es österreichweit eine Reihe von beratenden und unterstützenden Angeboten für Kinder und Jugendliche mit T1D. Diese werden von Patientenvereinigungen/Selbsthilfegruppen, Vereinen und Elterninitiativen sowie Fachgesellschaften organisiert.

Handlungsfelder

Im Rahmen der Versorgungsanalyse konnten mehrere Handlungsfelder identifiziert werden:

1. Frühere Diagnosestellung und rascheres Handeln
2. Aufbau einer flächendeckenden mobilen Unterstützung im häuslichen Umfeld sowie in Betreuungseinrichtungen
3. Schaffung von kindergerechten und altersangepassten Schulungen (Schulungscamps)
4. Verbesserung der Transition (Übergang von der Kinder- in die Erwachsenenbetreuung)
5. Multidisziplinäre Betreuung in den Pädiatrischen Diabeteszentren der Krankenanstalten

Nach einer Priorisierung durch die leitenden Ärztinnen und Ärzte der Sozialversicherung wurde im Jahr 2018 mit der Bearbeitung der Problematik rund um die Diagnosestellung begonnen. Im Jahr 2020 startete das CCIV zusätzlich mit dem Handlungsfeld 2. Die Aktivitäten rund um die beiden Versorgungsthemen werden nachfolgend beschrieben.

Handlungsfeld 1: Frühere Diagnosestellung des Typ-1-Diabetes und rascheres Handeln

Die Diagnose T1D erfolgt oftmals viel zu spät. So kommen in Österreich etwa 37 % der Kinder und Jugendlichen unter 15 Jahre bei der Erstmanifestation bereits mit einer diabetischen Ketoazidose ins Krankenhaus, die lebensbedrohlich sein kann. Gründe dafür sind, dass die Anzeichen für T1D oft nicht oder erst

sehr spät und die Dringlichkeit einer raschen Weiterleitung an ein Pädiatrisches Diabeteszentrum nicht immer erkannt werden.³

Um hier gegenzusteuern, wurde 2018 mit der Konzeption von Werkzeugen begonnen, um gezielt auf die typischen Symptome des T1D aufmerksam zu machen.

Unter dem Slogan „Auch Kinder können Diabetes haben“ wurden altersangepasste Informationsunterlagen wie Folder und Plakate erstellt, mit dem Ziel, Eltern, Betreuungspersonen, Pädagoginnen und Pädagogen, die Bevölkerung, aber auch niedergelassene Allgemeinmedizinerinnen und Allgemeinmediziner sowie Fachärztinnen und Fachärzte für Kinder- und Jugendheilkunde auf die Warnzeichen aufmerksam zu machen.

2019 wurde die Verbreitung der Informationsmaterialien sowie die Umsetzung weiterer Maßnahmen forciert. Es erfolgte eine gemeinsame Pressekonferenz des Dachverbands der Sozialversicherungsträger (DVS), des CCIV und der Österreichischen Diabetesgesellschaft (ÖDG). Zudem werden die relevanten Botschaften zur Früherkennung laufend auf Web- und Facebook-Seiten der Sozialversicherung (z. B.: Therapie Aktiv, ÖGK) gestreut. Über das Medium „y-doc Wartezimmer TV“ wird österreichweit und in gewissen zeitlichen Abständen ein kurzer Spot gezeigt, der ebenfalls die Warnzeichen thematisiert.

Der Awareness-Schwerpunkt wird laufend umgesetzt. Nähere Informationen sind unter www.therapie-aktiv.at und über die Website des CCIV abrufbar.

Handlungsfeld 2: Aufbau einer flächendeckenden mobilen Unterstützung im häuslichen Umfeld sowie in Betreuungseinrichtungen

Kinder und Jugendliche werden auf den Pädiatrischen Diabeteszentren sehr gut auf das notwendige Therapiemanagement eingeschult und laufend betreut. Außerhalb der intramuralen Versorgung werden jedoch Versorgungslücken sichtbar.

- Insbesondere die erste Zeit nach der Diagnose und bestimmte Lebensphasen (z. B. Pubertät) stellen die Betroffenen vor große Herausforderungen. So muss das Therapiemanagement im Alltag – zu Hause, im Kindergarten, in der Schule oder auch beim Sport – beachtet und richtig angewandt werden. Ängste und Überforderung sind oftmals die Folge, die bei allen Betroffenen zu einer hohen psychischen Belastung führen können. So wird in der S3-Leitlinie⁴ der Deutschen Diabetes Gesellschaft beschrieben, dass Kinder und Jugendliche mit T1D verglichen mit gesunden Kindern und Jugendlichen ein höheres Risiko aufweisen, eine psychische

Erkrankung (z. B. Depression, Angststörung, Belastungsstörung oder Essstörung) zu entwickeln. Aber auch die Eltern – insbesondere die Mütter – sind gefährdet.

- Ältere Kinder wissen zumeist schon sehr gut über ihren Diabetes Bescheid und können die Erkrankung bereits alleine managen. Trotzdem ist es wichtig, dass alle Betreuungspersonen/Pädagoginnen und Pädagogen über die Erkrankung Bescheid wissen, um bestimmte Notwendigkeiten des Therapiemanagements (z. B. Essen während des Unterrichts) besser verstehen und bei Bedarf oder im Notfall unterstützen zu können.
- Je jünger das an Diabetes erkrankte Kind ist, umso mehr ist es auf die Hilfe der Eltern oder Betreuungspersonen angewiesen. Hier kommt es immer wieder vor, dass Pädagoginnen und Pädagogen aus Unwissenheit und Angst, etwas falsch zu machen, eine Unterstützung verweigern. In diesen Fällen sind die Eltern besonders gefordert, damit das Kind trotzdem ganz normal am Kindergarten-/Schulalltag teilnehmen kann und von keinen Aktivitäten ausgeschlossen wird.

Einfache und oftmals nur über einen kurzen Zeitraum notwendige Unterstützungsleistungen durch eine diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegekraft wären hilfreich, um bei allen Beteiligten Ängste zu nehmen, Sicherheit zu geben und in weiterer Folge schwerwiegende Komplikationen und Folgeerkrankungen sowie psychische Belastungen zu vermeiden.

Die Versorgungsanalyse zeigte zwar, dass es in allen Bundesländern Hausbesuche und/oder Unterstützungsangebote für Betreuungseinrichtungen gibt. Diese unterscheiden sich jedoch sehr stark in ihrem Angebotsvolumen. Gründe für die sehr unterschiedlichen Ausprägungen sind die geringen personellen und finanziellen Ressourcen sowie die Tatsache, dass viele Unterstützungsleistungen nur durch ehrenamtliches Engagement der Fachkräfte zur Verfügung stehen. Finanziert werden die Angebote vorwiegend durch Spenden, kleine pauschale Subventionsbeiträge, vereinzelt durch das Land/Jugendamt und die medizinische Hauskrankenpflege. Eine österreichweit einheitliche Regelung bzw. einen definierten Betreuungsstandard gibt es nicht.

Entwicklung eines Betreuungsstandards für die mobile Unterstützung

2020 wurde daher aus der Summe der bereits vorhandenen mobilen Unterstützungsangebote (Hausbesuche und in den Betreuungseinrichtungen) die zentralen Eckpunkte und erste mögliche

Rahmenbedingungen für einen zukünftigen Betreuungsstandard abgeleitet und in einem Grobbericht zusammengefasst. Diese Eckpunkte werden 2021 gemeinsam mit Expertinnen und Experten der Kinder- und Jugendlichenpflege, der Österreichischen Gesellschaft für Kinder- und Jugendheilkunde und der ÖDG zu einem Betreuungsstandard weiterentwickelt und finalisiert. Der Betreuungsstandard soll zukünftig die Basis für ein österreichweit einheitliches Versorgungsmodell darstellen.

Angestrebt wird, einen ersten Piloten im Jahr 2022 in einem Bundesland vorzubereiten. Die Erfahrungen des Piloten sollten wiederum in den Betreuungsstandard einfließen und damit bei einem österreichweiten Rollout Berücksichtigung finden. Ziel ist

es, ein optimales Versorgungsangebot für Kinder und Jugendliche mit T1D zu etablieren und damit die österreichweiten Versorgungslücken zu schließen.

- ¹ SV/LEICON (2017): Anteil der Patienten mit mindestens einer Antidiabetikaverordnung (OAD + Insulin) im Jahr 2015 in der Altersgruppe der 0–18-Jährigen
- ² Schmutterer I., Delcour J., Griebler R. (Hrsg.): Österreichischer Diabetesbericht 2017. Wien: Bundesministerium für Gesundheit und Frauen, 2017
- ³ Rami-Merhar B. (2016): Es gibt noch viel zu tun – Kinder und Jugendliche mit Diabetes mellitus. In: Pädiatrie & Pädologie. DOI 10.1007/s 00608-016-0410-8
- ⁴ Deutsche Diabetes Gesellschaft (2015): Diagnostik Therapie und Verlaufskontrolle des Diabetes mellitus im Kindes- und Jugendalter. S3-Leitlinie der DDG und AGPD 2015

2.2.2.11.

Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit Übergewicht und Adipositas



Der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zufolge zählen Übergewicht und Adipositas zu den größten Herausforderungen des Jahrhunderts im Bereich Public Health⁵. Allein in Österreich sind laut COSI-Erhebung bei den 8- bis 9-Jährigen rund 30 % der Buben und zwischen 20 und 30 % der Mädchen als übergewichtig, adipös oder morbid adipös einzustufen.⁶ Übergewicht und Adipositas haben jedoch nicht nur negative gesundheitliche Auswirkungen, sondern bringen auch verheerende ökonomische Folgen mit sich.⁵

Da Übergewicht und Adipositas demnach ein enormes Problem darstellen, wurde die Medizinische Universität Graz (MUG) 2016 vom Hauptverband der österreichischen Sozialversicherung mit der Entwicklung eines Behandlungspfads auf Primärversorgungsebene beauftragt⁷. Anschließend wurde 2017 im Rahmen des Competence Center Integrierte Versorgung (CCIV) eine Analyse der Versorgungslandschaft für die Therapieangebote für übergewichtige und adipöse Kinder und Jugendliche durchgeführt, welche eine heterogene Versorgungsstruktur in Bezug auf die Umsetzung, die konkreten Betreuungsangebote und die Finanzierung ergab. Dass auch keine Rückschlüsse auf die Behandlungsqualität und die Wirksamkeit der Adipositasschulungsprogramme für Kinder und Jugendliche möglich waren, kann insbesondere darauf zurückgeführt werden, dass es keinen einheitlichen Betreuungsstandard gibt.

Aus diesem Grund wurde 2019 zum einen von der MUG an der Identifizierung und Charakterisierung von Evaluationsparametern für Adipositasschulungsprogramme gearbeitet, um zukünftig die Wirksamkeit eines Therapieprogrammes überprüfen zu können. Zum anderen wurden 2019 die unterschiedlichen strukturellen und organisatorischen Rahmenbedingungen für Adipositasschulungsprogramme vom CCIV in einem Länderbericht analysiert. In weiterer Folge wurde 2020 mit der Erarbeitung eines Mindeststandards für ambulante Adipositasschulungsprogramme für Kinder und Jugendliche begonnen. Dieser soll das Minimum an verbindlichen Kriterien für inhaltliche und strukturelle Voraussetzungen, welche ambulante Adipositasschulungsprogramme für Kinder und Jugendliche für eine Anerkennung und (evtl. teilweise) Kostenübernahme durch die Sozialversicherungsträger im Sinne der Qualitätssicherung erfüllen müssen, beschreiben.

⁵ Vgl. WHO-Website

⁶ Vgl. Weghuber et al. (2017): Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI). Bericht Österreich 2017. Hrsg. Bundesministerium für Gesundheit und Frauen (BMGF), Wien

⁷ Seit 1. Jänner 2020 Dachverband der Sozialversicherungsträger (DVSV)

Information

Die vorliegenden Unterlagen sind über die Websites des DVSV und des CCIV abrufbar.

2.2.3

Ausgewählte Projekte der Sozialversicherungsanstalt der Selbständigen (SVS)

Foto: © DVS/APA Fotoservice Schiedl



Peter Lehner,
Obmann der
Sozialversicherung
der Selbständigen,
Vorsitzender der
Konferenz der
Sozialversicherungsträger

Österreich hat ein leistungsfähiges Gesundheitssystem und eine hohe Lebenserwartung. Beides liegt über dem europäischen Schnitt. In gesunden Lebensjahren sieht die Bilanz ganz anders aus: Österreich hinkt hinterher. Gerade einmal 57 gesunde Lebensjahre zählt der Österreicher, EU-weit sind es 64. Grund dafür ist ein verhältnismäßig ungesunder Lebensstil. Diesem heißt es, entschieden entgegenzusteuern. Ein Lebensstil entwickelt sich im Laufe der Jahre. Der Grundstein für viel Bewegung, die Liebe zum Sport und eine gesunde, regionale Ernährung wird allerdings in der Kindheit und Jugend gelegt. Deshalb setzt die SVS einen besonderen Schwerpunkt auf die Kinder- und Jugendgesundheit und bietet eine Vielzahl von Aktivitäten, Angeboten und Anreizen für die jungen Versicherten.

Die SVS-Ferien camps, die letztes Jahr von rund 400 Kindern besucht wurden, setzten unterschiedliche thematische Schwerpunkte wie Logopädie, Übergewicht, Orthopädie und Fitness. Bei den Camps werden die Eltern aktiv miteingebunden. Denn wichtig ist, dass die jungen Menschen das Gelernte in ihren Alltag integrieren und Tag für Tag zu Hause umsetzen. So wird die Gesundheitskompetenz der Kinder, der Jugendlichen und ihrer Eltern gesteigert. Die ganze Familie profitiert davon. Neben den Camps schließt die SVS auch die Lücke zwischen Mutter-Kind-Pass und der Vorsorgeuntersuchung für Erwachsene ab dem 18. Lebensjahr. Mit dem „Gesundheits-Check Junior“ haben junge Menschen zwischen 6 und 18 Jahren die Möglichkeit, sich bei Vertragsärzten der SVS, Wahlärzten und in unserem Gesundheitszentrum durchuntersuchen zu lassen. Ziel ist es, frühzeitig Gesundheitsrisiken von Kindern zu erkennen, um ihnen bei Bedarf entsprechend entgegenwirken zu können.

Der „Gesundheits-Check Junior“ wird auch mit dem Gesundheitshunderter für Kinder belohnt. Die Teilnehmer erhalten 100 Euro für eine Sportwoche, einen Skikurs oder Sportvereinsmitgliedschaften. Das Angebot wird jährlich von rund 3.000 Kindern und Jugendlichen in Anspruch genommen.

Früh das Bewusstsein für den Körper und die Gesundheit zu wecken, ist die beste Prävention und die Basis für viele gesunde Lebensjahre.

2.2.3.1.

Feriencamps für Kinder und Jugendliche



Foto: © Iakov Filimonov/Shutterstock

Die Sozialversicherung der Selbständigen (SVS) bietet im Sommer Feriencamps mit verschiedenen Schwerpunkten an, die sich an den individuellen Bedürfnissen der Kinder und Jugendlichen orientieren. Bei diesen 17-tägigen Aufenthalten finden die Mädchen und Burschen bei vielen wichtigen körperlichen, emotionalen und sozialen Entwicklungsschritten Unterstützung.

DIE SCHWERPUNKTE

Von der SVS werden Feriencamps mit folgenden Schwerpunkten angeboten:

Lese- und Rechtschreibförderung (8 bis 15 Jahre)

Dieser Schwerpunkt dient der Verbesserung der Lese- & Rechtschreibkompetenz und der Reduzierung von Teilleistungsschwächen. In Kleingruppen arbeiten die Fachkräfte mit den Kindern und Jugendlichen an der Verbesserung der persönlichen Situation.

Logopädie (8 bis 15 Jahre)

Der Schwerpunkt Logopädie ist eine therapeutische Maßnahme

für Kinder und Jugendliche mit Sprach- und Sprechstörungen. Durch eine tägliche und individuelle Einzelbehandlung werden die Teilnehmenden entsprechend ihren Bedürfnissen gefördert.

Orthopädie (8 bis 15 Jahre)

Dieses Vorsorgeangebot dient zur Stärkung des Bewegungs- und Stützapparates der Kinder und Jugendlichen. Unter Anleitung von Physiotherapeuten arbeiten die Mädchen und Buben an der Kräftigung ihrer Muskulatur und an der Korrektur von Haltungsschwächen. Dabei lernen sie auf spielerische Weise ein gesundes Bewegungsverhalten.

Übergewicht (10 bis 15 Jahre)

Übergewichtigen Kindern und Jugendlichen wird bei diesem Schwerpunkt ein gesundes Ess- und Bewegungsverhalten in Theorie und Praxis vermittelt, um das Körpergewicht langfristig zu stabilisieren.

„Fit & G’sund“ (10 bis 15 Jahre)

Kinder und Jugendliche lernen bei diesem Angebot einen gesunden Lebensstil und werden in ihrer Gesundheitskompetenz



Foto: © SVS

↑ Jugendparadies Lindenhof in Spital am Pyhrn

gestärkt. Neben einem abwechslungsreichen Aktiv- und Bewegungsprogramm werden Inhalte zu den Themen Ernährung und psychosoziale Gesundheit vermittelt.

Atemwegserkrankungen (10 bis 15 Jahre)

Bei diesem Aufenthalt für Kinder und Jugendliche mit Atemwegserkrankungen wird mit Hilfe des positiven Einflusses durch das Meeresklima in Lignano (Italien) und der Vermittlung von grundlegendem Wissen eine Linderung der Symptome gefördert. Dabei stehen die Hilfe zur Selbsthilfe sowie das Erlernen richtiger Atemtechniken und Entspannungsübungen im Vordergrund.

Hauterkrankungen (10 bis 15 Jahre)

Kinder und Jugendliche mit Hauterkrankungen erhalten hilfreiche Tipps für den besseren Umgang mit ihrer Erkrankung im Alltag. Besonderer Wert wird auf die richtige Hautpflege, den Sonnenschutz und den entsprechenden Umgang mit den notwendigen Medikamenten gelegt. Das vorherrschende Meeresklima bei dem Aufenthalt in Lignano (Italien) wirkt sich positiv auf die Gesundheit und das Wohlbefinden der Kinder und Jugendlichen aus.

Seelische Stärkung (10 bis 15 Jahre)

Dieser Aufenthalt richtet sich an Kinder und Jugendliche, die besondere Belastungs- oder Problemsituationen zu bewältigen haben. In Gruppeneinheiten mit psychosozialen Fachkräften stehen die Entwicklung der inneren Stärke, die Förderung des Selbstwertgefühles sowie der Resilienz im Vordergrund.

Bei allen SVS-Ferien camps profitieren die Kinder und Jugendlichen von der gezielten Förderung durch ein Expertinnen- und Expertenteam, das aus Lernbetreuerinnen und -betreuern, Psychologinnen und Psychologen, Logopädinnen und Logopäden, Physiotherapeutinnen und -therapeuten, Sporttrainerinnen und -trainern, Ärztinnen und Ärzten und Ernährungsfachkräften besteht. Je nach Themenschwerpunkt können die Kinder und Jugendlichen spezielle Maßnahmen in Form von Ernährungs- und Bewegungs-Workshops, Sprachtraining, motorischem Training, Lernförderung und psychologischer Begleitung nutzen.

Die Kinder und Jugendlichen finden während des Aufenthaltes oft neue Freunde fürs Leben, können sich in der Gruppe mit Gleichaltrigen erleben und hier besondere Erfahrungen sam-

meln. Treten Konflikte unter den Kindern auf, werden diese mit Unterstützung der Betreuerinnen und Betreuer verständnisvoll gelöst, auch das ist ein gemeinsamer Lernprozess. In den abschließenden Elterngesprächen werden fachliche Empfehlungen und gegebenenfalls Indikationen für weiterführende Therapien kommuniziert.

Dauer und Veranstaltungsorte

Die Feriencamps finden im Jugendparadies Lindenhof in Spital am Pyhrn sowie in Lignano (Italien) statt und dauern 17 Tage.

Die Sozialversicherung der Selbständigen konnte im Sommer 2020 am Lindenhof in Spital am Pyhrn exklusiv rund 390 Kindern betreuen. Dadurch konnten alle Rahmenbedingungen, wie beispielsweise die Bereitstellung eines ausgewogenen Speiseplans oder die Nutzung der Infrastruktur und Räumlichkeiten für die Fördereinheiten und insbesondere die Umsetzung der Corona-Maßnahmen, ganz nach den Anforderungen der SVS erfolgen. 2021 fanden pandemiebedingt keine Aufenthalte statt. Für 2022 sind wieder Feriencamps geplant. Die Kinder sind am Lindenhof in gepflegten Vier- bis Acht-Bettzimmern untergebracht. Jede Gruppe hat ihren eigenen Aufenthaltsbereich in den Stockwerken und in den angrenzenden Gebäuden, wie z. B. in der so-

nannten Chillerei. Das weitläufige Areal rund um den Lindenhof mit Spieleteich, Sporthalle, Spielplatz, Mountainbike-Arena, einem kleinen Wald mit großer Spielwiese und Lagerfeuerplatz ermöglicht es, den Kindern und Jugendlichen ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm anzubieten.

Nach den Grundsätzen der Erlebnispädagogik wird „Gesundheitsförderung“ mit verschiedensten Aktivitäten verknüpft: Bogenschießen, Klettern, Wandern, Mountainbiken, Volleyballspielen oder gemeinsamer Spaß am Lagerfeuer.

In Lignano können rund 70 Kinder und Jugendliche am Schwerpunkt Atemwegs- und Hauterkrankungen teilnehmen. Das vorherrschende Meeresklima wirkt sich dabei besonders günstig aus.

Die Kids profitieren bei den Feriencamps nicht nur von den therapeutischen Maßnahmen unter der Obhut von Expertinnen und Experten, sondern auch von einem bunten Aktivprogramm mit vielen Highlights. Sie werden dabei von engagierten jungen Betreuerinnen und Betreuern begleitet, die auf kreative und abwechslungsreiche Art die Freude an der Bewegung, Gemeinschaft und der Natur fördern. Die gemeinsame Zeit in den Feriencamps wird für die Kids so meist zu einem unvergesslichen Erlebnis.



Foto: © a4ndreas/Shutterstock

Zielsetzung der Feriencamps

Mit diesem Gesundheitsangebot soll die Gesundheitskompetenz der Kinder und Jugendlichen für ihre jeweilige persönliche (gesundheitliche) Situation gesteigert werden. Ressourcen sollen entdeckt, gestärkt und bewusst eingesetzt werden können. Bewältigungsstrategien für ihren jeweiligen Lebensalltag werden aufgezeigt und trainiert. Das Handlungs- und Effektwissen für ein gesundes Erwachsenenleben samt seinen Herausforderungen wird vergrößert.

Erfolg durch Zusammenarbeit mit den Eltern

Einen wichtigen Stellenwert nimmt auch die Zusammenarbeit und Kommunikation mit den Eltern ein. So wird die ganze Familie in das Programm eingebunden und das Gelernte auch bestmöglich im Alltag umgesetzt. Je besser die Eltern informiert sind und ihre Kinder unterstützen, desto größer ist in der Regel auch der Erfolg. Daher ist bei den Feriencamps auch die Teilnahme an einem Familien- bzw. Elterngespräch mit den zuständigen Fachkräften am Informations- und Abschlusstag vorgesehen. Den Austausch der Informationen und Beobachtungen erleben

die Eltern als hilfreich und bereichernd. Dadurch kann die ganze Familie profitieren.

Nachhaltigkeit des Programmes

Den Kindern werden am Ende des Aufenthaltes Unterlagen mitgegeben, die als Erinnerungshilfe für die Familien dienen sollen. Darüber hinaus erhalten sie Informationen über weiterführende Maßnahmen und Unterstützungsangebote im heimischen Umfeld. Zusätzlich wird an die Erziehungsberechtigten ein monatlicher Newsletter ausgesandt, der Tipps und Übungen für Eltern und Kinder enthält. Unter Einbeziehung von Eltern und Fachkräften aus der jeweiligen Region ist damit ein langfristiger Erfolg über den Turnus hinaus möglich.

Die Mädchen und Burschen bekommen auch eine Turnuszeitung und einen Jahreskalender mit motivierenden Worten und Bildern vom Aufenthalt, um die Zeit immer wieder in Erinnerung rufen zu können. Zudem besteht die Möglichkeit zu einer Nachbetreuung mittels telefonischem Impulsgespräch, über Online-Treffen oder einem „Auffrischer-Treffen“ vor Ort.



Foto: © simonemint/AdobeStock

2.2.3.2.

„Gesundheits-Check Junior“

Foto: © wavebreakmedia/Shutterstock



Das Vorsorgeprogramm „Gesundheits-Check Junior“ dient der frühzeitigen Erkennung von Gesundheitsrisiken bei Kindern und Jugendlichen und ermöglicht fachliche Unterstützung in wichtigen Entwicklungsphasen, wie Einschulung oder Pubertät. Ziel ist es, bereits im Kindesalter ein Bewusstsein unter anderem für einen gesunden Lebensstil samt gesunder Ernährung, Bewegung und insgesamt für einen gesunden Körper zu schaffen, denn bereits in den frühen Lebensjahren werden entscheidende Weichen für die weitere gesundheitliche Entwicklung gestellt. Mit dem „Gesundheits-Check Junior“ wird die Lücke zwischen dem Mutter-Kind-Pass und der Vorsorgeuntersuchung ab dem 18. Lebensjahr geschlossen.

Bei der SVS mitversicherte Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 18 Jahren haben die Möglichkeit, dieses Angebot bundesweit bei Fachärzten für Kinder- und Jugendheilkunde sowie bei Allgemeinmediziner*innen (Vertragsärzte der SVS und Wahlärzte) und im Gesundheitszentrum für Selbständige (Wien; für 12- bis 18-Jährige) in Anspruch zu nehmen.

Inhalt des „Gesundheits-Checks Junior“

Der „Gesundheits-Check Junior“ besteht aus einer ärztlichen Untersuchung und einem ärztlichen Coaching-Gespräch. Bei der Untersuchung findet eine ausführliche Anamnese statt.

Diese umfasst unter anderem aktuelle Gesundheitsprobleme wie Allergien, Hauterkrankungen oder andere chronische Erkrankungen. Des Weiteren wird der Impfstatus überprüft und eventuell durchgemachte Infektionserkrankungen, wie z. B. Masern, Mumps, Röteln, erhoben. Zusätzlich werden noch weitere Daten wie die Körpergröße, Gewicht, BMI und Blutdruck eruiert. Auch Untersuchungen betreffend Kopf, Hals, Herz, Lunge, Bauch, Bewegungsapparat/Haltung und Pubertätsentwicklung werden durchgeführt, um mögliche Auffälligkeiten feststellen zu können.

Beim Coaching-Gespräch wird auf die individuelle Lebenssituation eingegangen. Der Arzt informiert unter anderem über Ernährung, Bewegung, Medienverhalten und Suchtmittel.

„Gesundheitshunderter Kind“ – jährlich 3.000 Auszahlungen

Wer sich für seine Gesundheit engagiert, wird bei der SVS auch belohnt. Denn für bei der SVS mitversicherte Kinder und Jugendliche, die am „Gesundheits-Check Junior“ teilnehmen, gibt es als Bonus den „SVS-Gesundheitshunderter“. Der „Gesundheitshunderter“ kann für Sportwochen, Skikurse, Sportvereinsmitgliedsbeiträge oder qualitätsgeprüfte Programme für Kinder beantragt werden.

Jährlich nehmen rund 3.000 Kinder und Jugendliche dieses Angebot in Anspruch.

Der Weg zum „SVS-Gesundheitshunderter“

Schritt 1: Terminvereinbarung für den „Gesundheits-Check Junior“ bei einem Allgemeinmediziner oder Kinder- und Jugendfacharzt (6- bis 18-Jährige) bzw. im Gesundheitszentrum für Selbständige (Wien; für 12- bis 18-Jährige)

Schritt 2: Nach Absolvierung des „Gesundheits-Checks Junior“ erfolgt die Einreichung des Befundabschnitts gemeinsam mit der Rechnung samt Zahlungsbestätigung für eine Sportwoche, einen Skikurs, eine Sportvereinsmitgliedschaft oder qualitätsgeprüfte Programme für Kinder (siehe Partnerangebote: svs.at/partnerangebote) bei der SVS-Landesstelle. Der Antrag kann online unter svs.at/gesundheits-hunderter gestellt werden. Zu beachten ist, dass für die Sportwoche oder den Skikurs eine Teilnahmebestätigung benötigt wird.

Geförderte Projekte aus dem Rahmen-Pharmavertrag

Seit 2012 werden durch Mittel aus dem Rahmen-Pharmavertrag für Kindergesundheit und Prävention 92 Projekte mit etwa 12,5 Millionen Euro gefördert. Mit der Kooperation der Sozialversicherung und Pharmawirtschaft werden jährlich Projekte mit rund zwei Millionen Euro unterstützt.

Von den 92 geförderten Projekten konnten bis Ende 2020 insgesamt 67 Projekte erfolgreich abgeschlossen werden. Die aktuell noch laufenden Projekte verlaufen nach Plan und können in vereinbarter Laufzeit fertiggestellt werden.

Beispielhaft für alle 92 geförderten Projekte, die eine Förderzusage erhalten haben, ist das Projekt **„Aufklärungskampagne – Pflege ist kein Kinderspiel“**.

In Österreich pflegen 43.000 Kinder und Jugendliche ihre Angehörigen. Sie unterstützen Eltern, Großeltern, Geschwister oder andere Familienmitglieder, die an einer körperlichen oder psychischen Krankheit oder einer Suchterkrankung leiden. Die ständigen Sorgen um das kranke Familienmitglied, die hohe Verantwortung und die Mehrfachbelastung durch Haushalt, Pflege und Ausbildung hinterlassen ihre Spuren, etwa in Form von Schlafmangel, Rückenbeschwerden, psychischen Problemen, Überforderung, schlechten Leistungen in der Schule und einem Mangel an Sozialkontakten. In der Öffentlichkeit werden pflegende Kinder und Jugendliche kaum wahrgenommen. Die wenigen Hilfsangebote, die es für diese junge Zielgruppe und ihre Angehörigen gibt, sind kaum bekannt. Daher initiierten die Johanniter die Aufklärungs- und Sensibilisierungskampagne **„Eltern pflegen ist kein Kinderspiel“**.

Mit der Kampagne und der begleitenden Medienarbeit konnte erfolgreich auf „Young Carers“ aufmerksam gemacht werden. Im Mediamix von TV, Radio, Infoscreen, Plakaten, Social Media und Medienarbeit konnte mit einer Bruttoreichweite von rund 104 Millionen Bruttokontakten eine breite Öffentlichkeit erreicht

werden. Wie die externe Meinungsumfrage gezeigt hat, haben inzwischen 91 % der Befragten davon gehört, dass Kinder und Jugendliche Angehörige pflegen. Die Präsenz des Themas ist gestiegen – was darauf schließen lässt, dass die Kampagne zur Bewusstseinsbildung beigetragen hat.

In einer Zeit, in welcher der Konsum von digitalen Medien stark ansteigt, hat sich ein Projekt mit der Fragestellung der Auswirkungen von Smartphones auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen auseinandergesetzt – **„Psychische Gesundheit in der Welt der Smartphones“**.

Die Mehrzahl der Ergebnisse der 51 analysierten Studien, die zwischen 2002 und 2019 publiziert wurden, deutet darauf hin, dass vor allem das Benützen des Smartphones vor dem Schlafengehen und mit dem Smartphone zusammenhängende Schlafunterbrechungen einen negativen Einfluss auf Schlafqualität und Schlafdauer haben. Auf das allgemeine Wohlbefinden hat die Mobiltelefonnutzung von Jugendlichen laut Studien erst dann einen negativen Einfluss, wenn die Nutzungsdauer sehr hoch ist, also mindestens zwei Stunden täglich unter der Woche und vier Stunden oder mehr am Wochenende. Dabei kann es zu depressiver Verstimmung kommen, die möglicherweise durch den Schlafmangel verstärkt wird, und/oder zu einem hohen Stress-Level. Die Nutzung von Smartphone und sozialen Medien kann auch zur Sucht werden. Dafür scheinen Mädchen und Frauen etwas gefährdeter zu sein als Burschen und Männer.

Ebenso wurde nach Tools gesucht, die Eltern und Jugendliche dabei unterstützen können, einen gesundheitskompetenten Umgang mit dem Smartphone zu entwickeln. Die Suche, die nach bestimmten (Qualitäts-)Kriterien erfolgte, ergab eine Vielzahl von Online-Initiativen, Broschüren, Checklisten, Tests und Quizen sowie Apps, die kategorisiert und inhaltlich beschrieben wurden. Viele dieser Tools gelten nicht nur für die Nutzung von Smartphones, sondern auch für Computer und Tablets.

Weitere Projekte, die seit 2019 in Umsetzung sind, befassen sich u. a. mit der Gesundheitskompetenz von Kindern sowie der Optimierung der Arzneimittelversorgung. Ziel des Projekts „Informationsplattform für Kinderarzneimittel in Österreich“ ist der Strukturaufbau für Arzneimittelsicherheit durch die Schaffung einer internetbasierten Informationsplattform für Kinderarzneimittel (kindermedika.at).

Ziel im Bereich Gesundheitskompetenz ist es, konkrete Handlungsempfehlungen für die Umsetzung der Mitbestimmung und Partizipation von Kindern und Jugendlichen sowie deren Eltern beziehungsweise Hauptbezugspersonen, ein erprobtes Erhebungsinstrument für den nationalen Gebrauch sowie eine

Ableitung datenbasierter Handlungsempfehlungen zur Verbesserung der Gesundheitskompetenz bei Kindern zu entwickeln.

Eine Zusammenfassung der geförderten Projekte finden Sie auf pharmig.at und sozialversicherung.at.



PHARMIG



Dachverband

92 geförderte **Projekte**



Projektüberblick der österreichischen Sozialversicherungsträger

Projekttitel

Zielsetzung



Dachverband der
österreichischen
Sozialversicherungen

Veranstaltung des 8. Kinder- und Jugendgesundheits Symposiums

Vernetzung

Laufender Kontakt mit der „Kinderliga“ sowie der „Politischen Kindermedizin“

Regelmäßige Kontakte mit der „Kinderliga“ auf Basis
der Kooperationsvereinbarung. Kontakte mit der
„Politischen Kindermedizin“

Teilnahme am Komitee, das zur Begleitung der Kinder- und Jugendgesundheitsstrategie seitens des BMSGPK eingerichtet wurde

Vertretung der SV

Teilnahme am Projekt zur Weiterentwicklung des Mutter-Kind-Passes im BMSGPK

Vertretung der SV

Teilnahme an der Arbeitsgruppe des Beirates für Psychische Gesundheit

Vertretung der SV

Implementierung der Datenlandkarte auf Basis der Daten aus LEICON

Überführung ausgewählter Daten aus LEICON
in BIG für verbesserte Abfragemöglichkeit

Überführung der Pilotprojekte „Frühe Hilfen“ in die Flächendeckung

Österreichweiter Rollout

Teilnahme an Arbeitskreisen zum Kinderimpfkonzept

Vertretung der SV

Teilnahme am Projekt „Richtig essen von Anfang an“

Vertretung der SV

Service Stellen gesunde Schule

Forcierung des Themas Gesundheit in Schulen mit
dem Ziel, den Lebensraum Schule gesund zu gestalten

Jugendlichenuntersuchung

Vertretung der SV

Kostenfreier Zugang zur Hebammenhilfe

Bisher konnten Mütter eine Nachbetreuung im
Wochenbett durch eine Vertragshebamme nur dann
in Anspruch nehmen, wenn sie das Spital frühzeitig
verlassen haben. Diese Leistung steht jetzt allen
Müttern bis zur achten Woche kostenfrei zur Verfügung.

Gesundheitskompetenz in Schulen

Messinstrument für Schulen

Dialog Gesunde Schule

Vernetzung mit Stakeholdern



Projekttitel

Zielsetzung



Mutter-Kind-Pass

Der Mutter-Kind-Pass dient zur Eintragung der Untersuchungsbefunde während der Schwangerschaft, der Geburt und der ersten Lebensjahre eines Kindes.

Jugendlichenuntersuchung

Die BVAEB gewährt einmal im Jahr berufstätigen Jugendlichen zwischen 15 und 18 Jahren eine Jugendlichenuntersuchung.

Mundhygiene

Kostenzuschuss für Mundhygiene (in eigenen Ambulatorien sowie bei niedergelassenen Zahnärzten) für Jugendliche zwischen dem 10. und 18. Geburtstag einmal alle zwölf Monate erhältlich. Bei einer festsitzenden Zahnspange sogar alle sechs Monate. Bei Inanspruchnahme eines Wahlarztes erfolgt eine entsprechende Kostenerstattung.

Gesundheitsdialog Lehrlinge

Maßnahmen zur Gesundheitsförderung und Prävention, zur Steigerung der Arbeitszufriedenheit und Gesundheitskompetenz, Stärkung von Potenzialen und Ressourcen sowie allgemeine Förderung der Gesundheit

REVAN – „Richtig Essen von Anfang an!“

In der Stillzeit ist eine ausgewogene Ernährung besonders wichtig, um sich selbst und das Baby über die Muttermilch optimal mit allen Nährstoffen zu versorgen.
Zielgruppenorientierte Broschüren:
1) „Mein Kind und ich – Ernährungstipps während Schwangerschaft und Stillzeit“
2) „Mein Kind und ich – Ernährungstipps während Stillzeit und im Beikostalter“
3) „Mit voller Kraft voraus – Ernährungsempfehlungen für Kinder“

Ernährungsempfehlungen für Jugendliche

Die Broschüre „#schmecktgut #is(s)tgut – Ernährungsempfehlungen für Jugendliche“ liefert umfangreiche Informationen rund um das Ernährungsverhalten für Kinder ab dem 10. Lebensjahr.

„Gratis“ Zahnspange

Seit 1. Juli 2015 werden für Kinder und Jugendliche (bis zum vollendeten 18. Lebensjahr), die unter einer erheblichen Zahn- oder Kieferfehlstellung leiden, die Kosten für bestimmte Zahnspangen zur Gänze übernommen.

Schutzimpfungen für Kinder und Jugendliche

Der oberste Sanitätsrat, ein ExpertInnengremium, erstellt einen eigenen Impfplan für Kinder und Jugendliche. Dieser wird laufend an die sich ständig ändernden epidemiologischen Situationen angepasst.

„Frühe Hilfen“

Unter „Frühen Hilfen“ verstehen wir ein Gesamtkonzept von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung bzw. zur gezielten Frühintervention in Schwangerschaft und früher Kindheit, das die Ressourcen und Belastungen von Familien in spezifischen Lebenslagen berücksichtigt.

Kindersicherheit

Unfallprävention

Inform Individuell

Programm zur Gewichtsreduktion für adipöse Kinder und Jugendliche

Service Stelle gesunde Schule der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau

Die Service Stelle gesunde Schule der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau ist eine österreichweite Anlauf- und Kontaktstelle für schulische Gesundheitsförderung. Angeboten werden Informationen, Beratung und Begleitung zur Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Schule für die direkte Zielgruppe der Schulleitungen, Lehrkräfte und des nicht-unterrichtenden Personals, die als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren auch auf die Gesundheit der Schülerinnen und Schüler positiv einwirken können.

Projekttitel

Zielsetzung



BVAEB-Netzwerk „Gesunder Arbeitsplatz Kindergarten“

Das BVAEB-Netzwerk „Gesunder Arbeitsplatz Kindergarten“ bietet die Möglichkeit zum Wissens- und Erfahrungsaustausch unter Kindergärten und lässt ihnen flexiblen Gestaltungsspielraum in der Implementierung von Gesundheitsförderung. Innerhalb von drei Entwicklungsebenen kann jeder Kindergarten entscheiden, in welcher Form Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz umgesetzt werden soll.

BVAEB-Netzwerk „Gesunder Arbeitsplatz Schule“

Das BVAEB-Netzwerk „Gesunder Arbeitsplatz Schule“ bietet die Möglichkeit zum Wissens- und Erfahrungsaustausch unter Schulen und lässt ihnen flexiblen Gestaltungsspielraum in der Implementierung von Gesundheitsförderung. Innerhalb von drei Entwicklungsebenen kann jede Schule entscheiden, in welcher Form Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz umgesetzt werden soll.

„Med4school“

„Med4School – die Gesundheitsdrehscheibe“ ist eine Initiative der Ärztekammer für Wien, der Wiener Krankenversicherungsträger und ihrer KooperationspartnerInnen. Ziel des Projekts ist es, SchülerInnen in Wiener Volksschulen gesundheitsrelevantes Wissen im Rahmen eines interdisziplinären Projektunterrichtes zu vermitteln und dadurch die Gesundheitskompetenz zu steigern.

Frauenärztliches Beratungsgespräch

Jugendliche und junge Frauen zwischen dem vollendeten 12. und dem vollendeten 18. Lebensjahr können bei niedergelassenen Fachärzten für Gynäkologie ein frauenärztliches Beratungsgespräch in Anspruch nehmen. Im Zuge dessen erfolgt eine Aufklärung über Themen wie Prophylaxen von Infektionen–STDs (z. B. HIV, HPV, Hep. B ...), Menstruationshygiene, Verhütungsmöglichkeiten zur Verhinderung ungewollter Schwangerschaft oder psychische Veränderungen in der Pubertät.



bundesweit

Schutzimpfung

Empfohlene Schutzimpfungen für Kinder- und Jugendliche

Jugendlichenuntersuchung

Die Jugendlichenuntersuchung schließt die Lücke zwischen der Schuluntersuchung und der Vorsorgeuntersuchung für jene Jugendliche, die die Pflichtschule abgeschlossen haben und einer Berufstätigkeit nachgehen.

Mundhygiene

Für Kinder und Jugendliche ab dem vollendeten 10. bis zum vollendeten 18. Lebensjahr wird einmal jährlich eine kostenlose Mundhygiene angeboten. Kinder mit festsitzender Zahnsperre können dieses Angebot bei Bedarf zweimal jährlich in Anspruch nehmen.

„Gratis“ Zahnsperre

Für Kinder und Jugendliche mit starken Zahnfehlstellungen wurden per 1. Juli 2015 neue Leistungen eingeführt.

Mutter-Kind-Pass

Der Mutter-Kind-Pass sichert die vorsorgliche Betreuung der schwangeren Frauen und der Kinder in den ersten Lebensjahren.

REVAN

Die REVAN-Angebote („Richtig Essen von Anfang an!“) informieren über eine gesunde und ausgewogene Ernährung in der Schwangerschaft und bis zum 6. Lebensjahr des Kindes. Ziel ist, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihr eigenes Essverhalten und das ihrer Kinder in eine positive Richtung lenken. Ergänzend zur Elternbildung werden Vortrags- und Schulungsangebote für spezifische Berufsgruppen und Ausbildungsstätten angeboten.

Projekttitel

Zielsetzung



„Frühe Hilfen“

Entwicklungsmöglichkeiten von Kindern und Eltern in Familie und Gesellschaft frühzeitig und nachhaltig verbessern

Jugendkampagne „Fit & Strong“

Mit dieser Kampagne richtet sich die Sozialversicherung via Influencer und über neue Social-Media-Kanäle erstmals direkt an junge Menschen von 13 bis 17 Jahren und nutzt Social Media, um sie so mit der Sozialversicherung in Kontakt zu bringen und sie zu einem gesunden Lebensstil zu motivieren.

Service Stelle Gesunde Schule

Die Service Stelle Gesunde Schule der ÖGK ist eine Anlauf- und Kontaktstelle für schulische Gesundheitsförderung. Sie agiert nicht nur als Nahtstelle zwischen regionalen Akteuren und Schulen und gewährleistet so die optimale Nutzung der vorhandenen Ressourcen, sondern bietet darüber hinaus auch eine Fülle an unterstützenden, gesunden Angeboten/Workshops sowie Veranstaltungen für Schulen. Angeboten werden Informationen, Beratung und Begleitung zur Gesunden Schule. Die Angebote der jeweiligen ÖGK-Landesstellen sind regional angepasst und können sich dadurch unterscheiden. Im Rahmen der schulischen Gesundheitsförderung gibt es zudem diverse Auszeichnungen wie beispielsweise ein Gütesiegel für anerkannte Schulen der Gesundheitsförderung im jeweiligen Bundesland. Einige Teilprojekte wie „Schule bewegt gestalten“ finden sich bereits in der Umsetzung mehrerer Bundesländer.

Steiermark, Kärnten, Wien

Jugendgesundheits-Coach

Schülerinnen und Schüler in der Sekundarstufe 1 und/oder Sekundarstufe 2 werden zu Jugendgesundheits-Coaches ausgebildet und geben ihr erworbenes Wissen im Sinne der Peer-Education an ihren Schulen weiter. Unterstützt werden sie durch Lehrpersonal und Schulärztinnen und Schulärzte (Sekundärzielgruppe).

Kärnten, Oberösterreich

Gesunde Zähne von Anfang an

Informationsvortrag zur richtigen Zahnpflege und Verbesserung der zahn-gesunden Ernährung bereits in der Schwangerschaft für die Mutter und später auch für die Milchzähne des Kindes, denn diese sind die Basis für das Kauen von fester Nahrung, als Platzhalter, Schutz für die bleibenden Zähne und für eine gesunde Kiefer- und Sprachentwicklung.

Kärnten

Tabakprävention in Volksschulen

Sensibilisierung der Kinder in der 4. Schulstufe zum Thema Rauchen und Sucht im Allgemeinen. Die Kinder erhalten Informationen über moderne Tabakkonsumarten (Snus, Shisha, E-Shisha etc.), die Nachteile des Rauchens werden aufgezeigt und scheinbare Vorteile entkräftet. Mittels Experiment werden Schadstoffe sichtbar gemacht und im Rahmen von Rollenspielen erlernen Kinder „Nein“ zum Rauchen zu sagen.

Hautschutzkampagne in Volksschulen

Stärkung der Gesundheitskompetenz und Bewusstsein für ein eigenes Gesundheitswissen bei VolksschülerInnen schaffen

Neurodermitisschulung

Schulung von Kindern, Jugendlichen und deren Eltern zur Vorsorge bei Neurodermitis

Projekttitel

Zielsetzung



DU ROCKST!

Ein Projekt, in welchem Kinder ab dem 6. Lebensjahr, zusammen mit einer Person aus dem familiären Umfeld, für einen gesunden Lebensstil sensibilisiert werden. Ziel ist es, gesundheitsförderliche Verhältnisse im häuslichen Bereich zu schaffen. Das Angebot kann auch von Schulen und nachschulischen Betreuungseinrichtungen in Anspruch genommen werden.

Down & Up

Durch einen multidisziplinären Ansatz soll das Projekt ein langfristiges „Down“ des Gewichts und ein „Up“ des Selbstbewusstseins bei den teilnehmenden Kindern und Jugendlichen erzielen.

Psychotherapie für Kinder und Jugendliche

Mit 1. Jänner 2019 wurde das Pilotprojekt zur psychotherapeutischen Versorgung von Kindern und Jugendlichen auf die Bezirke Spittal/Drau, Villach, Völkermarkt, Feldkirchen, Hermagor, St. Veit/Glan und Wolfsberg ausrollt.

Burgenland

Präventionsprogramm PLUS

Gezielte Unterstützung für Kinder und Jugendliche der 5. bis 8. Schulstufe bei der Entwicklung kognitiver, sozialer und emotionaler Kompetenzen mit dem Ziel, das Sozialverhalten zu verbessern und den Einstieg in den Konsum von Suchtmitteln zu verhindern bzw. hinauszuzögern

Zahngesundheitsförderung Burgenland „Gesund im Mund“

Aufbau einer flächendeckenden Betreuung aller Volksschulen im Burgenland. Im Rahmen des Projekts soll das Bewusstsein für Zahngesundheit geweckt und ein eigenverantwortliches, ganzheitliches Gesundheitsbewusstsein entwickelt werden.

Gesunde Kinderfüße – Kinderfußmessungen

Verbesserung der Fußgesundheit durch passende Kinderschuhe

Zentrum für Kinder- und Jugendpsychiatrie Eisenstadt und Oberwart

Ein ganzheitliches diagnostisches und therapeutisches Konzept, in dessen Mittelpunkt das Kind und seine Familie stehen. Die ambulante Versorgung der Kinder und Jugendlichen umfasst den Altersbereich vom Vorschulalter bis zu 18 Jahren.

Niederösterreich

Bewegungs-Champion

Das Projekt „Bewegungs-Champion“ richtet sich an Schülerinnen und Schüler von sechs bis zwölf Jahren. Diese werden im Zuge von Bewegungsevents sportmotorisch getestet und durch ein Erlebnisprogramm geführt. Das Hauptaugenmerk liegt darin, die Kinder zu mehr Bewegung zu motivieren und den Lehrerinnen und Lehrern neue Inputs und Ideen zur Bewegungsförderung der Schüler und Schülerinnen zu geben.

Apollonia NÖ - Kariesprophylaxe- und Zahngesundheitsförderungsprogramm

Apollonia NÖ ist ein flächendeckendes Kariesprophylaxe- und Zahngesundheitsförderungsprogramm für Kindergärten und Schulen inkl. Zahnstatuserhebungen, Besuche von Zahngesundheitserzieherinnen und Zahngesundheitserziehern sowie Elterninformation und Elternberatungen.

Rauchfreie Schwangerschaft

Die ÖGK NÖ, die Gesundheitslandesrätin für NÖ und das Rauchfrei-Telefon informieren mit der Kampagne „Eine Auszeit für Ihr Baby“ über Fakten und Risiken zum Thema Alkohol und Rauchen in der Schwangerschaft und geben Hilfestellungen.

Projekttitel

Zielsetzung



„Beweg Dich – Bewegte Kinder können etwas bewegen“

SchülerInnen sowie LehrerInnen werden während der Programmdauer (drei Schuljahre) kontinuierlich betreut und begleitet. Ziel ist es, die Koordinations- und Stabilisationsfähigkeit der Kinder zu verbessern.

Wochenbett und Stillen – gut informiert von Anfang an!

Workshop-Angebote in Kooperation mit dem Hebammengremium Oberösterreich für Schwangere und junge Mütter zu den Themen Wochenbett, Stillen, Bindung und psychische Gesundheit

Autismuskompetenzzentrum St. Pölten

Aufbau eines Kompetenzzentrums für Diagnostik und Behandlung von autistischen Kindern; Ausbildung von MultiplikatorInnen und Anlaufstelle für komplexe Fälle

Kinder- und jugendärztliche Versorgungseinheit im LK Mödling (Kooperationsprojekt)

Zur Sicherstellung der kinderfachärztlichen Versorgung im Bezirk Mödling wurde zwischen Vertretern der NÖ LGA und der SV (ÖGK, SVS und BVAEB) eine Vereinbarung für eine zusätzliche Kinderversorgung am Standort des LK Mödling zur Entlastung des niedergelassenen Bereiches entwickelt. Grund für den Aufbau einer zusätzlichen Versorgung ist eine über einen längeren Zeitraum unbesetzte Kassenstelle für Kinder- und Jugendheilkunde für Mödling. Diese Kooperationsvereinbarung regelt die bis zur Nachbesetzung der vakanten Planstelle vorhandene Versorgungslücke durch Erweiterung der Ambulanztätigkeit der Kinder- und Jugendambulanz.

Oberösterreich

ELCO/KICO – Elterncoaching/ Kindercoaching

Beim Projekt ELCO/KICO handelt es sich um ein präventives Angebot für Kinder, Jugendliche und Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil. Die Kinder, Jugendlichen und das familiäre Umfeld werden beraten, begleitet und nachhaltig bestärkt. Darüber hinaus wird durch aktive Information der vorherrschenden Stigmatisierung von Menschen mit psychischer Erkrankung entgegengewirkt.

„Unfallfrei von Anfang an“

„1x1“ für die kindgerechte Gestaltung des Wohnraums, Unfallprävention im Kleinkindalter

Projekt „Body plus“

Das Projekt wurde für Jugendliche zwischen dem 15. und 18. Lebensjahr konzipiert, um Grundlagen zu einer gesunden, bedarfsgerechten Ernährung zu vermitteln sowie den Umgang mit Lebensmitteln erlernen zu können. Dies Projekt beinhaltet auch eine Ausbildung der BetreuerInnen als MultiplikatorInnen, welche zukünftig die Jugendlichen unterweisen sollen.

Vereinscoaching

Kooperation der ÖGK Oberösterreich mit dem OÖ Fußballverband. Fußball als Breitensport ermöglicht den Zugang zu Gruppen quer durch alle gesellschaftlichen Schichten. ExpertInnen von Kooperationspartnern der ÖGK OÖ stehen für Workshops zu verschiedenen Themen zur Verfügung. Mit dem EHC Liwest Black Wings (Eishockey) erfolgte 2018 eine weitere Kooperation.

„Kinderleicht! Familie groß in Form“

Ein Programm zur Gewichtsreduktion für übergewichtige Volksschulkinder und deren Familien

Projekttitel

Zielsetzung



„Rauchfreie Umgebung von Anfang an!“

Informationskampagne für Schwangere und (werdende) Eltern zum Thema Passivrauch und Dritthandrauch. Neben einem Informationsfilm wird auch eine sogenannte „Safety Card“ angeboten, welche nützliche Tipps enthält, um die Wohnräume von Schadstoffen zu befreien.

Wien

„Enorm in Form“

„Enorm in Form“ ist ein umfassendes Betreuungsangebot der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) für stark übergewichtige Kinder zwischen 10 und 14 Jahren und neu auch für Kinder von 6 bis 9 Jahren („Enorm in Form JUNIOR“).

„Tipptopp – Gesund im Mund und rundherum“

Für gesunde Zähne wird der Grundstein bereits in der Kindheit gelegt. Das Programm „Tipptopp. Gesund im Mund und rundherum“ in Wiener Kindergärten und Volksschulen kümmert sich darum.

„BASTA“

Umsetzung von Workshops (ab der 10. Schulstufe) zur Entstigmatisierung von psychischen Erkrankungen mit externen BeraterInnen und professionellen ExpertInnen bzw. „Psychiatrieprofis“ durch das Kuratorium für Psychosoziale Dienste in Wien (PSD-Wien) mit der Sucht und Drogenkoordination Wien GmbH (SDW) gemeinsam mit ausgewählten Betroffenen

„Med4School“

„Med4School – die Gesundheitsdrehscheibe“ ist eine Initiative der Ärztekammer für Wien, der Wiener Krankenversicherungsträger und ihrer KooperationspartnerInnen. Ziel des Projekts ist es, Schülerinnen und Schüler in Wiener Volksschulen gesundheitsrelevantes Wissen im Rahmen eines interdisziplinären Projektunterrichtes zu vermitteln und dadurch die Gesundheitskompetenz zu steigern. Eine praktische Vertiefung findet darüber hinaus im Rahmen von sogenannten „Themenateliers“ statt.

Kinderwochenendordinationen

An Wochenenden und Feiertagen haben wienweit durchschnittlich drei kinderfachärztliche Ordinationen geöffnet. Jährlich profitieren rund 10.000 Kinder von diesem Angebot, das im Rahmen der Wiener Landeszielsteuerung umgesetzt wird.

Kindernotdienstordination (KiND) im AKH/Klinik Favoriten

Den Kinder-Notfallambulanzen in den jeweiligen Krankenhäusern ist eine kinderärztliche Ordination vorgelagert. Hier wird entschieden, ob das Kind vor Ort behandelt werden kann oder an die Notfallambulanz des jeweiligen Spitals übergeben werden soll. Das Angebot gibt es grundsätzlich an Wochenenden und Feiertagen, ist aber derzeit coronabedingt ausgesetzt. Das Angebot wird im Rahmen der Wiener Landeszielsteuerung umgesetzt.

Kindermedizinisches Zentrum (KIZ) Augarten

Im KIZ Augarten sind drei KinderärztInnen mit umfassenden Öffnungszeiten (auch an Wochenenden) für die jüngsten PatientInnen da. Unterstützt werden sie von Diplomierten Gesundheits- und KrankenpflegerInnen. Das Angebot des Ambulatoriums ist vielfältig und reicht von der Erstversorgung kranker Kinder über Mutter-Kind-Pass- und Ultraschalluntersuchungen bis hin zu Physiotherapie, Kinderpsychologie sowie Diätberatung. Beim KIZ Augarten handelt es sich um ein Projekt der Wiener Landeszielsteuerung.

Projekttitel

Zielsetzung



Hometreatment für Kinder- und Jugendpsychiatrie

Mit diesem aufsuchenden Angebot wird es 50 Kindern und Jugendlichen ermöglicht, in der gewohnten Umgebung betreut bzw. behandelt zu werden. Zwei multiprofessionelle Teams kümmern sich um sie. Das Projekt der Wiener Landeszielsteuerung wurde von den Psychosozialen Diensten (PSD) initiiert und läuft derzeit im Pilotbetrieb bis März 2023.

Kinderambulatorium Margareten

Im Kinderambulatorium Margareten sind neben KinderärztInnen auch Diplomierte Gesundheits- und KrankenpflegerInnen sowie DiätologInnen tätig. Das Leistungsspektrum des Ambulatoriums umfasst neben der kinderärztlichen Versorgung auch Physio-, Ergotherapie und/oder Logopädie. Zudem sollen hier Gesundheitsförderungsprogramme der ÖGK etabliert werden (z. B.: REVAN, „Frühe Hilfen“, „Enorm in Form“). Das Angebot soll Teil der Projekte der Wiener Landeszielsteuerung sein und dient neben dem KIZ Augarten als Vorlage für weitere geplante Kinderzentren in Wien.

Tirol

Bildungsprogramm „Ernährungsführerschein“

Ganzheitliche Ernährungsbildung in Volksschulen fördern, jährliches Angebot mit dem Landesschulrat für Tirol, Unterstützung der Schulen mit der ÖGK-Tirol-Kitchenbox

„Stark fürs Leben“

Eine Initiative mit dem Ziel, die psychosoziale Gesundheit und das seelische und körperliche Wohlbefinden von LehrerInnen und SchülerInnen zu verbessern

Förderung von diversen Angeboten und Programmen bei AVOMED

Zahnprophylaxe, genussvoll Essen im Kindergarten, „teenpower“, Bewegungsunterricht, gesunde Haltung, Gesundheitsunterricht, sportmedizinische Untersuchung, SIDS-Vorsorge

Therapie50 „ForKIDS“

Integrierte Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit Entwicklungsstörungen. Etablierung eines multidisziplinären Versorgungssystems mit gemeinsamer Finanzierung durch das Bundesland Tirol: integrierte Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit Physio-, Ergotherapie, Logopädie und klinisch psychologischen Leistungen.

kidsMOBILtirol – Mobiler Kinder-Palliativ-Dienst in Tirol

Das Team von kidsMOBILtirol begleitet Kinder und Jugendliche mit lebensverkürzenden bzw. bedrohenden Erkrankungen und deren Familien sowie Bezugssystemen ab Diagnosestellung bis über den Tod hinaus.

Vorarlberg

„#luagufdi#bewusstinsleben“

Schulisches Gesundheitsförderungsprojekt für Berufsschulen, berufsbildende mittlere und höhere Schulen sowie polytechnische Schulen, Umsetzung von Workshops zu den Themen „Gesunde Ernährung“, „Bewegung für die Seele“ und „Soziale Sicherheit“, Umsetzung durch die ÖGK Vorarlberg, gefördert aus Mitteln des Gesundheitsförderungsfonds Vorarlberg

Steiermark

Gesunder Kindergarten

Nachhaltige Verankerung des Themas Gesundheit und Gesundheitsförderung im Setting Kindergarten. Aufbau eines Netzwerks aus Kindergärten mit gesundheitsfördernden Verhältnissen für alle am Kindergartenalltag beteiligten Personen (GFF).

Projekttitel

Zielsetzung



Gesunde Kinderkrippe

Nachhaltige Verankerung des Themas Gesundheit und Gesundheitsförderung im Setting Kinderkrippe. Pilotprojekt bestehend aus drei Kinderkrippen mit dem Ziel, gesundheitsfördernde Verhältnisse für alle am Kinderkrippenalltag beteiligte Personen zu schaffen (gemeinsame Gesundheitsziele aus dem Rahmen-Pharmavertrag).

„Zahngesundheit von Anfang an!“

Seit über 30 Jahren gibt es das steiermarkweite Zahnprophylaxeprogramm für Kinder in Kinderkrippen, Kindergärten und Volksschulen, welches von Styria vitalis im Auftrag der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse und dem Gesundheitsressort des Landes Steiermark durchgeführt wird.

Projekt „Schlaf und Gesundheit“

Kooperation mit der Universität Salzburg zur Konzeption, Illustration und zum Druck eines jugendgerechten Buches für 10- bis 14-Jährige zum Thema Schlaf, Startschuss des Projekts im Herbst 2020 mit einer LehrerInnenfortbildung und der Veranstaltung „Dialog Gesunde Schule“

Salzburg

„TigerKids“

Projekt zur Ernährungs-, Bewegungs- und Entspannungserziehung im Kindergarten. Gesundes Essen wird spielerisch in den Alltag integriert und Bewegungs- und Entspannungselemente werden regelmäßig in den Alltag eingebaut. Zielgruppen sind KindergartenpädagogInnen, Kinder und deren Eltern.

Lotta Svenske & Doktor Maxi zu Besuch im Kindergarten

Kinder erhalten über den Besuch der „Mobilen Gipsambulanz“ Informationen über ihren Körper, das Kranksein, die ÄrztInnen und das Spital. Puppenarbeit auf kindgerechte Weise nimmt die Angst vor einem Krankenhausaufenthalt.

Ernährungsvorträge und Information für SchülerInnen

Ernährungsvorträge für 6- bis 18-jährige SchülerInnen an Salzburger Schulen; Informationen bei Elternabenden in Schulen durch die Ernährungsexpertin der ÖGK Salzburg

Betriebliche Gesundheitsförderung für Lehrlinge

Punktuell und vor allem in größeren Betrieben werden die 15- bis 18-jährigen Lehrlinge als besondere Zielgruppe in die betriebliche Gesundheitsförderung miteinbezogen.

Kinderstadt „Mini Salzburg“

Alle zwei Jahre simuliert die Kinderstadt unter Anleitung des Vereins Spektrum „echtes“ Leben von Kindern für Kinder. Die Kinder arbeiten, zahlen Steuern und Sozialversicherungsbeiträge, nutzen Freizeitangebote und wählen eine Stadtregierung. Jedes Kind bekommt von der ÖGK Salzburg eine e-card und erhält somit vollen Versicherungsschutz. Bei der Spielstation der ÖGK Salzburg „Gesundheitszentrum“ können sich Kinder im Alter von 7 bis 14 Jahren zu VerwaltungsassistentInnen, ErnährungsberaterInnen, Bewegungsschulern oder ZahngesundheitserzieherInnen ausbilden lassen.

Inform Individuell

Integratives einjähriges Gesamtkonzept zur Behandlung adipöser Kinder und Jugendlicher. Das Programm besteht aus psychologischer verhaltensorientierter und familienmedizinischer Intervention, Elternschulung, Bewegungseinheiten und Ernährungsschulungen.

Projekttitel

Zielsetzung



Diabetes-Nanny

Die Diabetes-Nanny (= Diabetesberater/in) der ÖDV unterstützt Familien nach einem Krankenhausaufenthalt des Kindes. Sie sucht betroffene Familien auf, wenn dort durch Notfälle, Krisen und Probleme die Versorgung und Betreuung des kranken Kindes nicht gewährleistet ist. Die Diabetes-Nanny kümmert sich um die medizinische Versorgung des Kindes, befasst sich mit der Situation der Familie im Hinblick auf die Krankheit und tritt mit Institutionen wie Kindergarten, Schule etc. in Kontakt.

„G’sundheit“ – Gesundheitskabarett für Jugendliche an Salzburger Schulen

Gesundheitskabarett in Form von Klassenaufführungen und Großveranstaltungen: Jugendliche werden frühzeitig über gesundheitsrelevante Themen, insbesondere Gesundheitsrisiken und deren Folgen, aufgeklärt und für die Eigenverantwortung im Umgang mit ihrer Gesundheit sensibilisiert. Zum Beispiel klärt „Ka Kraut Gewachsen“ Jugendliche über die Problematik von Drogenkonsum auf. Der Workshop stärkt die Selbstsicherheit und fördert die Handlungskompetenzen von Jugendlichen.

„Famoses“

„Famoses“ (modulares Schulungsprogramm zu Epilepsie für Familien) ist ein Schulungsangebot für Kinder mit Epilepsie und ihre Eltern/Angehörigen. Es besteht aus zwei Teilen, einem Kinderkurs und einem Elternkurs.

Kinder mit Autismus

Das Ambulatorium für Entwicklungsdiagnostik und Therapie bietet Kindern mit Autismusspektrumsstörung auf sie zugeschnittene Therapiemodelle an.

Psychosoziales Versorgungs- und Beratungszentrum für Kinder und Jugendliche

Die Versorgung im PVBZ erfolgt unter fachärztlicher Leitung im Rahmen eines multiprofessionellen Teams (FachärztInnen für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Klinische PsychologInnen, PsychotherapeutInnen und SozialarbeiterInnen).



Mutter-Kind-Pass

Der Mutter-Kind-Pass ist wie eine medizinische Biografie von der Schwangerschaft bis zu den ersten Lebensjahren. Ziel ist ein möglichst problemloser Verlauf der Schwangerschaft und eine gesunde Entwicklung des Kindes. Das spezielle Untersuchungsprogramm bietet eine umfassende ärztliche Versorgung bis zur Geburt und in den ersten Lebensjahren des Kindes.

„Richtig essen von Anfang an!“ (REVAN)

„REVAN“ ist auch für SVS-Versicherte und Partner zugänglich. Das Ernährungsverhalten und die Geschmacksvorlieben eines Kindes werden bereits während der Schwangerschaft und in der frühen Kindheit entscheidend geprägt. Daher werden mit „Richtig essen von Anfang an!“ österreichweit Ernährungs-Workshops für Schwangere, Stillende, Babys im Beikostalter, Kleinkinder und für 4- bis 10-Jährige angeboten. Ziel ist, dass die Mutter, ihr Kind sowie die gesamte Familie durch die von Anfang an gute Auswahl von Essen und Trinken optimal versorgt werden. Partner und andere Betreuungspersonen sind willkommen.

„Frühe Hilfen“

„Frühe Hilfen“ sind auch für die SVS-Versicherten zugänglich. Die Entwicklungsmöglichkeiten von Kindern und Eltern in Familie und Gesellschaft sollen frühzeitig und nachhaltig verbessert werden. Ziel ist die Verbesserung der Lebenssituation der Familie, die Steigerung der Resilienz, Gesundheitskompetenz, des Handlungs- und Effektwissens (Empowerments) der Familie.

Projekttitel

Zielsetzung



„Gesundheits-Check Junior“

Exklusives Angebot der SVS: Vorsorgeprogramm für Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 18 Jahren. Ziel ist es, gesundheitliche Risiken frühzeitig zu erkennen und das Bewusstsein für Gesundheit zu fördern. Damit soll die Lücke zwischen Mutter-Kind-Pass-Untersuchung und Vorsorgeuntersuchung geschlossen werden.

„SVS-Gesundheitshunderter“ für Kinder und Jugendliche

Als Bonus für die Teilnahme am „Gesundheits-Check Junior“ gibt es die Möglichkeit, für Schulsportwochen, Schulschikurse, Sportvereinsmitgliedsbeiträge oder Gesundheitsprogramme von SVS-Gesundheitspartnern einen „SVS-Gesundheitshunderter“ zu beantragen.

Jugendlichenuntersuchung

Zur laufenden Beobachtung ihres Gesundheitszustandes gibt es für bei der SVS versicherte Jugendliche zwischen dem 15. und 18. Lebensjahr die Möglichkeit, einmal jährlich eine Jugendlichenuntersuchung durchführen zu lassen.

Gesundheitswochen für pflegende Eltern

Betreuung und Pflege von Kindern mit besonderen Bedürfnissen (überwiegend zu Hause) sind eine besondere Herausforderung – in finanzieller, körperlicher und psychischer Hinsicht. Eigene Bedürfnisse werden in den Hintergrund gerückt und die Be- oder Überlastung oft erst wahrgenommen, wenn sich ernsthafte Beschwerden einstellen. Eine Auszeit zu nehmen, scheitert meist daran, geeignete Ersatzpflege zu finden. Aus diesem Grund ist es vorgesehen, dass auch das Kind mit besonderen Bedürfnissen an diesem Aufenthalt teilnimmt.

17-tägige Feriencamps für Kinder und Jugendliche Schwerpunkte:

- Übergewichtige Kinder und Jugendliche
- Logopädische Behandlung
- Orthopädische Maßnahmen
- Legastheniebetreuung
- Atemwegs- und Hauterkrankungen

Je nach Schwerpunkt:
Wissensvermittlung über Krankheit/gesunden Lebensstil, Verhaltens- und Verhältnisprävention unter Einbindung der Eltern, Therapien, Steigerung der Gesundheitskompetenz und Lebensqualität, des Selbstbewusstseins und der Grundlagenausdauer

17-tägige Feriencamps für Kinder und Jugendliche in belastenden Situationen (zum Beispiel Erkrankungen/Sucht/Tod der Eltern/Geschwister/pflegende Kinder) mit dem Titel „Seelische Stärkung“

Nachhaltige Stärkung der Resilienz von Kindern und Jugendlichen im Alter von 10 bis 15 Jahren unter Berücksichtigung eines systemischen Ansatzes

17-tägige Feriencamps für Kinder und Jugendliche, Schwerpunkt Gesundheitsförderung, Titel: „Fit & G'sund“

Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 15 Jahren werden motiviert und befähigt, für die Förderung und Erhaltung der eigenen Gesundheit Verantwortung zu übernehmen.

„Gesunde Schule“ in landwirtschaftlichen Fach-, Berufs- und Höheren Schulen österreichweit

Weiterentwicklung der Schulen von „GF in Schulen“ zu einer „Guten Gesunden Schule“. Internats- und meist angeschlossener landwirtschaftlicher Betrieb sind dabei mitzuberücksichtigen. Ziel ist die Steigerung von Handlungs- und Effektwissen aller Personen (Verhaltensprävention) und die Verbesserung der Rahmenbedingungen (Verhältnisprävention). Erfolgreiches Lehren, Lernen, Arbeiten und Zusammenleben ist das Ziel.

Projekttitel

Zielsetzung



Fixe Anzahl an Unterrichtsstunden zur Sicherheit und Gesundheit in landwirtschaftlichen Fach- und Berufsschulen

Grundwissen und Erhöhung der Gesundheitskompetenz zur Sicherheit und Gesundheit sowie des Handlungs- und Effektwissens

Bewegungstools mit verschiedenen Themen (z. B. „Balance und Koordination“, „Train your brain“ ...) für die Altersgruppe 14 bis 19 Jahre

Förderung der Gemeinschaft und schulischen Leistungsfähigkeit über gemeinsame Bewegungspausen. Weiters erfolgen Workshops und Trainings zur Verbesserung von sportlichen Fähigkeiten wie z.B. Gleichgewichts- und Koordinationsfähigkeit und Kraftausdauer. Ablauf: Testung der Jugendlichen, dann Training über SVS-geschulte MultiplikatorInnen mit abschließenden Wiederholungstestungen nach einem definiertem Zeitraum. Ziel ist u.a. die Verbesserung des Handlungs- und Effektwissens zu Bewegung und die Förderung der Gesundheitskompetenz.

Workshop zur „Kindersicherheit am Bauernhof“ inklusive Sicherheit im Haushalt und Freizeitbereich in ländlichen Volksschulen (einschließlich Bewegungstool)

Wissen um Gefahren und sicheres Verhalten am Bauernhof, im Haushalt und bei gängigen Freizeitaktivitäten (Betrieb der Eltern/ Verwandten, bei Schulausflügen, „Schule am Bauernhof“, Exkursionen ...)

Kinder- und Jugendlichenrehabilitation

Bewilligung von Rehabilitationsaufenthalten bei medizinischer Notwendigkeit nach Antragstellung auf Basis der DV-Rahmenverträge für Kinder- und Jugendlichenrehabilitation (inkl. der familienorientierten Rehabilitation bei der Indikation Onkologie)

Gesundheitswochen für Mütter mit Kleinkindern in belastenden Lebenslagen

Die SVS richtet sich mit dieser Gesundheitsmaßnahme an aktive Bäuerinnen mit Kleinkindern, welche bedingt durch familiäre, gesundheitliche oder soziale Stresssituationen überfordert oder psychisch belastet sind. Ziel ist die Verbesserung der Resilienz und Gesundheitskompetenz unter Berücksichtigung des Familiensystems.

Zahnpflege im Kleinkindalter

Workshops mit Tipps für richtige Zahnpflege und gesunde Zähne durch Partnerorganisationen

„Gratis“ Zahnsperre (Frühkindliche Zahnbehandlung und festsitzende Zahnsperre)

Für SVS-Versicherte gibt es seit dem 1. Juli 2015 die Zahnsperre auf Rechnung der SVS. Sie ist eine Leistung ohne Kostenanteil für Kinder bis zum 18. Lebensjahr. Damit werden Eltern mit Kindern die Kosten für die Korrektur von schweren/erheblichen Zahn- oder Kieferfehlstellungen vollständig abgenommen.

Schutzimpfungen

Impfungen sind wohl die bewährteste und zugleich effektivste Form der Krankheitsvorbeugung. Durch jahrelang durchgeführte Impfprogramme konnten viele lebensbedrohenden Krankheiten zurückgedrängt werden.

3. Veranstaltung



tungen



31 Kinder- und Jugend- gesundheitssymposium

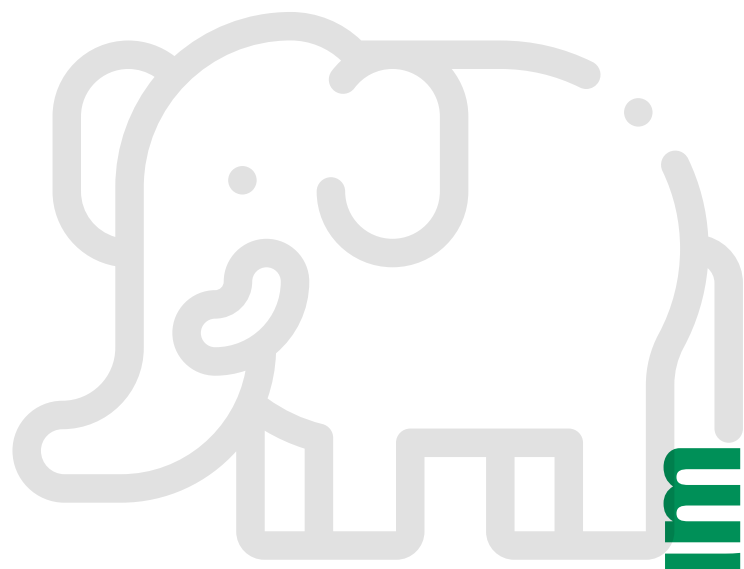
„Versorgung von Kindern & Jugendlichen –
Entwicklungen und Herausforderungen“

Fotos S. 76 bis 79: © Michael Seirer Photography



Am 21. Oktober 2020 fand bereits zum
siebten Mal das Kinder- & Jugendgesundheits-
symposium des Dachverbandes der
Sozialversicherungsträger statt.

↳ v.l.n.r.: Reinhold Kerbl, Johannes Gregoritsch, Ingrid Reischl, Franz Kiesel, Magdalena Arrouas



Symposium

Im Corona-Pandemie-Jahr 2020 widmete sich das Symposium dem Thema „Versorgung von Kindern & Jugendlichen – Entwicklungen und Herausforderungen“ und wurde als Hybrid-Veranstaltung organisiert. So durften unter Einhaltung der Corona-Maßnahmen (zugewiesene Sitzplätze, Mund-Nasen-Schutz und Abstand im Ausmaß eines Babyelefants) 32 Teilnehmerinnen und Teilnehmer vor Ort begrüßt werden und weitere 65 Interessierte über die Live-Übertragung.

Die Veranstaltung wurde von der Konferenzvorsitzenden Mag.^a Ingrid Reischl eröffnet und hieß alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer im renovierten Dachverband willkommen. Sie gab einen aufschluss-

reichen Überblick der Aufgaben der Sozialversicherung, im Bereich der Kinder- und Jugendgesundheit, in der Krankenbehandlung, aber auch in der Prävention.

Im Eröffnungsvortrag von Dr. Johannes Gregoritsch (Dachverband der SV-Träger) wurde der Bogen von der historischen Entwicklung zu den aktuellen Rahmenbedingungen der Versorgung von Kindern und Jugendlichen gespannt. Er zeigte auf, dass viele Vorgaben auf viele Zuständigkeiten treffen – die Sozialversicherung ist mit ihren Prinzipien ein Garant in diesem System und nimmt ihre Verantwortlichkeiten wahr. Spezifische Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen, die sich auch dynamisch verändern, sind eine Her-



↳ Hedwig Wölfl (die möwe), Caroline Culen (Kinderliga)



Speziell in einem Jahr wie dem Jahr 2020, mit der Corona-Pandemie, ist das Thema der Versorgung von Kindern und Jugendlichen einmal mehr in den Fokus gerückt.

ausforderung für alle Player. Dass durch Zusammenwirken dieser Player bedeutende Verbesserungen in der Versorgung erzielt werden können, belegt das Beispiel Kinder-Reha. Und da auch die therapeutische Versorgung eine immer wesentlichere Rolle in der Kinder- & Jugendgesundheit spielt, zeigte Mag. Franz Kiesl, MPM (ÖGK), die umfangreichen Leistungsangebote in allen therapeutischen Bereichen auf. Es wurden der Status quo der Versorgung sowie die noch bestehenden Versorgungslücken und die regional unterschiedliche Versorgungsdichte im Bereich der Physio-, Ergo- und Psychotherapie sowie der Logopädie skizziert. Die Österreichische Gesundheitskasse setzte sich zum Ziel, diese Versorgungslücken zu schließen und die Versorgungsdichte längerfristig zu harmonisieren. Konkrete Vorhaben wurden

dazu bereits ausgearbeitet, welche allerdings noch in der Verhandlungsphase stehen und anschließend eine entsprechende Umsetzung finden müssen.

Bei der Podiumsdiskussion wurde von allen Referentinnen und Referenten die gegenwärtige Situation der medizinischen Gesundheitsversorgung reflektiert, Erfolge der letzten Jahre aufgezeigt, aber auch noch bestehende Defizite dargestellt. Der Input der jeweiligen Player aus dem Gesundheitssystem zeigte die bedeutende Rolle für gegenseitiges Verständnis und Kooperation zur Weiterentwicklung des Gesundheitssystems zum Wohl der Kinder und Jugendlichen auf.

Über die telemedizinische Beratung und Behandlung im Bereich der psychischen Gesundheit berichtete Mag.^a Hedwig Wölfl (die möwe) und zeigte auf, welchen wichtigen Beitrag Telemedizin zur psychosozialen Versorgung leisten kann, wenngleich diese die „persönliche“ Tätigkeit nicht in allen Fällen ersetzen kann. Im Jahr 2011 erschien die Kinder- & Jugendgesundheitsstrategie durch das ehemalige Bundesministerium für Gesundheit. Dr.ⁱⁿ Magdalena Arrouas (Kinderliga) berichtete über die Entstehung und bezeichnete die Strategie als einen Meilenstein der österreichischen Gesundheitspolitik. Im Laufe des Strategie-Erarbeitungsprozesses erfolgte die Ausweitung auf die Gesundheitsbelange auch der Jugendlichen, eine bis dahin



Symposium

ebenso vernachlässigte Bevölkerungsgruppe. Eine Evaluierung des Umsetzungsstandes wurde angeregt, um die abgeleiteten Empfehlungen eventuell in eine neue Ausrichtung der Strategie einfließen zu lassen. Damit aufgezeigt werden konnte, inwieweit die Kinder- & Jugendgesundheitsstrategie in der Praxis relevant ist, berichtete Dr. Reinhold Kerbl (LKH Hochsteiermark) über seine Erfahrungen im pädiatrischen Alltag. Dabei nannte er mehrere positive Beispiele der letzten Jahre: u. a. Kinderrehabilitation, Arzneimittelforschungsnetzwerk OKIDS, Spezialisierungen in der Pädiatrie, aber auch noch offene Themenbereiche, wie etwa den Mutter-Kind-Pass, Defizite in der Primärversorgung oder der Lehrpraxis für Kinderfachärztinnen und -ärzte. Es wurde deutlich aufgezeigt, dass Österreich insgesamt – auch für Kinder und Jugendliche – ein gutes Gesundheitssystem hat, aber in einzelnen Bereichen noch Handlungsbedarf besteht.

Das Symposium – das unter besonderen Umständen zu einem Thema stattfand, das aktueller nicht hätte sein können – wurde mit einem Resümee und einem Dank an alle Beteiligten durch den Büroleiter des Dachverbandes DI Martin Brunniger, MSc MEng abgeschlossen.

Im Anschluss an die Schlussworte wurden die Stoff-Babyelefanten an die Kinderschutteinrichtung „die möwe“ und an das interdisziplinäre Netzwerk „Kinderliga“ übergeben.



32

Dialog Gesunde Schule 2020

„Denk mit! Gesunde Schule mit Köpfchen“



Der Lebensraum
Schule stellt aus Sicht
der Sozialversicherung
ein wichtiges Feld der
Gesundheitsförderung
dar.

Die Veranstaltungsreihe „**Dialog Gesunde Schule**“ des Dachverbands der Sozialversicherungsträger wird jährlich in Kooperation mit den Service Stellen gesunde Schule umgesetzt. Am 18. November 2020 fand der Dialog in Kooperation mit der ÖGK Steiermark als Online-Veranstaltung unter dem Motto „Denk mit! Gesunde Schule mit Köpfchen“ statt. Ziel war es, trotz der Einschränkungen aufgrund der Corona-Situation Akteurinnen und Akteure im Lebensraum Schule in den Austausch zu bringen, denn: Gerade in Zeiten des rapide ansteigenden Konsums von digitalen Medien sehen sich Pädagoginnen und Pädagogen im Schulalltag immer öfter mit Konzentrationsschwierigkeiten und Schlafstörungen der Schülerinnen und Schüler konfrontiert. Dies bleibt nicht ohne Folgen, wie **Assoc. Prof. Dr. Kerstin Hödlmoser, Schlafforscherin, Klinische- und Gesundheitspsychologin und Psychotherapeutin**, in ihrem Vortrag aufzeigte. Schlafstörungen beeinflussen die körperliche Entwicklung, die kognitive Leistungsfähigkeit, die Emotionsregulation und stehen im Zusammenhang mit Verhaltensauffälligkeiten. Daher empfehlen Expertinnen und Experten, dass präventive Maßnahmen und Aufklärung über Schlafhygiene in den Schulalltag integriert werden sollten. Ein wichtiger Aspekt der Schlafhygiene ist die Regelung der Bildschirmzeiten, wie Dr. Werner Sauseng, Schlafforscher und Facharzt für Kinder und Jugendheilkunde, erläuterte. Vermehrte Bildschirmzeiten führen zu längerer Einschlafdauer, kürzerer Schlafdauer, Tagesmüdigkeit und stehen im Zusammenhang mit der Förderung ungünstiger Ernährungsgewohnheiten und Sprachentwicklungsverzögerungen. Deshalb sollten Kinder unter 2 Jahren keine Zeit vor dem Bildschirm verbringen. Für Kleinkinder über 2 Jahren bis ins Vorschulalter sollte die Zeit vor Bildschirmen höchstens 30 Minuten pro Tag betragen. Diese Zeitspanne kann für ältere Kinder schrittweise erhöht werden. Im Jugendalter sollte die Bildschirmzeit zwei Stunden pro Tag nicht überschreiten. Für einen gesunden Schlaf sollte insbesondere die Zeit vor dem Schlafengehen bildschirmfrei bleiben.

Im zweiten Vortrag beleuchtete **Assoc. Prof. Priv. Doz. Dr. Kathrin Skala, Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapeutin**, die Veränderungsprozesse der Gehirnentwicklung von der Geburt bis in die späte Adoleszenz, die Einfluss auf das Verhalten im schulischen

Rahmen und das Lernen haben. Besonders in der Pubertät macht die Reifung des Gehirns große Sprünge. Diese biologischen Prozesse bilden die Grundlage für den Verhaltens- und Empfindungskosmos der Jugendlichen und stehen auch im Zusammenhang mit vielen Verhaltensschwierigkeiten wie Risikobereitschaft, Impulsivität und der Neigung, Regeln zu ignorieren. Zudem wies Frau Assoc. Prof. Priv. Doz. Dr. Skala darauf hin, dass ein Gutteil kindlicher Verhaltensauffälligkeiten im Zusammenhang mit Veränderungen der normalen Hirnfunktion stehen.

Den Abschluss der Veranstaltung bildete die Möglichkeit, Fragen an die Vortragenden zu stellen. Das Angebot wurde von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern rege angenommen und zeigte ganz klar, dass fachspezifischer Austausch trotz Corona nicht nur möglich, sondern auch wichtig ist.



FAKTEN			
Termin	8.30 - 11.30 Uhr	„Ankommen“ und einloggen	
Termin	Mittwoch, 18. November 2020	8:30 - 9:00 Uhr	Begrüßung & Einführung durch die Österreichische Gesundheitskammer
Termin	8:30 bis 11:30 Uhr	9:00 - 9:15 Uhr	
Termin	Online-Veranstaltung	9:15 - 10:15 Uhr	„Schlaf Kleinkind schlief“ Dr. Kerstin Hödlmoser, Gesundheitspsychologin und Psychotherapeutin
Termin	Wie Frauen und über ihre verbindliche Anmeldung bis spätestens 6. November 2020 an schule@oegk.at	10:15 - 11:00 Uhr	Pause
Termin	Die Einzelkinder werden Ihnen ein paar Tage vor der Veranstaltung per Mail zugesendet.	11:00 - 11:30 Uhr	„Das jugendliche Gehirn“ Dr. Kathrin Skala, Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie
Termin	Anmeldungsmodalitäten: Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei.	11:30 Uhr	Abschluss

Jahresbericht Kinder- & Jugendgesundheit 2020/21
Dachverband der Sozialversicherungsträger
Kundmanngasse 21
1030 Wien

www.sozialversicherung.at
E-Mail: kindergesundheits@sozialversicherung.at

Grafik:
www.gruenberg4.at
Illustration „Hände“, S. 66 bis 77 und S. 87: © Tolchik/Shutterstock

Druck:
Medienfabrik Graz-Wien
Dreihackergasse 20
8020 Graz



Dachverband der
österreichischen
Sozialversicherungen





Dachverband der
österreichischen
Sozialversicherungen

