

Prämierte Projekte der Gesundheitsförderung
Jahresschwerpunkt 2022: Gesundheit und Sport/Bewegung
Medienpreise für Journalist*innen

AUSGABE 3/2022

Österreichische Post AG, MZ 18Z041393 M, Wiener Gesundheitsförderung gemeinnützige GmbH – WiG, Treustraße 35–43, Stg. 6, 1200 Wien

SONDER-
AUSGABE

Gesunde Stadt

DAS MAGAZIN DER WIENER GESUNDHEITSFÖRDERUNG

WiG
WIENER GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Für die
Stadt Wien



Wiener Gesundheitspreis 2022



GESUCHT: IHR BEITRAG ZU MEHR GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN

IN DREI KATEGORIEN EINREICHEN



» **Gesund in Grätzeln und Bezirken**



» **Gesund in Einrichtungen/Organisationen**



» **Gesunde Kindheit (Jahresschwerpunkt 2023)**

In dieser Kategorie werden zusätzlich drei Medienpreise vergeben!

**MITMACHEN &
EINREICHEN!**

Infos unter
wig.or.at

**WIENER
GESUNDHEITSPREIS 2023**



LIEBE LESERIN, LIEBER LESER!

Im Jahr 2022 haben wir viele unserer Aktivitäten auf unseren diesjährigen Jahresschwerpunkt „Gesundheit und Sport/Bewegung“ ausgerichtet. So auch die Wiener Gesundheitsförderungskonferenz und den Wiener Gesundheitspreis. Jedes Jahr folgen zahlreiche Vereine, Einrichtungen und Organisationen unserer Einladung, ihre gesundheitsfördernden Projekte zum Wiener Gesundheitspreis einzureichen. Und jedes Jahr ist die von der WiG zusammengestellte Jury begeistert ob der tollen Projekte und Aktivitäten, die in Wien von so vielen Menschen mit viel Herzblut erdacht und umgesetzt werden. Die Entscheidung, wer einen der Preise mit nach Hause nehmen darf, fällt uns zweifellos nicht leicht. Nichtsdestotrotz konnten wir auch heuer wieder gesamt zehn Preisträger*innen in den Kategorien „Gesundheit und Sport/Bewegung“, „Gesund in Grätzel und Bezirk“ und „Gesund in Einrichtungen/Organisationen“ sowie drei Beiträge in der Kategorie „Medien“ ermitteln. Diese wurden bei der feierlichen Verleihung des Wiener Gesundheitspreises im Wiener Rathaus vor den Vorhang gebeten. Um ihren Einsatz und ihre Arbeit noch mehr zu würdigen – und vor allem auch als Inspiration –, geben wir den diesjährigen Preisträger*innen mit dieser Sonderausgabe von „Gesunde Stadt“ eine weitere Plattform zur Präsentation ihrer Projekte. Wir freuen uns, wenn wir dadurch auch neue potenzielle Einreicher*innen inspirieren und auf den Geschmack bringen. Denn die Ausschreibung für den Wiener Gesundheitspreis 2023 steht schon in den Startlöchern. Wenn Sie im kommenden Jahr mitmachen wollen, informieren Sie sich auf unserer Website wig.or.at. Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der Lektüre dieser Sonderausgabe von „Gesunde Stadt“!



Dennis Beck,
Geschäftsführer
Wiener Gesundheits-
förderung – WiG

Coverfotos: David Bohmann (3), Fotos: Klaus Ränger, David Bohmann



Der Festsaal des Wiener Rathauses war die feierliche Kulisse für die Wiener Gesundheitsförderungskonferenz.

Die Gewinner des Wiener Gesundheitspreises 2022

NEUE IDEEN UND TOLLE PROJEKTE WURDEN BEI DER WIENER GESUNDHEITSFÖRDERUNGSKONFERENZ AUSGEZEICHNET.

Der heurige Jahresschwerpunkt der Wiener Gesundheitsförderung – WiG war dem Thema „Gesundheit und Sport/Bewegung“ gewidmet. Ganz in diesem Zeichen stand auch die Wiener Gesundheitsförderungskonferenz am 19. September im Wiener Rathaus.

Peter Hacker, Wiener Stadtrat für Soziales, Gesundheit und Sport, betonte bei der Eröffnung: „Die positiven Auswirkungen von regelmäßiger Bewegung auf den Körper sind unbestritten. Wien hat viele Sport- und Bewegungsangebote zu bieten, die den Menschen gratis und für jedes Alter zur Verfügung stehen.“

Vor den Vorhang. Im Rahmen der hochkarätigen Konferenz wurden

auch die Wiener Gesundheitspreise verliehen. Die Preisträger*innen und Projekte zeigen, wie Gesundheit mit Sport bzw. Bewegung Hand in Hand geht. Insgesamt wurden heuer zehn Projekte in drei Kategorien ausgezeichnet, und zwar zum Jahresschwerpunkt „Gesundheit und Sport/Bewegung“, für den auch drei Medienpreise vergeben wurden, sowie in den Kategorien „Gesund in Grätzel und Bezirk“ und „Gesund in Einrichtungen/Organisationen“.

Überreicht wurden die Preise von Gemeinderätin Mag.^a Andrea Mautz-Leopold und Dennis Beck, Geschäftsführer der Wiener Gesundheitsförderung. Auf den folgenden vier Seiten werden die Preisträger*innen und ihre Projekte präsentiert.

COVER: Foto oben: 1. Preis für „Heimspiel Wien“ in der Kategorie „Gesund in Grätzel und Bezirk“, mit Gemeinderätin Andrea Mautz-Leopold (l. v. r.) und WiG-Geschäftsführer Dennis Beck (l.); Foto unten links: 1. Preis für „ON BOARD“ vom Skateboard Club Vienna in der Kategorie „Gesundheit und Sport“; Foto unten rechts: 1. Preis für das Projekt „ParDi“ in der Kategorie „Gesund in Einrichtungen/Organisationen“.

IMPRESSUM & OFFENLEGUNG gemäß § 25 Mediengesetz: Gesunde Stadt; Heft 3/2022; **Medieninhaber und Herausgeber:** Wiener Gesundheitsförderung gemeinnützige GmbH – WiG, Treustraße 35–43, Stg. 6, 1200 Wien, Tel. 01/4000-76925. Geschäftsführer: Dennis Beck. Magazinkoordination: Sandra Steiner. Layout: Qarante, Wolfgang Krimmel. Verleger: CRM Medientrend GmbH, Neudorferstraße – Betriebsgebiet 3, 7111 Parndorf. Geschäftsführung: KR Gerhard Milleitich, Mag.^a Bettina Milleitich. Redaktion: Rechte Wienzeile 31/1, 1040 Wien, Telefon 01/740 32-0. Verlags-Chefredaktion und Chef vom Dienst: Mag. Helmut Widmann. Redaktion: Marion Pruckner. Grafik: Stefan Vagner. Fotoredaktion: Andrea Berger. Lektorat: Mag.^a Daniela Oberhuber, Mag.^a Nicole Salcher. Hersteller und Herstellungsort: Bohmann Repro-Media und Online GmbH in Parndorf, Verlagsort: Wien. Erscheinungsweise: vier Mal jährlich. Grundlegende Richtung der Zeitschrift: Das Magazin kommuniziert als Botschafter die Gesundheitsförderungsprojekte und -aktivitäten der WiG und der Stadt Wien sowie die Kernthemen der Wiener Gesundheitsförderung an relevante Expert*innen und Multiplikator*innen. Offenlegung siehe wig.or.at

Durch Bewegung Hürden abbauen

MIT DEM SKATEBOARD HÜRDEN ÜBERWINDEN, PLÄTZE ZUM SPORTELN ENTDECKEN, NETZWERKE FÜR MENSCHEN MIT GESUNDHEITLICHEN RISIKEN – DAS SIND DIE SIEGREICHEN PROJEKTE IN DER KATEGORIE „GESUNDHEIT UND SPORT/BEWEGUNG“. **Marion Pruckner**

Die Preisträger*innen dieser Kategorie haben eines gemeinsam: Mit ihren Initiativen wollen sie zu mehr Bewegung motivieren und Schwellen abbauen. Das Siegerprojekt ON BOARD des Skateboard Club Vienna versucht zum Beispiel, über Skateboarding soziale und persönliche Kompetenzen zu stärken. „Wir nutzen das Skateboard als Tool in

der Kinder- und Jugendarbeit, um Life Skills zu vermitteln“, erklärt Projektleiter Johannes Wimmerer. Spielerisch-sportlich werden den Teilnehmer*innen in vier bis acht Wochen neben Selbstvertrauen, Durchhaltevermögen und Kreativität auch Achtsamkeit, Respekt, Teamwork und kooperatives Lernen nähergebracht. Das Erlernen des Skatens bis hin zum Überwinden von Rampen soll helfen, Lernerfahrungen in den Alltag zu integrieren, und dazu ermutigen, offen über Schwierigkeiten und Erfolge zu sprechen. Die Teilnahme ist kostenlos und wird auf die jeweilige Zielgruppe abgestimmt. Aufgrund der hohen Nachfrage werden für Mädchen „Girls Only“-Gruppen angeboten.

Bewegung im Blick. Platz zwei ging an das Projekt „Bewegung im Blick“. Die Idee dahinter: Jugendliche wurden auf Angebote in der offenen Jugendarbeit vor Ort aufmerksam gemacht, um Barrieren bei der Nutzung von Sport- und Bewegungsmöglichkeiten abzubauen. Während des Lockdowns wurden Videoclips gedreht und u. a. in sozialen Medien gezeigt. Projektleiter Romeo Bissuti von der Männerberatungsstelle MEN, auf dessen Initiative das Projekt entstand, in einer ersten Bilanz: „Wir haben zu 50 Prozent Mädchen erreicht. Das ist angesichts der stark männlich geprägten Nutzerinnen- und Nutzerstruktur in der offenen Jugendarbeit ein sehr erfreuliches Ergebnis.“



„Besonders freuen wir uns über den hohen Mädchenanteil bei ON BOARD. Aufgrund der hohen Nachfrage wurden die ‚Girls Only‘-Gruppen aufgestockt.“
Johannes Wimmerer, Projektleiter ON BOARD, Skateboard Club Vienna

LOGinsLeben! Den dritten Platz belegte LOGIN – Verein zur Gesundheitsförderung und sozialen Integration. Das Projekt versucht, Synergien aus den Fachbereichen Gesundheit – Sport – Soziales zur Förderung bio-psycho-sozialen Wohlbefindens zu gewinnen. Es geht also um körperliche, seelische und soziale Gesundheit. Sport und Bewegung werden zielgerichtet für soziale Zwecke und die Verbesserung von Gesundheit und Gesundheitskompetenz eingesetzt und mit soziotherapeutischen Aktivitäten kombiniert. Dazu arbeitet der Verein mit zahlreichen Hilfs-, Sozial- und Sporteinrichtungen zusammen. •
skateboardclubvienna.at, fem-men.at, jugendzentren.at, loginsleben.at



Jugendliche lernen nicht nur Skateboarden, sondern auch, über Erfolge und Rückschläge zu reden.



Miteinander im Grätzel

Kicken in der Wohnhausanlage
bedeutet für Kinder Spaß in
vertrauter Umgebung.

WIENER GESUNDHEITSPREIS 2022: „GESUND IN GRÄTZEL UND BEZIRK“

EIN FUSSBALL-PROJEKT FÜR KINDER, NACHBARSCHAFTLICHES COACHING IM GEHEN UND SPIELERISCH BEI EINER GRÄTZEL-RALLYE DEN BEZIRK ENTDECKEN – DIE GEWINNER*INNEN IN DER KATEGORIE „GESUND IN GRÄTZEL UND BEZIRK“. **Marion Pruckner**

Das Konzept ist schnell erklärt: Ein E-Lastenrad, ein Ball und sechs Bankerln. Mehr wird für das Fußball-Projekt „Heimspiel Wien“ nicht gebraucht. Die beiden Bänke fungieren als Tore, vier weitere sind die Begrenzung des Felds und dienen gleichzeitig als Sitzgelegenheit für Zuschauer*innen. Einfach und unkompliziert. Genau deshalb landete das Projekt auf Platz eins. Hintergrund: Kinder spielen immer seltener draußen, mit „Heimspiel Wien“ sollen sie ihre Spielplätze zurückerobern. Dazu kommt ein mobiles Team in Kooperation mit Wiener Wohnen in die Anlagen, baut innerhalb von Minuten eine Arena auf und Mädchen sowie Buben können sich in vertrauter Umgebung austoben. Zielgruppe sind Vier- bis Zehnjährige. Der Grund dafür: Sie sind dem Sandkasten entwachsen, für viele Sportarten fehlt ihnen aber noch der Wettbewerbsgeist. Dazu ist Sport

oft auch mit einigen Kosten für Training und Ausrüstung sowie einer Anfahrtszeit verbunden. Erste Zwischenbilanz des Projekts: In der Per-Albin-Hansson-Siedlung in Favoriten wurde bereits 17 Mal gekickt, Termine für weitere Wohnhausanlagen sind in Planung.

Coaching auf Augenhöhe. Platz zwei belegte das Projekt „Coaching im Gehen lockert Geist und Körper“ vom Verein NACHBARINNEN. Die Begleitung für zugewanderte Familien erfolgt durch speziell ausgebildete Sozialarbeiterinnen. NACHBARINNEN verschränken interkulturelles Wissen mit dem Fachwissen der sozialen Arbeit. Sie sprechen die gleiche Sprache, sitzen in keinem Amt und begegnen ihren Landsleuten auf Augenhöhe. Beim Gehen an der frischen Luft wird gemeinsam die Wohnumgebung entdeckt, werden Gedanken strukturiert und neue Perspektiven aufgezeigt.



„Wir wünschen uns mehr
Spielraum für Kinder in
ihrer Umgebung.“

Thomas Fryd,
Leiter Projekt „Heimspiel Wien“

Rätsel lösen. Platz drei belegte das Projekt „Grätzl-Rallye“ der Mobilitätsagentur Wien. In rund 60 Minuten können Schulklassen damit spielerisch ihren Bezirk entdecken und Rätsel lösen. Hinweise und Symbole helfen beim Finden des Lösungsworts. Für jeden der 23 Bezirke gibt es eine eigens ausgearbeitete Rallye. Die Materialien können an den Schulstandort geschickt oder heruntergeladen werden. Rund 200 Schulklassen der 2. und 3. Schulstufe haben die Aufgaben im Rahmen des Mobilitätsbildungsprogramms „Die Stadt & Du“ schon gelöst. Alle Touren sind über die Aktiv-App von WIENXTRA abrufbar. ● sos-kinderdorf.at, nachbarinnen.at, diestadtunddu.at/gratzl-box/gratzl-rallye

Neue Ansätze ausprobieren

MITSPRACHE FÜR PATIENT*INNEN, KAMPAGNE GEGEN SEXUELLE BELÄSTIGUNG, GESUNDHEIT FÜR SCHÜLER*INNEN UND WOHNUNGSLOSE – DARUM GING ES IN DER KATEGORIE „GESUND IN EINRICHTUNGEN/ORGANISATIONEN“. Marion Pruckner

Menschen mit Diabetes mellitus wissen, welche Maßnahmen für sie umsetzbar sind. Diese persönlichen Erfahrungen waren der Ausgangspunkt für das Siegerprojekt „ParDi: Patient*innenbeteiligung im Diabeteszentrum Wienerberg“. Betroffene und Fachkräfte setzen sich an einen Tisch und vereinbaren gemeinsam, wie eine optimale, aber auch praktikable Versorgung sichergestellt werden kann.

Patient*innenbeteiligung. „Um auf Augenhöhe miteinander zu arbeiten, ist essenziell, auf die Bedürfnisse aller Beteiligten einzugehen und einander zuzuhören“, bestätigt Tanja Fruhmann von der Abteilung Strategische Gesundheitsversorgung der Stadt Wien. Die

Einbeziehung der Patient*innen in die Entscheidungen über den Ablauf einer Behandlung erhöht deren Verständnis auch für unangenehme Maßnahmen. Umgekehrt bekommt das Fachpersonal mehr Einblicke in die Sorgen der Betroffenen. Allerdings gibt es auch da Unterschiede: Tanja Fruhmann: „Es ist uns besonders wichtig, auch Menschen mit Migrationshintergrund und sozial benachteiligte Menschen mit ins Projekt zu nehmen, um auch auf ihre Bedürfnisse einzugehen.“ Initiiert wurde das Projekt vom Wiener Gesundheitsfonds gemeinsam mit der Österreichischen Gesundheitskasse, der Sozialversicherung der Selbständigen und der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen, Bergbau. Die Ergebnisse werden Anfang 2023 im Diabeteszentrum Wienerberg implementiert.



„ParDi wurde gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten ins Leben gerufen.“
Tanja Fruhmann,
Strat. Gesundheitsversorgung

Es reicht! Platz zwei geht an das Projekt „Es reicht!“ vom Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser (KWP). Die Kampagne gegen sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz soll mehr Bewusstsein für das Thema schaffen. Was fällt unter sexuelle Belästigung? Wie geht man damit um und was kann dagegen unternommen werden? Zwei Videos, eine Broschüre und ein Handlungsleitfaden geben Antworten darauf. Die Kampagne wurde auch in der Mitarbeiter*innenzeitung vorgestellt. Eine E-Learning-Plattform sowie Workshops für Lehrlinge sind in Planung.

Neue Wege. Platz drei teilen sich das Projekt „Drei Säulen der schulischen Gesundheitsförderung“ der MS Selzergasse und das Projekt „Obdach Josi macht gesund“ des Tageszentrums Obdach Josi (Fonds Soziales Wien). Ersteres punktete mit einem Maßnahmenkatalog u. a. für gesündere Ernährung und mehr Bewegung. Zweiteres koordiniert bedarfsgerechte Angebote für wohnungslose Menschen, um deren Gesundheit zu verbessern. Dazu gehört u. a. psychotherapeutische und allgemeinmedizinische Betreuung vor Ort. ● gesundheitskasse.at, goeg.at, kwp.at, obdach.wien



„ParDi: Patient*innenbeteiligung im Diabeteszentrum Wienerberg“ gewann für den innovativen Ansatz den 1. Preis.

Stefanie Zupan,
TV-Beitrag „Stiegenfit“



Lukas Zahrer,
Artikel in
„Der Standard“



Manuela Strihavka,
TV-Beitrag „MERYNS
sprechzimmer“



Ausgezeichnete Medienpreise

DAS STIEGENHAUS ALS TURNSAAL, PUMPEN AM DONAUKANAL UND „MERYNS SPRECHZIMMER: ÜBER PSYCHE UND BEWEGUNG“ SIND DIE PRÄMIERTEN BEITRÄGE IN DER KATEGORIE „MEDIENPREISE“. Marion Pruckner

WIENER GESUNDHEITSPREIS 2022: MEDIENPREISE

Ebenfalls vergeben wurden drei gleichwertige Medienpreise zum Jahresschwerpunkt „Gesundheit und Sport/Bewegung“, die sich mit dem Thema Pandemie befassen. Durch das Virus kam es zu zahlreichen Einschränkungen, in vielen Lebensbereichen waren Adaptierungen notwendig. Wie man sich trotzdem fit und gesund halten kann, zeigen die prämierten Beiträge. Regisseurin Stefanie Zupan porträtierte das Fitnessprogramm „Stiegenfit“. „Standard“-Redakteur Lukas Zahrer konnte mit einer Reportage vom Wiener Donaukanal punkten und Redakteurin Manuela Strihavka und ihr

Team setzten sich für den ORF mit dem Einfluss von Bewegung auf die menschliche Psyche auseinander.

Fit im Stiegenhaus. Alltagstaugliche Übungen, die auch in Straßenkleidung durchgeführt und zwischendurch in den normalen Tagesablauf eingebaut werden können: Darum ging es in „Stiegenfit“, einer Sendung im Rahmen der ORF-Reihe „Bewusst gesund“. Mit Plakaten wie „Mach das Stiegenhaus zu deinem Turnsaal und Stiegensteigen zu deinem täglichen Fitnessprogramm“ und „Dieser Lift macht dich gesund, wenn du ihn manchmal nicht benutzt“ wurden Bewohner*innen in der Seestadt zum Mitmachen aufgefordert. Die entsprechenden Übungsabläufe sind leicht auszuführen und speziell für das Stiegenhaus konzipiert.

läuterte darin mit Expert*innen, wie sich die virusbedingten Einschränkungen auf Arbeit, Lebensstil und damit auf die Psyche auswirkten. Dass Sport ein probates Mittel zur Gegensteuerung bei Ängsten und Depressionen ist, war ebenso Thema wie, dass ein Übermaß an sportlicher Betätigung zu einer Überlastung der Psyche führen kann. Eingereicht wurde der Beitrag von Manuela Strihavka.

Sport am Donaukanal. „Workout am Donaukanal: Pumpen an der frischen Luft“ titelte der Artikel von Lukas Zahrer. In seiner „Standard“-Reportage porträtierte er eine kleine Community am Donaukanal, die sich bei jeder Witterung zu regelmäßigen Workouts trifft. Gekonnt fing er die Atmosphäre unter den Hobbysportler*innen ein und veranschaulichte, wie sie sich mit Calisthenics, einem Training mit dem eigenen Körpergewicht, fit halten. Am Donaukanal stehen dafür 50 Geräte an zwei Standorten zur Verfügung. orf.at, derstandard.at

Körper und Geist. Ebenfalls um die Auswirkungen der Pandemie ging es im ORFIII-Talkformat „MERYNS sprechzimmer: Psyche und Bewegung“. Internist Siegfried Meryn er-



„Wir haben mittlerweile mit der Pandemie zu leben gelernt. Das zeigt sich auch beim Sport.“

Dennis Beck,
Geschäftsführer WiG

SELBSTHILFE- UNTERSTÜTZUNGSSTELLE SUS WIEN

DRÜBER
REDEN
HILFT.at

Die Selbsthilfe-Unterstützungsstelle SUS Wien in der Wiener Gesundheitsförderung – WiG ist die zentrale Anlaufstelle zum Thema Selbsthilfe in Wien: Wir informieren, beraten und unterstützen Sie bei allen Fragen rund um das Thema Selbsthilfe.

Zudem geben wir jährlich das aktualisierte Selbsthilfegruppen-Verzeichnis heraus, bieten Weiterbildungen und Veranstaltungen an, leisten Vernetzungsarbeit und vergeben finanzielle Förderungen.

Suchen Sie eine Selbsthilfegruppe? Wollen Sie selbst eine Selbsthilfegruppe gründen?
Interessieren Sie sich für die allgemeine Arbeit von Selbsthilfegruppen?

Melden Sie sich gerne bei uns!

www.sus-wien.at

SUS-HOTLINE: 01 4000 76944
MO, DI und DO von 10:00 bis 16:00 Uhr
MI von 10:00 bis 17:00 Uhr
E-Mail: selbsthilfe@wig.or.at

WiG

WIENER GESUNDHEITSFÖRDERUNG



Für die
Stadt Wien

Das Magazin Gesunde Stadt
kostenlos abonnieren:

E-Mail: broschueren@wig.or.at

Telefon 01/4000-76924

wig.or.at