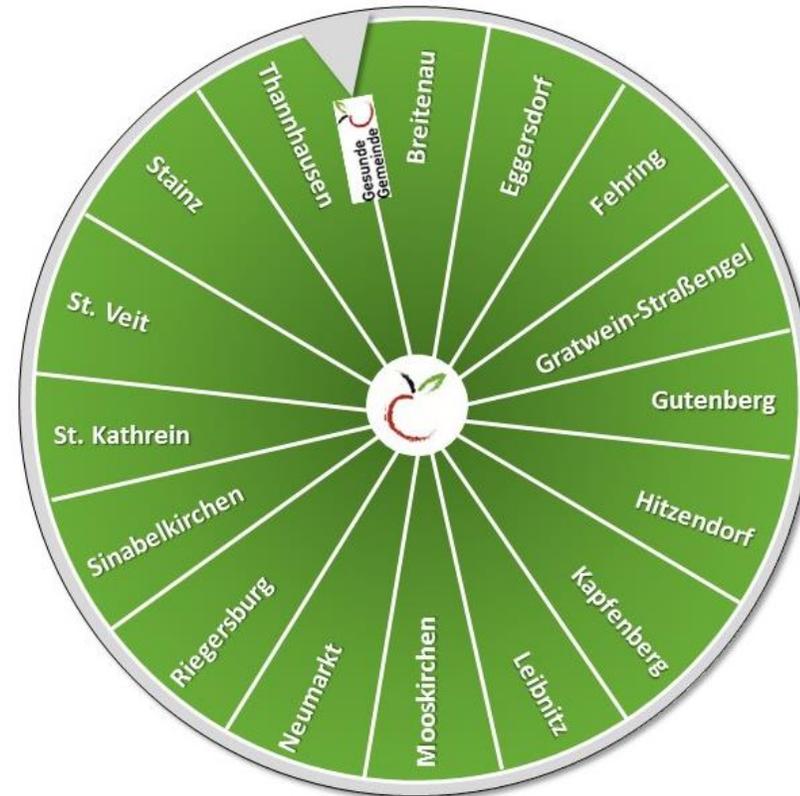


Dr. Peter Holzhey-Preis für Gesunde Gemeinden
2025
Online-Verlosung, 1.Juli 2025

Dr. Peter Holzhey-Preis

16 Gesunde Gemeinden haben ihre Projekte und Gesundheitsinitiativen eingereicht!



Gutenberg

DORFAKADEMIE



© GG Gutenberg

Voneinander lernen: Jung von Alt, Alt von Jung

- Umgesetzt werden heuer sieben Termine zu unterschiedlichsten Themen wie Häkeln, Nähen, Strudel und Brot backen, Kartenspielen, Aquarelle malen und Fragen zu Handy, Tablet und Co beantworten.
- ExpertInnen und WorkshopleiterInnen sind Menschen aus der Gemeinde, die gerne häkeln, backen, Karten spielen, malen. Sie zeigen ihr Können den anderen GemeindebürgerInnen.
- Ziel dieser Initiative ist es, Wissen weiterzugeben und gleichzeitig Generationen zu verbinden.

Breitenau

GARTEN-CAFÉ



© GG Breitenau

Regelmäßiger Austausch zum Thema „Garten“ und mehr

- In der Gesunden Gemeinde Breitenau findet seit März 2024 jeden letzten Dienstag im Monat (März – November) das Garten-Café statt.
- Ziel dieses Treffens ist es, allen Interessierten die Möglichkeit zu geben, sich übers „Garteln“, über Kräuter oder einfach über Wald und Wiesen auszutauschen.
- Diese Gesundheitsinitiative fördert auch das soziale Miteinander. Denn die Kommunikation untereinander hat einen besonders hohen Stellenwert. Wichtig ist auch, dass das vorhandene Wissen weitergegeben wird.
- Alle GemeindegängerInnen sind herzlich willkommen!

Eggersdorf bei Graz

FEEL GOOD CHALLENGE



© Judith Eckert

Eine virtuelle Schnitzeljagd für Jugendliche durch die Gemeinde

- Gemeinsam mit Jugendlichen der MS Eggersdorf wurde eine virtuelle Schnitzeljagd entwickelt.
- Ziel ist es, Jugendliche zu gemeinsamer Bewegung im Freien zu motivieren und auf lustvolle und spielerische Art Wissen zu Gesundheitsthemen zu vermitteln.
- Auf einer Wegstrecke von ca. 3,5 km an 13 Stationen werden Aufgaben und Rätsel zu gesundheitlichen Themen sowie zu gemeindespezifischen Fragen gelöst.
- Seit Mitte April 2025 ist die „Feel Good Challenge“ freigeschaltet.

Fehring

FEHRINGER SENIOREN-AKTIV-PASS 2025



© GG Fehring

Gesundheitsbildung für SeniorInnen

- Bereits zum dritten Mal wird der Fehringer Senioren-Aktiv-Pass in Zusammenarbeit mit Styria vitalis und anderen Institutionen umgesetzt.
- Das ganze Jahr über finden Workshops und Vorträge zu unterschiedlichsten Themen wie zum Beispiel „Fit für ein langes Leben“, „Internet, wir kommen“, „Hörverlust erkennen und handeln“ sowie ein Erzählcafé statt.
- Für jede besuchte Veranstaltung erhält man einen Stempel im Pass. Bei fünf gesammelten Stempeln bekommt man Gutscheine, z.B. eine Saisonkarte für das Rosenbad, und mit Jahresende nehmen alle eingelösten Pässe an einer Verlosung (Gewinn: Blutdruckmessgerät) teil.
- Es gibt reges Interesse seitens der Zielgruppe!

Gratwein-Straßengel

WIR WOLLEN WISSEN, WAS WIR ESSEN UND KOCHEN UNS RUND UM DIE WELT



© GG Gratwein-Straßengel

Kochworkshops für Kinder und Familien

- Von Februar 2025 bis Jänner 2026 setzen die Kinderfreunde Judendorf-Straßengel monatliche Kochworkshops mit Kindern im Alter von 6 - 12 Jahren um. Familien kochen gemeinsam mit einer Kindergruppe typische Gerichte aus ihrer früheren Heimat. Die Gerichte werden dann gemeinsam mit den Eltern zu Mittag gegessen.
- Umgesetzt werden 10 Workshops mit Gerichten zum Beispiel aus Tschechien, der Türkei, Rumänien, Amerika, Spanien und England.
- Ziele dieser Initiative sind: Bewusstsein für die Herkunft der Gerichte und die verwendeten Lebensmittel schaffen, Toleranz gegenüber unbekanntem und neuen Speisen (und Menschen) fördern, Experimentierfreude und Ausprobieren von Neuem erwecken sowie die Bearbeitungsprozesse von Lebensmitteln veranschaulichen.

Hitzendorf

AKTIV-TREFF 60+



© GG Hitzendorf

Stärkung des sozialen Miteinanders

- Der Aktiv-Treff 60+ wurde vor 3 Jahren ins Leben gerufen (Aktiv-Coaches Monika Hubmann und Andrea Glehr-Schmit).
- Ziel: Eine Plattform für Menschen ab 60 Jahren zu schaffen, um soziale Kontakte zu pflegen und gemeinsam aktiv zu bleiben
- Das Treffen findet im 14-tägigen Rhythmus statt.
- Umsetzung von zahlreichen spannenden und abwechslungsreichen Veranstaltungen wie z.B. Gesundheits- und Bewegungsangebote (Bewegungsübungen und Konzentrations- Gedächtnistraining), kreative und kulturelle Aktivitäten (Malen), Naturerlebnisse (Waldbaden und Exkursionen) und Besichtigungen, ...

Kapfenberg

GENERATIONEN VERBINDEN – BRÜCKEN BAUEN



© GG Kapfenberg

Aufbau eines intergenerationalen Netzwerkes

- Das Projekt versucht, die verschiedenen Lebenswelten von Kindern, Jugendlichen und älteren Menschen miteinander zu verknüpfen. Durch die Zusammenarbeit zwischen Kindergarten, Volksschule und Pflegeheim wird ein intergenerationales Netzwerk geschaffen.
- Ziele: Förderung des intergenerationalen Austauschs, Stärkung der sozialen Kompetenzen, Wissenstransfer und Stärkung der Gemeinschaft durch gemeinsame Aktivitäten wie z.B. Bastelaktionen, gemeinsame Ausflüge oder das Erlernen traditioneller Spiele.
- Durch kreative Angebote werden Erinnerungen geweckt, die Generationen verbinden und den Gemeinschaftssinn stärken.

Leibnitz

„RAUM FÜR BEGEGNUNGEN – TREFFPUNKT FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ“



© Teresa Wratschko

Umfangreiches Angebot für Menschen mit Demenz und deren Angehörige

- Die Stadtgemeinde Leibnitz arbeitet seit mehreren Jahren mit zahlreichen Organisationen an der Vernetzung und Gestaltung von Angeboten rund um das Thema Demenz, z.B. wird der „Lange Tag der Demenz“ organisiert.
- Das Projekt ist das erste in der Region, an dem sich Menschen mit Demenz selbst beteiligen können.
- Angebote: Gedächtnisübungen, Spiel, kreative Gestaltungsmöglichkeiten, Lieder, Tänze, u.v.m. Es gibt genügend Zeit und Raum für Gespräche, gemeinsames Erinnern und Austausch untereinander.
- Einmal pro Monat findet, im Ausmaß von 2 Stunden, der Treffpunkt für Menschen mit Demenz statt. Angehörige können sich währenddessen im danebenliegenden Café austauschen, oder einfach die Zeit für sich nutzen.

Mooskirchen

„AIRTRACK-TRAINING“ IM ÖFFENTLICHEN RAUM



© GG Mooskirchen

Förderung von Bewegung und Sport rund um das Turngerät „Airtrack“

- Die Initiative ist aus dem Projekt „Jugend“ (Bedarfserhebung und Befragung) mit Styria vitalis entstanden.
- 10 Turneinheiten zu jeweils einer Stunde wurden im Sommer 2024 im Freien angeboten.
- 3 TrainerInnen aus den Bereichen Sportakrobatik, Turnen und Freerunning stellten die Trainings zusammen.
- 40 begeisterte Kinder zwischen 5 und 18 Jahren nahmen daran teil, sodass eine Fortführung im Herbst 2024 organisiert wurde.
- Eine Weiterführung für die Sommersaison 2025 ist in Planung.

Neumarkt

DEMENZ KINDGERECHT ERKLÄRT



© VS Neumarkt

Schulstunden zum Thema Demenz

- Demenz betrifft nicht nur ältere Menschen – sie hat Auswirkungen auf die ganze Familie, insbesondere auch auf Kinder.
- Das Projekt wird von der Community Nurse Patricia Prieler-Rameder und Fr. Andrea Schnedl (Pflegedienstleitung Caritas Pensionistenwohnhaus, Demenztrainerin) umgesetzt. Es vermittelt nicht nur Wissen, sondern verbindet Generationen.
- SchülerInnen wird kindgerecht erklärt, was Demenz ist und wie sie mit betroffenen Familienmitgliedern umgehen können. Zusätzlich gibt es einen Vortrag für die Eltern.
- Durch diese Schulstunden lernen Kinder, Demenz zu verstehen, empathisch mit Betroffenen umzugehen und ihre eigenen Gefühle zu reflektieren.

Riegersburg

VERZAUBERT DURCH...



© Maria Dorrer

Freizeitangebot und soziale Teilhabe für ältere Menschen

- Ziel dieses Projektes ist es, die SeniorInnen auf vielfältige Weise Möglichkeiten zu bieten, Zeit gut gemeinsam zu verbringen, soziale Kontakte zu knüpfen und zu stärken, Neugierde zu entwickeln, Neues zu lernen und Gelerntes beizubehalten.
- Dauer: Februar bis November 2024 (10 Veranstaltungen)
- Angebote: Bücher, Tarok spielen, Singen, Tanzen, Yoga, Kräuterkunde
- Höhepunkt des Projektes war die Veranstaltung „Verzauberung durch Damals – Lebenserinnerungen“ mit 140 TeilnehmerInnen. Im Anschluss an den Film „Erstes Blochziehen in Riegersburg“ erzählten fünf RiegersburgerInnen von ihren Kindheitserinnerungen.

Sinabelkirchen

SENIOREN-TREFF



© GG Sinabelkirchen

Angebot für Junggebliebene, um das soziale Miteinander zu stärken

- Ziel dieses Angebotes ist es, dass GemeindegängerInnen sich regelmäßig treffen und austauschen.
- Einmal im Monat gibt es ein Treffen in einem Café, einer Pizzeria oder im Gasthaus. Alle GemeindegängerInnen sind herzlich willkommen.
- Zusätzlich findet wöchentlich das Treffen der „Kegelrunde“ statt. Vor dem Treffen gehen die Teilnehmenden eine Runde um den schönen Naturbadesee.
- Es wird gemeinsam gelacht, getratscht und Neuigkeiten werden ausgetauscht.

St. Kathrein am Offenegg

FIT UND AKTIV IN DER GEMEINDE



© GG St. Kathrein am Offenegg

Attraktive Angebote für alle Altersgruppen

- Das Projekt fand von Mai bis November 2024 statt.
- Folgende Aktivitäten wurden angeboten: Smartphone-Kurs für SeniorInnen, Kochworkshops, „Lebensbegleitend lustvoll lernen“ nach Montessori für SeniorInnen, Backen und Basteln mit Kindern und das Mehrgenerationen-Abschlussfest
- Ziele des Projektes waren: die körperliche und geistige Fitness der GemeindegängerInnen zu erhalten bzw. zu verbessern, die Ernährungskompetenz zu erhöhen, das Zusammengehörigkeitsgefühl unter den Generationen in der Gemeinde zu stärken, für ein aktives Dorfleben sorgen und soziale Teilhabe für Jung und Alt ermöglichen.

St. Veit in der Südsteiermark

GESUNDHEITSTAG



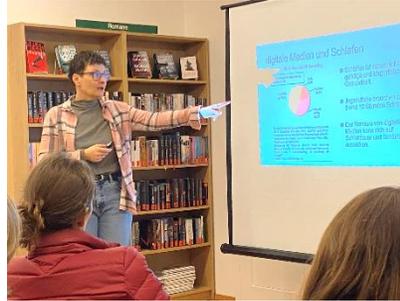
© GG St. Veit i. d. Südsteiermark

Spannende Einblicke in unterschiedliche Gesundheitsbereiche

- Der „Gesunde Gemeinde Gesundheitstag“ fand am 22. November 2024 statt.
- Ziel der Veranstaltung war es den TeilnehmerInnen fundierte Einblicke in verschiedene Gesundheitsbereiche zu bieten sowie ein Bewusstsein für Gesundheitsförderung und präventive Maßnahmen zu entwickeln.
- Die Vortragsreihe beim Gesundheitstag umfasste z.B. folgende Themen: „Starke Niere: Wie du stabil und sicher deinen Alltag meisterst“, „Natur und Mensch in Balance und Verbindung“ oder „Hospizarbeit: Sterben als Teil des Lebens“

Stainz

GESUNDE GEMEINDE JAHRESPROGRAMM 2025



© Brigitte Kürschner

Angebote für Gesundheit, Gemeinschaft und Lebensqualität

- Seit Beginn 2025 gibt es in der Gemeinde ein umfassendes Jahresangebot. Ziel ist es, Gesundheitswissen zu vermitteln.
- Programm:
 - Offenes monatliches Erzählcafé für Austausch, Zuhören und Teilen von Lebensgeschichten,
 - Vorträge zu den Themen Histaminintoleranz, Fasten, „Mit meinem Kind in Beziehung bleiben – Die Kraft der Ermutigung“, „Klima und Gesundheit“, „Ordnung tut der Seele gut“ und „Emotionen & Essen“.
 - Monatliches Treffen für pflegende Angehörige
 - Wöchentliche Sporteinheiten

Thannhausen

BEGEGNEN, MITMACHEN UND MITGESTALTEN: ERNÄHRUNG UND BEGEGNUNG IN THANNHAUSEN

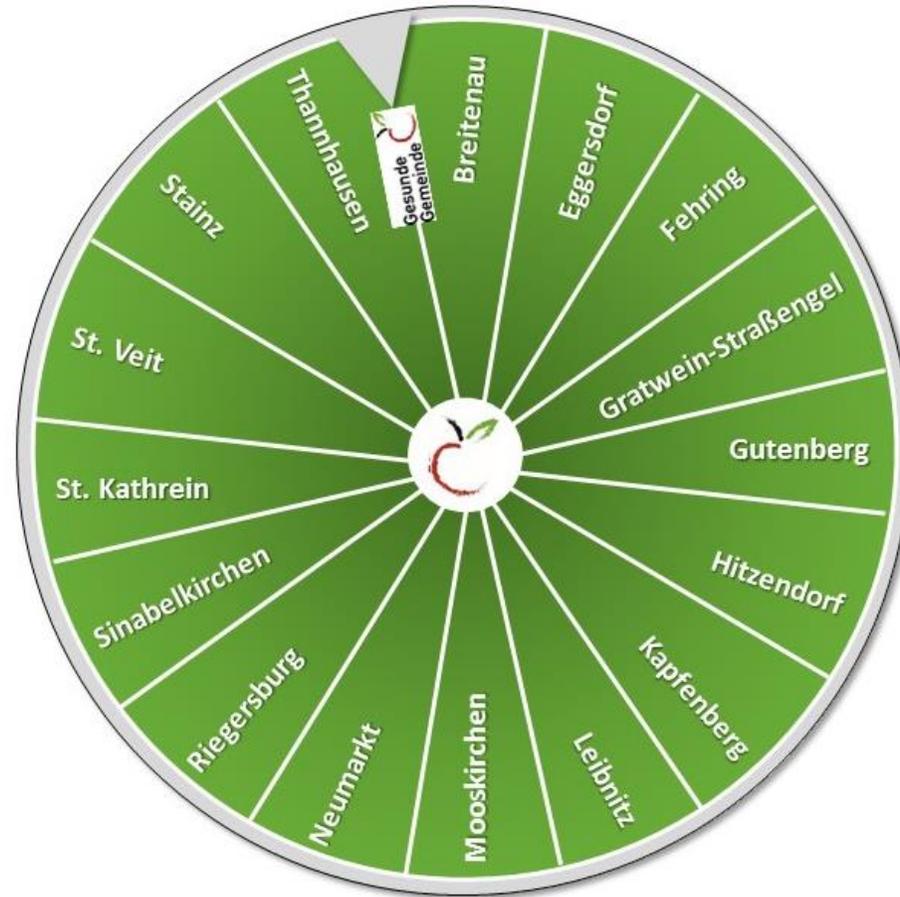


© GG Thannhausen

Umfangreiches Angebot für GemeindebürgerInnen

- Das Projekt startete im März 2025 und läuft bis Ende 2025.
- Ziel ist es, mit einem vielfältigen Angebot an Vorträgen, Workshops und Veranstaltungen BürgerInnen unterschiedlicher Altersgruppen anzusprechen, einzubeziehen und zu motivieren. Jüngere sollen vom Erfahrungsschatz älterer BürgerInnen lernen.
- Thematisch geht es um eine gesunde, regionale, nachhaltige Ernährungs- und Lebensweise.
- Im Frühjahr fand bereits eine Basenfastenwoche sowie der Vortrag „Ernährung und Sport“ statt. Im Herbst sind tolle Workshops zum Thema „Fermentieren“ geplant, außerdem soll es ein Kochbuch mit Rezepten von den Vorträgen geben.

Herzliche Gratulation und viel Glück!!!



<https://wheelofnames.com/de/kqp-4vd>