

AUF EINEN BLICK

Zeit

Donnerstag, 16. November 2000

Freitag, 17. November 2000

Veranstalter

Fonds Gesundes Österreich
Mariahilfer Straße 176
A-1150 Wien

Inhaltliche Konzeption

Fonds Gesundes Österreich
Mag. Rita Kichler

Wissenschaftliche Beratung

Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Enenkel
Mag. Günter Schagerl
Univ.-Prof. Dr. Beate Wimmer-Puchinger

Konferenzorganisation

B&K Kommunikation
Dr. Birgit Kofler, Mag. Monika Meryn, Ulla Krenn
Thurgasse 8/16
A-1090 Wien
Tel.: 01/319 43 78-18 Fax: 01/319 43 78-20

Teilnahmebestätigungen

Sollten Sie eine Bestätigung über Ihre Teilnahme an der Konferenz benötigen, wenden Sie sich bitte an den Registrierungsschalter. Wir senden Ihnen die Teilnahmebestätigung nach Tagungsende umgehend per Post zu.

2.

Österreichische Präventionstagung
Wien, 16. und 17. November 2000

P R O G R A M M

**Bewusst lebt besser
Ernährung und Bewegung**



Univ.-Prof. Dr. Reinhart Waneck
Staatssekretär für Gesundheit, Präsident des Fonds Gesundes Österreich

„Nur 28 Prozent unseres Lebensgesundheitszustandes sind durch Vererbung bedingt, 62 Prozent sind durch unseren Lebensstil beeinflussbar – und nur 10 Prozent gehen auf die kurative Medizin zurück, in die wir aber 90 Prozent der Gesundheitsressourcen investieren. Gezielt eingesetzte Gesundheitsförderung und Prävention – gerade bei wichtigen Lebensstilthemen wie Ernährung und Bewegung – sind hier ein entscheidender Beitrag zur Krankheitsverhinderung.“



Dennis Beck
Geschäftsführer des Fonds Gesundes Österreich

„Bewegungsarmut und unausgewogene Ernährung stellen zentrale Risikofaktoren für lebensstilbedingte Erkrankungen dar. Mit seinem Aktivitätsschwerpunkt zum Thema Lebensstil will der Fonds Gesundes Österreich in diesem wichtigen Bereich nicht nur informieren und Bewusstsein schaffen. Im Sinne eines umfassenden Gesundheitsverständnisses streben wir nachhaltige Veränderungen von Verhaltensweisen ebenso an wie eine Veränderung von krankmachenden hin zu gesundheitsfördernden Lebensverhältnissen.“



Univ.-Prof. Dr. Ibrahim Elmadfa
Institut für Ernährungswissenschaften der Universität Wien

„Im Allgemeinen stellt sich die Ernährungssituation in Österreich als zufriedenstellend dar. Die meisten Personengruppen sind mit den wichtigsten Nährstoffen ausreichend versorgt und es können in nur wenigen Fällen unterdurchschnittliche Versorgungen mit Mikronährstoffen beobachtet werden. Dennoch ergibt sich bei einigen Nährstoffen die Notwendigkeit zur Optimierung der Aufnahme über eine vernünftige Lebensmittelauswahl.“



Univ.-Prof. DDr. Wildor Hollmann
Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin, Deutsche Sporthochschule, Köln

„Die Präventivmedizin wird in Forschung, Lehre und Praxis die wichtigste Domäne in der zukünftigen Medizin sein. Dabei wird einer individuell angepassten körperlichen Aktivität eine besondere Bedeutung zukommen. Gäbe es ein Medikament, welches die vielfältigen Wirkungen von dosierter körperlicher Arbeit auf das Herz-Kreislauf-System, den Stoffwechsel, die hormonelle Steuerung und die Psyche in sich vereinen würde – es würde zweifellos das Medikament des Jahrhunderts genannt werden.“



Univ.-Prof. Dr. Otmar Weiß
Institut für Sportwissenschaft der Universität Wien

„Sport und Bewegung bieten ideale Möglichkeiten für Körpererfahrung und -wahrnehmung. Die Aufwertung des Körpers führt unter anderem zu einer Aufwertung des Gesundheitsmotivs. Die Sorge um die Gesundheit diktiert das Freizeitverhalten und wird ausschlaggebend für den Erholungswert, weshalb der Sport eine wachsende Nachfrage erfährt und zunehmend in Verbindung mit Gesundheit (körperliches, geistiges und soziales Wohlbefinden), Hedonismus (Unterhaltung, Genuss-Sucht) oder Spannungs- und Affektsuche auftritt.“



Univ.-Prof. Dr. Hans-Joachim Zunft
Deutsches Institut für Ernährungsforschung, Potsdam-Rehbrücke

„In den Ländern der Überflussgesellschaft bedrohen ernährungsabhängige Erkrankungen nicht nur die Gesundheit der Bevölkerung, sondern auch die Finanzierbarkeit des Gesundheitssystems. Präventive Strategien als unumgänglicher Ausweg müssen sich an lebensmittelorientierten Verzehrsempfehlungen, an der Praktizierung eines gesundheitsbewussten Lebensstils unter Berücksichtigung von Ernährungsfaktoren und körperlicher Aktivität, an der Überwindung von Motivationsbarrieren gegenüber der Befolgung eines gesundheitsbewussten Ernährungsverhaltens und der Ausschöpfung moderner Prinzipien der Lebensmittelherstellung orientieren.“

BEWUSST LEBT BESSER

Ernährung und Bewegung

Worum es geht

Lebensqualität wird im Wesentlichen durch den individuellen Lebensstil geprägt und bildet den Arbeitsschwerpunkt, den der Fonds Gesundes Österreich seit Herbst 1999 setzt. Zentrale Themen dieses Schwerpunkts sind Ernährung und Bewegung – zwei Aspekte, die zu einem umfassenden Wohlbefinden und zur Lebensqualität des Menschen entscheidend beitragen.

Mit der laufenden Kampagne „Bewusst lebt besser“ möchte der Fonds Gesundes Österreich zum Thema Lebensstil informieren, Bewusstsein schaffen und die Eigenverantwortung des Einzelnen für die Gesundheit stärken. Die gleichnamige Tagung soll daher eine Plattform für eine umfassende Diskussion zu den folgenden Themen bieten:

Ernährung

Das Angebot an Lebensmitteln ist heute so vielfältig, dass die Wahl oft schwer fällt. Unausgewogene Ernährung und Überernährung sowie die damit einhergehende qualitative Fehlernährung können zu diversen Erkrankungen führen. Eine abwechslungsreiche, vielfältige und mit Genuss verbundene Ernährung ist eine Voraussetzung für Gesundheit und volle Leistungsfähigkeit des Menschen. Im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention spielt daher die Ernährung eine zentrale Rolle.

Bewegung

Ein Mindestausmaß an Bewegung ist nicht nur physiologisch notwendig, sondern auch eine wichtige Voraussetzung für das seelische Gleichgewicht. Beschwerden und Erkrankungen, die auch auf Bewegungsmangel zurückzuführen sind, kann durch ein richtiges Maß an sportli-

cher Aktivität gezielt entgegengewirkt werden. Bedeutende und vielfältige Wirkungen auf Gesundheit und Lebensqualität kommen der Bewegung in Form von Alltagsaktivitäten und dem regelmäßigen Sport mit mindestens „mittlerer“ Intensität – wie etwa zügiges Gehen, Radfahren, Schwimmen oder Laufen – zu. Mit zusätzlichem leistungsbehaftetem Sport, mit Training von Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit können das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit des Einzelnen noch weiter gesteigert werden.

Grundsätzlich soll Bewegung in allen Intensitäten zu einem fixen Bestandteil des Alltags werden.

Zentrales Anliegen der 2. Österreichischen Präventionstagung ist es, die genannten Themen auf verschiedenen Ebenen zu diskutieren:

Am ersten Tag ermöglichen Workshops nach den Plenarvorträgen gezielte und weiterführende Diskussionen zu den Themen Gesundheitsförderung und Prävention durch Ernährung, Bewegung und Sport. Darüber hinaus wird der Frage nachgegangen, wie sich sozioökonomische Faktoren auf das Ernährungs- und Bewegungsverhalten auswirken.

Der zweite Tag beschäftigt sich mit dem Ernährungs- und Bewegungsverhalten in Österreich und bietet in den Workshops die Möglichkeit, zielgruppenspezifische Modellprojekte zu diskutieren.

In diesem Programmablauf sollen die TeilnehmerInnen der Tagung Motivation und Anregungen finden, damit auf der Basis des Erfahrungsaustausches innovative gesundheitsfördernde Projekte entstehen können.

PROGRAMM 1. TAG

Moderation: **Brigitte Xander**, ORF-Moderatorin

10:00 - 10:30 Eröffnung und Begrüßung:
Univ.-Prof. Dr. Reinhart Waneck, Staatssekretär für Gesundheit,
Präsident des Fonds Gesundes Österreich
Dennis Beck, Geschäftsführer des Fonds Gesundes Österreich

10:30 - 11:00 Die Rolle der Ernährung in der Gesundheitsförderung und Prävention
Univ.-Prof. Dr. Hans-Joachim Zunft
Deutsches Institut für Ernährungsforschung, Potsdam-Rehbrücke

11:00 - 11:15 Diskussion

11:15 - 11:45 Pause

11:45 - 12:15 Die Rolle der Bewegung in der Gesundheitsförderung und Prävention
Univ.-Prof. DDr. Wildor Hollmann, Institut für Kreislaufforschung
und Sportmedizin, Deutsche Sporthochschule, Köln

12:15 - 12:30 Diskussion

12:30 - 13:30 Mittagspause

13:30 - 14:30 Workshops Teil 1

Gesundheitsförderung und Prävention durch Ernährung

Impulsreferate:

Univ.-Prof. Dr. Bernhard Ludvik
Universitätsklinik für Innere Medizin III, AKH, Wien

Mag. Hanni Rützler
Culinar, Institut für Ernährungskultur und Lebensmittelwirtschaft, Wien

Moderation: **Dr. Brigitte Zarfl**
BM für soziale Sicherheit und Generationen, Abteilung für
Gesundheitsförderung, Wien

Psychologische Aspekte in der Ernährung

Impulsreferate:

Univ.-Prof. Dr. Elisabeth Ardelt-Gattinger
Institut für Psychologie der Universität Salzburg

OA Dr. Ulrich Cuntz
Klinik Roseneck, im Verbund mit der Medizinischen Fakultät der Ludwig-
Maximilian-Universität München, Prien am Chiemsee

Moderation: **Univ.-Prof. Dr. Beate Wimmer-Puchinger**
Frauengesundheitsbeauftragte der Stadt Wien, Mitglied des Fachbeirates
des Fonds Gesundes Österreich

Gesundheitsförderung durch Sport

Impulsreferate:

Mag. Günter Schagerl
ASKÖ Bundesorganisation, Abteilung für Fitness und Gesundheitsförde-
rung, Mitglied des Fachbeirates des Fonds Gesundes Österreich

Prim. Univ.-Doz. DDr. Anton Wicker
Landesklinik für physikalische Medizin und Rehabilitation, Salzburg

Moderation: **MR Dr. Hadwig Blum**, BM für öffentliche Leistung und Sport

Gesundheitsförderung durch Bewegung im Alltag

Impulsreferate:

Univ.-Prof. Dr. Günther Mitterbauer
Institut für Sportwissenschaft der Universität Innsbruck

Mag. Manfred Pils
Naturfreunde International

Moderation: **Dr. Hannes Schmid**
MA 15, Dezernat für Gesundheitsplanung der Stadt Wien, Mitglied des
Fachbeirates des Fonds Gesundes Österreich

Gesundheitsförderung durch Ernährung und Bewegung im sozioökonomischen Zusammenhang

Impulsreferate:

Univ.-Prof. Dr. R. Horst Noack
Institut für Sozialmedizin und Epidemiologie der Karl Franzens Universität
Graz, Mitglied des Fachbeirates des Fonds Gesundes Österreich

Dr. Karl Müller
IHS, Institut für Höhere Studien, Wien

Moderation: **Mag. Charlotte Strümpel**
Europäisches Zentrum für Wohlfahrtspolitik und Sozialforschung, Wien,

14:30 - 14:45 Pause

14:45 - 15:45 Workshops Teil 2

15:45 - 16:00 Pause

16:00 - 17:00 Plenum: Zusammenfassung der ModeratorInnen, Diskussion

19:00 Abendprogramm - „Alte Ambulanz“, Campus im Alten AKH

PROGRAMM 2. TAG

10:00 - 10:15 Begrüßung

10:15 - 10:45 **Die Ernährungssituation in Österreich**
Univ.-Prof. Dr. Ibrahim Elmadfa
Institut für Ernährungswissenschaften der Universität Wien

10:45 - 11:00 **Diskussion**

11:00 - 11:15 Pause

11:15 - 11:45 **Sport- und Bewegungsverhalten in Österreich**
Univ.-Prof. Dr. Otmar Weiß
Institut für Sportwissenschaft der Universität Wien

11:45 - 12:00 **Diskussion**

12:00 - 13:00 Mittagspause

13:00 - 14:00 **Workshops Teil 1**

Gesundheitsförderung und Prävention durch Ernährung und Bewegung bei ausgewählten Zielgruppen:

Kinder und Jugendliche in der Schule

Impulsreferate:
Dipl. chem. Christina Müller
Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Sektion Sachsen

MR Dr. Sepp Redl
BM für Bildung, Wissenschaft und Kultur, Abteilung für Leibeserziehung und Sportlehrwesen, Wien

Moderation: Mag. Andrea Lehner
Give - Servicestelle für Gesundheitsbildung, Wien

Kinder und Jugendliche in der Freizeit

Impulsreferate:
Dr. Ingrid Kiefer
Institut für Sozialmedizin, Wien

Luis Töchterle
Österreichische Alpenvereinsjugend, Innsbruck
Moderation: Mag. Ingrid Kromer
Österreichisches Institut für Jugendforschung, Wien

Menschen am Arbeitsplatz

Impulsreferate:
Elfriede Kiesewetter
OÖGKK, Abteilung für Gesundheitsförderung, Linz

Karin Bauer
VOEST-Alpine Stahl AG, Linz

Dr. Paul Scheibenpflug
Wellcon, Gesellschaft für Prävention und Arbeitsmedizin, Wien
Moderation: Dr. Kurt Leodolter, AUVA Graz

Chronisch kranke Menschen

Impulsreferate:
Dr. Volkmar Wirth, Ganzheitsmedizinisches Zentrum, Igls
Karl Landa, Arbeitsgemeinschaft für Sportphysiotherapie
des Bundesverbandes der diplomierten Physiotherapeuten Österreichs

Moderation: Mag. Andrea Lins, Fonds Gesundes Österreich

Ältere Menschen

Impulsreferate:
Univ.-Prof. Dr. Ibrahim Elmadfa
Institut für Ernährungswissenschaften der Universität Wien

Univ.-Prof. Dr. Paul Haber
Universitätsklinik für Innere Medizin IV, Abteilung für Sport- und Leistungsmedizin, AKH Wien

Moderation: Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Enenkel
Radiodoktor, LBI für Herzinfarktforschung, Mitglied des Fachbeirates des Fonds Gesundes Österreich

14:00 - 14:15 Pause

14:15 - 15:15 **Workshops Teil 2**

15:15 - 15:30 Pause

15:30 - 16:30 **Plenum: Zusammenfassung der ModeratorInnen, Diskussion**

ReferentInnen

Ardelt - Gattinger, Univ.-Prof. Dr. Elisabeth
Institut für Psychologie der Universität Salzburg

Bauer, Karin VOEST Alpine Stahl Linz GmbH

Cuntz, OA Dr. Ulrich
Klinik Roseneck, Prien am Chiemsee

Elmadfa, Univ.-Prof. Dr. Ibrahim
Institut für Ernährungswissenschaften der Universität Wien

Haber, Univ.-Prof. Dr. Paul
Abteilung für Sport- und Leistungsmedizin, Universitätsklinik für Innere Medizin IV, Wien

Hollmann, Univ.-Prof. DDr. Wildor
Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin, Deutsche Sporthochschule Köln

Kiefer, Mag. Dr. Ingrid
Institut für Sozialmedizin der Universität Wien

Kiesewetter, Elfriede
OÖ GKK, Abteilung für Gesundheitsförderung, Linz

Landa, Karl
Arbeitsgemeinschaft für Sportphysiotherapie des Bundesverbandes der diplomierten Physiotherapeuten Österreichs, Steyr

Ludvik, Univ.-Prof. Dr. Bernhard
Abteilung für Endokrinologie und Stoffwechsel, Universitätsklinik für innere Medizin III, AKH Wien

Mitterbauer, Univ.-Prof. Dr. Günther
Institut für Sportwissenschaften der Universität Innsbruck

Müller, Christina, Dipl.chem.
Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Sektion Sachsen, Dresden

Müller, Dr. Karl
IHS Institut für Höhere Studien, Abteilung für Politikwissenschaft und Soziologie, Wien

Noack, Univ.-Prof. Dr. R. Horst
Institut für Sozialmedizin und Epidemiologie der Karl Franzens Universität Graz, Mitglied des Fachbeirates des Fonds Gesundes Österreich

Pils, Mag. Manfred
Naturfreunde International, Wien

Redl, MR Dr. Sepp
BM für Bildung, Wissenschaft und Kultur, Abteilung für Leibeserziehung und Sportlehrwesen, Wien

Rützler, Mag. Hanni
Culinar, Institut für Ernährungskultur und Lebensmittelwirtschaft, Wien

Schagerl, Mag. Günter
ASKÖ Bundessportorganisation, Abteilung für Fitness und Gesundheitsförderung, Wien, Mitglied des Fachbeirates des Fonds Gesundes Österreich

Scheibenpflug, Dr. Paul
Wellcon, Gesellschaft für Prävention und Arbeitsmedizin, Wien

Töchterle, Luis
Österreichische Alpenvereinsjugend, Innsbruck

Weiß, Univ.-Prof. Dr. Otmar
Institut für Sportwissenschaft der Universität Wien

Wicker, Prim. Univ.-Doz. DDr. Anton
Landesklinik für physikalische Medizin und Rehabilitation, Teamarzt beim österreichischen Schiverband, Dozent am Institut für Sportwissenschaft der Universität Salzburg

Wirth, Dr. Volkmar
Ganzheitsmedizinisches Zentrum Igls

Zunft, Univ.-Prof. Dr. Hans - Joachim F.
Deutsches Institut für Ernährungsforschung, Potsdam - Rehbrücke

ModeratorInnen

Enenkel, Univ.-Prof. Dr. Wolfgang
Radiodoktor, Mitglied des Fachbeirates des Fonds Gesundes Österreich, Primarius der Confraternität, LBI für Herzinfarktforschung, Wien

Blum, MR Dr. Hadwig
BM für Öffentliche Leistung und Sport, Wien

Kromer, Mag. Ingrid
Österreichisches Institut für Jugendforschung, Wien

Schmidl, Dr. Hannes
MA 15, Dezernat für Gesundheitsplanung der Stadt Wien, Mitglied des Fachbeirates des Fonds Gesundes Österreich

Strümpel, Mag. Charlotte
Europäisches Zentrum für Wohlfahrtspolitik und Sozialforschung, Wien

Lehner, Mag. Andrea
GIVE - Servicestelle für Gesundheitsbildung, Wien

Leodolter, Dr. Kurt
AUVA Graz

Lins, Mag. Andrea
Fonds Gesundes Österreich, Wien

Wimmer - Puchinger, Univ.-Prof. Dr. Beate
Frauengesundheitsbeauftragte der Stadt Wien, LBI für Frauengesundheitsforschung, Mitglied des Fachbeirates des Fonds Gesundes Österreich

Xander, Brigitte
ORF Moderatorin, Wien

Zarfl, Dr. Brigitte
BM für soziale Sicherheit und Generationen, Abteilung für Gesundheitsförderung, Wien