

WIENER GESUNDHEITSFÖRDERUNGSKONFERENZ 2022



GESUNDHEIT UND SPORT

INSPIRATIONEN FÜR DIE PRAXIS
DER GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Montag, 19. September 2022

10:00 bis 17:00 Uhr (Einlass ab 09:00 Uhr)

In den Festräumen des Wiener Rathauses und Online

Mehr Informationen unter: www.wig.or.at



WIENER GESUNDHEITSFÖRDERUNG





Die positiven Auswirkungen von regelmäßiger Bewegung auf den Körper sind so vielfältig wie unbestritten: Sport hält das Herz-Kreislauf-System sowie den Geist fit, stärkt das Immunsystem und kann zahlreichen Krankheiten vorbeugen. Ebenso vielfältig sind die Gründe, warum die Umsetzung sportlicher Vorhaben manchmal scheitert: an zu wenig Zeit, dem inneren Schweinehund, der jeweils aktuellen Pandemielage – und vermehrt an einem knappen Haushaltsbudget, das keine Mitgliedschaft in kostenpflichtigen Fitnessclubs oder anderen Angeboten, die etwas kosten, zulässt. Umso mehr freut es mich, dass es in Wien auch dank der Wiener Gesundheitsförderung – WiG und ihren Projektpartner*innen viele Bewegungsangebote gibt – und zwar gratis und für jedes Alter. Dem Thema „Gesundheit und Sport“ widmet sich auch die diesjährige Wiener Gesundheitsförderungskonferenz. In diesem Sinne wünsche ich allen Teilnehmer*innen einen interessanten und sportlichen Tag.

Peter Hacker
Stadtrat für Soziales, Gesundheit und Sport



Im laufenden Jahr legen wir als Wiener Gesundheitsförderung – WiG unser Augenmerk auf den Schwerpunkt „Gesundheit und Sport/Bewegung“. Dies – wie immer – mit dem Ziel, die Menschen zu einem gesunden Lebensstil zu motivieren. Das Motto lautet: Jede Bewegung ist besser als gar keine. Wichtig ist die Freude am Tun und das soziale Erleben. Dabei hat Bewegung im Alltag einen ebenso großen Stellenwert wie das Aktivbleiben oder der Breitensport außerhalb von Organisationen. Sport ist nämlich viel mehr als das, was in Sportvereinen passiert. Und das Beste ist: Tolle Bewegungsangebote müssen nicht immer mit Kosten verbunden sein. Ganz im Zeichen unseres diesjährigen Schwerpunktthemas stehen natürlich auch die Wiener Gesundheitsförderungskonferenz und der Wiener Gesundheitspreis 2022. Freuen wir uns auf hochkarätige Vortragende, die uns neue Ansätze aufzeigen sowie Inspirationen und Perspektiven mit auf den Weg geben werden.

Dennis Beck
Geschäftsführer Wiener Gesundheitsförderung – WiG

GESUNDHEIT UND SPORT

INSPIRATIONEN FÜR DIE PRAXIS DER GESUNDHEITSFÖRDERUNG

„Wenn wir jedem Individuum das richtige Maß an Nahrung und Bewegung zukommen lassen könnten, hätten wir den sichersten Weg zur Gesundheit gefunden.“

(Hippokrates, ca. 460-377 v. Chr.)

Was der große Philosoph Hippokrates bereits vor mehr als 2.000 Jahren so präzise erkannt hat, hat heute nichts an Aktualität und Aussagekraft verloren. Sowohl ausgewogene Ernährung wie auch ein aktiver Lebensstil mit regelmäßiger Bewegung tragen maßgeblich zu unserer Gesundheit bei. Früher war Bewegung eine Überlebensnotwendigkeit und kaum eine Frage individueller Entscheidung. Heute kann jede*r diese Entscheidung ganz individuell treffen und aus einer Vielzahl an Möglichkeiten zur sportlichen Betätigung wählen. Bewegungskultur verändert sich, der Trend geht nun hin zu erholungs- und gesundheitsorientierter Bewegung und vermehrter Ausübung von Alltagsbewegungen. Das Ziel ist, die Menschen von keiner oder wenig Bewegung zu mehr und regelmäßiger Bewegung zu motivieren – ein entscheidender Beitrag für die Gesundheit, unabhängig von Alter, Geschlecht, ethnischer Zugehörigkeit und Körper-, Sinnes- oder Mentalbehinderungen.

Der Beginn der Pandemie hat bei so manchen Wienerinnen und Wienern jegliche sportliche Aktivität eingebremst. Für andere wiederum war genau das der Anlass, mit einfallsreichen und kreativen Wegen in das Thema Bewegung einzusteigen – und damit gleich-

zeitig einen Ausgleich für jene Aktivitäten zu finden, die uns beispielsweise durch das „Social Distancing“ nicht mehr möglich waren. Für viele Menschen wurde der klassische Spaziergang eine probate Möglichkeit, in Bewegung zu bleiben. Unter dem Schlagwort „Aktive Mobilität“ bekommen das Gehen oder das Radfahren nicht nur aus der Sicht der Gesundheitsförderung eine immer stärkere Bedeutung, sondern spielen auch bei der notwendigen Reduktion des Individualverkehrs im Zusammenhang mit dem Klimaschutz eine wichtige Rolle.

Bei der Wiener Gesundheitsförderungskonferenz 2022 werden die renommierten internationalen Vortragenden mit ihren Referaten einen spannenden Einblick in aktuelle Trends in Sachen Sport bzw. Bewegung und Gesundheit geben und die positiven Auswirkungen auf jede*n einzelne*n – egal, ob jung oder alt – sowie auf die Gesellschaft in ihrer Gesamtheit aufzeigen. Dies gilt ebenso für die Projekte, die wir – ob zum Jahreschwerpunkt oder in den anderen beiden Kategorien – mit dem Wiener Gesundheitspreis 2022 auszeichnen.

Sie sind herzlich eingeladen, sich Anregungen für Ihre eigene Arbeit in der Gesundheitsförderung zu holen und diese damit zu bereichern. Entdecken Sie neue Perspektiven und nützen Sie die Gelegenheit, sich mit anderen Expert*innen auszutauschen.

PROGRAMM

- ab 09:00 Uhr **Registrierung und „Come together“**
- 10:00 Uhr **Begrüßung und Eröffnung**
- Dennis Beck, Geschäftsführer Wiener Gesundheitsförderung – WiG
 - Peter Hacker, Stadtrat für Soziales, Gesundheit und Sport
- 10:20 Uhr **Von Kindern und Kosmonauten: Bewegung im Wandel der Zeit**
Prof. Dr. Dr. Stefan Schneider, Leiter des Zentrums für integrative Physiologie, Deutsche Sporthochschule Köln
- 11:00 Uhr **Diskussion**
- 11:15 Uhr **Kaffeepause**
- 11:45 Uhr **Urbane Sporträume und neue Bewegungspraktiken**
Prof. Dr. Franz Bockrath, Professor am Fachbereich Humanwissenschaften, Technische Universität Darmstadt
- 12:25 Uhr **Diskussion**
- 12:40 Uhr **Mittagspause**
- 14:00 Uhr **Sport im Spiegel des Megatrends Gesundheit**
Corinna Mühlhausen, Trend- und Zukunftsforscherin, Zukunftsinstitut Frankfurt
- 14:40 Uhr **Diskussion**
- 15:00 Uhr **Kaffeepause**
- 15:30 Uhr **Wiener Gesundheitspreis 2022: Aus der Praxis auf die Bühne.**
Präsentation der ausgezeichneten Projekte und Preisverleihung durch Gemeinderätin Mag.^a Andrea Mautz-Leopold und Dennis Beck, Geschäftsführer Wiener Gesundheitsförderung - WiG
- 17:00 Uhr **Verabschiedung**



Die Inhalte werden simultan in Gebärdensprache übersetzt.
Zusätzlich steht eine induktive Höranlage zur Verfügung.

Moderation: Miriam Hie



© Rosa Knecht

DIE REFERENT*INNEN

Prof. Dr. Dr. Stefan Schneider

Von Kindern und Kosmonauten: Bewegung im Wandel der Zeit

Millionen von Menschen treiben regelmäßig Sport. Meist aus gesundheitlichen Gründen. Doch Sport und Bewegung fördern nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern auch die mentale Gesundheit. Sport und Bewegung steigern die Konzentrations- und Aufmerksamkeitsfähigkeit, sind Grundlage für den schulischen, akademischen und beruflichen Erfolg. Sport und Bewegung steigern die Lebenszufriedenheit und erhöhen die Resilienz. Und: regelmäßige körperliche Aktivität reduziert das Risiko, im Alter an einer Demenz zu erkranken. Der Vortrag spannt den großen Bogen: Vom Marathonlauf im Alten Testament bis zum Fitnessprogramm der europäischen Astronauten an Bord der Internationalen Weltraumstation ISS. Prof. Schneider liefert Edutainment auf höchstem Niveau.

Prof. Dr. Franz Bockrath

Urbane Sporträume und neue Bewegungspraktiken

Städte stehen für Bewegung, Veränderung, Beschleunigung. Dies gilt besonders, nachdem die moderne Verkehrsplanung etwa ab der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts darüber entscheidet, was an welcher Stelle der Stadt seinen Platz hat. Das heutige Bild der Stadt wird seither von möglichst verkehrsgerechten Anordnungen städtischer Räume bestimmt. Während im 19. Jahrhundert noch die Installation funktionstüchtiger Versorgungsleitungen und Verkehrssysteme über Prosperität, Licht und Leben auf der einen Seite oder Stagnation, Düsternis und Tod auf der anderen entschied, werden die Entwicklungspotenziale einer Stadt heute vor allem durch die „Kinetik des Stadtbildes“ bestimmt. Welche gesundheitlichen Folgen hat dies für die vergleichsweise trägen menschlichen Körper? Um diese Frage beantworten zu können, werden aktuelle Entwicklungen urbaner Sporträume und Bewegungspraktiken analysiert und aufgezeigt.

Corinna Mühlhausen

Sport im Spiegel des Megatrends Gesundheit

Mit der Pandemie hat sich die Bedeutung von Gesundheit noch einmal entscheidend geändert: War Gesundheit bislang vor allem ein Synonym für das persönliche Wohlbefinden, sind jetzt die Abwesenheit von Krankheit, aber auch Themen wie Fitness und Arbeitsfähigkeit in den Vordergrund gerückt. Eng damit verbunden ist eine Neubewertung von Sport und Bewegung als Elemente einer individuellen Gesundheitsvor- und -fürsorge. Aber was ist es wirklich, was die Menschen zum Sport und zur Bewegung motiviert? Vorgestellt werden die zwölf Megatrends mit einem Fokus auf jene, die eine besonders hohe Relevanz für das Thema Sport aufweisen und der Zukunft von Sport und Bewegung als Teil der gesundheitlichen Prävention in Zukunft neue Impulse geben können.

© Deutsche Sporthochschule Köln



Nach erfolgreicher Promotion in den Fächern Sportwissenschaft und Theologie und seiner Habilitation an der Deutschen Sporthochschule Köln (DSHS) leitet Schneider heute das Zentrum für integrative Physiologie im Weltraum an der DSHS.

© Privat



Franz Bockrath hat Philosophie, Politikwissenschaft und Sportwissenschaft studiert. Seit 2004 ist er Professor am Fachbereich Humanwissenschaften der Technischen Universität Darmstadt. In seinen Forschungen und Publikationen beschäftigt er sich schwerpunktmäßig mit den kulturwissenschaftlichen und philosophischen Fragestellungen des Sports.

© studiokAMENAR



Corinna Mühlhausen ist freie Autorin und Gastprofessorin an der Technischen Hochschule in Lübeck. Als Journalistin und Trendforscherin ist ihr Grundthema der Healthstyle, also die Frage, was Menschen dazu bewegt, sich eigenverantwortlich um Gesundheit und Wohlbefinden zu kümmern und welche Werte, Megatrends und Hypes die Entwicklung der Gesundheitsbranche antreiben.

ECKDATEN ZUR WIENER GESUNDHEITSFÖRDERUNGSKONFERENZ 2022



Montag, 19. September 2022

10:00 bis 17:00 Uhr (Einlass ab 09:00 Uhr)

Wiener Rathaus, 1010 Wien und online via Zoom

Teilnahmegebühr

vor Ort:

30 Euro

Online-Teilnahme:

kostenlos

Online Anmeldung:

www.wig.or.at

Anmeldeschluss:

8. September 2022

Veranstalterin:

Wiener Gesundheitsförderung – WiG

Inhaltliche Konzeption:

Franziska Renner und

Christoph Wall-Strasser, MA

Konferenzorganisation:

Wiener Gesundheitsförderung – WiG

Mag.^a Petra Hafner und Sandra Steiner
& stadt wien marketing gmbh

Wir sind optimistisch, dass die Veranstaltung wie geplant im Wiener Rathaus stattfinden kann. Ausschlaggebend wird allerdings die Entwicklung der COVID-19-Situation in den nächsten Wochen sein. Wir bitten daher um Verständnis, dass die Konferenz vor Ort nur unter Einhaltung der dann gültigen Verordnungen des Gesundheitsministeriums sowie der Stadt Wien möglich ist.

Daher erhalten Sie erst nach der Konferenz eine Rechnung über die Konferenzgebühr von 30 Euro an die von Ihnen angegebene Rechnungsadresse. Bitte tragen Sie dafür Sorge, dass der Betrag dann zeitnah überwiesen wird.

Sollte Ihre Teilnahme vor Ort unter den dann geltenden Rahmenbedingungen nicht möglich sein, stellen wir die Konferenzgebühr von 30 Euro nicht in Rechnung und Sie können – automatisch – kostenlos online teilnehmen.

*Für die Buchung von Hotel und Transfer dürfen wir Sie auf die
Buchungsplattform von Austropa Interconvention verweisen:
<https://www.austropa-interconvention.at/buchen>*

Impressum: Medieninhaberin und Herausgeberin: Wiener Gesundheitsförderung
gemeinnützige GmbH – WiG, Treustraße 35–43, Stiege 6, 1200 Wien.
Tel.: 01 4000-76905, E-Mail: office@wig.or.at, Web: wig.or.at. Satz & Grafik:
stadt wien marketing gmbh. Druck: FBDS Schüller GmbH. Stand: Juli 2022