

Pressekonferenz - Unterlagen

Start der OÖVP Frauen - Gesundheitskampagne



Freitag, 22. September 2017, 10.00 Uhr

OÖ. Presseclub, Ursulinenhof, Saal C, Landstraße 31, 4020 Linz

Ihre GesprächspartnerInnen:

- **Mag. Doris Schulz, Landesleiterin OÖVP Frauen**
 - **Jutta Diesenreither, Diätologin**
- **Mag. Claudia Schallauer, Bewegungstrainerin**
- **Mag. Norbert Krennmair, Psychotherapeut und Gesundheitscoach**

Rückfragehinweis

OÖVP Frauen - Landesleitung
Obere Donaulände 7, 4010 Linz
Tel: 0732/7620-750
sabine.schardtmueller@oövp.at

Gesundheit ist unser wichtigstes Gut, zu deren Erhaltung wir viel beitragen können. Frauen sind oft die Gesundheitsmanagerinnen ihrer Familie und achten auf Ernährung, Bewegung und innere Balance, um sich und ihre Lieben gesund zu erhalten.

Gesundheitsbewusstsein steigt

Das Gesundheitsbewusstsein steigt, die Menschen werden älter; sie wollen möglichst lange aktiv und fit bleiben und eine hohe Lebensqualität genießen. Dafür sind sie durchaus bereit Geld in die Hand zu nehmen. Healthtracker, digitale Schrittzähler, Fitness- und Bewegungs-Apps, Rezept- und Ernährungsplattformen im Internet unterstützen viele bei ihren Gesundheitsaktivitäten.

Die Studie „The Rise of Wellcare“ der Strategieberatung PwC Strategy hat erhoben: 92% Gesundheit und Fitness ist für ihr persönliches Wohlbefinden im Alltag wichtig. Knapp die Hälfte treibt mindestens ein- bis zweimal pro Woche Sport. 59% achten bewusst auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung.

Kampagne „Lebe Gesund!“

Das Geheimnis liegt nicht in radikalen Veränderungen, sondern täglichen kleinen Schritten – daher haben wir diese Kampagne entwickelt. Informationen, Aktivitäten und Gespräche sollen den Menschen helfen, ihren individuellen Weg zur Gesundheit zu finden und achtsam Wohlbefinden zu erlangen. Die Kampagne wurde ausgearbeitet von einer Gruppe der OÖVP Frauen – Strategie, Broschüre, Buch, Veranstaltungsformate für Bezirks- und Ortsgruppen.

Konkrete Informationen und Angebote von „Gesund leben!“ richten sich an:

Frauen mit Kindern

Berufstätige Frauen

Frauen in den Wechseljahren

Expertinnen und Experten beraten und geben Anstöße, der passende Lebensstil kann von jeder Frau individuell gestaltet werden, basierend auf den drei Säulen der Gesundheit: **Bewegung, Ernährung und Balance** – mit mehr Wissen können wir ein vitales und aktives Leben führen und gestalten.

Ernährung: Jutta Diesenreither ist Diätologin. Ein Job, der einiges an Einfühlungsvermögen benötigt. Sie ist Expertin in den Bereichen Alternernährung, Baby- und Kleinkindernährung, bei Übergewicht und beeinträchtigter Personen.



Neben ihrer freien Praxis in Alkoven leistet sie Beratungen in Institutionen zur Landes-Gesundheitsvorsorge und anderen Organisationen, unterrichtet an berufsbildenden höheren Schulen und wirkt bei verschiedenen Ernährungsprojekten mit. Ihre Vorträge sind gut besucht und schon seit langem kein Geheimitipp mehr.

Bewegung: Mag. Claudia Schallauer ist Bewegungstrainerin aus Leidenschaft.



Denn die körperliche Fitness ist die Basis für eine höhere Lebensqualität. Sie ist diplomierte Wirbelsäulen- und Pilates-Trainerin, Instruktorin Haltungsprävention, Fit Senioren und staatlich geprüfte Wander-Instruktorin.

In ihrem Welser Studio „Fit.im.Hof“ unterstützt sie Menschen dabei, ihre Bewegungsziele zu erreichen. Ob als Motivatorin und Coach für die, die erst mit Sport beginnen oder eine längere Pause hatten bis hin zu Hobbysportlerinnen und -sportler, die Ihren Körper bei Ihrer Sportart unterstützen wollen. Aber auch alle, die Ihren Alltag einfach aktiv und beschwerdefrei genießen wollen.

Balance: Mag. Norbert Krennmair ist Psychologe. Er ist selbstständig tätig als



Wirtschafts- und Arbeitspsychologe und Psychotherapeut. Als Gesundheitscoach mit Schwerpunkt Burn-out, ist er auch Experte für Stresserkrankungen. Seine umfassende Erfahrung kommt den Menschen auch im Bereich der Supervision zugute. Seine Forschungsinteressen sind Humor, Positive Psychologie, Sufismus, Körpertherapie, aktive Stressbewältigung.

Als Uni-Lektor und Seminarleiter in Unternehmen gibt er sein Wissen auch an andere weiter. Norbert Krennmair ist mehrfacher Sachbuchautor und Herausgeber. Er ist Gründer und Geschäftsführer von Beratungsstellen wie z.B. „change2“, „SBZ – self it®“ – StressBeratungsZentrum.

„Frauen Geh-Sprache“

Für einen vitalen Start der Gesundheitskampagne laden die OÖVP Frauen zu den **„Frauen-Geh-Sprachen“ am Samstag, 30. September 2017 um 10 Uhr an den Schwarzensee** zu einer Wanderung mit Angeboten rund um die Themenbereiche: Ernährung, Bewegung, Balance.

Politische Forderungen

Wir fordern ein fittes Gesundheitssystem:

- Bessere Prävention im Gesundheitssystem und stärkere Anreize im Vorsorgebereich = finanzieller Bonus für Vorsorgeuntersuchungen.
- Klar definierte Limits bei Wartezeiten auf wichtige Operationen und Untersuchungen.
- Stärkere Berücksichtigung der Gendermedizin bereits in der Ausbildung und bei der Medikation.
- Unterstützung und zusätzliche Mittel im Aufbau im niedergelassenen Bereich bei Suchtprävention.
- Zusammenlegung und Reduktion der Anzahl der Sozialversicherungsträger.
- Leistungsharmonisierung, um ein gleiches Niveau der Gesundheitsversorgung für alle in ganz Österreich.

oövp / Frauen



**LEBE
GESUND!**

DIE OÖVP
FRAUEN

***FIT UND
GESUND
MACHT
GLÜCKLICH!***