



Hauptverband der
österreichischen
Sozialversicherungsträger

 Bundesministerium
Öffentlicher Dienst und Sport



| **AKTUELL**

„Bewegt im Park“ begeistert Menschen jeden Alters und wird Fixpunkt für einen bewegten Sommer

Ihre Gesprächspartner sind:

Heinz Christian Strache
Sportminister und Vizekanzler

Dr. Alexander Biach

Vorsitzender des Verbandsvorstandes im Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger

Rudolf Hundstorfer

Präsident der Österreichischen Bundes-Sportorganisation

Prof. Dr. Siegfried Meryn

Internist und Vorsitzender des ORF Gesundheitsbeirates

Trainerinnen und Trainer der Sportvereine

Montag, 10. September 2018, 10 Uhr

Haus des Sport
Spiegelsaal
Prinz Eugen Straße 12,
1040 Wien



Bewegt im Park“ wird zum Fixpunkt für einen bewegten Sommer

Bevor „Bewegt im Park“ 2019 in den Regelbetrieb übergeht, ziehen die Initiatoren Sozialversicherung, Sportministerium und die österreichischen Breitensportverbände nach drei Jahren Pilotbetrieb ein erfolgreiches Resümee – und geben einen Ausblick.

„Bewegt im Park“ ist ein voller Erfolg! Vom Baggersee in Innsbruck über den Glanspitz in Salzburg bis zum Stadtpark in Villach - aus allen Bundesländern wird gemeldet: Die Sommerkurse werden von der Bevölkerung begeistert angenommen. Mehr als 45.000 Bewegungsneugierige haben sich allein seit Juni 2018 bis heute motivieren lassen, an einem von über 454 kostenlos angebotenen Bewegungskursen unter freiem Himmel teilzunehmen. Doppelt so viele wie im vergangenen Jahr!

TeilnehmerInnenzahlen haben sich verdoppelt

Im ersten Projektjahr (2016) wurden mit 121 Bewegungsangeboten rund 14.000 TeilnehmerInnen erreicht. 2017 waren es mit 200 Kursen mehr als 26.300 TeilnehmerInnen. 2018 ist es gelungen, die Zahlen zu verdoppeln. Mit 454 Kursen konnten bisher rund 45.000 Menschen erreicht werden. Dabei ist das Projekt noch nicht mal zu Ende.

Von Anfang Juni bis Ende September 2018 werden im Rahmen von „Bewegt im Park“ insgesamt 6.789 Bewegungsstunden in ganz Österreich umgesetzt. Dafür sind österreichweit insgesamt 337 TrainerInnen von ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION im Einsatz, um 231 Parks in ganz Österreich zu bespielen.

Von Jung bis Alt: Für jede Zielgruppe ist etwas dabei

Die TeilnehmerInnen sind zwar überwiegend weiblich (70% Frauen und 30% Männer), die Altersgruppen jedoch bunt gemischt. In Hinblick auf die Altersverteilung zeigt sich, dass das vielfältige Angebot an Bewegungseinheiten für alle Altersgruppen etwas bietet. Im Vergleich zu den beiden Vorjahren konnte im Jahr 2018 sogar eine deutliche Steigerung bei den über 60-Jährigen (2016: 8%, 2017: 9%, 2018: 20%) erreicht werden.

Bewegt im Park: Überblick über die Pilotphase							
	Anteil männliche Teilnehmer	Anteil weibliche Teilnehmer	Anteil Teilnehmer bis 15 Jahre	Anteil Teilnehmer von 16 – 25 Jahren	Anteil Teilnehmer von 26 – 40 Jahren	Anteil Teilnehmer von 41 – 60 Jahren	Anteil Teilnehmer > 60 Jahre
2016	36%	64%	16%	25%	33%	18%	8%
2017	30%	70%	19%	20%	31%	21%	9%
2018	23%	77%	13%	14%	28%	25%	20%

Nachhaltige Kooperationsstrukturen zwischen Sozialversicherung und dem organisierten Sport
Das vielfältige Bewegungsangebot von „Bewegt im Park“ soll zukünftig regelmäßig in Kooperation mit dem organisierten Sport in den Bundesländern angeboten und somit ein Fixpunkt für einen bewegten Sommer werden.

„Bewegt im Park ist ein wegweisendes Gesundheitssport-Projekt“, betont Sportminister und Vizekanzler Heinz Christian Strache. „Der Sport hat mit seinen Vereinen und Verbänden aufgezeigt, dass wir mit attraktiven Angeboten, die einfach und unkompliziert ausprobiert werden können, 45.000 Kinder, Jugendliche und Erwachsene bewegen. Während der Pilot-Zeit hat der Sport diesem Projekt seine Erfahrungen und seine Expertise zur Verfügung gestellt. Nach jeder Saison wurden die Ergebnisse analysiert und die Angebote weiterentwickelt. Wir waren sehr gerne Partner dieser Anfangsphase und haben dieses Pilotprojekt ohne zu zögern mitfinanziert“, so Strache weiter. „Bewegt im Park sehe ich als eines unserer Referenzprojekte, um das Potential des Sports als Dienstleister der Gesundheit aufzuzeigen. Das Sportministerium übergibt dieses Erfolgsprodukt nun der Landesebene, die es mit den Gebietskrankenkassen und den Landessportverbänden weiterführen wird.“

Bewegungsmangel als Herausforderung der Gegenwart

Viele Menschen leiden heutzutage an Rückenschmerzen, Bluthochdruck oder Übergewicht. Dagegen gibt es ein einfaches Rezept: Bewegung. „Da Bewegungsmangel eine der großen gesellschaftlichen Herausforderungen unserer Gegenwart darstellt, ist es besonders wichtig, Menschen für mehr Bewegung zu motivieren. Mit dem Projekt „Bewegt im Park“ ist es uns in einer einzigartigen Kooperation gelungen, einen unkomplizierten und kostenfreien Zugang zu mehr Bewegung zu ermöglichen, der noch dazu Spaß macht“, zeigt sich Alexander Biach, Vorsitzender des Verbandsvorstandes im Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger, erfreut. „Unser Ziel ist es, auf diesen Erfahrungen aufzubauen, die bewährten Maßnahmen in den Regelbetrieb zu übernehmen und gemeinsam mit unseren Kooperationspartnern weitere Schritte in Richtung mehr Bewegung und damit auch mehr Gesundheit zu gehen.“

#BeActive auch nach „Bewegt im Park“

#BeActive ist der Slogan, unter dem sich eine europaweite Bewegung für mehr Bewegung vereint. Auch Österreich ist Teil davon. „Mit Initiativen wie „Bewegt im Park“ versuchen wir, möglichst viele Menschen für Sport und Bewegung zu begeistern“, so Rudolf Hundstorfer, Präsident der Österreichischen Bundes-Sportorganisation. „Wer durch die vielfältigen Bewegungsangebote Lust auf mehr bekommen hat, kann sich am Tag des Sports, am 22. September, in Wien informieren und bei einem der 15.000 Sportvereine in Österreich zu weiteren Kursen anmelden. Während der Europäischen Woche des Sports, vom 23. bis 30. September, können rund 2.000 #BeActive Schnupperangebote bei ASKÖ-, ASVÖ- und SPORTUNION-Vereinen ausprobiert werden. Damit gehen diese zahlreichen Initiativen nahtlos ineinander über“, so Hundstorfer weiter. „Bewegung ist die beste Vorsorge, fit und gesund zu bleiben. Wir wollen daher die Kooperation mit dem Gesundheitssektor weiter ausbauen.“ (www.beactive-austria.at)



Hauptverband der
österreichischen
Sozialversicherungsträger

 Bundesministerium
Öffentlicher Dienst und Sport



| **AKTUELL**

„Leben braucht Bewegung, still steht nur der Tod!“

„Fünf Millionen Menschen sterben weltweit an den Folgen von Bewegungsmangel. Regelmäßige körperliche Bewegung und eine gute körperliche Fitness verlängern die durchschnittliche Lebenserwartung, aber noch wichtiger: die Jahre in Gesundheit“, betont Univ. Prof. Dr. Siegfried Meryn, Facharzt für Innere Medizin und Vorsitzender des ORF Gesundheitsbeirates. Er stellt sich in den Dienst der guten Sache, denn „Bewegt im Park ermöglicht ein gesundes und längeres Leben. Es ist nie zu spät, damit anzufangen! Außerdem hat regelmäßige körperliche Aktivität positive Wirkungen auf Prävention sowie den Blutdruck, die Zuckerkrankheit, Depressionen und sogar in der Krebsprävention und – therapie.“, kommentiert Meryn die kostenlosen Bewegungsangebote aus dem Blickwinkel eines Mediziners.

Bewegt im Park auf Facebook

Das enorme Interesse an „Bewegt im Park“ lässt sich auch anhand einer parallel laufenden Facebook-Kampagne gut ablesen: Die Reichweite von 88.000 Personen wurde bereits im August überschritten. Wer sich von der Begeisterung mitreißen lassen will, schaut sich unter #beactive die Schnappschüsse der Teilnehmer an.

„Bewegt im Park“ dauert noch bis Mitte September. Von Montag bis Freitag kann man – teilweise mit Beginn um 6.30 Uhr und Ende um 20 Uhr – unter Anleitung professioneller TrainerInnen noch an Einheiten wie Yoga, Tanzen, Fußball, Taiji und vielen mehr teilnehmen. Vorkenntnisse oder Anmeldung sind nicht notwendig. Einfach kommen und mitmachen!

Alle Bundesländerprogramme sind auf www.bewegt-im-park.at abrufbar.

