

BEWEGUNGSLAND STEIERMARK

ASVÖ

✉ asvoe@bewegungslandsteiermark.at

SPORTUNION

✉ sportunion@bewegungslandsteiermark.at

ASKÖ

✉ askoe@bewegungslandsteiermark.at
🌐 www.bewegungslandsteiermark.at

FRAUENGESUNDHEITZENTRUM

Kostenlose Beratungen, Workshops zum Thema Selbstbewusstsein, Liebe, Sex, Fortbildungen

✉ frauen.gesundheit@fgz.co.at
🌐 www.frauengesundheitszentrum.eu

AIDS-HILFE STEIERMARK

Workshops zum Thema HIV/Aids und sexuell übertragbaren Krankheiten

✉ steirische@aids-hilfe.at
🌐 www.aids-hilfe.at

GFSG - GESELLSCHAFT ZUR FÖRDERUNG SEELISCHER GESUNDHEIT

Psychosoziale Beratungsstelle

✉ office@gfsg.at
🌐 www.gfsg.at

ANGEBOTE IN DER STEIERMARK

VIVID - FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

Beratung, Informationen, Weiterbildungen, Workshops

✉ info@vivid.at
🌐 www.vivid.at

STYRIA VITALIS

Workshops, Internetplattform feel-ok.at

✉ gesundheit@styriavitalis.at
🌐 www.styriavitalis.at

MAFALDA - FACHSTELLE FÜR MÄDCHENARBEIT

Beratung, Workshops, arbeitsmarktspezifische Angebote, Bildungsarbeit

✉ office@mafalda.at
🌐 www.mafalda.at

VEREIN ACHTERBAHN - PLATTFORM FÜR MENSCHEN MIT PSYCHISCHER BEEINTRÄCHTIGUNG

✉ office@achterbahn.st
🌐 www.achterbahn.st

VEREIN FÜR MÄNNER- UND GESCHLECHTERTHEMEN STEIERMARK

Beratung, Psychotherapie, Gruppenarbeit für Männer

✉ beratung@maennerberatung.at
🌐 www.vmg-steiermark.at

HAZISSA - FACHSTELLE FÜR PRÄVENTION GEGEN SEXUALISIERTE GEWALT

Seminare, Weiterbildungen, Workshops, Beratungsangebote, Informationsveranstaltungen

✉ office@hazissa.at
🌐 www.hazissa.at

DEEN

wierige Emotionen und Stress in der
arbeiten

törungen aufführen

mit gemeinsamen Frühstück

Anschaffung von Spielen und Sportgeräten

g eines Hochbeets oder Kräutergartens

Alm mit gesundem Picknick, Spielen

n und mit den Rezepten ein

rung der Fußmuskulatur

hen veranstalten

der Einrichtung verteilen

ngen in den Alltag einbauen

ebewältigung und Antiaggressionstraining

www.xundunddu.st/projektkatalog



TIPPS

👉 Zeigen Sie eine Vielfalt an gesundheitsfördernden Möglichkeiten auf!

👉 Auf das richtige Belastungsausmaß achten und langsam beginnen!

👉 „Du sollst“ durch ein „Du darfst“ ersetzen!

👉 Fungieren Sie selbst als Vorbild!

👉 Binden Sie die Zielgruppe von Anfang an mit ein!

👉 Zeigen Sie Alternativen zu gesundheitsschädigendem Verhalten auf!

👉 Formulieren Sie eindeutig, was Sie mit Ihrem Projekt bis wann und mit wem erreicht haben möchten!

👉 Sprechen Sie alle Aspekte von Gesundheit an (Bewegung, Ernährung und psychische Gesundheit)!

👉 Bieten Sie die Möglichkeiten, Dinge auszuprobieren und praktische Erfahrungen zu machen!