

# AUSFÜHRLICHE FASSUNG



## XUND und DU wirkt!

Mit dem Projekt „XUND und DU“ finden seit dem vergangenen Jahr in der gesamten Steiermark **Jugendgesundheitskonferenzen** statt. Ziel dabei ist es, die Gesundheitskompetenz und Chancengerechtigkeit bei steirischen Jugendlichen zu fördern. Für Gesundheitslandesrat Christopher Drexler ist dies ein wesentliches Anliegen, denn *„je früher junge Menschen erkennen und lernen, dass richtige Ernährung, Bewegung und geistige Betätigung das Gesundheitsbewusstsein erhöhen und sich nachhaltig bis ins Erwachsenenalter auswirken, desto einfacher können damit langfristig betrachtet sogenannte Wohlstandskrankheiten vermindert werden.“*

In der ersten Projektphase, in der in der Obersteiermark bereits 63 Initiativen umgesetzt werden konnten, nahmen im vergangenen Jahr an den Projekten im Rahmen von XUND und DU über 2.000 Jugendliche teil. *„Es freut mich besonders, dass sich so viele junge Menschen an diesem Projekt beteiligten“*, so Landesrat Drexler.

*„Über XUND und DU unterstützen wir Jugendeinrichtungen mit maximal 300 Euro für die Umsetzung von gesundheitsfördernden Projekten“*, so Daniela Köck von beteiligung.st. Gemeinsam mit LOGO jugendmanagement haben die zwei projektumsetzenden Organisationen mit XUND und DU das Ziel, *„Jugendliche dahingehend zu fördern, bestmögliche Entscheidungen für die eigene Gesundheit treffen zu können“*, so Köck weiter.

Die Ergebnisse dieser unterstützten Projekte stehen anschließend im Zentrum von Jugendgesundheitskonferenzen. Bei den Events letztes Jahr in Bad Mitterndorf, Judenburg und Mürzzuschlag wurde den knapp 1.000 großteils jugendlichen Besucherinnen und Besuchern altersgerecht nähergebracht, wie vielfältig die eigene Gesundheitskompetenz gesteigert werden kann. Dies ist nämlich nur dann möglich, *„wenn die Jugendlichen über eine ausreichende Informationskompetenz verfügen“*, so Uschi Theißl von LOGO. Daher fungieren die Jugendgesundheitskonferenzen als

Informationsraum für Jugendliche. „Gute Informationen machen gesunde Entscheidungen möglich“, so Theißl.

Um die Gesundheitskompetenz bei Jugendlichen nachhaltig zu steigern, werden über XUND und DU weitere Maßnahmen getroffen, wie die Etablierung von regionalen Netzwerken zum Thema „Jugendgesundheit“ oder die Installierung von Jugendredaktionsteams, die das Projekt medial begleiten und es altersgerecht über ihre bevorzugten Kanäle verbreiten.

„Die Ergebnisse aus der Wirkungsanalyse zeigen, dass unser Projekt einen positiven Effekt auf die Gesundheitskompetenz von jungen Menschen hat“, meint Köck. Dies zeigt der Zwischenbericht vom Institut „queraum. kultur- und sozialforschung“, das das Projekt bereits seit Projektstart wissenschaftlich begleitet. Der Bericht zeigt klar, dass sich durch XUND und DU alle Kernbereiche von Gesundheitskompetenz (Informationen finden, verstehen, beurteilen und anwenden) bei den teilnehmenden Jugendlichen verbesserten. „Wir sind mit XUND und DU auf dem richtigen Weg!“ zeigt sich Köck erfreut. Bis Sommer macht XUND und DU nun noch in der Oststeiermark, der Südoststeiermark und der Südweststeiermark Station. Dabei werden auch wieder die Jugendgesundheitskonferenzen zum regionalen Marktplatz für gesundheitsfördernde Ideen. Diese finden am 3. Juni in Feldbach, am 28. Juni in Weiz und am 5. Juli in Gleinstätten statt.

Ab sofort sind nun last but not least alle Schulen und Einrichtungen der außerschulischen Jugendarbeit der **Region Steirischer Zentralraum** (Bezirke Graz, Graz-Umgebung und Voitsberg) aufgerufen, ihre Ideen für gesundheitsfördernde Projekte einzureichen. Gesundheitslandesrat Christopher Drexler abschließend: „Mit XUND und DU wird ein optimales und spannendes Projekt für Jugendliche initiiert! Ich möchte alle jungen Menschen aus dem Steirischen Zentralraum einladen: Beteiligt euch an den Projekten von XUND und DU!“

## GESUNDHEITSKOMPETENZ HEIßT...

Gesundheitskompetenz ist die Fähigkeit, im täglichen Leben Entscheidungen zu treffen, die sich positiv auf die Gesundheit auswirken. Grundsätzlich steht also das Wissen über die eigene Gesundheit und die Befähigung zum eigenen Handeln im Gesundheitsbereich im Vordergrund.

## RAHMENBEDINGUNGEN

**Finanzierung:** Vorsorgemittel der Bundesgesundheitsagentur

**Projektträger:** Gesundheitsfonds Steiermark

**Projektumsetzung:** beteiligung.st, LOGO jugendmanagement – Die Fachstellen für Beteiligung und Jugendinformation

**Projektlaufzeit:** 1. Jänner 2015 – 31. Dezember 2016

## PROJEKTBAUSTEINE VON XUND UND DU

### **Projektunterstützung für Jugendeinrichtungen**

Innerhalb des Projekts XUND und DU werden in der gesamten Steiermark gesundheitsfördernde Projekte niederschwellig mit bis zu € 300,- unterstützt. Einrichtungen, wie zum Beispiel Vereine, Jugendzentren oder Schulen können somit neue, innovative Projekte zur Förderung der Gesundheitskompetenz von jungen Menschen umsetzen.

Im vergangenen Jahr konnten so mithilfe des Projekts XUND und DU 63 unterschiedliche Angebote umgesetzt werden. Neben den Schwerpunkten Bewegung (z.B. regelmäßiges Lauftraining in Eisenerz, Fitness-Woche in Judenburg, Zumba-Workshop in Bad Mitterndorf) und Ernährung (Kochbuch in Stainach, Smoothie-Workshop in Murau und Leoben) wurden auch Aktivitäten initiiert, die der Förderung der psychischen Gesundheit zuzuordnen sind (z.B. Schaffung eines Rückzugsraums in Fohnsdorf, Teambuilding in Leoben, Mehrgenerationenprojekt in Rottenmann).

In den obersteirischen Regionen beteiligten sich insgesamt etwa 2.000 junge Menschen an den Projekten zur Förderung der persönlichen Gesundheitskompetenz.

### **Jugendgesundheitskonferenzen**

Die Jugendgesundheitskonferenzen bieten als Abschluss jeder Region allen Projekten, die mit Unterstützung von XUND und DU umgesetzt wurden, eine Bühne, sich zu präsentieren. Die Vielfalt der einzelnen Projekte bringt den jugendlichen Besucherinnen und Besuchern näher, wie die eigene Gesundheitskompetenz gesteigert werden kann. Anhand der Säulen von XUND und DU (Bewegung | Ernährung | Chillen) wird zusätzlich ein Rahmenprogramm mit regionalen und überregionalen Organisationen angeboten.

MultiplikatorInnen der schulischen und außerschulischen Jugendarbeit werden durch das Kennenlernen der unterschiedlichen Projekte angeregt, in der eigenen Einrichtung Aktivitäten zur Förderung der Gesundheitskompetenz anzubieten.

Im vergangenen Jahr informierten sich etwa 1.000 junge Menschen bei den Veranstaltungen in Bad Mitterndorf, Judenburg und Mürzzuschlag. Die nächsten Konferenzen finden am 3. Juni in Feldbach, am 28. Juni in Weiz, am 5. Juli in Gleinstätten und am 30. September in Hitzendorf statt.

### **Regionale Netzwerk**

In jeder Region wird ein Netzwerk mit Multiplikatorinnen und Multiplikatoren der schulischen und außerschulischen Jugendarbeit und mit Fachstellen aus dem Gesundheitsbereich installiert. In regelmäßigen Treffen widmen sich die Mitglieder intensiv dem Thema „Jugendgesundheitskompetenz“.

### **Regionale Jugendredaktionsteams**

In den einzelnen Regionen wurden Jugendredaktionsteams gegründet, die sich mit dem Thema Gesundheit im Allgemeinen und Gesundheitskompetenz im Speziellen auseinandersetzen. Mittels altersadäquaten und zielgruppengerechten Methoden wurden die Themen in eine jugendliche, niederschwellige Sprache übersetzt.

### **Etablierung eines Fachbeirats**

Verschiedene Fachstellen, die in der Steiermark in den Bereichen Gesundheit, Gesundheitsförderung, Gesundheitskompetenz (auch) für Jugendliche tätig sind, wurden und werden laufend zur Mitarbeit im Zuge eines Fachbeirats eingeladen. Dieses Gremium wird regelmäßig über das Projekt insgesamt bzw. über die einzelnen Projektschritte informiert. Zudem wird über den Fachbeirat das Thema Gesundheitskompetenz in den steirischen Institutionen bekannt gemacht und verankert.

## STATEMENTS

**LR Mag. Drexler:** „Je früher junge Menschen erkennen und lernen, dass richtige Ernährung, Bewegung und geistige Betätigung das Gesundheitsbewusstsein erhöhen und sich nachhaltig bis ins Erwachsenenalter auswirken, desto einfacher können damit langfristig betrachtet sogenannte Wohlstandskrankheiten vermindert werden.“

„Besonders freut mich, dass sich so viele junge Menschen an diesem Projekt beteiligen.“

„Mit XUND und DU wird ein optimales und spannendes Projekt für Jugendliche initiiert. Ich möchte alle jungen Menschen aus dem Steirischen Zentralraum einladen: Beteiligt euch an den Projekten von XUND und DU!“

**Mag.<sup>a</sup> Köck (beteiligung.st)** „Die Ergebnisse aus der Wirkungsanalyse zeigen, dass unser Projekt einen positiven Effekt auf die Gesundheitskompetenz von jungen Menschen hat. Wir sind mit XUND und DU auf dem richtigen Weg, Jugendliche dahingehend zu fördern, bestmögliche Entscheidungen für die eigene Gesundheit treffen zu können.“

**Mag.<sup>a</sup> Theißl (LOGO jugendmanagement):** „Die Stärkung der Gesundheitskompetenz ist nur dann möglich, wenn die Jugendlichen über ausreichende Informationskompetenz verfügen. Gute Informationen machen gesunde Entscheidungen möglich.“

## AM PROJEKT BETEILIGTE ORGANISATIONEN

### Gesundheitsfonds Steiermark

Der Gesundheitsfonds Steiermark ist für die Planung, Steuerung und Finanzierung (Fondskrankenanstalten und ausgewählte Bereiche) im steirischen Gesundheitswesen zuständig. Hinzu kommen die durch die Vereinbarung gem. Art 15a B-VG Zielsteuerung-Gesundheit vorgesehenen Aufgaben im Bereich der partnerschaftlichen Zielsteuerung-Gesundheit.

Die Tätigkeit des Gesundheitsfonds ist an den Prinzipien, Zielen und Handlungsfeldern der Vereinbarung gem. Art 15 a B-VG Zielsteuerung-Gesundheit und den Prinzipien des Gender Mainstreamings orientiert und hat Anwendungen und Umsetzung der Gender- und Diversitätskriterien zu berücksichtigen. Weiteres orientiert sich der Gesundheitsfonds bei seiner Tätigkeit an den „Gesundheitszielen Steiermark“, der vom Land Steiermark beschlossenen Charta des Zusammenlebens sowie den Grundsätze von Public Health.

Weitere Informationen finden Sie auf [www.gesundheitsfonds-steiermark.at](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at).

### beteiligung.st – Begleitung, Beratung, Moderation, Fortbildung

Die steirische Fachstelle für Kinder-, Jugend- und BürgerInnenbeteiligung ist ein gemeinnütziger und überparteilicher Verein und unterstützt die Entwicklung von Beteiligungsmodellen für Kinder, Jugendliche und erwachsene BürgerInnen. beteiligung.st setzt sich für das Recht auf Mitbestimmung ein und entwickelt gemeinsam passende Rahmenbedingungen für eine Kultur des Mitredens, Mitmachens und Mitbestimmens. beteiligung.st bietet projektspezifische Angebote an, wie etwa Mitmischen im Landhaus, Mitmischen in Graz und ein Planspiel Demokratie-Bausteine.

Weitere Informationen finden Sie auf [www.beteiligung.st](http://www.beteiligung.st).

## LOGO jugendmanagement

Die steirische Fachstelle für Jugendinformation unterstützt junge Menschen in ihrer Entwicklung und bietet durch aktuelle, relevante und verständliche Information Hilfestellung. In einer Zeit des Informationsüberflusses ist die Unterstützung bei der Auswahl der auf die jeweilige Lebenssituation passenden Angebote und Alternativen zu einer zentralen Aufgabe der Jugendinformation geworden. Durch relevante Information werden Jugendliche befähigt, ihre eigenen Entscheidungen, auf Basis von Wissen um ihre Möglichkeiten, zu treffen. Der kritische und reflektierte Umgang mit Information erfordert unterschiedlichste Fähigkeiten und ist heutzutage wichtiger denn je.

Weitere Informationen finden Sie auf [www.logo.at](http://www.logo.at).

---

Weitere Informationen zum Projekt finden Sie auf [www.xundunddu.st](http://www.xundunddu.st).

## KONTAKT:

### Johannes Heher, BEd

LOGO jugendmanagement

[johannes.heher@logo.at](mailto:johannes.heher@logo.at)

0316/90 370-227

0676/866 30 228

### Alexandra Hubmann, MA

beteiligung.st

[alexandra.hubmann@beteiligung.st](mailto:alexandra.hubmann@beteiligung.st)

0316/90 370-114

0676/866 30 115