

Nationale Strategien zur Bewegungsförderung (Nationaler Aktionsplan Bewegung und Gesundheitsziel 8)

Thomas Stickler

<https://gesundheitsziele-oesterreich.at/gesunde-sichere-bewegung-im-alltag/> www.bmkoes.gv.at/sport/breitensport/breiten-gesundheitssport/nap-bewegung.html

Zielsetzung

Erhöhung der körperlichen Aktivität der Bevölkerung in Richtung der Mindestempfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung.

Eckpunkte der Strategien

- Lediglich 47 % der Österreicher:innen ab 18 Jahren erfüllen die ausdauerorientierten Bewegungsempfehlungen ¹⁾
- Ein Großteil der Kinder und Jugendlichen in Österreich erreicht das empfohlene tägliche Bewegungsausmaß nicht ²⁾

Regelmäßige körperliche Aktivität beeinflusst unsere Gesundheit grundlegend und nachhaltig positiv. Das Ziel daher: Durch sektorübergreifende Maßnahmen zur Bewegungsförderung die Verankerung von „Bewegung in All Policies“ schaffen.

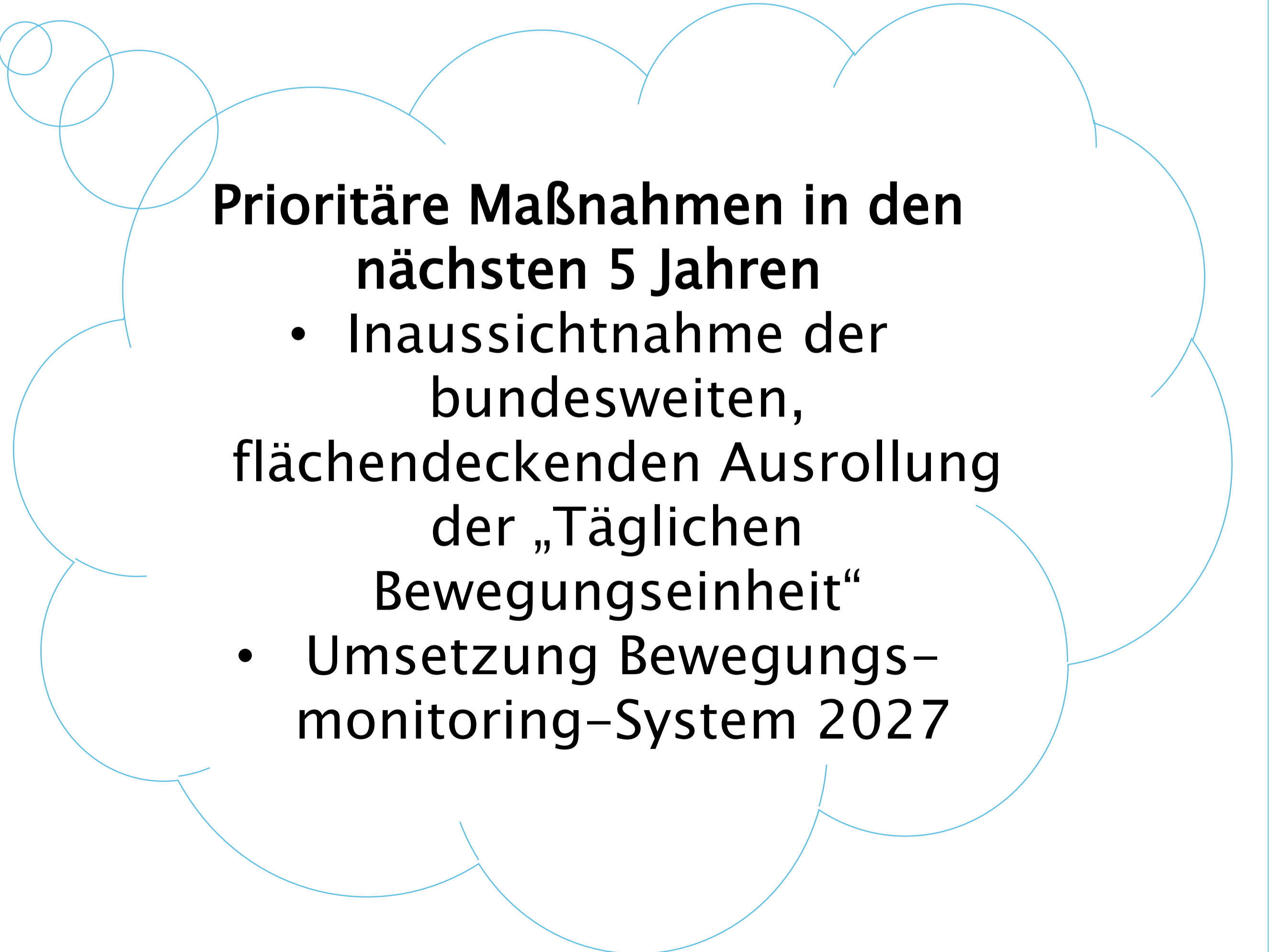
- Durch die im NAP.b und GZ 8 formulierten Ziele und Maßnahmen sollen
 - Rahmenbedingungen zur Förderung von Bewegung in unterschiedlichen Settings geschaffen/verbessert werden
 - die bewegungsbezogene Gesundheitskompetenz zielgruppenspezifisch gefördert/erhöht werden
 - die intersektorale Vernetzung forciert werden
- Der NAP.b und das GZ 8 wurden unter breiter Einbindung von Stakeholdern und Expertinnen und Experten unterschiedlicher Politik- und Gesellschaftsbereiche erarbeitet.
- Bewegungsförderung ist Gesundheitsförderung. Bewegung hat durch den gesteigerten Energieumsatz einen zentralen Einfluss auf die Gesundheit und die Fitness des gesamten Körpers, weil sie die meisten anderen bekannten Risikofaktoren beeinflusst, z.B. den Körperfettanteil, die Knochendichte, die Insulinempfindlichkeit, die Blutfette und den Blutdruck.³⁾

1) Bewegungsmonitoring-System 2017

2) Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI) 2017 und WHO-HBSC-Survey 2018

3) www.gesundheit.gv.at - Der gesundheitliche Nutzen von Bewegung

Aktuelle und geplante Maßnahmen

Umsetzung Bewegungsmonitoring-System 2022	Durchführung Pilotprojekt „Tägliche Bewegungseinheit“ (Schuljahre 22/23 - 23/24)	 <p>Prioritäre Maßnahmen in den nächsten 5 Jahren</p> <ul style="list-style-type: none">• Inaussichtnahme der bundesweiten, flächendeckenden Ausrollung der „Täglichen Bewegungseinheit“• Umsetzung Bewegungsmonitoring-System 2027
Aktualisierung NAP.b	Verbreitung der aktuellen Bewegungsempfehlungen	

Zitiervorschlag: Bundesministerium für Kunst, Kultur, öffentlichen Dienst und Sport [Stickler, Thomas] (2022): Nationale Strategien zur Bewegungsförderung. Poster. Forum Zukunft Gesundheitsförderung, Wien