

## **ASKÖ Mittlern: Ausgezeichnet als Vorbild für Gesundheit und Bewegung!**

Gesundheitslandesrätin Beate Prettner überreicht dem ASKÖ Mittlern die Auszeichnung „Gesunder Verein“ für herausragendes Engagement in Bewegung und Prävention.



**Mittlern, Österreich** - Der ASKÖ Mittlern wurde am vergangenen Samstag mit der prestigeträchtigen Tafel „Gesunder Verein“ ausgezeichnet. Gesundheitslandesrätin Beate Prettner überreichte die Auszeichnung und würdigte damit das Engagement des Vereins in den Bereichen Bewegung, Prävention und gesundem Miteinander. Prettner betonte die Bedeutung solcher Initiativen für die körperliche und seelische Gesundheit in der Region.

Der Verein bietet ein umfassendes Programm für alle Altersgruppen an, das unter anderem Ballsport-Schnupperkurse, Tennisangebote, Bewegungs-Camps für Kinder und Jugendliche sowie polysportive Kurse für Erwachsene umfasst. Ein neuer

Motorik-Spiele-Park wird in die Kursangebote integriert, um die Begeisterung für regelmäßige Bewegung bei Jung und Alt zu fördern. Darüber hinaus wird die Initiative „Gesunder Verein“ vom Gesundheitsreferat unterstützt, sowohl finanziell als auch inhaltlich.

## **Gesundheitsförderung durch Bewegung**

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hebt die positiven Auswirkungen von Bewegung auf die Gesundheit hervor. Laut einem neuen WHO-Leitfaden verbessert Bewegung nicht nur die Laune, den Fokus und die Konzentration, sondern schützt auch vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs, Diabetes und anderen nichtübertragbaren Krankheiten. Die WHO empfiehlt Erwachsenen, mindestens 150 Minuten körperliche Aktivität pro Woche durchzuführen. Dr. Kremlin Wickramasinghe, Regionalbeauftragter der WHO für Ernährung, Adipositas und Bewegung, betont die entscheidende Rolle von Sportverbänden in der Gesundheitsförderung.

Über 615 Millionen Menschen in der EU sind in Sportvereinen aktiv, was ein enormes Potenzial zur Verbesserung des körperlichen und psychischen Wohlbefindens birgt. Außerdem berichten die WHO und die OECD, dass eine Erhöhung der körperlichen Aktivität in Europa jährlich bis zu 8 Millionen EUR in Kaufkraftparitäten einsparen kann. Sportverbände können demnach eine treibende Kraft für Gesundheitsinitiativen darstellen.

## **Gemeinsame Anstrengungen für mehr Bewegung**

Im März 2025 fand eine Folgeveranstaltung zum Runden Tisch Bewegung und Gesundheit statt, an der Institutionen aus Bund, Ländern, kommunalen Spitzenverbänden und weiteren Bereichen teilnahmen. Es wurden beachtliche Zwischenergebnisse zur Umsetzung der im Konsenspapier

zugesagten Maßnahmen präsentiert, welche unter anderem Verbesserungen der Rahmenbedingungen und eine stärkere Sichtbarkeit des Themas Bewegung umfassen.

Die Teilnehmer des Runden Tisches sammelten Ideen und entwickelten zahlreiche Maßnahmen, die künftig in einem geplanten Netzwerk zur Förderung der Bewegung gebündelt werden sollen. Dieses Netzwerk wird vorrangige Handlungsfelder definieren und gemeinsame Schwerpunkte setzen, um die Initiativen zur Gesundheitsförderung weiter voranzutreiben. So wird der dialogische Austausch zwischen verschiedenen Sektoren fortgeführt und verstetigt, um langfristig eine positive Veränderung der Bewegungsförderung zu erreichen.

Insgesamt zeigt sich, dass die Kombination aus lokalen Initiativen wie dem ASKÖ Mittlern und den übergeordneten Unterstützungsmaßnahmen von Seiten der WHO und der gesundheitlichen Institutionen ein wichtiges Fundament zur Stärkung der Gesundheitsförderung durch Bewegung bildet.

Die Auszeichnung des ASKÖ Mittlern ist ein Beispiel für die zahlreichen Schritte, die unternommen werden, um die Bevölkerung zu einem aktiveren Lebensstil zu bewegen, der entscheidend zur Verbesserung der Lebensqualität beitragen kann. Die Empfehlungen und Ressourcen der WHO bieten dafür eine wertvolle Grundlage.

Für detaillierte Informationen zum Thema Bewegung und Gesundheit besuchen Sie die folgenden Links: **Klick Kärnten**, **WHO**, **Bundesgesundheitsministerium**.

Details	
<b>Vorfall</b>	Sonstiges
<b>Ort</b>	Mittlern, Österreich
<b>Quellen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://www.klick-kaernten.at">www.klick-kaernten.at</a></li><li>• <a href="http://www.who.int">www.who.int</a></li></ul>

Details

- [www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de)

**Besuchen Sie uns auf: [die-nachrichten.at](http://die-nachrichten.at)**