

# Aktuelles „Gesundes Dorf“

(Stand 20.2.2023)

1. Kostenlose Angebote - ÖGK
2. Burgenland radelt - Winterradeln
3. Internationale Gesundheitstage
4. Gesundheitswörterbuch - PROGES
5. Mein Med – Medizinwissen
6. Gesundes Dorf - Newsletter



## 1. Kostenlose Angebote - ÖGK (Österreichische Gesundheitskasse)

Nachfolgend ein Überblick über die **kostenlosen** ÖGK Angebote in den verschiedenen Bezirken im Burgenland.

NEU 2023: Im Bezirk Oberpullendorf finden die 'Pro aktiv' Workshops in Kobersdorf statt, die REVAN und 'Gscheit essen' Vorträge in der Kundenservicestelle der ÖGK, Gymnasiumstraße 15, 7350 Oberpullendorf.

Anmeldungen für alle nachfolgenden Veranstaltungen bitte bei der ÖGK unter [proaktiv@oegk.at](mailto:proaktiv@oegk.at) oder 05 0766-131713.

- **G'scheit essen - g'sund bleiben**

Vortrag zu verschiedenen Ernährungsthemen und Frage- und Austauschmöglichkeit mit einer Diätologin, begrenzte Teilnehmer\*innenzahl. Infos, Termine und Anmeldung unter: [ÖGK - G'scheit Essen](#)

- **Pro aktiv**

Für Erwachsene mit Übergewicht in Kombination mit Bluthochdruck und erhöhtem Cholesterin, Diabetes mellitus und Herzerkrankungen. In fünf Einheiten mehr erfahren zu den Themen: Bewegung, Ernährung, Psyche erfahren und deren praktische umsetzen. Begrenzte Teilnehmer\*innenzahl. Infos Termine und Anmeldung unter: [ÖGK - Pro Aktiv](#)

- **REVAN – Richtig essen von Anfang an**

Kostenlose Workshops-Angebote für Schwangere sowie für Eltern, Angehörige von 1 bis 3-jährigen Kindern. Zusätzlich zu den Ernährungsinformationen erhalten werdende Eltern bzw. Eltern von 1 bis 3-jährigen Kindern wertvolle Tipps zu Bindungsaufbau und zur motorischen und sensorischen Förderung ihres Kindes.

Infos Termine und Anmeldung unter: [ÖGK - Richtig essen und fördern von Anfang an](#)

## 2. Burgenland Radeln

Am 20. März 2023 heißt es wieder für das eigene Gesunde Dorf/Gemeinde „Fest in die Pedale treten bei ‚Burgenland radelt‘ 2023“. Am 25. März wird Burgenlandweit angeradelt, ist euer GD mit dabei? Infos, Statistik und Anmeldung hier zu finde: <https://burgenland.radelt.at>

### 3. Internationale Gesundheitstage 2023

Wird ein gesundheitsförderliches Angebot geplant, bietet sich eine zeitliche Abstimmung, z.B. mit internationalen Gesundheitstagen an.

Hier einige Beispiele: 7.3. 'Tag der gesunden Ernährung', 15.3. 'Tag der Rückengesundheit', 7.4. 'Weltgesundheitstag', 31.5. 'Weltnichtrauchertag', 26.06. 'Anti-Drogen-Tag', 3. November Männergesundheitstag.

März: Darmkrebssmonat, Oktober: Brustkrebssmonat, November: Männergesundheitsmonat.

### 4. Gesundheitswörterbuch von PROGES - Wir schaffen Gesundheit

Für Professionist\*innen, die mit Menschen mit Migrations- und Fluchterfahrung arbeiten, um gesundheitliche Risikofaktoren sowie Zugangsbarrieren zum Gesundheitssystem zu reduzieren. Zur VERWENDUNG im Rahmen von medizinischen/gesundheitsförderlichen Leistungen (z.B. Arztpraxis, Apotheke, Rettungsdiensten, Therapien, u.ä.) Für Es beinhaltet die Übersetzung zu u.a. folgenden Themen:

- Symptome, Krankheiten und Körperteile
- Medikamente und Impfungen
- Pflanzliche Heilmittel und Hausmittel
- Typische Frauen-, Männer- und Kinderkrankheiten
- Zahngesundheit
- Psychische Gesundheit, seelische Erkrankungen, Sucht
- Ernährung, Bewegung, Körperpflege
- Informationen für pflegende Angehörige
- Gesundheitssystem und Gesundheitsförderung

Es ist in 6 Sprachen verfügbar, Deutsch - Albanisch, Arabisch, Bosnisch,-Kroatisch,- Serbisch, Englisch, Farsi, Türkisch.

Kosten: 1 Stk. € 3,- , ab 10 Stk. €2,50,- (Mindestbestellmenge 6 Stk.)

Bestellungen unter: <https://www.proges.at/medien/publikationen>

### 5. Mein Med - Medizinwissen für Österreich

Mein Med (vormals MINI MED Studium) ist eine kostenlose Gesundheitsveranstaltungsreihe. Laufend finden österreichweit Veranstaltungen zu den verschiedensten Gesundheitsthemen in Präsenz oder auch Online als Webinar statt.

Die Inhalte sind von unabhängigen Ärzt\*innen und Expert\*innen - die ehrenamtlich dafür tätig sind und als Referent\*innen zu Verfügung stehen - geprüft. Ziel ist es die Gesundheitskompetenz der österreichischen Bevölkerung zu stärken.

Auf der nachfolgenden Seite ist neben weiteren Informationen auch eine umfangreiche Mediathek von bereits stattgefundenen Veranstaltungen zu finden: <https://www.meinmed.at/>

### 6. Gesundes Dorf – Newsletter

Insgesamt erscheint unser „Gesundes Dorf“ Newsletter 6 mal im Jahr. Inhalt: aktuelle Informationen zum Projekt und zum Thema Gesundheit, Ideen, Veranstaltungstermine, etc.. Gerne kann dieser oder Inhalte daraus für euer Gesundes Dorf verwendet werden (Gemeindehomepage, -nachrichten, Facebook). Infos, Newsletter und Anmeldung: [Proges: Gesundes Dorf Burgenland](https://www.proges.at/Gesundes_Dorf_Burgenland) oder [burgenland@proges.at](mailto:burgenland@proges.at)