



Gesund und vital bleiben

Nachhaltige, sympathische Aktionen für Jung und Alt

Zu einem regelrechten Publikumsmagneten entwickelt sich die neu ins Leben gerufene Vortragsreihe von Vorarlberg >>bewegt. *Von Verena Eugster*

Interessante Vorträge in Kombination mit unterhaltsamen Showelementen untermauern das innovative Vorgehen

Regionen des Landes. Das Motto lautet: dem Interessierten einfache, aber vor allem gesunde und für jedermann

„Unser Ziel ist es, auf sympathische Art und Weise zu einem gesunden Lebensstil zu motivieren.“

Landeshauptmann Herbert Sausgruber



der Verantwortlichen. Durch dieses Konzept wird den Zuhörern auf eine ganz sympathische Art und Weise die Wichtigkeit der Kampagne klar. So wie bei allen Aktionen von Vorarlberg >>bewegt steht auch hier die Qualität der Botschaft an oberster Stelle. Deshalb wird auf die richtige Auswahl der Vortragenden sehr viel Beachtung gelegt.

Ganz im Zeichen von „G’sund und vital“ stehen die eigens von Vorarlberg >>bewegt und dem Hauptpartner Raiffeisen konzipierten Kochshows in allen

durchführbare Gerichte zu demonstrieren. Der Veranstaltungsort dieser beliebten Events sind die Schalterhallen der jeweils durchführenden Raiffeisenbank. Eine Fitnessuntersuchung an 3.000 Schülerinnen und Schülern im Alter von zehn und elf Jahren hat eine deutliche Verschlechterung innerhalb der letzten

zehn Jahre ergeben. Um diesem Problem nachhaltig entgegenzuwirken, wurden in enger Kooperation mit der Universität Salzburg Fitnesskarten erstellt. Die jedem Vorarlberger Bewegungserzieher zur Verfügung gestellten Fitnesskarten beinhalten Übungen, die genau auf die in der Untersuchung ermittelten Schwächen unserer Schülerinnen und Schüler zugeschnitten sind. Dadurch ist es jedem Bewegungserzieher möglich, durch sehr abwechslungsreiche, aber zielgerichtete Übungen an den Defiziten der Vorarlberger Schüler zu arbeiten. Mit dieser Maßnahme setzt Vorarlberg >>bewegt einen wichtigen Impuls für den Schulbereich.

„Hochwertige Lebensmittel aus dem Ländle sind ein Stück genussvolle Heimat und ein Beitrag zu gesunder Ernährung.“

Landesrat Erich Schwärzler

