

Vorträge rund um das Thema „Gesundheit – das Wertvollste was wir haben“

Gesundheit findet dort statt, wo wir täglich sind. In unserer Gemeinde leben, spielen, lernen und arbeiten wir. Als Gemeinde haben wir die Chance, gemeinsam den Alltag so zu gestalten, dass unsere Lebensqualität und unser Wohlbefinden gestärkt wird. Wir sind bemüht unsere Bürgerinnen und Bürger präventiv durch Informationsveranstaltungen am Laufenden zu halten. Heuer wollen wir gemeinsam mit dem RML – Projektleitung für Gesundheitsförderung und -kompetenz des Gesundheitsfonds Steiermark – eine Inforeihe mit drei Vorträgen im Herbst veranstalten.



1. Vortrag im September in der PVA

05.09.2024 um 18:00, Dauer: 1 Stunde

Thema: Einführung „Unser Rehaszentrum im Dienste ihrer Gesundheit“

Speziell: „Gefäßrisikofaktoren und was Sie dagegen unternehmen können“



© Fotostudio Wurst, Erich Wurst

Referentin: Prim.a Dr.in Ulrike Ziermann

“Wir freuen uns, Sie in unser Rehabilitationszentrum einladen zu dürfen. Die Gesundheitskompetenz im Haus soll auch den Bewohnern von Gröbming und Umgebung direkt zu Gute kommen.”

Die Vortragsreihe startet am 5.9. um 18:00 im Mehrzwecksaal (1. Stock) der PVA.

2. Vortrag im Oktober im Kindergartenturnsaal inkl. Buffet

10.10.2024 um 17:00, Dauer: 1,5 Stunden

„Fühl dich wohl! Mehr Zufriedenheit im Leben“

Wie kann man trotz Belastungen und steigender Anforderungen gesund und glücklich bleiben? Was stärkt, was schützt? Und was hilft, im täglichen Leben zufriedener zu werden und es zu bleiben? In diesem Vortrag lenken wir den Blick aufs Wohlbefinden: Dafür stellen wir einfache und alltagstaugliche Methoden aus der positiven Psychologie und Resilienzforschung vor und liefern viele Anregungen für die psychische Widerstandskraft. Das Angebot ist eine gute Basis, um den Alltag seelisch und körperlich gesund zu meistern und mit mehr Zufriedenheit durchs Leben zu gehen.



Land schafft Leben

WISSEN ZUM ESSEN

3. Vortrag im November in der Fachschule Gröbming inkl. Buffet

07. 11. 2024 um 19:00, Dauer: 1,5 Stunden

„Wer nichts weiß, muss alles essen“

Vom Anbau auf dem Feld über die Verarbeitung bis zum fertigen Produkt im Lebensmittelhandel: In seinem Vortrag spricht der Bio-Bergbauer und Gründer von Land schafft Leben Hannes Royer über die Wertschöpfungskette von Lebensmitteln. Er geht dabei spannenden Fragen rund um den Wert heimischer Lebens-

mittel nach: Wissen wir, wie unser Essen erzeugt wird und welche Arbeit dahintersteckt? Was sind uns unsere Lebensmittel eigentlich Wert? Inwiefern beeinflussen die einzelnen Akteure entlang der Wertschöpfungskette die Lebensmittelproduktion? Welche Macht haben dabei die Konsumentinnen und Konsumenten?

Nachhaltigkeit, Tierwohl, Gesundheit: Unsere Lebensmittel müssen heute weit mehr Ansprüche erfüllen, als uns einfach nur satt zu machen. Dass es am Ende unser eigenes Konsumverhalten ist, das dafür verantwortlich ist, wird dabei jedoch oft vergessen. In seinem Vortrag erklärt Hannes Royer, wie mächtig wir Konsumentinnen und Konsumenten eigentlich sind und wie wir diese Macht nutzen können, um unsere Lebensmittelproduktion aktiv zu gestalten.

Hannes Royer, Gründer Land schafft Leben

Als global denkender, regional verwurzelter Bio-Bergbauer ist, der Schladminger Hannes Royer mit dem Verein Land schafft Leben ein Brückenbauer zwischen Landwirtschaft, der Verarbeitung, dem Handel sowie den Konsumentinnen und Konsumenten. Hannes Royer ist Keynote-Speaker und Podcaster. Seine Themen sind unter anderem mehr Transparenz entlang der Wertschöpfungskette, Herkunft und Haltungskennzeichnung bei Fleisch und tierischen Produkten, der Strukturwandel in der Landwirtschaft sowie die Regionalität und Saisonalität von Lebensmitteln.



Der Verein Land schafft Leben

Land schafft Leben ist österreichischen Lebensmitteln auf der Spur. Der unabhängige und unpolitische Verein schafft Bewusstsein für in Österreich produzierte Lebensmittel und stellt umfangreiche Informationen über deren Produktion zur Verfügung. Was passiert entlang der Wertschöpfungskette? Was macht das mit unserem Lebensraum? Und wie wirken sich Lebensmittel auf den eigenen Körper aus? Das Wissen über diese Themen wird über die Webseite www.landschafftleben.at, soziale Medien, einen Newsletter, einen Blog, den mehrfach prämierten Podcast "Wer nichts weiß, muss alles essen" oder Vorträge an die Konsumentinnen und Konsumenten weitergegeben und ermöglicht diesen so, bewusste Konsumententscheidungen in Hinblick auf ihr Essen zu treffen.



GESUNDHEITSFONDS
STEIERMARK

Gefördert aus Mitteln des Gesundheitsfonds Steiermark.