



Informationskampagne 2017 „Stil ändern / cambio stile“



Das Ressort für Gesundheit führt im Jahr 2017 mit dem Südtiroler Sanitätsbetrieb eine **südtirolweite Informationskampagne** zum Thema Selbstmanagement und Prävention durch. Dabei sollen das Bewusstsein der Menschen für die eigene Gesundheit gestärkt und die Voraussetzungen für ein aktives und gesundes Leben geschaffen werden.

„**Stil ändern / Cambio stile**“, so lautet der Titel der Informationskampagne, mit welcher der Bevölkerung in Südtirol ein Instrument geboten wird, um selbstverantwortlich für die eigene Gesundheit zu sorgen. Die Menschen sollen über gesundheitsbeeinflussende Faktoren aufgeklärt und darin bestärkt werden, ihr Potential für mehr Gesundheit auszubauen.

Die Kampagne wird in Zusammenarbeit mit den Expertinnen und Experten in Sachen Selbstmanagement und Evviva-Kursen des Südtiroler Sanitätsbetriebes durchgeführt. Evviva ist ein Programm, welches vor etwa 30 Jahren an der Universität von Stanford entwickelt wurde und dazu dient, Menschen mit einer chronischen Erkrankung und deren Angehörigen, aber auch Interessierten Kenntnisse über ihre Krankheit und Techniken im Selbstmanagement zu vermitteln. Dies geschieht im Rahmen eines kostenlosen, interaktiven Kurses von insgesamt 15 Stunden, der bereits seit einiger Zeit in den Südtiroler Gesundheitsbezirken angeboten wird.

Landesweit 20 Veranstaltungen in den Gesundheitssprengeln

Mit der neuen Informationskampagne wird das bisherige **Evviva-Projekt** um zwei weitere Bausteine erweitert. Der erste Baustein besteht aus zwanzig öffentlichen Veranstaltungen, in denen übersichtlich und gebündelt die grundlegenden Informationen zum Evviva-Selbstmanagement für einen gesünderen Lebensstil an die Bevölkerung weitergegeben werden. Die Veranstaltungen werden ab **Mitte Jänner 2017 im Zwei-Wochen-Rhythmus** alternierend **landesweit in allen Gesundheitssprengeln** organisiert und sind **kostenlos**. In diesen zweistündigen Veranstaltungen jeweils ab 19 Uhr sollen für die Bevölkerung die Bedeutung des Selbstmanagements für das eigene Wohlbefinden betont und die Selbstmanagementprogramme zur Verbesserung der Lebensqualität der Teilnehmerinnen und der Teilnehmer vorgestellt werden. Sie sind für alle frei zugänglich, es besteht also keine Anmeldepflicht.

Ratgeber: Alltagshilfe auf dem Weg zu einem gesunden Lebensstil

Der zweite Baustein ist ein Ratgeber, der den Teilnehmern der Informationsveranstaltungen ausgehändigt wird. Er soll als nützliches Werkzeug auf dem Weg zu einem gesunden und aktiven Leben dienen und eine Alltagshilfe auf dem Weg zu einem gesünderen Lebensstil sein. Zudem werden in den nächsten Wochen und Monaten Plakate, Online-Inserate mit einem unterlegten Videospot und Radiospots genutzt, um die Menschen auf die Botschaft der Kampagne aufmerksam zu machen. Weitere Informationen gibt es auch auf der Internetseite www.provinz.bz.it/evviva, auf welcher alle Termine der Veranstaltungsreihe veröffentlicht sind.