\*\*\* Presseinformation \*\*\*

**10 Ideen, die bewegen: Projekt „Ganz Salzburg Bewegen“ präsentiert Maßnahmen für verbesserte Herzgesundheit**

**Gestern startete die Ausstellung „10 Ideen, die bewegen“ des Ludwig Boltzmann Instituts für digitale Gesundheit und Prävention und der FH Salzburg in Kooperation mit dem Land und der Stadt Salzburg im Lehener Park. Im Rahmen der interaktiven Ausstellung können Bürger:innen ab sofort für die besten Lösungsvorschläge für mehr herzgesunde Bewegung im Alltag abstimmen.**

Salzburg, 18. Jänner 2024 – Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind weltweit nach wie vor die häufigste Todesursache. Ein gesunder Lebensstil, der auf Bewegung und ausgewogene Ernährung achtet, ist der wirksamste Schlüssel zur Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Im Rahmen des Kooperationsprojekts „Ganz Salzburg Bewegen“ des Ludwig Boltzmann Instituts für digitale Gesundheit und Prävention und der Fachhochschule Salzburg wurden unter Einbindung von 480 Salzburger:innen Lösungsvorschläge erarbeitet, wie man mehr herzgesunde Bewegung in den Alltag integrieren kann. Diese Vorschläge wurden gestern bei der Ausstellungseröffnung „10 Ideen, die bewegen“ im Lehener Park (Nähe Pioniersteg) unter anderem mit Vizebürgermeister der Stadt Salzburg Bernhard Auinger präsentiert. Die interaktive Freiluft-Ausstellung ist bis 15. März 2024 für alle interessierten Bürger:innen kostenfrei zugänglich und lädt zum Abstimmen der besten Ideen ein.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt ein Mindestmaß an regelmäßiger körperlicher Aktivität, das sich aus einer Kombination von 2,5 Stunden Ausdaueraktivität pro Woche und zweimal wöchentlichem Krafttraining zusammensetzt. In Österreich erfüllt jedoch nur circa ein Viertel der erwachsenen Bevölkerung diese Empfehlung.

„Regelmäßige Bewegung bringt uns allen große gesundheitliche Vorteile. Sie verringert das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Krebs und psychischen Erkrankungen. Sie stärkt unser Wohlbefinden, verbessert unsere tägliche Leistungsfähigkeit und unterstützt uns beim gesunden Altern“, so **Dr. Stefan Tino Kulnik, Projekt- und Forschungsgruppenleiter am Ludwig Boltzmann Institut für digitale Gesundheit und Prävention**. „Unser Ziel mit ‚Ganz Salzburg Bewegen‘ ist es, dass die Initiative langfristige Veränderungen in den Bewegungsgewohnheiten der Salzburger:innen bewirkt und so präventiv zur Verbesserung der Herzgesundheit beiträgt.“

Auch **Vizebürgermeister der Stadt Salzburg, Bernhard Auinger** begrüßt die Initiative und betont ihre Bedeutung: „‘Ganz Salzburg Bewegen‘ ist eine wegweisende Kooperation, die das Thema Herzgesundheit zurecht in den Fokus rückt. Es ist uns ein großes Anliegen, die Gesundheit der Salzburgerinnen und Salzburger nachhaltig zu unterstützen und wir wollen hier aktiv dazu beitragen.“

**„Ganz Salzburg Bewegen“: Ein Projekt von und für Bürger:innen**

Das Projekt „Ganz Salzburg Bewegen“ startete im Frühjahr 2023. Dabei wurden alle Aktivitäten in sieben häufig gesprochenen Sprachen der Stadt Salzburg angeboten. Ziel war es, mit Bürger:innen im Salzburger Stadtteil Lehen gemeinsam Vorschläge zur Förderung regelmäßiger, gesunder Bewegung zu erarbeiten. In Rahmen einer mehrtägigen öffentlichen Befragung im April 2023 brachten insgesamt 400 Bürger:innen ihre Ideen für mehr Bewegung ein. Im Juni 2023 wurden in einer Ideenwerkstatt mit 80 Bürger:innen über 100 konkrete Vorschläge gemeinsam mit Design-Expert:innen der FH Salzburg sowie des Ludwig Boltzmann Instituts diskutiert, skizziert und ausgearbeitet.

„Innovation in der Gesundheitsförderung gelingt am besten, wenn die Menschen, für die sie gedacht ist, aktiv in den Entstehungsprozess eingebunden werden. 'Ganz Salzburg Bewegen' zeigt, dass Bürgerbeteiligung nicht nur erfolgskritisch ist, sondern auch nachhaltig Bindung und Identifikation schafft“, so Dr. Kulnik.

**Ausstellung „10 Ideen, die bewegen“ von 17. Jänner bis 15. März im Salzburger Lehener Park**

Den Abschluss des Projekts bildet die Freiluft-Ausstellung „10 Ideen, die bewegen“, die bis 15. März 2024 im Salzburger Lehener Park kostenfrei zugänglich ist. Im Rahmen der Ausstellung können Besucher:innen für die besten Lösungsvorschläge für mehr gesunde Bewegung in ihrer Stadt via QR-Code vor Ort abstimmen. Die Inhalte der gesamten Ausstellung und die Abstimmung sind aber auch online unter https://gsb.lbi-dhp.at/ verfügbar.

„Mit der Initiative möchten wir die aktive Bewegung in der Stadt Salzburg fördern und den Bürger:innen Wege aufzeigen, wie sie ihre individuelle Gesundheit stärken können. Wir hoffen darauf, dass einige der vorgestellten Ideen tatsächlich umgesetzt werden. Daher laden wir alle Salzburger:innen herzlich ein, sich gemeinsam mit uns für eine bewegte Zukunft zu engagieren und über die favorisierten Vorschläge abzustimmen“, so **Mag. Dr.** **Melanie Roth, Projektleiterin und Senior Researcher an der Fachhochschule Salzburg.**

Unter den zehn erarbeiteten Lösungsvorschlägen ist für jede:n etwas dabei: Von einem Pop-Up-Pool, einer digitalen Schatzsuche durch die ganze Stadt, über einen „Tanz mit!“- Bus, der zum gemeinsamen Tanzen auf öffentlichen Plätzen einlädt, bis hin zu einer Schaukelanlage oder einem „EnergieSpendeWald“, der durch Bewegung Strom erzeugen kann, sind der Bewegung im Alltag keine Grenzen gesetzt.

Parallel zu „10 Ideen, die bewegen“ werden während der Ausstellungsphase bis März kostenlose Bewegungsangebote im Lehener Park angeboten:

* Hundespaziergang einmal anders, 23.01. 16:30 - 17:30 Uhr von Lydia Schentz
* Hundespaziergang einmal anders, 31.01. 09:00 - 10:00 Uhr von Lydia Schentz
* Selbstverteidigung für Jugendliche, 07.02. 16:15 - 17:15 Uhr von ARTMA Akademie
* Selbstverteidigung für Jugendliche, 16.02. 15:00 - 16:00 Uhr von ARTMA Akademie
* Radcheck, 23.02. 15:00 - 16:00 Uhr von Veloserv
* Radcheck, 02.03. 10:00 - 11:00 Uhr von Veloserv
* Lauftraining, 07.03. 16:30 - 17:30 von Bewegte Stadt
* Lauftraining, 14.03. 16:30 - 17:30 von Bewegte Stadt

Alle Informationen finden sich unter: <https://urlis.net/ev4kxpyr>

„Ganz Salzburg Bewegen“ findet in Zusammenarbeit zwischen der Fachhochschule Salzburg, dem Ludwig Boltzmann Institut für digitale Gesundheit und Prävention, der Stadt Salzburg und dem Land Salzburg statt. Die finanzielle Unterstützung erfolgt durch die Fachhochschule Salzburg, Stadt (Bewegte Stadt) und Land Salzburg sowie durch das Open Innovation in Science Center der Ludwig Boltzmann Gesellschaft.

**Über Ludwig Boltzmann Gesellschaft (LBG)**

Die Ludwig Boltzmann Gesellschaft (LBG) ist eine außeruniversitäre Forschungs- und Forschungsförderorganisation. Die inhaltlichen Schwerpunkte liegen vor allem im Bereich Life Sciences, weitere Bereiche sind die Geistes-, Sozial- und Kulturwissenschaften. Die LBG betreibt zusammen mit akademischen und anwendenden Partnern Ludwig Boltzmann Institute (LBI) und entwickelt und erprobt neue Formen der Zusammenarbeit zwischen der Wissenschaft und nicht-wissenschaftlichen Akteur:innen wie der Zivilgesellschaft, Unternehmen und dem öffentlichen Sektor. Mit dem Förderprogramm Klinische Forschungsgruppen (KFG) bietet die LBG Österreichs erste Förderschiene im Bereich der nicht-kommerziellen krankheits- und patientenorientierten (translationalen), konsortionalen klinischen Forschung. Teile der LBG sind das LBG Open Innovation in Science Center, das die Potenziale von Open Innovation für die Wissenschaft erschließt, und das LBG Career Center, das junge Forscher:innen bei der Erreichung ihrer individuellen Karriereziele inner- oder außerhalb der Wissenschaft unterstützt. <https://lbg.ac.at>

**Über die FH Salzburg**

Praxisnah, forschungsstark und chancenreich: Die FH Salzburg bietet ihren 3.200 Studierenden in den Departments Angewandte Sozialwissenschaften, Business and Tourism, Creative Technologies, Gesundheitswissenschaften, Green Engineering and Circular Design und Information Technologies and Digitalisation beste akademische Ausbildung mit hohem Praxisbezug. Mit dem Fokus auf Innovation in Forschung und Lehre sowie der internationalen Orientierung wird die FH Salzburg zur Initiatorin zukunftsfähiger Lösungen für Wirtschaft und Gesellschaft. Mehr auf [www.fh-salzburg.ac.at](http://www.fh-salzburg.ac.at)

**Rückfragehinweis LBG:**

Ludwig Boltzmann Gesellschaft

Mag. Werner Fulterer

+43 1 513 27 50 -28

[werner.fulterer@lbg.ac.at](mailto:werner.fulterer@lbg.ac.at)

**Inhaltlicher Kontakt:**

Dr. Stefan Tino Kulnik, MRes

Principal Investigator

Ludwig Boltzmann Institut für Digitale Gesundheit und Prävention

+43 (0) 5 7255 82712

[tino.kulnik@dhp.lbg.ac.at](mailto:tino.kulnik@dhp.lbg.ac.at)

**Rückfragehinweis FH Salzburg:**

Mag. Karin Motzko

Pressesprecherin

Abteilungsleiterin Hochschulkommunikation & Marketing

+43 50 2211 1077 bzw. +43 676 8477 95502

[medien@fh-salzburg.ac.at](mailto:medien@fh-salzburg.ac.at)

<https://www.fh-salzburg.ac.at/medien/presse>