

Einladung zur Tagung



Green Care –
Gesundheitsort Bauernhof
**Gesundheitsförderung und
Prävention im ländlichen Raum**

Donnerstag, 22. Juni 2017
Festsaal HBLFA Schönbrunn
Grünbergstraße 24
1130 Wien

Green Care
Österreich

PROJEKTRÄGER



MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LÄNDERN UND EUROPÄISCHER UNION



Der Verein *Green Care Österreich* bildet gemeinsam mit den neun Landwirtschaftskammern Österreichs das Kompetenznetzwerk für die Entwicklung und Umsetzung von innovativen Green Care-Dienstleistungen auf aktiven bäuerlichen Familienbetrieben im Rahmen des Vorhabens *Green Care – Wo Menschen aufblühen*. Dabei werden land- und forstwirtschaftliche Betriebe zu Partnern der Sozial-, Gesundheits-, Bildungs- und Wirtschaftssysteme. Der Bauernhof wird in Kooperation mit Sozialträgern und Institutionen zum Arbeits-, Bildungs-, Gesundheits- und Lebensort und ermöglicht eine Vielzahl an Angeboten und Dienstleistungen für junge und ältere Menschen, Menschen mit Behinderungen bzw. körperlichen und seelischen Belastungen. Im Mittelpunkt steht dabei die Interaktion zwischen Mensch, Tier und Natur. Durch dieses innovative soziale Angebot wird die Lebensmittel- und Umweltkompetenz der bäuerlichen Familienbetriebe um eine zukunftsweisende soziale Komponente erweitert. Für bäuerliche Unternehmerinnen und Unternehmer und für Sozialträger und Institutionen stellt Green Care neue Möglichkeiten der Angebotsdiversifizierung dar. *Green Care – Wo Menschen aufblühen* bildet eine ideale Brücke zwischen Land- und Forstwirtschaft und der Bevölkerung und stärkt somit den Zusammenhalt im ländlichen Raum.

Mehr Informationen finden Sie unter www.greencare-oe.at

Den Dingen ihre Zeit zurückgeben

Fast Food, Speed Dating, Power Naps – mit allen Mitteln nimmt die moderne Gesellschaft den Dingen „ihre Zeit“ – mit fatalen Folgen für ihre Mitglieder. Folgt man dem bekannten deutschen Soziologen Hartmut Rosa¹, erleben wir einen „Verdichtungswahn“ dem alle Lebensbereiche zum Opfer fallen. Grundsätzlich gilt: Was dauert, dauert zu lange und muss daher beschleunigt werden. „Die Kehrseite des Steigerungsspiels ist die Überforderung von Psyche und Physis, wie sie sich ja durchaus etwa in den ‚Burnoutraten‘ beobachten lässt. [...] Die Hamsterradlogik hat viele [...] so sehr im Griff, dass sie sich nicht einmal mehr durch den eigenen Körper stoppen lassen (die Grippe, das gebrochene Bein, der Bandscheibenvorfall: Wir machen trotzdem weiter) [...]. Dass man immer schneller laufen muss nur um seinen Platz zu halten, macht die Menschen fertig.“²

Aktuelle Zahlen zur Invaliditätspension in Österreich belegen dies deutlich: So lassen sich im Jahr 2014 57% aller befristeten I-Pensionen bei den Männern und 69% bei den Frauen auf psychische Krankheiten zurückführen³.

Dass auch die internationale Land- und Forstwirtschaft von diesen Beschleunigungsprozessen nicht ausgenommen ist, ist kein Geheimnis. Die Forderung immer mehr in immer weniger Zeit herzustellen, hat auch die landwirtschaftliche Produktion der letzten Jahrzehnte geprägt. Den natürlichen Dingen mit technischen Mitteln „ihre Zeit“ zu nehmen, um damit beispielsweise Wachstumsprozesse zu beschleunigen oder vom Sommer in den Winter zu verlegen, ist immer öfter die Regel als die Ausnahme.

Doch gerade in der kleinstrukturierten österreichischen Land- und Forstwirtschaft mit ihren bäuerlichen Familienbetrieben stellen sich viele die Frage, ob sie bei diesen Beschleunigungsprozessen überhaupt noch mithalten können oder wollen. Erschöpfung bis hin zum Burnout ist auch unter Bäuerinnen und Bauern keine Seltenheit mehr.

Immer lauter werden daher die Stimmen, die den Dingen wieder „ihre Zeit“ zurückgeben wollen und so trifft Fast Food auf „langsame“, regionale, nicht-optimierte und den Jahreszeiten entsprechende Lebensmittel. Oder der Event-Urlaub mit möglichst vielen spektakulären Erlebnissen auf eine Auszeit am Bauernhof.

Den Bauernhof in beschleunigten Zeiten zu einem Ort gesünderer Zeiterfahrungen zu machen, in einen Ort für Gesundheitsförderung und Prävention, das ist eines der Ziele von *Green Care Österreich*. Erweitert um die Themen Ernährung, Bewegung, Handwerk oder Kreativität stehen Bäuerinnen und Bauern mit ihren Höfen ganz besondere Ressourcen zur Verfügung, die sie für Menschen zugänglich machen können, die das Gefühl haben, dass die Zeit für einen gesünderen Lebensweg gekommen ist.

¹ Vgl. Rosa, Hartmut: Jedes Ding hat keine Zeit? Flexible Menschen in rasenden Verhältnissen. In: King, Vera/Geisch, Benigna (Hg.): Zeitgewinn und Selbstverlust: Folgen und Grenzen der Beschleunigung. Campus Verlag GmbH, Frankfurt a.M. 2009. S. 21-39.

² Rosa, Hartmut: Resonanz statt Entfremdung: Zehn Thesen wider die Steigerungslogik der Moderne. Thesenpapier zur Tagung „Von Krise zu Krise“, Universität Jena 2012. S.3.

³ Institut für Höhere Studien (IHS) 2016.

Gesundheitsort Bauernhof

Die internationale Green Care-Forschung zeigt, dass der Aufenthalt in der Natur und der Umgang mit Tieren eine gesundheitsfördernde Wirkung auf den Menschen haben. Der Bauernhof als Gesundheitsort bietet eine einmalige Kombination von Tier und Natur, die mit *Green Care – Wo Menschen aufblühen* für die Gesundheitsförderung nutzbar gemacht wird. Bereits etablierte Angebote in diesem Bereich sind die unterschiedlichen Formen der Reittherapie, die therapeutische Arbeit mit landwirtschaftlichen Nutztieren im Rahmen der Tiergestützten Intervention (TGI) und die Gartentherapie/Gartenpädagogik. Wird der gesamte Bauernhof zu einem Ort der aktiven Erholung in und mit der Natur und kooperiert dabei mit externen Expertinnen und Experten aus dem Gesundheitswesen, dann handelt es sich um einen *Green Care Auszeithof*. Eine entsprechende Produktauszeichnung können Bäuerinnen und Bauern nach Absolvierung des Zertifikatslehrgangs „Green Care – Gesundheit fördern am Hof“ an einem der Ländlichen Fortbildungsinstitute (LFI) sowie nach einer Überprüfung der von *Green Care Österreich* festgelegten Qualitätskriterien für ihren Hof beantragen. Gesundheitsfördernde und therapeutische Green Care-Angebote können sich an Einzelpersonen, Gruppen oder Teams im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung richten. Der *Green Care Auszeithof* ist zudem ein interessantes Zusatzangebot für bestehende „Urlaub am Bauernhof“-Betriebe, die sich mit diesem spezifischen Angebot weiterentwickeln wollen.

Mehr Informationen finden Sie unter www.greencare-oe.at/auszeithof

Gesundheitsförderung und Prävention im ländlichen Raum

Bereits zum 6. Mal dürfen wir Sie zur Green Care-Tagung in der HBLFA Schönbrunn in Wien einladen. Die diesjährige Tagung stellt spannende Fragen rund um die Themen Gesundheitsförderung und Prävention am Bauernhof in den Mittelpunkt: Wie wirken sich die gesellschaftlichen Beschleunigungsprozesse auf unsere Gesundheit aus? Welchen Belastungen sind wir zunehmend ausgesetzt und was kann uns dabei helfen, gesund im Arbeitsprozess zu verbleiben? Wohin entwickelt sich die betriebliche Gesundheitsförderung in Österreich und welche konkreten Angebote machen Green Care-Betriebe im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention? Lernen Sie den Bauernhof als Gesundheitsort kennen und diskutieren Sie mit Expertinnen und Experten aus der Praxis über die vielfältigen Möglichkeiten gesundheitsfördernder Angebote am Hof.

Die Green Care-Tagung richtet sich auch in diesem Jahr wieder an Bäuerinnen und Bauern sowie Vertreterinnen und Vertreter aus der Land- und Forstwirtschaft, dem Bildungs-, Gesundheits- und Sozialbereich sowie aus Politik, Wirtschaft und Wissenschaft.



auszeithof

Die Vortragenden

Carsten Alex, Diplom-Kaufmann, Autor, Trainer und Speaker, hat sich darauf spezialisiert, Menschen und Unternehmen aus ihrer Routine zu heben und ihnen neue und selten genutzte Blickwinkel zu eröffnen. Als Pionier der „Auszeit-Bewegung“ ging er 2000 auf eine zweijährige Weltreise und kehrte in das Management von Mercedes-Benz zurück. Heute ist er als selbstständiger Berater, Trainer und Coach für namhafte Unternehmen tätig. In seinen Seminaren, Vorträgen und Coachings vermittelt er fundiertes Expertenwissen und inspiriert die Teilnehmerinnen und Teilnehmer durch seine vielfältigen Erfahrungen, die er aus den Höhen und Tiefen des realen Lebens schöpft. Seine Ausführungen regen dazu an, bisheriges Verhalten zu überprüfen und gegebenenfalls neu zu bewerten. Seine besondere Leidenschaft gilt dem Appell für mehr Eigenverantwortung im Leben. www.carstenalex.de

Mag.^a Alexandra Weilhartner, MA MA, ist Klinische-, Gesundheits- und Arbeitspsychologin sowie Betriebswirtin. Als Bereichsleiterin der ÖSB Consulting GmbH ist sie verantwortlich für Konzeption, Evaluation und Umsetzung von österreichweiten sowie regionalen Beratungsprogrammen für Institutionen, Betriebe und Einzelpersonen. Die Themenfelder umfassen: Betriebliches Gesundheitsmanagement, Generationenmanagement, Demografischer Wandel und Implikationen auf Qualifizierung, Führung, Kultur, Werte und Gesundheit. www.oesb.at

Mag.^a Reingard Winter-Hager ist Bäuerin am Bergbauernhof Sulzbach (zertifizierter Green Care-Betrieb), Organisationsberaterin und Geschäftsführerin von soulsteps©. Sie arbeitet „bodenständig agil“ und unterstützt Organisationen und Menschen dabei, sicher durch turbulente Zeiten zu kommen und am Weg liegende Entwicklungschancen aufzugreifen. Mit Freude legt sie mit soulsteps© für ihre Kundinnen und Kunden die Spur zum „unperfekten“ Seminarbauernhof. www.soulsteps.at

Bio-Bäuerin Andrea Unterguggenberger, Dipl. Behindertenpädagogin, führt seit 2002 den Peintnerhof in neuer Generation. Neben der Landwirtschaft (Kärntner Brillenschaf, Kärntner Urforelle und alte Getreidesorten) betreibt sie „Urlaub am Bauernhof“. Seit 2016 ist der Hof ein Slow Food Travel-Betrieb sowie ein ausgezeichnete *Green Care Auszeithof*. Seit einigen Jahren werden gemeinsam mit Dr. Lexer Lebensstil-Seminare und -Wochen durchgeführt. www.peintnerhof.at

Dr. med. univ. Georg Lexner ist Facharzt für Chirurgie (Visceralchirurgie) und Thoraxchirurgie und hat über 12.000 Operationen, davon viele Krebsoperationen durchgeführt. Aufgrund der bald nicht mehr finanzierbaren „Reparaturmedizin“ beschäftigt er sich neben der Sekundärprophylaxe vor allem mit der Primärprophylaxe von Krebs- und Zivilisationskrankheiten wie Ernährungs- und Herz-Kreislauferkrankungen, Burnout usw. Er führt mit Andrea Unterguggenberger am ausgezeichneten *Green Care Auszeithof* (Peintnerhof) gesundheitsfördernde Seminare und Wochen durch. www.antikrebs.at

Tagungsablauf und Programm

Donnerstag, 22. Juni 2017

Green Care – Gesundheitsort Bauernhof

Gesundheitsförderung und Prävention im ländlichen Raum

- 12.15 - 13.00 **Registrierung und Empfang**
- 13.00 - 13.15 **Begrüßung und Tagungsöffnung**
KDir. Ing. Robert Fitzthum, Obmann *Green Care Österreich*
- 13.15 - 14.15 **Auszeit als Chance**
Carsten Alex, selbstständiger Berater, Trainer und Coach (Berlin)
- 14.15 - 14.35 **Betriebliche Gesundheitsförderung in Österreich**
Mag.^a Alexandra Weilhartner, MA MA, ÖSB Consulting GmbH
- 14.35 - 14.50 **Green Care – Wo Menschen aufblühen:
Status quo & Green Care Auszeithof**
Mag.^a (FH) Nicole Prop, Geschäftsführerin *Green Care Österreich*
- 14.50 - 15.35 **Pause**
- 15.35 - 16.05 **Gesundheitsförderung am Peintnerhof**
(ausgezeichneter *Green Care Auszeithof* in Kärnten)
Andrea Unterguggenberger, Dr. med. univ. Georg Lexer
- 16.05 - 16.35 **soulsteps©: Betriebliche Gesundheitsförderung
und Burnout-Prävention am Bauernhof**
(zertifizierter Green Care-Betrieb in Niederösterreich)
Mag.^a Reingard Winter-Hager
- 16.35 - 17.00 **Diskussion mit den Vortragenden**
- ab 17.00 **Ausklang**
- Moderation**
KDir. Ing. Robert Fitzthum, Obmann *Green Care Österreich*
- Pausenverpflegung**
Fachschule für Ländliches Betriebs- und Haushaltsmanagement/Schule
für Sozialbetreuungsberufe im Ländlichen Raum,
Bildungszentrum Gaming, Niederösterreich



„Zwei Drittel der Österreicherinnen und Österreicher leben im ländlichen Raum. Von der Kulinarik bis zum Tourismus ist Regionalität gefragt wie nie zuvor – trotzdem zieht es immer mehr Menschen in die Städte. Der Zukunftsraum Land braucht Chancengerechtigkeit und neue Perspektiven. *Green Care – Wo Menschen aufblühen* ist daher Teil des Regionalschwerpunkts 2017 „Heimat. Land. Lebenswert“ des BMLFUW. Die dezentralen Angebote der Gesundheitsförderung und Prävention auf Bauernhöfen tragen zur Attraktivität des ländlichen Raums bei. Es entstehen neue Netzwerke zwischen der Land- und Forstwirtschaft und dem Gesundheitsbereich zur Steigerung der Lebensqualität und zur Sicherung von Arbeitsplätzen in den Regionen.“

Andrä Ruppreecher

Bundesminister für Land- und Forstwirtschaft,
Umwelt und Wasserwirtschaft

Aus. Zeit. JETZT!

„In einer sich stetig beschleunigenden Umwelt zählen AUSZEITEN mittlerweile zum unverzichtbaren Bestandteil eines erfüllten Lebens, um regelmäßig neue Energie und Motivation zu tanken. Neben den „kleinen“ Auszeiten, die es im (beruflichen) Alltag zu entdecken und kreieren gilt, gewinnen dabei Oasen der Entschleunigung wie beispielsweise *Green Care Auszeithöfe* zunehmend an Bedeutung. An Orten wie diesen besteht die Möglichkeit, mit den Naturelementen in Kontakt zu kommen, sich zu spüren und dabei ganz bewusst zu erleben, dass nicht ausschließlich Smartphone und E-Mails den Tagesablauf bestimmen, sondern der Rhythmus der Natur. *Green Care Auszeithöfe* – eine Chance, die Perspektive zu wechseln!“

Carsten Alex

Work-Life Speaker

Anmeldung zur Tagung

Green Care – Gesundheitsort Bauernhof

Gesundheitsförderung und Prävention im ländlichen Raum

Donnerstag, 22. Juni 2017 / 13-17 Uhr

Festsaal HBLFA Schönbrunn

Grünbergstraße 24

1130 Wien

Tagungsbeitrag: € 15,-

inkl. Tagungsunterlagen und Pausenverpflegung

Anmeldungen bitte telefonisch oder per E-Mail an:

Silvia Zach, Green Care Österreich

+43 (0)1 5879528-30, office@greencare-oe.at

Für die Teilnahme an der Tagung ist eine verbindliche Anmeldung

bis spätestens Donnerstag, 8. Juni 2017 erforderlich!

Der Teilnahmebetrag ist vor Ort in bar zu begleichen.

Green Care Österreich / LFI Wien

Gumpendorfer Straße 15, 1060 Wien

+43 (0)1 5879528-30, office@greencare-oe.at

www.greencare-oe.at

Ihr Weg zur Green Care-Tagung

•

Es besteht keine Parkmöglichkeit am Gelände des Veranstaltungsortes und es sind nur limitierte Parkplätze (zum Teil gebührenpflichtig) in unmittelbarer Nähe vorhanden, wir bitten daher um eine umweltfreundliche Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln!

•

U-Bahnstation Wien Meidling/Philadelphibrücke (U6, Schnellbahn, ÖBB-Züge). Ab hier mit dem Autobus 8A Richtung „ORF Zentrum Künglberg“. Ausstieg: Station Weißenthurngasse, Fußweg ca. 2 Minuten

•

U-Bahnstation Meidlinger Hauptstraße (U4). Mit dem Autobus 63A Richtung „Am Rosenhügel“. Ausstieg: Station Weißenthurngasse, Fußweg ca. 2 Minuten



Unsere Kooperationspartner

Die Österreichische Hagelversicherung, Kelly Ges.m.b.H., Leipnik-Lundenburger Invest Beteiligungs AG (LLI) sowie Lagerhaus sind namhafte Kooperationspartner von Green Care Österreich, die bereit sind mit ihrer Unterstützung gesellschaftliche Verantwortung für den ländlichen Raum zu übernehmen.

