

„STUPSI“ erhält Kolumbus Preis für gesundheitsfördernde Projekte im ländlichen Raum

Unter dem Motto „Digital, gesund altern“ arbeitet das Team des Waldviertler Kernlands daran, älteren Menschen die Nutzung digitaler Medien schmackhaft zu machen. Dafür wurden sie nun vom Schirmherren des Vereins Neu.Land.Leben mit dem Kolumbus Preis ausgezeichnet. Denn der Schirmherr Stephan Pernkopf ist überzeugt, dass genau solche Modelle die Probleme des demographischen Wandels im ländlichen Raum lösen könnten.

STUPSI soll die NutzerInnen mit Gesundheitsinfos und Vorschlägen für Aktivitäten zu einem gesundheitsförderlichen Verhalten „anstupsen“. Das Projekt setzt dabei nicht nur auf die STUPSI-APP, sondern auch auf laufende Schulungen durch sogenannte „Handybegleiter“, welche ehrenamtlich ihr Wissen bei der Ersteinrichtung und Nutzung von Smartphones oder I-Phones im persönlichen Austausch mit den Seniorinnen und Senioren teilen. Zusätzlich legt man großen Wert darauf, physische Begegnungsorte in Form von Smart-Cafés und Vorträgen bei Mahlzeit-Mittagstischen anzubieten.

Schirmherr Stephan Pernkopf ist darüber begeistert, denn: „Gerade jetzt sehen wir, dass das Zusammenkommen im realen Leben so wichtig für uns als Gesellschaft ist. Das ganz über die digitalen Medien zu organisieren ist fast schon ein Kunstgriff, der nicht nur der Einsamkeit der älteren Bevölkerung entgegenwirken wird, sondern der unsere zunehmend älter werdende Gesellschaft auch weiter mobil und fit halten wird. Das hilft die Seniorinnen und Senioren noch lange in ein aktives Gemeindeleben zu integrieren.“

In der STUPSI App findet man eine Liste an Aktivitäten, die der Gesundheit gut tun - Spazieren gehen, im Garten arbeiten, mit Freunden treffen und vieles mehr. Zusätzlich ist es auch möglich eigene Aktivitäten in der App zu erstellen. Dabei werden die einzelnen Aktivitäten einer von drei Kategorien zugeordnet- denn nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern auch die geistige und die soziale Fitness soll gefördert werden. Projektleiterin Doris Maurer erklärt: „Welche Aktivitäten wann und wie oft durchgeführt werden sollen, legen die Senioren selbst fest. Dabei geht es nicht um Leistung, sondern ein umfassendes Gesundheitsverständnis. Es gibt auch schon Pläne, die App zu erweitern und so noch attraktiver zu machen.“

Alle Einreichungen des Wettbewerbs finden Sie unter www.neulandleben.at

In sechs weiteren Kategorien werden noch Gewinner ausgezeichnet.

Der Kolumbus Preis wird vom Verein Neu.Land.Leben für Projekte und Ideen vergeben, die den ländlichen Raum noch lebenswerter machen. Christoph Kolumbus soll als erster Entdecker von „Neuland“ das Aushängeschild für mutige Personen, Organisationen und Vereine sein, die sich darum bemühen den ländlichen Raum weiterzuentwickeln. „Neu.Land.Leben“ ist die Plattform für das Leben im ländlichen Raum. Sie gibt Impulse, ist Drehscheibe für Ideen und setzt konkrete Aktionen mit verschiedensten Akteuren, um das Leben im ländlichen Raum zu verbessern.

Ansprechpartner:

Geschäftsführerin Elisabeth Kern

Josefstraße 5/5/2

3100 St.Pölten

info@neulandleben.at