



Stadt  Wien

KURIER

Das bedeutsamste Gesundheitsproblem in unseren Breiten ist die Herzgesundheit und besonders Wien hat mit einer hohen Zahl von Herz-Kreislaufkrankungen zu kämpfen. Allein im Jahr 2000 starben in Wien 9.400 Menschen daran. Zu hoher Blutdruck, Rauchen, ungesunde Ernährung, Stress, zu wenig Bewegung, exzessiver Alkoholkonsum oder Übergewicht schaden dem Herz und führen zur Erkrankung. 96 Prozent der Wienerinnen und Wiener zwischen 55 und 74 Jahren sind von einem oder mehreren Risikofaktoren betroffen. 2001 wurde daher von der Stadt Wien das umfassende Präventionsprogramm „Ein Herz für Wien“ gestartet. Dieses Programm hat sich zur Aufgabe gemacht, ein Bewusstsein für die Problematik zu schaffen und Projekte zu entwickeln und umzusetzen, mit denen den Risikofaktoren entgegengewirkt werden soll.

Unsere Gesundheit wird hauptsächlich von drei Faktoren bestimmt: zu etwa einem Drittel von unserem Lebensstil, zu einem zweiten Drittel von den Umständen, in denen wir leben. Die restlichen Einflüsse wie medizinische Versorgung, die Umwelt, unsere Gene etc. machen das letzte Drittel aus. Wenn Sie also etwas für Ihr Herz tun und das Risiko für eine Herz-Kreislaufkrankung reduzieren wollen, sollten Sie als erstes über Ihren Lebensstil nachdenken. Die Kernpunkte dabei sind:

- mehr Bewegung
- gesünder essen
- Nichtrauchen

Die folgenden 7 Schritte sollen Ihnen als Hilfestellung dienen, um Ihren Alltag gesund zu gestalten und Ihren Lebensstil umzustellen. Mit ein wenig Konsequenz wird es Ihnen gelingen, immer öfter den gesünderen Weg einzuschlagen!

Schritt 1 Essen Sie mehr Obst und Gemüse!
Eine gesunde Ernährung wirkt sich positiv auf Cholesterin, Blutdruck und Gewicht aus. Als Richtlinie dient die Regel ‚5 am Tag‘, d.h., dass Sie täglich 5 Portionen unterschiedlicher Obst-



Das gesunde Wienerherz

und Gemüsesorten essen sollten, wobei eine Portion etwa dem entspricht, was in Ihre Hand passt! Darüber hinaus sollten Sie mageres Fleisch und fettarme Milchprodukte vorziehen.

Schritt 2 Bewegen Sie sich!

Ausreichend Bewegung senkt das Risiko für viele Erkrankungen und erhöht Ihr Wohlbefinden. 30 Minuten täglich sind dabei ein guter Anfang. Bauen Sie die Bewegung in Ihren Tagesablauf ein, d.h. nehmen Sie die Stiegen statt mit dem Lift zu fahren, gehen Sie ein Stück Ihres Arbeitsweges zu Fuß und nützen Sie Ihre Mittagspause für einen kurzen Spaziergang.

Schritt 3 Konsumieren Sie weniger Alkohol und Nikotin!

Regelmäßiger Alkoholgenuss kann zu Bluthochdruck führen und wer das Rauchen sein lässt, entlastet sein Herz ganz besonders.

Schritt 4 Senken Sie Ihren Cholesterinspiegel!

Ein zu hoher Cholesterinspiegel führt zu Ablagerungen in den Gefäßwänden und ist somit Hauptrisikofaktor für Gefäßverkalkung. Fettarme sowie obst- und gemüsereiche Ernährung helfen, Ihren Cholesterinwert unter 200 mg/dl zu halten.

Schritt 5 Achten Sie auf Ihren Blutdruck!

Bluthochdruck belastet Ihre Gefäße enorm. Kontrollieren Sie ihn daher regelmäßig (z.B. in Ihrer Apotheke). Er sollte unter 135/85 (bei 7 von 30 Messungen) liegen! Gesunde Ernährung, Bewegung, wenig Salz und wenig Alkohol helfen, Ihren Blutdruck zu senken.

Schritt 6 Vermeiden Sie Übergewicht ...aber ohne Radikaldiät!

Jedes Kilo zuviel auf den Hüften belastet das Herz. Mit einer ausgewogenen Ernährung, kleineren Portionen und viel Bewegung lassen sich leicht ein paar Kilo abnehmen.

Schritt 7 Gehen Sie zur Gesunden - untersuchung!

Frühzeitig erkannte Krankheiten und Risikofaktoren vermeiden unnötige Sorgen. Gehen Sie daher einmal pro Jahr zur Gesundenuntersuchung. Sie ist kostenlos und wird von Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin für Allgemeinmedizin und von Untersuchungsstellen des Gesundheitsamtes und der Krankenkassen durchgeführt.

*Vielen Dank für die Unterstützung an:
Barbara Strunz (Ein Herz für Wien; Fonds Soziales Wien)*

EIN HERZ FÜR WIEN

 WIEN VITAL

Gesund durch
Suchtvorbeugung

Seite 2

Suchtmittel „Alkohol“
Tipps zum bewussten
Umgang

Seite 3

Leopoldstädter
Gesundheitsportal
online

Seite 4

Fast alle von uns haben schon einmal Sucht mittel konsumiert und somit Erfahrungen mit Substanzen gemacht, die krank oder süchtig machen können. Ob es sich dabei um Alkohol, Nikotin, Haschisch, Kokain oder anderes handelt, ist für unsere Gesundheit zweitrangig. Sucht geht uns alle an!

Das Verhindern der Entwicklung von Sucht (Suchtvorbeugung) ist ein wichtiges Anliegen und neben gesundheitsbezogenen und sozialen Maßnahmen, sowie der Sicherheit der Bevölkerung eine der vier Säulen des Wiener Drogenkonzepts. Als Gesundheitsförderungs- und Präventionsprojekt kooperiert das WHO Projekt „Gesunde Leopoldstadt“ mit dem Institut für Suchtprävention (ISP) und nimmt sich verstärkt diesem Thema an.



Foto: © WHO/PIERRE VIREOT 2007

Gesund durch Suchtvorbeugung

Vorbeugen ist besser als heilen

Die Entwicklung von Sucht beginnt nicht mit „dem ersten Mal“, dem ersten Kontakt mit legalen oder illegalen Suchtmitteln. Sie hängt von einer Reihe von Einflüssen ab und hat vielfältige Ursachen. Heute geht man in der Suchtvorbeugung davon aus, dass bei der Entwicklung von Sucht sowohl körperliche als auch persönliche und gesellschaftliche Ursachen eine Rolle spielen. Die Ursachen von Sucht sind also nicht alleine im jeweiligen Suchtmittel, sondern auch in der Persönlichkeit des süchtigen Menschen selbst, in seiner individuellen Geschichte und in der Gesellschaft, in der wir leben, zu suchen. Um Sucht zu behandeln oder ihre Entwicklung zu verhindern, muss demnach auf allen drei Ebenen angesetzt werden.

„Rauchen gefährdet Ihre Gesundheit“ - diese Information finden wir auf allen Zigarettenpackungen. Obwohl uns die gesundheitlichen Gefahren des Rauchens bekannt sind, können viele von uns nicht damit aufhören.

Abbreckung funktioniert also nicht - unter anderem deshalb, weil für viele von uns die Anerkennung im Freundeskreis wichtiger ist, wo z.B. der Konsum von Alkohol 'dazugehört' oder weil wir das Gefühl haben, uns ohne Zigaretten nicht mehr konzentrieren oder entspannen zu können. Um dieses Verhalten kontrollieren zu können (wann, wie, wo, wie viel), müssen wir erkennen, in welchen Situationen wir zu Alkohol oder Zigaretten greifen. Dabei geht es um den bewussten Umgang mit Gruppendruck, Konflikten, Genuss und Entspannung.

Sucht bedeutet Abhängigkeit und diese Abhängigkeit ist als Krankheit zu verstehen. Deshalb ist für

die Entwicklung von Sucht nicht entscheidend, ob eine Substanz oder ein Verhalten legal oder illegal ist. Jede Abhängigkeit ist schädlich: Menschen sterben an Heroin, aber auch an Geschwindigkeits-, Ess- oder Medikamentensucht. Aus medizinischer Sicht sind die Prozesse und die Gefahren bei all diesen Substanzen und Verhaltensweisen sehr ähnlich.

Suchtgesellschaft ...

Sehr oft wird die Frage gestellt, wie viele Menschen in Österreich welche Drogen konsumieren. Eine genaue Antwort auf diese Frage gibt es nicht. Allerdings lassen eine Reihe von Untersuchungen

darauf schließen, dass zwischen 10 und 30 % der österreichischen Bevölkerung im Alter von 16 bis 40 Jahren zumindest einmal in ihrem Leben Cannabisprodukte („Haschisch“) konsumieren. Bei allen anderen illegalen Substanzen liegt dieser Anteil unter 4 %, jener der regelmäßigen KonsumentInnen deutlich darunter.

Andererseits konsumieren große Teile der österreichischen Bevölkerung regelmäßig legale Drogen (wie Alkohol, Nikotin, Koffein, Medikamente). Jährlich sterben an den Folgen des Alkohol- und Nikotinkonsums zumindest 60.000 Menschen. Die Zahl der Todesopfer in Folge des Konsums illegaler Drogen liegt seit Jahren konstant bei etwa 200.

Einteilung von Suchtformen bzw. Suchtmitteln (Beispiele)

Substanzbezogene Suchtformen		Verhaltensbezogene Suchtformen
Legale Substanzen	Illegale Substanzen	
Medikamente	Haschisch	Arbeitssucht
Nikotin	Ecstasy	Spielsucht
Alkohol	Heroin	Sexsucht
Koffein	Kokain	Essstörungen

Tipps

- Gestalten Sie Ihr Leben so abwechslungsreich wie möglich!
- Genießen Sie unterschiedliche Dinge!
- Achten Sie bewusst auf Ihren Umgang mit Suchtmitteln und erstellen Sie persönliche Pläne zum kontrollierten Umgang damit!
- Gehen Sie Konflikten nicht aus dem Weg!
- Gönnen Sie sich Zeiten, in denen Sie auf Gewohnheiten verzichten!

Vielen Dank für die Unterstützung an: DSA Maria Abel, Dr. Markus Costazza und Mag. Alexander Magnus (Institut für Suchtprävention, Fonds Soziales Wien).

Das Institut für Suchtprävention führt im Rahmen des Wiener Drogenkonzepts eine Reihe suchtpreventiver Aktivitäten durch. Institut für Suchtprävention, Alserstr. 20/6, 1090 Wien, Tel.: 01/4000-87340, E-Mail: isp@sw.wien.at

Hotlines, Ambulanzen, Selbsthilfegruppen

Beratungsstellen:

DIALOG Beratungsstelle Hegelgasse
Hegelgasse 8/11, 1010 Wien, Tel.: 01/512 01 81
Mo 10-12, Di & Mi 14-20, Do 10-20, Fr 14-17

BBZ Dialog (Beratungs- und Betreuungszentrum)
Wassermannsgasse 7 (Großfeldsiedlung)
1210 Wien, Tel.: 01/256 63 63
Mo 10-12, Di & Do 15-19, Mi & Fr 14-16

TREFFPUNKT - Drogenberatung und Vorbereitung (Anton Proksch Institut) , Radetzkystraße 31, 1030 Wien
Tel.: 01/712 46 70, e-Mail: api.treffpunkt@aon.at
Mo & Fr 09:30-12, Di & Do 09:30-16

DROGENBERATUNG für Jugendliche (Kolping)
Paulanergasse 11/EG, 1040 Wien, Tel.: 01/581 53 03
E-Mail: drogen@kolping.at
Mo & Fr 10-12, Mi 16-18

websites: www.drogenhilfe.at

www.checkyourdrugs.at

www.eigenstaendig.net

IMPRESSUM

Herausgeber: Gesunde Leopoldstadt,
Praterstern 2/4/9, 1020 Wien, 01/2195716,
gesunde.leopoldstadt@diepartner.at

Redaktion: Birgit Kriener, Gert Hufnagl

Graphik: Paul Kubalek

Druck: Thailer Druck, 1220 Wien

Namentlich gekennzeichnete Beiträge müssen nicht der Meinung der Redaktion entsprechen!

Suchtmittel ‚Alkohol‘

Das sogenannte ‚g’sunde Achterl‘ und das Bier zum Gulasch – Alkohol gehört in Österreich zum Gesellschaftsbild. **Die ÖsterreicherInnen erkranken im Laufe ihres Lebens an Alkoholismus und reduzieren so ihre Lebenserwartung um 10-30 Jahre. Rund 18 % der erwachsenen ÖsterreicherInnen trinken Alkoholmengen, die von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) als gesundheitsgefährdend eingestuft werden und weitere 21,4 % weisen einen mittleren Alkoholkonsum auf, der zwischen Harmlosigkeits- und Gefährdungsgrenze liegt.**

Doch rund 10 %

Alkohol ist Sucht- und Genussmittel zugleich und es ist schwierig, Regeln für einen gesundheitsbewussten Umgang mit alkoholischen Getränken aufzustellen. Vor allem auch deswegen, weil jeder Mensch unterschiedlich auf Alkohol reagiert.

Tipps zum bewussten Umgang mit Alkohol

Es kann kein allgemeingültiger Grenzwert festgelegt werden, unter dem Alkohol gesundheitlich unbedenklich ist, jedoch gibt es eine Grenze, bis zu der das Gesundheitsrisiko als gering eingestuft wird („Harmlosigkeitsgrenze“) und eine weitere, bei deren Überschreiten man davon ausgehen kann, dass sich langfristig alkoholbedingte Gesundheitsschäden einstellen werden. Diese Grenzen dürfen aber nicht als Freibrief zum Konsum von Alkohol verstanden werden! Sie können vielmehr als Richtlinie zur Selbsteinschätzung dienen, denn zwischen der Harmlosigkeits- und der Gefährdungsgrenze kann durchaus ein Gesundheitsrisiko bestehen. Sicher ist auch, dass Alkoholgengen jenseits der Gefährdungsgrenze ein hohes Gesundheitsrisiko darstellen!

Die folgenden Tipps können Ihnen helfen, Ihr eigenes Trinkverhalten im Hinblick auf Ihr gesundheitliches Risiko einzuschätzen:

Überdenken Sie Ihr Trinkverhalten und vergleichen Sie es mit den Grenzwerten. An mindestens zwei Tagen pro Woche sollte gar kein Alkohol getrunken werden. Alkoholfreie Tage sind wichtig, damit die Leber vollständig entgiften kann und die Fettsäuren abgebaut werden können. Durch den Anstieg von Fettsäuren im Blut steigt das Herzinfarktrisiko.

Frauen reagieren empfindlicher auf Alkohol und die risikoarme Alkoholmenge ist für sie geringer, da Frauen bei gleichen Alkoholgengen durchschnittlich höhere Blutalkoholwerte aufweisen als Männer. Zum Schutz des Kindes sollte während der Schwangerschaft auf Alkoholkonsum verzichtet werden.

Ab dem 50. Lebensjahr reagiert der Körper auf Alkohol empfindlicher. Ältere Menschen haben daher auch im Niedrig-Dosis-Bereich ein erhöhtes Gesundheitsrisiko.

Jugendliche reagieren empfindlicher auf Alkohol als Erwachsene, weshalb besondere Vorsicht notwendig ist. Keinen Alkohol für Kinder!

Bei alkoholverursachten Gesundheitsproblemen sollten Sie einige Wochen lang keinen Alkohol trinken. Der tägliche Konsum auch kleinerer Alkoholgengen kann zu einer Blutdruckerhöhung führen. Bluthochdruck wiederum ist ein Risikofaktor für Herzinfarkt und Hauptursache für den Schlaganfall.

Stellen Sie fest, in welchen Situationen Sie Alkohol zu sich nehmen. Meiden Sie in der Umstellungsphase diese Situationen und verändern Sie Ihr Trinkverhalten.

In bestimmten Situationen sollten Sie überhaupt keinen Alkohol trinken, z.B. während der Arbeit, beim Autofahren, wenn Sie Medikamente einnehmen, bei großer Hitze und beim Sport. Außerdem sollten Sie keinen Alkohol zu sich nehmen, wenn Sie in gedrückter Stimmung sind, Probleme vergessen wollen, sich entspannen oder beruhigen möchten.

	Männer	Frauen
Harmlosigkeitsgrenze: Konsum als unbedenklich eingestuft	bis 24 Gramm reiner Alkohol pro Tag ca. 0,6 Liter Bier ca. 0,3 Liter Wein	bis 16 Gramm reiner Alkohol pro Tag ca. 0,4 Liter Bier ca. 0,2 Liter Wein
Gefährdungsgrenze: Konsum als gesundheitsgefährdend eingestuft	bis 60 Gramm reiner Alkohol pro Tag ca. 1,5 Liter Bier ca. 0,75 Liter Wein	bis 40 Gramm reiner Alkohol pro Tag ca. 1 Liter Bier ca. 0,5 Liter Wein

Diese Grenzwerte gelten nicht für Schwangere, alte Menschen, Jugendliche, Personen mit chronischen und akuten Krankheiten sowie Personen mit Abhängigkeitserkrankungen.

Bei Fragen wenden Sie sich an Ihre/n praktische/n Arzt/Ärztin oder an Beratungsstellen (alle Beratungsstellen und Ambulanzen unter: www.api.or.at/akis)

Quellen:

- Der ganz „normale Alkoholkonsum“ und seine gesundheitlichen Folgen.
 - Früherkennung der gesundheitlichen Folgen des „normalen“ Alkoholkonsums.
 - Handbuch Alkohol – Österreich: Zahlen, Daten, Fakten, Trends
- alle: Bundesministerium für soziale Sicherheit und Generationen

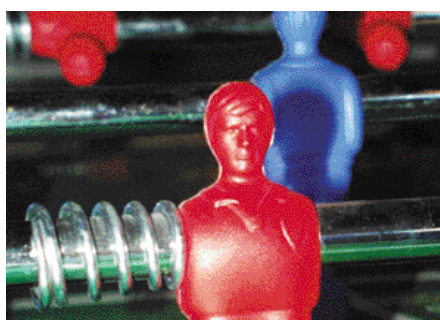


Foto: © kontakt&co - Suchtpräventionsstelle Tirol

Lassen Sie sich Ihren Alkoholkonsum durch den Kopf gehen!

- Waren Sie je der Meinung, Sie sollten Ihr Trinken EINSCHRÄNKEN?
- Hat man Sie durch Kritik an Ihrem Trinkverhalten VERÄRGERT?
- Hatten Sie wegen Ihres Trinkens jemals unguete Gefühle oder SCHULDGEFÜHLE?
- Haben Sie jemals gleich frühmorgens als Erstes etwas getrunken (einen MÜNTERMACHER), um Ihre Nerven zu beruhigen oder einen Kater los zu werden?

Antwortkategorien:

sehr oft, oft, manchmal, nie

Zwei oder mehr positive Antworten (sehr oft, oft, manchmal) deuten auf ein problematisches Trinkverhalten hin!!!

Hilfestellungen zu weniger Alkoholkonsum

Öfter nichtalkoholische Getränke trinken:

z.B. alkoholfreies Bier, Soda-Zitrone, Gemüse- oder Obstsaft, verschiedene Teesorten.

Alkoholfreie Tage einführen:

mindestens an zwei Tagen pro Woche keinen Alkohol zu sich nehmen. Am besten ist, man nimmt sich vor, ohne Anlass (Gäste, Feier) zu Hause keinen Alkohol mehr zu trinken. Besprechen Sie sich mit Ihren Familienangehörigen und treffen Sie gemeinsam eine Übereinkunft.

Wenn schon Alkohol, dann...

Alkoholische Getränke verdünnen:

z.B. lieber einen „G’spritzen“ als ein Viertel, Sekt mit Orangensaft, Whisky mit Soda etc.

Getränkart öfter wechseln:

z.B. statt Rotwein Weißwein, statt Wein Bier, statt harter Getränke Wein.

Langsamer und in kleineren Schlucken trinken:

Wenn Sie durstig sind, trinken Sie vor dem „G’spritzen“ ein Glas Wasser. Kontrollieren Sie, mit wie vielen Schlucken Sie ein Seidel Bier oder ein Glas Wein austrinken und versuchen Sie, diese Schlucke zu vermehren.

Nicht vor dem Essen trinken!

Was ist eine Ernährungspyramide und wie soll das mit „Obst & Gemüse 5 x am Tag“ funktionieren? Welche sechs Punkte sind wichtig, um das Risiko einer Herz-Kreislauferkrankung zu senken und wie kann ich es vermeiden, mit einem steifen Nacken aus dem Büro nach Hause zu kommen?

Im neuen Bezirks-Gesundheitsportal 'www.gesunde-leopoldstadt.at' gibt es die Antworten auf diese Fragen und noch vieles mehr! Hier finden die LeopoldstädterInnen alles, was ihnen ihr Bezirk rund um das Thema Gesundheit bietet, z.B. einen Überblick über die Vielzahl an Sozial- und Gesundheitseinrichtungen, ÄrztInnen, Schulen, Vereinen und Initiativen in der Leopoldstadt inkl. Öffnungszeiten, AnsprechpartnerInnen und einer Kurzbeschreibung. Eine Beschreibung des Pilotprojekts „Gesunde Leopoldstadt“ fehlt auf dieser Seite ebenso wenig, wie Detailinformationen zu den Themen Ernährung, Herz-Kreislauferkrankungen und Haltungsschäden. Außerdem lockt jeden Monat ein Gewinnspiel mit attraktiven „Leopoldstädter-Preisen“.



Shiatsu- und Gesundheitspraxis

Neue Shiatsu-Praxis in der Praterstraße

Anfang September eröffnete die DANTIEN Shiatsu- und Gesundheitspraxis, ein ‚Gesunde Leopoldstadt-Netzwerkpartner‘ in der Praterstraße 17. Die manuelle Behandlungsmethode ‚Shiatsu‘ beruht auf der traditionellen chinesischen Medizin und beinhaltet Druck auf Meridiane und Akupunkturpunkte sowie Mobilisation und Dehnung. Daneben werden Kurse in Yoga, Qi Gong / Taiji sowie Shiatsu-Schwangerkursen für Paare angeboten. Weiter Infos unter www.dantien.at oder 0676/50 39 639.

Ein besonders Eröffnungsangebot gibt es für die LeserInnen dieses Newsletters:

Schneiden Sie diesen Artikel aus. Er gilt als GUTSCHEIN über 7,- Euro für eine Shiatsu Behandlung (gültig bis 31. 12. 2002; pro Person nur 1 Gutschein einlösbar!)



Ein Netzwerk entsteht!

Gesundheitsförderung in einem so großen Bezirk wie der Leopoldstadt bedeutet, auf vielen Ebenen aktiv zu werden. Dazu ist die Zusammenarbeit von vielen Stellen, Einrichtungen, Betrieben sowie engagierten BürgerInnen notwendig. Das vorrangige Ziel des Projekts „Gesunde Leopoldstadt“ ist deshalb die Errichtung eines Netzwerks der Gesundheitsförderung. Dazu eingeladen sind öffentliche Organisationen (wie etwa Sozial- und Gesundheitseinrichtungen, Schulen, Kindergärten etc.) und private Organisationen (Vereine, Initiativen, Gruppen) genauso, wie Betriebe und Unternehmen - egal ob sie mit dem Thema 'Gesundheit' eine professionelle Verbindung haben (z.B. ÄrztInnen, Apotheken) oder nicht (z.B. Gastronomiebetriebe).

Diese 'Netzwerkmittglieder' sind die eigentlichen TrägerInnen der Gesundheitsförderung in der Leopoldstadt und SpezialistInnen, was ihr direktes Umfeld und ihre Zielgruppen betrifft. Bisher gibt es bereits 15 Netzwerkmittglieder aus 12 Einrichtungen und rund 20 weitere InteressentInnen:

- Dr. Andreas Simon, Arzt für Allgemeinmedizin
- Bassena Stuwerviertel
- Betriebskindergarten Bank Austria
- Ulrike Ploil, Freie Hebamme
- Gebietsbetreuung Karmeliterviertel
- Gesundheits- und Sozialzentrum 2/20
- ibi Institut zur beruflichen Integration
- Martin Winkelhofer, Institut für Mentaltraining und Massage
- MOKI Mobile Kinderkrankenpflege
- Nachbarschaftszentrum des Wiener Hilfswerks
- Marianne Schmid, Praxis für Physiotherapie
- Dantien - Shiatsu- und Gesundheitspraxis

„Bewusste Restaurants“

Eine vernünftige Ernährung spielt für die Gesundheit - und damit auch in der Gesundheitsförderung - eine große Rolle. Im Rahmen der ‚Bewusst lebt besser‘-Aktion des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) konnte man von Juni bis August in zwanzig Wiener Lokalen jeden Tag ein gesundes Menü genießen, wobei die teilnehmenden Restaurants eine Reihe von Kriterien erfüllen mussten. Besonders erfreulich ist die Tatsache, dass gleich neun Restaurants aus der Leopoldstadt an dieser Aktion teilgenommen haben, die auch in Kooperation mit dem WHO-Projekt ‚Gesunde Stadt‘ läuft:

- Restaurant Bayou (Leopoldsgasse 51)
- Restaurant „Altes Jägerhaus“ (Freudenau 255)
- s'Brückenbeisl (Mexikoplatz 20)
- Lindmayer Donarestaurant (Lindmayerstraße 1/ Hafenzufahrtstraße)
- Ernas Gartenland (Stemmerallee 80)
- Broccoli & Co (Untere Augartenstraße 44)
- Kolarik's Himmelreich (Prater 74)
- Gesundes (Lilienbrunnngasse 3)
- Cafe-Pizzeria-Ristorante FIORINO (Praterstraße 47)

Laut RestaurantbesitzerInnen wurde durch die Aktion das Interesse der Gäste an gesunder und bewusster Ernährung geweckt. Außerdem wurde durch die FGÖ-Folder, die in den Restaurants zur freien Entnahme auflagen, allgemein über Ernährung informiert. Aufgrund der positiven Reaktionen der Gäste wird bereits über Folgeaktionen nachgedacht. Wir hoffen, dass sich in der Folge noch zusätzliche Gastronomiebetriebe in der Leopoldstadt dieser Initiative anschließen werden!



Bewusst lebt besser



Wer den ÜBERBLICK hat, hat die richtige Zeitung.

