



Rückblick auf 2020

Die vergangenen Höhepunkte des MINI MED Studiums



Das MINI MED Studium in Kufstein

Der Initiative des Kufsteiner Seniorenrats, allen voran jener von Waltraud Berger, verdanken die rund 90 TeilnehmerInnen der Auftaktveranstaltung des MINI MED-Wintersemesters 2018/2019 im Mehrzwecksaal des Bezirkskrankenhauses (BKH), dass die beliebte Vortragsreihe nun in der Festungsstadt angekommen ist. „Wir sind die zweitgrößte Stadt in Tirol – es war an der Zeit, dass auch wir ein MINI MED Studium bekommen“, freute sich Berger über den gelungenen Auftakt vor einem so großen interessierten Publikum. Zehn Veranstaltungen sind hier mittlerweile über die Bühne gegangen. Die Themen reichten von Allergien bis Zittern bei Parkinson. „Bildung im medizinischen Bereich ist die beste Grundlage, um für die eigene Gesundheit zu sorgen. Das MINI MED Studium bietet einen unkomplizierten Zugang und deshalb freue ich mich besonders, gemeinsam mit dem MINI MED Studium einen Beitrag für die Gesundheitsvorsorge in der Stadt Kufstein zu leisten“, so Bürgermeister Mag. Martin Krumschnabel.

Ein Abend im Zeichen der Demenz

Die MINI MED-Veranstaltung zum Thema „DEMENZ UND ICH – Hilfe für betreuende Angehörige“ im Kolpinghaus Salzburg am 21. September eröffnete Mag.^a Daniela Gutschi, Klubobfrau der Salzburger ÖVP und Geschäftsführerin des Hilfswerk Salzburg. Sie erwähnte in ihrer Rede, dass für die betroffenen Angehörigen noch viel zu tun sei und solche Veranstaltungen zu ihrer Unterstützung beitragen sollten. Im Anschluss referierte Mag.^a Carmen Viereckl, Klinische und Gesundheitspsychologin bei MAS Alzheimerhilfe, einer Anlaufstelle in allen Fragen zu Demenz/Alzheimer für Betroffene und Angehörige, über das Thema Demenz im Allgemeinen. Derzeit gebe es 50 Millionen Menschen, die an Demenz erkrankt seien, und diese Zahl verdopple sich alle 20 Jahre. „Man kann auch an Demenz erkrankt sein, ohne es zu merken“, meint Mag.^a Viereckl. Am Ende des Abends stellte Johannes Oberndorfer, Geschäftsführer der RMA Gesundheit, das neue Projekt „DEMENZ UND ICH“ vor: „Unser Ziel ist es, Menschen zu helfen, die von heute auf morgen in eine Pflegesituation geraten. Wir wollen Angehörigen unsere Unterstützung anbieten.“

Alle Informationen zur Online-Schulung und zum Handbuch „DEMENZ UND ICH“ sind auf minimed.at/demenzundich zu finden.



Zweiter Kärntner Ernährungstag war großer Erfolg

Unter dem Motto „Kärnten isst gesund“ fand im Konzerthaus der zweite MINI MED-Ernährungstag in Klagenfurt statt. Bei der Veranstaltung, die vom Land Kärnten und von der RMA Gesundheit GmbH organisiert wurde, konnten Interessierte bei freiem Eintritt informativen Vorträgen lauschen. Gesundheitsreferentin und Landeshauptmann-Stellvertreterin Dr.ⁱⁿ Beate Prettner betonte, dass Gesundheitsvorsorge mit der richtigen Ernährung beginne: „Eine ausgewogene Ernährung kann auch Konzentrationsproblemen und Müdigkeit vorbeugen. Das heißt:

Die Qualität des Essens und Trinkens beeinflusst unsere körperliche und geistige Entwicklung.“ „Die Gesundheitsabteilung des Landes Kärnten arbeitet seit Jahren an der Steigerung und Erhöhung der Kärntner Bevölkerung. Zahlreiche Maßnahmen in den Settings Gesunde Gemeinde, Gesunde Schule oder Gesunder Kindergarten zielen besonders auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung der Bevölkerung ab. Um die Gesundheitskompetenz der Kärntnerinnen weiter zu erhöhen, haben wir gemeinsam mit MINI MED den Ernährungstag entwickelt“, so RgR Franz Wutte, Leiter Gesundheitsreferat des Landes Kärnten. Univ.-Prof Dr. Kurt Widhalm,

Präsident des Österreichischen Akademischen Instituts für Ernährungsmedizin, informierte darüber, dass immer mehr Kinder und Jugendliche zu dick seien. Die Corona-Krise habe diesbezüglich massive Auswirkungen. „Kinder, die bereits adipös waren, nahmen während des Lockdowns stark an Gewicht zu“, berichtete Prof. Widhalm. Weitere namhafte ReferentInnen gaben in ihren Vorträgen interessante Impulse, wie man dem genannten gesundheitlichen Problem entgegenwirken kann.

