

## Das Gesundheitsförderungsprojekt YOU<sub>heal</sub>TH –

### Ein Sparkling Science Projekt zur Förderung von Herz-Kreislauf-Gesundheit mit partizipativem Ansatz

Herz- und Gefäßerkrankungen, wie Herzinfarkt oder Schlaganfall, gehören zu den häufigsten Gesundheitsproblemen weltweit. Die häufigste zugrundeliegende Ursache - die Gefäßalterung - beginnt bereits im Kinder- und Jugendalter und wird vor allem durch Risikofaktoren wie Übergewicht, Bluthochdruck, geringe sportliche Betätigung sowie ungesunde Ernährung beeinflusst.

Diese Risikofaktoren zeigen bereits im Jugendalter Auswirkungen auf die Gefäßalterung. Daher sollen sie durch eine gezielte Gesundheitsförderung positiv beeinflusst werden. Ziel des Projektes YOU<sub>heal</sub>TH ist es, gemeinsam mit Tiroler Schüler:innen ein Gesundheitsförderungsprogramm mit den Schwerpunkten Ernährung und Bewegung zu entwickeln, das für die Dauer eines Jahres auf Mitschüler:innen und deren Eltern angewandt wird. Die Effektivität wird in 2 Untersuchungen, jeweils am Anfang und Ende des Projektes, mit Unterstützung der Schüler:innen untersucht. Auch in Analyse, Interpretation und Distribution in sozialen Medien sollen die Jugendlichen eingebunden sein.

Das Projekt wird vom Forschungszentrum VASCage (Research Centre on Vascular Ageing and Stroke) in Kooperation mit den Departments für Pädiatrie II und Neurologie der Medizinischen Universität Innsbruck sowie dem Verein klassenforschung und der Fachhochschule für Gesundheit durchgeführt. In regelmäßigen Workshops, die mit Unterstützung von Psycholog:innen, Ärzt:innen und Pflegekräften durchgeführt werden, wird das Rüstzeug für ein aktives Mitgestalten mitgegeben und Gesundheitserziehung gefördert.

Die Endresultate der Untersuchungen sollen dazu dienen, ein langfristiges Programm zur Gesundheitsförderung zu etablieren. Wir freuen uns darüber, dass Schüler:innen des Akademischen Gymnasiums Innsbruck Teil dieses Projektes sein werden.

Das Projekt wird im Rahmen von Sparkling Science ([www.sparklingscience.at](http://www.sparklingscience.at)) durch das Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung gefördert und unterstützt die aktive Teilnahme von Schüler:innen an Forschung.

 **Bundesministerium**  
Bildung, Wissenschaft  
und Forschung

 **oead**  
Agentur für Bildung  
und Internationalisierung

**VASC** ● ● ● **age**

