



Chance4Change:



Razvoj, izvedba in vrednotenje programov za izboljšanje subjektivnega dobrega počutja
Entwicklung, Umsetzung und Evaluation von Programmen, die das subjektive Wohlbefinden verbessern

SLOVENIJA

ÖSTERREICH

PROJEKTNE NOVICE

NEWSLETTER

Projekt Chance4Change se je začel 1.10.2010 z namenom pomagati prebivalcem mest in zaposlenim izboljšati dobro počutje. Vse do 30.9.2013 se izvaja na avstrijskem Štajerskem, v slovenskem Podravju in v Pomurju. Dvakrat letno bodo v okviru projekta izšle projektne novice. Tokrat vam predstavljamo prvo številko projektnih novic in vas vabimo k branju. Hkrati vas prosimo, da jih razpošljete vsem tistim, ki bi o dobrem počutju želeli izvedeti več. Iskrena hvala!

Das Projekt Chance4Change, das am ersten Oktober 2010 gestartet wurde, hat zum Ziel das Wohlbefinden der BewohnerInnen und der Beschäftigten auf beiden Seiten der Grenze zu verbessern. Bis Ende September 2013 wird das Projekt in der Steiermark und in Slowenien in den Regionen Podravje und Pomurje durchgeführt. Im Rahmen des Projektes wird zweimal jährlich ein Newsletter herausgegeben. Wir stellen Ihnen den ersten Newsletter vor mit der Bitte den Newsletter an alle mit dem Thema Wohlbefinden interessierte Menschen weiterzuschicken. Im Voraus vielen Dank!

VSEBINA

INHALT

Tiskovna konferenca v Mariboru ...stran 2

Včeraj sta v Mariboru župan Maribora in župan Gradca predstavila začetek čezmejnega projekta Chance4Change in opozorila na pomen dobrega počutja prebivalcev mest, še posebej zaposlenih, ki se nenehno soočajo s stresom, ta pa vodi do izgorevanja in s tem povezanih bolezni.

Začetek projekta „Chance4Change“ ...stran 2

Začetek projekta „Chance4Change“ Razvoj, izvedba in vrednotenje programov za izboljšanje subjektivnega dobrega počutja.

Kompas dobrega počutja ...stran 3

V okviru projekta "Chance4Change" je med drugim načrtovana izdaja slovensko-nemške brošure "Kompas dobrega počutja."

Interdisciplinarna delovna skupina za pripravo meril kakovosti ...stran 3

V okviru projekta "Chance4Change" so v dvorani mestnega sveta mestne občine Gradec (Avstrija) potekali štirje bilateralni sestanki strokovnjakov iz različnih področij dela na temo dobro počutje, preobremenitev, stres in izčrpanost.

Nova celostna grafična podoba projekta Chance4Change ...stran 4

V začetku leta 2011 je projekt "Chance4Change" dobil svojo prvo celostno grafično podobo.

Nova spletna stran projekta Chance4Change ...stran 4

Po začetnem povezovanju avstrijskih in slovenskih partnerjev so stekle priprave na vzpostavitev spletne strani projekta.

Pressekonzferenz in Maribor ... Seite 2

Im Rahmen des bilateralen EU-Projektes Chance4Change lud am 6. Oktober 2010 der Bürgermeister der Stadt Maribor Franz Kangler zur Pressekonzferenz ein, wo er zusammen mit dem Bürgermeister der Stadt Graz Mag. Siegfried Nagl die Ziele und Aktivitäten des neuen EU Projektes vorstellte.

Anfang des Projektes Chance4Change... Seite 2

Anfang des Projekts „Chance4Change“ ...

Burnout Check—Testen Sie Ihr Burnout-Risiko ... Seite 2

Testen Sie Ihr Burnout-Risiko und Ihre persönliche Balance zwischen Beanspruchung und Erholung.

Wohlfühl-Kompass ... Seite 3

Im Rahmen des Projekts „Chance4change“ ist unter anderem die Veröffentlichung einer slowenisch-deutschen Broschüre »Wohlfühl-Kompass« geplant.

Interdisziplinäre Arbeitsgruppe ... Seite 3

Interdisziplinäre Arbeitsgruppe zur Erarbeitung von Qualitätskriterien.

Neue grafische Gestaltung des Projektes »Chance4Change« ... Seite 4

Anfang 2011 erhielt das Projekt "Chance4Change" ein Logo und das ganze Corporate Design.

Neue Website des Projektes Chance4Change ... Seite 4

Nach den ersten gemeinsamen Projektaktivitäten zwischen den österreichischen und slowenischen PartnerInnen wurde im Mai eine neue Website des Projekts "Chance4Change" erstellt.



Tiskovna konferenca v Mariboru

Župan mesta Maribor Franc Kangler in župan avstrijskega Gradca mag. Siegfried Nagl sta 6.10.2010 v Mariboru z novinarsko konferenco v prostorih Mestne občine Maribor opozorila na pomen dobrega počutja prebivalcev mest, še posebej zaposlenih, ki se nenehno soočajo s stresom, ta pa vodi do izgorevanja in s tem povezanih bolezni.

Predstavila sta pomen skupnega 3-letnega čezmejnega projekta »Chance4Change: Razvoj, izvedba in vrednotenje programov za izboljšanje subjektivnega dobrega počutja«, ki se je pričel 1.10.2010 v okviru programa Čezmejnega sodelovanja Slovenija - Avstrija 2007 - 2013. Srečanja so se ob obeh županijah udeležili tudi vsi projektne partnerji iz Slovenije in Avstrije.



Pressekonferenz in Maribor

Im Rahmen des bilateralen EU-Projektes Chance4Change lud am 6. Oktober 2010 der Bürgermeister der Stadt Maribor Franz Kangler zur Pressekonferenz ein, wo er zusammen mit dem Bürgermeister der Stadt Graz Mag. Siegfried Nagl die Ziele und Aktivitäten des neuen EU Projektes vorstellte. Die beiden haben zugestimmt, dass in Österreich sowie in Slowenien Burn-out zu einer realen Gefahr für leistungsorientierte Menschen geworden ist. Darum ist die Bedeutung des Wohlbefindens bei den BürgerInnen und Beschäftigten immer wichtiger geworden. Zu der Gruppe der Begünstigten im Projekt zählen vor allem EntscheidungsträgerInnen, grenzübergreifende Interessensvertretungen, die WissenschaftsvertreterInnen für eine Rückmeldung zu den Ergebnissen des Projektes und die Gemeinden als Förderung und Entwicklung des Netzwerks und Gewährleistung der Nachhaltigkeit des Projektes. Die erarbeitenden Instrumente, Techniken und Programme werden in metallverarbeitenden Betrieben getestet.

Začetek projekta Chance4Change

(Graz, Maribor, Murska Sobota, 1.10.2010) "Chance4Change" je projekt ki poteka v okviru Evropskega teritorialnega sodelovanja (ETS) / čezmejni program Slovenija - Avstrija 2007 - 2013, katerega cilj je krepitev sodelovanja med Slovenijo in Avstrijo. Strateški cilj projekta je razvoj, izvajanje in vrednotenje subjektivnega počutja. Vrednost celotnega projekta znaša 900.000 €, od tega 400.000 € za slovenske in 500.000 € za avstrijsko-štajerske projektne partnerje. Na avstrijski strani 15% proračuna projekta krije Štajerska deželna vlada. Več: www.chance4change.eu



S pomočjo projekta »Chance4Change: Razvoj, izvedba in vrednotenje programov za izboljšanje subjektivnega dobrega počutja«, bomo v letih 2010-2013 prebivalcem na avstrijskem Štajerskem, v slovenskem Podravju in Pomurju pomagali k izboljšanju njihovega dobrega počutja tako, da bomo med drugim ustvarili bazo koristnih informacij zanje (ponudniki dobrega počutja in svetovalci), oblikovali kartico popustov, zanimive publikacije, z znanstvenega vidika pa obli kovali nova merska orodja za merjenje dobrega počutja posameznika ter številne zanimive članke in druge vsebine. V projektu se združuje 9 partnerskih organizacij iz Slovenije in Avstrije, izvedba le-tega pa je podprta s sredstvi Evropske unije.



Anfang des Projektes Chance4Change

(Graz, Maribor, Murska Sobota, 1.10.2010) „Chance4Change“ ist ein erfolgreich eingereichtes Projekt im Rahmen der Europäischen Territorialen Zusammenarbeit (ETZ) / grenzüberschreitendes Programm Slowenien - Österreich 2007 - 2013, das die Kooperation zwischen Slowenien und Österreich fördern soll. Das strategische Ziel dieses Projektes ist die Entwicklung, Durchführung und Evaluierung des subjektiven Wohlbefindens. Das Gesamtprojektvolumen beträgt 900.000 €, wobei die EU die slowenischen Partner mit 400.000 € und die steirischen Partner mit 500.000 € unterstützt. Auf österreichischer Seite werden 15 % des Projektbudgets vom Land Steiermark getragen.

Burnout Check-Testen Sie Ihr Burnout-Risiko

Wie stark sind Sie belastet? Haben Sie ausreichend Möglichkeiten sich zu regenerieren und zu erholen? Sind Sie möglicherweise Burnout gefährdet?

Testen Sie Ihr Burnout-Risiko und Ihre persönliche Balance zwischen Beanspruchung und Erholung. Der Online-Test steht Ihnen kostenlos unter <http://ww3.unipark.de/uc/bo-check-c4c/> zur Verfügung.



Kompas dobrega počutja

(Graz, 15.3.2011) V Medijskem centru mestne hiše v Gradcu so se sestali strokovnjaki, ponudniki, projektni partnerji iz Slovenije in Avstrije in vsi drugi, zainteresirani za predstavitev svoje ponudbe. Društvo Pobuda za človeka (VIM), Inštitut za psihologijo na Univerzi v Gradcu in Regionalna razvojna agencija Gradec in Gradec z okolico so na kratko predstavili celoten projekt Chance4Change, ki poteka v okviru bilateralnega EU projekta ETS (evropsko teritorialno sodelovanje). Več pozornosti so namenili predstavitvi enega izmed podprojektov »Kompas dobrega počutja«, ki so ga zbrani odlično sprejeli in o njem tudi razpravljali.



Ljudje, obremenjeni s stresom, bodo v kratkem lahko posegli po praktični podpori: do novembra 2011 bo namreč izšla knjižica Kompas dobrega počutja, ki bo vsem zainteresiranim nudila informacije na temo dobrega počutja, preobremenitev, stresa in izčrpanosti, hkrati pa bo vse ponudnice in ponudnike, ki so navedeni v knjižici **Kompas dobrega počutja** vključila v sistem nadzora kakovosti. Širša zainteresirana javnost bo tako lažje izbirala med obstoječo ponudbo na tovrstnem trgu. Knjižica bo natisnjena v nakladi 30.000 izvodov v nemškem in slovenskem jeziku, s koncem leta 2011, ko bo na voljo tudi spletna različica.

Interdisciplinarna delovna skupina za pripravo meril kakovosti

(Graz, November 2010 - April 2011) V okviru projekta »Chance 4 Change« so v dvorani mestnega sveta mestne občine Gradec (Avstrija) potekali štirje bilateralni sestanki strokovnjakov iz različnih področij dela na temo dobro počutje, preobremenitev, stres in izčrpanost. Dvajset strokovnjakov iz različnih delovnih področij je razvilo kakovostna merila za ocenjevanje programov in ponudnikov. Uspešna strokovna srečanja so potekala v duhu konstruktivnega sodelovanja, zato se projektna skupina ob tej priložnosti zahvaljuje vsem sodelujočim za opravljeno delo in dobro voljo.



Wohlfühl-Kompass

(Graz, 15.3.2011) Im Rahmen des Projekts „Chance4change“ ist unter anderem die Veröffentlichung einer slowenisch-deutschen Broschüre »Wohlfühl-Kompass« geplant. Darin sollen Bewohnerinnen und Bewohner der Städte Maribor, Graz und Murska Sobota Informationen und Angebote zu den Themen Wohlbefinden, Überbelastung Stressbewältigung sowie Burn-out finden.

Der Wohlfühl-Kompass, der in diesem Projekt entwickelt wird, wurde allen Interessierten im Rahmen des Kick off Meetings am 15. März 2011 im Grazer Rathaus präsentiert.

Als Anbieterin oder Anbieter von Dienstleistungen in den Bereichen Wohlbefinden und Stressprävention haben Sie die Möglichkeit, als Partnerin oder Partner im Wohlfühl-Kompass aufgenommen zu werden. Die Kriterien, anhand derer Ihr Angebot bewertet wird, wurden in einem Gremium von ExpertInnen aus unterschiedlichen Fachbereichen erarbeitet und stehen Ihnen als Download zur Verfügung ([Qualitätskriterien](#), [Expertenbeurteilung](#), [Qualitätskriterien](#), [Selbsteinschätzung](#)): www.chance4change.eu



Um festzustellen, ob Ihr Angebot mit den Qualitätskriterien und Leitprinzipien des Wohlfühl-Kompasses übereinstimmt und in die Broschüre sowie die Homepage aufgenommen wird, bitten wir Sie um Ihre Bewerbung. Diese erfolgt über die Beantwortung eines Fragebogens sowie die Zusendung von Nachweisen über entsprechende Qualifikationen

Interdisziplinäre Arbeitsgruppe

(Graz, November 2010 - April 2011) Im Rahmen des Projekts „Chance4Change“ fanden im Grazer Rathaus vier Arbeitstreffen des so genannten ExpertInnen-Pools statt. Die rund 20 Expertinnen und Experten aus unterschiedlichen Arbeitsfeldern haben Qualitätskriterien zur Beurteilung von Programmen und AnbieterInnen erarbeitet. Die gelungenen Veranstaltungen waren von einem Klima des konstruktiven Miteinanders geprägt, das Projektteam möchte sich an dieser Stelle nochmals sehr herzlich für die Mitarbeit und das tolle Klima bedanken.



Nova celostna grafična podoba projekta Chance4Change

(Maribor, februar 2011) V začetku leta 2011 je projekt "Chance4Change" dobil svojo prvo celostno grafično podobo. Nastala je pod okriljem inštituta IRDO, njen avtor je Uroš Zupančič. Grafični znak projekta je dvobarven: vijolično-moder. Sporoča veselje, radost, gibanje, svobodo, sprostitve, dobro počutje, sodelovanje, družabnost, partnerstvo. Predstavlja dva človeka, ki se veselita sodelovanja, ki se zavedata soodvisnosti, življenja in minljivosti bivanja, ki se veselita pozitivnih vrednot, ki to bivanje omogočajo. Znak lahko razumemo tudi kot partnersko povezovanje dveh različnih ljudi, predstavnikov dveh spolov ali dveh držav, med katerimi ni meja, ampak se ustvarja sodelovanje, povezovanje. Modra barva predstavlja modrost, komunikacijo, vijolična barva pa kreativnost, duhovnost. Oboje je potrebno za dobro zavedanje lastnega obstoja in soodvisnosti nas vseh. Znak omogoča izvedbo različnih variacij glede na potrebe projekta. Nudi nam možnost, da ustvarjamo množico ljudi in tako podpira različne aktivnosti projekta.

Neue grafische Gestaltung des Projektes Chance4Change

(Maribor, Februar 2011) Anfang 2011 erhielt das Projekt "Chance4Change" ein Logo und das ganze Corporate Design. Für die Abwicklung dieser Projektaktivität ist der Projektpartner IRDO verantwortlich, unterstützt vom Regionalmanagement Graz und Graz Umgebung. Autor des Corporate Designs ist Uroš Zupančič. Das Projektlogo ist zweifärbig - blau/ violett und soll unter anderem die Botschaft der Freude, der Bewegung, der Freiheit, der Entspannung, des Wohlbefindens, die Kooperation und die Zusammenarbeit, die Geselligkeit und die Partnerschaft vermitteln. Es stellt zwei Menschen dar, die uns an eine Zusammenarbeit erinnern. Die blaue Farbe steht für die Weisheit, die Kommunikation, die violette Farbe stellt die Kreativität und die Spiritualität dar. Beide sind notwendig für ein gutes Existenzbewusstsein und eine gegenseitige Abhängigkeit unter uns. Das Logo ermöglicht verschiedene Applikationen für die Bedürfnisse des Projektes.

Nova spletna stran projekta Chance4Change

(Maribor, maj 2011) Po začetnem povezovanju avstrijskih in slovenskih partnerjev so stekle priprave na vzpostavitev spletne strani projekta "Chance4Change". Na spletni strani predstavljamo osnovne podatke o stresu in dobrem počutju, celoten projekt in projektne partnerje ter že nekatere rezultate projekta. Ker je projekt trileten, se nam ob knjižici Kompas dobrega počutja obetajo še številne novosti, kot npr. zbirka primerov dobre prakse v EU, nov model merjenja dobrega počutja, kartica ugodnosti za prebivalce mest v regijah tega projekta ter mnogo več. Če želite narediti samooceno svojega dobrega počutja, vas vabimo, da to storite že zdaj, s klikom na *vprašalnik za samooceno dobrega počutja*, ki ga najdete v poglavju *Programi* na spletni strani projekta www.chance4change.eu. Vabljeni k sodelovanju!



(Maribor, Mai 2011) Nach den ersten gemeinsamen Projektaktivitäten zwischen den österreichischen und slowenischen PartnerInnen wurde im Mai eine neue Website des Projekts "Chance4Change" erstellt. Diese präsentiert grundlegende Informationen zum Thema Stress und des Wohlbefindens, wie auch die gesammelten Informationen über das Projekt und die Projektergebnisse. Die Website wird regelmäßig aktualisiert und wird in Zukunft eine wichtige Drehscheibe für AnbieterInnen und Anbieter im Bereich Wohlbefinden, Überlastung, Stress und Burn-out sein. Genauso werden auch die Endnutzer viele brauchbare Informationen für sich finden und in Anspruch nehmen können. www.chance4change.eu.

Vodilni partner / Lead partner: Mariborska razvojna agencija (MRA), Pobreška cesta 20, 2000 Maribor
Kontakt: Amna Potočnik, Tel: 00386/2/33 313-13, E-mail: amna.potocnik@mra.si, www.mra.si

Impressum:

Informacije za Slovenijo:

Inštitut za razvoj družbene odgovornosti IRDO
Preradovičeva ulica 26, 2000 Maribor
Kontakt: Anita Hrast, Tel: 00386/31 344 883,
E-mail: anita.hrast@irdo.si, www.irdo.si

Informationen für Österreich:

RMGGU, Jungferngasse 1, 8010 Graz
Kontakt: Dr. Bernd Gassler, DI Sara Rajh,
Tel.: 0043 316 25 38 60, E-mail: office@graz-umgebung.at, www.graz-umgebung.at