

Digital gesund altern NÖ

Smart Café NÖ



STUPSI

Ein Gemeinschaftsprojekt von:



 Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Gesundheit Österreich
GmbH



Fonds Gesundes
Österreich



Kompetenzzentrum
Zukunft
Gesundheitsförderung
Österreichische Gesundheitsförderung

Gefördert aus Mitteln der Agenda Gesundheitsförderung und des Fonds Gesundes Österreich



Österreichische
Gesundheitskasse

BhW Bildung
hat Wert.
KULTUR . REGION . NIEDERÖSTERREICH

treffpunkt
BIBLIOTHEK
SERVICE DES LANDES NÖ FÜR BIBLIOTHEKEN

noe  regional





STUPSI – die Gesundheits- App

- Einfache Benutzeroberfläche
- Erhebung des aktuellen Gesundheitsbefindens
- Setzen von Zielen
- Anstupsen zu Aktivitäten
- Erfolgsstatistik

Gesundheitstest

von 10.6.2024

20 von 30 Punkten



Gemeinschaftliches
5 von 10 Punkten



Körperliches
5 von 10 Punkten



Geistiges
5 von 10 Punkten

Neues Ziel

Menü

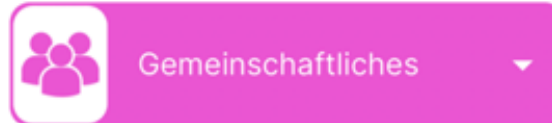


Schritt 1:

Welches Ziel möchten Sie erreichen?

Welcher Kategorie ist es zugehörig?

Legen Sie die Kategorie fest:



Beschreiben Sie ihr Ziel

Auswählen

Woche

Monat

Gemeinschaftliches

80% geschafft - Großartig!

Geistiges

80% geschafft - Großartig!

Körperliches

80% geschafft - Großartig!

+ Neues Ziel

17 ME Meine Ziele



Gesundheitstest

GEISTIGES



Teil 2 von 3



Weiter



22:09

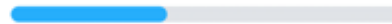
LTE



KÖRPERLICHES



Frage 2 von 5



Wie viele Stunden schlafen
sie durchschnittlich **pro**
Nacht?

- weniger als 5 Stunden
- 5 - 7 Stunden
- mehr als 7 Stunden



Zurück

Weiter



22:11

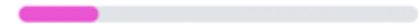
LTE



GEMEINSCHAFTLICHES



Frage 1 von 5



Wie viele Stunden
verbringen Sie pro Tag vor
dem Fernseher?

- weniger als 1 Stunde
- 2 - 3 Stunden
- mehr als 3,5 Stunden



Zurück

Weiter





Verein Waldviertler Kernland

Projektleitung: Doris Maurer, MA, MA

Unterer Mark 10

3631 Ottenschlag

02872 200 79 20

www.waldviertler-kernland.at