

# Gesundheitsförderung älterer Menschen durch Mitgestalten und Mitentscheiden

am Beispiel „AktivlotsInnen in Rudolfsheim-Fünfhaus“

„AktivlotsInnen in Rudolfsheim-Fünfhaus“ – Health Promotion of Older People by Participation

Karin Kienzl-Plochberger & Elisabeth Kausek

Themenschwerpunkt Public Health

## Zusammenfassung

Im Rahmen der Initiative des Fonds Gesundes Österreich „Auf gesunde Nachbarschaft“ entstand das Projekt „AktivlotsInnen in Rudolfsheim-Fünfhaus“, das in Kooperation von Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren und den Wiener Sozialdiensten durchgeführt und vom Fonds Gesundes Österreich und der Wiener Gesundheitsförderung gefördert wurde. Aktivierung und Beteiligung von Seniorinnen und Senioren aus dem 15. Wiener Gemeindebezirk standen im Fokus. Ein neuer Treffpunkt, das „Café Aktiv“ im Nachbarschaftszentrum 15 ermöglichte dabei ein gegenseitiges Kennenlernen und Aktivwerden. Ziel war, SeniorInnen zu ExpertInnen für ihre eigene Gesundheit zu machen und sie zu ermutigen, eigenverantwortlich, selbstbestimmt und gesundheitsbewusst zu handeln und dieses Wissen als MultiplikatorInnen auch aktiv weiterzugeben. Dazu wurden interessierte Frauen und Männer zu AktivlotsInnen ausgebildet und durch zwei Projekt-Mitarbeiterinnen mit muttersprachlichen Kompetenzen (bosnisch-kroatisch-serbisch und türkisch) bei ihren Aktivitäten für und mit älteren Teilnehmerinnen und Teilnehmern im privaten Umfeld und im öffentlichen Raum unterstützt. Das Projekt richtete sich an sozioökonomisch benachteiligte Menschen ab dem sechzigsten Lebensjahr. Es leistete aber auch mit seinen Aktivitäten und Veranstaltungen einen wichtigen Beitrag zur Vernetzung und zum Wissensaufbau bei allen Akteurinnen und Akteuren im Setting.

## Abstract

As part of the “Healthy Neighborhood” initiative, the “AktivlotsInnen in Rudolfsheim-Fünfhaus” project was developed in cooperation with Wiener Hilfswerk Neighborhood

Centers and the Vienna Social Services and funded by the Healthy Austria Fund and the Vienna Health Promotion Fund. The focus was on the activation and participation of seniors from the 15<sup>th</sup> district of Vienna. A new meeting place, the “Café Aktiv” in the neighborhood center 15, made it possible to get to know each other and become active. The aim was to make seniors experts for their own health and to encourage them to act autonomously, self-determined and health oriented, and to actively pass on this knowledge as multipliers. For this purpose, interested women and men were trained as active volunteers and supported by two project staff with native language skills (Bosnian-Croatian-Serbian and Turkish) in their activities for and with older participants in the private sphere and in public spaces. The project was aimed at socio-economically disadvantaged people over the age of sixty. With its activities and events, however, it also made an important contribution to networking and building knowledge among all players in the setting.

## 1. Einleitung

Gesundheitsförderung ist ein komplexer sozialer und gesundheitspolitischer Ansatz, der einerseits die Verbesserung von gesundheitsrelevanten Lebensweisen, aber auch die Verbesserung von gesundheitsrelevanten Lebensbedingungen umfasst. Gesundheitsförderung will daher nicht nur individuelle Lebens- und Handlungsfähigkeiten beeinflussen und Menschen zur Verbesserung ihrer Gesundheit befähigen, sondern sie zielt darüber hinaus auch auf ökonomische, soziale, ökologische und kulturelle Faktoren und auf politische Interventionen zur Beeinflussung dieser gesundheitsrelevanten Faktoren ab (Kaba-Schönstein, 2018).

Ein Mangel an ökonomischen und kulturellen Ressourcen, geringe soziale Teilhabe und eine langjäh-