

gesundes österreich

IM GESPRÄCH

„Gemeinsam die
Gesellschaft
gesünder
gestalten.“

JOSEF WEIDENHOLZER,
PRÄSIDENT DER VOLKSHILFE
ÖSTERREICH



Partizipation

Wie aus
Betroffenen
Beteiligte werden

Im Interview

Arno Melitopoulos,
Rudolf Forster,
Michael T. Wright

Praxis

Gesundheitsförderung
bei der Justizwache
in Graz-Jakomini

Offenlegung gemäß § 25 MedG

Medieninhaber: Gesundheit Österreich GmbH, Stubenring 6, 1010 Wien, FN 281909y, Handelsgericht Wien

Herausgeber und Geschäftsführer:

Dr. Arno Melitopoulos

Geschäftsbereichsleiterin:

Mag.^a Christa Peinhaupt

Redaktionsadresse und Abonnement-

Verwaltung: Geschäftsbereich Fonds
Gesundes Österreich, Aspernbrückengasse 2,
1020 Wien, Tel: 01/895 04 00-0,
fgoe@goeg.at

Redaktionsbüro: Mag. Dietmar Schobel,

www.teamword.at, schobel@gmx.at,

Tel: 01/971 26 55

Redaktion:

Mag.^a Gudrun Braunegger-Kallinger,
Sabine Fisch,

Mag. Christian F. Freisleben-Teutscher,

Ing.ⁱⁿ Petra Gajar,

Mag.^a Rita Kichler,

Helga Klee,

Dr.ⁱⁿ Anita Kreilhuber,

Mag. Harald Leitner,

Mag.^a Hermine Mandl,

Mag. Markus Mikl,

Mag. Dr. Klaus Ropin,

Mag. Dietmar Schobel (Leitung),

Mag.^a Gabriele Vasak

Graphik: Mag. Gottfried Halmschlager

Fotos: Klaus Pichler, Bilderbox, Fotolia, privat

Foto Titelseite: Moritz Wustinger,

moritz.wustinger.com

Druck: Ferdinand Berger & Söhne Ges.m.b.H.

Erscheinung: 4 x jährlich

Verlags- und Herstellungsort: Wien,

Verlagspostamt: 1020 Wien.

Zur einfacheren Leserlichkeit wurden im Heftinneren keine geschlechtsspezifischen Titelabkürzungen verwendet.

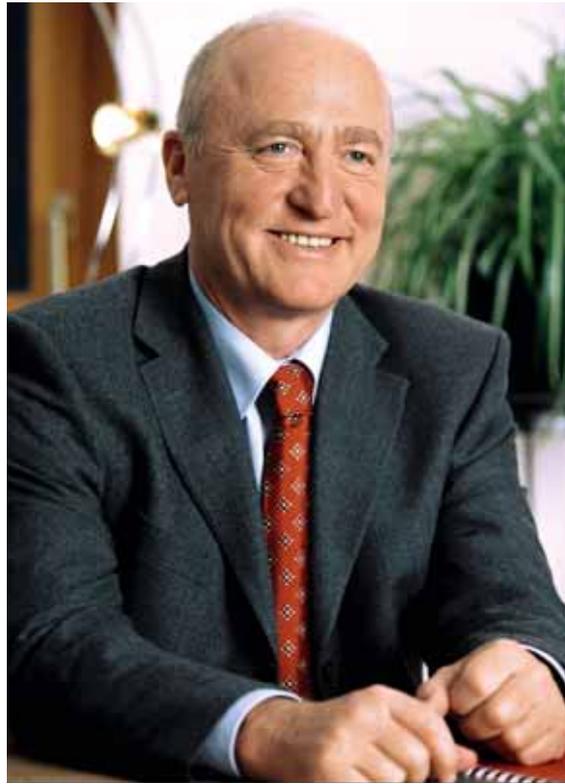


Foto: Volkshilfe/Petra Spödl

8

COVERSTORY

Volkshilfe-Präsident *Josef Weidenholzer* im Gespräch mit „Gesundes Österreich“ über das Glücksgefühl, etwas bewegen zu können, und seine persönlichen Gesundheitsstrategien.

MENSCHEN & MEINUNGEN

Drei Kurzporträts:
Pamela Rendi-Wagner,
Michael T. Wright, Karin
Reis-Klingspiegl

4

Kurz & bündig
5-7

Im Rückblick: Arno
Melitopoulos im Gespräch
über seine Zeit bei der
Gesundheit Österreich
GmbH

10

Im Porträt: Klaus Ropin,
Gesundheitsreferent mit
Schwerpunkt Betriebliche
Gesundheitsförderung
beim FGÖ

12

Statt Grundsatzdiskussionen über „Partizipation“ zu führen, sollte Beteiligung in der Praxis mehr gelebt werden, meint Karl Krajic in seinem Gastbeitrag.

14

WISSEN

Kurz & bündig
15 & 16

**Thema: Partizipation
in der Gesundheits-
förderung**

18

Die 13. Gesundheitsför-
derungskonferenz des
FGÖ in Krems

18

Rudolf Forster: Partizipation darf keine Alibihandlung sein

19

Chancen und Barrieren für Partizipation

20

Michael T. Wright: Hohe Beteiligung garantiert eine hohe Projektqualität

22

Schwer Erreichbare erreichen: Partizipationsprozesse für sozial Benachteiligte

24

Gemeinden gemeinsam gesünder gestalten: Beteiligung auf kommunaler Ebene

26



EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser!

Gesundheitsförderung kann nicht verordnet werden. Sie muss gemeinsam mit den Menschen, die sie erreichen soll, gestaltet werden. Partizipation ist deshalb eines der Grundprinzipien der Gesundheitsförderung.



Es sorgt dafür, dass der Bedarf der Zielgruppe bestmöglich berücksichtigt wird. Aus Evaluationen wissen wir, dass dies Gesundheitsinitiativen auch erfolgreicher macht. Gleichzeitig müssen die Stakeholder miteinbezogen und vor allem existierende Strukturen berücksichtigt werden, um diese gesundheitsförderlicher zu gestalten. Dies alles umzusetzen, stellt diejenigen, die Projekte durchführen, vor große Herausforderungen. Es ist jedoch stets lohnend, sich diesen zu stellen. Denn wenn von Beginn an partizipativ vorgegangen wird, wird Gesundheitsförderung nachhaltig erfolgreich.

Die Theorie und Praxis von Partizipation war auch zentraler Inhalt der 13. Österreichischen Gesundheitsförderungskonferenz des Fonds Gesundes Österreich. Unser aktuelles Magazin „Gesundes Österreich“ ist ebenfalls diesem Thema gewidmet. Auf den Seiten 20 bis 22 werden zum Beispiel die Barrieren und die Chancen für Beteiligung beschrieben. Weitere Artikel befassen sich etwa mit Partizipation auf kommunaler Ebene oder damit, wie sozial Benachteiligte bestmöglich miteinbezogen werden können.

Wer sich für andere engagiert, beteiligt sich daran, unsere Gesellschaft insgesamt sozial gesünder zu gestalten, meint der Soziologe *Univ.-Prof. Dr. Josef Weidenholzer*, Präsident der Volkshilfe Österreich, in unserer Coverstory auf den Seiten 8 und 9. Artikel über Praxisprojekte sowie über Initiativen zur Selbsthilfe vervollständigen wie immer das Themenspektrum unseres Magazins.

An dieser Stelle darf ich mich auch im Namen des Teams des Geschäftsbereiches Fonds Gesundes Österreich bei *Dr. Arno Melitopolus* bedanken, der seit Juni 2009 Geschäftsführer der Gesundheit Österreich GmbH war und ab August seine neue Funktion als Leitender Angestellter der Tiroler Gebietskrankenkasse übernehmen wird.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre,

Mag. Christa Peinhaupt,
Geschäftsbereichsleiterin
des FGÖ

„ Aus Betroffenen Beteiligte machen. “

Partizipation in der Gesundheitsförderung ist Themenschwerpunkt dieser Ausgabe. Auf den Seiten 18 bis 36 berichten wir unter anderem über Beteiligungsprozesse für Jugendliche und für sozial Benachteiligte sowie über Partizipation auf kommunaler Ebene.

Mitreden und mitentscheiden: Beteiligung durch Kinder und Jugendliche
30

Wer macht mit? – 1 Frage an 3 Expert/innen
33

SERVICE: Methoden zur Partizipation – vom World Café bis zur Zukunftswerkstatt
34

SELBSTHILFE

Wie junge Menschen zur Selbsthilfe motiviert werden können
37

Auf einen Blick: Die Adressen der Selbsthilfe-Dachverbände
38

Jeden Tag nehmen, wie er kommt: Selbsthilfe für junge MS-Kranke
39

Eine Selbsthilfegruppe für Spielsüchtige
40

PRAXIS

Kurz & bündig
41–44

Bei einem Projekt für Menschen über 50 entscheiden diese selbst, was sie für ihr Wohlbefinden tun wollen
45

Betriebliche Gesundheitsförderung in der Justizanstalt Graz-Jakomini
46

Als „Genuss- und Bewegungsentdecker“ werden Kinder in Oberösterreich spielerisch zu einem gesunden Lebensstil motiviert
48

Eine umfassende Gesundheitsinitiative für Gastgewerbe-Lehrlinge in Vorarlberg
50

„WIKI G'sund“ ist ein Projekt zur Prävention im Kleinkindalter in der Steiermark
52



„Wir müssen weg von der Einbahnstraße Reparaturmedizin.“

PAMELA RENDI-WAGNER

Die Kosten im Gesundheitssystem wachsen und unsere Lebenserwartung nimmt stetig zu. Deshalb müssen wir weg von der Einbahnstraße Reparaturmedizin und hin zur Frage, was wir alle tun können, um länger gesund zu bleiben“, meint *SC Priv.-Doz. Dr. med. Pamela Rendi-Wagner, MSc (40)*. Sie ist neues Mitglied im Kuratorium des Fonds Gesundes Österreich und seit März Leiterin der Sektion III, Öffentlicher Gesundheitsdienst und medizinische Angelegenheiten, im Bundesministerium für Gesundheit. In der Gesundheitsförderung und Prävention gehe es nicht nur darum, das Gesundheitsbewusstsein der Menschen zu erhöhen, betont Rendi-Wagner. Ziel sei vor allem, sozial gerechte Rahmenbedingungen zu schaffen, die es jedem einzelnen erst ermöglichen, selbst auf seine Gesundheit zu achten und einen gesunden Lebensstil zu pflegen. Rendi-Wagner hat 1996 ihr Studium an der Medizinischen Fakultät der Universität Wien (MUW) abgeschlossen. Im Anschluss wurde sie in London und Wien zur Fachärztin für Spezifische Prophylaxe und Tropenhygiene ausgebildet. 2007 hat sich die Expertin für Tropenmedizin, Infektiologie, Vakzinologie und Public Health an der MUW habilitiert. Sie ist Mitglied in zahlreichen nationalen und internationalen Fachgesellschaften sowie Gastprofessorin an der Tel Aviv University. Rendi-Wagner ist verheiratet und Mutter zweier Töchter.

MICHAEL
T. WRIGHT

„Beteiligung der Betroffenen erhöht die Qualität von Projekten.“

„Partizipation ist ein Grundprinzip der Gesundheitsförderung. Wenn es auch in der Praxis gelebt wird, dann erhöht dies die Qualität von Projekten“, erklärt *Univ.-Prof. Dr. Michael T. Wright*, der Herausgeber des grundlegenden Werkes „Partizipative Qualitätsentwicklung in der Gesundheitsförderung und Prävention“. Wright wurde 1962 in South Portland im US-Bundesstaat Maine geboren, hat am Boston College Theologie studiert und ist ausgebildeter Psychotherapeut. Von 1984 bis 1994 war er in der Sozialarbeit tätig, unter anderem als Leiter der „Burnside Projects“, eines sozialen

Notdienstes für Obdachlose in Portland, Oregon. 1994 kam Wright als Stipendiat nach Deutschland, wo er ab 1995 unter anderem als Referent für Internationales der Deutschen AIDS-Hilfe tätig war. 2010 wurde er als Professor für Methoden der empirischen Sozialforschung an die Katholische Hochschule für Sozialwesen Berlin berufen. Was macht der Experte für Gesundheitsförderung für sein eigenes Wohlbefinden? „Ich versuche vor allem, nicht zu viel zu arbeiten und auch Zeit für Muße zu finden“, sagt Wright. Auf



Seite 22 dieser Ausgabe von „Gesundes Österreich“ ist ein Interview mit dem Experten für Partizipation in der Gesundheitsförderung nachzulesen.



„Wir wollen die Ressourcen und Kompetenzen in Lebenswelten stärken.“

KARIN REIS-KLINGSPIEGL

„Wir wollen die Ressourcen und Kompetenzen in Lebenswelten stärken“, sagt *Mag. Karin Reis-Klingspiegl*, die Geschäftsführerin von Styria vitalis, der steirischen Einrichtung für Gesundheitsförderung. Das soll durch Strukturen erreicht werden, in denen sich alle beteiligen können, die Lebensverhält-

nisse gemeinsam gesünder zu gestalten. Sei dies in „Gesunden Schulen“, „Gesunden Betrieben“ oder im Styria vitalis-Netzwerk für „Gesunde Gemeinden“, dem bereits knapp ein Drittel der steirischen Gemeinden angehören. Reis-Klingspiegl ist 1964 in Graz geboren, studierte Germanistik und war vier Jahre Kulturjournalistin. 1987 hat sie in der Öffentlichkeitsarbeit bei Styria vitalis begonnen. Sie ist verheiratet, hat

einen Sohn und eine Tochter und lebt in Frohnleiten nahe Graz. Beim Lesen auf ihrer Terrasse oder bei ausgedehnten Wanderungen findet sie Ausgleich. „Eine große Sportlerin bin ich aber nicht“, meint sie. Vergangenen Sommer ist sie trotzdem zweieinhalb Wochen lang von Arcachon an der französischen Atlantikküste nach Gruissan am Mittelmeer geradelt. „Da muss auch erwähnt werden, dass mein Mann das Gepäck für die ganze Familie transportiert hat“, lacht Reis-Klingspiegl.



Die Teilnehmer/innen des Vernetzungstreffens
„Gesunde Schule“ in Graz

Gesunde Schulen in Österreich

VERNETZUNGSTREFFEN

25 Teilnehmer/innen aus acht Bundesländern sind auf Einladung von Styria vitalis und der GIVE-Service Stelle für Gesundheitsbildung im April zum Vernetzungstreffen „Gesunde Schule“ nach Graz gekommen. Die Mitgliedsorganisationen des aks austria waren ebenso vertreten wie

die Schul-Service Stellen der Gebietskrankenkassen, die Sozialversicherungsanstalt der Bauern, die Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter und das Jugendrotkreuz. *Mag. Stefan Spitzbart* vom Hauptverband der Sozialversicherungsträger stellte Tools vor, mit denen „Gesundheit“ an Schulen thematisiert werden kann. *Ing. Petra Gajar* vom Fonds Gesundes Österreich

(FGÖ) erarbeitete mit der Gruppe, was bei einem Projektantrag für schulische Gesundheitsförderung beim FGÖ berücksichtigt werden sollte. Dabei ging es zum Beispiel um die Motive für Projekte, aber auch um die Standards für deren Planung.

100 Gesunde Gemeinden in Kärnten



Franz Felsberger, Bürgermeister von Ebenthal, der Kärntner LH-Stv. Dr. Peter Kaiser und Mario Käfer, Vizebürgermeister von Ebenthal, der 100. „Gesunden Gemeinde“ in Kärnten.

2002 startete das Netzwerk der „Gesunden Gemeinden“ in Kärnten mit elf Ortschaften. Im Mai konnte nun mit Ebenthal die 100. Ortschaft gezählt werden, die sich an diesem Netzwerk beteiligt. „Die Initiative ‚Gesunde Gemeinde‘ soll durch innovative Angebote zur Gesundheitsförderung die Lebensqualität und das Wohlbefinden der Bevölkerung nachhaltig steigern“, sagte Kärntens Gesundheitsreferent, Landeshauptmann-Stellvertreter *Dr. Peter Kaiser* aus diesem Anlass. Kaiser ergänzte, dass es dank der ausgezeichneten Zusammenarbeit zwischen den „Gesunden Gemeinden“ und dem Land Kärnten trotz der zurzeit angespannten finanziellen Situation möglich sei, kostengünstige und kostenlose Maßnahmen in den drei Bereichen Ernährung, Bewegung und seelisches Wohlbefinden umzusetzen.

Neu beim FGÖ

KURATORIUM & BEIRAT

Das Kuratorium und der Fachbeirat des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) haben seit Mitte März dieses Jahres mehrere neue Mitglieder. Das Kuratorium ist das oberste Kontrollorgan des FGÖ und setzt sich aus 15 Mitgliedern zusammen. Bei der Entwicklung von Strategien und der Bewer-

tung von Projekten steht ihm ein Fachbeirat zu Seite, dem sieben Praktiker/innen und Wissenschaftler/innen angehören. Neu im Kuratorium sind *MR Dr. Silvia Janik*, die das Bundesministerium für Finanzen vertritt, *SC Priv.-Doz. Dr. Pamela Rendi-Wagner, MSc*, für das Bundesministerium für Gesundheit und *SC Kurt Nekula M.A.* für das Bundesministerium für Unterricht und

Kunst. Neu im Fachbeirat ist *Ass.-Prof. Dr. Petra Rust* vom Institut für Ernährungswissenschaften der Universität Wien. Die Frauengesundheitsbeauftragte der Stadt Wien und Professorin am Institut für Psychologie der Universität Salzburg a.o. *Univ.-Prof. Dr. Beate Wimmer-Puchinger* war bereits bis 2004 im Fachbeirat und gehört im nun erneut an.

Pionierin der Gesundheitsförderung

LINDI KÁLNOKY

Mehr Gesundheit für alle. So lässt sich das Konzept für Gesundheitsförderung der Weltgesundheitsorganisation WHO zusammenfassen. Der Name *Dr. Lindi Kálnoky* steht an vorderster Stelle für die praktische Umsetzung dieser Idee in Österreich. 1988 initiierte sie gemeinsam mit dem damaligen Gesundheitsminister *Franz Löschnak* den Fonds Gesundes Österreich (FGÖ), der 1998 umstrukturiert und erweitert wurde. Damit wurde in Österreich eine Einrichtung für Gesundheitsförderung geschaffen, die heute auch im internationalen Vergleich als vorbildlich gilt.

Kálnoky hat wesentlich zu dieser Entwicklung beigetragen, denn sie setzte sich von Beginn an dafür ein, die Idee der Gesundheitsförderung in der Praxis mit Leben zu erfüllen. So hat sie etwa in den Anfängen des FGÖ die ersten Gesundheitsreferent/in-



nen persönlich in das Konzept der Gesundheitsförderung eingeführt. Inzwischen sind vom Fonds Gesundes Österreich mehr als 1.000 gesundheitsförderliche Projekte in Gemeinden, Schulen und Betrieben im ganzen Land unterstützt worden. Zudem wurden zahlreiche Aktivitäten gesetzt, um Gesundheitsförderung bekannt zu machen, Ausbildung zu ermöglichen und die Vernetzung zu verstärken. All dies wäre ohne Lindi Kálnoky wohl niemals in dieser Form verwirklicht worden. Bereits in den 1970-er Jahren

war Kálnoky auch für den Aufbau der Steirischen Gesellschaft für Gesundheitsschutz verantwortlich, dem heutigen „Styria vitalis“, dessen geschäftsführendes Vorstandsmitglied sie bis 2006 war. Von 1981 bis 1991 war Kálnoky Bundesrätin, Landtagsabgeordnete und Landtags-Vizepräsidentin. Sie hatte zudem unter anderem die Funktion einer Vizepräsidentin des österreichischen Roten Kreuzes inne und vom Land Steiermark wurde ihr dessen höchste Auszeichnung verliehen – das Große Goldene Ehrenzeichen mit dem Stern. Bis März dieses Jahres war Lindi Kálnoky auch Mitglied des Kuratoriums der von ihr ins Leben gerufenen nationalen Institution für Gesundheitsförderung, dem Fonds Gesundes Österreich. Das Team des FGÖ und die Mitarbeiter/innen des Magazins „Gesundes Österreich“ danken Lindi Kálnoky herzlich für ihr großes Engagement in der Gesundheitsförderung in Österreich.

PGA-Obmann geht in Pension

OBERÖSTERREICH

Helmut Oberchristl, der langjährige Obmann des Vereins für prophylaktische Gesundheitsarbeit (PGA) mit Sitz in Linz, wurde vom Team des PGA Mitte Juni mit einer Feier verabschiedet. Oberchristl hat den PGA mit Sitz in Linz mitgegründet und war seit Ende 1988 dessen Vorsitzender. Das Bekenntnis zu einem umfassenden und ganzheitlichen Verständnis von Gesundheit war für Oberchristl stets die Grundlage seiner Arbeit für ein höheres Wohl-

finden der Menschen. Bei den Mitarbeiter/innen des PGA wird er für seinen freundlichen und kollegialen Umgang mit allen Beschäftigten besonders geschätzt. Oberchristl hat wesentlich daran mitgewirkt, den PGA aufzubauen und zu gestalten. Heute zählt diese Einrichtung zu den bedeutenden Institutionen für Prävention und Gesundheitsförderung in Österreich. Oberchristl war unter anderem auch Vorsitzender des Zentralbetriebsrates der VOEST und wurde mit dem großen Ehrenzeichen für Verdienste um die Republik Österreich und dem Goldenen Ehrenzeichen des Landes Oberösterreich ausgezeichnet. Er ist 1944 geboren, verheiratet und hat zwei Kinder. Seine Nachfolge als Obmann beim PGA tritt *Albert Maringer* an. Er ist stellvertretender Obmann der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse und Betriebsrat in der VOEST.



Felix Hinterwirth, der Obmann der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse und **Helmut Oberchristl** (rechts im Bild) bei der Abschiedsfeier Mitte Juni.

TIROL

Wechsel im Team des avomed

Die Schulung von Diabetiker/innen sowie die Fortbildung von Ärzt/innen und Diaetolog/innen, die sie betreuen, zählt zu den Arbeitsschwerpunkten des avomed – Arbeitskreis für Vorsorge-medicin und Gesundheitsförderung in Tirol.

Das umfasst unter anderem auch Tipps für einen gesunden Lebensstil, denn speziell der Typ-2-Diabetes kann dadurch vermieden oder zumindest besser behandelt werden. *Silvia Pfandler*, die im avomed bis vor kurzem für die Diabetiker/innen-Schulung zuständig war, ist Ende April in den Ruhestand gegangen. Ihre Funktion wurde



Mag. Petra Wohlfahrtstätter ist seit Mai beim avomed Tirol für die Diabetiker/innen-Schulung zuständig.

von der Diaetologin *Mag. Petra Wohlfahrtstätter* übernommen. Sie war in verschiedenen Krankenhäusern tätig und betreut seit 14 Jahren verschiedene Ernährungsprojekte für den avomed. „Typ-2-Diabetes wird oft durch Übergewicht ausgelöst und die beste Behandlung ist immer noch die Vorbeugung. Das heißt auch, Menschen durch Ernährungs- und Gesundheitsbildung zu ‚Health Literacy‘ zu verhelfen, damit aus Ratsuchenden Akteure werden“, meint Wohlfahrtstätter.

Neuer Geschäftsführer

AKS VORARLBERG

Dr. Beat Rünzler ist seit Anfang Juni Geschäftsführer der aks Sozialmedizin GmbH in Vorarlberg und Leiter der aks Kinderdienste. Rünzler ist Psychologe und war bisher als CFO (Chief Financial Officer) beim Hightech-Unternehmen Bachmann electronic GmbH beschäftigt. Er kennt den aks bereits durch seine Tätigkeit als externer Beirat des aks Vorstandes. *Mag. Ing. Helmut Fometran*, der bis Ende Mai aks-Geschäftsführer war, ist nun Verwaltungsdirektor des Krankenhauses Dornbirn und Leiter der Dornbirner Pflegeheime.



Jeder Schritt tut gut

NIEDERÖSTERREICH

Wer im Alltag öfters zu Fuß geht, fördert dadurch zugleich seine Gesundheit. „Los geht's! Jeder Schritt tut gut!“, lautet deshalb die Botschaft einer Kampagne, die vor Kurzem in Niederösterreich gestartet wurde. „10.000 Schritte am Tag sollten das Ziel sein“, meint der niederösterreichische Landeshauptmann-Stellvertreter *Mag. Wolfgang Sobotka*. In der Freizeit sind Wanderungen eine Möglichkeit für gesunde körperliche Aktivität zu sorgen, zum Beispiel auf dem „tut gut“-Wegenetz, für das in Niederösterreich 25 verschiedene Wanderstrecken mit familiengerechter Streckenführung ausgewählt wurden. Weitere Informationen sind im Internet auf der Website www.gesundesnoe.at nachzulesen.





Ein typischer Freiwilliger

*Volkshilfe-Präsident
Univ.-Prof. Dr. Josef Weidenholzer im Interview
über die Bedeutung der Freiwilligenarbeit, das
Glücksgefühl, etwas bewegen zu können und
seine persönlichen Gesundheitsstrategien.*

Text: Mag. Dietmar Schobel

„Ich bin ein typischer Freiwilliger“, sagt Univ.-Prof. Dr. Josef Weidenholzer im Gespräch mit „Gesundes Österreich“. Und wodurch ist dieser charakterisiert, Herr Professor? „Die meisten haben nicht ein Ehrenamt, sondern zwei oder mehrere inne“, schmunzelt der Vorstand des Instituts für Sozial- und Gesellschaftspolitik der Johannes Kepler Universität Linz. Neben seinem Beruf ist Weidenholzer Gründungsmitglied und wissenschaftlicher Leiter des Kongresses Momentum in Hallstatt sowie Präsident der NGO-Plattform „Solidar“, einem europäischen Netzwerk von 52 Organisationen, die für mehr soziale Gerechtigkeit eintreten. Jene freiwillige Tätigkeit, die ihn am

meisten in Anspruch nimmt, ist aber wohl die als Präsident der Volkshilfe Österreich. Weidenholzer übt sie seit 1991 aus und ist damit für einen der fünf großen sozialen Dienstleister in Österreich verantwortlich. Rund 9.000 hauptberufliche Mitarbeiter/innen sind bei der Volkshilfe beschäftigt und unterstützen rund 30.000 Menschen.

Etwas zurückgeben

Sind die verschiedenen Funktionen nicht auch eine hohe Belastung? „Natürlich ist das mit Arbeitsaufwand verbunden“, sagt der Volkshilfe-Präsident. „Doch ich möchte der Gesellschaft gerne etwas zurückgeben. Denn ich bin dankbar für die Mög-

lichkeiten, die ich selbst privat und beruflich im Laufe meines Lebens erhalten habe.“

Neben dem Präsidenten sind auch Tausende andere Freiwillige für die Volkshilfe tätig und machen beispielsweise Besuchsdienste bei alten oder chronisch kranken Menschen, geben Deutschkurse für Ausländer/innen oder beraten Flüchtlinge. Mitte Mai hat die Volkshilfe in Bruck an der Mur im Rahmen des heurigen europäischen Jahres der Freiwilligenarbeit ihre erste Messe zu diesem Thema veranstaltet. 37 Sozialprojekte aus ganz Österreich wurden präsentiert. „Der Beitrag, den die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen

JOSEF WEIDENHOLZER

Geboren: 6. März 1950 in St. Florian am Inn

Sternzeichen: Fische

Lebt mit: seiner Gattin in Linz und Bad Goisern und hat drei Kinder: zwei Söhne (32 und 30 Jahre) und eine Tochter (26 Jahre)

Hobbys: Gespräche mit Menschen, im Internet Surfen, Kochen, Wandern, Reisen

Ich urlaube gerne: zuhause im Salzkammergut, am Strand in Rhodos und alle zwei oder drei Jahre mache ich eine Ayurveda-Kur in Indien

Im Wirtshaus bestelle ich: ein Bier und dazu eine Brezel

Meine Musik ist: Klassik, zum Beispiel von Anton Bruckner oder Gustav Mahler und ganz besonders gerne Werke von Dmitri Schostakowitsch

Auf meinem Nachtkästchen befindet sich: die Olof-Palme-Biographie „Vor uns liegen wunderbare Tage“ von Henrik Berggren

Was mich gesund erhält: sind eine gute Balance zwischen Arbeit und Leben, Ausgeglichenheit und vielleicht auch meine Fähigkeit, bei Bedarf fast überall und jederzeit ein kleines Erholungsschläfchen machen zu können

Was krank machen kann: sind Stress, Ärger und auf andere neidisch zu sein
Folgende drei Eigenschaftswörter beschreiben mich am besten: hilfsbereit, harmoniesüchtig und spontan



Volkshilfe-Präsident Univ.-Prof. Dr. Josef Weidenholzer: „Ich möchte der Gesellschaft gerne etwas zurückgeben.“

und Mitarbeiter der Volkshilfe und verschiedenster anderer Organisationen in Österreich leisten, ist für die soziale Gesundheit unserer Gesellschaft von größter Bedeutung“, sagt Weidenholzer und ergänzt: „Wer sich für andere engagiert, erhält auch etwas zurück: Freude und das Gefühl, etwas bewegen zu können.“

Geistige Bewegung

Bei dem Kongress „Momentum“ in Hallstatt geht es um geistige Bewegung und Beteiligung. Die Veranstaltung wurde von Student/innen initiiert und Weidenholzer hat die Patronanz übernommen. Die Tagung findet heuer von 27. bis 30. Oktober bereits zum vierten Mal statt und hat dieses Jahr das Generalthema „Gleichheit“. Im Prinzip kann jede oder jeder Interessierte teilnehmen. Zuvor muss ein kurzer schriftlicher Beitrag zu einem selbst gewählten Thema eingereicht und nach Zulassung durch die Veranstalter/innen auch eine Langfassung erstellt werden. „Der Kongress hat das Ziel, gemeinsam Gegenpositionen zu den gegenwärtig in Wissenschaft, Wirtschaft, Politik und Gesellschaft vor-

herrschenden neoliberalen Denkmustern zu entwickeln“, erklärt Weidenholzer.

Von anderen lernen

Offenheit und aufrichtiges Interesse für die Ansichten und Meinungen anderer Menschen haben im Leben des Sozialwissenschaftlers immer schon eine große Rolle gespielt. Das war schon in dem Gemischtwarenladen so, den Weidenholzers Eltern in St. Florian am Inn geführt haben. „Unsere Greißlerei war die Kommunikationszentrale des Ortes. Natürlich wurde dort so manche hitzige Debatte geführt“, erinnert sich der Volkshilfe-Präsident. „An der Universität hat uns dann Rudolf Wohlgenannt, einer unserer Professoren gelehrt, dass das Ziel jeder Diskussion sein sollte, etwas aus den Meinungen der anderen mitzunehmen und seine eigenen Ansichten dadurch weiter zu entwickeln. Es geht also immer darum, dazu zu lernen und nach einer Diskussion nie exakt dieselbe Position zu vertreten wie zuvor. Das versuche ich heute auch an meine Studentinnen und Studenten weiter zu geben.“

Zur Ruhe kommen

Wenn der „typische Freiwillige“ Entspannung sucht, dann findet er diese ebenfalls am besten in seinem sozialen Umfeld. „Ich versuche, jede Woche zumindest für einen oder zwei Tage zur Ruhe zu kommen. Die Wochenenden verbringe ich deshalb am liebsten in unserem Haus in Bad Goisern, gemeinsam mit meiner Frau und unseren drei Katzen und zwei Hunden. Am wohlsten fühle ich mich, wenn auch unsere drei Kinder wieder einmal auf Besuch sind“, erzählt Weidenholzer. Dann stellt er sich gerne an den Herd und kocht für alle, zum Beispiel einen knusprigen Schweinsbraten mit Knödeln.

Wenn es seine Zeit zulässt, geht er wandern und nimmt die 1.500 Höhenmeter auf seinen Hausberg, den Sarstein, in Angriff. Das macht Weidenholzer mit Vorliebe etwas abseits der allseits bekannten, vielfach ausgetretenen Pfade. „Das ist eines meiner Hobbys“, erklärt er. „Ich spüre gerne alte Gebirgswege oder Wildererpfade wieder auf, die früher häufig begangen wurden, aber heute nur mehr selten genutzt werden.“

Zu einem besseren Gesundheitssystem beitragen

Dr. Arno Melitopulos wird als Chef der Tiroler Gebietskrankenkasse nach Innsbruck zurückkehren. Im Gespräch zieht er eine Bilanz seiner dreieinhalb Jahre als Mitglied der Geschäftsleitung der Gesundheit Österreich GmbH – zwei Jahre davon als Geschäftsführer.

Der Österreichische Strukturplan Gesundheit 2010, der eine gesamthafte und integrierte Planung des Gesundheitssystems ermöglicht. Eine Studie im Auftrag von Gesundheits- und Wissenschaftsministerium sowie der Ärztekammer, die den Bedarf an Ärztinnen und Ärzten bis 2030 feststellt. Oder eine umfassende Erhebung, welche die Anforderungen und den Aufwand im Pflegebereich bis 2020 beschreibt. Das sind nur einige Beispiele für wichtige Arbeiten der Gesundheit Österreich GmbH (GÖG) während der vergangenen zwei Jahre. Während dieser Zeit wurde Österreichs nationale Institution für Forschung, Planung, Qualität und Gesundheitsförderung von Dr. Arno Melitopulos geführt.

Die Forschungsarbeiten der GÖG werden von Institutionen wie der Bundesgesundheitskommission, den Sozialversicherungsträgern, den Ländern und anderen mehr in Auftrag gegeben. Sie sollen Entscheidungsträger/innen die Wissensgrundlagen liefern, um die im Gesundheitswesen anstehenden Fragen ganzheitlich und nachhaltig lösen zu können. Investitionen und strukturelle Maßnahmen sollen auf dieser Basis bestmöglich an den tatsächlichen Bedarf angepasst werden. Das ist in Zeiten knapper Budgetmittel von besonderer Bedeutung.



Welchen Nutzen hat das?

„Damit wir diesem Anspruch gerecht werden, war mir sehr wichtig, dass unsere Studien den Bedürfnissen und dem Bedarf der Kunden entsprechen“, sagt Melitopulos. Auch komplexe Information und Ergebnisse sind klar und übersichtlich zu präsentieren. Im aktuellen Arbeitsprogramm der Gesundheit Österreich GmbH ist deshalb unter anderem festgeschrieben, dass jede Forschungsarbeit klare Antworten auf zwei Fragen geben muss: Welchen Nutzen hat das für unsere Auftraggeber/innen? sowie: Welchen Nutzen hat das für die Patient/innen?

Die Bedürfnisse der Patient/innen wurden in den vergangenen zwei Jah-

ren auch auf institutioneller Ebene stärker berücksichtigt. Die Gesundheit Österreich GmbH hat mit der Arbeitsgemeinschaft (ARGE) Patientenadvokatur eine Vereinbarung für eine Kooperation getroffen. Auch die ARGE Selbsthilfe wird von uns partnerschaftlich unterstützt. Ziel ist, den Blickwinkel der Patient/innen stärker zu berücksichtigen. „In der Verwaltung, aber auch in der Forschung besteht die Gefahr, dass darauf vergessen wird, was es im Alltag bedeutet, chronisch krank oder auf einen Rollstuhl angewiesen zu sein“, weiß Melitopulos. Außerdem hat die GÖG an 49 Krankenhäusern die erste österreichweite Befragung zur Zufriedenheit der Patient/innen durch-

„Wir müssen die Sichtweise der Patient/innen mehr berücksichtigen.“

ARNO MELITOPULOS

geführt. Anfang 2010 wurde auch das neue Portal für Patient/innen www.gesundheit.gv.at gestartet. Es enthält qualitätsgesicherte Informationen zu vielen wichtigen Gesundheitsthemen und wird redaktionell von der Gesundheit Österreich GmbH betreut. „Nicht zuletzt möchte ich in diesem Zusammenhang auch auf die Arbeit des Fonds Gesundes Österreich verweisen. Dieser Geschäftsbereich der GÖG fördert unter anderem Gesundheitsprojekte in allen Bundesländern und trägt so wesentlich dazu bei, die Gesundheit der Bevölkerung zu stärken und die Entstehung von Krankheiten nach Möglichkeit zu vermeiden“, ergänzt Melitopulos.

Einen Beitrag leisten

Worin hat für Melitopulos im Rückblick betrachtet der Reiz an der Aufgabe als GÖG-Geschäftsführer bestanden? „Die Gesundheit Österreich GmbH kann einen wesentlichen Beitrag dazu leisten, das österreichische Gesundheitssystem insgesamt bestmöglich zu gestalten. Das macht es inhaltlich sehr interessant, diese Institution zu führen“, betont Melitopulos. Die große Herausforderung und gleichzeitig die große Chance in der Arbeit der Gesundheit Österreich GmbH bestehe darin, dass diese Einrichtung allen Beteiligten im österreichischen Gesundheitssystem in gleicher Weise verpflichtet sei. Der GÖG-Geschäftsführer: „Es geht also immer auch darum, Äquidistanz zu wahren.“

Auf organisatorischer Ebene war ein Ziel der vergangenen Jahre, die drei Geschäftsbereiche der GÖG zusammenzuführen, Synergiepotenziale zu heben und die Gesundheit Österreich GmbH so zu positionieren, dass sie als eine Marke wahrgenommen wird. „Dieser Prozess ist auf technisch-organisatorischer Ebene abgeschlossen. Auf der emotionalen Ebene muss dafür wohl noch etwas Zeit eingeräumt werden“, meint Melitopulos. „Das Budget konnte dabei stabil gehalten und alle Mitarbeiter/innen weiter be-

schäftigt werden. Das ist mir besonders wichtig, denn das umfassende Know-how der Menschen, die hier arbeiten ist unser größtes Kapital.“

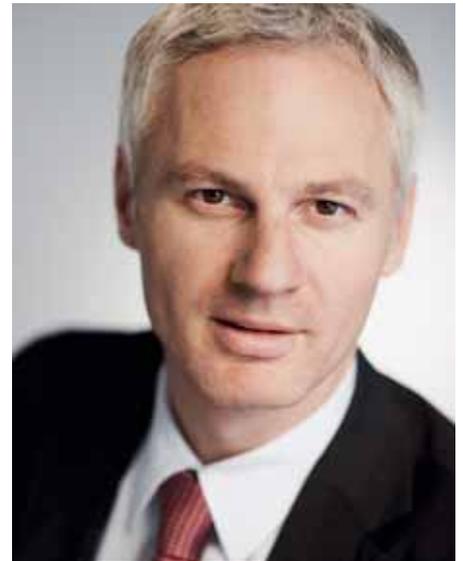
Kultur der Beteiligung

Das Wissen der Beschäftigten wurde auch durch einen Partizipationsprozess genutzt, der Anfang 2010 begonnen wurde. Alle 160 Beschäftigten haben sich im Rahmen einer Mitarbeiter/innen-Konferenz an diesem Prozess beteiligt, bei dem ihre Ideen und Anliegen für eine Managementstrategie für die GÖG erfasst wurden. Gemeinsam wurde eine „Vision/Mission“ erarbeitet. Das heißt konkret, dass die Beschäftigten festgeschrieben haben, wo die Gesundheit Österreich GmbH aus ihrer Sicht in fünf Jahren stehen soll und wie sie die Inhalte und die Qualität ihrer Arbeit gegenüber ihren Kund/innen definieren. Melitopulos: „Einerseits haben wir durch diesen Prozess eine neue Kultur der Beteiligung in unserer Organisation eingeführt. Andererseits haben wir auch ein Konzept entwickelt, wie wir unsere Aufgaben für das gesamte Gesundheitssystem weiterhin bestmöglich erfüllen können. Man könnte auch sagen, wir sind jetzt fit für die Zukunft.“ Die Strategie sieht zum Beispiel vor, dass die GÖG in Fragen des Gesundheitswesens in Österreich als erste Adresse wahrgenommen werden soll und betont auch, dass sich die Gesundheit Österreich GmbH bei ihrer Arbeit zu Objektivität und Unabhängigkeit verpflichtet.

Für die Familie

Während der weiteren Umsetzung der Managementstrategie wird Melitopulos bereits in seiner neuen Funktion in Tirol tätig sein. Wird ihm der Abschied von Wien schwer fallen? „Ich habe gerne hier gearbeitet und

schätze die Atmosphäre und Lebenskultur“, sagt der scheidende GÖG-Geschäftsführer. „Deshalb ist der Abschied mit Wehmut verbunden. Andererseits freue ich mich schon darauf, meine neuen Aufgaben als Leitender Angestellter der Tiroler Gebietskrankenkasse wahrzunehmen. Besonders wichtig ist mir, dass ich wieder mehr Zeit für meine Frau und meine Kinder haben werde. Ich habe mich nicht gegen die Gesundheit Österreich GmbH, sondern für meine Familie entschieden.“



ARNO MELITOPULOS

Arno Melitopulos wurde am 11. März 1970 in Innsbruck geboren. Er ist verheiratet und hat zwei Kinder. Der Jurist leitete die Abteilung Strategie und Recht der Tiroler Gebietskrankenkasse (TGKK) und war ab 2006 Geschäftsführer für den extramuralen Bereich im Tiroler Gesundheitsfonds. Ab Februar 2008 war Dr. Melitopulos Mitglied der Geschäftsleitung der Gesundheit Österreich GmbH (GÖG) sowie Geschäftsbereichsleiter des Österreichischen Bundesinstituts für Gesundheitswesen (ÖBIG). Im Juni 2009 wurde Dr. Melitopulos Geschäftsführer der GÖG mit insgesamt rund 160 Mitarbeiter/innen. Unter dem Dach der GÖG sind das ÖBIG, das Bundesinstitut für Qualität im Gesundheitswesen (BIQG) sowie der Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) vereint. Ab August wird Dr. Melitopulos seine neue Funktion als Leitender Angestellter der TGKK übernehmen.



Betriebliche Gesundheitsförderung aus Überzeugung

Mag. Dr. Klaus Ropin, Gesundheitsreferent beim Fonds Gesundes Österreich, im Gespräch über Betriebliche Gesundheitsförderung, Hygiene und Aids-Prävention.

Ich bin ein Netzwerker und ein Teamworker“, sagt Mag. Dr. Klaus Ropin, Gesundheitsreferent mit Schwerpunkt Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) beim Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) über sich selbst und ergänzt: „Einsam in einem Büro zu sitzen oder gar als Einzelkämpfer agieren zu müssen, wäre nichts für mich“. Er ist seit 2001 beim FGÖ und damit jener Gesundheitsreferent, der am zweitlängsten „im Dienst“ ist. „In diesem Zeitraum sind in Österreich gute und tragfähige Strukturen für Betriebliche Gesundheitsförderung entstanden und darauf bin ich stolz“, sagt der Experte: „Jetzt geht es darum, dass diese von noch mehr Unternehmen genutzt werden, speziell auch von kleinen und mittelgroßen Betrieben.“ Ropin kennt die Herausforderungen,

vor denen Kleinunternehmen stehen aus eigener Erfahrung. In einer Großfamilie von Gewerbetreibenden im Mürztal in der Steiermark aufgewachsen, hat er in den Schulferien stets mitgeholfen, im Malerbetrieb, auf Baustellen und auch in der Fertigung von Elektronikgeräten. Doch schon in der Grundschule hat das Interesse an Naturwissenschaften seine handwerklichen Fähigkeiten eindeutig überholt. Nach der Matura hat Ropin in Graz Biologie studiert und seine Dissertation am Institut für Botanik verfasst, zum Thema: „Taxonomische Studien an corticolen und lignicolen Arten der Gattung *Rinodina*“.

Vorbeugung gegen Infektionen
Beinahe hätte er eine wissenschaftliche Laufbahn eingeschlagen. Dann entschied sich Ropin aber doch für

eine Anstellung in der Abteilung für Krankenhaushygiene der Medizinischen Direktion der Steiermärkischen Krankenanstaltengesellschaft. Dort war er ab 1995 damit befasst, die Qualität von Hygiene-Maßnahmen in Spitälern zu sichern und so zur Vorbeugung gegen Krankenhausinfektionen beizutragen. Mitte 1997 begann er als Referent für berufsspezifische Prävention bei der Aids Hilfe Wien. Dort arbeitete er mit Berufsgruppen, für die Infektionen durch blutübertragbare Keime im beruflichen Kontext eine Rolle spielen. Dazu zählen Krankenpflegepersonal, Heimhilfen, Polizist/innen, Justizvollzugsbedienstete oder Feuerwehrleute.

Nach dreieinhalb Jahren in dieser Funktion folgte der Wechsel zum Fonds Gesundes Österreich. „Der umfassende und breite Zugang zum Thema Gesundheit und die Möglichkeit, im Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung etwas Neues mitaufzubauen zu können, haben mich damals besonders gereizt“, erinnert sich Ropin. Seinem großen Interesse für die Naturwissenschaften geht er heute vor allem in seiner Freizeit nach. Seine große Liebe gehört seinen Hunden und seinem Garten, den er auf naturnahe Weise „ohne chemische Keule“ bestellt und in dem er Entspannung und Ausgleich zum Beruf findet. „Das Biotop Garten bietet mir die ideale Möglichkeit, in verschiedenen Dimensionen meine persönliche Gesundheitsförderung zu verfolgen“, sagt der Gesundheitsreferent.

KLAUS ROPIN

Geboren: 25. Oktober 1966 in Kapfenberg

Sternzeichen: Skorpion

Lebt: derzeit als Single, mit Mops Evita

Hobbys: Naturwissenschaften, Gärtnern, Aquaristik, Tauchen

Ich urlaube gerne: selten, aber dann auf den Malediven oder genauso gerne an den Kärntner Seen

Im Wirtshaus bestelle ich am liebsten: ein Wiener Schnitzel mit Petersilerdäpfeln und dazu einen Almdudler

Meine Musik: sind Blues und Jazz, etwa von Nora Jones, sowie Klassik, zum Beispiel Opern von Giuseppe Verdi

Auf meinem Nachtkästchen liegen: „Briefe in die chinesische Vergangenheit“ von Herbert Rosendorfer, der Gedichtband „Hand aufs Hirn“ von Jörn Pfennig und „Beschleunigung. Die Veränderung der Zeitstrukturen in der Moderne“ von Hartmut Rosa

Was mich gesund erhält ist: das Gefühl, ein sinnvolles Leben führen zu können

Was krank machen kann sind: Gemeinheit und Ungerechtigkeiten sowie Ärger über Alltagsbanalitäten

Diese drei Eigenschaften beschreiben mich am besten: dynamisch, beständig und verlässlich

KOMMUNAL hat seine LeserInnen gefragt und das Ergebnis ist eindeutig: KOMMUNAL ist DAS Magazin für Österreichs Gemeinden. Mit 97 Prozent Reichweite, das sind fast 34.000 LeserInnen jeden Monat, bestätigt KOMMUNAL seinen einzigartigen Stellenwert als Informationsmedium des Österreichischen Gemeindebundes.



KOMMUNAL – Bestnoten für Österreichs größtes Gemeindemagazin

Höchste Reichweite

Von allen abgefragten Fachmedien für Gemeinden erreicht KOMMUNAL die höchste Reichweite. 97 Prozent der Befragten gaben an, dass sie KOMMUNAL im letzten Jahr gelesen oder durchgeblättert haben, 93 Prozent haben das im letzten Monat getan. Auch die Lesedauer ist beeindruckend – fast die Hälfte aller LeserInnen liest das Magazin durchschnittlich 16 bis 30 Minuten lang. 40 Prozent heben das Magazin auf und knapp 30 Prozent geben es an andere Personen weiter.

Unverzichtbares Magazin

KOMMUNAL will seinen LeserInnen aktuelle Inhalte kompetent und praxisnah vermit-

teln und das im ansprechenden Design. Dass das gelungen ist, zeigt uns das positive Feedback der LeserInnen. Fast alle Befragten (98 Prozent) halten KOMMUNAL für glaubwürdig, 97 Prozent für aktuell, 95 Prozent für nützlich. Objektivität ist ebenfalls ein wichtiger Grundpfeiler der Berichterstattung, welcher von 93 Prozent der KOMMUNAL-LeserInnen bestätigt wird. „Einfach“, „tiefgehend“, „spannend“ und „attraktiv“ sind ebenfalls Eigenschaften, die KOMMUNAL zugeordnet werden. KOMMUNAL ist laut Leserinnen und Lesern auch ein guter Mix aus Modernität und Kontinuität – zwei Drittel finden, KOMMUNAL ist modern, der Rest hält das Magazin tendenziell für konservativ.

KOMMUNAL hat ein sehr positives Image als Informationsträger für Österreichs Gemeinden und als Drehscheibe zwischen Wirtschaft und Gemeinden. Werbung im Heft wird von fast 70 Prozent als nicht störend empfunden. Große Zustimmung fand die Aussage „KOMMUNAL hebt sich positiv von anderen Zeitschriften auf diesem Sektor ab“.

67 Prozent der LeserInnen stimmen dem zu. Am deutlichsten bejaht wird die Aussage „KOMMUNAL hat alle wichtigen Themen für Kommunalpolitiker“ mit über 80 Prozent. Acht von zehn Personen finden, dass KOMMUNAL genau das ist, was sie unter einer Fachzeitschrift verstehen.

Wachsendes Service-Angebot

„KOMMUNAL ist und bleibt ein verlässlicher Partner für Gemeinden und wird seine Services weiter ausbauen“, freut sich Mag. Michael Zimper, Geschäftsführer des Kommunalverlages. Dazu gehört auch www.kommunalbedarf.at, der Online-Shop für Gemeinden. Er überzeugt seit Anfang Mai mit neuem Design, hoher Benutzerfreundlichkeit und erweiterter Produktpalette.

KONTAKT

Österreichischer Kommunalverlag
Löwelstraße 6/2, Stock, 1010 Wien
Tel.: 01/532 23 88-0
Mail: kommunalverlag@kommunal.at
www.kommunal.at





Partizipation: Grundwert oder wichtiges Instrument?

Wir sollten keine Grundsatzdiskussionen über „Partizipation“ führen, sondern einen pragmatischer Zugang zu diesem Instrument der Gesundheitsförderung wählen. Denn es könne Gruppen, die bislang selten zu Wort gekommen sind, dazu verhelfen, ihre Bedürfnisse zu äußern, meint Priv.-Doz. Dr. Karl Krajic in seinem Gastbeitrag.

Partizipation ist für die einen ein Grundwert und deshalb unverzichtbar. Andere argumentieren eher mit dem Nutzen für die Gesundheitsförderung. Sie sehen in partizipativen Verfahren Instrumente, die eingesetzt werden können, um Gesundheitsförderung effektiver, effizienter und nachhaltiger zu machen.

Vereinfacht dargestellt sehe ich drei Hauptargumente für den Einsatz von Partizipationsverfahren:

- Partizipation kann helfen, Gesundheitsförderung stärker an Bedürfnissen von Betroffenen zu orientieren – da kann vieles besser sichtbar gemacht werden
- Partizipation kann helfen, Lösungen zu entwickeln, die an den Handlungsmöglichkeiten der Betroffenen orientiert sind
- Partizipation kann helfen, strukturelle Hindernisse und Möglichkeiten für die Auswahl der gesunden Alternative zu identifizieren – jedenfalls, wie diese aus der Perspektive von Betroffenen wahrgenommen werden.

Grundsatzdiskussionen oder praktische Umsetzung?

Beide Argumentationslinien würden nahelegen, dass Partizipation in der Gesundheitsförderung nicht nur Lippenbekenntnis bleibt, sondern Alltagspraxis wird, mit klaren Verfahren und Qualitätskriterien. Aber das scheint nicht so zu sein. Partizipation ist eine Baustel-

le der Gesundheitsförderung, um die immer wieder Grundsatzdiskussionen geführt werden. Aber werden wir das als Grundsatzproblem lösen können? Ich würde empfehlen, diese Frage nicht auf politischer Ebene zu diskutieren, wo sie in schwieriges Gelände führt und noch weniger auf moralischer. Vielmehr sollte professionell argumentiert werden, ja sogar: technisch.

Denn wir sind gut beraten, Anstrengungen zu unternehmen, Partizipation auch in die Praxis umzusetzen. Gerade auch dann, wenn sie als Möglichkeit verstanden wird, die Chancen von bisher schlecht vertretenen Gruppen, Regionen, Interessen oder Perspektiven auf Artikulation und Organisation zu verbessern. Denn dem steht gegenüber, dass der aufgeklärte Absolutismus gerade auch in Österreich unter Expert/innen und in der Bevölkerung eine lange Tradition und viele offene und verdeckte Anhänger hat.

Die wenig Artikulierten unterstützen

Über Zurückhaltung in der Bevölkerung sollten wir dabei nicht enttäuscht sein. Diese ist rational. Der Aufwand zu „partizipieren“ ist meist hoch, die Erfolgschancen ungewiss. Wir sind vor allem gefordert, die bisher wenig Artikulierten zu unterstützen, sonst beteiligen sich insgesamt nur wenige und vielleicht nicht jene, deren Bedürfnisse Artikulation dringend nötig haben.

Also: Seien wir spezifisch in der Forderung nach Partizipation. Sie ist zwar ein Wert – weil wir eine demokratische Gesellschaft sein wollen. Aber Partizipation ist auch ein Instrument, mit Nutzen, Kosten, Risiken. Und Verfahren zur Partizipation sind technisch in Bezug auf Machbarkeit, Wirksamkeit und Nachhaltigkeit beurteilbar. Sie sind bewertbar in Bezug auf das Verhältnis von erwünschten Wirkungen und unerwünschten Nebenwirkungen. Und sie sind bewertbar in Bezug auf das Verhältnis von Nutzen zu Kosten. Gerade auch wenn wir von ihrem Wert grundsätzlich überzeugt sind, sollten wir Partizipation dann organisieren, wenn sie wichtig und chancenreich ist und wenn wir gute Bedingungen dafür schaffen können.

KARL KRAJIC

Priv.-Doz. Dr. Karl Krajic lehrt Soziologie an der Universität Wien und ist Key Researcher am Ludwig Boltzmann Institute for Health Promotion Research, wo er die Programmlinie Gesundheitsförderung in der Langzeitbetreuung und -pflege leitet. Gesundheitsförderung in organisationalen Settings, besonders in der Krankenbehandlung, ist eines seiner zentralen Forschungsgebiete der vergangenen 20 Jahre. – Unser Gastbeitrag gibt die Meinung des Autors wieder. Diese ist nicht mit jener des Herausgebers gleichzusetzen.



Neue Broschüren für mehr Gesundheit bei der Arbeit

FONDS GESUNDES ÖSTERREICH

Was haben so unterschiedliche Firmen wie die B. Kern Baugesellschaft mit Sitz in Oberösterreich, die Österreichischen Bundesforste und das High-Tech-Unternehmen Infineon Technologies Austria AG gemeinsam? Alle drei Betriebe haben Gesundheitsförderung zu einem zentralen Bestandteil ihrer Firmenstrategie gemacht. Was diese und zwölf weitere Unternehmen konkret tun, um das psychosoziale und körperliche Wohlbefinden ihrer Beschäftigten zu erhöhen, kann nun in einer aktuellen Broschüre zum Thema „Betriebliche Ge-

sundheitsförderung in Österreich – Beispiele guter Praxis“ nachgelesen werden. Auch die Broschüre „Gesunde Klein- und Mittelbetriebe“ wurde neu aufgelegt. Sie enthält alles Wissenswerte für Betriebe für das Management eines Projekts zur Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF). Dem Bildungsprogramm „BGF-Know-how“, das ebenfalls vor Kurzem erschienen ist, kann entnommen werden, wo und wann im Zeitraum bis Dezember 2011 die nächsten vom Fonds Gesundes Österreich geförderten Ausbildungen für BGF-Projektleiter/innen, Moderator/innen von Gesundheitszirkeln und „Gesundes Führen“ stattfinden. Nicht zuletzt hat sich auch die

April-Ausgabe unseres Magazins „Gesundes Österreich“ in Theorie und Praxis eingehend mit dem Schwerpunktthema Betriebliche Gesundheitsförderung beschäftigt. Alle genannten Broschüren und unsere Zeitschrift stehen auf der Website www.fgoe.org zum Download zur Verfügung oder können per E-Mail an fgoe@goeg.at oder telefonisch unter 01/895 04 00-0 kostenlos bestellt werden.

Entlastung für Lehrer/innen



Fotos: contrastwerkstatt - Fotolia.com, GIVE

Zahlreiche Verwaltungsaufgaben, unvorhergesehene Gesprächstermine und der Druck, den im Lehrplan vorgegebenen Stoff zu vermitteln. All das kann im Arbeitsalltag von Lehrer/innen zu Stress führen. GIVE, die bundesweite Servicestelle für Gesundheitsbildung hat deshalb vor Kurzem die Broschüre „Entlastung im Schulalltag. Praxisnahe Anregungen für Lehrkräfte.“ herausgegeben. In dieser werden auf acht Seiten Möglichkeiten für bessere Selbstorganisation, ein angenehmeres Arbeitsumfeld und zur Lösung von Konflikten beschrieben. Zu jedem Thema gibt es Tipps für einzelne Lehrkräfte, aber auch Vorschläge, wie gemeinsam mit den Kolleg/innen und Schulleiter/innen kurz- und langfristig positive Veränderungen bewirkt werden können. Die kostenlose Broschüre kann unter Tel. 01/58 900-371 oder bei info@give.or.at in gedruckter Form bestellt werden oder unter www.give.or.at im Bereich „Downloads“ in der Rubrik „GIVE-Materialien“ heruntergeladen werden. GIVE ist eine Initiative von Unterrichts- und Gesundheitsministerium in Kooperation mit dem Österreichischen Jugendrotkreuz.



Mag. Gert Lang, WHR.ⁱⁿ Prof.ⁱⁿ (FH) Mag.^a Ingrid Schwab-Matkovits, Dr. Manuel Schätzer, Mag.^a Rita Kichler, Mag. Christian Halbwegs und Prof. (FH) Mag. Dr. Erwin Gollner, MPH (von links nach rechts im Bild) beim Symposium „Nachhaltigkeit in der Gesundheitsförderung“ Mitte Juni in Pinkafeld

Nachhaltigkeit in der Gesundheitsförderung

SYMPOSIUM

Im Bezirk Oberwart im Burgenland ist die Sterblichkeit an Herz-Kreislaufkrankungen wesentlich höher als im Durchschnitt in Österreich. Ein vom Projektteam der FH Burgenland geleitetes und vom Fonds Gesundes Österreich finanziertes Modellprojekt soll deshalb dazu beitragen, dass durch verhaltens- und verhältnisorientierte Gesundheitsförderung langfristig Verbesserungen erzielt werden. Die Maßnahmen der im Jänner 2009 gestarteten Gesundheitsinitiative sind darauf ausgerichtet, über das Projektende im Jänner 2012 hinaus nachhaltige Wirkung zu erzielen.

„Nachhaltigkeit in der Gesundheitsförderung“ war deshalb auch Thema eines im Rahmen des Modellprojekts Mitte Juni vom Fonds Gesundes Österreich und der FH Burgenland in Pinkafeld veranstalteten Symposiums. Prof.

(FH) Mag. Dr. Erwin Gollner, MPH, von der FH Burgenland referierte dabei über Nachhaltigkeit im Bezug auf das Modellprojekt und betonte: „Ein Projekt steht und fällt mit dem Aufbau der Strukturen.

Auch wenn dafür am Anfang viel Zeit notwendig sein mag, so ist dieser Aufwand doch stets lohnend. Denn nur solide Strukturen sichern letztlich die langfristige Wirkung von Gesundheitsinitiativen.“

Dr. Manuel Schätzer von SIPCAN – Initiative für ein gesundes Leben, befasste sich in seinem Vortrag damit, wie im Bereich der gesunden Ernährung nachhaltige Wirkungen erzielt werden können. Schätzer betonte, dass es wesentlich effizienter sei, die Verhältnisse zu ändern, also das Speisengebot optimaler zu gestalten, als direkt auf das Ernährungsverhalten der Menschen abzielen. Der Geschäftsführer der Initiative „Fit für Österreich“ Mag. Christian Halbwegs sprach über gesunde Bewegung. Er betonte unter

anderem, dass dieses Thema in allen Bereichen der Politik noch besser verankert werden müsse, um nachhaltige Wirkungen zu erzielen – vom Infrastruktur- bis zum Bildungsbereich.

Mag. Gert Lang vom Forschungsinstitut des Roten Kreuzes referierte über psychosoziale Gesundheit. Er hob hervor, dass nachhaltige Maßnahmen in diesem Bereich allein schon deshalb wichtig seien, weil die mentale Gesundheit und das Wohlbefinden aller Individuen das kulturelle, soziale und ökonomische Kapital unserer Gesellschaft darstellten. Nach den Vorträgen stand bei der Veranstaltung vor allem auch der Erfahrungsaustausch zu den Themen Bewegung, Ernährung und seelische Gesundheit im Zentrum. An diesem konnten sich die Akteur/innen des Modellprojekts im Rahmen von World Cafés (siehe auch Artikel „Methoden zur Partizipation“ auf den Seiten 34 bis 36) aktiv beteiligen.

Voneinander lernen

Bei der 1. Dreiländertagung für Betriebliche Gesundheitsförderung tauschten Expert/innen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz Erfahrungen und Know-how aus.

Wie können Unternehmen überzeugt werden, sich in der Betrieblichen Gesundheitsförderung zu engagieren? Wie lassen sich insbesondere kleinere Unternehmen erreichen? Mit welchen politischen Konzepten können die gegenwärtigen Veränderungen in der Arbeitswelt gesundheitsgerecht gestaltet werden? Mit diesen und anderen Fragen befassten sich die rund 200 Teilnehmer/innen der ersten Dreiländertagung für Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) Ende März in St. Gallen. Fachleute aus Deutschland, Österreich und der Schweiz waren zusammengekommen, um in Theorie und Praxis voneinander zu lernen.

Mag. Dr. Klaus Ropin, Gesundheitsreferent beim Fonds Gesundes Österreich (FGÖ), zeichnete in seinem Plenumsvortrag eine „Landkarte“ der Betrieblichen Gesundheitsförderung in Österreich. Zu deren wesentlichen Kennzeichen zählt ein bundesweites Netzwerk von Servicestellen für BGF bei den Gebietskrankenkassen aller neun Bundesländer. Hier erhalten interessierte Unternehmen Beratung und Unterstützung. Zudem gibt es gezielte Projektförderung und Ausbildungen für Moderator/innen von Gesundheitszirkeln, Projektleiter/innen und „Gesundes Führen“ durch den FGÖ. „Die Betriebliche Gesundheitsförderung ist in Österreich auf einem guten Weg“, sagte Ropin zusammenfassend. „Für die Zukunft sind unter anderem noch mehr finanzielle Anreize und eine größere Breitenwirkung anzustreben.“

BGF in der Schweiz und Deutschland *Bettina Schulte-Abel* ortete für die Schweiz vor allem auf politischer



und struktureller Ebene noch Nachholbedarf: „Betriebliche Gesundheitsförderung findet mit wenigen Ausnahmen auf freiwilliger Basis und aufgrund von Eigeninitiative statt“, sagte die Vizedirektorin von Gesundheitsförderung Schweiz. Es seien aber auch positive Entwicklungen zu beobachten. Dazu zähle, dass die Zahl an Anbietern von BGF in der Schweiz derzeit wachse, dass zunehmend gute Weiterbildungen zu diesem Thema angeboten würden und dass sich die Vernetzung gut entwickle.

Fritz Bindzius von der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung und *Dr. Volker Wanek* vom GKV-Spitzenverband präsentierten die „Landkarte“ der Betrieblichen Gesundheitsförderung in Deutschland. Das Fazit der beiden Referent/innen lautete, dass BGF in der Arbeitswelt und der Gesellschaft in Deutschland mittlerweile fest verankert sei. Die Betriebliche Gesundheitsförderung müsse in Deutschland jedoch noch weiter ausgebaut und gleichzeitig müsse darauf geachtet werden, dass die Diskrepanz zwischen den Nutznießer/innen von BGF und sozial Benachteiligten nicht wachse.

Beschleunigung regiert

„Wenn die Gesundheit nicht zählt“ war der Titel eines Vortrags am zweiten Tag der Konferenz. *Univ.-Prof.*

Dr. Andreas Krause von der Fachhochschule Nordwestschweiz beschrieb den aktuellen Forschungsstand zum Thema „Höchstleistung und Selbstgefährdung“. Zunehmend arbeiteten Führungskräfte und Beschäftigte auch dann, wenn sie krank seien oder sich erholen sollten. „Nicht Geld, nicht Macht, sondern Beschleunigung regiert die moderne Welt“, lautete die Hauptthese im Vortrag von *Univ.-Prof. Dr. Hartmut Rosa* von der Universität Jena. Der Soziologe befasste sich unter anderem damit, welche Auswirkungen das zunehmende Lebens- und Arbeitstempo auf unseren Alltag und unsere Gesundheit hat.

Ein konkretes Ergebnis der gelungenen Veranstaltung war auch, dass in allen drei Ländern vor allem für Klein- und Kleinstbetriebe noch Handlungsbedarf besteht. In Zukunft sollen deshalb in engerem Austausch zwischen Stakeholdern und Expert/innen der drei Nationen Ansätze entwickelt werden, wie BGF in Betrieben dieser Größe breit und nachhaltig verankert werden kann. „Zum Abschluss der Tagung in St. Gallen wurden konkrete Vereinbarungen zur weiteren Zusammenarbeit getroffen. Das wird zu einer rascheren Entwicklung in diesem Bereich beitragen“, ist *Mag. Christa Peinhaupt*, die Leiterin des FGÖ, überzeugt.

Gesundheit wird gemacht. Sie entsteht in den Verhältnissen, in denen wir leben. Gesundheitsförderung bedeutet deshalb vor allem auch, den Menschen die Möglichkeit zu geben, sich aktiv daran zu beteiligen, unsere Lebenswelten gemeinsam gesünder zu gestalten“, sagte Gesundheitsminister und Vorsitzender des Kuratoriums des FGÖ **Alois Stöger** anlässlich der Eröffnung der 13. Gesundheitsförderungskonferenz des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) Ende Mai in Krems. Größtmögliche Beteiligung der Bürgerinnen und Bürger werde auch für die Erarbeitung der Rahmen-Gesundheitsziele für Österreich angestrebt, so Stöger. Näheres dazu kann im Internet unter www.gesundheitsziele-oesterreich.at nachgelesen werden. Der Gesundheitsminister bei der Konferenz: „Für diejenigen, denen Macht zugeteilt worden ist, bedeutet ernst gemeinte Partizipation auch, sich selbst bewusst zu machen, wie sie damit umgehen und dies zu hinterfragen – als Projektleiter oder Verwaltungsbeamter ebenso wie als Bundesminister.“

Theorie und Praxis

Die Tagung des FGÖ in Krems, die von 250 Teilnehmerinnen und Teilnehmern besucht wurde, war dem Thema „Partizipation in der Gesundheitsförderung“ gewidmet. *Ao. Univ.-Prof. Dr. Rudolf Forster* vom Ludwig Boltzmann Institute for Health Promotion Research beschäftigte sich in seinem Plenumsreferat mit den Chancen und Barrieren für „Laienpartizipation in einer Gesellschaft der Expert/innen“. *Prof. Dr. Raimund Geene* von der Hochschule Magdeburg-Stendal befasste sich in seinem Vortrag mit den „Gelingungsfaktoren“ für Partizipation sowie speziell damit, wie Partizipation durch sozial Benachteiligte unterstützt werden kann. In den vier parallelen



Partizipation macht Betroffene zu Beteiligten

Echte Beteiligung ist aufwändig, kann aber für nachhaltigen Erfolg von Projekten sorgen. Wie „Partizipation“ in der Gesundheitsförderung am besten umgesetzt werden kann, war Thema der 13. Gesundheitskonferenz des FGÖ Ende Mai.

Workshops am Nachmittag der Tagung wurden Methoden und Arbeitsweisen für Beteiligung sowie „Erfahrungen aus anderen Politikbereichen“ präsentiert. Außerdem wurden praktische Erfahrungen mit Partizipation in der Gesundheitsförderung für Kinder und Jugendliche sowie im kommunalen Setting thematisiert (siehe auch Artikel auf den Seiten 20 bis 36).

Grundprinzip der Gesundheitsförderung
„Partizipation ist ein Grundprinzip

der Gesundheitsförderung“, sagte FGÖ-Leiterin *Mag. Christa Peinhaupt* bei der Konferenz in Krems und ergänzte: „Diesen Grundsatz umzusetzen ist jedoch auch eine der größten Herausforderungen in der praktischen Arbeit.“ Denn Beteiligung zu verwirklichen setze voraus, Möglichkeiten für Partizipation zu schaffen, genügend Raum und Zeit zur Verfügung zu stellen und Projekte ergebnisoffen zu gestalten. „Die Leiter/innen von Projekten stehen aber gleichzeitig oft unter hohem Erfolgsdruck“, so Peinhaupt: „Deshalb ist

Mag. Christa Peinhaupt:
„Partizipation ist ein
Grundprinzip der
Gesundheitsförderung.“



ein reflexiver Umgang mit dem Thema wichtig, und wir sollten versuchen, die theoretischen Anforderungen und die praktische Umsetzung bestmöglich aufeinander abzustimmen.“

Lokales Wissen nutzen

Mag. Gudrun Braunegger-Kallinger, Gesundheitsreferentin mit dem Schwerpunkt seelische Gesundheit und Forschung beim Fonds Gesundes Österreich, war gemeinsam mit **Ing. Petra Gajar** für die Konzeption der Konferenz verantwortlich. Sie hebt den Aspekt hervor, dass die Menschen aus der jeweiligen Zielgruppe eines Projektes selbst die besten „Expert/innen“ für ihre eigene Gesundheit und ihr jeweiliges sozia-

les und räumliches Umfeld sind. **Braunegger-Kallinger**: „Gute Methoden und Instrumente, mit denen Beteiligung angeregt werden kann, können deshalb dafür sorgen, dass dieses lokale Wissen im Rahmen von Projekten zur Gesundheitsförderung auch gehoben und für die Gestaltung der Prozesse genutzt wird. Je mehr Personengruppen partizipieren, desto mehr Wissensressourcen stehen letztlich zur Verfügung.“

Nachhaltiger Erfolg

„Partizipation ist ein Prozess und wenn sie ernst gemeint ist, ist dieser Prozess mit einigem Aufwand verbunden“, sagt auch **Ing. Petra Gajar**. Doch in aller Regel sei es lohnend, sich wirklich auf Beteiligung einzu-

lassen, die Ressourcen für diesen Prozess zur Verfügung zu stellen und Partizipation in die Tat umzusetzen. Die Gesundheitsreferentin mit Schwerpunkt Kinder und Jugendliche: „Wenn von Beginn an Partizipation gelebt wird, werden die Bedürfnisse derjenigen, die durch ein Projekt erreicht werden sollen, in diesem auch bestmöglich berücksichtigt. So werden aus Betroffenen Beteiligte und Gesundheitsförderung nachhaltig erfolgreich.“

PARTIZIPATION DARF KEINE ALIBIHANDLUNG SEIN



Ao. Univ.-Prof. Dr. Rudolf Forster ist Forscher am Ludwig Boltzmann Institute for Health Promotion Research und an der Universität Wien. Im Interview beantwortet er vier Fragen zum Thema Partizipation.

GESUNDES ÖSTERREICH Herr Professor Forster, was ist Partizipation?

Ao. Univ.-Prof. Dr. Rudolf Forster: Partizipation ist ein vieldeutiger Begriff. Oft steht er allgemein für Teilnahme an Programmen oder für gesellschaftliche Teilhabe. Meines Erachtens wird Partizipation griffiger, wenn der Begriff sich auf eine Beteiligung an und Einflussnahme auf Entscheidungsprozesse bezieht, welche die eigene Lebensgestaltung und -qualität be-

treffen. Besonders wichtig aber auch herausfordernd ist Partizipation bei Randgruppen, die insgesamt weniger Möglichkeiten haben, an unserer Gesellschaft teilzuhaben.

GESUNDES ÖSTERREICH Das Fachwissen echter und vermeintlicher Expert/innen hat in unserer arbeitsteiligen, auf zunehmend kleinere Bereiche spezialisierten Gesellschaft wachsende Bedeutung. Ist das hinderlich für die Partizipation von Laien?

Es ist jedenfalls richtig, dass unsere Gesellschaft zunehmend spezialisierter ist. Die Wissenschaftler/innen sollen Wahrheit produzieren, das Gesundheitssystem Gesundheit und die Politiker/innen Entscheidungen. Dem stehen die Laien, die Patient/innen und die Bürger/innen gegenüber, für die Beteiligung in diesem Zusammenhang betrachtet vor allem auch eine emanzipatorische Funktion haben kann. Das heißt, Partizipation kann eine Möglichkeit sein, sich aus Abhängigkeit zu befreien und die Kontrolle über wichtige Bereiche der eigenen Lebenswelt zurückzugewinnen.

GESUNDES ÖSTERREICH Wie kann Partizipation gelingen?

Bei Beteiligung geht es nicht um eine radikale Verschiebung von Macht, sondern um einen Prozess, durch den sich Machtverhältnisse wandeln sollen. Damit dieser Prozess gelingen kann, müssen beide Seiten bereit sein mitzuwirken. Die Bürger/innen benötigen dafür auch ein Motiv. Dieses kann vor allem dadurch gestärkt werden, dass Beteiligung als wirksam erlebt wird, um eigene Lebensverhältnisse verbessern zu können.

GESUNDES ÖSTERREICH Was sind die Voraussetzungen auf Seiten der Mächtigen?

Diejenigen, die Macht abgeben sollen, müssen bereit sein dies tatsächlich zu tun. Sie sollten vor dem Aufwand, den ein Beteiligungsprozess bedeutet nicht zurückschrecken. Vor allem dürfen sie Partizipation nicht nur in Sonntagsreden predigen oder sie als Alibihandlung einsetzen, mit der Entscheidungen legitimiert werden sollen, die längst getroffen wurden.



Dr. Kerstin Arbter: „Der wichtigste Erfolgsfaktor für Beteiligung ist, den Bürgerinnen und Bürgern offen und respektvoll zu begegnen.“

Chancen und Barrieren für Beteiligung

Partizipation ist ein Grundprinzip der Gesundheitsförderung. Beteiligungsprozesse sind aber auch in der Politik im Allgemeinen von Bedeutung. Wir haben Fachleute nach den Erfolgsfaktoren dafür gefragt.

Flexible Möglichkeiten der größeren öffentlichen Teilnahme und Mitbestimmung in Gesundheitsbelangen sollen unterstützt und neu entwickelt werden“. Diese Forderung steht schon in der Ottawa Charta, die 1986 bei der ersten Gesundheitsförderungskonferenz der Weltgesundheitsorganisation WHO verabschiedet wurde. „Partizipation“ ist eine der Basisstrategien von Gesundheitsförderung und für die Praxis heißt das, dass die „Zielgruppe“ in möglichst hohem Maß miteinbezogen werden soll.

Jene Menschen, die durch Projekte und Programme zur Gesundheitsförderung erreicht werden sollen, sollen diese wo immer möglich mitgestalten, zumindest aber dazu befragt oder darüber informiert werden. Dieser Grundsatz soll in allen Lebenswelten und für alle Zielgruppen angewendet werden – von Gemeinden und Stadtteilen bis zu Betrieben und Schulen, von Kindern und Jugendlichen über Berufstätige und Senior/innen bis zu sozial Benachteiligten. Wer in einem Beteili-

gungsprozess erfolgreich aktiv wird, erlebt sich dadurch auch als selbstwirksam und erfährt so „Empowerment“. Das ist die zweite grundlegende Handlungsstrategie der Gesundheitsförderung und bedeutet, dass die Menschen befähigt werden sollen, ihre Gesundheitschancen bestmöglich nutzen zu können.

Von der Idee zur Umsetzung
Beim Start von Projekten und Programmen scheint es oft, als seien nur einige wenige Schritte notwendig, um von diesen großen theoretischen Zielen zur Umsetzung im Alltag zu gelangen. Tatsächlich ist der Weg dorthin oft lang. Das gilt besonders dann, wenn es darum geht, Beteiligungsprozesse zu starten, in Gang zu halten und die Ergebnisse erfolgreich umzusetzen. Der Zeit- und Arbeitsaufwand sollte nicht unterschätzt werden. Doch die Mühe lohnt sich. Maßnahmen, die mit hoher Beteiligung der Bürger/innen erarbeitet wurden, werden besser akzeptiert und sind langfristig wirksam. Besonders wichtig: Qualitätsvolle

Partizipation kann den Zusammenhalt einer Gemeinschaft und somit auch die soziale Gesundheit stärken. Wer sich erstmals in diesem Feld bewegt oder zusätzliche Kenntnisse dazu erwerben will, kann dafür heute auf bewährte Techniken zurückgreifen, sich mit Beispielen guter Praxis näher befassen und das Know-how von Expert/innen nutzen. Zu diesen zählt *Dr. Kerstin Arbter*, die ein Büro in Wien betreibt und langjährige Erfahrung mit Öffentlichkeitsbeteiligung in verschiedenen gesellschaftlichen Bereichen hat.

Die Haltung ist entscheidend
„Der wichtigste Erfolgsfaktor ist, den Bürgerinnen und Bürgern offen und respektvoll zu begegnen“, erklärt die Fachfrau für Partizipation, die auch auf der 13. Konferenz des Fonds Gesundes Österreich in Krems referiert hat. Entscheidungsträger/innen und Beamt/innen sollten mit den Bürgerinnen und Bürgern auf Augenhöhe kommunizieren und diese als Expertinnen und Experten für deren Lebenswelt wahrnehmen und



Prof. Dr. Raimund Geene, MPH: „Beteiligungsprozesse sind ergebnisoffen zu gestalten.“

5 ERFOLGSFAKTOREN FÜR BETEILIGUNGSPROZESSE

- Gute Vorbereitung und Know-how über Methoden zur Partizipation
- Die Ergebnisse offen lassen
- Die Betroffenen früh einbeziehen
- Alle Beteiligten kommunizieren auf Augenhöhe
- Die Entscheidungsträger/innen tragen den Beteiligungsprozess mit.

Weitere Informationen können unter anderem der Website www.partizipation.at entnommen werden, auf der auch die 2008 vom Österreichischen Ministerrat beschlossenen Standards der Öffentlichkeitsbeteiligung abgerufen werden können.

akzeptieren, ergänzt Arbter. Die Partizipierenden haben das „lokale Wissen“ über ihr räumliches und soziales Umfeld und genau dieses kann einen Beteiligungsprozess bereichern – ergänzend zum Fachwissen der Verwaltungsmitarbeiter/innen und

externer Fachleute. Partizipationsprozesse setzen aber auch voraus, dass ein Gestaltungsspielraum vorhanden sein muss. „Es muss aber auch im Voraus klar festgelegt werden, wie groß der Gestaltungsspielraum für die Bürgerinnen und Bürger

PRAXISBEISPIEL: BÜRGER/INNENRAT MÖDLING

Wie kann erreicht werden, dass Bürgerinnen und Bürger aller Bevölkerungsschichten und Altersgruppen an einem Beteiligungsverfahren in einer Gemeinde mitwirken? Für die künftige Stadtentwicklung in Mödling konnte im vergangenen Frühling eine kreative Antwort auf diese Frage gefunden werden. Es gelang, einen Bürger/innenrat zusammenzustellen, in dem Männer und Frauen der Altersgruppen 20 bis 40 Jahre, 40 bis 60 Jahre und 60 plus vertreten waren.

„Wir haben zunächst nach dem Zufallsprinzip 200 Menschen aus diesen Gruppen im Melderegister ausgewählt und angeschrieben. Dann haben wir nachtelefoniert und konnten so letztlich 13 Mödlinger/innen finden, die bereit waren, sich aktiv



zu beteiligen“, erklärt Dr. Kerstin Arbter, Expertin für Partizipation und Moderatorin des Bürger/innenrates. Gemeinsam wurden ein Wochenende lang Vorschläge für „Mödling in 10 Jahren“ erarbeitet. Diese Ideen wurden danach bei einem Bürger/innen-Café der Öffentlichkeit vorgestellt und von den anwesenden etwa 30

Besucher/innen neuerlich in Kleingruppen diskutiert und ergänzt. So konnte eine abschließende Themenliste erstellt werden. Diese soll als Grundlage für das örtliche Entwicklungskonzept dienen, welches Gemeinden laut Gesetz alle zehn Jahre erstellen müssen. Die 54 Vorschläge der Bürgerinnen und Bürger beinhalten zum Beispiel,

Dr. Kerstin Arbter (links im Bild) mit dem Bürger/innenrat von Mödling.

dass die „Radstadt Mödling“ ausgebaut werden soll oder dass „die Mödlinger Freiräume“ unverbaut bleiben sollen. Nicht zuletzt wurde auch gefordert, dass Bürgerräte künftig „kontinuierlich eingesetzt“ werden sollen.

PRAXISBEISPIEL: KIEZDETEKTIVE

„Kiezdetektive – Kinderbeteiligung für eine gesunde und zukunftsfähige Stadt“ heißt ein Projekt in Berlin. Seit 1999 erkunden Grundschul Kinder, ausgerüstet mit Fotoapparaten, Notizheften und Kiezdetektiv-Stirnbändern dabei ihr unmittelbares Lebens- und Wohnumfeld. Gemeinsam stellen sie fest, welche Probleme, aber auch welche „Schätze“ vorhanden sind. Die Ergebnisse werden dokumentiert und bei einer Ausstellung präsentiert. Im Anschluss sind die verantwortlichen Bezirkspolitiker/innen und die zuständigen Verwaltungsbeamten/innen aufgefordert, die Probleme zu bearbeiten. Nach einigen Monaten wird auf einer Folgeversammlung überprüft, was bereits umgesetzt wurde. Die Zielgruppe sind vor allem 6- bis 14-jährige Kinder aus sozial benachteiligten Familien und Stadtteilen.

tatsächlich ist und wer letztlich welche Entscheidungen fällen wird“, betont Arbter. Was nicht geschehen sollte, ist, dass Bürger/innen zur Beteiligung motiviert werden, viel Zeit und Energie investieren, zahlreiche Vorschläge machen und letztlich keiner davon verwirklicht wird.

Die Ergebnisse bleiben offen

In die Beteiligungsprozesse sollten die Betroffenen in möglichst frühen Stadien mit einbezogen werden. Und es sollten keine Vorannahmen über die möglichen Resultate getroffen werden. Dazu Prof. Dr. Raimund Geene, MPH, der an der Hochschule Magdeburg-Stendal (FH) „Kindliche Entwicklung und Gesundheit“ lehrt und ebenfalls bei der Tagung in Krems referiert hat: „Beteiligungsprozesse sind ergebnisoffen zu gestalten.“ Die Moderator/innen sollten deshalb versuchen, vorgefasste Meinungen abzulegen und ihre Aufgabe ausschließlich darin sehen, einen geeigneten Rahmen für Beteiligung zu schaffen.

Der Start eines Beteiligungsprozesses, aber auch die Öffentlichkeitsarbeit dafür müssen gut vorbereitet werden. Zudem sollte das Vorhaben von Fachleuten durchgeführt oder begleitet werden, die bereits über Erfahrungen mit den gängigen Methoden für Partizipation verfügen (siehe auch Artikel „Methoden zur Par-

tizipation“ auf den Seiten 34 bis 36). Nicht jede Technik ist für jedes Thema und jede Gruppe geeignet. „Ein besonders wichtiger Faktor ist letztlich auch, dass die politisch Verantwortlichen den Beteiligungsprozess mittragen und sich nachhaltig zu diesem bekennen“, sagt Arbter zusammenfassend.

DIE THEORIE DARF DIE PRAXIS NICHT BEHINDERN



Prof. Dr. Michael T. Wright:
„Partizipation muss ehrlich gemeint sein.“

Michael T. Wright ist Professor für Methoden der empirischen Sozialforschung an der Katholischen Hochschule für Sozialwesen Berlin und Herausgeber des grundlegenden Werkes „Partizipative Qualitätsentwicklung in der Gesundheitsförderung und Prävention“. Im Interview hat er fünf Fragen zum Thema Beteiligung beantwortet.

GESUNDES ÖSTERREICH Herr Professor Wright, was ist Partizipation?

Prof. Dr. Michael T. Wright: Partizipation ist ein Grundprinzip der Gesundheitsförderung und besagt, dass die Bürgerinnen und Bürger direkten Einfluss auf jene Umstände nehmen sollen, die ihre Gesundheit bestimmen.

GESUNDES ÖSTERREICH Was heißt das für die Praxis der Gesundheitsförderung?

Auf Projekte bezogen bedeutet Partizipation, dass die Menschen aus der Zielgruppe nicht nur an Maßnahmen zur Förderung ihrer Gesundheit teilnehmen sollen. Sie sollen vielmehr aktiv mitbestimmen, wie diese Angebote gestaltet werden.

GESUNDES ÖSTERREICH Sie haben das Konzept der „Partizipativen Qualitätsentwicklung“ mit entwickelt. Was sind die Kerninhalte?

Unser Konzept geht von der Tatsache aus, dass möglichst hohe Beteiligung der Zielgruppe auch eine möglichst hohe Qualität des Projektes garantiert. Denn Partizipation sorgt dafür, dass Maßnahmen zur Gesundheitsförderung nahe an der Lebensrealität jener Menschen sind, die erreicht werden sollen. Sie ist die Grundlage dafür, dass Projekte effektiv und wirkungsvoll sind.

GESUNDES ÖSTERREICH Was ist zu beachten, um Partizipation erfolgreich in die Praxis umzusetzen?

Partizipation muss ehrlich gemeint sein. Den Menschen darf nicht vorgemacht werden, dass sie Möglichkeiten zur Beteiligung erhalten, ohne dass sie dann auch tatsächlich mitbestimmen dürfen. Auf Seiten der Betreiber/innen von Projekten ist Know-how notwendig. Wir brauchen mehr Fachkräfte, die wissen wie Partizipation angeregt und umgesetzt werden kann.

GESUNDES ÖSTERREICH Was kann gelebte Beteiligung verhindern?

Wir müssen vermeiden, dass wir zu hohe theoretische Ansprüche stellen, auf welcher Ebene die Beteiligung erfolgen sollte. Schließlich folgt aus dem Prinzip der Partizipation, dass die Prozesse zur Gesundheitsförderung ergebnisoffen sind. Deshalb darf die Projektlogik nicht so stark in den Vordergrund treten, dass dadurch die Praxis – speziell auch jene der Beteiligung – behindert wird.

Die Soziale Sicherheit ist die Fachzeitschrift der Österreichischen Sozialversicherung!



Gegründet im Jahr 1948, bietet die Soziale Sicherheit seit nunmehr 63 Jahren allmonatlich stets aktuelle Informationen über die österreichische und internationale Gesundheits- und Sozialpolitik sowie Informationen und Kommentare zu gesetzlichen Neuerungen im Sozialrecht. Die Zeitschrift erscheint elf Mal jährlich.

Sie möchten die Soziale Sicherheit kennenlernen? Fordern Sie einfach ein kostenloses Probeexemplar im Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger an! Unter der Tel.-Nr. (1) 711 32-1120 oder unter presse@hvb.sozvers.at

Weitere aktuelle Infos unter:
www.hauptverband.at/sosi_online

SOZIALE SICHERHEIT
FACHZEITSCHRIFT DER ÖSTERREICHISCHEN SOZIALVERSICHERUNG

Fünf Jahre e-card
Entwicklungen und Auswirkungen auf das Verhalten der User

Projekt EGDA
Elektronischer grenzüberschreitender Datenaustausch von Sozialversicherungsdaten

Kontrolle der Arzneimittelpreise
Die geplante Novellierung der europäischen Transparenz-Richtlinie

Arzneimittel
Das Pharmazeutische Forum und die relative Wirksamkeit von Arzneimitteln

Netzwerke
Local Payers versus Global Players

Medikamente
EU-Initiativen des Hauptverbands im Bereich der Medikamente 2009 und 2010

EUnetHTA
Europäische Vernetzung der wissenschaftlichen Expertise im Gesundheitswesen

Patient Blood Management
Der Patient im Mittelpunkt

Streptokokkenschelltest
Wegweiser zur adäquaten Antibiotikagabe

SV

Mai 2011 € 3,50

Schwer Erreichbare erreichen

Sozial Benachteiligte sind hohen gesundheitlichen Belastungen ausgesetzt. Gleichzeitig sind sie vergleichsweise schwer durch Gesundheitsförderung erreichbar. Ein Projekt in Salzburg zeigt, wie das trotzdem gelingen kann. Text: Mag. Dietmar Schobel



Gesundheitsvorträge für Menschen mit türkischem Migrationshintergrund sind eines der „Kleinprojekte“ im Rahmen von „Gemeinsam gesund“.

Sozial Benachteiligte sind schwerer dazu zu bewegen, sich an Projekten zur Gesundheitsförderung zu beteiligen“, weiß *Prof. Dr. Raimund Geene MPH*, der an der Hochschule Magdeburg-Stendal (FH) „Kindliche Entwicklung und Gesundheit“ lehrt. Der Plenumsreferent bei der 13. Konferenz des Fonds Gesundes Österreich Ende Mai in Krems erklärt, worauf das häufig zurückgeführt werden könne. Geene: „Sozial Benachteiligte haben in aller Regel schon zahlreiche Demütigungen erlebt. Deshalb haben sie meist ausgeprägte Strategien entwickelt, um Anlässe zu vermeiden, in denen sie vorgeführt werden könnten. Projekte zur Gesundheitsförderung können als neue und ungewohnte Situationen erscheinen. Das macht oft einige Anstrengung notwendig, um ein Vertrauensverhältnis aufzubauen und sozial Benachteiligte für aktive Beteiligung zu gewinnen.“

Soziale Benachteiligung wird häufig durch Faktoren wie niedriges Einkommen, geringes Bildungsniveau oder einen Migrationshintergrund charakterisiert. Dieselben Einflüsse stehen in aller Regel in Zusammenhang zu höheren gesundheitlichen Belastungen. Daraus folgt, dass bei sozial Benachteiligten auch ein höherer Bedarf für Gesundheitsförde-

rung besteht. Diesem gerecht zu werden ist jedoch – wie oben beschrieben – vergleichsweise schwierig. Wie das trotzdem gelingen kann, zeigt unter anderem ein vom Land Salzburg und dem FGÖ gefördertes Projekt in Salzburg.

Verbindungsleute und Kleinprojekte
„Das Projekt ‚Gemeinsam gesund‘ verfolgt zwei zentrale Strategien“, erklärt dessen Leiterin *Mag. Maria Pramhas* von AVOS, dem Arbeitskreis für Vorsorgemedizin Salzburg. Die erste Strategie besteht darin, dass Verbindungspersonen zu den Communities der Migrant/innen oder zur Gruppe der sozial Benachteiligten ausgewählt und kontaktiert wurden: Zum Beispiel Menschen aus Vereinen, in denen Migrant/innen organisiert sind, Sozialarbeiter/innen, die Obdachlose unterstützen, Mitarbeiter/innen des Büros für Interkulturelles Zusammenleben in Hallein, aber auch Einzelpersonen, die in ihrer Gemeinschaft anerkannt sind, etwa Ärzt/innen aus Bosnien, Kroatien und der Türkei. Die zweite Strategie besteht darin, dass im Rahmen des Gesamtprojektes ein Fördertopf für Kleinprojekte eingerichtet wurde. Die Verbindungsleute, aber auch andere Vertreter/innen der Communities können Ideen für eine Förderung aus

diesem Budget bei AVOS einreichen. „So konnten wir einerseits dafür sorgen, dass unsere Aktivitäten auf den tatsächlichen Bedarf bei den Zielgruppen ausgerichtet sind, und andererseits eine möglichst hohe Beteiligung erreichen“, erklärt Pramhas.

Schallmoos und Hallein

Das Projekt „Gemeinsam gesund“ wurde im Juli 2009 begonnen. Es dauert bis Dezember 2011 und wird im Salzburger Stadtteil Schallmoos und in der Stadt Hallein umgesetzt, beides Lebenswelten, in denen der Anteil an Migrant/innen vergleichsweise hoch ist. Bislang wurden bereits rund 40 Kleinprojekte in Kindergärten, Horten, Volks- und Hauptschulen, Jugendzentren, Kulturvereinen und Betreuungseinrichtungen durchgeführt oder geplant, die ausschließlich oder großteils von sozial Benachteiligten genutzt werden.

Einige dieser Kleinprojekte fanden zum Beispiel im „Saftladen“ in Schallmoos statt, in dem Obdachlosen Tagesbetreuung angeboten wird. Sie können dort duschen, erhalten frisches Gewand und ein günstiges Mittagessen. Im Rahmen des Projektes konnten sie sich bei vier „Gesundheitsnachmittagen“ auch mit ihren gesundheitlichen Fragen und Problemen an eine Ärztin und eine



Im „Saftladen“ wurden Gesundheitsnachmittage veranstaltet (links im Bild Verbindungsperson Simone Meidl vom Team des „Saftladens“).

diplomierte Krankenschwester werden. „Das Interesse übertraf bei Weitem die Erwartungen der Veranstalter/innen und das Feedback durch die Besucher/innen des Saftladens war sehr positiv“, sagt Pramhas.

Kindergarten und Gesundheitsfrühstück

Ein weiteres Beispiel ist der Kindergarten und Hort Baron Schwarzpark. Etwa die Hälfte der Kinder dort haben Migrationshintergrund. Auch sozial benachteiligte Kinder, deren Eltern teilweise vom Jugendamt betreut werden, besuchen Kindergarten und Hort. Im Rahmen von „Gemeinsam gesund“ wurden dort verschiedene Workshops veranstaltet – zum Beispiel für Capoeira, Musik und Tanz oder Aggressionsabbau. Alle 47 Kinder des Kindergartens und alle 55 Hortkinder nahmen an einem der unterschiedlichen Arbeitskreise teil. Der Verein Somos Salzburg, eine Beratungsstelle für Migrant/in-



Beim „Interkulturellen Gesundheitsfrühstück“ in Schallmoos gab es ein Buffet mit Speisen aus verschiedenen Ländern und im Anschluss einen Vortrag über gesunde Ernährung.

nen und Nichtmigrant/innen, hat als „Kleinprojekt“ ein „Interkulturelles Gesundheits-Frühstück“ veranstaltet. Zu diesem wurden Vertreter/innen verschiedener Institutionen und Vereine sowie Familien aus dem Stadtteil Schallmoos eingeladen. Bei vier Terminen gab es dann einen gemeinsamen Frühstücksbrunch, mit einem Buffet mit gesunden Speisen aus verschiedensten Ländern – von Afrika, Asien und Lateinamerika bis zu den Balkanländern und der Türkei. Danach folgte ein Vortrag einer Diätologin zum Thema richtige Ernährung.

Mama und Papa lernen schwimmen
Eylem Yildiz ist Bankangestellte und hat sich als Privatperson für ihre Gemeinschaft engagiert. Unter dem Titel „Mama lernt schwimmen“ haben sich zum Beispiel Frauen zwischen 20 und 60 Jahren mit türkischem Migrationshintergrund jeden Sonntag Vormittag im Schwimmbad von Gol-

ling im Salzburger Land getroffen und bei einem Schwimmkurs mitgemacht. „Nicht alle haben Schwimmen gelernt. Aber es haben zumindest alle ihre Angst vor dem Wasser abgelegt und werden künftig sicher häufiger mit ihren Kindern zum Schwimmen gehen“, sagt Yildiz. Auch Gesundheitsvorträge, bei denen eine türkisch sprechende Ärztin, ein Zahnarzt, eine Psychotherapeutin und eine Frauenärztin zur Verfügung standen, wurden sehr gut angenommen. Ebenso wie der Kurs „Papa lernt schwimmen“, bei dem die männlichen Nichtschwimmer gefordert waren. Yildiz hat insgesamt nicht weniger als neun Kleinprojekte umgesetzt. „Natürlich sind dafür viele freiwillige Arbeitsstunden notwendig“, sagt sie: „Doch zu mir sind inzwischen auch schon viele Menschen gekommen, um sich für die gesundheitsförderlichen Angebote zu bedanken, und das freut mich sehr.“

Gemeinden gemeinsam gesünder gestalten

Auch in der kommunalen Gesundheitsförderung ist Beteiligung die Basisstrategie. Ein Projekt in Graz erreicht sozial Benachteiligte. Die „Zukunftsinitiative“ wendet sich an junge Menschen in 18 österreichischen Gemeinden.

In Gries sind die Justizanstalt Kar-lau, der Zentralfriedhof, der städtische Wirtschaftshof mit der Müll-entsorgung und ein „Rotlichtviertel“ mit etlichen Nachtclubs und An-imerlokalen zu finden. Es ist auch je-ner Bezirk von Graz, in dem der An-teil an Migrant/innen am höchsten ist. Hier leben viele Menschen aus der Türkei, Bosnien und zahlreichen anderen Herkunftsländern.

In Gries setzt auch ein groß angeleg-tes Projekt zur Gesundheitsförderung an. Es soll dazu beitragen, dass aus dem Stadtteil ein „Bezirk zum Wohl-fühlen wird“. Vor allem ältere und so-zial schwächer gestellte Menschen sowie Migrant/innen sollen sich da-ran beteiligen. „Partizipation als Grundprinzip der Gesundheitsför-derung spielt in allen Phasen unserer Initiative eine entscheidende Rolle“, erklärt die Projektleiterin *Michaela Strapatsas*.

Platz der Begegnung

Zu Beginn eines Prozesses zur Parti-zipation in der Gesundheitsförderung geht es vor allem auch darum festzu-stellen, was die Menschen, die er-reicht werden sollen, ihrer eigenen Ansicht nach benötigen. Eine der Me-thoden (siehe auch Artikel „Methoden zur Partizipation“, Seite 34 bis 36), die in Gries dafür verwendet wur-den, war die „Fotosafari“. Die Schü-lerinnen und Schüler der Hauptschu-le und Neuen Mittelschule St. Andrä



Michaela Strapatsas, Leiterin des Projektes „Gesunder Bezirk Gries“: „Partizipation spielt in allen Phasen unserer Initiative eine entscheidende Rolle.“

Das Schild für den „Platz der Begegnung“ wurde von den Kindern entworfen und gemeinsam mit diesen aufgehängt.



STRUKTUREN FÜR PARTIZIPATION IN DEN GEMEINDEN

Größtmögliche Beteiligung der Bürger/innen ist auch Grundprinzip der Arbeit der Initiativen für „Gesunde Gemeinden“, die in der Steiermark, Salzburg, Niederösterreich, Oberösterreich, Kärnten und dem Burgenland in unterschiedlichem Umfang und nach unterschiedlichen Krite-rien umgesetzt werden. Allen genannten Programmen ist gemeinsam, dass in den einzelnen teilnehmenden Ortschaften Arbeitskreise oder auch Steuerungsgruppen zum Thema Gesund-heit und Gesundheitsförderung vorgesehen sind. In diesen haben die Menschen die Mög-lichkeit, sich ehrenamtlich zu engagieren und Vorschläge für eine gesunde Zukunft ihrer Gemein-de zu diskutieren und zu verwirklichen. In der Steiermark etwa wurde bereits 1987 ein derarti-ges Netzwerk für „Gesunde Gemeinden“ ins Leben gerufen. Die steirische Gesundheitsförde-rungsinstitution Styria vitalis, die es aufgebaut hat und betreut, beschreibt die Bedeutung von Partizipation im Rahmen dieser Initiative wie folgt: „Eine Gesunde Gemeinde setzt ihren Bür-ger/innen kein fertiges Programm vor, sondern bezieht sie schon in der Ideenfindung mit ein... Die Bürger/innen bringen ihre Ideen ein und setzen diese um. Die Mitarbeiter/innen von Styria vitalis begleiten diesen Prozess mit ihrem umfangreichen Know-how.“



Auch das Stadtteilzentrum in der Triestersiedlung ist ein Ort der Begegnung für die Bewohner/innen und die politisch Verantwortlichen.

wurden eingeladen, jene Orte in Gries zu fotografieren, an denen sie sich wohl fühlen. Und jene, auf die dies nicht zutrifft.

Letzteres galt zum Beispiel für den „Platz der freiwilligen Schützen“, bei dem sich die Schule St. Andrä befindet und der vor allem an die Erfordernisse des Autoverkehrs angepasst war. Aus der Fotosafari ist deshalb die Initiative entstanden, ihn zu einem „Platz der Begegnung“ werden zu lassen. Die Kinder und Jugendlichen fertigten Zeichnungen, Collagen und Fotos an und bauten schließlich ein Modell, das zeigt, wie der Verkehr reduziert und mehr Raum für Kommunikation, Pflanzen und Spiel geboten werden kann.

Viele ihrer Vorschläge fanden die Zustimmung des Grazer Gemeinderates. Fünf Parkplätze wurden eingespart, neue Bänke und Tische aufgestellt. Mitte Juni hat der Graffiti-Künstler NEO gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern ein Trafohäuschen an dem Platz mit bunten Sprayfarben bemalt. Und die Poller rings um den neuen Ort der Begegnungen wurden mit den Flaggen von 26 Nationen verziert – denn die Kinder und Jugendlichen der Schule St. Andrä stammen aus ebenso vielen Herkunftsländern.

Zehn Durchführungsorte

Die Schule St. Andrä ist nur einer der zehn „wichtigsten Durchführungsorte“ für das Projekt, die über den ganzen Bezirk Gries verteilt sind. Andere sind zum Beispiel Pfarren, Ein-



Die Kinder der Hauptschule und Neuen Mittelschule St. Andrä haben gemeinsam mit ihren Lehrerinnen die Betonpoller in den Farben ihrer Herkunftsländer bemalt.

kaufszentren oder die Triestersiedlung, der größte Gemeindebau der Stadt Graz. Hier wurde im Rahmen des Projektes ein Stadtteilzentrum eingerichtet. Zweimal pro Woche steht eine Mitarbeiterin für Anliegen jeder Art zur Verfügung. Das Stadtteilzentrum soll soziale Unterstützung in allen Lebenslagen geben, die Kommunikation fördern und zur Lösung von Konflikten beitragen. Für Schüler/innen wird in der Triestersiedlung zum Beispiel Lernbetreuung am Nachmittag mit gesunder Jause angeboten. Am Samstag wird ein Nachmittagscafé für alle Bewohner/innen organisiert.

Das Projekt „Gesunder Bezirk Gries“ hat 2009 begonnen und wird noch bis Ende dieses Jahres dauern. „Bislang haben wir mehr als 200 Veranstaltungen zum Thema Gesundheit durchgeführt“, berichtet Strapatsas, die sich unter anderem auf den Umgang mit „kultureller Vielfalt“ spezialisiert hat. Das Spektrum der Projektangebote reicht von Nordic-Walking-Gruppen im City-Park über Stammtische für Arbeitslose und eine Initiative für „senior/innengerech-

tes Einkaufen“ bis zu Deutschkursen für Migrant/innen mit einem Schwerpunkt auf Gesundheitsthemen.

Zukunftsinitiativen für Gemeinden

Die „Zukunftsinitiativen“ sind ein Projekt zur Gesundheitsförderung, das ebenfalls auf kommunaler Ebene ansetzt und vor allem auf hohe Beteiligung von Jugendlichen abzielt. *Gerald Koller*, Coach, Fachreferent und Entwickler neuer pädagogischer Handlungsmodelle, hat das Vorhaben gemeinsam mit der Österreichischen Liga für Kinder- und Jugendgesundheit entwickelt. „Die Kinder und Jugendlichen sind die Zukunft der Gemeinden. Doch viele von ihnen sehen in ihrer Gemeinde für sich selbst keine Zukunft“, erklärt Koller. „Wir wollen deshalb gemeinsam erarbeiten, was ihre Wunschvorstellungen für die künftige Entwicklung ihres Heimatortes sind.“

Neben den 13 Gemeinden des Weinviertler Dreiländerecks werden sich auch die Gemeinde Ulrichskirchen-Schleinbach im Bezirk Mistelbach, Ybbsitz im Mostviertel, Ramingstein im Lungau und die Stadt Ferlach so-

wie Obervellach in Kärnten an den Zukunftsinitiativen beteiligen, die von 2011 bis 2013 durchgeführt werden sollen. „Im ersten Jahr werden Zukunftswerkshops mit den Jugendlichen veranstaltet“, erklärt Koller. Bei den Arbeitskreisen sollen mit Unterstützung des Medienpädagogen *Michael Guzei* Dia-Shows und Filme entstehen, welche die Vorstellungen

der Jugendlichen für ihre eigene Zukunft in ihrer Gemeinde zeigen sollen. Nachdem die Arbeitsergebnisse präsentiert wurden, sollen dann im zweiten Jahr „Dialog-Runden“ abgehalten werden, an denen sich alle Interessierten aus der Gemeinde beteiligen können. Hier sollen Maßnahmen für eine bessere gemeinsame Zukunft der Gemeinde entwickelt

und dann im dritten Jahr umgesetzt werden. „Wir wollen eine hohe Beteiligung von Jugendlichen und in der Folge auch der anderen Menschen in den Gemeinden erreichen“, sagt Koller zusammenfassend: „Insgesamt geht es darum, Zuversicht zu vermitteln und das soziale Klima in den Gemeinden durch den Dialog mit den Jugendlichen zu erwärmen.“

„LENZGESUND“ IN HAMBURG

Das Programm „Lenzgesund“ in Hamburg hat auf frühzeitige Beteiligung aller Akteur/innen gesetzt. So konnten zahlreiche sozial benachteiligte Menschen in Maßnahmen zur Gesundheitsförderung miteinbezogen werden.

In der Lenzsiedlung in Hamburg leben rund 3.000 Menschen auf einer etwa 7,6 Hektar großen Fläche. Das ist die höchste Bevölkerungsdichte in der Hansestadt. Die Hochhaussiedlung entstand in den 70-er Jahren im Rahmen des sozialen Wohnungsbaus. Aktuell haben über 60 Prozent der Bewohner/innen einen Migrationshintergrund. 27 Prozent sind unter 18 Jahren alt, während dieser Anteil in ganz Hamburg im Durchschnitt nur 16 Prozent beträgt. 34 Prozent der Menschen in der Lenzsiedlung erhalten Sozialleistungen. Im Durchschnitt beträgt dieser Anteil in Hamburg nur zwölf Prozent. „Lenzgesund“ heißt ein Programm, durch das seit 2005 in diesem Stadtteil Angebote der Gesundheitsförderung und Prävention vom Gesundheitsamt Hamburg-Eimsbüttel aufgebaut werden. Vom Institut für Medizinische Soziologie, Sozialmedizin und Gesundheitsökonomie (IMSG) am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf wird dazu die Begleitforschung durch-

geführt. *Dipl.-Soz. Waldemar Süß* ist der Leiter der Arbeitsgruppe Gesundheitsförderung an diesem Institut, *Univ.-Prof. Dr. Dr. Alf Trojan*, dessen ehemaliger Direktor.

Beteiligung als Erfolgsrezept

„Es gibt heute wenige Wohnviertel in Hamburg, in denen das Angebot an Gesundheitsförderung und Prävention so umfangreich ist wie in der Lenzsiedlung“, sagt Trojan. Worauf ist dieser Erfolg zurückzuführen? „Ein wesentlicher Faktor ist sicher, dass von Beginn an auf größtmögliche Beteiligung all jener Akteur/innen gesetzt wurde, die bereits mit der Beratung und Betreuung der Einwohner/innen der Lenzsiedlung befasst waren“, meint der Forscher. *Christian Lorentz*, der beim Gesundheitsamt Hamburg-Eimsbüttel für das Präventionsprogramm Lenzgesund zuständig ist, hat für diese Akteur/innen 2003 einen „Runden Tisch“ organisiert. Vertreter/innen von Kindertagesstätten, des Jugendamtes, der Erziehungsberatung, des Stadtteilbüros, von Trägern der Jugendarbeit, des Mütterzentrums sowie Familienhebammen und Schulärzt/innen kamen zusammen. Gemeinsam erarbeiteten sie gesundheitsförderliche Maßnahmen und Strategien, die für mehr Gesundheit der Bewohner/innen der Lenzsiedlung sorgen sollten.



In der Lenzsiedlung in Hamburg ist die höchste Bevölkerungsdichte in der Hansestadt zu verzeichnen.

Vernetzte Hilfen

„Ein wichtiges Ergebnis war, dass die Angebote für Eltern mit Babys und Kleinkindern gebündelt wurden“, sagt Süß. Unter dem Titel „Vernetzte Hilfen rund um Geburt und die ersten Lebensjahre“ werden nun zum Beispiel Maßnahmen wie der „Babyführerschein“ angeboten. Das ist ein zwölfwöchiger Kurs für Eltern mit Tipps für gesunde Ernährung sowie zur Förderung der frühen Bindung zwischen Eltern und Kind. Auch „Babymassagen“ stehen auf dem Schulungsprogramm. In der Lenzsiedlung steht zudem eine „Familienhebamme“ kontinuierlich für alle Fragen rund um die Betreuung von Babys und Kleinkindern zur Verfügung. Bei dem Projekt „Fit und friedlich“ zeigen ein Sportstudent und ein türkischer Sozialarbeiter Sechs- bis Zwölfjährigen Möglichkeiten für körperliche Aktivität und die friedliche Lösung von Konflikten. Einmal

im Monat gibt es in den Räumen des Bürgerhauses „Gesundheitsgespräche von Frauen für Frauen“ mit Vorträgen und Diskussionen. Ein weiteres Beispiel ist das Hamburger Projekt „MiMi – Mit Migranten für Migranten“, in dessen Rahmen auch in der Lenzsiedlung interkulturelle Gesundheitsmediator/innen ihre „Landsleute“ muttersprachlich und kultursensibel über Fragen zu Gesundheit und Krankheit informieren. 2006 wurde eine Befragung der Menschen in der Lenzsiedlung durchgeführt. Dazu Trojan: „Aus der Umfrage wissen wir, dass die verschiedenen Gesundheitsangebote im Rahmen des Projektes Lenzgesund bei den Bewohner/innen der Siedlung gut bekannt sind. Rund 40 Prozent sind im Prinzip auch bereit, sich aktiv an der Gestaltung von gesundheitsfördernden Maßnahmen speziell für Kinder und Jugendliche zu beteiligen.“

Wer mit Bus und Bahn fährt, nützt der Umwelt und damit auch unser aller Gesundheit.

Doch die Tarife für Jugendliche waren in Oberösterreich zu teuer und zu unübersichtlich gestaltet, um den öffentlichen Verkehr für Teenager wirklich interessant zu machen. Das fand zumindest *Lydia Etzlstorfer*.

Die junge Frau ließ ihrem Unmut Taten folgen und startete eine Unterschriftenaktion, um diesen Zustand zu verbessern. Im Mai 2009 konnten in Linz 2.500 Unterschriften an den oberösterreichischen Landeshauptmann-Stellvertreter *Erich Haider* übergeben werden. Ab September wurde dann tatsächlich eine generelle Halbp reis-Ermäßigung für Jugendliche zwischen 15 und 20 Jahren im Verkehrsverbund Oberösterreich eingeführt. „Etzlstorfer ist eine unserer CEHAPE-Peers. Ihre Aktion ist eines der schönsten Beispiele dafür, was im Rahmen dieser Initiative erreicht werden soll“, erklärt *Dipl. Päd. Cosima Pilz* vom Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark, die den Prozess rund um den CEHAPE im Auftrag des Lebensministeriums koordiniert.

Ein Aktionsplan der WHO

Beim CEHAPE, einem Aktionsplan der Weltgesundheitsorganisation WHO geht es darum, dass die Umwelt- und Lebensbedingungen für unsere Kinder und Jugendlichen gesünder gestaltet werden sollen – und dass sie sich selbst aktiv an diesem Prozess beteiligen sollen. Der CEHAPE wurde 2004 in Budapest bei der vierten Konferenz der Umwelt- und Gesundheitsminister/innen der WHO-Region Europa von 53 Staaten beschlossen. Die etwas sperrige Abkürzung steht für „Children's Environment and Health Action Plan Europe“ – also auf deutsch: „Kinder-Umwelt- und Gesundheitsplan für Europa“. In Österreich soll der Plan unter anderem durch einen Lehrgang für CEHAPE-Peers in die Praxis umgesetzt werden. Dieser wird jährlich veran-

Peers without fear

Junge Menschen sollen sich beteiligen, ihre Umwelt gesünder zu gestalten. Das sieht der CEHAPE-Aktionsplan vor. In Österreich werden im Auftrag des Lebensministeriums für diese Initiative junge Menschen zu Peers ausgebildet.



CEHAPE-Peers erwerben kostenlos, spielerisch und handlungsorientiert Know-how über Umwelt, Gesundheit und Beteiligung (links im Bild: Dipl. Päd. Cosima Pilz).

staltet und Jugendliche erwerben dabei Know-how zu den Themen Umwelt, Gesundheit und gesellschaftliche Beteiligung. In der Folge sollen sie dieses als „Peers“ an Gleichaltrige in ihrer Heimatregion weitergeben. Zum Ausbildungsprogramm gehören Informationen über den CEHAPE selbst sowie über die Schwerpunktthemen Luft- und Wasserqualität, Mobilität und gefährliche Wirkstoffe. Gemeinsam wird erarbeitet, welche Maßnahmen für eine bessere Umwelt den Jugendlichen als besonders wichtig erscheinen. Auch Ausbildung in Projektmanagement gehört dazu, denn als Abschluss des Lehrgangs sollen die CEHAPE-Peers ein Praxisprojekt mit öffentlicher Wirkung umsetzen. Die eingangs beschriebene Fahrpreisreduktion in Oberösterreich war solch ein Praxisprojekt.

Die Teilnahme ist kostenlos. Im Rahmen der Initiative wurde von österreichischen CEHAPE-Peers auch

schon ein Film gestaltet, der ihre Sicht auf Umwelt- und Gesundheitsprobleme zeigt und 2010 in Parma in Italien bei der Fünften WHO-Konferenz der Umwelt- und Gesundheitsminister/innen der Region Europa vorgeführt wurde. Die Teilnahme am Lehrgang wird vom Lebensministerium finanziert und ist für die angehenden CEHAPE-Peers kostenlos – inklusive Unterkunft, Verpflegung und Fahrtkosten. 2011 ist der Lehrgang erstmals auch mit einem Praktikum bei einem österreichischen Öko-Unternehmen verbunden. Nähere Informationen zur Beteiligung an CEHAPE gibt es unter: www.jugendumweltplattform.at/site/projekte/cehape. Die Website www.klimaaktiv.at/article/archive/29300 informiert über das „klima:aktiv mobil Jugendprogramm“, durch das innovative Projekte zur klimafreundlichen Mobilität von jungen Menschen unterstützt werden.

Mitreden und mitentscheiden

Möglichkeiten zur Beteiligung werden von Jugendlichen gerne genutzt – falls sie ernst gemeint sind. Was das heißt, zeigen Projekte in Niederösterreich und Vorarlberg. Text: Mag. Dietmar Schobel

Durch die altherwürdigen Gänge des Redemptoristenklosters in Eggenburg im Waldviertel in Niederösterreich weht seit Kurzem ein frischer Wind: Sofas und Stühle wurden aufgestellt und die Porträts einiger strenger Klosterherren aus vergangenen Zeiten abgehängt. Denn die Gänge des Klosters dienen auch als Pausenraum für die Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die hier in der Lehrlingsstiftung Eggenburg ihre Ausbildung machen. Ihre gewählten Vertreterinnen und Vertreter hatten sich dafür ausgesprochen, dass sie jugendfreundlicher gestaltet werden. Das wurde umgesetzt.

Gewählte Vertretung

In Eggenburg erhalten 16- bis 25-Jährige, die keinen Arbeitsplatz bekommen haben, eine Ausbildung. In den sieben Werkstätten der Stiftung kann eine dreijährige Lehre gemacht werden, um Malerei, Tischlerei, Kochen, das Bürogewerbe, EDV-Technik oder Gärtnerei zu erlernen. Weiters wird eine einjährige Qualifizierung angeboten, die auch Praktika in verschiedenen Betrieben beinhaltet.

Die gewählte Vertretung für die Jugendlichen und jungen Erwachsenen wurde im Rahmen des vom Fonds Gesundes Österreich geförderten Projektes zur Gesundheitsförderung „Health4You“ etabliert. Das Projekt wird seit Anfang 2010 in der Lehrlingsstiftung umgesetzt und wird im Dezember 2012 beendet werden. „Partizipation ist ein Grundprinzip der Gesundheitsförderung. Wir haben deshalb großen Wert darauf gelegt, Angebote zu schaffen, die die Jugendlichen un-



Die Vertreter/innen der Lehrlinge haben erreicht, dass die Gänge „jugendfreundlich“ gestaltet wurden.

terstützen, ihre Wünsche und Anliegen zu artikulieren“, sagt die Psychologin *Mag. Barbara Riepl*. Sie leitet das Projekt, das auch Maßnahmen wie Gesundheitstage, Kompetenztraining, Sportangebote und alljährlich eine Erlebniswoche in einem Feriencamp umfasst, die gemeinsam geplant wird. Im Vorjahr ging es ins Schloss Wetzlas im Waldviertel, heuer ist im Juli das Europacamp am Attersee das Ziel.

Die Anliegen wurden gesammelt. Bevor die Jugendvertretung geschaffen wurde, wurde ein „World Café“ veranstaltet (siehe auch Artikel „Methoden zur Partizipation“, Seite 34 bis 36), bei dem die Anliegen aller Jugendlichen gesammelt wurden. Sie wurden gefragt, was sie unter Mitbestimmung verstehen, welche Erfahrungen sie bisher damit gemacht

haben und welche Form der Vertretung sie sich wünschen. Eine Konsequenz daraus war, dass ein vergleichsweise großes Gremium entstanden ist. Es gibt jetzt zwölf Jugendvertreterinnen und -vertreter sowie zwölf Ersatzleute.

Für die meisten Jugendlichen in Eggenburg war es eine völlig neue Erfahrung, dass sie wirklich mitreden dürfen. Die Themen, die von den Jugendvertreter/innen aufgegriffen werden, werden regelmäßig mit dem Leitungsteam der Stiftung Eggenburg besprochen. Bisher ging es neben der Pausenraumgestaltung unter anderem auch um Ideen für Exkursionen, den Kauf von Arbeitskleidung, politische Anliegen wie eine Erhöhung des Krankenstandsgeldes oder darum, wie der Innenhof des Klosters besser sauber gehalten wer-



Das Projekt **Health4You** setzt auf Beteiligung und beinhaltet unter anderem Gesundheitstage, Kompetenztraining und Sportangebote.



Jugendliche mit türkischem Migrationshintergrund erhielten beim Projekt „**Anababa**“ in Vorarlberg professionelle Unterstützung, ihren Film zu drehen.

den kann. Die Jugendlichen haben jetzt ein System organisiert, durch das sie selbst dafür Sorge tragen.

Partizipation von Anfang an

Supro – die Werkstatt für Suchtprophylaxe mit Sitz in Götzis organisiert Projekte zur Suchtprävention und Gesundheitsförderung für ganz Vorarlberg. Aktive Beteiligung steht immer im Zentrum. „Wer es mit Partizipation ehrlich meint, fragt alle Beteiligten schon zu Beginn eines Projektes, wie dieses gestaltet werden soll“, betont Supro-Leiter *Mag. Andreas Prenn*. So wie zum Beispiel beim Projekt „**Anababa – meine Familie und ich**“. Dabei konnten Jugendliche mit türkischem Migrationshintergrund die konkreten Inhalte eines Films und dessen Drehbuch selbst erarbeiten. „Wir haben den Rahmen geschaffen und den Jugendlichen Unterstützung durch ein professionelles Filmteam gegeben“, erklärt Prenn. In dem 16-Minuten-Streifen in türkischer Sprache geht es nun zum Beispiel um Eltern, die immer nur kritisieren und die nie Zeit haben. Oder um einen Vater, der seinen Sohn zur Schichtarbeit schicken will, statt ihn eine Lehre machen zu lassen. Der Film wurde bei mehr als 30 Veranstaltungen vorgeführt und von insgesamt 1.035 Eltern mit türkischem Migrationshintergrund mit Unterstützung von Moderator/innen diskutiert.

„Wenn junge Menschen zur Beteiligung angeregt werden sollen, sollten zwei Dinge beachtet werden“, sagt Prenn zusammenfassend: „Die Jugendlichen und ihre Anliegen müssen

ernst genommen werden. Und der Rahmen muss abgesteckt werden. Es muss für alle Beteiligten von Beginn an klar sein, welche Dinge sich umsetzen lassen und welche nicht.“



STADT DER KINDER IN POTSDAM

Kinder bauen ihre eigene Stadt aus Holz. Nach diesem Motto verbringen Sechs- bis Zwölfjährige in der 150.000-Einwohner/-innen-Stadt Potsdam bei Berlin in Deutschland seit 2006 jedes Jahr zwei Ferienwochen. In der ersten entscheiden sie selbst, welche Häuser ihre Stadt umfassen soll – vom Feuerwehrhaus über das Rathaus bis zur Polizeistation. Diese Gebäude werden dann auch von den Kindern geplant und eigenhändig mit Hammer und Säge zusammengezimmert. In der zweiten Ferienwoche wird in der Kinderstadt spielerisch die

Selbstverwaltung erprobt: ein Stadtrat und ein Bürgermeister werden gewählt, eine eigene Zeitung gemacht. „Die Kinder werden von erwachsenen Helferinnen und Helfern unterstützt, die zum Beispiel Werkzeug ausgeben oder Holzstapel bereit legen. Alles andere machen sie selbst“, erklärt *Barbara Rehbehn*, die Geschäftsführerin des Bürgerhauses am Schlaatz in Potsdam, welches das Projekt für Beteiligung von Kindern organisiert. Weitere Informationen sind unter www.stadtderkinder-potsdam.de nachzulesen.

Beteiligung in den Gemeinden mit der Agenda 21

Beteiligung wird nicht nur in der Gesundheitsförderung umgesetzt, sondern auch in anderen Bereichen der Politik. Durch die „Lokale Agenda 21“ gab es in Österreich bislang in 430 Gemeinden Prozesse zur Partizipation.

Der Kronstorfer Zukunftsweg. Unter diesem Motto beteiligten sich im Frühling 2010 in der oberösterreichischen Marktgemeinde rund 240 Menschen während fünf Tagen bei 19 Veranstaltungen. Die Kronstorferinnen und Kronstorfer gaben ihre Ideen zu Protokoll, wie sich ihr Heimatort im Sinne der Nachhaltigkeit und Umweltfreundlichkeit künftig weiterentwickeln sollte. Bei dieser „Zukunftswerkstatt“ in der Gemeinde mit rund 3.100 Einwohner/-innen wurden nicht weniger als 400 Projektideen gesammelt.

Konkrete Ergebnisse

In einer Projektwerkstatt und 15 Arbeitskreisen wurde im Anschluss ein „Zukunftsprofil“ erarbeitet, das fünf Schwerpunkte festlegt, unter denen die einzelnen Maßnahmen zusammengefasst werden können. Das beinhaltet unter anderem, die Nahversorgung zu sichern, Marktzentrum, Ortsteile und Naturraum zu beleben sowie Kronstorf zur Energiespargemeinde zu machen. Inzwischen gibt es zahlreiche konkrete Ergebnisse. Dazu zählt etwa, dass für den Nahversorger im Ortsteil Thaling, der gesperrt hatte, Ersatz gefunden wurde. Ein mobiler Händler liefert jetzt Fleisch- und Wurstwaren, Brot, Milch und Molkereiprodukte. Für Nudeln und Eier wurde ein Automat aufgestellt.

Partizipation in 430 Gemeinden

„Kronstorf ist ein Beispiel für die über 430 Gemeinden in Österreich, in denen seit 1998 Prozesse zur Bürgerbeteiligung im Rahmen der Lokalen Agenda 21 umgesetzt wurden“, erklärt Mag. Martina Schmalnauer-Giljum vom Lebensministerium. Die Agenda 21 wurde 1992 in Rio de Janeiro von 178 Staaten auf einer Konferenz für Umwelt und Entwicklung der Vereinten Nationen beschlossen. Sie legt Nachhaltigkeit als Leitlinie öffentlichen Handelns fest. Das bedeutet, dass Systeme – etwa solche, die uns mit Lebensmitteln, Energie



Agenda 21-Aktive aus der Marktgemeinde Kronstorf in Oberösterreich.

oder auch sozialer Wärme versorgen – so genutzt werden, dass sie in ihren wesentlichen Eigenschaften erhalten bleiben und der Bestand auf natürliche Weise regeneriert werden kann. Als Lokale Agenda 21 wird die Umsetzung dieser Strategie auf Ebene der Gemeinden und Regionen bezeichnet, die durch Prozesse zur Partizipation erfolgen soll.

Alle Bundesländer beteiligen sich. Schmalnauer-Giljum ist beim Lebensministerium dafür zuständig, die Aktivitäten im Rahmen der Lokalen Agenda 21 in Österreich zu unterstützen und zu vernetzen. „Der Anstoß für einen Beteiligungsprozess in einer Gemeinde kann durch Politi-

ker/-innen erfolgen, aber auch von einzelnen Bürger/-innen oder Gruppen von Bürger/-innen ausgehen“, erklärt sie. Für Interessierte gibt es in jedem Bundesland in Österreich die Möglichkeit, sich zum Thema Lokale Agenda 21 beraten zu lassen. Eine Liste mit den Länder-Kontakten sowie zahlreiche weitere Informationen sind im Bereich „Lokale Agenda 21“ auf www.nachhaltigkeit.at zu finden, einer Website des Lebensministeriums. Für die Umsetzung von Beteiligung im Rahmen der Initiative ist in aller Regel Begleitung durch Expert/-innen notwendig. Dafür und für innovative Teilprojekte gibt es Möglichkeiten für finanzielle Förderungen.

Beteiligung in den Gemeinden mit der Agenda 21

Beteiligung wird nicht nur in der Gesundheitsförderung umgesetzt, sondern auch in anderen Bereichen der Politik. Durch die „Lokale Agenda 21“ gab es in Österreich bislang in 430 Gemeinden Prozesse zur Partizipation.

Der Kronstorfer Zukunftsweg. Unter diesem Motto beteiligten sich im Frühling 2010 in der oberösterreichischen Marktgemeinde rund 240 Menschen während fünf Tagen bei 19 Veranstaltungen. Die Kronstorferinnen und Kronstorfer gaben ihre Ideen zu Protokoll, wie sich ihr Heimatort im Sinne der Nachhaltigkeit und Umweltfreundlichkeit künftig weiterentwickeln sollte. Bei dieser „Zukunftswerkstatt“ in der Gemeinde mit rund 3.100 Einwohner/-innen wurden nicht weniger als 400 Projektideen gesammelt.

Konkrete Ergebnisse

In einer Projektwerkstatt und 15 Arbeitskreisen wurde im Anschluss ein „Zukunftsprofil“ erarbeitet, das fünf Schwerpunkte festlegt, unter denen die einzelnen Maßnahmen zusammengefasst werden können. Das beinhaltet unter anderem, die Nahversorgung zu sichern, Marktzentrum, Ortsteile und Naturraum zu beleben sowie Kronstorf zur Energiespargemeinde zu machen. Inzwischen gibt es zahlreiche konkrete Ergebnisse. Dazu zählt etwa, dass für den Nahversorger im Ortsteil Thaling, der gesperrt hatte, Ersatz gefunden wurde. Ein mobiler Händler liefert jetzt Fleisch- und Wurstwaren, Brot, Milch und Molkereiprodukte. Für Nudeln und Eier wurde ein Automat aufgestellt.

Partizipation in 430 Gemeinden

„Kronstorf ist ein Beispiel für die über 430 Gemeinden in Österreich, in denen seit 1998 Prozesse zur Bürgerbeteiligung im Rahmen der Lokalen Agenda 21 umgesetzt wurden“, erklärt Mag. Martina Schmalnauer-Giljum vom Lebensministerium. Die Agenda 21 wurde 1992 in Rio de Janeiro von 178 Staaten auf einer Konferenz für Umwelt und Entwicklung der Vereinten Nationen beschlossen. Sie legt Nachhaltigkeit als Leitlinie öffentlichen Handelns fest. Das bedeutet, dass Systeme – etwa solche, die uns mit Lebensmitteln, Energie



Agenda 21-Aktive aus der Marktgemeinde Kronstorf in Oberösterreich.

oder auch sozialer Wärme versorgen – so genutzt werden, dass sie in ihren wesentlichen Eigenschaften erhalten bleiben und der Bestand auf natürliche Weise regeneriert werden kann. Als Lokale Agenda 21 wird die Umsetzung dieser Strategie auf Ebene der Gemeinden und Regionen bezeichnet, die durch Prozesse zur Partizipation erfolgen soll.

Alle Bundesländer beteiligen sich. Schmalnauer-Giljum ist beim Lebensministerium dafür zuständig, die Aktivitäten im Rahmen der Lokalen Agenda 21 in Österreich zu unterstützen und zu vernetzen. „Der Anstoß für einen Beteiligungsprozess in einer Gemeinde kann durch Politi-

ker/-innen erfolgen, aber auch von einzelnen Bürger/-innen oder Gruppen von Bürger/-innen ausgehen“, erklärt sie. Für Interessierte gibt es in jedem Bundesland in Österreich die Möglichkeit, sich zum Thema Lokale Agenda 21 beraten zu lassen. Eine Liste mit den Länder-Kontakten sowie zahlreiche weitere Informationen sind im Bereich „Lokale Agenda 21“ auf www.nachhaltigkeit.at zu finden, einer Website des Lebensministeriums. Für die Umsetzung von Beteiligung im Rahmen der Initiative ist in aller Regel Begleitung durch Expert/-innen notwendig. Dafür und für innovative Teilprojekte gibt es Möglichkeiten für finanzielle Förderungen.

Wer macht mit?

**„Wie gelingt Beteiligung bei Projekten besonders gut?“
Mag. Gabriele Vasak hat Expert/innen für Gesundheitsförderung in Betrieben,
für Jugendliche sowie für ältere Menschen befragt.**



Mag. Margit Bauer

Unternehmensberaterin und Trainerin mit dem Schwerpunkt Projektmanagement und Betriebliche Gesundheitsförderung bei „G'sundwerk“

Echter Enthusiasmus der Beteiligten war schon bei „meinem“ ersten Projekt zur Betrieblichen Gesundheitsförderung in der Raiffeisenbank Eberndorf, Kärnten, zu spüren, wo ich Bank-Mitarbeiter/innen zu Moderator/innen von Gesundheitszirkeln ausgebildet habe. Ich führe das unter anderem darauf zurück, dass das Thema Gesundheit schon ein Jahr vor Projektbeginn in einem Zukunftsworkshop von den Mitarbeiter/innen als ein besonders wichtiges auf die Tagesordnung gesetzt wurde. Grundsätzlich glaube ich, dass Beteiligung vor allem dann stattfindet, wenn die Menschen – so wie in dem oben beschriebenen Projekt – direkt in die Erarbeitung des Themas und der notwendigen Maßnahmen eingebunden werden. Geht es um die Umsetzung, so wird Beteiligung dann besonders gefördert, wenn die Teilnehmer/innen nicht nur bei der Erarbeitung von Belastungen, Ressourcen und Lösungsvorschlägen berücksichtigt werden, sondern auch als wichtige Multiplikator/innen bei der Weitergabe von Informationen.

Jürgen Einwanger

Dipl. Sozialpädagoge, Sportübungsleiter, Mediator, Konfliktmanager

Partizipation von Beginn an, Einbindung in jeden konzeptuellen Schritt, Mitgestalten der „Geschichte“ eines Projekts – das sind die Faktoren, die wesentlich dazu beitragen, dass Beteiligung in der Gesundheitsförderung gelingt. Dieses Konzept haben wir unter anderem auch bei unserem Projekt „Risk n Fun“ berücksichtigt, dem Ausbildungsprogramm der Österreichischen Alpenvereinsjugend für Freerider. Das hat zu intensiver Beteiligung von Jugendlichen geführt, die aus der Szene des Risikosportbereichs kommen und diese Beteiligten zu Expert/innen in eigener Sache gemacht.

Wer Jugendliche zur Partizipation ermuntert, muss es vor allem auch ehrlich meinen. Wenn sie merken, dass die partizipativen Ansätze nicht ernst gemeint und sie letztlich nur Statisten sind, ist es schwer sie weiter zu motivieren. Wenn sie den Inhalt von Programmen aber tatsächlich maßgeblich mitbestimmen können, dann führt das letztlich zu hoher Qualität und Treffgenauigkeit. Projekte, die so gestaltet wurden, machen den Jugendlichen und jungen Erwachsenen nachhaltig Spaß, regen sie an und geben gesundheitsförderliche Impulse.



Mag. Anita Rappauer

Soziologin, Forschungsbüro queraum. kultur- und sozialforschung

Ein zentraler Anreiz für Engagement und Beteiligung besteht darin, dass die Teilnehmer/innen an einem Projekt sich bei diesem verwirklichen und weiterentwickeln können sollten. Deshalb baut unser aktuelles EU-Projekt „Senior Guides“ sehr stark auf den individuellen Interessen und Erfahrungen der Projektbeteiligten auf. Wir unterstützen ältere Ehrenamtliche, ihre eigenen Projektideen umzusetzen und ihr Wissen an andere weiterzugeben. Das Interesse war von Beginn an sehr groß. Von einigen Teilnehmer/innen haben wir sogar gehört, dass sie mit der Umsetzung ihrer Idee einen Traum verwirklicht und viel Neues gelernt haben. Was bei diesem Projekt ebenfalls sehr geschätzt wird, ist die Einladung, bei den EU-Partnertreffen dabei zu sein und mitzudiskutieren. Darin drückt sich auch aus, dass wir die Teilnehmer/innen ernst nehmen und wertschätzen. Das ist ein weiterer Schlüssel zum Gelingen von Beteiligung in Projekten zur Gesundheitsförderung.

Methoden zur Partizipation

Bürgerinnen und Bürger zur Beteiligung anzuregen ist nicht immer einfach. Verschiedene Methoden zur Partizipation, die sich in der Praxis bereits bewährt haben, erleichtern die Umsetzung von Beteiligungsprozessen.

Um größtmögliche und qualitätsvolle Beteiligung zu erreichen, stehen verschiedene, in der Praxis bereits bewährte Techniken zur Verfügung. Eine umfangreiche Auflistung solcher Methoden zur Partizipation von Bürgerinnen und Bürgern im Allgemeinen findet sich auf der Website www.partizipation.at des Lebensministeriums. Dort können auch die „Standards der Öffentlichkeitsbeteiligung“ nachgelesen werden, die als Qualitätsstandards für Partizipation im Juli 2008 vom österreichischen Ministerrat beschlossen und damit der Bundesverwaltung zur Anwendung empfohlen wurden. Zudem ist auch auf der Website www.partizipative-qualitaetsentwicklung.de ein „Methodenkoffer“ zu finden, in dem speziell für die Gesundheitsförderung geeignete Instrumente für Beteiligung beschrieben werden. Im Folgenden wird eine Auswahl bekannter Methoden näher beschrieben.

Zunächst sind auch verschiedene gängige Techniken zu erwähnen, um die Öffentlichkeit durch Information zu beteiligen. Dazu zählen etwa Aushänge, Aussendungen und Ausstellungen, das Veranstellen einer Bürger/innenversammlung oder die Kommunikation über Printmedien, Internet, TV und Radio. Bei einer „Roadshow“ kann ein Stand auf einem Platz oder in einem Park aufgebaut werden, um Menschen „auf der Straße“ persönlich anzusprechen, mit Informationsmaterial zu versorgen oder auch schon eine „Blitzbefragung“ (siehe unten) durchzuführen.

Angeleitete Arbeitsgruppe – Gesundheitszirkel

Eine angeleitete Arbeitsgruppe besteht



aus Mitgliedern der Zielgruppe und wird von einer außen stehenden Person moderiert. In der Betrieblichen Gesundheitsförderung ist diese Methode als „Gesundheitszirkel“ bekannt.

Ziel ist es, sich offen und konstruktiv darüber auszutauschen, was die einzelnen Beteiligten unter Gesundheit verstehen, was sie belastet und was für sie persönlich Ressourcen oder auch Quellen von Gesundheit sind. Die Themen werden nicht von den Moderator/innen vorgegeben.

Blitzbefragung

Eine Blitzbefragung kann mündlich oder schriftlich durchgeführt werden. Sie sollte 10 Minuten oder weniger in Anspruch nehmen. Sie kann aus mehreren Einzelfragen bestehen, sollte jedoch ein Gesamthema haben, das in einer leicht verständlichen Leitfrage zusammengefasst werden kann. Ein Probendurchgang ist bei Befragungen im-

mer nützlich. Eine Blitzbefragung lässt sich gut in die aufsuchende praktische Arbeit integrieren. So können auch Personen erreicht werden, die sonst nicht an Befragungen teilnehmen. Details zur Formulierung von Fragebögen können unter folgender Internetadresse heruntergeladen werden: www.quint-es-senz.ch/de/files/Fragebogen_20.pdf

Fokusgruppe

Die Fokusgruppe ist eine Gruppendiskussion mit acht bis 15 Teilnehmer/innen. Das Thema wird von der Moderatorin oder vom Moderator vorgegeben. Ein Beispiel aus der Betrieblichen Gesundheitsförderung wäre etwa, welche Erfahrungen die Teilnehmer/innen mit dem Führungsverhalten ihrer Vorgesetzten gemacht haben. Fokusgruppen können während aller Phasen eines Projektes eingesetzt werden, um Rückmeldungen aus der Zielgruppe zu bekommen.

Open Space

Die Open Space-Methode wurde von dem US-amerikanischen Organisationsberater *Harrison Owen* in den 1980er-Jahren entwickelt. Es gibt ein Leitthema, aber es sind keine Arbeitsgruppen vorbereitet oder Themen für Referate und deren Vortragende festgelegt. Die Teilnehmer/innen bestimmen selbst, wer wie lange zu welchen Themen arbeiten will. Die Organisator/innen stellen den „freien Raum“ zur Entfaltung des kreativen Potenzials zur Verfügung. Eine Open Space Konferenz ist gut geeignet, um mit einer großen Zahl ganz unterschiedlicher Beteiligter komplexe Fragen zu bearbeiten. Sie dauert mindestens einen halben Tag und kann bis zu drei Tage in Anspruch nehmen. Zunächst wird das Leitthema vorgestellt. Alle Teilnehmer/innen, die dies möchten, können dann eine Arbeitsgruppe zu einem Detailthema einberufen. Es gilt „das Gesetz der zwei Füße“: Die Teilnehmer/innen bleiben nur so lange in einer Arbeitsgruppe, wie sie dort einen Beitrag leisten oder etwas lernen können.

Es ist nicht nur erlaubt, sondern sogar erwünscht zu wechseln. Dabei sollen vier Prinzipien berücksichtigt werden:

- Wer immer kommt, ist gerade die richtige Person
- Was auch geschehen mag – es ist das einzige, was geschehen kann
- Wann immer es beginnt, es ist die richtige Zeit
- Vorbei ist vorbei.

World Café

Das World Café ist ebenfalls eine Beteiligungsmethode für größere Gruppen. Das Grundprinzip ist, dass sich die Teilnehmer/innen in mehreren Kleingruppen in entspannter Atmosphäre an runden Tischen zusammenfinden. Eine Gastgeberin oder ein Gastgeber moderiert. Tischtücher aus Papier und bunte Stifte fordern zum Benutzen auf. Gemeinsam wird dann etwa 15 bis 30 Minuten lang eine erste Frage besprochen und diskutiert, zum Beispiel: „Was sind ihre Erfahrungen mit schulischer

Gesundheitsförderung?“. Dann bleibt nur die Gastgeberin oder der Gastgeber an ihrem oder seinem Tisch, dessen Tuch mit Notizen, Stichworten und Bildern beschrieben wurde. Alle anderen stehen auf und finden sich an anderen Tischen zu neuen Gesprächsrunden zusammen, etwa zur Frage: „Welche Faktoren unterstützen Gesundheitsförderung an der Schule?“. So werden bis zu drei Fragen diskutiert.

Ziel ist das vorhandene kollektive Wissen auszuschöpfen, andere Denkweisen kennen zu lernen und gemeinsam neue Handlungsoptionen zu erarbeiten. Die Gastgeber/innen haben eine wichtige Funktion. Sie begrüßen die Neankömmlinge, fassen die wichtigsten Erkenntnisse der vorherigen Runde zusammen und sollen dafür sorgen, dass sich alle beteiligen können.

Ein World-Café dauert in aller Regel von 45 Minuten bis zu drei Stunden und schließt mit einer Reflexionsphase ab.

Zukunftswerkstatt

Eine Zukunftswerkstatt kann für kleine, mittlere und große Gruppen durchgeführt werden. Ziel ist, neue, kreative Lösungen für bestehende Probleme oder Fragen zu finden. Eine Zukunftswerkstatt läuft in drei Phasen ab: In der *Kritikphase* wird die aktuelle Situation analysiert. In der *Fantasiephase* werden Ideen und Lösungen erarbeitet, die zunächst durchaus utopisch sein dürfen. In der *Realisierungsphase* werden die Vorschläge strukturiert. Es wird untersucht, inwieweit sie praktisch umsetzbar sind, und es werden Absprachen über das weitere Vorgehen getroffen.

DIE 5 GRÖSSTEN IRRTÜMER ZUM THEMA PARTIZIPATION

Manche Irrtümer zum Thema Partizipation sind weit verbreitet, aber vergleichsweise leicht zu vermeiden.

Irrtum 1 Alle Beteiligten haben dieselben Motive.

Richtig ist: Die Motive sind stets vielfältig. Bei Projektmitarbeiter/innen ist es häufig Altruismus, das heißt, sie wollen anderen Menschen helfen. In der Zielgruppe kann der Wunsch im Vordergrund stehen, Unterstützung zu bekommen.

Irrtum 2 Konflikte in der Zusammenarbeit müssen vermieden werden.

Richtig ist: Meinungsverschiedenheiten gehören zum Leben. Wichtig ist, dass auch mit strittigen Themen in einer Weise umgegangen wird, die von gegenseitigem Respekt geprägt ist.

Irrtum 3 Macht spielt keine Rolle.

Richtig ist: In der Zusammenarbeit zwischen den Betroffenen, den Projektmitarbeiter/innen und den Geldgeber/innen gibt es stets auch ein Machtgefälle. Diese Unter-

schiede wahrzunehmen ist Voraussetzung, um Möglichkeiten zu entwickeln, wie die Macht geteilt werden kann.

Irrtum 4 Die anderen Einrichtungen, die an der Zusammenarbeit beteiligt sind, funktionieren nach denselben Prinzipien wie „meine Einrichtung“.

Richtig ist: An einem Beteiligungsprozess können Organisationen mit sehr unterschiedlicher Kultur beteiligt sein. Diese Unterschiede müssen erkannt und verstanden werden.

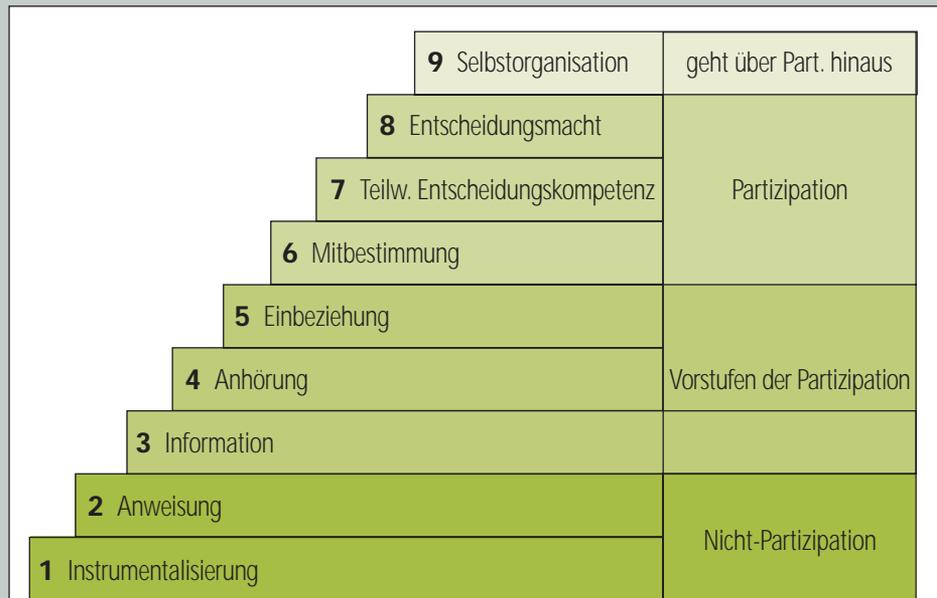
Irrtum 5 Die Zusammenarbeit macht nur geringen organisatorischen Aufwand notwendig.

Richtig ist: Die Zusammenarbeit benötigt eine eigene Struktur und diese zu organisieren, zu pflegen und zu koordinieren macht einen angemessenen Aufwand an Zeit und anderen Ressourcen notwendig.

Quelle: Nach „Mythen der Zusammenarbeit“, www.partizipative-qualitaetsentwicklung.de/zusammenarbeit/mythen-der-zusammenarbeit.html

STUFEN DER PARTIZIPATION

Das Spektrum der Beteiligung reicht von „Nicht-Partizipation“ bis zur „Selbstorganisation“. In dem grundlegenden Werk „Partizipative Qualitätsentwicklung in der Gesundheitsförderung und Prävention“, das von *Univ.-Prof. Dr. Michael T. Wright* herausgegeben wurde, wird deshalb als methodischer Zugang ein Stufenmodell der Partizipation vorgeschlagen. Die Autor/innen weisen darauf hin, dass jede Stufe außer der „Instrumentalisierung“ ihren berechtigten Platz in der Gesundheitsförderung und Prävention habe. Ziel sei jedoch „das Erreichen eines möglichst hohen Grades an Partizipation“. Die Stufenleiter eignet sich zur Orientierung der Projektdurchführenden in der Konzeptions- oder Durchführungsphase aber auch in der Evaluationsphase.



Quelle: „Partizipative Qualitätsentwicklung in der Gesundheitsförderung und Prävention“, herausgegeben von Michael T. Wright, Seite 42. Hans Huber Verlag, Bern, 2010

Um **Stufe 1**, eine **Instrumentalisierung** handelt es sich, wenn die Anliegen der Betroffenen aus einer bestimmten Zielgruppe gar keine Rolle spielen, sondern diese für die Interessen anderer vereinnahmt werden. Das wäre zum Beispiel der Fall, wenn nur jene Bewohner/innen eines Stadtviertels nach ihrer Meinung gefragt würden, die Ansichten der Entscheidungsträger/innen vertreten, und wenn das Ergebnis dann als repräsentativ für die Meinung aller Menschen aus diesem Viertel dargestellt würde.

Die **Anweisung** ist **Stufe 2**. Die Meinung der Betroffenen wird nicht berücksichtigt, sondern Fachkräfte – wie etwa Mediziner/innen, Psychotherapeut/innen, Pädagog/innen, Sozialarbeiter/innen oder auch Gesundheitsförderer/innen – definieren die Probleme einer Zielgruppe. Diese Expert/innen legen dann auch allein fest, wie die Probleme der Betroffenen verringert oder behoben werden sollen.

Information ist **Stufe 3**. Den Menschen aus der Zielgruppe wird mitgeteilt, welche Probleme sie aus Sicht der Entscheidungsträger/innen haben und was sie tun sollten, um diese zu beheben. Die Sichtweise der Betroffenen soll in den Botschaften berücksichtigt werden, damit die Angebote besser akzeptiert werden. Herkömmliche Aufklärungsarbeit zu

Themen der Gesundheitsförderung in Druckwerken und Websites sowie Kampagnen in TV und Radio gehören in aller Regel zu dieser Kategorie.

Stufe 4 ist die **Anhörung**. Die Betroffenen werden nach ihrer Meinung gefragt, haben aber keine Kontrolle darüber, ob diese berücksichtigt wird. Die Befragung kann schriftlich oder mündlich erfolgen, einzeln oder in Gruppen.

Stufe 5 ist die **Einbeziehung**. Personen aus der Zielgruppe werden ausgewählt, um die Entscheidungsträger/innen zu beraten. Ein Beispiel dafür ist, wenn ein gesundheitsförderliches Angebot für Migrant/innen entstehen soll und Vertreter/innen einer Organisation für Migrant/innen eingeladen werden, um ihre Situation und ihre Bedürfnisse zu beschreiben.

Stufe 6, die **Mitbestimmung**, ist bereits eine Form der „echten Partizipation“. Sie ist dadurch definiert, dass das Recht auf Mitsprache verbindlich festgelegt ist. Das ist der Fall, wenn Betroffene in Entscheidungsgremien wie etwa einem Beirat oder einer Steuerungsgruppe vertreten sind oder wenn ein Nutzer/innenbeirat gegründet wird, der ausschließlich aus Mitgliedern der Zielgruppe besteht.

Teilweise Übertragung von **Entscheidungskompetenz** ist die **Stufe 7**. Vertreter/innen der Zielgruppe können über bestimmte Aspekte einer Maßnahme allein entscheiden. Ein Beispiel: Jugendliche erhalten durch Profis Unterstützung, einen Film zu drehen, in dem es um das Zusammenleben und die Probleme in Familien gehen soll. Über das „Drehbuch“, also was der Film im Einzelnen zeigen soll, entscheiden die Jugendlichen selbst (siehe auch Artikel „Mitreden und mitentscheiden“ auf Seite 30 und 31).

Auf **Stufe 8** haben die Betroffenen **Entscheidungsmacht**. Das trifft zum Beispiel zu, wenn Akteur/innen außerhalb der Zielgruppe ein Projekt zur Gesundheitsförderung für ältere Menschen in einer Gemeinde initiieren und dieses begleiten. In der Folge wird dann jedoch von den Senior/innen selbst bestimmt, welche Zielsetzungen erreicht und welche Angebote dafür im Detail gemacht werden sollen (siehe auch Artikel über das Projekt „Reifer Lebensgenuss“ auf Seite 45).

Stufe 9 ist die **Selbstorganisation**. Sie ist dadurch charakterisiert, dass ein Projekt von Betroffenen selbst initiiert, durchgeführt und auch allein verantwortet wird. Alle Entscheidungsträger/innen sind Mitglieder der Zielgruppe.

Junge Menschen zur Selbsthilfe motivieren

Die deutsche Selbsthilfe-Stelle NAKOS hat sich bei einem Projekt damit beschäftigt, wie junge Menschen zur Selbsthilfe angeregt werden können. Dabei sind Neue Medien, Kreativität und Offenheit gefragt. Text: Mag. Hermine Mandl



NAKOS, die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen in Deutschland, hat sich bei einem Projekt damit auseinandergesetzt, wie junge Menschen stärker auf Selbsthilfegruppen aufmerksam gemacht werden können. Gleichzeitig sollte überprüft werden, inwieweit die bestehenden Angebote auf die Bedürfnisse junger Menschen zwischen 18 und 29 Jahren zugeschnitten sind.

Dazu wurde eine Online-Befragung durchgeführt, an der sich insgesamt 354 Selbsthilfe-Einrichtungen beteiligt haben. Zentrale Ergebnisse waren:

- Selbsthilfegruppen sind überwiegend altersgruppenübergreifend ausgerichtet
- Bei der großen Mehrheit wirken auch junge Menschen mit
- Spezielle Selbsthilfegruppen junger Menschen gibt es am häufigsten bei Suchtproblemen, Essstörungen und psychosozialen Themen. Auch für Menschen mit chronischen Erkrankungen und Behinderungen gibt es derartige Gruppen.

Im Rahmen des Projektes wurde eine „Praxis-hilfe“ erstellt, in der auf 44 Seiten Tipps und Informationen nachzulesen sind, wie speziell junge Menschen zur Selbsthilfearbeit motiviert werden können (siehe auch Kasten: So werden junge Menschen zur Selbsthilfe motiviert). Die Broschüre steht auf der Website www.nakos.de im Bereich „Fragen und Fakten“ unter „Selbsthilfe für junge Menschen“ zum kostenlosen Download zur Verfügung. Weiters wurde auch ein eigenes Internet-Portal für junge Menschen ins Leben gerufen: www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de

Junge mit Neuen Medien ansprechen

„Da junge Menschen am ehesten über internet-basierte Medien erreicht werden können, müssen diese auch verwendet werden, um sie anzusprechen“, betont auch *DDr. Oskar Meggeneder*, Obmann der Selbsthilfe Oberösterreich und Herausgeber des heuer im Mabuse-Verlag erschienenen Buches „Selbsthilfe im Wandel der Zeit.“ Doch auf Online-Kommunikation allein zu setzen, reicht nicht aus. Selbsthilfegruppen müssten auch für die Anliegen junger Men-

schen offen sein, ergänzt Meggeneder: „Sie haben das Image, nur für kranke und alte Menschen da zu sein. Junge Menschen ziehen sie deswegen für sich oft gar nicht in Betracht. Deshalb ist es wichtig, dass Selbsthilfegruppen aktiv auf betroffene junge Menschen zugehen.“

Das könne auch beinhalten, die Gruppentreffen kreativ zu gestalten und Unterhaltung und Freizeitaktivitäten mehr Raum zu geben, ergänzt der Experte. Nicht zuletzt sei auch zu beachten, dass in jungen Jahren Themen wie Partnerschaft, Liebe, Beruf und Bildung oft genauso wichtig wie der Umgang mit der eigenen Erkrankung seien. Meggeneder: „Wenn Selbsthilfegruppen junge Menschen einbinden wollen, sollten sie deshalb auch für diese Themen ein Forum anbieten.“

SO WERDEN JUNGE MENSCHEN ZUR SELBSTHILFE MOTIVIERT

- In Kontaktstellen für Selbsthilfe sollten auch jüngere Ansprechpartner/innen zur Verfügung stehen
- Für Treffen sollten Orte ausgewählt werden, die auf junge Menschen ansprechend wirken; für Berufstätige sind Abendtermine günstig; auch Kinderbetreuung während der Gruppenzeit kann die Teilnahme erleichtern
- „Mischformen“ von persönlichen und virtuellen Arbeitsformen akzeptieren; zum Beispiel Online-Kommunikation, um zwischen den Treffen in Kontakt zu bleiben
- reduzierte Mitgliedertarife für Jugendliche und junge Erwachsene
- Flexibilität bei den „alten Hasen“ fördern sowie die Bereitschaft, Gruppenabläufe gemeinsam mit den neuen, jüngeren Mitgliedern festzulegen
- Gruppen speziell für junge Betroffene etablieren
- Neue Gruppen junger Menschen zu Beginn durch in der Selbsthilfe erfahrene Personen begleiten.

Quelle: Nach: NAKOS Konzepte und Praxis 4: Junge Menschen ansprechen und motivieren



ALLE ADRESSEN AUF EINEN BLICK

ÖSTERREICH

ARGE Selbsthilfe Österreich
 Koordinationsstelle:
Selbsthilfe Kärnten
 Kempfstraße 23/3, PF 108
 9021 Klagenfurt
 Tel: 0664/34 29 137
 arge@selbsthilfe-oesterreich.at
 www.selbsthilfe-oesterreich.at
 Sprecherin: Mag. Monika Maier

BURGENLAND

Selbsthilfe Burgenland –
 Dachverband für Selbsthilfe-
 organisationen im Sozial-
 und Gesundheitsbereich,
 Behindertenverbände bzw.
 -organisationen
 Spitalstraße 10
 7350 Oberpullendorf
 Tel: 02612/42 554
 Fax: 02612/42 554-4
 shg-dachverband.bgld@aon.at
 www.dachverband-
 burgenland.at

KÄRNTEN

Selbsthilfe Kärnten –
 Dachverband für Selbsthilfe-
 organisationen im Sozial-
 und Gesundheitsbereich,
 Behindertenverbände bzw.
 -organisationen
 Kempfstraße 23/3, PF 408
 9021 Klagenfurt
 Tel: 0463/50 48 71
 Fax: 0463/50 48 71-24
 office@selbsthilfe-kaernten.at
 www.selbsthilfe-kaernten.at

NIEDERÖSTERREICH

Selbsthilfe Niederösterreich
 – Dachverband der NÖ
Selbsthilfegruppen
 Tor zum Landhaus
 Wiener Straße 54 /
 Stiege A / 2. Stock
 3109 St. Pölten, Postfach 26
 Tel: 02742/226 44
 Fax: 02742/226 86
 info@selbsthilfenoe.at
 www.selbsthilfenoe.at

ÖBERÖSTERREICH

Selbsthilfe OÖ -
 Dachverband der
Selbsthilfegruppen
 Garnisonstraße 1a/2. Stock
 PF 61
 4021 Linz
 Tel: 0732/797 666
 Fax: 0732/797 666-14
 office@selbsthilfe-ooe.at
 www.selbsthilfe-ooe.at

Kontaktstelle für
Selbsthilfegruppen
Magistrat der
Stadt Wels
 Quergasse 1
 4600 Wels
 Tel: 07242/235-1749
 Fax: 07242/235-1750
 dorner@wels.gv.at
 www.wels.gv.at

SALZBURG

Selbsthilfe Salzburg –
 Dachverband der Salzburger
Selbsthilfegruppen
 Im Hause der SGKK /
 Ebene 01 /
 Zimmer 128
 Engelbert-Weiß-Weg 10
 5021 Salzburg
 Tel: 0662/88 89-1800
 Fax: 0662/88 89-1804
 selbsthilfe@salzburg.co.at
 www.selbsthilfe-salzburg.at

STEIERMARK

Selbsthilfekontaktstelle
Steiermark/SBZ
 Leechgasse 30
 8010 Graz
 Tel: 0316/68 13 25
 Fax: 0316/67 82 60
 selbsthilfe@sbz.at
 www.selbsthilfesteiermark.at

TIROL

SELBSTHILFE TIROL –
 Dachverband der Tiroler
Selbsthilfevereine
und -gruppen im
Gesundheitsbereich
 Innrain 43/Parterre
 6020 Innsbruck
 Tel: 0512/57 71 98-0
 Fax: 0512/56 43 11
 dachverband@selbsthilfe-tirol.at
 www.selbsthilfe-tirol.at

Dachverband der Tiroler
Selbsthilfevereine und –
gruppen im Gesundheitsbe-
reich / Zweigstelle Osttirol
 c/o BKH – Lienz, 4. Stock /Süd
 E. v. Hiblestraße 5, 9900 Lienz
 Tel./Fax: 04852/606-290
 Mobil: 0664/38 56 606
 osttirol@selbsthilfe-tirol.at
 www.selbsthilfe-tirol.at

VORARLBERG

Service- und Kontaktstelle
der Selbsthilfe Vorarlberg
 Höchststraße 30
 6850 Dornbirn
 Tel./Fax: 05572/26 374
 info@selbsthilfe-vorarlberg.at
 www.selbsthilfe-vorarlberg.at

WIEN

SUS Selbsthilfe-
Unterstützungsstelle Wien
 c/o Wiener Gesundheits-
 förderung – WiG
 Treustraße 35-43/Stg. 6/1. Stock
 1200 Wien
 Tel: 01/4000-76 944
 selbsthilfe@wig.or.at
 www.sus-wien.at

Medizinisches
Selbsthilfezentrum Wien
„Martha Frühwirth“
 Obere Augartenstraße 26-28
 1020 Wien
 Tel./Fax: 01/330 22 15
 office@medshz.org
 www.selbsthilfegruppen.at

Jeden Tag nehmen, wie er kommt

Multiple Sklerose (MS), eine chronisch-entzündliche Erkrankung des zentralen Nervensystems, also des Gehirns und Rückenmarks, verläuft in „Schüben“. Das bedeutet, dass innerhalb von Stunden oder Tagen Krankheitszeichen wie Gefühls-, Seh- oder Gleichgewichtsstörungen bis hin zu Ausfällen neu oder erneut auftreten. „Unsere Tochter hatte ihren ersten Schub im Alter von 15 Jahren“, erinnert sich *Astrid Reiser*, Gründerin und Leiterin der MS-Jugendgruppe Salzburg. Ihr Kind musste deswegen 2002 ins Krankenhaus und erst nach Wochen stand die Diagnose „Multiple Sklerose“ fest. Die schwere Erkrankung ist nicht heilbar. Doch ihr Verlauf ist sehr unterschiedlich und kann durch verschiedene Maßnahmen oft günstig beeinflusst werden. An die 10.000 Menschen in Österreich sind von MS betroffen.

„Ich hatte das Gefühl, dass es mir den Boden unter den Füßen wegzieht. Man fühlt sich orientierungslos, weil das Bild vom ‚Ende im Rollstuhl‘ so fest im Kopf sitzt“, erinnert sich Reiser. Dabei müsse das heute gar nicht mehr so sein, ergänzt sie. Ihre heute 24 Jahre alte Tochter sei seit sieben Jahren schubfrei und inzwischen berufstätig. „Dennoch muss man jeden Tag nehmen, wie er kommt und mit der Befürchtung leben, dass es jederzeit zu einem Schub kommen könnte“, sagt Reiser.

Jugendgruppe neu gegründet

Da die Familie von der Art enttäuscht war, wie die Diagnose erstellt wurde und wie sie über die Erkrankung informiert wurde, machte sie sich auf die Suche nach Möglichkeiten zur Selbsthilfe. Es gab jedoch nur eine Gruppe für Erwachsene. „Doch Jugendliche sind noch mit ganz anderen Themen beschäftigt – mit der Pubertät, der ersten Liebe und der Schule und nicht mit dem Ende des Lebens“, sagt Reiser.

Multiple Sklerose ist nicht heilbar. Doch der Verlauf der schweren Erkrankung ist sehr unterschiedlich und kann oft günstig beeinflusst werden. Eine Selbsthilfegruppe in Salzburg unterstützt junge Erkrankte. Text: Mag. Hermine Mandl



Deshalb gründete sie im Herbst 2003 die „MS-Jugendgruppe Salzburg“. Waren es anfangs noch drei, sind es inzwischen 13 Personen, die sich alle zwei Monate treffen. In der Gruppe lernen sie, offen über das Leben mit der Erkrankung zu sprechen und tauschen sich über ihre Erfahrungen mit Therapien aus. Zweimal pro Jahr wird ein Qi-Gong-Kurs organisiert. Denn Sport und Bewegung können auch für Patient/innen mit Multipler Sklerose von Vorteil sein. Wenn der Bewegungsapparat trainiert ist, können Ausfälle besser verkraftet werden.

Ein normales Leben führen

Gemeinsam mit allen anderen MS-Selbsthilfegruppen in Salzburg hat sich die MS-Jugendgruppe auch zur Aufgabe gemacht, Hindernisse in der Gesellschaft aufzuzeigen, die den Alltag von Patient/innen mit Multipler Sklerose erschweren. „MS-Betroffene wollen nicht bevorzugt behandelt werden, sondern ein möglichst normales Leben führen“, betont Reiser. Viele Patient/innen wollen dies allerdings so erreichen, dass sie ihre Erkrankung verschwei-

gen. „Aber es ist wichtig, sich zu outen“, ist Reiser überzeugt. Nur so könne verhindert werden, dass Leistungsabfälle am Arbeitsplatz falsch verstanden oder Gleichgewichtsstörungen mit Trunkenheit verwechselt würden. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der MS-Jugendgruppe unterstützen sich gegenseitig dabei, möglichst gut mit den Beeinträchtigungen aufgrund ihres Leidens zurechtzukommen. Über die Jahre hinweg haben sie gemeinsam ganz unterschiedliche Krankheitsverläufe erlebt. Auch solche die Hoffnung geben: Eine mittlerweile 31-jährige Teilnehmerin hatte nach der Geburt ihres Sohnes vor sechs Jahren eine halbseitige Lähmung und saß im Rollstuhl. Heute kann sie wieder Radfahren und Schifahren.

INFO & KONTAKT

MS-Jugendgruppe Salzburg

Astrid Reiser
Eugen-Müller-Straße 47/32, 5020 Salzburg
Tel. 0664/434 05 10
ms-jugend.conny@gmx.at

Zwanghaft spielen müssen

Spielsucht ist wie Alkoholismus eine Abhängigkeitserkrankung. Auch in Österreich gibt es zahlreiche Menschen, die zwanghaft spielen müssen. Eine Selbsthilfegruppe ermöglicht gegenseitige Unterstützung. Text: Mag. Hermine Mandl

Der Verein „Selbsthilfegruppe Anonyme Spieler – W. Gizicki“ mit Sitz in Brunn am Gebirge unterstützt Spieler/innen und deren Angehörige aus Niederösterreich, der Steiermark und dem Burgenland. Er wurde von *KR Wilhelm Gizicki*, der selbst seine gesamte Existenz im Glücksspiel verlor und inzwischen verstorben ist, und seiner Frau Elisabeth Gizicki-Merkinger gegründet, einer Sozialarbeiterin und Schuldnerberaterin. „Gesundes Österreich“ sprach mit ihr über die Arbeit in der Selbsthilfegruppe.

GESUNDES ÖSTERREICH

Wie können Betroffene Sie finden?

Elisabeth Gizicki-Merkinger: Viele finden uns über das Internet, über Ärzt/innen und Beratungsstellen oder aufgrund einer mündlichen Empfehlung. Bei Bedarf empfehlen wir Betroffenen auch stationäre Aufenthalte im Anton-Proksch-Institut in Kalksburg und der Klinik Eggenburg, als nächstgelegene und sehr effizient arbeitende Krankenhäuser. Eine ambulante Vor- und Nachbetreuung wird dann durch uns und über das Anton-Proksch-Institut angeboten.

GESUNDES ÖSTERREICH Was erwartet Betroffene, die zu Ihnen kommen? Die meisten starten mit einem Vier-



Augen-Gespräch, weil sie nicht gleich in eine Gruppe wollen. Dabei werden allgemeine Fragen zur Spielsucht beantwortet und Angebote zur Therapie und Beratung sowie zur Selbsthilfe vorgestellt. Die Selbsthilfetreffen der Spieler/innen, Angehörigen und ehemaligen Spieler/innen finden dann jeweils freitags zwischen 10 und 18 Uhr statt. Sie sind als offene Gruppe gestaltet: Unter unseren Gästen gibt es begeisterte Hobbyköche, die uns mittags mit einem guten Essen verwöhnen. Dabei lässt es sich zwanglos miteinander plaudern. Unabhängig davon organisieren die Teilnehmer/innen auch gemeinsame Unternehmungen: Es gibt zum Beispiel eine Anglergruppe oder sie unterstützen sich gegenseitig bei Wohnungsräumungen, Reparaturen und dergleichen. Die gegenseitige Hilfe und das Gefühl, mit seinen Problemen nicht alleine gelassen zu werden, verbindet alle miteinander.

GESUNDES ÖSTERREICH Wovon profitieren die Betroffenen am meisten? Das Wichtigste ist der Erfahrungsaustausch. Die meisten fühlen sich hier erstmals wirklich verstanden,

weil Gespräche über Suchtprobleme aus Schamgefühl selten mit Angehörigen oder Bekannten geführt werden. Am Arbeitsplatz kommt die Angst dazu, als unzuverlässig oder nicht vertrauenswürdig zu gelten. Die ehemaligen Spieler/innen sind für neue Gruppenmitglieder hingegen der lebende Beweis, dass es möglich ist, mit der Spielsucht umgehen zu lernen.

GESUNDES ÖSTERREICH Kommen auch Angehörige in die Gruppe?

Sie sind willkommen, denn sie sind Mitbetroffene einer Sucht. Bei uns melden sich auch immer wieder verzweifelte Angehörige, weil sie einen Spieler oder eine Spielerin nicht dazu motivieren können, in Therapie zu gehen. Da kann es hilfreich sein, mit ehemaligen Spieler/innen darüber zu sprechen, was getan werden kann, um die eigene Situation zu verbessern oder zumindest zu verstehen.

GESUNDES ÖSTERREICH Sind Sie mit anderen Selbsthilfegruppen in Österreich vernetzt?

Es gibt in Österreich insgesamt zu wenige Selbsthilfegruppen für Spielsüchtige: Wir erhalten immer wieder Anfragen von Betroffenen aus anderen Bundesländern, denen wir aber nur telefonisch oder per Mail weiterhelfen können. Doch das ist nicht ausreichend. Deshalb würde ich mich sehr freuen, wenn sich Menschen aus ganz Österreich bei uns melden, die sich vorstellen können, in ihrem Bundesland eine Selbsthilfegruppe für Spielsüchtige zu gründen. Wir unterstützen sie gerne dabei, auch mit Tipps, wie um Förderungen angesucht werden kann.

INFO & KONTAKT

SHG Anonyme Spieler – W. Gizicki
Leopold Gattringer Straße 85
2345 Brunn am Gebirge
Tel. 0660/123 66 74
shg@anonyme-spieler.at
www.anonyme-spieler.at



Gesunde Kindergärten in Salzburg

PROJEKTSTART

Zum Projektstart von „KiBi der Zukunft“ bereitete Haubenkoch Josef Steffner mit den Kindern des Kindergartens Mauterndorf ein gesundes Menü zu.

„KiBi der Zukunft“ ist ein Modellprojekt für umfassende Gesundheitsförderung in Kindergärten. Es wird vom Fonds Gesundes Österreich finanziert und vom AVOS – Arbeitskreis für Vorsorgemedizin Salzburg in zehn Kindergärten durchgeführt. Mitte Mai fand im Kindergarten in Mauterndorf im Lungau die Auftaktveranstaltung statt. Während die Eltern einen Vortrag zum Thema „Gesunde Jause“ hören konnten, bereitete Haubenkoch *Josef Steffner*

mit den rund 30 Kindern ein kleines gesundes Menü zu, das dann gemeinsam genossen wurde. Es gab Butterbrot mit Kresse, Kartoffelsuppe mit Gemüsespießchen, Topfenknödel auf Erdbeer-Rhabarber-Kompott und selbst gemachtes Erdbeeryoghurt. Zum Abschluss bekamen die Familien eine mit frischem Gemüse gefüllte Kiste mit nach Hause. Das Gesamtprojekt ist auf zwei Jahre angelegt und wird auch in Kuchl, Lamprechtshausen, Schwarzach-Siedlung und Stuhlfelden sowie in fünf Kindergärten der Stadt Salzburg umgesetzt.

Neben den Kindern und Eltern werden auch die Pädagog/innen und die Wohnbevölkerung aus der näheren Umgebung miteinbezogen. Nach einer Ist-Analyse wird für jeden Kindergarten ein maßgeschneidertes Programm zur Gesundheitsförderung erarbeitet. Die Abkürzung „KiBi“ steht übrigens für „Kinderbildungseinrichtung“ und soll verdeutlichen, dass Kindergärten mehr sind als ein reiner Aufenthaltsort.

Weiz mit Herz

PROJEKT

„Weiz mit Herz“ heißt ein vom Fonds Gesundes Österreich gefördertes Projekt, das Ende Mai gestartet wurde. Es soll dazu beitragen, dass sich die Menschen in der Stadt in der Oststeiermark mehr bewegen, gesünder ernähren und auf ausreichende Entspannung achten. Denn diese Lebensstilfaktoren können das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen verringern.

Für das Projekt, das von der Stadt Weiz und dem Team der „Gesunden Gemeinde Weiz“ ins Leben gerufen wurde, konnten Vereine, Unternehmen, aber auch die Bücherei im Ort als Partner gewonnen werden. Die Angebote reichen nun vom Obstkorb zum Aktionspreis



Foto: Gerhard Ziegler

Die Initiative „Weiz mit Herz“ motiviert durch zahlreiche Angebote zu einem gesünderen Lebensstil.

im Lebensmittelgeschäft über ein gesundes „Herzmenü“ im Gasthaus bis zur kostenlosen Messung des Bauchumfanges in der Apotheke. Wer diese Möglichkeiten nutzt, erhält

„Herzpunkte“, die gesammelt und in eine Broschüre geklebt werden können. Mit zehn Punkten ist die Teilnahme an einer Schlussverlosung mit attraktiven Preisen gesichert.

5 Leitprojekte für gesunde Grätzl

WIEN

Die Wiener Gesundheitsförderung hat in fünf Bezirken der Bundeshauptstadt Leitprojekte gestartet. Diese sollen zeigen, wie Gesundheitsförderung in den „Grätzeln“ verankert werden kann, dem unmittelbaren Lebensumfeld der Wienerinnen und Wiener. Die Leitprojekte sind unterschiedlich aufgebaut und werden gemeinsam mit Partnerorganisationen umgesetzt, die in den jeweiligen Bezirken etabliert sind. Während in der „Gesunden Leopoldstadt“ eine Ideenbörse zur Aktivität auffordert, werden die Bewohnerinnen und Bewohner im „Gesunden Margareten“ zu Gesundheitssonntagen im Park eingeladen. Im „Gesunden Favoriten“ wird in der ersten Phase verstärkt auf Angebote für Kinder und Jugendliche gesetzt. In der „Gesunden Brigittenau“ liegt der Fokus auf der Ausbildung von Frauen und speziell Müttern zu Gesundheitsmultiplikatorinnen. „Gesundes Ottakring“ wiederum legt besonderes Augenmerk auf die Bewohnerinnen und Bewohner von Gemeindebauten im Bezirk. „Wir wollen mit den



Foto: WIG/Rhinkey

Die WIG bringt Gesundheitsförderung in die Grätzl und Bezirke Wiens.

Menschen gemeinsam passende Strategien zur Gesundheitsförderung entwerfen und die daraus sich ergebenden Schritte umsetzen“, betont Dennis Beck, Geschäftsführer der Wiener Gesundheitsförderung. Alle Wienerinnen und Wiener sind eingeladen, sich aktiv zu be-

teiligen und so ihre Chance auf ein gesundes Leben wahrzunehmen. Weitere Informationen sind im Internet unter www.wig.or.at im Bereich „Gesunder Bezirk – Gesundes Grätzl“ abrufbar.

Zahngesundheit in 17 Sprachen

STEIERMARK

Zahnarzt *Dr. Laurenz Maresch* unterrichtet Zahngesundheit, *Mag. Sabine Hollomey* informiert über gesunde Ernährung und *Dipl.-Päd. Silke Sattler-Beutle* lehrt Didaktik. Alle drei Lehrkräfte sind bei dem von Styria vitalis durchgeführten Projekt „Zähne. Zeigen“ im Einsatz. 22 Frauen und ein Mann aus 15 Nationen haben bereits eine der drei Schulungen absolviert. Sie sprechen insgesamt 17 Sprachen und sollen ihr Wissen nun als Mentor/innen für Zahngesundheit in Sozial- und Gesundheitseinrichtungen und ihrem sozialen Umfeld weitergeben. „Zähne. Zeigen“ wird vom Land Steiermark und vom Fonds Gesundes Österreich gefördert. Langfristig soll speziell in sozioökonomisch benachteiligten Familien der Anteil an Kindern mit Karies der Milchzähne reduziert werden.



Auch die Eigenschaften unterschiedlicher Getreidesorten stehen bei „Zähne. Zeigen“ auf dem Schulungsprogramm.

Längere Lebenserwartung durch kleine Veränderungen

LEBENSSTILGRUPPEN

Schon kleine Veränderungen können die Gesundheit und damit auch die Lebenserwartung positiv beeinflussen. In dem vom Fonds Gesundes Österreich und dem Land Salzburg geförderten Projekt „Gesundes Salzburg 2010ff“ können deshalb jeweils acht bis zwölf Interessierte an Lebensstilgruppen teilnehmen. In diesen erhalten sie zwölf Wochen lang Tipps, wie sie für ausreichende Bewegung, gesunde Ernährung und die notwendige Entspannung sorgen und so gesünder leben können. Die praktische Umsetzung erfolgt durch Angebote für körperliche Aktivität, Workshops, Vorträge oder Kochkurse. Das Projekt soll nicht nur das Verhalten der einzelnen Teilnehmer/innen ändern. Auch die allgemeinen Verhältnisse in jenen zehn Gemeinden im Land Salzburg, in denen es vom AVOS – Arbeitskreis für Vorsorgemedizin durchgeführt wird, sollen



gesundheitsförderlicher gestaltet werden. Der Teilnahme an dem Projekt geht eine Gesundenuntersuchung beim Arzt voraus.

Eigens geschulte Koordinator/innen organisieren und motivieren die Gruppen.

Gesundheit hat kein Alter

SENIOR/INNEN IN WIEN

Pensionisten-Wohnhäuser sind Lebens- und Arbeitswelt für viele Menschen. Das Wiener Projekt „Gesundheit hat kein Alter“ hat sich zum Ziel gesetzt, diese möglichst gesundheitsförderlich zu gestalten. Denn Gesundheit ist ein zentrales Thema für alle Altersgruppen, auch für pflege- und betreuungsbedürftige sehr alte Menschen. Das Projekt wurde im Jänner gestartet. Bei einer Fachtagung Mitte Mai wurden Konzepte der Gesundheitsförderung in der Langzeitbetreuung aus wissenschaftlicher Perspektive beleuchtet. Die praktische Umset-



zung erfolgt vorerst bis Ende 2012 in drei „Häusern zum Leben“ des Kuratoriums Wiener Pensionisten-Wohnhäuser. Die Betreuenden werden ebenso einbezogen wie die Bewohner/innen und deren Angehörige. Das Pilotprojekt wird vom Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger, der Wiener Gesundheitsförderung und dem Fonds Gesundes Österreich finanziert und vom Ludwig Boltzmann Institut für Gesundheitsförderungsforschung wissenschaftlich begleitet. Weitere Informationen können im Internet unter www.gesundehatkeinalter.at nachgelesen werden.

Foto: manu - Fotolia.com

Gemeinsam gesund im Bezirk Völkermarkt

MODELLPROJEKT

Schon durch einige wenige Änderungen des Lebensstils kann gegen Herz-Kreislauferkrankungen vorgebeugt werden. Diese sind zu 90 Prozent auf Risikofaktoren zurückzuführen, die wir selbst beeinflussen können, wie speziell Bewegungsmangel, Fehlernährung, Rauchen und Stress. Der Fonds Gesundes Österreich hat deshalb im Burgenland (siehe auch Kurzbericht auf Seite 16) und in Kärnten zwei Modellprojekte in Auftrag gegeben, die zeigen sollen, welche Effekte durch gezielte gesundheitsförderliche Maßnahmen erreicht werden können. In Österreichs südlichem Bundesland wurde dafür der Bezirk Völkermarkt ausgewählt. Dort ist laut Daten der Statistik Austria innerhalb von Kärnten die Sterblichkeit aufgrund von Herz-Kreislauferkrankungen sowohl bei Frauen als auch bei Männern am höch-

ten. Ende Mai fand in St. Primus im Bezirk Völkermarkt die Abschlussveranstaltung für die Umsetzungsphase des äußerst erfolgreichen und nachhaltigen Projektes statt, das vom Verein „Gesundheitsland Kärnten“, der Initiative „Fit für Österreich“ und der Kärntner Gebietskrankenkasse durchgeführt wurde. Nach Ansprachen des Kärntner Gesundheitsreferenten *Dr. Peter Kaiser*, von *Mag. Rita Kichler* vom Fonds Gesundes Österreich, *Georg Steiner*, dem Obmann der Kärntner Gebietskrankenkasse und *Mag. Christian Halbwachs*, dem Geschäftsführer der Initiative „Fit für Österreich“, erhielten die Besucher/innen vor allem auch einen Überblick über die mehr als 250 gesundheitsförderlichen Maßnahmen in den Bereichen „Ernährung“, „Bewegung“, „seelisches Wohlbefinden“ und „Nicht-Rauchen“, die im Rahmen des Modellprojektes angeboten wurden. Diese wurden



von September 2009 bis April 2011 in den fünf „Gesunden Gemeinden“ Griffen, Völkermarkt, Feistritz ob Bleiburg, Sittersdorf und Gallizien umgesetzt. Angebote wie Kochworkshops, Bewegungskurse, Seminare zur Raucherentwöhnung und Workshops für höheres seelisches Wohlbefinden konnten besucht werden. In den beiden Betrieben „Mahle Filtersysteme Austria GmbH“ und „Sozialhilfverband Völkermarkt“ wurden im Rahmen des Modell-

Mag. Mag. (FH) Katrin Pitteroff, Mag. Michael Kremer, Mag. (FH) Eva Maria Britzmann, Claudia Stumpfl, Mag. Dr. Maria Schmidt-Leitner, MPH, MSc, Mag. Christian Halbwachs, Mag. (FH) Stefanie Keimel, Mag. Rita Kichler, LH-Stv. Dr. Peter Kaiser, Dir. Dr. Johann Lintner

projektes noch bis Ende Juni herzgesunde Aktivitäten für die Beschäftigten durchgeführt. Die Abschlussevaluation, für die die Wirkung des Modellprojektes systematisch ausgewertet wird, soll im Oktober vorliegen.



Ein EDV-Kurs für ältere Menschen in Bad Gleichenberg

Beim Projekt ‚Reifer Lebensgenuss‘ sollen Menschen ab 50 Jahren selbst entscheiden, was sie für ihre Gesundheit unternehmen wollen“, erklärt *Dr. Eva-Maria Adamer-König*, Leiterin des Studiengangs „Gesundheitsmanagement im Tourismus“ der Fachhochschule (FH) Joanneum in der Steiermark. Die Initiative zur Gesundheitsförderung für ältere Menschen wird in Bad Gleichenberg und den umliegenden Ortschaften Bairisch Kölldorf, Merkendorf, Trautmannsdorf und Gossendorf umgesetzt. Durch die Möglichkeit, das Projekt selbst mitzugestalten, soll eine möglichst hohe Beteiligung der Betroffenen erreicht werden. Gesamtziel ist es, die eher strukturschwache Region in der Südsteiermark für die ältere Generation insgesamt lebenswerter und gesundheitsförderlicher zu gestalten.

Zwischen November 2008 und März 2009 wurde in jeder der beteiligten Gemeinden eine Auftaktveranstaltung abgehalten. Bei diesen Kick-off-Events, die teils von mehr als 100 Personen besucht wurden, wurde das Projekt bekannt gemacht und zugleich wurden die Bedürfnisse der älteren Menschen erhoben. Dabei zeigte sich, dass Angebote für gesunde Bewegung und EDV-Kurse, aber auch Möglichkeiten zum geselligen Beisammensein sehr gefragt waren. „Immer mehr Seniorinnen und Senioren sind von Vereinsamung betroffen“, weiß Adamer-König. „Deshalb freut es mich besonders, dass unser Projekt in manchen Fällen dazu beigetragen hat, dass ältere Menschen, die schon sehr isoliert gelebt haben,

Reifer Lebensgenuss

Partizipation ist auch bei einem Projekt zur Gesundheitsförderung für Menschen über 50 Jahren in fünf südsteirischen Gemeinden das Grundprinzip. Sie sollen selbst entscheiden, was sie für ihr Wohlbefinden tun wollen. Text: Mag. Dietmar Schobel

sich wieder einer fröhlichen Runde angeschlossen haben.“

Kräuter und Kreistanz

Heute ist das Projekt „Reifer Lebensgenuss“, das noch bis Ende Mai 2012 dauern wird, in der ganzen Region gut bekannt. Dazu hat auch die Website www.reifer-lebensgenuss.at beigetragen, auf der aktuelle und vergangene Maßnahmen präsentiert werden. Das Spektrum reicht vom Kräuter-Kurs in Merkendorf über Aquafit-Gymnastik und Yoga in Trautmannsdorf bis zu einer Tanzgruppe in Gossendorf, die Kreistänze aus verschiedenen Ländern einstudiert. Die laufenden Aktivitäten werden inzwischen größtenteils von einem Kernteam von neun Personen aus den fünf Gemeinden betreut. Aus dieser „Vernetzungsgruppe“ kommen auch immer wieder neue Ideen für gesundheitsförderliche Maßnahmen – für deren Kosten kann bei Bedarf im Rahmen eines Projektpools um Erstattung angesucht werden.

Man lernt nie aus

Marianne Maier aus Bairisch Kölldorf ist pensionierte Krankenversicherungsangestellte, organisiert die monatlichen Treffen der Wandergruppe in diesem Ort und hat im Herbst einen Seidenmalkurs initiiert. „Das Interesse für die Seidenmalerei hätte auch größer sein können, dafür nehmen an unseren Wanderungen regelmäßig rund 20 Leute zwischen 50 und 70 Jahren teil“, erzählt Maier. Für die Bairisch Kölldorfer wurde ebenso wie für ältere Menschen aus anderen teilnehmen-



Dr. Eva-Maria Adamer-König: „Die Menschen sollen selbst entscheiden, was sie für ihre Gesundheit unternehmen wollen.“

den Gemeinden auch schon ein EDV-Kurs für Anfänger/innen in den Räumen der Fachhochschule Bad Gleichenberg abgehalten. Dazu Maier: „Da waren einige dabei, die zuerst gesagt haben, das schaffe ich nie. Doch man lernt nie aus und inzwischen können sie gut mit einem Computer umgehen.“

INFO & KONTAKT

FH Joanneum GmbH

Gesundheitsmanagement im Tourismus
Dr. Eva-Maria Adamer-König
Tel. 0316/5453-6710
eva.adamer-koenig@fh-joanneum.at

Zuständiger Gesundheitsreferent beim FGÖ:

Dr. Rainer Christ
Tel. 01/895 04 00-21
rainer.christ@gog.at

Kooperationen mit:

Tourismusverband Bad Gleichenberg, Steirisches Thermenland, life medicine Resort – Das Kurhaus Bad Gleichenberg, Mayer Management Group



Der Projektleiter und Vorsitzende der Personalvertretung Gruppeninspektor Rudolf Wendlandt

Rudolf Wendlandt ist Beamter der Justizwache in Graz-Jakomini und auch Vorsitzender der Personalvertretung in dieser Justizanstalt. Zudem gehört der Gruppeninspektor der Einsatzgruppe an. Das sind speziell ausgebildete Beamte die gefährliche Aufgaben wahrnehmen. Zum Beispiel wenn auf randalierende oder bewaffnete Inhaftierte zugegriffen werden muss. „Das ist vergleichsweise selten notwendig“, sagt Wendlandt: „Dennoch bedeutet der professionelle Umgang mit den Insassen für alle Justizwachebeamten stets eine große Verantwortung und ist oft mit hohen Belastungen verbunden. Man darf im Dienstalltag die eigene Sicherheit nie außer Acht lassen, und es ist nicht einfach, die Schicht- und Wochenenddienste mit dem Leben in einer Familie in Einklang zu bringen.“

Graz-Jakomini ist das zweitgrößte Gerichtshofgefangenenhaus in Österreich und die viertgrößte Einrichtung für den Strafvollzug. 200 Mitarbeiter/innen bewachen und betreuen hier 520 Insassen aus 38 Nationen.

Gesund arbeiten im Strafvollzug

Graz-Jakomini ist Österreichs zweitgrößtes Gerichtshofgefangnis. Ein Preis gekröntes Projekt hat für gesündere Arbeitsverhältnisse für alle Beschäftigten gesorgt. Es wurde vom Vorsitzenden der Personalvertretung geleitet.



Viele davon können wenig oder gar kein Deutsch, manche leiden an schweren ansteckenden Erkrankungen. Es gibt Abteilungen für männliche Erwachsene, eine Jugendabteilung, eine Frauenabteilung, eine Mutter-Kind-Abteilung sowie eine Krankenabteilung. Neben Strafgefangenen mit einer Gesamthaftzeit bis zu 18 Monaten sowie Verwahrungs- und Schubhäftlingen sind hier auch Untersuchungshäftlinge untergebracht. In Graz-Jakomini sind also Kleinkriminelle inhaftiert, aber auch Schwerverbrecher.

Sozialkapital erhöhen

Das war mit ein Grund dafür, dass sich Wendlandt mit Unterstützung der gesamten aus fünf Beschäftigten bestehenden Personalvertretung für ein Projekt zur Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) in Graz-Jakomini engagiert hat. Bei der Initiative „Fit – Gesund – Agil im Job + im Alltag“ sollten die Arbeitsbelastungen für die gesamte Belegschaft reduziert, das Gesundheitsbewusstsein und die Arbeitszufriedenheit gesteigert und das Sozialkapital erhöht werden – also zum Beispiel das Ausmaß, in dem

sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gegenseitig sozial unterstützen. Um diese Ziele fachgerecht zu erreichen, haben Wendlandt und seine Kollegin *Susanne Burgstaller* die Ausbildung für Gesundheitszirkel-Moderator/innen des FGÖ absolviert und Wendlandt im Oktober 2008 auch jene für BGF-Projektleiter.

Ende Oktober 2008 wurde in Graz-Jakomini dann auch die Kick-Off-Veranstaltung für die Gesundheitsinitiative durchgeführt. Der Projektleiter: „Die Tatsache, dass im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung bewährte Methoden für Beteiligung zur Verfügung stehen, hat in der Folge wesentlich dazu beigetragen, dass wir in vielen Bereichen erfolgreich waren und das Projekt in Graz-Jakomini dann auch in einer umfassenden Form umsetzen konnten.“ Zu den erwähnten Methoden zählten die strukturierte Zusammenarbeit zwischen Projektteam, Steuerungsgruppe und externen Prozessbegleiter/innen sowie die „Gesundheitszirkel“, an denen alle interessierten Beschäftigten teilnehmen können. Gemeinsam werden dort Maßnahmen zur Verbesserung der gesundheitlichen Situation diskutiert und erarbeitet. In Graz-Jakomini wurde in den Gesundheitszirkeln häufig der Wunsch nach mehr Wertschätzung durch die Vorgesetzten geäußert. 2010 wurden deshalb für diese zwei Seminare zum Thema „Gesundes Führen“ veranstaltet. Dabei konnte erlernt werden, wie ein anerkennender Führungsstil umgesetzt werden kann.

Schnittfeste Handschuhe

Bedenken im Bezug auf die eigene Sicherheit waren ebenfalls oft ein Inhalt der Gesundheitszirkel. Regelmäßige Sicherheitskonferenzen sollen nun in Graz-Jakomini für eine bessere Kommunikation sorgen sowie dafür, dass die Arbeitsabläufe möglichst sicher gestaltet werden. Im Laufe des Projektes wurde zum Beispiel auch gefordert, dass nicht nur die Mitglieder der Einsatzgruppen mit schnittfesten Handschuhen ausgestattet werden sollen, sondern alle Beamten/innen der Justizwache. Das wurde letztlich nicht nur für Graz-Jakomini er-



Im Garten wurde eine „Relaxoase“ eingerichtet.

reicht, sondern für alle Justizanstalten in ganz Österreich.

Weiters wurden im Rahmen des ganzheitlichen Projektes zum Beispiel Fitnessräume mit Geräten für Kraft- und Ausdauertraining und eine „Relaxoase“ im Garten eingerichtet. Für die Wachzimmer wurden Stühle angeschafft, die eine gesunde Sitzposition ermöglichen. „Außerdem kann jetzt jede/r Beschäftigte pro Jahr 24 Stunden Sport betreiben und auf die Dienstzeit anrechnen lassen“, freut sich Wendlandt. Einmal pro Monat gab es kostenlos ein Frühstück mit gesunden und vollwertigen Produkten. Vorträge zu Themen wie „Iss Dich gesund“ oder „Burnoutprävention“ standen ebenfalls auf dem Programm. All das hat zum Erfolg des im Jänner 2011 abgeschlossenen Projektes beigetragen, das im April mit dem Steirischen Gesundheitspreis ausgezeichnet wurde.

Nachhaltige Wirkung

Nicht zuletzt soll durch die Initiative für die Beschäftigten in Graz-Jakomini auch eine nachhaltige gesundheitsförderliche Wirkung erreicht werden. Dazu Brigadier *Josef Adam*, der Leiter der Justizanstalt ist und Mitglied der Steuerungsgruppe des Projektes war: „Wir haben ein Konzept für Betriebliches Gesundheitsmanagement erstellt und werden so dafür sorgen, dass an unserer Einrichtung dauerhaft Gesundheitsförderung für die Beschäftigten verwirklicht wird. Nach unseren Erfahrungen, kann sich das letztlich auch positiv auf die Insas-

sen auswirken.“ Für die weitere Umsetzung in Graz-Jakomini soll ein Gesundheitskompetenz-Team sorgen, das dabei vom Betriebsärztlichen Dienst, den Sicherheitsvertrauenspersonen und nicht zuletzt der Personalvertretung unterstützt werden soll.



Graz-Jakomini ist Österreichs zweitgrößtes Gerichtshofgefängnis. Hier sind 520 Insassen aus 38 Nationen untergebracht.

INFO & KONTAKT

Projektleiter:

Gruppeninspektor Rudolf Wendlandt
Tel. 0316/83 28 32-403 oder 0676/898 973 848
rudolf.wendlandt@justiz.gv.at

Zuständiger Gesundheitsreferent beim FGÖ:

Mag. Dr. Klaus Ropin
Tel.: 01/895 04 00-14
klaus.ropin@goeg.at

Kooperationen mit:

Golda Consulting für Sport und Gesundheit, STGKK, BVA



Der oberösterreichische Landeshauptmann und Gesundheitsreferent **Dr. Josef Pühringer**: „Die Jüngsten können spielerisch zu einem gesunden Lebensstil motiviert werden.“

Übergewicht, falsche Ernährung und Bewegungsmangel sind gesamtgesellschaftliche Probleme. Sie müssen bereits im Kindergartenalter angegangen werden, denn die Jüngsten können spielerisch zu einem gesunden Lebensstil motiviert werden. Das zeigt auch unser Vorzeige-Pilotprojekt ‚Genuss- und Bewegungsentdecker‘, das bereits nach zweijähriger Laufzeit zahlreiche positive Ergebnisse aufweist“, sagt der oberösterreichische Gesundheitsreferent Landeshauptmann **Dr. Josef Pühringer** über ein dreijähriges, vom Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) gefördertes Projekt zur Gesundheitsförderung. Die Initiative wurde im Herbst 2009 in 21 Pilotkindergärten in den Bezirken Rohrbach, Urfahr-Umgebung und Wels-Land gestartet.

Tag für Tag Gesundheit ermöglichen
Im Vorfeld des Projekts haben Fachleute aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und Pädagogik die „Basis-kriterien“ und damit die gesundheitsfördernden Strukturen im Kindergartenalltag und dessen Umfeld erörtert und formuliert. Diese wurden in den Pilotkindergärten in die Praxis umgesetzt. „So wurden die räumlichen, materiellen und organisatorischen Gegebenheiten geschaffen, die notwendig sind, um gesunde Ernährung und Bewegung für die Kleinsten zu ermöglichen – und das Tag für Tag“, meint die Projektleiterin **Mag. Claudia Barth**.

Kinder entdecken gesunden Genuss und Freude an Bewegung

„Genuss- und Bewegungsentdecker“ heißt ein Projekt in Oberösterreich, das schon in den Kindergärten Freude an Bewegung vermittelt und Lust auf gesunden Genuss macht. Text: Mag. Gabriele Vasak



Das Projekt „Genuss- und Bewegungsentdecker“ orientiert sich am Wohl des Kindes und bezieht Kindergartenpädagog/innen, Eltern und die Verpflegungsbetriebe mit ein. Letztere – das sind zum Beispiel Schulküchen

und Gasthäuser, aber auch Küchen von Altenheimen – erhielten Unterstützung in der Umsetzung von gesunden und kindgerechten Mittagsmenüs. Die Eltern werden bei Elternabenden zu Gesundheitsthemen informiert. In



Bei dem Projekt können Eltern und Kinder die Freude an gesunder Bewegung erfahren.

Eltern-Kind-Workshops wird die praktische Umsetzung gemeinsam erlebt. Expert/innen leiten die Kids und ihre Erziehungsberechtigten an, verschiedene Rezepte auszuprobieren oder Bewegungsstationen aufzubauen und gemeinsam aktiv zu meistern. Auch die Beschäftigten in den Kindergärten wurden in den Bereichen gesunde Kinderernährung und kindgerechter Bewegungsalltag umfassend geschult.

Für ganz Oberösterreich

Das Pilotprojekt wird eingehend evaluiert. Schon nach dem ersten Jahr gab es sehr positive Ergebnisse. „Bei den Eltern konnte das Bewusstsein für richtige Ernährung und ausreichende Bewegung deutlich erhöht werden. Sie achten jetzt zum Beispiel mehr darauf, ihren Kindern eine gesunde Jause mitzugeben“, freut sich Barth. Statt gesüßtem Fruchtojoghurt und Weißbrot gibt es jetzt öfter Obst, Gemüse, Vollkornbrot und Joghurt als Jause. Die Gemeinschaftsverpflegung wurde optimiert und im Kindergartenalltag gibt es mehr Möglichkeiten für freie, aber auch angeleitete Bewegung.

Dieses erfolgreiche Pilotprojekt soll nun im kommenden Kindergartenjahr auf ganz Oberösterreich ausgeweitet und dabei die Kooperation mit dem bestehenden Netzwerk „Gesunde Gemeinden“ ausgebaut und intensiviert werden. Dazu der oberösterreichische Landeshauptmann Pühringer: „Kinder sind unsere Zukunft. Politik und Gesellschaft müssen daher die Anliegen der Jüngsten sehr ernst nehmen und Kindern ausreichende Möglichkeiten und Chancen zur bestmöglichen Persönlichkeitsentwicklung geben.“



Die Projektleiterin Mag. Claudia Barth

INFO & KONTAKT

Projektleiterin:

Mag. Claudia Barth
Tel. 0664/913 13 53
genussundbewegungsentdecker@gmail.com

Zuständige Gesundheitsreferentin beim FGÖ:

Mag. Rita Kichler
Tel.: 01/895 04 00 -13
rita.kichler@goeg.at

Kooperationen mit:

Amt der Oberösterreichischen Landesregierung/Abteilung Bildung (Kindergartenreferat), Verein Beginnt, Kindergärten und Trägerorganisationen, Institut für Ernährungswissenschaften, Österreichische Gesellschaft für Ernährung

Hamburger mit Haferflocken

Ein umfassendes Projekt zeigt Gastgewerbe-Lehrlingen in Vorarlberg, was sie für ihre Gesundheit und die ihrer Gäste tun können. Sozialkompetenz und Suchtprävention gehören ebenso dazu wie Ernährung und Bewegung.

Text: Mag. Dietmar Schobel



Projektleiter Wolfgang Ponier: „Viele unserer Schülerinnen und Schüler konnten für neue Sportarten begeistert werden.“

Lochau in Vorarlberg. In der Landesberufsschule für Gastgewerbe in der Bodenseegemeinde werden pro Jahr insgesamt rund 1.000 Lehrlinge unterrichtet. In fünf Blöcken sind sie jeweils acht Wochen lang an der Schule. Der Großteil von ihnen wohnt währenddessen in den angeschlossenen Internaten für Mädchen und für Burschen. Die 15- bis 20-Jährigen haben sich für eine Berufslaufbahn als Köch/innen, Restaurantfachleute, Gastronomiefachleute oder als Hotel- und Gastgewerbeassistent/innen entschieden. Seit Jänner 2009 erhalten die Teenager hier neben Gastro-Know-how auch

Wissen und praktische Anregungen für ihre Gesundheit. Dafür sorgt das von dem Lehrer im Fachbereich Küche Wolfgang Ponier geleitete und vom Fonds Gesundes Österreich geförderte Projekt „MehrWert für Körper und Geist“. Die Gesundheitsinitiative umfasst Aktivitäten in vier Bereichen: Sozialkompetenz, Suchtprävention, Bewegung und Ernährung. „Da wir sehr viele Maßnahmen durchführen, haben wir genau geplant, welche in der Freizeit verwirklicht werden sollen und welche in den Unterricht integriert werden können“, erklärt Ponier das Konzept und ergänzt: „Bei uns tragen alle etwas zu dem Projekt bei: vom Di-

rektor und den Lehrkräften über die Hausangestellten bis zu den Internatsbetreuerinnen und -betreuern.“

Externe Fachleute

Für die meisten Bereiche wird auch das Know-how externer Expert/innen genutzt. Die Ernährungswissenschaftlerin Mag. Angelika Stöckler vom aks – Arbeitskreis für Vorsorge- und Sozialmedizin Vorarlberg hält zum Beispiel Ernährungsvorträge und -workshops. Schülerinnen und Schüler, die den „Finanzführerschein“ erwerben wollen, werden von Fachleuten vom Institut für Sozialdienste, einer Sparkasse und der Arbeiterkammer im richtigen Umgang mit Geld unterwiesen.

Weitere Themen aus dem Bereich Sozialkompetenz, wie etwa Zivilcourage oder Mobbing wurden in den Unterricht in „Politischer Bildung“ integriert. Für die Suchtprävention ist Supro, die Vorarlberger Werkstatt für Suchtprophylaxe zuständig. In Vorträgen und praktischen Übungen geht es hier im dritten Lehrjahr um Prävention gegen illegale Drogen, im zweiten Lehrjahr um Alkoholvorbeugung und im ersten um das Thema Nikotin. In den vier Einheiten des Kurses „Take Control“ sollen die Lehrlinge angeregt werden, weniger zu rauchen oder ganz aufzuhören.

Neue Sportarten und „chillige Gerichte“ Eine Fachfrau vom Sportservice Vorarlberg setzte sich ein, dass es seit zweieinhalb Jahren an der Landesbe-



Starkoch Dieter Koschina, der für seine leichte, regionale Küche bekannt ist, kreierte im Rahmen des Projektes gemeinsam mit den Koch-Lehrlingen ein gesundes und köstliches MehrWert-Menü.

rufsschule auch gesunde körperliche Aktivität gibt. Dafür sorgt das „bewegte Klassenzimmer“, das sind Bewegungseinheiten, die während des Unterrichts abgehalten werden. Das ist besonders wichtig, da im regulären Stundenplan kein Turnunterricht vorgesehen ist. Zusätzlich wurden und werden als Freizeitprogramm bei „Bewegungsabenden“ Möglichkeiten für körperliche Aktivität von Tae Boe, Pilates, Yoga und Tanz bis zu Krafttraining und Radausflügen auf Testbikes eines Radshops angeboten. „Viele unserer Schülerinnen und Schüler konnten so für Sportarten begeistert werden, die sie sonst wahrscheinlich nie ausprobiert hätten“, freut sich Ponier. Damit die Teenager an der Landesberufsschule auch mit Freude gesunde Gerichte ausprobieren, ist manchmal etwas Einfallsreichtum gefragt. Ponier bereitet deshalb gemeinsam mit seinen Schülerinnen und Schülern im Kochunterricht „chillige“ – und ernährungswissenschaftlich empfehlenswerte – Gerichte wie Putensteak mit Marktgemüse und Kräuter-Chili-Cous-Cous zu. So kann den Teenagern eine ausgewogene Ernährungsweise schmack-

haft gemacht werden. Auch eine „Avocado-Tomaten-Chili-Salsa“ haben der Ausbilder und seine Schülerinnen und Schüler schon kreierte. Als köstlichen Ersatz für Ketchup.

Mit zwei Preisen ausgezeichnet Auch das Küchenpersonal der Internatsküche wurde beraten, wie das Speisenangebot im Sinne der Gesundheitsförderung optimiert werden kann. Und speziell Internatsküchenchef **Gerhard Kerber** hat im Rahmen des Projektes zahlreiche gesunde Rezepte kreierte. Übrigens sind auch Hamburger an der Landesberufsschule Lochau nicht

tabu. Sie werden jedoch mit Rindsfleisch mit nur zehn Prozent Fettanteil und Getreideflocken zubereitet. „Das schmeckt allen gut. Nur auf der Karte sollte nicht stehen, dass Haferflocken enthalten sind. Sonst wird das von Teenagern nicht bestellt“, lacht Ponier. Das Projekt MehrWert hat bereits zwei renommierte Auszeichnungen erhalten: den österreichischen Vorsorgepreis 2010 in der Kategorie Bildungseinrichtungen sowie den Preis 2010 der Internationalen Bodensee Konferenz für Gesundheitsförderung und Prävention.

INFO & KONTAKT

Projekt „MehrWert für Körper und Geist“

Projektleiter: Wolfgang Ponier
Tel. 05574/42906-5009
wolfgang.ponier@lbslo1.snv.at

Zuständige Gesundheitsreferentin beim FGÖ:

Mag. Rita Kichler
Tel.: 01/895 04 00 -13, rita.kichler@goeg.at

Kooperationen mit:

aks Gesundheitsvorsorge GmbH, SUPRO – Werkstatt für Suchtprophylaxe, Vorarlberger Landesregierung, Firma Essensezeit, Pädagogische Hochschule Vorarlberg, Ifs – Institut für Sozialdienste, Berufsschule Bregenz, WKO/Fachgruppe Gastronomie und Hotellerie, Slow Food Vorarlberg, Sportservice Vorarlberg, Firma Wiberg GmbH, einige Sponsoring-Partner.

Gesund und fit von Kindesbeinen an

Wirklich effektive Gesundheitsförderung muss schon in der Kinderkrippe beginnen, ist die Leiterin eines innovativen Projekts überzeugt. Text: Mag. Gabriele Vasak

Gesundheitsförderung beginnt in Österreich im besten Fall in der Schule. Doch wir wissen heute, dass Prävention früher ansetzen und das Gesundheitsbewusstsein schon im Kleinkindalter gestärkt werden sollte“, sagt die Gesundheitsmanagerin Mag. Ulrike Hackinger von der Grazer Kinder- und Jugendinstitution WIKI, die rund 5000 Kinder in der Steiermark begleitet, individuell fördert und schult. „Deshalb haben wir im September 2009 das Projekt ‚WIKI G’sund‘ gestartet.“

Von Beginn an gesund bleiben

Als Basis für die Konzeption dienten eine Feldstudie des Grünen Kreuzes zum Thema Übergewicht bei Sechsbis 14-Jährigen und eine deutsche Analyse von Früherkennung und Gesundheitsförderung im Kindergarten. Davon ausgehend wurden Gesundheitskriterien entwickelt und zunächst an einer Pilotkinderkrippe und einem Pilotkindergarten bei WIKI umgesetzt. Dabei wurde darauf geachtet, dass auch die Bausubstanz, die Freiflächen und die optische Gestaltung



Auch „Gesundheitsstunden“ zum Thema Bewegung gehörten zum täglichen Angebot beim Projekt „WIKI G’sund“.

möglichst gesundheitsförderlich sind. „Das konkrete, tägliche Angebot für die Kinder umfasste dann unter anderem ein Biomittagessen und eine Gesundheitsstunde“, sagt Hackinger. Auch die Eltern und Pädagog/innen wurden gut eingebunden: Für sie gab es ein Fortbildungsprogramm, das sowohl klassische Vorträge als auch Workshops und Kocheinheiten beinhaltete; die Eltern brachten dann einmal wöchentlich eine gesunde Jause mit.

Kriterien für gesunde Kinderbetreuung Bei dem innovativen Projekt wurde ein Gesundheitshandbuch erarbeitet. Nach einem Vier-Punkte-System kann damit klassifiziert und zertifiziert werden, inwieweit bestimmte Kriterien für gesunde Kinderbetreuung erfüllt werden. „So kann jede Einrichtung, die sich für Gesundheitsförderung in-

teressiert, klar überprüfen, wo sie im Vergleich zu anderen Einrichtungen steht und in welchen Bereichen Potenzial für Verbesserungen vorhanden ist“, sagt Hackinger.

Das Interesse an diesem Projekt war nicht nur bei den von WIKI selbst betriebenen Kindergärten und -krippen sehr groß. Es gab auch schon zahlreiche Anfragen von anderen Einrichtungen für Kinderbetreuung. So ist das Projekt „Gesunder Kindergarten“ zwar offiziell Ende Dezember 2010 abgelaufen, doch es ist geplant, das Konzept auf alle WIKI-Kindergärten und -krippen zu übertragen, und auch Schulen dafür zu interessieren. „Es macht keinen Sinn, aufwändige Gesundheitsprojekte für die Kleinsten zu installieren, wenn danach in der Schule diesbezüglich wieder ‚auf Null geschaltet‘ wird“, meint Hackinger.

INFO & KONTAKT

Projektleiterin:

Mag. Ulrike Hackinger
Tel. 0316/42 65 65-126
hackinger@wiki.at

Zuständige Gesundheitsreferentin beim FGÖ:

Ing. Petra Gajar
Tel. 01/895 04 00-12
petra.gajar@goeg.at

Kooperationen mit:

Styria vitalis, Stadt Graz, Land Steiermark,
Ernährungsexpert/innen, Bewegungsexpert/innen

Publikationen des Fonds Gesundes Österreich



ERNÄHRUNGS-HOTLINE

des Fonds Gesundes Österreich
in Kooperation mit dem VKI

0810-810 227

Mo bis Fr 9.00-15.00 Uhr (max. 10 Cent/Minute)



Magazin Gesundes Österreich

Unsere Zeitschrift informiert über Menschen, Know-how und Praxisprojekte aus dem Bereich der Gesundheitsförderung in Österreich und international. Sie erscheint viermal im Jahr.



Alles zu den Themen **Bewegung, Ernährung, Gesund mit Pflanzen, Älter werden, aktiv bleiben** mit wertvollen Tipps und Adressen.

Das **Magazin Gesundes Österreich** und alle anderen Publikationen können Sie kostenlos beim Fonds Gesundes Österreich bestellen, einem Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH.

Jetzt bestellen! Einfach per Post an: Fonds Gesundes Österreich, Aspernbrückengasse 2, 1020 Wien, direkt am Telefon unter: 01/895 04 00, flott per Fax an: 01/895 04 00-20, bequem per E-Mail an: fgoe@goeg.at oder gleich online unter www.fgoe.org im Bereich „Presse, Publikationen“

KURATORIUM	PROJEKTBEIRAT	GESCHÄFTSSTELLE
<p>Bundesminister für Gesundheit Alois Stöger, diplômé, Vorsitzender des Kuratoriums</p> <p>Landesrat a.D. Fredy Mayer, erster Stellvertretender Vorsitzender des Kuratoriums, Bundesministerium für Gesundheit</p> <p>Vizepräs.ⁱⁿ Mag.^a pharm. Dr.ⁱⁿ Christiane Körner, zweite Stellvertretende Vorsitzende des Kuratoriums, Österreichische Apothekerkammer</p> <p>Dr.ⁱⁿ Ulrike Braumüller, Verband der Versicherungsunternehmen Österreichs</p> <p>Vizebürgermeisterin Dr.ⁱⁿ Christiana Dolezal, Österreichischer Städtebund</p> <p>MR.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Silvia Janik, Bundesministerium für Finanzen</p> <p>Dr. Josef Kandlhofer, Hauptverband der Österreichischen Sozialversicherungsträger</p> <p>Abg. z. Wr. Landtag und Volksanwältin a.D. Ingrid Korosec, Österreichischer Seniorenrat</p> <p>Abg. z. NR a.D. Manfred Lackner, Österreichischer Seniorenrat</p> <p>Vizepräs. Dr. Harald Mayer, Österreichische Ärztekammer</p> <p>Präsident Bürgermeister Helmut Mödlhammer, Österreichischer Gemeindebund</p> <p>SC Kurt Nekula, M.A., Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur</p> <p>SL Priv.-Doz.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Pamela Rendi-Wagner, MSc, Bundesministerium für Gesundheit</p> <p>Landesstatthalter Mag. Markus Wallner, Landeshauptleutekonferenz</p> <p>Stadträtin Mag.^a Sonja Wehsely, Konferenz der Gesundheitsreferentinnen und Gesundheitsreferenten der Länder</p>	<p>Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Freidl, Institut für Sozialmedizin und Epidemiologie der Med. Universität Graz</p> <p>Martin Hefel, Leitung Marketing & Kommunikation (Fachhochschule Vorarlberg GmbH), Obmann des Vorarlberger Familienverbandes</p> <p>Univ.-Prof. Dr. Horst Noack, em. Vorstand des Institutes für Sozialmedizin an der Med. Universität Graz</p> <p>Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Anita Rieder, Curriculum Direktorin der med. Universität Wien, stellv. Vorstand des Instituts für Sozialmedizin der med. Universität Wien</p> <p>Ass.-Prof.ⁱⁿ, Dr.ⁱⁿ Petra Rust, Institut für Ernährungswissenschaften der Universität Wien</p> <p>Mag. Günter Schagerl, ASKÖ – Leiter des Referats für Fitness und Gesundheitsförderung</p> <p>a.o. Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ phil. Beate Wimmer-Puchinger, Frauengesundheitsbeauftragte der Stadt Wien und Professorin am Institut für Psychologie der Universität Salzburg</p>	<p>Mag.^a Christa Peinhaupt, Bereichsleiterin</p> <p>Mag.^a Gudrun Braunegger-Kallinger, Gesundheitsreferentin</p> <p>Mag. Dr. Rainer Christ, Gesundheitsreferent</p> <p>Ing.ⁱⁿ Petra Gajar, Gesundheitsreferentin</p> <p>Mag.^a Rita Kichler, Gesundheitsreferentin</p> <p>Mag. Dr. Klaus Ropin, Gesundheitsreferent</p> <p>Anna Krappinger, MA, Projektassistentin</p> <p>Manuela Pirker, MA, Projektassistentin</p> <p>Mag. Markus Mikl, Kommunikation</p> <p>Helga Klee, Kommunikation/Projektadministration</p> <p>Sandra Schneider, Lehrling</p> <p>Natalie Krystl, Sekretariat-Bereichsleitung</p> <p>Helmut Nimpfer, Buchhaltung</p> <p>Katharina Moore, Buchhaltung</p> <p>Mag.^a (FH) Marion Fichtinger, kaufmännische Sachbearbeiterin</p> <p>Mag.^a (FH) Barbara Glasner, kaufmännische Sachbearbeiterin</p> <p>Nicola Höllbacher, BSc (WU), kaufmännische Sachbearbeiterin</p> <p>Mag.^a (FH) Sandra Ramhapp, kaufmännische Sachbearbeiterin</p> <p>Gabriele Ordo, Veranstaltungen/SIGIS/Projektassistentin</p> <p>Mag.^a (FH) Elisabeth Stohl, Organisation Bildungsangebote</p> <p>Alexander Wallner, e-Services</p>

GESUNDHEIT FÜR ALLE

Als die bundesweite Kontakt- und Förderstelle für Gesundheitsförderung und Prävention wurde der Fonds Gesundes Österreich 1998 aus der Taufe gehoben. Und das auf der Basis eines eigenen Gesetzes – was auch international als vorbildlich gilt.

Wir unterstützen in der Gesundheitsförderung

- praxisorientierte und wissenschaftliche Projekte,
 - den Aufbau von Strukturen,
 - und die Fortbildung und Vernetzung.
- Dazu kommen andere wichtige Aufgaben: Durch Information, Aufklärung und Öffentlichkeits-

arbeit wollen wir das Bewusstsein möglichst vieler Menschen für Gesundheitsförderung und Prävention erhöhen. Außerdem unterstützen wir bestimmte Aktivitäten im Bereich der Selbsthilfe. Für all das steht uns ein jährliches Budget von 7,25 Millionen Euro aus öffentlichen Mitteln zur Verfügung.

KONTAKTINFORMATIONEN

Fonds Gesundes Österreich, ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH, Aspernbrückengasse 2, 1020 Wien
T 01/895 04 00,
fgoe@goeg.at,
www.fgoe.org

JUL → AUG → SEPT → OKT → NOV

ALLES WICHTIGE IM JULI

→ 11.-13.07.

Den Jungen Zukunft geben – Wie Jugendliche Gesundheit finden
Sommertagung von Forum Lebensqualität und Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit
Katzelsdorf, Bad Sauerbrunn, Wiener Neustadt
Information: agnes.koller@qualitaetle-ben.at, www.qualitaetle-ben.at

ALLES WICHTIGE IM SEPTEMBER

→ 07.09.

Stress und Arbeit: Die aktuelle Herausforderung
Nationale Tagung für betriebliche Gesundheitsförderung 2011
Universität St. Gallen, Schweiz
Information:
www.gesundheitsfoerderung.ch/tagung

→ 11.-15.09.

XIX World Congress on Safety and Health at Work
Istanbul, Türkei
Information: www.enwhp.org

→ 14.-15.09

1. Wirtschaftskonferenz zum Generationen-Management
Arbeitsfähigkeit, Gesundheit & Produktivität im Lebenslauf
Festspielhaus, Bregenz
Information:
www.generationen-management.com

→ 21.-23.09

Prävention sozial und nachhaltig gestalten
Universität, Bremen
Information: Deutsche Gesellschaft für Sozialmedizin und Prävention DGSMP und Deutsche Gesellschaft für Medizinische Soziologie DGMS
Bremer Institut für Präventionsforschung und Sozialmedizin BIPS

dgsmp2011@bips.uni-bremen.de
www.dgsmp-dgms-2011.de

→ 27.09.

Symposium Diabetes und psychische Gesundheit
NÖGKK, St. Pölten
Information:
OÖGKK, karin.kastner@oogkk.at
Tel. 057807-10 23 04
www.oogkk.at

→ 29.-30.09.

14. Wissenschaftliche Tagung der Österreichischen Gesellschaft für Public Health Geld und Gesundheit
Universität Linz
Information: www.oeph.at

ALLES WICHTIGE IM OKTOBER

→ 06.10.

Betriebliche Gesundheitsförderung in Klein- und Mittelbetrieben
16. Informationstag zur BGF
Villa Blanka, Innsbruck
Information:
OÖGKK, Martina Grurl-Blutsch
Tel: 05 78 07 – 10 35 13
martina.grurl-blutsch@oogkk.at
www.netzwerk-bgf.at

→ 10.-11.10.

Psychosoziale Gesundheit und Krankheit Trends, Herausforderungen und Lösungsmodelle
WIFI Salzburg
Information:
SV-Wissenschaft, Forschung & Lehre der Österreichischen Sozialversicherung, Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft, SGKK
www.sv-wissenschaft.at

→ 19.-21.10.

Nutrition in health promotion and disease prevention, 60 Jahre Österreichische Gesellschaft für Ernährung
ÖGE Jahrestagung 2011

Festsaal des Bundesgebäudes
Wien, Radetzkystraße 2
www.oege.at

→ 20.-22.10.

Kongress Essstörungen 2011,
19. Internationale Wissenschaftliche Tagung Alpbach, Tirol
Information:
info@netzwerk-essstoerungen.at
www.netzwerk-essstoerungen.at

ALLES WICHTIGE IM NOVEMBER

→ 09.-10.11.

16. Österreichische Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen, zugleich 5. Österreichische Konferenz Rauchfreier Gesundheitseinrichtungen
Bewegung - Seele - Ernährung: Gesundheit umfassend fördern
Landeskrankenhaus Salzburg
Information: www.ongkg.at

→ 10.-12.11.

Public Health and Welfare – Welfare development and health
Bella Centre, Kopenhagen, Dänemark
Information:
www.eupha.org

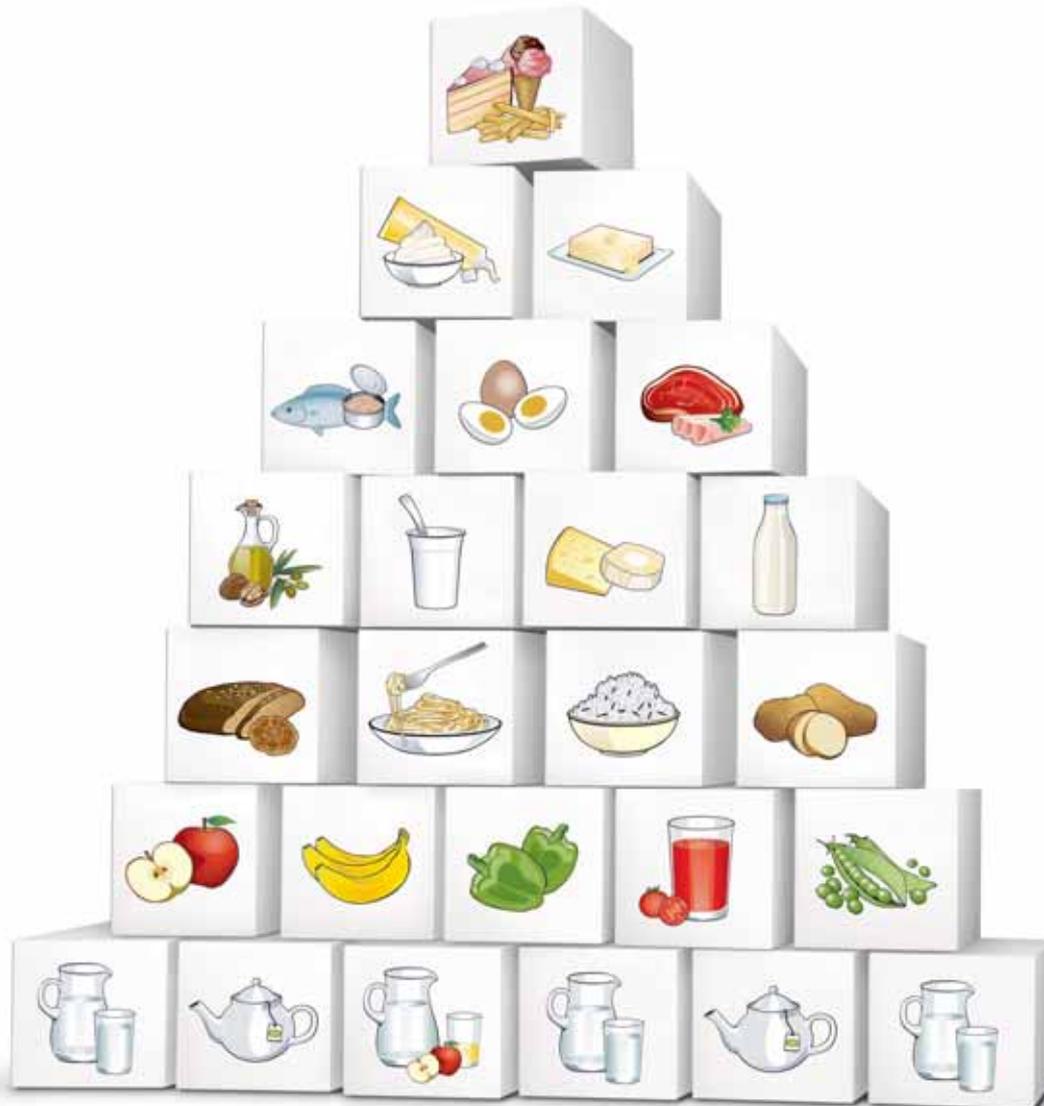
→ 17.11.

Konferenz „Fit for Gender?! Gesundheitssystem, Prävention und Gesundheitsförderung aus der Geschlechterperspektive“
Rathaus, Wien
Wiener Programm für Frauengesundheit
Information:
Tel. 01/4000-87 167
www.frauengesundheit-wien.at

→ 28.-29.11.

International event on Health, Well-being and Educational Success of children and young people in the school setting
Montreal, Kanada
Information:
www.inspq.qc.ca

Die österreichische Ernährungspyramide



Die 7 Stufen zur Gesundheit

						
Alkoholfreie Getränke	Gemüse, Hülsenfrüchte und Obst	Getreide und Erdäpfel	Milch und Milchprodukte	Fisch, Fleisch, Wurst und Eier	Fette und Öle	Fettes, Süßes und Salziges
Täglich mindestens 1,5 Liter Wasser und alkoholfreie bzw. energiearme Getränke.	Täglich 3 Portionen Gemüse und / oder Hülsenfrüchte und 2 Portionen Obst.	Täglich 4 Portionen Getreide, Brot, Nudeln, Reis oder Erdäpfel [5 Portionen für sportlich Aktive und Kinder], vorzugsweise Vollkorn.	Täglich 3 Portionen Milchprodukte (fettärmere Varianten bevorzugen).	Wöchentlich 1 - 2 Portionen Fisch. Pro Woche maximal 3 Portionen mageres Fleisch oder magere Wurst. Pro Woche maximal 3 Eier.	Täglich 1 - 2 Esslöffel pflanzliche Öle, Nüsse oder Samen. Streich-, Back- und Bratfette und fettreiche Milchprodukte sparsam.	Seiten fett-, zucker- und salzreiche Lebensmittel und energiereiche Getränke.