

# Auf gesunde Nachbarschaft!

## AktivlotsInnen in Rudolfsheim-Fünfhaus



**ARGE AktivlotsInnen in Rudolfsheim-Fünfhaus**  
(eine Kooperation von WHW-NZ 15 und den WS)



Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

Gesundheit Österreich  
GmbH ● ● ●

Geschäftsbereich



[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

Gesundheit Österreich  
GmbH ● ● ●

Geschäftsbereich



## AktivlotsInnen in Rudofsheim-Fünfhaus

**Projektlaufzeit/Projektdauer in Monaten:**

**Mitte März 2016 – Mitte November 2017 (20 Monate)**

**Projektträger: ARGE Wiener Sozialdienste - Wiener Hilfswerk**

**Schwerpunktzielgruppe/n:**

- ▶ Frauen und Männer mit und ohne Migrationshintergrund ab dem 60. Lebensjahr, die im 15. Bezirk leben und/oder dort eine Einrichtung besuchen.

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Zielgruppe

SeniorInnen mit und ohne Migrationshintergrund aus dem Bezirk ab dem 60. Lebensjahr, die aus Gründen von Armut, sozialer Benachteiligung, geringem Einkommen, sozialer und wirtschaftlicher Zwänge, etc. weniger Chancen auf ein gesundes Leben haben.

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Rudolfsheim-Fünfhaus

- ▶ 15. Wiener Gemeindebezirk; Fläche von 3,9 km<sup>2</sup>, gehört zu den kleinsten Außenbezirken Wiens mit einer hohen Bevölkerungsdichte.
- ▶ Einwohnerzahl (Stand 2014) 74.791 Menschen (37.220 Männer und 37.571 Frauen), davon 27.595 (37 %) mit Nicht-Österreichischer Staatsbürgerschaft;
- ▶ 18 % der Bezirksbevölkerung im Alter von 60+

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Rudolfsheim-Fünfhaus

- ▶ Viele ältere Menschen mit niedrigem Einkommen, geringem Bildungsstand, Migrationshintergrund, chronischen Erkrankungen.
- ▶ Gute Infrastruktur; gute Öffi Anbindung; viele wichtige Einrichtungen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich sowie Bildungseinrichtungen.

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Zielsetzung(en) des Projekts

- ▶ Personen aus der Zielgruppe werden zu „AktivlotsInnen“ ausgebildet. Diese sollen mit Aktivierungsangeboten Zugang zur Zielgruppe finden.
- ▶ Durch die AktivlotsInnen sollen die SeniorInnen aktiviert werden, um an den im privaten Umfeld organisierten „Gesundheitspartys“ und an Aktivitäten im öffentlichen Raum (z.B. Bewegungs- und Gesundheitsangebote, etc.) teilzunehmen.
- ▶ Zugang zu Gesundheitsinformationen sowie bestehenden und neuen Gesundheitsangeboten.

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Methoden / Ansätze

- ▶ Einsatz von MultiplikatorInnen aus den Communities
- ▶ Berücksichtigung der Sprachenvielfalt innerhalb des Projektteams der Sprachen der Hauptzuwanderungsgruppen (Türkisch, Bosnisch-Kroatisch-Serbisch)
- ▶ Aufsuchende Arbeit und direktes Ansprechen der Menschen
- ▶ Gruppenangebot: Café Aktiv

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Methoden / Ansätze

- ▶ Gesundheitspartys – das Angebot wird quasi nach Hause gebracht und soll Interesse wecken
- ▶ Alltagsnahe und praktikable Gesundheits- und Bewegungsangebote (nach den tatsächlichen Bedarfslagen der Zielgruppe)
- ▶ Kennenlernen der unterschiedlichsten Einrichtungen im Bezirk und wienweit (z.B. Beratungszentrum Pflege und Betreuung, Tageszentrum,...) Institutionen (z.B. Magistratsabteilung 17,...) Freizeitbereich (z.B. Parkanlagen, Klubs, etc.)

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)





# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Schulung AktivlotsInnen

### Schulungsinhalte für AktivlotsInnen:

- ▶ mehrere Gesundheitsgespräche
- ▶ Pflege und Betreuung in Wien
- ▶ Diabetesberatung
- ▶ Mobile Ergotherapie und Hilfsmittelberatung (Teil 1)
- ▶ Sozialberatung
- ▶ Erste-Hilfe Kurs (Basiskurs)
- ▶ Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- ▶ Mobile Ergotherapie und Wohnungsadaptierungen (Teil 2)
- ▶ Gesundheitsgespräche zum Thema: Herz-Niere-Kreislauf
- ▶ Gesprächsführung und Kommunikation
- ▶ Gesunde Ernährung im Alter

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Schulung AktivlotsInnen

### Vorträge/Beratungen:

- ▶ Rechtsberatung
- ▶ Psychologische Beratung

### Projektvorstellungen:

- ▶ Grätzl Oase
- ▶ SI-Alt Projekt: Polizei und Alter – Sicherheit im öffentlichen Raum

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Zahlen / Fakten

- ▶ 9 AktivlotsInnen  
(2 Männer und 7 Frauen; aus Iran, Serbien, Türkei, Deutschland, Kirgisien und Österreich)
- ▶ ca. 1.800 Personen wurden über das Projekt informiert (2/3 Frauen, 1/3 Männer, davon rund 80 % mit Migrationshintergrund) und zwar: aufsuchend im Öffentlichen Raum (Parks, Apotheken, Geschäfte,...), in Vereinen, im Nachbarschaftszentrum und in anderen SeniorInnen-Einrichtungen, über Veranstaltungen...
- ▶ ca. 66% Frauen (ca. 1.200 Personen) und ca. 33% Männer (ca. 600 Personen)

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Aktivitäten

- ▶ **Café Aktiv**, neues, eigens für das Projekt geschaffenes Angebot (2x pro Woche, vormittags / nachmittags)
- ▶ **Kick-Off-Veranstaltung** fand im September 2016 im Festsaal der BV 15
- ▶ **Gesundheitspartys** im privaten Umfeld

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Aktivitäten

- ▶ offene **Vortragsreihe** von Oktober 2016 bis Oktober 2017 insgesamt 5 Veranstaltungen zu den Themen Gesundheit, Sicherheit, Lernen, Wohnen und Armut an verschiedenen Standorten und Einrichtungen im Bezirk durchgeführt

- 1. Veranstaltung:** Pensionistenwohnhaus Rudolfsheim des Kuratoriums Wiener Pensionistenwohnhäuser  
Thema: „**Bildung und aktive Gesundheitsförderung**“  
ReferentInnen: Univ. Prof. Dr. Kolland (Universität Wien, Institut für Soziologie) und Dr.<sup>in</sup> Elisabeth Hechl (BMASK, Grundsatzangelegenheiten der SeniorInnen-Bevölkerungs- und Freiwilligenpolitik)

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Aktivitäten

- 2. Veranstaltung:** Pensionistenverband Rudolfsheim-Fünfhaus,  
Thema: „**Sicherheitsorientiertes Verhalten im Alltag**“  
(Gewaltprävention)
- 3. Veranstaltung:** Pensionistenverband Rudolfsheim-Fünfhaus,  
Thema: „**Armut macht krank**“ (Entwicklung der letzten Jahre,  
v.a. Altersarmut, Teilhabe-Möglichkeiten)

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Aktivitäten

- 4. Veranstaltung:** Pflegewohnhaus Rudolfsheim-Fünfhaus des Wiener Krankenanstaltenverbundes  
Thema: **Biographiearbeit**
- 5. Veranstaltung:** Wohnpartner / WS  
Thema: „**Sorgenfrei Wohnen im Alter**“ / Ergotherapie,

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)

## Aktivitäten

### Exkursionen und Ausflüge

- Auf Sisis Spuren – Schloss und Park Schönbrunn
- Spaziergang durch die Innere Stadt
- Schloss Belvedere
- Botanischer Garten (2x)
- Hauptbücherei Wien
- Kunsthaus Wien
- Mozarthaus Wien
- Schönbrunn Ostermarkt (Picknick) – gemeinsam mit den Freiwilligen d. NZ15
- Haus der Musik
- Mädchengarten im 15. Bezirk – Grimmigasse (Verein Zeit! Raum, außerschulische Kinder- und Jugendarbeit)

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)





# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Aktivitäten

- ▶ Feste im Jahreskreis  
(Weihnachten, Neujahr, Ostern, Ramadan und Fastenbrechen, ....)
- ▶ Teilnahme bei weiteren Angeboten des NZ-15  
(wie z.B. Gymnastik, Kreativprojekt „Mehr als 0815“, Tanz....)
- ▶ Von AktivlotsInnen selbstständig (mit Unterstützung der Projektmitarbeiterinnen) geleitete Gruppen / Aktivitäten (Malen, Gespräche über Humor und Witz,...)

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT



**Michael Eibensteiner**

**Abteilungsleiter Nachbarschaftszentren**

E-Mail: [michael.eibensteiner@wiener.hilfswerk.at](mailto:michael.eibensteiner@wiener.hilfswerk.at)

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)



# Auf gesunde Nachbarschaft!

## Wichtige KooperationspartnerInnen

- **Bezirkvorsteherung**
- **Beratungszentrum Pflege und Betreuung des Fonds Soziales Wien**
- **Gebietsbetreuung**
- **Wohnpartner**
- **Geriatrisches Tageszentren**
- **Zwei Wohnhäuser des KWP**
- **Pensionistenklubs**
- **Pfarrren**
- **Volkshochschule 15**
- **Regionalstelle WEST der MA 17**
- **Div. Einrichtungen und Vereine, die SeniorInnen-Aktivitäten anbieten**
- **Bücherei, etc.**

[www.gesunde-nachbarschaft.at](http://www.gesunde-nachbarschaft.at)