

Endbericht zur Verbreitung der Projekterfahrungen und Ergebnisse

*Der Endbericht ist als kurzes zusammenfassendes Projektprodukt für den Transfer der Lernerfahrungen zu sehen. Er dient dem FGÖ einerseits zur abschließenden Bewertung des Projekts. Vor allem aber richtet sich der Bericht **an Umsetzer/innen zukünftiger Projekte** und dient dazu, Projekterfahrungen und bewährte Aktivitäten und Methoden weiter zu verbreiten. Da in Fehlern zumeist das höchste Lernpotenzial steckt, ist es wichtig auch Dinge zu beschreiben, die sich nicht bewährt haben und Änderungen zwischen ursprünglichen Plänen und der realen Umsetzung nachvollziehbar zu machen.*

Der Endbericht ist – nach Freigabe durch Fördernehmer/in und FGÖ – zur Veröffentlichung bestimmt und kann über die Website des FGÖ von allen interessierten Personen abgerufen werden.

| | |
|---|---|
| Projektnummer | 3065 |
| Projekttitel | Arm im Alter – Reich an Netzwerken Aktivlots*innen in der Obersteiermark Ost |
| Projekträger/in | FAB Verein zur Förderung Arbeit und Beschäftigung |
| Projektlaufzeit, Projektdauer in Monaten | 1.12.2019 – 30.6.2021 / 19 Monate |
| Schwerpunktzielgruppe/n | Den Übergang vom Erwerbsleben in die Pension zu begleiten und dabei präventive Maßnahmen mit Senior*innen vor und in der Pension, Kommunen, Netzwerkpartner*innen und Unternehmer*innen setzen. |
| Erreichte Zielgruppengröße | 218 betreute Personen / durch ÖA erreichte Personen 34.257 |
| Zentrale Kooperationspartner/innen | Land Steiermark Regionen (RA 17), Fonds Gesundes Österreich, Stadtgemeinden Kapfenberg & Bruck/Mur |
| Autoren/Autorinnen | Anita Oswald und Susanna Dellanoi |
| Emailadresse/n Ansprechpartner/innen | anita.oswald@fab.at |
| Weblink/Homepage | www.fab.at |

| | |
|--------------|------------|
| Datum | 2021-09-13 |
|--------------|------------|

1. Kurzzusammenfassung

*Arm im Alter – Reich an sozialen Netzwerken Aktivlots*innen in der Obersteiermark Ost*

Armut betrifft viele ältere Menschen – vor allem Frauen, die aufgrund der zu geringen Anzahl an Beitragsjahren für die Pension nur die Mindestpension in Höhe des Richtsatzes der Ausgleichzulage erhalten, sind von Armut betroffen. Auch bedeutet der nahende Pensionsantritt für viele Personen, die derzeit noch berufstätig sind, eine deutliche Reduktion des monatlich verfügbaren Einkommens – ein Lebensabschnitt, auf den Senior*innen nicht immer vorbereitet sind. Das vorliegende Projekt setzt bei zwei Zielgruppen an: einerseits bei von Armut betroffenen Personen in Pension; andererseits bei Personen, die knapp vor dem Pensionsantritt sind und mit einer geringen Pension das Auskommen finden müssen. Hauptziele:

- Das Thema Altersarmut zum Gegenstand der öffentlichen Diskussion zu machen und die Betroffenen in die Diskussion einzubeziehen
- Aufzeigen von finanz. und anderen Unterstützungsmöglichkeiten f.d. betroff. Zielgruppe
- Stärkung des Selbstwertgefühls und Entkräftung des `Schamgefühls der Betroffenen` durch Motivation zur Teilhabe an soz. Netzwerken und aktiver Beteilig. am gesellschaftl. Leben
- Soziale Netzwerke vor Ort stärken

Prozessschritte:

1. Vernetzung: Mit Unternehmen (Zugang zu Personen vor Pensionsantritt), Gemeinden, ISGS (Integrierter Sozial- und Gesundheitssprengel), Volkshilfe Bezirksvereinen (Zugang z. Zielgruppe, Koop. in Zusammenhang mit Ehrenamt, Unterstützungsleistungen für Einzelpersonen), Sportvereinen.

2. Erreichung der Zielgruppe: Durch oben beschriebene Kooperationen, sowie Öffentlichkeitsarbeitsmaßnahmen, öffentliche Veranstaltungen, aufsuchende Arbeit.

3. Beratung/Information/Begleitung – Die Aktivlots*innen bieten für diese Zielgruppen folgende Leistungen an:

- Information, Beratung, Begleitung, Workshops/Vorträge; Organisation und Begleitung von Interessensgemeinschaften, Vernetzung mit bestehenden Angeboten für Ältere

Ergebnisse, Lernerfahrungen und Empfehlungen: Durch die Pandemie und mehrere Lock-downs konnte nicht alles Geplante umgesetzt werden und es wurden mehrere Kurskorrekturen notwendig. Die Ergebnisse zeigen jedoch deutlich, dass es Forderungen der betroffenen Zielgruppe gibt, deren Erfüllung ganz wesentlich zur Gesundheit im Alter beitragen können. Das Bewusstsein der Salutogenese zu verbreiten und die Bildung bzw. Stärkung der persönlichen Einflussnahme darin, in Bereichen wo es möglich ist (z.B. mentale Gesundheit, Mitsprache und Teilhabe) erscheinen als wesentliche Verbesserungen zur Lebensqualität, die es gilt, weiterhin zu begleiten und zu fördern.

2. Projektkonzept

Ausgangssituation – Überlegungen zum Projekt

Den Anstoß für die Entwicklung des Konzeptes gab die Ausschreibung des Landes Steiermark – „Steiermark – Reich an Leben. Weil die Zukunft allen gehört.“ Förderausschreibung des Landes,– und der Regionalentwicklung 2019. Ziel des Calls war es, den Zusammenhalt der Generationen in den steirischen Regionen zu stärken. Unser Projekt konzentriert sich auf den Schwerpunkt des Calls „Alter und Armut“.

Von den insgesamt knapp über 1,5 Millionen Menschen in Österreich, welche im Jahr 2016 ein Alter von 65 Jahren oder mehr hatten, galten 212.000 bzw. 14% in der Gruppe als armuts- bzw. ausgrenzungsgefährdet. Mit 143.000 Personen bzw. 16% ist die Betroffenheit von älteren Frauen stärker als jene von Männern (Statistik Austria, 2017, zitiert nach Lukas Richter, alt.arm.weiblich.). Die Gründe für die stärkere Betroffenheit von Frauen sind hinlänglich bekannt. Vor allem Frauen, die aufgrund von unterbrochenen Karrieren und Betreuungs- und/oder Pflegezeiten mit keiner oder nur wenig eigener Pension auskommen müssen und häufig nur den Ausgleichszulagenrichtsatz („Mindestpension“; im Jahr 2019 bei rund € 930 monatlich für Alleinstehende) erhalten, die vielen vorher nicht bewusst ist und die auch mit (meist nicht erschwinglichen) Nachkäufen von pensionsbegründenden Jahren nicht maßgeblich aufgebessert werden können.

Gesundheit: Im Schnitt wird der Gesundheitszustand von 18% aller älteren Menschen als sehr schlecht bzw. schlecht beurteilt, nur auf die Gruppe der armuts- und ausgrenzungsgefährdeten älteren Menschen bezogen sind es jedoch 23%. Chronisch krank sind letztere zu 64%, im Gegensatz dazu 60% aller Älteren. Kurz gesagt, von Altersarmut betroffene Menschen sind häufiger von einem schlechten Gesundheitszustand betroffen.

Wohnen: Bereits die Wohnkostenbelastung liegt bei armutsgefährdeten älteren Menschen bei 30,1% im Gegensatz zu 14,4% bei allen 65 Jahre alten und älteren Personen (vgl. Statistik Austria, 2014, S.165); 11% der von Altersarmut betroffenen Menschen leben in Standardwohnungen, hingegen 3% der nicht armen Senior*innen.

Zufriedenheit: Altersarme Menschen weisen eine geringe Lebenszufriedenheit als der Schnitt aller älteren Personen auf, weniger zufrieden sind sie zudem mit der finanziellen Situation des Haushaltes (Statistik Austria, 2014, S.132ff.).

Einen wesentlichen Aspekt von Armut stellt ihre Auswirkung auf die Gesundheit dar. Angesichts der zunehmend älter werdenden Gesellschaft und der Umkehr der Alterspyramide rückt dieses Thema stärker in den Fokus der Diskussion. Eine alternde Gesellschaft tut gut daran, Gesundheitsförderung Älterer in Angriff zu nehmen – nicht nur aus ethischen Gründen, sondern auch aus volkswirtschaftlichen Überlegungen heraus. So ist etwa die Verbesserung der individuellen Leistungsfähigkeit für Ehrenamtlichkeit, erzieherische Aufgaben oder die Erhaltung der Fähigkeit der Selbstversorgung Älterer ein gesamtgesellschaftliches Anliegen.

Die Forschung stellt einen klaren „Zusammenhang vor allem mit den sozioökonomischen Determinanten gesundheitlicher Ungleichheit her: Geringe Bildung und ein niedriger sozioökonomischer Status (auch im Alter) mit einer geringen Lebenserwartung, mit der Prävalenz chronischer Krankheiten, mit subjektiver Gesundheit sowie mit der Zahl zu erarbeitenden Jahre bei guter Gesundheit.“ Ältere, die in einer schlechteren sozialökonomischen Situation – gemessen am Bildungsgrad – leben, weisen eine geringere Lebenserwartung auf. (Sammelband – Faire Chancen gesund zu altern; Fonds gesundes Österreich, 2018)

Vor diesem Hintergrund verstehen wir Gesundheitsförderung in diesem Projekt als Beitrag zur gesundheitlichen Chancengleichheit.

Setting: Aufgrund der vorhandenen Vernetzung des FAB in den Stadtgemeinden Kapfenberg und Bruck/Mur konnte von Beginn an die Wirtschaft zum Thema Ausstiegsmanagement und zur generellen Sensibilisierung dieses Themas involviert werden. Als informative Quelle haben wir auch eine EU-geförderte Studie der Fa. Sappi herangezogen, die in Großunternehmen das Ausstiegsmanagement für Senior*innen betrachtete. Leider wurde diese Aufbauarbeit (erste Präsentationen bei Betrieben) durch die Corona Pandemie wesentlich blockiert, da die wirtschaftlichen Herausforderungen die Betriebe existentiell gefordert haben und somit für dieses Thema wenig Raum gegeben war. Der niederschwellige Zugang zur Hauptzielgruppe (Senior*innen am Übergang zur Pension bzw. Menschen in der Pension) konnte aufgrund und mithilfe der vorhandenen Netzwerke für die Fokusgruppen gewonnen werden und die Fokusgruppen konnten erfolgreich umgesetzt werden. Der Zugang zur Hauptzielgruppe war insofern erschwert, da diese Zielgruppe (Generation) noch nicht in digitalen Kompetenzen versiert ist, kaum persönliche Begegnung stattfinden konnte und die allgemeine Verunsicherung sehr groß war.

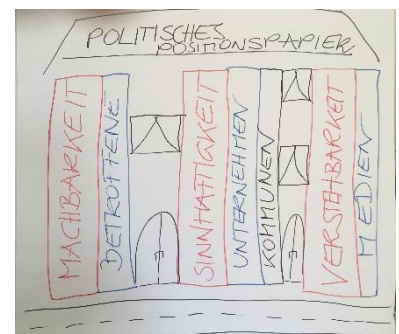
Aufgrund der Pandemie und der damit immer wieder verbundenen Änderungen unserer ursprünglich geplanten Aktivitäten bauten wir letztendlich das Drei Säulen-Modell auf, welches den roten Faden durch das Projekt darstellte und auch den vielen Lockdowns standhielt:

Der Aufbau des Projektes wurde auf drei Säulen gesetzt:

- ✓ Betroffene Senior*innen (Machbarkeit)
- ✓ Unternehmen/Kommunen (Sinnhaftigkeit)
- ✓ Medien (Verstehbarkeit) und Ergebnis(se):

Das Positionspapier steht für die Anliegen der betroffenen Senior*innen, der Leistungsfolder für unsere Senior*innen soll die Wertschätzung für die Diamanten (so nennen wir die Senior*innen)

verstärkt zum Ausdruck bringen. Als Multiplikator*innen sehen wir neben Kommunen und Vereinen auch die Senior*innen und die Pressearbeit mit deren Vertreter*innen.



Projektziele

Das übergeordnete Projektziel bestand darin, den Übergang vom Erwerbsleben in die Pension zu begleiten und im Zuge dessen Beratungsleistungen anzubieten, die geeignet sind, diesen Übergang für die Zielgruppe zu erleichtern bzw. auf die gravierenden Veränderungen in der Biografie vorzubereiten. Dabei stellen die Vorbereitung auf die geänderte Einkommenssituation (und im Besonderen jene von Frauen), die Förderung von Gesundheit und die Stärkung sozialer Beziehungen wesentliche Schwerpunkte dar.

Im Projekt sollten aber auch jene erfasst werden, die sich bereits in Pension befinden und von Altersarmut oder sozialer Isolation betroffen sind oder aus einem anderen Grund Interesse an unserem Projekt haben.

- Das Thema Altersarmut sollte zum Gegenstand öffentlicher Diskussion gemacht werden aber auch die Betroffenen selbst, sollten in die Diskussion miteinbezogen werden
- Aufzeigen finanzieller und anderer Unterstützungsmöglichkeiten der betroffenen Zielgruppe
- Stärkung des Selbstwertgefühls und Entkräftung des „Schamgefühls der Betroffenen“ durch Motivation zur Teilhabe an sozialen Netzwerken und aktiver Beteiligung am gesellschaftlichen Leben
- Stärkung der gesundheitsfördernden Kompetenzen der betroffenen Zielgruppe
- Soziale Netzwerke vor Ort stärken

3. Projektdurchführung

Die Planung der Aktivitäten, die wir in eine zeitliche Abfolge gegossen hatten, durchbrach die Pandemie mit den verschiedenen langen Lockdowns. So versuchten wir mit der Organisation der erlaubten Durchführungen so viel wie möglich abzuarbeiten, da wir mit den Senior*innen eine vulnerable Gruppe vorfanden, die sofort in die jeweiligen Schutzmaßnahmen fiel und wir daher immer schnell und flexibel reagieren mussten. Siehe tatsächlichen Ablaufplan im Vergleich zur eingereichten Planung.

Als ein Beispiel haben wir den geforderten Leistungskatalog für die Senior*innen an das Ende des Projektes gestellt, da nicht klar war, welche Angebote durch die Lockdowns aufrechterhalten werden konnten, bzw. war es für uns wichtig, die von uns neu gegründeten Netzwerke darin zu listen.

Das Projekt wurde wissenschaftlich von Frau Dr.ⁱⁿ Martina Schröck sowie Herrn Dr. Manfred Herbst betreut. Im Projekt waren zwei Aktivlots*innen eingesetzt, die sich durch hohe Fachkompetenz auszeichnen (diese älteren Mitarbeiter*innen waren schon bei den Karrierelotsinnen Obersteiermark Ost ein bewährtes Team und konnten 2019 die Auszeichnung als bestes Projekt des betreffenden Calls des Landes Steiermark entgegennehmen). Das wichtigste Ansinnen war natürlich, so schnell wie möglich viele Kooperations- und Netzwerkpartner*innen zu finden, um die einzelnen Säulen mit Leben füllen und umsetzen zu können.

Es wurden Netzwerkpartner*innen über das Projekt informiert, um möglichst breit zu vielen Betroffenen zu kommen, Präsentationen in den Gemeinden Kapfenberg und Bruck/Mur durchgeführt, das ece Kapfenberg als Kooperationspartner gewonnen, Einzeltermine vereinbart und mögliche Umsetzungspartner*innen für die unterschiedlichen Zeitspannen vorinformiert und ins Boot geholt. Allen Beteiligten und Unterstützer*innen ist ein großes Danke auszusprechen, wir fanden offene Türen und viel Begeisterung und Mithilfe bei der Umsetzung.

Unsere großartigen Netzwerkpartner*innen haben diesen Erfolg möglich gemacht: Die Gemeinden Kapfenberg & Bruck/Mur mit den jeweils Verantwortlichen, ISGS Kapfenberg & Bruck/Mur, ece Kapfenberg, die Teams von Highway TV mit ihren wertschätzenden Berichten, die Presseleute der Regionalmedien, die von uns ganz speziell serviciert wurden; natürlich unser FAB mit unserer Geschäftsfeldleiterin für Steiermark und Kärnten – Dr.ⁱⁿ Martina Schröck. Viele Stadtgemeinderät*innen, die Frauenbeauftragten der Stadtgemeinden, die Vertreterinnen der WKO Steiermark; Karriereguiding – eine Maßnahme für ältere Arbeitnehmer*innen; die Business Doctors. Unsere tollen Frauen in den Netzwerken und Projekten (wie z.B. Brucker Frauennetzwerk, Gesund älter werdenauch für mich!; Bewegte Nachbarn; Zeit & Hilfsbörse Bruck/Mur; Talentenetzwerk Oststeiermark; Bündnis0803, das Netzwerk FELIN, das Katholische Bildungswerk, die AMS Regionalstellen in Bruck/Mur und Mürzzuschlag, die Gleichstellungsbeauftragte des AMS in Graz, das Frauengesundheitszentrum in Graz; viele Vereine; die Volkshilfe) und natürlich die RA 17 Land Steiermark – Frau Mag.^a Binder – und Frau Mag.^a Dürnitzhofer vom FGÖ – und alle Männer und Frauen, die uns in den Gesprächen ihr Vertrauen und ihre Expertise schenkten.

Leider waren uns durch die Lockdowns nicht alle der geplanten persönlichen Termine und Veranstaltungen möglich. An der Umsetzung der bisherigen Vorschläge für die Wirtschaft (Chatty Chairs, Plauderkassa, Mitarbeiter*innen auf Standby für die regulären Teams und damit unterstützend Vereinbarkeit Familie und Beruf) konnte nicht vertiefend gearbeitet werden, da die Unternehmer*innen durch die Pandemie Existenzsorgen haben und hatten; dem Thema eines gelungenen Ausstiegsmanagement waren sie jedoch nicht abgeneigt. Da die WKO diesen wichtigen Punkt auch auf ihrer Agenda hat, müssen weitere Überlegungen angestellt werden. Um die Wichtigkeit des betrieblichen Ausstiegsmanagement trotz der post-coronalen Herausforderungen in die Öffentlichkeit und Wirtschaft zu tragen, konnten sich die Aktivlotsinnen beim Symposium „Generationengerechte Arbeitswelten“ in Bruck/Mur gut positionieren und mit der Review dieser 2-tägigen Veranstaltung eine nachhaltige Verbreitung dieses Themas gewährleisten.

Ein wichtiges Positionspapier für die weitere politische Arbeit konnte übergreifend erstellt und abgeleitet werden. Die Erstellung des „Leistungskataloges“ = Erfassung aller möglichen Hilfs- und Auskunftsstellen für Betroffene im Raum Kapfenberg und Bruck/Mur konnte für beide Stadtgemeinden umgesetzt und finalisiert werden. Dieser Folder wurde an das Laufzeitende des Projektes gestellt, da er während der Lockdowns mit wechselnden Angeboten keinen Sinn gemacht hätte (Ressourcenfrage).

Alle neu gegründeten Netzwerke gehen in die Nachhaltigkeit bzw. werden weitergeführt oder wieder eingerichtet und sind schon an die jeweiligen Netzwerkpartner*innen übergeben worden.

4. Evaluationskonzept

Wir haben intern im Team evaluiert und waren im regelmäßigen Austausch mit den jeweiligen Vertreter*innen der Gemeinden, daraus möchten wir gerne beim abschließenden Punkt zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen zwei Ergebnisse vorstellen. Der regelmäßige Austausch war essenziell für die Projektarbeit. In vielen Projektstationen war es aufgrund der sich stetig ändernden und verunsichernden Covid 19 Maßnahmen erforderlich, eine flexible Anpassung bzw. Planänderung durchzuführen, um Erfolge zu erzielen. Dieser Teamaustausch ermöglichte auch das „lernende Erkennen und Agieren“ auf die herausfordernden Umstände. So wurde das gesamte Projekt ein in sich lernendes, stetig anpassendes System mit klaren Zielvorgaben.

Die wissenschaftliche Evaluierung erfolgte durch die Fokusgruppenuntersuchung. Diese Erfahrungen und Erkenntnisse trugen wesentlich zu den 4 wichtigsten Forderungen (Positionspapier) für die betroffene Zielgruppe „Menschen in Altersarmut im Alter“ bei. Gerade die Erkenntnisse aus der Fokusgruppenarbeit verstärkte das Bewusstsein, zum Handeln zu motivieren und bestätigte das Recht auf Mitsprache und somit Teilhabe der Expert*innen.

Schwerpunkte zur Stärkung gesundheitsfördernder Kompetenzen: Da dieses Thema bereits betreffend Bewegung und Ernährung gut ausgebaut bzw. in der Region bearbeitet wird (Bewegte Nachbarn, ISGS, Aktiv Coach, etc..) und wir aufgrund der Lockdowns nicht so viele Möglichkeiten hatten, mit dieser vulnerablen Gruppe zu arbeiten, ging es verstärkt um das Thema Einsamkeit, Weiterbildung und damit auch um digitales Wissen, um mit der Umwelt nicht nur über das Telefon in Kontakt zu treten. Unser Ansatz war daher die „Mentale Gesundheit“. Eine ganze Workshop-Reihe war geplant, jedoch konnten wir von geplanten 9 Workshops nur 3 zur mentalen Gesundheit umsetzen: Glück + Sexualität im Alter. Aufgrund der aktuellen Situation und der vielfachen Berichte über Themen der Einsamkeit, reagierten wir mit der Plauderhotline (Mo bis Do) schnell und flexibel und stellten so wie es möglich war, mit den digitalen Workshops und Weiterbildungsmaßnahmen wichtige Unterstützung und Ansprache zur Verfügung.

5. Projekt- und Evaluationsergebnisse

Das Ziel im Projekt war, Menschen vor und in der/die Pension zu begleiten und mit Unternehmen und Kommunen Strategien zur Vorbeugung von Altersarmut zu überlegen. Die Auseinandersetzung dieser Themen Pension, Alter, Armut im Alter, Gesundheit und Sinnstiftung im Kontext mit diesen Zielgruppen in und an die Öffentlichkeit zu bringen.

Das übergeordnete Projektziel bestand darin, den Übergang vom Erwerbsleben in die Pension zu begleiten und dabei Beratungsleistungen anzubieten, die geeignet sind, diesen

Übergang für die Zielgruppe zu erleichtern bzw. auf die gravierenden Veränderungen in der Biografie vorzubereiten. Dabei stellen die Vorbereitung auf die geänderte Einkommenssituation (im Besonderen jene von Frauen), die Förderung von Gesundheit und die Stärkung sozialer Beziehungen wesentliche Schwerpunkte dar.

Das Projekt wurde mehrmals adaptiert, da die Covid-Pandemie immer wieder zu Lockdowns führte und damit eine Unterbrechung und Neuorientierung notwendig machte. Es ist trotz dieser Kurskorrekturen gelungen, die festgesetzten Ziele zu erreichen und sogar zu übertreffen.

Altersarmut ist Gegenstand der öffentlichen Diskussion

Anzahl an Beiträge in öffentlichen Medien: 20 **Ergebnis: 35 Artikel** in Printmedien

Anzahl an öffentlichen Diskussionsveranstaltungen in der Zielregion: 5

Ergebnis: 28

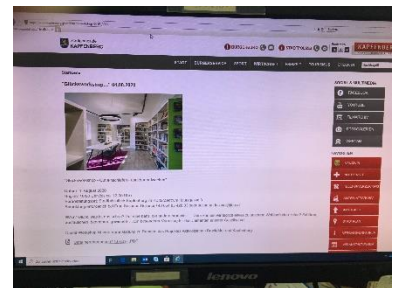
- 11 Präsentationen
- 10 Wirtschaftsfrühstücke
 - 2 Weltfrauentage 2020 – 2021 (Open Space „Altersarmut – Eigenverantwortung?“)
 - 4 Präsentationen im Unternehmernetzwerk BNI
 - 1 Unternehmerpräsentation im ECE Kapfenberg f. Mitgliedsbetriebe

Anzahl an Workshops und Vorträgen für Zielgruppe: 15

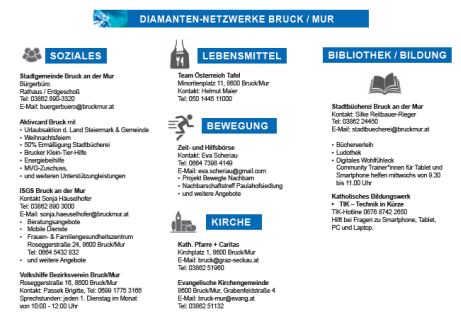
Ergebnis: 17



3 Workshops zum Thema
„Glück“ & „Sexualität im Alter“
(Gesundheit)
14 Digitale Weiterbildungen
für unsere **Diamanten**



Finanzielle und andere Unterstützungsmöglichkeiten für die Zielgruppe



Zielvorgabe:

Erstellung eines Kataloges an Unterstützungsmöglichkeiten & Veröffentlichung des Kataloges

Ergebnis: 1 Diamantennetzwerk-Folder für die Stadtgemeinde Kapfenberg (à 1.000 Stk.)

1 Diamantennetzwerk-Folder für die Stadtgemeinde Bruck/Mur (à 1.000 Stk.)

Übergabe an die Ressortverantwortlichen bei der Abschluss-enquete am 29.6.2021.



Fazit: die beiden Stadtgemeinden sind unterschiedlich organisiert und haben auch unterschiedliche Angebote. Vorausschauend haben wir zur leichteren Lesbarkeit somit die Piktogramme in den Foldern angewandt. Zudem sollte der Folder die konsumfreien Begegnungszonen aufzeigen; die Hilfsstellen nennen (ohne die soziale Bedürftigkeit in den Vordergrund zu stellen) und die Möglichkeiten der ehrenamtlichen Mitarbeit im Sinne der sozialen Inklusion und Sinnstiftung auflisten

Stärkung der gesundheitsfördernden Kompetenzen:

Zielvorgabe – Anzahl an gesundheitsfördernden Interventionen (Mentale Gesundheit, Zugang zur Wissensgesellschaft durch digitale Kompetenzvermittlung): 10

Ergebnis: 17

3 Workshops zum Thema „Glück“ & „Sexualität im Alter“ (Gesundheit)

14 Digitale Weiterbildungen für unsere Diamanten

Motivation zur Teilnahme an Netzwerken

Anzahl neu gegründeter Netzwerke: 2

Ergebnis: 4

- ece Tauschbörse
- Plauderhotline
- Community Trainer*innen für Kapfenberg und Bruck/Mur
- Tanzgruppe der „Brillianten“

Anzahl der Neuzugänge zu bestehenden Netzwerken: 50

Ergebnis: 60

| | |
|------------------------|----|
| Bewegte Nachbarn | 4 |
| ISGS + Sozialstellen | 20 |
| Kath. Bildungswerk | 30 |
| Stadtgemeinde Bruck | 3 |
| Brucker Frauennetzwerk | 2 |
| Steir.Bildungsnetzwerk | 1 |

Soziale Netzwerke vor Ort stärken:

Anzahl der Neuzugänge zu bestehenden Netzwerken: 50

Ergebnis: 76

| | |
|-------------------------|----|
| ece Tauschbörse | 15 |
| Plauderhotline | 30 |
| Community Trainer*innen | 16 |
| Tanzgruppe Brillianten | 15 |

2 Fokusgruppen

(wissenschaftliche Begleitung je 1 Gruppe VOR und IN der Pension)

1 Positionspapier

(Ergebnis der Fokusgruppen I und II, sowie Open space Weltfrauentag 2021)

137 Einzel- und Netzwerktermine

Gesamt betreut in div. Veranstaltungen: 218 Personen (davon 49 Männer)
davon Personen 50+: 144 Personen (davon 26 Männer)

Wichtige Unterstützer*innen der Plauderhotline waren die Sozialabteilungen der Gemeinden Kapfenberg und Bruck/Mur:

Plauderhotline: 30 Personen (wiederkehrend) – 19 Frauen und 11 Männer)



Für die DIAMANTEN unserer Gesellschaft wurde im Rahmen des Projektes Aktivlots*innen folgende Unterstützungsmöglichkeit **zusätzlich** ab 16.11.2020 eingerichtet. Ein Resultat für flexibles, angepasstes Projektlernen.

Sie leben alleine und möchten einfach nur plaudern?
Sie möchten sich darüber austauschen, wie es Ihnen

so geht mit all diesen Umständen, die wir in Österreich, in der Welt erleben. Dann rufen Sie uns an unter der „**PLAUDERHOTLINE**“.
Wir hören Ihnen zu und begleiten Sie durch diese herausfordernde Zeit!

Hierbei haben wir die Erfahrung gemacht, dass eine große Bewerbung der Hotline fest verankert werden muss. Die vulnerable Gruppe der Senior*innen war größtenteils weder digital ausgerüstet bzw. fit oder konnte auf die Homepage der Gemeinden zugreifen. Die Schaltungen in den Gemeindezeitungen und die Mundpropaganda waren die einzigen Instrumente der Öffentlichkeitsarbeit.

Die Hotline hat im Ergebnis die Angst vor der Einsamkeit und auch Ärger darüber gebracht, warum Andere bestimmen, was als Gefährdung und wann die Gefährdung für die Senior*innen gegeben ist. Ebenso wurde die teilweise widersprüchliche Berichterstattung über die Pandemie als Belastung empfunden.

Plauderhotline – Nachhaltigkeit:

Wurde an das ISGS in Kapfenberg und an die Tausch- und Hilfsbörse in Bruck in Absprache mit den Sozialabteilungen der Gemeinden übergeben; beide werden diese bei Bedarf als niederschwelliges Angebot ab Herbst weiterführen.

Tauschbörse: Mitglied in einem Netzwerk, wo man Talente und Zeit BARGELDLOS tauschen kann – nur mit Anmeldung

Kapfenberg: Tauschbörse im ECE Kapfenberg am Marktplatz (Probedurchlauf erfolgreich, offizieller Start durch Lockdown noch nicht möglich) – Treffpunkt jeden ersten Donnerstag im Monat von 16.00 – 19.00h.



Tauschen ist ein sinnvoller Trend. Um Ressourcen zu schonen und die gute alte Nachbarschaftshilfe wieder wach zu küssen, gibt es jetzt auch in Kapfenberg eine Tauschbörse. Susanna Dellanoi (Aktivlots*in Kapfenberg & Bruck/Mur) kooperierte dabei mit dem ece Kapfenberg – Centerleitung und startete am 1. Oktober die neue Initiative.

ece Tauschbörse Nachhaltigkeit:

Die Leiterin – Elisabeth Ulrich – wurde von der ece Geschäftsführung geringfügig für die Abwicklung angestellt; der Marktplatz wird unentgeltlich zur Verfügung gestellt. Wir haben die Vorarbeit für die Medien geleistet, auch Highway TV eingeschworen bei aufrechtem Betrieb einen Bericht zu gestalten. Die Entwicklung der Tauschbörse war eine tolle Zusammenarbeit mit dem ece, auch Frau Maria Prem vom Talentennetzwerk Oststeiermark war eine wertvolle Unterstützerin, die schnelle Umsetzung wäre sonst nicht möglich gewesen.

Community Trainer*innen und digitale Sprechstunden: betreuen die Stadtteile in Kapfenberg und Bruck/Mur bei Fragen zu Tablet und Smartphone in Zusammenarbeit mit dem KBW Katholischen Bildungswerk (Trainer*innen–Ausbildung)

10 Trainer*innen in Kapfenberg ausgebildet, Schnupperkurse, Einsteigerkurse, fixe Sprechstunden im Wohlfühladen Wohlfühladen Team Styria Kapfenberg – sowie Zugang zur Stadtbibliothek Kapfenberg mit kostenlosem Nutzen von Tablet und WLAN

6 Trainer*innen in Bruck/Mur ausgebildet, Schnupperkurse, fixe Sprechstunden in der Stadtbücherei Bruck

Das digitale Dorf:

Community Trainer*innen – digitale Sprechstunden – kostenfreie Tablet & WLAN Nutzung



Community Trainer*innen – Nachhaltigkeit:

Diese Netzwerke in Kapfenberg und Bruck/Mur werden immer besser angenommen. Wir haben drei Stellen mit kostenloser Nutzung von Tablet und WLAN einrichten können. Zwei in Kapfenberg in der Stadtbücherei Kapfenberg (1 Tablet von den Aktivlots*innen gespendet) und im Wohlfühladen Walfersam (Team Styria stellte gerne ein Tablet zur Verfügung). Es gibt fixe Sprechstunden als Hilfestellung bei Fragen, auch die TIK (Technik in Kürze)-Hotline des Katholischen Bildungswerkes wurde kommuniziert. In der Stadtbücherei Bruck/Mur wurden sogar 4 Tablets gespendet, sodass neben den Sprechstunden die Community Trainer*innen auch in Zukunft als „flying tablet Teams“ zu Hause schulen können. Ebenso ist ein Migrationsprojekt geplant, junge Flüchtlinge zu Community Trainer*innen auszubilden und sie damit in die Gemeinschaft zu integrieren. Auf diesem Netzwerk aufbauend gibt es noch viel intergenerativen Bedarf und Ideen zur Steigerung der Selbstwirksamkeit in Generationen. Ein Kurzkonzept (Caring4Generations) liegt direkt beim FGÖ auf und wurde im Rahmen des Projektcalls „Gesundheit für Generationen“ im Juni 2021 eingereicht.

Frauentanzgruppe „Brillianten“ als Interessentengemeinschaft in Kapfenberg:

Frauentanz- neues Netzwerk, vertiefend könnten sogar Tanzanleiter*innen ausgebildet werden. Treffen 1 x wöchentlich.

Maria Bauer zeichnet dafür verantwortlich und ist leidenschaftliche Trainerin und Choreografin. Vor allem die Gruppe der Line Dancer*innen zeichnet eine besondere Gruppendynamik aus, da hier keine Partner notwendig sind, es zählen der Spaß und die Gemeinschaft.



Tanzgruppe Brillianten – Nachhaltigkeit:

Die wunderbare eloquente Leiterin – Maria Bauer – wird die Tanzgruppen weiterführen und wir haben schon gemeinsam weitergedacht, mehrere Tanzbegeisterte aus den Gruppen als Tanzanleiter*innen auszubilden, damit sich bei Bedarf noch mehr Gruppen in den Stadtteilen in Kapfenberg bilden können. Auch wurde die Zusammenarbeit mit dem ISGS Kapfenberg intensiviert.

Alle neu gegründeten Netzwerke gehen in die Nachhaltigkeit bzw. werden weitergeführt oder wieder eingerichtet und sind schon an die jeweiligen Netzwerkpartner*innen übergeben worden.

Förderung gesundheitlicher Chancengerechtigkeit:

Alle Netzwerke bieten konsumfreie Begegnungszonen an, die wiederum Menschen im Alter dazu bewegen können, sich mit anderen zu vernetzen und auszutauschen. Weiterbildung sehen wir als Gesundheitsförderung und Kompetenz an und die regelmäßige, nachhaltige Begegnung und Wiederholung des Gelernten essenziell für die Qualität der Resultate. Der niederschwellige, regelmäßige Zugang zu Expert*innen, Vertrauensbildung, Einladung zur Mitsprache aber auch der Humor eröffnen Ansätze zu Lösungen, die bedarfsorientiert sind und durch Wertschätzung heilender Balsam zu sein scheint. Der intergenerative, wie zufällig entstandene Zugang z.B. bei den Community Trainer*innen lässt den „gesunden Austausch“ unter den Generationen entstehen. Jede Generation hat besondere Bedürfnisse und es gilt alte Bilder zu verändern, um neue, gesunde gemeinsam zu kreieren. Ein Geben und Nehmen als gesunde Basis scheint auch für eine Netzwerk – Beziehung die Nachhaltigkeit zu fördern.

Öffentlichkeitsarbeit: Es wurden zwei verschiedene Projektfolder aufgelegt – einmal für die Kundengruppe der Senior*innen und ein zweiter für Unternehmen und Gemeinden. Detto wurde das Roll Up für Präsentationen gedruckt und auch die Homepage finalisiert (diese beinhaltet auch den Veranstaltungskalender und die Möglichkeit der Berichterstattung). Berichte folgten auf der Homepage. Verschiedene Präsentationen (PPP) je nach Kundengruppe wurden erstellt.

4 Pressekonferenzen mit Berichtserstattung über Highway TV

Erste mögliche Pressekonferenz nach dem 1. Lockdown: PK in Kapfenberg am 7.10.2020

[FAB Aktivlots*innen unterstützen Menschen kurz vor und in der Pension. – News](#)

PK in Bruck/Mur am 07.10.20

[Pressekonferenz: Aktivlotsinnen informieren über die Potenziale des Ausstiegsmanagements – News \(fab.at\)](#)

PK in Bruck/Mur am 01.06.21

[Community Trainer*innen Bruck/Mur erhalten neue gesponserte Tablets – News \(fab.at\)](#)

[\(9\) Watch | Facebook](#)

PK in Kapfenberg am 29.06.21

[Abschlussenquete der FAB Aktivlots*innen – News \(9\) Facebook](#)

1 Großveranstaltung am Weltfrauentag (120 Teilnehmer*innen) 2020

1 Open-Space Veranstaltung: „Armut im Alter – Eigenverantwortung? Online 2021

[FAB Aktivlots*innen rufen zum Internationalen Frauentag auf – News](#)

Video AL mit Frauennetzwerk Bruck: [\(54\) Frauen-Netzwerk – Weniger ich. Mehr wir. – YouTube](#)

1 Projektpräsentation im Einkaufszentrum (ece Kapfenberg) für die Mitgliedsbetriebe im Haus

1 Info-Vormittag in Zusammenarbeit mit den Karrierelotsinnen für Besucher des ece Kapfenberg

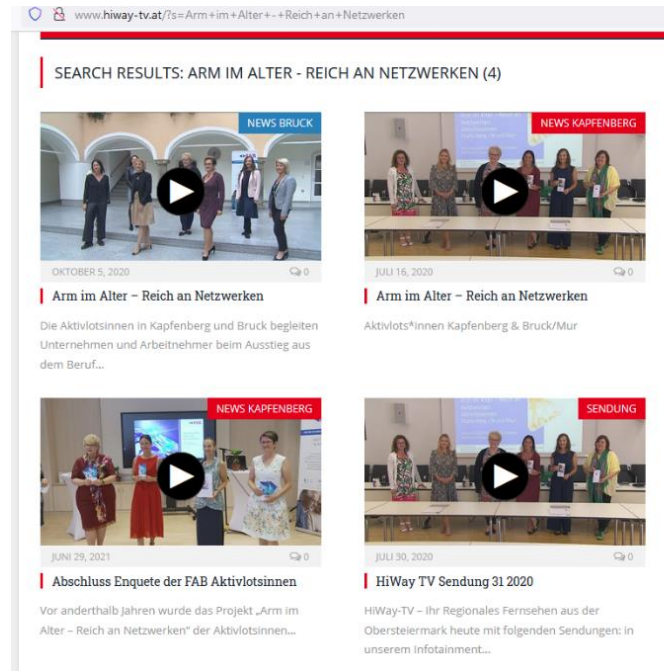
35 Presseberichte in verschiedenen Printmedien (z.B. Die Woche, Kronenzeitung, Kleine Zeitung regional Mürztal, Steirische Rundschau u.v.m.)

1 Symposium „Nutzen und Vorteile eines gelungenen Ausstiegsmanagement

[Das 8. Symposium der Business Doctors – Ein Highlight für die FAB Aktivlotsinnen. – News](#)

1 Wirtschaftsempfang als Co-Veranstalter mit Senior Gold im Festsaal Mürzzuschlag

[SENIOR QUALITY WIRTSCHAFTSEMPFANG: "Verlässlichkeit ist das Gebot der Stunde" – News \(fab.at\)](#)



Nutzung der neuen Medien: Facebook und LinkedIn, digitale Berichterstattung (online)

| | | | |
|------------|-------------------------------------|----------------|--------------|
| 16.07.2020 | Arm im Alter – Highway TV | 8.905 Aufrufe | You tube 80 |
| 05.10.2020 | Ausstiegsmanagement Highway TV | 6.846 Aufrufe | You tube 138 |
| 02.06.2021 | Tablets f. Brucker Senioren Highway | 4.041 Aufrufe | You tube 89 |
| 29.06.2021 | Abschlußenquete Highway TV | 2.945 Aufrufe | You tube 127 |
| 08.07.2021 | Zechner Frauenpreis Highway TV | 3.029 Aufrufe | You tube 9 |
| | | | |
| 30.06.2021 | Facebook A. Oswald + S. Dellanoi | 330 Zugriffe | |
| 30.06.2021 | LinkedIn S. Dellanoi | 1.427 Zugriffe | |
| 30.06.2021 | Share Point FAB Mitarbeiter*innen | 5.726 Zugriffe | |

6. Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen

Wir hatten eine Workshop-Reihe im Zyklus zu verschiedenen Themen geplant. Diese waren niederschwellig mit dem Konzept der Salutogenese verknüpft und konzipiert. Gerade einmal die ersten Workshops in Kapfenberg & Bruck/Mur konnten wir veranstalten, dann verhinderten die Lockdowns die weitere Umsetzung. Nach dem ersten Workshop in Kapfenberg baten wir die Teilnehmenden um ihre Wünsche für weitere Themen und dabei wurde eindeutig der Wunsch nach dem Thema „Sexualität im Alter“ zum Ausdruck gebracht. Die Senior*innen brachten damit auch das Thema Glück & Gesundheit des ersten Workshops in Verbindung. Diesem Ansinnen kamen wir gerne nach und schafften gerade kurz vor Projektende diesen Workshop mit einer sehr wertschätzenden wunderbaren Referentin (Barbara Fleck), die einen sehr berührenden, informativen Workshop hielt. Wir baten sie eingangs auch über das Thema Gesundheitsprävention zu sprechen und sie richtete den dringenden Appell an die Teilnehmer*innen Frauenarzt und Urologe fix einzuplanen. Sexualität im Alter wird anders gelebt als in anderen Lebensabschnitten und jede noch so zarte aber liebevolle Berührung und/oder Umarmung tut den Menschen gut und scheint die Menschen in ihrer Lebenskraft zu stärken. Bei den Grundbedürfnissen von Babys ist dies hinlänglich bekannt, bei älteren Menschen scheint dieses Bedürfnis von der Gesellschaft nicht akzeptiert zu werden. Der Humor war ebenfalls ein Booster in all den Workshops, der viele dazu anregte, sich zu öffnen und teilzuhaben. Nie war dieser Workshop „Sexualität im Alter“ peinlich, es herrschte eine sehr offene Stimmung und der Wunsch nach weiteren Vertiefungen dieses Themas konnten wir nur mehr an die jeweils Verantwortlichen der Gemeinden weiterleiten.

Das zweite Beispiel ist unser Positionspapier, welches wir aus den Ergebnissen der Fokusgruppen I (Menschen vor der Pension) und der Fokusgruppe II (Menschen in der Pension) samt der wissenschaftlichen Auswertung durch Dr.ⁱⁿ Martina Schröck und Dr. Manfred Herbst sowie der Open Space Veranstaltung zum Weltfrauentag 2021 (aufgrund des Lockdowns online) ableiten konnten. Die Auswertungen waren sehr interessant in Bezug auf die Reihung der Forderungen an die Politik. Wir legen diese Auswertungen diesem Bericht bei. Das Positionspapier wurde bei der Abschluss Enquete am 29.6.2021 an die jeweiligen politischen Vertreterinnen der Stadtgemeinden Kapfenberg & Bruck/Mur bei einer Pressekonferenz übergeben.

Die Fokusgruppen I und II wurden moderiert und entsprechende Fragenstellungen ausgearbeitet. Zur Einleitung der einzelnen Fragenblöcke wurden Filme gezeigt, um auch die Diskussionen entsprechend anzuregen. Es erfolgte je ein Tonbandprotokoll mit dem Einverständnis der Teilnehmenden, um den Datenschutz zu gewährleisten. Nach der Reinschrift wurde dieses gelöscht. Die Aktivlots*innen waren bei beiden Gruppen anwesend und konnten wertvolle Anregungen mitnehmen bzw. erhielten die Bestätigung für die geplanten Netzwerkgründungen und um damit auch die Nachhaltigkeit zu gewährleisten.

Die Open Space Veranstaltung anlässlich des Internationalen Frauentages wurde online durchgeführt und die interessierten Frauen konnten sich jederzeit einloggen. Dadurch entstand eine eigene Dynamik des Sprechens, des Zuhörens und der Teilhabe. Einmal war eine größere Gruppe im Netz, die sich austauschte, dann wieder konnten wir fast intime Einzelgespräche führen. Hier danken wir allen beteiligten Frauen ganz besonders, da es auch teilweise sehr private Einblicke zum Thema: „Armut im Alter – Eigenverantwortung?“

gab. Trotz der Online-Variante waren wir vom Output dieser Open Space Veranstaltung sehr angetan und können diese Form der Veranstaltung wärmstens weiterempfehlen. Beide Ergebnisse aus diesen Gesprächen mündeten in unser Positionspapier. Leider waren uns durch die Lockdowns nicht alle der geplanten persönlichen Termine und Veranstaltungen möglich. An der Umsetzung der bisherigen Vorschläge für die Wirtschaft (Chatty Chairs, Plauderkassa, Mitarbeiter*innen auf Standby für die regulären Teams und damit unterstützende Vereinbarkeit Familie und Beruf) konnte nicht vertiefend gearbeitet werden, da die Unternehmer*innen durch die Pandemie Existenzsorgen haben und hatten; dem Thema eines gelungenen Ausstiegsmanagement waren sie jedoch nicht abgeneigt. Da die WKO diesen wichtigen Punkt auch auf ihrer Agenda hat, müssen weitere Überlegungen angestellt werden.

Das Positionspapier wird die politische Arbeit an den Themen unserer Senior*innen in die Nachhaltigkeit bringen und die „Diamantenfolder“ werden ebenso nachhaltig wirken, da diese nicht nur Hilfsangebote sichtbar machen, sondern auch die Mitarbeit bei den diversen Anbietern aufzeigen und alles in „konsumfreien Zonen“ darstellen – d.h. die Senior*innen können ohne Geldeinsatz in die Gemeinschaften kommen und dort Austausch und Sinnstiftung erleben.

Alle neu gegründeten Netzwerke gehen in die Nachhaltigkeit bzw. werden weitergeführt oder wieder eingerichtet und sind schon an die jeweiligen Netzwerkpartner*innen übergeben worden.

Durch die Pandemie wurde höchste Flexibilität an alle Beteiligten gestellt. Dennoch gelang uns die Zielerreichung.

Begeistert waren wir von unseren Netzwerkpartner*innen, die uns viele Türen geöffnet haben und sich auch von unserer Begeisterung anstecken ließen. Wir erfuhren viel Wertschätzung und große Unterstützung und so danken wir allen Beteiligten, die uns vertrauten und sich offen austauschten und uns an ihrem Wissen beteiligten.

Gewünscht hätten wir uns ein Projekt ohne Pandemie, um alle Vorhaben in die Tat umsetzen zu können. Wir waren überrascht von der Aktualität dieses Themas, vor allem da wir zur Kenntnis nehmen mussten, dass Armut im Alter in der Prävention weit davor beginnen muss, und hier auch die Politik sehr gefordert ist. Wir haben Denkanstöße weitergegeben und politisch Verantwortliche unterstützt, um an diesem Themen weiterarbeiten zu können. Gedreht haben wir das Bild der „armen“ Senior*innen in unsere „Diamanten-Generation“, der ein gelungenes Ausstiegsmanagement aus der Arbeit zusteht. Clevere Firmen erkennen dies schon, da sich die Bevölkerungspyramide dreht und in absehbarer Zeit zu wenig Menschen für die Arbeit zur Verfügung stehen werden.

Und gesund alt zu werden, Sinnstiftung und Gemeinschaft zu erleben ist ein Gebot der Stunde – siehe die derzeit sehr emotionale Debatte um die Pflegereform. Unternehmen müssen lernen, altersgerechte Strukturen im Betrieb zu verankern.

An diesem Thema lohnt es sich unbedingt dranzubleiben!

Wir würden uns wünschen, ein gut aufbereitetes Projekt wie dieses mit Breitenwirkung in eine weitere Projektlaufzeit münden zu lassen. So viel wertvolle Arbeit wurde aufbereitet und nicht nur die Akteur*innen wissen, wie viel Arbeit noch zu tun ist, um gesund und würdevoll sein Leben im Alter verbringen zu können.