

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	3319
Projekttitle	gesUNDgemeinsam
Projektträger/in	SPES GmbH
Projektlaufzeit, Projektdauer in Monaten	1.3.2022 – 29.2.2024 (24 Monate)
Schwerpunktzielgruppe/n	60+
Erreichte Zielgruppengröße	3013 Personen von 61–75 Jahre, 1502 Personen von 75–90 Jahre, 204 Personen ab 91 Jahre; = 4719
Zentrale Kooperationspartner/innen	7 Gemeinden im Hansbergland
Autoren/Autorinnen	Mag. ^a Birgit Appelt, Mag. ^a Elisabeth Frommel
Emailadresse/n Ansprechpartner/innen	appelt@spes.co.at , frommel@spes.co.at
Weblink/Homepage	www.spes.co.at
Datum	29. Mai 2024

1. Kurzzusammenfassung

Stellen Sie Ihr Projekt im Umfang von maximal 2.200 Zeichen (inkl. Leerzeichen), gegliedert in zwei Abschnitte, dar:

- Projektbeschreibung (Projektbegründung, Zielsetzung, Setting/s und Zielgruppe/n, Geplante Aktivitäten und Methoden, Laufzeit, Zentrale Kooperationspartner/innen)
- Ergebnisse, Lernerfahrungen und Empfehlungen

Der demografische Wandel stellt Gemeinden und Regionen vor große Herausforderungen. Die zentrale Frage lautet: wie können Gemeinden zukünftig gesundes und würdevolles Altern für alle Generationen gewährleisten?

Das Projekt „gesUNDgemeinsam: Generationenrad. Partizipative Gesundheitsförderung für Generationen im Gemeindegemeinschaft“ hat sich zum Ziel gesetzt die Teilhabe von älteren Menschen zu stärken, eine Sorgeskultur „wir schauen aufeinander“ zu etablieren, Handelnde zu vernetzen und dadurch gesundes Altern zu fördern. Die sorgende Gemeinde entdeckt und sieht die Ressourcen der dort lebenden Menschen. Die Kompetenzen werden in die Gemeinschaft des Ortes eingebracht und dadurch soll die Einsamkeit verringert und die Selbstwirksamkeit und „das Gesehen werden“ erhöht werden.

Die 7 Gemeinden des Hansberglandes im Bezirk Rohrbach (OÖ) haben die Bedarfe mittels Befragung und aktivierenden Gesprächen erhoben. Viele Herausforderungen aber auch schon Lösungen zu den Herausforderungen wurden genannt. Die vor Ort etablierten Kernteams haben 37 verschiedene Initiativen und Aktivitäten aus diesen Ergebnissen heraus entwickelt, initiiert und umgesetzt. Diese Aktivitäten erfreuen sich einem unglaublich hohen Zuspruch.

Die Schulung der Kernteams und ehrenamtlichen Kümmerer hat sie dazu befähigt auch Menschen mit Demenz und ältere Menschen gut in die Aktivitäten einzubinden und mitzunehmen. Vereine haben ihr Angebot erweitert und den Bedürfnissen der Älteren angepasst. Eine „Haus zu Haus Hilfe“ soll älteren Menschen ermöglichen so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden bleiben zu können. Weiters können Frauen (mit geringer Pension) ein Zusatzeinkommen erwirtschaften.

In zwei großen Generationenfesten gab es Programm für Jung und Alt. Die Initiativen und Organisationen vor Ort haben sich präsentiert und ihre Angebote vorgestellt.

Die Partizipation aller Generationen ist ein Anliegen der Kernteams, die Ihre Aufgabe darin sehen die vielen Aktivitäten zu erhalten aber auch neue Bedarfe zu erkennen und weiter zu entwickeln.

Das Generationen-Rad gesUNDgemeinsam dreht sich in den sieben Gemeinden des Hansberglandes.

2. Projektkonzept

Beschreiben Sie

- welche Überlegungen zum Projekt geführt haben, welche Organisationen bzw. Partner/innen das Projekt entwickelt haben, ob und welche Anleihen Sie an allfälligen Vorbildprojekten oder Vorläuferprojekten genommen haben.
- Probleme, auf die das Projekt abgezielt und an welchen Gesundheitsdeterminanten (Einflussfaktoren auf Gesundheit) das Projekt angesetzt hat.
- das/die Setting/s in dem das Projekt abgewickelt wurde und welche Ausgangslage dort gegeben war.
- die Zielgruppe/n des Projekts (allfällige Differenzierung in primäre und sekundäre Zielgruppen – Multiplikatoren/Multiplikatorinnen etc.).
- die Zielsetzungen des Projekts – angestrebte Veränderungen, Wirkungen, strukturelle Verankerung.

Die SPES Zukunftsakademie begleitet seit ihrer Gründung 1987 Gemeinden und Regionen in Österreich. Im Fokus stehen die Engpässe und Herausforderungen im ländlichen Raum. Mit den Bürgerinnen und Bürgern vor Ort werden gemeinsam Lösungen entwickelt. Das gute Zusammenleben und die Verbesserung der Lebensqualität stehen dabei stets im Mittelpunkt. Der demografische Wandel mit seinen Begleiterscheinungen ist in den letzten Jahren zunehmend im kommunalen Setting spürbar und angekommen. „Wohnen und Leben im Alter“ ist seit vielen Jahren ein wichtiger Themenbereich der SPES Zukunftsakademie, der die Gründung des ersten Zeitbankvereins 2006 ebenso umfasst wie Entwicklung und Aufgaben von Seniorenbetreuungs- und Begegnungsstätten in den Gemeinden Schönau oder St. Johann am Wimberg. Vorläuferprojekte waren auch das Leader-Projekt „Wohnen mit Service“ mit 17 Gemeinden und das Erasmus+ Projekt „ICT – the key in seniors hands to active and healthy life“ bei dem SPES Partnerorganisation war. Wissen und Erfahrungen zur kommunalen Gesundheitsförderung hat die SPES Zukunftsakademie in den letzten zehn Jahren über die vom FGÖ geförderten Projekte wie „Sicher bewegt“ und „Aktiv bewegt“ und „Gesunde Nachbarschaft mit FamilienpatInnen“ erworben und vertieft. Auch die Lernerfahrungen aus anderen FGÖ geförderte Projekten im Bereich „Auf gesunde Nachbarschaft“ aus Vorarlberg, der Steiermark und Niederösterreich flossen in die Konzeption des vorliegenden Projektes ein. International hat uns vor allem die Idee der „Community Connectors“ aus Großbritannien als ganzheitlichen und personenzentrierten Ansatz besonders beeindruckt.

Das Projekt „GesUNDgemeinsam – Das Generationenrad“ geht auf Herausforderungen ein, die mit dem demografischen Wandel in ländlichen Gemeinden verbunden sind: die Vereinsamung von älteren Menschen, die nicht zur Last fallen wollen und sich zurückziehen. Die Menschen leben zwar länger, aber nicht zwangsläufig bei guter Gesundheit. Einsamkeit macht erwiesenermaßen krank und erhöht auch das Sterberisiko. Die Vereinsamung wird durch die zunehmende Einschränkung der Mobilität verstärkt, Besuche bei Familie und Freunden werden weniger, für Arzt- und Apothekenbesuche oder den Einkauf sind ältere Menschen oftmals auf Hilfe angewiesen. In kleineren, ländlichen Gemeinden gibt es immer weniger Möglichkeiten sich zu treffen. Geschäfte und Gasthäuser im Ortszentrum sperren zu. Ab 75 Jahren ziehen sich die Menschen aus den Vereinen zurück und verlieren damit zudem wichtige soziale Kontakte. Frauen erhalten aufgrund weniger Verdienstmöglichkeiten am Land, geringerer Einkommen, aber auch traditioneller Rollenbilder im Alter sehr niedrige Renten. Sie können sich daher Veranstaltungen, kostenpflichtige Gesundheitsangebote oder Seniorenreisen kaum leisten und ziehen sich daher aufgrund der Altersarmut zurück. Eine weitere Herausforderung ist die Gesundheitskompetenz, wo sich hinsichtlich gesundes Altern einige Lücken auftun: Bewegung und Ernährung oder Erkennen und Umgang mit Demenz und schließlich auch der soziale Zusammenhalt sind wichtige Pfeiler der Gesundheit, die alltagsnah und sehr praktisch vermittelt werden müssen.

Das Projekt „GesUNDgemeinsam – Das Generationenrad“ ist im kommunalen und regionalen Setting in der Region Hansbergland im Oberen Mühlviertel angesiedelt. Acht Gemeinden sind in der Region beheimatet, die eine gute Zusammenarbeit pflegen und auch Mitglieder des Vereins Hansbergland sind. Die kleinste Gemeinde Auberg sah ihre Ressourcen durch das Projekt überfordert, die sieben Gemeinden Helfenberg, Niederwaldkirchen, St. Johann am Wimberg, St. Stefan-Afiesl, St. Ulrich im Mühlkreis und St. Veit im Mühlkreis nahmen daran teil. In der Region Hansbergland leben 9.700 Einwohner:innen (Stand 2020), aktuell sind 1.570 Personen älter als 65 Jahre, das entspricht einem Anteil von 16,17% an der Gesamtbevölkerung. Prognosen gehen davon aus, dass die Gruppe der über 65jährigen in der Pilotregion bis zum Jahr 2030 um 32,9% anwachsen wird, auf absolut 2.087 Personen. Die „Überalterung“ schreitet in dieser Region unverhältnismäßig schnell voran. Der Anteil der Pflegegeldbezieher liegt im österreichischen Mittel, doch gibt es im Bezirk Rohrbach weniger stationäre Pflegeplätze pro Person und keine Plätze für Betreutes Wohnen. Gleichzeitig wohnt ein Drittel der Einwohner:innen des Bezirks Rohrbach über 65 Jahren alleine im Haushalt. Auffallend hoch ist der Wert der Patient:innen über 65 Jahren im Bezirk Rohrbach mit mindestens einem stationären Aufenthalt, die an einer Demenzerkrankung oder psychischen Störung leiden. Erfreulich ist, dass nur wenige Bewohner:innen im Alter ab 15 Jahren ihren

Gesundheitszustand als schlecht einschätzten und auch die Bewegungsempfehlungen überdurchschnittlich gut erfüllt werden.

Primäre Zielgruppen waren ältere Menschen ab 60 Jahren, im Lebensalter von 60–75 Jahren, 76–90 Jahren und die Hochbetagten ab 90 Jahren. Die jüngeren in dieser Altersgruppe sind meistens noch sehr aktiv und möchten gerne am gesellschaftlichen Leben teilhaben und mitgestalten. Sie bringen viele Kompetenzen und viel Lebenserfahrung mit. Die Menschen im 4. Lebensalter ab 76 Jahren erleben erste körperliche Einschränkungen, oftmals auch Krankheit oder Verlust des Lebenspartners, sie ziehen sich aus den Vereinen zurück und sind daher gefährdet sich zurückzuziehen und zu vereinsamen. Auf zwei vulnerable Gruppen, jene der armutsgefährdeten und armutsbetroffenen Frauen und jene die krankheitsbedingt sozial isolierten, einsamen Menschen sollte besonderes Augenmerk gelegt werden. Freiwillige aus allen Gruppen zu gewinnen, die einen Beitrag für die Generationenfreundlichkeit einbringen wollten, waren eine weitere wichtige Zielgruppe. Schließlich sollte die gesamte Bevölkerung sensibilisiert und informiert werden zum Thema Gesundes Altern. Sekundäre Zielgruppe waren die Stakeholder, vor allem jene aus der Politik, aber auch aus der Verwaltung, aus dem Gesundheitsbereich und andere relevanten Stakeholder in der Region.

Ziel war die Schaffung einer generationenfreundlichen Region, mit der Stärkung der Teilhabe und Partizipation aller Generationen, der Schaffung einer Sorgeskultur, der Förderung gesunden Alters und der Vernetzung der bestehenden Initiativen und Angebote. Letztendlich sollte lebendige sorgende Netzwerke entstehen in der Region, die spürbar und erlebbar ist für die Bevölkerung.

3. Projektdurchführung

Beschreiben Sie

- welche Aktivitäten und Methoden in welchem zeitlichen Ablauf umgesetzt wurden.
- die Projektgremien/-strukturen und die Rollenverteilung im Projekt.
- umgesetzte Vernetzungen und Kooperationen.
- allfällige Veränderungen/Anpassungen des Projektkonzeptes, der Projektstruktur und des Projektablaufes inkl. Begründung.

Im Projekt gesUNDgemeinsam Generationenrad wurde im März 2022 bei einer Sitzung der Bürgermeister der 8 Hansberglandgemeinden, Helfenberg, Niederwaldkirchen, St. Johann am Wimberg, St. Peter am Wimberg, St. Stefan-Afiesl, St. Ulrich im Mühlkries, St. Veit im Mühlkreis und Auberg, das Projekt präsentiert und die endgültige Zustimmung der Bürgermeister zum Projekt eingeholt. Sieben Gemeinden haben dem Projekt zugestimmt außer der Bürgermeister der kleinen Gemeinde Auberg (mit 590 Einwohner:innen) hat die Zustimmung zum Projekt nicht erteilt und war dann nicht Teil dieses Projektes.

In jeder der 7 Gemeinden wurde jeweils ein **Kernteam** eingerichtet. Die 7 Kernteams bestehen aus 4–8 Personen, die sich folgendermaßen zusammensetzen: eine Kernteamleiterin/einen Kernteamleiter, Kernteammitarbeiter, eine Mitarbeiterin/ein Mitarbeiter aus dem Gemeindeamt und der jeweilige Bürgermeister. Es wurden in regelmäßigen Abständen von etwa 2 Monaten ein gemeinsames, gemeindeübergreifendes Kernteamtreffen (insgesamt 12 Kernteamtreffen) abgehalten wo die einzelnen Schritte, Aktivitäten und Interventionen des Projektes geplant wurden. Es waren 8 Kernteamtreffen geplant, durchgeführt wurden dann 12 gemeindeübergreifende Kernteamtreffen und 7 kleine Kernteamtreffen in den einzelnen Gemeinden. Die regelmäßigen Kernteamtreffen haben sich als zentraler Dreh- und Angelpunkt herauskristallisiert über die alle Projektschritte in den Gemeinden gelaufen sind. Bei den Treffen waren zwischen 15–20 Personen anwesend. Nach jedem Treffen gab es ein Protokoll mit den besprochenen Inhalten und den ToDos. Erstaunlich war die Wirkung von den Fortschrittsberichten aus den einzelnen Gemeinden, immer haben sich die anderen Gemeinden Motivation und Ideen mitgenommen.

Im März haben wir den Leitfaden für die **aktivierende Befragung** und den **Fragebogen** erstellt. Mit dem Kernteam wurde der Fragebogen überarbeitet und die Verteilung der Fragebögen in den jeweiligen Gemeinden vereinbart. In der Gemeinde St. Stefan-Afiesl sind die Senior:innen digital gut trainiert, dort sind die Fragebögen hauptsächlich online ausgefüllt worden. In den anderen Gemeinden wurden die Fragebögen ebenfalls Online aber auch in Papierform persönlich oder über die Nahversorger, Bäcker, bzw. Ärzte an die Personen verteilt. Der Rücklauf der 580 Fragebögen entsprach unseren Erwartungen. Jede Gemeinde hat eine Liste mit den wichtigsten Personen erstellt, die mit älteren Menschen in der Gemeinde zu tun haben, von der Pfarre, über Seniorenverbänden, Vereinen, aktiven Privatpersonen. Aus dieser Liste wurden uns die Personen genannt, die wir mit einem aktivierenden Gespräch aufgesucht haben. Die Ergebnisse aus den Gesprächen und der Fragebogenerhebung haben uns als Projektleitung und den Kernteams eine sehr gute Grundlage geliefert und einen guten Einblick in die jeweiligen Gegebenheiten der Gemeinde erlaubt. Die Ergebnisse sind in einem umfangreichen Bericht eingeflossen. Wir haben uns in den Kernteams immer wieder auf die Befragungsergebnisse bezogen, also Wünsche und Ideen aus den Befragungen wurden umgesetzt. Ganz wichtig war auch die Liste der Personen, die sich namentlich genannt haben, dass Sie gerne mithelfen. Diese Personen sind bei Hausbesuchen, Veranstaltungen, Aktivitäten als Helfer:innen eingebunden worden.

Die **Ergebnisse der Fragebogenbefragungen** und aus den aktivierenden Gesprächen wurden beim großen Kernteam und bei den Bürgermeistern präsentiert und weitere Schritte diskutiert. Jedes Gemeinde-Kernteam hat die allgemeinen Ergebnisse und die Ergebnisse für die eigene Gemeinde erhalten. Schwerpunkte für Aktivitäten für jede Gemeinde haben sich aus den Ergebnissen gut abgezeichnet.

Bereits im März 2022 wurden erste Vorbereitungen für das **Curriculum zur Schulung** getätigt. Festlegen der Inhalte mit Abstimmung im Kernteam, Recherche zu Referentinnen und Referenten, Festlegen der Referenten, Organisation der Termine und Örtlichkeiten. Gestaltung, Druck, Verteilung der Einladung zur Schulung. Bewerbung über Medien, Netzwerke in den Gemeinden und über die Kernteams.

Durchführung der Schulung: Es wurden insgesamt 8 Module mit je 6 Unterrichtseinheiten ab September 2022 durchgeführt. Die Module wurden äußerst gut besucht. Wir = SPES haben unsere Teilnehmer:innenzahl von 20 Personen Maximum sehr oft überschritten und waren teilweise bis zu 28 Teilnehmer:innen pro Modul. Es waren eigentlich 3 Module zu je 2 Tagen geplant. Wir haben 8 Module zu je einem Tag dann durchgeführt. Der Erste Hilfe Kurs für Ältere und Humor im Alter haben wir dann auf Wunsch der Kursteilnehmer:innen und des Kernteams hinzugefügt. Dadurch kam es zu einer etwas längeren Schulungszeit. Das Voll-Zertifikat (diese Personen haben 6-8 Module absolviert) wurde an insgesamt 15 Personen überreicht. 17 Personen haben Teilzertifikate überreicht bekommen (diese Personen haben 1-4 Module absolviert). Insgesamt haben wir also 42 Personen mit der Schulung erreicht. Jede:r Teilnehmer:in hat eine ausführliche, gebundene Schulungsunterlage erhalten.

Inhalte der Schulung sind:

Senior:innen im Mittelpunkt mit der Montessori-Geragogin Maria Hutterer

Fürsorge beginnt bei mir selbst mit Anton Stejskal, MSc

Erste Hilfe-Unterweisung für Notfälle mit Jutta Rabeder vom Roten Kreuz

Hausbesuche mit der Quartiersmanagerin Ulrike Ganslmeier

Kommunikation mit Menschen mit Demenz mit Gerlinde Arnreiter

Rechtliche Grundlagen der Freiwilligenarbeit mit dem Richter Dr. Bernhard Prommegger

Der letzte Hilfskurs – weil der Tod ein Thema ist mit dem Thanotologen Dr. Martin Prein

Digi-Helfer:in – Computer, Handy&Co leicht erklärt mit Bernhard Prokop

Sturzprophylaxe – wie Unsicherheiten meistern mit Mag. Harald Jansenberger

Smile – das Leben ist manchmal schwer genug mit Michael Trybek

Die Schulung war ein voller Erfolg und die Teilnehmer:innen haben wiederholt geäußert, dass sie sehr viel gelernt haben, Sicherheit beim Besuch von Älteren erhalten haben und der Austausch mit den anderen aus der eigenen Gemeinde und den anderen Gemeinden sehr motiviert war.

Einsatz der Community Connectors: Die Kernteams „gesUNDgemeinsam Generationenrad“ in den jeweiligen Gemeinden haben alle mit der Erstellung eines Notfallkarterls gestartet. Das Notfallkarterl ist ein buntes A6 Kärtchen auf dem alle wichtigen Ansprechpersonen inkl. den Kontaktdaten angeführt sind. Folgende Ansprechpersonen, die älteren Personen vor Ort zur Verfügung stehen, wurden angeführt: Die Notrufnummern von Rettung, Polizei, Feuerwehr; eine Ansprechperson am Gemeindeamt, das Kernteam „gesUNDgemeinsam Generationenrad“, mobiles Hospiz, Essen auf Rädern, Seniorenverbände, Besuchsdienste und Ansprechpersonen aus der Pfarre, Fahrdienste, bzw. Taxidienste, SelbA Seniorenturnen, Tagesbetreuung für Ältere, Community Nurse, Pflegehotline, Sozialberatungsstelle, Ärzte, Rotes Kreuz. Die Notfallkärtchen haben sich zu Dauerbrennern und vor allem zu Türöffnern bei Hausbesuchen und Nachbarschaftsgesprächen entwickelt. Sie sind aber auch schon bei familiären Notfällen in Einsatz gekommen.

Die Notfallkarte wurde auf verschiedenen Wegen in Umlauf gebracht: in den Gemeindezeitungen wurde darauf hingewiesen, auf den Gemeindeämtern, bei den Ärzten und beim Nahversorger wurden die Notfallkarterl aufgelegt. In der Gemeinde Helfenberg wurde jeder einzelne Haushalt besucht und das Kärtchen persönlich verteilt. Das Kernteam in Helfenberg besteht aus 5 Personen, die 15 weitere Personen an der Hand haben. Niederwaldkirchen und St. Peter haben Ältere ab 65 Jahre besucht und das Notfallkärtchen persönlich verteilt. Dabei wurden erste Gespräche geführt, über das Projekt „gesUNDgemeinsam Generationenrad“ informiert, das Kernteam vorgestellt, Bedürfnisse und Anliegen der Älteren eruiert, bereits erste Angebote des Kernteams beworben. In den Gemeinden St. Veit, St. Johann, St. Ulrich, St. Stefan-Afiesl wurden die Kärtchen aufgelegt und bei spezifischen Gruppen ausgeteilt. In Niederwaldkirchen und St. Stefan-Afiesl gibt es eine Community Nurse, die das Notfallkärtchen sehr gerne bei Ihren Hausbesuchen verteilt. Ein weiterer Nebeneffekt des Notfallkärtchens ist das Bewusstsein für die verschiedenen Player und bereits vorhandenen Angebote vor Ort.

Die **Zeittauschbörse** im Hansbergländ ist zurzeit nicht aktiv und ist auch während des Projektverlaufes nicht aktiviert worden. Wir hatten mit Rosa Pöchtrager der ehemaligen Zeitbank-Leiterin viel Kontakt, Sie hat die Schulung absolviert und sich im Kernteam St. Peter/ St. Ulrich eingebracht. Da Sie aber schon hochbetagter ist, hat sie die Leitung zurückgelegt und die Zeitbank nicht weitergeführt. Ersatz hat sich nicht gefunden. Die Zeitbank wird gerade von der SPES Zukunftsakademie überarbeitet und auf alle Generationen erweitert. So gibt es Möglichkeiten für Beeinträchtigte, junge Erwachsene, Familien mit Kindern. Da sich über das Projekt „gesUNDgemeinsam Generationenrad“ so viele Aktivitäten entwickelt haben, ist die Aktivierung der Zeitbank nicht vorangeschritten. Aber es gibt Überlegungen dies in nächster Zukunft anzugehen.

Zuverdienstbörse

In der Gemeinde Niederwaldkirchen wurde in der Gemeindezeitung eine Befragung zum Bedarf einer „Haus zu Haus Hilfe“ gestartet. Es haben sich 7 Menschen zurückgemeldet, die Bedarf angemeldet haben. Daraufhin gab es ein Treffen mit Bürgermeister, Gemeinde, Gemeinderätin und Ausschussobfrau und den Seniorenverbänden. Erste Schritte wurden vereinbart: Gründung eines Vereines, eine Mitarbeiterin in der Gemeinde ist zuständig, die Familienausschussobfrau und Kernteamleiterin „gesUNDgemeinsam Generationenrad“ übernimmt die Leitung.

Das Ziel ist, dass ältere Mitbürger:innen solange wie möglich in den eigenen 4 Wänden wohnen bleiben können. "Geh nicht fort, leb im Ort". Diese Bürger:innen sollen die Möglichkeit haben sich Unterstützung vor Ort zu holen. Bei der „Haus zu Haus Hilfe“. Es gibt einen Pool an Personen, die Alltagshilfe (Putzen, Kochen, Einkaufen gehen, im Haushalt helfen) anbieten. Diese Alltagshelfer:innen sind Personen, die sich etwas dazu verdienen können, was vor allem Frauen mit niedriger Pension zu Gute kommen kann.

Niederwaldkirchen möchte als erste Gemeindepilothaft diese „Haus zu Haus Hilfe“ aufbauen.

Es wurden bereits folgende Unterlagen von der SPES Zukunftsakademie erstellt.

▶ **Bewerbungsfragebogen HelferInnen**

Nach Sichtung und Auswertung des Bewerbungsfragebogens wird – bei positiver Einschätzung – ein Gesprächstermin zwischen zwei KoordinatorInnen und Bewerber:in vereinbart. Ziel ist es, einen persönlichen Eindruck im Gespräch zu bekommen und eventuell vorhandene Unklarheiten, zu klären. Nach dem Gespräch entscheiden die KoordinatorInnen, ob der/die Bewerber:in zu- oder abgesagt wird und teilen dies der/dem Bewerber:in mit. Bewerbungsfragebogen wurde bereits erstellt.

▶ **Vereinbarung Helfer:in**

Liegt eine einwandfreie Strafregisterbescheinigung vor, wird die/der Bewerber:in zur Schulung angemeldet. Kurze Schulungseinheit ist wichtig!!! Vereinbarungsschreiben wurde bereits erstellt. Nach der Schulung wird die Einsatzvereinbarung von der Helferin/dem Helfer unterzeichnet.

▶ **Gespräch mit Kundin/Kunde**

Bei diesem Gespräch wird zwischen Koordinatorin und Kundin/Kunde (Menschen, die Hilfe benötigen) geklärt was gewünscht ist und wie der Einsatz gestaltet wird. Gesprächsleitfaden wurde erstellt.

▶ **Vereinbarung Haus zu Haus Einsatz zwischen Kunde, Helfer und Koordinator – siehe Unterlagen**
Mit Abschluss der Schulung und dem Erhalt des Zertifikats wird mit der „Haus zu Haus Hilfe“ eine Vereinbarung über die Mitarbeit als freiwillig tätige Helfer/in getroffen. Vereinbarungsvorlage wurde erstellt.

Darin werden neben dem Aufgabenbereich, Einsatzdauer und -ort auch die Rahmenbedingungen der Zusammenarbeit sowie Informationen über die Versicherung und Datenschutz, Höhe und Art der Aufwandsentschädigung geklärt und gegeben.

▶ **Versicherung Schutzschirm für Ehrenamtliche** liegt noch nicht aktuell vor, wird aber daran gearbeitet.

Dieser Jobbörse zur „Haus zu Haus Hilfe“ kommt die neue gesetzliche Änderung von 2024 zu Gute. Vereinsmitglieder können eine Aufwandsentschädigung von bis zu 3.000,- pro Jahr Steuerfrei erhalten.

Umsetzung der intergenerativen Projekte

Aus den Befragungen, aktivierenden Gesprächen und den Kernteams aus den Gemeinden sind eine Fülle von Ideen aufgetaucht. Die Kernteams haben die vielen Ideen gesichtet und bewertet und verschiedene Projekte dann umgesetzt. So hat jede der 7 Gemeinden eigene Ideen entwickelt und verschiedenes initiiert.

Der Mittagstisch wurde von der **Gemeinde Helfenberg** vorbildlich umgesetzt und ist Dreh- und Angelpunkt für das Projekt in Helfenberg, hier können Wünsche geäußert werden und Bedürfnisse artikuliert werden. Das Kernteam findet immer eine Lösung und setzt sehr rasch um:

Erstellung einer Notrufnummernkarte, die u.a. auch das Generationenrad-Kernteam beinhalten, und an alle! Haushalte (über 600 Haushalte) persönlich ausgetragen wurden.

Seit Oktober 2022 gibt es den monatlichen „Gemeinsamen Mittagstisch“, zu dem sehr persönlich über Hausbesuche (u.a. beim Gottesdienst) eingeladen wird. Für jeden Gast gibt es Bierdeckel mit Namen und Telefonnummer des Kernteams zwecks Organisation eines Fahrdienstes.

Die Idee dahinter ist, sich einmal im Monat zu einem gemütlichen gemeinsamen Mittagessen zu treffen, um

- soziale Kontakte zu pflegen
- Informationen auszutauschen
- Informationen zu übermitteln
- das Miteinander zu erleben
- Hilfe/Unterstützung anzubieten
- zwanglose Unterhaltung zu ermöglichen

Sorgen und Ängste zu teilen
Gleichgesinnte zu treffen
andere Ansprechpartner als nur die Katze zu haben.

Der „Gemeinsame Mittagstisch“ dient als Informationsdrehscheibe zwischen Bevölkerung und Gemeinde und eignet sich auch als Plattform für Organisationen und Vereine zur Bewerbung von Aktivitäten. Es wurden von Oktober 2022 bis Februar 2024 in Summe 1048 Personen begrüßt, das ergibt im Schnitt 65 Personen pro Mittagstisch. So bietet z.B. die Bücherei Helfenberg eine Auswahl mitgebrachter Bücher zum Ausleihen an, die „Bibliothek to go“. Der SHV (Sozialhilfverband) hat sich bei einem Mittagstisch präsentiert, weitere Organisationen werden zum Mittagstisch eingeladen und können sich vorstellen. Das persönliche Kennenlernen der Mitarbeiter:innen senkt die Hemmungen sich Hilfestellungen und Informationen direkt bei den Institutionen und Organisationen abzuholen.

Seit März 2023 wird vor den monatlichen „Gemeinsamen Mittagstischen“ eine Sessलगymnastik angeboten, an der 18 Personen teilnehmen. Körperliche und geistige Fitness und viel Spass für jeden auch für Hochbetagte wird hier großgeschrieben.

Nach Wunsch der Mittagstischgäste gibt es seit Januar 2024 das nachmittägliche ebenfalls monatliche Treffen „Zeit nehma – zsam kema“ Bei der ersten Zusammenkunft wurden alte Fotos (ab 1933 ...) zum Thema „Fasching in Helfenberg“ mittels Powerpoint präsentiert. Bei Kaffee und Kuchen wurde viel getratscht, gelacht und diskutiert. Es gibt bereits unzählige Ideen für die Gestaltung der nächsten Treffen: spielen, singen, erzählen, Sessलगymnastik, Gedächtnistraining ... Aber vor allem möchte das Kernteam eines erreichen: einen gemütlichen und stressfreien Nachmittag ohne Zwang und immer fixem Programm. Wohin die Reise geht, wird sich herausstellen und das Kernteam wird darauf reagieren. Sie sind ja sehr flexibel und erkennen die Bedürfnisse der Älteren an.

Weiters wurde jetzt auch ein Tanzkurs „Tanz ab der Lebensmitte“ ins Leben gerufen. Seit September wird jede Woche 1,5Std. getanzt. Die Teilnehmerzahl steigt stetig an und liegt nun bei etwa 30 Personen.

Auf Wunsch der Älteren wurden und werden weiterhin verschiedenste Vorträge und Workshops angeboten. Der Vortrag "Vergesslich oder schon dement?" in Helfenberg – bei dem auch Personen aus den anderen Gemeinden teilnehmen konnten, hat mit 80 Teilnehmer:innen die Räumlichkeiten gefüllt.

Eine Bastelgruppe stellt zu verschiedenen Anlässen (Weihnachten, Fasching) liebevolle Basteleien für die Mittagstisch-Gäste her.

Eine Gruppe von 12 Frauen hat sich zum Advent-Kekse backen getroffen und 20 kg Kekse gebacken, die am 2. täglichen Adventmarkt mit einer Info zum Projekt Generationenrad verkauft wurden. Die Einnahmen kommen dem Projekt Generationenrad Helfenberg zu Gute!

Ein Fahrdienst (hier bringen sich vermehrt die Männer ein) bringt Ältere mit eingeschränkter Mobilität zum Mittagstisch. Der ehrenamtliche Fahrdienst kann auch für Veranstaltungen, Einkäufe, Arztbesuche und andere Fahrten gerufen werden.

Im April 2024 fanden zwei mehrwöchige Kurse zur Sturzprophylaxe statt (ausgebucht mit je 20 Personen).

In den 2 Jahren Projektlaufzeit wurden alleine in Helfenberg 1048 Personen beim monatlichen Mittagstisch, ca. 200 Personen in der Sessलगymnastik, 55 Personen beim „Zeit nehma – zsam kema“, 500 Personen beim „Tanz in der Lebensmitte“, 80 Personen beim Vortrag Demenz und 12 Frauen beim Kekse backen, 18 Personen mit der Sturzprophylaxe erreicht. Zweimal wurden in der Projektlaufzeit alle! 640 Haushalte in Helfenberg besucht und das Notfallkarterl und die Einladung zum Mittagstisch überreicht. Das 5 köpfige Kernteam „Generationenrad-Helfenberg“ hat sich vor Ort 2x monatlich (manchmal sogar öfters) getroffen, das sind ca. 50 Treffen. Sie haben ein erweitertes Team

von 15 Personen, die bei größeren Aktionen eingesetzt werden können. Insgesamt sind in der Projektlaufzeit in Helfenberg 1913 Personen mit 7 neuen Initiativen erreicht worden, die alle weitergeführt werden.

Auch in den anderen Gemeinden wurde jeweils ein Kernteam eingerichtet. Ein Notfallkarterl erstellt und an die Bürger:innen verteilt. Jede Gemeinde hat dann seine eigenen Angebote, Initiativen, bzw. Aktivitäten gesetzt.

In Niederwaldkirchen gibt es nun ebenfalls einen monatlichen Mittagstisch. Es wurde „Wandern“ für Hochbetagte, die nicht mehr sehr mobil sind, monatlich eingeführt. „Die Hatscherten“ gehen am Seniorenwandertag nur ein ganz kurzes Stück, einer erzählt etwas, z.B. über die Kapelle im Ort. Es gibt Singen für Ältere, ein extra Büchlein mit älteren Liedern. Veranstaltungen wie „Niederwaldkirchen damals“ mit Bildern von Früher oder „gesund altern“. Ein mehrwöchiger Handykurs für Ältere wurde durchgeführt. Kinder und Ältere haben Stände gebaut, danach wurde ein Tag der Generationen für Jung und Alt mit verschiedensten Angeboten wie z.B. Apfelstrudel miteinander ausziehen, durchgeführt. Ganz besonders ist das Gespräch, dass die Kernteamleiterin mit älteren Gemeindebürger:innen führt zu Themen wie: „mein Schulweg früher“, oder „heiraten früher“. Dieses Gespräch schreibt sie auf und veröffentlicht die Geschichte in der Gemeindezeitung. Dazu gibt es von Jung und Alt sehr positive Rückmeldungen. Auch in Niederwaldkirchen wurde das Notfallkarterl erstellt und an die Haushalte persönlich ausgetragen. Niederwaldkirchen hat sich entschlossen pilothaft eine „Haus zu Haus Hilfe für ältere Menschen, die im Alltag Hilfe benötigen aufzubauen. Erste Schritte sind gesetzt worden.

St. Peter am Wimberg hat folgende Initiativen aufgebaut: Mittagstisch monatlich, Tarockkurs, aus dem wöchentliches Tarokieren entstanden ist. Seniorenstammtisch im Bewegungsgarten. Spielenachmittag „Ratschn und Spün“. Gemeinsame Jung und Alt Aktionen wie Gestaltung Proberaum für die Volkstanzgruppe wo alle Generationen vertreten sind. Bau Skaterrampe Jung und Alt. Große Präsentation Generationenrad am Neujahrsempfang.

St, Stefan-Afiesl: Mittagstisch monatlich, Wasserbahn und Pflanzen setzen für Gemeinschaftsgarten bauen Alt hilft Jung. Bewegungsaktivitäten Jung und Alt gemeinsam, Handykurs und Betreuung der SeniorInnen über Gemeindeamt und Kernteam bei Handy&Co Problemen. Essenslieferdienst für Schule und Kindergarten durch Senioren. In St. Stefan soll beim Pfarrheim ein Wohnen mit Service eingerichtet werden. Der Architekt hat erste Planung gemeinsam mit Bgm und Kernteam durchgeführt.

St. Veit: Mittagstisch monatlich, Boccia spielen Jung und Alt gemeinsam, Kurs zur Sturzprophylaxe, Ältere bauen Schaukel für Kinder, gemeinsames Bänke bauen für alle.

St. Johann: gemeinsame Aktivitäten mit den Senior:innen aus der Tagesheimstätte und Volksschulkindern wie Palmbuschen binden, miteinander backen, gemeinsam jahreszeitliche Bastelarbeiten, Jung und Alt spielen miteinander.

St. Ulrich: Mittagstisch wird in St. Peter besucht, Bau von Bänken für Jung und Alt, backen mit Kindern, Trainingseinheit – Bewegung und Spaß für Jung und Alt,

Die verschiedenen Initiativen und Aktivitäten wurden von uns als Steckbriefe (Jobprofile) beschrieben und sind gute Ideenspeicher für die Gemeinden. Die Jobprofile enthalten: Titel der Initiative, Inhalt was wird da gemacht, was braucht es, wie viel Zeitaufwand und wie viele Personen werden benötigt um die jeweilige Initiative durchzuführen.

Generationenfeste

Auf der Burg Piberstein Helfenberg wurde im Mai 2023 das erste und im Oktober 2023 am Sportplatz St. Peter am Wimberg das zweite Generationenfest durchgeführt. Bei beiden Generationenfesten war es uns ein Anliegen, dass alle 7 Gemeinden und Ihre Bürger:innen dabei sind. Das haben wir sehr gut erreicht, indem wir aus jeder Gemeinde eine Musikgruppe, bzw. Tanzgruppe (Musikkapellen, Chöre,

Volkstanzgruppe Kinder, bzw. Erwachsene eingeladen haben. Dies hat beide Feste sehr lebendig gemacht, da im halb-Stunden-Takt immer eine andere Gruppe aufgetreten ist. Weiters waren ganz bewusst auch Angebote für Kinder dabei wie Spritzen mit dem Feuerwehrschauch, Lebkuchen formen und verzieren, Geschichten vorlesen, Hufschmied schmiedet Hufeisen und beschlägt ein Pferd, Spiel&Spaß mit der Landjugend, Elektrorad Probefahrt um die ganze Familie anzusprechen. Das Gesundheitsturnen mit Reinhilde hat nicht nur die Älteren begeistert, sondern auch Kinder und Jugendliche angezogen. Bei der Wasserbar konnte man verschiedene OÖ Wasser verkosten und wurde dort auch über die Wichtigkeit des genügend Trinkens informiert. Zentrales Ziel der Feste war es die Organisationen und Institutionen mit den zugehörigen Mitarbeiter:innen, die für Ältere Angebote setzen, vorzustellen und in einem lockeren Rahmen kennen lernen zu können und dadurch Hemmungen abzubauen diese auch bei einem Anlassfall zu kontaktieren. Folgende Organisationen waren vertreten.

- Das Rote Kreuz mit den Angeboten zu Essen auf Rädern und mobilen Diensten, dort konnte man sich bei einem informativen Gespräch auch den Blutdruck checken lassen.
- Eine Physiotherapeutin, die über Physiotherapie informiert hat und kleine Übungen vorgezeigt hat.
- Eine Hörberatung, die auch Hörtests durchgeführt hat.
- Die Communitynurse hatte ein Glücksrad und hat viele Interessierte damit angelockt und viel über Ihr Angebot berichten können
- Die Caritas hat das mobile Hospiz und
- auch den Stammtisch der Pflegenden Angehörigen präsentiert und über Ihre Arbeit informiert und Interessierte zu Ihrem Stammtisch eingeladen.
- Die Tagesheimstätte AltNa(h)Und im Hansbergländ hat selbst gemachtes angeboten und über die ehrenamtlichen Tätigkeiten berichtet und informiert mit welcher Freude die Älteren zu Ihnen kommen und was für diese alles angeboten wird.
- Weiters hat sich der Sozialhilfverband Rohrbach (SHV) vorgestellt und die vielen Hilfestellungen für Ältere (aber auch Familien, ...) präsentiert.
- Alle 7 Kernteams aus den Gemeinden waren anwesend und haben ihre Teams und die verschiedenen Angebote präsentiert. Auf riesigen Plakaten wurden für diese Feste gedruckt um sich gut präsentieren zu können.

Der Besuch beider Generationenfeste hat uns überwältigt. Beim ersten Generationenfest waren etwa 2000 und beim 2. waren etwa 3000 Personen anwesend. Die Rückmeldungen von Alt und Jung waren äußerst positiv. Vor allem haben die Organisationen (obwohl der Festtag ein Sonntag war, waren diese auch anwesend) betont wie wichtig die Gespräche mit den älteren Menschen sind, um die eigenen Angebote bekannt zu machen. Auch die Kernteams haben betont wie gut es ist die Organisationen und die dazugehörigen Gesichter persönlich kennen zu lernen. Man kann dann viel besser vermitteln.

Landesrat für Soziales Dr. Wolfgang Hattmannsdorfer hat das 2. Generationenfest eröffnet und war über 4 Stunden auf dem Fest, hat sich Zeit genommen mit den Organisationen vor Ort gesprochen und ist auch mit Betroffenen ins Gespräch gekommen.

Vereine

Beide Generationenfeste wurden von den Vereinen (Sport-, Kulturvereine, Ortbäuerinnen, ...) vor Ort organisiert: aufgebaut, betreut, mit ausgezeichnetem, gesunden Essen versorgt, weggeräumt, Die Kooperation mit den Vereinen ist ausgezeichnet gelaufen.

Jede Gemeinde ist verschieden an das Thema Einbindung Vereine vorgegangen. So wurde in Helfenberg jeder Verein von der Kernteamleiterin besucht und über das Projekt informiert. Die Vereine in Helfenberg können Ihrerseits beim Mittagstisch sich präsentieren und Ihre Angebote vorstellen.

Die Vereine, ob das Sportvereine oder Kulturvereine sind, bemühen sich ältere Menschen gut einzubinden. Die Menschen ab 75 Jahre treten im Hansbergland vermehrt aus den Vereinen aus, weil sie „jüngeren Platz machen“ wollen. Die Jüngeren wünschen sich das aber gar nicht.

Dabei ist zu beachten, dass viele Ältere Abendtermine nicht mehr mögen. Es ist Ihnen zu dunkel zum Autofahren, abends sind viele zu müde oder fürchten sich, (...). Angebote am Vormittag oder am frühen Nachmittag sind erwünscht. Aber auch das Angebot an sich sollte mehr den Bedürfnissen der Älteren angepasst werden. In der Gemeinde Niederwaldkirchen haben der Chor und die Wanderseniorengruppe im Zuge des Projektes ihr bestehendes Angebot für Ältere erweitert. Ein Teil des Chors trifft sich jetzt Nachmittags zum „gemeinsamen Singen“ und singt vor allem Lieder von früher an die sich die Teilnehmer:innen noch erinnern können oder in alten Liederbüchern finden. Die Seniorenwandergruppe hat jetzt auch eine Gruppe, die sich „die Hatscherter“ nennen. Sie treffen sich zum gleichen Zeitpunkt wie die Wandergruppe, gehen aber höchstens ein paar 100 Meter und haben ein Thema (z.B. Geschichte der Kapelle am Weg), wo sich eine Person vorbereitet und darüber spricht. Wenn die schnelle Wandergruppe zurückkommt, treffen sich alle gemeinsam im Wirtshaus auf eine kleine Jause. So können sich auch die mit Rollator oder Gehgebrechen am Wandertag beteiligen. Das Angebot wird sehr gut angenommen. In Helfenberg gibt es eine Spielgruppe und Tanzgruppe für Ältere, in St. Peter die Gruppe Ratschn&Spün“. Das Kernteam vor Ort betreut die Aktivitäten. Die Vereine, bzw. Trainer:innen aus den Vereinen sind eingebunden.

Generationenrat

In allen 7 Gemeinden ist das Bewusstsein entstanden, dass die Generationenfreundlichkeit für die Gemeinden ein wichtiger Wert ist. Die Kernteams der Gemeinden übernehmen die Aufgabe eines Generationenrates. Sie achten vor Ort darauf, dass Bedürfnisse der Älteren erkannt werden und Lösungen gemeinsam gefunden und umgesetzt werden. Es wurde eine Staffel (ein Schlüsselanhänger) eingerichtet. Den ersten „Staffellauf“ hat das Kernteam der Gemeinde Helfenberg übernommen. Sie laden zum gemeinsamen Treffen im Herbst 2024 ein. Dort wird ausgetaucht was in den Gemeinden passiert, was es für Herausforderungen gibt, was wie umgesetzt wird. Dies hat sich auch in der Projektlaufzeit schon so entwickelt, dass durch das erzählen aus der eigenen Gemeinde, die anderen motiviert wurden Neues auszuprobieren oder auch Ideen zu kopieren und in die eigene Gemeinde zu übernehmen. Weiters wird bereits über ein weiteres Generationenfest nachgedacht. Die Staffel wird dann an die nächste Gemeinde weitergegeben und die organisiert dann das Treffen 2025.

Vorlagen zu den Treffen wurden von der SPES Zukunftsakademie in einer Mappe in Papierform und auf einem Stick auch digital überreicht. Die Staffel (Schlüsselanhänger) wurde mit den Unterlagen beim letzten Treffen im Februar 2024 feierlich übergeben.

Öffentlichkeitsarbeit

Die Befragungen und aktivierenden Gespräche haben gleich am Anfang das Projekt „gesUNDgemeinsam Generationenrad“ in der Öffentlichkeit bekannt gemacht und wurde in den Gemeinden diskutiert. So wurden insgesamt 580 Fragebögen ausgefüllt, davon fast 50% in Papierform (284 Fragebögen) und Online (296 Fragebögen) ausgefüllt.

Zur Auftaktveranstaltung wurde bereits über die örtlichen Kernteams eingeladen. Ein Folder wurde kopiert und in den Gemeinden verteilt.

Eine Powerpointpräsentation wurde erstellt und bei den Veranstaltungen gezeigt und den Kernteams zur Verfügung gestellt.

Ein Logo für das Projekt „gesUNDgemeinsam – Generationenrad“ wurde in Auftrag gegeben und nach mehreren Korrekturschleifen von den Kernteams und Bürgermeistern der 7 Gemeinden freigegeben und im Projekt verwendet.

Die Notfallkarterl wurden nach Vorlage der SPES Zukunftsakademie von den Gemeinden erstellt und gedruckt. Es wurden insgesamt 2950 Notfallkarterl gedruckt und direkt anhand von Hausbesuchen in den Gemeinden an die Zielgruppe 60+ verteilt.

Die Schulung wurde ebenfalls über die Kernteams und die Gemeindezeitungen, der 7 Gemeinden beworben.

Von Beginn an sind wir mit den Regionalzeitungen Tipps und Rundschau und den OÖ Nachrichten in Kontakt getreten und haben regelmäßig Artikel (13 Artikel) über das Projekt veröffentlicht. So wurde das Projekt über die Gemeindezeitungen und über Facebook der Gemeinden und über SPES präsentiert und beworben.

Ganz besonders freuten sich die Gemeinden über den Österreichpreis „Gemeinden für Familien zum Schwerpunktthema Pflege und Alltag – Unterstützung für pflegende Angehörige“. Sie haben den ersten Preis für das Seniorentageszentrum und Generationenrad erhalten. Dieser Preis wurde in ganz Österreich präsentiert.

Die Gemeinde Helfenberg und Gemeinde St. Peter haben bei der Exkursion nach Freiburg (Baden Württemberg) das Projekt gesUNDgemeinsam–Generationenrad vor etwa 100 Teilnehmer:innen aus Deutschland und Österreich vorgestellt.

Auf der SPES Homepage wird das Projekt präsentiert: [gesUNDgemeinsam – SPES – Schlierbach](#)

Auch auf den Homepages der Gemeinden wird das Projekt dargestellt: https://www.st-peter.at/Unser_St_Peter/Gesundheit_Soziales/Alles_rund_ums_aelter_werden_/gesUNDgemeinsam

Das Video zum Projekt gesUNDgemeinsam Generationenrad wird für Präsentationen regelmäßig genutzt und ist auf den Gemeindehomepages, der SPES Homepage und auf Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=6Se-Wb0XTv4> zu finden.

Es wurden viele Fotos zum positiven Bild des Alterns erstellt. Diese nutzen wir bei diversen Artikeln, Präsentationen und Veröffentlichungen.

Die Auftaktveranstaltung, die Schulung und diverse andere Veranstaltungen wurden nicht mit gedruckten sondern jeweils von den Gemeinden kopierten Einladungen und vor allem mit Emails beworben. Wir haben uns zu diesem Schritt entschieden weil jede Gemeinde individuell die Einladungen gestalten konnte und weil die persönliche Ansprache grundsätzlich der effizientere Weg war. Beide Generationenfeste wurden mit einem Flyer (insgesamt 8690 Stück) und Plakaten in A1 (58 Stück) und A3 Plakate (120 Stück) beworben. Das Ergebnis war großartig mit insgesamt 5000 Besucher:innen.

Das sind 8690 Flyer für das Generationenfest und 178 Plakate

23 Veröffentlichungen in Printmedien (TIPPS, Rundschau Rohrbach, OÖ Nachrichten)

8 Veröffentlichungen auf Facebook

2x Newsletter SPES und Familie&Beruf Management GmbH

15 Webartikel auf diversen Kanälen: Zeitungen, Online Medien, Familie&Beruf Management GmbH

Homepage SPES und Homepage St. Peter am Wimberg und auch auf den anderen 6 Gemeindehomepages

1 Video auf Youtube: „GesUNDgemeinsam. Das Generationenrad.“:

4. Evaluationskonzept

Wenn Sie eine Evaluation beauftragt/umgesetzt haben, beschreiben Sie kurz

- welche Evaluationsform (Selbstevaluation/externe Evaluation) gewählt wurde und warum.
- das Evaluationskonzept (Fragestellungen, Methoden, Ablauf)
- wie sich die Evaluation aus Projektsicht bewährt hat:
 - Waren Fragestellung, Methoden und Art der Durchführung angemessen und hilfreich für die Steuerung und Umsetzung des Projektes?
 - Konnte die Evaluation beim Projektumsetzungsprozess unterstützen (z.B. wesentliche Informationen für Änderungsbedarf liefern)?
 - Konnte die Evaluation nützliche Befunde für die Zielerreichung und die Bewertung der Projektergebnisse liefern?

Die Evaluation erfolgte zunächst und später begleitend über eine Selbstevaluation, die anhand der von den Förderstellen im Rahmen des Projektcalls „Gesundheit für Generationen“ zur Verfügung gestellten Evaluationsfragestellungen und –tools durchgeführt wurden. Für die Selbstevaluation wurde ein Handlungsleitfaden übermittelt und online besprochen. Es wurden zu Beginn der Zieleworkshop und während der Projektlaufzeit der Zwischenreflexionsworkshop mit dem Projektteam, um die Erreichung der Ziele und Zielgruppen zu überprüfen, zudem wurden Erfahrungen geteilt und nächste Schritte geplant. Bei Veranstaltungen und Schulungsmodulen wurde ein schriftliches Feedback eingeholt, bei den regelmäßigen Kernteamtreffen fand immer eine mündliche Reflexionsrunde statt, die schriftlich im Protokoll dokumentiert wurde. Zusätzlich wurde im Laufe der Projektzeit Prospect GmbH mit der externen Evaluation der im Call durchgeführten Projekt beauftragt, die Zwischenergebnisse und das abschließende Ergebnis der Online-Befragung der Kernteams und Gemeindeverantwortlichen wurde dem Projektträger übermittelt.

Die Evaluation war sicherlich hilfreich für die Steuerung des Prozesses, für die Überprüfung des Ist-Stands und Erreichung der Ziele. Wichtig war aber auch, dass immer wieder die Bedarfe aus der aktivierenden Befragung und den aktivierenden Gesprächen zu Projektbeginn herangezogen wurden, um die nächsten Schritte des Projektes zu planen. Aus diesen Bedarfen heraus entstanden die Aktivitäten, Maßnahmen und Initiativen in den 7 Gemeinden. Hilfreich war auch, dass jedes Schulungsmodul per Fragebogen bewertet wurde, sodass der Projektträger erfahren und lernen konnte, ob die gewählten Inhalte und Referent:innen richtig gewählt waren. Schließlich war es auch die laufende und abschließende Reflexion und Evaluation mit dem Kernteam der Hansberglandgemeinden, die wichtige Lernerfahrungen zutage führten.

5. Projekt- und Evaluationsergebnisse

Bitte stellen Sie die Projektergebnisse sowie die Ergebnisse der Reflexion/Selbstevaluation und/oder externen Evaluation ZUSAMMENFASSEND dar.

Stellen Sie insbesondere dar

- welche Projektergebnisse vorliegen und welche Wirkungen mit dem Projekt erzielt werden konnten.
- welche Projektergebnisse als positiv und welche als negativ zu bewerten sind bzw. welche davon geplant und ungeplant waren.
- inwieweit bzw. mit welcher Strategie das Projekt zur Förderung gesundheitlicher Chancengerechtigkeit beigetragen hat und was sich in Hinblick darauf gut oder weniger gut bewährt hat.
- welche Aktivitäten und Methoden sich insgesamt gut oder weniger gut bewährt haben.
- inwieweit sich die Schwerpunktzielgruppen und Entscheidungsträger/innen im Projekt beteiligen konnten und welche Faktoren für die Beteiligung förderlich/hinderlich waren.
- ob bzw. inwieweit die Projektziele erreicht werden konnten.
- ob bzw. inwieweit die Zielgruppe(n) erreicht werden konnten.

- ob aus jetziger Sicht im Zuge des Projektes etablierte Strukturen, Prozesse und Aktivitäten sowie erzielte Wirkungen weiterbestehen werden.
- ob das Projekt auch an anderen Orten/in ähnlichen Settings umgesetzt werden kann (Transferierbarkeit) und wenn ja an welchen.
- welche Maßnahmen zur Sicherung der Nachhaltigkeit aus jetziger Sicht erfolgversprechend scheinen.

Die Befragungen wurden in den 7 Gemeinden durchgeführt (Online und in Papierform)

Es wurden insgesamt 580 Fragebögen aus den 7 Gemeinden ausgefüllt und ausgewertet. In den großen Gemeinden mit über 1000 Einwohner:innen sind die 100 Personen erreicht, bzw. überschritten worden: Helfenberg 96 Fragebögen, Niederwaldkirchen 122, St. Peter 112, St. Stefan-Afiesl 116, St. Veit 62, St. Johann 47, St. Ulrich 25.

17 Personen sind mit aktivierenden Gesprächen persönlich befragt worden.

Folgende intergenerative Projekte wurden in den Gemeinden entwickelt und umgesetzt:

Helfenberg: 7 Initiativen mit 1913 Personen

Niederwaldkirchen: 7 Initiativen mit etwa 930 Personen

St. Peter am Wimberg: 8 Initiativen mit etwa 900 erreichten Personen

St. Stefan-Afiesl: 5 Initiativen mit etwa 280 Personen

St. Veit: 5 Initiativen mit etwa 300 Personen

St. Johann: 2 Initiativen mit etwa 40 Personen

St. Ulrich: 3 Initiativen im Ort mit etwa 40 Personen und einige Aktivitäten können St. Ulricher auch in St. Peter besuchen (die beiden Orte liegen nahe beieinander und bieten vieles gemeinsam für ihre Bürger/innen an).

Es wurden insgesamt 37 Initiativen und Aktivitäten in den 2 Jahren Projektlaufzeit in den 7 Gemeinden durchgeführt und damit 3500 Personen in den Gemeinden erreicht. Die allermeisten Aktivitäten werden weitergeführt und es gibt weitere Ideen, die auf die Umsetzung warten. Überrascht hat die Fülle der Ideen, die dann zu realen Projekten entwickelt wurden und auch in die Umsetzung gekommen sind und über die Projektlaufzeit hinaus weitergeführt werden.

2/3 der Bevölkerung ist über verschiedenste Methoden – Generationenfest, Medienauftritte, teilweise 100%ige Haushaltsbesuche (wie in Helfenberg und Niederwaldkirchen) erreicht worden.

In der Region Hansbergland sind vielfältige Teilhabe- und Gestaltungsmöglichkeiten geschaffen worden. Jung und Alt haben neue Angebote, die sie aktiv selbst gestalten und besuchen. Die Lebensqualität und das Wohlbefinden hat sich in der Region erhöht.

Ein Curriculum mit Lehrmaterialien für die Schulung zum Kümmerer ist entwickelt worden. Die Schulung wurde durchgeführt. 15 Personen haben 6 oder mehr Module besucht. Weitere 27 Personen haben einzelne Module besucht.

An der Weiterentwicklung der Zeittauschbörse Zeitbankplus (ehemals Zeitbank55+) wurde in verschiedenen Treffen mit der SPES ev. Baden Württemberg und der Dachverbandsobfrau Zeitbank+ Inge Weißenböck und Eva Lubinger weitergearbeitet.

Die Achtsamkeit im Umgang miteinander (Aufbau von Wissen zu Demenz, Erste Hilfe für Senioren, (Selbst-) Fürsorge, Umgang mit Tod, Hausbesuche – was muss man beachten, ...) ist erhöht. Der persönliche Ressourcenaufbau ermöglicht nun eine neue Sorgeskultur in der Region Hansbergland.

In den Gemeinden sind 37 Initiativen entwickelt und umgesetzt worden. Ein Konzept für eine „Haus zu Haus Hilfe“ – eine Zuverdienstbörse vor allem für (pensionierte) Frauen wurde entwickelt. Erste Schritte sind in der Gemeinde Niederwaldkirchen gesetzt worden und werden weitergeführt.

Ein Video wurde erstellt, die die positiven Entwicklungen im Hansbergland darstellen.

Es gibt in jeder Gemeinde Generationenbeauftragte (Kümmerer), die sich um die Belange der Sorgenenden Gemeinde und die Aktivitäten, Bedürfnisse der Älteren vor Ort kümmern. Helfenberg 5 Personen Kernteam plus 15 weitere Personen, die in verschiedenen Aktivitäten für Ältere involviert sind. Niederwaldkirchen 5 Personen, St. Johann 3 Personen, St. Peter 5 Personen, St. Ulrich 2 Personen, St. Stefan–Afiesl 5 Personen, St. Veit 3 Personen = 43 Personen.

Es liegt dem Projektträger ein Modell zur Sorgenden Gemeinde vor, das im Laufe des Projektes entwickelt wurde. Da es noch weitere Gemeinden im Zuge des Projektes Caring&Sharing Communities gibt, die begleitet werden, wird das Modell nochmals überarbeitet und dann erst gedruckt.

Der intergenerationale Zusammenhalt in der Region ist gestärkt und sehr viele generationenübergreifende Angebote geschaffen worden. Vor allem die Bedürfnisse der älteren Personen stehen in den Projekten im Fokus.

In jeder Gemeinde wurde ein Kernteam eingerichtet. Aus den Kernteams hat sich ein gemeindeübergreifendes Kernteam entwickelt, das weiterhin sich Treffen wird. Eine Staffel ist eingerichtet worden, sodass nach jedem Treffen eine andere Gemeinde die Organisation des nächsten Treffens übernimmt.

Die Vereine haben ebenfalls Angebote entwickelt und führen diese durch. Die Vereine sind in die Aktivitäten eingebunden worden und haben auf den Generationenfesten eine massgebliche Rolle gespielt. In Helfenberg hat die Kernteamleiterin alle Vereine aufgesucht und eingebunden.

Es wurden 2 Generationenfeste mit insgesamt 5000 Besucher:innen veranstaltet. Relevante Institutionen und Organisationen wie Tagesbetreuung, Sozailhilfeverband, Mobile Dienste, Rotes Kreuz, Community Nurses, ... haben sich präsentiert.

4x wurde eine Fachbereichssitzung durchgeführt, um die nächsten Schritte zu planen und das Modell „Sorgende Gemeinde“ zu entwickeln. Reflexionen gab es bei jedem Treffen und einen Fragebogen zur Evaluierung bei jedem Schulungsmodul.

Die Gemeinden arbeiten zusammen (Kirchturmdenken wurde verringert). Die Organisationen und Institutionen kennen sich und die Akteure vor Ort und werden regelmäßig zu Veranstaltungen vor Ort eingeladen.

Nachhaltigkeit: Die Projekte und Initiativen sind alle an den Bedarfen der Bevölkerung entstanden. Daher ist der Besuch der Initiativen ganz ausgezeichnet. Die Projekte werden über die Projektlaufzeit hinaus weitergeführt. Die Kernteams sind immer mit mehreren Personen besetzt, sollte jemand ausfallen kann die Arbeit weitergeführt werden. Die Kernteams sind vor allem in den größeren Gemeinden so begeistert, dass immer neue Bedarfe entdeckt werden und mit Elan umgesetzt werden.

Das Modell „gesUNDgemeinsam Generationenrad“ oder auch Sorgende Gemeinde stößt jetzt bereits bei vielen Gemeinden auf Interesse. So haben wir bereits zu den Leaderregionen Traunviertel–Alpenvorland und Nationalpark–Kalkalpen, dem SHV Kirchdorf und Steyr–Land und den jeweiligen Bezirkshauptleuten Kontakt aufgenommen. Das Interesse ist auch bei weiteren Gemeinden groß. Die Dringlichkeit der Problematik Pflege und Betreuung ist den Bürgermeister:innen bekannt. Wir sind zuversichtlich, dass weitere „Sorgende Gemeinden“ entstehen werden. Dort können wir das Modell und die Lernerfahrungen gut einbringen.

6. Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen

Beschreiben Sie kurz

- die wesentlichen förderlichen und hinderlichen Faktoren für die Erreichung der Projektziele.
- für andere möglicherweise hilfreiche zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen.
- was Sie wieder gleich oder auch anders machen würden, wenn Sie ein solches Projekt neu starten würden.
- Hinderlich: wir haben alles, die Senioren Verbände machen alles für ihre Klientel

Von Beginn an wurden die Gemeindeverantwortlichen eingebunden, um das Projekt gesUNDgemeinsam Generationenrad auf gute Füße zu stellen und die Verantwortlichen bei der Umsetzung als Unterstützer dabei zu haben. In jedem Kernteam der 7 Gemeinden war der Bürgermeister vertreten, ein/e Gemeindegemitarbeiter/in und jemand vom Generationenausschuss.

In den 7 Gemeinden gab es verschiedene Zusammensetzungen der Kernteams. Unser Fazit: Die Kernteamleitung sollte von jemandem außerhalb von Politik und Gemeindeamt leiten. 1. Sind die Zeit-Resourcen dieser Personen eher eingeschränkt. 2. ziehen sich Bürger:innen/Ehrenamtliche eher zurück weil sie befinden, dass das dann die Aufgabe der Gemeinde, bzw. der Politik ist.

Beim Kernteam sind sehr regelmäßige Treffen wichtig. Wir haben monatlich ein Kernteamtreffen organisiert.

Die Vielfalt der 7 Gemeinden hat dem Projekt sehr gut getan – obwohl es für die Projektkoordination sehr, sehr aufwendig war: Austausch, voneinander lernen, motivieren, Zusammenarbeit untereinander wie z.B. das Generationenfest hat äußerst gut funktioniert.

Die aktivierenden Befragungen binden Bürger:innen bis zum Schluss an das Projekt. Das Zuhören, wahrnehmen der Bedürfnisse der Bevölkerung und Situationen und Rahmenbedingungen in den Gemeinden hat eine ausgezeichnete Wirkung auf die Menschen vor Ort. Sie fühlen sich gesehen und gehört und dem Projekt dadurch verbunden. Aus den Befragungen hat sich ein Helfer:innenpool für die Kernteams ergeben. Für Helfenberg alleine haben sich 15 Personen zusätzlich zum Kernteam angetragen, die bei den verschiedenen Aktivitäten tatkräftig dabei sind und jeder Zeit helfen.

Ganz besonders wichtig und ein „Quick Win“ ist das Notfallkarterl: erste „Ergebnisse“ sichtbar machen, die Bürger:innen sehen ein Ergebnis. Projekt und Kernteam werden bekannt.

Persönliche Ansprache ist eines der wichtigsten Methoden um die Älteren zu erreichen: Besuche zu Hause anhand von Nachbarschaftsgesprächen, im Ort beim Einkaufen ansprechen, bei Veranstaltungen (Tag der Älteren). Dadurch konnten wir auch die vulnerablen Gruppen gut erreichen.

Kleine praktische Aktivitäten wie Mittagstisch mit verantwortlichem Team: Kümern, Zuhören, Nachfragen ist das A und O einer sorgenden Gemeinde. „Grias di...“ ist zu wenig (Zitat einer Kernteamleiterin). Es geht wirklich um die Sorge, das nachfragen und den Blick auf die Älteren im Ort zu haben. Zu spüren wo es Nöte gibt. Dies gehört mit den Generationenbeauftragten auch trainiert. Wie schaffe ich Vertrauen? Wie spreche ich Menschen an? (keine Aufdringlichkeit, Feinfühligkeit).

Besonders interessant ist es wie viele ältere Menschen eine Scheu haben, sich Hilfe zu holen, bzw. über Hilfe zu informieren, organisiert man aber ein Fest (wie das Generationenfest) kommen sie zu den Ständen und holen sich die Infos. Feiern in Kombi mit Information/Beratung hat sehr gut funktioniert.

Beim Generationenfest gab es Angebote für alle Generationen. (Musik aus Dorf) z.B. beim Stand der Tagesbetreuung war es wichtig die Gesichter der Tagesbetreuerin mal zu sehen dadurch werden Hemmschwellen abgebaut.

Die Schulung ist ein wichtiger Bestandteil des Projektes: die Teilnehmenden waren nur Ehrenamtliche außer die Community Nurses (die sehr froh über die Schulung waren). Aber es war auch eine Dame, die ehrenamtlich beim mobilen Hospiz tätig ist teilgenommen. Alle Teilnehmer:innen waren begeistert:

- Teamförderung
- Es wurde Wissen zu Erste-Hilfe für Senioren, Demenz, Rechtliches, Begleitung im hohen Alter, Aktivitäten mit Senior:innen (Montessori für Senioren),... vermittelt. Das ist notwendig um Sicherheit im Umgang mit Senior:innen zu gewinnen.
- Persönlichkeitsbildung ist für Frauen (viele Frauen sind Ehrenamtliche) im ländlichen Raum besonders wichtig. „Ich kann ja nix, also kann ich nix beitragen“ ist ein gängiger Satz
- Die Ausbildung ist Wertschätzung für Ehrenamtliche, die oft schon „Profis“ sind weil sie Ihre Eltern, Schwiegereltern, Nachbarn bereits gepflegt haben.

Sehr bald hat sich herausgestellt, dass die Wortwahl im Projekt sehr wichtig ist: Weg von Projektsprache hin zu einer ganz einfachen und verständlichen, bodenständigen Sprache ist wichtig. Wichtig war es mit Bildern und auch Sprüchen zu arbeiten. So wurden von SPES die Zitate aus Gesprächen, den Befragungen auf große Kartons geschrieben und bei Veranstaltungen ausgestellt.

Sorgekultur im Ort wurde durch das Projekt gesUNDgemeinsam Generationenrad spürbar (beim Einkauf, beim Arzt, ...). Die Menschen erkundigen sich wie geht es dir, was ist mit der Nachbarin, ich hab sie schon 2 Tage nicht mehr gesehen, da schau ich jetzt vorbei. Auch die Haltung änderte sich, die Menschen sind offener, dem Gegenüber zugewandt. Das hat eine Art „Flow“ in den Gemeinden bewirkt. Die Menschen wenden sich dem anderen zu und gehen in Begegnung.

Expert:innentreffen und Vernetzungen sind sehr wichtig! Die Expert:innen kennen sich teilweise nicht, wissen oft auch nicht über die Angebote des anderen Bescheid. Vor allem wissen die Expert:innen oft nicht über die vielen ehrenamtlichen Helfern vor Ort nicht Bescheid. Seniorenverbände, Pfarre, ... Bei einem Expertentreffen hat ein Rot Kreuz Fahrer erzählt, dass ihm das Herz weh tut, wenn er ältere Menschen vom Krankenhausaufenthalt nach Hause fährt, da ist nicht eingeheizt, es gibt nichts im Kühlschrank. Die Zeitbankplus-Mitglieder aber auch Ehrenamtliche aus der Pfarre haben daraufhin die Kontaktdaten ausgetauscht um solche Ereignisse zu minimieren.

Anhang

Listen Sie Ihre veröffentlichbaren Beilagen zum Bericht auf. Diese sind ebenso wie der Bericht selbst im Projektguide hochzuladen.

Projektguide:

1. Projektablaufplan
2. Projektrollenplan

Beilagen:

3. Standardbericht prospect
- 4.1 Fragebogen Hansbergland
- 4.2 Leitfaden Aktivierende Befragung
- 4.3 Feedbackbogen Schulung ein Beispiel
- 5.1 Endbericht Befragung
- 5.2 Präsentation Befragungsergebnisse
- 5.3 Evaluierung Schulung Module
6. Jobprofile gesUNDgemeinsam
- 7.1 Detailprogramm Schulung
- 7.2 Schulung Inhalte
- 7.3 Schulung Unterlagen
- 7.4 Zertifikat Schulung
8. Generationenfest Bewerbung
8. Karterl Kurzinfo
9. Präsentation Bürgermeister
- 9.1 gesUNDgemeinsam Grafik Ablauf
- 9.2 Sorgende Gemeinschaft Leitfaden
10. Notfallkarte Vorlage
- 10.1 Notrufkarte Beispiel St. Veit
- 10.2 Mittagstisch Flyer Beispiel St. Stefan
- 10.3 Unterlagen Kernteam
- 10.4 Projektbericht Helfenberg
11. Dissemination, Presse
- 11.1 LOGO

Hinweis:

Neben dem Hochladen des Berichts ist dieser zusätzlich dem/der für das Projekt zuständigen Mitarbeiter/in des Fonds Gesundes Österreich in gedruckter Version (Papierform) zur Begutachtung und Prüfung zuzusenden.