

# EINLADUNG

## Nachhaltigkeitskonferenz „Gesund fürs Leben“ Projekt

Ehrenamtliche Betreuung bei gebrechlichen Personen:  
Training, Ernährung & soziale Unterstützung

**25. März 2015**

9:30–16:30 Uhr



## Veranstaltungsort

Seminar- & Tagungszentrum SkyDome

Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien

# VORWORT

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir möchten Sie als ausgewählte Expertin / ausgewählten Experten sehr herzlich zur Nachhaltigkeitskonferenz des Projektes „Gesund fürs Leben“ einladen. Die Ergebnisse wissenschaftlicher Projekte landen viel zu häufig nach deren Beendigung in einer Schublade ohne nachhaltig im Gesundheitssystem implementiert zu werden. Um dieser Vorgangsweise entgegenzuwirken, laden wir Sie dazu ein, mit uns die Implementierungsmöglichkeiten unseres Forschungsprojektes zu diskutieren.

## **Das wissenschaftliche Projekt**

Das Projekt „Gesund fürs Leben“, das vom Wiener Wissenschafts- und Technologiefonds gefördert wird, zielt darauf ab, bei gebrechlichen, mangelernährten Personen (Mindestalter 65 Jahre) die Fitness, den Ernährungszustand und die Lebensqualität zu erhöhen. Gemeinsam mit ehrenamtlich agierenden „Buddies“ (Mindestalter 50 Jahre), werden in Rahmen von wöchentlichen Hausbesuchen Krafttrainings absolviert und Ernährungsaspekte thematisiert. Erste Ergebnisse zeigen eindrucksvoll, dass dadurch nicht nur die Gesundheit der Hochbetagten, sondern auch der Buddies gefördert wird. Das Projekt wurde vom Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz bereits als Good Practice-Modell in der Bildungsarbeit mit älteren Menschen ausgezeichnet. Das Studiendesign können Sie unter [www.biomedcentral.com/1471-2458/13/1232](http://www.biomedcentral.com/1471-2458/13/1232) abrufen.

## **Hintergrund - Jeder Zehnte ist gebrechlich**

In Österreich sind mehr als zehn Prozent der über 65-Jährigen gebrechlich (frail), weitere 40 Prozent sind von einer Vorstufe von Frailty betroffen. Bei Frailty handelt es sich um ein komplexes Syndrom mit den Faktoren der eingeschränkten Leistungsfähigkeit, geringen Muskelkraft, Mangelernährung und chronischer Entzündung, verbunden mit niedrigem Aktivitätsniveau das mit allgemeiner Erschöpfung einhergeht. Das führt zu einem Verlust an Selbstständigkeit, zu erhöhtem Sturzrisiko, vermehrten Krankenhausaufenthalten und Aufnahmen in Pflegeheim bis hin zu erhöhter Sterblichkeit.

## **Ziel der Konferenz**

In der wissenschaftlichen Studie konnten die gesundheitlichen Effekte und die Machbarkeit von „Gesund fürs Leben“ nachgewiesen werden. Gemeinsam mit gesundheits- und sozialverantwortlichen Entscheidungsträgerinnen und -trägern möchten wir diskutieren, wie die Ergebnisse von in allen Bundesländern bestehenden Strukturen langfristig und nachhaltig genutzt werden können.

Wir würden uns sehr freuen, Sie bei der Nachhaltigkeitskonferenz zum „Gesund fürs Leben“ Projekt begrüßen zu dürfen.

Mit freundlichen Grüßen das Projektteam:

*Thomas E. Dorner, Sandra Haider, Ali Kapan, Christian Lackinger, Eva Luger, Martin Oberbauer, Karin Schindler, Eva Schwarz*

## PROGRAMM

09:30–10:00 **Registrierung der TeilnehmerInnen**

**Moderatorin:** *Mag.<sup>a</sup> Hermine Steinbach-Buchinger*

10:00–10:30 **Begrüßungen**

*Univ.-Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Anita Rieder*, Medizinische Universität Wien,  
Zentrum für Public Health, Institut für Sozialmedizin

*Dr.<sup>in</sup> Cornelia Schrauf*, Wiener Wissenschafts-, Wirtschafts-  
und Technologiefonds

*Dr. Klaus Ropin*, Gesundheit Österreich GmbH, Fonds Gesundes  
Österreich

10:30–11:15 **Projektvorstellung „Gesund fürs Leben“**

*Projektteam*

11:15–11:30 **PAUSE**

11:30–11:45 **Präsentation der Ergebnisse des wissenschaftlichen  
Projektes**

*Assoc.-Prof., Priv.-Doz., Dr. Thomas E. Dorner, MPH*,  
Medizinische Universität Wien, Zentrum für Public Health, Institut für  
Sozialmedizin

11:45–12:30 **Erfahrungen mit Freiwilligen**

*Mag. Martin Oberbauer & Buddies*, Wiener Hilfswerk

12:30–13:30 **MITTAGSPAUSE**

13:30–13:50 **Statement Physiotherapeutin & Diätologin**

*Constance Schlegl*, Physio Austria

*Elisabeth Auer*, Verband der DiätologInnen Österreichs

13:50–15:00 **Fokusgruppen der TeilnehmerInnen**

**„Wie können diese Ergebnisse in Gesundheitsförder-  
ungsprogramme überführt werden?“**

15:00–15:15 **PAUSE**

15:15–16:15 **Plenum**

16:15–16:30 **Zusammenfassung und Ausblick**

## ANMELDUNG

direkt per E-Mail: [eva.luger@meduniwien.ac.at](mailto:eva.luger@meduniwien.ac.at)  
oder telefonisch unter **01 40160 34895**

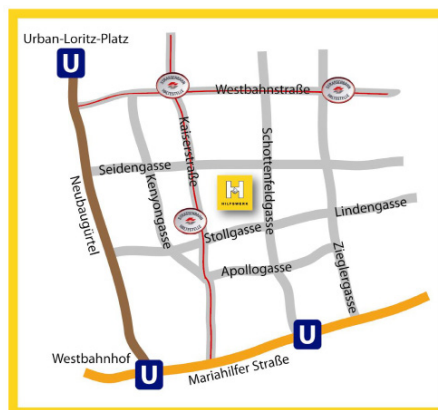
## ANFAHRT ZUM KONFERENZORT

### Adresse

Seminar- & Tagungszentrum SkyDome  
Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien

### Mit öffentlichen Verkehrsmitteln

- Züge, U-Bahn U6 (Station Westbahnhof)
- U-Bahn U3 (Station Zieglergasse)
- Straßenbahnlinie 5 (Station Stollgasse)
- Straßenbahnlinie 49 (Station Westbahnstr./Zieglergasse)



### Mit dem Auto

- von der A2 bzw. A23: Ausfahrt Knoten Landstraße Richtung Gürtel Landstraßer-, Margareten-, Mariahilfer Gürtel, Neubaugürtel >
- von der A1: A1, Hietzinger Kai, Schönbrunner Schloßstraße Schönbrunner Straße, bei Kreuzung mit Margareten Gürtel links Mariahilfer Gürtel, Neubaugürtel >
- > Urban-Loritz-Platz/Westbahnstr. rechts abfahren, 2. Ampel rechts

## Unterstützung der Veranstaltung



Fonds Gesundes  
Österreich

## Wissenschaftliches Projekt

Kooperationspartner:



MEDIZINISCHE  
UNIVERSITÄT  
WIEN



HILFSWERK



SPORT  
UNION

Mit Unterstützung von:



WIENER WISSENSCHAFTS-,  
FORSCHUNGS- UND  
TECHNOLOGIEFONDS