



# Mental Health Promotion für ältere Menschen

Am Beispiel von

**Lebenswerte Lebenswelten für ältere Menschen**

Ein Modellprojekt im Auftrag des  **Gesundes Österreich**  
durchgeführt vom ISME 

R. Horst Noack, Karin Reis-Klingspiegl

Wien, 25.Nov. 2004

# Altern, Demografie & soziale Rollen

- „Alter“ als Lebensphase ist jung: Erst seit Anfang des 20. Jahrhunderts ist 70plus eine individuelle Massenerfahrung.
- Damit entwickelt sich eine **Segmentierung** und **Ausdifferenzierung** der Gesellschaft und des Lebens, verbunden mit
  - dem Recht auf einen sozial abgesicherten Ruhestand,
  - einem Defizit sozialer Beziehungen und materieller Ressourcen,
  - einem Verlust gewohnter sozialer Rollen und der notwendigen Anpassung an neue soziale Rollen,
  - der Herausforderung, dem Leben Sinn zu geben und sinnstiftende soziale Ressourcen dafür zu schaffen.

# Altern & Gesundheitswissenschaften

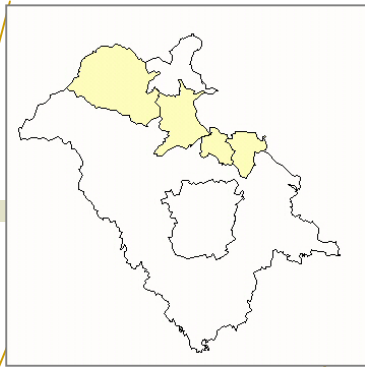
- Altern als **dynamisches Geschehen**, das mit der Geburt beginnt und mit dem Tod endet.
- **Lebenslange Entwicklung** von Kompetenz, Potenzialen, Ressourcen, der Fähigkeit zu denken, zu lernen, zu kommunizieren und zu gestalten.
- **Das Mentale** als Ausdruck menschlicher Gedanken- und Gefühlswelten, die mit sozial geteilten und verankerten Überzeugungen korrespondieren.
- **Das Soziale** (soziales Kapital) als Ausdruck gemeinschaftlicher Überzeugungen und Beziehungen wie auch gesellschaftlicher Werte, Normen und Strukturen.

# Lebenswerte Lebenswelten

- Interventionsstudie, März 2003 bis März 2006
- Institut für Sozialmedizin und Epidemiologie, Medizinische Universität Graz
- Leitung: Univ.Prof. Dr. R. Horst Noack, Ph.D., Projektteam: Eva Pöcheim, Karin Reis-Klingspiogl Gudrun Schlemmer
- 500.000 Euro
- Das Lebensweltprojekt als eine sozial-kulturelle Intervention in 13 Gemeinden in der Steiermark mit dem Ziel, das Sozialkapital zu stärken und damit auch die mentalen Gesundheitsressourcen zu fördern.

# Interventions- regionen

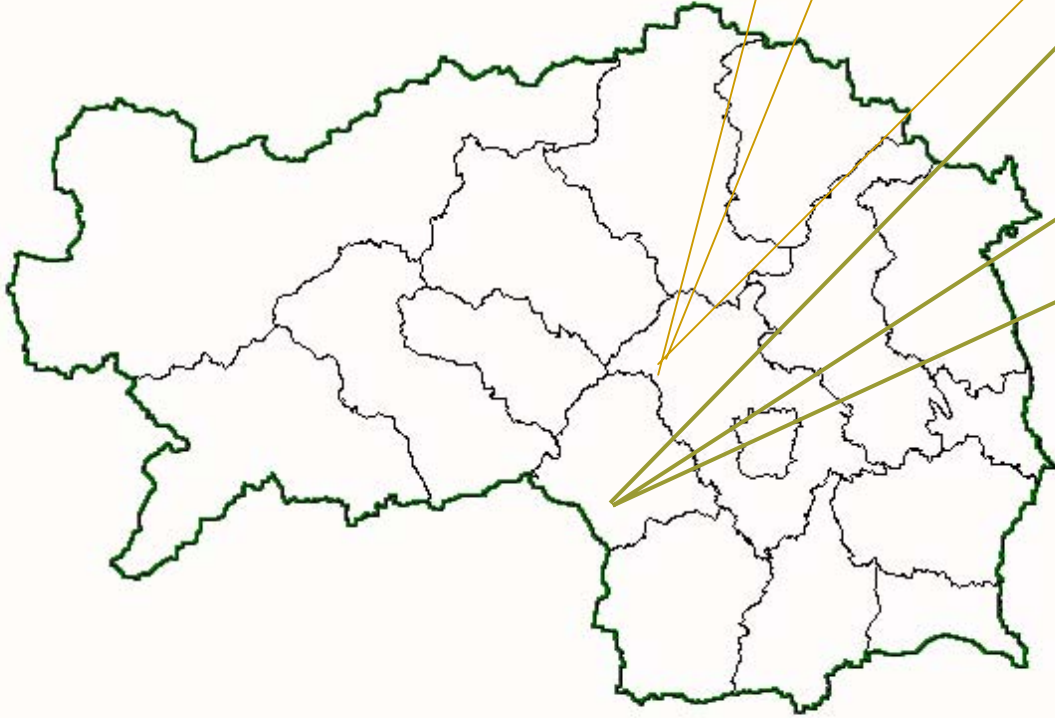
Bezirk Graz-Umgebung



Bezirk Voitsberg



Steiermark

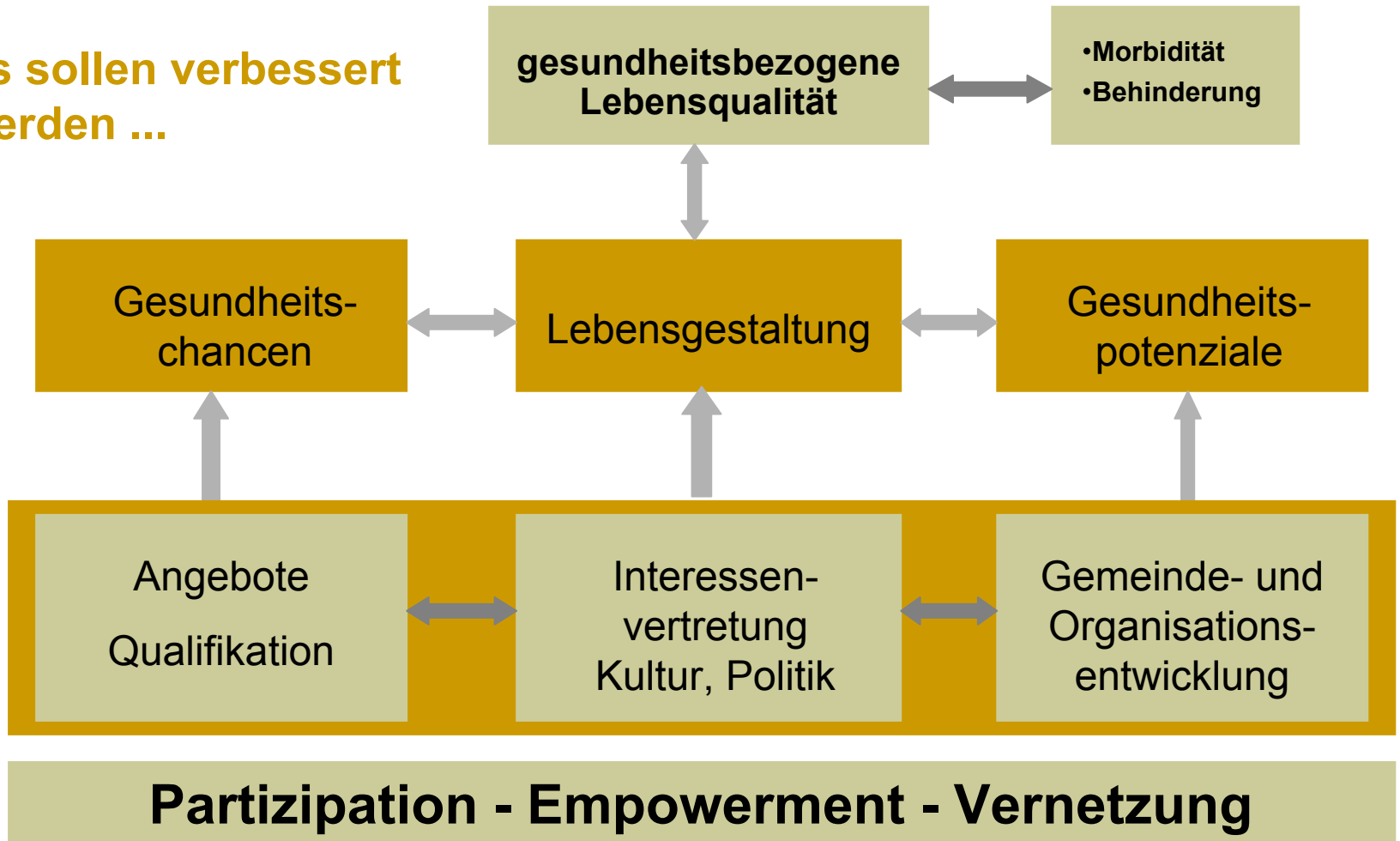


Kriterien:

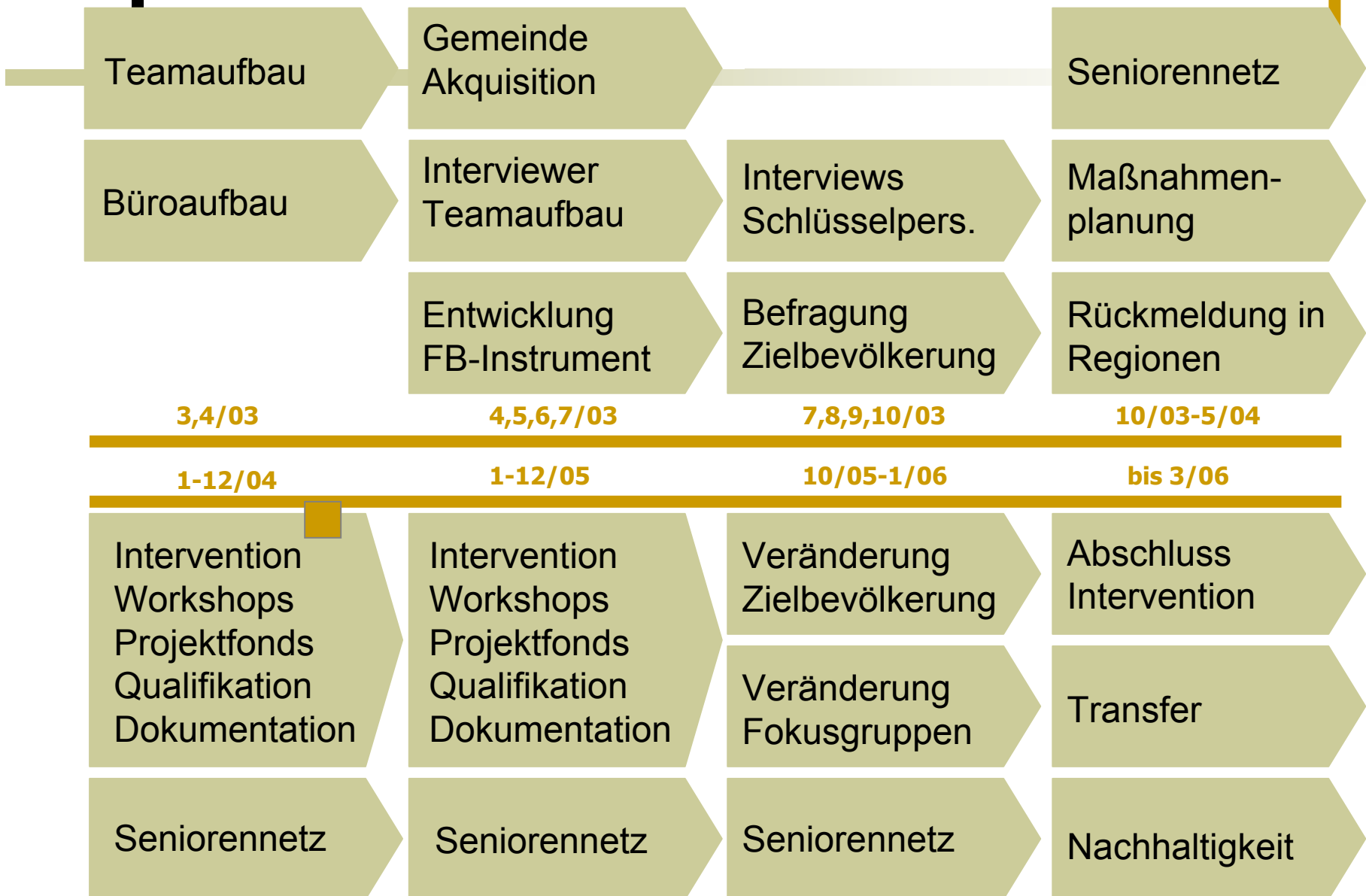
- Pro-Kopf-Einkommen
- Wanderungsbewegung

# Projektziele

Es sollen verbessert werden ...



# Projektverlauf



# Regionaler Einstieg mit Survey

Ziele: Bedarf, Veränderungsmessung

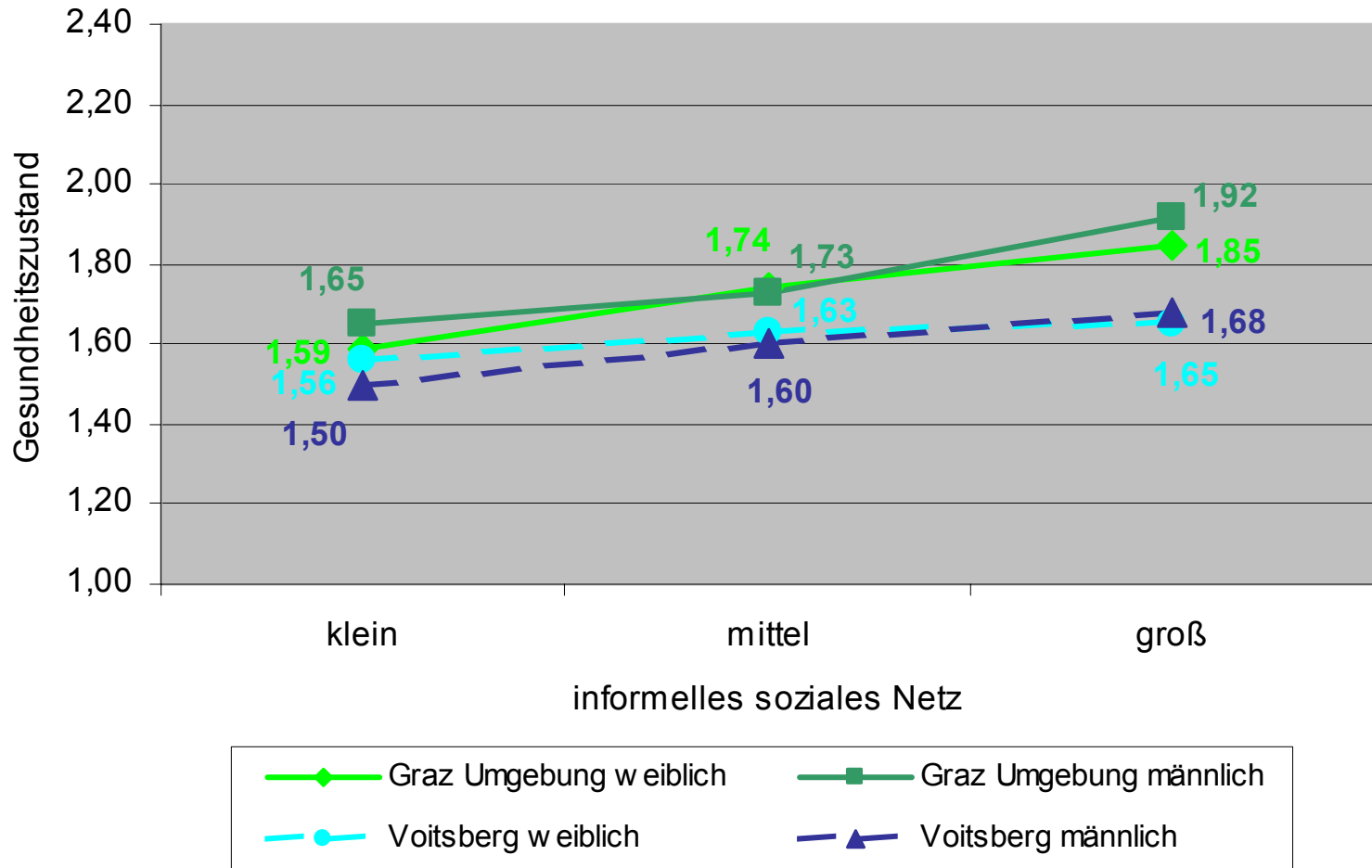
14. Juli bis 30. September 2003

1.400 Interviews mit 60-74jährigen in 13 Gemeinden  
(Zufallsstichprobe) durch 20 geschulte und begleitete  
InterviewerInnen

Kohorte: 1.400 Interviews (2003), ca. 1.000 Interviews  
(2005)

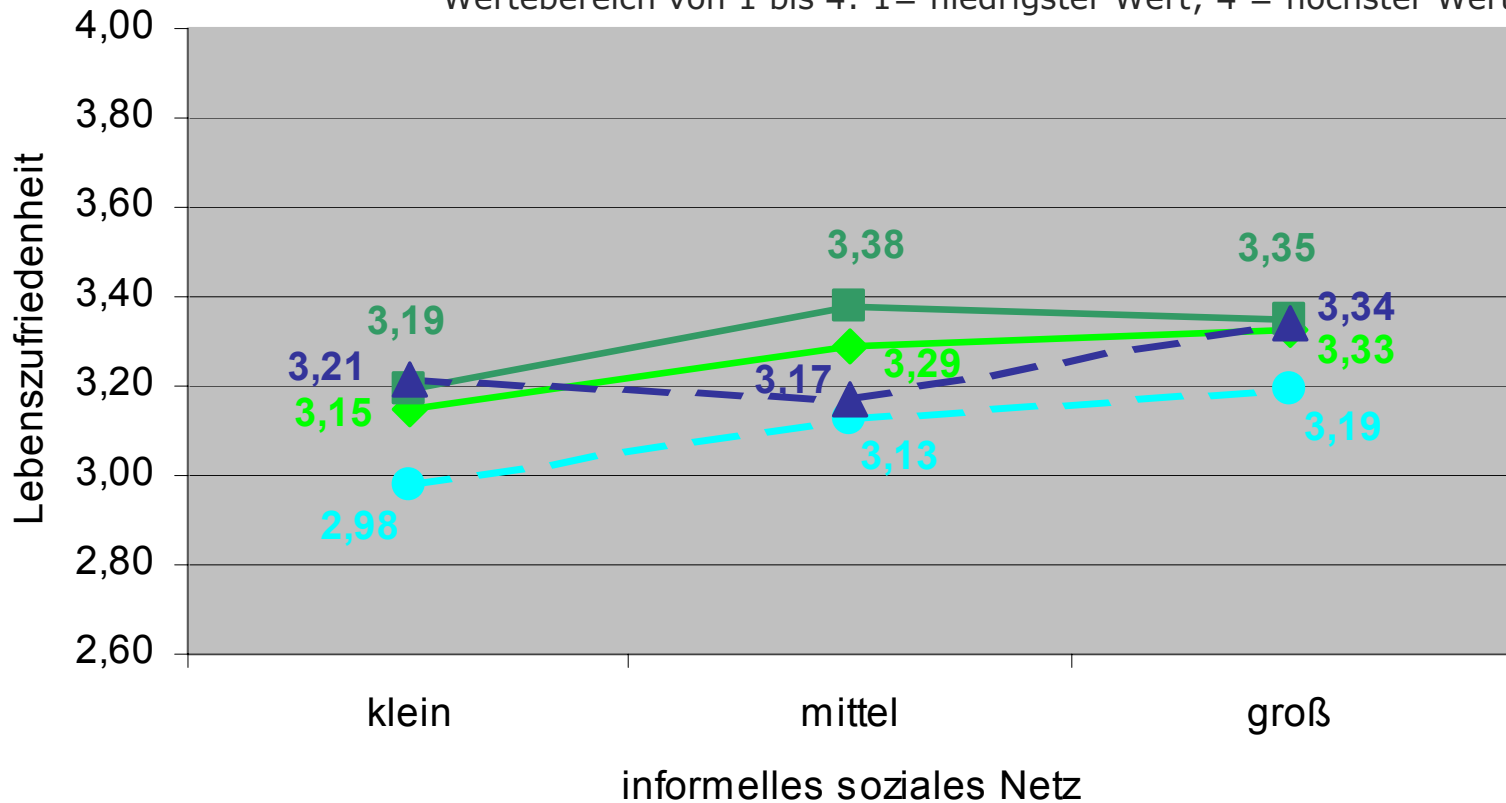
# Subjektiver Gesundheitszustand in den Bezirken nach dem informellen sozialen Netz und Geschlecht (Mittelwerte\*)

\* Wertebereich von 1 bis 3: 1 = niedrigster Wert; 3 = höchster Wert



# Lebenszufriedenheit in den Bezirken nach dem informellen sozialen Netz und Geschlecht (Mittelwerte\*)

\* Wertebereich von 1 bis 4: 1 = niedrigster Wert; 4 = höchster Wert



—◆— Graz Umgebung w eiblich

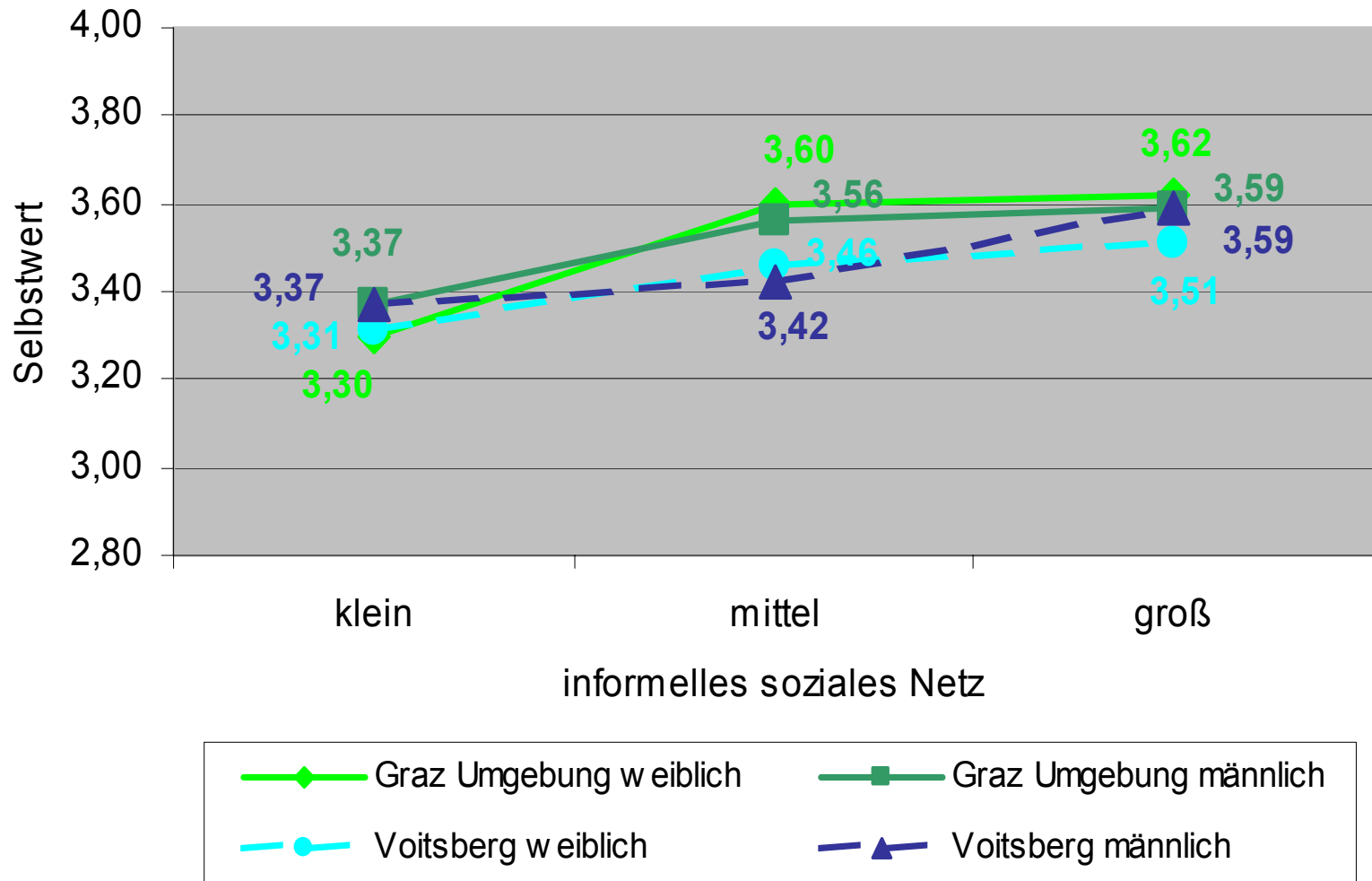
—■— Graz Umgebung männlich

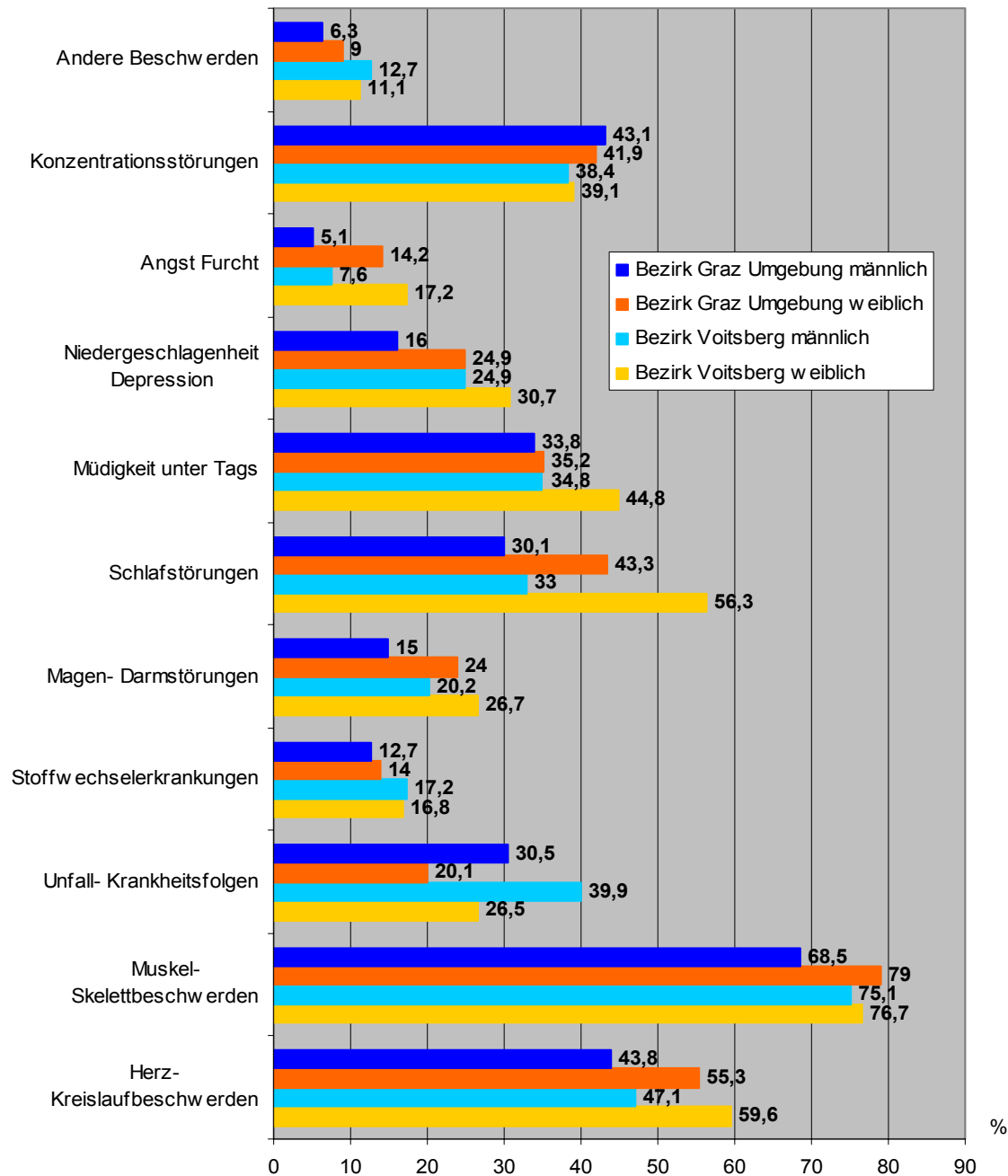
- -●- - Voitsberg w eiblich

- -▲- - Voitsberg männlich

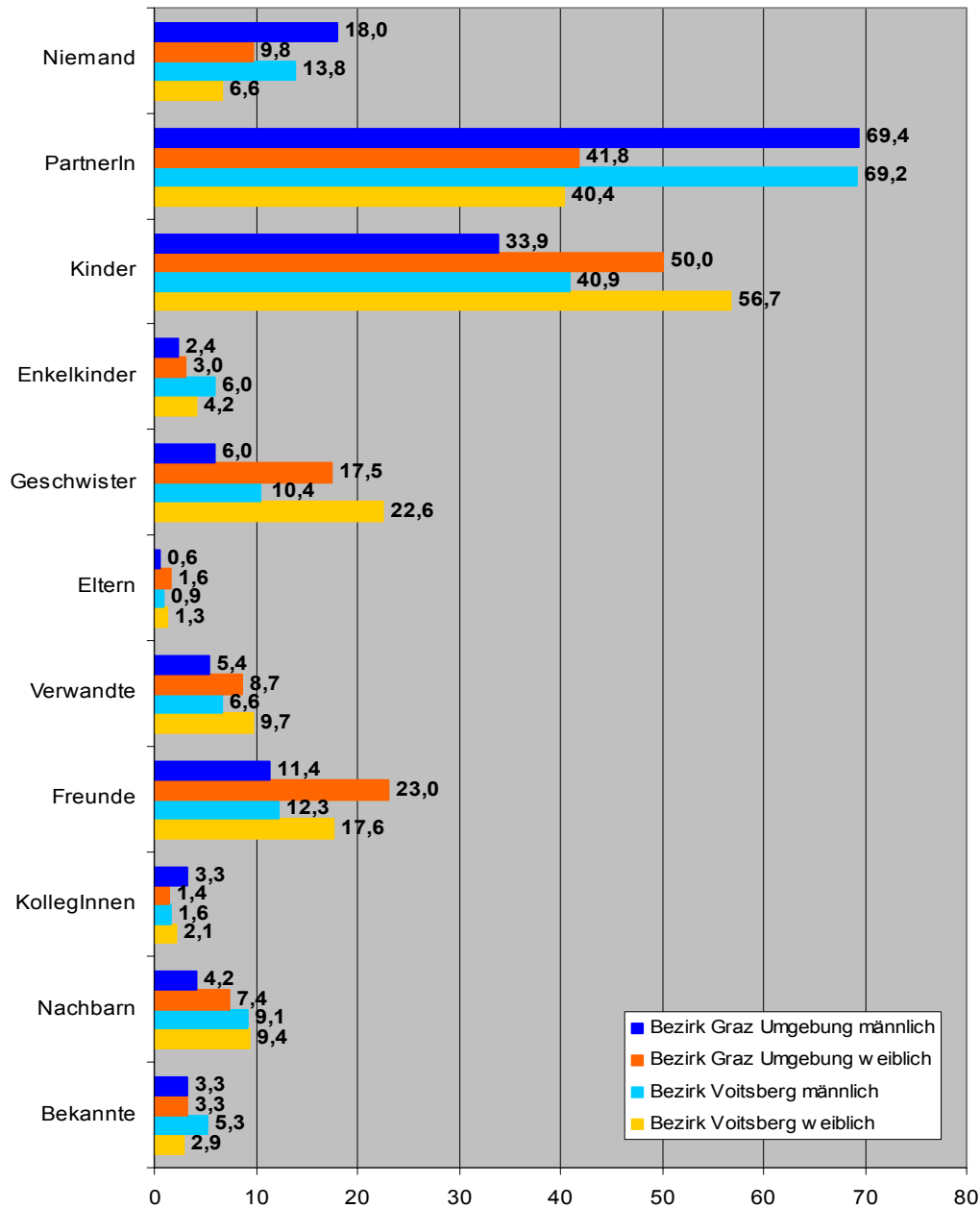
# Selbstwert in den Bezirken nach informellem sozialen Netz und Geschlecht (Mittelwerte\*)

\* Wertebereich von 1 bis 4: 1= niedrigster Wert; 4 = höchster Wert



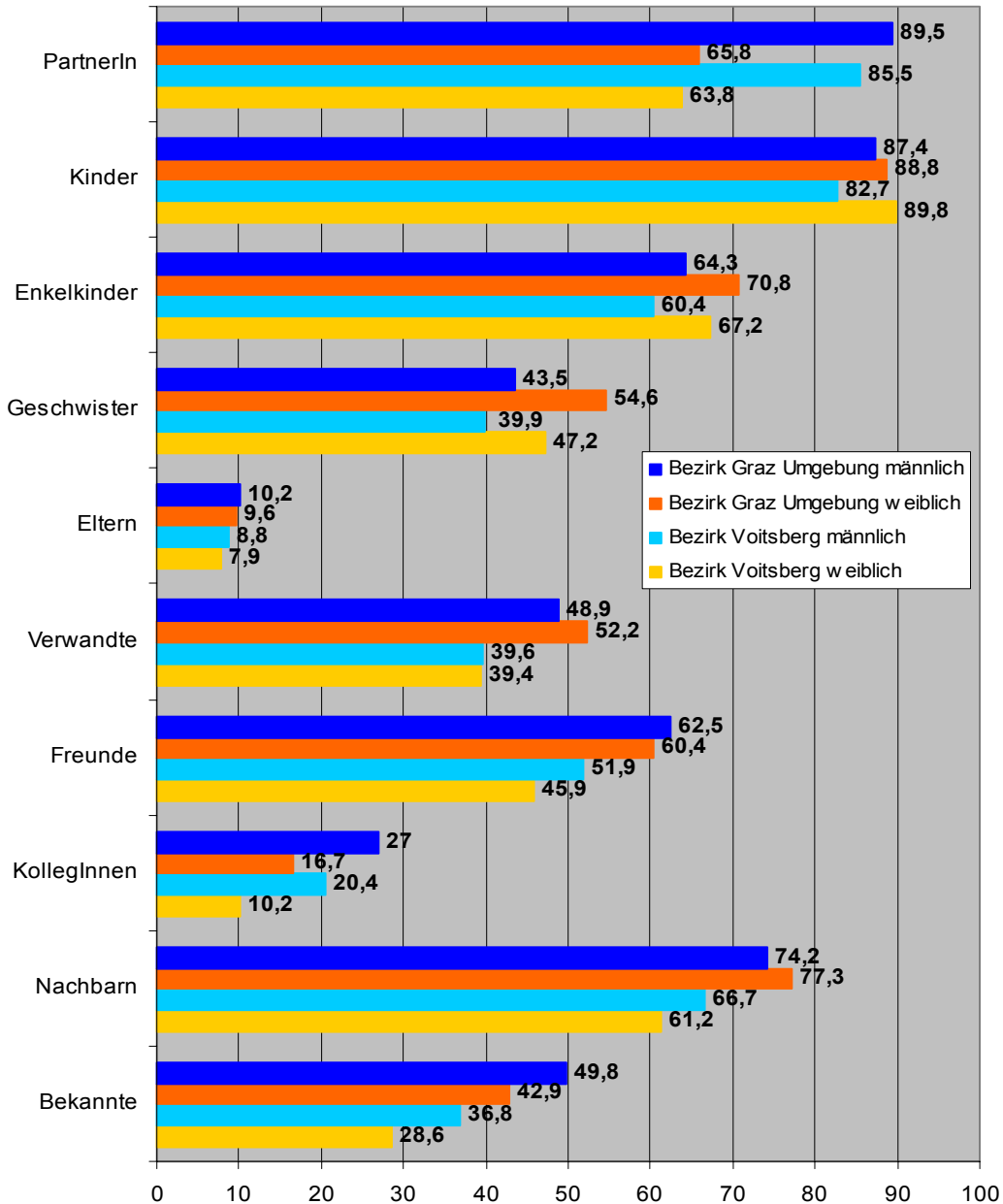


Gesundheitliche Beschwerden in den Bezirken nach Geschlecht



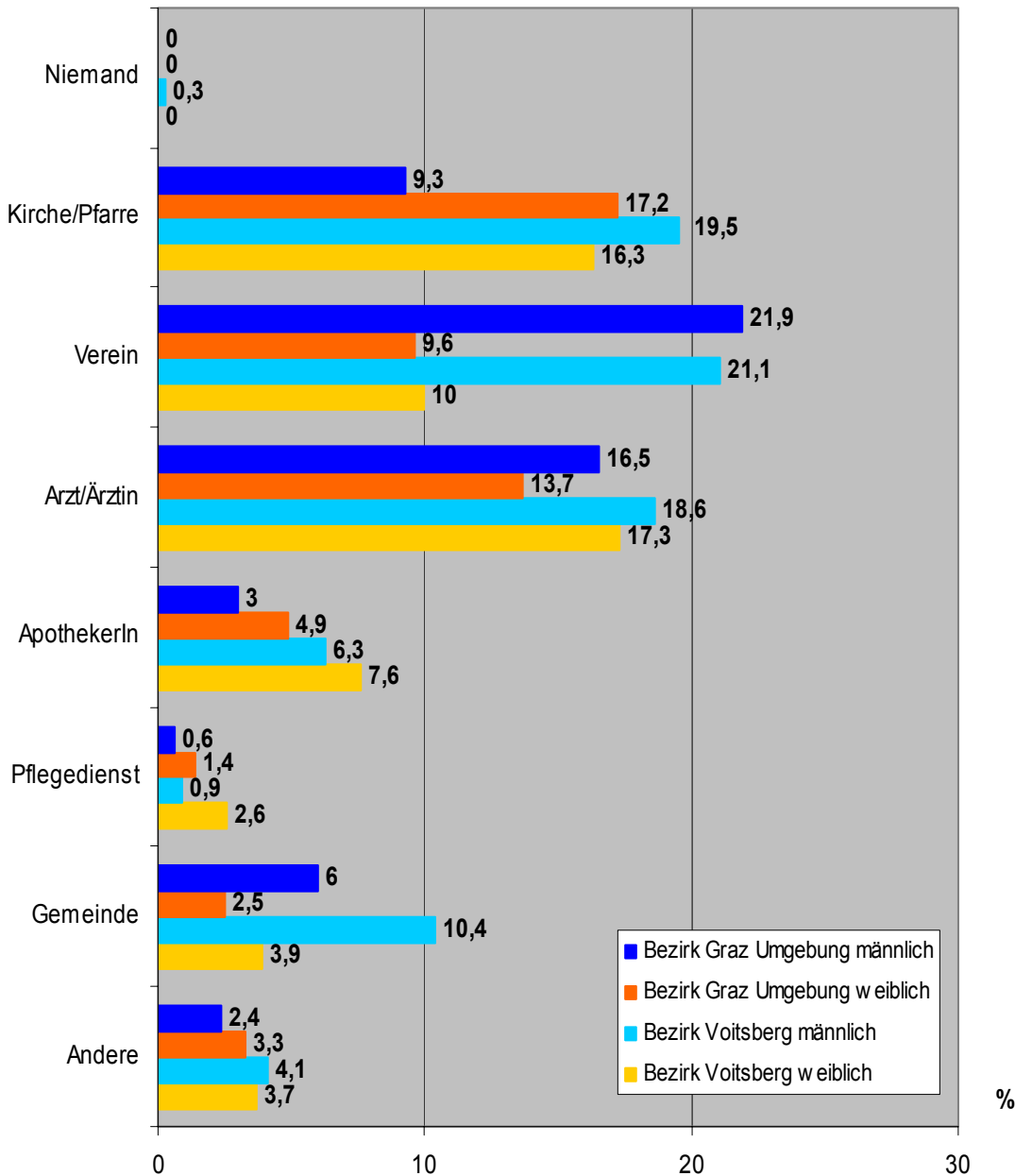
Kommunikationspartner bei psychischen Problemen im informellen Netz in den Bezirken nach Geschlecht (in %)

%



Regelmäßige Kontakte in den vergangenen Wochen im informellen Netz in den Bezirken nach Geschlecht (in %)

%

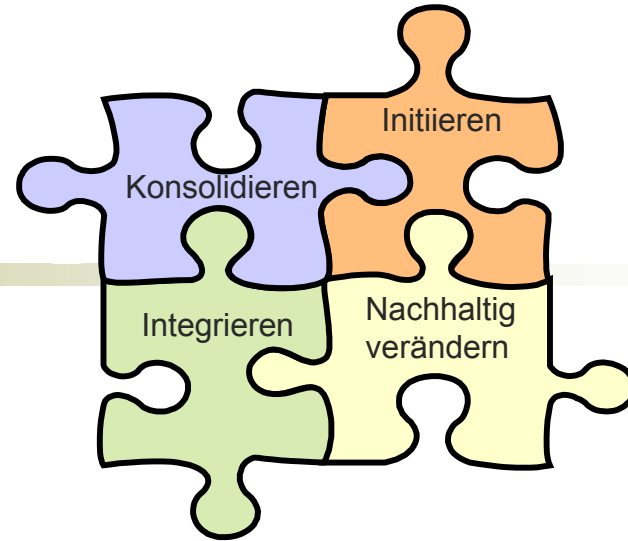


Regelmäßige Kontakte in den vergangenen Wochen im formellen Netz in den Bezirken nach Geschlecht (in %)

# Soziale Netzwerke

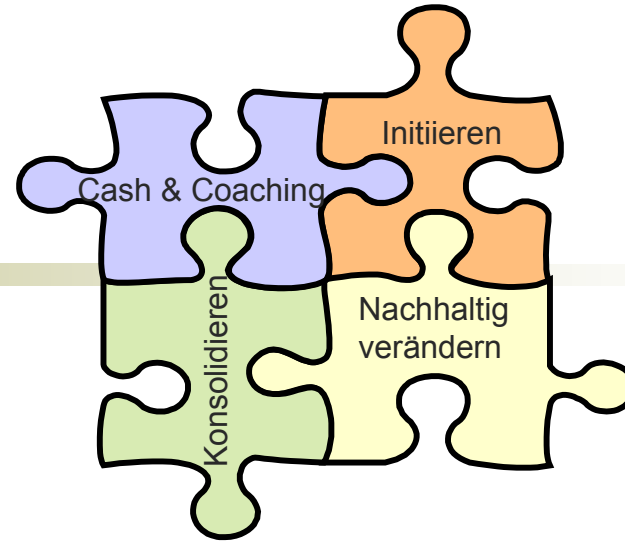
- SeniorInnennetz
- Von der kommunalen Konkurrenz der Stakeholders zur Kooperation über Patenschaften
- Regelmäßigkeit von Treffpunkten als Strategie gegen Sprachlosigkeit im weiteren informellen und formellen Kommunikationssystem und als niederschwelliger Einstieg in neue Themen
- Integration von Hol- und Bringstrategien
  - Sozialer Besuchsdienst
  - ...und manchmal hilft der Zufall!

# SeniorInnennetz



- Team von Personen, die bereits mit älteren oder für ältere Menschen arbeiten, Interessierte aus den kommunalen Vereinsstrukturen und der Gemeinde als politische und Verwaltungseinheit, VertreterInnen der Zielbevölkerung.
- Aufgabe ist bedarfsorientierte Planung, Organisation, Prozessevaluation und Steuerung des Projektes vor Ort mit moderativer, beratender und begleitender Unterstützung des Projektteams.

# Projektfonds



- Förderung von **13 Subprojekten** aus **9 Modellprojektgemeinden**
- Die Subprojekte entstehen sowohl mit als auch für die Zielgruppe.
- Für die Zielgruppe formulierte Projekte sollen Ansprechpartner sichtbar werden lassen und Netze bilden helfen.

# Projektfonds - Themen

- Soziale Besuchsdienste (2)
- Zeitgeschichte, Alltagsgeschichte(n) und wie ist es heute? (5)
  - Glas & Kohle, Migration
  - Wege
  - Arbeit & Feste
  - Kochen & Rezepte
- Regelmäßige Gesundheitstreffs (2)
- Kombinierte Trainings (4)
  - Englisch & Ernährung
  - Bewegung & Kommunikation & Gedächtnis
  - Kunsthandwerk & Kommunikation

# Nachhaltige Interventionen

- **Verankerung in der Gesundheitspolitik der Gemeinde**  
(Gemeinde als politische und Verwaltungseinheit)
  - Indikatoren: Entscheidungsprozess für das Projekt, breit getragene Projektvereinbarung, Ansprechpersonen, Kommunikation, Identifikation, Unterstützung, Überparteilichkeit
- **Entwicklung von Leadership**
  - Indikatoren: Akzeptanz durch „Machtstruktur“ und durch Zielgruppe, Identifikation, Mobilisierungsfähigkeit, fachliche und soziale Kompetenz, Um- und Durchsetzungsvermögen, Zeit, Unterstützung
- **Schaffung von Ressourcen**
  - Indikatoren: Budget, Zeit, Kompetenzen (Qualifikation), Team, Vernetzung mit anderen Strukturen

# Lessons learned

- Ältere Menschen sind unsichtbar, daher kein gesellschaftspolitisches Thema
- Funktionierende Gemeinschaft & Leadership als Erfolgsfaktoren in der Intervention
- Größere Gemeinden brauchen Vernetzung der Stakeholders, kleinere brauchen Kompetenzen & Strukturen
- Stärkung der Intervention durch Integration von Gesundheitsförderung & Primärversorgung
- Das Mentale als gesundheitlich, sozial und gesundheitspolitisch wirksame Ressource

# Lebenswerte Lebenswelten für ältere Menschen



**Dankeschön!**

