

Gesundheitskompetenz in der Kommune verankern

Praxistools für die Arbeit vor Ort

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Gerlinde Malli

14.06.2022

Kommune macht gesundheitskompetent – Teil 2

Styria vitalis

- Gemeinnütziger, unabhängiger Verein mit Sitz in Graz, gegründet 1973
- Team mit rund 75 MitarbeiterInnen
- Beratung, Unterstützung und Begleitung → Mehr Gesundheit für alle SteirerInnen
- Kompetenz-Bereiche:
 - Gesunde Schule
 - Gesunder Kindergarten
 - Zahngesundheit
 - Naturküche
 - Gesunde Gemeinde

<https://styriavitalis.at/>

Gesundheitskompetenz in Gemeinden

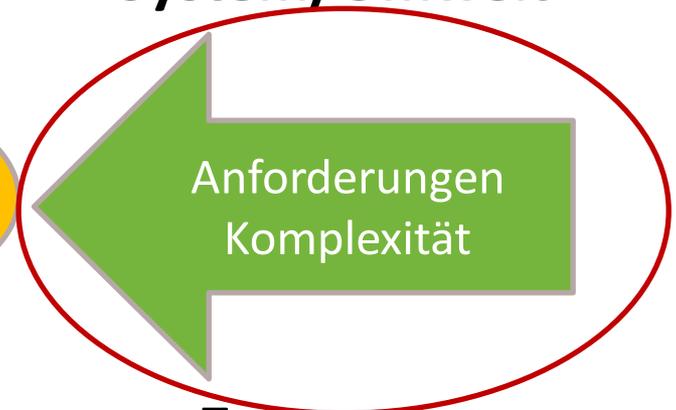
Individuum



- finden
- verstehen
- beurteilen
- anwenden



System/Umwelt



- Zugang
- Verständlichkeit
- Qualität
- Anwendbarkeit

... Vgl. Parker, 2009

Leitfaden



<https://styriavitalis.at/gesundheitskompetenz/>



Hintergrund

- Auftrag des Hauptverbands der Sozialversicherungsträger
- Interviews mit ExpertInnen aus den Bereichen Gesundheitskompetenz, kommunales Setting, kommunale Gesundheitsförderung
- Fokusgruppen mit insgesamt 21 GemeindevertreterInnen aus Politik und Verwaltung
- Bestehende Modelle (Krankenanstalten, Sozialversicherung, offenen Jugendarbeit) als Orientierung + Orientierung an Gemeindepraxis → sprachliche und inhaltliche Adaptionen der 9 Standards

Handlungsfelder

- Gemeinde als Organisation
- Gemeinde als Bürgerservice
- Gemeinde als Lebenswelt
- Gemeinde als Netzwerkknoten

9 Standards im Überblick

Die 9 Standards

Standard 1 ■■■ ermöglicht dem Thema einen gut vorbereiteten Start. Bürgermeisterinnen und politische Entscheidungsträger erkennen die Bedeutung von Gesundheitskompetenz für die Gemeinde. Sie nominieren ein Team, statten es mit Ressourcen aus und unterstützen die Arbeit organisatorisch und ideell.

Standard 3 ■■■ wirkt nach innen: Gemeindemitarbeiterinnen stärken ihre eigene Gesundheitskompetenz, machen eigene Erfahrungen, sammeln Expertise. Sie übernehmen Leadership, und die Gemeinde positioniert sich als gesunder Arbeitgeber.

Standard 4 ■■■ bedeutet, dass sich die Gemeinde dazu bekennt, Bürgern gesundheitsrelevante Informationen vermitteln zu wollen. Das heißt, Orientierung zu schaffen, für Barrierefreiheit zu sorgen und zu wissen, welche Information man selbst gibt und wann man Anfragen an fachkundige Stellen weiterleitet.

Standard 5 ■■■ fokussiert eine gesundheitskompetente Kommunikation der Gemeinde und ihrer Mitarbeiter mit der Bevölkerung.

Standard 2 ■■■ zeigt, wie Service und Angebote nicht nur FÜR bestimmte Zielgruppen, sondern MIT ihnen entstehen können. Mitarbeiter im Gemeindeamt und Vertreterinnen aus der Bevölkerung kommt eine wichtige Rolle zu. Denn sie wissen, was den Bürgerinnen wichtig ist. Miteinander zu planen, zu testen und zu reflektieren, schafft gemeinsames Engagement für das Thema.

Standard 6 ■■■ denkt Gesundheit in allen Politikbereichen mit. Wohlbefinden und Lebensqualität werden zu Filterkriterien bei Aufgaben, die die Gemeindeverwaltung umsetzt. Sie helfen einer gesundheitskompetenten Gemeindeführung, die Lebensbedingungen in der Gemeinde gesundheitsförderlich zu gestalten.

Standard 8 ■■■ beschäftigt sich mit der Frage des Transfers von Wissen und Erfahrungen: Wie kann eine Gemeinde zur Gesundheitskompetenz in der Region beigetragen?

Standard 9 ■■■ fokussiert Zusammenarbeit und Erfahrungsaustausch von Gemeinden mit anderen Organisationen und Institutionen sowie untereinander. Kooperation in der Umsetzung, Dialog in der Reflexion und Selbstevaluation führen zum Ziel: Gemeinden für Gesundheitskompetenz!

Standard 7 ■■■ beschreibt, wie Gemeinden mit ihrem Service aktiv zur Gesundheitskompetenz der Bevölkerung beitragen können. Niederschwellige Zugänge zu Angeboten, Beteiligungsmöglichkeiten für Bürgerinnen und eine umfassende Nachhaltigkeit markieren den Weg.

Praxistools

Gute Qualität für Angebote sichern

Gesundheitsbezogene Angebote wie Vorträge, Bewegung und Beratung helfen der Bevölkerung in ihrer Gesundheitskompetenz zu stärken, die Motivation und die Fähigkeit der Menschen, gesunde Entscheidungen einzuziehen. Die wesentlichen Fragen sind:

Entsprechen unsere Angebote den Kriterien guter Qualität?
Und wie stellen wir fest, ob ein Angebot die Kriterien erfüllt?

Ziel Gemeinden tragen mit ihrem Service aktiv zur Gesundheitsförderung bei, indem sie die Qualität ihrer Angebote prüfen. Damit das gelingt, berücksichtigen sie die Bedürfnisse der adressierten Zielgruppe und die Qualität der angebotenen Information.

Aus der Praxis
Themen auswählen

Bürgerservice kompetent und barrierefrei!

Das Bürgerservice kann die zentrale, kommunale Drehscheibe für die BürgerInnen sein, um relevante Informationen für den Alltag und das Zusammenleben zu erhalten. Das gilt z.B. in Gesundheitsbelangen dann, wenn BürgerInnen regionale Gesundheitsdienstleistungen, über Veranstaltungen und Gesundheitsförderung, über mobile Dienste, Pflege- und Betreuungsangebote wie Seniorentaxis erhalten. Gemeinden erleichtern mit einem Bürgerservice den EinwohnerInnen die Orientierung und schaffen Zugang zu qualitativer Information. Gemeinden tragen damit dazu bei, die Gesundheitskompetenz der BürgerInnen zu stärken. Die wesentlichen Fragen für Gemeinden sind:

Zu welchen gesundheitsbezogenen Fragen erwarten wir die Unterstützung von der Gemeinde Information?

Gibt es zu diesen Fragen gutes Infomaterial und bietet die Gemeinde es an?
Falls nicht: Wie kommt sie zu entsprechenden Infos und Materialien?

Ziel Das Bürgerservice versteht sich als Anlaufstelle für die BürgerInnen, um gesundheitsbezogene Fragen und unabhängige Informationen zu erhalten. Im Gemeindeamt entspricht den lokalen Bedürfnissen der BürgerInnen. Das Bürgerservice ist über regionale, gesundheitliche Netzwerke eingebunden.

Lokale Landkarte zu regionalen Angeboten

Lokale Landkarte



Eine lokale Landkarte hilft, sich in der regionalen Versorgungs-, Unterstützungs- und Beratungslandschaft zu orientieren. Sie stellt gesundheitsbezogene Angebote und Anlaufstellen wie Selbsthilfegruppen mit Kontaktangaben und inhaltlicher Beschreibung anschaulich und klar strukturiert dar. Die zentralen Fragen für die Erstellung lauten:

Wie kommen wir zu allen Angeboten und Anlaufstellen?
Wie stellen wir sie übersichtlich und für die Adressaten passend dar?
Und wie kommt die gesammelte Information zu den Menschen, die sie brauchen?

Ziel Die lokale Landkarte hilft dem Bürgerservice in der Gemeinde, Informationen zu regionalen Unterstützungsangeboten nicht erst auf Nachfrage zu recherchieren, sondern sofort weitergeben zu können. Das kann mündlich bzw. schriftlich erfolgen. Wenn die lokale Landkarte entsteht, deckt sie außerdem oft Lücken in der regionalen Versorgungslandschaft auf. Dadurch ist sie auch eine Basis für die Planung, Gestaltung und Adaptierung neuer oder bestehender Angebote.

Aus der Praxis
Information sammeln

Download: <https://styriavitalis.at/information-service/projektarchiv/agil/>

Gute Qualität für Angebote sichern

Zentrale Fragen für die Gemeinde:

- Entsprechen unsere Angebote den Kriterien guter Gesundheitsinformation?
- Wie stellen wir fest, ob ein Angebot diesen Kriterien entspricht?

Gute Qualität für Angebote sichern

- Themen auswählen
- Zugang ermöglichen
- Checkliste zur Auswahl von ReferentInnen & zur Beurteilung von Vortrags- und Kursangeboten

Gute Qualität für Angebote sichern

Für die Praxis

CHECKLISTE zur Auswahl von ReferentInnen & zur Beurteilung von Vortrags- oder Kursangeboten

1. ReferentIn	Erläuterungen
1.1 ErläIn verfügt keine politischen, religiösen, ideologischen oder kommerziellen Interessen und/oder Werbezwecke.	<ul style="list-style-type: none"> Rund um Gesundheit ist ein großer, wenig geregelter Markt entstanden. Bleiben Sie daher aufmerksam und kritisch, wenn AnbieterInnen ideologische Botschaften verbreiten oder Produkte/Dienstleistungen verkaufen wollen. Wenden Sie sich bei Bedarf an ExpertInnen, die Sie bei der Einschätzung von Referierenden in Bezug auf deren Un- (Abhängigkeit) von politischen, religiösen oder kommerziellen Interessen unterstützen.
1.2 ErläIn verfügt über entsprechende Qualifikationen.	<ul style="list-style-type: none"> Fragen Sie nach dem Lebenslauf, der fachlichen Ausbildung und Berufserfahrung.
1.3 ErläIn weist Referenzen nach.	<ul style="list-style-type: none"> Referenzen sind häufig auf Websites von ReferentInnen nachzulesen. Sie zeigen, wie und für wen Referierende bereits tätig waren. Wenn Sie Zweifel haben, rufen Sie bei einer als Referenz angeführten Organisation an. Vertrauen Sie unabhängigen ExpertInnen bei der Empfehlung von ReferentInnen, tauschen Sie sich mit anderen (Gesunden) Gemeinden oder Organisationen aus dem Gesundheitsbereich. Für ältere Menschen sind Vortragsangebote interessant, die selbst etwas älter sind und eigenen Erfahrungen mit dem Alterwerden oder -sein berichten. Inhalte wirken interessanter und authentischer wenn sie mit Geschichten oder Anekdoten den Alltag anschließen.
1.4 Das Honorar ist angemessen.	<ul style="list-style-type: none"> Das Honorar entspricht der angebotenen Leistung, der Qualifikation, eventuell dem Bekanntheitsgrad der Vortragenden.

2. Inhalt der Gesundheitsinformation	Erläuterungen
2.1 Die Gesundheitsinformation ist verlässlich.	Fragen Sie die Quellen nach, auf die sich die Information bezieht und versuchen Sie, die Qualität der Quelle zu beurteilen. Ziehen Sie im Bedarfsfall ExpertInnen hinzu.
2.2 Die Gesundheitsinformation ist aktuell.	Je aktueller die Gesundheitsinformation, umso besser: Prüfen Sie, ob Erscheinungsdaten genannt sind. Falls nicht, fragen Sie nach, damit Sie die Aktualität beurteilen können.
2.3 Mögliche Interessenskonflikte und Abhängigkeiten in Bezug auf die Gesundheitsinformation sind offengelegt.	Sind finanzielle, persönliche Interessen oder Abhängigkeiten der Personen/Organisationen, die hinter der Gesundheitsinformation stehen, offengelegt?
2.4 Die Gesundheitsinformation ist für die Zielgruppe maßsichernd und nützlich.	Entscheidend ist die Transparenz: Wenn Sie erkennen, dass die Information z.B. mit dem Verkauf eines Produkts verknüpft ist, können Sie entscheiden, ob ein/e solch/e ReferentIn für Sie in Frage kommt (vgl. 1.1)
	Sprechen Sie mit der ReferentIn/dem Referenten darüber, wer informiert werden soll und welche Informationen die Zielgruppe braucht. Neben allgemeinen Aspekten, die bei vielen Themen Zielgruppen relevant sind, kann es altersspezifische Probleme und Fragen, Wissenslücken oder Missverständnisse geben. Wichtig ist, dass Zielgruppe angesprochen fühlt und Infos erhält, die für sie wichtig und für ihr all relevant sind.

3. Darstellung der Gesundheitsinformation	Erläuterungen
3.1 Die Form der Vermittlung und die eingesetzten Medien entsprechen den Bedürfnissen der Zielgruppe.	<ul style="list-style-type: none"> Methodische Vielfalt bringt Abwechslung, soll aber dem Bedürfnissen der Zielgruppe entsprechen. Schriftgröße und die Lesbarkeit der Schrift berücksichtigen, damit Folienchart-Plakate oder Power Point-Folien die Zielgruppe erreichen. Bei Musik oder Ton von Videos auf eine angepasste Lautstärke und die entsprechende technische Ausstattung wie z.B. Akustikboxen achten. Bilder, Infografiken und andere Visualisierungen machen Informationen anschaulicher und unterstützen die Verständlichkeit.
3.2 Die Gesundheitsinformation ist für die Zielgruppe verständlich.	<ul style="list-style-type: none"> Langsamem, deutlichen Artikulieren erhöht die Verständlichkeit. Fachbegriffe erklären, Sätze klar strukturieren, das trägt zur Verständlichkeit bei. Ältere Menschen profitieren von einer lauten Stimme und deutlichen Artikulation besonders. Interaktive Elemente erhöhen die Aufmerksamkeit, ein Sitz-Brotformung. Schriftliches Informationsmaterial unterstützt die Verständlichkeit und hilft beim Erinnern.
3.3 Der/die Referierende geht auf die Zuhörenden ein.	<ul style="list-style-type: none"> Referierende gehen auf Nach-Fragen von Zuhörenden ein. Sie sind bereit, über die Inhalte zu diskutieren.
3.4 Der zeitliche Rahmen des Vortrags ist angemessen.	<ul style="list-style-type: none"> Ob jemand einen Vortrag als lebendig und kurzweilig erlebt, hängt auch von Vorwissen der Zuhörenden ab. Generell gilt, dass die Aufmerksamkeit nach 30 bis 60 Minuten nachlässt. Wichtig ist, dass Referierende die vereinbarte Redezeit einhalten.

Gute Qualität für Angebote sichern

- auch als Fortbildung/Web-Seminar
- Zielgruppe: Gesunde Gemeinde-Verantwortliche
- Unterstützung bei Planung des Gesunde Gemeinde-Jahresprogramms

<https://styriavitalis.at/angebote/gesunde-veranstaltungen/>

Bürgerservice kompetent und barrierefrei!

Zentrale Fragen für die Gemeinde:

- Zu welchen gesundheitsbezogenen Fragen erwarten (ältere) BürgerInnen von der Gemeinde Information?
- Gibt es zu diesen Fragen gutes Infomaterial und bietet die Gemeinde das bereits an?
- Falls nicht: Wie kommt sie zu entsprechenden Infos und passendem Material?

Bürgerservice kompetent und barrierefrei!

- Gemeinde als neutraler und persönlicher Infopoint
- Informationen bündeln und unabhängig beraten
- Sich kümmern
 - *„[...] dass es wirklich in der Gemeinde eine professionelle [...] Person gibt, die ich anrufe und sagen kann, jetzt bin ich in Schwierigkeiten, ich weiß nicht mehr [weiter], ich bin in Trance, weil das und das ist passiert, bitte kommen.“ (Herr Huber)*
- Soziale und räumliche Barrierefreiheit schaffen

Bürgerservice kompetent und barrierefrei!

Für die Praxis

➤ CHECKLISTE: Ältere Menschen nehmen das Bürgerservice unter die Lupe



Die Checkliste liefert das Gerüst für ein kleines Projekt, das darauf abzielt, die angebotene Information am Gemeindeamt bestmöglich an die Bedürfnisse älterer Menschen anzupassen. Außerdem ermöglicht es den teilnehmenden Älteren, im Gemeindeleben sichtbar zu werden, an ihm teilzuhaben.

Sie, der Check der Servicestelle ist als Unterstützung für die Gemeinde gedacht, die so Rückmeldungen direkt von BürgerInnen erhält. Informieren Sie daher BürgerInnen, die Anmietung oder die Leitung der Bürgerservicestelle offen über das Verfahren, damit sie Ihnen positiv gegenübersteht. Wir empfehlen, das kleine Projekt engere begleitet, z.B. im Rahmen der Gesamten Gemeinde, umzusetzen.

1. Vorbereitungen	Erläuterungen	✓
1.1 Ein Planungsteam gründen	Damit das Projekt für Bürgerservice und BürgerInnen möglichst viel bringt, lohnt es sich, das Verfahren zu planen. Gehen Sie für das Planungsteam Werte aus der Gemeinde wie die Anmietung oder die Sozialreferenzen Sozialreferenzen als Teammitglieder. Binden Sie dann unterschiedliche Bevölkerungsgruppen ein, damit nicht nur für, sondern auch mit BürgerInnen analysiert und gestaltet wird.	
1.2 BürgerInnen aus der Zielgruppe als PartnerInnen gewinnen	Für die Umsetzung ist es wichtig, dass die beteiligten BürgerInnen Interesse haben, das Bürgerservice zu nutzen. Beachten Sie, dass sich ältere Menschen in Bezug auf ihr Geschlecht, ihre Gesundheit, Mobilität, Selbstständigkeit, finanzielle Situation, soziale und kulturelle Herkunft unterscheiden. Je heterogener die prüfende Gruppe zusammengesetzt ist, umso unterschiedlicher sind die Schwächen, die in den Check der Bürgerservicestelle einfließen. Sie sind auch unterschiedliche Bedürfnisse älterer Menschen gut abgebildet. Aber Achtung: Heterogenität ist aufwändig. Denn sie entsteht meist nicht zufällig, sondern braucht Kriterien für die Auswahl der VertreterInnen unterschiedlicher BürgerInnengruppen. Es kann z.B. schwierig sein, Menschen mit wenig formaler Bildung oder wenig Einkommen zu erreichen.	

www.styriavitalis.at



Vorbereitungen

Vorbereitungen	Erläuterungen	✓
1.1 Ein Planungsteam gründen	Einfacher ist es, mit einer bereits bestehenden Gruppe zu arbeiten, weil sich die Menschen vertraut sind. Noch einfacher wird es, wenn sich die Gruppe zum gewählten Termin am vertrauten Ort trifft, etwa zum Frühstück oder beim Seniorentreff und von dort zum Bürgerservice geht. Der Nachteil ist, dass sich die Sichtweisen der Menschen aus dieser Gruppe vielleicht sehr ähnlich. Wägen Sie daher die Vor- und Nachteile der gewählten Vorgehensweise im Planungsteam ab. Eventuell lohnt es, z.B. mit mehreren bestehenden Gruppen zu arbeiten.	
1.2 Datum und Uhrzeit für den Check abstimmen	Vermeiden Sie für den Check Zeiten mit viel Parkraumverkehr. Stimmen Sie den Zeitpunkt mit der Leitung vom Bürgerservice ab und besichtigen Sie den Ort im Vorfeld.	

Durchführung

Durchführung	Erläuterungen	✓
2.1 Ablauf mit den teilnehmenden BürgerInnen klären und Kriterien für den Check besprechen	Laden Sie die teilnehmenden BürgerInnen zu einem Treffen ein oder besuchen Sie sie bei einem ihrer Treffen und besprechen Sie das geplante Verfahren. • Ablauf klären • Zeitlichen Rahmen festlegen • Auf Fragen und Wünsche eingehen Besprechen Sie mit den TeilnehmerInnen, was für sie ein Bürgerservice sinnvoller ist oder besser ist, was Zugang zu Gesundheitsinformationen für sie bedeutet. Tipp! Die TeilnehmerInnen sollen sich bei dieser Arbeit wohlfühlen. Sorgen Sie für eine angenehme Atmosphäre, bieten Sie Kaffee oder Tee und z.B. Obst oder Kuchen an.	
2.2 Inputfragen für den Check beim Bürgerservice vorbereiten	Die teilnehmenden TeilnehmerInnen bilden drei Gruppen, die jeweils einen bestimmten Aspekt beim Bürgerservice unter die Lupe nehmen. Als Vorbereitung erhält jede Gruppe Inputfragen, die von den TeilnehmerInnen ergänzt werden können.	

www.styriavitalis.at



Durchführung

Durchführung	Erläuterungen	✓
2.2 Inputfragen für den Check beim Bürgerservice vorbereiten	Gruppe 1: Schriftliches Infomaterial <ul style="list-style-type: none"> • An welchem Ort im Gemeindeamt werden schriftliche Informationsmaterialien präsentiert? • Zu welchen Themen liegen in welcher Form Materialien auf? • Passen diese Informationen zum Bedarf? • Sind die angebotenen Informationen inhaltlich hilfreich? • Sind diese Informationen klar, übersichtlich und gut lesbar (Schriftgröße, Abstände zwischen den Zeilen, Farben, Bilder ...)? • Sind die Informationen gut verständlich? • Welche Information fehlt aus Ihrer Sicht? Gruppe 2: Persönliche Auskunft beim Bürgerservice <p>Überlegen Sie sich im Vorfeld dafür ein konkretes Anliegen wie z.B. die Anmietung für eine Fahrt mit dem Seniorentaxi oder eine Nachfrage zu Angeboten und Preisen der Pflegeheimen in der Region.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gibt es eine klare Ansprechperson für den Erstkontakt? • Finden Sie sich mit Ihrem Anliegen verstanden? • Haben Sie das Gefühl, dass die Ansprechperson Zeit für Sie hat? • Verstehen Sie, was Ihnen die Ansprechperson sagt? • Haben Sie das Gefühl, nachfragen zu können, wenn Sie etwas nicht verstehen? • Ist die erhaltene Information für die Anliegen hilfreich? • Werden Sie aktiv aufgefordert, weitere Fragen zu stellen? 	

www.styriavitalis.at



Bürgerservice kompetent und barrierefrei!

- Auch als Kleinprojekt
- Zielgruppe: BürgerInnen und VerantwortungsträgerInnen in Gemeinden
- Gemeinsame Begehung und Check
 - der schriftlichen Gesundheitsinformationen,
 - der persönlichen Auskunft,
 - der räumlichen Gegebenheiten
- Ergebnis-Workshop

<https://styriavitalis.at/angebote/buergerservice/>

Lokale Landkarte zu regionalen Angeboten

Zentrale Fragen:

- Wie kommen wir zu allen relevanten Angeboten und Anlaufstellen?
- Wie stellen wir sie übersichtlich und für die AdressatInnen passend dar?
- Und wie kommt die gesammelte Information zu den Menschen, die sie brauchen?

Lokale Landkarte zu regionalen Angeboten

- Information sammeln
- Form festlegen
- Landkarte zugänglich machen

Im Rahmen von größeren Projekten als Instrument für Umfeldanalysen im Einsatz

Lokale Landkarte zu regionalen Angeboten

Für die Praxis

➤ Vorlage für die lokale Landkarte

Nachfolgend schlagen wir vor, welche Information die lokale Landkarte erhalten könnte. Form und Struktur helfen beim Sammeln der Angebote und Anbieter und erleichtern die Orientierung. Natürlich können sie verändert und erweitert werden.

Unterstützung durch die Gemeinde

Thema	Beschreibung	1.
Senioren-spezifische Aktivitäten Kontakt-daten, Ansprech-per-sonen, eventuell Termine nicht vergessen!	<ul style="list-style-type: none"> Seniorenausflüge Muttertagsfeier Pensionistenball Besuche/Ehrungen zum Geburtstag Schläge und andere Sportereignisse für aktive Ältere 	
Offene, kostenfreie Angebote Kontakt-daten, Ansprech-per-sonen, Termine nicht vergessen!	<ul style="list-style-type: none"> Seniorentreffs, Seniorencafé Spitienachmittage Angebote für alte und hochältrige Menschen 	
Finanzielle Förderungen mit Antragsstellung am Gemeindeamt Kontakt-daten, Ansprech-per-sonen, Antragsstun-den nicht vergessen!	<ul style="list-style-type: none"> Kostenübernahme für das Pflegeheim Pflegegeld Pensionsanträge nach dem Behinderten- oder Sozialhilfegesetz (z. B. Überbrückungshilfe) Mindestsicherung Heizkostenzuschuss (von Gemeinde / Land) Strombonus Gebührenbefreiung (IGS- bzw. Medikamenten-Gebühr) 	
Diverses (weitere Angebote und Aktionen der Gemeinde) Kontakt-daten, Ansprech-per-sonen nicht vergessen!	<ul style="list-style-type: none"> SeniorenCard (verbilligte Eintrittspreise für Sport- und Kulturveranstaltungen, Museen, Bildungs- und Freizeiteinrichtungen) Seniorenurlaubsaktion E-Bike-Förderung der Gemeinde Biografische Erzähl- bzw. Schreibwerkstatt 	

Gesundheitsdienste

Bereich	Angebote	2.
Lokale Gesundheitsdienste jedenfalls mit Kontakt-daten, Öffnungszeiten und Ansprech-per-sonen	<ul style="list-style-type: none"> Praktische Ärzte/Ärztinnen Fachärzte/-ärztinnen Apothek(e)n Physiotherapie/Massage Ergotherapie OptikerIn / AkustikerIn 	

Dienstleistungen im Nahbereich

Bereich	Angebote	3.
Lokale Serviceleistungen jedenfalls mit Kontakt-daten, Öffnungszeiten und Ansprech-per-sonen	<ul style="list-style-type: none"> Essenszustellung Hauszustellung von Lebensmitteln Fußpflege FriseurIn Spezielle Dienstleistungen wie Kost-Nix-Laden, Zeit-Hilfs-Netz, Seniorentaxi 	

Pflege und Betreuung

Bereich	Angebote	4.
Lokale Beratungsangebote jedenfalls mit Kontakt-daten, Öffnungszeiten und Ansprech-per-sonen	<ul style="list-style-type: none"> Beratung für pflegende Angehörige Erläuterung für pflegende Angehörige Pfarr Caritas 	
Lokale Pflege- und Betreuungsangebote jedenfalls mit Kontakt-daten, Öffnungszeiten und Ansprech-per-sonen	<ul style="list-style-type: none"> Sozialer Besuchsdienst Mobile Pflegedienste 24-Stunden-Betreuung Hilfsdienste für Haushaltsführung Lang- und Kurzzeitpflege, Urlaubersatz- oder Übergangspflege 	

Wohnen

Bereich	Angebote	5.
Wohnen im Alter Bedürfnisse wie Angebote sind meist vielfältig. Nähere Beschreibungen helfen, das richtige Angebot zu finden.	<ul style="list-style-type: none"> Betreutes Wohnen Betreubares Wohnen Wohnhaus für SeniorInnen Pflegewohnheim Wohngemeinschaften Intergenerative Wohnprojekte 	

Mobilität

Bereich	Angebote	6.
Mobilität im Alter Mobilität ermöglicht soziale Teilhabe sowie die Selbstversorgung mit Lebensmitteln und Dienstleistungen. Kontakt-daten, Fahrpläne, Kosten sind gute Zusatzinfos.	<ul style="list-style-type: none"> Öffentlicher Verkehr (Bus) SeniorInnen-Taxi Hol- und Bringdienste Gemeindeg-spezifische Lösungen 	

Vereine

Bereich	Angebote	7.
Die lokale Vereinslandschaft ... ist so bunt wie die BürgerInnen. Ordnen Sie daher das Angebot nach Interessensbereichen und beschreiben Sie es genauer. Kontakt-daten und Ansprech-per-sonen sind gute Zusatzinfos.	<ul style="list-style-type: none"> SeniorInnenvereine Sportvereine Seniorentreffs, -Café Gesangsverein, Chor, Musikverein Brauchtumsgruppen GemeindebürgerInnen, Bauernbund 	

Schriftliche Infos

Gesunde Gemeinde
— gut informiert —

THEMA: PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Gute Zeiten, schlechte Zeiten

Warum wir darüber reden sollten? Frauen und Männer, Kinder und Jugendliche, egal, ob arm oder reich: Wir alle können krank werden. Wir können Fieber bekommen, uns den Fuß brechen, eine Krise erleben und psychisch erkranken.

Wir sind nicht jeden Tag ruhiger und sorgenfrei. Das ist normal. Doch was, wenn die Probleme zu groß werden? Psychische Erkrankungen, wie Depressionen oder Burnout und Schlafstörungen oder Burnout sind längst keine Randerscheinung mehr. Eine Studie zeigt das Ausmaß: Mehr als ein Drittel der Menschen in Österreich waren oder sind aktuell von einer psychischen Erkrankung betroffen. Um das zu verhindern, sind in einer Gemeinde mit 3.200 EinwohnerInnen gibt es mehr als 1.000 BürgerInnen, die davon betroffen sind. Die Corona-Pandemie hat diese Situation noch weiter verschärft. Und trotzdem: Über ein psychisches Problem zu sprechen, ist für viele von uns noch immer tabu. Jeder dritte Betroffene rechtfertigt seine Krankheit sogar am Arbeitsplatz darüber zu reden. Fachleute sind sich einig: Es ist wichtig, psychische Probleme ernst zu nehmen, darüber zu informieren und Hilfspersonale zu befragen und sich Hilfe zu holen. Denn Kräfte müssen sich nicht alleine bewältigen.

Lilke Lorenz, Leiterin Lorenz,
Lilke Lorenz, Leiterin Lorenz, ist seit über 30 Jahren gemeindefremde Mitarbeiterin für den Wohlbefinden und Lebensqualität der Gemeinde. Sie ist eine leidenschaftliche Mitarbeiterin, die sich für die psychische Gesundheit der BürgerInnen interessiert. Sie ist eine leidenschaftliche Mitarbeiterin, die sich für die psychische Gesundheit der BürgerInnen interessiert.

Gertinda Malli
Styria-vitalis
Bürgerin
gertinda.malli@styriavitalis.at

Gesunde Gemeinde
— gut informiert —

Styria vitalis
Gesundheit für alle BewohnerInnen

THEMA: WIE WIR GUT ALT WERDEN

Gutes Leben – Gutes Altern

Warum wir über das Altern reden? 70 Jahre gehört zum Leben-dazu. Wir leben und wir altern - aber das sehr unterschiedlich. Wie wir leben, was und in welchem Umfeld, hat Einfluss auf das Altern. Letztlich sind auch die Antworten auf die Frage, was Alt-Sein bedeutet, so verschieden wie wir Menschen.



Was uns einst. Wir möchten selbstbestimmt, aber dennoch geliebt in einer Gemeinschaft leben. Sagen es die Familie, die Nachbarschaft oder der Freundeskreis. Und wir wollen gebraucht werden, einen Sinn sehen in dem, was wir tun. Das wollen wir als junge Menschen und das wollen wir noch immer, wenn wir alt sind.

Wir werden älter und irgendwann alt. In vielen Köpfen herrschen nach wie vor negative Altersstereotypen vor. Das hat mit einem mit unserer inneren Haltung zu tun, ist aber zum anderen Ergebnis über vorherrschenden Bildern von einem Alter mit Einschränkungen. Ja, es gibt diese Einschränkungen, es gibt aber auch gute Beispiele, wie Menschen ihr Leben auch im Alter vertiefen und sich entfalten.

Wollen wir diese Beispiele vor den Vorhang und reden wir darüber, was gutes Altern kann und wie. Denn eines ist gewiss: Das Leben ist vielfältig - das Alter ist ebenfalls - und das ist gut so.

Wir wollen gebraucht werden.

Lilke Lorenz, Leiterin Lorenz,
Lilke Lorenz, Leiterin Lorenz, ist seit über 30 Jahren gemeindefremde Mitarbeiterin für den Wohlbefinden und Lebensqualität der Gemeinde. Sie ist eine leidenschaftliche Mitarbeiterin, die sich für die psychische Gesundheit der BürgerInnen interessiert. Sie ist eine leidenschaftliche Mitarbeiterin, die sich für die psychische Gesundheit der BürgerInnen interessiert.

Lilke Lorenz, Leiterin Lorenz,
Lilke Lorenz, Leiterin Lorenz, ist seit über 30 Jahren gemeindefremde Mitarbeiterin für den Wohlbefinden und Lebensqualität der Gemeinde. Sie ist eine leidenschaftliche Mitarbeiterin, die sich für die psychische Gesundheit der BürgerInnen interessiert. Sie ist eine leidenschaftliche Mitarbeiterin, die sich für die psychische Gesundheit der BürgerInnen interessiert.

Gesunde Gemeinde

Styria vitalis
Gesundheit für alle BewohnerInnen

Corona-Schutzimpfung

Aktuell stehen drei Impfstoffe gegen das Coronavirus und die von ihm verursachte Erkrankung COVID-19 zur Verfügung. Das weckt Hoffnung und Zuversicht: gleichzeitig sind viele Menschen verunsichert: Wie sicher sind die neuen Impfstoffe? Wieso ging ihre Entwicklung so schnell? Und was ist noch unklar? Impfen oder nicht impfen - diese Entscheidung trifft jeder für sich, denn eine Pflicht zum Impfen gibt es in Österreich nicht.

Wir haben für Sie Links zusammengestellt, unter denen Sie verständliche und umfassende Informationen rund um die Corona-Schutzimpfung finden, die auf den derzeit besten wissenschaftlichen Erkenntnissen beruhen.

www.gesundheitsinformation.de
Bietet Informationen zu den drei derzeit zugelassenen Impfstoffen. Für wen ist der Impfstoff zugelassen? Wie wurde er untersucht? Wie gut wirkt der Impfstoff, welche Nebenwirkungen können auftreten und welche Fragen sind noch offen? Das deutsche Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) verfolgt das Ziel, evidenzbasierte Entscheidungen in Gesundheitsfragen zu unterstützen.

www.medin-transparent.at
beantwortet Fragen, Wie: Wie wirken die neuen Corona-Impfstoffe? Wie sicher sind sie? Wie entsteht ein neuer Impfstoff und wie geht bei der Corona-Impfung alles so schnell? Fragen, auf die Sie keine Antwort finden, können Sie an medin-transparent.at schreiben.

Der unabhängige Online-Service ist ein Projekt von Cochrane Österreich an der Donau-Universität Krems mit dem Ziel, Menschen vertrauenswürdige Informationen zur Verfügung zu stellen, die ihnen bei Entscheidungen für ihre Gesundheit helfen.

http://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/ImpfungenAZ_COVID-19/Faktenbox-Tab.html
Die Faktenboxen zur mRNA-Schutzimpfung gegen COVID-19 sollen Ihnen helfen, Nutzen und Schaden einer Schutzimpfung gegen COVID-19 abzuwägen. Die Informationen und Zahlen basieren auf den derzeit besten wissenschaftlichen Erkenntnissen.

<https://www.oesterreich-impft.at/>
Österreich impft - Initiative gegen das Coronavirus. Auf der Seite des Bundesministeriums finden Sie Informationen zum österreichischen Impfen und Antworten auf häufig gestellte Fragen rund um die Corona-Impfung. Ebenso gibt es hier Leitfaden Lesens-Informationen für Menschen mit Behinderungen.

<https://www.sozialministerium.at/Corona-Schutzimpfung/Corona-Schutzimpfung.html>
Österreich impft - Initiative gegen das Coronavirus. Auf der Seite des Bundesministeriums finden Sie Informationen zum österreichischen Impfen und Antworten auf häufig gestellte Fragen rund um die Corona-Impfung. Ebenso gibt es hier Leitfaden Lesens-Informationen für Menschen mit Behinderungen.

<https://www.sozialministerium.at/Corona-Schutzimpfung/Corona-Schutzimpfung.html>
Österreich impft - Initiative gegen das Coronavirus. Auf der Seite des Bundesministeriums finden Sie Informationen zum österreichischen Impfen und Antworten auf häufig gestellte Fragen rund um die Corona-Impfung. Ebenso gibt es hier Leitfaden Lesens-Informationen für Menschen mit Behinderungen.

<https://www.sozialministerium.at/Corona-Schutzimpfung/Corona-Schutzimpfung.html>
Österreich impft - Initiative gegen das Coronavirus. Auf der Seite des Bundesministeriums finden Sie Informationen zum österreichischen Impfen und Antworten auf häufig gestellte Fragen rund um die Corona-Impfung. Ebenso gibt es hier Leitfaden Lesens-Informationen für Menschen mit Behinderungen.

<https://www.sozialministerium.at/Corona-Schutzimpfung/Corona-Schutzimpfung.html>
Österreich impft - Initiative gegen das Coronavirus. Auf der Seite des Bundesministeriums finden Sie Informationen zum österreichischen Impfen und Antworten auf häufig gestellte Fragen rund um die Corona-Impfung. Ebenso gibt es hier Leitfaden Lesens-Informationen für Menschen mit Behinderungen.

Resümee: Chancen

- Gesundheitskompetenz-Strategie außerhalb des medizinischen Versorgungssystems → Gesundheitsinfos in den Handlungsfeldern Gesundheitsförderung und Prävention
- Lebensweltbezug und Nähe zu BürgerInnen
- Lokales Systemwissen & organisationale Ebene von Gesundheitskompetenz

Eine gesundheitskompetente Gemeinde ...

*... **erkennt**, dass die Art und Weise, wie sie ihre Aufgaben umsetzt, die Lebensqualität ihrer BürgerInnen beeinflusst.*

*... **stärkt** die Gesundheitskompetenz ihrer BürgerInnen, weil sie Bedingungen schafft, die es ihnen erleichtern, im Alltag möglichst gute Entscheidungen für ihre Gesundheit zu treffen*

Resümee: Herausforderungen

- Gesundheitsagenden sind nicht Aufgabe der Gemeinden → Freiwilligkeit
 - Commitment
 - Health in all Policies (HiAP)
 - Add in-Strategie
- In der Praxis: Begriff „Gesundheitskompetenz“ eher vermeiden, aber dennoch den Inhalt vermitteln

Vielen Dank!