

Gute Qualität für Angebote sichern

Gesundheitsbezogene Angebote wie Vorträge, Bewegungs- oder Kochkurse tragen dazu bei, die Bevölkerung in ihrer Gesundheitskompetenz zu stärken. Angebote beeinflussen das Wissen, die Motivation und die Fähigkeit der Menschen, gesundheitsrelevante Aspekte in ihre Entscheidungen einzubeziehen. Die wesentlichen Fragen für die Gemeinde lauten daher:

Entsprechen unsere Angebote den Kriterien guter Gesundheitsinformation?

Und wie stellen wir fest, ob ein Angebot diesen Kriterien entspricht?

Ziel Gemeinden tragen mit ihrem Service aktiv zur Gesundheitskompetenz der Bevölkerung bei, indem sie die Qualität ihrer gesundheitsbezogenen Angebote prüfen. Damit das gelingt, berücksichtigen sie den lokalen Bedarf, die Bedürfnisse der adressierten Zielgruppe und die Qualität der Anbieter bzw. der von ihnen angebotenen Information.

Aus der Praxis



Themen auswählen

Die Auswahl der Themen orientiert sich am lokalen Bedarf und den lokalen Bedürfnissen der Zielgruppe. Eine Abstimmung mit der Zielgruppe oder ihren VertreterInnen ist wichtig.

Welche Angebote für ältere Menschen gibt es bereits in der Gemeinde?

Welche fehlen? Wofür interessieren sich ältere Menschen?

Soziale Teilhabe heißt z.B.

- **Soziale Netzwerke stärken.** Durch Gruppenangebote wie gemeinsames Spielen, Kochen und Essen, Singen, Tanzen, Basteln oder durch regelmäßige Erzählcafés zum Austausch von Erlebnissen und Erfahrungen.
- **Sozialen Zusammenhalt stärken.** Durch Maßnahmen für eine gute Nachbarschaft wie ein Mitfahr- oder Begegnungsbankerl, ein Siedlungsfest oder Maßnahmen zur wechselseitigen Unterstützung im Alltag.
- **Ehrenamtlichkeit fördern.** Die Gemeinde bietet Anlässe, sich ehrenamtlich zu engagieren, und zeigt Wertschätzung für das geleistete Engagement von BürgerInnen.
- **Selbsthilfegruppen unterstützen.** Ihnen Raum zur Verfügung stellen, Platz in der Gemeindezeitung oder auf dem Schwarzen Brett etc. einräumen.

Seelische Gesundheit heißt z.B.

- **Psychische Probleme wie Depression, Angst oder Burnout thematisieren.** Menschen das Gefühl vermitteln, mit diesen Problemen nicht alleine zu sein, regionale Beratungsmöglichkeiten aufzeigen und vermitteln.
- **Gedächtnis, Vergesslichkeit und Demenz thematisieren.** Trainings für interessierte und betroffene Menschen anbieten, ihnen Orientierung im öffentlichen Raum ermöglichen.
- **Emotionale Unterstützung bieten.** Gesprächsmöglichkeiten wie einen sozialen Besuchsdienst initiieren oder das Bürgerservice als Drehscheibe zu Beratungsstellen organisieren.
- **Einsamkeit vorbeugen.** Für soziale Treffpunkte und Begegnungsorte - möglichst ohne Konsumzwang - sorgen, aktiv auf Menschen zugehen.

Lebensstil heißt z.B.

- **Altersgerechte Ernährung anbieten.** Eine Broschüre bereithalten, einen Kochkurs initiieren, eventuell einen regelmäßigen Mittagstisch anregen.
- **Altersgerechte Bewegung anbieten.** Das gilt insbesondere für Menschen, die erst als Ältere mit Bewegung beginnen möchten.
- **Mobilität im Alltag ermöglichen.** Auf Barrierefreiheit im öffentlichen Raum durch abgeschrägte Gehsteigkanten, geschnittene Hecken sowie auf Sitzmöglichkeiten achten, Mitfahrmöglichkeiten anregen.
- **Sicherheit zuhause unterstützen.** Ein Gutschein für eine Beratung zur Wohnraum-anpassung kann eine Alternative zum Geschenkskorb zu Geburtstagen sein.
- **Sturz- und Unfallprävention fördern.** Raum für die Kurse der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) bieten und das Angebot bewerben.
- **Sexualität im Alter thematisieren.** Gesprächsmöglichkeiten mit MitarbeiterInnen des Frauengesundheitszentrums oder der Männerberatung ermöglichen oder eine/n Sexualtherapeuten/in einladen.

Versorgung und Vorsorge heißt z.B.

- **Medizinische Versorgung bei Krankheit sicherstellen.** Halten Sie Information über das regionale Angebot sowie Öffnungszeiten der Einrichtungen etc. bereit.
- **Vorsorgeuntersuchungen thematisieren.** Legen Sie z.B. die Broschüren von „gemeinsam gut entscheiden“ mit Empfehlungen zur Allgemeinmedizin und Geriatrie im Gemeindeamt auf. Infos zu Download und Bestellung auf Seite 8.
- **Pflege und Betreuung im Alter sicherstellen.** Gestalten Sie eine Broschüre mit den Angeboten, bewerben Sie eine Infoveranstaltung, nutzen Sie das Bürgerservice als Drehscheibe für Information.

- **Erwachsenenschutzgesetz, Vorsorgevollmacht, Testament thematisieren.** Organisieren Sie z.B. einen Vortrag zu den Themen oder halten Sie Information im Gemeindeamt bereit!
- **Autonomie und Selbstbestimmung im Alter thematisieren.** Laden Sie ältere Menschen ein, die das Thema aus ihrer Sicht diskutieren.

Lebenslanges Lernen und Weitergabe von Wissen und Fähigkeiten heißt z.B.

- **Mit neuen Informations- und Kommunikationstechnologien arbeiten.** Das betrifft Handy/Smartphone, PC und Tablet, Social Media etc.
- **Intergenerative Aktivitäten umsetzen.** Dazu zählen Lesema und -opa, gemeinsames Backen mit Kindern oder Jugendlichen etc.
- **Brauchumpflege, Handwerk unterstützen.** Adventkranz binden, kleine Reparaturen selbst durchführen sind Fähigkeiten, die BürgerInnen oft gerne für andere anbieten.



Zugang ermöglichen

*„Im Seniorencafé merke ich, dass es da wirklich Leute gibt, die alleine sind. Die kommen jeden Tag, einfach zum Tratschen und zum Schauen. Das ist gut, ja. Sie haben die Möglichkeit, dass sie was tun und zu Ausflügen oder Veranstaltungen mitfahren. Sie werden auch geholt, das ist kein Thema.“ (Frau Gruber)**

Einsamkeit und Isolation sind Risikofaktoren für die körperliche, seelische und soziale Gesundheit älterer Menschen. Es ist daher wichtig, gesundheitsbezogene Angebote möglichst barrierefrei zu gestalten. Das erleichtert Interessierten die Teilnahme und Teilhabe und erhöht damit die Chancengerechtigkeit.

Welche Maßnahmen sind es, die den Zugang zu Aktivitäten erleichtern?

Geografische und zeitliche Barrierefreiheit

- Der Veranstaltungsort ist nahe am Wohnort oder nahe an vertrauten Orten wie etwa Apotheke oder Kirche. Bei größeren räumlichen Distanzen organisiert die Gemeinde Mitfahrgelegenheiten.
- Zeit und Dauer der Veranstaltung passen sich an den saisonalen Tagesrhythmus älterer Menschen an.

*„[...] am Nachmittag können die Berufstätigen nicht kommen und am Abend kommen die älteren Leute nicht mehr.“ (Frau Winkler)**

Physische Barrierefreiheit

- Der Veranstaltungsort ist für Menschen mit Rollatoren, Rollstühlen, Gehhilfen etc. ohne fremde Hilfe erreichbar.
- Gut sichtbare und leserliche Schilder im Eingangsbereich oder eine Ansprechperson weisen den Weg zum Veranstaltungsraum.
- Im Gebäude gibt es keine Hindernisse wie Stufen, zu enge Türen oder schwer erreichbare Bedienelemente (z.B. Lift, Licht).
- Die Bestuhlung ist in der Höhe passend und bequem, eine Toilette ist barrierefrei erreichbar.
- Die technische Ausstattung des Raums (Licht, Akustik) und die Temperatur ist an die spezifischen Bedürfnisse älterer Menschen angepasst.

*„Das verstehe ich sowieso nicht, dass man in der heutigen Zeit so kleine Klos baut.“
(Frau Fuchs)**

Soziale Barrierefreiheit

- (Ältere) Menschen sind in Bezug auf ihre sozialen, politischen oder kulturellen Hintergründe verschieden. Genutzte Räume sollten daher in diesem Sinn möglichst neutral sein.
- Die Kombination einer Veranstaltung mit einer Jause, Verkostung oder mit Musik fördert die Geselligkeit.

*„[...] etwas, wo man einfach so hingehen kann, wo man nicht unbedingt bei einem Verein sein muss.“ (Frau Schuster)**

Ökonomische Barrierefreiheit

- Angebote sind kostenfrei, günstig (z.B. freiwillige Spende) oder es gibt für sozioökonomisch benachteiligte ältere Menschen Vergünstigungen (freier Eintritt mit „Sozialcard“).
- Mitfahrgelegenheiten zum Veranstaltungsort sind kostenfrei oder kostengünstig (z.B. Mitfahrbankerl, Sammeltaxis, Gemeindebus).

*„Die alten Leute haben einen Raum, für den die Gemeinde die Miete zahlt. Die können dort hingehen zum Kartenspielen, Kaffee trinken.“ (Frau Gruber)**

Kommunikative Barrierefreiheit

- Die schriftliche und mündliche Kommunikation ist verständlich, klar und lesbar.


* Alle Aussagen stammen aus den Gruppendiskussionen mit älteren Menschen im Rahmen des Projekts AGIL.

Für die Praxis



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

1.	ReferentIn	Erläuterungen	✓
1.1	Er/sie verfolgt <u>keine</u> 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	Er/sie verfügt über entsprechende Qualifikationen.	<ul style="list-style-type: none"> Fragen Sie nach dem Lebenslauf, der fachlichen Ausbildung und Berufserfahrung. 	
1.3	Er/sie weist Referenzen nach.	<ul style="list-style-type: none"> Referenzen sind häufig auf Websites von ReferentInnen nachzulesen. Sie zeigen, wo 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 aus. Für ältere Menschen sind Vortragende interessant, die selbst etwas älter sind und von eigenen Erfahrungen mit dem Älterwerden oder -sein berichten. Inhalte wirken interessanter und authentischer, wenn sie mit Geschichten oder Anekdoten an 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? 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 solche/r ReferentIn für Sie in Frage kommt. (Vgl. 1.1)	
2.4	Die Gesundheitsinformation ist für die Zielgruppe maßgeschneidert und nützlich.	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 für alle Zielgruppen relevant sind, kann es altersspezifische Probleme und Fragen, Wissenslücken oder Missverständnisse geben. Wichtig ist, dass sich die Zielgruppe angesprochen fühlt und Informationen erhält, die für sie wichtig und für ihr alltägliches Leben 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 den Bedürfnissen der Zielgruppe entsprechen. • Schriftgröße und die Lesbarkeit der Schrift berücksichtigen, damit Flipchart-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. Aktivboxen achten. • Bilder, Infografiken und andere Visualisierungen machen Information anschaulicher und unterstützen die Verständlichkeit. 	
3.2	Die Gesundheitsinformation ist für die Zielgruppe verständlich.	<ul style="list-style-type: none"> • Langsames, deutliches 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. Interaktiv sind Fragen ans Publikum, Quizze oder ein Blitz-Brainstorming. • Schriftliches Infomaterial 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 Vorlieben der Zuhörenden ab. Generell gilt, dass die Aufmerksamkeit nach 30 bis 60 Minuten nachlässt. • Wichtig ist, dass Referierende die vereinbarte Redezeit einhalten. 	



Zum Weiterlesen & Herunterladen

Das vorliegende Praxistool unterstützt Sie dabei, **zur Gesundheitskompetenz der Bevölkerung beizutragen**. Dieses und weitere Praxistools zum Themenbereich Gesundheitskompetenz finden Sie hier:

- Gute Qualität für Angebote sichern: styriavitalis.at/gute-qualitaet/
- Lokale Landkarte zu regionalen Angeboten: styriavitalis.at/lokale-landkarte/
- Bürgerservice kompetent und barrierefrei!: styriavitalis.at/buergerservice/

Links

- Broschüren von „gemeinsam gut entscheiden“: Download und Bestellung unter www.gemeinsam-gut-entscheiden.at

Impressum

Herausgeber: Styria vitalis, Marburger Kai 51, 8010 Graz

In Kooperation mit: Institut für Pflegewissenschaft der Universität Wien

Gefördert durch: Fonds Gesundes Österreich, Land Steiermark (Gesundheit)
Graz, Juli 2020