



Gewonnene Jahre
Neue Wege ins Alter

Katalog der Chancen

Möglichkeiten mit Potenzial



Teilen Sie Ihr Wissen! Mit diesem Aufruf hat Ö1 – in Verbindung mit einem umfassenden Programmschwerpunkt – dazu eingeladen, neue Initiativen vorzustellen, die Älter werden und soziale Innovation verbinden. Alter hat sich in einer interessanten Weise verjüngt. Die vielen Menschen zur Verfügung stehende längere Lebensspanne öffnet sich für neue Pläne und Vorhaben. Auch noch in höherem Alter lassen sich Wünsche und so manche Lebensträume aktiv und bei guter Gesundheit realisieren.

Diese gewonnenen Jahre stellen wir in den Mittelpunkt. Einerseits, um überkommene Altersbilder in der Gesellschaft bewusst zu machen und abzustreifen. Sie behindern den Aufbruch zu neuen Entfaltungsmöglichkeiten des Alterns. Andererseits können gesellschaftliche Zusammenhänge nicht ausgeblendet werden, wenn es das Ziel ist, möglichst vielen Menschen neue Wege ins Alter zu öffnen. Wege, die mehr Diversität bedeuten, mehr Möglichkeiten, größere Selbstbestimmung und Angebote der sozialen Teilhabe, um den Zuwachs an Jahren und Erfahrungen positiv zu gestalten. Bildung und lebenslange Weiterbildung, offene Zugänge zum Arbeitsmarkt – auch für ältere Menschen –, flexiblere Berufsbiografien sowie Gerechtigkeit und Ausgewogenheit im Verhältnis der Geschlechter sind wichtige Grundlagen für ein gelingendes Älterwerden und Zusammenleben der Generationen.

Das Projekt »Gewonnene Jahre« verbindet »konstruktiven Journalismus« mit einem partizipativen Ansatz, um neue Initiativen und Projekte sichtbar zu machen und zu vernetzen. Das Ziel ist es, zu Ermutigung, Empowerment und sozialer Innovation beizutragen. Die vielfältigen Ansätze und Erfahrungen der eingereichten und von unserer Fachjury ausgewählten Projekte können auch anderen als Impuls und zur Orientierung dienen. Das Spektrum ist bunt und breit: Gesundheitsvorsorge, das Stärken sozialer Netzwerke, altersgerechte und die Generationen verbindende Wohnformen, Inklusion, Einstiege in neue Kommunikationsformen und Einbindung in den digitalen Alltag. Und nicht zuletzt auch die Vorsorge für das hohe Alter.

In all diesen und weiteren Handlungsfeldern sind in der Ö1 Initiative »Gewonnene Jahre« eine Vielzahl überzeugender und richtungsweisender Ansätze sichtbar geworden. Sie haben Potenzial für die Gegenwart, fördern eine nachhaltige Transformation der Gesellschaft und sind Wegweiser für die Zukunft. In diesem »Katalog der Chancen« haben wir sie zusammengefasst. Wir freuen uns, wenn Sie ihn nutzen, das Wissen teilen und damit die Möglichkeiten der gewonnenen Jahre weiter vermehren.

Martin Bernhofer
Ö1 Programchef

Impressum

Umsetzung: Ö1 Kommunikation, Leitung: Michael Ladstätter

Projektleitung: Nikolaus Scholz

Redaktion: Katrina Buchberger, Alexandra Huber/Textbüro *wortspiel, Alexandra Wimmer

Lektorat: Christine Heis

Grafik-Design: Florian Jungwirth/Dynamowien

Fotos: Cover-Sujet © Florian Jungwirth/Getty Images (S. 1); Martin Bernhofer © ORF Ursula Hummel-Berger (S. 3); Robert Lasshofer © Wiener Städtische by Jeff Mangione (S. 4); Margarete Engelhardt-Krajanek © ORF Ursula Hummel-Berger (S. 5); Projekte: Kollektiv fischka kramar/Volkskundemuseum Wien (S. 8 links oben, rechts); Lorena Hoormann (S. 8 links unten); Heinrich Klingenberg (S. 10 links oben, links unten, rechts oben); Graz Museum (S. 10 rechts unten); Katharina Klee (S. 12); Caritas/Harold Naajar (S. 14 links unten, rechts); Caritas/Olivia De-Villele (S. 14 links oben); Legat (S. 16 rechts oben); Erben (S. 16 links oben, unten); Klaus Ranger (S. 18); Omas for Future (S. 20); Pixabay (S. 22 links oben, unten); öIAT (S. 22 rechts oben); Space Anatomy/Marion Mueller (S. 24 links unten); Space Anatomy (S. 24 rechts, links oben); Johannes Zinner (S. 26 links oben); Schedl/VHS (S. 26 links unten, rechts oben, rechts unten); Mark Glassner (S. 28); Rupert Seidl (S. 30); Jury: Klaudia Bachinger © Iza Hegedüs (S. 26, 32 links oben); Christiane Feuerstein © Christa Fuchs (S. 10, 16, 24, 30, 32 rechts oben); Gerhard Bisovsky © Michaela Obermair (S. 18, 20, 28, 32 links unten); Franz Kolland © Solveig Haring (S. 10, 14, 24, 28, 32 rechts unten); Jana Nikitin © Jana Nikitin (S. 16, 18, 26, 33 links oben); Johannes Pfliegerl © FH St. Pölten (S. 8, 12, 22, 33 rechts oben); Barbara Pichler © Universität Wien derknopfdrucker (S. 8, 22, 30, 33 links unten); Sonja Schiffl © Rochus Gratzfeld (S. 12, 14, 20, 33 rechts unten); Nikolaus Scholz © ORF Ursula Hummel-Berger (S. 42)

Medieninhaber: OMC, ORF Marketing & Creation GmbH & Co KG, Würzburggasse 30, 1136 Wien

Herausgeber: ORF Österreichischer Rundfunk, Würzburggasse 30, 1136 Wien

Druck: Samson Druck GmbH, Samson Druck Straße 171, 5581 St. Margarethen

Stand: 6. Oktober 2021, Druckfehler vorbehalten

In Würde altern



In unserer Versicherungsgruppe nehmen die Themen Älterwerden und Altern in Würde eine besondere Rolle ein. Als Versicherer beschäftigen wir uns traditionell mit jedem Lebensabschnitt und jeder Lebenssituation, von der Geburt bis zum Tod – das ist unser Kerngeschäft. Dabei haben wir stets das Ziel vor Augen, die bestmögliche Vorsorgelösung für individuelle Lebensumstände zu bieten.

Der Wiener Städtische Versicherungsverein hat eine weit zurückreichende Tradition in seinem sozialen und humanitären Engagement. Als Hauptaktionär einer der führenden international tätigen Versicherungsgruppen in Zentral- und Osteuropa wissen wir um unsere hohe gesellschaftliche Verantwortung. Diese nehmen wir mit großer Leidenschaft, nachhaltig und sinnstiftend wahr – so auch als stolzer Kooperationspartner des Ö1 Programmschwerpunktes 2021 »Gewonnene Jahre«.

Dass wir immer älter werden, zeigen seit Jahren die Statistiken. Parallel dazu steigt aber auch die Wahrscheinlichkeit, im Alter pflegebedürftig zu werden. Der demografische Wandel in unserer Gesellschaft ist einer der maßgeblichen Gründe, warum der Wiener Städtische Versicherungsverein gemeinsam mit der Wiener Städtischen Versicherung den Verein »PflegerIn mit Herz« ins Leben gerufen hat. »PflegerIn mit Herz« zeichnet seit 2012 jedes Jahr Persönlichkeiten im privaten sowie beruflichen Pflegeumfeld aus, die sich mit herausragendem Engagement und großem Einsatz um pflege- und betreuungsbedürftige Mitmenschen kümmern.

Darüber hinaus setzen wir uns auf vielfältige Weise dafür ein, brisante Zukunftsthemen wie Altern in Würde oder Pflegebedürftigkeit in den Köpfen der Bevölkerung zu verankern. Sei es durch unser soziales Engagement, wie unter anderem die Unterstützung des Hospizvereins Steiermark, durch öffentlichkeitswirksame Initiativen oder durch maßgeschneiderte Vorsorgelösungen der Wiener Städtischen Versicherung, einem der größten Gesundheitsversicherer Österreichs.

Gewonnene Jahre bergen Herausforderungen und Chancen für jede Einzelne und jeden Einzelnen von uns sowie für unsere Gesellschaft. Die nachfolgenden Seiten liefern einen facettenreichen Überblick über neue Wege ins Alter, die innovative Köpfe für unterschiedlichste Lebensbereiche kreiert haben.

Gehen wir gemeinsam diese neuen Wege und sorgen so für gewonnene Jahre im Alter.

Robert Lasshofer

Vorstandsvorsitzender des Wiener Städtischen Versicherungsvereins,
Hauptaktionär der Vienna Insurance Group (VIG) Wiener Versicherung Gruppe

Bilanz und Neubeginn



Mit Kuchenbacken gegen die Altersarmut antreten, als ausgebildete Trainer/innen Wissen und Handlungskompetenzen gezielt weitergeben, Sorgenetzwerke in der Stadt wie am Land etablieren: Auch die Projekte, die alte Menschen selbst initiieren und gestalten, sind so zahlreich wie vielfältig. Viele haben das dritte Lebensalter als Ressource entdeckt, die allen zugutekommt. Denn offen für Neues zu sein, kann zum Geheimrezept für ein erfülltes Leben werden.

Wer sich gesund ernährt und regelmäßig bewegt, ist weit über die Pensionierung hinaus in der Lage, sein Leben aktiv und selbstbestimmt zu gestalten. Die Voraussetzungen dafür erwerben Menschen oft in ihren mittleren Lebensjahren, denn spätestens dann beginnen sie zu bilanzieren. Viele hinterfragen kritisch, welche Begabungen sie nicht genutzt haben, welche Lebensziele sie ausblenden. Damit leiten Menschen mitunter einen Wendepunkt in ihrem Leben ein: Pläne werden geschmiedet und neue Ziele gesteckt, die weit über die Erwerbstätigkeit hinausführen.

Alt werden heißt aber auch, mit dem Schwinden der eigenen Möglichkeiten konfrontiert zu sein. Mit dem Austritt aus dem Erwerbsleben steht den Pensionär/innen weniger Geld zur Verfügung. Und hier tun sich vor allem für Frauen massive Probleme auf: Das durchschnittliche Pensionseinkommen einer Frau liegt mit 1.000 Euro bei der Hälfte von dem eines Mannes, Altersarmut ist vorprogrammiert. Der Grund dafür liegt in der unbezahlten Sorgearbeit, die vor allem Frauen leisten. Denn sowohl die Kindererziehung als auch die Pflege von Angehörigen wird nach wie vor zu rund 80 Prozent von weiblichen Familienmitgliedern übernommen. Die staatlichen Unterstützungsleistungen bei der Pflege von Angehörigen sind gering, die Pflegenden werden mit vielen Problemen allein gelassen. Das beeinträchtigt auch die Beziehung zu dem anvertrauten Menschen.

Sich auf sein Alter vorzubereiten, verlangt, sich einigen Fragen zu stellen: Wie will ich alt werden? Wo will ich wohnen? Wer soll mich pflegen? Und: Was kann ich mir leisten? Barrierefreiheit in den eigenen vier Wänden garantiert langfristig Autonomie. Neue Wohnformen wie Generationenwohnen oder Seniorenwohngemeinschaften fördern ein Miteinander bei gleichzeitigem Schutz der Privatsphäre. Die Fragen, wo und wie man im hohen Alter wohnen will, sollte man sich zu einer Zeit stellen, in der man Entscheidungen noch umsetzen kann.

Den dritten Lebensabschnitt gut zu gestalten, bedeutet, sich mit Neuem auseinanderzusetzen. Lebenslanges Lernen hält den Finger am Puls der Zeit und geistig fit. Dazu zählt auch die Digitalisierung, denn sie dominiert zunehmend den Alltag im 21. Jahrhundert. Sowohl Bankgeschäfte als auch der Zugang zum Gesundheitssystem werden vermehrt online abgewickelt. Um weiterhin am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können, müssen Senior/innen den Umgang mit digitalen Medien erlernen.

Ältere und alte Menschen gezielt in das Leben zu integrieren, wird nicht nur zum Auftrag für die Politik, sondern ist auch von Relevanz für die Gesellschaft.

Der Ö1 Schwerpunkt »Gewonnene Jahre« greift das Thema auf, um die Vielfalt an Initiativen, die diesem Auftrag nachkommen, zu würdigen. Gleichzeitig bietet Ö1 eine Plattform, um Wissen zu teilen und sich zu vernetzen. Denn die Lebenserfahrung der älteren Generation mit einzubeziehen, ist gerade in Zeiten der Krisenbewältigung von großem Nutzen. Der Dialog zwischen Erfahrungswissen und Veränderung eröffnet neue, gemeinsame Wege. Es hat sich bewährt, alte Menschen mitten ins Leben zu holen.

Margarethe Engelhardt-Krajanek

Ö1 Redakteurin des Ressorts Wissenschaft, Bildung und Gesellschaft,
promovierte Kulturwissenschaftlerin und Buchautorin

(N)EVER(S)TOP
LEARNING



Inhalt

Ausgewählte Projekte

- 8 **ACHTSAMER 8.**
Sorgenetz. Verein zur Förderung gesellschaftlicher Sorgeskultur
- 10 **Biographie (m)einer Straße**
Österreichische URANIA für Steiermark
- 12 **Café PROMENZ**
Verein PROMENZ
- 14 **Faltenrock FM**
Pflegewohnhäuser der Caritas der Erzdiözese Wien
- 16 **Kunst mit Hochbetagten**
KUNSTLABOR Graz
- 18 **OMA/OPA-Projekt**
Verein NL40
- 20 **Omas for Future**
Verein »Steirer-Omas«
- 22 **Servicestelle digitaleSeniorInnen**
Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation
- 24 **SPACE ANATOMY**
Fakultät für Architektur und Raumplanung, TU Wien
- 26 **»Train the Trainer«-Ausbildung für Senior/innen**
Die Wiener Volkshochschulen GmbH
- 28 **Die Vollpension**
Vollpension Generationencafé
- 30 **Wohnprojekt Grundsteingasse 32**
Verein Wohnprojekt Grundsteingasse 32

Die Jury

- 32 Begleiter/innen auf neuen Wegen

Projektindex

- 34 Alle eingereichten Initiativen

Einleitung

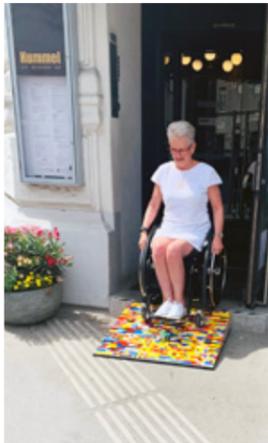
- 3 Möglichkeiten mit Potenzial
Martin Bernhofer
- 4 In Würde altern
Robert Lasshofer
- 5 Bilanz und Neubeginn
Margarethe Engelhardt-Krajanek

Schlusswort

- 42 Ein Netzwerk für die Zukunft
Nikolaus Scholz

Steckbrief

Format	Workshops, Alltagsbegleitung, niederschwellige Begegnungsräume u.v.m.
Teilnahme	kostenlos und offen für alle
Ort	in zahlreichen Institutionen, online, im öffentlichen Raum in Wien 8
Laufzeit	September 2019 bis Februar 2022
Team	Daniela Martos, Gert Dressel, Klaus Wegleitner und weitere Mitarbeiter/innen des Vereins Sorgenetz, zahlreiche Ehrenamtliche
Evaluierung	Lorena Hoormann, Institut für systemische Organisationsforschung
Kooperationspartner	zahlreiche Institutionen und Bürger/innen in Wien 8
Kontakt	office@achtsamer.at
Website	achtsamer.at
Facebook	sorgenetz.at
Instagram	achtsamer8



Fachjury

»Der ACHTSAME 8. besticht durch seinen konsequent partizipativen Zugang. Nur so können wirksame Caring-Community-Initiativen entstehen, die im Grätzl verankert sind, ganz nah an den Bedürfnissen und Potenzialen der Menschen, die hier leben und arbeiten.«

Barbara Pichler | Universität Wien



»Die besondere Stärke dieses Projektes liegt darin, in einem partizipativen Prozess den Aufbau einer sorgenden Gemeinschaft – gerade im üblicherweise meist anonymen städtischen Raum – zu fördern, in der Beteiligte aufeinander achten und sich gegenseitig unterstützen.«

Johannes Pfliegerl | FH St. Pölten



ACHTSAMER 8.

Sorgenetz. Verein zur Förderung gesellschaftlicher Sorgeskultur

Gutes Leben für alle im Achten

Die Wiener Josefstadt wird zu einem ACHTSAMEN 8. – zu einer Caring Community. Bürger/innen und Institutionen vernetzen sich für Solidarität und ein soziales Miteinander im 8. Wiener Gemeindebezirk.

Wer wir sind

Der ACHTSAME 8. ist eine Initiative von Josefstädter/innen und dem Verein Sorgenetz, der sich für gesellschaftliche Solidarität und Hilfe bei Alter, Pflege, Demenz und Sterben engagiert, für Josefstädter/innen. Der ACHTSAME 8. wird vom Fonds Gesundes Österreich, der Wiener Gesundheitsförderung und dem Wiener Bezirk Josefstadt finanziell unterstützt.

Wer mitmachen kann

Alle Menschen, die in der Josefstadt arbeiten, leben oder sich für ein soziales Miteinander im Bezirk engagieren wollen, können sich beteiligen: Bürger/innen bzw. zivilgesellschaftlich Engagierte, Geschäftstreibende und politische Entscheidungsträger/innen.

Was wir bewirken möchten

Die Josefstadt ist der kleinste Wiener Gemeindebezirk, man kennt sich und schaut aufeinander. Trotzdem sind viele Menschen vereinsamt oder können aufgrund ihrer eingeschränkten Mobilität nicht am Leben im Bezirk teilnehmen. Der ACHTSAME 8. möchte Hochbetagten, Menschen mit Demenz, pflegenden Angehörigen und anderen, deren Alltag besonders herausfordernd ist, mehr gesellschaftliche Teilhabe ermöglichen. In einem partizipativen Prozess entsteht eine Caring Community in den Nachbarschaften und Grätzeln der Josefstadt.

Unser Lösungsweg

Bereits bestehende Unterstützungsangebote im Bezirk werden sichtbar gemacht und miteinander vernetzt. Neue Ideen für ein gutes Miteinander werden gemeinsam entwickelt und umgesetzt – bei Bürgerforen und dem regelmäßigen Stammtisch. Am Sorgetelefon wird zugehört und informiert, in den Kummerkästen können Sorgenliegen und -angebote hinterlegt werden. Neue Beziehungen entstehen beispielsweise in Erzählcafés, bei Bezirks-spaziergängen oder durch Brieffreundschaften. »Altersfreundliche« Betriebe werden ausgezeichnet. Am Tag der ACHTSAMKEIT haben mehr als 40 Institutionen Gelegenheiten geboten, Nachbar/innen und Mitmachmöglichkeiten kennenzulernen sowie eigene Ideen und Bedürfnisse einzubringen.

Wofür wir uns bedanken

Der ACHTSAME 8. lebt von dem Engagement, den Aktivitäten und Angeboten zahlreicher Bürger/innen und Institutionen in der Josefstadt. Eine Vernetzung, die auf Kooperation, Vertrauen und wechselseitiger Wertschätzung beruht, ist der wichtigste Schlüssel dafür, dass ein sozialer Raum zu einer Caring Community werden kann.

Gesundheit
Teilhabe
Mobilität

Steckbrief

Format	Workshop, Netzwerk, Forschungsprojekt
Projektradius	regional, Graz
Projektstart	Auftaktveranstaltung am 19. November 2021, Urania Graz
Laufzeit	bis 2023
Teilnahme	kostenlos, offen für alle Anrainer/innen und für alle Interessierten
Team	zwei Angestellte der Urania, rund acht ehrenamtlich Tätige
Projektpartner	GrazMuseum, Stadtarchiv Graz, Topothek Graz, Sozialministerium
Website	urania.at
Kontakt	Wolfgang Moser, moser@urania.at
Facebook	UraniaSteiermark



Fachjury

»Dieses Projekt verknüpft Lebens-, Familiengeschichte und Sozialraum. Straßen lösen je nach Generationenlage unterschiedliche Erinnerungen, Erfahrungen und Zukunftserwartungen aus. Diese werden in intergenerationellen Settings fruchtbar gemacht und stärken das Beziehungsgefüge zwischen den Generationen. Soziale Teilhabe ist essenziell für eine neue Kultur des Alters.«

Franz Kolland | Universität Wien



»Das partizipativ konzipierte Projekt ermöglicht Bewohnerinnen und Bewohnern unterschiedlicher Generationen, sich sowohl zueinander als auch zu dem Stadtraum »ihrer« Straße in einer neuen Weise in Bezug zu setzen und dadurch neue Perspektiven zu entwickeln.«

Christiane Feuerstein | Architektin



Biographie (m)einer Straße

Österreichische URANIA für Steiermark

Entdeckungsreisen am Wohnort

Im Fokus des intergenerationellen Mitmachprojekts steht die Frage, was Menschen unterschiedlicher Generationen über ihre Straße wissen und wissen wollen. Vom Gespräch in der Nachbarschaft hin zur Begegnung.

Wer wir sind

Die Österreichische URANIA für Steiermark ist eine gemeinnützige Einrichtung der Erwachsenenbildung mit Sitz in Graz und Zweigstellen in Knittelfeld, Bad Radkersburg und Weiz. Enger Kontakt besteht zu den steirischen Universitäten, Museen und Kultureinrichtungen. In den letzten Jahren wurde ein Fokus auf die Themen Familienforschung und Bildung im/fürs Alter gelegt.

Wer mitmachen kann

In Vorbereitungsgesprächen ab Herbst 2021 werden mehrere Grazer Straßen, von Durchzugsstraßen über Wohnstraßen bis zur Fußgängerzone, ausgewählt. Die Bewohner/innen dieser Straßen – ganz gleich, wie lange sie schon hier leben – werden in Zusammenarbeit mit Institutionen wie dem GrazMuseum oder dem Stadtarchiv bis Sommer 2022 eingeladen, ihre Erinnerungen und vor allem ihre Zukunftsperspektiven auszutauschen.

Was wir bewirken möchten

Unser Ziel ist die Förderung des Miteinanders der Generationen, der forschende Austausch und die Bewusstseinsbildung für die persönliche Lebensgeschichte im Zusammenhang mit der alltäglichen Lebenswelt. Die Entwicklung von Zukunftsszenarien, unter Berücksichtigung der Bedürfnisse älterer Menschen, soll ermöglicht werden. Im Sinne von Citizen Science wird das wohnortnahe Projekt mit wissenschaftlichem Anspruch von Amateur/innen durchgeführt. Die Ergebnisse werden in Geschichtswerkstätten dokumentiert und präsentiert, die Aneignung von kulturhistorischem Wissen wird ermöglicht.

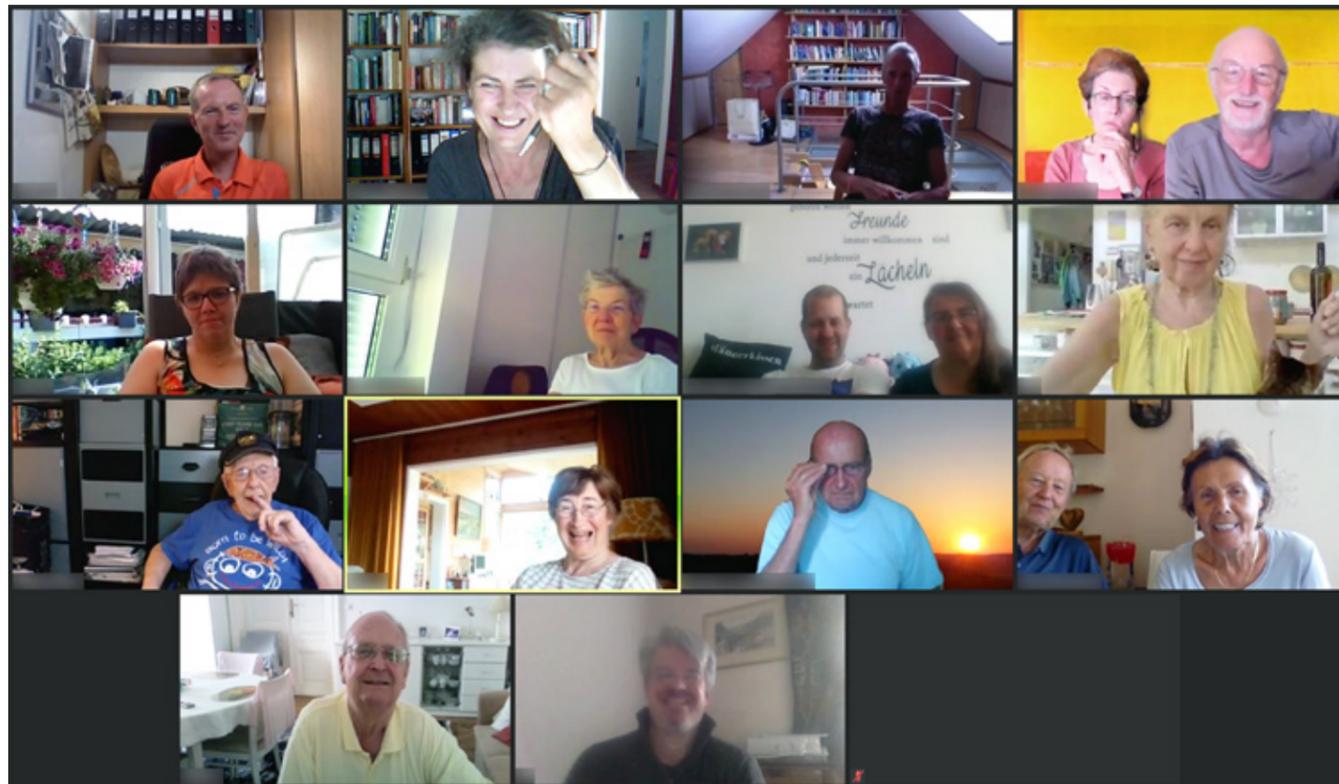
Unser Lösungsweg

Die URANIA hat sich zum Ziel gesetzt, intergenerationelle Angebote zu entwickeln und gleichzeitig vor allem die Freiwilligentätigkeit (»Ehrenamt«) innerhalb ihrer rund 7.000 Mitglieder auf- und auszubauen. Zusätzlich sollen neue Interessent/innen angesprochen werden, sich aktiv einzubringen. Das ab November 2021 geplante Projekt »Biographie (m)einer Straße« vertieft den Schwerpunkt Lebens- und Familiengeschichte: Menschen aus mehreren Generationen nahmen in den letzten drei Jahren an Kursen zur Familienforschung und zum Lesen von Kurrenttexten sowie an Besuchen in Archiven teil.

Teilhabe
Architektur
Kultur

Steckbrief

Format	Netzwerk, Online-Meetings
Projektradius	transnational
Teilnahme	kostenlos und offen für alle, Anmeldung über cafe@promenz.at
Team	zwölf Mitarbeiter/innen, davon zehn ehrenamtliche
Finanzierung	gefördert durch das Sozialministerium, Fonds Soziales Wien, Spenden
Website	promenz.at
Kontakt	Katharina Klee, cafe@promenz.at
Facebook	PROMENZ
Instagram	promenz_



Fachjury

»Das Projekt überzeugt dadurch, dass es Menschen mit demenziellen Beeinträchtigungen und ihren Angehörigen einen leicht erreichbaren virtuellen Raum für regelmäßige Treffen anbietet und die daran teilnehmenden Personen in der Selbstorganisation ihres Austausches unterstützt.«

Johannes Pfliegerl | FH St. Pölten



»Endlich gibt es mit dem Verein PROMENZ eine Initiative, die Menschen mit Vergesslichkeit ermutigt, sich selbst zu artikulieren. Das Café PROMENZ ist ein Ort des Miteinanders, der Lebensfreude und Normalität. Es ist beeindruckend zu sehen, wie hier gerade eine Community entsteht.«

Sonja Schiff | Coach



Café PROMENZ
Verein PROMENZ

Online mit Anfängergeist

Seit dem ersten Corona-Lockdown im März 2020 treffen sich Nutzer/innen der Selbsthilfegruppe PROMENZ dreimal pro Woche im Online-Café. Daraus ist nach und nach ein Stammeis für Menschen mit und ohne Vergesslichkeit entstanden.

Wer wir sind

Der Verein PROMENZ ist eine unterstützte Selbsthilfeorganisation von und für Menschen mit Vergesslichkeit. Im März 2020 haben wir gemeinsam mit Betroffenen von demenziellen Beeinträchtigungen und deren Angehörigen ein virtuelles Café auf der Kommunikationsplattform ZOOM ins Leben gerufen.

Wer mitmachen kann

Dreimal pro Woche – Montag, Mittwoch und Donnerstag – treffen sich fünf bis fünfzehn Menschen mit und ohne Vergesslichkeit im »Café PROMENZ – Online mit Anfängergeist«. Eine Diagnose ist bei uns keine Bedingung. Manche kommen allein, manche werden von Angehörigen unterstützt. Wir haben Stammgäste aus dem kroatischen Slunj oder aus Castrop-Rauxel im Ruhrgebiet.

Was wir bewirken möchten

Anfangs war es unser Hauptziel, eine Kommunikationsmöglichkeit und damit einen Weg aus der Einsamkeit aufzuzeigen. Mittlerweile bietet das Café PROMENZ seinen Gästen all das, was ein Stammeis auch kann: Es wird viel gelacht und politisiert, Anliegen werden besprochen. Die Gäste unterstützen sich gegenseitig und möchten die menschliche Nähe, die »Normalität« im Umgang miteinander, nicht missen. Die Nutzung neuer Medien verhilft ihnen zu Sicherheit und bereitet Freude. Mit eigenen Tablets, gefördert vom Sozialministerium, können Nutzer/innen seit Jänner 2021 noch einfacher am Café und an den unterstützten Selbsthilfegruppen teilnehmen. Das Projekt wird vom Institut für Systemische Organisationsforschung wissenschaftlich begleitet und ist Inhalt einer Master-Thesis an der Sigmund Freud PrivatUniversität.

Unser Lösungsweg

Das Programm im Café PROMENZ wird meistens von den Gästen selbst gestaltet. Pflicht für alle ist *Daumen-Yoga für das Gehirn* nach dem gleichnamigen Buch des japanischen Neurologen Yoshiya Hasegawa. Es gibt einen Nachrichtenüberblick, historische Serien, Facebook-Veranstaltungen und den YouTube-Wurlitzer von »Virtin« Katharina. Natürlich kommt auch unsere Hymne *Das kleine Beisl* von Peter Alexander regelmäßig zum Einsatz.

Wofür wir uns bedanken

Für den Großteil unserer Arbeit sind wir auf ehrenamtliche Engagements und Spenden angewiesen. Sie helfen, unsere Treffen, Workshops, Veranstaltungen und Ausflüge zu organisieren und zu finanzieren.

Gesundheit
Teilhabe
Digitalisierung

Steckbrief

Format	Podcast
Produktion	in vier Pflegewohnhäusern der Caritas Wien
Zu hören	online, kostenlos, überall, wo es Podcasts gibt
Projektlaufzeit	seit Februar 2019
Team	ehrenamtliches Team, ein hauptamtlicher Mitarbeiter
Netzwerkpartner	Radio NJOY, Radio ORANGE
Kontakt	Fabio Cannalunga, fabio.cannalunga@caritas-wien.at
Website	caritas-pflege.at/wien/aktuell/faltenrock-fm
Facebook	faltenrockfm



Fachjury

»Modernes Radio in Form von Podcasts ist eine exzellente Möglichkeit, ältere Menschen selbst sprechen zu lassen. Da der Podcast in einer Einrichtung der Langzeitpflege produziert wird, ist ein unmittelbares und authentisches Hineinhören in eine Lebenswelt möglich, die für viele Menschen sehr fern ist. Hergestellt werden intergenerationelle Begegnungen zwischen erzählenden Älteren und Interviewenden aus jüngeren Generationen.«

Franz Kolland | Universität Wien

»Ein Podcast von Seniorenheimbewohner/innen, intergenerationell produziert. Wer glaubt, es geht dabei vor allem ums Altern, irrt. Es geht ums pralle Leben, um das gelebte Leben, das derzeitige und auch das zukünftige Leben. Authentisch, sehr lehrreich und voller Humor. Einfach wunderbar!«

Sonja Schiff | Coach



Faltenrock FM

Pflegewohnhäuser der Caritas der Erzdiözese Wien

Alter gehört gehört.

Ab wann ist man eigentlich alt? Wie hat man früher verhütet? Nimmt die Angst vor dem Tod mit zunehmendem Alter ab? Faltenrock FM, der Podcast aus dem Pflegewohnhaus, rückt mehr als nur eine Klischeevorstellung zurecht.

Wer wir sind

Die Hauptakteur/innen bei Faltenrock FM sind Bewohner/innen aus vier Caritas-Pflegewohnhäusern in Wien – momentan sind es St. Barbara, St. Teresa, St. Klemens und St. Bernadette. Unterstützt werden sie von einem radio-begeisterten, ehrenamtlich tätigen Team. Im Mittelpunkt der Arbeit in den Pflegewohnhäusern der Caritas steht immer der Mensch mit seiner Würde, seinem Recht auf Selbstbestimmung und Lebensqualität. Der Podcast soll dazu beitragen, die Vielfalt aller Bewohner/innen und ihrer (Lebens-)Geschichten abzubilden.

Wer mitmachen kann

Ältere Menschen haben Geschichten zu erzählen. Sie haben einiges erlebt und können Erfahrungen zu vielen gesellschaftlich relevanten Themen beisteuern. Bei Faltenrock FM sind genau diese Menschen zu hören. Jede Woche produzieren alle interessierten Bewohner/innen in einem generationsübergreifenden Team eine Podcast-Episode. So geben sie Einblick in einen Teil unserer Gesellschaft, der für gewöhnlich abseits der öffentlichen Wahrnehmung stattfindet. Die veröffentlichten Sendungen sind digital abrufbar und richten sich an alle, die Podcasts und gute Geschichten mögen.

Was wir bewirken möchten

Wir wollen dem Alter eine Stimme geben und einer breiten Hörerschaft den Alltag aus der Sicht von Menschen mit Pflegebedarf vermitteln. Ungeschminkt, unverstellt und mit Humor. Wir möchten eine Brücke von der Vergangenheit in die Gegenwart schlagen und dabei die Weisheit und Gelassenheit des Alters für junge und junggebliebene Menschen hörbar machen.

Unser Lösungsweg

Unser Motto: Wir reden *mit* unseren Bewohner/innen, nicht *über* sie. Am Telefon oder mittels Mikrofon und Aufnahmegerät sammeln wir Stimmen zu den Themen, die zuvor in gemeinsamen Redaktionssitzungen erarbeitet wurden. Unsere Bewohner/innen kommen somit nicht nur zu Wort, sondern produzieren teils selbst. Sie sammeln neue Erfahrungen und finden ungewohnte Möglichkeiten der Begegnung. Seit dem ersten Beitrag im Februar 2019 sind bereits über 100 Episoden entstanden.

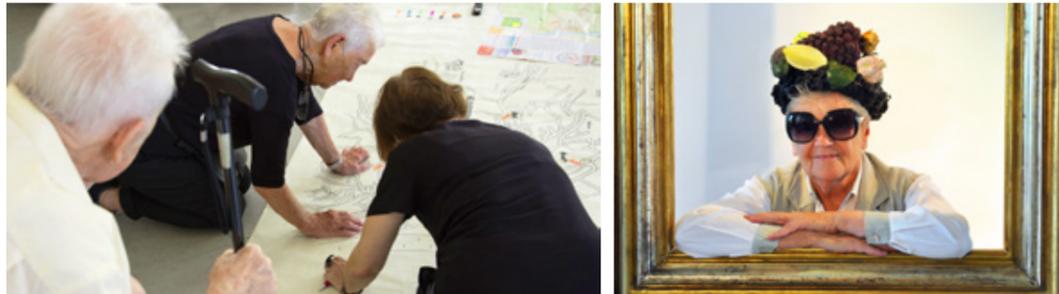
Was Sie sonst noch wissen sollten

Speichern Sie den Faltenrock-FM-Kontakt mit der Telefonnummer +43 676 747 02 00 auf Ihrem Smartphone. Schicken Sie den Text »Hallo Faltenrock« per Whatsapp an Faltenrock FM und schon verpassen Sie keine Episode mehr.

Teilhabe
Pflege
Kultur

Steckbrief

Format	Workshops, Ausstellungen, Hörspiele und vieles mehr
Projektradius	v. a. in Graz, Teufenbach/STMK, Klosterneuburg/NÖ
Ort	in ausgewählten Seniorenheimen oder Gemeinden
Teilnahme	kostenlos
Laufzeit	je nach Projekt zwischen ein und drei Jahren
Team	sieben Mitarbeiter/innen (angestellt bzw. freischaffend)
Projektträger	uniT GmbH
Partner	Caritas Pflege, Netzwerk Gut leben mit Demenz, Stadt Klosterneuburg
Website	kunstlabor-graz.at
Facebook	redaktion.unitculture
Tipp	Dokumentarfilm <i>Heim ist nicht Daheim</i> von Julia Laggner (AT 2010)



Fachjury

»Kreativität und Fantasie kennen kein Alter und sind integrierend. Ältere Menschen sind hier nicht die Empfänger, sondern die Gestalter. Kunst bietet die Möglichkeit, in Kontakt zu treten und gemeinsam etwas Neues zu schaffen.«

Jana Nikitin | Universität Wien



»Erinnerungen ausgraben: Das Projekt begleitet Hochbetagte auf der Reise in ihre Vergangenheit. Künstler und Künstlerinnen transformieren das erzählte Erlebte in Collagen, Fotos, Filme und Inszenierungen und machen es so für andere sicht- und erfahrbar.«

Christiane Feuerstein | Architektin



Kunst mit Hochbetagten

KUNSTLABOR Graz

Zurück auf der Bühne des Lebens

Kunst ist Schokolade fürs Hirn und belebt alle Sinne. Sie ermutigt auch ältere Menschen, sich neu zu erfinden, wieder sichtbar zu werden und stärkt deren Kreativität und Lebenslust.

Wer wir sind

Das KUNSTLABOR Graz von uniT ist ein transdisziplinäres Künstlerkollektiv, das durch geographische und soziale Räume reist und mit künstlerischen Strategien auf die Themen und Anforderungen reagiert, denen es dabei begegnet. Es interveniert und schafft Beteiligung, arbeitet oft mit alten Menschen und schafft mit ihnen gemeinsam Kunst.

Wer mitmachen kann

Eine wichtige Zielgruppe unserer Arbeit sind hochbetagte Menschen und ihr Umfeld. In den Seniorenheimprojekten bezieht das KUNSTLABOR Graz neben den Bewohner/innen, auch die Leitenden, Pfleger/innen, Ehrenamtlichen, Angehörigen, Studierenden und Auszubildenden mit ein. Die Teilnahme ist freiwillig und kostenlos.

Was wir bewirken möchten

Alt sein bedeutet oft, unsichtbar zu werden. Sich zu erinnern und von sich zu erzählen, bringt Senior/innen zurück auf die Bühne des Lebens: Man erzählt, um nicht zu verschwinden. Das KUNSTLABOR Graz unterstützt den Prozess auf vielfältige Weise. Unsere Arbeit verändert das Bild von Hochbetagten, da ihre Einschränkungen in den Hintergrund treten und ihre Potenziale sichtbar werden. Sie zeigt alten Menschen, dass sie mit ihren Erinnerungen einen kostbaren Schatz hüten. Gefragt wird auch nach dem Vergessenen, nach den Ausnahmen in einem schwierigen Leben: »Neue« Erinnerungen rufen unbekannte Gefühle wach, versöhnen Senior/innen mit ihrem Leben und verändern sie auch noch im hohen Alter. Demenziell Erkrankten gibt Erinnerung wichtige Orientierung. Den Erinnerungsprozess zu unterstützen, heißt, Wesentliches zu ihrer Lebensqualität beizutragen.

Unser Lösungsweg

Durch gestaltete Umgebungen, Objekte und gemeinsame künstlerische Arbeitsprozesse schaffen wir Situationen, die zum Erinnern einladen. Was wir hören, machen wir sicht- und erfahrbar für andere: durch animierte Filme, durch Stoffdrucke und Modeschauen, durch Hörspiele, durch Bücher, durch künstlerisch gestaltete Feste und mehr. Gearbeitet wird immer gemeinsam. Am Ende gibt es nur Beschenkte: die alten Menschen, das Publikum und auch die Künstler/innen.

Kultur
Kreativität
Netzwerke
Teilhabe

Steckbrief

Angebot	1:1 Begleitung, Coaching, Netzwerk
Projektradius	derzeit Wien 16 und 17, Krems und Amstetten
Teilnahme	Freiwillig tätige Lernhelfer/innen können sich beim Projektteam anmelden. Eltern leisten einen symbolischen Semesterbeitrag von € 20,-.
Team	acht Personen, davon vier Lerngruppenbetreuer/innen
Finanzierung	Bundeskanzleramt, Sozialministerium, Sparkasse Amstetten
Kontakt	Sonja Rappold, Freiwilligenkoordination, sonja.rappold@nl4o.at Hannes Reitberger, Projektkoordination, hannes.reitberger@nl4o.at Kalvarienberggasse 11, 1170 Wien
Website	nl4o.at/oma-opa-projekt
Facebook	OmaOpaProjekt



Fachjury

»Das Projekt bringt Generationen und Kulturen zusammen. Neue, tragende Beziehungen können entstehen, die die Integration benachteiligter Kinder auf eine ungezwungene, natürliche Art und Weise ermöglichen. Das Potenzial älterer Menschen wird zur Geltung gebracht.«

Jana Nikitin | Universität Wien



»Die »Allianz der Generationen« unterstützt bildungs- und sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche. Die älteren Lernbetreuer/innen werden professionell begleitet. Mit gemeinsamen Aktivitäten außerhalb der Lernnachmittage wird der Lernerfolg zusätzlich gefördert.«

Gerhard Bisovsky | Verband Österreichischer Volkshochschulen



OMA/OPA-Projekt
Verein NL40

Allianz der Generationen

Das OMA/OPA-Projekt ist ein psychosoziales Lernprojekt für bildungs- und sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche. Diese werden von Senior/innen, manchmal auch von jüngeren Freiwilligen, in einem 1:1 Verhältnis begleitet.

Wer wir sind

Als Nachbarschaftsprojekt 2009 mit vier Kindern und sechs Senior/innen gestartet, begleitet das OMA/OPA-Projekt heute mithilfe von 130 Freiwilligen rund 80 Kinder und Jugendliche. Hinter dem Projekt steht der Verein NL40 zur Förderung des Menschen in seinem Bedürfnis nach Gesundheit, Kommunikation, Integration sowie Kunst und Kultur.

Wer mitmachen kann

Kinder werden direkt über ihre Schulen vermittelt. Wer sich ein- bis zweimal pro Woche für zwei Stunden als Lernhelfer/in engagieren möchte, wendet sich an das Projektteam. Senior/innen und auch jüngere Freiwillige sind herzlich willkommen!

Was wir bewirken möchten

Durch die Fokussierung auf den Beziehungsaufbau der Lernpaare entfaltet das Projekt seine Wirkung über die bloße Lernhilfe hinaus. Im Miteinander werden Werte und soziokulturelle Verhaltensmuster vermittelt. Die Senior/innen lernen die Sichtweise und Lebensbedingungen anderer Kulturen kennen, wodurch Stereotype überwunden werden. Ein interkultureller Generationendialog wird eröffnet, die Chancengerechtigkeit gefördert und die gesellschaftliche Teilhabe junger und älterer Menschen gestärkt. Das Projekt schafft an seinen Standorten in Wien, Krems und Amstetten Orte der Begegnung und des respektvollen Miteinanders.

Unser Lösungsweg

Generationsübergreifendes Lernen und der Aufbau emotionaler Beziehungen wirken nachhaltig. Gerade bei Kindern mit Migrationshintergrund fehlen oftmals die Großeltern als wichtige Ressource im Leben. Im geschützten Rahmen – begleitet von einem Team von Expert/innen – werden schulische Aufgaben gemeistert, es wird gespielt und gelesen. Der ganzheitliche Ansatz unterstützt die Integration der Kinder und fördert die soziale Inklusion der Senior/innen. Das OMA/OPA-Projekt zeigt zudem ein alternatives Modell des Alterns auf, in dem die Freiwilligen in vertrauensvolle Beziehungen eingebettet sind und mit einer hohen Begeisterungsfähigkeit und Sinnhaftigkeit durchs Leben gehen. »Gefördert wird dieses Sozialkapital durch freiwilliges Engagement und intrinsische Motivation, Selbstbestimmung und selbständige Teilhabe sowie verschiedene Möglichkeiten der Reflexion«, fasst Dr. Angelika Hagen in ihrer begleitenden Wirkungsstudie *Lernen ist Beziehung: Evaluation zum Sozialkapital und zur Wirkkraft des OMA/OPA-Projektes* zusammen.

Teilhabe
Bildung
Interkulturalität

Steckbrief

Formate	Workshop, Netzwerk, Website
Projektradius	Steiermark, Menschen aus anderen Bundesländern sind willkommen!
Ort	zu Hause, Gruppentreffen und Aktionen
Teilnahme	kostenlos, offen für alle
Rechtsform	Verein, Privatinitiative
Team	20 ehrenamtlich mitwirkende Personen
Partner	Vulkanland Steiermark, Haus der Frauen
Tipp	Ein Kochbuch ist gerade im Entstehen.
Website	steirer-omas.at
Kontakt	Christine Weiss
Facebook	OmasforFutureSteiermark



Fachjury

»Nicht nur an sich selbst und das eigene Leben zu denken, sondern auch an nächste Generationen und deren Lebenswelt, ist eine Pflicht unserer Zeit. Die Projekte der steirischen Omas for Future sind dafür Vorbild und regional gelebter Generationenvertrag.«

Sonja Schiff | Coach



»Die ›Steirer-Omas‹ sind Teil der europäischen Initiative Omas for Future und ihr Anliegen ist es, den nachfolgenden Generationen eine Welt zu übergeben, in der sie sich wohlfühlen. In ihrem regionalen Umfeld befassen sie sich mit Nachhaltigkeit und Ökologie im Alltag.«

Gerhard Bisovsky | Verband Österreichischer Volkshochschulen



Omas for Future

»Steirer-Omas«, Verein zur Förderung von Klimaschutz für eine lebenswerte Welt

Aus Liebe zum Leben

»Was kann ich in meinem Umfeld für den Erhalt unserer Erde tun?«, ist eine Leitfrage unserer Gruppe. Nicht alle von uns sind Omas, aber wir alle haben (groß-)mütterliche Gefühle für unsere schöne Erde.

Wer wir sind

Wir sind eine Gruppe von Frauen, die sich für den Erhalt unserer Erde einsetzt. Gemeinsam überlegen wir, was wir in unserer Region für die Umwelt und die Menschen tun können. Außerdem wollen wir andere motivieren, mitzumachen. Es ist schön, mit einer Gruppe von Gleichgesinnten etwas Sinnvolles zu tun. Die Omas for Future sind 2019 in Deutschland entstanden und dort in kurzer Zeit zu einer großen Bewegung geworden. In Österreich gibt es sie bisher nur in der Steiermark.

Unsere Projekte und Ideen

- »Alltägliches selber machen«: Bei unseren Treffen stellen wir beispielsweise umweltfreundliche Putzmittel her.
- »Oma gibt ihr Wissen weiter«: Workshops zu unterschiedlichen Themen
- »Oma näht«: Oma kommt einmal im Monat in den Kindergarten oder das Repaircafé und repariert mit Kindern kaputte Kleidungsstücke und Stofftiere.
- »Oma rettet brauchbare Dinge«: Betreuung von »Kostnix«-Regalen und Flohmärkten
- Umweltquiz in Zusammenarbeit mit dem Climate Change Centre Austria: ein öffentliches Quiz zu Klimafragen

Wer mitmachen kann

Menschen, die unsere Werte mittragen und die davon überzeugt sind, dass wir in Gemeinschaften viel bewirken können. Menschen, die daran glauben, dass es Sinn macht, Bäume zu pflanzen und auf andere freundlich zuzugehen. Auch Opas und jüngere Menschen sind herzlich willkommen! Wir suchen und unterstützen Personen, die Omas for Future in anderen Bundesländern aufbauen möchten.

Was wir bewirken möchten

Wir setzen uns für den sozialen Klimaschutz ein: dafür, wie wir miteinander umgehen, und vor allem dafür, wie es den Jüngsten geht. Omas stehen für Hoffnung, Zuversicht und Tatkraft: Wir werden unseren Enkelkindern vielleicht keine heile Welt hinterlassen können, aber eine lebenswerte!

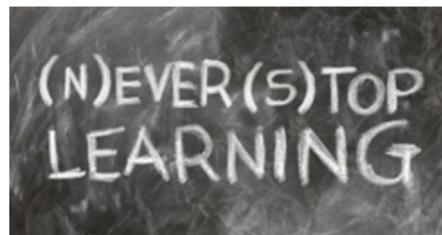
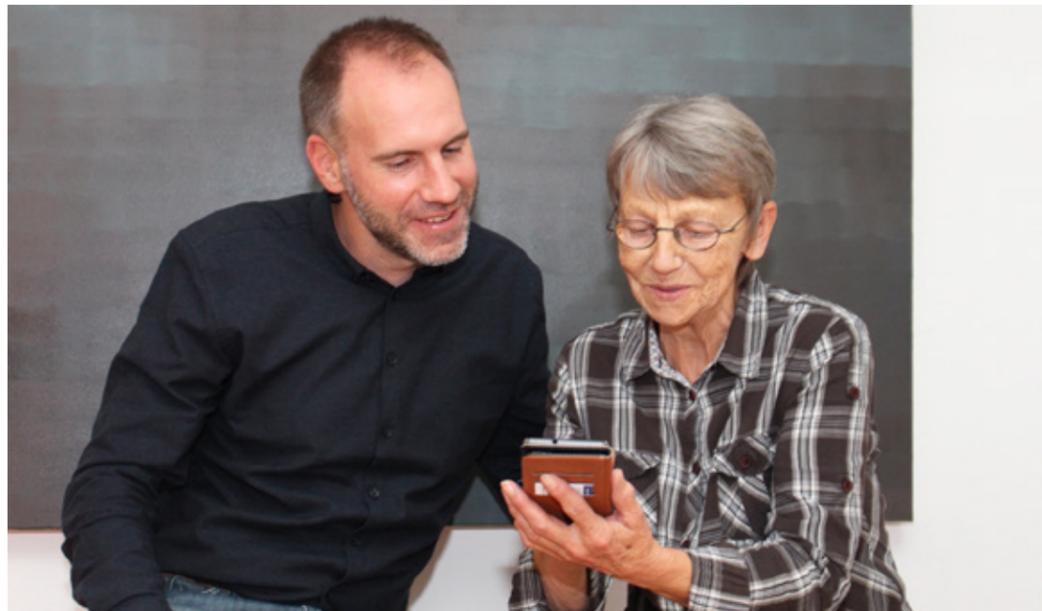
Unser Lösungsweg

Tu, was du in deinem Umfeld tun kannst: Repariere Kinderkleider und zeige Kindern, wie sie das selbst machen können. Setze Blumen für Bienen. Unterhalte dich mit einer überforderten Mutter, tröste ein Kind. Zeige Verständnis für Menschen, die anders denken als du. Frag nach und lerne sie kennen. Höre zu. Kauf die richtigen Dinge, kauf wenig. Verschenke viel. Verschenke dich, deine Liebe und deine Lebenserfahrung an die Welt.

Umweltschutz
Netzwerke

Steckbrief

Angebot	Seminare, Coaching, Lehrgang, Gütesiegel u.v.m.
Projektradius	österreichweit
Ort	vor Ort oder online, je nach Bedarf
Organisationsteam	rund vier interne Mitarbeiter/innen, externes Team
Finanzierung	Hauptfördergeber ist das Sozialministerium.
Kontakt	Edith Simöl, office@digitaleseniorinnen.at
Website	digitaleseniorinnen.at
Newsletter	digitaleseniorinnen.at/newsletter
Facebook	digitaleSeniorInnen



Fachjury

»Dieses Projekt nimmt sich auf sehr überzeugende Weise der Förderung der digitalen Kompetenzen älterer Menschen an, indem Multiplikator/innen im Bildungsbereich auf vielfältige Art und Weise bei der Planung von Bildungsangeboten unterstützt werden.«

Johannes Pflieger | FH St. Pölten



»Die angebotenen Leistungen von digitaleSeniorInnen, wie Schulungsmaterialien, Coachings, Lehrgänge usw. überzeugen. Sie stellen einen wichtigen Beitrag dar, um vielen alten Menschen den Zugang zu Digitalisierung zu eröffnen und somit ihre soziale Teilhabe zu ermöglichen.«

Barbara Pichler | Universität Wien



Servicestelle digitaleSeniorInnen

Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation (ÖIAT)

Digitale Kompetenzen für alle

Die Servicestelle digitaleSeniorInnen unterstützt Bildungseinrichtungen und Trainer/innen bei der Planung und Umsetzung von Bildungsangeboten für ältere Menschen. Sie ist Ansprechpartner für seniorengerechtes Lehren und Lernen.

Wer wir sind

Die Servicestelle digitaleSeniorInnen bietet ein umfassendes Dienstleistungsspektrum rund um die digitale Bildung von Senior/innen in Österreich. Expert/innen aus den Bereichen Erwachsenenbildung, Medienpädagogik, Informationstechnologie und Organisationsentwicklung unterstützen bei der Entwicklung, Planung und Umsetzung von Angeboten. Betrieben wird die Servicestelle durch den gemeinnützigen und unabhängigen Verein ÖIAT, das Österreichische Institut für angewandte Telekommunikation mit Sitz in Wien.

Wer mitmachen kann

Das Angebot richtet sich an Bildungseinrichtungen und Trainer/innen in der Erwachsenen- und Senior/innenbildung sowie im Bereich Freiwilligenarbeit. Für Unternehmen, Initiativen und Projekte bieten wir themenspezifisches Know-how: Wie kann die Zielgruppe der Senior/innen besser erreicht werden? Wie kann die Qualität des Angebots gesteigert beziehungsweise sichtbar gemacht werden?

Was wir bewirken möchten

Unser Ziel ist, dass alle Menschen Zugang zu den Chancen der Digitalisierung bekommen. Digitale Kompetenzen ermöglichen soziale Teilhabe, erhöhen die Selbständigkeit im Alter und fördern die Inklusion in der Gesellschaft. Als kompetenter Partner begleiten wir Bildungseinrichtungen bei der Planung und Umsetzung von Bildungsangeboten für Senior/innen. Es gilt, das didaktische Rüstzeug der Geragogik – der Pädagogik des Alters – und die fachdidaktischen Aspekte von EDV-Trainings zu vereinen.

Unser Lösungsweg

Unser Service für Bildungseinrichtungen und Trainer/innen ist vielfältig. Sie reichen von Fortbildungslehrgängen – im September startete beispielsweise ein Lehrgang zum/zur Senior/innentrainer/in für digitale Alltagskompetenzen – bis zur Bereitstellung von Materialien und Handouts; von »Gütesiegel«-Auszeichnungen für Good-Practice-Projekte über Workshops und Weiterbildungspakete bis zu Beratung und Vernetzung der Community. Dank Unterstützung durch das Sozialministerium sind fast alle Angebote kostenlos.

Digitalisierung
Bildung

Steckbrief

Format	Netzwerk, Forschungsprojekt
Projektradius	österreichweit
Laufzeit	Herbst 2020 bis Frühjahr 2022
Team	fünfköpfiges Kernteam, studentische Co-Forscher/innen
vertiefende Aktivitäten	durch Lehrveranstaltungen und Fieldtrips
Partner	Forschungsbereiche Gebäudelehre und Entwerfen sowie Örtliche Raumplanung der TU Wien
Kontakt	magdalena.maierhofer@tuwien.ac.at evelyn.temmel@tuwien.ac.at
Website	futurelab.tuwien.ac.at/research-center/soziale- infrastruktur/space-anatomy
Tipp	Ausstellung und Buchpräsentation im Frühjahr 2022



Fachjury

»Das Projekt beschäftigt sich mit den Wechselbeziehungen zwischen den oftmals getrennt betrachteten Bereichen Gesundheitsversorgung, Raumplanung und architektonische Praxis. Der transdisziplinäre Dialog unterstützt die Verknüpfung bereits bestehender Angebote und eröffnet neue Perspektiven.«

Christiane Feuerstein | Architektin



»Die innovative Kraft dieses Projektes besteht in der Erkundung alltäglicher und institutioneller Praktiken rund um Gesundheit im Alter. Bedürfnisadäquate Architektur setzt eine gute Kenntnis von Veränderungen im ländlichen und städtischen Raum voraus.«

Franz Kolland | Universität Wien



SPACE ANATOMY

Fakultät für Architektur und Raumplanung, TU Wien

Gesundheit und Infrastrukturen

Das Projekt untersucht Tendenzen in der Gesundheitsversorgung – hervorgerufen durch demografischen Wandel und geänderte Versorgungsbedürfnisse – und die damit verbundene Raumplanungs- und Architekturpraxis in Österreich.

Wer wir sind

Lene Benz, Judith M. Lehner, Magdalena Maierhofer, Kathrin Schelling und Evelyn Temmel bilden das transdisziplinäre SPACE ANATOMY-Forscherinnenteam. Gefördert wird das Projekt im Rahmen der Excite-Initiative der Fakultät für Architektur und Raumplanung der TU Wien.

Wer mitmachen kann

Das Projekt richtet sich an Planer/innen, Architekt/innen, Architekturinteressierte, Nutzer/innen, Betreiber/innen, Entscheidungsträger/innen und an alle, die daran interessiert sind, ihr Lebensumfeld positiv mitzugestalten.

Was wir bewirken möchten

Durch die Identifikation und Erforschung von beispielhaften Projekten in der österreichischen Gesundheitslandschaft möchten wir neue Tendenzen und Best-Practice-Modelle sichtbar machen. So sollen dem Diskurs um eine bessere Gesundheit für alle weitere wichtige Perspektiven hinzugefügt werden.

Unser Lösungsweg

Gesundheit wird ganz wesentlich von räumlichen Faktoren beeinflusst. Die Verortung von Einrichtungen in ruralen oder urbanen Nachbarschaften, aber auch ihre architektonische Ausformulierung und Programmierung, kann vorteilhafte Effekte generieren. Wir möchten aufzeigen, wie Raumplanung und Architektur das Leben von Jung und Alt positiv beeinflussen und ein gutes Zusammenleben und soziale Interaktionen fördern können: zu Hause, im betreuten Wohnen, im Pflegeheim, in neuen Wohnformen (z.B. Senior/innen-wg), aber auch in der medizinischen Grundversorgung (Apotheken, Primärversorgungszentren, Tageskliniken etc.). Der Erfahrungsschatz von Nutzer/innen, Betreiber/innen, Initiator/innen und politischen Entscheidungsträger/innen ist dabei von grundlegender Bedeutung. Er leistet einen relevanten Beitrag für die zukünftige Entwicklung von Projekten und Infrastrukturen zur alltäglichen Erhaltung, Stabilisierung und Wiederherstellung der Gesundheit möglichst vieler.

Wem wir danken

Die Umsetzung von SPACE ANATOMY beruht auf der Expertise von Menschen, die durch ihr Engagement herausragende Projekte ermöglichen, welche interessante Anreize für ein gutes Leben miteinander – auch im Alter – bieten und zu einem besseren Verständnis der unterschiedlichen Bedürfnisse verhelfen. Das Team bedankt sich bei allen Gesprächspartner/innen sehr herzlich für ihre Zeit und den Studierenden für ihren motivierten Einsatz.

Architektur
Wohnen
Netzwerke

Steckbrief

Format	Lehrgang
Projektradius	Wien
Ort	in den Wiener Volkshochschulen
Teilnahme	kostenpflichtig
Voraussetzungen	abgeschlossene Berufsausbildung, Aufnahmegespräch
Start	15. Februar 2022
Rechtsform	Gemeinnützige GmbH
Partner	wba – Weiterbildungsakademie Österreich
Kontakt	paedagogik@vhs.at
Website	vhs.at



Fachjury

»Die Kompetenzvermittlung zwischen älteren Menschen auf Augenhöhe sowie das Weitergeben von Wissen an jüngere Generationen halte ich für essenziell wichtig und zukunftsorientiert. Es ist ein notwendiger Schritt in Richtung Selbstbestimmung im Alter einerseits und Wiedererkennung von Potenzialen älterer Generationen andererseits.«

Kludia Bachinger | WisR

»Nicht alle älteren Menschen wollen sich nach der Pensionierung zur Ruhe setzen. Viele sind motiviert, ihr Wissen und ihre Erfahrungen weiterzugeben. Davon kann unsere Gesellschaft nur profitieren. Das Projekt bietet dafür eine niederschwellige Plattform.«

Jana Nikitin | Universität Wien



»Train the Trainer«-Ausbildung für Senior/innen

Die Wiener Volkshochschulen GmbH

Erfahrung zählt!

Senior/innen verfügen häufig über Expertise, die sie weitergeben wollen.
In der vhs-Ausbildung »Train the Trainer« erfahren sie, wie sie ihr Fachwissen methodisch-didaktisch aufbereiten, um es interessant und interaktiv zu vermitteln.

Wer wir sind

Die Volkshochschulen blicken auf eine mehr als 130-jährige Tradition zurück. Als wichtiger Bestandteil der Stadt Wien, ihrer Geschichte, Kultur und Bildungslandschaft ist uns »Bildung für alle« bis heute ein Anliegen.

Wer mitmachen kann

Personen, die in ihrer nachberuflichen Lebensphase Interesse an einer beruflichen Tätigkeit als Unterrichtende an den Wiener vhs haben. Voraussetzung ist eine abgeschlossene Berufsausbildung und das Erreichen der nachberuflichen Phase. Interessent/innen können sich auf unserer Homepage über eine Lehrtätigkeit informieren und direkt bewerben.

Was wir bewirken möchten

Ältere Menschen haben das Bedürfnis, ihre im Laufe des Lebens erworbenen Kompetenzen aktiv zu vermitteln. Die Gesellschaft profitiert wiederum vom Wissen und von der Erfahrung der Älteren. Von Senior/innen geleitete Kurse fördern generationsübergreifendes Lernen und mindern den Lernstress älterer Kursteilnehmer. Den Kursleiter/innen ermöglicht die Tätigkeit, ihr Know-how weiterzugeben, eine aktive Rolle in der Gesellschaft einzunehmen und trotz Pension eine intellektuell fordernde berufliche Tätigkeit auszuüben. Nicht zuletzt ist sie für viele ein wichtiger Zuverdienst. Ziel der Wiener Volkshochschulen ist es, das Bild der aktiven Senior/innen zu verstärken.

Unser Lösungsweg

Die Wiener Volkshochschulen verstärken die Kursleiter/innensuche in Richtung Senior/innen und initiieren die »vhs Silver Trainer Ausbildung«. Von November 2021 bis Jänner 2022 finden Informationsabende über Aufnahmebedingungen, Ausbildungsinhalte und Lehrgangsstruktur statt. Der erste Lehrgang startet am 15. Februar 2022 und besteht aus acht Modulen. Neben Methodik und Didaktik werden Themen wie Gruppendynamiken, Diversity Management und Gender Mainstreaming, Präsentationstechniken, Lerntheorien, Medien- und Digitalkompetenz, Konfliktmanagement, Rede- und Kommunikationsmodelle und Geragogik vermittelt. Darüber hinaus wird es Vorträge zum Thema »Zuverdienst in der Pension« geben. Eine Zusammenarbeit mit der wba – Weiterbildungsakademie Österreich wird angestrebt. Der Abschluss befähigt die Absolvent/innen, vhs-Kurse zu leiten.

Bildung
Nachberufliches

Steckbrief

Format	Kaffeehaus, öffentliches Wohnzimmer
Ort	Schleifmühlgasse 16, 1040 Wien »Backademie« online
Teilnahme	offen für alle
Rechtsform	GmbH und Verein
Gründung	2012
Team	rund 60 Mitwirkende, davon die Hälfte geringfügig angestellte Omas und Opas
Wissenschaftliche Begleitung	u. a. durch Deloitte und die wu Wien
Website	vollpension.wien
Facebook	Vollpension.Wien
Instagram	vollpension_wien
Tiktok	vollpension.wien



Fachjury

»Das Kaffeehaus als Begegnungsraum für Menschen verschiedener Generationen ist im Projekt Vollpension in mehrfacher Weise zu einem Aushängeschild geworden. Es ist nicht nur ein Unterhaltungsraum für Jung und Alt – es ist auch ein Arbeitsraum, in dem alle ihre Kompetenzen im Kochen, Backen, Kellnern usf. zeigen, und ein Ort, an dem ältere Beschäftigte ihre monetäre Armut verringern.«

Franz Kolland | Universität Wien



»Im generationenübergreifenden Kaffeehaus wird nach alten Rezepten gebacken und die Omas bilden weiter – seit dem vergangenen Jahr in Online-Backkursen. Das Projekt leistet wertvolle Beiträge gegen Altersarmut und Vereinsamung.«

Gerhard Bisovsky | Verband Österreichischer Volkshochschulen



Die Vollpension
Vollpension Generationencafé

Omas öffentliches Wohnzimmer

Unsere Kaffeehäuser ermöglichen den Austausch zwischen den Generationen und schaffen für zahlreiche Senior/innen ein zusätzliches Einkommen sowie einen sinnvollen Platz in der Gesellschaft.

Wer wir sind

Wir sind die Vollpension, das generationenverbindende Kaffeehaus in Wien. Bei uns backen und servieren Omas und Opas die besten Kuchen von Wien bis Tokio. Alle Mehlspeisen werden mit Liebe vor Ort in einer offenen Backstube zubereitet.

Wer mitmachen kann

Wir sehen uns als öffentliches Wohnzimmer, in dem die Generationen wieder näher zusammenrücken können. Wir sprechen einerseits die ältere Generation an, die sich bei uns nicht nur etwas Geld dazuverdient, sondern auch einen Platz in der Gesellschaft zurückerobert. Andererseits sind wir ein Ort für die jungen Menschen Wiens, die ein wenig »Oma-Flair« genießen möchten; etwa, weil die eigenen Großeltern nicht mehr leben oder weit weg wohnen. Grundsätzlich ist natürlich jede/r in unseren Kaffeehäusern herzlich willkommen!

Was wir bewirken möchten

Unser Ziel ist es, der älteren Generation durch eine bezahlte Arbeit Empowerment zu ermöglichen und einen Ort zu schaffen, an dem ihre Erfahrung und ihr Know-how gesehen, gehört und wertgeschätzt werden. Die Vollpension ist für viele ein Ausweg aus der Isolation, sowohl finanziell als auch sozial. Worauf wir großen Wert legen, ist der Abbau von generationsspezifischen Klischees und Vorurteilen. In der Vollpension sitzen die Menschen beieinander, interagieren und knüpfen soziale Kontakte – es menschelt.

Unser Lösungsweg

Die Vollpension ist nicht nur durch den Kaffeehausbetrieb sichtbar, sondern seit verganginem Herbst auch online durch die »Backademie«: Mittels Online-Videos kann man von unseren »Oldies« das Handwerk des Backens erlernen. Seit Kurzem gibt es bei uns liebevoll gefüllte Picknickkörbe zum Mitnehmen, unsere hausgemachten Torten stellen wir gerne auch zu. Durch unsere Präsenz, sowohl auf unseren Social-Media-Kanälen als auch in der traditionellen Medienlandschaft, schaffen wir es, unsere wichtigen Themen einem größeren Publikum näherzubringen: Altersarmut, Isolation und Generationenvorurteile sind zentrale Probleme unserer Gesellschaft – es gilt, sie mit aller Kraft zu bekämpfen. Denn das Thema Alter geht uns alle an.

Netzwerke
Teilhabe
Vorsorge

Steckbrief

Format	Haus- und Wohngemeinschaft
Projektradius	lokal, Haus und Nachbarschaft
Vereinsgründung	2006
Einzug	2012
Finanzierung	Privatstiftung zur Unterstützung und Bildung von ArbeitnehmerInnen, Stadt Wien
Bestand	19 Wohnungen mit über 30 Bewohner/innen, eine Gästewohnung
Auszeichnung	Wiener Stadterneuerungspreis 2013
Vernetzung	v. a. mit Kultur- und Kunstschaffenden im Viertel
Kontakt	Christine Stromberger, chstromberger@gmx.at



Wohnprojekt Grundsteingasse 32

Verein

Gemeinsam wohnen in Ottakring

Eine altersmäßig gut durchmischte Gruppe von Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen, die insbesondere im Hinblick auf das Älterwerden und das Alter nachbarschaftlich zusammenwohnen und -leben wollen.

Wer wir sind

Wir sind eine Gruppe von Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen – Singles, Paare und Familien, Berufstätige und Pensionist/innen – und unterschiedlichen Alters, derzeit zwischen sechs Monate und 81 Jahre alt. Begonnen hat alles 2006, als sich zwei Menschen in ihren 50ern Gedanken darüber machten, wie sie im kommenden Lebensabschnitt leben wollen würden: nicht allein, nicht zu zweit, nicht anonym in irgendeinem Haus. Aus der Idee des »gemischten Wohnens« und vielen daran Interessierten im Freundes- und Bekanntenkreis entstand nach und nach eine Gruppe Gleichgesinnter, die schließlich in ein Haus in Ottakring zog.

Wer mitmachen kann

Wir sind eine Haus- und Wohngemeinschaft, die sich als Verein und als Gruppe konstituiert hat. Die Bewohner/innen kommen aus unserem Umfeld, teilen Idee und Form unseres Zusammenlebens sowie unsere Vereinsziele. Sie schätzen Individualität ebenso wie die Gemeinschaft. Für den Fall, dass eine Wohnung frei wird, haben wir uns auf einen Mechanismus geeinigt, wie die Nachfolgevermietung abgewickelt wird. Es handelt sich daher nicht um ein offenes Mitmachprojekt.

Was wir bewirken möchten

Wir sind bemüht, das Zusammenleben nach unseren Vorstellungen zu gestalten – in einer auf Vertrauen, Gemeinschaftssinn, Solidarität und Verlässlichkeit beruhenden Gruppe. Verschiedenheit und Individualität werden ebenso wertgeschätzt wie die im Alltag oder in bestimmten Lebenssituationen erwünschte und erforderliche Gemeinschaft. Die Umsetzung und Weiterentwicklung unserer ursprünglichen Vereinsziele sind uns wichtig.

Unser Weg

Gerade im Hinblick auf das Leben im Alter möchten wir eine Alternative zu Vereinsamung und Vereinzelung aufzeigen: nachbarschaftliche und freundschaftliche Beziehungen pflegen, Aufmerksamkeit gegenüber anderen zeigen, bei Bedarf Solidarität und Unterstützung gewährleisten, gelegentliche gemeinsame Aktivitäten und Feste organisieren sowie regelmäßige Treffen für Austausch und das Lösen von etwaigen Problemen arrangieren.

Fachjury

»Gemeinschaftliches Wohnen wird aus ganz unterschiedlichen Gründen für viele Menschen immer attraktiver. Das Wohnprojekt Grundsteingasse 32 zeigt, wie Eigeninitiative, großes Engagement und die Fähigkeit, tragfähige Kooperationen einzugehen, zu einer lebendigen Hausgemeinschaft beitragen.«

Christiane Feuerstein | Architektin



»Gerade für das Alter ist es wichtig, neue Wege zu finden, wie wir gut zusammenleben und -wohnen können. Dafür sind Vorzeigemodelle wie das Wohnprojekt Grundsteingasse beispielgebend. Es zeigt uns, wie es funktionieren kann und soll ein Wegweiser für die Zukunft sein.«

Barbara Pichler | Universität Wien



Wohnen
Netzwerke
Kultur
Kreativität

Die Initiative »Gewonnene Jahre« wird von ausgewählten Expert/innen aus unterschiedlichen Wissenschaftsfeldern und Tätigkeitsbereichen begleitet. Sie sind inhaltliche Impulsgeber/innen, Mitglieder der Jury und stellen im Projektverlauf immer wieder die Verbindung zwischen Wissenschaft, Gesellschaft und Praxis her.



Kludia Bachinger
ist 35 Jahre alt und Gründerin und CEO von WisR, einem österreichischen HR-Tech-Start-up, das Unternehmen dabei unterstützt, effektive Maßnahmen im Angesicht des demografischen Wandels zu setzen. Mit einer Alumni-Software können Firmen Mitarbeiter/innen wertschätzend in den Ruhestand begleiten, mit ihnen in Kontakt bleiben und sie für Mentoring, Projekt- und Wissensarbeit zurückholen.

»Unsere Gesellschaft ist nicht auf die »Longevity« vorbereitet, die sie bereits erreicht hat. Es braucht neue Formen der Kollaboration, mehr Daten, bessere Technologien und innovative Geschäftsmodelle, die ein langes Leben lebenswert machen.«

www.growwisr.com



Gerhard Bisovsky
vertritt als Generalsekretär des Verbandes Österreichischer Volkshochschulen (vöv) 260 Volkshochschulen in mehr als 800 Gemeinden, in denen zwei Drittel der in Österreich lebenden Menschen wohnen. Bildung ist zwar nicht der einzige, aber ein sehr wichtiger Schlüssel zur Verbesserung der Chancen der Menschen. Man lernt nie aus und zum Lernen ist es nie zu spät!

»Bildung. Bildung. Bildung. Bildung stärkt die Autonomie, unterstützt das eigene und das solidarische Handeln. Bildung regt an, ermöglicht neue Sichtweisen und fördert das Wohlempfinden. Kostengünstige und qualitätsvolle Bildung für alle.«

www.vhs.or.at



Christiane Feuerstein
ist Architektin und Universitätslehrende. In ihren Projekten, Publikationen, Vorträgen und Ausstellungen verbindet sie unterschiedliche Formate des Gestaltens und der Wissensvermittlung. Ihre Arbeiten bewegen sich an der Schnittstelle räumlicher und gesellschaftlicher Entwicklungen und beschäftigen sich mit dem Wandel des Wohnens und urbanen Transformationsprozessen.

»Alle Generationen profitieren von einer alter(n)s-gerecht gestalteten Umwelt mit vielfältigen Wohnformen, großzügig ausgeführten Freiräumen, intelligenten Verkehrskonzepten sowie bedarfsorientierten sozialen und gesundheitlichen Angeboten.«

www.christianefeuerstein.at



Franz Kolland
beschäftigt sich in seiner umfassenden Forschungs-, Vortrags- und Publikationstätigkeit mit den sozialen, kulturellen und geistigen Veränderungen im Lebenslauf. Seine Forschungsergebnisse zeigen einen deutlich positiven Einfluss von Digitalisierung und sozialen Medien auf die Lebensqualität im Alter.

»Im Alter braucht es Beweglichkeit und Bereitschaft zu Veränderungen. Die Lebenserfahrung reicht nicht aus. Sie kann als Lebensanschauung nicht allein zur Orientierungstafel werden. Lustvolles Altern verlangt eine neue Kultur und eine soziale Umwelt, die diese unterstützt und nicht bremst.«

www.soz.univie.ac.at

Begleiter/innen auf neuen Wegen

Die Jury



Jana Nikitin
ist seit 2020 Professorin für Psychologie des Alterns an der Universität Wien. Davor war sie an den Universitäten Zürich, Basel und Tromsø tätig. Sie forscht zu der Frage, wie Menschen ihre Entwicklung bis ins hohe Alter gestalten können. Neues aus der Forschung zum Thema »Altern« publiziert sie regelmäßig unter altern-psy.univie.ac.at/forschung

»Das Alter bietet Chancen und Herausforderungen. Es ist nicht der »Rest« des Lebens. Diese Sicht auf das Alter ist diskriminierend und holt uns im Alter ein. Nehmen wir das Alter in seiner Vielschichtigkeit und ältere Menschen in ihrer Individualität wahr!«

altern-psy.univie.ac.at



Barbara Pichler
forscht am Institut für Pflegewissenschaft und ist als Lektorin am Institut für Bildungswissenschaften der Uni Wien tätig. Zuvor studierte sie Pädagogik, Soziologie und Pflegewissenschaft und arbeitete als Gesundheits- und Krankenschwester. Ihre Schwerpunkte sind Alter und Intersektionalität, kritische Gerontologie, Care aus feministischer Sicht, Dementia Care sowie qualitativ-empirische Sozialforschung.

»Wir benötigen zukunftsfähige geschlechtergerechte Wohn- und Sorgemodelle für das Alter, wo der Übergang in eine mögliche Pflegebedürftigkeit und das Lebensende für alle Beteiligten unabhängig von ihrer sozialen Herkunft gut gelebt werden kann.«

pflegewissenschaft.univie.ac.at



Johannes Pfliegerl
studierte Soziologie und Geschichte an der Universität Wien und der Manchester Metropolitan University und ist nun Leiter des Ilse Arlt Institutes für Soziale Inklusionsforschung sowie Dozent an der FH St. Pölten. Seine Forschungsschwerpunkte umfassen die soziale Arbeit mit älteren Menschen und deren An- und Zugehörigen sowie Ambient Assisted Living (AAL).

»In einer Gesellschaft der Langlebigkeit ist es erforderlich dafür Sorge zu tragen, dass die Inklusion älterer Menschen in allen Lebensbereichen sichergestellt wird, damit sie am gesellschaftlichen Leben in vollem Umfang teilhaben können.«

inclusion.fhstp.ac.at



Sonja Schiff
ist Alternswissenschaftlerin, Altenpflegeexpertin und Buchautorin. Als Trainerin und Coach zu Altersfragen arbeitet sie für Pflegeeinrichtungen, Bildungshäuser, Gemeinden, Firmen und Einzelpersonen. Sie vertritt ein, wie sie sagt, »gnadenlos« positives Altersbild. Besonders beschäftigt sie die Frage nach der bewussten und proaktiven Gestaltung des eigenen Älterwerdens und Alterns.

»Mir ist es ein Anliegen, die in unserer Gesellschaft unterschwellig vorhandene Ablehnung des Alter(n)s zu überwinden. Was es dafür am dringlichsten braucht, sind positive Vorbilder für ein buntes und bewusstes Älterwerden.«

www.sonjaschiff.com

Dem Aufruf der Ö1 Initiative »Gewonnene Jahre« folgten, neben den bereits vorgestellten, 141 weitere Projekte. Allen Älterwerdenden dient dieses Verzeichnis als Orientierung über die Vielzahl an Angeboten und Betätigungsfeldern. Jenen, die bereits in diesem Feld wirken, bietet es einen Anknüpfungspunkt für Vernetzung und Inspiration.

Architektur, Wohnen & Mobilität

60Plus-Check: Wie seniorenfreundlich ist Hietzing? | queraum Initiative für die Verbesserung eines alter(n)sfreundlichen Lebensumfelds in Wien-Hietzing
mobilitaets-scouts.at

Christliche Wohngemeinschaft | Heinrich Veith Innovative Wohnformen in Salzburg mit dem Ziel, die Selbstbestimmtheit von Senior/innen zu erhalten und ihre Selbstorganisation zu fördern
h.veith@diedrehscheibe.at

Clusterwohnen | Die WoGen Wohnprojekte-Genossenschaft e.Gen Baurägerin, die barrierefreie Wohnprojekte für Senior/innen, die in Gemeinschaft wohnen und leben wollen, verwirklicht.
diewogen.at

Für ein alter(n)sfreundliches Wien | Mobilitäts-Scouts Initiative für die Mitgestaltung eines alter(n)sfreundlichen Lebensumfelds und für eine Mobilitätsförderung älterer Menschen
mobilitaets-scouts.at

Gemeinsam wandern und mehr | Alpenverein Edelweiss Freizeitprogramm mit Schwerpunkt auf Bewegung in der Natur
alpenverein-edelweiss.at/programm/fuer-senioren

Gemeinschaftshaus Oberlaaer Straße 76, Wien | X ARCHITEKTEN Bestehendes intergeneratives Wohnprojekt
wohnen.casa.or.at/standort/casa-oberlaa

gemeinsamwohnen.at | Die Grünen – Generation plus oö Plattform für gemeinschaftliches Wohnen ab 55
gemeinsamwohnen.at

GOLDEN WALKER | Verein 24 Stunden Burgenland Wanderungen mit Senior/innen im Herzen des Welterbes Fertő-Neusiedler See
24stundenburgenland.com/goldenwalker

Haus im Leben Eine gemeinschaftliche Wohnform aller Generationen, betreut durch eine eigene Wohnbegleitung
hausimleben.at

kolokation – gemeinsam urban wohnen Dieser Verein entwickelt mit Bewohner/innen gemeinschaftliche Wohnprojekte. Ziele: nicht mehr allein sein, gegenseitige Hilfe, Selbständigkeit
kolokation.net | kolokation-svw.net | kolokation-as.net

Nachbarschaftsgarten Hofferplatz | Klub+ Viel Platz für Generationen Der Garten des Klubs+ am Hofferplatz wurde zu einem Nachbarschaftsgarten umgewandelt.
pensionistenklubs.at

neues WOHNEN 70plus Wohnworkshops für Menschen jenseits der 50, die ihr Wohnen für das Alter planen und vorbereiten
neueswohnen70plus.at

Nutz. Pflanzen – Gesundheit zum Pflücken | Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser Pilotprojekt, das Bewohner/innen von Pensionisten-Wohnhäusern anregt, sich frische Früchte im angelegten Garten selbst zu pflücken
kwp.at

Sommer-Aktivpass für Senior/innen | Mobilitäts-Scouts Ein vielseitiges Freizeitangebot inkl. Sommer-Aktivpass für ca. 400.000 Wiener/innen ab 60 (Konzeptstadium)
mobilitaets-scouts.at

Tiny Houses für Senior/innen | Erich Zsalcsik Leistbarer Wohnraum für Senior/innen und deren Angehörige, um die ältere Generation im Dorf zu halten (Konzeptstadium)
baudesign.co.at

wg Melange | Caritas der Erzdiözese Wien Gemeinschaftliches Wohnen für Menschen ab 55, inkl. Möglichkeit zum Probewohnen
caritas-wien.at/wg-melange

WOAL – Wohnen ohne Alterslimit | Verein zur Entwicklung von Lebensperspektiven im Alter, Solidarisches Wohnen bis zum Lebensende! WOAL realisiert ein innovatives Wohn-, Betreuungs- und Pflegekonzept.
wohnen-ohne-alterslimit.at

Projektindex

Wohngemeinschaft Lyla | Mathilde Hinteregger Eine Wohngemeinschaft für pflegebedürftige Frauen im Brixner Stadtteil Milland
mathilde.hinteregger@alice.it | Tel. +39 348 47 88 372

Beratung & Coaching

ASEP Austrian Senior Experts Pool Wirtschaftsbezogene Beratungsleistungen von Senior/innen an Startups, Jungunternehmer/innen u.a.
asep.at

Biografiearbeit | Renate Schwammer Anleitungen zum Schreiben von Biografien
thirdage.at

Das Beste kommt jetzt! | Susanne Strobach & Hanni Reichlin-Meldegg Ein Buch über das achtsame Altern: von A wie Achtsamkeit bis Z wie Zufriedenheit
styriabooks.at/das-beste-kommt-jetzt

Die Mandel | Expert for Senior Talents Maßnahmen für alters- und altersgerechtes Arbeiten sowie Wissensaustausch zwischen Älteren und Jüngern, um Betriebe effizienter zu machen
diemandel.at

Endlich in Pension – und was dann? | Elfie Rosner Durch Biografiearbeit vergessene Ressourcen wiedergewinnen und für die Zukunft nutzbar machen
activeagers.at

Herzenswünsche, Träume und Sehnsüchte | Christine Kodnar Workshops, um lang gehegte Wünsche, Sehnsüchte und Träume in Angriff zu nehmen
c.kodnar@gmx.at

Lebensfreude gewinnen durch 3rd Age Focusing | Peter Pressnitz Die Trainingsmethode ist eine Form der »gefühlten Wahrnehmung«, um Zufriedenheit und Wohlbefinden zu unterstützen.
focusing.org

Salongespräche Generation plus oö | Die Grünen – Generation plus oö Vortragsreihe zu altersspezifischen und gesellschaftlich relevanten Themen
generationplus.gruene.at

Seniors4success | Leopold Stieger Plattform für Menschen vor und nach der Pensionierung, Anleitungen zur Lebensplanung und für die Zeit nach der Berufstätigkeit
seniors4success.at

Senior Coaching | Verena Aichholzer, cococo Coaching insbesondere für Führungskräfte, die kurz vor oder nach ihrem Austritt aus dem Arbeitsleben stehen
cococo.at

Senior Experts Austria | Jugend Eine Welt Entsendeprogramm für Senior/innen, die ihr Fachwissen weltweit in gemeinnützigen Organisationen und Bildungseinrichtungen einbringen
seniorexpertsaustria.at

vfq Silver Girls | vfq Gesellschaft für Frauen und Qualifikation mbH Arbeitsmarktpolitische Erwachsenenbildungseinrichtung in Linz, die Frauen ab 55 bei ihrer beruflichen Neuorientierung begleitet und unterstützt
vfq.at/veranstaltungen-bildung-beratung.html

Wie geht Pension? Wie geht Alter? | Helga Pražak-Reisinger Coaching und Blog für Personen, die sich kurz vor oder in der Pension neu orientieren müssen und wollen
prazak.cc

Bildung

Age and Care Research Group Graz Die Initiative fördert aktiv den inter- und transdisziplinären Austausch im Bereich der Alterswissenschaften.
ageandcaregraz.at

Aufstand statt Ruhestand | Verein Frauen* beraten Frauen* Wien
Gesellschaftskritische Workshops und Veranstaltungen mit feministischen Perspektiven
frauenberatenfrauen.at

FAMILIENARCHÄOLOGIE: Was bleibt, was weiter wirkt | Österreichische URANIA für Steiermark
Angebote zur Erforschung der eigenen Familiengeschichte
urania.at

Gemeinsam Neues lernen macht Spaß und hält fit | Selba oö
Die Initiative unterstützt eine fundierte Aus- und Weiterbildung im Bereich der Senior/innenbildung.
selba-ooe.at

Grübeln mit Erfolg | GrübelWerkstatt – Barbara Fleck & Georg Fleck-Obendrauf
Übungen für Menschen ab 60 zum Nachdenken und Mitmachen, zur Stärkung der Gedächtnisleistung und der Alltagskompetenz
gruebel-werkstatt.at

Ruhestörung? Empowerment von Seniorinnen | Marion Breiter, Netzwerk österreichischer Frauen- und Mädchenberatungsstellen
Weiterbildung, um Beraterinnen und Multiplikatorinnen für die Situation und die Bedürfnisse älterer Frauen zu sensibilisieren
netzwerk-frauenberatung.at

Seniorstudium Liberale (SSL) | Universität Klagenfurt
Ausgewählte Lehrveranstaltungen für an Wissenschaft interessierte Senior/innen
aau.at/universitaetslehrgaenge/seniorstudium-liberale

vhs Senior*innenquiz | PensionistInnenklubs für die Stadt Wien
Quiznachmittag für Senior/innen; ein Nachmittag voller Spaß und Freude am Tun
kwp.at/pensionistenklubs/mitraten-und-gewinnen-beim-seniorinnenquiz

Vorbereitung auf den Ruhestand | Die Wiener Volkshochschulen GmbH
Informationen für Menschen in der Phase vor ihrer Pensionierung
vhs.at

Zukunftskonferenz Republik Österreich | Bundesverband Initiative 50Plus Austria
Konferenzreihe rund um Lebensbedingungen der Generation 50+
bv50plus.at

Demenzielle Beeinträchtigungen

#DemenzRAUM | Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser
Niederschwelliger Informationszugang zum Thema Demenz für Betroffene, pflegende Angehörige und Gesundheitspersonal
kwp.at/mitwirken/demenzraum

#demenzstreifzug | Büro der SeniorInnenbeauftragten der Stadt Wien
Initiative im öffentlichen Raum zum Thema Demenz
demenzfreundliches.wien

Demenzbetreuung selbstbestimmt | Alexander Popper
Betreuungsangebot in Wien und NÖ für Menschen mit Demenz
demenzbetreuung-selbstbestimmt.at

Die demenzfreundliche Bibliothek Wiener Neustadt | Verena C. Tatzler, Katharina Heimerl
Ein partizipatives Gesundheitsforschungsprojekt, in dem Menschen mit kognitiver Einschränkung mitbestimmen
pflegewissenschaft.univie.ac.at | fhwn.ac.at/studiengang/ergotherapie#perspectives

Digide | Universität Graz (Abteilung für Inklusive Bildung und Heilpädagogische Psychologie)
Digitales Tool zur Früherkennung von Demenz bei Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung
bildungsforschung.uni-graz.at

Eh Klar! Psychomotorik – Im Mittelpunkt der Mensch | AKMÖ Aktionskreis Motopädagogik
Körperaktivierung und Anregung der Sinne für Hochbetagte und Menschen mit Demenz
akmoe.at

Kulturbegleitung Demenz | Universalmuseum Joanneum
Ausbildung zum/zur Kulturbegleiter/in für Menschen mit Demenz
museum-joanneum.at/inklusion-partizipation

KWP Deso.System | Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser
Sicherheitsuhren für Menschen mit demenzieller Erkrankung
kwp.at

LEBENDIG – Leben mit Demenz in der Gemeinde | Styria vitalis
Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen soll die Teilnahme am Gemeindeleben erleichtert werden.
styriavitalis.at/entwicklung-innovation/lebendig

LETHE | Elisabeth Stögmänn, muw & Sten Hanke, FH Joanneum
Das Forschungsvorhaben entwickelt ein Vorhersagemodell zur Früherkennung des Demenzrisikos sowie eine Methode zum Erhalt der geistigen Leistungsfähigkeit.
lethe-project.eu

Memocorby | Memocorby Systems
Ein digitales, multisensorisches Therapietool zum Wiedererlernen der Sprache nach einem Schlaganfall und für das Gedächtnistraining von Demenzpatient/innen
memocorby.com

Reiten und Klettern für Menschen mit Demenz | Volkshilfe Oberösterreich
Eine Initiative zur Verbesserung der Koordination und Steigerung der Konzentrationsfähigkeit
volkshilfe-ooe.at

VR Brille Emotionale Zeitreise | Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser
Einsatz von VR-Brillen bei demenziell erkrankten Bewohner/innen
kwp.at/raus-aus-dem-alltag-rein-in-die-virtuelle-welt

Wenn die fremde, erlernte Sprache verblasst | Renate Schwammer
Förderung, Kommunaldolmetscher/innen bei Migrant/innen mit Demenz einzusetzen
thirdage.at

Digitalisierung & Kommunikation

A1 Seniorenakademie | A1 Telekom Austria
Digitale und physische Trainings für Senior/innen, um sie bei ihren ersten Schritten in der Online-Welt zu begleiten
a1seniorenakademie.at

AALbin-Aktiv im Alter mit Digitalisierung | UIV Urban Innovation Vienna GmbH, Johanniter Österreich, ilogs healthcare GmbH
in Kooperation mit Wiener Wohnen
Umgang mit digitalen Geräten für Bewohner/innen ab 65 der Per-Albin-Hansson-Siedlung Ost
iba-wien.at/projekte/projekt-detail/project/aalbin

App-solute Neuigkeiten | Ulla Kriebenernegg
Digital Stories über die Mediennutzung im Generationenvergleich
app-solute-news.uni-graz.at

Digital gesund altern | Verein Waldviertler Kernland, Donau-Universität Krems, Treffpunkt Bibliothek, NÖ.Regional.GmbH
Digitale Anregungen auf Tablet oder Smartphone für einen gesünderen Lebensstil
waldviertler-kernland.at/cms/digital_gesund_altern/

Digital fit: WienMobil App Tipps für Senior*innen | UIV Urban Innovation Vienna GmbH, Wiener Linien, qualitätszeit
Schulungen für Senior/innen zur praxisnahen Benutzung der WienMobilApp
urbaninnovation.at | wienerlinien.at | qualitaetszeit.at

Handy, Laptop & Co | Diakoniewerk Salzburg
Unterstützung im Umgang mit digitalen Medien für Menschen mit alters- oder krankheitsbedingten Einschränkungen
diakoniewerk.at/was-wir-tun/beraten/digitaler-besuchsdienst-it-hilfe

Klub Online | PensionistInnenklubs für die Stadt Wien
Online-Kontakt zu Menschen über 60 zur Verbesserung der Kommunikation
kwp.at/pensionistenklubs/programm/mitmachen-neues-online-klubprogramm

Mein Handy gut im Griff | BhW Niederösterreich
Digitale Einstiegshilfe für Senior/innen
bhw-n.eu

qualitätszeit – Technik geduldig erklärt
Einzelstunden für Senior/innen zur Einschulung in die digitale Welt
qualitaetszeit.at

Rede.zeit | Volkshilfe Oberösterreich
Eine Hotline für Einzel- oder Konferenzgespräche
volkshilfe-ooe.at

Smart Companion | Fachhochschule St. Pölten
Ein digitales Assistenzsystem für Notfallsituationen im Alltag
research.fhstp.ac.at/projekte/smart-companion

UMBrello – Digitale.Dorf.Dienste | Fachhochschule St. Pölten
In Ausarbeitung befindet sich ein einfacher digitaler Kommunikationsdienst, der Senior/innen besser in das Gemeindeleben einbindet.
umbrello.at

Web-tv für Senioren | frei-zeit.tv
Ein Web-tv für Senior/innen, das regelmäßig über Initiativen bzw. Tipps für Gesundheit und Freizeitgestaltung informiert
frei-zeit.tv

Gesundheit

AktivCoaches – AktivTreffs für BürgerInnen 65+ | Styria vitalis
Schulung von Senior/innen (Coaches), die Personen aus der eigenen Altersgruppe zu mehr körperlicher und geistiger Aktivität anregen sollen
styriavitalis.at/entwicklung-innovation/aktivcoach

Alkoholprävention im Alter | VIVID Fachstelle für Suchtprävention des Landes Steiermark
Die Initiative sensibilisiert ältere Menschen für die gesundheitlichen Risiken und Folgen von Alkoholkonsum.
vivid.at/angebot/aeltere-menschen

ALT.JUNG.SEIN »Ned lugg lau« | Katholisches Bildungswerk
Kursprogramm mit Bewegung und Spaß für Körper, Geist und Seele im Bregenzerwald
altjungsein.at

Alter:n neu denken | Albert Schweitzer Institut für Geriatrie und Gerontologie
Fachartikel mit Schwerpunktthemen aus dem Bereich der Altersmedizin und Pflege
ggz.graz.at/de/Aktuelles/Fachartikel-Alter-n-neu-denken

Altern mit Zukunft | Institut für Gesundheitsförderung und Prävention
Unterstützende Angebote für ein gesundes und selbstbestimmtes Altern
alternmitzukunft.or.at

Bewegt euch, Oldies! | Reinhold Heidinger
Leichtathletikgruppe für Senior/innen der Sportunion Leibnitz
heidinger@planconsort.at

BEWEGUNG 60+ für mehr Fitness von Körper und Geist |
Erika Engel, Reinhold Heidinger
Ein Buch über die gesundheitsfördernde Wechselwirkung
zwischen Körper und Geist bei sportlicher Bewegung mit
Übungsanleitungen und Trainingsplänen
heidinger@planconsort.at | erika.engel@inode.at

Bewegte Nachbarn | ISGS Drehscheibe Kapfenberg
Soziale und gesundheitsfördernde Angebote für Personen 50+
isgs.at/BewegteNachbarn.htm

COGNI-AKTIV | COGNI-AKTIV Teams
Ein Trainingsprogramm für mehr Gesundheit und Wohlbefinden
im dritten Lebensabschnitt
diepsychologen.at/cogni-aktiv/informationen-zum-programm

DenkSportWeg | Katholisches Bildungswerk Tirol,
SelbA Seniorenbildung
Anregung zum regelmäßigen Gedächtnistraining in der Natur
zur Stärkung der geistigen und körperlichen Fitness
denksportweg.at

Der Weg zu mir – Biografie & Wandern | Ingeborg Berta Hofbauer
Das Gehen in der Natur soll die Bedeutsamkeit des eigenen
Lebensweges bewusst machen.
mutkompetenz.at

Depression-Pension »das stumme Leiden« | Renate Schwammer,
Silvia Santner-Schriebl
Selbsthilfegruppe und Beratungsangebote für Menschen 55+
thirdage.at

DESEAL – Deaf Senior Education for Active Living | equalizent
Unterstützungsmaterialien für gehörlose Senior/innen
deseal.eu

Fahr ma Rikscha | PensionistInnenklubs für die Stadt Wien
Kostenlose Rikschafahrten in Wien für mobilitätseingeschränkte
Senior/innen
kwp.at/pensionistenklubs/fahr-ma-mama

Geistig fit bleiben – durch Gehen im NeuroLabyrinth |
Heinz Kohlhammer
Training des Orientierungssinns in frischer Luft, Stainz
heinz_kohlhammer@gmx.at

Gesund altern mit Ernährungs- und Fastentherapie |
Kurhaus Marienkron
Eine medizinisch und diätologisch begleitete Fasten-
therapie und Begleitung zu einer gesund-genussvollen
Lebensstiländerung
marienkron.at | (02173) 80 20 50

Gesund fürs Leben | Wiener Hilfswerk
Geschulte ehrenamtliche Gesundheitsbuddys ab 50 besuchen
ältere Menschen ab 60, trainieren mit ihnen und sprechen über
gesunde Ernährung.
gesund-fuers-leben.at

Klangyoga | Yes-Sonnenyoga – Angelika Leithinger
Klangyoga in den Seniorenheimen Neustadt, Vogelweide und
Spitzer-Heim in Wels
yes-sonnenyoga.at

Kontaktbesuchsdienst der Stadt Wien
Persönliche Gesprächsangebote für Menschen ab 75
wiensozialdienste.at/kontaktbesuchsdienst-der-stadt-wien

Lebensfreude – im Alltag tun, was gut tut | Ursula Costa & Team
Ein ergotherapeutisches Gesundheitsförderungsprogramm,
das Teilnehmer/innen in ihren Lebens- und Gesundheits-
kompetenzen individuell unterstützt
fhg-tirol.ac.at

NABAK: Nexenhof-Ayurveda | Best Aging Akademie
Angebote für Senior/innen, die Qualität des Alterns zu verbes-
sern (Mentaltraining, Selbsterfahrung etc.)
ayurveda-verein.at/angebote

RCB: Rücken Creme- und Bürstgerät | Ernst Hochstätter,
Christian Bader
Ein Gerät, das es ermöglicht, den Rücken ohne Hilfe einer
zweiten Person einzucremen oder zu bürsten
e.hochstaetter@gmail.com

Rüstig statt rostig | Proges – Wir schaffen Gesundheit
Gesundheitsförderungsangebot für ältere Personen und ehren-
amtlich Aktive in den Gemeinden Haslach a. d. M., Lichtenau,
St. Oswald und St. Stefan-Afiesl
proges.at

SIKO | Margit Kolnberger
Geometrisches Puzzle aus farbigem Plexiglas, um die Hirn-
leistung zu trainieren
margit.kolnberger@a1.net

Schule als tägliches Fitnesscenter fürs Gehirn |
vsOP Online-School
Erste deutschsprachige Online-Schule für Senior/innen, die
ihren Geist wachhalten wollen
vsop.school

Viticum – Gesundheit & Genuss
Eine Veranstaltungsreihe zu diversen Themen von Gesundheits-
vorsorge über Philosophie bis zu Kunst
viticum.com

Yoga und Qi Gong | PensionistInnenklubs für die Stadt Wien
Angebot von Yoga und Qi Gong
kwp.at/pensionistenklubs/bewegung-im-freien

Kultur

Brückenschläge | Kunsthistorisches Museum Wien
Museumsbesuche und generationenübergreifende Workshops
mit Menschen mit Demenz
khm.at/erfahren/kunstvermittlung/barrierefreie-angebote

Die alterslose Lebendigkeit des Improvisierens |
Karin Krawczynski
Improvisationstheaterworkshop für Senior/innen in
St. Christophen, NÖ
afai.at/improvisationstheater-oppala

Ein digitaler Museumsbesuch als Live-Erlebnis | Wien Museum
aus der Ferne
Digitale Übertragungen aus Museen für Menschen mit einge-
schränkter Mobilität
wienmuseum.at

FORMAT60+ | PensionistInnenklubs für die Stadt Wien
Offenes Atelier für künstlerische Bildung und freies Experimen-
tieren, in dem die Perspektive älterer Menschen ins Zentrum
rückt
[kwp.at/pensionistenklubs/unsere-klubs-2/unsere-klubs/
format-60](https://kwp.at/pensionistenklubs/unsere-klubs-2/unsere-klubs/format-60)

KLANGWOCHE 60+ | KLANGWELT 60+
Musikwoche für alle über 60, von 26. Juni bis 2. Juli 2022 in
Ossiach, Kärnten
klangwelt60plus.com

Kulturmittag | Verein KULTURMITTAG
Monatliche Konzertreihe in Wien, die gleichermaßen Wert auf
Geselligkeit und Kulturgenuss legt
kulturmittag.com

LebensBlüten | Ursula Teurezbacher
Biografische Erinnerungsstücke werden aufgenommen und als
akustischer Schatz archiviert.
lebensblueten.at

Lebensgeschichte in Bewegung | Johanna Grützbauch
Begleitete Spaziergänge, bei denen Senior/innen angeregt
werden, Geschichten aus der eigenen Vergangenheit zu erzählen
lebensgeschichte.at

Lebenslust am Donaukanal | PensionistInnenklubs für die
Stadt Wien
Kostenloses Freiluftangebot auf offener Bühne am Wiener
Donaukanal, das von 10. Juni bis 23. September 2021 stattfand
kwp.at/pensionistenklubs/lebenslust-am-donaukanal

Monat der SeniorInnen | Büro der SeniorInnenbeauftragten
der Stadt Wien
Veranstaltungen für Senior/innen jeden Oktober in Wien
senior-in-wien.at

Onkel Harry Chor | Kuratorium Wiener Pensionisten-
Wohnhäuser
Chor für alle ab 60 oder in Frühpension
kwp.at/pensionistenklubs/der-onkel-harry-chor

Rauf auf die Bühne – rein ins Leben! | Dorothea Stepan
Chor- und Theatergruppen für Menschen ab 60
stepanstimme.at | kontakt@stepanstimme.at

Salsa und Cha Cha Cha | Kuratorium Wiener Pensionisten-
Wohnhäuser
Wöchentliche Tanzkurse für Senior/innen, kostenlos und ohne
Anmeldung an verschiedenen Standorten in Wien
kwp.at/pensionistenklubs/salsa-am-mexikoplatz

Silverpiece | Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser
Street-Art-Workshop für alle über 60 mit Unterstützung lokaler
Künstler/innen
[kwp.at/pensionistenklubs/unsere-klubs-2/unsere-klubs/
format-60](https://kwp.at/pensionistenklubs/unsere-klubs-2/unsere-klubs/format-60)

Ständchen in Ehren | Lucas Vossoughi & Tobias Pichler
Livemusik in Senior/innenheimen
culture-in.org/staendchen-in-ehren

Trommeln für Geist, Körper und Seele | PensionistInnenklubs
für die Stadt Wien
Trommelworkshops auf der Djembe für Senior/innen
pensionistenklubs.at

Unterwegs zur Kunst | Universalmuseum Joanneum
Ein offener Museumskreis, der zum gemeinsamen Besichtigen
und Besprechen von Kunstpräsentationen einlädt
[museum-joanneum.at/inklusion-partizipation/projekte/
unterwegs-zur-kunst](https://museum-joanneum.at/inklusion-partizipation/projekte/unterwegs-zur-kunst)

wir sehen rot | Age Company Wien
Eine zeitgenössische Tanzperformancegruppe in Wien mit
derzeit 15 Performer/innen, allesamt 60+
agecompany.at

Wo die wilden Alten wohnen | Starke Stimmen, theater-
pädagogischer Verein zur Umsetzung sozialkritischer Projekte
Eine Initiative zur theatralischen Auseinandersetzung mit
der Lebenssituation von älteren Frauen
starke-stimmen.com

Pflege

Biografiepass | Katholisches Bildungswerk Tirol
Praktisches Handwerkzeug für Senior/innen, um selbstbestimmt
festzuhalten, was Kinder oder betreuende Personen über sie
wissen sollen
selba.at

Clara – Entlastung pflegender Angehöriger | Clara
Professioneller Beratungsdienst für pflegende Angehörige
(Start 2022)
alles-clara.at

Die Lernwerkstatt für pflegende Angehörige |
Christine Grasberger
Pflegende Angehörige erlernen eine erhöhte Bewegungswahrnehmung, um Belastungen im Alltag zu reduzieren.
kinaesthetics.at

Emma | Emma – die flexible Lebensassistenz
Sprachassistenz-System und App zur Hilfestellung im Alltag pflegender Angehöriger sowie zur Erhaltung der Selbstständigkeit von älteren Menschen
emma-hilft.com

HiZ – Hauskrankenpflege im Zentrum | Dachverband Hospiz Österreich
Organisationsentwicklung und Fortbildung zum Thema Hospiz- und Palliativbetreuung
hospiz.at

Innovative Community Care Centers (i-ccc) | Österreichisches Rotes Kreuz
Lokale und niedrigschwellige Beratungs- und Betreuungsangebote zur Verbesserung der Situation in der Langzeitpflege
communitycarecenter.eu

Innovative Lehrmethoden & Technologien in der Pflege |
uiv Urban Innovation Vienna GmbH, Johanniter Österreich
Ausbildung und Forschung GmbH
Initiierung von Stakeholder-Kooperationen mit dem Ziel, die Pflegesituation in Österreich zu verbessern
urbaninnovation.at | johanniter.at

Mobilität fördern. sozial. bewegt. selbstständig | Styria vitalis
Gütesiegel für Pflegewohnheime, die das Aktivierungsprogramm »Mobilität fördern« umsetzen
styriavitalis.at/marken-guetesiegel/mobilitaet-foerdern

SING – Seniorenarbeit innovativ gestalten | Diakoniewerk
Konzept für eine neue Finanzierungs- und Bereitstellungslogik in der Pflege
diakoniewerk.at/was-wir-tun/wohnen/wohnen-im-alter/das-modell-sing

SOPHA Graz | Evelyn Wagner & Team
Mobile sozialpsychiatrische Betreuung für ältere Menschen mit psychischen Belastungen oder Erkrankungen und deren Angehörige
gfs.at/aeltere-menschen

Unterstützungskonferenz | Michaela Huber
Partizipative Methode, die pflegende Angehörige unterstützt und ihre Ressourcen stärkt (in Evaluierung)
research.fhstp.ac.at/projekte/unterstuetzungskonferenz-im-kontext-der-betreuung-aelterer-familienangehoeriger

VSD Vorsorgedialog® | Dachverband Hospiz Österreich
Implementierung eines Leitfadens, der es Klient/innen ermöglicht, ihr Selbstbestimmungsrecht umfassend wahrzunehmen
hospiz.at

Yorokani | Yorokani Fashion
Magnetkleidung aus Wien, die das An- und Auskleiden vereinfacht
yorokani.com

Soziale Netzwerke

Best Ager – gemeinsam aktiv und lebensfroh | Verein Best Ager
Netzwerk für Weiterbildung und Coachings für Menschen ab 50
itraumi.at

Dorfservice – die Kraft aus dem Miteinander | Verein zur Förderung von Sozialkapital
Ein sozialer Dienstleister, der in 17 Gemeinden im Bezirk Spittal/Drau tätig ist und professionell begleitete Nachbarschaftshilfe anbietet
dorfservice.at

Gemeinsam gegen Gewalt | Monika Himsl
Einzelinitiative, um auf Gewalt gegen Frauen aufmerksam zu machen
meinerosengegengewalt.wordpress.com

Geschichten und Talente der Vielfalt | Stadtteilarbeit der Caritas Wien
Gesprächsrunden und Aktivitäten für sozioökonomisch benachteiligte und ältere Menschen
caritas-stadtteilarbeit.at

Internationales Frauensprachcafé | PensionistInnenklubs für die Stadt Wien
Niederschwelliges Gesprächsangebot zur Verbesserung der Sprachkenntnisse von Migrantinnen sowie kulturübergreifende Vernetzung im Grätzl
kwp.at/pensionistenklubs/internationales-frauensprachcafe

LE.NA für eine lebendige Nachbarschaft | Marlies Enenkel-Huber
LE.NA möchte für das Thema Einsamkeit sensibilisieren und Menschen mit wenig sozialen Kontakten wieder in die Mitte der Gesellschaft rücken.
caritas-vorarlberg.at/spenden-helfen/pfarren/seniorenarbeit/lena

Organisierte Nachbarschaftshilfe | Verein Generationen-Netzwerk
Der Verein unterstützt und koordiniert den Aufbau familiennaher Netzwerke.
generationennetzwerk.at

Regenbogen.Treff | PensionistInnenklub für die Stadt Wien
Treffen am letzten Freitag jeden Monats im PK Gumpendorfer Straße, Wien
kwp.at/pensionistenklubs/unsere-klubs-2/unsere-klubs/regenbogen-treff

Ruhige Kugel | Erich Kdolsky
In der Wiener Stadthalle treffen sich wöchentlich Senior/innen ab 50 zum gemeinsamen Kegelspiel.
erich.kdolsky@a1.net | (0664) 484 48 19

SAMPO – Wir brechen das Eis | Verein nichtgrau
Eine Netzwerkplattform für den Generationenaustausch
nichtgrau.net/sampo

Spaller.Michl | Volkshilfe Oberösterreich
Besuchsdienste, Vernetzung und Aktivierung von Senior/innen in städtischen Strukturen
volkshilfe-ooe.at

The Rocking Community
Netzwerk für sinnvolle Freizeitgestaltung und ein kreatives Miteinander, derzeit in Graz und Wien
rocking.community

Von Mensch zu Mensch | PensionistInnenklubs für die Stadt Wien
Individuelles Gesprächsangebot für Senior/innen
kwp.at/pensionistenklubs/von-mensch-zu-mensch

Zeitpolster
Wer in diesem Netzwerk Hilfeleistungen erbringt, spart Zeitgutschriften an, die er/sie später bei Bedarf selbst einlösen kann.
zeitpolster.com

Würdigung und Danksagung

Ein Netzwerk für die Zukunft



Das Ö1 Projekt »Gewonnene Jahre« hat erfolgreich aufgezeigt, dass bereits viele Menschen, Projekte und Institutionen erkannt haben, wie wichtig eine aktive Auseinandersetzung mit dem Alter(n) geworden ist. Mehr als 150 Initiativen und Einzelpersonen sind unserem Ruf gefolgt und haben ihre Ideen auf oe1.orf.at/gewonnenejahre einem breiten Publikum vorgestellt. Hier fand eine Seniorin, die sich aufgrund von persönlicher Gewalterfahrung dazu entschlossen hat, das Thema »Gewalt gegen Frauen« durch wiederholte Aktionen ins Bewusstsein der Menschen zu rücken, ebenso Platz wie Bewegungs-, Musik- und Theaterprojekte für Senior/innen, intergenerative Wohnprojekte, Pflegeinitiativen sowie viele mehr. Kontakte und Kurzinfos zu allen eingereichten Projekten können Sie in dem Katalog, den Sie nun in Händen halten, einsehen. Die erfreulich hohe Anzahl der Einreichungen haben wir in übersichtliche Themenbereiche gegliedert, wie Architektur & Wohnen, Digitalisierung & Kommunikation, Gesundheit, Bildung, Kultur, Pflege, Demenz, Beratung & Coaching und Soziale Netzwerke.

Anzahl und Vielfalt der eingereichten Initiativen haben nicht nur alle an dem Projekt Beteiligten in hohem Maße überrascht, sondern auch gezeigt, dass es höchst an der Zeit gewesen ist, diesen Initiativen eine Plattform zu bieten und ihnen die sparten- und (bundes)länderübergreifende Vernetzung zu ermöglichen. Die Idee der Vernetzung stand auch am Anfang des Projekts »Gewonnene Jahre«, bei dem die Ö1 Plattform konstruktive Fäden zwischen den einzelnen Ideen knüpfen sollte. Die eingereichten Initiativen bilden nunmehr (auch online) eine solide Basis für ein immer größer werdendes Netzwerk, das nicht nur eine erste Orientierung bietet, um sich rechtzeitig mental auf den vielleicht noch unstrukturierten Alltag nach dem Berufsleben vorzubereiten, sondern auch Möglichkeiten aufzeigt, verbleibende Ressourcen sinnvoll zu nützen und aktiv zur Erhaltung der eigenen Gesundheit beizutragen. Eine Basis, die nicht nur weiterwachsen soll, um einer gesund alternden Gesellschaft eine nachhaltige Zukunft bieten zu können, sondern auch wegweisend für neue und innovative Formen der Gesundheits- und Alterspolitik sein könnte.

Als Projektleiter bedanke ich mich bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern für ihre guten Ideen sowie bei den unterstützenden Helferinnen und Helfern – insbesondere bei meinen Kolleginnen Alexandra Wimmer, Katrina Buchberger und Regina Docekal – für ihren Beitrag zum Gelingen des Projekts. Ich wünsche Ihnen allen vor allem Gesundheit und eine positive Gelassenheit für die gewonnenen Jahre, die uns das Leben noch schenken wird.

Nikolaus Scholz

Projektleiter »Gewonnene Jahre« und Ö1 Redakteur



Gewonnene Jahre Neue Wege ins Alter Von Margarethe Engelhardt-Krajanek

Statistisch gesehen gewinnen wir in jedem gelebten Jahr drei Monate an Lebenszeit dazu. Und: Wir leben nicht nur länger, sondern bleiben auch länger aktiv und gesund. Die Gestaltung dieser dritten Lebensphase ist so vielfältig wie individuell. Lebensträume wollen verwirklicht werden, Zeit für Familie und Enkelkinder wird großzügig reserviert, die schon lange ersehnte Weltreise geplant. Doch welche Voraussetzungen unterstützen diese Pläne?

Ein Hörbuch der Ö1 Sendereihe »Radiokolleg«

- 1 Zu jung, um alt zu sein
- 2 Freitätigkeit
- 3 Sorgeskultur
- 4 Gemeinsam statt einsam

Erhältlich auf CD sowie im (kostenpflichtigen) Download
ORF-Shop, <http://shop.orf.at> | orfshop@orf.at

oe1.orf.at/editionoe1

Worauf man im Alter zurückblickt? Auf die Zukunft.

Da schauen Pensionssorgen alt aus: Gemeinsam finden wir die passende Strategie für Ihre Altersvorsorge. Mehr auf wienersaetdtische.at und natürlich auch persönlich.

Ihre Sorgen möchten wir haben.

WIENER 
STÄDTISCHE
VIENNA INSURANCE GROUP