

## Partizipativer Strategieprozess „Zukunft Gesundheitsförderung“

### Protokoll der Gesprächsrunde mit Bewohner:innen vom Haus Prater (Kooperation mit: Kuratorium Wiener Pensionistenhäuser)

Datum: 08.9.2022, 9-11 Uhr

Ort: Haus Prater, Engerthstraße 255, 1020 Wien

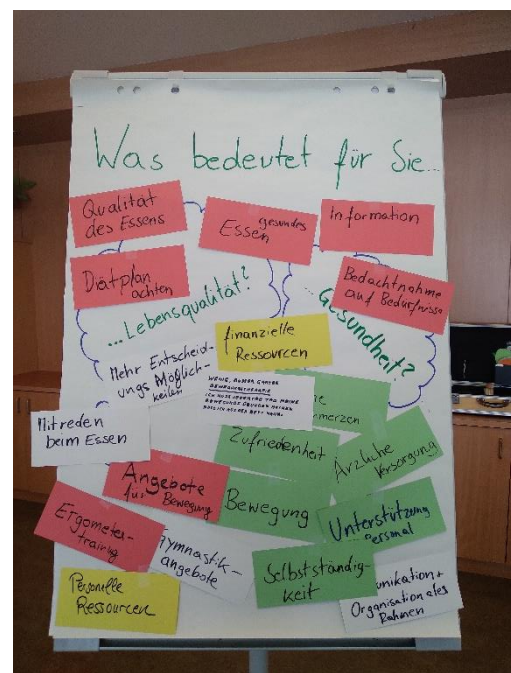
Teilnehmer:innen: 11 Senior:innen (davon 6 Frauen und 5 Männer)

Moderatorinnen: Irina Vana, Lisa Schlee



### Lebensqualität und Gesundheit bedeutet für die Senior:innen...

- Keine Schmerzen zu haben
- Gesunde und positive Lebenseinstellung:  
„Das Leben und das Alter annehmen“
- Gute ärztliche Versorgung
- Achtsame Pfleger:innen & verlässliches medizinisches Personal und deren wertschätzender Umgang:  
„Es braucht mehr Empathie für alte Leute“
- Selbstständigkeit & Mitbestimmung
- Sicherung des finanziellen Auskommens
- Rücksichtnahme auf andere und wertschätzender Umgang untereinander
- Gesunde und qualitative Ernährung
- Ausreichend Bewegung und entsprechende Bewegungsangebote
- Gute Information und Kommunikation



- Soziale Beziehungen & wertschätzendes Zusammenleben

### **Gesund bleiben im Pensionisten-Wohnhaus**

Die Erfahrung der Senior:innen sind stark durch ihr Lebensumfeld geprägt. Ein hohes Bedürfnis ist es, trotz benötigter Hilfestellungen und Unterstützung, eigenständig zu sein.

#### Belastungsmomente und Schwierigkeiten:

- Schmerzen und Erkrankungen
- Verlust an Eigenständigkeit
  - Gefühl auf Hilfe angewiesen zu sein
  - Standardisierte Rahmenbedingungen des Pensionisten-Wohnhauses (Tagesablauf, Verpflegung etc.), erschweren es individuelle Bedürfnisse zu berücksichtigen
- Zusammenleben in einem großen Wohnhaus mit vielen Menschen birgt Konfliktpotential
- Eingeschränkte Kontakte und Beziehungen zu Angehörigen und Freund:innen außerhalb des Senior:innenheims
- Digitalisierung und Automatisierung des Alltags (ohne altersgerechte Bedien- und Handhabbarkeit)

#### Wünsche und Empfehlungen:

- Eigeninitiative trotz eingeschränkter Gesundheit fördern, nicht voraussetzen
- Mitsprache und mehr Entscheidungsmöglichkeiten in den verschiedenen Lebensbereichen
- Gesunde und bedarfsgerechte Ernährung und Gemeinschaftsverpflegung (besondere Rücksicht auf Diäten)
- Vielfältigeres und gut organisiertes Bewegungsangebot im Senior:innenheim (Ergometertraining, Gymnastik, Bewegungstherapie..), um Beweglichkeit und Eigenständigkeit zu erhalten
- Klare Information und Kommunikation im organisationalen Rahmen des Wohnhauses, um die Bedürfnisse der Bewohner:innen nach mehr Orientierung und Information/Wissen zu Abläufen und Angeboten zu berücksichtigen
- Medizinische Fahrdienste verbessern: bessere Organisation sowie Abstimmung des Personals zur Reduktion von Wartezeiten in Spitälern
- (Ehrenamtliche) Besuchsdienste im Senior:innenheim fördern
- Mentale Gesundheit fördern (Mentaltraining)
- Einsatz von digitalisierten Prozessen nur wo es nötig ist und dabei auf eine altersgerechte Handhabbarkeit achten (bspw. Schwierigkeiten bei digitaler Essensbuchung: Anmelde- und Eingabeschwierigkeiten, dreiwöchige Vorlaufzeit für ältere Menschen eventuell zu lange)

Finanziert aus Mitteln der Agenda Gesundheitsförderung

- Mehr personelle Ressourcen im Pensionisten-Wohnhaus



### Gesellschaftliche Ansatzpunkte für mehr Gesundheit & Lebensqualität für alle:

- Verlässliche medizinische Betreuung und Versorgung
- Mehr personelle Ressourcen in Senior:innenheimen
- Verbesserte Kommunikation der medizinischen Versorgungs- und Betreuungsabläufe für Senior:innen
- (Akademische) Ausbildung des medizinischen Personals verbessern durch Inklusion von Praxiserfahrungen (Praktika)
- Wirtschaft und Produkte sollen die Vielfalt und das Älterwerden der Menschen berücksichtigen
  - Altersgerechte Kleidungsangebote (z.B. Schuhe)
  - Leistbare Alltagshilfen und Produkte für Senior:innen sicherstellen
- (Bedarfs-)Gerechte Verteilung von finanziellen Ressourcen („kein Gießkannenprinzip“)
- Faire Bezahlung von Erwerbsarbeit
- Herausforderung kultureller Unterschiede im Zusammenleben widmen, um Verständnis für einander zu verbessern