

## Endbericht zur Verbreitung der Projekterfahrungen und Ergebnisse

Projektnummer	2645
Projekttitel	AktivlotsInnen in Rudolfsheim-Fünfhaus
Projektträger/in	ARGE AktivlotsInnen in Rudolfsheim-Fünfhaus
Projektlaufzeit, Projektdauer in Monaten	Mitte März – Mitte November (20 Monate)
Schwerpunktzielgruppe/n	Frauen und Männer mit und ohne Migrationshintergrund ab dem 60. Lebensjahr, die im 15. Bezirk leben und/oder dort eine Einrichtung besuchen.
Erreichte Zielgruppengröße	direkt erreichte Personen: ca. 1800 Personen (2/3 Frauen, 1/3 Männer, davon rund 80 % mit Migrationshintergrund)
Zentrale Kooperationspartner/innen	ARGE Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren Wiener Sozialdienste
Autoren/Autorinnen	Dr. <sup>in</sup> Karin Kienzl-Plochberger, Mag. <sup>a</sup> Elisabeth Kausek, Mag. <sup>a</sup> Nuran Ant, Marijana Krizanac, Bakk.
Emailadresse/n Ansprechpartner/innen	<a href="mailto:Karin.Kienzl-Plochberger@wiso.or.at">Karin.Kienzl-Plochberger@wiso.or.at</a> <a href="mailto:Elisabeth.Kausek@wiener.hilfswerk.at">Elisabeth.Kausek@wiener.hilfswerk.at</a>
Weblink/Homepage	<a href="http://www.gesunde-nachbarschaft.at/">http://www.gesunde-nachbarschaft.at/</a>
Datum	Februar 2018

## 1. Kurzzusammenfassung

Im Rahmen der Initiative des Fonds Gesundes Österreich „Auf gesunde Nachbarschaft“ entstand das Projekt „Aktivlots/innen in Rudolfsheim–Fünfhaus“, das in Kooperation von Wiener Hilfswerk–Nachbarschaftszentren und den Wiener Sozialdiensten durchgeführt, und vom Fonds Gesundes Österreich und der Wiener Gesundheitsförderung gefördert wurde. Die Projektlaufzeit betrug 20 Monate (15.3.2016 – 15.11.2017).

Das Projekt richtete sich an Menschen ab dem 60. Lebensjahr, die von Armut betroffen, großen sozialen und wirtschaftlichen Zwängen unterworfen sind und keine oder geringe Teilhabemöglichkeiten aufweisen. Es handelte sich hierbei um ein sehr niederschwelliges Präventionsangebot und sollte zur Stärkung der Kommunikation und zur Interaktion im Stadtteil beitragen.

Ziel war auch, Senior/innen zu Expert/innen für ihre eigene Gesundheit zu machen und sie zu ermutigen eigenverantwortlich, selbstbestimmt und gesundheitsbewusst zu handeln und dieses Wissen auch aktiv als Multiplikator/innen weiterzugeben. Mit Hilfe der Aktivlots/innen sollten neue Netzwerke zwischen den Nachbar/innen entstehen, ältere Menschen sollten aus der Isolation geholt werden und im öffentlichen Raum stärker präsent sein.

Durch aufsuchende Aktivierung, durch niederschwellige Aktivitäten und Angebote, durch den Einsatz von Multiplikator/innen (Aktivlots/innen), durch muttersprachliche Kompetenzen der Mitarbeiterinnen und die Möglichkeit, Inhalte und Aktivitäten mit zu bestimmen und zu gestalten gelang es, Menschen zu erreichen, zu denen sonst nur schwer oder kein Zugang besteht.

Es zeigte sich, dass Beziehungsarbeit, Vertrauen und Kontinuität wesentliche Faktoren sind, um die Zielgruppe zu begleiten, sie zu unterstützen und zu motivieren, und dass der Erstzugang Zeit beansprucht.

Um die Zielgruppe mit Lernangeboten zu erreichen, benötigt man einerseits Angebote, die eine aktive Teilnahme der Lernenden ermöglichen, andererseits aber auch neue Lernsettings.

Durch die Kooperation zweier etablierter Organisationen kommt es auf Organisationsebene zu einem Miteinander–Voneinander–Lernen und für die Arbeit mit der Zielgruppe können Erfahrungen und bestehende Netzwerke intensiv genutzt werden.

## 1.1. Projektbeschreibung

Mit zunehmendem Alter wird der Aktionsradius von Bewohner/innen eines Stadtgebietes geringer und Wohnen und Nachbarschaft werden immer wichtiger. Daher bilden für sozial Benachteiligte Stadtteile, Grätzler, Nachbarschaften und das unmittelbare soziale Umfeld relevante Settings für Gesundheitsförderung, da sie am Alltag und an vorhandenen Ressourcen und Strukturen anknüpfen.

Menschen in schwieriger sozialer Lage werden über andere Kommunikationskanäle und mit anderen Ansprechstrategien erreicht als sozial besser Gestellte. Für erfolgreiche Beratung, Bildung und solidarische Unterstützung ist der Aufbau einer Vertrauensbeziehung Grundvoraussetzung. Bei sozioökonomisch Benachteiligten und bei Migrant/innen bedarf es hierbei mehr an Investitionsarbeit, aber auch an Kompetenzen der Beratungspersonen in Bezug auf Offenheit, Wertschätzung und Respekt. Es braucht aber auch neue Lernorte und Formen niederschwelliger oder zugehender Bildungsarbeit, die in den alltäglichen Lebenswelten verankert sind.

Im Projekt "Aktivlots/innen" handelt sich um gut geschulte Freiwillige, die selber aus der Zielgruppe und auch aus den Communities stammen. Die Aktivlots/innen sollen durch das Hineingehen in die Communities, durch aufsuchende Arbeit und durch aktivierende Maßnahmen die älteren Bezirksbewohner/innen (60+), die durch sonst übliche Gesundheitsmaßnahmen nicht oder nur schwer erreicht werden, bei der Wahrnehmung und Stärkung ihrer Eigenpotenziale und bei (Eigen)Initiativen für Verbesserungen ihrer gesundheitlichen Situation unterstützen.

Darüber hinaus sollen Gesundheitsförderung/Prävention und psychosoziale Beratung begleitend und über das Projektende hinaus im Nachbarschaftszentrum 15 als Ressource für die Zielgruppe des Projektes zu Verfügung stehen.

Das Projekt trägt auch zur Förderung freiwilligen Engagements bei. Wesentliche Gründe für ein solches Engagement von älteren Menschen sind das Bedürfnis, die Gesellschaft wenigstens im Kleinen mitzugestalten und die Suche nach Gemeinschaft mit anderen. Wichtig sind hierbei Beteiligung, Befähigung und Aktivierung. Durch die Aktivlots/innen kommt es zu neuen "Akteur/innen" in der Stadtteilarbeit.

## 1.2. Ergebnisse, Lernerfahrungen und Empfehlungen

- Der Erstzugang zur Zielgruppe gestaltete sich oft schwierig und beanspruchte Zeit, da erst Vertrauen aufgebaut werden musste. Hierbei unterstützten kostenfreie und niederschwellige Angebote, ermöglichten einen ersten unverbindlichen Kontakt und stellten keine Überforderung für die älteren Menschen dar.
- Kompetenzen der Mitarbeiter/innen, sich auf andere Lebenswelten einzulassen und ihrem Gegenüber Offenheit, Respekt und Wertschätzung zu vermitteln sowie muttersprachliche Kompetenzen und eigener Migrationshintergrund schafften Vertrauen bei der Zielgruppe.

- Beziehungsarbeit, Vertrauen und Kontinuität sind wesentliche Faktoren, um die Zielgruppe zu begleiten, zu unterstützen und sie zu motivieren sich zu beteiligen. Ohne ausreichende Beziehungsarbeit findet Partizipation nur schwer statt.
- Die Möglichkeit, Inhalte und Aktivitäten mit zu bestimmen und mit zu gestalten sowie Wünsche und Kritik zu äußern und eigene Fähigkeiten und Wissen einzubringen, förderte die Ressourcen der Menschen, stärkte die Vertrauensbasis und ermöglichte Inklusion.
- Um die Zielgruppe mit Lernangeboten zu erreichen benötigte man niederschwellige Angebote, die eine aktive Teilnahme ermöglichten und auch neue Lernsettings.
- Durch den Austausch mit Schlüsselpersonen und durch das niederschwellige Kennenlernen von Einrichtungen (im Zuge von Veranstaltungen oder Exkursionen) wurden Barrieren abgebaut.
- Es war für die älteren Menschen wichtig, weiterführende Perspektiven zu haben und sich weiterhin regelmäßig zu sehen. Es brauchte und braucht daher Strukturen, in die sie mit ihren Erfahrungen und Kompetenzen und in neue Aktivitäten eingebunden werden können.
- Durch die Kooperation zweier etablierter Organisationen kommt es auf Organisationsebene zu einem Miteinander-Voneinander-Lernen und für die Arbeit mit der Zielgruppe können Erfahrungen und bestehende Netzwerke genutzt werden.

## 2. Projektkonzept

Im Rahmen der Initiative des Fonds Gesundes Österreich „Auf gesunde Nachbarschaft“ entstand das Projekt „Aktivlots/innen in Rudolfsheim-Fünfhaus“, das in Kooperation von Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren und den Wiener Sozialdiensten durchgeführt und vom Fonds Gesundes Österreich und der Wiener Gesundheitsförderung gefördert wurde. Die Projektlaufzeit betrug 20 Monate (15.3.2016 – 15.11.2017).

Beide Partnerorganisationen konnten bereits viel Projekterfahrung aus nationalen und internationalen Projekten mit den Schwerpunkten Gesundheit und soziale Inklusion, oft auch in Kooperation mit anderen Organisationen, aufweisen.

Armutsbetroffene und ältere Menschen sowie Menschen mit Migrationshintergrund sind oft großen sozialen und wirtschaftlichen Zwängen unterworfen, die ihre Lebensbedingungen verschlechtern und ihre individuelle Entscheidungsfreiheit beschränken. Dadurch haben sie weniger Chancen auf ein gesundes Leben. Sie finden nur schwer oder keinen Zugang zu Gesundheitsinformationen und Gesundheitsangeboten.

Gründe hierfür können sprachliche, kulturelle, rechtliche und soziale Barrieren sein, oder auch Unkenntnis über Institutionen und Leistungen des Gesundheitswesens, Erfahrungen mit Diskriminierung oder Unerwünschtheit.

Mit zunehmendem Alter verkleinert sich auch der Aktionsradius von Bewohner/innen eines Stadtgebietes, es verschlechtern sich Quantität und Qualität der Kontakte und es kommt zu lückenhaften Netzwerken, in denen es an Freizeitpartnern und Vertrauenspersonen fehlt.

Daher gewinnen Grätzel, Nachbarschaften und das unmittelbare soziale Umfeld große Bedeutung.

Das Projekt „Aktivlots/innen in Rudolfsheim–Fünfhaus“ richtete sich an Frauen und Männer mit und ohne Migrationshintergrund ab dem sechzigsten Lebensjahr, die im 15. Bezirk leben und/oder dort eine Einrichtung besuchen.

Rudolfsheim–Fünfhaus ist der 15. Wiener Gemeindebezirk und liegt westlich des Stadtzentrums. Er ist einer der kleinsten Außenbezirke Wiens, verfügt über einen geringen Grünlandanteil und weist mit 201,6 Einwohnern/innen pro Hektar eine sehr hohe Bevölkerungsdichte auf (Statistisches Jahrbuch der Stadt Wien 2017).

Es leben hier 78.999 Menschen, davon 53,1 % mit Migrationshintergrund. 14.393 (18,2 %) Bezirksbewohner/innen sind 60 Jahre und älter, davon 6.233 Männer und 8.160 Frauen (Statistisches Jahrbuch der Stadt Wien 2017).

Rudolfsheim–Fünfhaus zählt auch zu den ärmsten Bezirken Wiens. Hier leben viele Menschen mit niedrigem Einkommen, geringem Bildungsstand und chronischen Erkrankungen.

Der 15. Bezirk verfügt über eine gute Infrastruktur und über eine sehr gute Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr. Viele wichtige Einrichtungen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich und der Gemeinwesenarbeit sowie Bildungseinrichtungen befinden sich im Bezirk, wie etwa das Beratungszentrum Pflege und Betreuung des Fonds Soziales Wien, ein geriatrisches Tageszentrum, ein neu erbautes Pflegewohnhaus, zwei Pensionistenwohnhäuser des Kuratoriums Wiener Pensionistenwohnhäuser, das Nachbarschaftszentrum 15, mehrere Pensionistenklubs, Pfarren, die Volkshochschule 15, Außenstellen der Städtischen Bücherei, die Gebietsbetreuung und die Wohnpartner, die außerschulische Kinder- und Jugendarbeit mit zwei Vereinen sowie das Fairplay-Team, das dabei unterstützt, das Miteinander im öffentlichen Raum zu verbessern.

Folgende Zielsetzungen wurden verfolgt:

- 15 Frauen und Männer ab dem 60. Lebensjahr, die aus dem Bezirk und zum Teil selbst aus den Communities stammen, werden im Rahmen einer Schulung zu (ehrenamtlichen) „Aktivlots/innen“ (Multiplikator/innen) ausgebildet. Sie sollen mit Aktivierungsangeboten Zugang zur Zielgruppe – oft bildungsfernen und einkommensschwachen Personen mit geringer sozialer Teilhabe und psychischen Belastungen – finden. Die Gruppe der Aktivlots/innen wird durch zwei Projektmitarbeiter/innen (Wiener Hilfswerk und Wiener Sozialdienste) angeleitet und bei ihren Aktivitäten unterstützt.
- Durch die Aktivlots/innen sollen Senior/innen (ebenfalls 60+) aus der Nachbarschaft/aus dem Bezirk aktiviert werden, um an den von den Aktivlots/innen im privaten Umfeld organisierten „Gesundheitspartys“ und an Aktivitäten im öffentlichen Raum (z.B. Bewegungs- und Gesundheitsangebote, Kulturspazier- und Entspannungsgruppen etc.) teilzunehmen.
- Die Zielgruppe soll einen besseren Zugang zu Gesundheitsinformationen und Gesundheitsangeboten erhalten.
- Mit Hilfe der Aktivlots/innen sollen neue Netzwerke zwischen den Nachbar/innen entstehen und Menschen sollen aus der Isolation geholt werden.

### **3. Projektdurchführung**

Eine große Herausforderung lag im Bereich des Zugangs zur Zielgruppe. Die beiden Projektmitarbeiterinnen aus den Tandem-Organisationen Wiener Hilfswerk und Wiener Sozialdienste bemühten sich, insbesondere jene Menschen anzusprechen, die im Bereich der Gesundheitsförderung als schwer erreichbar gelten. Ein wesentlicher Faktor dabei waren ihre muttersprachlichen Kompetenzen (bosnisch-kroatisch-serbisch und türkisch) und ihr eigener Migrationshintergrund. Trotzdem kam es auch zu Sprachbarrieren, da der 15. Bezirk eine große Sprachenvielfalt aufweist.

#### Aufsuchende Arbeit und niederschwellige Aktivitäten

Durch aufsuchende Arbeit im öffentlichen Raum (in Parks, Apotheken, auf Plätzen und Märkten, ...), in Vereinen und Organisationen, bei Festen und Veranstaltungen (Wasserweltfest, Nachbarschaftstag, Messe für Gesundheit und Prävention, ...), durch gezielte, persönliche Ansprache und durch verschiedenste niederschwellige Aktivitäten (z.B. Café Aktiv) wurde durch die Projektmitarbeiter/innen viel in den Aufbau von vertrauensvollen Beziehungen mit der Zielgruppe investiert.

Das „Café Aktiv“ wurde 2 Monate nach Projektbeginn im Nachbarschaftszentrum installiert und bis zum Projektende zweimal pro Woche (einmal vormittags, einmal nachmittags) angeboten. Im Zuge ihrer aufsuchenden Arbeit bewarben die Projektmitarbeiterinnen mit (mehrsprachigen) Gutscheinen dieses Angebot. Mit dem „Café Aktiv“ wurde so allen interessierten Senior/innen ein niederschwelliger Zugang ermöglicht und Personen unterschiedlichster Kul-

turen, unabhängig von Bildung und Status wurden erreicht. Jede/r konnte unverbindlich und ohne damit verbundene Kosten vorbeischaun, sich vor Ort über Angebote informieren und verschiedenste davon auch kostenfrei nutzen.

Ein weiterer Zugang zur Zielgruppe wurde auch über die Möglichkeit einer kostenlosen Sozialberatung im Nachbarschaftszentrum geschaffen.

#### Aktivlots/innen als Multiplikator/innen

Viele ältere Migrant/innen, vor allem aus bildungsferneren Milieus, berichten darüber, dass sie nicht ausreichend informiert sind. Daher wurde die Einbindung von Multiplikator/innen als weitere Strategie zur Erreichung der Zielgruppe verfolgt.

Nach mehreren Aktivierungsphasen durch die Projektmitarbeiterinnen (durch die Sommermonate dauerte die Rekrutierung der Aktivlots/innen länger) und nach ausführlichen Informationsgesprächen entschieden sich neun Personen (sieben Frauen und zwei Männer), selber aktiv zu werden und die Aufgabe einer Aktivlots/in zu übernehmen.

Hierbei zeigte sich, dass diese Personen oft selber keinen oder nur einen kleinen Freundes- und/oder Bekanntenkreis haben, unter Einsamkeit leiden und nicht nur sozioökonomisch benachteiligt, sondern u. U. auch eingeschränkt mobil oder durch Pflegeverpflichtungen stark belastet sind. Daher war es für sie auch schwierig, andere Menschen zu aktivieren. Durch die Teilnahme am Projekt gelang es ihnen, neben dem Wissensgewinn auch ihre privaten Netze auszubauen und zu stärken.

Die Aktivlots/innen stammen aus Deutschland, aus Persien, Serbien, aus der Türkei, aus Kirgisien und Österreich und sie etablierten sich bis zum Projektende als permanente und verbindliche Gruppe im Nachbarschaftszentrum, die sich regelmäßig jede Woche traf. Sie wurden bereits zu Projektbeginn in das Freiwilligenteam des Nachbarschaftszentrums integriert und bleiben über das Projektende hinaus dort eingebunden.

#### Ausbildung zu Aktivlots/innen

Die im Projektantrag vorgesehene Schulung sollte mit Beteiligung der Senior/innen als Blockveranstaltung mit modularem Aufbau zu Projektbeginn durchgeführt werden. Dies war für die älteren Menschen jedoch ein zu hochschwelliger Zugang und sie hatten Scheu, sich für die Schulung zu verpflichten.

Daher wurde die Vorgangsweise kurzfristig an ihre Bedarfe angepasst. Aus mehreren Gesprächen mit einer Diplomierten Pflegefachkraft zu Beginn kristallisierten sich bei den Senior/innen bestimmte Themen und besondere Interessen heraus, es wurden aber auch Angebote seitens des Projektteams gemacht. In einem partizipativen Prozess erarbeiteten die Aktivlots/innen gemeinsam mit den Projektmitarbeiterinnen das Kursprogramm.

Die vielen verschiedenen Lerninhalte wurden nach erfolgter Adaptierung in kleinen, thematischen Lerneinheiten und über den gesamten Projektzeitraum vermittelt. Der Abstand zwischen den Schulungseinheiten wurde vergrößert, die einzelnen Einheiten dauerten jeweils nur 2 Stunden, da dadurch die Inhalte langfristig besser in Erinnerung behalten wurden.

Bei Bedarf wurde in einer weiteren Schulungseinheit das Thema vertieft und/oder fortgesetzt.

Es wurde niemand von der Teilnahme ausgeschlossen. Alle Besucher/innen des Nachbarschaftszentrums, die Interesse an den Themen hatten, und nicht nur die Aktivlots/innen, konnten teilnehmen, und es gab trotz bestehender Verbindlichkeit keine starren Verpflichtungen.

Die Aktivlots/innen hatten immer die Möglichkeiten, ihr eigenes Wissen einzubringen. Da es sich auch um eine sehr heterogene Lerngruppe (Herkunft, Sprache, Ausbildungshintergrund, kulturelle Unterschiede, Gesundheitszustand etc.) handelte, wurde von den Referent/innen bei der Wissensvermittlung auf Methodenvielfalt, auf praktische Beispiele und auf leicht verständliche Sprache geachtet.

Die einzelnen Lerneinheiten wurden auch – soweit möglich – durch Übersetzungstätigkeiten (Sprache und Verständnis) von den Projektmitarbeiterinnen unterstützt und – wo möglich – wurde auch muttersprachiges Informationsmaterial organisiert.

#### Schulungsinhalte:

- mehrere Gespräche mit einer Diplomierten Pflegefachkraft zur Themenfindung (Analyse von Gesundheitsrisiken und -potenzialen)
- Pflege und Betreuung in Wien – Leistungen und Angebote des Fonds Soziales Wien
- Diabetes
- Mobile Ergotherapie und Hilfsmittelberatung
- Mobile Ergotherapie und Wohnungsadaptierungen, Barrierefreiheit
- Sozialberatung (Befreiungen, Ermäßigungen,...)
- Gesunde Ernährung im Alter
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Herz-Lunge-Niere-Kreislauf
- Erste-Hilfe Basiskurs
- Gesprächsführung und Kommunikation

#### Darüber hinaus gab es noch Vorträge und Beratungen:

- Job-TransFair TERRA: Vorstellung der Beratungseinrichtung für ältere Migrant/innen
- Rechtsberatung
- Psychologische Beratung

#### sowie Projektvorstellungen:

- Grätzl Oase



- Projekt SI-Alt: Polizei und Alter – Sicherheit im öffentlichen Raum
- „Kultur Mobil“ – Erinnerungsstücke

Ein weiterer wichtiger Bestandteil waren Exkursionen und Ausflüge:

- Auf Sisi´s Spuren – Schloss und Park Schönbrunn
- Spaziergang durch die Innere Stadt (einige der älteren Migrant/innen waren trotz jahrelangem Aufenthalt noch nie in der Inneren Stadt)
- Schloss Belvedere
- Botanischer Garten (2x)
- Hauptbücherei Wien
- Pensionistenwohnhaus Rudolfsheim
- PflEGewohnhaus Rudolfsheim
- Wohnpartner (Einrichtung der Stadt Wien, mit den Schwerpunkten Gemeinwesenarbeit, Konfliktarbeit und Vernetzung im Gemeindebau)
- Kunsthaus Wien
- Mozarthaus Wien
- Haus der Musik
- Besuch des Schönbrunner Ostermarkts mit gemeinsamem Picknick mit den Freiwilligen des Nachbarschaftszentrums 15 und Ostereiersuche im Park)
- Mädchengarten im 15. Bezirk des Vereins Zeit!Raum (außerschulische Kinder- und Jugendarbeit)

Gefeiert wurden Feste im Jahreskreis wie z.B. Weihnachten, Neujahr, Ostern, Ramadan, Fastenbrechen.

Um die Selbstständigkeit der Aktivlots/innen zu fördern, wurden von ihnen auch, mit Unterstützung der Projektmitarbeiterinnen, verschiedenste Gruppenaktivitäten (Malen, Gespräche über Humor und Witz, ...) selber geleitet.

Gesundheitspartys

Die Gesundheitspartys fanden anfangs im Nachbarschaftszentrum statt, da die Aktivlots/innen selber über nur geringe Kontakte und Netzwerke verfügen.

Ab 2017 starteten die Gesundheitspartys dann auch in Privatwohnungen. Insgesamt fanden 4 davon im privaten Setting statt.

Vortragsreihe

Es wurden im Rahmen einer offenen Vortragsreihe von Oktober 2016 bis Oktober 2017 insgesamt 5 Veranstaltungen zu den Themen

- Bildung und Gesundheitsförderung
- Sicherheitsorientiertes Verhalten und Gewaltprävention
- Armut und Teilhabemöglichkeiten

- Biographie-Arbeit und
- Wohnen im Alter

an verschiedenen Standorten und Senior/innen-Einrichtungen im Bezirk durchgeführt, zu denen neben den Aktivlots/innen auch die Bezirkspolitik, alle Vernetzungspartner des Bezirks, Fördergeber sowie Interessierte eingeladen waren.

#### Veranstaltungen

Im Festsaal der Bezirksvorstehung 15 fanden im September 2016 die Auftakt- und im November 2017 die Abschlussveranstaltung zum Projekt statt, zu denen Bezirkspolitik, Vernetzungs- und Kooperationspartner/innen, Fördergeber und interessierte Senior/innen sowie die Aktivlots/innen eingeladen waren.

#### Informationsmaterial und Lehrvideos

Es wurden zu Projektende - neben einer Sammlung von Informationsmaterial, die im Zuge der einzelnen Schulungsteile zusammengestellt wurde - auch 2 Lehrvideos produziert, in denen v.a. 2 Aktivlots/innen als Role Models durch die Filme führen. Dabei werden verschiedenste Einrichtungen und Aktivitäten für Senior/innen vorgestellt.

Die Lehrvideos sind im Internet unter <https://www.youtube.com/watch?v=Ec74ZibV594> und <https://www.youtube.com/watch?v=KvPXnS-4MS0> abrufbar und verfolgen das Ziel, niederschwellig Informationen über das Projekt und über kostenlose Angebote und Beratungsmöglichkeiten der Stadt an Senior/innen aus den verschiedensten Communities weiter zu geben.

#### Mitarbeit der Aktivlots/innen im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit

Die Vertrauensbeziehung zu den Projektmitarbeiterinnen war eine wesentliche Voraussetzung für Partizipation im Projekt.

Auch im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit zeigte sich, dass die Senior/innen im Laufe der Zeit ihre Scheu ablegten und sich sehr aktiv auch an der Öffentlichkeitsarbeit beteiligten, und zwar in Form von

- Interviews bei der Auftakt- und Abschlussveranstaltung
- Interviews für Zeitungsartikel (Leben und Freude, Bezirkszeitung)
- Gesprächen im Rahmen eines Austauschtreffens mit einer Gruppe Schweizer Studentinnen
- Role models in 2 Lehrvideos und Mitwirkung in einem Kurzvideo über das Projekt (des Presse- und Informationsdienstes der Stadt Wien)
- Teilnahme an den Messen und Veranstaltungen im Öffentlichen Raum (Wasserweltfest, Nachbarschaftstag, Messe für Gesundheit und Prävention,...)

#### Kooperation und Vernetzung

Viele wichtige Einrichtungen und Organisationen, Projekte und Initiativen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich und der Gemeinwesenarbeit befinden sich im 15. Bezirk. Sie sind

sehr gut miteinander vernetzt und dieses Regionalforum, an dem auch politische Vertreter/innen regelmäßig teilnehmen trifft sich monatlich.

Teilnehmer/innen des Regionalforums sind Vertreter/innen der Bezirkspolitik, von Einrichtungen und Organisationen im Bereich der Senior/innenarbeit und der außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit, der Gemeinwesenarbeit, von Bildungseinrichtungen sowie Vertreter/innen von Projekten und Initiativen.

Die Mitglieder des Regionalforums organisieren gemeinsam auch das regelmäßig im Frühjahr stattfindende „Wasserweltfest“. Über die Kooperationspartner wurde ebenfalls versucht, Zugang zur Zielgruppe zu erhalten.

#### Rollenverteilung im Projekt

Das Projekt wurde von den Partnerorganisationen Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren und Wiener Sozialdienste im Rahmen einer ARGE durchgeführt. ARGE-Halter war das Wiener Hilfswerk, in beiden Organisationen (Wiener Hilfswerk und Wiener Sozialdienste) gab es eine Projektleitung und eine Projektmitarbeiterin.

Die 4 Kolleginnen trafen einander regelmäßig (meist wöchentlich) zu Teambesprechungen.

Die Vernetzungspartner wurden monatlich im Rahmen des Regionalforums über die Projektfortschritte informiert.

Der Bezirksvorsteher wurde gleich zu Projektbeginn ausführlich über das Projekt informiert und durch regelmäßigen Austausch mit der stellvertretenden Bezirksvorsteherin wurde der Bezirk über die Projektfortschritte auf dem Laufenden gehalten.

Die Fördergeber wurden über alle Veranstaltungen informiert und dazu eingeladen.

## **4. Evaluationskonzept**

Die Evaluation wurde vom Fördergeber beauftragt und durch die Universität Wien, Institut für Soziologie durchgeführt.

Während der 20monatigen Projektdauer fanden 2 Evaluations-Workshops statt, in denen die lang-, mittel- und kurzfristigen Ziele überprüft und ggf. auch an die aktuelle Situation angepasst wurden, die Zeitpläne wurden überprüft und Lessons Learned wurden zusammengestellt.

Ebenso wurden die anfangs vermuteten Risiken auf ihre Gültigkeit hin überprüft und ggf. neue Risiken inkl. Gegenmaßnahmen bearbeitet.

#### Reflexion/Selbstevaluation:

Das Projektteam traf sich in der Regel einmal pro Woche. Bei diesen Treffen wurden u.a. die bisher gesetzten Schritte reflektiert und – wenn notwendig – auch Adaptierungen im Projektverlauf vorgenommen und auf unerwartete Entwicklungen reagiert werden. Es erfolgte auch die Planung der weiteren Vorgangsweise und Organisation, und ggf. wurden auch Adaptierungen im Projektverlauf vorgenommen.

## 5. Projekt- und Evaluationsergebnisse

### Externe Evaluation

- Lernen im Alter musste als niederschwelliger Prozess aufgesetzt werden – formale Schulungen waren im Antrag formuliert, haben sich aber als zu hochschwierig herausgestellt. Die Schulungen sollten an den Lebensbedingungen der älteren Menschen anknüpfen.
- Es konnten insgesamt mehr Frauen als Männer angesprochen werden.
- Ältere Menschen als Multiplikator/innen für die Gesundheitsförderung in der Nachbarschaft zu gewinnen und einzusetzen, war nicht einfach, da diese selbst nicht über große soziale Netze verfügen. Dieses muss erst einmal aufgebaut werden (Kontaktphase / Café Aktiv).
- Die Aktivlots/innen waren vorbildlich in der Chancengerechtigkeit – indem sie Personen aller Altersgruppen, mit und ohne Migrationshintergrund, mit und ohne Erfahrung mit Freiwilligenarbeit oder Gruppenerfahrung aufgenommen haben und sich eine Gruppe gebildet hat, die nachhaltig besteht.
- Eine solche Gruppe erfordert Ressourcen (durch hier 2 Mitarbeiterinnen vor Ort). Dies ist nach Projektende schwierig aufrecht zu erhalten.
- Ein wesentlicher Mehrwert des Projekts ergab sich in der formalen Zusammenarbeit der beiden Trägerorganisationen und in der verstärkten Öffentlichkeitsarbeit im Bezirk.

### Erreichen der Projektziele:

Im Rahmen des Projektes wurden insgesamt ca. 1.800 Personen direkt erreicht (2/3 Frauen, 1/3 Männer, davon rund 80 % mit Migrationshintergrund) und zwar durch aufsuchende Arbeit im Öffentlichen Raum, in Vereinen, im Nachbarschaftszentrum und in anderen SeniorInnen-Einrichtungen sowie über Veranstaltungen. Davon waren rund 66% Frauen (1.200 Personen) und 33% Männer (600 Personen), sehr viele davon mit niedrigem Einkommen und niedrigem Bildungsniveau sowie rund 80% mit Migrationshintergrund

Generell erwies sich die im Projekt geplante und durchgeführte Vorgangsweise als zielführend, jedoch mussten einige Adaptierungen durchgeführt werden.

Gleich zu Projektbeginn (Frühjahr 2016) waren erste Anpassungen notwendig, da über den Sommer viele Senior/innen nicht anzutreffen waren. Daher wurde als unverbindliche und kostenfreie Treffpunkt-Möglichkeit das „Café Aktiv“ im Nachbarschaftszentrum eingerichtet und beworben und erwies sich als sehr guter Erstzugang zur Zielgruppe.

Zu Projektbeginn bestand die Annahme, dass die älteren Menschen in ihren Communities gut vernetzt seien. Dies war jedoch nicht der Fall. Für viele bot die Projektteilnahme die

Möglichkeit, andere Menschen kennenzulernen und ihre persönlichen Netzwerke auszubauen.

Ebenfalls adaptiert wurde die ursprünglich im Projektantrag geplante Block-Einführung (Schulung) der Aktivlots/innen. Diese war viel zu hochschwellig und Interessent/innen wollten sich nicht für die Aufgabe als Multiplikator/in verpflichten. Daher wurde der Ausbildungsteil komplett umgestaltet und den Bedürfnissen der älteren Menschen angepasst (kleinere Einheiten, nicht en bloc,...). Es konnte so auch stärker auf die Interessen der Teilnehmenden eingegangen werden.

Alle Aktivitäten, Schulungen und Vorträge waren für alle Interessierten offen, das Leitprinzip lautete: „Alle können teilnehmen, niemand wird ausgeschlossen, es gibt keine starren Verpflichtungen trotz bestehender Verbindlichkeiten“.

Die Aktivitäten der Aktivlots/innen sprachen sich zunehmend in den Communities und in den Vereinen herum. Durch die Teilnahme an verschiedenen Angeboten stärkten sich auch die Netzwerke untereinander (Aktivlots/innen und Besucher/innen des NZ). Diverse Angebote wurden wechselseitig sehr gerne angenommen und es kam immer wieder zu einem Austausch untereinander.

Die Senior/innen hatten immer die Möglichkeit, ihre Ideen, Wünsche und Fähigkeiten einzubringen und über Aktivitäten mit zu entscheiden.

#### Förderlich zur Erreichung der Zielgruppe erwiesen sich

- ein niederschwelliger und unverbindlicher Kontakt zur Zielgruppe
- kostenfreie und niederschwellige Angebote (Café Aktiv, Sozialberatung,...)
- Kompetenzen der Mitarbeiterinnen (Offenheit, Respekt, Wertschätzung, Sprachkompetenzen, eigener Migrationshintergrund)
- Beziehungsarbeit, Vertrauen und Kontinuität waren wesentliche Faktoren, um die Zielgruppe zu begleiten, zu unterstützen und sie zu motivieren
- Mitbestimmung und Mitgestaltung bei Inhalten und Aktivitäten durch die Senior/innen
- Die Möglichkeit, auch andere Angebote im Nachbarschaftszentrum zu nutzen und neue Bekanntschaften zu machen
- Angebote am Vormittag und am Nachmittag
- Veranstaltungen, bei denen man eine größere Gruppe von Menschen erreichen kann

#### Als hinderlich erwiesen sich

- der schwierige Erstzugang zur Zielgruppe, der einige Zeit beanspruchte, da erst Vertrauen aufgebaut werden musste
- Sprachbarrieren, die trotz der Sprachenvielfalt der Mitarbeiter/innen auftraten
- Betreuungspflichten oder der Gesundheitszustand der Senior/innen
- Wetterbedingungen im Rahmen der aufsuchenden Arbeit (Schlechtwetter, Hitze,...)

### **Förderung gesundheitlicher Chancengerechtigkeit**

- Die Aktivlots/innen erhielten für die Dauer des Projektes eine Jahresnetzkarte. Dadurch konnten sie sowohl im Bezirk als auch in Wien Einrichtungen besuchen bzw. an verschiedensten Aktivitäten teilnehmen.
- Mit Gutscheinen für das Café Aktiv wurde ein niederschwelliger Zugang ermöglicht. Auch kostenlose Sozialberatung wurde im Nachbarschaftszentrum angeboten.
- Einigen von ihnen wurde durch die Ausstellung eines Kulturpasses und eines TuWas-Passes ! Teilhabe an kulturellen und sportlichen Aktivitäten ermöglicht.
- Die Vorträge, Exkursionen und Ausflüge im Rahmen der Aktivlots/innen-Schulung wurden offen gestaltet, niemand wurde ausgeschlossen.
- Die älteren Menschen wurden auch über die verschiedensten Angebote und Einrichtungen der Stadt Wien informiert und darüber, wo und wie sie sich eigenständig verlässliche Informationen beschaffen können. Durch den Austausch mit Schlüsselpersonen und durch das niederschwellige Kennenlernen von Einrichtungen (im Zuge von Veranstaltungen oder Exkursionen) wurden Barrieren abgebaut.
- Einige Aktivlots/innen nahmen und nehmen jetzt auch andere Angebote des Nachbarschaftszentrums in Anspruch wie z.B. Gymnastik, Tanz und kreatives Gestalten.

### **Nachhaltigkeit**

Es war für die Gruppe wichtig, weiterführende Perspektiven zu haben und sich auch regelmäßig zu treffen.

- Aktivlots/innen und am Projekt Interessierte besuchen nach Projektende verschiedenste Aktivitäten im Nachbarschaftszentrum und auch Aktivitäten anderer Vereine/ Organisationen, die sie im Projekt kennengelernt haben.
- Sie organisierten sich zu Projektende mit Unterstützung der Projektmitarbeiterinnen weitere monatliche Treffen im Nachbarschaftszentrum. Die Treffen werden nun „Café Plus“ genannt und werden von den Aktivlots/innen selber gestaltet und moderiert.
- Durch Aktivitäten im Rahmen des „Gesunden Bezirks“ (Wiener Gesundheitsförderung) können sich die Aktivlots/innen und alle Interessierten weiterhin einbringen.
- Es ist angedacht, dass das Projektteam (ARGE WHW und WS) sich um eine Folgeförderung bemüht. Aufbauend auf den ausgezeichneten Kontakten zur Gruppe der Aktivlots/innen und der Interessent/innen (verschiedener Nationalitäten und aus verschiedenen Kulturen) und mit deren Beteiligung – soll eine Weiterentwicklung niederschwelliger, partizipativ gestalteter und kostenloser Bildungsangebote in informeller Atmosphäre erfolgen.
- Mit November 2017 wurde ein Konsortium bestehend aus Wiener Sozialdienste, Wiener Hilfswerk, Universität Wien/Institut für Soziologie und queraum. kultur und sozialforschung von der Wiener Gesundheitsförderung beauftragt, in 9 Bezirken Wiens gemeinsam mit älteren Menschen Maßnahmen zu entwickeln und umzusetzen, bei

denen die Förderung der seelischen Gesundheit, der soziale Teilhabe, des Bewegungsverhaltens und der Gesundheitskompetenz im Mittelpunkt steht. Hier kommen viele Elemente und Lessons Learned aus dem vorliegenden Projekt zum Tragen (niederschwelliger Zugang durch Angebote wie Cafés oder Vortragsreihen, niederschwellige Bildungsangebote, Gesundheitspartys im privaten Rahmen,...).

## 6. Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen

### Als förderliche Faktoren für die Erreichung der Projektziele erwiesen sich

- eine Flexibilität bei der Umsetzung des Projekts
- das Miteinbeziehen aller Communities (autochthone Bevölkerung und Migrant/innen)
- Projektmitarbeiterinnen, die ihre muttersprachlichen Kompetenzen (bosnisch-kroatisch-serbisch und türkisch) einbrachten
- ein großes Vertrauen der Projektteilnehmer/innen in die Projektverantwortlichen und ihre Unterstützung bei der Projektdurchführung
- eine starke Einbeziehung der Projektteilnehmer/innen in die jeweiligen Umsetzungsschritte
- die Einbettung des Projekts in zwei schon etablierte Organisationen (Wiener Hilfswerk und Wiener Sozialdienste) und das Nutzen ihrer Erfahrungen und Netzwerke
- die ausgezeichnete Kooperation der beiden Partnerorganisationen
- die sehr gute Zusammenarbeit und der regelmäßige Austausch mit anderen Einrichtungen im Bezirk im Rahmen des Regionalforums und von Veranstaltungen
- das Interesse und die Unterstützung durch die Bezirkspolitik

### Als hinderliche Faktoren erwiesen sich

- die Kürze der Projektdauer (20 Monate), denn der Zugang zur Zielgruppe beanspruchte Zeit. Vertrauen und Sicherheit waren aber wesentlich, um die Zielgruppe zu motivieren und zu ermutigen, sich zu beteiligen.
- die Rekrutierung der Aktivlots/innen und Interessent/innen war durch die Sommermonate (Projektbeginn war im April) erschwert (Abwesenheiten der Senior/innen, Ramadan, ...)
- u.a. auch Wetterbedingungen im Rahmen der aufsuchenden Arbeit, denn bei schlechten Bedingungen (Regen, Hitze,...) wird die Zielgruppe nur sehr schwer im öffentlichen Raum angetroffen
- Verpflichtungen der älteren Menschen (Arzttermine, Verpflichtungen als pflegende Angehörige, Krankheit,...), um regelmäßige Termine einzuhalten (daher war Flexibilität bei der Projektumsetzung gefragt)
- dass es kein Budget für z.B. Säfte, Obst, etc. bei den regelmäßigen Treffen (Café Aktiv) gab.

**Eigene Lernerfahrungen:**

- Die Anfangsaktivierung benötigte mehr Zeit als gedacht.
- Die anfängliche Vermutung der Projektdurchführenden, dass die Zielgruppe gut vernetzt sei, stimmte nur bedingt. Viele ältere Menschen (v.a. Migrant/innen) sind alleinstehend und ohne Netzwerk oder haben Betreuungspflichten.
- Die Entwicklung eines Curriculums und die Absolvierung einer Blockveranstaltung für Aktivlots/innen war viel zu hochschwierig.
- Lernen im Alter, in verschiedenen Sprachen und mit unterschiedlichem Bildungshintergrund (sehr heterogene Gruppe) muss anders erfolgen (Anpassung der Angebote an die Bedürfnisse der älteren Menschen).
- statt Informationsveranstaltungen nur im Nachbarschaftszentrum wurden Vereine und Organisationen besucht und es wurde vor Ort über Angebote informiert. Dadurch kam es zu einer Erweiterung des Netzwerks und der persönlichen Kontakte.
- Angebote am Vormittag und am Nachmittag ermöglichten mehr Menschen eine Teilnahme.
- Die Möglichkeit ihre Meinungen, Kritik, Wünsche, ihr Wissen und ihre Erfahrungen einzubringen stärkte die Vertrauensbasis zwischen den Teilnehmer/innen und den Projektdurchführenden, das Empowerment der älteren Menschen und ermöglichte Inklusion.



## Anhang

- 01\_AL15\_Terminplan\_Nov.Dez.2016
- 02\_AL15\_Terminplan\_ Jän.Feb.Mär2017
- 03\_AL15\_Terminplan April\_Juni2017
- 04\_AL15\_Terminplan Sommer2017
- 05\_AL15\_Terminplan August\_Ende2017
- AL15\_1.Veranstaltung\_Einladung\_102016
- AL15\_2.Veranstaltung\_EINLADUNG\_032017
- AL15\_3.Veranstaltung\_EINLADUNG\_042017
- AL15\_4.Veranstaltung\_EINLADUNG\_092017
- AL15\_5.Veranstaltung\_EINLADUNG\_102017
- AL15\_Abschlussveranstaltung\_EINLADUNG\_08112017
- AL15\_Abschlussveranstaltung\_Plakatwände\_112017
- AL15\_Bezirkszeitung\_052017
- AL15\_forum\_bia\_programm\_112017
- AL15\_Gutschein\_CafeAktiv
- AL15\_KickOff\_Einladung\_092016.pdf
- AL15\_KickOff\_ppt\_092016.pdf
- AL15\_LebenundFreude\_0117
- AL15\_PR\_SHGMesse\_Plakat\_112016.pdf
- AL15\_PR\_WHW-Zeitung\_112016.pdf (Zeitungsartikel)
- AL15\_Präsentation\_forum\_bia\_112017