

DIKETMÜLLER Rosa, KOLB Michael

GESUNDHEITSFÖRDERUNG MIT ÄLTEREN FRAUEN IM LÄNDLICHEN RAUM - DARGESTELLT AM BEISPIEL DES PROJEKTES „REIFE ÄPFEL“

Schlüsselwörter: *Gesundheitsförderung, Sportgeragogik, Frauen, Verhältnisorientierung*

Die Entwicklung von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung für und mit älteren Menschen stellt bis heute ein schwieriges Problem dar. Der Grund dafür liegt wohl darin, dass diese Gruppe im Laufe ihres Lebens auf der Basis gewachsener Traditionen und individueller Erfahrungen stabile Lebensmuster ausgebildet hat, die aus ihrer subjektiven Sicht als durchaus tragfähig für die Bewältigung ihres Lebens beurteilt werden.

Mit zunehmendem Alter wandeln sich allerdings auf der einen Seite die Entwicklungsaufgaben und kritischen Lebensereignisse, mit denen die Menschen konfrontiert werden. Auf der anderen Seite verändern sich die zur Verfügung stehenden sozialen und personalen, insbesondere auch physischen Ressourcen. Zur gesundheitserschützenden Bewältigung der mit dem Alter einhergehenden Lebensveränderungen müssen auf der Basis der zur Verfügung stehenden sowie aktivierbaren Ressourcen situativ angepasste Lösungsformen entwickelt werden.

Angesichts der mit dem Alter vielfältig variierenden Lebenssituationen müssen gesundheitsfördernde Interventionsformen eng am Lebenskontext einer möglichst klar abgrenzbaren Zielgruppe orientiert sein und durch Formen aktivierender Bildungsarbeit die gemeinsame Entwicklung adäquater Lösungen sowie deren nachhaltige Umsetzung zu initiieren versuchen.

Am Beispiel des Projektes „Reife Äpfel“ soll gezeigt werden, wie derzeit in Österreich im Land Steiermark der Versuch unternommen wird, über die Einrichtung regelmäßiger Treffpunkte für Gespräche und andere gesundheitsbezogene Aktivitäten für ältere Frauen in kleineren Gemeinden sowohl deren personale Gesundheitsressourcen zu stärken als auch längerfristig eine gesundheitsbezogene Strukturentwicklung im kommunalen Raum unter besonderer Berücksichtigung der Bedürfnisse älterer Frauen in Gang zu setzen.

Ass.-Prof. Dr. Rosa Diketmüller; Univ.-Prof. Dr. Michael Kolb
Institut für Sportwissenschaft Wien
Abteilung Bewegungs- und Sportpädagogik
A-1150 Wien, Auf der Schmelz 6A
E-Mail: rosa.diketmueller@univie.ac.at; michael.kolb@univie.ac.at