

## Presseinformation

16. Januar 2023

### **Best-Practice-Beispiele für „Aktiv ins hohe Alter“**

#### **LR Teschl-Hofmeister: Mit flexiblen Angeboten zu aktiv Mitgestaltenden machen**

„Weil die Menschen immer älter werden, hat es sich das Land Niederösterreich zur Aufgabe gemacht, das Aktivitäts- und Bildungsangebot auf die Bedürfnisse der Menschen über 80 Jahre hin zu untersuchen und deswegen einen Wettbewerb ins Leben zu rufen, der Projekte vor den Vorhang holt, mit denen Wohlergehen, Gesundheit und Fitness im hohen Alter gefördert werden“, sagte Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister am heutigen Montag im Vorfeld der Prämierung der Best-Practice-Beispiele „Aktiv ins hohe Alter“ in St. Pölten.

„Es geht darum, die Menschen, die über 80 Jahre alt sind, mit flexiblen Angeboten in Wohnortnähe zu aktiv Mitgestaltenden zu machen. Die Broschüre mit den Best-Practice-Beispielen aus den insgesamt 35 Einreichungen vom gemeinsamen Kochen über Tanzen und Musizieren bis hin zu anderen sozialen Aktivitäten soll zum Nachmachen anregen“, betonte die Senioren-Landesrätin.

Franz Kolland, Leiter des Kompetenzzentrums für Gerontologie und Gesundheitsforschung an der Karl Landsteiner Universität Krems, freute sich über das erste derartige Projekt in Österreich: „Ziel ist es, die alten Menschen sichtbar zu machen und sie nicht zu verstecken, um damit eine andere Einstellung und einen anderen Zugang zum Alter zu gewinnen“. In Niederösterreich wiesen bereits 18 Gemeinden einen Anteil der Über-80-Jährigen von mehr als 12 Prozent auf. „Das Projekt zeigt, dass Älterwerden vielfältig ist, dass man sich nicht zurückziehen muss, sondern mit Selbstsorge und Eigeninitiative ganz persönliche Unsterblichkeitsprojekte schaffen kann“, meinte Kolland.

Christian Seper, Obmann des Vereins Kleinregion Waldviertler Kernland, die auf insgesamt 550 Quadratkilometern 14 Gemeinden mit 13.000 Einwohnern umfasst, erläuterte: „Uns geht es darum, älteren Menschen die Chance zu bieten, sich draußen zu treffen, etwa mit den Projekten ‚MahlZeit‘ und ‚Digital, gesund altern‘. Daneben gibt es auch noch eine Reihe weiterer Projekte zu Kinderbetreuung, Klimaänderung und Nachbarschaftshilfe sowie Schulprojekte“.

Doris Maurer, Geschäftsführerin des Vereins Kleinregion Waldviertler Kernland,

## Presseinformation

präzisierte die beiden Projekte, die sich zum Ziel gesetzt hätten, die auf natürliche Weise weniger werdenden Kontakte auszugleichen. „MahlZeit‘ bringt die Menschen zum – gemeinsamen – Essen, statt das Essen – wie bei ‚Essen auf Rädern‘ - zu ihnen, das sie dann alleine einnehmen. Im Anschluss an die monatlich 20 bis 25 ‚MahlZeit‘-Treffen in unterschiedlichen Gemeinden gibt es Nachmittagsaktivitäten wie gemeinsames Singen, Kartenspielen, Sitzyoga etc. Im Rahmen von „Digital, gesund altern‘ wiederum werden nicht klassische Kurse abgehalten, sondern Handybegleiter ausgebildet, die als Ältere Älteren auf Augenhöhe die Nutzung digitaler Medien erklären“.

Die Broschüre gibt es beim Amt der NÖ Landesregierung / Abteilung Soziales und Generationenförderung unter 02742/9005-16560, e-mail [generationenfoerderung@noel.gv.at](mailto:generationenfoerderung@noel.gv.at) und [www.noel.gv.at/Hochaltrige](http://www.noel.gv.at/Hochaltrige); nähere Informationen beim Büro LR Teschl-Hofmeister unter 02742/9005-12655, Dieter Kraus, und e-mail [dieter.kraus@noel.gv.at](mailto:dieter.kraus@noel.gv.at).



Präsentation der Best-Practice-Beispiele „Aktiv ins hohe Alter“ in St. Pölten. Im Bild Christian Seper, Obmann des Vereins Kleinregion Waldviertler Kernland, Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister, Doris Maurer, Geschäftsführerin des Vereins Kleinregion Waldviertler Kernland, und Franz Kolland, Leiter des Kompetenzzentrums für Gerontologie und Gesundheitsforschung an der Karl Landsteiner Universität Krems (v.l.n.r.)

© NLK Filzwieser