

Wis/Sen



Ein Service des Presse- & Informationsdienstes der Stadt Wien und der Wiener SeniorInnenbeauftragten

Inhalt der 33. Ausgabe

02

Die Zukunft der ehrenamtlichen Arbeit im Alter

Zum Europäischen Jahr der Freiwilligentätigkeit 2011 stand das ExpertInnen-Forum des Fonds Soziales Wien ganz im Zeichen des freiwilligen Engagements. Das Einleitungsreferat hielt Univ.-Prof. Dr. Franz Kolland.

07

Gesund durch freiwilliges Engagement

Mag. Martin Oberbauer, Leiter der Ehrenamtsbörse Wien und für das Freiwilligenengagement im Wiener Hilfswerk zuständig, berichtete über die vielen positiven Effekte ehrenamtlicher Tätigkeit.

10

Freiwilligenkoordination

Wie man die Zusammenarbeit mit Freiwilligen professionell, strukturiert und effizient organisiert, stellte Ursula Frey, die leitende Freiwilligen-Koordinatorin des Kuratoriums Wiener Pensionistenwohnhäuser, dar.

14

„Wis/Sen“-News

Zu jung für den Ruhestand. – Georg Kreisler über die Radikalität des Alters. – Jane Fondas Kampf gegen Alterserscheinungen. – SeniorInnen am seltensten in Unfälle verwickelt. – 226 Euro pro Monat für Kinder und Enkel. – Mit 50 näher dran am Weltgeschehen. – Stéphane Hessel, ein Popstar der internationalen Protestbewegungen. – Rosenberger-Spitzzy: Freiwilligenarbeit und Aktives Altern

Das „Wis/Sen“-Infoservice und das „Wis/Sen“-Archiv

Wenn Sie die Originalfassung einer Studie entleihen möchten, wenden Sie sich bitte an das SeniorenInnenbüro. (Telefon und E-Mail siehe Fußzeile.) Alle bisherigen Ausgaben im Internet-Archiv unter <http://www.senior-in-wien.at/Wis-Sen>

Impressum

„Wis/Sen“, ein Service des Presse- und Informationsdienstes der Stadt Wien und der Wiener SeniorenInnenbeauftragten.
Redaktion: Dr. Elga Martinez-Weinberger, MA 53
elga.martinez-weinberger@wien.gv.at

„Wis/Sen“: Entleihen von Originalstudien

SeniorInnenbüro der Stadt Wien
post@senior-in-wien.at
Telefon 4000-8580



Veranstaltung

6. ExpertInnen-Forum des Fonds Soziales Wien am 20. Oktober 2011
im Pensionisten-Wohnhaus An der Türkenschanze

Vortragender

Ao. Univ.-Prof. Dr. Franz Kolland

Die Zukunft der ehrenamtlichen Arbeit im Alter

„Wis/Sen“ hat das Thema des ehrenamtlichen Engagements in den vergangenen Jahren immer wieder aufgegriffen und über Studien zur Freiwilligenarbeit berichtet. Aus Anlass des Europäischen Jahres der Freiwilligentätigkeit 2011 hat der Fonds Soziales Wien sein sechstes ExpertInnen-Forum unter dieses Jahresmotto gestellt. Die Referate, die im Rahmen dieser Veranstaltung gehalten wurden, befassten sich mit den wichtigsten grundlegenden Aspekten der Freiwilligentätigkeit. Berichtet wurde sowohl über wissenschaftliche Erkenntnisse als auch über praktische Erfahrungen. Das Einleitungsreferat hielt Univ.-Prof. Dr. Franz Kolland.

Alternde Gesellschaft oder Gesellschaft der Langlebigkeit

Eingangs fasste Kolland die demographischen Veränderungen seit dem Ende des 19. Jahrhunderts zusammen, die durch steigende Lebenserwartung, den Ausbau der Alterssicherung, frühe Pensionierung und die Verlängerung der Ausbildungsphase gekennzeichnet sind. In der Bevölkerungspyramide wandern die geburtenstarken Jahrgänge der zwischen 1952 und 1972 geborenen Babyboomer immer mehr nach oben. Sie, die in den nächsten Jahrzehnten in Pension gehen werden, haben eine höhere Schulbildung und bessere Gesundheit als die Jahrgänge vor ihnen, was sie zu Hoffnungsträgern für ehrenamtliche Tätigkeit im Alter macht. Sie haben eine „forever young“-Mentalität und wollen nicht so altern, wie sie das noch bei ihren Eltern erlebt haben.

Chancen und Pflichten

Die steigende Lebenserwartung beinhaltet auf der einen Seite Potenziale für Erwerbsarbeit, für Freiwilligenarbeit und für Pflegearbeit. Auf der anderen Seite steht die Möglichkeit zu einem aktiven, bewusst gestalteten Leben und zu selbstbestimmten und kreativen Tätigkeiten. Die „späte Freiheit“ eröffnet die Chance für neue Lebensformen. Diese umfassen Bereiche wie Wohnen und Nachbarschaft sowie „active citizenship“.

„Wis/Sen“: Entleihen von Originalstudien

SeniorInnenbüro der Stadt Wien
post@senior-in-wien.at
Telefon 4000-8580



Kolland stellte die These in den Raum, dass ältere Menschen aufgrund ihrer Verantwortung in einer insgesamt alternden Gesellschaft die Pflicht zur politischen und sozialen Teilhabe haben. Diese Pflicht umfasst lebenslanges Lernen, Employability und Freiwilligenarbeit. Die soziale Partizipation Älterer in Form vom „active citizenship“ sichert den Zusammenhalt der Generationen und verringert Überforderungen der nachrückenden Alterskohorten.

Sinkt freiwilliges Engagement?

Befürchtungen, dass es zu einem Niedergang des freiwilligen Engagements kommen könnte, stützen sich auf folgende Überlegungen: Wegen der weit verbreiteten Politikverdrossenheit sinkt das Interesse am Gemeinwesen; eigene Interessen rücken immer mehr ins Zentrum des Handelns der meisten Menschen und es entsteht eine zunehmende Vereinzelung; die Ideen- und Denkwelt der Menschen wird sozial unverbundlich; weniger Kinder sind auch weniger Anlässe zum Engagement; Ehrenamtliche werden immer älter und der Nachwuchs fehlt.

Was ist Freiwilligenarbeit?

Unter Ehrenamt bzw. Freiwilligenarbeit versteht man eine Arbeitsleistung, die freiwillig, also ohne gesetzliche Verpflichtung, erfolgt. Ihr steht kein monetärer Geldfluss gegenüber und das Ergebnis der Tätigkeit fließt Menschen außerhalb des eigenen Haushaltes zu.

Das sogenannte Ehrenamt ist altruistisch orientiert und findet formell in Vereinen bzw. Organisationen statt. Historisch gesehen engagierten sich Männer im 19. Jahrhundert politisch-administrativ, Frauen eher caritativ.

Freiwilligenarbeit findet in informellen Gruppen statt, ist zeitlich begrenzt, hat eher den Charakter einer sozialen Tätigkeit und ist eher selbst-erfahrungsorientiert.

Altes und Neues Ehrenamt

Während das alte Ehrenamt idealtypisch von einer Einbettung in ein soziales Milieu gekennzeichnet war und ein langfristiges und selbstlos dienendes Engagement bei einer sozialen Organisation darstellte, ist das neue Ehrenamt mit einer Erwartungshaltung hinsichtlich seiner Sinn- und Nutzenstiftung verbunden. Es wird individuell nach zeitlichen und

„Wis/Sen“: Entlehen von Originalstudien

SeniorInnenbüro der Stadt Wien
post@senior-in-wien.at
Telefon 4000-8580



organisatorischen Kriterien ausgewählt und muss zur eigenen Biographie passen.

Bei den Beteiligungsmotiven stehen „macht Spaß“ und „anderen helfen“ an erster Stelle, gefolgt von „Menschen treffen/Freunde gewinnen“ und „eigene Fähigkeiten und Kenntnisse einbringen“. Wer sich heute engagiert, möchte dazulernen, aktiv bleiben, die Lebenserfahrung erweitern und gesellschaftliche Anerkennung erringen, aber auch dem Gemeinwohl nützen und sich für eine wichtige Sache engagieren.

Kolland zitierte aus Studien, aus denen hervorgeht, dass die ehrenamtliche Tätigkeit die physische und psychische Lebenszufriedenheit sowie das Gefühl von Einfluss und Status und somit die Selbstwertschätzung erhöht. Da es Kommunikationsbedürfnisse erhöht, wirkt es auch angstreduzierend.

44 % sind in Österreich freiwillig tätig

Laut Statistik Austria 2007 sind in Österreich 3 Millionen Menschen freiwillig tätig, das sind 44 % der Bevölkerung. In der formellen Freiwilligenarbeit dominieren die Männer mit 33 % gegenüber 23 % bei den Frauen. An informeller Freiwilligenarbeit beteiligen sich mit 27 % mehr Frauen als Männer (26 %). In Gegenden mit niedriger Urbanisierung gibt es fast doppelt so viele formelle Freiwilligenarbeit als in Städten, bei der informellen Freiwilligenarbeit liegen die Werte nahe beieinander. Der höchste Anteil an freiwilligem Engagement liegt bei den 40- bis 59-Jährigen, gefolgt von den 20- bis 29-Jährigen. In der Altersgruppe 70 bis 79 Jahre engagieren sich nach dieser Statistik 16 % im formellen und 19 % im informellen Bereich.

Wertewandel

Für das letzte Jahrhundert wird ein tiefgreifender Wertewandel festgestellt. Er ist durch eine massive Bedeutungszunahme von Werten wie Freiheit, Autonomie und Individualität sowie Gleichheit und Humanität gekennzeichnet.

Werte wie Traditionalität, unhinterfragte Konformität und Konventionalität haben an Bedeutung verloren. Diese Veränderung gilt besonders in städtischen Räumen.

Die Folgen dieser Entwicklung für die Freiwilligenarbeit: „Out“ sind das Hintanstellen eigener Bedürfnisse, Fremdbestimmung, Unterordnung, lebenslängliches Engagement, Selbstlosigkeit, wenig Professionalität und das Handeln nur aus sozialem Pflichtgefühl.

„In“ sind in der Freiwilligenarbeit, dass eigene Interessen die Auswahl bestimmen, weiters Selbstbestimmung, Mitsprache, zeitgebundenes Engagement, Selbstverwirklichung, Streben nach mehr Professionalität sowie die Verbindung von Pflicht und Spaß und der Wunsch nach Anerkennung.

Freiwilligenarbeit im aktivierenden Sozialstaat

Im aktivierenden Sozialstaat ist die Freiwilligenarbeit eine willkommene soziale Ressource. Sie wächst, weil der Wohlfahrtsstaat schrumpft. Die Position der Zivilgesellschaft wird gestärkt, weil der Staat schwächer wird. Die Orientierung erfolgt am kompetenten und sich selbst organisierenden Individuum.

Der „Alterslast“, die für den Arbeitsmarkt und die sozialen Sicherungssysteme eine Herausforderung darstellt, steht das „aktive Altern“ mit seinem Anstieg der gesunden Lebenserwartung und der Nutzung produktiver Potenziale gegenüber.

Ich bin noch nicht gefragt worden

In einem modernen Verständnis sind soziale und politische Partizipation ein wichtiger Bestandteil der aktiven Weiterentwicklung, Ausweitung und Intensivierung der repräsentativen Demokratie. Auf individueller Ebene bedeutet Partizipation das Engagement des einzelnen Bürgers/der einzelnen Bürgerin im Rahmen der Zivilgesellschaft. Partizipation beinhaltet das Recht auf Eigenverantwortung und die Pflicht zur Mitverantwortung.

Als wichtigster Grund dafür, dass sich jemand nicht engagiert, wird übrigens immer wieder genannt: „Ich bin noch nicht gefragt worden.“ Ältere Menschen sollen daher zur Freiwilligenarbeit ermutigt und dabei unterstützt werden, allerdings ohne moralischen Druck.

Kritisch zu sehen sind Tendenzen, in Zeiten leerer Kassen staatliche Aufgaben an Freiwillige zu übertragen und somit Freiwilligenarbeit in Konkurrenz zu bezahlter Arbeit treten zu lassen. Ein weiteres Problem ist

der Umgang von Organisationen, Parteien und Verbänden mit kritischem Engagement.

Abschließend zitierte Kolland die Dichterin Marie von Ebner-Eschenbach:

„Wenn die Zeit kommt,
in der man könnte,
ist die vorüber,
in der man kann.“

Veranstaltung

6. ExpertInnen-Forum des Fonds Soziales Wien am 20. Oktober 2011
im Pensionisten-Wohnhaus An der Türkenschanze

Vortragender

Mag. Martin Oberbauer

Gesund durch freiwilliges Engagement? – Psychische und körperliche Effekte des Ehrenamts

Mag. Martin Oberbauer, im Wiener Hilfswerk für Freiwilligen-Management zuständig und Leiter der Wiener Ehrenamtsbörse, stellte in seinem Referat die Auswirkungen ehrenamtlicher Tätigkeit auf die Gesundheit in den Mittelpunkt.

Was bringt freiwilliges Engagement?

Für freiwilliges Engagement erhält man zwar kein Geld, aber es stiftet bekanntlich Sinn, bringt Anerkennung, schafft Gemeinschaft, erweitert die persönlichen Kompetenzen und strukturiert den Alltag durch fixe Termine. Dass es auch gesundheitliche Auswirkungen hat, und zwar vor allem im Alter, ist noch nicht im allgemeinen Bewusstsein verankert.

Seelisches Wohlbefinden

Im Alter sind Rolleneinbußen als Risikofaktoren einzustufen, die das psychische Wohlbefinden beeinträchtigen können. Der Verlust der eigenen Eltern, des Berufes oder gar des Partners bzw. der Partnerin kann gravierende Folgen für die seelische Gesundheit haben.

Es ist möglich, die negativen Effekte dieser Rolleneinbußen durch freiwilliges Engagement zu mildern bzw. auszugleichen und dem Leben einen neuen Sinn und Inhalt zu geben.

Autonomie und Zufriedenheit durch neue Rollen

Durch Freiwilligenarbeit im Alter können neue, vielfältige Rollen das Leben bereichern und positive Emotionen auslösen. Diese Rollen sind, wie dies oft bei Freiwilligenarbeit der Fall ist, mit Autonomie und Zufriedenheit verbunden. Dem gegenüber zeigen Studien, dass die informelle und

verpflichtende Hilfe in der Familie das psychische Wohlbefinden vergleichsweise wenig fördert.

Es gibt allerdings auch Wechselwirkungen zwischen seelischem Wohlbefinden und freiwilligem Engagement, in der Weise, dass sich Personen eher freiwillig engagieren, die sich besser fühlen.

Zeitliches Ausmaß darf nicht zu hoch sein

Wenn die geleistete Hilfe für andere nicht freiwillig erfolgt und überdies das Engagement sehr hohe zeitliche Ressourcen erfordert, dann sind keine positiven Auswirkungen auf das Wohlbefinden zu erwarten. Wenn Freiwillige zu wenig oder zu viel Zeit in ihre Tätigkeit investieren, verschwinden ebenfalls die positiven Effekte des freiwilligen Engagements. Dies ist der Fall, wenn weniger als 100 und mehr als 800 Stunden pro Jahr geleistet werden, also weniger als 2 und mehr als 15 Wochenstunden.

Auswirkungen bei Demenz und Depressionen

Personen mit leichter bis mittelgradiger Demenz, die in einem Kindergarten oder einer Volksschule freiwillig mithelfen, zeigten eine signifikante Stressreduktion und damit eine deutliche Verbesserung ihrer Lebensqualität.

Auch bei Depressionen, die durch negative oder stressbelastete Lebensereignisse verursacht wurden, konnte bei älteren Menschen eine Linderung beobachtet werden, sofern sie sich in Organisationen engagierten und nicht nur im informellen Bereich.

Glück macht gesund

Da mentale Faktoren Körperfunktionen beeinflussen können, wirkt sich das seelische Wohlbefinden positiv auf die körperliche Gesundheit aus. Glückliches Sein heilt zwar keine Krankheiten, schützt aber davor, krank zu werden. Positive Gefühle verbessern die Immunfunktion und senken den Spiegel des Stresshormons Cortisol.

Es gibt deutliche Hinweise darauf, dass ältere Freiwillige, die in einem moderaten Zeitausmaß formal im Rahmen von Organisationen Freiwilligenarbeit leisten, ihre selbst wahrgenommene Gesundheit höher einschätzen als vergleichbare nicht freiwillig Tätige. Auch scheinen sie bessere Bewältigungsstrategien bei Gesundheitsproblemen zu haben.

Motivation und Lebenserwartung

Studien deuten darauf hin, dass Freiwilligenarbeit im höheren Lebensalter die Lebenserwartung erhöht. Es wurde auch festgestellt, dass Freiwillige mit funktionalen Defiziten besser umgehen. Schließlich wirkt sich die Motivation, nicht nur für sich selbst, sondern auch für Andere Nutzen zu stiften und dafür mit einer gewissen Regelmäßigkeit zu arbeiten, positiv auf die Lebenserwartung aus.

Studienergebnisse deuten darauf hin, dass die positiven Effekte auf die Lebenserwartung, die sich aus freiwilligem Engagement ergeben, spezifisch sind und nicht durch andere Aktivitäten wie Sport, Alltagstätigkeiten oder Hobbies bewirkt werden.

Veranstaltung

6. ExpertInnen-Forum des Fonds Soziales Wien am 20. Oktober 2011
im Pensionisten-Wohnhaus An der Türkenschanze

Vortragende

Ursula Frey

Freiwilligenkoordination: Professionell – Strukturiert - Effizient

Ursula Frey, leitende Freiwilligen-Koordinatorin des Kuratoriums Wiener Pensionistenwohnhäuser, ist für die Zusammenarbeit mit den derzeit 560 ehrenamtlich in den „Häusern zum Leben“ Tätigen zuständig. Deren Engagement steht unter dem Motto „SmS – Solidarität mit SeniorInnen“.

Österreich: Freiwillige leisten 16,7 Millionen Wochenstunden

Ursula Frey erinnerte eingangs daran, dass in Österreich insgesamt pro Woche 16,7 Millionen Stunden an Freiwilligenarbeit geleistet werden. Das entspricht einer Arbeitsleistung von 480.000 Ganztagsbeschäftigten bzw. von 15 % der unselbständig Erwerbstätigen. 33 % der Männer und 23 % der Frauen in Österreich sind, wie schon Kolland in seinem Einleitungsreferat ausgeführt hatte, freiwillig tätig. Wenn man allerdings den Bereich Gesundheit und Soziales betrachtet, so zeigt sich, dass hier mehr als die Hälfte der Ehrenamtlichen Frauen sind.

Im Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser sind derzeit rund 560 Ehrenamtliche tätig, darunter ca. 90 Männer. Die Ehrenamtlichen, die pro Person ca. 2 Wochenstunden im Einsatz sind, bilden Teams, für die in jedem Haus eine Koordinatorin zuständig ist. Es gibt für die Ehrenamtlichen sowohl Einzel- als auch Gruppenbetreuung.

Qualität vor Quantität

Die Freiwilligenarbeit im Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser basiert auf der Überlegung, dass die BewohnerInnen viele Bedürfnisse haben, die keine Fachhilfe nötig macht. Ein kompetentes Team aus ProfessionistInnen und Ehrenamtlichen ermöglicht eine Steigerung der Betreuungsqualität. Die Ehrenamtlichen ergänzen und unterstützen die Hauptamtlichen. Der Einsatz der Ehrenamtlichen wertet die Leistungen der

„Wis/Sen“: Entleihen von Originalstudien

SeniorInnenbüro der Stadt Wien
post@senior-in-wien.at
Telefon 4000-8580



Hauptamtlichen nicht ab, sondern weitet sie aus. Bei der ehrenamtlichen Arbeit muss Qualität vor Quantität gehen.

Schaffung von Qualitätsstandards

Ehrenamtliches Engagement wird im Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser gezielt gefördert und verankert und als Baustein eines ganzheitlichen Betreuungskonzeptes gesehen. Es dient der Individualisierung der Betreuung. Die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen werden daher professionell integriert und begleitet. Für die Betreuung durch die Ehrenamtlichen werden Qualitätsstandards geschaffen. Unter den nicht angestrebten Zielen ist festgeschrieben, dass ehrenamtliche Mitarbeit keinesfalls bezahlte Arbeit ersetzen soll.

Motive und Hindernisse

Bereits Kolland hatte im ersten Vortrag die Motive genannt, die dem Engagement der Ehrenamtlichen zugrunde liegen, nämlich „macht Spaß“, „anderen helfen“, „Menschen treffen/Freunde gewinnen“, „Fähigkeiten/Kenntnisse einbringen“, „Möglichkeit, Erfahrungen zu teilen“, „nützlich für das Gemeinwohl“ und „Möglichkeit, dazu zu lernen“.

Befragte, die keine freiwillige Arbeit leisten, gaben zu 69 % an, durch familiäre Aufgaben ausgefüllt zu sein, 58 % (Mehrfachnennungen waren möglich) wurden niemals gefragt, 45 % haben nie darüber nachgedacht, bei 45 % ist es mit dem Beruf zeitlich nicht vereinbar und 25 % sind krank oder behindert. Nur 6 % gaben als Hindernis an, schlechte Erfahrungen gemacht zu haben.

Was Ehrenamtliche für BewohnerInnen tun können

Die Ehrenamtlichen in den 30 „Häusern zum Leben“ des Kuratoriums Wiener Pensionisten-Wohnhäuser führen Gespräche mit den BewohnerInnen, sie begleiten sie, unterstützen sie bei Besorgungen, lesen ihnen vor, unterstützen die Hauptamtlichen bei Gruppenaktivitäten und fungieren als BegleiterInnen bei Ausflügen.

Es ist nicht ihre Aufgabe, Pflegehandlungen vorzunehmen, hauswirtschaftliche Leistungen zu erbringen oder Beratungstätigkeit zu leisten.

Professionelle Ehrenamts-Koordination

Aufgabe der Koordination des Einsatzes der Ehrenamtlichen und der Zusammenarbeit mit ihnen ist es zuallererst, eine Vision für das ehrenamtliche Engagement in der jeweiligen Institution zu entwickeln. Die Fähigkeiten und Fertigkeiten der Ehrenamtlichen müssen mit befriedigenden Aufgaben verbunden werden, um die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen in ihren Aktivitäten zum Erfolg führen zu können. Die Gruppe der Ehrenamtlichen muss angeleitet und begleitet werden.

Die Koordinatorin muss den Boden für die Zusammenarbeit zwischen hauptberuflichen und ehrenamtlichen MitarbeiterInnen bereiten. Hierfür müssen auch die Vorstellungen und Erwartungen der hauptamtlichen MitarbeiterInnen geklärt werden. Tätigkeitsfelder sind zu erheben und zu beschreiben. Die Koordinatorin ist eine wichtige Nahtstelle für die Zusammenarbeit mit allen Berufsgruppen.

Die „5 A's“

Fünf mit dem Buchstaben „A“ beginnende Begriffe definieren fünf wichtige Aufgabenbereiche: Auswahl der Ehrenamtlichen und Klären ihrer Motivation und Erwartungen; Anleitung und Begleitung in der Schnupperphase, beim „Matching“ und in der Folge durch Fördergespräche; Ausbildung bestehend aus Einschulung, Fortbildung und Supervision; Anerkennung und Wertschätzung vermitteln; Anwerbung erfolgt zielgruppenspezifisch und bedarfsorientiert.

Rahmenbedingungen festlegen

Wichtige Rahmenbedingungen für die Ehrenamtlichen sind der Abschluss einer Haft- und Unfallversicherung, die Regelung eines allfälligen Spesenersatzes sowie das Vereinbaren von Regeln wie Schweigepflicht und Verbot der Geschenkannahme.

Die Institution, die mit den Ehrenamtlichen zusammenarbeitet, muss den Personalaufwand für die Koordination einkalkulieren und die entsprechenden Zeitressourcen für die Hauptamtlichen sicherstellen. Der Personal- und Sachaufwand, der durch den Einsatz Ehrenamtlicher entsteht, muss realistisch kalkuliert und bereitgestellt werden.

Erfolgsfaktoren

Damit nicht „viele Köche den Brei verderben“, sondern die Ehrenamtlichen als „Salz in der Suppe“ ihre positive Wirkung entfalten können, ist es wichtig, dass die Entscheidung für die Mitarbeit Ehrenamtlicher vom Gesamtunternehmen getragen wird. Weiters braucht es eine strukturierte Organisation mit der Koordinatorin als Nahtstelle. Eine weitere unabdingbare Voraussetzung ist die gegenseitige Achtung von Hauptamtlichen und Ehrenamtlichen. Sind diese Kriterien erfüllt, dann, so Ursula Frey, kann der Einsatz Ehrenamtlicher bei den betreuten älteren Menschen zu einem Mehr an Lebensqualität führen.

„Wis/Sen“-News

Zu jung für den Ruhestand

Die Medien sind voll von Stories über Menschen, die keineswegs eine frühe Pensionierung anstreben, sondern sich auch noch jenseits der 60 zu jung für den Ruhestand fühlen. Philipp Bauer, 61, sagte dem „Kurier“, dass er auch nach seiner Pensionierung gerne seine Dienste als Vertretungsrichter anbieten möchte. „Es herrscht akuter Richtermangel. Die Republik hat viel Geld in meine Ausbildung gesteckt, das ist jetzt verlorenes Kapital.“ Auch Rudolf Rossak, 55, betonte gegenüber der Zeitung, dass Frühpensionierung nicht sein Lebensplan war. Er bekam die Frühpensionierung angeboten und nahm sie an, weil er befürchten musste, andernfalls ohne Job dazustehen oder etwas annehmen zu müssen, was ihm nicht gefallen hätte. Unternehmensberater Willi Dannemaier, 77, hat seine Firma zwar auf seine Söhne übertragen, berät aber nach wie vor Unternehmen, pendelt zwischen Hannover, Frankfurt und Mallorca und stellt sich neuen Herausforderungen. Unternehmerin Maria Scholz-Fischhuber, 54, will arbeiten, solange sie kann, und sie weiß: „Menschenkenntnis ist eine Ressource, die ältere Leute haben und auf die Junge nicht verzichten können.“ Diese Ressource zu nützen, sind unter anderem die Plattform „seniors4success“ und der Austrian Senior Experts Pool (ASEP) bemüht.

Quelle: „Kurier“ vom 23. Juli 2011

Georg Kreisler über die Radikalität des Alters

Er werde im Alter nicht konservativer, sondern angriffslustiger und revolutionärer. Das sagte der Kabarettist und Liedermacher Georg Kreisler, 71, anlässlich einer Diskussion im Rahmen der Salzburger Festspiele. Keineswegs gehe es ihm wie Goethes Faust, der im Alter den Augenblick gefunden hatte, zu dem er sagen konnte „Verweile doch, du bist so schön“. Zufriedenheit sei für ihn, so Kreisler, kein Geschenk des Alters. Im Gegenteil. „Ich will immer mehr“, bekannte er, um zu dem Schluss zu kommen: Man sei immer unzufrieden. Unzufriedenheit mache glücklich. Das Besondere am Alter sei nur, dass die Zukunft wegfällt, und das mache „radikal sorglos“. Kreislers Kommentar zur Gegenwart: „Wir leben in einer prärevolutionären Zeit.“

Quelle: „Die Presse“ vom 10. August 2011

Jane Fondas Kampf gegen Alterserscheinungen

Sie ist nach eigenen Angaben eitel, mag „hängende Haut“ gar nicht, gibt zu, dass sie Schönheitsoperationen hinter sich hat, wirbt als Testimonial für Gesichtscreme von „l'Oréal“ und hat mit 72 Jahren ein neues Fitnessvideo herausgebracht. Ihr zweites Ratgeberbuch „Prime Time“ ist ebenfalls seit kurzem auf dem Markt. Um sexuell aktiv bleiben zu können, hat sie es sogar mit Testosteron probiert, trotz ärztlicher Warnung vor Langzeitriskien. Nachdem sie Akne davon bekommen hatte, ließ sie es allerdings wieder bleiben, der Natur in diesem Bereich auch noch nachzuhelfen. Was sie noch via Medien der Öffentlichkeit nicht verschweigt: dass sie seit sechs Jahren ein neues Hüftgelenk aus Titan und seit drei Jahren einen neuen Mann bekommen hat, mit dem sie eine „harmonische Partnerschaft“ verbindet. In „Prime Time“ macht sie ihren Altersgenossinnen Mut und gesteht, sie sei noch nie so glücklich gewesen wie im Alter. Bei ihren Recherchen für das Buch begegnete sie übrigens vielen Menschen über 50, für die das Alter ebenfalls eine „Prime Time“ ihres Lebens geworden ist.

*Quelle: „Die Presse“ vom 25. August 2011 und
abcnews.go.com vom 8. August 2011*

SeniorInnen am seltensten in Unfälle verwickelt

Fakten haben es gegen Vorurteile meist sehr schwer. Beispielsweise in der Frage älterer Menschen im Straßenverkehr. Aus einer Studie des Kuratoriums für Verkehrssicherheit (KfV) geht hervor, dass von allen Altersgruppen SeniorInnen am seltensten in Unfälle verwickelt sind. Ältere Menschen fahren risikoärmer und setzen das Auto eher zu Zweck- als zu Vergnügungsfahrten ein. Außerdem können sie ihre Zeit freier einteilen, sind flexibler und meiden daher Stoßzeiten. „Senioren handeln meist sehr verantwortungsbewusst und verfügen über jahrelange Fahrpraxis“, erklärt KfV-Experte Klaus Robatsch. Ältere Menschen sind seltener in Unfallsituationen verwickelt, da sie aktive Unfallprävention betreiben. Sie fahren langsamer und mit größerem Abstand und meiden eher gefährliche Gegebenheiten wie Dunkelheit, Glätte oder Regen. Außerdem mischen sie nicht in Rivalitätskämpfen mit. Defizite, die sich bei Älteren nach und nach bemerkbar machen können, sind nachlassende Sehstärke und Schwierigkeiten beim Kopfumdrehen (Schulterblick). 2020 wird jede/r dritte AutofahrerIn über 60 Jahre alt sein. Dazu Robatsch: „Die Studie hat gezeigt, dass ältere Menschen Risiken bewusst meiden und so das Unfallpotenzial senken.“ Es sei wichtiger, ihre Wahrnehmungs-, Beurteilungs- und Entscheidungskompetenz zu schulen, anstatt Gesundheits-Checks anzuordnen und Verbote zu setzen.

Quelle: orf.at vom 25. August 2011

226 Euro pro Monat für Kinder und Enkel

Rund jede zweite Österreicherin oder jeder zweite Österreicher über 60 unterstützt seine bzw. ihre Kinder oder Enkelkinder finanziell. Durchschnittlich 226 Euro pro Monat macht dieser freiwillige generationenübergreifende Transfer aus. Das zeigt eine Studie von GfK-Austria, bei der 1200 Menschen über 60 befragt wurden. Dies ist umso bemerkenswerter, als die durchschnittliche ASVG-Pension bei rund 1.000 Euro brutto im Monat liegt. In absoluten Zahlen geben zwar Personen mit höheren Pensionen mehr Geld direkt an Kinder und Enkelkinder ab, BezieherInnen niedriger Pensionen geben allerdings einen höheren Prozentsatz ihres Haushalteinkommens an die Jüngeren weiter. Insgesamt beträgt die finanzielle Hilfe der Älteren für die Jüngeren 3 bis 3,5 Milliarden Euro, knapp weniger, als derzeit die öffentliche Hand für Pflege ausgibt. Dies ist umso bemerkenswerter, als es sich die heutigen Älteren auch selbst gut gehen lassen. GfK-Geschäftsführer Rudolf Bretschneider bezeichnet die heutige „Generation 60 plus“ als „durchaus hedonistisch“. Nicht mehr das Sparen für die Erben, sondern der eigene Konsum stehe im Mittelpunkt.
Quelle: „Die Presse“ vom 26. September 2011

Mit 50 näher dran am Weltgeschehen

Bob Geldof, der kürzlich in Wien seinen 60. Geburtstag gefeiert hat, bringt die Vorteile des Älterwerdens auf den Punkt: „Mit zwanzig siehst du den Rezeptionisten. Mit fünfzig triffst du den Geschäftsführer. Du bist näher dran am Weltgeschehen.“ Die Zeit zwischen 50 und 60 sei sogar die glücklichste seines Lebens gewesen. Seine Theorie dazu: „In den Fünfzigern hat man die emotionalen Unwetter des Lebens mehr oder weniger alle durchgemacht und hoffentlich auch überlebt. Die Kinder sind aus dem Haus, man hat Zeit für sich selbst, man hat Arbeit und noch genug Energie für neue Ideen. Und deine Generation sitzt an den Schalthebeln, du hast also einen Zugang dazu.“ Wäre er heute 20, würde er denken: „Wahnsinn, was für eine verschissene Welt!“ Wäre er Ende 30/Anfang 40, so würde er „sich richtig Sorgen machen um Kinder, Kredite und was auch immer“. Bei den 60-Jährigen überwiegt seiner Ansicht nach Zorn. „Wir werden von der ökonomisch-politischen Klasse massenhaft betrogen.“ Und zu dem, was sich derzeit in den Banken abspielt, sagt er: „In jeder anderen Branche würde man das als kriminell bezeichnen. Diese Leute treiben einen ganzen Kontinent in den Ruin.“

Quelle: „Profil“ vom 3. Oktober 2011

Stéphane Hessel, ein Popstar der internationalen Protestbewegungen

Protest ist nicht auf die junge Generation beschränkt. Im Gegenteil: Immer mehr Ältere sind von den politischen Entwicklungen schockiert und steigen, zumindest verbal, auf die Barrikaden. So auch Stéphane Hessel, Jahrgang 1917, der Autor des in Millionenaufgabe erschienenen und in 30 Sprachen übersetzten Buches „Empört Euch“, einem in der deutschen Ausgabe gerade einmal 14 Seiten umfassenden Text, zu dem sich nun auch ein Nachfolgewerk in Interviewform mit dem Titel „Engagiert Euch“ gesellt hat. In Interviews und Fernsehauftritten reist der 94-Jährige, ein ehemaliger Diplomat und UNO-Mitarbeiter, durch die Welt und wettert gegen Banken und Finanzsystem, hellwach, sprudelnd und stets überquellend vor Energie. „Die Diktatur der Finanzmärkte gefährdet Frieden und Demokratie, genau das, wofür Europa aufgebaut worden ist“, so Hessel, der sich selbst als unverbesserlichen Optimisten bezeichnet und das so begründet: „Wir haben schon so viel Schlechtes erlebt und überlebt, das Naziregime, den Stalinismus, die Teilung Europas mit der Berliner Mauer – das alles gibt es nicht mehr.“

Quelle: „Kurier“ vom 9. Oktober 2011

Freiwilligkeit und Aktives Altern

Das internationale Jahr der Freiwilligentätigkeit geht zu Ende, und es hat auch einiges für die SeniorInnen gebracht: Das neue webtool „Freiwillig für Wien“ – unter anderem auch auf www.senior-in-wien.at und auf www.wien.at anzuklicken – bringt Institutionen und zukünftige Ehrenamtliche zusammen. Die Eingrenzung der Suche durch die Möglichkeit der Auswahl verschiedenster Kriterien macht es einfach, die passende Aufgabe zu finden. Bis dato sind bereits an die 80 Organisationen registriert, die freiwillige MitarbeiterInnen suchen.

Auch das nächste EU-Jahr wird für uns interessant, ist das Motto doch „Aktives Altern und die Solidarität zwischen den Generationen“. Obwohl es leider kein Budget gibt, sollte trotzdem versucht werden, die eine oder andere Sache auf die Beine zu stellen. Mir persönlich gefallen die Generationenparks – mittlerweile 5 an der Zahl – sehr gut. Allerdings gibt es noch einige Hürden zu beseitigen: WC-Anlagen, fehlende Anleitungen usw. Ich hoffe sehr, dass das nächste Jahr Anstoß geben wird, bessere Bedingungen zu schaffen.

Dr. Angelika Rosenberger-Spitzky
Wiener SeniorInnenbeauftragte

Tel.: 4000-85881
E-Mail: post@senior-in-wien.at
