

PRESSEKONFERENZ



Die „stillste Zeit“ darf nicht die „einsamste Zeit“ werden.

Der OÖ Seniorenbund zeigt Umfrageergebnis und präsentiert Angebote gegen die
„Volkskrankheit“ Einsamkeit in der Adventzeit.

mit

LH a.D. Dr. Josef Pühringer, Landesobmann OÖ Seniorenbund

BR Mag. Franz Ebner, Landesgeschäftsführer OÖ Seniorenbund

Rückfragekontakt:

Ing. Ludwig Seiringer

0664/80762719

seiringer@ooe-seniorenbund.at

Donnerstag, 30. November 2023, Presseclub Linz

Ein Wunsch zu Weihnachten: Gesellschaft!

Einsamkeit macht immer mehr Menschen zu schaffen und hat das Zeug, eine Volkskrankheit zu werden. Allerdings droht diese Problematik in Anbetracht der aktuellen Herausforderungen in den Hintergrund zu treten. Einsamkeit ist nicht nur ein unangenehmes Gefühl, sondern kann sogar schwere gesundheitliche Folgen haben. Einsamkeit hat für uns ein neues Gesicht, sie ist nicht durch Symptome wie Husten, Schnupfen oder Fieber gekennzeichnet, sie ist nicht offensichtlich und findet meist im Verborgenen statt. Zwar betrifft die Einsamkeit alle gesellschaftlichen Gruppen, aber die Senioren, das zeigen Studien und Umfragen, aber auch unsere Erfahrungen als Seniorenorganisation, in besonderer Weise. Bei den Senioren führen vermehrt die auftretenden Lebensumstände zu Einsamkeit – sie leben oft allein und haben aufgrund des Alters und Gesundheitszustandes einen begrenzten Aktionsradius. Der Mensch ist auf Gemeinschaft angelegt und braucht Beheimatung! Wenn Heimat und Gemeinschaft fehlen, tut das weh, ganz besonders in der Weihnachtszeit.

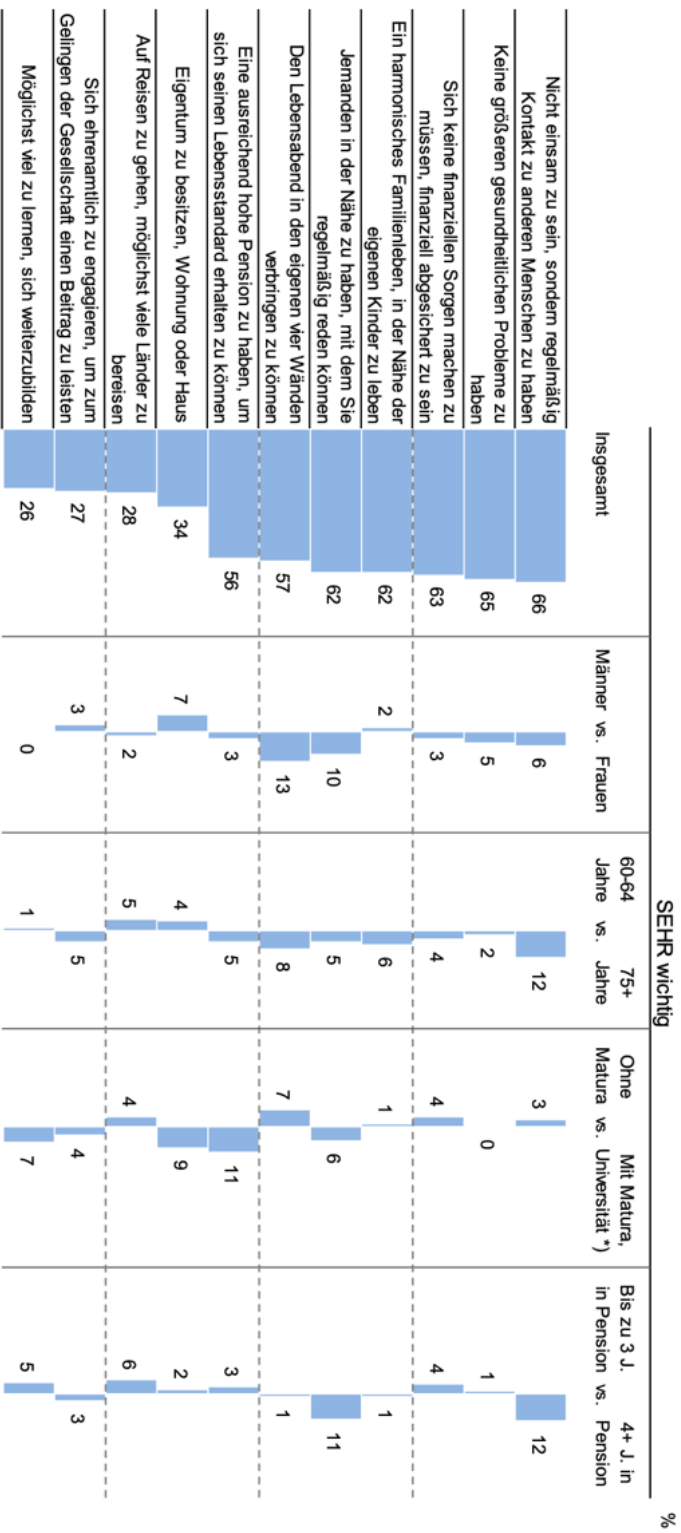
Als Interessensvertretung sieht es der OÖ Seniorenbund als seine Aufgabe an, aktuelle Themen, die Senioren betreffen, aufzuzeigen, insbesondere jene, die nicht so sehr im Fokus der Öffentlichkeit stehen, wie das Thema Einsamkeit. Als Zeitpunkt für diese Pressekonferenz wurde bewusst der Donnerstag vor dem ersten Advent gewählt, denn für viele Menschen, besonders ältere, wird die „stillste Zeit“ im Jahr auch zur einsamsten.

Seniorenfrage 2023 zeigt: Gemeinschaft ist das größte Ziel!

Lebensziele im Alter

Basis: Oberösterreichische Bevölkerung ab 60 Jahren

Frage 4: Welche der folgenden Lebensziele im Alter, also in der Pension, sind für Sie sehr, eher, eher nicht oder überhaupt nicht wichtig?*



*) Richtwerte, da die Zahl der Befragten unter 80 liegt

Forschungsdesign: n=401, Oberösterreichische Bevölkerung ab 60 Jahren, Persönliche Befragung, Mai 2023, Archiv-Nr. 423008

In der jüngsten Seniorenfrage, in Zusammenarbeit des OÖ Seniorenbundes und des IMAS-Institutes, wurde auch folgende Frage gestellt: „Welche der folgenden Lebensziele im Alter, also in der Pension, sind für Sie sehr, eher, eher nicht oder überhaupt nicht wichtig?“

Für die OÖ Bevölkerung über 60 Jahren ist das Lebensziel im Alter, nicht einsam zu sein, sondern regelmäßig Kontakt zu anderen Menschen zu haben, am wichtigsten. Erst danach kommen die Megathemen wie „keine gesundheitlichen Probleme“ oder „keine finanziellen Sorgen“. Besonders Oberösterreicherinnen und Oberösterreicher der Jahre 75+ finden es, im Vergleich zu den 60-64-jährigen, häufiger als sehr wichtig. Weibliche Befragte gaben häufiger als männliche an, dass jemanden in der Nähe zu haben, mit dem man regelmäßig reden kann und den Lebensabend in den eigenen vier Wänden verbringen kann, sehr wichtig ist.

„Gerade dieser Befund zeigt: Einsamkeit ist unser stiller Begleiter und betrifft mehr Menschen als wir denken! Einsamkeit muss bewusst vor den Vorhang geholt werden, denn sie ist eine große Herausforderung!“ so Landesobmann LH a.D. Dr. Josef Pühringer und Landesgeschäftsführer BR Mag. Franz Ebner zur stillen Krankheit Einsamkeit.

Es gibt viele Gründe, warum ältere Menschen häufiger einsam sind:

- Unsere Gesellschaft ist heute mobiler und internationaler, Kinder und Enkelkinder leben oft nicht in der Nähe, oft in anderen Bundesländern, manchmal sogar im Ausland.
- Ein Drittel der Menschen über 65 lebt in Österreich allein, meist, weil der Ehepartner verstorben ist, oder es eine Trennung gab; mit zunehmendem Alter steigt der Anteil beachtlich.
- Im fortgeschrittenen Alter sind die Menschen naturgemäß nicht mehr so mobil, oft durch Krankheit oder Behinderung eingeschränkt und können daher weniger oder gar nicht mehr am Gemeinschaftsleben in der Gemeinde, Pfarre oder auch im Freundeskreis teilnehmen.
- Vor allem das Gehör nimmt mit zunehmendem Alter meist schnell ab, Gespräche in netter Runde gestalten sich dadurch als schwierig.
- Hochbetagte haben nur mehr wenige Weggefährten, weil diese oft schon verstorben sind.
- Ältere Menschen ziehen sich selbst zurück, weil das Selbstvertrauen im Alter zurückgeht.

„Auch unsere „digitale Gesellschaft“ tut das ihre dazu! So positiv der technische Fortschritt für viele Lebensbereiche ist, eines ist klar: das Internet kann eine Verbindung herstellen, aber nie Nähe schaffen oder ersetzen.“ So Pühringer und Ebner.

Trend zu Single-Haushalten

Die Zahl der Privathaushalte in Oberösterreich und Österreich wird künftig immer weiter zunehmen. Die Gründe dafür sind die wachsende Bevölkerung, aber vor allem die Zunahme der Single-Haushalte. Die steigende Lebenserwartung hat mehr ältere Menschen, zu einem großen Teil Frauen, in Single-Haushalten zur Folge.

1985 lebten in Österreich noch 768.100 Personen in Einpersonenhaushalten, 2022 hat sich diese Zahl auf 1,5 Millionen Menschen verdoppelt.

In Oberösterreich stiegen die Einpersonenhaushalte von 107.796 Personen im Jahr 1981 auf 232.859 im Jahr 2021. Besonders hervorzuheben ist, dass über 50% der Pflegebedürftigen in Oberösterreich in einem Single-Haushalt leben.

Warum ist es wichtig, dass wir Einsamkeit bekämpfen?

Experten sind sich einig: Soziale Kontakte, ein Mindestmaß an Gemeinschaftsleben und gesellschaftlicher Teilhabe sind für das Wohlbefinden, ja sogar für die Gesundheit der Älteren, sehr wichtig. Deshalb muss dem Thema in Bezug auf die Gesundheit besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden. Menschen, die unter Einsamkeit leiden, haben häufig auch gesundheitliche Probleme. Neben erhöhtem Blutdruck, einer höheren Anfälligkeit für Herzerkrankungen, oder einer Schwächung des Immunsystems, sind es vor allem physische Probleme, die zu einer chronischen Belastung werden. Sie werden von außen kaum wahrgenommen, sind jedoch nicht minder gefährlich für die Betroffenen. Selbst die Lebenserwartung kann durch Einsamkeit reduziert werden.

Als Interessensvertretung ist es das Ziel des OÖ Seniorenbundes, Aufmerksamkeit auf dieses Thema zu lenken, Engagement der Politik zu fordern, aber auch und ganz besonders selbst etwas zu tun.

Kampf gegen Einsamkeit muss ganz oben auf die politische Agenda, und zwar im umfassenden Sinn. Wichtige Ansatzpunkte sind hier der Ausbau und die Förderung innovativer Gemeinschaftswohnanlagen, Kooperationsprojekte zwischen den Generationen, sinnvolle Mobilitätsangebote in den Regionen, Förderung des digitalen Wissens für ältere Menschen, Ausbau der Tagesbetreuungsangebote, attraktives Weiterarbeiten in der Pension – Stichwort Zeitalter des Fachkräftemangels, gefragte Senior-Experts, und vieles mehr.

„Einsamkeit ist ein Krankmacher, aber einer, gegen den man einiges tun kann. Nicht nur die Politik ist gefragt, um Maßnahmen zu setzen. Auch als Gesamtgesellschaft sind wir gefordert das Thema zu erkenne und Akzente zu setzen. Einsamkeit ist nicht nur ein Diskussionsthema, sondern vor allem auch ein Aktionsthema. Für den OÖ Seniorenbund ist das Anbieten von Gemeinschaft ein zentrales Anliegen!“, so Pühringer und Ebner.

Der OÖ Seniorenbund hat bereits vor längerer Zeit mit Maßnahmen und Aktivitäten, sowohl auf Landes- als auch auf Ortsgruppenebene, gegen die Einsamkeit begonnen und wird dieses Programm auch weiter ausbauen. Dazu zählen u.a. die Besuche unserer Sprengelbetreuer bei Mitgliedern, die nicht mehr am Gemeinschaftsleben teilnehmen können, Telefonaktionen, „Kontaktbörsen“, aber auch die regelmäßigen Treffen der Ortsgruppen, die vielen Sportangebote, Kulturveranstaltungen und Reisen laden dazu ein, in Gemeinschaft etwas zu erleben.

Weihnachten gemeinsam – das große OÖ Senioren-Weihnachtsprogramm

Der OÖ Seniorenbund hat sich dazu entschieden, dass bereits große Angebot an Gemeinschaft besonders in der Adventzeit zu spezialisieren. Dabei ist ein Weihnachtsprogramm entstanden, welches an alle 75.000 Mitglieder gesendet wurde und viele verschiedene Veranstaltungen im Advent beinhaltet. Unter dem Motto „Weihnachten gemeinsam“ ermöglicht der OÖ Seniorenbund so allen Seniorinnen und Senioren das Wichtigste im Advent: gemeinsame Zeit in guter Gesellschaft. Höhe Punkte dieses Programms sind zum Beispiel die Telefonaktion „Griß di, wie geht`s?“ oder ein spezielles Programm am 24. Dezember unter dem Motto „Gemeinsam den Heiligen Abend verbringen“.

„Einsamkeit betrifft zum Glück nicht jedes Mitglied. Aber leider melden sich die Mitglieder, die einsam sind, selten von selbst. Mit unserem Programm ermöglichen wir jedem, der das Bedürfnis hat, teil zu nehmen. Damit wirken wir der Einsamkeit entgegen und ermöglichen Gemeinschaft in der Adventzeit!“ so Pühringer und Ebner abschließend.

Zum Programm gehören:

- „Gemeinsam den Heiligen Abend verbringen“
- Gemeinsam durch den Advent mit dem OÖ Adventsingen vom 15.-17. Dezember im Musiktheater in Linz.

- Vorweihnachtlicher Besinnungstag „Am Weg zum Weihnachtsfest“ am 30. Nov. im Stift Schlägl zur gemeinsamen Einstimmung auf Weihnachten
- Digitaler Adventkalender mit Geschichten, Rezepten und weiteren weihnachtlichen Themen.
- „Griaß di, wie geht´s?“ – ein Gesprächsangebot für Senioren, bei dem jeden Freitag im Advent ein Gespräch mit Mitgliedern der Landesleitung des OÖ Seniorenbundes geführt werden kann
- „Kennaglernt“ – ein dem Speed-Dating ähnliches Format, bei dem neue Kontakte geknüpft werden können
- Liebesgeschicht´n & Freundschaftssach´n – im Mitgliedermagazin WIRaktiv gibt es das ganze Jahr über die Möglichkeit, über Inserate neue Kontakte zu knüpfen
- Besuche durch Sprengelbetreuerinnen und Sprengelbetreuer – die rund 5.000 Sprengelbetreuer besuchen regelmäßig alleinstehende Senioren, insbesondere in der Weihnachtszeit
- Senioren backen Kekse für die Alten- und Pflegeheime, um den Bewohnern eine Freude zu machen und den Bediensteten Dank für ihr Engagement auszusprechen
- Gemeinsam singen mit dem OÖ Volksliedwerk – an 5 Termin gibt es in der vorweihnachtlichen Zeit Singstunden, wo das traditionelle alpenländische Liedgut und vieles mehr gemeinsam gesungen und musiziert wird.