

PA 16.09.2021: Freiwilliges Engagement mit Gesundheitspreis der Stadt Linz ausgezeichnet!

(Linz, 16.09.2021) **Mit dem Projekt „Spaller.Michl“ hat das Unabhängige LandesFreiwilligenzentrum (ULF) Menschen der Altersgruppe 60+ in den Linzer Stadtteilen Spallerhof und Bindermichl-Keferfeld motiviert, sich freiwillig zu engagieren und aktiv in ihre Nachbarschaft einzubringen. Am 15. September wurde das Projekt mit dem Linzer Gesundheitspreises ausgezeichnet.**

Engagiert gesund bleiben

Zahlreiche Studien belegen die positiven Effekte freiwilligen Engagements auf die Gesundheit: Freiwillige leben länger, füllen ihre Funktionen besser aus, haben niedrigere Depressionsraten und weniger Herzprobleme. Bei Menschen im Alter wird dabei vor allem die Sinnerfüllung hervorgehoben, die zu weniger Depressionen und verminderter Sterblichkeit führt. Mit dem Projekt „Spaller.Michl – Engagiert & fit ins Alter“ hat das ULF diese positiven Effekte aufgegriffen und gezeigt, dass freiwilliges Engagement nicht nur eine sinnstiftende Möglichkeit für aktives Altern, sondern vor allem auch eine Chance für gesundes Altern darstellt.

Augenmerk auf gute Rahmenbedingungen

Mit der Aufnahme eines freiwilligen Engagements im direkten Lebensumfeld wird drohender Isolation im Alter entgegengewirkt und älteren Menschen die Teilhabe am sozialen Leben ermöglicht sowie der Zusammenhalt und die Solidarität zwischen den Bewohner*innen erhöht. Durch die Unterstützung eigener Vorhaben und Entwicklung neuer Freiwilligenprojekte werden ältere Bewohner*innen darüber hinaus in für sie wichtige Lebensbereiche aktiv eingebunden. Sowohl bei der Ausübung bereits vorhandener Engagementmöglichkeiten als auch bei der Entwicklung neuer Freiwilligenprojekte wurde auf ideale Rahmenbedingungen geachtet, um die positiven Effekte zu erreichen. Das Projekt ermöglichte gemeinsam neue Engagementformen für ältere Menschen in den ausgewählten Stadtteilen. Dabei waren die Aktivierung von Senior*innen sowie die Erschließung der Lebenserfahrung und Kompetenzen Älterer zentral.

Linzer Gesundheitspreis 2021

Nach der Bewertung durch eine 13-köpfige unabhängige Jury wurde das Projekt „Spaller.Michl“ mit dem 5. Platz ausgezeichnet und im Rahmen eines Festakts am 15. September im Alten Rathaus von Bürgermeister Klaus Luger und Gesundheitsstadtrat Michael Raml geehrt.

KONTAKT

Verein „dieziwi – Die Zivilgesellschaft wirkt“

Mag.^a Nicole Sonnleitner

Martin-Luther-Platz 3, 4020 Linz

0043 650 47 000 71

nicole.sonnleitner@dieziwi.at