

Digitale Gesundheitskompetenz in der Region nachhaltig stärken

Das Projekt DIGITAL – GESUND & KOMPETENT – HANDELN stärkt Steirer*innen 55+ dabei, digitale Angebote rund um Gesundheit sicher und selbstständig zu nutzen. Gemeinsam mit Gemeinden, Einrichtungen und engagierten Personen vor Ort entstehen Angebote, die zu den Bedürfnissen der Menschen und Strukturen vor Ort passen und langfristig weitergeführt werden können.

Ein Termin bei der Ärztin oder dem Arzt wird online vereinbart, ein Befund kommt per E-Mail und Informationen zu Beschwerden oder Behandlungen werden im Internet gesucht. Digitale Anwendungen gehören für viele Menschen längst zum Gesundheitsalltag. Gleichzeitig ist es nicht immer leicht, verlässliche Informationen zu erkennen, digitale Angebote sicher zu nutzen oder den Überblick über neue Anwendungen zu behalten.

Hier setzt das Projekt **DIGITAL – GESUND & KOMPETENT – HANDELN** an. Das dreijährige Kooperationsprojekt von **akzente**, **Frauengesundheitszentrum** und **LOGO Jugendmanagement** wird vom **Gesundheitsfonds Steiermark** gefördert. Ziel ist es, die digitale Gesundheitskompetenz von Menschen ab 55 Jahren langfristig zu fördern und zu festigen sowie passende Unterstützungsangebote in steirischen Gemeinden und Regionen nachhaltig zu verankern.

Digitale Angebote rund um Gesundheit sicher nutzen

Digitale Gesundheitskompetenz bedeutet, Informationen und Angebote rund um Gesundheit im Internet finden, verstehen, beurteilen und für sich selbst gut nutzen zu können. Dazu gehört beispielsweise die Fähigkeit, verlässliche Gesundheitsinformationen von Werbung oder Falschinformationen zu unterscheiden, Termine bei Ärzt*innen online zu vereinbaren, e-Befunde abrufen zu können oder digitale Gesundheitsservices wie ELGA zu nutzen.

Die Angebote im Rahmen des Projektes vermitteln dafür notwendiges Wissen und praktisches Handwerkszeug, damit Menschen 55+ digitale Angebote rund um Gesundheit zunehmend sicher, selbstbestimmt und selbstständig nutzen können.

Angebote entstehen gemeinsam mit den Menschen vor Ort

Das Projektteam arbeitet partizipativ – die Mitarbeiterinnen kommen nicht mit einem fertigen Angebot in eine Gemeinde. Gemeinsam mit Menschen 55+, Gemeinden, Vereinen, Jugend-, Bildungs- und Gesundheitseinrichtungen sowie weiteren regionalen Akteur*innen wird überlegt, welche (Unterstützungs-)Angebote vor Ort gebraucht werden und welche Form der Umsetzung am besten zu den bestehenden Strukturen passt.

Ein erster Schritt kann eine Informations- und Vernetzungsveranstaltung sein, bei der das Projekt vorgestellt wird. Gemeinsam mit den Teilnehmenden wird erarbeitet, welche Themen in der jeweiligen Region wichtig sind, welche Angebote bereits bestehen, welche fehlen und wer sich an der Umsetzung beteiligen möchte.

Daraus können unterschiedliche Formate entstehen: regelmäßige digitale Stammtische mit kurzen Themenimpulsen, Sprechstunden für individuelle Fragen zu digitalen Gesundheitsservices, Workshops in Vereinen oder Bibliotheken, intergenerationelle Lerntreffen mit Jugendlichen oder die Einbindung digitaler Gesundheitsthemen in bereits bestehende Treffpunkte.

Auch Gemeinden und Einrichtungen können dabei unterstützt werden, ihre Informationen und Angebote gesundheitskompetenter zu gestalten – etwa durch verständliche Informationsmaterialien, gut auffindbare Anlaufstellen oder eine bessere Begleitung bei der Nutzung digitaler Services.

Von der Projektidee zur eigenständigen Umsetzung

Ziel ist es nicht, nur einzelne Veranstaltungen durchzuführen. Die entwickelten Angebote sollen langfristig in der jeweiligen Gemeinde oder Region bestehen bleiben und nach Möglichkeit von engagierten Personen und Einrichtungen vor Ort selbstständig weitergeführt werden.

Dafür werden Menschen vor Ort ausgebildet, die ihr Wissen an andere weitergeben möchten. Das können engagierte Personen 55+, Mitarbeitende aus Sozial-, Gesundheits- und Bildungseinrichtungen, Vereinsverantwortliche oder andere interessierte Personen sein. Auch interessierte Jugendliche können sich zu Digi-Guides ausbilden lassen, um Menschen 55+ bei digitalen Fragen unterstützen zu können.

Durch diesen nachhaltigen Ansatz wird vorhandenes Wissen in der Region gestärkt und weitergegeben. Ausgebildete Ansprechpartner*innen und Angebote bleiben über die Projektlaufzeit hinaus bestehen.

Gemeinsam aufbauen, regional weiterführen

Die regionalen Partner*innen und engagierten Personen werden bei der Umsetzung vom Projektteam unterstützt etwa durch:

- Schulungen und Weiterbildungen zur digitalen Gesundheitskompetenz,
- fachlich aufbereitete und zielgruppengerechte Materialien,
- Unterstützung bei der Entwicklung passender Formate,
- Begleitung bei der Planung und Durchführung erster Angebote,
- Coaching für Gemeinden und Einrichtungen,
- Ausbildung von Jugendlichen zu Digi-Guides,
- Vernetzung und Erfahrungsaustausch zwischen den Beteiligten.

In der Anfangsphase übernimmt das Projektteam eine aktive Rolle: Es führt unter anderem Informations- und Bildungsangebote durch, bildet Digi-Guides aus und unterstützt den Aufbau tragfähiger organisatorischer Strukturen. Ziel ist es, die Angebote schrittweise in regionale Verantwortung zu übergeben.

Mehrwert für Gemeinden und Regionen

Von der regionalen Umsetzung profitieren insbesondere Menschen 55+. Sie gewinnen mehr Sicherheit im Umgang mit Smartphone, Tablet und digitalen Angeboten rund um Gesundheit. Sie erhalten einen besseren Zugang zu verlässlichen Informationen und können digitale Services zunehmend selbstständig nutzen.

Regelmäßige Treffpunkte schaffen außerdem Raum für Begegnung, Austausch und gegenseitige Unterstützung. Bei generationenverbindenden Angeboten bringen Jugendliche ihre digitalen Erfahrungen ein und erweitern gleichzeitig ihre sozialen, gesundheitlichen und pädagogischen Kompetenzen. Menschen verschiedener Generationen lernen miteinander und voneinander.

Auch bestehende Einrichtungen und Angebote werden gestärkt. Bibliotheken, Vereine, Jugendzentren, Gemeindezentren oder andere Treffpunkte können neue Zielgruppen erreichen und ihre Räume für zusätzliche Bildungs- und Gesundheitsangebote nutzen. Gemeinden erhalten die Möglichkeit, digitale Teilhabe, Gesundheitskompetenz und sozialen Zusammenhalt miteinander zu verbinden.

Gemeinsam tragfähige Strukturen schaffen

Für eine erfolgreiche und nachhaltige Umsetzung braucht es starke Partner*innen vor Ort. Eine zentrale Rolle kommt dabei den Gemeinden zu: Sie kennen die lokalen Gegebenheiten, sind gut vernetzt und können den Kontakt zu interessierten Personen und Einrichtungen herstellen. Darüber hinaus unterstützen sie das Projekt, indem sie Räume bereitstellen, Informationen verbreiten und die neuen Angebote in der Region sichtbar machen.

So entstehen keine kurzfristigen Einzelmaßnahmen, sondern Angebote, die zur jeweiligen Gemeinde passen, von den Menschen vor Ort getragen werden und langfristig zur Stärkung der digitalen Gesundheitskompetenz in der Region beitragen.

Über das Projekt

DIGITAL – GESUND & KOMPETENT – HANDELN ist ein dreijähriges Kooperationsprojekt von **akzente, Frauengesundheitszentrum und LOGO Jugendmanagement**. Gefördert wird das Projekt vom **Gesundheitsfonds Steiermark**. Es richtet sich unmittelbar an Menschen ab 55 Jahren und arbeitet mit Gemeinden, Vereinen, Bildungs-, Sozial- und Gesundheitseinrichtungen sowie engagierten Personen in steirischen Regionen zusammen.