

GET – Gesunde Entscheidungen treffen!

- **durchführende Einrichtungen:** PROGES – Wir schaffen Gesundheit
- **Laufzeit der Maßnahme:** 1. Dezember 2020 bis 31. Dezember 2023
- **Schwerpunkt:** Gute Gesprächsqualität im Gesundheitssystem (GGQ)
- **Wirkungsbereich:** Oberösterreich

Beschreibung

Die Lebenserwartung ist in den letzten Jahrzehnten stark angestiegen und wird weiter steigen. Weniger erfreulich ist, dass die Zahl der „gesunden Lebensjahre“ nicht im gleichen Ausmaß steigt. Um die Gesundheit und Lebensqualität zu verbessern nehmen Gesundheitsförderung und die Verbesserung der Gesundheitskompetenz eine zentrale Rolle ein. Die Forschung stellt einen klaren Zusammenhang vor allem mit den sozioökonomischen Determinanten gesundheitlicher Ungleichheit her: Geringe Bildung und ein niedriger sozioökonomischer Status korrelieren mit einer geringeren Lebenserwartung, einer geringen Gesundheitskompetenz, mit der Häufigkeit chronischer Krankheiten, mit subjektiver Gesundheit sowie mit der Zahl zu erwartender Jahre bei guter Gesundheit. PROGES hat aus diesem Grund ein neues Spiel entwickelt, die „Lebensdauer-Lotterie“, das laufend mit verschiedenen Zielgruppen und in unterschiedlichen Settings zum Einsatz kommt und so auf Benutzerfreundlichkeit, Wissensvermittlung und Spaß getestet und entsprechend weiterentwickelt wird.

Zielsetzung

1. Verbesserung der Gesundheitskompetenz durch Aktivierung und Bewusstseinsbildung sowie Interaktion zwischen den Teilnehmenden
2. Vermittlung von Wissen und Austausch von Erfahrungen im Bereich der Gesundheitskompetenz
3. Empowerment hinsichtlich des eigenen Gesundheitszustandes und der Selbstfürsorge
4. Förderung von Gesundheitskompetenz durch den Einsatz des Spiels in unterschiedlichen Settings z.B. in der kommunalen Quartiersarbeit, in der offenen Jugendarbeit, im Basisbildungsbereich etc.
5. Verbesserte Gesundheitskompetenzen / Sensibilisierung bei den Zielgruppen von unterschiedlichen Sozialeinrichtungen und -projekten als Beitrag zur gesundheitlichen Chancengleichheit für vulnerable Gruppen
6. Schaffung eines spielerischen, leichten und angstfreien Lernsettings. Rund 90 Prozent von dem was wir selbst tun merken wir uns. Im Gegensatz dazu merken wir uns nur rund 10 Prozent von dem was wir lesen oder rund 30 Prozent von dem was wir sehen.

Zielgruppen

- **Zielgruppen im Setting Schule und in anderen Bildungseinrichtungen:** Schüler/-innen, Lehrer/-innen, Eltern im Setting Schule, nicht unterrichtendes Personal im Setting Schule
- **Zielgruppen im Setting Gemeinde/Stadtviertel:** Jugendliche im außerschulischen Bereich, Erwachsene, Menschen mit Behinderung/chronischer/schwerer Erkrankung, Alleinstehende Menschen, Menschen mit Migrationshintergrund, Asylwerber/innen, Flüchtlinge, Erwerbsarbeitslose Menschen, Menschen mit niedrigem Einkommen / Bildungsniveau /

Stellung im Beruf, Menschen in prekären Beschäftigungsverhältnissen, Wohnungslose Menschen

- **Zielgruppen im Setting Gesundheits- und Sozialwesen/(öffentliche) Dienstleistungen:** Patientinnen/Patienten, Klientinnen/Klienten,
- **Zielgruppen im Setting Gesellschaftspolitik/Medien:** Mitglieder von Vereinen / Verbänden / Interessensvertretungen

Methodik

Der Einsatz von Spielen zu ernsthaften Zwecken reicht zurück bis zum Beginn der Menschheitsgeschichte und ist heute noch integraler Bestandteil der menschlichen Kultur.

1. Spielerisch Gesundheitskompetenz vermitteln: Das neu entwickelte Spiel veranschaulicht auf spielerische Weise, welche Faktoren über unseren Gesundheitszustand bestimmen und wie sie, gepaart mit spezifischen, verhaltensabhängigen Gesundheitsrisiken unsere Lebenserwartung steigern oder verkürzen kann.
2. Kompetenzentwicklung durch Kommunikation und Reflexion: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer versetzen sich während des Spiels in verschiedenste gesundheitsrelevante Situationen. Kommunikation und gemeinsame Reflexion führen ganz nebenbei zur Kompetenzentwicklung in Bezug auf die eigene Gesundheit. Diese Methode ist ideal zur Auseinandersetzung mit Gesundheitskompetenz und Schaffung von gesundheitskompetenten Settings.

Beitrag zum Wirkungsziel 2

Das Spiel "Die Lebensdauer-Lotterie" richtet sich in der jetzigen Form an alle Erwachsenen unabhängig von sozioökonomischen Determinanten wie Bildungsgrad, Herkunft und/oder Einkommen. Es fördert die Entwicklung der Gesundheitskompetenz durch spielerische Lern- sowie Entwicklungsprozesse. Das Spiel vermittelt, welche Faktoren über unseren Gesundheitszustand bestimmen und wie sie im Zusammenspiel mit spezifischen, verhaltensabhängigen Gesundheitsrisiken unsere Lebenserwartung steigern oder verkürzen können. Geschulte Spielleiter*innen führen durch das Spiel und helfen durch gezielte Reflexionsfragen das vermittelte Wissen auf die eigene Lebenswelt zu beziehen. Es ist angedacht, das Spiel auch in andere Sprachen zu übersetzen und eine eigene Version für Kinder und Jugendliche zu entwickeln.