

# Selbstständig und eingebunden alt werden in den Gemeinden

## Praxisleitfaden



### Konsortium:

Factum

Büro für nachhaltige Kompetenz B-NK

Universität Graz

Klimabündnis Österreich

2026

unterstützt von   
ÄRZTINNEN FÜR EINE  
GESUNDE UMWELT

**FACTUM**  
MOBILITY · RESEARCH · INNOVATION

**bnk**  
Büro für nachhaltige  
Kompetenz B-NK GmbH


 **KLIMA  
BÜNDNIS**  
ÖSTERREICH

UNIVERSITÄT GRAZ  
Institut für Bewegungswissen-  
schaften, Sport und Gesundheit



Dieses Projekt wurde aus Mitteln der FFG gefördert ([www.ffg.at](http://www.ffg.at)).  
Die FFG ist die zentrale nationale Förderorganisation und  
stärkt Österreichs Innovationskraft.



 Bundesministerium  
Innovation, Mobilität  
und Infrastruktur

# Inhalt

Inhalt.....	2
Einleitung.....	3
Zielsetzung.....	3
Warum zahlt es sich aus altersfreundliche Strukturen zu haben?.....	4
Schritt 1: Wie geht es der älteren Bevölkerung?.....	7
Schritt 2: Was gibt es schon in der Gemeinde?.....	7
Schritt 3: Welche Ideen gibt es? .....	8
Schritt 4: Wie kann Umsetzung der Maßnahmen erfolgen?.....	10
Schritt 5: Wie ist der Weg dorthin?.....	10
Zusammenfassung.....	13
Quellenverzeichnis.....	14
Impressum .....	14

## Einleitung

Der vorliegende Praxisleitfaden für Gemeinden enthält Empfehlungen und Maßnahmen wie ein selbstständiges und eingebundenes Altwerden in der Gemeinde gestärkt werden kann. Es entstand im Zuge des von der FFG geförderten Projekts PARADIES. Im Projekt entwickelten ältere Menschen, ihre Angehörigen und Gemeindevertreter:innen aus den beiden Pilotgemeinden Wiener Neudorf und Klosterneuburg gemeinsam Ideen für ein gutes Altwerden in der Gemeinde. Ziel war es, die Lebensqualität, Selbstständigkeit und Teilhabe älterer Menschen noch mehr zu fördern sowie Beiträge zur Gesundheitsförderung, zu einer starken sozialen Nachbarschaft und zur Anpassung an den Klimawandel zu leisten. Entstanden sind einfache und umsetzbare Lösungen für Nachbarschaften, die zeigen, wie Gemeinden ihre Strukturen so gestalten können, dass möglichst viele Menschen selbstständig und eingebunden alt werden können.



*Selbstständig und eingebunden alt werden als Ziel, Foto: T. Werchota*

## Zielsetzung

Dieser Praxisleitfaden richtet sich an Gemeindevertreter:innen und soll praxisnahe Ideen liefern, wie selbstständiges und eingebundenes Altwerden in der Gemeinde noch besser unterstützt werden kann. Es zeigt: Das Rad muss nicht neu erfunden werden – vieles ist bereits vorhanden und kann gezielt weiterentwickelt werden. Die Gemeinden sind bereits auf einem guten Weg. Mit überschaubarem Aufwand lassen sich weitere wirksame Schritte setzen, die sich für die Gemeinde und ihre Bewohner:innen langfristig auszahlen.

**Das zentrale Ziel ist, selbstständiges und eingebundenes Altwerden in der Gemeinde nachhaltig zu stärken.**

Dabei stehen zwei Leitprinzipien im Mittelpunkt:

- Vernetzt planen: Gesundheitsförderung, Klimawandelanpassung und soziales Miteinander als zusammenhängende Querschnittsthemen denken
- Bestehendes nutzen: Stärken und Potenziale in der Gemeinde erkennen, aufgreifen und weiterentwickeln

## Warum zahlt es sich aus altersfreundliche Strukturen zu haben?

Die Bevölkerung wird älter und mit zunehmendem Alter wächst der Bedarf an Unterstützung im Alltag. Häufig übernehmen An- und Zugehörige einen großen Teil der Betreuung und Pflege. Gleichzeitig wächst das Risiko für Einsamkeit im Alter. Auch zunehmende Hitze kann die Mobilität einschränken und Bewegungsmangel begünstigen.

Ältere Menschen in den Gemeinden sollen die Möglichkeit haben,

- ihren Alltag möglichst lange selbstbestimmt und autonom zu gestalten,
- soziale Kontakte zu pflegen und in Gemeinschaft eingebunden zu sein,
- Alltagswege sicher und barrierefrei zu Fuß zu erledigen,
- ausreichend Sitzgelegenheiten sowie schattige Aufenthaltsorte, insbesondere für heiße Tage, zu nutzen,
- leicht zugängliche, verständliche und barrierefreie Informationen über bestehende Angebote in der Gemeinde zu erhalten,
- generationenübergreifende Angebote, Angebote ohne Konsumzwang zu nutzen
- aktiv, gleichberechtigt und selbstbestimmt am Gemeindeleben teilzunehmen

**Gemeinden leisten ihren Beitrag für ein selbstständiges und eingebundenes Altwerden, indem sie entsprechende Rahmenbedingungen schaffen!**

## Der Weg zur altersgerechten Gemeinde

Im PARADIES Projekt wurden gemeinsam mit der Bevölkerung sowie Vertreter:innen aus der Gemeinde Ideen erarbeitet, wie der Weg zu einer noch altersgerechteren Gemeinde aussehen kann, die Gesundheit und sorgende Nachbarschaft fördert und gleichzeitig die Folgen des Klimawandels berücksichtigt.

Im Folgenden werden die Schritte eines partizipativen Prozesses hin zu einer altersgerechten Gemeinde anhand folgender zentraler Leitfragen dargestellt:

1. **Wie geht es der älteren Bevölkerung?** → Befragung und exemplarische Ergebnisse der Befragung der älteren Bevölkerung
2. **Was gibt es schon?** Welche Potenziale und Herausforderungen sehen sie? → Methoden zur partizipativen Beteiligung der älteren Bevölkerung

3. **Welche Ideen gibt es?** → Methoden für Workshops mit der älteren Bevölkerung und Gemeindevertreter:innen
4. **Wie kann die Umsetzung erfolgen?** → Methoden zur Reflexion in der Gemeinde
5. **Wie ist der Weg dorthin?** → Empfehlungen und Maßnahmen für Gemeinden

## SELBSTSTÄNDIGES UND EINGEBUNDENES ALT WERDEN IN DER GEMEINDE in 5 Schritten



Abbildung 1: Ablauf der Arbeitsschritte PARADIES

## Die Bevölkerung forscht mit!

Die Menschen in der Gemeinde kennen ihren Alltag am besten. Deshalb ist es wichtig die Bevölkerung von Anfang an aktiv in den Gestaltungsprozess einzubinden. Der Ansatz in PARADIES war partizipativ: Die ältere Bevölkerung, wichtige lokale Akteur:innen sowie Vertreter:innen aus Politik und Verwaltung arbeiteten gemeinsam.

Im Projekt PARADIES wurden Daten zur Lebenssituation älterer Menschen in Wiener Neudorf und Klosterneuburg erhoben. Zusätzlich wurde untersucht, welche Angebote und Infrastruktur es bereits gibt und wie der öffentliche Raum wahrgenommen wird – zum Beispiel in Bezug auf Aufenthaltsqualität, Barrierefreiheit sowie witterungsgerechte Infrastruktur. Auf dieser Grundlage entstand ein umfassendes Bild der aktuellen Situation.

Ein zentrales Ziel war es, dass die vorgeschlagenen Maßnahmen die Bedürfnisse und Wünsche der Menschen vor Ort widerspiegeln. Durch die aktive Beteiligung der älteren Bevölkerung konnte ein praxisnaher Leitfaden für die Gemeinden entwickelt werden.

## Partizipation: welche Rolle bekommen alte Menschen?

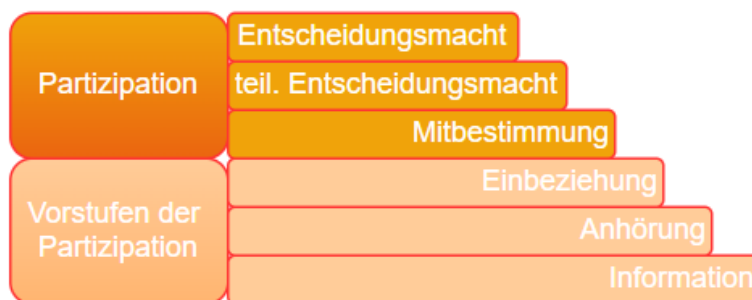
Ältere Menschen wissen am besten, welche Strukturen sie brauchen, um selbstständig und eingebunden zu leben. Sie selbst sprechen zu lassen, stellt sicher, dass Maßnahmen wirklich bedarfsgerecht sind und spart gleichzeitig knappe Gemeindemittel.

Die untenstehende Grafik zeigt, wie Beteiligung gestaltet werden kann – von reiner Information bis hin zu echter Mitbestimmung. Im PARADIES-Projekt haben wir Erfahrungen an der Schnittstelle zwischen Einbeziehung und Mitbestimmung gesammelt. Die höchsten Beteiligungsstufen können jedoch nur die Gemeinden selbst umsetzen.



Teilhaben können bei Lösungsentwicklung; Foto: T. Werchota

Daher ist die zentrale Frage: Welche Rolle sollen ältere Menschen in der Gemeinde haben? Die Antwort darauf entscheidet, wie Gemeinden gestaltet werden, damit gutes Altern möglich wird.



Stufen der Partizipation nach Wright et al. (2008), eigene Darstellung

Im Folgenden wird in fünf Schritten der partizipativ orientierte Prozess von der Definition der Herausforderungen und Zielsetzungen bis hin zur konkreten Umsetzung von Maßnahmen nachgezeichnet. Diesen Prozess haben wir im PARADIES-Projekt gemeinsam mit der älteren Bevölkerung sowie mit Vertreter:innen der Gemeinden durchlaufen. „Viele Wege führen nach Rom“ –

dieses bekannte Sprichwort gilt auch für den vorliegenden Praxisleitfaden: Es stellt einen möglichen Ansatz dar, um selbstständiges und eingebundenes Altwerden in den Gemeinden weiter zu fördern.

## Schritt 1: Wie geht es der älteren Bevölkerung?

Anhand einer standardisierten Befragung unter der älteren Bevölkerung wurden die grundlegenden Daten zu den Themen Gesundheit, Lebenszufriedenheit, Mobilität, Nachbarschaft, Nutzung digitale Technologien und Bewegung erhoben. Diese Daten bildeten die Basis für die Definition der Handlungsfelder für die in weiterer Folge Ideen und Maßnahmen gefunden und entwickelt werden sollten.

Ein Fragebogen sowie die Beschreibung zur Anwendung steht als Ressource auf der Website <https://www.klimabuendnis.at/angebote/paradies-selbststaendig-und-eingebunden-alt-werden-in-der-gemeinde/> zur Verfügung.

### Ergebnisse aus der Befragung<sup>1</sup> in Wiener Neudorf und Klosterneuburg

**Hohe Lebenszufriedenheit bei gleichzeitigen Belastungen:** Die Mehrheit der älteren Menschen ist mit ihrem Leben zufrieden, zugleich berichten viele über psychische Belastungen und körperliche Beschwerden. Die psychische Gesundheit stellt ein zentrales Handlungsfeld für die kommunale Gesundheitsförderung dar.

**Extremwetter verstärkt gesundheitliche und soziale Risiken:** Hitzeperioden tragen zu weniger Bewegung, reduzierten Sozialkontakten und zunehmender Einsamkeit bei.

**Aktive Mobilität mit strukturellen Hürden:** Zufußgehen ist wichtige Fortbewegung, dennoch besteht eine hohe Autoabhängigkeit; Barrierefreiheit, Sitzgelegenheiten und wettergeschützte Aufenthaltsmöglichkeiten sind ausbaufähig.

**Digitale Kompetenz vorhanden, aber persönliche Kommunikation bevorzugt:** Mobiltelefone sind weit verbreitet, werden jedoch hauptsächlich zur Kommunikation genutzt; analoge Informationsangebote bleiben wichtig.

Im nächsten Schritt wird dargestellt, wie anhand der identifizierten Herausforderungen die bestehenden Ressourcen der Gemeinde gesammelt wurden, um auf Bestehendem aufbauen zu können.

---

<sup>1</sup> Nicht repräsentative Befragung von Personen über 65 Jahren in Wiener Neudorf und Klosterneuburg (n = 143, Ø 78 Jahre)

## Schritt 2: Was gibt es schon in der Gemeinde?

In den Gemeinden gibt es vielfach bereits Strukturen, die selbstständiges und eingebundenes alt werden unterstützen. Mit geringfügigen Adaptionen können bestehende Strukturen und Angebote klimafitter und gesundheitsfördernder werden.

Um die Stärken, Ressourcen und das Potenzial in den Gemeinden zu sammeln, haben wir unterschiedliche Formate im Rahmen eines Workshops im PARADIES Projekt angewendet. Mit dabei waren eine Jausen-Stadion, das PARADIES-Bankerl sowie Steckbriefe und das PARADIES-Spiel.

Die detaillierte Beschreibung der Formate sowie der Anwendung stehen auf der Website <https://www.klimabuendnis.at/angebote/paradies-selbststaendig-und-eingebunden-alt-werden-in-der-gemeinde/> zur Verfügung.

Bei den Workshops mit der älteren Bevölkerung können Stärken sichtbar gemacht und konkrete Entwicklungspotenziale identifiziert werden. Der Fokus der Workshops sollte dabei weniger auf der Schaffung neuer Strukturen und Angebote liegen, sondern auf der Weiterentwicklung bestehender Strukturen, um gesundes, selbstbestimmtes und sozial eingebundenes Altern langfristig zu sichern.



PARADIES Spiel; Foto: T. Werchota

### Beispiel: Entwicklungspotenziale in den Pilotgemeinden

- Barrierefreiheit konsequent weiter ausbauen
- Mehr Schatten, Sitzgelegenheiten und wettergeschützte Aufenthaltsorte schaffen
- Soziale Teilhabe auch während Hitzeperioden sichern
- Begegnung und Alltagsbewegung gezielt fördern
- Informationsangebote übersichtlich bündeln (digital und analog)
- Die bestehende Autoabhängigkeit schrittweise reduzieren

In den Workshops wurden neben den Ressourcen und Potentialen auch Ideen für Lösungsansätze gesammelt. Welche Ideen von der Bevölkerung eingebracht wurden, zeigt Schritt 3.

## Schritt 3: Welche Ideen gibt es?

Aktiv mitgestalten können und die eigene Erfahrungsexpertise nutzen, haben wir in den Workshops ins Zentrum gestellt, um konkrete, konstruktive Vorschläge zu fördern.

Die Ideen aus der Bevölkerung waren:

**Klimafitte Räume innerhalb Gemeindegebiet ausbauen:** wohnortnahe Grünräume weiter auszubauen und mit mehr Schatten, Sitzgelegenheiten und barrierefreiem Zugang ausstatten, um die Aufenthaltsqualität zu erhöhen und die Gesundheit zu fördern.

**Bewegung und Begegnung verbinden:** Das große Interesse an gemeinschaftlichen Aktivitäten und Begegnung wurde mehrfach betont. Bestehende Orte und Veranstaltungen werden als gute Anknüpfungspunkte gesehen, um soziale Kontakte und Nachbarschaftsnetzwerke weiter zu stärken. Mehr niederschwellige Begegnungsangebote könnten die Lebensqualität weiter erhöhen.

*„Radlpartien. Da könnte die Gemeinde mehr machen. Ich habe ein paar Mal mitgemacht. Es verbindet und man kommt mehr zusammen.“ (Zitat Workshop-Teilnehmer aus der Bevölkerung)*

**Sicherheit noch mehr erhöhen:** Ein weiterer Vorschlag betrifft die Verbesserung der Verkehrssicherheit (Querungen, Tempo der KFZ) und die Gestaltung öffentlicher Räume, um das subjektive Sicherheitsgefühl im Alltag weiter zu stärken.

**Erreichbarkeit noch besser machen:** Die gute Erreichbarkeit zentraler Orte wird als wichtige Grundlage für die Förderung aktiver Mobilität gesehen. Gewünscht wurden Verbesserungen der Infrastruktur, sichere Querungen und zusätzliche Ruheplätze, um Bewegung im Alltag zu erleichtern und die Selbstständigkeit im Alter langfristig zu sichern.

**Informationen noch zugänglicher machen:** Zudem wurde angeregt, Informationen zu Angeboten sowohl digital als auch analog bereitzustellen, um Transparenz zu erhöhen und die Nutzung bestehender Angebote zu erleichtern.

Neben Unterstützungsmöglichkeiten durch die Gemeinde wurden von der Bevölkerung auch individuelle Handlungsoptionen gesehen, wie nachfolgende Übersicht beispielhaft verdeutlicht.

Was können die Bewohner: innen machen?	Was können Gemeinden tun?
Sich zu Wort melden und Mängel aufzeigen z.B. Wo fehlt Schatten, Überdachung, wo fehlen Sitzbänke, wo ist der Gehweg zu schmal	Kummerkasten einrichten, Anzahl der Schattenplätze, Sitzbänke etc. erhöhen, Gehsteige verbreitern
Aktiv melden, welche Probleme bestehen, worüber Information erwartet wird	(Hitze-)Coach, Checkliste was tun bei Hitze, Hitze-Kit
Role Model für andere ältere Menschen sein hinsichtlich Mobilität „mobil ohne Auto“	Beratung anbieten, wie man auch ohne Auto mobil sein kann

Was können die Bewohner: innen machen?	Was können Gemeinden tun?
Kennenlernfest für neue Nachbar:innen, offen sein für die Nachbarschaft, z.B. Nachbarschaftssommerfeste aktiv unterstützen bzw. teilnehmen	Nachbarschaftsevents finanziell und organisatorisch unterstützen
Empfehlungen für Lieblingsplätze und Spaziergänge mit anderen teilen	Infotafeln an wichtigen Zielorte für ältere Menschen aufstellen
Bewusst mit der Nachbarschaft ins Gespräch kommen	Plauderbankerl im öffentlichen Raum aufstellen und sichtbar kennzeichnen
Angebote mitgestalten, damit sie bedarfsgerecht sind, sich konstruktiv zu Wort melden	Menschen ein zielgruppengerechtes Format anbieten, wie sie partizipieren können, z.B. Ausgestaltung Einkaufsbus, Einkaufstaxi
Begrünung des eigenen Balkons und Garten naturnah gestalten ev. Baumscheiben vor der Haustür gestalten	Möglichkeiten schaffen, zur aktiven Gestaltung des öffentlichen Raums z.B. Baumscheiben zur Gestaltung freigeben
Körperliche Aktivitäten an die Tagesrandzeiten verlegen, wenn weniger Hitzebelastung	Zeitliche Änderungen von z.B. Kursangeboten

Anhand dieser Vorschläge und Handlungsfelder geht es nun zur Einbeziehung von Vertreter:innen aus den Gemeinden, um über die Möglichkeiten zur Umsetzung zu diskutieren – Schritt 4.

## Schritt 4: Wie kann Umsetzung der Maßnahmen erfolgen?

Die Umsetzung von Maßnahmen erfordert vernetztes Planen und Zusammenarbeit von unterschiedlichen Vertreter:innen in den Gemeinden. Im PARADIES-Projekt haben wir in einem Workshop mit Vertreter:innen die Ergebnisse der Befragung (Schritt 1) und die Ergebnisse zu Ressourcen und Potentialen (Schritt 2 und 3) besprochen. Ziel des Workshops ist es auf Basis der vorangegangenen Schritte konkrete Lösungsansätze für die Gemeinde zu entwickeln.



*Gemeinsamer Weg zur Umsetzung, Foto: T. Werchota*

## Schritt 5: Wie ist der Weg dorthin?

### Maßnahmen

Für die genannten Handlungsfelder Klimaresilienz, öffentliche Räume und Aufenthaltsqualität, Gesundheitsförderung, Mobilität und Erreichbarkeit, soziale Teilhabe und Nachbarschaft sowie digitale Unterstützung und Orientierung steht eine Sammlung an guten Beispielen aus der Praxis zur Verfügung.

Eine Sammlung an „Gute Beispiele“ - Maßnahmen steht auf der Klimabündnis Website <https://www.klimabuendnis.at/angebote/paradies-selbststaendig-und-eingebunden-alt-werden-in-der-gemeinde/> zur Verfügung.

Darüber hinaus geben die in Abbildung 2 dargestellten Transformationspfade Anregungen für die strategische Einbettung und langfristige Zielrichtung.



Abbildung 2: Identifizierte Transformationspfade & zugehörige Handlungsfelder

Der in Abbildung 3 dargestellte Zirkel (Planen, Umsetzen, Bewerten, Anpassen) stellt ein einfach anwendbares Instrument dar, um Maßnahmen strukturiert zu planen, umzusetzen und kontinuierlich weiterzuentwickeln. Der Zirkel unterstützt dabei Maßnahmen aus den definierten Transformationspfaden und Handlungsfeldern in die kommunale Praxis zu überführen und deren Wirkung langfristig zu sichern. Gleichzeitig ermöglicht er eine nachvollziehbare Dokumentation von Planung, Umsetzung und Evaluierung.

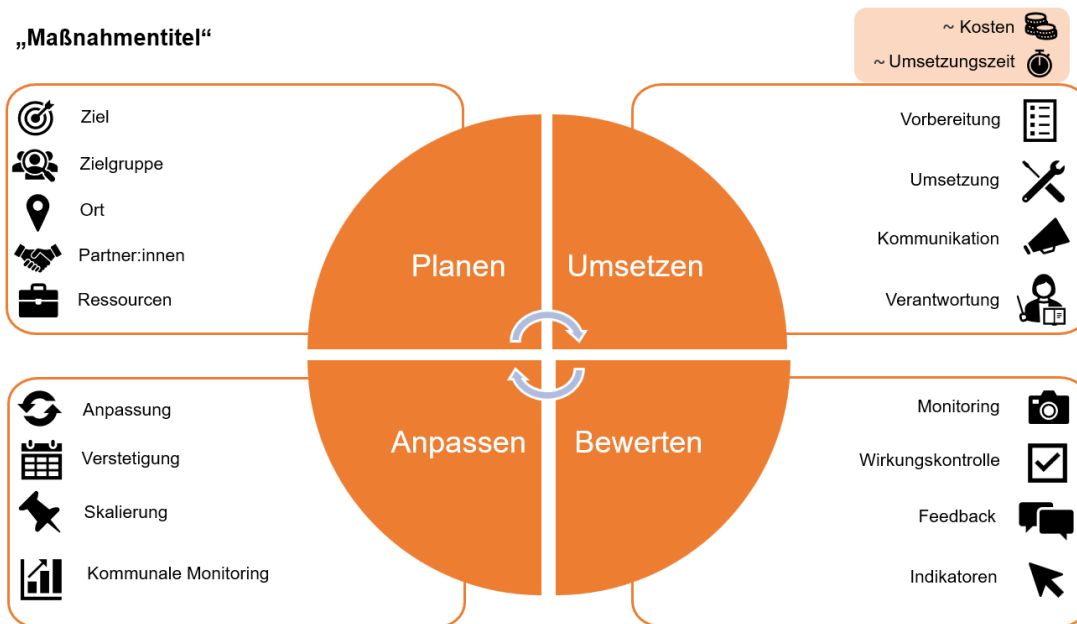


Abbildung 3: Exemplarischer "PUBA-Zirkel" (Planen, Umsetzen, Bewerten, Anpassen)

## Digitale Technologien als Unterstützung

Die zunehmende Digitalisierung unserer Gesellschaft eröffnet vielfältige Möglichkeiten zur Unterstützung politischer und sozialer Transformationsprozesse. Die Recherche nach praktischen Beispielen zeigt, dass vor allem folgende Funktionen für altersgerechten Strukturen interessant sein können:

- **Beteiligung, Initiieren:** Plattformen wie „Sag’s Wien“ oder „Schau auf Linz“ ermöglichen es Bürger:innen, aktiv Anliegen einzubringen und Missstände zu melden. Dadurch wird die Mitgestaltung der Stadt gefördert und die Kommunikation zwischen Bevölkerung und Verwaltung verbessert.
- **Austausch, Soziale Vernetzung:** Social-Media-Gruppen oder Initiativen wie „Zeitpolster“ unterstützen den Aufbau sozialer Kontakte und gegenseitiger Hilfe im Alltag. Sie fördern Gemeinschaftsgefühl und können besonders für ältere Menschen soziale Isolation verringern.
- **Selbsthilfe:** Digitale Technologien können Menschen mit ähnlichen Herausforderungen zusammenbringen und so analoge Treffen anstoßen, wie etwa bei Initiativen rund um Demenz. Entscheidend ist dabei die Verbindung von Online-Vernetzung und persönlichen Begegnungen, da rein digitale Angebote Einsamkeit oft nicht nachhaltig reduzieren. Für Menschen, die digitale Technologien nicht nutzen, stellt das Digitale eine Barriere dar.
- **Attraktivierung des öffentlichen Raumes:** Licht- und Klanginstallationen, wie in der Unterführung am Praterstern in Wien, können öffentliche Orte aufwerten und angenehmer gestalten. Solche Maßnahmen erhöhen die Aufenthaltsqualität und können das Sicherheitsgefühl stärken.

- **Orientierung und Navigation:** Digitale Routenplaner oder Bedarfskarten helfen Menschen, sich leichter in der Gemeinde zurechtzufinden und passende Angebote zu entdecken. Sie unterstützen insbesondere mobilitätseingeschränkte Personen bei der Planung barrierefreier Wege. Ein Beispiel ist die Potenzialkarte Sitzgelegenheiten in Wien.
- **Visualisierung:** Hitzekarten oder Schattenkarten machen Umweltbedingungen sichtbar und verständlich. Dadurch können Bürger:innen informierte Entscheidungen treffen, etwa zur Vermeidung von Hitze oder zur Nutzung kühler Aufenthaltsorte.
- **Monitoring, Überwachung:** Sensoren zur Messung von Luftqualität oder Temperatur sowie CCTV-Systeme liefern wichtige Daten zur Umweltlage. Diese Informationen können helfen, frühzeitig auf Probleme zu reagieren und Maßnahmen gezielt zu steuern.
- **Information:** Digitale Angebote wie Veranstaltungskalender, Newsletter oder Erinnerungs-SMS erleichtern den Zugang zu relevanten Informationen. Durch Filtermöglichkeiten, etwa wie im „Familienkompass“ aus Klosterneuburg, können Inhalte zielgruppengerecht aufbereitet werden.

Digitale Technologien bieten für ältere Menschen Unterstützung, jedoch meist nur in begrenztem Ausmaß. Grundsätzlich bevorzugt diese Zielgruppe den persönlichen Austausch. Partizipation und Empowerment erfordern daher direkte Ansprache, während digitale Angebote eher ergänzend wirken, etwa durch Informationsbereitstellung.

Digitale Beteiligungsformate eröffnen neue Möglichkeiten, können persönliche Interaktion jedoch nicht ersetzen. Für eine wirksame Nutzung ist eine Kombination aus technischer Lösung und organisatorischer Einbettung notwendig. Insbesondere barrierefreier Zugang und begleitende Unterstützung sind entscheidend, um digitale Teilhabe für ältere Menschen zu ermöglichen.

## Zusammenfassung

Der vorliegende Praxisleitfaden soll Gemeinden dabei unterstützen einen partizipativ-orientierten Prozess umzusetzen in dem mit der älteren Bevölkerung zusammen an Lösungen gearbeitet wird, wie ein selbstständiges und gut eingebundenes Alt werden in der Gemeinde noch besser ermöglicht werden kann. Anhand von 5 Schritten kann auf bestehenden Ressourcen in der Gemeinde aufgebaut werden und eine noch vernetztere Planung stattfinden.

Der Praxisleitfaden gibt praktische Orientierung, wie ein partizipativer Prozess gestaltet werden kann. Auf der Website <https://www.klimabuendnis.at/angebote/paradies-selbststaendig-und-eingebunden-alt-werden-in-der-gemeinde/> stehen hilfreiche Dokumente, wie Fragebogen, Einschätzungsfragen und Maßnahmensammlungen zum Download zur Verfügung.

## Quellenverzeichnis

Wright, M. T., Block, M. & von Unger, H. (2008). *Partizipation in der Zusammenarbeit zwischen Zielgruppe, Projekt und Geldgeber (Participation in the Cooperation between Target Group, Project and Sponsor)*. *Das Gesundheitswesen*, 70(12), 748–754. DOI: 10.1055/s-0028-1102955

## Impressum

Zitiervorschlag: Füssl, Elisabeth; Ausserer, Karin; Zafaranieh, Saghi; Sattler, Matteo; Meier, Arne; Knoll, Bente; Dolzer, Anna; Kastner, Elke (2026). *Selbstständig und eingebunden alt werden – ein Praxisleitfaden für Gemeinden*. Langversion. PARADIES Projekt (FFG-Projektnummer 904587). Fördernde Organisation FFG. URL: <https://www.klimabuendnis.at/angebote/paradies-selbststaendig-und-eingebunden-alt-werden-in-der-gemeinde>

Für den Inhalt verantwortlich: PARADIES-Konsortium bestehend aus FACTUM-Apptec Ventures GmbH (Konsortialführung), Büro für nachhaltige Kompetenz B-NK GmbH, Institut für Bewegungswissenschaften, Sport und Gesundheit – Karl-Franzens-Universität Graz; Klimabündnis Österreich

Kontakt bei Fragen: Klimabündnis Österreich, Prinz-Eugen-Straße 72, 1040 Wien

Redaktion: PARADIES-Konsortium

Fotografie: Thomas Werchota, PARADIES