

Masterthesis

**Bewegungsintervention im regionalen Setting  
unter Berücksichtigung des Aspektes der  
Nachhaltigkeit**

Mag. Mag. Uschi Maria Sucher, 9511007

Universitätslehrgang Public Health



Medizinische Universität Graz



zur Erlangung des akademischen Grades

**Master of Public Health**

Betreut von Mag. Monika Bauer (IfGP)

Graz, Jänner 2010

## **Abstract**

Durch den permanenten Anstieg der Lebenserwartung in Europa, im Speziellen in Österreich, stoßen solidarische Systeme wie auch die Soziale Krankenversicherung an ihre Grenzen.

Die Versicherungsanstalt für Eisenbahnen und Bergbau (VAEB) ist bestrebt durch gezielte Gesundheitsförderung für ältere Menschen, in einem Pilotprojekt mit dem Namen „JA! Jetzt Aktiv“ der Zielgruppe der 50 bis 57 Jährigen Gesundheitsinterventionen zu Gute kommen zu lassen. Nachhaltigkeit von präventiven Maßnahmen stehen im Fokus der Ressourcendiskussion im Gesundheitswesen.

Im Sinne einer Nachhaltigkeitsforschung soll diese Masterthesis Aufschluss darüber geben, wie man Menschen vor, während und nach Interventionen unterstützen oder begleiten kann, um das erlernte Gesundheitsverhalten in den Alltag integrieren und nachhaltig implementieren zu können.

A permanent rise of life expectancy in Europe, particularly in Austria, heavily challenges solidary systems, such as the social health insurance.

The insurance for „Eisenbahnen und Bergbau“ is providing health intervention for the target group of 50-57 years olds. Ist pilot project is named „JA!Jetzt Aktiv“ and focuses on well-directed health promotion for elderly people. Sustainability of preventive measures is seen to be the crucial factor in public health discussions.

The aim of this Masterthesis ist o explore how people can be supported and accompied before, during an after interventions to integrate an effectively implement the just learned health behaviour in their everybody life.