

# Form-Blatt für AllgemeinmedizinerInnen

Gesund fürs Leben - ein Gesundheitsförderungsprojekt für Ältere



Geschulte Ehrenamtliche besuchen gebrechliche Personen im Alter von 60+ zu Hause (nicht in einem Pensionistenwohnhaus oder Pflegeheim). Sie führen mit ihnen zweimal wöchentlich sehr einfache Kraftübungen durch, um Gebrechlichkeit entgegenzuwirken. Die Wirksamkeit des Programms wurde 2013-16 in einer Studie der Medizinischen Universität Wien – Zentrum für Public Health bestätigt (siehe Info-Blatt).

## Ausschlusskriterien

Chemo- und/oder Radiotherapie (zurzeit oder geplant), COPD Stadium IV, Dialyse oder chronische Niereninsuffizienz mit Eiweißrestriktion, Demenz schweren Grades, Knochenbruch oder Gelenkersatz-OP oder größere sonstige OP innerhalb der letzten drei Monate, Wirbelkörperbruch innerhalb der letzten drei Monate, Status post Schlaganfall vor Reha, Herzinfarkt vor Reha, Pflegestufe 5.

Wir bitten Sie aufgrund der genannten Kriterien einzuschätzen, ob ein/e Interessent/in daran teilnehmen kann.

**Herr/Frau ..... ist zur Teilnahme geeignet**

(Name des Interessenten /der Interessentin)

.....

Ort, Datum

.....

Unterschrift

 **Bundesministerium**  
Arbeit, Soziales, Gesundheit  
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich  
**Gesundheit Österreich**  
GmbH ● ● ●

Geschäftsbereich  
 **Fonds Gesundes Österreich**

