

# Umsetzung eines Good Practice Portals für gesundes Altern

Barbara Preiner, Petra Plunger, Gerlinde Rohrauer-Näf  
Kompetenzzentrum Zukunft Gesundheitsförderung, GÖG



PLATTFORM FÜR  
GESUNDHEIT UND  
LEBENSQUALITÄT  
IM ALTER

## 1. Hintergrund

Good Practice Portale sind zentrale Instrumente zur Verbreitung und Weiterentwicklung bewährter Gesundheitsförderungsmaßnahmen (Elkeles 2021).

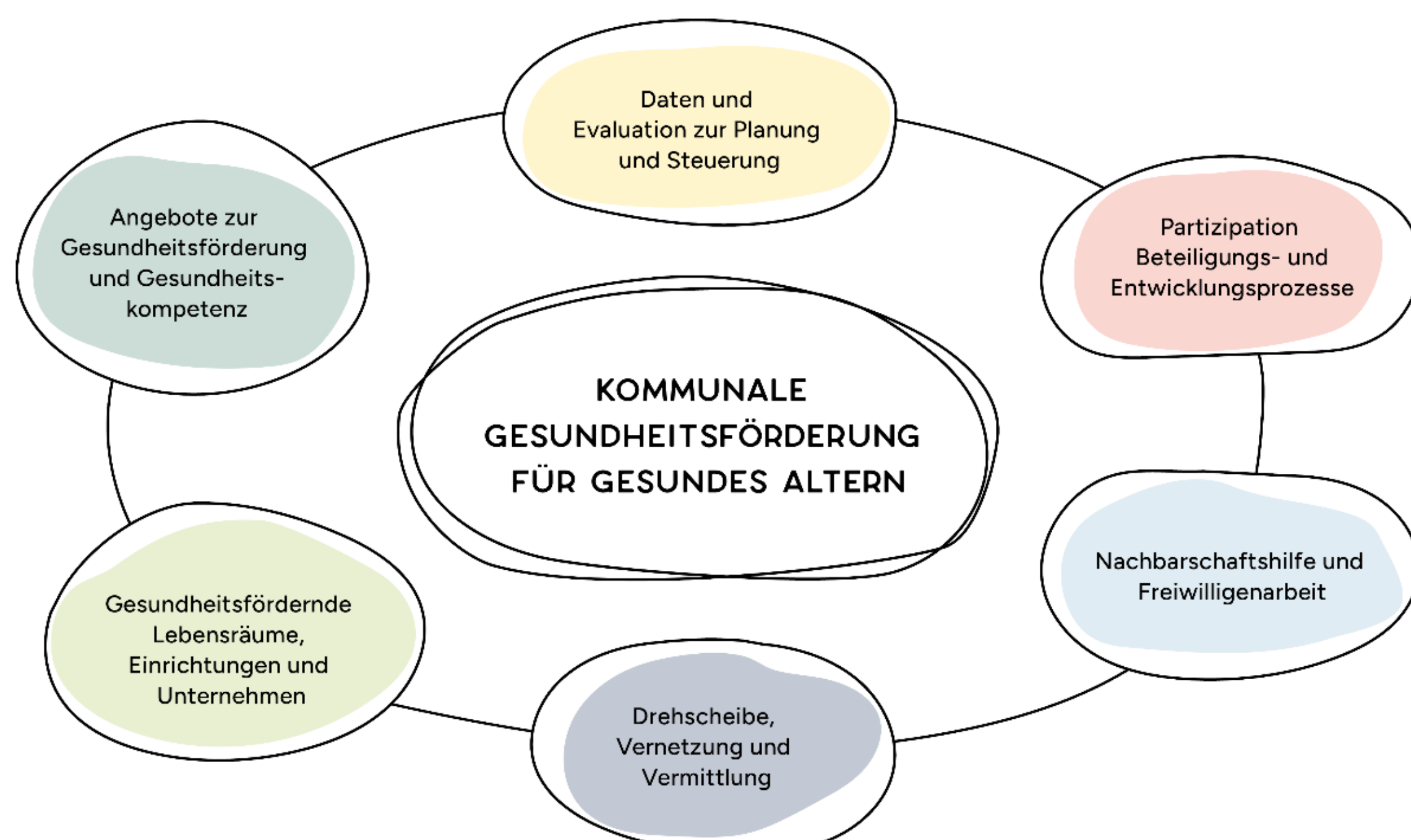
Auf der „Plattform für Gesundheit und Lebensqualität im Alter“ wird das vom Kompetenzzentrum Zukunft Gesundheitsförderung der Gesundheit Österreich GmbH entwickelte Konzept für ein Good Practice Portal für Gesundheitsförderungsmaßnahmen in Österreich mit Fokus auf „Lebensqualität im Alter“ implementiert und erprobt (Rohrauer-Näf et al. 2026).

Ziel ist es, Gesundheitsförderungs-Fachkräfte, Entscheidungsträger:innen und Umsetzer:innen zu unterstützen, wissenschaftlich fundierte, in der Praxis erprobte und wirksame Interventionen zu identifizieren, zu verbreiten und weiterzuentwickeln.

## 3. Ergebnisse

Am 30.9.2025 wurde auf der „Plattform für Gesundheit und Lebensqualität im Alter“: <https://gesundes-altern.at/> das Good Practice Portal und Toolbox für gesundes Altern veröffentlicht. Im ersten Jahr wurden sieben Gesundheitsförderungsmaßnahmen für gesundes Altern als „Good Practice“ gekennzeichnet, sie absolvierten alle 5 Kriterien des Good Practice Konzeptes positiv.

Die Maßnahmen und Tools bilden alle Teilbereiche des Modells „Kommunale Gesundheitsförderung für gesundes Altern – Caring Communities ab (Plunger et al. 2023):



© Plunger et al. 2023

Die dargestellten wirksamen Good Practice Maßnahmen für gesundes und gutes Altern reichen von der Sturzprävention, über Maßnahmen zur Förderung der sozialen Teilhabe, die Steigerung der Lebensqualität durch Gesundheitsbuddys, bis hin zur demenzfreundlichen Apotheke, sowie demenzfreundlichen Bibliotheken.

Des Weiteren wurden 6 Tools zur Planung, Umsetzung und Evaluation von Gesundheitsförderungsmaßnahmen dargestellt, sie erfüllen mindestens die Qualitätskriterien der Gesundheitsförderung des FGÖ (FGÖ 2025). Als Tools sind die Netzwerkanalyse, inklusive Fokusgruppen, aktivierende Befragung sowie professionell begleitete Nachbarschaftshilfe dargestellt.

## 5. Diskussion

Das Good Practice Portal verdeutlicht die Vielfalt an qualitätsgesicherten Gesundheitsförderungsmaßnahmen und hilfreichen Tools für gesundes Altern. Das Portal wird jährlich erweitert. Aktuell werden Tools und Good Practice Maßnahmen im Bereich der Beteiligung begutachtet und hochgeladen. Des Weiteren werden Stakeholderbefragungen zur Optimierung der Plattform durchgeführt. Die Plattform für Gesundheit und Lebensqualität im Alter leistet damit einen wichtigen Beitrag zur evidenzbasierten Gesundheitsförderung im Alter.

## 2. Methodik

Eine Internetrecherche über Maßnahmen und hilfreiche Tools zu gesundem Altern in Österreich, kombiniert mit Expertinnen- und Expertengesprächen und der Suche in der Projekt-Datenbank des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) wurde durchgeführt, um relevante Projekte zu identifizieren.

Der thematische Fokus lag auf gesundem Altern im kommunalen Setting. Die Maßnahmen sollten ein oder mehrere Handlungsfelder des Modells „Kommunale Gesundheitsförderung für gesundes Altern – Caring Communities“ abdecken (Plunger et al. 2023). Zusätzlich wurde berücksichtigt, dass die Maßnahmen insgesamt möglichst viele Teilbereiche von physischer, psychosozialer und sozialer Gesundheit abdecken.

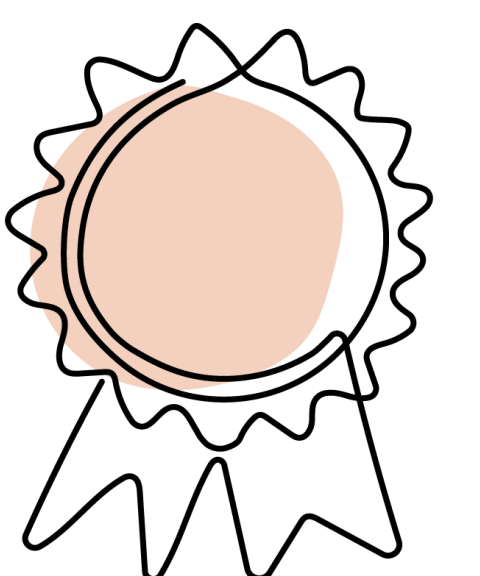
Im ersten Schritt wurden die ausgewählten Maßnahmen und Tools in strukturierten Vorlagen beschrieben. Die Maßnahmen wurden anhand eines eigens entwickelten Bewertungsschemas (Rohrauer-Näf et al., in Veröffentlichung) systematisch durch jeweils drei unabhängige Gutachter:innen bewertet.

## Good Practice & Tools Definitionen

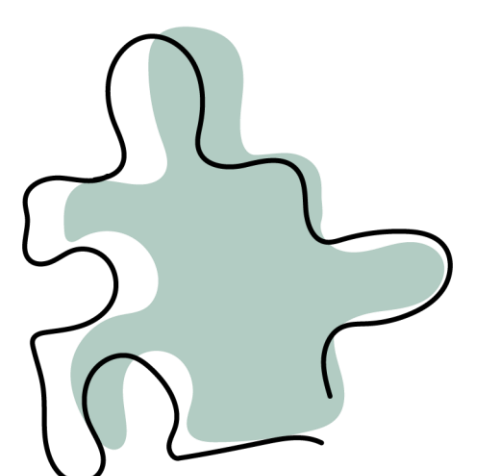
Good Practice Maßnahmen können Einzelmaßnahmen, Projekte, Programme oder auch Policies sein. Sie durchlaufen einen **2-stufigen Begutachtungsprozess** und sind zur Nachahmung und weiteren Verbreitung empfohlen!

Folgende Bewertungskriterien sind berücksichtigt:

1. Spezialkriterium „Gesundes Altern“,
2. Qualitätskriterien der Gesundheitsförderung (FGÖ 2025),
3. Übertragbarkeit und Weiterentwicklung, sowie
4. Wirkannahmen und/oder
5. Evaluation der Wirksamkeit.



**Tools** sind hilfreiche Elemente/Werkzeuge, Methoden und Materialien zur Planung, Umsetzung und Evaluation von Gesundheitsförderungsmaßnahmen. Es werden ausschließlich Tools beschrieben, die aus qualitätsgeprüften Gesundheitsförderungsprojekten entstanden sind. Anders als bei "Good Practice" gibt es bei Tools keine weitergehende systematische Beschreibung oder Prüfung der Wirksamkeit.



Hier geht's zum  
Good Practice Portal



### Literatur:

Ackermann, Günter; Elkeles, Thomas; Kilian, Holger & von Rügen, Ursula (2021). Good Practice / Best Practice in der Gesundheitsförderung - Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention. In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) [online] <https://doi.org/10.17623/BZGA:Q4-i141-2.0> [Zugriff am 09.12.2026]  
FGÖ (2025). Grundprinzipien der Gesundheitsförderung. Fond Gesundes Österreich [online] [https://fgoe.org/qualitaetskriterien\\_grundprinzipien](https://fgoe.org/qualitaetskriterien_grundprinzipien) [Zugriff am 11.12.2025]  
Plunger, Petra; Rohrauer-Näf, Gerlinde; Schlee, Lisa & Wosko, Paulina (2023). Handlungsfelder, Potenzial und Entwicklungsperspektiven für gesundes Altern in der Kommune. Kommunale Gesundheitsförderung und Caring Communities. Gesundheit Österreich, Wien.  
Rohrauer-Näf, Gerlinde, Vana, Irina & Hochmeister, Nicole; (2026): Konzeption und Pilotierung eines Good Practice Portals für Gesundheitsförderungsmaßnahmen in Österreich. Zeitschrift für Evaluation, unveröffentlicht, erscheint 2026