



TATKRAFT...

Gesundheit im Alter durch Betätigung

Pläne schmieden. Ziele haben.
Richtig gerüstet. Fürs Alter.

TATKRAFT - Was ist das eigentlich?

- **Gesundheitsförderungsprogramm** für ältere Menschen in Lebensübergängen
- Geschrieben in einer ehrenamtlichen Projektgruppe von ErgotherapeutInnen aus Deutschland
- Angelehnt an die evaluierten Programme Lifestyle Redesign (USA) & Lifestyle Matters (GB)

Netzwerk TATKRAFT

Teilnehmerinnen

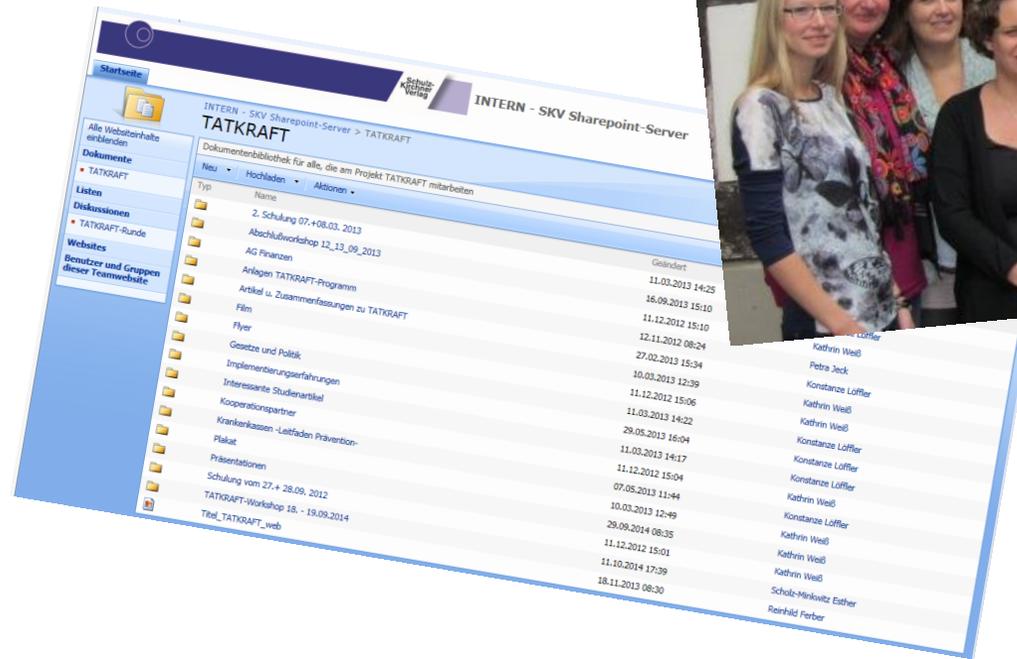
- Pilotstudie 2012 – 2013
- 25 ErgotherapeutInnen aus Deutschland, Schweiz und Österreich nahmen an 2 Workshops teil
- Arbeitsgruppe Netzwerk gebildet Idee durch Pilotstudie
- **Jetzt** ein eigenständig arbeitendes Gremium unabhängig von der HAWK, ehrenamtlich tätig
- ständige Vertretung für TATKRAFT in Deutschland
- jährlichen Arbeitstreffen, Videokonferenzen, Skypekonferenzen
- Ziel: TATKRAFT-Gedanken weiterentwickeln

TATKRAFT - Netzwerk

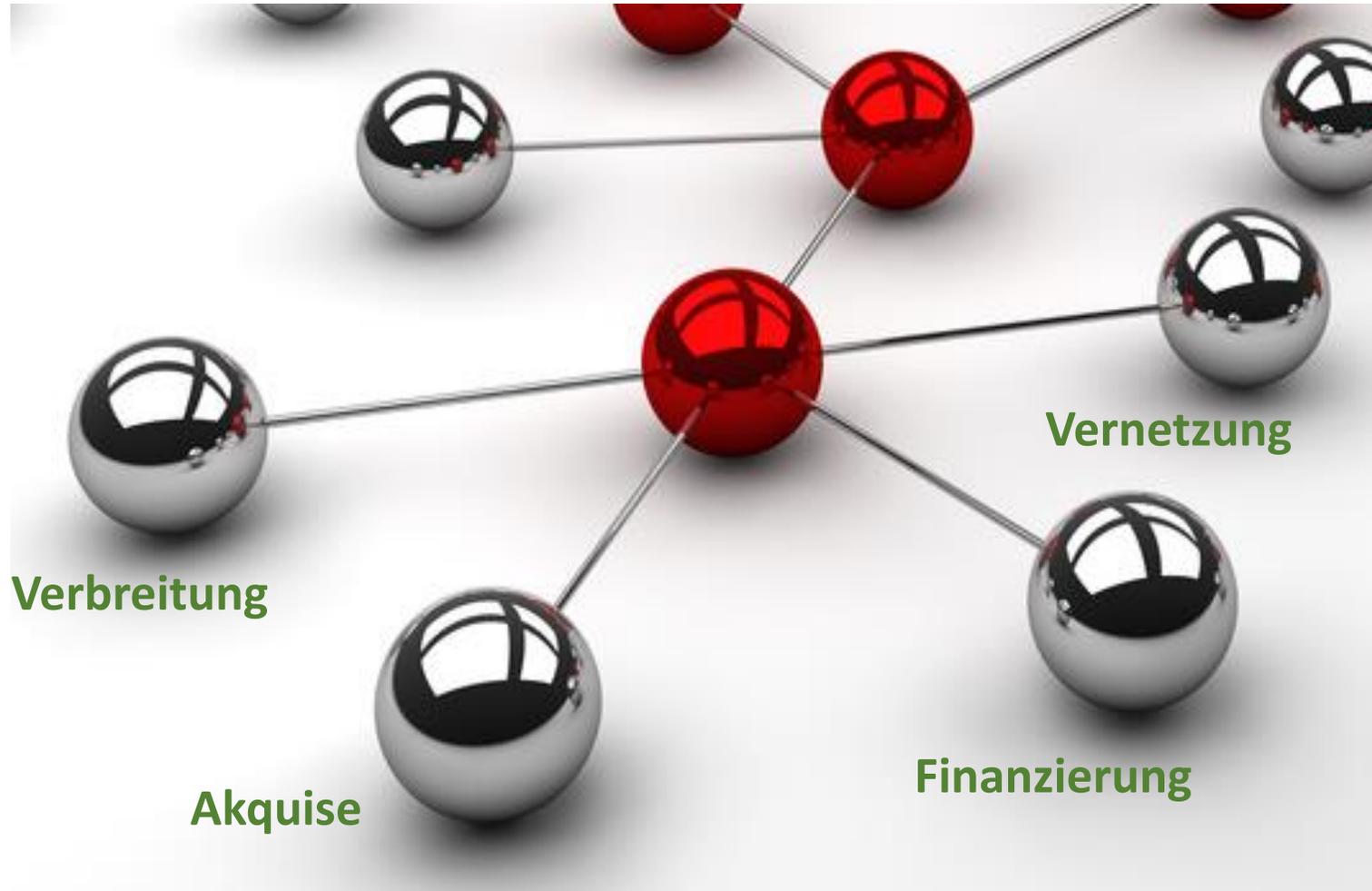
TATKRAFT...
Gesundheit im Alter durch Betätigung



Das Netzwerk
bei der Arbeit



TATKRAFT - Netzwerk



Netzwerk - Aufgaben

- **Finanzierung:** Stellt Anträge an Stiftungen, „Präventionstopf“
- **Verbreitung:** Ansprechpartner für Interessierte
- **Vernetzung:** vor Ort, interprofessionell, international
- Auseinandersetzung und Überarbeitung des Handbuchs

Akquise der Netzwerk- TeilnehmerInnen

Akquise von Interessierten (Key-Persons): Vorträge, Workshops, DVE-Homepage, Artikel und Interviews in Fachzeitschriften

Akquise vor Ort zur Durchführung des Programmes: Vorträge, Netzwerknutzung, Presse, Infostände

Akquise zur Finanzierung des Programmes: Kooperationen, Betriebe, Heime, VHS, Selbstzahler

Akquise zur Durchführung TATKRAFT-Gruppen

- Orientierung am Leitfaden im Handbuch
- Berücksichtigung örtlicher Besonderheiten
- Nutzung des eigenen Praxisnetzwerkes und vorhandener Kontakte
- Werbung durch Flyer, Plakate, Film, Vorträge, Presse
- Bekanntmachung durch Vorträge, Workshops, Artikel, Interviews, Seniorenplattformen regional

Akquise am Beispiel Pilotgruppe

- Akquisemöglichkeit in Unistadt, 170.00 EW, in ländlicher Umgebung
- Seniorenbüro der Stadt
- Antragstellung bei Krankenkassen vor Ort
- Pressemitteilung, Presseartikel, Presse einladen
- Landrat einladen zur Abschlussveranstaltung
- Kostenfreies Angebot

Ruhestand ist kein schwarzes Loch

»Tatkraft«: In der Gruppe den Übergang ins Rentenalter meistern

ristina Ritzau

rborn (WV). Wenn
leben verändert, kann
r oder schlechter wer-
ür den positiven
; kann man etwas tun.
en die Teilnehmer der
ipe »Tatkraft« erfah-
sehen den Übergang
afsleben in den Ruhe-
zt als Chance.

lheit im Alter durch Be-
eißt das Motto des



DVE entwickelt Selbstzahlerprogramm für ältere Menschen

Ergotherapeutin
testet „TATKRAFT“

„Tatkraft“ - Gesund im
Alter durch Betätigung



Foto: Mierzowsky



mit ihrer M
an den beir
vorrangig t
die Umsetz

Zielgrup
Ein zentra
der Lebens
Menschen
Veränderun
zu bewältig
haben, heißt
es in einer
Pressemitteil
ung des Verban
des. Dazu geh
ören an ers
ter Stelle der
Rentn
Partners oder
and
Verlust sozialer
Ki

Vorläufer von „T
style Redesign
u
und England sc
geführt werde
Mitautorin Kat

Dannenberg (int/bvo). Ge-
raucht zu werden. produkt
sein und zur Gesellschaft
zuzugehören – das ist wichtig.

ter durch Betätigung: Ein
neues Programm für Ge-
sundheitsförderung wendet
sich an M

der Bedeutung von Kreati-
vität und Selbstwirksamkeit
für unsere Gesundheit

hat sich neuen Schwung in der VHS geholt.

Mit „Tatkraft“ leichter in die Rente

Neuer Kurs für Senioren wurde von Ergotherapeuten nach amerikanischem Vorbild entwickelt

HILDESHEIM

lele schöne Dinge ein-
alität sieht dann für viele
rosig aus, auf den ersten
folgen manchmal Fehl

Doch so weit muss es nicht kom-
men, meint die Ergotherapeutin Saba-
ne Link. Sie gehört einer Pilotgruppe
von 25 Frauen an, die sich vor

Zielgruppe sind M
gangsphasen des Le
zum einen Berufstä
auf die Rente vorber

HILDESHEIM

HAZ Mi, 29.10.14

HILDESHEIMER ALLGEMEINE ZEITUNG

Wenn das Leben noch mal neu beginnt

VHS-Kurs „Tatkraft“ will frischen Rentnern Angebote für neue Aktivitäten bieten / Start am 5. März

Als Rentner nicht nur abhängen

VHS und HAWK wollen Rentnern mit „Tatkraft“-Projekt Schwung für den neuen Lebensabschnitt verleihen

Akquise nach Durchführung TATKRAFT-Gruppe

- Gespräch mit Betriebs-und Personalrat großer Firma vor Ort
- Auslage von Flyern durch GruppenteilnehmerInnen
- Eigene Homepage
- Gespräche mit Kooperationspartner Geriatrie/Betreutes Wohnen
- Anpassung der eigenen Informationsbroschüre
- Gespräch mit politischen Vertretern

Ausblick TATKRAFT

- Es gibt immer Jemanden der Jemanden kenntdem sowas..... gut tun würde.....

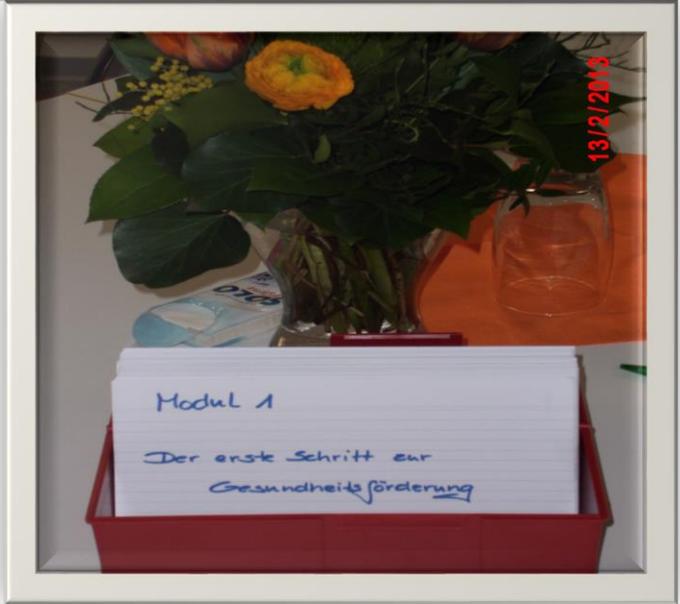


Tatkräftig.....

- Finanzierung des Programmes sichern
- Wahrnehmung in der Öffentlichkeit stärken
- Interessierte Menschen gewinnen

TATKRAFT...

Gesundheit im Alter durch Betätigung



**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit
Bleiben Sie TATKRÄFTIG ;)**

Kontakt: tatkraft@dve.info

Wie können Teilnehmer/-innen für Gesundheitsförderungsprogramme (für SeniorInnen) gewonnen werden?

Erfahrungen aus Österreich

Dr.ⁱⁿ Ursula Costa, Dr. Pier Paolo Pasqualoni & Projektteam

fh gesundheit
MSc und BSc in Ergotherapie
F&E (Ergotherapie & Handlungswissenschaften)
Innsbruck/Österreich

Workshop am 23.10.2016 in Winterthur



Entwicklungsweg

- Boston (1999): „Well-elderly study“ (Clark et al. 1997); **Prof. Olga Baloueff**: Tufts Univ. - Innsbruck
- Gesundheitsförderung und SeniorInnen – aktuelle Herausforderung und Chance (**DACHS 2007**)
- **F&E-Beschluss (2010) Master- und Bachelor-Studiengang Ergotherapie** mit fhg-Geschäftsführung und wissenschaftlicher Leitung: „Gesundheitsförderung für und mit SeniorInnen“
- **Zusammenarbeit mit der HAWK** (Hildesheim, D), Prof. Ulrike Marotzki: Verstehbarkeit und Implementierbarkeit von „Tatkraft – Gesund im Alter durch Betätigung“ – Daten aus Österreich (2012/13)
- **Workshopeinladung durch Fonds Gesundes Österreich** (2014)

Entwicklungsweg

- Gespräche mit VertreterInnen von **Sozialversicherungsträgern (KK)**
- **Masterarbeit (2015): "Tatkraft" - Gesundheitsförderung durch sinnvolle Handlung für SeniorInnen in Tirol** (Veronika Pavlu & Barbara Ripper; Betreuung: Gabi Schwarze, MSc, Dr.ⁱⁿ Margret Jäger, Dr.ⁱⁿ Ursula Costa)
 - **kulturell adaptierte Version für Österreich erforderlich**
 - **KRAH[®]-basiert** (Costa, 2014)
 - **Erfahrungen mit Rekrutierung in den Bereichen Sozial- und Gesundheitssprengel sowie Betreutes Wohnen (ISD)**

Entwicklungsweg

- Gespräche mit **EntscheidungsträgerInnen** (Land, Berufsverbände, GemeindevertreterInnen, ExpertInnen in der Arbeit mit SeniorInnen)
- Tirol als **Pilotregion** Österreichs für die Gesundheitsförderung von SeniorInnen
- Einladung der **Tiroler Gebietskrankenkasse (TGKK)**, in Verbindung mit dem **Land Tirol**
- Förderung durch den **Fonds Gesundes Österreich (FGÖ)**, durch die **TGKK**, durch Gemeinden, SeniorInnenwohnheime, Gesundheits- und Sozialsprengel; durch **Ergotherapie Austria** (Inhalt; Manual)

Kooperation





LEBENSFREUDE – (auch) im Alter tun, was gut tut

Unser (bisheriges) Angebot (1)

8 Gruppentreffen (Basismodule) in drei Gemeinden

- je 2 Stunden (Pause nach ca. 45 min.)
- angeleitet von 2 Ergotherapeutinnen
- mit Gesprächen & gemeinsamen Aktivitäten
- mit Ideen und Impulsen für den Alltag
- mit bis zu 10 SeniorInnen (TeilnehmerInnen (TN))

Austausch & Aktivitäten in der Gruppe

- 1** – Gesundes Tun: Los geht's
- 2** – HANDlung – was mein Tun mit Gesundheit zu tun hat
- 3** – ZusammenTUN – der Wert von Miteinander und Freundschaft
- 4** – Ein Tag in meinem Leben – wie ich meine Zeit Sinn-voll gestalte
- 5** – Meine Handlungsmöglichkeiten: Interessen, Stärken, Wünsche
- 6** – Lebenslanges Lernen
- 7** – Was mir Kraft gibt
- 8** – Wahlmodul

Unser Angebot (2)

4 weitere Gruppentreffen zu Themenschwerpunkten, die in der Gruppe von den TN ausgewählt werden konnten

A – Für sich und Andere sorgen – Familie, Nachbarschaft, Ehrenamt

B – **Sicherheit im Alltag und unterwegs**

C – **Mahlzeit! Essen und Gesundheit**

D – Finanzen: viel Freude um wenig Geld

E – **Wohnen im Alter**: Möglichkeiten, Unterstützung

F – Lebenslanges Lernen und **Gedächtnis** (Vertiefung)

G – Neue Technologien: Handy, Tablet, Computer

H – Erholung und Schlaf

I – **In Bewegung bleiben**

Unser Angebot (3)

Einzelgespräche mit Ihren ErgotherapeutInnen:
vor Beginn und nach Abschluss aller Gruppentreffen



Unser Angebot (4)

Begleitforschung

- zur **Untersuchung der Wirksamkeit des Angebots**
- zur Weiterentwicklung des Angebots mit regionalen, nationalen, internationalen Möglichkeiten
- **als Teil „partizipativer Qualitätsentwicklung in der Gesundheitsversorgung“, an der SIE mitwirken können**
- durch ein interdisziplinäres Team im Rahmen der fh gesundheit (fhg / Ergotherapie & Handlungswissenschaften)
- schwerpunktmäßig *vor* und *nach* den 12 Gruppentreffen.

Unser Angebot richtet sich an Menschen...

- die ihren Jahren **jetzt und zukünftig** „Leben geben“ wollen,
- die für ihr tägliches Leben **Freude, Gesundheit und Wohlbefinden** suchen,
- die Übergangssituationen erleben,
- die ihren **Alltag** neu gestalten wollen oder müssen,
- die sich einsam fühlen bzw. in einer Gruppe **Gemeinschaft erleben** wollen,
- die gerne selbst und miteinander dem auf der Spur sind, **was sie gerne tun und was ihnen gut tut.**

TN in drei Tiroler Gemeinden

(Klein-)Stadtgemeinde

8 TeilnehmerInnen (GemeindebewohnerInnen & Betreutes Wohnen)

Marktgemeinde

9 TeilnehmerInnen (Heim-, GemeindebewohnerInnen & Betreutes Wohnen)

Stadtnahe Gemeinde

10 TeilnehmerInnen (GemeindebewohnerInnen)

Projektteam

Gesamtleitung: Dr.ⁱⁿ Ursula Costa, fh gesundheit

Leitung in Vertretung **TGKK:** Lisa Stern, MA

Forschung (Kernteam): Dr. Pier Paolo Pasqualoni, Mag. Melanie Kriegseisen-Peruzzi, MSc, Dr.ⁱⁿ Ursula Costa

Projektdokumentation & -controlling: Mag.^a Claudia Ellmerer

Projektassistenz: Marlene Mayr, BA (bis Juni 2016), Mag. Christian Wanka

Masterstudierende: Petra Hartmann, Markus Kraxner & Claudia Mitterschiffthaler

Moderatorinnen: Mattea Hochfilzer, BSc, Evi Kofler, Veronika Pavlu, MSc, Barbara Ripper, MSc, Daniela Schmidt & Veronika Schröcksnadel

Supervisorinnen/Coaches: Mag.^a Birgitt Drewes & Dr.ⁱⁿ Margit Schäfer
(erweiterter) **Fachbeirat**

Steuerungsgruppe

MultiplikatorInnen

Maßnahmen zu Realisierung

Lange Vorlaufzeit

Vernetzungsgespräche (Land, Gemeinden, Sozialversicherungsträger)

Stakeholder-Analyse

(Einladung zu) **Informationsveranstaltungen**: für EntscheidungsträgerInnen; für ErgotherapeutInnen; für interessierte SeniorInnen

Auswahl von interessierten **Gemeinden** und **Institutionen** zur Realisierung des Projekts

Auswahl des **Settings**: Schnittstelle: SeniorInnenwohnheim, Betreutes Wohnen & Gemeinde

Klärung der **Finanzierung**

partizipative Auswahl der **thematischen Schwerpunkte**

Rekrutierung: Ansatzpunkte

Stakeholder-Analyse

Zielgruppenorientierung und Anpassung an Interessen, Gesundheitszustand, Kompetenzen, Bedürfnisse und Vorlieben von KlientInnen (methodisch, durch Wahlmodule)

Kontextualisierung: Anpassung an lokale Gegebenheiten

Generations- und Genderbezüge: Wo trifft man wen an?

Öffentlichkeitsarbeit: Aushänge/Inserate in Gemeindeblättern
(führten nicht zu Kontaktaufnahmen durch TeilnehmerInnen)

Rekrutierung: Zur Rolle der...

Netzwerke

- (auf Grundlage einer umfassenden Stakeholder-Analyse): Krankenkasse, SeniorInnenwohnheime, Gesundheits- und Sozialsprengel, Gemeinden, Berufsgruppe der ErgotherapeutInnen, Scientific Community, SeniorInnen etc.
- Repräsentation in Steuerungsgruppe und Fachbeirat

Rekrutierung: Zur Rolle der...

SchlüsselakteurInnen mit Berührungsflächen zu SeniorInnen, insbesondere in den Sektoren Gesundheit, Politik und Wissenschaft:

- Wer muss jedenfalls eingeweiht bzw. **informiert** werden, kann unterstützend oder hemmend auf das Vorhaben Einfluss nehmen?
- Anrufe, Gesprächstermine und informelle Gespräche bei entsprechenden Anlässen (etwa am Rande einschlägiger Veranstaltungen), Informationsveranstaltung in jeder Gemeinde

Rekrutierung: Zur Rolle der...

MultiplikatorInnen

- Wer kann/sollte aktiv **eingebunden** werden und könnte die Funktion wahrnehmen, Türen zu öffnen? – mit besonderem Augenmerk auf

„Weise“ (Goffman, 1967)

- Wer hat in den jeweiligen Gemeinden ein besonderes Naheverhältnis zu den Zielgruppen, ist gut mit ihnen vernetzt, genießt ihr Vertrauen?

Rekrutierung: Potentielle Hürden

- Identifikation mit dem Begriff „Alter“ ist nicht immer gegeben, und manchmal ambivalent (im Gespräch mit potentiellen TeilnehmerInnen)
- Erreichbarkeit von MigrantInnen und von Männern
- Rückmeldungen und -fragen potentieller TeilnehmerInnen und MitarbeiterInnen in den SeniorInnenwohnheimen lassen darauf schließen, dass es nicht leicht ist – im Vorfeld – zu vermitteln, worum es bei den Gruppentreffen eigentlich geht (Möglichkeit: Schnupperkurs?)
- Akzeptanz des Pflegepersonals in SeniorInnenwohnheimen (Wahrnehmung als Konkurrenzveranstaltung, vorweggenommene Auswirkungen auf Ansprüche der TeilnehmerInnen auf „Sonderbehandlung“)
- Wissenschaftliche Begleitforschung





... mit ein ander ...



Kontakt

ursula.costa@fhg-tirol.ac.at

fh gesundheit, Innrain 98, A- 6020 Innsbruck
BSc und MSc in Ergotherapie
F&E Ergotherapie/Handlungswissenschaften

Literatur

Clark, F., Azen, S. P., Zemke, R., Jackson, J., Carlson, M., Mandel, D Hay, Josephson, K., Chel'ly, B., Hessel, C, Palmer, J., & Lipson, L. (1997). Occupational Therapy for independent-living older adults: A randomized controlled trial. *Journal of the American Medical Association*, 278,1321-1326.

Costa, U. (2014). Sinnvolle Handlung als Gesundheit fördernder Wirkfaktor. Ergebnisse KRAH®-basierter Therapie für Kinder mit Schwierigkeiten in der Handlungsperformanz. Dissertation am Institut für Public Health der UMIT – Private Universität für Gesundheitswissenschaften, Medizinische Informatik und Technik, Hall in Tirol.

DACHS (2007). Ergotherapie – was bietet sie heute und in Zukunft? www.dachs.it

Goffman, E. (1967). Stigma. Über Techniken der Bewältigung beschädigte Identität. Übersetzung aus dem Amerikanischen von Frigga Haug. Frankfurt/M.: Suhrkamp Verlag.

Pavlu, V. & Ripper, B. (2015). „Tatkraft“- Gesundheitsförderung durch sinnvolle Handlung für SeniorInnen in Tirol. Innsbruck, fh gesundheit, Masterlehrgang Master of Science in Ergotherapie: Masterarbeit.

Wie können Teilnehmer/-innen für Gesundheitsförderungsprogramme gewonnen werden? Erfahrungen aus der Schweiz

Biehl, V., Fallico-Vogel, Y., Egger, S., Beck, A., Lüscher Forrer, I., Fasol, E., Page, J.

Inhalt

1. Theoretischer Hintergrund
2. Projektschritte (1)
3. Das Programm “bliib gsund”
4. Projektschritte (2)
5. Das angepasste Programm
6. TN-Rekrutierung
7. Schlussfolgerung



Theoretischer Hintergrund

Demographischer Wandel



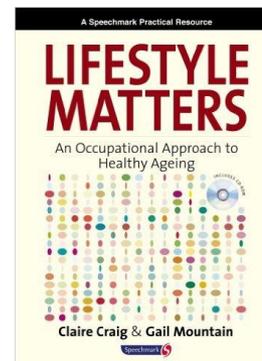
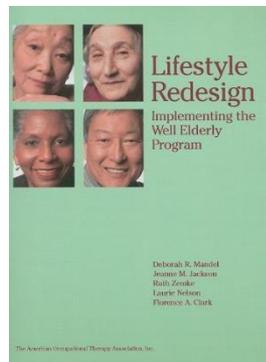
Steigende Kosten für das Gesundheitssystem



Betätigung fördert die Lebensqualität

Projektschritte (1)

- Auftrag eines Arztes
Entwicklung eines gesundheitsfördernden Angebots für Personen 60+
- Bedürfnisanalyse bei bestehenden Patienten/-innen der LINTHPRAXEN
- Anpassung der bestehenden Programme an Schweizer Verhältnisse



Das Programm «blijf gezond» (1)

Ziele:

- Erlernen gesundheitsfördernde Aspekte in den Lebensalltag zu integrieren
- sinnvolle Betätigungen fördern

Zielgruppe:

Gesunde Personen über 60



Das Programm «blijf gezond» (2)

Struktur

- 12 Treffen und 2 Einzelcoachings
- 1 Treffen alle 2 Wochen
- Gemeinsame Aktivitäten
- Pläne erstellen für zu Hause, «Hausaufgaben»
- Weiterführende Aktivitäten



Das Programm «blijf gsund» (3)

Inhalte

- gesunde Ernährung
- ausreichend Bewegung im Alltag
- Gedächtnistraining
- neue Technologien kennenlernen
- Geschicklichkeitstraining
- Beziehungen pflegen
- Sicherheit im Alltag
- andere Angebote der Gemeinde kennenlernen



Projektschritte (2)

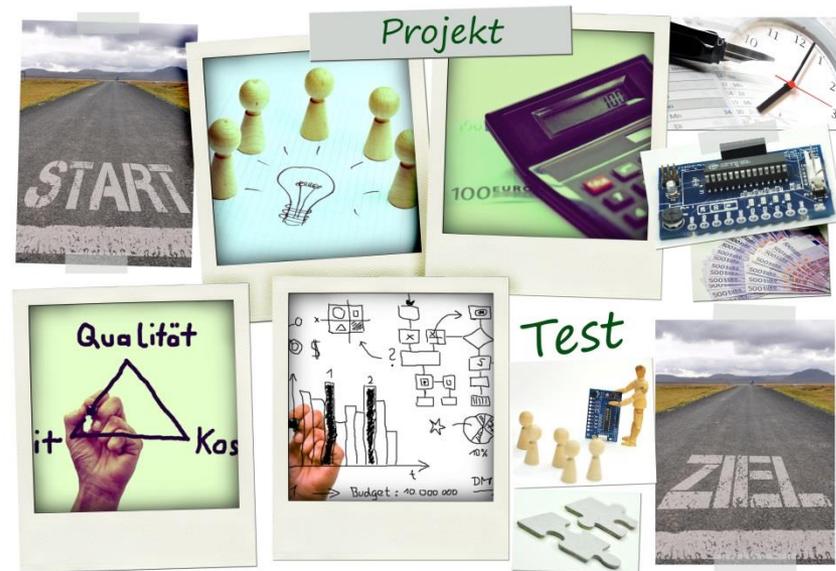
- Erste Programmdurchführung gescheitert
- Nur 2 Anmeldungen, trotz Rekrutierung via:
 - Flyer, Zeitungsanzeigen
 - Vorstellen bei Spitex-Jahreshauptversammlung, regionale Gewerbeausstellung
 - Mundpropaganda via Ärzte, Therapeuten/-innen



??Wie weiter??

Projektschritte (2)

- Fokusgruppen-Diskussion
- Anpassung der Programm-Rahmenbedingungen
- Durchführung «blijf gezond»
- Evaluation



Das angepasste Programm (1)

- Option zur Teilnahme an einzelnen Modulen
- Frequenz der Treffen: 1 mal pro Monat
- Bezahlung pro Modul
- weniger «Hausaufgaben»
- Begleitgruppe initiiert



Das angepasste Programm (2)

Monat	Thema	TN
April	Gedächtnisjogging – Jassen, Schach und weitere Ideen wie Sie geistig fit werden und bleiben	4
Mai	Balance - 10 Ideen wie Sie Ihr Gleichgewicht auch zuhause trainieren können	8
Juni	Genussvoll erfrischend in den Sommer – viele Ideen für leckere Vitaminbomben	5
Sept	Alltag mal anders - Malen im Atelier, eine Möglichkeit zu sich zu finden und zur Ruhe zu kommen	7
Okt	Balance – bleiben Sie standfest im Alltag	2
Nov	Gedächtnisjogging – man lernt nie aus! Bringen Sie Ihre eigenen Ideen mit.	
Dez	Smartphones - Tücken und Tipps Schülerinnen und Schüler aus Linthal werden uns ihr Wissen weitergeben	

TN-Rekrutierung

- Werbung über Schlüsselpersonen und Peers, Zugang über Fokusgruppe
- Informationsabend im Präventionszentrum
- Werbeflyer in Abstimmung mit Begleitgruppe
- Zielgruppengerechte Sprache



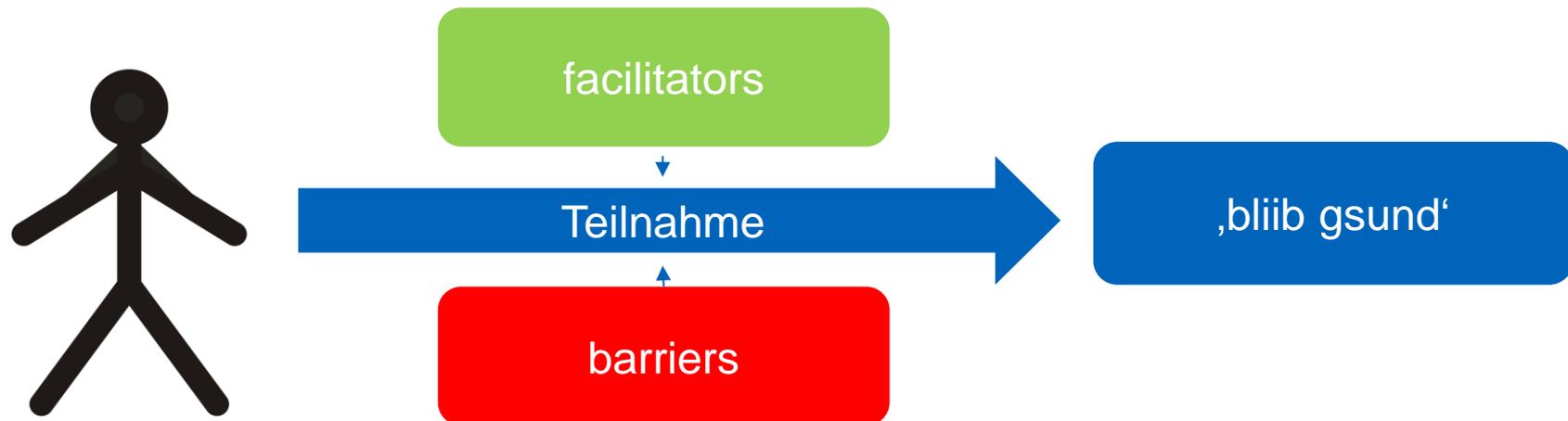
TN-Rekrutierung

Erkenntnisse aus der Theorie

- Empfehlung durch Ärzte, Freunde, Familie oder Staff (Hanson et al., 2011)
- Persönlicher Kontakt zu Teilnehmenden, Mund-zu-Mund-Propaganda (Hildebrand & Neufeld, 2009; Friedman et al., 2012)
- Informationsveranstaltung (Keimer et al., 2011)
- E-Mails mit persönlichen Briefen (Clemson et al., 2007)
- Strategisches platzieren von Werbematerial (Friedman et al., 2012)

TN-Rekrutierung Qualitative Studie

What are elderly Swiss people's perspectives on facilitators or barriers to participate in an occupational therapy lifestyle redesign health promotion program?



TN-Rekrutierung Resultat

facilitators

- Andere Menschen treffen
- Erfahrungen und Wissen teilen
- Persönliche Einladung und Teilnahmedynamik
- Den Wunsch gesund zu bleiben
- Erfahrungen mit Gesundheitseinschränkungen
- «Bin eine aktive Person»

(Egger, 2016)

TN-Rekrutierung Resultat

barriers

- Fühlen sich zu jung
- Kennen den Anbieter/Leitungsperson nicht
- Fühlen sich gesund
- Genügend aktiv
- Teilnahme löst vorhandene Probleme nicht
- Nichts Neues
- Programmangebot und Erwartungen von Teilnehmer/-innen
- Finanzielle Aspekte

(Egger, 2016)

Schlussfolgerung

- Jedes Setting braucht individuelle Rahmenbedingungen
- Qualitative Bedürfnisanalyse aussagekräftiger als quantitative?
- Programmbeschreibung für Laien herausfordernd → einfache Sprache
- Rekrutierung über Schlüsselpersonen und Peers
- Grosser Einsatz nötig für Implementierung eines solchen Programmes
- Grundsätzlich: Rekrutierung innerhalb bestehender Strukturen (hier: Präventionszentrum) einfacher

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Vielen Dank an die finanziellen Unterstützer:

- Stiftung für Ergotherapie Zürich
- evs-ErgotherapeutInnen Verband Schweiz
- Linthpraxen GmbH

Zeit für Fragen...



Literatur

- Clemson, L., Taylor, K., Kendig, H., Cumming, R. G. & Swann, M. (2007). Recruiting older participants to a randomised trial of a community-based fall prevention program. *Australasian Journal on Ageing*, 26(1), 35–39.
- Craig C & Mountain G (2007) *Lifestyle Matters: an occupational approach to healthy ageing*. Bicester: Speechmark.
- Egger, S. (2016). *What are elderly Swiss people's perspectives on facilitators or barriers to participate in an occupational therapy lifestyle redesign health promotion program*. Unveröffentlichte Masterarbeit: ZHAW, Winterthur.
- Ferber, R., Dangl, H., Grote, A., Kölling, D., Marotzki, U., Rach, M., Schmit, R. & Weiß, K. (2012). *Tatkraft – Gesund im Alter durch Betätigung, Programm zur Gesundheitsförderung*. Idstein: Schulz-Kirchner Verlag.
- Friedman, D. B., Carolina, S., Hooker, S. P., Wilcox, S., Carolina, S., Burroughs, E. L. & Rheaume, C. E. (2012). African American Men ' s Perspectives on Promoting Physical Activity : “ We ' re Not That Difficult to Figure Out ! ” . *Journal of Health Communication*, 17, 1151–1170.

Literatur

- Hanson, K., Montgomery, P., Bakker, D. & Conlon, M. (2011). Evaluation of an Intervention Designed to Recruit Canadian Women to Mammography Screening. *Journal of Community Health Nursing, 28*, 130–143.
- Hildebrand, M. & Neufeld, P. (2009). Recruiting older adults into a physical activity promotion program: Active living every day offered in a naturally occurring retirement community. *Gerontologist, 49*(5), 702–710.
- Jackson, J., Carlson, M., Mandel, D., Zemke, R. & Clark, F. (1998). Occupation in Lifestyle Redesign: The Well Elderly Study Occupational Therapy Program. *The American Journal of Occupational Therapy, 52*(5), 326-336.
- Keimer, K. M., Dreas, J. & Hassel, H. (2011). Recruiting elderly with a migration and/or low socioeconomic status in the prevention study OptimaHI 60plus. *The Journal of Primary Prevention, 32*(1), 53–63.
- Mountain, G., Mozley, C., Craig, C. & Ball, L. (2008). Occupational Therapy Led Health Promotion for Older People: Feasibility of the Lifestyle Matters Programme. *The British Journal of Occupational Therapy, 71*(10), 406–413.