



UN IDOP 2025

United Nations International Day of Older Persons



Datum: 29. September 2025

Ort: Haus der Europäischen Union, Wipplingerstraße 35, 1010 Wien

Zeit: Registrierung: 13:00 Beginn: 14:00

Gesund bleiben bis ins hohe Alter wünscht sich jeder! Viele Faktoren spielen eine Rolle bei der Erfüllung dieses Wunsches. Das soziale Umfeld ist ganz wesentlich. Wir haben das Glück in einer Stadt zu leben, die für die Bevölkerung sehr viel zur Verfügung stellt, um eine hohe Lebensqualität zu gewährleisten. Zu Ehren des UN Internationalen Tages der Älteren Menschen (UN IDOP - 1. Oktober!) präsentieren Experten ihre Gedanken zu dem Thema:

‘Gutes Altern mit mentaler Gesundheit - Mens sana in corpore sano‘

Eröffnung: **Lukas Mandl** (Member of the European Parliament (MEP)) (Videobotschaft)

Begrüßung: Dirk Jarré (Chair, NGO Committee on Ageing UN, Wien)

Moderation: Jacqueline Stark und Gerda Beck (NGO Committee on Ageing UN, Wien)

Keynote: **Prof. Dr. Robert Darkow** (FH-Prof. Dipl.-Log. Dr.rer.medic., Institutsleitung Logopädie, Fachhochschule Joanneum, Graz)

Titel: Mens sana per communicationem sanam: Die stille Krise der kommunikativen Gesundheit im Alter

Abstract: Sprache, Sprechen, Schlucken und Hören sind keine Selbstverständlichkeit sondern Lebensgrundlage, bilden die Basis für Selbstbestimmung, soziale Teilhabe und mentale Gesundheit. Und doch sind gerade diese Funktionen besonders anfällig für altersassoziierte Veränderungen – häufig schleichend, lange unbeachtet und oft falsch als normaler Verfall interpretiert. Der Vortrag beleuchtet diese stille Krise der kommunikativen Gesundheit im Alter: Welche Rolle spielen Sprachverlust, Stimmchwäche, Hörminderung oder Schluckstörungen für kognitive Resilienz, seelisches Wohlbefinden und Lebensqualität? Auf Basis aktueller Forschung zeigt die Keynote, wie unterschätzte Kommunikationsdefizite Depression, Demenz, Mangelernährung und Isolation begünstigen – und warum Prävention, Diagnostik und Versorgung dieser Funktionen integraler Bestandteil eines gesunden Alterns sein müssen. Dabei wird ein interdisziplinärer Blick auf Versorgungslücken, Therapiepotenziale und strukturelle Herausforderungen geworfen – für ein Altern, das nicht nur körperlich und geistig, sondern auch stimmlich und hörbar gesund bleibt.

Bio: Nach der Ausbildung zum Logopäden an der staatlichen Berufsfachschule für Logopädie der RWTH (Rheinisch-Westfälische Technische Hochschule) Aachen absolvierte Robert Darkow ebenda das Studium der Lehr- und Forschungslogopädie, bevor er an der

Berliner Charité im Fach der theoretischen Medizin promovierte. Im September 2018 übernahm er die Leitung des Instituts für Logopädie und des assoziierten, grundständigen Bachelorstudiengangs für Logopädie an der FH JOANNEUM in Graz. Als Gutachter für das österreichische Gesundheitsministerium und Gastwissenschaftler an verschiedenen deutschen Universitäten setzt er sich für eine bestmögliche Versorgung, innovative Versorgungsformen und eine ökologisch valide Lehre ein.

* * * * *

Sabine Hofer-Gruber (Senioren:innenbeauftragte der Stadt Wien)

Titel: Der Wiener Weg zu einer altersfreundlichen Stadt

Abstract:

Seit 2023 ist Wien als erste Stadt Österreichs Mitglied im Globalen Netzwerk für altersfreundliche Städte und Gemeinden der World Health Organization (WHO). Seit dem orientiert sich Wien an den acht Themenfeldern zur Altersfreundlichkeit und setzt den schon vor vielen Jahren eingeschlagenen Weg zur altersfreundlichen Stadt noch strukturierter und umfassender fort. Zudem wird an einer Wiener Senior:innenstrategie gearbeitet, die den vielen Stakeholdern aus den unterschiedlichen Bereichen der Stadt und den Senior:innen selbst Orientierung geben soll, wo wir in den nächsten Jahren die Schwerpunkte auf unserem Weg legen.

Bio: Seit 2022 ist Sabine Hofer-Gruber die Senior:innenbeauftragte der Stadt Wien. Gemeinsam mit ihrem Team und einem starken Netzwerk macht sie sich für die Interessen älterer Menschen in Wien stark. Als Impulsgeberin, Ansprechpartnerin und strategische Gestalterin der Altersfreundlichkeit in Wien trägt sie senior:innenrelevante Themen in alle Lebensbereiche.

* * * * *

Birgit Meinhard Schiebel (Präsidentin Pflegender Angehörige)

Titel: Life is not easy - or it is? Ageing is an adventure

Abstract:

Wir werden alt. Ein langes, gutes Leben ist und bleibt eine Herausforderung. Was uns oft fehlt, sind die großen Vorbilder. Jetzt sind wir es, die zeigen, wie dieses große Abenteuer gelingen kann. Lasst uns die Reise beginnen...

Bio: Birgit Meinhard Schiebel ist Schauspielerin, Erwachsenenbildnerin, Lehrlingsausbildnerin, Supervisorin, Gedächtnistrainerin, Werbekonsulentin(WU Wien), Sozialmanagerin (Kepler-Universität Linz). Seit mehr als zehn Jahren ist sie die Präsidentin Pflegender Angehörige.

* * * * *

Mag.^a Regina Rajecky (Leitung Psychologischer Dienst, Wiener Häuser zum Leben)

Titel: *Mein Zuhause. Meine Sexualität. Zum Umgang mit den Themen Sinnlichkeit, Intimität und Sexualität in den Häusern zum Leben*

Abstract:

Den Mitarbeiter*innen der Häuser zum Leben ist es ein großes Anliegen, älteren, gebrechlichen und/oder kranken Menschen ein Leben in Würde zu ermöglichen. Dazu gehört auch, sich auf bestimmte Weise zu spüren, auszudrücken, in Beziehung zu sein, Sinnlichkeit und Sexualität sowie die eigene Geschlechtsidentität zu leben. All dies kann zu mehr Wohlbefinden, Steigerung der Lebensqualität, Vermeidung von Rückzug sowie zur Linderung von Einsamkeit und depressiven Symptomen beitragen.

Wissensvermittlung, die Auseinandersetzung mit den eigenen Einstellungen und Gefühlen, die Schaffung von notwendigen Rahmenbedingungen in Institutionen, Erarbeitung bedarfsgerechter Lösungsangebote zur Förderung sexueller Identität von Bewohner*innen sowie die Einhaltung der Menschenrechte für ältere Personen und Menschen mit Behinderungen werden dabei als der Schlüssel zu einem adäquaten Umgang mit dieser Thematik gesehen.

Mein Input im Rahmen der Veranstaltung möchte einen Beitrag zur Enttabuisierung des Themas leisten sowie einen Diskurs zur Schaffung von mehr Akzeptanz anregen; damit es sich u. a. gut, besser und gesünder Altern lässt.

Bio: Leitende Psychologin

Bereich Pflege und Interdisziplinäre Betreuung

Studium der Psychologie an der Universität Wien

Klinische und Gesundheitspsychologin (GkPP)

Personzentrierte Psychotherapeutin (IPS)

Zertifizierte Notfallpsychologin (GkPP)

Rehabilitationspsychologin (AAP)

Gerontopsychologin

Tätig bei den Häusern zum Leben (seit 2001): Leitung des Psychologischen Dienstes; Klinische und Gesundheitspsychologin der Remob-Wieden

Personzentrierte Psychotherapeutin in freier Praxis

* * * * *

Dr. Georg Psota (Chef der Psychosozialen Dienste Wien i.R.)

Titel: *Einsamkeit und Fitness – Sozialer und seine Auswirkungen auf die mentale & körperliche Gesundheit*

Abstract:

Einsamkeit stellt ein zunehmendes gesellschaftliches Problem dar, welches als signifikanter Risikofaktor für die psychische und physische Gesundheit gilt. Zahlreiche Studien belegen,

dass Menschen ohne ausreichende soziale Kontakte ein deutlich erhöhtes Risiko für psychische Erkrankungen, wie Angststörungen, Depressionen und Schlafstörungen aufweisen. Soziale Isolation kann Demenzerkrankungen begünstigen, da fehlende soziale Interaktionen und geistige Anregungen die kognitive Entwicklung negativ beeinflussen.

Auf der physiologischen Ebene zeigen wissenschaftliche Untersuchungen Zusammenhänge zwischen Einsamkeit und Gesundheitsparametern des Herz-Kreislaufsystems oder der Immunfunktion. Soziale Isolation und Einsamkeit werden inzwischen ebenso gesundheitsgefährdend wie Rauchen oder Adipositas eingestuft.

Soziale Kontakte und körperliche Aktivität spielen eine zentrale Rolle für die Prävention von Einsamkeit und deren negative Folgen. Zudem sind Menschen in stabilen sozialen Beziehungen motivierter, sich – vor allem in Gemeinschaft - sportlich zu betätigen was ihr Wohlbefinden und ihre Lebenserwartung positiv beeinflusst und insgesamt zu einem gesünderen Lebensstil führt.