

# AKTIV WERDEN FÜR GESUNDE NACHBARSCHAFT

*In Rudolfsheim-Fünfhaus sind AktivlotsInnen für mehr Gesundheit, Wohlbefinden und Miteinander im Einsatz.*



Zabih Nurbachs: „Unser Café Aktiv-Gutschein soll nur aufmerksam machen. An unserem Tisch ist jede und jeder willkommen – ob mit oder ohne Gutschein.“

„Ich möchte meiner Stadt, meinem Bezirk und den Menschen, die darin leben, etwas zurückgeben“, erklärt Zabih Nurbachs (74). Er ist einer von derzeit acht ehrenamtlichen AktivlotsInnen, die im 15. Bezirk für eine gesunde Nachbarschaft sorgen. „Wir knüpfen Kontakte zu Menschen über 55 Jahre, die aufgrund von Armut, Sprachbarrieren oder sozialer Benachteiligung weniger Chancen auf ein gesundes Leben haben“, erklärt der Deutsch-Perser. „AktivlotsInnen in Rudolfsheim-Fünfhaus“ heißt das gemeinsame Projekt der Wiener Sozialdienste und des Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentrum 15. Es wird vom Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) im Rahmen der Initiative „Auf gesunde Nachbarschaft“ und von der Wiener Gesundheitsförderung – WiG finanziert. Aus gutem Grund: „Für die kommunale Gesundheitsförderung ist wichtig, in den unterschiedlichen Lebenswelten der Menschen anzusetzen: dort, wo sie wohnen, arbeiten oder ihre Freizeit verbringen. Dabei geht es nicht nur um die physische, sondern auch um die psychische und soziale Gesundheit“, erklärt Gesundheitsreferentin Liane Hanifl von der WiG.

## NACHBARSCHAFT STÄRKEN

Zabih Nurbachs geht mit viel Humor an die Sache heran: „Ich bin Perser und wir sind eigentlich dafür bekannt, gute Ärztinnen und Ärzte zu sein. Ich hingegen habe jahrelang am Juridikum in Deutschland gearbeitet. Ich kann den Menschen helfen, wenn sie ein Dienstschreiben nicht verstehen oder nicht wissen, an welche Behörden sie sich wenden können.“ Für das Übersetzen aus dem Persischen (Farsi), kleine handwerkliche Hilfen und Gesellschaft bei sportlicher Betätigung ist er ebenso zu haben wie für Gespräche. Etwa im Café Aktiv, in dem sich die AktivlotsInnen freitags treffen. Dort tauschen sie sich bei Kaffee und Tee aus. „Die Menschen werden zum Mitmachen ange-

regt und treten so aus der sozialen Isolation heraus“, so Nurbachs. Rund um diesen Freitagstisch finden auch „Gesundheitspartys“ statt, bei denen Nurbachs und seine KollegInnen über gesundheitsförderliche Maßnahmen und Angebote informieren. Außerdem ist das Café Ausgangspunkt von gemeinsamen Ausflügen. Die SeniorInnen sind als AktivlotsInnen im öffentlichen Raum aktiv und initiieren Bewegungs- und Gesundheitsangebote.

## WEITERE EHRENAMTLICHE GESUCHT

Nurbachs ist im November 2016 zufällig beim Besuch des Nachbarschaftszentrums am Kardinal-Rauscher-Platz 4 auf das Projekt gestoßen. „Ich war wegen Informationen zum Thema Staatsbürgerschaft dort und die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben mir schnell, unbürokratisch und freundlich weitergeholfen. Deshalb möchte ich jetzt anderen helfen.“ Offenheit, Herzlichkeit und der Wille, etwas zu verbessern: Nurbachs bringt alle Eigenschaften mit, die eine Aktivlotsin beziehungsweise einen Aktivlotsen ausmachen. Derzeit ist er dabei, sich bei Schulungen das fachliche Rüstzeug für das Ehrenamt anzueignen. Es reicht von der Einführung in die Freiwilligenarbeit über sicherheitsorientiertes Verhalten bis hin zu mobiler Ergotherapie. „Ich möchte niemandem erzählen, wie schön es bei uns ist“, schmunzelt Nurbachs. „Jede und jeder sollte einfach vorbeikommen und sich ein Bild davon machen. Ich jedenfalls war vom ersten Tag an vom Projekt überzeugt.“

## AKTIVLOTSINNEN IN RUDOLFSHEIM-FÜNFHAUS

Nachbarschaftszentrum 15 des Wiener Hilfswerks, 15., Kardinal-Rauscher-Platz 4, Café Aktiv: Fr 10–11.30 und 13–14.30 Uhr im Nachbarschaftszentrum, Tel. 0664/618 95 34, [www.nachbarschaftszentren.at/nz15](http://www.nachbarschaftszentren.at/nz15), [www.wienersozialdienste.at](http://www.wienersozialdienste.at), [www.wig.or.at](http://www.wig.or.at)