

# Aktivität, Individualität und Flexibilität – Gesundheitsvorsorge Aktiv

**D**ie Zeiten ändern sich. Alles wird schneller und komplexer. Die mentale Belastung steigt. Gleichzeitig nimmt die Bewegung immer mehr ab. All diesen Herausforderungen müssen sich auch die Prävention und die Rehabilitation stellen. Denn wer möchte nicht so lange wie möglich ein aktives Leben führen?

Die PVA hat es sich zur Aufgabe gemacht, ihre Versicherten, Pensionistinnen und Pensionisten auf diesem Weg zu unterstützen. Mit innovativen Modellen, etwa der Gesundheitsvorsorge Aktiv (GVA). Wie der Name schon sagt, geht es um Aktivität. Denn die Vorsorge, die in den kommenden Jahren die klassische Kur ablösen wird, setzt auf Eigeninitiative. Ziel ist eine Lebensstiländerung. Daher bietet die GVA Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit als Schwerpunkte. Die Einheiten teilen sich in Basismodule, Aufbaumodule und individuelle Ergänzungsmodule. Sie bietet auch mehr Flexibilität. So kann der Aufenthalt in zwei Teile geteilt werden. Zunächst zwei Wochen und die dritte Woche dann in einem Zeitraum von sechs Monaten. Positiv für Menschen, die etwa Kinder zu betreuen haben oder die Pflege anderer Menschen übernommen haben oder auch nicht so lange von ihrem Arbeitsplatz entfernt sein können.

Eine Evaluierung der Gesundheit Österreich GmbH (GÖG) nach der Pilotphase kommt in ihrem Evaluationsbericht zu dem Schluss, dass „die Ergebnisse bei den Indikatoren Gesundheitszustand und Depression eine signifikant größere Wirksamkeit der Gesundheitsvorsorge Aktiv im Vergleich zur Standardkur zeigen. In der Nachbeobachtung der Gesamtpopulation (d. h. etwa fünf Wochen nach der Kur) zeigen sich signifikante Verbesserungen für die Ergebnisindikatoren Selbstkompetenz Ernährung, subjektiver Gesundheitszustand, Schmerz, Angst, Depression, körperliche Aktivität und Schwitztage.“

„Wir haben die GVA in den vergangenen Jahren in Pilotversuchen eingehend getestet und

**Rund 170.000 Heilverfahren, also sogenannte Kur- oder Rehabilitationsaufenthalte, wurden in den vergangenen Jahren von der Pensionsversicherungsanstalt (PVA) und den Partnerinstitutionen durchgeführt. Tendenz steigend. Erstmals wurden im Jahr 2017 mehr als eine Milliarde Euro in diese Maßnahmen investiert.**



sind zu dem Schluss gekommen, sie in den kommenden Monaten verstärkt in ganz Österreich anzubieten. Die Evaluierung spricht eine eindeutige Sprache“, so der Obmann der PVA, Manfred Anderle. Insgesamt 45 PVA-Partner, die auf ihre qualitative und quantitative Eignung hin geprüft wurden, können nun die GVA anbieten. Je nach Bedarf kann eine unterschiedliche Bettenanzahl abgerufen werden.

Vorerst wird die GVA für Probleme mit dem Stütz- und Bewegungsapparat angeboten, bis heute die größte Indikatorengruppe. Nach der erfolgreichen Absolvierung der Pilotphase wird aber die Zielgruppe ausgeweitet. War es in den ersten Jahren nur Personen zwischen 30 und 55 Jahren möglich, an der GVA teilzunehmen, können von nun an auch Pensionistinnen und Pensionisten einen Antrag auf dieses Heilverfahren stellen.

„Eine besondere Herausforderung in Österreich besteht darin, dass wir zwar eine im internationalen Vergleich recht hohe Lebenserwartung haben, aber auch oft früh krank werden. Mit der Vorsorge Aktiv versuchen wir hier einen Baustein zu setzen, um dem entgegenzuwirken“, betont der Generaldirektor der PVA, Winfried Pinggera. ::

**Pensionsversicherungsanstalt  
Friedrich-Hillegeist-Straße 1  
A-1021 Wien  
Tel.: +43(0)5 0303  
pva@pensionsversicherung.at  
www.pensionsversicherung.at**

