

# Das ressourcenorientierte Gesundheitsförderungsprogramm für LymphödempatientInnen

## Abschlussveranstaltung

- Februar 2008 bis Jänner 2009
- 3 Trainingsgruppen mit 38 Teilnehmenden
- 32 Frauen und 6 Männer
- durchschnittliches Alter - 57Jahre (range 35-74)
- 16 Steiermark und 22 Kärnten
- 18 Trainingstage
- 96,5% Anwesenheitszeit



# Ressourcenorientiertes Gesundheitsförderungsprogramm



## ZIELE DER TEILNEHMENDEN

Zentrum für Lymphologie  
Klinische Psychologie

psychosoziale Gesundheit (28)

Bewegung und Sport (10)

Ernährung und Gewicht (10)



gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich



Ressourcenorientiertes Gesundheitsförderungsprogramm



ERGEBNISSE AUS DEN INTERVIEWS - biopsychosoziale Gesundheit

Zentrum für Lymphologie  
Klinische Psychologie

Gesamtbefindlichkeit

- **Lebens- und Gesundheitsplanung, Lebensweise, Lebenseinstellung**

Persönliches Gesundheitsverhalten

- **Selbstbewusstsein, Einstellung zu sich selbst, persönliche Bedürfnisse, Selbstbestimmung, Eigeninitiative, eigene Stärken und Ressourcen nutzen, Bewältigen von Problemen und Alltag**

Bewegungs- und Ernährungsverhalten

Umgang mit und Einstellung zur Lymphödemerkrankung



gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich



## hilfreich waren ...

- **Gruppe - sozialen Kontakte**
- **spezielle ressourcenorientierte Methode**
- **ganzheitliche Ansatz**
- **Arbeitsmaterialien**
- **Möglichkeit sich mit der eigenen Person auseinanderzusetzen**
- **keine Kosten**



## Ergebnisse aus SWLS - Satisfaction with Life Scale

### Lebensqualität

- **statistisch signifikante Verbesserung der Lebensqualität im Laufe des Gesundheitsförderungsprogramms bei 90% der PatientInnen**

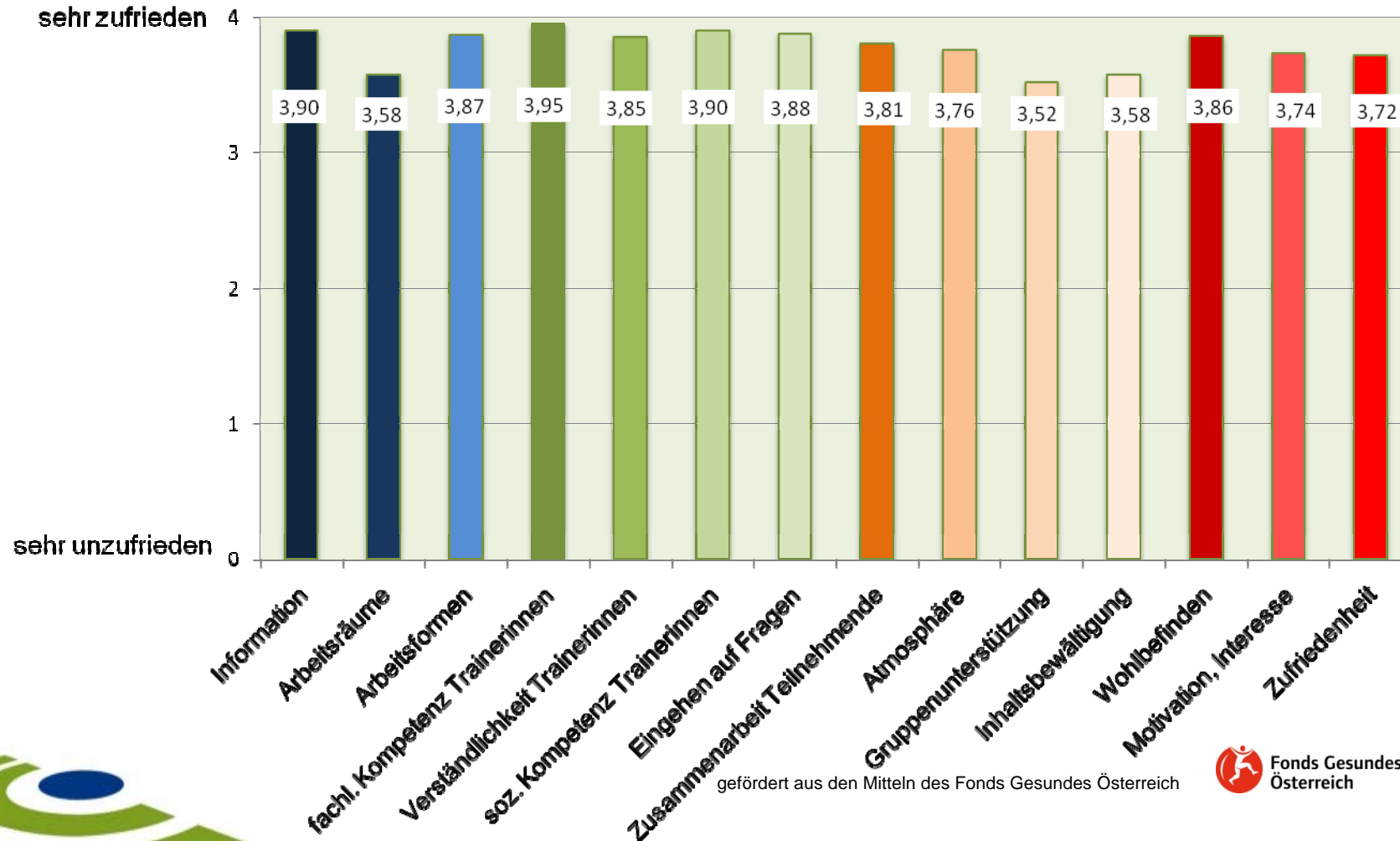


# Ressourcenorientiertes Gesundheitsförderungsprogramm



## EVALUATIONSERGEBNISSE - Mittelwerte Einzelfragen

Zentrum für Lymphologie  
Klinische Psychologie



gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich



