

Tag der älteren Menschen (1.10.): Wer sich kümmert, verdient Unterstützung

30.9.2026 - Roberta Rastl-Kircher | Diakonie Österreich

Diakonie weist auf oft übersehene Leistungen in Pflege und Betreuung hin und fordert besser zugängliche Hilfe

Anlässlich des Internationalen Tags der älteren Menschen am 1. Oktober weist die Diakonie darauf hin, dass Menschen ab 50 einen wesentlichen Teil der Sorgearbeit in Österreich leisten. Viele begleiten kranke Partner:innen oder Kinder mit Behinderungen oder chronischen Krankheiten, unterstützen Eltern und Schwiegereltern oder kümmern sich um Geschwister, Freunde und Nachbar:innen. Damit sie diese Aufgaben gesund bewältigen können, fordert die Diakonie für sie verlässliche Unterstützung durch verständliche Informationen, einfacher zugängliche und leistbare Betreuungsangebote.

„Menschen, die Angehörige betreuen, fehlt oft Zeit und Kraft, sich im komplizierten System zurechtzufinden. Wer sich tagtäglich um andere kümmert, braucht mehr als verbale Wertschätzung. Es braucht echte Orientierung und Sicherheit: Welche Hilfen gibt es für mich? Wer entlastet mich? Wie können wir das finanzieren? Darauf müssen Menschen rasch verständliche und verlässliche Antworten bekommen“, betont Diakonie-Direktorin Maria Katharina Moser.

Sorgearbeit ist weiblich - und oft gar nicht bewusst

Rund 80 Prozent der Menschen mit Pflegebedarf in Österreich werden zu Hause von Angehörigen oder anderen nahestehenden Personen versorgt. Fast 70 Prozent dieser Leistungen übernehmen Frauen, wobei der Altersschwerpunkt zwischen 56 und 65 Jahren liegt.

Hinter diesen Zahlen stehen Menschen, die einkaufen, kochen, bei der Körperpflege helfen, Arzttermine begleiten und Betreuung organisieren. Oft sind sie auch nachts im Einsatz. Doch viele verstehen sich dabei gar nicht als „pflegende Angehörige“. Sie sind Ehepartnerin, Sohn, Schwester oder Cousin - und helfen, weil ihnen jemand am Herzen liegt.

„Ich kümmere mich ja nur“, sagen viele. Aber dieses Kümmern braucht Zeit, Kraft und Aufmerksamkeit. Dass es aus Verbundenheit geschieht, macht es nicht weniger anstrengend und nicht weniger unterstützenswert“, so Moser.

Unterstützung muss im Alltag ankommen

Wer die eigene Situation in der Bezeichnung „pflegende Angehörige“ nicht wiedererkennt, fühlt sich auch von entsprechenden Angeboten nicht angesprochen. Beratung, Entlastung und finanzielle Hilfen bleiben dann ungenutzt. Gleichzeitig erschweren zu viele Zugangshürden und komplizierte Regelungen den Weg zur passenden Unterstützung.

„Menschen müssen in ihrem Alltag leicht finden können, welche Hilfen es gibt und welche Leistungen ihnen zustehen. Und sie müssen diese auch ohne aufwendige Hürden in Anspruch nehmen können. Wer ohnehin täglich Betreuung organisiert, ist oft damit überfordert, auch noch die eigene Entlastung zu organisieren“, unterstreicht die Diakonie Direktorin.

Dazu brauche es gut erreichbare Anlaufstellen – zum Beispiel durch Social Prescribing beim Hausarzt oder durch Community Nurses – verständliche Regelungen und leistbare Angebote.

Hinhören, was gelingt und was fehlt

Das Market-Institut hat die österreichische Bevölkerung in einer repräsentativen Umfrage für die Diakonie gefragt: Stellen Sie sich vor, ein Angehöriger braucht Pflege und Sie können das nicht alleine stemmen - wissen Sie, wohin sie sich wenden können? Jeder zweite sagt, nein. Jede zweite weiß nicht, wie sie an Informationen über Unterstützungsangebote bei Pflegebedarf kommen soll. Und zwei Drittel meinen, dass die Pflege-Unterstützung in Österreich nicht ausreicht.

Die Diakonie möchte die konkreten Menschen und Geschichten hinter dieser Zahl sichtbar machen. Unter dem Motto „Die Diakonie hört hin“ sammelt sie Erfahrungen von Menschen, die sich kümmern, ebenso wie von Menschen, die selbst mit Pflegebedarf leben: Wo fehlt Hilfe? Was würde den Alltag erleichtern? Welche gute Idee könnte auch anderen nützen?

„Wir wollen unser Ohr nahe bei den Menschen haben. Wir wollen ihre Erfahrungen hören und zu einer starken gemeinsamen Stimme zusammenführen. Damit Unterstützung besser ankommt und weniger Lücken hat. Und damit das, was gelingt, gestärkt wird und gute Ideen weitere Menschen erreichen“, sagt Moser.

Erfahrungen teilen: Die Diakonie hört hin

<https://www.diakonie.at/news-stories/pressemitteilung/tag-der-aelteren-menschen-1.10.-wer-sich-kuemmert-verdient-unterstuetzung>