



Bundesverband e.V.

„Gesundheitsförderung & Prävention

für ältere Menschen im Quartier“

Ein Kooperationsprojekt mit dem vdek

Wie können wir die Zielgruppe gut erreichen?

# **Inhalt**

- 1. Auf einen Blick**
- 2. Bisherige Ergebnisse in den Quartieren**
- 3. Projektumsetzung konkret –  
Standort Erndtebrück**
- 4. Ausblick**

1.

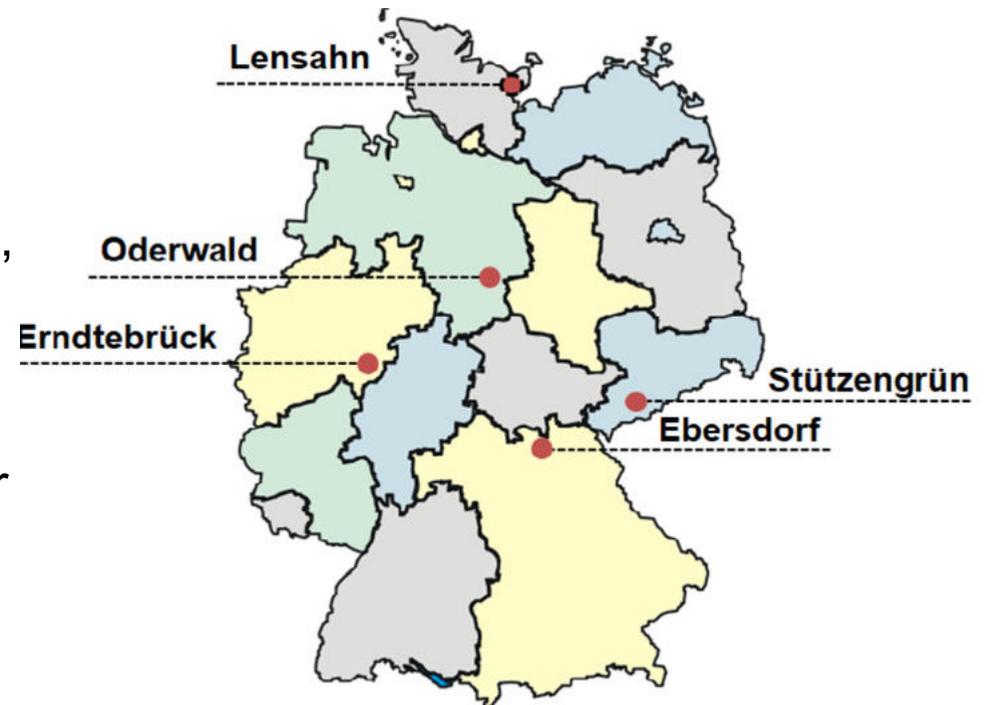
# Auf einen Blick

## 1.1 Projektziel und Standorte

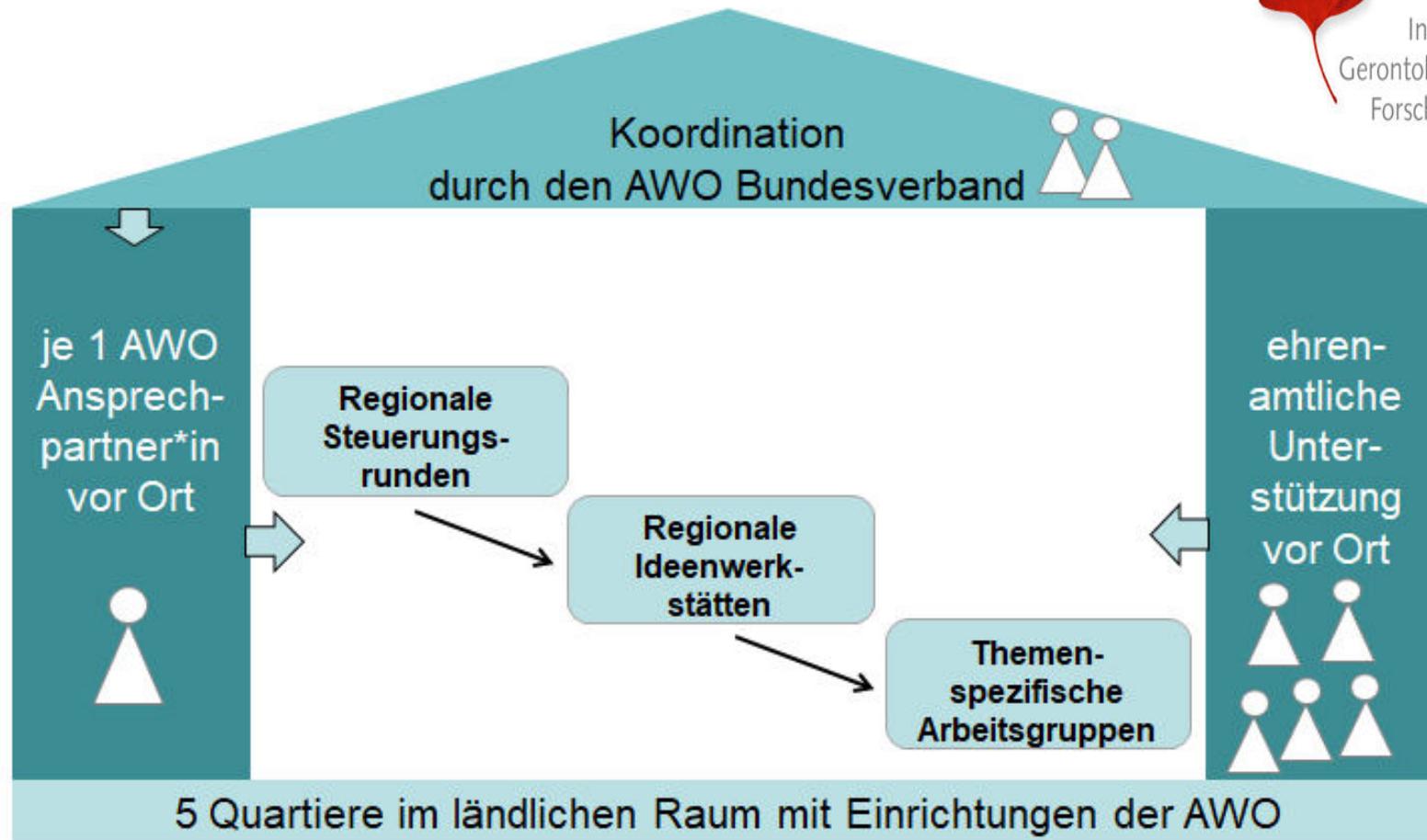
**Ziel: Die Gesundheit von Menschen ab 65 Jahren in fünf ländlichen Modellquartieren stärken**

→ Aufbau von gesundheitsförderlichen Strukturen, die sich am Bedarf vor Ort orientieren

- Fokus: Menschen in schwieriger sozialer Lage
- Präventionsprojekt nach § 20a SGB V gefördert durch den Verband der Ersatzkassen e. V.



## 1.2 Projektaufbau



2.

Bisherige Ergebnisse

in den Quartieren

## 2.1. Steuerungsrounden

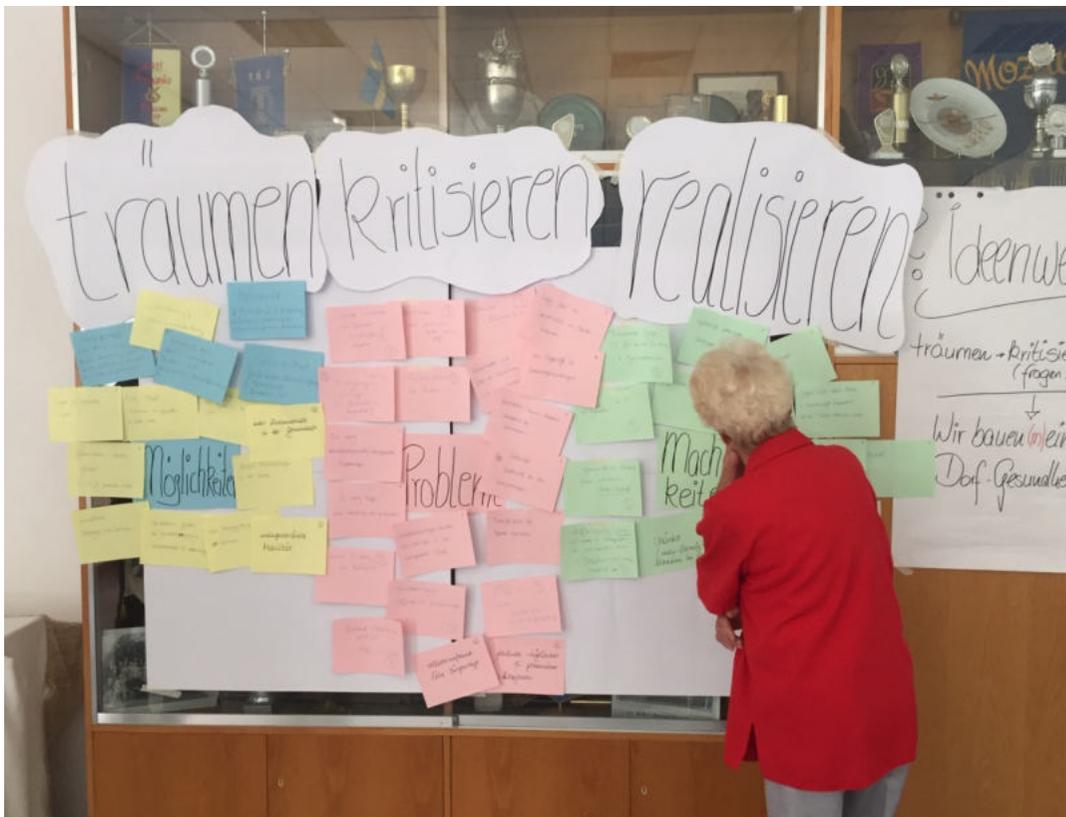
### Zusammensetzung der Steuerungsrounden

- Jeweils ca. 5 - 17 Teilnehmende (darunter auch Bürgermeister oder Gemeindevertreter\*in)
- Zentrale Akteure (u.a.): AWO-Ortsverein, andere Wohlfahrtsverbände, VdK, Sportverein, Kirche, LandFrauen, Seniorenkreisleiter...

### Erste Erkenntnisse im laufenden Prozess der Evaluation

- Partizipativer Ansatz wirkt in den Quartieren vernetzend und belebend
- AWO-Ansprechpartner\*innen sind akzeptiert und wirken als „Motor“ und „Impulsgeber“
- Steuerungsrunde als „Keimzelle“ der Quartiersarbeit

## 2.2 Ideenwerkstätten



© AWO Bundesverband e.V.

- Durchführung:  
Mai-Juli 2019
- 16-65 Personen aus  
der Zielgruppe
- Unterstützung durch  
die Gemeinde:  
An 4 Standorten  
Bürgermeister (oder  
Vertreter\*in)  
anwesend

## 2.2 Ideenwerkstätten

### Erste Erkenntnisse im laufenden Prozess der Evaluation

- Ideenwerkstätten als zentrales Element der Partizipation gut angenommen
- Breites Spektrum der Ergebnisse, darunter viele Themen, die im Verantwortungsbereich der Gemeinde liegen (z. B. Barrierefreiheit im öffentl. Raum, Mobilität/ÖPNV)
- Die meisten Anregungen aus den Ideenwerkstätten haben Bezug zum Handlungsfeld „Bewegung“, worüber sich gut andere Themen generieren lassen

## 2.3 Arbeitsgruppen

**Arbeitsgruppe (AG) = offene Struktur, in der lokale Akteure (Fachkräfte) und Vertreter\*innen der Zielgruppe zusammenwirken, um Lösungsansätze (aus den Ideenwerkstätten) umzusetzen**

Beispiele für AG-Themen:

- Altersfreundliche Gemeinde (z. B. Dorfplan mit rollatorfreundlichen Wegen)
- Kommunikation, Information & Bewegung (Broschüre über Angebote in der Gemeinde)

Erste Erfahrungen:

- Vertreter\*innen der Zielgruppe gut erreicht
- Reger Austausch
- Bislang (noch) wenig Aufgabenübernahme seitens der Zielgruppe



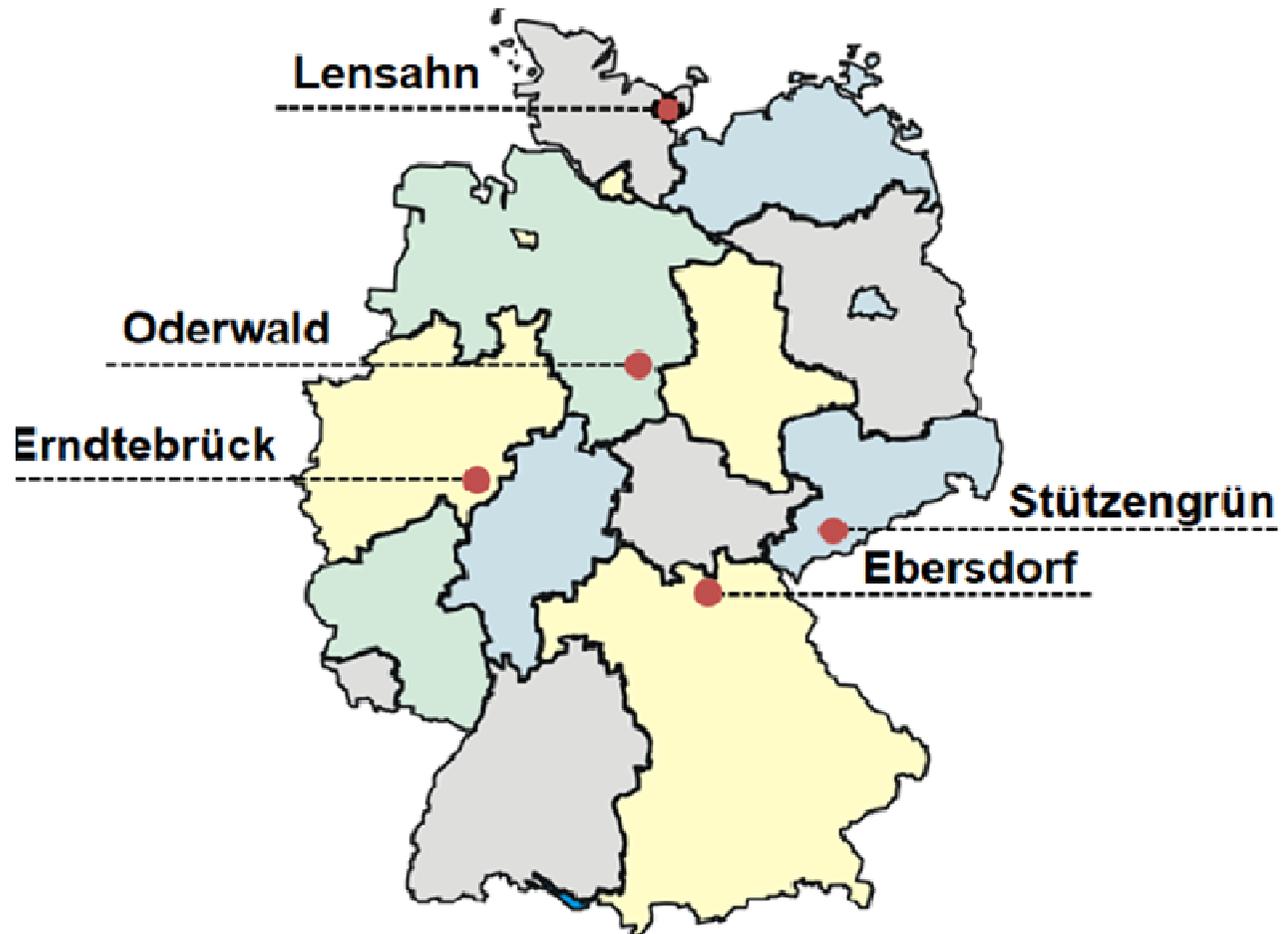
Arbeiterwohlfahrt  
Bezirksverband  
Westliches Westfalen e.V.



Bundesverband e.V.

3.

## Projektumsetzung konkret – Standort Erndtebrück



## 3.1 Steuerungsrunde Erndtebrück

- Mitglieder:
  - Fachkräfte aus den Bereichen Gesundheit und Soziales
  - Vertreter der Gemeinde
  - Politiker

- Interesse ↑

### **Herausforderung:**

- Zusammenarbeit
- Keine konstante Zusammensetzung
- Knappe zeitliche Ressourcen

### **Lösung:**

- Gewinnung von neuen Teilnehmenden
- Zusammenlegung der Steuerungsunden

## 3.2 Ideenaustausch Erndtebrück





Themen	Beispiele für gesammelte Ideen
<b>Altersgerechte Gestaltung der Gemeinde (öffentlicher Raum)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Barrierefreiheit (Bürgersteige, Hallenbad, Wohnungen)</li> <li>• Ruhebänke</li> <li>• Verbesserung/Ausbau der Spazier- und Radwege</li> <li>• Behindertengerechte öffentliche Toilette</li> <li>• Informationen zu Angeboten für Senioren</li> </ul>
<b>Altersgerechte Aktivitäten/Soziale Kontakte/Miteinander</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regelmäßige Seniorenausflüge</li> <li>• Spiele-, Sing-, Tanznachmittage</li> <li>• Kinobesuche</li> <li>• Repair-Café</li> <li>• Mehr Miteinander durch Vereine, Nachbarschaftshilfe....</li> </ul>
<b>Gesundheitsbezogene Strukturen/Angebote</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprechzeiten von Fachärzten vor Ort</li> <li>• Ärztliche Grundversorgung nachhaltig sichern</li> <li>• Psychologische Beratung</li> <li>• Medikamenten-Beratung</li> <li>• Informationen/Beratung zur gesunder Ernährung</li> <li>• Kurse zur Rollatoren-Nutzung</li> </ul>
<b>Gesellschaftliche/sonstige Entwicklungen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fehlende familiäre Strukturen</li> <li>• Mangelnde Eigeninitiative</li> <li>• Einsamkeit</li> </ul>
<b>Bewegungs- und Entspannungsangebote (öffentlicher Raum)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsparcours</li> <li>• Kneipp-Anlage</li> </ul>

# Wünsche der Teilnehmer hatten enorme Bandbreite

Ideenaustausch im Erndtebrücker Rathaus für ein gesundes Altern

Im Erndtebrück. Gesundes Altern im Quartier – das ist das Ziel eines Projekts des AWO-Bundesverbands. Erndtebrück gehört zu fünf ländlichen Modellkommunen im gesamten Bundesgebiet, in denen Wege gesucht werden, wie Menschen bei guter Gesundheit alt werden können. Zu diesem Zweck fand am Donnerstagmorgen ein Ideenaustausch im Rathaus in Erndtebrück statt. Über 20 ältere Bürger diskutierten hier mit Vertretern und Mitarbeitern der Arbeiterwohlfahrt über Angebote, mit denen ältere Menschen fit bleiben können. „Ich bin begeistert, dass es so etwas in Erndtebrück gibt“, betonte Bürgermeister Henning Gronau und war froh über die gute Resonanz.

Sebastian Gottschall vom AWO-Bundesverband stellte zu Beginn der Veranstaltung die alles entscheidende Frage an die Teilnehmer: „Was brauchen Sie vor Ort?“ Ziel des Projekts solle sein, die bereits bestehenden Angebote viel bekannter zu machen, aber auch neue Angebote zu schaffen, wenn es dafür einen Bedarf gibt. „Wir versuchen, nachhaltige Strukturen einzurichten“, erläuterte Sebastian Gottschall. Das Projekt ist in vier Handlungsfelder eingeteilt: Bewegung, Ernährung, Suchtprävention und Entspannung bzw. Stressmanagement.

Im Ratssaal hatten die Teilnehmer die Gelegenheit, ihre Wünsche zu äußern, aber auch Kritik zu üben und schließlich ganz konkrete Verbesserungsvorschläge zu benennen, mit denen ältere Menschen in Erndtebrück gesünder leben könnten. Bei den Wünschen und Träumen gab es keine Denkverbote, deswegen hatten die

Ideen der Teilnehmer auch eine enorme Bandbreite. Und nicht immer hatten die Vorschläge direkt etwas mit Gesundheit und Prävention zu tun. Aber gesund hält ja, was das Wohlbefinden steigert. – Hier nur einige wenige Wünsche und Kritikpunkte im Überblick:

#### Wünsche:

- ▶ bessere ärztliche Grundversorgung
- ▶ kostenloser Personen-Nahverkehr
- ▶ bessere und barrierefreie Gehwege
- ▶ eine Parkanlage und mehr Ruhebänke
- ▶ besserer Einstieg ins Schwimmbecken
- ▶ Notruf-Knopf für jeden älteren Bürger
- ▶ Einkaufs- und Bringservice im Handel
- ▶ Besucherservice und Krankenbesuche
- ▶ mehr Ausflugsangebote für Senioren
- ▶ Bürgerbus-Fahrten am Wochenende
- ▶ Parcours „Platz für Körper und Seele“
- ▶ einmal im Monat ein Besuch im Kino

#### Kritik:

- ▶ Spazierwege mit Ruhebänken fehlen
- ▶ lange Wartezeiten in den Arztpraxen
- ▶ akuter Mangel an Fachärzten vor Ort
- ▶ medizinische Versorgung reicht nicht
- ▶ fehlende Pflegedienst-Kapazitäten
- ▶ Angebot für betreutes Wohnen fehlt
- ▶ Soldatenheim nach wie vor ungenutzt
- ▶ Angst vor Schließung des Hallenbades
- ▶ schlechte Gehwege und Straßen
- ▶ sehr viel Lkw-Verkehr im Ortskern
- ▶ der Frischemarkt wurde geschlossen
- ▶ „und abends ist im Ort tote Hose“

Ein Satz fasste die Diskussion treffend zusammen: „Deutschland ist ein nicht so freundliches Land zu Kindern und alten Menschen.“ Die konkreten Ideen werden nun in Arbeitsgruppen weiterbearbeitet.



Zu einem Ideenaustausch trafen sich am Donnerstagmorgen gut und gerne 20 ältere Bürger aus Erndtebrück und Vertreter der Arbeiterwohlfahrt. Foto: Björn Weyand



Barbara Dinger (links), Pflegedienstleiterin des AWO-Seniorenzentrums, notiert die Wünsche der Seniorinnen beim Ideenaustausch. Foto: Lisa Klaus / RP

# Auch im Alter hat man noch Träume

Senioren Erndtebrücks treffen sich im Rathaus zum AWO-Ideenaustausch. Zum Thema „Gesundes Leben im Alter“ tragen sie Wünsche und Kritik an der Gemeinde zusammen

Von Lisa Klaus

#### Aus den Ideen werden Maßnahmen

„Ich bin begeistert, dass es so etwas in Erndtebrück gibt, das ist nicht selbstverständlich“, sagte Bürgermeister Henning Gronau über den Ideenaustausch.

Die Veranstaltung fand im Rahmen des Projekts „Gesundheitsförderung und Prävention für äl-

tere Menschen im Quartier“ statt.

Erndtebrück ist deutschlandweit eins von fünf Modellquartieren des Projekts.

Die Ideen der Senioren sollen später in Maßnahmen umgesetzt werden.

einen Pieper bekommt“ – einen Knopf, der im Notfall gedrückt werden kann. Auch im Krankheitsfall wäre mehr Hilfe wünschenswert: „Jemand, der kommt, wenn man krank ist und zum Beispiel einkaufen geht oder etwas vorlieft – das ist ein Wunsch“, sagt Verheul. Auch Wünsche wie mehr Sitzgelegenheiten, eine im ganzen Jahr geöffnete Eisleide oder auch ein „Spielplatz für Senioren“, finden den Weg auf das Ideenpapier.

#### Wenig Kritik an Erndtebrück selbst

„Zum Glück gibt's Erndtebrück. Nur Abends ist hier leider tote Hose“, sagt Anneliese Ziehner, als die Kritikpunkte an der Gemeinde gefordert sind. Es fallen vor allem Stichpunkte, die nicht nur Erndtebrück betreffen, wie „zu wenig Ärzte“ oder „fehlende familiäre Strukturen“. Auch der schlechte Zustand der Straßen wird moniert – und im selben Atemzug die Abschaffung der Anliegerbeiträge gefordert. „Die sind ja der Grund, warum die Gemeinde die Straßen nicht ausbauen kann“, sagt Rosemarie Kleiner.

barschaftspflege oder ein Ausld für zum Kaffeetrinken. Denn Einsamkeit ist ein Problem vieler Senioren, besonders Sonntags: Dann ist nicht viel los, bei dem sie zusammenkom-

men, sich austauschen oder etwas erleben können.

Der Brückenschlag zur Gesundheit ist da nicht weit, denn zu den Themengebieten unter dem Aspekt Gesundheit gehörten am Donnerstagmorgen neben Bewegung und Ernährung auch Suchtprävention und Entspannung/Stressmanagement. Gerade Einsamkeit und die Probleme, die sie mit sich bringt, können in eine Abhängigkeit oder auch zu verstärktem emotionalen Stress führen – beides Gift für die Gesundheit. So ist auch ein Wunsch von Renate Verheul, dass „jeder

„Zum Glück gibt's Erndtebrück. Nur Abends ist hier leider tote Hose.“

Anneliese Ziehner, Teilnehmerin des AWO-Ideenaustausch über das Leben in Erndtebrück als ältere

#### Wunsch nach weniger Einsamkeit

Besonders heraus sticht dabei in allen vier Gruppen der Wunsch nach mehr Angeboten zu gemeinsamen Unternehmungen jeglicher Art – ob es nun gemeinsames Essen ist, Nach-

## 3.3 A1



Im direkten Austausch kamen Probleme, Lösungsansätze und Ideen auf den Tisch: Das Projekt „Gesundheitsförderung und Prävention für ältere Menschen im Quartier“ will weit mehr als nur die Bedürfnisse von Senioren eruieren. Foto: Timo Kart

# Potenzial für mehr als Maßnahmen

**ERNDTEBRÜCK** Quartiersprojekt in der Edergemeinde: Erste von zwei Arbeitsgruppen ist gebildet

*„Es geht darum, mit möglichst allen Akteuren in den Dialog zu treten – und beim nächsten Mal hoffentlich grundsätzlich mehr Menschen für das Projekt zu gewinnen.“*

tika ■ Das Resultat eines Prozesses, den viele Menschen mitgestalten, stößt am Ende auf eine breite Akzeptanz. Genau darauf ist das Projekt „Gesundheitsförderung und Prävention für ältere Menschen im Quartier“ ausgerichtet. Ein Prozess, der Zeit braucht. Ein Prozess, an dessen Ende allerdings Ergebnisse stehen könnten, die das Leben und den Alltag in Erndtebrück generationenübergreifend vereinfachen. Am Mittwoch bildeten insgesamt neun Teilnehmerinnen eine erste von insgesamt zwei geplanten Arbeitsgruppen.

Der Startschuss fiel für die AG „Kommunikation, Information und Bewegung“, später soll die AG „Stressmanagement und Einsamkeit“ folgen. Dabei zogen die neun Seniorinnen gemeinsam mit Quartiersmanagerin Rabea Boos im AWO-Seniorenzentrum in Erndtebrück einerseits ein Zwischenfazit, andererseits entwickelten sie bereits entstandene Ideen weiter. „Es geht darum, Probleme zu erkennen und

Lösungen zu finden“, brachte es Rabea Boos auf den Punkt. Die Probleme und auch mögliche Lösungen hatten die Teilnehmer bereits in den vergangenen Monaten gesammelt, nun ging es in die Ausarbeitung und Analyse zur Realisierbarkeit.

Ein Wunsch der Senioren: Eine Informationsbroschüre, die wesentliche Angebote zielgruppenorientiert zusammenfasst. Tiefergehend sind die möglichen Inhalte noch nicht erfasst, grundsätzlich dürften aber Gesundheit und Kultur wichtige Themen in dem Druckwerk sein. Sofern es dazu kommt, denn denkbar wäre auch eine digitale Realisierung – oder ein Parallelbetrieb, um möglichst viele Zielgruppen zu bedienen. Ein zweiter Ansatz: eine Seniorenmesse. In diesem Rahmen könnten beispielsweise Verwaltungsmitarbeiter, Vereine oder Ärzte die Angebote entsprechend vorstellen. Klar ist: In Stein gemeißelt ist noch nichts.

Klar ist aber auch, dass das Gesamtprojekt keinesfalls nur die Beteiligung von Senioren aus der Edergemeinde erfordert, sondern vielmehr als Querschnitt durch die Generationen angedacht ist – ein Projekt für alle, das gerade auch jüngere Menschen einbinden soll, um auch ihre Probleme zu eruieren und Lösungsansätze zu finden. Zudem sollen in künftigen Treffen – das nächste ist für Montag, 28. Oktober, um 16 Uhr im AWO-Seniorenzentrum in Erndtebrück terminiert – aber auch vermehrt Entscheidungsträger aus dem Rat-

haus, aus Vereinen, aber auch aus Arzt- und Physiotherapiepraxen an den Tisch bringen. „Es geht darum, mit möglichst allen Akteuren in den Dialog zu treten – und beim nächsten Mal hoffentlich grundsätzlich mehr Menschen für das Projekt zu gewinnen“, konstatierte Rabea Boos vielsagend. Zugleich bietet das Projekt allerdings auch ein Forum für den Dialog – innerhalb der Generationen, aber auch generationsübergreifend.

Ein wesentliches Thema in der Sitzung am Mittwoch: Barrierefreiheit. Einerseits ging es dabei um den in den vergangenen Monaten in den politischen Gremien der Edergemeinde viel diskutierten barrierefreien Zugang zum Hallenbad in Erndtebrück, andererseits um eine Einstiegshilfe in das Bad selbst – eine Umsetzung ist in Sichtweite gerückt. Außerdem ging es um Barrierefreiheit im Alltag, die eigentlich keine Investitionen erfordert, sondern Rücksicht. Denn die Seniorinnen beklagten, dass an vielen Stellen Pkw auf dem Gehweg parken würden, etwa vor der Sparkassen-Filiale am Kreisverkehr oder an der Apotheke in der Hachenbergstraße. Ein Passieren sei dann oft nur via Straße möglich – und dies birgt Gefahren. Im Dialog der Generationen wäre also auch ein Austausch im Hinblick auf wechselseitig entstehende Probleme möglich – und dieser Mehrwert ginge weit über den Wert der Akzeptanz gegenüber konkreter Maßnahmen am Ende des Prozesses hinaus.

## 3.4 Statustreffen der AWO-Ansprechpartnerinnen

Leitfrage: Welche älteren Menschen werden jetzt im Projekt erreicht?

- Mobile, agile Senior\*innen, die ohnehin aktiv sind
- Ältere Menschen, die „gesundheitsaffin“ und in Netzwerken (bspw. Seniorenkreisen) aktiv sind
- In Ansätzen isoliert lebende ältere Menschen (über Nachbarn, Freunde, Bekannte etc.)

Impulse zur Förderung der Zugänge zu Menschen in schwieriger sozialer Lage:

- Vertrauensarbeit (Bezüge über Nachbarn, Freunde, Bekannte ...)
- Zeit und Geduld
- Friedhöfe als wichtige Orte, die aufgesucht werden
- Besuchsdienste der Wohlfahrtsverbände nutzen

→ Entwicklung eines Leitfadens

# 4.

# Ausblick

## Aktuelle Herausforderungen & nächste Meilensteine

### Aktuelle Herausforderungen:

- AGs bei der Umsetzung von Maßnahmen begleiten und unterstützen
- Zugänge zu sozial benachteiligten und isoliert lebenden älteren Menschen aus- und aufbauen
- Aktivitäten in den Quartieren durch Öffentlichkeitsarbeit bekannt machen

### Nächste Meilensteine:

- 1.Quartal 2020: 2. Treffen des Projektbeirates
- Konzepterstellung für Manual



Bundesverband e.V.

Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!