



Sebastian Gottschall, Jessica Lenuweit

Gesundheitsfördernde Strukturen im ländlichen Raum entwickeln

Ergebnisse des Modellprojektes "Gesundheitsförderung und Prävention für ältere Menschen im Quartier"

Der demografische Wandel stellt unser Gemeinwesen vor große Herausforderungen, die vor allem ländliche Regionen in besonderem Maße betreffen können. Um diesen zu begegnen setzt die AWO auf quartiersbezogene und ressourcenorientierte Ansätze und führte von 2017 bis 2020 das Modellprojekt "Gesundheitsförderung und Prävention für ältere Menschen im Quartier" durch, welches vom Verband der Ersatzkassen e. V. nach dem § 20 a SGB V gefördert wurde. Das Projekt zielte darauf ab, die Gesundheit von Menschen ab 65 Jahren über den Auf- und Ausbau gesundheitsfördernder Strukturen, die sich am Bedarf vor Ort orientieren, in fünf ländlichen Modellquartieren zu stärken. Der Fokus lag dabei auf Menschen in schwieriger sozialer Lage oder isoliert lebenden Älteren.

Die Umsetzung der Projektaktivitäten in den Quartieren übernahm jeweils eine Ansprechpartnerin der AWO, welche in Zusammenarbeit mit einer Steuerungsgruppe aus zentralen Akteuren die Projektumsetzung koordinierte. Über die Durchführung kommunaler Bürgerveranstaltungen (Ideenwerkstätten) konnten die Wünsche der Quartiersbewohner*innen erfasst werden, auf deren Grundlage Arbeitsgruppen mit lokalen Akteuren und Vertretungen der Zielgruppe gebildet wurden. Diese entwickelten passgenaue gesundheitsbezogene Maßnahmen und sorgten für deren Umsetzung. Trotz erschwelter Bedingungen aufgrund der Corona Pandemie konnten in den Quartieren vielfältige und kreative Maßnahmen, wie ein Mutmach-Film (<https://www.youtube.com/watch?v=yD2-9rw6YCO>) mit begleitender Mit- und Mutmach-Broschüre, eine Alternative-Routen-Landkarte oder diverse Informationsbroschüren über vorhandene Angebote im Quartier, umgesetzt werden.

Das Projekt wurde über den gesamten Zeitraum durch das Institut für Gerontologische Forschung e. V. wissenschaftlich begleitet und evaluiert. Die über den Projektverlauf gewonnenen Erfahrungen, aufgebauten Kompetenzen sowie die identifizierten Erfolgsfaktoren und Hemmnisse beim Aufbau gesundheitsförderlicher Strukturen wurden zusammengetragen und in Form eines Praxisleitfadens aufbereitet. Dieser beinhaltet neben 10 Umsetzungsleitfäden, welche den gesamten Projektprozess anschaulich begleiten, auch hilfreiche Praxisbeispiele. Damit soll er Praktiker*innen oder Entscheidungsträger*innen in Quartieren, die einen Entwicklungsprozess hin zu gesundheitsfördernden Strukturen anstoßen möchten, als Orientierung dienen. Der gesamte Praxisleitfaden wird voraussichtlich ab Mai 2021 auf der Gesunde Lebenswelten Website des Verbands der Ersatzkassen e. V. unter <https://www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/> kostenfrei zur Verfügung stehen.

Seit Januar 2021 wird die erfolgreiche Zusammenarbeit des AWO Bundesverbandes e. V. und des Verbands der Ersatzkassen e. V. mit dem Projekt „Gesund Altern und Pflegen im Quartier“ fortgeführt. Dieses baut auf den Erfahrungen des Vorgängerprojektes auf und nimmt zusätzlich die Zielgruppe der pflegenden Angehörigen in den Blick.

Kontakt

Sebastian Gottschall
AWO Bundesverband e. V.
Referent für Gesundheit / Projektleiter „Gesund Altern und Pflegen im Quartier (GAP)“
Abteilung Gesundheit, Alter, Behinderung
Blücherstraße 62 – 63
10961 Berlin
+ 49 (0)30 26 309 453
sebastian.gottschall@awo.org
www.awo.org

Jessica Lenuweit
AWO Bundesverband e. V.
Referentin im Projekt „Gesund Altern und Pflegen im Quartier (GAP)“
Abteilung Gesundheit, Alter, Behinderung
Blücherstraße 62 – 63
10961 Berlin
+ 49 (0)30 26 309 183
jessica.lenuweit@awo.org
www.awo.org



**Gesunde
Lebenswelten**
EIN ANGEBOT DER ERSATZKASSEN



Bundesverband e.V.

Gesundheits- fördernde Strukturen im ländlichen Raum entwickeln

Ergebnisse des Modellprojektes
"Gesundheitsförderung und Prävention
für ältere Menschen im Quartier"

Inhalt

1. Projekt auf einen Blick
2. Meilensteine in den Quartieren
3. Ergebnisse auf Bundesebene
4. Ergebnisse in den Quartieren
5. Erfolgsfaktoren beim Aufbau gesundheitsfördernder Strukturen

1. Projekt auf einen Blick

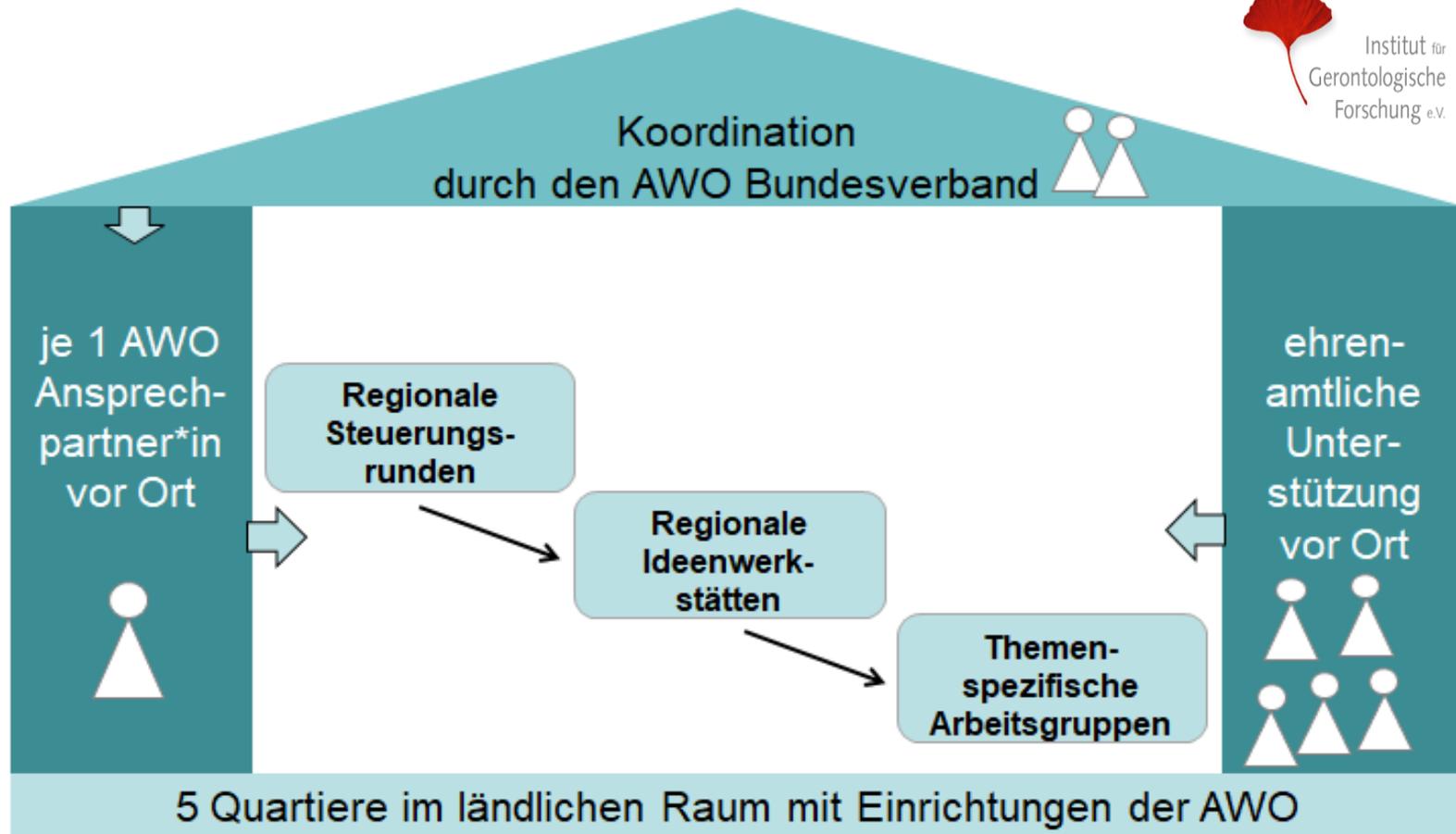


1.1 Projektziel und Standorte

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

- Aufbau von gesundheitsfördernden Strukturen, die sich am Bedarf vor Ort orientieren
- Fokus: Menschen in schwieriger sozialer Lage/ isoliert Lebende
- Präventionsprojekt nach § 20a SGB V gefördert durch den Verband der Ersatzkassen e. V.

1.2 Projektaufbau



2. Meilensteine in den Quartieren

2.1 Steuerungsrunde

- Jeweils ca. 5 - 17 Teilnehmende (darunter auch Bürgermeister*in oder Gemeindevertreter*in)
 - Zentrale Akteure (u.a.): AWO-Ortsverein, andere Wohlfahrtsverbände, VdK, Sportverein, Kirche, LandFrauen, Seniorenkreisleiter...
- Steuerungsrunde als „Keimzelle“ der Quartiersarbeit“

2.2 Ideenwerkstatt

- Durchführung: Mai-Juli 2019
- Jeweils 16-65 Personen aus der Zielgruppe
- Unterstützung durch die Gemeinde: An 4 Standorten war Bürgermeister (oder Vertretung) anwesend

2.3 Arbeitsgruppen

- Start nach Durchführung der Bürger*innendialoge
 - Offene Struktur aus lokalen Akteuren (Fachkräfte) und Vertretungen der Zielgruppe
- Ziel: Lösungsansätze (aus den Ideenwerkstätten) umsetzen

3. Ergebnisse auf Bundesebene

3.1 Umsetzungsleitfaden

Insgesamt 10 ULFs inklusive Anlagen:

- ULF 1: Bestands- und Bedarfsanalyse
- ULF 2: Vorbereitung
- ULF 3 & 4: Steuerungsrundensitzungen
- ULF 5 - 7: Vorbereitung und Durchführung Ideenwerkstatt
- ULF 8 & 9: Vorbereitung und Gestaltung Arbeitsgruppen-Phase
- ULF 10: Nachhaltigkeit

Projekt „Gesundheitsförderung und Prävention für ältere Menschen im Quartier“

Leitfaden 1: Durchführung der Bestandsaufnahme

Ziel
Die Durchführung der Bestandsaufnahme ist der Quartieren. Auf ihr baut die Arbeit der Steuerungen Ideenwerkstatt ein. Ziel der Bestandsaufnahme ist gesundheitsbezogenen Rahmenbedingungen im sowie über bestehende gesundheitsbezogene die Zielgruppe näher bestimmt, Handlungsfelder entwickelt werden.
Dieser Leitfaden unterstützt bei der Durchführung Dokumentation der Ergebnisse.

Vorgehen

- Bitte führen Sie vorbereitend zur Bestandsaufnahme durch, in der abgefragten Informationen hat ermittelt und eingereicht. Dann sukzessive erweitert werden übertragen.
- Vor der ersten Sitzung den AWO Bundes
- Ihre bisherige Be (vgl. Leitfaden 2) Erweiterung der zur nächsten
- In der zweiten neuen Erkenntnis
- Bitte reichen Sie nach dem AWO Bundesverband ein.

Mögliche Informationsquellen

- ✓ Statistiken der Komm
- ✓ Sozial- und Gesundheits
- ✓ Berichte des Quart
- ✓ Sozialraumanaly
- ✓ Befragung von F

Inhalte und Ablauf
Bitte dokumentieren Sie wie gewonnen für die Durchführung der 9. Sitzung der Steuerungsrunde Ihre Erfahrungen und helfen Sie in Tabelle 3 (II + III) in den beiden rechten Spalten die Endphasen der und negativen Erfahrungen fest und senden Sie das ausgefüllte Dokument nach der Sitzung an den AWO Bundesverband (sebastian.gottschall@awo.de) vorgestellten Abläufen abzuweichen. Bitte stimmen Sie Änderungen im Vorfeld mit uns ab.
Für Rückfragen wenden Sie sich bitte an Sebastian Gottschall.

Quartier: Sebastian Gottschall
AWO: Arbeitsgemeinschaft Bundesverband e.V.
Ansprechpartnerin: Tel: +493026303-453
sebastian.gottschall@awo.de

3.2 Praxisleitfaden (in Finalisierung)

- **Reflektion** des Prozesses über den gesamten Projektzeitraum
- Erfahrungen im Hinblick auf **Erfolgsfaktoren und Hemmnisse beim Aufbau gesundheitsfördernder Strukturen** werden im Rahmen des Praxisleitfadens aufbereitet
- Zielgruppe des Praxisleitfadens: **Praktiker*innen oder Entscheidungsträger*innen in Quartieren**, die einen Entwicklungsprozess hin zu gesundheitsfördernden Strukturen anstoßen möchten

TIPP

Voraussichtlich ab Mai 2021 unter <https://www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-vor-ort/> abrufbar.



4. Ergebnisse in den Quartieren

4.1 Überblick Quartiere



4.2 Erndtebrück

AG	Maßnahmen
Kommunikation/ Information/ Bewegung	Bürgermeister-Fragestunde zu Entwicklungen in der Gemeinde
	Rollatorkurs (Schnupperangebot mit 2 Einheiten)
	Sturzpräventionskurs (4 Einheiten durch ehrenamtlichen Trainer)
	Seniorenmesse
	Systematische Erhebung bestehender Angebote und Erstellung einer Infobroschüre „Gesund älter werden in Erndtebrück“

4.4 Stützengrün

AG	Maßnahmen
Bewegung	Erarbeitung einer Broschüre für einen Ortsspaziergang
	Initiierung von Spaziergangsgruppen
	Gründung einer Senioren-sportgruppe
Soziales	Produktion und Verteilen eines Mutmachfilms während der Corona Pandemie
	Erstellung einer ergänzenden Mit- und Mutmachbroschüre zu o.g. Video
Mobilität/ Handwerk	Infoblatt für Bürger*innen über Mitfahrbänke und Umfrage, ob Idee der Mitfahrbänke Anklang findet

Mutmach-Film der AWO-Erzgebirge GmbH

<https://www.youtube.com/watch?v=yD2-9rw6YC0>



5. Erfolgsfaktoren beim Aufbau gesundheits- fördernder Strukturen

Erfolgsfaktoren



- ✓ Mit Bedarfs- und Bedürfnisanalyse Überblick über das Quartier schaffen
- ✓ An vorhandene Strukturen anknüpfen → dann ausweiten
- ✓ Fachlich kompetente/r Koordinator*in des Prozesses mit zeitlichen Ressourcen
- ✓ Rückhalt durch Leitungsebene und Kommune
- ✓ Kooperation mit lokalen Partner*innen mit vielfältigem fachlichen Hintergrund

Erfolgsfaktoren



- ✓ Partizipation der älteren Bürger*innen
- ✓ „Sprache“ der Zielgruppe sprechen
- ✓ Gut vernetzte ehrenamtlich Unterstützende als Brückenbauer*innen
- ✓ Transparente Kommunikation: Was ist möglich / Was nicht?
- ✓ Regelmäßige Reflektion der Wirkung → ggf. nachjustieren
- ✓ Aspekt der Nachhaltigkeit mitdenken

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!

Sebastian Gottschall

 030/26 309 – 453

 sebastian.gottschall@awo.org

Jessica Lenuweit

 030/26 309 – 183

 jessica.lenuweit@awo.org