



Sebastian Gottschall, Jessica Lenuweit

Gesund älter werden in Stadt und Land

Gesund Altern und Pflegen im Quartier

Neben gesundheitsbewussten Verhaltensweisen wie regelmäßiger körperlicher Aktivität oder gesunder Ernährung trägt auch ein gesundheitsfördernd gestaltetes Wohnumfeld maßgeblich dazu bei, die Gesundheit im Alter zu erhalten und zu stärken. Hier setzt das vom Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) im Auftrag der Ersatzkassen geförderte und vom AWO Bundesverband e. V. umgesetzte Projekt „Gesund Altern und Pflegen im Quartier (GAP)“ (2021-2023) an: In acht ländlichen Quartieren soll die Gesundheit von zuhause lebenden älteren Menschen sowie von pflegenden Angehörigen durch den Aufbau gesundheitsfördernder Strukturen gefördert werden. Hierfür sollen mit Blick auf die Bedürfnisse vor Ort bereits vorhandene gesundheitsfördernde Angebote verzahnt, neue bedarfsgerechte Angebote entwickelt und lokale Akteure miteinander vernetzt werden.

Für die Umsetzung vor Ort ist eine Projektkoordination der AWO zuständig, welche von einem Planungskreis aus zentralen Akteuren unterstützt wird. Im ersten Projektjahr liegt der Fokus auf der Vernetzung lokaler Akteure sowie dem Zugang zu pflegenden Angehörigen und der Erhebung der Bedürfnisse dieser Zielgruppe. Hierfür finden in einem ersten Schritt niedrigschwellige Einzelinterviews statt, die einen ersten Einblick in die persönliche Pflege- und Gesundheitssituation der pflegenden Angehörigen gewähren sowie dem Vertrauensaufbau dienen sollen. Anschließend werden standortübergreifende digitale Fokusgruppen umgesetzt, die darauf abzielen, die Lebenssituationen pflegender Angehöriger und ihre subjektiven Wünsche zur eigenen Gesunderhaltung zu verstehen. Auf Grundlage der Ergebnisse gründen sich anschließend Arbeitsgruppen, welche gemeinsam mit der Zielgruppe niedrigschwellige gesundheitsfördernde Maßnahmen konzipieren und umzusetzen. Abschließend finden in den Standorten Nachhaltigkeitswerkstätten statt, bei welchen mit kommunalen Entscheidungsträger*innen Vereinbarungen zur Verstetigung der etablierten Strukturen und Angebote getroffen werden sollen.

Über den gesamten Zeitraum wird das Projekt wissenschaftlich vom Institut für Gerontologische Forschung e. V. begleitet. Dieses erarbeitete einen Leitfaden für den Zugang zu pflegenden Angehörigen, welcher im Projekt angewendet wird. Die hemmenden und fördernden Faktoren im Zusammenhang zum Zugang zu pflegenden Angehörigen werden im Projektverlauf zusammengetragen und der aktuelle Stand in der Präsentation dargestellt.

Kontakt

Sebastian Gottschall

Referent für Gesundheit / Projektleiter „Gesund Altern und Pflegen im Quartier (GAP)“

AWO Bundesverband e.V.

Abteilung Gesundheit, Alter, Behinderung

Blücherstraße 62 - 63

10961 Berlin

Tel.: + 49 (0)30 26 309 453

E-Mail: sebastian.gottschall@awo.org

www.awo.org/gesund-altern-und-pflegen-im-quartier-gap-0