

Gesund leben und älter werden in Eving: **Das Dortmunder Aktionsbündnis zur Gesundheitsförderung älterer** **Menschen mit hohen Risikopotenzialen**

**Bewegung im Alter: Erste Regionalkonferenz des Zentrums für
Bewegungsförderung Nordrhein-Westfalen am 8. Dezember 2009 in Düsseldorf**

**Institut für Gerontologie an der
Technischen Universität Dortmund
Dipl.-Päd. Katharina Lis & Dr. Marina Schmitt**

Gesund leben und älter werden in Eving: Das Dortmunder Aktionsbündnis zur Gesundheitsförderung älterer Menschen mit hohen Risikopotenzialen

Bewegung im Alter: Erste Regionalkonferenz des Zentrums für
Bewegungsförderung Nordrhein-Westfalen

8. Dezember 2009, Düsseldorf

Dipl.-Päd. Katharina Lis & Dr. Marina Schmitt

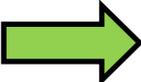
Förderkontext

- **Nationaler Aktionsplan zur Prävention von Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängenden Krankheiten**
 **Aktionsbündnis „Gesunde Lebensstile und Lebenswelten“ des Bundesministeriums für Gesundheit**
- **IN FORM Deutschlands Initiative für Gesunde Ernährung und mehr Bewegung**

Zielsetzung des Aktionsbündnisses „Gesund leben und älter werden in Eving“

- **Veränderung des Gesundheitsverhaltens älterer Personen**

 **durch Schaffung von Anreizen zur Senkung gesundheitsbelastenden Verhaltens und zur Stärkung von Gesundheitsressourcen.**

 **durch Verortung gesundheitsfördernder Maßnahmen in der Lebenswelt älterer Menschen, um diese in ihren Lebensbezügen zu erreichen und eine gesundheitsförderliche Gestaltung der (Lebens-Verhältnisse) zu initiieren.**

Zielgruppen und Setting

Zielgruppen: Ältere Menschen

- mit niedrigem sozioökonomischem Status,
- mit Migrationshintergrund
- und/oder mit Mobilitätseinschränkungen.

Setting:

- Nördlicher Stadtbezirk in Dortmund (36.137 EW), geprägt durch Strukturwandel
- Vielfältige Infrastruktur, jedoch Lücken und Handlungsbedarf im Hinblick auf Gesundheitsförderung und gesundes Altern

Strukturbildung und Vernetzung

Initiativkreis	Kooperationspartner
<p>Institut für Gerontologie an der TU Dortmund, Seniorenbüro, Städtisches Begegnungszentrum, Interkultureller Treff, Präventionszentrum GTP-Systems</p>	<p>Ärzte, Familienzentrum, Runder Tisch, Anbieter von Freizeit- und Begegnungsangeboten, Kirchengemeinden, Religionsgemeinschaften, Migrantenorganisationen, Pflegedienste, Sozialverbände, Sportvereine, Professionelle Anbieter/innen</p>

Einbindung von Angeboten in bestehende Strukturen

- **Sensibilisierung für Gesundheitsförderung bei älteren Menschen**
- **Vermittlung eines positiven Altersbildes**
- **Bestandsanalyse des Angebotsspektrums im Stadtbezirk**
- **Bedarfsermittlung seitens der Zielgruppen**

Einbindung von Angeboten in bestehende Strukturen

- **Festlegung von Handlungsbedarfen**
- **Konzeptentwicklung für das Kursangebot**
- **Festlegung von Kriterien für Angebote**

Angebote zur Prävention und Gesundheitsförderung

- Gesunder Rücken
- Sitzgymnastik
- Wassergymnastik
- Lecker und gesund – Kochen für Menschen ab 50
- Wohlfühlen durch Entspannung
- Kurs für mobilitätseingeschränkte Personen
- Schwimmkurs für türkische Frauen
- Schmerzfrei im Alltag
- Männergruppe (in Vorbereitung)

Einbindung von Angeboten in bestehende Strukturen

- **Evaluation der Angebote**
 - Wunsch nach Fortsetzung
 - Entwicklung eines Finanzierungsmodells
- **Qualitätssicherung**
 - Verbesserung und Optimierung des Konzepts
 - Entwicklung von Qualitätskriterien

Weitere Schritte

- **Koordinierung und Vernetzung bisher parallel existierender Maßnahmen verschiedener Anbieter und gegenseitige Nutzung von Ressourcen**
- **Entwicklung eines tragfähigen Finanzierungsmodells und Recherche weiterer Möglichkeiten für die Sicherstellung einer Weiterfinanzierung**
- **Abstimmung bestehender Angebote mit Zielgruppen, um neue, bedarfsgerechte Angebote zu etablieren**

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!
Ich freue mich auf Ihre Fragen!

Kontakt:

Katharina Lis
Institut für Gerontologie
an der TU Dortmund
Evinger Platz 13
44339 Dortmund
Email: lis@post.uni-dortmund.de