



Workshops zum kommunalen Praxisdialog „Gesundheitsförderung mit älteren und für ältere Menschen“

1. Workshop Armut im Alter

25. März 2015, Köln

Abstracts

in alphabetischer Reihenfolge

Netzwerk Märkisches Viertel e. V.

Helene Böhm, GESOBAU AG

Uta Reiberg, Pflegestützpunkt Reinickendorf

Die Großwohnsiedlung „Märkisches Viertel“ ist ein Ortsteil des Berliner Bezirkes Reinickendorf und wurde zwischen 1963 und 1975 als erste große Neubausiedlung Westberlins errichtet. Auf ca. 345 ha entstanden 17.000 Mietwohnungen für 40.000 Bewohner. Der größte Teil der Mietwohnungen ist seit der Errichtung des Stadtviertels im Besitz des kommunalen Wohnungsunternehmens GESOBAU AG. Heute leben in der Großsiedlung 37.000 Bewohnerinnen und Bewohner. Seit seiner Entstehung muss das Märkische Viertel trotz des von den Bewohnern geschätzten Wohnkomforts mit Kritik an den Wohnverhältnissen umgehen. Trotzdem gehören heute noch viele der älteren Mieter zur ersten Generation der Bewohnerschaft und fühlen sich eng mit dem Märkischen Viertel verbunden. Statistiken zufolge sind mehr als 22 % aller Bewohner älter als 65 Jahre, 10 % älter als 70 Jahre – Tendenz steigend.

Vor dem Hintergrund der Prämissen 'Lebenslanges Wohnen' und der Erhöhung bzw. Erhaltung der Wohn- und Lebensqualität wurde das Netzwerk Märkisches Viertel 2003 auf Initiative der Reinickendorfer Koordinierungsstelle „Rund ums Alter“, der GESOBAU AG und des Bezirksamtes Reinickendorf gegründet.

Mit dem Motto „Hier will ich bleiben“ besteht das erklärte Ziel des Netzwerkes darin, den Bewohnern im Märkischen Viertel so lange wie möglich ein selbstständiges Leben in der eigenen Wohnung zu ermöglichen. Durch niedrigschwellige Beratungs-, Bildungs- und Präventionsangebote, soziale Dienste und kulturelle Aktivitäten unterstützen die Netzwerkpartner Senioren in ihrer Alltagsbewältigung. Darüber hinaus soll die engmaschige Vernetzung der Netzwerkpartner dazu dienen, Schnittstellen zu überwinden und soziale Problemlagen bei den Bewohnern frühzeitig erkennen und verbessern zu können.

Mitglieder im Netzwerk sind verschiedenste Dienstleistungsanbieter, Firmen, Unternehmen, Schulen, Soziale Einrichtungen, Kirchengemeinden, die aus dem Verständnis in das Netzwerk eingetreten sind, die sozialen Strukturen des Stadtteils gemeinsam zu stärken und zu entwickeln sowie fehlende Bedarfe aufzuspüren und Defizite abzubauen.

Gesundheitliche Chancengleichheit im Alter – Wirkungsvolle Zugangswege fördern

Bettina Huesmann, Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg

Aufgrund des demographischen Wandels wird sich die Bevölkerungsstruktur weiter stark verändern. Der Anteil älterer Menschen nimmt zu. Ältere Menschen die materiell abgesichert sind, über Bildung und ein gutes soziales Netzwerk verfügen, können den Herausforderungen zuversichtlich begegnen. Unsichere Lebenslagen dagegen sind von Angst und Perspektivlosigkeit geprägt. In den letzten Jahren hat die Altersarmut, insbesondere unter Rentnerinnen und Rentnern zugenommen. Frauen sind überdurchschnittlich häufig von Altersarmut betroffen. Die Schere zwischen Haushalten mit hohem und niedrigem Einkommen geht immer weiter auseinander – Armut in Deutschland hat ein neues Rekordhoch erreicht.

Alter, Gesundheit und soziale Lage

Dass sich Armut auf die Gesundheit auswirkt, wird mittlerweile durch zahlreiche Studien bestätigt. Es bestehen erhebliche soziale Unterschiede in der Mortalität und Morbidität. Die Chancen, gesund alt zu werden sind ungleich verteilt.

Eine zielgruppenspezifische Gesundheitsförderung ist nötig!

Voraussetzung für erfolgreiche Interventionen zur Unterstützung von älteren Menschen in schwierigen Lebenslagen ist eine genaue Kenntnis der Zielgruppe:

- Große Heterogenität des Alters: junge Alte, Alte, Hochaltrige; aktiv und weniger aktiv; arm und reich; kulturell vielfältig; alleinlebend oder mit Partner/Familie; weiblich, männlich
- Belastende Lebenssituationen im Alter können sein: geringe Renten oder Einkommen, fehlende Bewältigungsressourcen und soziale Kontakte, wenig Zugang zu Bildung, schlechte Sprachkenntnisse, schlechte Wohnsituation, Suchtprobleme, körperliche und psychische Beeinträchtigungen

Erreichbarkeit von Menschen in schwierigen Lebenslagen

Ältere Menschen erreicht man am besten vor Ort, im vertrauten Umfeld. Die Lebenswelt (Setting Kommune) bietet sich insbesondere bei der Gesundheitsförderung mit allen älteren Menschen an, da der Stadtteil oder das Quartier...

- ... einen großen Einfluss auf die Lebensverhältnisse haben,
- ... Menschen in schwierigen Lebenslagen erreichen,
- ... die Bedürfnisse älterer Menschen berücksichtigen,
- ... zielgruppenspezifische, nutzerorientierte und niederschwellige Maßnahmen anbieten,
- ... verhaltens- und umweltbezogene Strategien integrieren können.

Folgende Punkte sind bei der Erreichbarkeit aller älteren Menschen relevant:

- *Partizipatives Vorgehen* wählen: das heißt, die Sicht der Älteren einbeziehen und eine ergebnisoffene Herangehensweise ermöglichen, z. B. durch:
 - Stadtteilspaziergänge, die Menschen mit spezifischen Nutzungsansprüchen an den öffentlichen Raum eine Beteiligung ermöglichen
 - Befragung von älteren Menschen, z. B. repräsentative Befragung im Rahmen eines Surveys oder Durchführung eines Bürgerforums
 - Befragung von Schlüsselpersonen im Rahmen von Akteurswerkstätten
- *Zugehende Strukturen* schaffen, z. B. aktivierender Hausbesuch
- *Niedrigschwellige Vorgehensweise* anstreben: Angebote finden wohnortnah statt, sind unverbindlich und kostenlos
- *Professionelle und wertschätzende Haltung* gegenüber allen älteren Menschen erreichen
- *Persönliche Ansprache* wählen: Frauen und Männer aus der Zielgruppe eignen sich insbesondere als „Türöffner“
- *Gemeinsame Aktivitäten fördern*, wie z. B. gemeinsames Essen
- Unterschiedliche *Bedürfnisse* von Frauen und Männern berücksichtigen
- *Zugang* über Hausarztpraxen, Apotheken, ambulante Dienste, Kirchen o. ä. wählen
- *Motivation fördern und Grenzen beachten*:
 - Menschen in Planung und Durchführung einbeziehen
 - Freiraum für Mitgestaltung bieten
- *Haupt- und ehrenamtliche Multiplikatoren* einbeziehen:
 - Bürgerschaftlich Engagierte gewinnen, bestenfalls mit Ähnlichkeit zur Zielgruppe
 - Geschult im Umgang mit Älteren und / oder mit psychologischem Fachhintergrund
 - Reflexion des eigenen Altersbildes
- *Überblick über Angebote* gewährleisten:
 - Durch Information das Bewusstsein für Gesundheit schärfen und die Motivation an einer Teilnahme fördern, z. B. Seniorenwegweiser, Online-Datenbanken mit Angeboten für ältere Menschen
 - Vernetzung auf Gemeinde- / Stadtteilebene
 - Öffentlichkeitsarbeit in der Presse
 - Info- / Aktionstage

Die gesundheitliche Chancengleichheit zu fördern ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Die Gesundheitsförderung muss an den Lebenswelten der Menschen, den politischen Rahmenbedingungen und der Verantwortung des Einzelnen ansetzen. Damit dies gelingt, müssen Ressourcen effizient gebündelt, Transparenz geschaffen und alle wichtigen Akteure und Institutionen vernetzt werden.