



# **„Gesundes Altern“: Vorhaben zum Aufbau neuer Strukturen in der Gesundheitsprävention**

**2. Workshop Alter, Migration und Gesundheit  
Landeszentrum Gesundheit Nordrhein- Westfalen  
30. April 2015, Münster**

*Sinan Kumru, Dipl. Politologe*

# 1) Vom Modellvorhaben „AKTIV IM ALTER (2011)“ zum Projekt „Gesundes Altern (2014)“

## „AKTIV IM ALTER

- Modellvorhaben zur Erhöhung der gesellschaftlichen Teilhabe älterer Migranten und Aussiedler sowie ihres bürgerschaftlichen Engagements
- interkulturellen Sensibilisierung und Öffnung der Regeleinrichtungen in Essen



# Ausgangslage

ältere Migranten und Aussiedler...

...ca. 25.000 (nach Angaben der Stadt Essen 15.000)

... zunehmend im Fokus  
der Alters- und Migrationsforschung

...häufiger Objekte sozial-arbeiterisches Handelns.

# Finanzierung

Das in der Trägerschaft des AWO-Kreisverbands Essen e.V. umgesetzte Vorhaben wurde aus den Mittel der Stiftung Wohlfahrtspflege finanziert.





## Organisation und Aufbau

- Gründung Seniorengruppen mit türkischen, ex-jugoslawischen, arabischen sowie russisch-sprechenden Senioren
- Erste interkulturelle Seniorenbegegnungsstätte in Essen: „Internationaler Treff der AWO Essen“

## Zugang zur Zielgruppe

### Ansprache

- persönlich/Mund-zu-Mund Propaganda
- durch Multiplikatoren und Vereine
- durch fremdsprachige Presse

# Projektmaßnahmen zur Heranführung der Zielgruppen an die offene Altenhilfe

## Maßnahmen im Bereich Gesundheit:

- Ernährung und gesundes Kochen
- Sport und Bewegung
- Niederschwellige Informationsangebote
- Vorstellung des Vorsorgegeordners

## Maßnahmen im Bereich Pflege:

- Info-Veranstaltungen zum Thema Pflege
- Pflegelotsenpool



# Pflegelotsenpool

## Hintergrund:

- Migrantenfamilien durch Gründung eines ehrenamtlichen Pflegelotsenpools über Pflegeeinrichtungen und -dienste, Seniorenheime, Pflegeformen, Pflegebedürftigkeit und Pflegestufen sowie Ansprechpartner in diesem Bereich informieren

## Zusammensetzung:

- Arabisch-, türkisch- sowie russisch-sprechende Interessierte als Pflegelotsen gewonnen

# Pflegelotsenpool

## Schulungsthemen

- Allgemeines zum Thema Pflege
- Leistungen der Pflegeversicherung und des

## Pflegeneuausrichtungsgesetzes (PNG)

- Verbesserung durch Pflegeneuausrichtungsgesetz (PNG)
- Überblick über die weiteren Seniorendienste der AWO
- Stationäre Einrichtungen der AWO
- Kostenträger Seniorendienste im Stadtteil und im Essener Norden



# Weitere Maßnahmen

- Rente und Rechtsfragen
- Kunst, Kultur, Literatur
- Musik: Der deutsch-russische Seniorenchor  
„Die singenden Wolgamöwen“
- Sonstige Veranstaltungen

# Thematische Arbeitskreise

- **Arbeitskreis Interkulturelle Altenhilfe:**
  - **Akteure der Seniorenarbeit u.a. die Stadtverwaltung sowie die Wohlfahrtsverbände**
  - **Fachdialoge für ältere Migranten und Aussiedler**
- **Arbeitskreis Selbsthilfe und Migration**
- **Runder Tisch der Senioren Altenessen**



## 2) „Gesundes Altern“

- Schaffung ganzheitlicher sowie lebensweltorientierter Angebote zur Gesundheitsprävention älterer Migranten und Aussiedler
- Entwicklung und Stärkung der Selbsthilfestrukturen innerhalb der Communities
- systematische Heranführung der zugewanderten Senioren an die professionelle Pflege
- Öffnung der Gesundheitseinrichtungen in Essen

# Hintergrund

- **Gesundheitsversorgung älterer Migranten/Aussiedler defizitär**
- **Zugang zum Gesundheitssystem mit dem Risiko von Fehl- oder Unterversorgung verbunden**
- **geringere Nutzung von Angeboten zur gesundheitlichen Prävention und zur Vorsorge**



# Projektetappen

- Aufbau von Seniorengruppen: „Go-Go, Slow-Go und No-Go Senioren“
- Kursreihe zur Gesundheitsprävention für Senioren:  
Themen wie Gesundheitssystem, Gesunde Ernährung und Bewegung, Früherkennungsuntersuchungen, Depression, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck, Diabetes
- Aufbau von Sport- und Bewegungsgruppen: Gymnastik, Schwimmen, Nordic-Walking
- Aufbau von Selbsthilfegruppen: Depression und Adipositas
- Interkulturelle Gesundheitstage
- Öffnung der Gesundheitseinrichtungen
- Aufbau eines Zentrums für Gesundheitsinfo-Prävention-Austausch-Sport-Selbsthilfe-Vermittlung

# Erkenntnisse & Handlungsempfehlungen

- **Perspektive: Gesundheitsversorgung und Prävention auf einem qualitativ hohen Niveau sicherstellen**
- **Milieuzugehörigkeit: Migranten als heterogene Gruppe nicht nur hinsichtlich der Herkunft, Ethnizität sondern auch der gesellschaftlichen Milieus. Deshalb Erwartungen und Bedürfnisse an das Gesundheitssystem unterschiedlich**
- **Migranten aus prekären sozialen Milieus mit einem geringen Bildungsniveau aus gesundheitlicher Versorgung häufiger ausgeschlossen**
- **Weitere Erkenntnisse: frühere Impfrate niedrig, Früherkennungsuntersuchungen weniger wahrgenommen, Notfallambulanz von älteren Migranten häufiger aufgesucht unzureichende Kenntnisse über die regulären Angebote des Gesundheitssystems**



# Erkenntnisse & Handlungsempfehlungen

- Angebote zur Gesundheitsprävention für ältere Migranten verständlich und annehmbar auszurichten
- Leichter Zugang zum Gesundheitssystem durch einfache und verständliche Informationen
- Versorgungsstrukturen im Gesundheitssystem leider noch zu wenig patientenorientiert: Verständigungsschwierigkeiten sprachlicher und kultureller Art beeinflussen den Zugang zur Versorgung und Information
- Ermittlung von Ressourcen und Potenzialen älterer Migranten zur Unterstützung der Selbsthilfe und Selbstorganisation

## Erkenntnisse & Handlungsempfehlungen

- Das Modell „Altenclubs ( Begegnungsräume ermöglichen, neue Kontakte schaffen)“ bei der Seniorenarbeit mit Migranten nicht angewandt
- Das Modell „netzwerksensible Seniorenarbeit“: Mechanismen der Kontaktaufnahme und sozialen Vernetzung konsequent berücksichtigen:  
Angebote der Altenhilfe wahrnehmen, neue Menschen kennenlernen, sich regelmäßig austauschen. Die Teilnehmer der Gesundheitspräventionsgruppen suchen insbesondere Kontakt zu den Menschen auf, die unter gleichen oder ähnlichen gesundheitlichen Beschwerden leiden.



# Erkenntnisse & Handlungsempfehlungen

- intensive gesundheitliche Aufklärung über das Gesundheitssystem
- zielgruppenspezifische Informationen über die Möglichkeiten der gesundheitlichen Versorgung
- passgenaue Vermittlung durch mehrsprachige Gesundheitsmediatoren
- Etablierung der Selbsthilfe in den Communities
- Einbeziehung der Gesundheitspräventionsangebote für die älteren Migranten in Regelangebote
- Intensivierung der Zusammenarbeit der Akteure in den Stadtteilen
- interkulturelle Öffnung der Gesundheitseinrichtungen
  
- Verbesserung der strukturellen Rahmenbedingungen zur Inanspruchnahme der Gesundheitspräventionsmaßnahmen durch ältere Migranten und Aussiedler

**Vielen Dank  
für Ihre Geduld  
vor allem...  
...Ausdauer**