



Soziale Teilhabe – Ein Beitrag zum Gesundheitsziel „Gesund älter werden“

R. Herweck (Berlin)

Agenda

1. Kooperationsverbund
gesundheitsziele.de
2. Warum und wozu Gesundheitsziele?
3. Nationales Gesundheitsziel
„Gesund älter werden“
4. Soziale Teilhabe
 - Beispiele

Politik
Länder
Kommunen

**Gesetzliche
Versicherungen**
RV, KV, PV, UV

Privatversicherungen
Lebensversicherung,
KV, PV, UV

**Wissenschaft
und Forschung**

Sozialpartner
Arbeitgeber-
organisationen,
Gewerkschaften

gesundheitsziele.de

**Öffentlicher
Gesundheits-
dienst**

Leistungserbringer
Ärzte, Zahnärzte
Krankenhäuser/
Rehakliniken
Physiotherapeuten
Pharmaindustrie
Hersteller von Heil- und
Hilfsmitteln

**Patient(inn)en-
organisationen
Selbsthilfe**

Sieben nationale Gesundheitsziele



Diabetes mellitus Typ 2: Erkrankungsrisiko senken, Erkrankte früh erkennen und behandeln (2003)



Brustkrebs: Mortalität vermindern, Lebensqualität erhöhen (2003)



Gesund aufwachsen: Lebenskompetenz., Bewegung, Ernährung (2003; Aktualisierung 2010)



Tabakkonsum reduzieren (2003)

Gesundheitliche Kompetenz erhöhen,
Patient(inn)ensouveränität stärken (2003)



Depressive Erkrankungen: verhindern, früh erkennen, nachhaltig behandeln (2006)



Gesund älter werden (2012)

Was sind Gesundheitsziele?

- Formulieren Ziele
- empfehlen Maßnahmen zur Zielerreichung
- geben Anstöße zur Umsetzung
- Sind Vereinbarungen der verantwortlichen Akteure

Gesundheitspolitisches Steuerungsinstrument



Verbesserung der Qualität der Versorgung und der Gesundheit der Bevölkerung



Mehrwert von *gesundheitsziele.de*

Gemeinsame Zielorientierung der Akteure

Stärkere **Ausrichtung** auf konkrete Ziele

Einbeziehung von **Akteuren außerhalb** des Gesundheitswesens

Förderung **gemeinsam** abgestimmten **Handelns**

Besondere Anstrengungen, vorhandene **Ungleichheiten** zu beseitigen

Gesundheitliche Situation älterer Menschen

- Deutliches **Ansteigen der Prävalenz** von Krankheiten und von funktionellen Einschränkungen im höheren und höchsten Alter
- Veränderte, oft unspezifische Symptomatik, längerer Krankheitsverlauf, verzögerte Genesung
- **Krankheiten oft chronisch und progredient**
- Anstieg des Anteils älterer Menschen, die an mehreren Krankheiten gleichzeitig leiden
- Zunahme der **Störungen von Körperfunktionen** (unabhängig von bestimmten Diagnosen)

Krankheitsspektrum bei älteren Menschen

- Dominierend:
 - Herz- Kreislauf-Erkrankungen
 - Krankheiten des Bewegungsapparats
- 2009: 7,8 Mio. Krankenhaufälle bei 65-jährigen und Älteren
 - Davon $\frac{1}{4}$ Herz-Kreislaufferkrankungen
 - Dabei Anstieg der muskuloskelettalen Erkrankungen
 - Darunter mehr als 130.000 wegen Oberschenkelhalsfraktur

Ausgangspunkte

- **Leitbild** Gesundheit im Alter
- **Beeinflussbarkeit** des Krankheitsgeschehens und des Alterungsprozesses (Gesundheitsförderung und Prävention auch im Alter, auch bei Pflegebedürftigkeit)
- **Bedeutung** von Altersbildern
- **Sozial bedingte** gesundheitliche Ungleichheit/Bedeutung von Lebenslagen

Handlungsfelder

I	Gesundheitsförderung und Prävention (Autonomie erhalten)
II	Medizinische, psychosoziale und pflegerische Versorgung
III	Besondere Herausforderungen

Handlungsfeld I

- Gesundheitsförderung und Prävention -

Durch:

- Stärkung der gesellschaftlichen **Teilhabe**
- Stärkung der gesundheitlichen **Ressourcen und Widerstandskraft**
- **Stärkung der körperlichen Aktivität** und Mobilität
- Ausgewogene **Ernährung**
- Erhaltung der **Mundgesundheit**

Handlungsfeld II

- Medizinische, psychosoziale und pflegerische Versorgung -

Angestrebt:

- **Gute** medizinische, psychosoziale und pflegerische **Versorgung**
- Patientenorientierte und koordinierte **Zusammenarbeit der Gesundheitsberufe**
- **Berücksichtigung** der Interessen der **Angehörigen** und der informellen Helfer

Handlungsfeld III

- Besondere Herausforderungen -

Blick auf:

- Gesundheit, Lebensqualität und Teilhabe von älteren **Menschen mit Behinderungen**
- **Psychische Gesundheit** älterer Menschen
- Versorgung **Demenzkranker**
- Versorgung **multimorbider älterer Menschen**
- Vorsorge von **Pflegebedürftigkeit** und Versorgung von Pflegebedürftiger

Soziale Teilhabe

Kühnemund 2001:

Formen gesellschaftlicher Teilhabe (u.a.):

Mitgliedschaft in Vereinen, Verbänden und informellen Gruppen

Ehrenamtliches Engagement

Politische Partizipation

Pflegetätigkeiten, Kinderbetreuung und informelle Unterstützungsleistungen

Partizipation an Bildungsangeboten

Weitere Freizeittätigkeiten

Handlungsfeld I: Ziele 1 und 2

Ziel 1

Die gesellschaftliche Teilhabe älterer Menschen ist gestärkt.

Mangelnde Teilhabe und Isolation werden erkannt und gemindert.

Ziel 3

Körperliche Aktivität und Mobilität älterer Menschen sind gestärkt bzw. erhalten.

Teilziele

- Das **Wissen** älterer Menschen um die Bedeutung eines aktiven Alterns
- Das **Vorhandensein von Angeboten** für Aktivitäten, die Förderung von Engagement und Teilhabe
- **Bereitschaft zur Bewegung** und die **Freude** an Bewegung
- Ein sicheres und bewegungsförderliches **Wohnumfeld**

Beispielhaft geeignete Maßnahmen

- Einbeziehung älterer Menschen in **kommunale Planungen**
- Werbung für Aktivitäten (z.B. Engagementbörsen)
- Altersfreundlicher und bewegungsfreundlicher **Städtebau**
- Etablierung **zielgruppenspezifischer**, niedrighschwelliger und **settingspezifischer Angebote zur Bewegung**

BAGSO Broschüre

„Gesund älter werden“

Initiativen und Projekte zur
Verbesserung der Lebensqualität
und der Gesundheit älterer
Menschen

- Anregungen für Verantwortliche in gesundheitlichen- und seniorenpolitischen Handlungsfeldern
- Zusätzlich zur Broschüre gibt es eine 150- seitige Langfassung (Bericht)



Seniorenbüros in Dortmund

- in allen 12 Stadtbezirken von Dortmund
- Wohnortnahe Anlaufstellen für ältere Menschen und Angehörige
- Beratungsthemen (auf Wunsch auch Hause):
 - Wohnen
 - Pflege
 - Begegnungsmöglichkeiten
- Netzwerk aus: örtlichen Pflegeanbietern, Polizei, Krankenhäusern und Wohnungsbaugesellschaften



Mehr Informationen unter: www.dortmund.de



„WiSel“ – sei lebendig

- „Wittener Senioren Leben“ Netzwerke
- Plattform der Seniorenvertretung, des Seniorenbüros und der AWO
- Gemeinsames gestalten der Lebensphase „55 plus“
- Förderung der Eigeninitiative entsprechend der eigenen Interessen, Wünsche und Möglichkeiten

Mehr Informationen unter: www.witten.de

„Kultur - Koffer“

- Besuchsdienst von ehrenamtlichen Senioren und Seniorinnen des Projektträgers Degerlocher Frauenkreis e.V.
- Ehrenamtliche bringen nach einer Fortbildung den "Kultur-Koffer" zu überwiegend alten Menschen, die ihre
 - Wohnung nicht mehr verlassen können,
 - in Pflegeheimen leben oder
 - Begegnungsstätten besuchen
- Je nach Interesse der Zielgruppen kann das Koffer-Thema aus den Bereichen der Alltags- oder Hochkultur sein
- Gegenstände im Koffer sollen zu Gesprächen anregen und neue Kontakte ermöglichen

Mehr Informationen unter: www.degerlocherfrauenkreis.de



Beispiele zu körperlicher Aktivität und Mobilität

Alltagsferne Bewegungen und Begegnungen
– Tanztheater für Menschen ab 60
(Ludwigsburg)



Tanzstunden „Tanzen hält fit – Tanzen
macht Spaß – Tanzen macht schlau“



Spaziergangs- oder Wandergruppen (z.B.
Gesundheitswandern des Deutschen
Wanderverbandes)



Deutscher Olympischer Sportbund



„Richtig fit ab 50“ – Was motiviert Ältere zu mehr Bewegung und Sport?

„Bewegungsangebote 70 plus“
Bewegungsprogramm, welches sich den Lebensbedürfnissen des fortgeschrittenen Alters annimmt

„Bewegungsnetzwerk 50 plus“, Förderung von Sport und Bewegung für die Generation 50 plus in den Kommunen durch Kooperation

„fit für 100“ und „Aktiv bis 100“



„Fit für 100“ –
Bewegungsangebote für
Hochaltrige der Deutschen
Sporthochschule Köln

„Aktiv bis 100“ – Aufbau von
Netzstrukturen zur Umsetzung
von Bewegungsangeboten für
Hochaltrige am Wohnort
(Deutscher Turner-Bund)



Beispiele für Mobilitätshilfen

MoSim des Regionalverkehr Kölns (RVK)

- Mobilitätssicherung und sichere Mobilität älterer und mobilitätseingeschränkter Menschen
- MoSiM-Studie:
 - Wie kann die örtliche Infrastruktur auf die Bedürfnisse älterer und mobilitätseingeschränkter Bürgerinnen und Bürger ausgerichtet werden?
 - Verbesserung der Erreichbarkeit wichtiger Einrichtungen und Ziele mit zielgruppengerechten Fahrangeboten



Mehr Informationen: www.rvk.de

Mobillotsen

10 Mobillotsen begleiten kostenfrei Personen mit Mobilitätseinschränkungen zu Fuß oder bei Fahrten mit Bus und Bahn, sofern diese auf den Linien des Geraer Verkehrsbetriebes GmbH (GVB) liegen



Mehr Informationen unter: www.gvbgera.de/mobillotsen

Checkliste „Feste feiern in Münster – Tipps für die barrierefreie Gestaltung von (Open Air) Veranstaltungen

Koordinierungsstelle für Behindertenfragen im Sozialamt der Stadt Münster

Mehr Informationen: <http://komm.muenster.org/publikationen/>

NADiA - Neue Aktionsräume für Menschen mit Demenz und ihre Angehörige

- im Fokus stehen der in der eigenen Häuslichkeit lebende demenziell erkrankte Mensch + sein pflegender Angehöriger

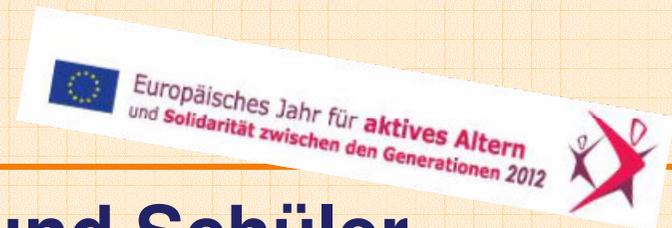
Mehr Informationen: www.nadia-projekt.de

Arnsberger **Aktionsprogramm** „gemeinsam für ein **besseres Leben mit Demenz**“



- Gefördert durch die Robert Bosch Stiftung
- Verbesserung der Lebenssituation der Menschen mit Demenz sowie deren Angehörige
- Schaffung von Begegnungsangeboten (Marktplatz)
 - „Ich biete“
 - „Ich suche“

Mehr Informationen: www.projekt-demenz-arnsberg.de



Projekt „Menschen mit Demenz und Schüler gestalten gemeinsam ihre Freizeit“

- Lernpartnerschaft der Realschule Bonn- Mehlem mit dem DRK-Seniorenhaus Steinbach
- Gemeinsame Back- und Spielnachmittage mit Schülern und Demenzerkrankten

Mehr Informationen: www.drk-seniorenhaus-steinbach.de/index.php?id=1568

Menschen mit Migrationshintergrund

Praxisleitfaden „**Gesundheitsförderung und Primärprävention bei älteren Menschen mit Migrationshintergrund**“

 **FFG** Forschungsgesellschaft
für Gerontologie e.V.

- Durch gleichnamiges Projekt (2007-2010) entstanden
- Praxisleitfaden enthält zentrale Ergebnisse der Studie und stellt die daraus abgeleiteten Handlungsempfehlungen dar

„**SAGLIK**“

- Hamburg Bezirk Mitte und Altona
- interkulturelle Angebote
- Zielgruppe: ältere Männer und Frauen mit türkischem Migrationshintergrund
- Verbesserung der LQ sowie Aktivierung und Ausbau von Ressourcen

Befragung durch die Kommunen

- Stadt Halle: Bürgerumfragen (Einfluss auf kommunale Planungen)
- Berlin Mitte: LISA-Studie (Lebensqualität, Interessen und Selbständigkeit im Alter)

WohnQuartier⁴

„Die Zukunft altersgerechter Quartiere gestalten“

— Einbettung einer altersgerechten Quartiergestaltung in eine integrierte Stadtentwicklung

— 4 Faktoren:

- Wohnen/ Wohnumfeld
- Gesundheit/ Service/ Pflege
- Partizipation/ Kommunikation
- Bildung/ Kunst/ Kultur

Mehr Informationen: www.wohnquartier-4.de

Werra-Meißner- Kreis

- **Omnibus**
 - Freiwilligenagentur
 - Förderung und Koordination von Engagement von Ehrenamtlichen:
 - Datenbank für Engagement- Angebote
 - Hilfe beim Aufbau von Nachbarschaftshilfen
- **Nahversorgungskonzepte:**
 - Schachtelhalm (Witzenhausen)
 - Marktwert (Datterode)
 - Dorfladen (Gertenbach)
- **Fahrdienste**

Nationales Ziel „Gesund Älter werden“

Den vollständigen Bericht finden Sie im Internet unter:

www.gesundheitsziele.de

www.bmg.bund.de

Die BAGSO Broschüre „Gesund älter werden“ finden Sie unter:

<http://www.bagso.de/abgeschlossene-projekte/gesund-aelter-werden.html>

Geschäftsstelle von *gesundheitsziele.de* (c/o GVG e.V.)

Telefon: 0221/ 912867-40

E-Mail: gesundheitsziele@gvg.org

Internet: www.gesundheitsziele.de

**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**