

Projekt

Braunschweiger Senioren – bewegt und mobil

Stand: November 2021

Kurzzusammenfassung:

Die Stadt Braunschweig bietet älteren Menschen im Rahmen der Altenhilfeplanung eine Struktur von Angeboten, die der Bewegungs- und Mobilitätsförderung dienen bzw. das Bewusstsein hierfür fördern.

Über das Projekt

Klassifizierung

- BZgA: Praxisprojekt

Zielgruppe

- Ältere Menschen (< 80 Jahre)
- Ältere Menschen mit körperlichen Einschränkungen
- Ältere Menschen mit kognitiven Einschränkungen

Themen

- Bewegungsprogramme und Angebote
- Gestaltung einer bewegungsfreundlichen Umgebung & Förderung der Mobilität

Die Stadt Braunschweig bietet älteren Menschen im Rahmen der Altenhilfeplanung eine Struktur von Angeboten, die der Bewegungs- und Mobilitätsförderung dienen bzw. das Bewusstsein hierfür fördern. Neben Bewegungsangeboten im Quartier und der barrierefreien Gestaltung des öffentlichen Raums umfassen die Planungen beispielsweise auch Entwicklungen des ÖPNV, den Ausbau von Mobilitätsdiensten und die Stärkung von Gesundheits- und Bewegungskompetenz.

Ziel(e)

- Verstärkte Berücksichtigung der Bedürfnisse älterer Bürgerinnen und Bürger durch Fokus auf Stadtteilorientierung
- Förderung von Mobilität und Bewegung als wichtige Aspekte für Teilhabe und Lebensqualität

Projektzeitraum

- Beginn: Januar 2005
- Angebot fortlaufend

Maßnahmen/Arbeitsprogramm

Angebote zur Förderung von Bewegung:

- Öffentlich zugänglicher Mehrgenerationenpark, der zur Bewegung auffordert
- Turngeräte für Seniorinnen und Senioren im öffentlichen Raum
- Organisierte Spaziergänge (Demenz, Depression, Bewegung im Alter)
- Spezieller Parcours zur Förderung der Bewegung im Stadtteil
- Zahlreiche Sport- und Bewegungsangebote von Vereinen, Institutionen, Begegnungsstätten, Freizeitgruppen und Seniorenkreise

Angebote zur Förderung der Mobilität:

- Ehrenamtlicher Einkaufsbegleitdienst für ältere Menschen
- Programm zur Erhöhung der Mobilität von Seniorinnen und Senioren zur Verbesserung des Smartphone-Einsatzes
- Pedelec-Training (siehe Teilprojekt Verkehrssicherheitsaktionen für Seniorinnen und Senioren)
- Unterstützung Reisemobilität (Informations- und Tagesausflüge)
- Vorträge und Veranstaltungen zur Mobilität im öffentlichen Nahverkehr

Informationsangebote:

- Information über Sport- und Bewegungsangebote in Broschüre „Seniorenfreizeit- und Seniorenbildung auf einen Blick“
- Separate Module für Bewegung und Ernährung in Fortbildungsreihe „Alter verstehen, Alter gestalten“ zur Qualifizierung von Seniorengruppenverantwortlichen
- Vorträge/Fachtagungen zur Ernährung im Alter

Wirksamkeit

- Erfüllt Aufnahmekriterien (Praxisprojekt)

Hinweise zur Umsetzung

Sie wollen diese Maßnahmen in Ihrer Gemeinde / Ihrem Stadtteil / Ihrer Kommune umsetzen?
Diese Informationen und Erfahrungen aus dem Projekt können Ihnen helfen.

Zielgruppe

- Ältere Menschen ab 50 Jahre
- Berücksichtigung chronisch kranker / mobilitätseingeschränkte / kognitiv beeinträchtigter und/oder pflegebedürftiger älterer Personen
- Angehörige von pflegebedürftigen Personen

Teilnahmevoraussetzung

Zugehörigkeit zur Zielgruppe

Empfehlungen zur personellen Ausstattung

- Je nach Projekt unterschiedlich
- Kooperationsmodelle mit unterschiedlichen Institutionen

Finanzieller Rahmen

- Personalkosten der jeweiligen Institutionen (Referierende und Kosten für Öffentlichkeitsarbeit)
- Kompensation evtl. durch Teilnahmegebühren

Empfohlene Implementierungsschritte

Kontaktaufnahme zu Herrn Knospe (siehe unten „Kontakt“)

Erfolgsfaktoren und Stolpersteine

Erfolgsfaktoren:

- Netzwerkarbeit

- Verlässliche Kooperationsmodelle
- Erreichbarkeit spezieller Zielgruppen

Kooperation(en)

Akteurinnen und Akteure aus Kommunalpolitik und Kommunalverwaltung:

- Gesundheitsamt, Sozialamt, Kulturinstitut

Verwaltungsexterne Akteurinnen und Akteure:

- Krankenversicherungen, Polizeiinspektion, Verkehrswacht, Sportvereine, Begegnungszentren, Wohlfahrtspflege, TU, Nachbarschaftshilfen, ehrenamtliche Initiativen

Weitere Informationen

Hier finden Sie nähere Informationen zum Projekt:

- Kooperationsverbund Gesundheitliche Chancengleichheit:
<https://www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/praxisdatenbank/detailseite/braunschweiger-senioren-ndash-bewegt-und-mobil/>
- Älter werden in Balance:
<https://www.aelter-werden-in-balance.de/bewegungfuer-aeltere/veranstaltungen/2016/kommunaler-wettbewerb/beitraege/detail/...>
- Stadt Braunschweig: Braunschweig – lebenswert auch im Alter:
http://www.braunschweig.de/leben/senioren/14_altenhilfeplanung/index.php

Kontakt

Stadt Braunschweig, Fachbereich Soziales und Gesundheit, Seniorenbüro
Kleine Burg 14
38100 Braunschweig

Ansprechperson: Ulrich Knospe

E-Mail: seniorenbuero@braunschweig.de

Telefon: +49 531/4703341