



**Baden-Württemberg**

LANDESGESUNDHEITSAMT BADEN-WÜRTTEMBERG  
IM REGIERUNGSPRÄSIDIUM STUTT GART

# Gesund älter werden in der Stadt und auf dem Land

Barbara Leykamm  
Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg



**Baden-Württemberg**

LANDESGESUNDHEITSAMT BADEN-WÜRTTEMBERG  
IM REGIERUNGSPRÄSIDIUM STUTTART

## Inhalt

1. Alter und Gesundheit
2. Der Regionale Knoten Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten – Älteren -
3. Gesundheitsförderung in der Praxis
4. Empfehlungen für die Übertragbarkeit



Baden-Württemberg

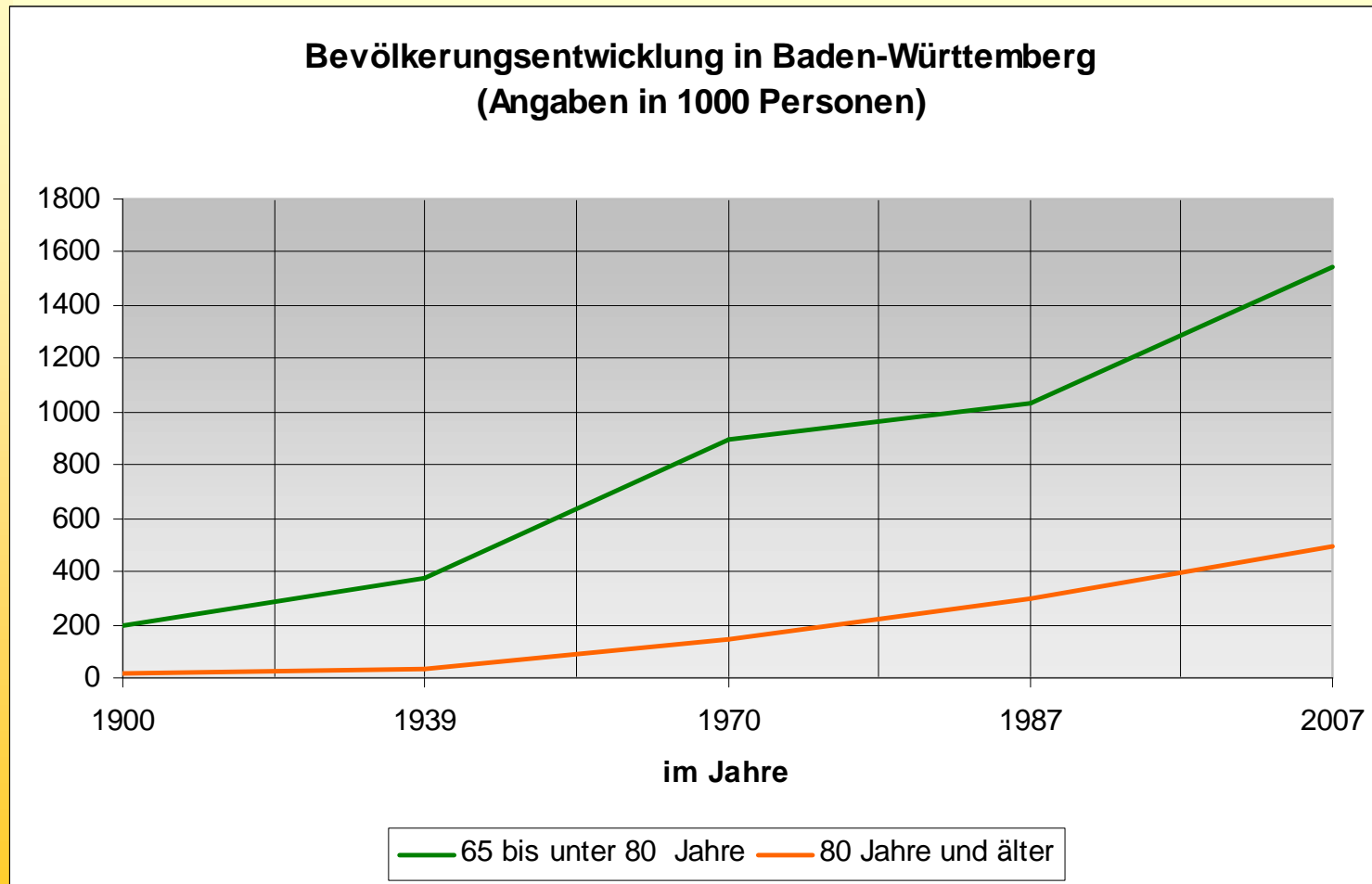
LANDESGESUNDHEITSAMT BADEN-WÜRTTEMBERG  
IM REGIERUNGSPRÄSIDIUM STUTT GART

## 1. Alter und Gesundheit – Altersbilder

- Gesund altern in Selbstbestimmung
- Glückliches Altern
- Kompetent und aktiv altern
- Drittes Lebensalter = junge Alte / best ager
- Viertes Lebensalter = Alter in Abhängigkeit ..
- Anti-Aging.....

➔ 60plus

# Die Situation in Baden-Württemberg – Alter

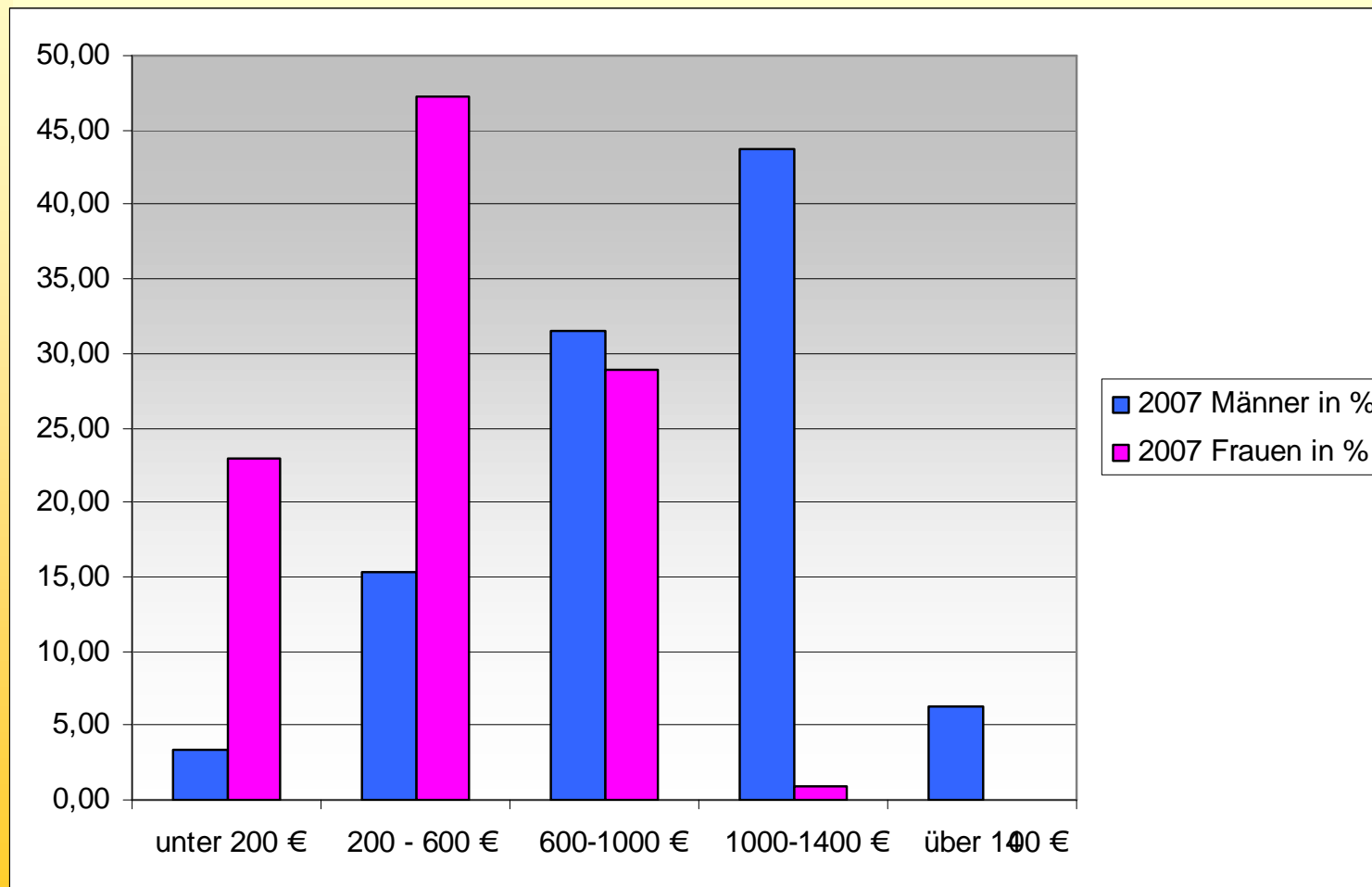


Quelle: Statistisches Landesamt Baden-Württemberg, Stand 31.12.2007

<b>Krankheiten, Alltagseinschränkungen und gesunde Lebenserwartung</b>						
	<b>Männer</b>		<b>Frauen</b>		<b>gesunde Lebenserwartung in Jahren</b>	
<b>Altersgruppe (in %)</b>	<b>60-69</b>	<b>70+</b>	<b>60-69</b>	<b>70+</b>	<b>Männer</b>	<b>Frauen</b>
<b>chronische Krankheit</b>					<b>unter 60% des durchschnittl. Einkommens i. J. 2005</b>	
Oberschicht	42,0	54,9	43,5	53,4		
Mittelschicht	49,7	49,5	53,7	62,4		
Unterschicht	47,7	47,3	60,2	62,3		
<b>Gesundheitsbedingte Einschränk. im Alltag</b>					<b>über 150% des durchschnittl. Einkommens i. J. 2005</b>	
Oberschicht	37,7	51,1	42,1	56,2		
Mittelschicht	41,2	53,6	42,4	53,4		
Unterschicht	46,7	49,1	48,8	59,0		

Quellen: Robert-Koch-Institut (2005), Lampert, T. et al. (2007)

# Die Situation in Baden-Württemberg – soziale Lage im Alter



Quelle: Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg, Stand 31.12.2007

## 2. Der Regionale Knoten Baden-Württemberg

**Schwerpunkt:** Gesundheitsförderung mit sozial benachteiligten älteren Menschen

# Aufgaben

Akteure **vernetzen** und informieren

→ Netzwerk mit ca. 50 Institutionen

bedarfsorientierte regionale **Aktivitäten initiieren, koordinieren** und unterstützen

→ Fachtagungen, Förderung von Modellvorhaben  
Fachberatung

Identifikation von **Good Practice-Angeboten** in der Gesundheitsförderung

→ **NAIS Bruchsal**



### 3. Gesundheitsförderung in der Praxis

- Neues Altern in der Stadt
  - NAIS Bruchsal
- Präventive Hausbesuche  
DRK BW und Gesundheitsamt Tübingen

**GOOD PRACTICE**   
in der Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten

# Neues Altern in der Stadt – NAIS Bruchsal

## Hintergrund

- demografischer Wandel
- Merkmale:
  - deutlicher Bevölkerungsrückgang
  - Anstieg der Zahl älterer Menschen und von Menschen mit Migrationshintergrund

# Vorgehen

- Bertelsmann Stiftung 2005:  
Pilotprojekt „Neues Altern in der Stadt“ (NAIS)

- Ziele:  
Neuausrichtung der Seniorenpolitik in  
Modellkommunen initiieren

langfristige Sicherung der Lebensqualität

Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation

# Zielgruppe und Schwerpunkte:

- alle Bürgerinnen und Bürger der Stadt mit und ohne sozial Benachteiligung
- soziale Teilhabe der Einzelnen verbessern
- Ältere an den Planungsprozessen beteiligen
- Niedrigschwelligkeit der Angebote
- präventive Hausbesuche
- persönliche Ansprache um Vereinsamung abzubauen
- geringe Kostender Angebote
- Projekt wird auch nach Ende der Förderung durch die Bertelsmann Stiftung Ende November 2007 weitergeführt

# *Die Analysephase*

- „Zukunftswerkstatt“

Ergebnis: ehrenamtlicher Initiativkreis NAIS

entwickelt auf einer breiten kommunalen Datenlage  
Handlungsempfehlungen, um Themenfelder mit  
einem hohen Handlungsbedarf zu ermitteln.

- Szenariotechnik in 9 Sitzungen

# Leitbild und Leitlinien

- „2020: Bruchsal – eine innovative Stadt mit Wirtschaftskraft, in der sich Alt und Jung wohlfühlen und füreinander da sind“.
  
- 1. Seniorengerechte Infrastruktur statt Barrieren,
- 2. Integration statt Isolation,
- 3. gegenseitige Wertschätzung statt Missachtung,
- 4. Wohlstand und Wohlfühlen statt materieller Not.

# Projektideen

- Mehrgenerationenhaus
  - „Fit bis ins hohe Alter“
  - „Pflegebedürftigkeit geht mich an“
  - ein Bürgerhaus
  - Seniorenwegweiser
  - präventive Hausbesuche
- 
- **Schwerpunktthemen: Gesundheitsförderung und Prävention**

## ***Die Aktionsphase***

- fünf Arbeitsgruppen, (gewählte AG-Sprecherinnen und -Sprechern vor Ort)
- externe Begleitung: Thomas Altgeld
- interne Begleitung:  
Volker Falkenstein (städtischer Projektleiter)  
und  
ehrenamtlicher Tandempartner Rolf Freitag  
(Stadtseniorenrat)



# 1. Bewegung und Ernährung

- **Ziele: bessere Vernetzung und Bewerbung vorhandener Angebote**
- **Angebote niedrigschwellig bekannt machen**
- **Verbindung von Ernährung, Ernährungsberatung und geselligem Zusammensein**
- **Kochzirkel im Quartier soziale Stadt mit generationenübergreifenden Essenseinladungen in der Nachbarschaft**
- **generationenübergreifende Koch- und Bewegungsprogramme, Kooperationen mit der AOK, Ärzten und Therapeuten, Vereinen und die Auflistung von Mittagstischangeboten**
- **täglich Mittagstisch für Kinder und ältere Bedürftige**

## 2. Pflege ist mehr

- Ziele: verbesserte Zusammenarbeit der Pflegeeinrichtungen vor Ort initiieren,
- neues Image von Pflege geschaffen.
- Angebote aus der Seniorenbegegnungsstätte in Absprache mit den Einrichtungen zu den Menschen gebracht

### 3. Geistig Fit und Aktiv

- Ziel: eine bessere Vernetzung und darüber hinaus eine Angebotsoptimierung zu erreichen.
- Bsp. Angebote der Stadtbibliothek verbessert
- Einrichtung mobiler Angebote wie einer Bibliothek auf Rädern.
- Unterstützung einer Seniorenbegegnungsstätte damit ältere Menschen Umgang mit dem Computer erlernen.
- CappuKino – ein Projekt mit dem ansässigen Kino – führt Menschen zusammen, die das Kino sonst nicht besuchen.
- Lesestunden beim Altenzentrum, Musik- und Kunstschule führt dort ein generationenübergreifendes Theaterprojekt durch.

## **4. Präventive Hausbesuche**

**Organisation: Quartiersmanagement der sozialen Stadt**

**Zugang zur Gruppe der sozial Benachteiligten, besonders auch zu Migrantinnen und Migranten**

## **5. Wegweiser**

**„Nicht nur für Senioren“**

**mit Themen und Angebotsstrukturen vor Ort**

**Internetplattform mit der Adresse [www.neues-altern.de](http://www.neues-altern.de)**

# ***Abschluss- und Transferphase***

Handbuch der Bertelsmann Stiftung

Bruchsaler Projekt „NAIS“ wird in seiner praktischen Umsetzung und mit seinen Arbeitsgruppen und Arbeitskreisen auch nach Beendigung der Förderung durch die Bertelsmann Stiftung weiterbestehen. Notwendige Gemeinderatsbeschlüsse bestehen.

Gute Praxisbereiche

- Partizipation
- integriertes Handlungskonzept/Vernetzung
- Qualitätsmanagement/Qualitätsentwicklung

# Empfehlungen zur Übertragbarkeit

- **Zusammenarbeit von haupt- und ehrenamtlich Tätigen**
- **partizipative Prozesse - nicht nur von Haupt- und Ehrenamtlichen - Bürgerbeteiligung in jeder Phase des Projekts**
- **Moderation erforderlich mit klaren Spielregeln und ggf. externer Begleitung**
- **Die Hauptamtlichen brauchen Zeitressourcen - auch zu Samstags- und Sonntagsarbeit bereit sein und eigene Motivation mitbringen**
- **Politische Rückendeckung: politische Willenserklärung bzw. ein Gemeinderatsbeschluss ist anzustreben.**
- **Die Verwaltungsspitze muss das Vorgehen zu 100% tragen und Entwicklungsspielräume zulassen.**
- **Prozessdokumentation - Vernetzungsmatrix**

# Vielen Dank!

weitere Informationen:

Barbara Leykamm

Christine Volk-Uhlmann

Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg im RP  
Stuttgart

Tel: 0711 904 39 413

Email: [christine.volk-uhlmann@rps.bwl.de](mailto:christine.volk-uhlmann@rps.bwl.de)