



**Gesunde  
Lebenswelten**  
EIN ANGEBOT DER ERSATZKASSEN



Bundesverband e.V.

# Gesund Altern und Pflegen im Quartier – Samtgemeinde Elm-Asse in Niedersachsen

Niedersächsischen Landespflegekonferenz 2022

Forum 4: „Community Care - Wie kann sie gelingen?“

Jessica Sommer, AWO Bundesverband e. V.

Anna Bussler, Kompetenzzentrum Freiwilligenmanagement Elm-Asse

## Agenda

1. Projekt auf einen Blick
2. Partizipation der Zielgruppen
3. Blick in den Projektstandort
4. Nächste Schritte

# 1. Projekt auf einen Blick



## Überblick

**Ziel: Förderung der Gesundheit von Menschen ab 65 Jahren und pflegenden Angehörigen**

- Aufbau gesundheitsfördernder Strukturen, die sich am Bedarf der Menschen vor Ort orientieren
- Präventionsprojekt nach § 20a SGB V gefördert durch den Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) im Auftrag der Ersatzkassen
- Laufzeit: 01/2021 – 12/2023

## Projektziele

- ✓ **Vernetzung zentraler Akteur\*innen** der Gemeinde zum Aufbau gesundheitsfördernder Strukturen
- ✓ Entwicklung und Umsetzung **bedarfsorientierter Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention** auf Verhältnis- und Verhaltensebene unter Beteiligung der Zielgruppen
- ✓ Schaffung von **Anlässen zur nachbarschaftlichen Begegnung** durch gesundheitsfördernde Angebote und Maßnahmen und damit indirekte Förderung der sozialen Teilhabe älterer Bürger\*innen und pflegender Angehöriger
- ✓ **Nachhaltige Sicherung** der aufgebauten gesundheitsfördernden Strukturen durch Schaffung der notwendigen Voraussetzungen

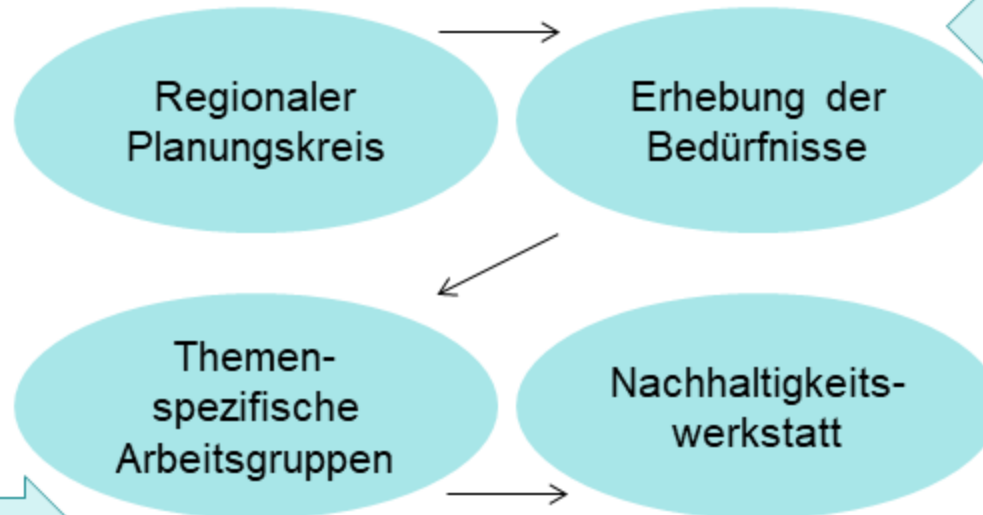


## Projektaufbau

Koordination durch den AWO  
Bundesverband



Je 1 AWO  
Projekt-  
koordination  
vor Ort



Ehrenamtlich  
Unter-  
stützende  
vor Ort



8 ländliche Quartiere mit AWO Einrichtungen

## 2. Partizipation der Zielgruppen

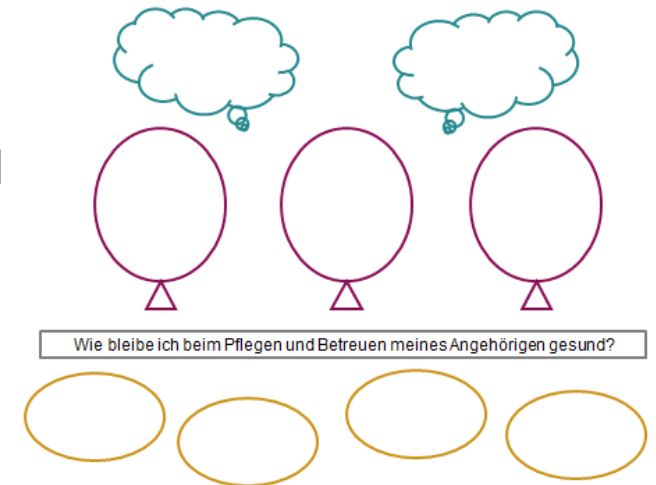
## Bedürfniserhebung pflegender Angehöriger

### 1. Einzelinterviews mit pflegenden Angehörigen

- Leitfadengestützte Interviews zum Kontakt- und Vertrauensaufbau
- Erster Einblick in persönliche Pflege- und Gesundheitssituation

### 2. Digitale standortübergreifende Fokusgruppen

- Diskussion in moderierter Kleingruppe mit der Wolken-Steine Methode
- Leitfrage: „Wie bleibe ich beim Pflegen und Betreuen meines Angehörigen gesund?“



Wolken: fördernde Faktoren  
Steine: hemmende Faktoren  
Ballons: Wünsche



## Bedürfniserhebung älterer Menschen

### 1. Bürger\*innendialog

- Regionale Veranstaltungen mit älteren Bürger\*innen zum Ideenaustausch
- Moderierte Diskussion nach Methode der Zukunftswerkstatt
  - Träumen: Sammeln von Ideen ohne Rücksicht auf Ressourcen
  - Kritisieren: Sammeln von möglichst präzisen Kritikpunkten
  - Realisieren: Verknüpfung der ersten beiden Phasen und Einschätzung, was realisierbar ist

### 2. Einzelinterview mit lokalen Akteuren

- Ergänzung der Ergebnisse des Bürger\*innendialogs

## Regionale Arbeitsgruppen

- Die thematischen Schwerpunkte der AGs leiten sich aus den Ergebnissen der Ist- und Bedürfnisanalyse ab
- Zusammensetzung: Lokale Akteure, Mitglieder der Zielgruppe oder deren Vertretungen, Vertretungen von Einrichtungen und Diensten, Kommunale Entscheidungsträger\*innen, Ehrenamtliche

### Ziele der Arbeitsgruppen-Phase

1. Verzahnung, Optimierung und Bekanntmachung bestehender gesundheitsfördernder Angebote
2. Stärkung der Zusammenarbeit in der Gemeinde zur Verbesserung der Rahmenbedingungen für ein gesundes Älterwerden und Pflegen
3. Entwicklung und Umsetzung neuer bedarfsgerechter Maßnahmen

### 3. Blick in den Projektstandort

## Kompetenzzentrum Freiwilligenmanagement Elm-Asse

- Projekt der Freiwilligenagentur Jugend-Soziales-Sport e. V. Wolfenbüttel
- Finanziert durch die Stiftung Zukunftsfonds Asse
- Kooperationspartner der AWO
- Ansprechpartner zum Thema Ehrenamt in ländlichen Raum
- Standort in Remlingen-Semmenstedt
- Unterstützt Ehrenamtliche und Vereine durch Beratung, Vermittlung, Weiterbildung, Vernetzung sowie der Planung und Durchführung

## Projektumsetzung vor Ort – Planungskreis

- Personengruppe, die sich mit den Thematiken des Projekts befasst
- Setzt sich aus Ortsbeauftragten sowie Vorsitzenden und Vertretern des DRK, Diakonie, AWO, Landkreis Wolfenbüttel, Seniorenbeirat und Kirchenvorstand zusammen
- Die Planungskreissitzung findet ca. 1x im Monat statt
- Planungskreismitglieder und Ehrenamtliche nutzen Ihre Vernetzung im Quartier für das Projekt
- Für die Sitzungen werden kostenfreie Räumlichkeiten der Gemeinde genutzt

## Projektumsetzung vor Ort – Umsetzung Fokusgruppe und Bürger\*innendialog

- Fokusgruppe: digitaler Austausch mit pflegenden Angehörigen
- Bürger\*innendialog: Veranstaltung in Präsenz mit Gruppenarbeitsphase für ältere Bürger\*innen ab 65 Jahren
- Wurden durch Flyer, Aushänge, Presseartikel, direkte Ansprache und Mundpropaganda beworben
- Die Ehrenamtlichen wurden als Verbindungsglied zur Zielgruppe eingesetzt, um die jeweiligen Personen mit dem Projekt vertraut zu machen
- Ehrenamtlich Unterstützende konnten durch den Planungskreis und die Arbeit des Kompetenzzentrums gewonnen werden

## Projektumsetzung vor Ort – Bedürfniserhebung

- Bestehende Treffen und Zusammenkünfte der Zielgruppen wurden für die Bekanntmachung der Veranstaltung sowie des Projektes genutzt
- Wünsche der pflegenden Angehörigen:
  - Infobroschüre (Beratung, Pflege, Gesundheit)
  - Stammtischtreffen mit fachlicher Unterstützung
  - Maßnahmen zur Entspannung und Stressbewältigung
  - Unterstützung durch Begleitung, Betreuung und Fahrdienste
- Wünsche der älteren Bürger\*innen:
  - Erhalt von ÖPNV, Freibad, Ärzten, Gaststätten, Seniorengymnastik
  - Allgemeine Infoveranstaltung und Vorträge über gesunde Ernährung
  - Weiterbildungsmöglichkeiten für Senior\*innen

## Bürger\*innendialog in Remlingen-Semmenstedt





## 4. Ausblick

## Nächste Schritte im Projekt

1. Übergang in die Arbeitsgruppen-Phase  
(September/Oktober 2022)
2. Konzeption und Umsetzung bedarfsgerechter Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention  
(Oktober 2022 bis Oktober 2023)
3. Nachhaltigkeitswerkstätten  
(3. Quartal 2023)

## Weiterführende Informationen

- Praxisleitfaden „Gesund älter werden im ländlichen Raum“ zeigt auf, wie ein gesundheitsfördernder Strukturaufbau gelingen kann
- Erkenntnisse und Praxisbeispiele aus einem Vorgängerprojekt
- Abrufbar unter:  
[https://www.gesunde-lebenswelten.com/fileadmin/user\\_upload/Gesund\\_vor\\_Ort/Projekte/Quartiersprojekt\\_fuer\\_AEltere/Praxisleitfaden\\_gesund\\_aelter\\_werden.pdf](https://www.gesunde-lebenswelten.com/fileadmin/user_upload/Gesund_vor_Ort/Projekte/Quartiersprojekt_fuer_AEltere/Praxisleitfaden_gesund_aelter_werden.pdf)






**Gesunde  
Lebenswelten**  
EIN ANGEBOT DER ERSATZKASSEN



Bundesverband e.V.


Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!

**Jessica Sommer**

 030/26 309 – 183

 [jessica.sommer@awo.org](mailto:jessica.sommer@awo.org)

**Anna Bussler**

 05336 - 94 89 503

 [a.bussler@freiwillig-engagiert.de](mailto:a.bussler@freiwillig-engagiert.de)