Lobby der Älteren

Die BAGSO

Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e. V.

Publikation Nr. 36

Gesund älter werden

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

Grußwort
Prof. Dr. Dr. h.c. Ursula Lehr 3

Eine alternde Gesellschaft im demografischen Wandelt
Mehr Lebensjahre in guter Gesundheit 4

Kooperation für die Gesundheit:
Das Gesundheitsziel „Gesund älter werden“ 7

Ziel 1: Die gesellschaftliche Teilhabe älterer Menschen ist gestärkt.
Mangelnde Teilhabe und Isolation werden erkannt und gemindert 8

Ziel 2: Gesundheitliche Ressourcen und die Widerstandskraft älterer Menschen
sind gestärkt. Ihre gesundheitlichen Risiken sind gemindert 12

Ziel 3: Körperliche Aktivität und Mobilität älterer Menschen
sind gestärkt bzw. erhalten 18

Ziel 4: Ältere Menschen ernähren sich ausgewogen 23

Ziel 5: Die Mundgesundheit älterer Menschen ist erhalten bzw. verbessert 26

Ziel 6: Ältere Menschen sind bei Krankheit medizinisch,
psychosozial und pflegerisch gut versorgt 28

Ziel 7: Unterschiedliche Gesundheitsberufe arbeiten
patientenorientiert und koordiniert zusammen 31

Ziel 8: Die Interessen der Angehörigen und der informellen Helferinnen
und Helfer von älteren Menschen sind berücksichtigt 33

Ziel 9: Die Gesundheit, Lebensqualität und Teilhabe von älteren
Menschen mit Behinderungen sind erhalten und gestärkt 36

Ziel 10: Die psychische Gesundheit älterer Menschen
ist gestärkt bzw. wiederhergestellt 38

Ziel 11: Demenzerkrankungen sind erkannt und Demenzerkrankte
sind angemessen versorgt 39

Ziel 12: Die Versorgung multimorbider älterer Menschen ist verbessert
und Folgen von Multimorbidität sind gemindert 41

Ziel 13: Pflegebedürftigkeit ist vorgebeugt und Pflegebedürftige sind gut versorgt 42

Impressum 44

Liebe Leserinnen und Leser,

wir leben heute in einer alternden Welt, in einer Gesellschaft des langen Lebens – und darüber sollten wir uns freuen! Immer mehr Menschen erreichen ein immer höheres Lebensalter, leider werden gleichzeitig immer weniger Kinder geboren. Wir werden älter, bunter und weniger.

Diesem demografischen Wandel versucht die Bundesregierung mit dem 2011 verabschiedeten Demografiebericht und der Demografiestrategie „Jedes Alter zählt“ Rechnung zu tragen. Das Bundesministerium für Bildung und Forschung stellte das Wissenschaftsjahr 2013 unter das Motto „Die demografische Chance“. In seiner Forschungsagenda „Das Alter hat Zukunft“ wird die gesellschaftliche Teilhabe älterer Menschen zum Thema gemacht. Es muss alles getan werden, damit man möglichst gesund und kompetent das hohe Alter erreicht.

Auch der Kooperationsverbund gesundheitsziele.de, in dem die wichtigsten Akteure des Gesundheitswesens in Deutschland zusammenwirken, nimmt diese Aufgaben in den Blick. Das von ihm 2012 verabschiedete Gesundheitsziel „Gesund älter werden“ beschreibt, wie älter werdende Menschen ihre Gesundheit erhalten oder verbessern können. Es nennt 13 Ziele im Sinne von Gesundheitsförderung und Prävention und empfiehlt 215 Maßnahmen, die sich an alle Akteure im Gesundheitswesen und in der Seniorenarbeit richten. Neben ärztlichem und pflegerischem Fachpersonal bezieht dieser Prozess auch ausdrücklich die Kommunen, die Zivilgesellschaft mit Patientengruppen, Selbsthilfeinitiativen, Vereinigungen und Verbände und weitere Organisationen ein.

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen, die in der Arbeitsgruppe

„Gesund älter werden“ des Kooperationsverbundes mitgearbeitet hat, wird sich auch an der weiteren Umsetzung der Gesundheitsziele beteiligen. So finden Sie in dieser Broschüre eine Auswahl von Beispielen aus der Praxis, die zur Nachahmung ermutigen. Ein umfassenderer Bericht, der zu allen empfohlenen Maßnahmen gute Initiativen und weitere Informationen vorstellt, kann im Internet unter www.bagso.de gelesen und heruntergeladen werden.

Wir freuen uns, Ihnen die vorhandenen Erfahrungen und Erkenntnisse zugänglich machen zu können. Vielleicht können Sie manche Anregung für Ihre eigenen Pläne und Vorhaben zur Gesundheitsförderung und Prävention erhalten.

Unser Dank gilt dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend für die finanzielle Unterstützung.

Prof. Dr. Dr. h.c. Ursula Lehr
BAGSO-Vorsitzende

Eine alternde Gesellschaft im demografischen Wandel

2008 waren 19 % der in Deutschland lebenden Bevölkerung unter 20 Jahre alt, 55 % im Alter zwischen 20 und 59 Jahren und 26 % über 60 Jahre alt.

In seiner ein Jahr später veröffentlichten 12. koordinierten Bevölkerungsberechnung erwartet das Statistische Bundesamt, dass im Jahr 2060 lediglich 16 % der Einwohnerinnen und Einwohner in Deutschland unter 20 Jahre alt sein werden, 45 % den Altersbereich von 20 bis unter 59 Jahre einnehmen und schließlich 39 % über 60 Jahre alt sein werden. Es handelt sich also um die Zunahme von 13 % dieser Gruppe im Verhältnis zur Gesamtbevölkerung.

Der demografische Wandel wird vor allem durch folgende Prozesse bestimmt:

- Seit 40 Jahren ist das Geburtenniveau zu niedrig, um den Anteil verstorbener Personen ersetzen zu können. Damit sind die Kindergenerationen stets kleiner als ihre Elterngenerationen; der Anteil älterer Menschen an der Gesamtbevölkerung steigt konstant an.

- Die Zunahme der Lebenserwartung führt zur weiteren Erhöhung des Anteils Älterer an der Bevölkerung. So konnte – statistisch gesehen – eine 60-jährige Frau 1970 in der damaligen Bundesrepublik Deutschland davon ausgehen, weitere 19 Jahre zu leben und ein Mann weitere 15 Jahre. 40 Jahre später ist dieser Wert auf 25 Jahre bei Frauen und 21 Jahre bei Männern gestiegen. Für 2050 ist davon auszugehen, dass die fernere Lebenserwartung 29 Jahre bei Frauen und 25 Jahre bei Männern betragen wird.

- Diese Prognosen beruhen auf dem mittleren der drei Berechnungsszenarios des Statistischen Bundesamtes. Ihm liegen die Annahmen zugrunde, dass die Geburtenhäufigkeit annähernd konstant ist, die Lebenserwartung moderat ansteigt und das Zuwanderungssaldo 200.000 ab dem Jahr 2020 beträgt. Seit 2010 gibt es Wanderungsgewinne, die den Alterungsprozess der Gesamtbevölkerung statistisch verringern.

- Der demografische Wandel verläuft regional unterschiedlich. Während Ballungszentren und ihr Umland boomen, stehen bereits heute weitere, zumeist ländliche Gebiete, vor gravierenden Problemen hinsichtlich der Entwicklung des Arbeitsmarktes, der Abwanderung und damit einhergehender Alterung der Bevölkerung und der Sicherung bzw. des Ausbaus infrastruktureller Leistungen. Dieser Trend prägt nicht nur große Teile Ostdeutschlands, sondern wird sich auch in Westdeutschland zunehmend widerspiegeln.

- Von den 82 Mio. Einwohnerinnen und Einwohnern Deutschlands hatte 2009 ein knappes Fünftel einen Migrationshintergrund: Sie sind nach 1949 in das heutige Gebiet der Bundesrepublik Deutschland zugewandert oder wurden als Ausländerinnen und Ausländer hier geboren bzw. dies traf auf mindestens ein Elternteil zu.

- Während 2008 etwa 4 Mio. Menschen in Deutschland 80 Jahre oder älter waren, wird ihre Zahl in den kommenden Jahren kontinuierlich steigen. Nach einem Höchststand von 10 Mio. Menschen 2050 wird sie nach Prognosen des Statistischen Bundesamtes im Jahr 2060 auf dann 9 Mio. absinken. Heute machen die Hochaltrigen 5 % der Bevölkerung aus, im Jahr 2060 wird der Anteil etwa 14 % betragen.

Bevölkerungsentwicklung und Altersstruktur

Bevölkerung in absoluten Zahlen, Anteile der Altersgruppen in Prozent, 1960 bis 2060*.

*Stand bis einschließlich 2010: 2012, Stand Bevölkerungsvorausberechnung: Ende 2009. Bei der Bevölkerungsvorausberechnung wird eine annähernd konstante Geburtenhäufigkeit, ein moderater Anstieg der Lebenserwartung sowie ein positiver Wanderungssaldo von 200.000 Personen pro Jahr ab 2020 angenommen.

Quelle: Statistisches Bundesamt: Lange Reihen, 12. koordinierte Bevölkerungsvorausberechnung
Lizens: Creative Commons by-nc-nd/3.0/de | Bundeszentrale für politische Bildung, 2012, www.bpb.de

BY-NC-ND

Bereits diese kurze Skizze zeigt:

- Die Belange und die Bedürfnisse älterer Menschen für ein selbstbestimmtes, aktives und engagiertes Älterwerden in sozialer Sicherheit müssen stärker auf die politische Agenda genommen werden. Es gilt, der Vielfalt ihrer Lebenssituationen bei gleichzeitig steigendem Bevölkerungsanteil gerecht zu werden.

- Die Pluralität von Lebensentwürfen spiegelt sich ebenso in der kulturellen Vielfalt der Bevölkerung in Deutschland wider, die künftig nicht nur „älter“ und „weniger“, sondern auch „bunter“ sein wird als heute.

- Der demografische Wandel stellt große Anforderungen an die Gestaltungskraft von Bund, Ländern und Kommunen, die für gleichwertige Lebensverhältnisse Sorge tragen. Dazu gehört neben der Daseinsvorsorge auch die Sicherung und Ausweitung gesellschaftlicher Teilhabe – sowohl der älteren Menschen als auch der kommenden Generationen.

Mehr Lebensjahre in guter Gesundheit

Der Zugewinn an Lebensjahren geht mit einem längeren Leben bei guter Gesundheit einher, wie das Statistische Bundesamt, das Deutsche Zentrum für Altersfragen und das Robert-Koch-Institut in ihrer gemeinsamen Veröffentlichung „Gesundheit und Krankheit im Alter“ betonen.

So konnten im Jahr 2009 Frauen und Männer über 65 Jahre davon ausgehen, dass sie während der 20,5 bzw. 17,4 Jahre ihrer durchschnittlichen ferneren Lebenserwartung 6,6 bzw. 6,2 Jahre ohne gesundheitliche Einschränkungen verbringen werden.

20 % der Bevölkerung 65 Jahre und älter

Ende 2009 war ein Fünftel der Bevölkerung in Deutschland 65 Jahre alt oder älter, dies traf auf 17 Mio. Menschen zu. Knapp ein Viertel von ihnen galt nach dem Gesetz als schwerbehindert.

1,9 Mio. Personen bezogen Leistungen aus der gesetzlichen Pflegeversicherung. Zwei Drittel von Ihnen wurden zu Hause gepflegt, im überwiegenden Fall durch Angehörige. Ambulante Pflegedienste versorgten etwa 550.000 Personen, 717.000 Personen wurden in Pflegeeinrichtungen vollstationär betreut.

Das Altern ist keinesfalls bindend mit einer Zunahme von Krankheit und Behinderung gekoppelt. Gleichwohl leiden ältere Menschen häufiger als jüngere an Mehrfacherkrankungen. Das stellt besondere Anforderungen an die stationäre und ambulante Behandlung. So sollte eine auf die künftige Entwicklung ausgerichtete Gesundheitspolitik beide Aspekte berücksichtigen:

- Ein Teil der gewonnenen Lebensjahre wird in Gesundheit gelebt werden können. Entsprechende Rollenmuster und gesellschaftliche Altersbilder, wie sie beispielsweise der Sechste Bericht zur Lage der älteren Generation in der Bundesrepublik Deutschland unter dem Titel „Altersbilder in der Gesellschaft“ diskutiert, sollten weiterentwickelt bzw. gestärkt werden.

- Für die Lebensabschnitte, die Menschen mit Erkrankungen oder Behinderungen verbringen, sollte das Gesundheitssystem differenzierte Angebote zur medizinischen Behandlung fortentwickeln. Multimorbidität ist nicht unbeeinflussbar, sodass eine vorsorgende Prävention und eine fürsorgende soziale und kurative Begleitung den Gesundheitszustand verbessern können. Ebenso gilt es, die gesellschaftliche Teilhabe der Erkrankten zu sichern und auszubauen. Hierzu gehören Angebote im unmittelbaren Wohn- und Lebensumfeld wie Nachbarschaftshilfen und neue Wohnformen wie auch ihre Partizipation und Interessenvertretung in der Öffentlichkeit.

Kooperation für die Gesundheit:

Das Gesundheitsziel „Gesund älter werden“

Um das Gesundheitswesen in Deutschland zu gestalten, haben sich mehr als 100 Partnerinnen und Partner aus Politik, Wirtschaft und Zivilgesellschaft im Kooperationsverbund gesundheitsziele.de zusammengefunden.

Empfehlungen im Konsens

Seit 2002 wirken Bund, Länder, Städte und Kommunen sowie Kostenträger und Leistungserbringer im Gesundheitswesen gemeinsam mit Patienten- und Selbsthilfeorganisationen und Vertreterinnen und Vertretern von Wissenschaft und Wirtschaft an der Entwicklung nationaler Gesundheitsziele, die im Konsens formuliert werden.

Der Kooperationsverbund empfiehlt Maßnahmen zur Umsetzung und stößt Selbstverpflichtungen der verantwortlichen Akteure an. Über seine Vorhaben informiert die Internet-Seite www.gesundheitsziele.de, auf der seine Publikationen eingestellt sind.

Gesundheitsziel „Gesund älter werden“

Bislang wurden sieben Gesundheitsziele vereinbart, zuletzt im Januar 2012 das Gesundheitsziel „Gesund älter werden“, das 31 Vertreterinnen und Vertreter aus Bund, Ländern, Selbstverwaltung, Zivilgesellschaft und Wissenschaft der Arbeitsgruppe 10 seit 2009 entwickelten. Unter dem Vorsitz des Vertreters der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen, Rudolf Herweck, griff die AG Themen auf, die dem Sachverständigenrat zur Begutachtung der Entwicklung im Gesundheitswesen in Bezug auf ältere Menschen besonders wichtig waren:

- die Gesundheitsförderung und Prävention

- die Anpassung der Versorgungsstrukturen an die Bedürfnisse älterer Menschen und

- der Blick auf die besonderen Herausforderungen der demografischen Entwicklung.

Das Gesundheitsziel ist Bestandteil der Demografiestrategie der Bundesregierung. Es umfasst 13 Zielformulierungen und über 200 Maßnahmen zur Gesundheitsförderung der Altersgruppe ab ca. 65 Jahren.

Die nachfolgende Zusammenstellung von Beispielen guter Praxis greift diese Struktur auf. Als Mitglied des Kooperationsverbundes möchte die BAGSO Anregungen für Verantwortliche in gesundheits- und seniorenpolitischen Handlungsfeldern geben, sich an der Umsetzung dieses Gesundheitsziels zu beteiligen und so einen Beitrag zur Verbesserung der Lebensqualität und der Gesundheit älterer Menschen zu leisten.

Ziel 1: Die gesellschaftliche Teilhabe älterer Menschen ist gestärkt

Mangelnde Teilhabe und Isolation werden erkannt und gemindert

Persönliche Kontakte zu pflegen, das eigene Umfeld mitgestalten zu können und aktiv am kulturellen und politischen Leben teilzuhaben befördern die Lebensqualität: aktive Menschen sind durchschnittlich gesünder und zufriedener. Gesellschaftliche Teilhabe schafft soziale Räume gegen Vereinsamung und Verlust. Das bürgerschaftliche Engagement älterer Menschen erfolgt häufig wohnortnah und kann durch Netzwerke in der Nachbarschaft, zielgruppenspezifische Ansprache, Inklusion von Menschen mit Beeinträchtigungen und durch Bereitstellung finanzieller und organisatorischer Infrastruktur gestärkt werden. So wirken sich die engagementfördernden Aktivitäten der Kommunen auch positiv für seniorenbezogene Präventionsstrukturen und gesundheitsförderliche Angebote aus.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Schaffung von Leitbildern und Gesamtkonzepten in den Kommunen für eine lokale Bürgergesellschaft mit gesellschaftlicher Teilhabe aller Bürgerinnen und Bürger*

Seit Mitte 2012 führt die Landesregierung Rheinland-Pfalz den kommunalen Beteiligungsprozess „Gut leben im Alter – den demografischen Wandel gemeinsam gestalten“ durch, der 2014 in die Verabschiedung eines Landesaktionsplans mit Maßnahmen für eine zukunftsorientierte Seniorenpolitik und ein solidarisches Miteinander der Generationen münden soll. Nach sieben Regionalkonferenzen mit 800 Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus Kommunen, Wohlfahrtsverbänden, Wirtschaft, Wohnungswirtschaft und Vereinen wird der Prozess in kommunalen Workshops fortgesetzt. Sie werden von der Servicestelle „Gut leben im Alter“ bei der Landeszentrale für Gesundheitsförderung Rheinland-Pfalz unterstützt.

Kontakt: Servicestelle „Gut leben im Alter“
Dr. Carl-Wilhelm Reibel
Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e. V. (LZG)
Hölderlinstr. 8, 55131 Mainz
Tel.: 0 61 31 / 20 69 43
E-Mail: cwreibel@lzg-rlp.de
Internet: www.gutlebenimalter.rlp.de

- *Durchführung kleinräumig angelegter Sozialplanung und Praktizierung quartiers bezogener Arbeitsansätze mit partizipativem Ansatz, bei denen ältere Menschen besonders angesprochen und einbezogen werden*

Die Kooperationspartner HOCHTIEF Construction AG, Evangelisches Erwachsenenbildungswerk Nordrhein und Diakonisches Werk Rheinland setzen seit 2008 das Konzept WohnQuartier[4] – „Die Zukunft altersgerechter Quartiere gestalten“ an zwei Standorten in Essen und Remscheid um. Die hochgestellte Zahl 4 steht für die Einbeziehung der vier Faktoren Wohnen/Wohnumfeld, Gesundheit/Service/Pflege, Partizipation/Kommunikation sowie Bildung/Kunst/Kultur. Erkenntnisse aus dem Modellprojekt, das aus Mitteln der Stiftung Wohlfahrtspflege NRW gefördert wird, werden an Interessenten aus kommunaler Verwaltung, Wohnungswirtschaft, Altenhilfe, Kirchengemeinden und Investoren vermittelt.

Kontakt: Diakonie
Rheinland-Westfalen-Lippe e. V.
Koordination WohnQuartier[4], Christiane Grabe, Lenaustr. 41, 40470 Düsseldorf
Tel. 02 11 / 63 98-3 06, Fax: 02 11 / 63 98-2 99
E-Mail: c.grabe@wohnquartier4.de
Internet: www.diakonie-rwl.de, www.wohnquartier-4.de

- *Maßnahmen zur Integration und Unterstützung gesellschaftlicher Teilhabe allein lebender älterer und hochaltriger Menschen und von älteren Menschen, die von Isolation oder mangelnder Teilhabe betroffen sind*

„Kultur als Lebensmittel“ – dieses Motto bildet die Grundlage für den „Kultur-Koffer“ des Bürgervereins Degerlocher Frauenkreis. Vier Koffer zu den Themen „Heimat Degerloch“, „Gesundheit für Körper, Geist und Seele“, „Sport“ und „S´Ländle, Länder und technischer Fortschritt“ werden von einem Besuchsdienst in Privathaushalte und Kleingruppen zu Menschen gebracht, die selbst nicht mehr mobil genug sind, um am öffentlichen kulturellen Leben teilzunehmen. Die geschulten kulturinteressierten Ehrenamtlichen regen durch die Gegenstände im Koffer zu Gesprächen an, die neue Kontakte ermöglichen.

Kontakt: Begegnungsstätte
Karin Schlenker-Gutbrod, Große Falterstr. 6
70597 Stuttgart-Degerloch
Tel: 07 11 / 7 22 09 70, Fax: 07 11 / 72 20 97 18
E-Mail: schlenker@degerlocherfrauenkreis.de
Internet: www.degerlocherfrauenkreis.de

- *Unterstützung von Menschen, die zur Wahrnehmung von gesellschaftlicher Teilhabe der Hilfe bedürfen und Aufbau regionaler Hilfesysteme unter Verbindung von Ehrenamtlichkeit und Professionalität*

Die Kommune Burgdorf im Landkreis Hildesheim entwarf gemeinsam mit einem ambulanten Pflegedienst und einer Wohnungsgenossenschaft das Modell **„Q+: eigenständig wohnen – gemeinsam leben“**, das 2012 als eines von elf Projekten vom Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Frauen, Familie, Gesundheit und Integration prämiert wurde. Es ermöglicht an zwei Standorten barrierefreies Wohnen in einem altersgerechten Wohnumfeld. In Verbindung mit einem ambulanten Pflegedienst und dem Quartierstreff mit ehren-

amtlichen Netzwerkstrukturen wird ein hohes Maß an Selbständigkeit gewährleistet. Eine Tagespflegeeinrichtung entlastet pflegende Angehörige.

Kontakt: Stadt Burgdorf
Stadtplanungsabteilung, Rathaus IV
Vor dem Hannoverschen Tor 27
31303 Burgdorf
Tel.: 0 51 36 / 8 98-3 77, Fax: 0 51 36 / 8 98-3 72
E-Mail: stadtplanung@burgdorf.de
Internet: www.burgdorf.de/internet/page.php?typ=2&site=902000213
Weitere Preisträger unter: www-ms.niedersachsen.de/portal/live.php?navigation_id=31232&article_id=107603&_psmand=17

- *Aktivierung und Förderung von Nachbarschaftsaktivitäten und -hilfe sowie Vermittlung von Interessenpartnerschaften*

Mit dem **Programm „Nachbarschaftshilfe und soziale Dienstleistungen“** fördert das Bundesfamilienministerium bis 2014 bundesweit 35 Projekte, die ältere Menschen in ihrem Wohnumfeld unterstützen. Das Serviceportal „Zuhause im Alter“ stellt Basiswissen rund um die Themen Wohnen, Handwerk, soziale Dienstleistungen und Nachbarschaftshilfen zur Verfügung. Checklisten und Broschüren stehen zum Download bereit.

Kontakt: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Glinkastraße 24, 10117 Berlin
Tel.: 0 30 18 / 5 55-0, Fax: 0 30 18 / 5 55-11 45
E-Mail: poststelle@bmfsfj.bund.de
Internet: www.serviceportal-zuhause-im-alter.de/nachbarschaftshilfe.html

- *Schaffung von Anlauf- und Koordinierungsstellen in den Kommunalverwaltungen als Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner für das Engagement älterer Menschen und als Akteure zur Anregung und Ermöglichung von Engagement*

In **allen zwölf Stadtbezirken Dortmunds** sind **Seniorenbüros** eingerichtet, die sich als wohnortnahe Anlaufstellen für ältere Menschen und Angehörige verstehen. Die Beratung u. a. zu den Themen Wohnen, Pflege, Hilfen und Dienstleistungsangebote sowie Begegnungsmöglichkeiten findet auf Wunsch auch zu Hause statt. Die Trägerschaft liegt bei der Stadt und den Wohlfahrtsverbänden. Die

Die gesellschaftliche Teilhabe älterer Menschen ist gestärkt

Seniorenbüros sind in einem Netzwerk für Altenhilfe im Stadtbezirk eingebunden, das auch die örtlichen Pflegeanbieter, die Polizei, Krankenhäuser und die Wohnungsbaugesellschaften umfasst. Informationsmaterialien sind auch in türkischer und russischer Sprache erhältlich.

Kontakt: Stadt Dortmund, Sozialamt
Fachdienst für Seniorenarbeit
Kleppingstraße 26, 44137 Dortmund
Tel.: 02 31 / 50-2 25 05
E-Mail: sozialamt@dortmund.de
Internet: http://dev.senioren.dortmund.de/project/assets/template1.jsp?smi=2.0&tid=74743

- *Entwicklung einer Anerkennungskultur, die die besonderen Bedürfnisse älterer Menschen berücksichtigt*

Die **Ehrenamtskarten** von Niedersachsen und Bremen können nun in beiden Bundesländern eingesetzt werden. Personen, die mindestens 250 Stunden / Jahr ohne Entgelt gemeinwohlorientiert tätig sind, erhalten sie von ihren Kommunen ausgestellt. Die Karten ermöglichen es, Vergünstigungen bei kommerziellen Anbietern, aber auch Eintritte in Museen, bei Sport- und RehaKursen, in Bibliotheken und Bildungszentren in Anspruch zu nehmen. Das Internetportal www.freiwilligenserver.de des Niedersächsischen Ministeriums für Soziales, Frauen, Familie, Gesundheit und Integration verzeichnet in der **Rubrik Ehrungen** knapp 2.500 Kurzbiografien von Bürgerinnen und Bürgern, die in ihren Kommunen für ihr freiwilliges Engagement geehrt wurden.

Kontakt: Niedersächsische Staatskanzlei
Thomas Böhme, Planckstraße 2
30169 Hannover
Tel.: 05 11 / 120-67 39, Fax: 05 11 / 1 20-99 67 39
E-Mail: thomas.boehme@stk.niedersachsen.de,
Internet: www.freiwilligenserver.de
Die Senatorin für Soziales, Kinder, Jugend und Frauen, Referat Bürgerengagement, Andrea Frenzel-Heiduk
Bahnhofsplatz 29, 28195 Bremen
Tel: 04 21 / 3 61-68 45, Fax: 04 21 / 3 61-22 75
E-Mail: Andrea.Frenzel-Heiduk@soziales.bremen.de
Internet: www.buergerengagement.bremen.de/sixcms/detail.php?gsid=bremen89.c.6527.de

- *Durchführung von Modellprogrammen und -projekten, durch die Anknüpfungspunkte und Zugänge älterer Menschen zum Engagement erprobt werden sollen*

Der „ePunkt – das Lübecker Bürgerkraftwerk e. V.“ arbeitet als Vermittlungsstelle der Stadt Lübeck für Personen, die sich ehrenamtlich engagieren möchten. In dem Programm **„Akzente im Ruhestand – Handwerker ins Ehrenamt“** kooperiert die Freiwilligenagentur mit der Handwerkskammer und Kreishandwerkerschaft. Ziel ist, das hohe ehrenamtliche Engagement von selbständigen Handwerkerinnen und -handwerkern, wie es sich im Einsatz für die Berufskollegenschaft häufig zeigt, auch nach dem Eintritt ins Rentenalter zu fördern. Für die Vermittlung von Selbstständigen in ein Ehrenamt gelten dabei besondere Regeln: So stehen Sozialorganisationen und Initiativen dem Engagement von Selbstständigen oft ambivalent gegenüber, da sie häufig über hohe Autonomie und eigene Netzwerke verfügen. Das Projekt wurde im Rahmen des Europäischen Jahres für aktives Altern vom Bundesministerium für Familie, Senioren,

Frauen und Jugend gefördert.
Kontakt: ePunkt – das Lübecker Bürgerkraftwerk e. V. , Mühlentorplatz (Haus der Diakonie), 23552 Lübeck
Tel.: 04 51 / 3 05 04 05
E-Mail: info@epunkt-luebeck.de
Internet: www.epunkt-luebeck.de

- *Durchführung von Modellprogrammen und -projekten, durch die erprobt werden soll, wie der Zugang zu schwer zugänglichen Gruppen gefunden werden kann*

Mit **AGNES, der Aktivierenden Gesundheitsförderung durch nachbarschaftliches Engagement im Stadtteil,** wurde im Stadtteil

Leipziger Osten von 2009 bis 2012 ein Modellprojekt mit Förderung durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung durchgeführt, das Maßnahmen der seniorenbezogenen Gesundheitsförderung stadtteilbezogen umsetzte. Ein Gesundheitsladen mit kostenloser Sozial-, Pflege- und Wohnungsberatung diente als Anlaufpunkt mit Fokus auf sozial benachteiligte Ältere und Ältere mit Migrationshintergrund. Veranstaltungen informierten zu Themen wie Ernährung und Sturzprävention, Treffen und Kurse stärkten das Engagement der Bürgerinnen und Bürger und ihre Verankerung in der Nachbarschaft. Das Netzwerk „Seniorenarbeit im Leipziger Osten“ mit Vertreterinnen und Vertretern aus Vereinen und sozialen Einrichtungen, der Stadtverwaltung und der Wohnungswirtschaft und setzt den begonnenen Austausch nach Ende des Projektes fort.

Kontakt: Hochschule für Technik, Wirtschaft und Kultur Leipzig,
Fakultät Angewandte Sozialwissenschaften,
Prof. Dr. Gesine Grande
Karl-Liebknecht-Str. 132, 04277 Leipzig
Tel.: 03 41 / 30 76 61 57
E-Mail: carmen.kluge@fas.htwk-leipzig.de
Internet: www.agnes-leipzig.de
Abschlussbilanz unter:
www.agnes-leipzig.de/startseite/agnes-bilanz

- *Fortbildung von Akteuren*

Zunehmend mehr (teil-)stationäre Altenhilfeeinrichtungen und ambulante Dienste öffnen ihre Institutionen in den Sozialraum. Der Deutsche Evangelische Verband für Altenarbeit und Pflege zeigt in der kostenfreien **Handreichung „Den Sozialraum mitgestalten“**, wie das Paradigma der Pflege durch das Paradigma des Wohnens und der wohnortnahen Begleitung im Alter ergänzt werden kann. Eine weitere Broschüre beinhaltet Unterrichtsmaterialien zum Thema.

Kontakt: Deutscher Evangelischer Verband für Altenarbeit und Pflege e. V. (DEVAP)
Invalidenstr. 29, 10115 Berlin
Tel.: 0 30 / 8 30 01-2 77, Fax: 0 30 / 8 30 01-2 85
E-Mail: info@devap.de
Internet: www.devap.de,
Broschüren unter: www.devap.info/de/publikationen/arbeitshilfen

Ziel 2: Gesundheitliche Ressourcen und die Widerstandskraft älterer Menschen sind gestärkt

Ihre gesundheitlichen Risiken sind gemindert

Bildung, positive Altersbilder und eine gut ausgebildete Gesundheitskompetenz haben positiven Einfluss auf den individuellen Gesundheitsstatus. Risiken, wie sie durch Bewegungsmangel, falsche Ernährung sowie Tabak- und Alkoholkonsum entstehen, können durch frühe Sensibilisierung und Information verringert werden. Kraft und Koordinationstraining mindern alltägliche Gefahrenquellen. Im Vermögen, kritische Lebensphasen bewältigen zu können, zeigt sich die persönliche Widerstandsfähigkeit, die durch partizipatorische Angebote und Begleitung gestärkt werden kann.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Förderung des lebenslangen Lernens*

Im interdisziplinären Projekt SAĞLIK werden für ältere Männer und Frauen mit türkischem Migrationshintergrund interkulturelle Angebote der stadtteilorientierten Gesundheitsförderung mit den Schwerpunkten gesunde Ernährung, Bewegung und soziale Teilhabe in den Bezirken Hamburg-Mitte und Hamburg-Altona entwickelt und umgesetzt. Auf Grundlage einer Bedarfs- und einer Bestandsanalyse in den beiden Bezirken werden passgenaue Angebote entwickelt, um die Lebensqualität dieser Bevölkerungsgruppe zu verbessern sowie Ressourcen im Alter zu aktivieren und auszubauen. Mikro- und mesosoziale Netzwerke, die mit der Unterstützung von Schlüsselpersonen wie Gesundheitsmediatoren, Ärztinnen und Ärzten und Angehörigen geknüpft werden, sollen Nachhaltigkeit sichern.

Kontakt: Prof. Dr. Joachim Westenhöfer
Hochschule für angewandte Wissenschaften Fakultät Life Sciences
Department Gesundheitswissenschaften
Lohbrügger Kirchstr. 65, 21033 Hamburg
Tel.: 07 00 / 56 93 78 36
E-Mail: joachim@westenhoefer.de
Internet: www.haw-hamburg.de/fakultaeten-und-departments/ls/ls-forschung0/fsp-public-health/aktuelle-projekte/saglik.html

Ganzheitliches Gedächtnistraining steigert spielerisch die Leistung des Gehirns und beteiligt Körper, Geist und Seele. So entwickelte der Bundesverband Gedächtnistraining (BVGT) ein Übungsprogramm zur Förderung spezifischer Gehirnleistungen, das 2013 bundesweit angeboten werden wird. Die achtwöchigen Kurseinheiten beziehen alle Sinne ein und helfen, kognitive Funktionseinbußen und psychische Erkrankungen zu vermeiden. Ne-

ben der Steigerung der allgemeinen Lernfähigkeit hebt die gleichzeitige Aktivierung des gesamten Organismus das körperliche und geistige Wohlbefinden und trägt so zur aktiven Lebensgestaltung bei.

Kontakt: Präventionsgruppe des
Bundesverbands Gedächtnistraining e. V.
Andrea Friese, Pädagogische Leitung,
Black-und-Decker-Str. 17 B, 65510 Idstein
Tel.: 0 61 26 / 5 05 78-0
E-Mail: servicebuero@bvgt.de
Internet: www.bvgt.de

- *Förderung des informellen Lernens (d. h. des Lernens in Lebenszusammenhängen) im intergenerationellen Austausch*

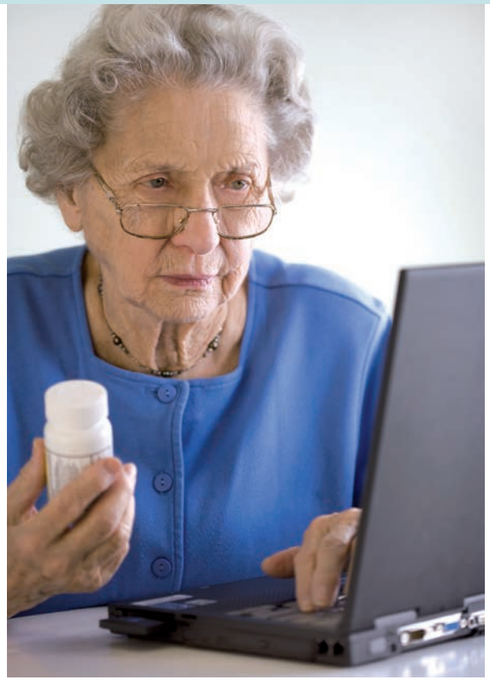
Das Arnsberger **Aktionsprogramm „Gemeinsam für ein besseres Leben mit Demenz“** mit Förderung durch die Robert Bosch Stiftung will die Lebenssituation der Menschen mit Demenz sowie die Situation der Angehörigen verbessern. So werden Begegnungsangebote zwischen Menschen mit und ohne Demenz geschaffen. Der Karneval der Generationen wird 2013 von den drei örtlichen Karnevalsgesellschaften, dem Seniorenbeirat und der Stadt Arnsberg gemeinsam veranstaltet. Das Handbuch zur „Lern-Werkstadt Demenz“ zeigt, wie die Kommune Verantwortung übernimmt und Demenz zum öffentlichen Thema und zur Aufgabe vieler Akteure macht. Es richtet sich an Entscheidungsträger und Praktiker aus Städten und Gemeinden, aber auch an zivilgesellschaftliche Initiativen.

Kontakt: Projekt Demenz Arnsberg
Martin Polenz, Lange Wende 16a
59755 Arnsberg
Tel.: 0 29 32 / 2 01-22 06, Fax 0 29 32 / 52 90 56
E-Mail: m.polenz@arnsberg.de
Internet: www.projekt-demenz-arnsberg.de
Handbuch: www.projekt-demenz-arnsberg.de/handbuch

- *Förderung der individuellen Regulationsfähigkeit zur Bewältigung gesundheitlicher Herausforderungen im Alter*

Das Projekt **„Aktiv bis 100 – Aufbau von Netzstrukturen zur Umsetzung von Bewegungsangeboten für Hochaltrige am Wohnort“** des Deutschen Turner-Bundes mit Förderung durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend hatte zum Ziel, hochaltrige Menschen, die noch zu Hause leben und bisher nie sportlich aktiv waren, zu motivieren, sich einer Bewegungsgruppe in einem Turn- oder Sportverein anzuschließen. Diese Menschen stehen häufig an der Schwelle der Pflegebedürftigkeit. Die umfassende Dokumentationsbroschüre über die Rahmenbedingungen und Umsetzung in Frankfurt am Main und

Gesundheitliche Ressourcen und die Widerstandskraft sind gestärkt



Aachen kann kostenlos im PDF-Format heruntergeladen werden.

Kontakt: Deutscher Turner-Bund
Petra Regelin, Otto-Fleck-Schneise 8
60528 Frankfurt am Main
Tel.: 0 69 / 6 78 01-1 72, Fax: 0 69 / 6 78 01-1 11
E-Mail: petra.regelin@dtb-online.de
Internet: www.dtb-online.de/portal/gymwelt/aeltere.html, www.dtb-online.de/portal/gymwelt/aeltere/publikationen.html

- *(Weiter-)Entwicklung, Nutzung und Verbreitung von sachdienlichen, qualitätsgesicherten, laienverständlichen Informationen zu den relevanten verhaltensbezogenen Themenbereichen*

Die **Patientenuniversität** ist eine unabhängige Bildungseinrichtung an der Medizinischen Hochschule Hannover. Sie will medizinisches Wissen vermitteln, über körperliche und seelische Abläufe im menschlichen Körper aufklären, Erkrankte und ihre Angehörigen im Umgang mit der Erkrankung unterstützen und so Gesundheitsbildung und Empowerment ermöglichen. Patientinnen und Patienten sollen durch gesundheitliches Lernen bestärkt werden, ihre Rechte wahrzunehmen.

Kontakt: Patientenuniversität an der
Medizinischen Hochschule Hannover
Abteilung Epidemiologie, Sozialmedizin,
Gesundheitssystemforschung,
Dr. Gabriele Seidel
Karl-Wiechert-Allee 3, 30625 Hannover
Tel.: 05 11 / 5 32-84 25, Fax: 05 11 / 5 32-53 47
E-Mail: Patientenuniversitaet@mh-hannover.de, Internet: www.patienten-universitaet.de

- *Vermittlung von Informationen, die das Gesundheitswesen für verschiedene Gruppen älterer Menschen transparenter machen sowie Stärkung der Position der mündigen Patientinnen und Patienten*

Seit 2011 sieht das Sozialgesetzbuch eine **unabhängige Patientenberatung** als Regelleistung für alle Versicherten in Deutschland vor. Die UPD, die vom Spitzenverband der gesetzlichen Krankenkassen GKV-SV getragen wird, versteht sich als Lotse im Gesundheitswesen und unterstützt Ratsuchende in der Bewertung von gesundheitsbezogenen Informationen. Die Homepage im Internet, der Telefonservice und die Beratung in den regionalen Kontaktstellen erfolgt ebenfalls in beiden Sprachen.

Kontakt: Unabhängige Patientenberatung
Deutschland / UPD gGmbH
Bundesgeschäftsstelle
Littenstraße 10, 10179 Berlin
Kostenfreies Beratungstelefon
Deutsch: 08 00 / 0 11 77 22
Türkisch: 08 00 / 0 11 77 23
Russisch: 08 00 / 0 11 77 24
E-Mail: info@upd-online.de
Internet: www.upd-online.de

- *Barrierearme Gestaltung der Lebensumwelt*

Der Landesverband für Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderung veranstaltete 2012 bereits zum vierten Mal den Wettbewerb „Gesucht: barrierefreie Gemeinde in Baden-Württemberg“. Zusammen mit der Arbeitsgemeinschaft baden-württembergischer Bausparkassen und der Aktion Mensch wurden mehrere Kommunen ausgezeichnet. Der Fragebogen und die Dokumentation mit Praxisbeispielen sind auf der Website eingestellt.

Kontakt: Landesverband für Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderung Baden-Württemberg e. V.
Haußmannstr. 6, 70188 Stuttgart
Tel.: 07 11 / 21 55-2 20, Fax: 07 11 / 21 55-2 22
E-Mail: info@lv-koerperbehinderte-bw.de
Internet: www.lv-koerperbehinderte-bw.de
Wettbewerb unter: www.lv-koerperbehinderte-bw.de/n/c3-0.php?select=6&dat=583ca49258c

Das **Ethno-Medizinische Zentrum** in Hannover arbeitet seit 1989 als gemeinnützige Einrichtung zur interkulturellen Gesundheitsförderung. Seine umfangreichen Materialien z. B. zu den Themen Impfschutz, Psychotherapie und nach Bundesländern gegliederte Gesundheitsleitfäden stehen auf der Internet-Seite Gesundheitsförderung des Bundesverbandes der Betriebskrankenkassen in 14 Sprachen zum Download bereit. Sie können gegen Portoerstattung in gedruckter Form bestellt werden.

Kontakt: Ethno-Medizinisches Zentrum e. V.
Königstr. 6, 30175 Hannover
Tel.: 05 11 / 1 68-4 10 20, Fax: 05 11 / 45 72 15
E-Mail: ethno@onlinehome.de, Internet: www.ethno-medizinisches-zentrum.de
Broschüren unter: www.bkk-bv-gesundheit.de/bkk-promig/6.0.html

- *Ausbau, Fortführung und Etablierung flexibler Altersteilzeit-Modelle zur Vorbereitung auf einen (aktiven) Ruhestand sowie Schaffung von Beratungsangeboten für den Übergang in den Ruhestand*

Im Rahmen des Europäischen Jahres für Aktives Altern 2012 entwickelte der Kreisseniorenrat Tübingen das Projekt „Vorbereitung auf die nachberufliche Lebensphase als Aufgabe betrieblicher Personalfürsorge und als Werbeplattform für das Bürgerschaftliche Engagement“, in dessen Rahmen das Landratsamt Tübingen ein **Seminar** für ältere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zum Thema **„Erwerbsleben ade – Zeit für Neues!?“** organisierte. Es wurde bereits in anderen Kreisgemeinden wiederholt. Weitere Personalverwaltungen anderer Behörden und von Unternehmen sollen gewonnen werden.

Kontakt: Kreisseniorenrat Tübingen e. V.
Schmiedtorstraße 2, 72070 Tübingen
Tel.: 0 70 71 / 9 20 88 67
Fax: 0 70 71 / 9 20 88 68, E-Mail: Kreisseniorenrat_Tuebingen@t-online.de

Internet: www.Kreisseniorenrat-tuebingen.de, Broschüre unter: http://kreisseniorenrat-tuebingen.de/projekte/

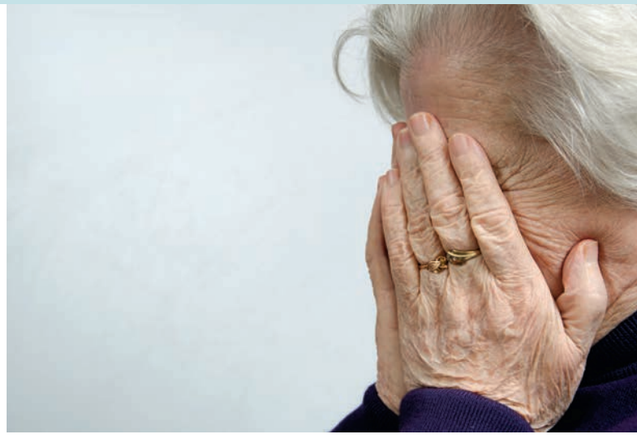
- *Optimierung der Hilfen für verwitwete Personen durch Selbsthilfe- und Beratungsangebote für sie selbst und ihre Angehörigen mit dem Ziel der Wiedereingliederung dieser Personen in eine Gemeinschaft*

Seit 2008 besteht der **Verein „verwitwet.de e. V.“,** der auf ehrenamtlicher Ebene trauernden Menschen hilft, wieder neue Hoffnung zu schöpfen. Ortsgruppen, Seminare und Familien- sowie Bildungsfreizeiten ermöglichen Austausch und stiften neue Kontakte. Hinweise über die notwendigen Schritte im Trauerfall und rechtliche Tipps, bereits frühzeitig Patienten- und Sorgerechtsverfügungen zu vereinbaren und Vorsorgevollmachten zu treffen, sind auf der Homepage des Vereins eingestellt.

Kontakt: verwitwet.de e. V.
Baesweilerhof 20, 50933 Köln
Helmut Küffner, Strotkampweg 3
59348 Lüdinghausen
Tel.: 0 25 91 / 59 12
E-Mail: helmut.kueffner@verwitwet-ev.de
Internet: www.verwitwet-ev.de

- *Erleichterung der Inanspruchnahme von Hospizdiensten, auch um die Abschiednahme und den Trauerprozess der zurückbleibenden Angehörigen zu unterstützen. Stärkung von außerfamiliärem Rollenengagement vor und nach der Verwitwung*

Der **Wegweiser Hospiz und Palliativmedizin Deutschland** gibt einen Überblick über die palliativmedizinische Versorgungssituation und die ambulanten Hospizdienste. Die Online-Version wird laufend aktualisiert. Neben den Adressen der ambulanten und stationären Hospizeinrichtungen und Palliativstationen nennt er weitere Organisationen, Einrichtungen und Dienste im Bereich der Hospiz- und Palliativversorgung.



Kontakt: Wegweiser Hospiz und Palliativmedizin – Herausgeberkreis –, c/o Josef Roß
Georgstr. 12 , 26121 Oldenburg
Tel.: 04 41 / 2 29 13 10
E-Mail: josef.ross@hospiz.net
Internet: www.wegweiser-hospiz-und-palliativmedizin.de

- *Maßnahmen zur Sensibilisierung und Wissensvermittlung zum Thema Stürze*

Für ältere Menschen sind Stürze mit Abstand die Unfallursache Nummer eins. Der Deutsche Turner-Bund stellt im Internet im Bereich „Gymwelt“ vielfältige **Übungen für Fitness- sowie Kraft- und Balancetraining** bereit und informiert zum Thema Sturzprophylaxe.

Kontakt: Deutscher Turner-Bund
Petra Regelin, Otto-Fleck-Schneise 8
60528 Frankfurt am Main
Tel.: 0 69 / 6 78 01-1 72, Fax: 0 69 / 678 01-1 11
E-Mail: petra.regelin@dtb-online.de
Internet: www.dtb-online.de/portal/gymwelt/aeltere.html, Übungen: www.dtb-online.de/portal/gymwelt/aeltere/anregungen-fuer-die-praxis.html

Ziel 3: Körperliche Aktivität und Mobilität älterer Menschen sind gestärkt bzw. erhalten

Regelmäßige körperliche Aktivität vermindert nachweislich das Risiko bestimmter Krankheiten und kann Depressionen vermindern. Sie hilft, die selbstständige Lebensführung auch mit ansteigendem Alter möglichst lange aufrechtzuerhalten. Für ältere Menschen aus sozial benachteiligten Gruppen ist eine besondere Ansprache und Unterstützung aufgrund ihrer Krankheitsbilder häufig hilfreich. Wenn sie im Setting Nachbarschaft erfolgt, wird auch die soziale Vernetzung älterer Menschen im Quartier erhöht.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Maßnahmen der Öffentlichkeitsarbeit, flankierend für multimodale Strategien auf regionaler oder lokaler Ebene, zur Förderung von Gesundheitskompetenz*

Zur Förderung der Gesundheit älterer Menschen leistet die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung mit dem **Internet-Portal www.gesund-aktiv-älter-werden.de** einen Beitrag. Die Website bietet Daten, Fakten und fachlich geprüfte Gesundheitsinformationen rund um das Thema „Gesundes Alter“ sowie einen Überblick über Aktivitäten in den Bundesländern. Über den Newsletter „Gesund & aktiv älter werden“ informiert sie regelmäßig über Aktuelles im Themenfeld, über Daten, Tagungen, neue Projekte und Publikationen.

Kontakt: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)
Ostmerheimer Str. 220, 51109 Köln
Tel.: 02 21 / 89 92-0, Fax: 02 21 / 89 92-3 00
E-Mail: poststelle@bzga.de
Internet: www.bzga.de

- *(Weiter-)Entwicklung öffentlicher Räume als bewegungs- und gesundheitsförderliche Lebenswelten unter Beachtung spezifischer Bedarfe und Bedürfnisse älterer Menschen*

Der Kooperationsverbund „Gesundheitliche Chancengleichheit“ stellt mit der Publikationsreihe **„Aktiv werden für Gesundheit – Arbeitshilfen für Prävention und Gesundheitsförderung im Quartier“** mit Unterstützung des Bundesministeriums für Gesundheit und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung in sieben Arbeitshilfen vor, wie die Gesundheit der Bewohnerinnen und Bewohner in den Stadtteilen gefördert werden kann. Dabei bilden die „Regionalen Knoten“ der Landesvereinigungen für Gesundheit die Vernetzungsstruktur in den Bundesländern. Die **Arbeitshilfe 6 „Gesund und aktiv älter werden– Arbeitshilfen für Prävention und Gesundheitsförderung im Quartier“** gibt einen Überblick zu Altersbildern, der demografischen Entwicklung in den Kommunen und zur sozialen Benachteiligung im Alter. Sie zeigt, wie Gesundheit und Lebensqualität durch partizipative Projekte und soziale Teilhabe verbessert werden können und regt durch Tipps und Checklisten den Ausbau lokaler Angebotsstrukturen und die Gestaltung hilfreicher Kooperationen im Quartier an.

Kontakt: Kooperationsverbund „Gesundheitliche Chancengleichheit“, Geschäftsstelle Gesundheit Berlin-Brandenburg
Friedrichstr. 231, 10969 Berlin
Tel.: 0 30 / 44 31 90 60, Fax: 0 30 / 44 31 90 63
E-Mail: arbeitshilfen@gesundheitliche-chancengleichheit.de, Internet: www.gesundheitliche-chancengleichheit.de

- *Entwicklung und Ausbau von wohnortnahen Strukturen und niederschwelligen, zugehenden bzw. aufsuchenden Maßnahmen zur Bewegungsförderung älterer Menschen*

Das **„Bewegungsnetzwerk 50 Plus“** des Deutschen Olympischen Sportbunds führte mit Unterstützung durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend von 2009–2012 verschiedene modellhafte Maßnahmen durch, um Sport und Bewegung älterer Menschen in den Kommunen zu fördern. Eine entscheidende Rolle spielten dabei Kooperationen zwischen Sportvereinen, Kommunen, Gesundheitsorganisationen und sozialen oder kirchlichen Einrichtungen. So konnten anhand der Bedürfnisse und der Lebenspraxis der Generation 50 plus Sport- und Bewegungsangebote differenzierter und vielseitiger gestaltet werden. Dokumentationen zum Projekt stehen auf der Seite des Netzwerks.

Kontakt: Deutscher Olympischer Sportbund
Geschäftsbereich Sportentwicklung
Ute Blessing-Kapelke, Otto-Fleck-Schneise 12
60528 Frankfurt am Main
Tel.: 0 69 / 67 00-2 95, Fax: 0 69 / 67 00-12 95
E-Mail: blessing-kapelke@dosb.de
Internet: www.richtigfitab50.de/de/richtig-fit-ab-50/projekte/bewegungsnetzwerk-50

- *Entwicklung und Ausbau von Mobilitätshilfediensten zur Überbrückung bzw. Kompensation funktioneller Bewegungseinschränkungen*

In der thüringischen Stadt Gera begleiten die zehn **MobilLotsen** kostenfrei Personen mit Mobilitätseinschränkungen zu Fuß oder bei Fahrten mit Bus und Bahn. Bei Fahrten mit dem ÖPNV muss lediglich der eigene Fahrschein gezahlt werden. Im Klinikum helfen die Lotsen, während der Umbauzeit die Wege im großflächigen Gelände zu finden. Sie ersetzen jedoch nicht Behindertenfahrdienste oder Krankentransporte. Der Gemeinschaftsservice entstand als Kooperationsprojekt der Stadt, der Geraer Verkehrsbetriebe, des Blinden- und Sehbehindertenverbands Thüringen, des Waldklinikums und des Jobcenters und konnte mit Mitteln des Bundes und des Europäischen Sozialfonds umgesetzt werden.

Kontakt: Geraer Verkehrsbetrieb GmbH
Zoitzbergstraße 3, 07551 Gera
Tel.: 03 65 / 73 90-0, E-Mail: info@gvbgera.de
Internet: www.gvbgera.de/mobillotsen

- *Konzertiertes quartiersbezogenes Vorgehen zur Förderung der Mobilität älterer Menschen*

Der **Seniorenbeirat Flensburg** engagiert sich unter dem selbstgesetzten, generationenübergreifenden Leitbild „Flensburg – Zuhause für jede und jeden in jedem Lebensalter“ auf vielfältige Weise für die Belange der Bürgerinnen und Bürger. Neben der Mitwirkung an

der Strategie-Entwicklung für die Stadt ist die Mitarbeit in der Vorbereitung des regionalen Nahverkehrsplans zu nennen. Zahlreiche Verbesserungsvorschläge zur Liniennetzoptimierung und Taktverdichtung wurden berücksichtigt. Weitere Ideen zum Barriereabbau im Straßenraum, im ÖPNV und Einkaufsmärkten entstanden auf den „Flensburger Spaziergängen“, die seit 2010 dreißig Mal mit bis zu 50 Teilnehmenden durchgeführt wurden.

Kontakt: Dr. Ekkehard Krüger
Vorsitzender des Seniorenbeirats
Alsterbogen 71, 24943 Flensburg
Tel.: 04 61 / 1 50 45 96, Fax: 04 61 / 150 97
E-Mail: ekkehard-k@foni.net
Internet: www.flensburg.de/gesundheit-soziales/senioren/seniorenbeirat

- *Bewegungsförderliche Gestaltung des öffentlichen Raums, altenfreundlicher ÖNV, Ampelschaltungen; Stadtteile der kurzen Wege und gemischten Nutzung*

In der Stadt Bamberg leben mit knapp 12 % Bevölkerungsanteil überdurchschnittlich viele Bürgerinnen und Bürger, die über einen Schwerbehindertenausweis verfügen, und weitere Menschen mit Handicaps. **Das Internet-Portal www.barrierefrei.bamberg.de** weist Stadtführer mit Informationen zu Ämtern, Ärzten, Kliniken, Restaurants sowie Kultur- und Verkehrsangeboten auf, damit insbesondere behinderte Menschen am öffentlichen Leben besser teilhaben können. Eine Übersicht zu induktiven Höranlagen und Hinweise zum barrierefreien Bauen und zu Blindenleitsystemen sind auf der Seite eingestellt.

Kontakt: Stadt Bamberg
Nicole Orf, Behindertenbeauftragte
Maximiliansplatz 3, 96047 Bamberg
Tel.: 09 51 / 87-10 69, Fax: 09 51 / 87-19 09
E-Mail: nicole.orf@stadt.bamberg.de
Internet: www.barrierefrei.bamberg.de

- *Etablierung quartiersnaher Bewegungsräume sowie altenfreundlicher Trainingsgeräte im öffentlichen Raum, Vernetzung und Einbeziehung in Angebote und Maßnahmen*

„Bewegung für Gesundheit im Alter“ – unter diesem Titel kann auf den Seiten des Hessischen Sozialministeriums ein **„Leitfaden für die Einrichtung von Bewegungsparcours“** heruntergeladen werden. Nach dem Bau von zwei Parcours in Darmstadt und Hanau 2011 untersuchte das Ministerium zusammen mit dem Landessportbund Hessen, der Universität Frankfurt am Main, den Fachhochschulen Darmstadt und Wiesbaden sowie zwei Unternehmen den gesundheitlichen Effekt mit Hilfe von Testgruppen. Die Ergebnisse waren ausgesprochen positiv. Die Parcours wurden zu öffentlichen Treffpunkten in der Kommune.

Kontakt: Hessisches Sozialministerium
Dr. Catharina Maulbecker-Armstrong
Dostojewskistr. 4, 65187 Wiesbaden
Tel.: 06 11 / 8 17-36 54, Fax: 06 11 / 80 93 99
E-Mail: Catharina.Maulbecker-Armstrong@hsm.hessen.de
Internet: www.hsm.hessen.de, Download Leitfaden unter: www.hsm.hessen.de/irj/HSM_Internet?cid=b494fcddb3ae

- *Entwicklung und Etablierung zielgruppenspezifischer niedrigschwelliger und settingspezifischer und -nutzer(innen)orientierter Angebote*

Im Freiburger Stadtteil Rieselfeld organisiert der Stadtteilverein K.I.O.S.K. **Ge(h)meinsame Runden**, bei denen die ÄwiR-Gruppe (Älter werden im Rieselfeld) seit Oktober 2011 Per-

Körperliche Aktivität und Mobilität älterer Menschen sind gestärkt

sonen zwischen 60 und 85 Jahren dazu einlädt, drei Kilometer am Tag zu gehen. Gehen soll quartiersnah in den Alltag integriert werden. Daher wurde ein beschilderter Parcours angelegt, der beim Stadtteiltreff beginnt und im dortigen Bewegungsprogramm beworben wird. Als Rundkurs lässt er sich in beiden Richtungen nutzen, ein Zugang ist wohnortnah möglich. Bei Bedarf gesellen sich ausgebildete ehrenamtliche „Gehbegleiterinnen“ und „Gehbegleiter“ hinzu. Sie haben auch den Auftrag, während ihrer Tätigkeit geeignete Seniorinnen und Senioren als Multiplikatoren zu erkennen und zu gewinnen

Kontakt: Stadtteilarbeit K.I.O.S.K. e. V.
Dr. Clemens Back
Maria-von-Rudloff Platz 2, 79111 Freiburg
Tel.: 07 61 / 7 67 95 62, Fax: 07 61 / 7 67 95 69
E-Mail: stadtteilarbeit@rieselfeld.org
Internet: www.rieselfeld.org/index.php/aewir

Das Demenz-Servicezentrum für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte, das in der Trägerschaft der Arbeiterwohlfahrt Westliches Westfalen liegt, erstellte in Zusammenarbeit mit der Landesstelle Pflegende Angehörige NRW die **Broschüre „Sport- & Bewegungsangebote für älter werdende Migrantinnen – von Socken zu Turnschuhen“**. In der Auswertung von 15 interkulturellen Sportgruppen für Frauen gibt sie Tipps, welche besonderen Zugänge beim Aufbau von Sport- und Bewegungsgruppen für ältere Frauen mit Zuwanderungsgeschichte gewährleistet sein sollten. Die Publikation konnte mit Mitteln der Landesinitiative Demenz-Service NRW finanziert werden.

Kontakt: Demenz-Servicezentrum, Serpil-Sehray Kilic, Internationales Migrantenzentrum der AWO Gelsenkirchen
Paulstr.4, 45889 Gelsenkirchen-Bismarck
Tel.: 02 09 / 6 04 83-29, Fax: 02 09 / 6 04 83-12
E-Mail: serpil.kilic@demenz-service-migration.de, Internet: www.demenz-service-migration.de/nachricht/items/Sport-und-Bewegung.html

- *(Weiter-)Entwicklung integrierter, auch quartiersbezogener Konzepte zur Bewegungsförderung in Senioreneinrichtungen*

Die Sozial-Holding der Stadt Mönchengladbach richtet seit 2010 in ihren Altenheimen Krafträume mit seniorengerechten Fitnessgeräten ein, in denen mehrmals wöchentlich von eigens geschultem Personal Kurse zu Kraft und Koordinationstraining angeboten werden. Die sogenannten „Muckibuden“ stehen den Heimbewohnerinnen und -bewohnern auch außerhalb dieser Zeiten zur Verfügung und können von älteren Menschen aus dem Quartier genutzt werden. Die **„Muckibuden“** werden vom Gesundheitsministerium des Landes Nordrhein-Westfalen und den Pflegekassen gefördert und vom Institut für Bewegungs-

und Sportgerontologie der Deutschen Sporthochschule Köln wissenschaftlich begleitet.

Kontakt: Sozial-Holding der Stadt Mönchengladbach GmbH
Helmut Wallrafen-Dreisow
Königstr. 151, 41236 Mönchengladbach
Tel.: 0 21 66 / 4 55-0, Fax: 0 21 66 / 4 55-40 99
E-Mail: info@Sozial-Holding.de
Internet: www.Sozial-Holding.de

- *Überprüfung des präventiven Hausbesuchs unter den Gesichtspunkten von Effektivität und Effizienz*

Von 2011 bis 2014 fördert das Bayerische Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit das Projekt **„Präventive Hausbesuche bei hochbetagten Senioren“** in der Stadt Rödental. Es berücksichtigt, dass künftig Hochbetagte teilweise auch ohne Versorgung durch Dritte zu Hause leben werden. Die wöchentlichen Hausbesuche durch geschulte Ehrenamtliche sollen helfen, stationäre Einweisungen zu vermeiden. Die freiwilligen Helferinnen und Helfer besprechen Risiken und Ressourcen in Bereichen wie Mobilität, gesellschaftliche Teilhabe, Ernährung, Wohnungssicherheit und soziales Umfeld mit den Hochbetagten. Bei kritischem Gesundheitszustand wird die Hausärztin oder der Hausarzt einbezogen. Eine hauptamtliche Projektmitarbeiterin steht für weiteren Beratungsbedarf zur Verfügung. Die Hochschule Coburg dokumentiert und evaluiert das Projekt.

Kontakt: Stadt Rödental, Projektbüro
Dorothee Gerhardt, Schlesierstr. 20
96472 Rödental
Tel.: 0 95 63 / 54 95 89, Fax: 0 95 63 / 54 95 91
E-Mail: senioren@roedental.de
Internet: www.roedental.de/buerger/senioren/

konzept-und-ziele/554-vorlage-neuer-artikel-2.html. Auch: www.stmug.bayern.de/gesundheit/aufklaerung_vorbeugung/giba/alter/hausbesuche.htm

- *Weiterführung, Ausbau und Einrichtung nationaler, länderspezifischer und kommunaler Netzwerke*

In der Publikation **„Gemeinsam mehr bewegen – Gute Argumente und Berliner Beispiele für Bewegungsförderung im Alter“** entwickelt das Zentrum für Bewegungsförderung Berlin unter dem Dach der Landesgesundheitskonferenz und in Kooperation mit der Fachstelle für Prävention und Gesundheitsförderung Konzepte, wie Akteure und Institutionen im Stadtteil wirksam zusammenarbeiten. So wird dargestellt, wie die interkulturelle Öffnung der Bewegungsförderung gelingt und wie sozial Benachteiligte einbezogen werden können. Die Autorinnen und Autoren aus der Senatsverwaltung, der Sportmedizin, den Krankenkassen und dem Landessportbund zeigen zusammen mit Praktikerinnen und Praktikern, wie „Berlin auf die Beine kommt“.

Kontakt: Zentrum für Bewegungsförderung Berlin, Gesundheit Berlin-Brandenburg e. V.
Friedrichstraße 231, 10969 Berlin
Tel.: 0 30 / 44 31 90 60
E-Mail: post@gesundheitbb.de
Internet: www.gesundheitberlin.de
Download: http://www.gesundheitberlin.de/index.php4?request=themen&topic=2636&type=infotext

Ziel 4: Ältere Menschen ernähren sich ausgewogen

Mangelernährung kann Krankheiten befördern und Krankheitsverläufe verschlechtern. Eine altersgerechte Ernährung sollte personen- und situationsbezogen abgestimmt sein und kulturelle Essgewohnheiten berücksichtigen. Sie bezieht den modifizierten Energiebedarf des Körpers und Änderungen im Geschmacksempfinden und beim Durstgefühl ein. Da die Mehrheit der Bewohnerinnen und Bewohner in Heimen von Mangelernährung betroffen oder gefährdet sind, sollten Fachkräfte in Einrichtungen der Altenhilfe entsprechend geschult sein.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Öffentlichkeitswirksame Maßnahmen zur Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung für die Gesundheit und das Wohlbefinden älterer Menschen*

Die Broschüre **„Ernährung im hohen Alter – Ratgeber für Angehörige und Pflegende“** des aid infodienst und der Deutschen Gesellschaft für Ernährung mit Förderung durch das Bundesministerium für Ernährung, Verbraucherschutz und Landwirtschaft zeigt, wie sich das Geschmacksempfinden im Alter verändert. Sie gibt Ernährungsempfehlungen auch unter Berücksichtigung von Problemen wie Schluckbeschwerden, Appetitmangel oder vermindertes Geschmacksempfinden.

Kontakt: aid infodienst, Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V.
Heilsbachstr. 16, 53123 Bonn
Tel.: 02 28 / 84 99-0, Fax: 02 28 / 84 99-1 77
E-Mail: aid@aid.de, Internet: www.aid.de

- *Verbreitung von personengruppengerechtem Informationsmaterial zur ausgewogenen Ernährung auch in Sprachen für Migrantinnen und Migranten*

Das Projekt **„MiMi – Mit Migranten für Migranten–Interkulturelle Gesundheit in Deutschland“** unter der Leitung des Ethno-Medizinischen Zentrums in Hannover schult Personen mit Zuwanderungsgeschichte, die ihrerseits kultursensibel Gesundheitsthemen auf der lokalen Ebene vermitteln. Die Materialien in 15 Sprachen werden in Kursen und bei Veranstaltungen eingesetzt. Sie unterrichten u. a. über das deutsche Gesundheitssystem und vermitteln Ernährungs- und Bewegungstipps sowie Ratschläge zu seelischer Gesundheit, Früherkennung, Alter und Pflege. Mit Förderung des BKK Bundesverbands und weiterer Partnerinnen und Partner aus den Ländern und Kommunen arbeiten die interkulturellen Gesundheitslotsen an 57 Standorten in 10 Bundesländern.

Kontakt: Ethno-Medizinisches-Zentrum e. V.
Königstr. 6, 30175 Hannover
Tel.: 05 11 / 16 84 10-20, Fax: 05 11 / 45 72 15
E-Mail: ethno@onlinehome.de
www.ethno-medizinisches-zentrum.de
Internet: www.bkk-bv-gesundheit.de/bkk-promig/24.0.html, dort auch Verweis auf die Landes-programme und Download des Gesundheitswegweisers, sowie http://mimi-online.bkk-bv-gesundheit.de

- *Sensibilisierung der Akteure in den Kommunen sowie in der Arbeit mit älteren Menschen einschließlich älterer Migrantinnen und Migranten zur Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung*

Die **IN FORM MitMachBox** wurde im Rahmen des Projektes **„Im Alter IN FORM: Gesund essen, mehr bewegen“** von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen erstellt und vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz gefördert. Sie dient **Multiplikatorinnen und Multiplikatoren in der Seniorenarbeit** und Interessierten als Arbeitshilfe und liefert praktische Hinweise, sich als „MitMachTeam“ mit gesunder Ernährung und Lebensweise zu beschäftigen und Bewegung mit Musik zu kombinieren. Die über 300 Rezepte berücksichtigen internationale Gerichte.

Kontakt: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e. V. (BAGSO)
Bonngasse 10, 53111 Bonn
Tel.: 02 28 / 24 99 93-22, Fax: 02 28 / 24 99 93-20
E-Mail: inform@bagso.de, Internet: www.projekte.bagso.de/fit-im-alter/startseite.html

- *Durchführung von Modellprojekten zur Implementierung von Informations-, Beratungs- und Dienstleistungsangeboten zur Ermöglichung einer ausgewogenen Ernährung für allein lebende ältere Menschen ohne familiäre Unterstützung*

Das **Interkulturelle Mehrgenerationenhaus** in Tübingen wird im Rahmen des Modellprogramms Mehrgenerationenhäuser durch das Bundesfamilienministerium und den Europäischen Sozialfonds gefördert. Träger ist InFö e. V., eine Bildungseinrichtung u. a. für Migrantinnen und Migranten und Arbeitslose. Um unterschiedlichen kulturellen und religiösen Ernährungsgewohnheiten gerecht zu werden, führt die Migrationsberatungsstelle in einer Broschüre in 13 Sprachen auf, welche lokalen Anbieter „Essen auf Rädern“ für Muslime, Juden, Hindus oder andere Religionsgemeinschaften bereithalten.

Kontakt: InFö e. V.
Mauerstr. 2, 72070 Tübingen
Tel.: 0 70 71 / 3 30 05, Fax: 0 70 71 / 3 30 07
Internet: www.infoe-tuebingen.de/MGH/GesundheitUndPflegeImAlter

- *Nutzung von Anlauf- und Koordinierungsstellen für ältere Menschen in den Kommunalverwaltungen als Ansprechpartner und als Akteure zur Anregung und Ermöglichung von Dienstleistungsnetzen für Verpflegungsangebote*

Der Kooperationsverbund „Gesundheitliche Chancengleichheit“ stellt mit der Publikationsreihe **„Aktiv werden für Gesundheit – Arbeitshilfen für Prävention und Gesundheitsförderung im Quartier“** mit Unterstützung des Bundesministeriums für Gesundheit und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung in sieben Arbeitshilfen vor, wie die Gesundheit der Bewohnerinnen und Bewohner in den Stadtteilen gefördert werden kann. Die **Arbeitshilfe 4 „Präventiv handeln: Ernährung – Bewegung – Stressbewältigung“** zeigt die Wechselwirkung zwischen Gesundheitsverhalten und sozialer Lage auf und berät, wie Esskulturen gesund gestaltet werden können. Tipps zur Bewegungsförderung im Quartier und Programme zur Stressbewältigung sowie Beispiele aus der Praxis sind die weiteren Themen des Heftes.

Kontakt: Kooperationsverbund „Gesundheitliche Chancengleichheit“
Geschäftsstelle: Gesundheit Berlin-Brandenburg
Friedrichstr. 231, 10969 Berlin
Tel.: 0 30 / 44 31 90 60, Fax: 0 30 / 44 31 90 63
E-Mail: arbeitshilfen@gesundheitliche-chancengleichheit.de
Internet: www.gesundheitliche-chancengleichheit.de

- *Sockelfinanzierung von netzwerkfördernden Strukturen, wie z. B. Informations- und Beratungsbüros zu Fragen einer ausgewogenen Ernährung*

Zum Thema **„Gut versorgt ins hohe Alter – Bedarfsgerechte Verpflegung in Einrichtungen der Altenhilfe“** schult die Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus Senioren- und Pflegeheimen. Durch Förderung der Landesministerien für Umwelt, Landwirtschaft, Ernährung, Weinbau und Forsten sowie für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie werden 20 Regionalseminare umgesetzt, eine Fachtagung im Herbst 2012 war der Auftakt.

Kontakt: Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz e. V.
Seppel-Glückert-Passage 10, 55116 Mainz
Tel.: 0 61 31 / 28 48-0, Fax: 0 61 31 / 28 48 66,
E-Mail info@vz-rlp.de
Internet: www.verbraucherzentrale-rlp.de/gut-versorgt-ins-hohe-alter-bedarfsgerechte-verpflegung-in-einrichtungen-der-altenhilfe, dort auch Anmeldeformulare und Fachinformationen zum Download

Ziel 5: Die Mundgesundheit älterer Menschen ist erhalten bzw. verbessert

Besuche bei Zahnärztinnen und -ärzten erfolgen im Alter meist seltener. Auch gewichten Personen die Bedeutung der Mundgesundheit häufig dann geringer, wenn sie nur über Zahnersatz verfügen. Dabei bestehen vielfältige Wechselwirkungen zwischen Schädigungen von Zähnen und Zahnhalteapparat und weiteren körperlichen Erkrankungen. Breit angelegte Aufklärungskampagnen zeigen diese Zusammenhänge auf und tragen zu einer präventiven Zahnheilkunde auch im Alter bei. Das Personal in stationären Pflegeeinrichtungen sollte zu dieser Problemstellung geschult sein.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Ausbau der Öffentlichkeitsarbeit, z. B. durch öffentlichkeitswirksame Maßnahmen zur Aufklärung über die Notwendigkeit einer „richtigen“ Mundhygiene und Möglichkeiten einer effektiven Eigenvorsorge*

Beim Wettbewerb des Projekts „Im Alter IN FORM – Gesunde Lebensstile fördern“ der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen wurde das Senioren- und Pflegezentrum Rupprechtstegen in Bayern mit dem **„Sonderpreis Mund- und Zahngesundheit im Alter 2012“** ausgezeichnet. Dort hat die Hausleitung die Ausbildung eines Expertinnenteams „Mundgesundheit“ initiiert und von 130 Mitarbeiterinnen 15 Pflege-, Betreuungs- und hauswirtschaftliche Fachkräfte in 7 Workshops zu „Zahnelfen“ qualifiziert, damit Versorgungslücken und Munderkrankungen bei den Bewohnerinnen und Bewohnern frühzeitig festgestellt und Prophylaxe sachgerecht umgesetzt werden kann. Es gibt Leitlinien für spezielle Zielgruppen wie Bewohnerinnen und Bewohner mit demenziellen Veränderungen oder in der Schwerstpflege.

Kontakt: BAGSO-Projekt
„Im Alter IN FORM“
Bonngasse 10, 53111 Bonn
Tel.: 02 28 / 24 99 93-22, Fax: 02 28 / 24 99 93-20
E-Mail: inform@bagso.de
Internet: www.bagso.de, Preisträger des Bundeswettbewerbs: http://projekte.bagso.de/fit-im-alter/bundeswettbewerb-2012.html

- *Regelmäßige Durchführung von Veranstaltungen zur Mundgesundheit älterer Menschen auf Bundes-, Länderebene und kommunaler Ebene*

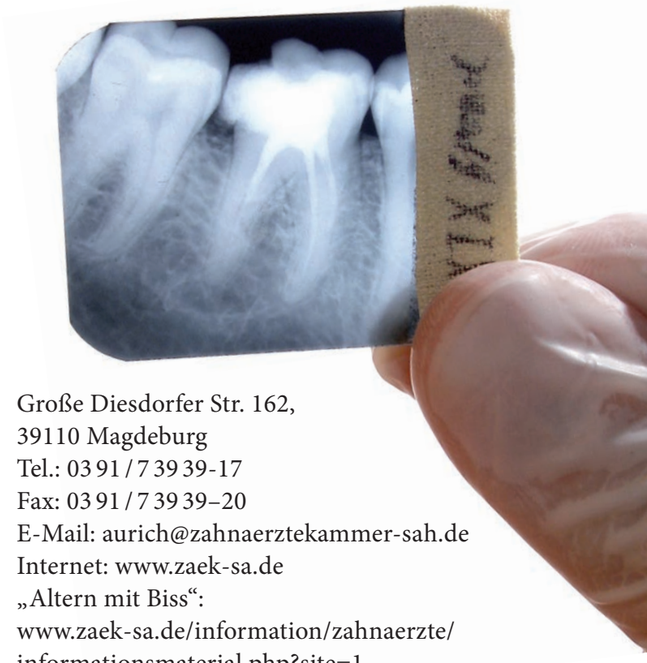
Der **Aktionskreis „Tag der Zahngesundheit“**, in dem knapp 30 Fachverbände, Krankenkassen und die kommunalen Spitzenorganisationen zusammengeschlossen sind, informiert seit 1991 jährlich im September über Prävention und Therapie von Mund-, Zahn- und Kiefererkrankungen. Das Motto von 2012 lautete: „Gesund beginnt im Mund – mehr Genuss mit 65 plus!“. Zur Öffentlichkeitsarbeit gehörten Presseinformationen und Info-Pakete des Vereins für Zahnhygiene zur Verteilung in Praxen, Laboren und weiteren Orten.

Kontakt: Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e. V. (BVPG)
Heilsbachstr. 30, 53123 Bonn
Tel.: 02 28 / 9 87 27 11, Fax: 02 28 / 6 42 00 24
E-Mail: pp@bvpraevention.de
Verein für Zahnhygiene e. V.
Liebigstr. 25. 64293 Darmstadt
Tel.: 0 61 51 / 1 37 37-10, Fax: 0 61 51 / 1 37 37-30
E-Mail: info@zahnhygiene.de
Internet: www.tag-der-zahngesundheit.de

- *Verbesserung des Zugangs zu adäquaten Behandlungsmöglichkeiten durch Landeszahnärztekammern und Kassenzahnärztliche Vereinigungen*

„Altern mit Biss“ – unter diesem Namen führte die Landeszahnärztekammer Sachsen-Anhalt von 2004 bis 2007 ein Modellvorhaben durch. Durch Patenschaften von Zahnärztinnen und Zahnärzten für ein Pflegeheim konnte die Mundgesundheit der dort wohnenden älteren Menschen entscheidend verbessert werden. Das Konzept schloss auch Schulungen für das Pflegepersonal ein. Es wurde 2009 auf weitere Altenpflegeheime übertragen. Die im Rahmen des Projektes erarbeiteten Materialien und Medien stehen auf der Internet-Seite der Landeszahnärztekammer zur Nachahmung bereit.

Kontakt: Zahnärztekammer Sachsen-Anhalt
Referat Präventive Zahnheilkunde



Große Diesdorfer Str. 162,
39110 Magdeburg
Tel.: 03 91 / 7 39 39-17
Fax: 03 91 / 7 39 39–20
E-Mail: aurich@zahnaerztekammer-sah.de
Internet: www.zaek-sa.de
„Altern mit Biss“:
www.zaek-sa.de/information/zahnaerzte/informationsmaterial.php?site=1

- *Altersgerechte Betreuung durch Zahnarzt und Zahnärztin und zahnärztliches Praxispersonal*

Mit der **Mobilen Zahnarztversorgung Uckermark** bietet eine Templiner Zahnarztpraxis einmal pro Woche einen Praxisdienst an, mit dem ca. 70 Patientinnen und Patienten zu Hause versorgt werden. Durch Förderung über das LEADER-Programm der EU konnten Geräte und Fahrzeug für den mobilen Einsatz besorgt werden. Das Projekt erhielt 2011 im Rahmen des Wettbewerbs „Menschen und Erfolge – Aktiv für ländliche Infrastruktur“, der vom Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung zusammen mit dem Deutschen Städte- und Gemeindebund und dem Deutschen Landkreistag durchgeführt wird, eine Anerkennung.

Kontakt: Praxis Dr. Kerstin Finger
Dargersdorfer Str. 11, 17268 Templin
E-Mail: zahnrath@gmx.de
Internet: www.menschenunderfolge.de/wettbewerb-2011/preistraeger/
Bericht der Märkischen Oderzeitung:
www.moz.de/artikel-ansicht/dg/0/1/271843

Ziel 6: Ältere Menschen sind bei Krankheit medizinisch, psychosozial und pflegerisch gut versorgt

Krankheitsverläufe können sich mit steigendem Alter im Zusammenwirken von physischen und psychischen Beeinträchtigungen komplex entwickeln. Dies stellt hohe Anforderungen an die medizinische und pflegerische Betreuung, die auf den individuellen Biografien der Erkrankten aufbaut. Stationäre und ambulante Strukturen sollten sektorenübergreifend für die Versorgung älterer Patientinnen und Patienten optimiert werden und ihre Rehabilitationspotenziale stärken. Ein Ausbau der geriatrischen Fachabteilungen in Krankenhäusern und ein verbessertes Entlassungsmanagement stehen auf der Agenda wie auch die Einbeziehung älterer und hochaltriger Menschen in Studien zur Versorgung.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Entwicklung, Erprobung und Implementierung von evidenzbasierten Leitlinien für häufige Krankheitskombinationen und häufige Komorbiditäten bei älteren Menschen*

Das **Kompetenz-Centrum Geriatrie (KCG)** ist eine gemeinsame Einrichtung des GKV-Spitzenverbandes und der Gemeinschaft der Medizinischen Dienste der Krankenversicherung. Zu seinen Serviceangeboten gehört die Erstellung und Bewertung von Evidenzberichten zu geriatrischen Verfahren in Diagnostik, Therapie und Prävention.

Kontakt: Kompetenz-Centrum Geriatrie,
MDK Nord, Hammerbrookstr. 5
20097 Hamburg
Tel.: 0 40 / 2 51 69-11 52, Fax: 0 40 / 2 51 69-4 99
E-Mail: info@kcgeriatrie.de
Internet: www.kcgeriatrie.de/leitlinien_1.htm

- *Entwicklung eines praxistauglichen, kultursensiblen Leitfadens für Ärztinnen und Ärzte für das Gespräch mit älteren, insbesondere hochaltrigen, Patientinnen und Patienten*

Das Projekt „PräfCheck“ der Medizinischen Hochschule Hannover untersuchte mit Förderung des Bundesministeriums für Bildung und Forschung von 2008 bis 2011 **„Präferenzen bei der Behandlungsplanung im Alter“**. Auf der Grundlage eines hausärztlichen Gesprächsmoduls, dem STEP-Assessment (Standardised Assessment for Elderly Patients in Primary Care), wurden mögliche Gesundheits- und Behandlungsprioritäten älterer Patientinnen und Patienten strukturiert erhoben. Assessment und Abschlussbericht stehen im Internet zur Verfügung.

Kontakt: Medizinische Hochschule Hannover
Institut für Allgemeinmedizin
Carl-Neuberg-Straße 1, 30625 Hannover
Tel.: 05 11 / 5 32 49 28, Fax: 05 11 / 5 32 41 76
E-Mail: junius-walker.ulrike@mh-hannover.de
Internet: www.mh-hannover.de/25553.html
Bericht: www.forschung-patientenorientierung.de/files/abschlussbericht_pr_fcheck.pdf

- *Beratung, Aufklärung und Durchführung von Früherkennungsuntersuchungen*

Mit der kostenpflichtigen Broschüre **„Gesundheits-Pass“** können sich Patientinnen und Patienten Vorsorgeuntersuchungen und Gesundheits-Checks durch die Arztpraxen dokumentieren lassen. Er wurde vom Deutschen Senioren Ring mit einem Kreis von Medizinerinnen und Medizinern entwickelt und weist auf die für die jeweilige Altersgruppe sinnvollen Untersuchungen wie Sehtest, Knochendichtemessung, Herzinfarkt-Schlaganfall-Risikotest, etc. hin. Durch jährliche Dokumentationsabstände sind bei einem Arztwechsel oder im Notfall wichtige Informationen schnell zur Hand. Drei Ausgaben (50plus, 60plus, 70plus) umfassen je eine Dekade. Sie können in Apotheken erstanden werden.

Kontakt: Deutscher Senioren Ring e. V.
Jägerei 2, 40543 Düsseldorf
Tel.: 02 11 / 93 89 91 16, Fax: 02 11 / 93 89 91 17
E-Mail: info@gesundheitscheckplus.de
Internet: www.dergesundheitspass.de

- *Berücksichtigung von Maßnahmen zur Aktivierung und Förderung von autonomer Lebensführung älterer Menschen in diagnosebezogenen Therapiemaßnahmen und in Leitlinien*

Im Rahmen des Verbundes „Gesundheit im Alter“ untersucht der Berliner Forschungsverbund **„Autonomie trotz Multimorbidität im Alter: Interventionen zur Mobilisierung von Ressourcen (AMA II)“** mit Förderung des Bundesforschungsministeriums, wie die Lebenssituation alter mehrfach erkrankter Menschen in Privathaushalten und Pflegeheimen verbessert werden kann. Er wird durch die Charité – Universitätsmedizin Berlin, das Deutsche Zentrum für Altersfragen (DZA), das Robert Koch-Institut (RKI), die Alice Salomon Hochschule Berlin sowie die Freie Universität Berlin gebildet. Während das Vorgängerprojekt AMA I identifizierte, welche Ressourcen positiv auf den Erhalt der Selbständigkeit und Selbstbestimmung Mehrfacherkrankter wirken, werden nun praxisrelevante Interventionen entwickelt und empirisch geprüft.

Kontakt: Charité – Institut für Medizinische Soziologie, Prof. Dr. Adelheid Kuhlmey
Luisenstr. 57, 10117 Berlin
Tel.: 0 30 / 84 45-13 8
E-Mail: stefanie.richter@charite.de
Internet: www.ama-consortium.de

- *Erprobung, Implementierung sowie Weiterentwicklung von Listen von Arzneimitteln, die bei älteren Menschen unangebracht sind*

Die 2010 veröffentlichte ausführliche **„PRISCUS-Liste potenziell inadäquater Medikation für ältere Menschen“** zeigt auf, welche Medikamente vor allem bei älteren Menschen unangebracht sind und welche Alternativpräparate zur Verfügung stehen. Sie wurde am Lehrstuhl für Klinische Pharmakologie der Universität Witten/Herdecke und des Instituts für Klinische Pharmakologie des HELIOS Klinikums Wuppertal erstellt. Die AOK Niedersachsen führt auf ihrer Internet-Seite eine kompakte „Priscus-Liste für den Schreibtisch“, damit Patientinnen und Patienten die 83 problematischen Wirkstoffe schnell in den Blick nehmen können.

Kontakt: Priscus-Verbund
Ruhr-Universität Bochum, Dr. Ulrich Thiem,
44780 Bochum
Tel.: 02 34 / 32-2 65 64, Fax: 02 34 / 32-1 43 25
E-Mail: ulrich.thiem@rub.de
Internet: www.priscus.net
AOK – Die Gesundheitskasse für Niedersachsen Hildesheimer Straße 273, 30519 Hannover
Tel.: 05 11 / 87 01-0, Fax: 05 11 / 87 01-1 59 89
E-Mail: aok.niedersachsen@nds.aok.de
Internet: www.aok-gesundheitspartner.de/nds/arzneimittel/bewertung/priscus/index.html

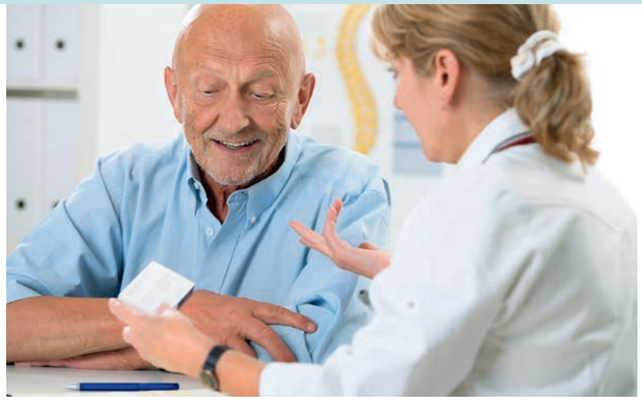
- *Förderung interdisziplinärer Zusammenarbeit über Aus-, Fort- und Weiterbildung sowie von Netzwerken in der praktischen Arbeit*

Das **GeriNet Leipzig** wurde 2011 als Modellprojekt des Sächsischen Ministeriums für Soziales und Verbraucherschutz gegründet. Es will durch Kooperation der Akteure der geriatrischen Versorgung ein trägerübergreifendes Netzwerk bilden. Arbeitsgruppen bestehen zu den Themen Assessment, Überleitung, Prävention, Quartier und Qualität.

Kontakt: HELIOS Geriatriezentrum GmbH
GeriNet Leipzig Süd
Pestalozzistraße 9, 04442 Zwenkau
Tel.: 03 42 03 / 4-21 24, Fax: 03 42 03 / 4-23 06
E-Mail: info@gerinet-leipzig.de
Internet: www.gerinet-leipzig.de

- *Optimierung des Entlassungsmanagements zur Sicherung der nachgehenden Versorgung*

Die Landesstelle Pflegende Angehörige NRW informiert und unterstützt pflegende Angehörige sowie ehren- und hauptamtliche Multiplikatorinnen und Multiplikatoren. Mit der Checkliste **„Krankenhaus – was nun? Checkliste für Aufnahme und Entlassung“** bündelt sie wichtige Informationen rund um den Krankenhausaufenthalt. Die Materialien der Landesstelle können kostenlos bestellt oder aus dem Internet heruntergeladen werden.



Kontakt: Landesstelle Pflegende Angehörige NRW, Domplatz 1–3, 48143 Münster
Tel.: 08 00 / 2 20 44 00,
E-Mail: info@LPFA-NRW.de, Internet: www.lpfa-nrw.de/informationsmaterialien.html

- *Ausbau der stationären, ambulanten und mobilen geriatrischen Rehabilitation, einschließlich des verstärkten Aufbaus von mobilen Rehabilitationsteams*

In der **Bundesarbeitsgemeinschaft Mobile Rehabilitation** sind Einrichtungen zusammengeschlossen, die mobile Rehabilitation nach definierten Qualitätsstandards betreiben oder künftig anbieten wollen. Dazu bietet sie Gründungsseminare an. Das Symposium „Mobile Rehabilitation und pflegende Angehörige“ findet im April 2013 in Zusammenarbeit mit der Deutschen Vereinigung für Rehabilitation (DVfR), der Diakonie Deutschland, dem Institut für Gesundheits- und Pflegewissenschaft der Universität Halle-Wittenberg und dem Institut für Sozialforschung und Sozialwirtschaft Saarbrücken in Berlin statt.

Kontakt: BAG Mobile Rehabilitation e. V.
Waldemarstraße 28 b, 55543 Bad Kreuznach
Tel.: 06 71 / 6 05-38 72, Fax: 06 71 / 6 05-34 41
E-Mail: bag-more@kreuznacherdiakonie.de
Internet: www.bag-more.de/index.html

Ziel 7: Unterschiedliche Gesundheitsberufe arbeiten patientenorientiert und koordiniert zusammen

In der alternden Gesellschaft hilft der Austausch zwischen den Gesundheitsberufen und der Fachwissenschaft die oft komplexen Krankheitsbilder patientenorientiert behandeln zu können. Hemmende Faktoren für Kooperation sind fehlendes Wissen über die jeweils anderen Gesundheitsberufe, unterschiedliche Qualifizierungen und tradierte Aufgabenzuweisungen. Gemeinsame Lern- und Erfahrungsräume stärken die Zusammenarbeit und sollten in die medizinische und pflegerische Aus-, Fort- und Weiterbildung integriert werden. Auch sollte die geriatrische und gerontologische Fort- und Weiterbildung einen größeren Stellenwert erhalten.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Umsetzung bereits erprobter Modelle der Zusammenarbeit zwischen Ärztinnen und Ärzten und nichtärztlichen Berufsgruppen*

In Gegenden, in denen die hausärztliche Versorgung unzureichend ist, haben sich in den letzten Jahren viele Dienste wie **AGnES** (Arztentlastende, gemeindenahe, e-health-gestützte, systemische Intervention), **MOPRA** (Mobile Praxisassistentin), **VerAH** (Versorgungsassistentin in der Hausarztpraxis), **EVA** (Entlastende Versorgungsassistentin) oder **HELVER** (Arzthelferinnen in der ambulanten Versorgung) etabliert. Eine erste Diskussion dieser Modelle fand 2009 mit der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin an der Universität Witten-Herdecke statt.

Kontakt: Deutsche Gesellschaft
für Allgemeinmedizin und
Familienmedizin (DEGAM)
Klinikum der Universität
Theodor-Stern-Kai 7, 60590 Frankfurt am Main
Tel.: 0 69 / 65 00 72 45, Fax: 0 69 / 68 97 46 02
E-Mail: geschaeftsstelle@degam.de
Internet: www.degam.de
Tagungsbericht: www.online-zfa.de/article/agnes-eva-verah-und-co-wer-kann-den-hausarzt-unterstuetzen-und-wie/uebersicht-review/2009/10/1009

Als Fortentwicklung der **„Gemeindeschwester AGNeS“** erprobt die IGiB, die Innovative Gesundheitsversorgung in Brandenburg, in der sich die Kassenärztliche Vereinigung Brandenburg sowie die Krankenkassen AOK Nordost und Barmer zusammengeschlossen haben, seit 2011 die neue **„agneszwei“**. Sie soll in medizinisch unterversorgten Gebieten Ärztinnen und Ärzte entlasten, kann arzt- und praxisübergreifend wirken und ist seit 2012 in fast allen Landkreisen tätig. Ein Vergleich beider Modelle und das Schulungskonzept von agneszwei stehen auf den Internet-Seiten der KV bereit.

Kontakt: Kassenärztliche Vereinigung
Brandenburg, Gregor-Mendel-Str. 10/11
14469 Potsdam
Tel.: 03 31 / 28 68-0, Fax: 03 31 / 28 68-1 75
E-Mail: presse@kvbb.de
Internet: www.kvbb.de/suche,
Stichwort: Agnes

- *Erprobung und Umsetzung weiterer neuer Formen der Kooperation aller Berufsgruppen im Gesundheitswesen*

Um angehende Ärztinnen und Ärzte, Pflegekräfte und Therapeutinnen und Therapeuten auf eine berufsgruppenübergreifende Zusammenarbeit vorzubereiten, fördert die Robert Bosch Stiftung mit ihrem Programm **„Operation Team – Interprofessionelles Lernen in den Gesundheitsberufen“** die Entwicklung von gemeinsamen Lerneinheiten für mehrere Berufsgruppen. Die Ausschreibung endete im Februar 2013. Die geförderten Projekte werden bei einem Vernetzungsworkshop und einer Abschlussveranstaltung der Fachöffentlichkeit vorgestellt.

Kontakt: Robert Bosch Stiftung GmbH
Gesundheit und Wissenschaft
Martina Kaplanek
Heidehofstr. 31, 70184 Stuttgart
Tel.: 07 11 / 4 60 84-77, Fax: 07 11 / 4 60 84-10 77
E-Mail: martina.kaplanek@bosch-stiftung.de
Internet: www.bosch-stiftung.de/operation-team

- *Ausbau der Geriatrie an den Universitäten*

Die **Geriatrie** ist bislang nur mit **sieben Lehrstühlen und drei Zentren** bzw. Kliniken in der Universitätsmedizin vertreten. Die Adressen listet die Deutsche Gesellschaft für Geriatrie auf ihrer Website auf. Nach ihrer Darstellung wird das Lehrfach an vielen Hochschulen meist nur über Lehraufträge im Rahmen des Q7-Curriculum, Medizin des Alterns und des alten Menschen, angeboten. Hierfür entwickelte die DGG eine Rahmenempfehlung, die auf ihrer Internet-Seite eingestellt ist.

Kontakt: Deutsche Gesellschaft
für Geriatrie e. V., Kunibertskloster 11–13,
50668 Köln, Tel.: 02 21 / 16 29-23 50
Fax: 02 21 / 16 29-23 51, E-Mail:
geschaeftsstelle@dggeriatrie.de, Internet:
www.dggeriatrie.de, Rahmenempfehlung:
www.dggeriatrie.de/nachwuchs/curriculum-q7.html, Adressen: www.dggeriatrie.de/nachwuchs/geriatrie-an-der-universitaet.html

- *Stärkung der geriatrischen und gerontologischen Fortbildung in den Gesundheitsberufen*

Mit der **„Strukturierten curricularen Fortbildung Geriatrische Grundversorgung“** greift die Bundesärztekammer ein Konzept der Deutschen Gesellschaft für Geriatrie für ein 60-stündiges Curriculum auf, das die DGG künftig mit interessierten Landesärztekammern anbieten will. Das Curriculum kann in der Rubrik Fortbildung auf den Seiten der Bundesärztekammer heruntergeladen werden.

Kontakt: Bundesärztekammer, Arbeitsgemeinschaft der deutschen Ärztekammern
Herbert-Lewin-Platz 1, 10623 Berlin
Tel.: 0 30 / 40 04 56-0, Fax: 0 30 / 40 04 56-3 88
E-Mail: info@baek.de
Internet: www.bundesaerztekammer.de
Curriculum: www.bundesaerztekammer.de/page.asp?his=1.102.107

Ziel 8: Die Interessen der Angehörigen und der informellen Helferinnen und Helfer von älteren Menschen sind berücksichtigt

Knapp 70 % der Pflegedürftigen werden derzeit zu Hause versorgt, in der Regel durch nahe Angehörige. Diese Leistungen gehen häufig mit emotionalen und körperlichen Belastungen für die Pflegenden einher, mit Auswirkungen auf ihre Gesundheit, ihr soziales Leben und für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Gesetzlich verankerte Entlastungsangebote wie Beratungsstellen sind nicht immer bekannt oder können z. B. in ländlichen Räumen nur schwer erreicht werden. Umso wichtiger ist es, über die vielfältigen Anforderungen familiärer Pflege zu informieren und öffentliche Akzeptanz herzustellen. Netzwerke aus dem Freundeskreis, der Nachbarschaft und dem karitativen Umfeld können zur Entlastung beitragen.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Verstärkung der überregionalen, regionalen und lokalen Öffentlichkeitsarbeit zu Möglichkeiten und Grenzen der Pflege durch Angehörige*

Mit der **Broschüre „Entlastung für die Seele: Ein Ratgeber für pflegende Angehörige“** vermitteln die BAGSO und die Deutsche PsychotherapeutenVereinigung pflegenden Angehörigen, welche Belastungen und seelischen Probleme wie Angst, Trauer und Depression auftreten können und zeigen Beratungs- und Entlastungsangebote auf.

Kontakt: Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e. V. (BAGSO)
Bonngasse 10, 53111 Bonn
Tel.: 02 28 / 24 99 93-0, Fax: 02 28 / 24 99 93-20
E-Mail: presse@bagso.de, Internet: www.bagso.de/publikationen.html

- *Herstellung und Verbreitung von (mehrsprachigen) Informationen zur Pflege durch Angehörige*

Die Landesstelle Pflegende Angehörige NRW informiert und unterstützt pflegende Angehörige sowie ehren- und hauptamtliche Multiplikatorinnen und Multiplikatoren. Die **Checkliste „Schritt für Schritt zur häuslichen Pflege“** zeigt, welche Aufgaben anstehen, wenn ein Angehöriger pflegebedürftig wird. Sie steht in sieben Sprachen zur Verfügung. Materialien der Landesstelle können kostenlos bestellt oder aus dem Internet heruntergeladen werden.

Kontakt: Landesstelle Pflegende Angehörige NRW, Domplatz 1–3, 48143 Münster
Tel.: 08 00 / 2 20 44 00, E-Mail: info@LPFA-NRW.de, Internet: www.lpfa-nrw.de/informationsmaterialien.html

- *Schaffung bzw. Förderung zugehender Angebote zur Pflegeunterstützung*

Der **Förderverein Zeitspende** wirkt in Vlotho und Bad Salzuflen in Ostwestfalen. Auf privater Basis werden Personen befähigt, als „Pflegebegleiter“ und „qualifizierte Zeitspender“ pflegende Angehörige zu entlasten, zur Selbstsorge zu ermutigen und sie bei Kontakten zu Behörden zu unterstützen. Voraussetzung ist eine Weiterbildung, die der Verein zu den Themen Demenz/Alzheimer/Validation, Alter/Altern, Trauer/Sterben/Tod sowie Kommunikation anbietet.

Kontakt: Förderverein Zeitspende e. V
Ele Diekmann, Rita Müller
Poststr.10, 32602 Vlotho, Tel.: 0 57 33 / 61 04
E-Mail: info@zeitspende.info
Internet: www.zeitspende.info

- *Stärkere Berücksichtigung von Bedürfnissen und Wünschen pflegender Angehöriger*

Die BIVA, die **Bundesinteressenvertretung der Nutzerinnen und Nutzer von Wohn- und Betreuungsangeboten im Alter und bei Behinderung e. V.** besteht seit 1974 als Selbsthilfeorganisation von Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern zum Schutz ihrer Rechte. Sie initiierte das Internet-Portal www.heimverzeichnis.de, in dem knapp 10.000 Einrichtungen mit Kontaktdaten und Preisen aufgeführt sind, von denen 1.400 durch ehrenamtliche Gutachterinnen und Gutachter geprüft und positiv bewertet wurden. Im Projekt „Bundesweiter Informations- und Beratungsdienst für Bewohnerbeiräte zur Stärkung des Verbraucherschutzes bei der Umsetzung des Wohn- und Betreuungsvertragsgesetzes“ mit Förderung durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend werden Personen, die sich als Bewohnerbeirat engagieren, kostenlos beraten.

Kontakt: Bundesinteressenvertretung der Nutzerinnen und Nutzer von Wohn- und Betreuungsangeboten im Alter und bei Behinderung(BIVA) e. V., Vorgebirgsstr. 1
53913 Swisttal, Tel.: 0 22 54 / 70 45
E-Mail: info@biva.de, Beratungsdienst
Tel: 0 22 54 / 28 12, E-Mail: beratung@biva.de
Internet: www.biva.de

- *Förderung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen pflegender Angehöriger sowie Unterstützung des Erfahrungsaustauschs*

Der Verein **„wir pflegen“** handelt seit 2008 als **„Interessenvertretung begleitender Angehöriger und Freunde“**. Neben der Vernetzung pflegender Angehöriger auf bundesweiter wie auch lokaler Ebene setzt er sich dafür ein, durch Aufklärungsarbeit gegenüber Unternehmen und Behörden zur besseren Vereinbarkeit von Pflege und Beruf beizutragen. Die Initiative „Armut durch Pflege“ zeigt, wie sehr Familien mit Pflegebedürftigen von Armut und sozialer Ausgrenzung betroffen sind.

Kontakt: wir pflegen – Interessenvertretung begleitender Angehöriger und Freunde in Deutschland e.V., c/o Dr. Hanneli Döhner
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Ost 37, Martinistr. 52, 20246 Hamburg
Tel.: 0 40 / 7 41 05 45 28, Fax: 0 40 / 7 41 05 45 06
E-Mail: doehner@uke.uni-hamburg.de
Internet: www.wir-pflegen.net

Die Interessen der Angehörigen sind berücksichtigt

- *Förderung von Angeboten telefonischer oder online-basierter Gesprächstherapie für pflegende Angehörige*

Die Arbeiterwohlfahrt (AWO) bietet seit 2011 eine bundesweite und kostenlose Online- Pflege- und Seniorenberatung an. **Das Internet-Portal www.awo-pflegeberatung-online.de** informiert und berät pflegende Angehörige, Pflegebedürftige, Seniorinnen und Senioren und weitere Interessierte. Anfragen können vertraulich im Rahmen einer verschlüsselten Mailberatung gestellt werden, um maximale Sicherheit und Anonymität zu bieten.

Kontakt: Online-Pflege- und Seniorenberatung
AWO Arbeiterwohlfahrt Bundesverband e. V.
Blücherstr. 62/63, 10961 Berlin
Kostenloses Beratungstelefon: 08 00 / 6 07 01 10
Internet: www.awo-pflegeberatung-online.de

Mit dem Modellprojekt www.pflegen-und-leben.de wurde 2012 erstmalig in Deutschland ein **kostenfreies Internet-Beratungsangebot** ausschließlich **für pflegende Angehörige** installiert, bei dem geschulte Psychologinnen und Psychologen bei seelischem Stress- und Belastungserleben beraten. Sie unterliegen der Schweigepflicht. Die Beratung erfolgt anonym, schriftlich und datensicher. Das Projekt wird bis 9/2013 vom Bundesfamilienministerium gefördert und soll dann von der gemeinnützigen GmbH Catania in ein reguläres Angebot überführt werden.

Kontakt: Catania gemeinnützige GmbH
– Hilfe für Helfer im Zentrum ÜBERLEBEN
Modellprojekt pflegen-und-leben.de
Turmstr. 21, 10559 Berlin
Tel. : 0 30 / 30 39 06 70 (keine Beratung)
Fax: 0 30 / 30 61 43 71
Internet: www.pflegen-und-leben.de
dort Anmeldung zur Online-Beratung

- *Förderung betrieblicher Maßnahmen und Initiativen zur besseren Vereinbarkeit von Erwerbstätigkeit und häuslicher Pflege*

Der **Leitfaden „Vereinbarkeit von Beruf und Pflege – Wie Unternehmen Beschäftigte mit Pflegeaufgaben unterstützen können“** stellt Beispiele guter Praxis in Unternehmen vor und gibt einen Überblick über die rechtlichen und finanziellen Mittel. Herausgeber sind das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und der Deutsche Industrie- und Handelskammertag (DIHT).

Kontakt: Publikationsversand der Bundesregierung
Postfach 48 10 09, 18132 Rostock
Tel.: 0 18 05 / 77 80 90
Fax: 0 18 05 / 77 80 94
(* 14 Cent/Min. aus dem deutschen Festnetz, max. 42 Cent/Min. aus den Mobilfunknetzen)
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de
Internet: www.bmfsfj.de/BMFSFJ/Service/Publikationen/publikationsliste,did=175224.html

Ziel 9: Die Gesundheit, Lebensqualität und Teilhabe von älteren Menschen mit Behinderungen sind erhalten und gestärkt

Die Mehrzahl an Behinderungen wird im Lebenslauf erworben und dies häufig durch Krankheit. Mit zunehmendem Alter steigt das Risiko chronischer Erkrankungen, die zu Behinderungen führen können. Diese können durch die Gesellschaft und das private Umfeld verringert, aber auch verstärkt werden. Viele Einrichtungen der stationären Altenpflege sind auf den besonderen Unterstützungs- und Pflegebedarf v. a. von Menschen mit kognitiven Einschränkungen nicht ausreichend vorbereitet, Konzepte der Behinderten- und der Altenhilfe sollten zusammengeführt und weiterentwickelt werden.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Verbreitung von Informationen zu Möglichkeiten guten Alterns mit Behinderungen*

Nullbarriere ist eine **Internet-Plattform für barrierefreies, behindertengerechtes Planen, Bauen und Wohnen.** Checklisten, Planungshilfen und finanzielle Tipps sind Beispiele aus dem umfangreichen Angebot.

Kontakt: HyperJoint GmbH, Sonja Hopf
Rigaer Str. 89, 10247 Berlin
Tel.: 09 00 1 60 63 03 (99 ct/min aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunkpreise ggf. abweichend), Fax: 0 30 / 5 26 96 25-1, E-Mail: info@hyperjoint.com, Internet: www.nullbarriere.de

„Einfach teilhaben“ heißt das **„Webportal für Menschen mit Behinderungen, ihre Angehörigen, Verwaltungen und Unternehmen“**. Unter den Rubriken „Alter“ und „Gesundheit und Pflege“ bündelt es Informationen, Adressen und Datenbanken. Die Inhalte stehen auch in leichter Sprache und in Videos mit Gebärdensprache zur Verfügung. Über die Behindertenhilfe des Deutschen Roten Kreuzes können Pflegeanbieter, Heime, Hausnotruf-Dienste und Haushaltshilfen gefunden werden.

Kontakt: Bundesministerium für Arbeit und Soziales, Wilhelmstr. 49, 10117 Berlin
Info-Telefon für Menschen mit Behinderungen: 0 30 / 2 21 91 10 06
E-Mail: www.einfach-teilhaben.de/DE/Service/Buergeranfragen/Buergeranfragen_node.html
Internet: www.einfach-teilhaben.de

- *Bereitstellung von Informationen und Unterstützungsangeboten für Angehörige von älteren Menschen mit Behinderungen*

Das Modellprojekt „GIA – **Gehörlose Menschen im Alter**“ der Universität zu Köln forscht mit Förderung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend über gehörlose Menschen im Alter, insbesondere mit Demenz. Eine Datenbank nennt Pflegedienste, Wohnheime und Zentren für Hörgeschädigte.

Kontakt: Universität zu Köln, Department Heilpädagogik und Rehabilitation, Projekt GIA
Klosterstr. 79b, 50931 Köln
Tel.: 02 21 / 4 70 74 99, Bildtelefon: 02 21 / 4 70 55 62, E-Mail: projekt-gia@uni-koeln.de
Internet: www.kompetenzzentren-gia.de

- *Verbesserung der Zugänglichkeit von öffentlichen Räumen und von Informationen für ältere Menschen mit Behinderungen, Abbau räumlicher und kommunikativer Barrieren*

Die **Checkliste „Feste feiern in Münster – Tipps für die barrierefreie Gestaltung von (Open air) Veranstaltungen“** der Koordinierungsstelle für Behindertenfragen im Sozialamt der Stadt Münster zeigt, wie eine barrierefreie Veranstaltung gelingt.

Kontakt: Stadt Münster, Sozialamt
Koordinierungsstelle für Behindertenfragen
Hafenstraße 8, 48153 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-50 27, Fax: 02 51/4 92-79 01
E-Mail rueterd@stadt-muenster.de
Checkliste unter: http://komm.muenster.org/publikationen/ChecklistebarrierefreieVeranstaltungen.pdf

- *Förderung von Nachbarschaftsprojekten unter Einbeziehung von alten Menschen mit Behinderungen*

Im **Netzwerk „SONG – Soziales neu gestalten“** haben sich Akteure der Sozialwirtschaft wie das Kuratorium Deutsche Altershilfe, das Johanneswerk, die Bremer Heimstiftung u. w. zusammengeschlossen, um Konzepte für das Gemeinwesen zu entwickeln, die älteren und behinderten Menschen gerecht werden. Das **Qualifizierungsprojekt „Lokale Verantwortungsgemeinschaften in kleinen Lebenskreisen – LoVe“** schult Fach- und Führungskräfte in der Alten- und Behindertenhilfe, diese Netzwerke aufzubauen und zu pflegen.

Kontakt: Netzwerk: Soziales neu gestalten (SONG) c/o Stiftung Liebenau, Siggenweilerstr. 11, 88074 Meckenbeuren
E-Mail: ulrich.kuhn@stiftung-liebenau.de
Internet: www.netzwerk-song.de

- *Psychotherapeutische Angebote für ältere Menschen mit Behinderungen*

Das **Mobile Kompetenzzentrum für Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen** der Zentralwohlfahrtsstelle der Juden in Deutschland wendet sich mehrheitlich an aus der ehemaligen Sowjetunion zugewanderte meist ältere Menschen und bietet Beratung.

Kontakt: Zentralwohlfahrtsstelle der Juden in Deutschland e. V. (ZWST), Hebelstr. 6
60318 Frankfurt am Main
Tel.: 0 69 / 94 43 71-0, Fax: 0 69 / 49 48 17
E-Mail: zentrale@zwst.org
Internet: www.zwst.org

- *Umsetzung des nationalen Aktionsplanes der Bundesregierung zur Umsetzung des Übereinkommens der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen*

Im **Internet-Portal „Barrierefreie Arztpraxis“** weist die Stiftung Gesundheit 68.000 Arztpraxen aus, die über eine oder mehr Komponenten der Barrierefreiheit verfügen.

Kontakt: Stiftung Gesundheit
Behringstr. 28a, 22765 Hamburg
Tel.: 0 40 / 80 90 87-0, Fax: 0 40 / 80 90 87-5 55
E-Mail: rodenberg@stiftung-gesundheit.de
Internet: www.stiftung-gesundheit-foerdergemeinschaft.de/projekte-und-vorhaben/projekt-barrierefreie-praxis
Datenbank: 08 00 / 7 39 00 99
Internet: www.arzt-auskunft.de

Ziel 10: Die psychische Gesundheit älterer Menschen ist gestärkt bzw. wiederhergestellt

Psychische Störungen älterer Menschen wurden bislang häufig übersehen oder tabuisiert. Die Erfolge psychotherapeutischer Behandlungen für diesen Personenkreis sind wenig bekannt und sollten öffentlich stärker wahrgenommen werden. Auch helfen Informierung und Sensibilisierung der Patientinnen und Patienten und ihrer Angehörigen sowie die gerontologische Fortbildung des medizinischen Fachpersonals, psychische Erkrankungen auch durch Alkohol oder Medikation frühzeitig zu erkennen und ihre Folgen abzumildern.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Förderung der Thematisierung der psychischen Gesundheit älterer Menschen in Fortbildungsmaßnahmen*

Die **Fortbildungsmaßnahmen der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie** richten sich an Mitarbeitende aus allen psychiatrischen Arbeitsfeldern und Berufsgruppen, so z. B. Seminare zu Hilfen für ältere Menschen mit psychischen Erkrankungen.

Kontakt: Deutsche Gesellschaft für soziale Psychiatrie (DGSP) e. V.
Zeltinger Str. 9, 50969 Köln
Tel.: 02 21 / 51 10 02, Fax: 02 21 / 52 99 03
E-Mail: dgsp@netcologne.de, Internet: www.psychiatrie.de/dgsp/kurzfortbildungen

- *Verbreitung von Instrumenten zur Diagnostik und Einführung vor Ort in den Praxen*

Mit dem kostenpflichtigen **Handbuch „Mehr wissen, gesünder leben“**, das ein Manual für Ärztinnen und Ärzte und eine dazugehörige Patientenbroschüre umfasst, stellt der Verein „Deutsches Bündnis gegen Depression“ unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe Arbeitsmaterialien zur Durchführung psychoedukativer Gruppen zur Verfügung.

Kontakt: Deutsches Bündnis gegen Depression e. V., Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum
Semmelweisstr. 10, 04103 Leipzig
E-Mail: info@buendnis-depression.de
Internet: www.buendnis-depression.de

- *Verstärkung der Medienpräsenz des Themas „Psychische Störungen im Alter“ und der öffentlichen Auseinandersetzung damit*

Das Portal **„Psychiatrienetz“** der Aktion Psychisch Kranker, dem Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker, dem Dachverband Gemeindepsychiatrie und der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie bespricht in der Rubrik „Bibliothek“ u. a. DVDs und Kinofilme zum Thema und nennt Bezugsadressen.

Kontakt: Psychiatrienetz
Ursulaplatz 1, 50668 Köln
E-Mail: redaktion@psychiatrie.de
Internet: www.psychiatrie.de/bibliothek

- *Angehörige von Personen mit psychischen Störungen erhalten Grundinformationen zu psychischen Störungen und zu einem angemessenen Umgang mit diesen und Angebote für die Teilnahme an Kursen*

Der **Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker (BApK)** und seine Landesverbände zeigen in ihren Publikationen auf, welche Krankheitsbilder und Therapiemöglichkeiten bestehen, vermitteln Kontakte und Adressen und geben Familienangehörigen Rat, wie man mit der eigenen Belastung umgehen kann. Mit Unterstützung der Techniker Krankenkasse bietet das „Seele-Fon“ eine bundesweite Selbsthilfeberatung zu psychischen Erkrankungen telefonisch oder per E-Mail.

Kontakt: Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker e. V. (BApK), Geschäftsstelle Bonn, Oppelner Str. 130, 53119 Bonn
Selbsthilfeberatung SeeleFon:
Tel.: 02 28 / 71 00 24 24
E-Mail: seelefon@psychiatrie.de
Internet: www.psychiatrie.de/bapk

Ziel 11: Demenzerkrankungen sind erkannt und Demenzerkrankte sind angemessen versorgt

Mit dem steigenden Anteil Hochaltriger vergrößert sich auch die Anzahl demenziell Erkrankter. Zwei Drittel der Betroffenen werden zu Hause versorgt und dies meist von ihren Angehörigen. Oft gibt die Erkrankung aber auch den Ausschlag, in ein Heim zu wechseln. Da eine medikamentöse Heilung bislang nicht gegeben ist, gilt es, die Lebensqualität Betroffener zu erhalten und sie psychosozial zu unterstützen. Forschungen zeigen, dass durch Bewegung und gesunde Ernährung, geistige Aktivität und soziale Teilhabe das Risiko, an Demenz zu erkranken, verringert werden kann. Der frühen Prävention für die Altersgruppe ab 40 Jahren kommt eine hohe Bedeutung zu.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Generationenübergreifend Verständnis und Begegnung fördern*

Im Projekt **„Menschen mit Demenz und Schüler gestalten gemeinsam ihre Freizeit“** treffen sich Schülerinnen und Schüler einer Realschule in Bonn-Mehlem regelmäßig mit Bewohnerinnen und Bewohnern des DRK-Seniorenhauses Steinbach, die sich im Anfangsstadium einer Demenz befinden. Die Aktivitäten reichen von gemeinsamen Back- und Spielenachmittagen bis zu Ausflügen. Die „KURS-Lernpartnerschaft“ umfasst auch Praktika, Besichtigungen, Präsentationen und Erste-Hilfe-Kurse zur Orientierung für die spätere Berufswahl der Schülerinnen und Schüler. Das Projekt wurde im Rahmen des „Europäischen Jahres für aktives Altern und Solidariät“

2012 durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert.

Kontakt: DRK-Seniorenhaus Steinbach
Rüdigerstr. 92, 53179 Bonn, Tel.: 02 28 / 3 69 80
Internet: www.drk-seniorenhaus-steinbach.de/index.php?id=1568

Das **Förderprogramm „Menschen mit Demenz in der Kommune“ der Robert Bosch Stiftung** unterstützt lokale Projekte, in denen zivilgesellschaftliche Aktivitäten zur Begleitung und Beteiligung von Menschen mit Demenz angestoßen und umgesetzt werden. Bislang wurden 50 Initiativen gefördert. Die dritte Runde 2013 umfasst 29 Projekte, die wie ihre Vorgänger auf der Homepage der **Aktion Demenz e. V.** vorgestellt werden.

Kontakt: Aktion Demenz e. V.
Karl-Glöckner-Straße 21E, 35394 Gießen
Tel.: 06 41 / 9 92 32 06, E-Mail: info@aktion-demenz.de, Internet: www.aktion-demenz.de/foerderprogramm.html

- *Bereitstellung von Grundinformationen und Kursen zu Demenzerkrankungen und zum Umgang mit Demenzerkrankten für Personen aus deren alltäglichen Lebensumfeld*

Mit **„MOMENT! Motorisches und mentales Training für Menschen mit Demenz“** bieten das Diakonische Werk Hessen und Nassau sowie der Landessportbund / Bildungsakademie Hessen Qualifizierungskurse mit Tandems aus der Pflege und den Sportvereinen an. In mehrmonatigen Kursen mit Hospitationen in Demenzgruppen nehmen Übungsleiterinnen und -leiter der Sportvereine, Engagierte aus Demenzinitiativen und Pflegekräfte aus ambulanten Diensten teil. MOMENT!-Gruppen werden durch parallele Kurse für Angehörige zur Stressminderung und zur Kraft-Ausdauer-Schulung ergänzt.

Kontakt: Bildungswerk des Landessportbundes Hessen e. V., Otto-Fleck-Schneise 41
60528 Frankfurt am Main, Tel.: 0 69 / 67 89-2 20
Fax: 0 69 67 89-3 06, E-Mail: info@sport-erlebnisse.de, Internet: www.sport-erlebnisse.de
Beitrag im Internet unter: www.dosb.de/de/sportentwicklung/sport-der-aelteren/aktuelles/detail/news/innovationspreis_fuer_bewegungsprojekt_mit_demenzkranken

- *Verbesserung des Zugangs zu adäquaten diagnostischen, Behandlungs-, Unterstützungsmöglichkeiten, wie Beratung, Psychotherapie für Betroffene und Angehörige, medikamentöse und nichtmedikamentöse Therapie, Rehabilitation, Entlastungsangebote*

Im Projekt **„Was geht! Sport, Bewegung und Demenz“** verfolgen die Demenz Support Stuttgart gGmbH und der Verein „Leben mit Demenz“ in Minden-Lübbecke die Absicht, Sport und Bewegung für die soziale Teilhabe und als Quelle von Lebensfreude für Menschen mit kognitiven Veränderungen zu erschließen. An zwei Standorten werden modellhaft Aktivitäten entwickelt, die dort gewonnenen Impulse sollen bundesweit vermittelt werden. Hierzu haben sich Sportvereine und Partner aus der Sozialen Arbeit unter Förderung der Robert Bosch Stiftung und des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend zusammengetan. Ein Ideenwettbewerb im Frühjahr 2013 sammelt Beispiele guter Praxis.

Kontakt: Demenz Support Stuttgart gGmbH
Dr. Gabriele Kreutzner, Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit, Tel.: 07 11 / 9 97 87 24
E-Mail: g.kreutzner@demenz-support.de
Internet: www.demenz-support.de

Ziel 12: Die Versorgung multimorbider älterer Menschen ist verbessert und Folgen von Multimorbidität sind gemindert

Chronisch fortschreitende Krankheitsprozesse treten bei älteren Menschen häufig in Wechselwirkung mit altersbedingten physiologischen Veränderungen wie z. B. Einschränkungen der Sinnesorgane oder Muskelschwund auf. Noch werden ältere Patientinnen und Patienten mit Mehrfacherkrankungen bei klinischen Studien und der Erstellung von Leitlinien einer nachweisorientierten Medizin zu wenig berücksichtigt. Mehrfacherkrankungen sind oft mit Multimedikationen verbunden, die zu Komplikationen führen können. Um Krankheitsfolgen im Zusammenhang mit Multimorbidität zu verringern, sollten die Versorgungsstandards auf die besonderen Bedarfe dieser Patientengruppe abgestimmt werden.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Öffentlichkeitsarbeit zu chronischen Krankheiten und Multimorbidität*

Die Studie **„PREFER – Personale Ressourcen für Autonomie und Lebensqualität bei älteren Menschen mit Mehrfacherkrankungen“** wird vom DZA und der FU Berlin als Teil des Berliner Forschungsverbundes AMA (Autonomie trotz Multimorbidität im Alter) mit Förderung durch das Bundesforscbungsministerium durchgeführt.

Kontakt: Deutsches Zentrum für Altersfragen
Manfred-von-Richthofen-Str. 2, 12101 Berlin
Tel.: 0 30 / 26 07 40-0, Fax: 0 30 / 7 85 43 50
E-Mail: susanne.wurm@dza.de
Internet: www.dza.de

- *Förderung von Evaluationsstudien zur Identifikation von „Best-Practice-Modellen“*

Die Broschüre **„Der alte Mensch im OP. Praktische Anregungen zur besseren Versorgung und Verhinderung eines perioperativen Altersdelirs“** stellt ein vom Bundesgesundheitsministerium gefördertes Betreuungskonzept des Münsteraner St. Franziskus-Hospitals vor, bei dem die Rate einer perioperativen Verwirrtheit deutlich gesenkt werden konnte.

Kontakt: Ministerium für Gesundheit Emanzipation, Pflege und Alter des Landes NRW, Horionplatz 1, 40213 Düsseldorf
Bestelladresse, Veröffentlichungsnummer 131: www.mgepa.nrw.de/publikationen
Tel.: 0 18 03 / 10 01 10 (9 –max. 42 Ct/Min.)

- *Optimierung der Organisationsstrukturen und der Versorgungsabläufe*

Mit „Hightouch“ statt „Hightech“ organisiert das Albertinen-Krankenhaus seit 2010 mit der **„Interdisziplinären Notfall- und Kurzlieger-Aufnahmestation INKA“** die stationäre Versorgung Älterer. Das Konzept erhielt 2012 dem „Deutschen Innovationspreis im Gesundheitswesen“ der Bayern LB.

Kontakt: Albertinen-Krankenhaus gGmbH, Zentrale Notaufnahme, Interdisziplinäre Aufnahmestation INKA, Dr. med. Michael Groening, 22457 Hamburg
E-Mail: michael.groening@albertinen.de
Bericht: www.aerzteblatt.de/archiv/134521/Versorgung-aelterer-Notfallpatienten-Hightouch-statt-Hightech

Ziel 13: Pflegebedürftigkeit ist vorgebeugt und Pflegebedürftige sind gut versorgt

Die Zahl der heute 2,3 Mio. pflegebedürftigen Menschen wird steigen, Prognosen gehen von einer Verdoppelung bis zum Jahr 2050 aus. Prävention und Rehabilitation zur Vermeidung von Pflegedürftigkeit sind wichtige Gesundheitsziele. So gilt es, die Zielgruppe der Älteren mit ihren Aktivierungspotenzialen konzeptuell stärker anzusprechen. Die Vielfalt der bedarfsgerechten Versorgung ist auszubauen, damit sie auch künftig demografiefest erfolgt. Dem drohenden Fachkräftemangel muss auch durch eine qualitative Fortentwicklung der ambulanten Pflege begegnet werden, die die Bedarfslagen chronisch Kranker, Behinderter, demenziell Erkrankter und weiterer Personengruppen berücksichtigt. Die Information und Begleitung pflegender Angehöriger sollte durch die im Pflege-Weiterentwicklungsgesetz verankerte individuelle Beratung durch die Pflegekassen und die weitere Einrichtung von Pflegestützpunkten vorangebracht werden.

Praxisbeispiele zu den Maßnahmeempfehlungen des Kooperationsverbundes

- *Identifizierung von Personengruppen mit erhöhtem Risiko der Pflegebedürftigkeit und Umsetzung gezielter Präventions- und Gesundheitsförderungsmaßnahmen*

Die **Publikation „Fremd oder einfach nur anders? Empfehlungen zur Durchführung von interkulturellen Schulungen in Krankenhäusern“** der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen basiert auf einem Modellprojekt, das in zwei Krankenhäusern erprobt wurde.

Kontakt: Landesvereinigung für Gesundheit / Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V.
Fenskeweg 2, 30165 Hannover
Tel.: 05 11 / 3 50 00 52, Fax: 05 11 / 3 50 55 95
E-Mail: info@gesundheit-nds.de
Internet: www.gesundheit-nds.de/CMS/veroeffentlichungen/me

- *Erprobung zielgruppenspezifischer Maßnahmen zur Förderung der Mobilität sowie der Resilienz und des Selbstmanagements im Rahmen der aktivierenden Pflege*

„Vera – vernetzt und aktiv: Die Digitale Gesundheitsbegleitung“ ist ein Projekt der Bremer Heimstiftung, das 2013 den AOK-Leonardo Gesundheitspreis für Digitale Prävention gewann. Alle Bewohnerinnen und Bewohner der 26 Häuser der Stiftung erhalten bis 2015 einen Tablet-PC, mit dem sie ihr eigenes Wochenprogramm für körperliche und geistige Fitness erstellen. Zur Auswahl stehen Kurse der Einrichtung, Angebote im Stadtteil und Videos mit Übungen.

Kontakt: Bremer Heimstiftung
Marcusallee 39, 28359 Bremen
Tel.: 04 21 / 24 30-0, E-Mail: gabriele.becker-riess@bremer-heimstiftung.de
Internet: www.bremer-heimstiftung.de

- *Anpassung der stationären pflegerischen Versorgung an Bewohnerwandel und Verkürzung der Verweildauer in Krankenhäusern (z. B. Einführung palliativer Versorgungs- und Pflegekonzepte im Heimsektor)*

Die **„Charta zur Betreuung schwerstkranker und sterbender Menschen in Deutschland“** der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin, des Deutschen Hospiz- und PalliativVerbands und der Bundesärztekammer wurde seit 2010 von 563 Institutionen unterstützt. Sie verbinden die Unterzeichnung mit Selbstverpflichtungen, ihre Projekte werden mit Förderung durch die Robert Bosch Stiftung und das Bundesfamilienministerium im Internet-Portal der Charta eingestellt.

Kontakt: Charta zur Betreuung schwerstkranker und sterbender Menschen
Aachener Str. 5, 10713 Berlin
Tel.: 0 30 / 81 82 67 64
E-Mail: charta@palliativmedizin.de
Internet: www.charta-zur-betreuung-sterbender.de

- *Maßnahmen gegen einen drohenden Fachkräftemangel*

Mit der **„Ausbildungs- und Qualifizierungsoffensive Altenpflege“** werben Bund, Länder und Verbände darum, die Zahl der Fachkräfte in der Altenpflege zu erhöhen. Im Internet-Portal des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend stehen Praxisanleitungen und Handbücher zum Berufsfeld bereit. Es nennt gelungene lokale und überregionale Kampagnen und Projekte.

Kontakt: Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben, Öffentlichkeitsarbeit
Sibille-Hartmann-Str. 2–8, 50969 Köln
Tel.: 02 21 / 36 73-44 88, Fax: 02 21 / 36 73-5 44 88
E-Mail: pressestelle@bafza.bund.de
Internet: www.altenpflegeausbildung.net

- *Weitere Entwicklung und Erprobung neuer Wohnformen*

Mit **„Gastfamilien für Senioren“** hat die Arbeiterwohlfahrt Ostwestfalen-Lippe e. V. ein

neues Betreuungsangebot für pflegebedürftige ältere Menschen entwickelt. Auswahl der Familien, weitere Vermittlung und dauerhafte professionelle Begleitung des Zusammenlebens übernimmt der Fachdienst Familienpflege der AWO.

Kontakt: Gastfamilien für Senioren
Arbeiterwohlfahrt OWL e. V.,
Detmolder Str. 280, 33605 Bielefeld
Tel.: 05 21 / 92 16-2 78, Fax: 05 21 / 92 16-1 50
E-Mail: marianne.voß@awo-owl.de
Internet: www.awo-owl.de

Das Internet-Portal „WG Qualität“ dient mit Unterstützung des Bundesfamilienministeriums als **Plattform der Qualitätsdiskussion rund um ambulant betreute Wohngemeinschaften.** Aus einem Modellprojekt der Freunde alter Menschen und der Alzheimer Gesellschaft Brandenburg entstand das Praxishandbuch „Es selbst in die Hand nehmen!“. Die Seite bietet weitere Kompaktinformationen zu ambulant betreuten Wohngemeinschaften und Arbeitshilfen.

Kontakt: les petits frères des Pauvres – Freunde alter Menschen e. V.
Hornstr. 21, 10963 Berlin
Tel.: 0 30 / 6 91 18 83, Fax: 0 30 / 6 91 47 32
E-Mail: kpawletko@famev.de
Internet: www.wg-qualitaet.de, www.famev.de,
Praxishandbuch: www.leben-wie-ich-bin.de

gefördert vom

Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Herausgeber:
Bundesarbeitsgemeinschaft der
Senioren-Organisationen e. V. (BAGSO)

Bonngasse 10
53111 Bonn
Tel.: 02 28 / 24 99 93-0
Fax: 02 28 / 24 99 93-20
E-Mail: kontakt@bagso.de
www.bagso.de

Impressum:

Redaktion:	Dr. Claudia Kaiser, Vera Klier
Korrektorat:	Werner Zentner
Bildnachweis:	Titel Mandy Godbehear, S. 6 Milena Ugrinova, S. 7 Pressmaster, S. 9 Nolte Lourens, S. 10 Marcel Mooij, S. 12 Yuri Arcurs, S. 13 glenda, S. 14 Alexander Raths, S. 15 EdBockStock, S. 16 wavebreakmedia, S. 17 Kristo-Gothard Hunor, S. 18 Andrew Bassett, S. 21 Yuri Arcurs, S. 22 StockLite, S. 23 Ptahi, S. 24 Carme Balcells, S. 25 altafulla, S. 26 Yuri Arcurs, S. 27 Denis Selivanov, S. 29 Alexander Raths, S. 30 Alexander Raths, S. 32 william casey, S. 33 Nejron Photo, S. 35 Robert Kneschke, S. 37 Andi Berger, S. 39 Galushko Sergey, S. 43 Kristo-Gothard Hunor, alle Shutterstock.com. S. 3 BAGSO
Layout:	Nadine Haser, www.nadinehaser.de
Druck:	Druckhaus Marburg

© 2013, BAGSO, Bonn

www.bagso.de