



Treffen der Aktionsgruppe „Gesundes Altern auf dem Land in der Oberpfalz“

-10.12.2018 in Nabburg-

Die Aktionsgruppe „Gesundes Altern auf dem Land in der Oberpfalz“ hat zum Ziel, gemeinsam mit Akteurinnen und Akteuren des Gesundheitswesens geeignete Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention für ältere Menschen in schwierigen Lebenslagen („sozial Benachteiligte“) im Regierungsbezirk Oberpfalz zu entwickeln.

Die Aktionsgruppe hat sich im Rahmen einer Tagung der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit (KGC) Bayern in Kooperation mit der Regierung Oberpfalz am 05.07.2018 in Regensburg gebildet. Das Thema Seniorenengesundheit wurde Anfang dieses Jahres auf Initiative der Regierung der Oberpfalz aufgegriffen und mündete zunächst in der Regionalkonferenz Seniorenengesundheit am 07.02.2018. Die Organisation der Aktionsgruppe erfolgte durch ein tatkräftiges Team, bestehend aus der Präventionsmanagerin der Regierung der Oberpfalz (Marianne Spahn), einer Referentin der KGC Bayern (Kathrin Steinbeißer), der Landesfachwartin für Gesundheits- und Präventionssport des Bayerischen Turnverbands (Dr. Marlene Grottl) sowie der Ansprechpartnerin für Generation 55+ am Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AELF) Schwandorf (Johanna Baumann).

Die KGC Bayern (<https://lzg-bayern.de/koordinierungsstelle-gesundheitliche-chancengleichheit.html>) ist eine Beratungs- und Vernetzungsstelle für Gesundheitsförderung und Prävention. Sie verfolgt das Ziel, die Gesundheit von Menschen in schwierigen Lebenslagen zu fördern und dadurch die gesundheitliche Chancengleichheit in den Lebenswelten dieser Menschen zu stärken. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf der Gesundheitsförderung derjenigen Menschen, die bislang noch nicht oder nur ungenügend erreicht wurden. Hierfür bedarf es spezifischer Ansätze, über welche die KGC informiert, berät und die praktische Anwendung vor Ort begleitet.

Das Thema Gesundheitliche Chancengleichheit im Alter ist vielen Akteurinnen und Akteuren des Gesundheitsbereichs in der Oberpfalz ein großes Anliegen. Senioren- und Gesundheitsbeiräte, Vertreter/innen von Gesundheitsämtern, Sozialdiensten und der Gesundheitsregionen^{Plus} sowie eine Pflegedienstleitung und eine Präventologin sind Teilnehmende der Aktionsgruppe.

Die Leitung der „Aktionsgruppe Gesundes Altern auf dem Land in der Oberpfalz“ hat Dr. Marlene Groitl inne. Sie ist unter anderem Landesfachwartin für Gesundheits- und Präventionssport des Bayerischen Turnverbands und engagiert sich für die Bewegungsförderung von Seniorinnen und Senioren. Das erste Treffen der Aktionsgruppe Land fand in den Räumen des AELF Schwandorf statt. Am AELF gibt es seit einem Jahr Angebote für die Generation 55+. In der Oberpfalz ist dieses neue Netzwerk nur in zwei Landkreisen vertreten, in Bayern insgesamt an 13 Standorten. Das AELF unterstützt mit diesen Veranstaltungen im Bereich Ernährung und Bewegung das Ziel eines jeden Menschen, gesund und aktiv älter zu werden und damit beizutragen, Selbstständigkeit und Lebensqualität bis ins hohe Alter zu erhalten.

Auf dem ersten Treffen der Aktionsgruppen entwickelten die Teilnehmenden erste Ideen für den Bereich Gesundheitsförderung und Prävention, die ältere Menschen in schwierigen Lebenslagen unterstützen könnten. Dabei war es wichtig, in systematischen Schritten vorzugehen. Zuerst überlegten die Teilnehmenden, welche älteren Menschen sich bei ihnen vor Ort in einer schwierigen Lebenslage befinden (z. B. alleinlebende Seniorinnen). Anschließend identifizierten sie das zentrale Problem und die Ursache, warum diese Menschen gesundheitlich benachteiligt sind. Außerdem wurden Ideen erarbeitet, wie diese Personengruppen erreicht werden können. Weitere zentrale Fragen während des Treffens waren zum Beispiel:

Was möchten Sie erreichen? Wen möchten Sie genau erreichen? Was gibt es schon? Was brauchen Sie noch? Wie können die ersten Schritte dafür aussehen? Wen brauchen Sie an Bord für Ihr Vorhaben? Mit wem können Sie in der Aktionsgruppe zusammen an Ihrem Ziel arbeiten? Wie können Sie die betroffenen Seniorinnen und Senioren selbst in die Arbeit einbinden?

Ablaufplan

Begrüßung und Schildern des Ziels des Aktionsgruppen-Treffens

Organisatorisches

Entwicklungsstand Aktionsgruppen „Gesundes Altern“

Arbeitsphase I: Einzelarbeit mit Unterstützung

- Identifikation von Problemlagen und Menschen in schwierigen Lebenslagen vor Ort/ in der Region
- Planen von Strategien zur Erreichung der identifizierten Menschen in schwierigen Lebenslagen
- Erstellen eines zentralen Ziels, um gefundene Problemlagen zu bewältigen und identifizierte Menschen zu erreichen

Mittagspause

Besprechung der persönlichen Ergebnisse aus Arbeitsphase I mit Teilnehmenden der Aktionsgruppe

Arbeitsphase II: Kleingruppenarbeit

Erarbeiten von ersten Schritten und Möglichkeiten einer Zusammenarbeit in der Oberpfalz mit anderen Teilnehmenden der Aktionsgruppe

Besprechung der entwickelten Ideen der Kleingruppen aus Arbeitsphase II mit Teilnehmenden der Aktionsgruppe

Vortrag zum Projekt „Action for Men“

Die nächsten Schritte – Was braucht die Aktionsgruppe?

Zusammenfassung und Verabschiedung
