



**„Wir wollen aktivieren und motivieren. Den älteren Menschen rausholen
aus der Einsamkeit!“**

**Aktives Auftakttreffen der Aktionsgruppe „Gesundes Altern in der Stadt in
der Oberpfalz“**

-11 Dezember 2018 in Regensburg-

Am 11. Dezember 2018 ging es ans Eingemachte. Akteurinnen und Akteure aus verschiedensten Bereichen der Gesundheit diskutierten über die Belange älterer Menschen in schwierigen Lebenslagen in der Oberpfalz. Dabei lag der Fokus stets darauf, gemeinsam konkrete Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention zu entwickeln und Transparenz zu bereits stattfindenden Projekten in der Oberpfalz zu schaffen.

Die Gruppe nennt sich Aktionsgruppe „Gesundes Altern in der Stadt in der Oberpfalz“. Sie hat zum Ziel, gemeinsam mit Akteurinnen und Akteuren des Gesundheitswesens geeignete Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention für ältere Menschen in schwierigen Lebenslagen im Regierungsbezirk Oberpfalz zu entwickeln. Am 11. Dezember 2018 fand das erste Treffen in Regensburg statt.

Mit strategischen Schritten zum Erfolg

Die Aktionsgruppe hat sich im Rahmen einer Tagung der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit (KGC) Bayern in Kooperation mit der Regierung Oberpfalz am 5. Juli 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 7. Februar 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) und einer Referentin des Deutschen Berufsverbands für Krankenpflege (DBfK) (Gabriele Bayer).

Eine starke Unterstützung im Hintergrund

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.

Expertinnen und Experten, die an einem Strang ziehen

Das Thema Gesundheitliche Chancengleichheit im Alter ist vielen Akteurinnen und Akteuren des Gesundheitsbereichs in der Oberpfalz ein großes Anliegen. Seniorenbeiräte, Vertreter/innen von Gesundheits- und Seniorenämtern, der Gesundheitsregionen^{Plus} und des Kneipp-Vereins sind Teilnehmende der Aktionsgruppe und diskutierten auf dem ersten Treffen sehr angeregt miteinander. Der Aha-Effekt zu bereits bestehenden Aktivitäten potentieller Kooperationspartner/innen war dabei groß.

Die Leitung der „Aktionsgruppe Gesundes Altern in der Stadt in der Oberpfalz“ ist Gabriele Bayer. Sie ist unter anderem aktiv beim DBfK und engagiert sich für die Entwicklung von unterstützenden und aufsuchenden Maßnahmen für Familien in schwierigen Lebenslagen (Familiengesundheitspflege). Der Ort für das erste Treffen der Aktionsgruppe Stadt wurde von der Regierung Oberpfalz zur Verfügung gestellt.

Eine aktionsreiche Aktionsgruppe

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. zurückgezogene Seniorinnen und Senioren). 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?

„Wir müssen miteinander reden, das ist wichtig!“

Allen Akteurinnen und Akteuren war Eines klar: Der gemeinsame Austausch war und ist auch weiterhin sehr wichtig. Dadurch können gemeinsame Projekte entstehen. Und gemeinsam ist man stark. Denn die Aufgabe, Menschen in schwierigen Lebenslagen zu erreichen und sie in ihrer Gesundheit zu fördern, ist definitiv eine Herausforderung.

Ablaufplan am 11. Dezember 2018

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 „NEUN2727 – gut leben im Waldthurner Land“

Die nächsten Schritte – Was braucht die Aktionsgruppe?

Zusammenfassung und Verabschiedung
