

Beratungsangebot für Verantwortliche in der kommunalen Seniorenarbeit

Verbesserung der Angebote für
ältere Menschen insbesondere
in den Bereichen ausgewogene
Ernährung, ausreichend Bewegung
und soziale Teilhabe



www.in-form.de

www.im-alter-inform.de

**Ausgewogene
Ernährung**

**Ausreichend
Bewegung**

**Aktive soziale
Teilhabe**

Sehr geehrte Damen und Herren,

die *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM* bei der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO) führt in Kooperation mit

- der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE),
- dem Deutschen Turner-Bund e.V. (DTB),
- der Deutschen Gesellschaft für Alters-Zahnmedizin e.V. (DGAZ)

und mit Unterstützung der Netzwerkstelle Lokale Allianzen für Demenz sowie dem Deutschen Wanderverband e.V.

das Projekt **Im Alter IN FORM – Gesunde Ernährung, mehr Bewegung, aktive Teilnahme in Kommunen fördern** durch.

Das Projekt *Im Alter IN FORM* wird gefördert vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) im Rahmen von „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“.

Eine Schwerpunktaufgabe der Geschäftsstelle ist

die Unterstützung und Beratung von Verantwortlichen in Kommunen zur Verbesserung der Angebote für ältere Menschen insbesondere in den Bereichen ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung und der aktiven, sozialen Teilhabe.

Über IN FORM: IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern. Weitere Informationen unter: www.in-form.de.

Warum ist die Förderung der Gesundheit – hier ausgewogene Ernährung, mehr Bewegung und die soziale Teilhabe älterer Menschen – von hoher gesellschaftlicher Bedeutung?



1. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass für die Erhaltung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit älterer Menschen sowie für ihr Wohlbefinden eine ausgewogene, genussvolle Ernährung, ausreichende Bewegung und die soziale Teilhabe von hoher Wichtigkeit sind.

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/praevention/frueherkennung-vorsorge/aeltere-menschen.html>



2. Der Nationale Aktionsplan „**IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung**“ verfolgt das Ziel, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten in Deutschland und damit die Gesundheit der Bürgerinnen und Bürger bis zum Jahr 2020 nachhaltig zu verbessern.

Bei IN FORM geht es um die Förderung eines gesunden Lebensstils mit ausgewogener Ernährung/Verpflegung und ausreichender Bewegung in allen Lebenswelten. Die ausgewogene Ernährung älterer Menschen ist dabei ein Schwerpunktthema.

<https://www.in-form.de/in-form/allgemein>



3. Die allgemeinen Zielsetzungen zur Gesundheitsförderung für ältere Menschen sind in „**Gesundheitsziele – Gesund älter werden**“ umfassend dargestellt, ebenso die Verantwortung der Kommunen für deren Umsetzung.

<http://gesundheitsziele.de>

4. Der **Siebte Altenbericht, veröffentlicht von der Bundesregierung** im November 2016, hebt allgemein die Sorge und Mitverantwortung der Kommunen für den Aufbau und die Sicherung zukunftsfähiger Gemeinschaften hervor. Darin eingeschlossen sind die Gestaltung der Wohnverhältnisse, des Wohnumfeldes, des Sozialraumes und der Verkehrsverhältnisse, die einen erheblichen Einfluss auf die Lebensqualität und die Selbstständigkeit älterer Menschen haben.

<https://www.siebter-altenbericht.de>

Bei der Gestaltung des Sozialraumes sind Angebote zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit und somit für die Sicherung der Lebensqualität unabdingbar.

https://www.dza.de/fileadmin/dza/pdf/Dza_Pressemitteilung_V28_5.pdf

5. Zielsetzungen kommunaler Senioren- und Gesundheitspolitik

In der Dokumentation „Neuausrichtung gemeindlicher Sozialpolitik“ hat der Deutsche Städte- und Gemeindebund (DStGB) als primäre Maßnahmen zur Gesundheitsprävention auf kommunaler Ebene genannt:

- die Vernetzung der Akteure des Gesundheits- und Pflegewesens,
- den Ausbau zielgruppenspezifischer Angebote der Gesundheitsförderung und die Prävention,
- die Unterstützung von Selbsthilfeangeboten,
- die Gesundheitsberatung,
- die Einbindung Dritter, z. B. Sportvereine, in präventive Angebote,
- die Prüfung von Maßnahmen der Stadtentwicklung und von öffentlichen Bauvorhaben hinsichtlich ihrer Auswirkungen auf Bewegung im Alltag. (Vgl. DStGB: Neuausrichtung gemeindlicher Sozialpolitik, Kapitel 11: Gesundheitsprävention gemeindlich mitgestalten).

<https://www.dstgb.de/dstgb/Homepage/Publikationen/Dokumentationen/Nr.%2089%20-%20Gemeindliche%20Sozialpolitik/doku89.pdf>

Ausgehend von

- den wissenschaftlichen Erkenntnissen zu den Einflussgrößen auf die Gesundheit älterer Menschen ,
- den gesundheitspolitischen Zielen für ältere Menschen,
- der Verantwortung von Kommunen für die Gestaltung des Wohnumfeldes und der Gesundheitsprävention für ältere Menschen

unterstützt die BAGSO mit der *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM* Verantwortliche in der Seniorenarbeit auf kommunaler Ebene bei der Verbesserung der Angebote zur ausgewogenen Ernährung – einschließlich einer sachgerechten Mund- und Zahnpflege – , mehr Bewegung und der aktiven Teilhabe älterer Menschen.



Zentrale Zielsetzungen der *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM* sind je nach Interesse der Träger der Seniorenarbeit und des Handlungsbedarfs in den Kommunen, die Unterstützung bei



- der Verbesserung der Bewusstseinsbildung bei Akteuren der Seniorenarbeit, hinsichtlich der Bedeutung der ausgewogenen Ernährung, mehr Bewegung und sozialen Teilhabe älterer Menschen, d.h. der Gesundheitsförderung älterer Menschen,
- der Qualitätsverbesserung und/oder Etablierung von bedarfsgerechten Angeboten für ältere Menschen in den Bereichen ausgewogene Ernährung, mehr Bewegung und soziale Teilhabe zur bestmöglichen Förderung gesunder Lebensstile älterer Menschen, einschließlich schwer erreichbarer Zielgruppen,
- dem Aufbau von sinnvollen Trägerstrukturen zur Implementierung und nachhaltigen Verbesserung effizienter gesundheitsfördernder Angebote,
- der Informations-, Öffentlichkeitsarbeit und Ansprache der gewünschten ggf. auch kritischen Zielgruppen,
- der Information und Qualifizierung von Verantwortlichen und Akteuren in der Seniorenarbeit zur Mitgestaltung der gewünschten Angebote,
- der Information, Motivation und Überzeugung von Verantwortlichen bei den Trägern und Führungskräften von stationären Einrichtungen, Tagespflege und Caterern zur Einführung einer Menülinie nach den Qualitätsstandards der DGE,
- dem Aufbau organisierter Mittagstische und personengerechter Bewegungsangebote.

Dabei sollen konkrete messbare Ergebnisse erzielt werden im Hinblick auf u. a.

- die Qualität von Angeboten für eine ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung und der aktiven sozialen Teilhabe,
- die Anzahl der Angebote für eine ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung und der aktiven sozialen Teilhabe auch für schwer erreichbare Zielgruppen,
- verbesserte Strukturen für die Zusammenarbeit der Träger der Seniorenarbeit.

Welche Art von Unterstützung erfolgt durch die *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM*?



Die *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM* finanziert aus IN FORM-Projektmitteln Honorar- sowie Reisekosten für qualifizierte Fachkräfte sowie spezifizierte Sachkosten für die Durchführung von Veranstaltungen in Kommunen (siehe unten).

Qualifizierte Fachreferentinnen/Fachreferenten der *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM* und der Kooperationspartner DGE, DGAZ sowie DTB unterstützen Kommunen dabei, Zielstellungen zur Verbesserung der Angebote für ältere Menschen zu identifizieren, entsprechende Aufgaben festzulegen und Prozesse in Gang zu setzen. Je nach Zielsetzung und Handlungsbedarf vor Ort erfolgt die Unterstützung beispielsweise durch

Information/Präsentation über

- Zusammenhänge von gesunden Lebensstilen und Erhaltung bzw. Verbesserung der Leistungsfähigkeit älterer Menschen,
- fachliche Empfehlungen zur Gestaltung von Angeboten zur Förderung der Gesundheit älterer Menschen,
- Aspekte und sinnvolle Rahmenbedingungen bei der Verbesserung oder beim Aufbau neuer Angebote für verschiedene Zielgruppen älterer Menschen.

Beratung/Moderation

- bei der Analyse und Bewertung der vorhandenen Angebote zur ausgewogenen Ernährung, Bewegung und sozialen Teilhabe für ältere Menschen,
- zur strategischen oder organisatorischen Vorgehensweise zur Einbindung von Trägern und Akteuren bei der Verbesserung der Angebotsstruktur,
- beim Aufbau von Strukturen für die nachhaltige Organisation von zielgruppengerechten Angeboten zur ausgewogenen Ernährung, ausreichend Bewegung und sozialen Teilhabe für ältere Menschen,
- bei der Planung und Durchführung von strategischen Gremiensitzungen, Workshops oder Tagungen,
- bei der Informations- und Öffentlichkeitsarbeit zur Verbesserung des Bewusstseins für die Bedeutung und Inanspruchnahme von Angeboten zur ausgewogenen Ernährung, ausreichend Bewegung und sozialen Teilhabe älterer Menschen,

Hinweis

Personalkosten für Fachpersonal in den Kommunen können nicht finanziert werden. Es können bei der *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM* keine Finanzmittel beantragt werden.

- von Trägern stationärer Einrichtungen/Caterern beim Aufbau einer ausgewogenen Menülinie für die Bewohnerinnen und Bewohner und Tagesgäste,
- beim Aufbau oder der Qualitätsverbesserung von Mittagstischangeboten für ältere Menschen.

Qualifizierung/Schulung in Kooperation mit den Expertinnen und Experten der Kooperationspartner

- von Verantwortlichen und Akteuren in der Seniorenarbeit zu den Themenbereichen ausgewogene Ernährung, sachgerechte Mund- und Zahnpflege, ausreichend Bewegung und sozialen Teilhabe für ältere Menschen.

Siehe www.im-alter-inform.de, Bereich Weiterbildung

Förderung spezieller Sachkosten

Neben der Finanzierung von Honoraren sowie Reisekosten der Fachberater/Fachberaterinnen können bei Schulungen, Workshops oder Gesprächsrunden Getränke sowie Fachinformationen und Materialien für die Teilnehmenden zu den verschiedenen Themengebieten ebenfalls aus Projektmitteln des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) gefördert werden.



Voraussetzungen

Welche Voraussetzungen sollten von den Verantwortlichen in der Kommune erfüllt werden?



Hinweise

Die *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM* wird die Aktivitäten, Prozesse und vor allem die Ergebnisse und deren Verwertung evaluieren und messen. Die zuständige Ansprechperson in der Kommune und andere wichtige Beteiligte im Prozess vor Ort sollten bereit sein, die Evaluierung/Auswertung in Form von Fragebogen oder Interviews zu unterstützen. Die Erfahrungen aus den Beratungsprozessen werden in einer Broschüre veröffentlicht.

- Verantwortliche in der Seniorenarbeit in der Kommune aus den Bereichen Politik, Verwaltung oder Zivilgesellschaft mit Interesse an der Verbesserung der Angebote zur Förderung der Gesundheit älterer Menschen können eine formelle Anfrage mit beigefügtem Anmeldebogen bei der *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM* stellen.
- Bei Anfragen von Trägern der Zivilgesellschaft wäre es für den Erfolg der gewünschten Maßnahmen und Aktivitäten wünschenswert, dass auch die politisch Verantwortlichen und die zuständige/-n Fachkraft/ Fachkräfte in der Verwaltung die Anfrage und Zielsetzungen unterstützen.
- Es ist wünschenswert und sinnvoll, dass eine verantwortliche Fachkraft in der Kommune – möglichst aus dem Seniorenbereich in der Verwaltung – als ständige Ansprechperson für die Zusammenarbeit benannt wird.
- Die grobe Zielrichtung und Vorgehensweise zur Verbesserung der Angebote zur Gesundheitsförderung älterer Menschen wird zwischen der verantwortlichen Ansprechperson in der Kommune und der *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM* schriftlich vereinbart.
- Alle erforderlichen organisatorischen Aufgaben, wie z. B. Abstimmungen mit Beteiligten im Prozess, der Versand von Einladungen, die Beschaffung von Räumen, Präsentationstechnik und Moderationsmaterialien für Workshops, Schulungen oder Besprechungen sollten vor Ort von den zuständigen Ansprechpersonen umgesetzt werden. Die *Im Alter IN FORM-Fachkraft* kann gerne beratend und unterstützend mitwirken.
- Alle vereinbarten Absprachen sollten termingerecht von beiden Seiten – hier den Verantwortlichen in den Kommunen und der *Im Alter IN FORM-Fachkraft* – eingehalten werden.
- Über unvorhersehbare Ereignisse, Störungen, Hindernisse oder neue Erkenntnisse und Einflussgrößen auf beiden Seiten, sollten sich die Ansprechperson und die *Im Alter IN FORM-Fachkraft* unverzüglich gegenseitig verständigen.
- Sollten sich die erarbeiteten Zielsetzungen kurzfristig ändern, ist die *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM* unverzüglich zu informieren. Über die Fortführung bzw. die Neuausrichtung der Zusammenarbeit wird dann gemeinsam beraten und entschieden.

Hinweis

Zur Unterstützung von Verantwortlichen in Kommunen stehen der *Geschäftsstelle* jährlich begrenzte Ressourcen zur Verfügung. Sollte eine Anmeldung für die Unterstützung bei der *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM* eingehen, wenn die Fördermittel für das laufende Jahr bereits für andere Kommunen eingeplant wurden, so kann die Unterstützung ggf. erst zu einem späteren Zeitpunkt zugesagt werden.

Wichtige Vorbemerkungen

Die *Geschäftsstelle im Alter IN FORM* ist bereit und in der Lage, allgemeine telefonische und schriftliche Anfragen aus Kommunen zu den Themen des Projektes kompetent und zügig zu beantworten und zu beraten.

Bei komplexeren Fragestellungen/Zielsetzungen, die ggf. verschiedene Maßnahmen und Aktivitäten umfassen, ist eine schriftliche Anmeldung mit beigefügtem Formblatt sinnvoll. Wir bitten um Verständnis, dass die *Geschäftsstelle* zunächst eine fachliche und organisatorische Einordnung der Anfrage vornehmen muss, um eine zielführende Unterstützung gewähren zu können. Diese Einordnung ist auch erforderlich, um die begrenzten Projektressourcen effektiv für die Anfragen einzuteilen.

Wer kann Interesse für Unterstützungsbedarf in Kommunen anmelden?

Interessierte Träger der Seniorenarbeit aus Politik, Verwaltung und Zivilgesellschaft auf kommunaler Ebene (Dorf, Quartier, Landkreis) können den ausgefüllten Anmeldebogen einreichen.

Wie erfolgt die Anmeldung für eine Unterstützung?

Wer Interesse an einem Beratungsgespräch zur Klärung von Fragen oder möglicher Vorgehensweisen in der Kommune hat, kann sich an die *Geschäftsstelle Im Alter IN FORM* wenden.

Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen
Geschäftsstelle Im Alter IN FORM
Noeggerathstr. 49
53111 Bonn

Tel: 0228 24 99 93 22
Fax: 0228 24 99 92 20
E-Mail: inform@bagso.de

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

