

BAGSO-Projekt:

Im Alter IN FORM – Gesunde Lebensstile fördern

Projektbereich: Verbesserung gesundheitsförderlicher Angebote für ältere Menschen auf kommunaler Ebene

Die beiden zentralen Fragen lauten:

- a) In welcher Weise können in den vielfältigen bestehenden Angeboten für Senioren auf kommunaler Ebene, wie Seniorentreffs, Begleitservices für ältere Menschen, gesundheitsförderliche Aktivitäten im Hinblick auf eine ausgewogene Ernährung und ausreichend Bewegung integriert werden?
- b) Welche ergänzenden Dienstleistungsangebote für ältere Menschen mit ganz individuellem Unterstützungsbedarf können sinnvoll sein bzw. sind erforderlich?

Die Zielsetzung ist, die Angebote für ältere Menschen so auszubauen, dass die Gesundheitsziele „Gesund älter werden“ im Handlungsfeld I erreicht werden. Im Rahmen des Projektes „Im Alter IN FORM“ bietet die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. (BAGSO) Verantwortlichen und Akteuren in der Seniorenarbeit kostenlose fachliche und methodische Unterstützung und Schulungen an, um vor allem in den Themenbereichen ausgewogene Ernährung, gesunde Mund- und Zahnpflege sowie ausreichend Bewegung die Gesundheitsziele zu erreichen.

Welche Argumente sprechen für die Durchführung des Prozesses zur Verbesserung gesundheitsförderlicher Angebote für ältere Menschen auf kommunaler Ebene?

1. Gesundheitsförderliche Angebote für eine ausgewogene Ernährung und ausreichend Bewegung dienen der Verbesserung der Lebensqualität der älteren Menschen.
2. Die Anzahl der älteren Menschen wird deutlich zunehmen.
3. Gesunde Ernährung und tägliche Bewegung fördern die *Erhaltung* der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit älterer Menschen und können auch zur *Verbesserung* der körperlichen Leistungsfähigkeit beitragen.
4. Die Erhaltung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit ist *entscheidend* zur Vermeidung eines frühzeitigen Betreuungs- und Pflegebedarfs.
5. Die Einbindung von gesundheitsförderlichen Aktivitäten in vorhandene Angebote für ältere Menschen ist oftmals kostenneutral möglich.
6. Informations- und Bildungsangebote für Akteure in der Seniorenarbeit werden im Rahmen der Konzepterprobung kostenlos angeboten.
7. Im Rahmen des Prozesses können Akteure in der Seniorenarbeit Erfahrungen austauschen und gemeinsam neue Ideen für Maßnahmen entwickeln und umsetzen.
8. Angebote für Senioren können besser aufeinander abgestimmt und vernetzt werden.
9. Die Informations- und Öffentlichkeitsarbeit wird im Rahmen kooperativer Zusammenarbeit der Akteure besser wahrgenommen.
10. Gemeinsame Informationen und Initiativen aller Organisationen sind wirkungsvoller und entlasten die Einzelnen.

Die Fachkräfte der BAGSO unterstützen und moderieren den Prozess zur Verbesserung gesundheitsförderlicher Angebote für ältere Menschen auf kommunaler Ebene im Rahmen des Projekts „Im Alter IN FORM“ (Projektlaufzeit bis Ende Juni 2020).