

## **Dokumentation der Fachtagung**

### ***Bedarf es einer Neuausrichtung der kommunalen Seniorenarbeit? Gesundheit älterer Menschen und Nachhaltigkeit im Fokus***

**am 07. November 2023 in Bielefeld**

Rund 70 Tagungsteilnehmerinnen und Teilnehmer aus den Bereichen kommunale Verwaltung, Seniorenvertretungen, Organisationen und Vereinen nahmen an der Tagung teil. Das Interesse der anwesenden Akteurinnen und Akteure zeigte, dass diejenigen, die an der Veranstaltung teilnehmen, bereits auf den Weg sind, die Seniorenarbeit neu zu denken und dem Thema Gesundheitsförderung in ihrer Arbeit mehr Raum geben. Eine Neuausrichtung bedeutet auch stets, bereit sein für Veränderungen. Die Innovationsbereitschaft von Bürgerinnen und Bürger ebenso von Akteurinnen und Akteuren ist von Kommune zu Kommune unterschiedlich stark ausgeprägt. Dies ist auch kulturhistorisch bedingt. Gegenden, die in der Geschichte beispielsweise häufiger wechselnden Regierungen, Verwaltungen oder religiösen Einflüssen unterlagen beziehungsweise durch wirtschaftliche Entwicklungen (Bau von Talsperren, Flughäfen, Braunkohleabbau) oder Naturereignisse umsiedeln mussten, sind eher bereit sich neuen Anforderungen zu stellen. Immer braucht es aber auch Menschen in Kommunen, die gesellschaftliche Entwicklungen und die daraus resultierenden neuen Anforderungen an die Aufgabenfelder in der Seniorenarbeit frühzeitig wahrnehmen und diese entsprechend neu ausrichten. Die derzeitigen gesellschaftlichen Entwicklungen und drängenden Anforderungen an die Gesundheitsförderung älterer Menschen erfordern dringend fortschrittlich denkende Akteurinnen und Akteure, die die notwendigen Veränderungen initiieren und mit umsetzen. Die Frage, wie dies geschehen kann, war Gegenstand der Tagung.

## **Gesund Altern – Einflussgrößen Lebensstil und kommunales Setting**

Dr. Wolfgang Schmidt-Barzynski, Chefarzt Klinik für Geriatrie, Klinikum Bielefeld



Dr. Schmidt-Barzynski begann seinen Vortrag mit den Worten: „Jeder muss mit der Prävention bereits vor dem Alter beginnen; aber und das ist wichtig: Jeder kann jederzeit damit anfangen wobei insbesondere die Ernährung, die Bewegung und die Soziale Teilhabe wichtig für die Gesundheit sind!“ Aus seiner Sicht seien für gesundheitsförderliche Angebote die Kommunen mitverantwortlich und derzeit werde für die Gesundheitsförderung im Alter noch zu wenig getan.

**Foto:** Universitätsklinikum Bielefeld <https://www.klinikumbielefeld.de/>

Dr. Schmidt-Barzynski betonte, dass für die Biologie des Körpers die körperliche und geistige Immobilität sehr schädlich ist. Sie verursacht Entzündungsreaktionen im Körper, die nicht durch Bakterien oder Viren bedingt sind. Ausruhen ist zwar ein Muss, aber Mobilität ist genau so wichtig. Die bekannten Zivilisationserkrankungen, wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes Typ 2, Adipositas etc., sind Auswirkungen von Immobilität. So verliert ein Mensch, dem eine Woche Bettruhe verordnet wird, in dieser Zeit etwa 1,5 kg Muskulatur. Dies ist bei einer ohnehin im Alter abnehmenden Muskelmasse viel und muss durch effektives Training erneut aufgebaut werden. Außerdem wirkt sich Immobilität negativ auf die Psyche aus.

Der Vortrag kann [hier](#) eingesehen werden.

## **Sorge und Mitverantwortung der kommunalen Seniorenarbeit**

Anne von Laufenberg-Beermann, BAGSO-Im Alter IN FORM Team

[Präsentation](#)

## **Empfehlungen der Fachgesellschaften – Impulse für die Seniorenarbeit**

Ilona Berg, Gabriele Mertens-Zündorf, BAGSO-Im Alter IN FORM Team

[Präsentation](#)

## Resümee aus der Werkstattarbeit

In drei Werkstätten zu unterschiedlichen Themen diskutierten die Teilnehmenden sehr intensiv über Bedarfe von älteren Menschen und Herausforderungen in der kommunalen Seniorenarbeit. Die Diskussionsergebnisse können Sie durch Klicken auf die jeweilige Überschrift aufrufen.

[Werkstatt A: Gesunde und nachhaltigere Mahlzeiten für ältere Menschen in der Kommune fördern](#)

[Werkstatt B: Kooperativ soziale Teilhabe älterer Menschen auch mit besonderen Bedarfen ermöglichen](#)

[Werkstatt C: Innovative Seniorenarbeit durch Vernetzung von Trägern und Akteuren auf den Weg bringen](#)

## Eine nachhaltigere Ernährung – Wichtiger Baustein der Gesundheitsförderung und des Klimaschutzes



Eva Zovko, Leiterin des Bundeszentrums für Ernährung (BZfE) in der Bundesanstalt für Ernährung und Landwirtschaft (BLE)

[Präsentation](#)

**Foto:** BLE (<https://www.bzfe.de/service/ansprechpartner/leitung-bundeszentrum-fuer-ernaehrung/>)

### Verabschiedung

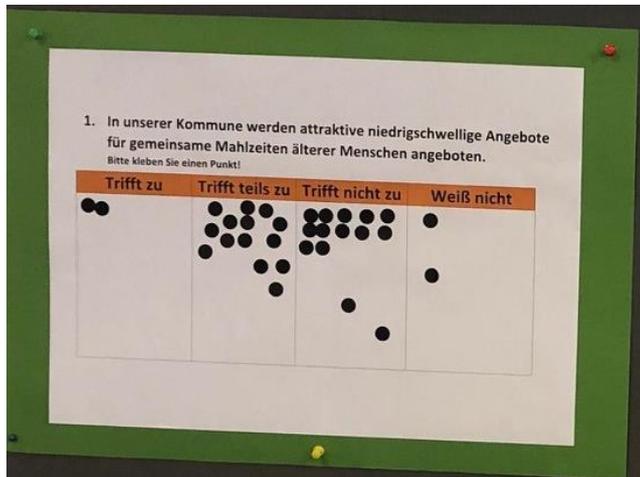
Anne von Laufenberg-Beermann bedankte sich bei allen Teilnehmenden für die intensive und gute Mitarbeit und stellte zum Schluss die Ergebnisse der Eingangsbefragung vor, an der sich die Teilnehmenden durch Bepunktung zu drei Fragestellungen äußern konnten. Die Ergebnisse lauten:

Attraktive niedrigschwellige Mahlzeitenangebote für ältere Menschen sind noch nicht in allen Kommunen vorhanden. Hier besteht weiterer Handlungsbedarf.

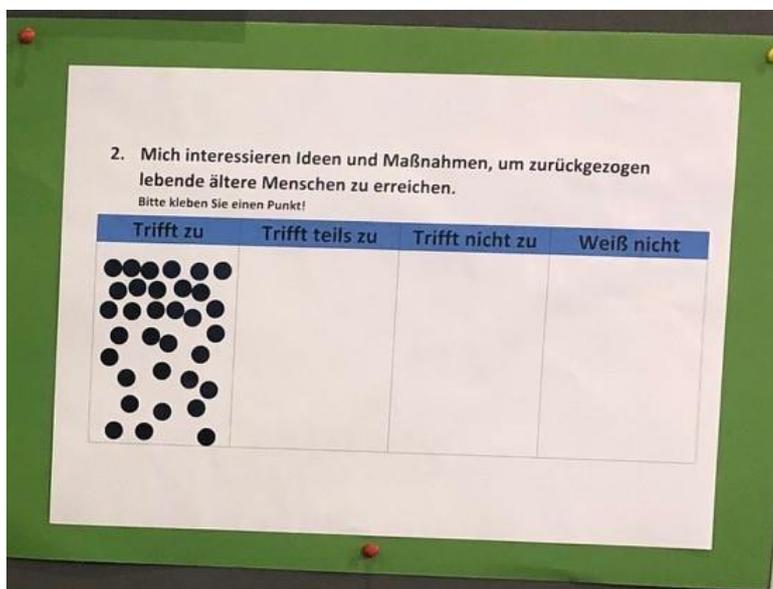
Die Teilnehmenden waren unisono an Ideen und Maßnahmen interessiert, wie zurückgezogen lebende ältere Menschen erreicht werden können.

Ein sehr großer Anteil der Tagungsgäste stimmte der Aussage voll oder teils zu, dass Klima- und Umweltschutz bei Maßnahmen in der Seniorenarbeit beachtet werden sollten.

**1. In unserer Kommune werden ausreichend attraktive niedrigschwellige Angebote für gemeinsame Mahlzeiten älterer Menschen angeboten**



**2. Ich interessiere mich für Ideen und Maßnahmen, um zurückgezogen lebende ältere Menschen zu erreichen.**



**3. Klima- und Umweltschutz sollten bei Maßnahmen in der Seniorenarbeit mit beachtet werden.**

3. Klima- und Umweltschutz sollten bei Maßnahmen in der  
Seniorenarbeit mit beachtet werden.  
Bitte kleben Sie einen Punkt!

Stimme zu	Stimme teils zu	Stimme nicht zu	Weiß nicht
18	10	3	1