



„Mit Lebensfreude älter werden in Sindlingen“

Projektleitung

Marja Glage (Quartiersmanagement Sindlingen)

Alexandra Ladach (Büro der Gesundheitsberatung für Senioren, Präventive Hausbesuche)

Projektträger

Caritasverband Frankfurt e.V.

Abteilungen „Ambulante Kinder- und Jugendhilfe“, „Alten- und Krankenhilfe“

Projektfinanzierung

Präventive Hausbesuche

- Stiftung Deutsches Hilfswerk/ARD-Fernsehlotterie (Förderzeitraum: 2007 - 2009)
- Frankfurter Programm *Würde im Alter*
- Frankfurter Programm *Aktive Nachbarschaft*

Quartiersmanagement Sindlingen

- Frankfurter Programm *Aktive Nachbarschaft* (Förderzeitraum: 2008 - 2012)
- Eigenmittel des Caritasverbandes

Projektbeschreibung

Seit April 2007 bietet der Caritasverband Frankfurt über die Gesundheitsberatung für Senioren präventive Hausbesuche in Frankfurt an.

Die mobile Gesundheitsberatung (Präventive Hausbesuche) ist ein Beratungsangebot für ältere Menschen, die noch weitgehend selbstständig und ohne Pflegebedarf in ihren Wohnungen leben. Der Focus liegt auf der Identifizierung von individuellen Gesundheitsrisiken, die das Risiko einer Pflegebedürftigkeit begünstigen können. Daran anknüpfend findet eine Gesundheitsberatung statt, die sowohl auf die Risiken aufmerksam macht als auch aufzeigt, wie Risiken gezielt und im Rahmen der individuellen Möglichkeiten reduziert werden können.

Im Stadtteil Sindlingen kooperiert das Quartiersmanagement Sindlingen mit der Gesundheitsberatung für Senioren. Das Quartiersmanagement bezieht sich schwerpunktmäßig auf das Wohngebiet in der Hermann-Brill-Siedlung unter Einbeziehung von dessen Einbeindung in den gesamten Stadtteil. Das Kooperationsprojekt „Mit Lebensfreude älter werden in Sindlingen“ zielt in seiner Arbeit darauf ab, Bedarfe der älteren Bewohner zu ermitteln und darauf abgestimmt Angebote zu entwickeln. Darüber hinaus soll für ehrenamtliches Engagement in der Nachbarschaft geworben werden, z.B. um selbstständig Gruppen zur Begegnung und Bewegung aufzubauen und anzuleiten.

Durch die enge **Kooperation mit dem Quartiersmanagement** Sindlingen wird für das Angebot der Präventiven Hausbesuche ein direkter Zugang zu den Bürgern möglich. Die Ansiedlung der *mobilen Gesundheitsberatung* vor Ort im Quartiersbüro ist eine Anlaufstelle für die Senioren im gesamten Stadtteil, die Antworten auf altersspezifische Gesundheitsfragen suchen. Der Gesundheitsbegriff wird hierbei sehr weit gefasst. Grundsätzlich soll für präventives Handeln sensibilisiert, Hilfe für eine weitgehend selbstständige Lebensführung (im Stadtteil) gewährt und vor sozialer Ausgrenzung geschützt werden. Die Aufgaben sind: Synergieeffekte zu nutzen, ggf. neue Angebote zu entwickeln und damit Versorgungslücken zu schließen. Dazu wird Öffentlichkeitsarbeit sowie übergeordnete Vernetzungs- und Stadtteilarbeit (Gemeinwesenarbeit) betrieben.

Im Deutschen Caritasverband ist das Projekt eingebunden in das bundesweite Modellprojekt „Gesundheit vor Ort“. Neun Caritasverbände beteiligen sich mit bisher elf Projekten am Entwicklungsprozess. Von diesen Projekten ist das Projekt „Mit Lebensfreude Älter werden in Sindlingen“ als beispielhaftes Projekt zur Förderung von selbstbestimmter Teilhabe vom Deutschen Caritasverband (DCV) ausgewählt worden.

Zielgruppe

- a) Allgemein: Senioren möglichst im Vorfeld von Hilfe- oder Pflegebedarf
- b) Insbesondere: Senioren mit erhöhten Gesundheitsrisiken bzw. erhöhtem Risiko für Pflegebedürftigkeit – z.B. bei:
 - eingeschränkter Mobilität
 - chronischer Erkrankung
 - kognitiver Beeinträchtigung
 - Sehverschlechterung und andere altersbedingte Beeinträchtigungen
 - Pflege eines Angehörigen
 - benachteiligter sozialer und oder wirtschaftlicher Lebenssituation
 - Sprachbarrieren
 - Vernachlässigung der eigenen Gesundheitsfürsorge (z.B. unregelmäßige Arztbesuche)
 - Ablehnung eines Antrages auf Pflegestufe (Hilfebedarf unter 90 Min am Tag)
 - regelmäßigen Leistungen nach SGB V (häusliche Krankenpflege)

Zugangswege

Grundsätzlich ist zu beachten, dass sowohl die Zielgruppe selbst, als auch ihr Umfeld (Angehörige, Nachbarn) mit dem Kooperationsprojekt angesprochen werden.

Direkte Zugänge zur Zielgruppe über

- Bewohnergruppen im Rahmen des Quartiersmanagements:
 - Bewohnertreffs
 - Soziale Sprechstunde
 - Gedächtnisgruppe
- Einrichtungen im Stadtteil: Seniorenclubs, Seniorenmittagstisch
- Öffentlichkeitsarbeit
 - Pressemitteilungen, insbesondere in den Stadtteilzeitungen (Sindlinger Monatsblatt, Wir Gemeinsam) und in der SENIOREN Zeitschrift der Stadt Frankfurt
 - Informationsmaterialien
 - Präsenz im Stadtteil: Durchführung von eigenen Veranstaltungen und Beteiligung an Stadtteil- und Kirchenfesten, Messen
 - Caritas-Spendenaktion

Zugänge über Multiplikatoren

- Quartiersmanagement in Sindlingen (und Zeilsheim. Träger: Internationaler Bund)
- Hilfenetz Sindlingen und Zeilsheim
- Hausärzte
- Seniorenclubleitungen
- Evangelische und katholische Kirchengemeinden
- Caritas intern, u.a. Caritas-Pflegedienste
- Weitere Institutionen/Akteure der Altenhilfe
- Sozialdienst für ältere Bürger (regionales Sozialamt/Sozialrathaus)
- Beratungs- und Vermittlungsstelle für ambulante Hilfen
- Betreuungsdienste von Wohnanlagen
- Ortsvereine/-verbände (Vorsteher), u.a. VdK, AWO
- Sozialbezirksvorsteherinnen und Sozialpflegerinnen
- Wohnungsbaugesellschaften
- Nachbarn

Ressourcen

Insgesamt existieren im Stadtteil bereits einige Angebote für Senioren getragen von den Sindlinger Vereinen und Kirchengemeinden. In der Befragung des Quartiersmanagements wurde aber deutlich, dass diese Angebote von den Bewohnern im Quartier der Hermann-Brill-Siedlung kaum nachgefragt werden. Zum Teil sind sie den Bewohnerinnen und Bewohnern auch nicht bekannt. Das Kooperationsprojekt zielt in seiner Arbeit darauf ab, Bedarfe der Quartiersbewohner zu ermitteln, auf vorhandene Angebote hinzuweisen und bei Bedarf weitere Angebote im Quartier und im Stadtteil nachhaltig zu etablieren.

Vernetzung vor Ort

Das Quartiersmanagement Sindlingen ist im Stadtteil gut vernetzt. Davon profitiert das Kooperationsprojekt. Die Vernetzung existiert mit den genannten Multiplikatoren über die die Zielgruppen erreicht werden.

Projektbausteine für Seniorinnen und Senioren seit 2009

„Ökumenisches Hilfenetz“

Das Hilfenetz ist ein Kooperationsprojekt zwischen dem Caritasverband Frankfurt und den christlichen Kirchengemeinden in Sindlingen und Zeilsheim. Ziel des Projektes ist es vor allem alte, kranke und behinderte Menschen sowie Arbeitslose und Geringverdiener vor sozialer Ausgrenzung zu schützen. Das Angebot richtet sich an Menschen, die in Sindlingen oder Zeilsheim wohnen. In der Vermittlungsstelle im Gemeindezentrum St. Kilian werden Kunden und Helfer je nach Bedarfslage und Kompetenz aneinander vermittelt, z.B. für eine Hilfe im Haushalt oder im Garten, als Begleitung für Besorgungen oder einfach nur zum Vorlesen oder Spaziergehen. Im Jahr 2009 wurden seit der Eröffnung des Hilfenetzes im Mai über 1.000 Std. nachbarschaftlicher Hilfeleistungen geleistet. Im Hilfenetz sind ca. 40 Helfer und Kunden registriert.

Offene Gesundheitssprechstunde

Die Gesundheitssprechstunde findet seit März 2009 einmal wöchentlich im Quartiersbüro statt. Seniorinnen und Senioren sowie deren Angehörige können sich hier zu allen Fragen der Gesundheitsförderung und -vorsorge im Alter beraten lassen. Auf Wunsch besteht die Möglichkeit einer Beratung zu Hause. Im Zeitraum von März bis Dezember haben zehn Personen einmal, in der Regel aber mehrfach, die Beratungsstelle aufgesucht. Insgesamt

haben so 24 Beratungen im Rahmen der Sprechstunde stattgefunden. Drei der beratenen Personen nahmen anschließend das Angebot eines Präventiven Hausbesuchs in Anspruch. Einmal im Monat findet in der Gesundheitssprechstunde ein spezieller Thementag statt. Dabei werden ausgewählte Gesundheitsthemen zur Gesundheitsförderung näher betrachtet.

Gedächtnisgruppe

Die Erfahrungen zeigen, dass Seniorinnen und Senioren in Sindlingen besonders an Angeboten interessiert sind, die eine gemeinsame Beschäftigung ermöglichen. Im September 2009 wurde daher als weiterer Projektbaustein eine Gedächtnisgruppe aufgebaut. Diese Möglichkeit gab es in Sindlingen vorher nicht. Ziel des Angebots ist es, den Kontakt und die Kommunikation zwischen den Seniorinnen und Senioren im Stadtteil zu verbessern und im Quartiersbüro einen weiteren Ort der Begegnung in Sindlingen zu schaffen. Die Gedächtnisgruppe trifft sich einmal im Monat. Im Rahmen der vier Termine in 2009 haben insgesamt 12 Personen das Angebot genutzt. Pro Treffen waren jeweils ca. vier bis fünf Personen aus Sindlingen und Zeilsheim anwesend.

Weitere Planungen

Im Jahr 2010 steht die weitere Anwerbung von Senioren für die Projektbausteine und für den präventiven Hausbesuch im Focus der Arbeit. Offene Angebote, wie die Gedächtnisgruppe, sollen nach Möglichkeit von ehrenamtlichen Senioren übernommen werden. Darüber hinaus ist geplant weitere Angebote zur Begegnung und Bewegung in Sindlingen in Kooperation mit den genannten Multiplikatoren zu entwickeln.

Im Rahmen der Aktionswoche „Älterwerden in Frankfurt“ wird im Juni in Sindlingen ein **Aktionstag für Seniorinnen und Senioren** organisiert. Für die Bürgerinnen und Bürger in Frankfurt und auch für die Fachkräfte in der Altenarbeit bietet die Aktionswoche ein Forum, um sich über Themen rund ums Alter und die Angebote für Seniorinnen und Senioren in Frankfurt zu informieren. In diesem Sinne möchten das Quartiersmanagement Sindlingen und die Gesundheitsberatung für Senioren mit Unterhaltung und einem kleinem Infomarkt auf Möglichkeiten und Angebote aufmerksam machen. Auch das Amt für Gesundheit wird mit vertreten sein.