

## **Ergebnisprotokoll der beiden Workshops „Bildung im Alter für mehr Gesundheit“ anlässlich der Fachtagung „Bildung im Alter: Barrieren überwinden“**

Anschließend an eine [Präsentation](#) wurde mit den insgesamt über 50 Teilnehmenden die folgenden Fragestellungen erarbeitet.

### **1. Welche Hürden/Hemmschwellen sehen Sie bei der Umsetzung der Gesundheitsförderung älterer Menschen?**

- kleine Rente
- Mobilität
- Raum (barrierefrei)
- diversitätssensible Angebote
- nicht vorhandene Vertrauenspersonen
- negative Erfahrungen, z.B. mit Schulsport
- Erreichbarkeit des Angebotes
- Anforderungen der ZPP (Zentrale Prüfstelle Prävention)
- Budget
- Parallel-Strukturen unter den Anbietenden
- Bereitschaft der Älteren gesundheitsförderliche Angebote anzunehmen
- Traditionen
- Es wird für die Älteren geplant und nicht mit ihnen
- Räume und Ausstattung
- Personen, die Maßnahmen durchführen.

### **2. Was benötigen Sie um die Zielgruppen mit besonderen Bedarfen zu erreichen?**

- richtige Ansprache
- gut überlegte Benennung der Angebote
- Unterstützung der Kommune
- Partizipation (peer group)
- politischer Wille, die Zielgruppen zu berücksichtigen
- Bewusstsein für Gesundheitsförderung im Alter schaffen
- Unterstützung durch Multiplikatoren (Mund zu Mund Propaganda)
- niedrigschwellige Angebote
- Partizipation „Lernende sind keine Konsumenten, sondern Gestalter“
- Selbstwirksamkeit fördern, selbstständig machen lassen, z.B. Bewegung, wenn Gruppenleitende ausfallen
- ältere Menschen direkt mit in die Angebotsgestaltung einbeziehen
- zugehende Beratung, Vertrauen aufbauen
- Netzwerke schaffen von Akteuren untereinander.

### **3. Welche Akteure könnten für Kooperationen angesprochen werden?**

- Seniorenbeauftragte, ehren- und hauptamtliche
- Schuldnerberatung
- Migrationslotsen
- Krankenkassen (bzgl. Fördermöglichkeiten)
- Mehrgenerationenhäuser
- Apotheken
- Einzelhandel (schwarzes Brett)
- Kirchengemeinden
- Arztpraxen
- Kita's und Schulen, darüber Kontakt zu Großeltern herstellen
- Physio- und Psychotherapeuten
- Rathaus, Kommunalverwaltung
- Pflegedienste, -heime, Tagespflegen
- Kantinen
- Bäckereien mit Café-Ecke

Erstellt von Gabriele Mertens-Zündorf, BAGSO IN FORM Team