

Zukunft Familie e.V.
Fachverband Familienpflege und Nachbarschaftshilfe
in der Diözese Rottenburg-Stuttgart
Anna Schaff
Strombergstr. 11
70188 Stuttgart

**Fachdienst Hilfen im Alter
Projekt Gesundheitsförderung**

Daniela Wiedemann
Telefon: +49 7351 8095-190
Fax: +49 7351 8095-209
wiedemann.d@caritas-biberach-saulgau.de

Kolpingstraße 43
88400 Biberach
hia@caritas-biberach-saulgau.de
www.caritas-biberach-saulgau.de

Biberach, 2. Juni 2020

Sachbericht zum Projekt Präventive Gesundheitsförderung durch die Organisierte Nachbarschaftshilfe

Projektjahr 3 (01.07.2019 - 30.06.2020) und Abschlussbericht

Allgemeine Informationen

Projektstandort/Träger: Caritas Biberach-Saulgau
Projektkoordination: Daniela Wiedemann

Projektziele:

1. Präventive Gesundheitsförderung insbesondere Bewegungsförderung ist als Querschnittsthema in der Organisierten Nachbarschaftshilfe verankert.
2. Die Teilhabemöglichkeiten von älteren Menschen sind durch größere Mobilität gestärkt; Alters-
einsamkeit wird verhindert und Pflegebedürftigkeit wird verzögert.
3. Die Kompetenzen der Organisierten Nachbarschaftshilfe zu den Prinzipien der Sozialraumori-
entierung sind gestärkt.
4. Die Nachbarschaftshilfe ist mit lokalen/regionalen Akteuren aus dem Bereich Gesundheitsförde-
rung und lokalen Kostenträgern gut vernetzt.

Durchgeführten Maßnahmen im 3. Projektjahr mit Bewertung im Hinblick auf die Teilziele und Zielgruppen:

Die Caritas Biberach-Saulgau als Projektstandort des Projektes Gesundheitsförderung übernimmt für insgesamt 44 Nachbarschaftshilfegruppen der Katholischen Organisierten Nachbarschaftshilfe (Kathol. Organ. Nachbarschaftshilfe) Koordinierungsaufgaben. Um die Anfahrtswege für die TeilnehmerInnen an den Schulungen zu minimieren, wurde das Projekt in 3 unterschiedlichen Raumschaften angeboten. Im 3. Projektjahr wurden die Nachbarschaftshilfegruppen der Raumschaft Mengen/Riedlingen/Bad Schussenried eingeladen, an den Veranstaltungen im Projekt Gesundheitsförderung teilzunehmen. Die Veranstaltungen fanden dann in „Dürmentingen“ statt.

Projektziel 1: Präventive Gesundheitsförderung insbesondere Bewegungsförderung ist als Querschnittsthema in der Organisierten Nachbarschaftshilfe verankert.

Maßnahme M 1.1: Informationsveranstaltung zu Gesundheitsförderung

Am 25.10.2019 fand von 9 bis 12 Uhr der Impulsvortrag zum Thema „Gesund Genießen und mehr Bewegung bei älteren Menschen“ im Johannessaal in Dürmentingen statt. Eingeladen waren hierzu, alle NachbarschaftshelferInnen in der Raumschaft Mengen/Riedlingen/Bad Schussenried. Mit 20 Teilnehmenden war die Veranstaltung gut besucht. Die Referentinnen Christine Schuster von der Ernährungsakademie Biberach und Linda Nguyen von der Turngemeinde 1847 Biberach e.V. hielten Vorträge zu den Themen Ernährung und Bewegung bei älteren Menschen. Mit praktischen Elementen wurde der Vortrag durch „Showkochen“ und Bewegungsstationen umrahmt.

Die Impulsveranstaltung (M1.1, Informationsveranstaltung) wurde auf das Projektziel 1 „Präventive Gesundheitsförderung, insbesondere Bewegungsförderung, ist als Querschnittsthema in der Organisierten Nachbarschaftshilfe verankert“ thematisch abgestimmt. NachbarschaftshelferInnen erhielten wichtige Informationen, was ältere Menschen bei Thema „Gesunde Ernährung“ beachten sollen und wie sie dies in Rezepten in den Haushalten umsetzen können.

Maßnahme M 1.2: Grundschulung zur Bewegungsförderung

Die 2-tägige Grundschulung fand am 22.11.19 (10 TeilnehmerInnen) und 29.11.19 (12 TeilnehmerInnen) von 9 bis 15 Uhr in Dürmentingen statt.

Die TeilnehmerInnen erlernten das Bewegungsprogramm „Fünf Esslinger im Hausbesuch“. Die verinnerlichten Übungen der „Fünf Esslinger im Hausbesuch“ können die NachbarschaftshelferInnen nun für sich selbst anwenden, die Übungen in einer Gruppe anleiten oder im Hausbesuch mit den Klienten umsetzen. Somit konnte das Projektziel 1. „Präventive Gesundheitsförderung insbesondere Bewegungsförderung ist als Querschnittsthema in der Organisierten Nachbarschaftshilfe verankert“ und in der Raumschaft Mengen/Riedlingen/Bad Schussenried umgesetzt werden.

Maßnahme M 1.3: Folgeschulung zur Bewegungsförderung (Raumschaft Ochsenhausen)

Am 11.10.2019 (10 TeilnehmerInnen) und 25.10.2019 (15 TeilnehmerInnen) von 9 bis 13 Uhr fand jeweils eine Folgeschulung in Ochsenhausen statt. Es gab zwei Termine, da im Frühjahr auch zwei Grundschulungen durchgeführt wurden und die Teilnehmeranzahl dadurch zu groß für nur eine Folgeschulung gewesen wäre.

Die Folgeschulung hat nochmal mehr Sicherheit für die NachbarschaftshelferInnen gebracht um die Übungen im Hausbesuch umzusetzen. Die NachbarschaftshelferInnen, die an der Folgeschulung teilgenommen haben, wenden die 5 Esslinger entweder im Hausbesuch an und/oder lassen die Übungen in ihren Alltag einfließen. Es entstanden gute Gespräche und Kontakte zu den NachbarschaftshelferInnen in Bezug auf die angedachte Netzwerkarbeit.

Maßnahme M 1.3: Folgeschulung zur Bewegungsförderung (Raumschaft Mengen/Riedlingen/Bad Schussenried)

Am 20.3.2020 war eine Folgeschulung in Bad Saulgau im Katholischen Gemeindehaus geplant. Dieses konnte aufgrund der Covid 19 – Lockdown Regelungen der Bundesregierung nicht durchgeführt werden.

Maßnahme M.1.4.1: 3. Treffen von Praxisgruppen vor Ort

Am 29.1.2020 von 9 bis 12:30 Uhr fand das 3. Praxistreffen im Johannessaal in Dürmentingen statt. Eingeladen wurden alle, die an einer Grundschulung teilgenommen haben. Von 80 eingeladenen NachbarschaftshelferInnen, nahmen 10 Interessierte am Praxistreffen teil.

Im Hinblick auf das Projektziel 1 „Präventive Gesundheitsförderung, insbesondere Bewegungsförderung, ist als Querschnittsthema in der Organisierten Nachbarschaftshilfe verankert“ und dem Teilziel 1.2. „NachbarschaftshelferInnen leiten im Rahmen der Einsätze Bewegungsübungen selbstständig an“ hatten die NachbarschaftshelferInnen genügend Raum für Austausch, Reflexion und fachliche Begleitung.

Maßnahme M 1.4.2: 4. Treffen von Praxisgruppen vor Ort

Für den 4.3.2020 war ein Praxistreffen in Ochsenhausen geplant. Dieses konnte leider krankheitsbedingt nicht durchgeführt und aufgrund der Covid 19 – Lockdown Regelungen der Bundesregierung nicht mehr nachgeholt werden.

Maßnahme M 1.5: Qualifizierungsmaßnahmen sind dauerhaft implementiert (lokal, regional)

NachbarschaftshelferInnen führen Bewegungsübungen im Hausbesuch durch. Ebenfalls wird eine Fortbildungseinheit „Gesundheitsförderung“ im Einführungskurs für neue NachbarschaftshelferInnen der Kathol. Organ. Nachbarschaftshilfe angeboten.

Projektziel 2.: Die Teilhabemöglichkeiten von älteren Menschen sind durch größere Mobilität gestärkt; Alterseinsamkeit wird verhindert und Pflegebedürftigkeit wird verzögert.

Maßnahme M 2.1: NachbarschaftshelferInnen führen Bewegungsübungen mit älteren Menschen durch und informieren über gesunde Lebensweise im Alter.

Im durchgeführten Praxistreffen in Dürmentingen berichteten die TeilnehmerInnen von Ihren Erfahrungen mit den „5 Esslinger Übungen im Hausbesuch“. Vor allem konnten die TeilnehmerInnen die Übungen selbst durchführen. Eine NachbarschaftshelferIn berichtet, dass sie einzelne Übungen im Hausbesuch mit den Klienten durchführen könne. Eine Einsatzleiterin berichtet, dass Sie im Anschluss an das monatliche Teamgespräch mit den NachbarschaftshelferInnen die „5 Esslinger Übungen“ gemeinsam durchführen möchte. Falls die NachbarschaftshelferInnen Interesse an diesem Angebot hätten, würde Sie dieses auf einen wöchentlichen Bewegungstreff ausweiten.

Maßnahme M 2.2.: Nachbarschaftshelfer/innen vermitteln und motivieren ältere Menschen zu Angeboten der Kooperationspartner

In der Raumschaft Ochsenhausen besteht eine sehr gute Zusammenarbeit zwischen der Kathol. Organ. Nachbarschaftshilfe und den Betreuungsgruppen in denen wöchentlich die „5 Esslinger“ angeboten werden.

Maßnahme M 2.3.: Gewinnung von regional und örtlich Verantwortlichen für das Querschnittsthema Gesundheitsförderung

Im Workshop „Sozialraumorientierung“ sowie bei der Teilnahme am „Runden Tisch der Pflege“ in Ochsenhausen wurde das Projekt Gesundheitsförderung vorgestellt und so regionale Verantwortliche gewonnen werden.

Projektziel 3: Die Kompetenzen der Organisierten Nachbarschaftshilfe zu den Prinzipien der Sozialraumorientierung sind gestärkt.

Maßnahme M 3.1: Durchführung eines regionalen Workshops zu den Prinzipien der Sozialraumorientierung

Der ganztägige Workshop „Sozialraumorientierung“ fand unter der Leitung von Dr. Stephanie Goeke und Birgit Baumgärtner (Bereich Soziale Arbeit des Caritasverbandes der Diözese Rottenburg Stuttgart e.V.) am 17.9.19 im Katholischen Gemeindehaus in Ochsenhausen statt. Die TeilnehmerInnen kamen aus folgenden Zielgruppen: Nachbarschaftshelferinnen (4), Trägervertreterinnen (1), Mitarbeiterin St. Elisabeth Stiftung: Coletta-Deußer Haus (1), Kreissenorenrätin (1), Landkreis Biberach: Altenhilfeschwerberin (1), Ökumenische Sozialstation Rottum-Rot-Ilher e.V.: Pflegedienstleiterin (1), Stadt Ochsenhausen: Seniorenbeauftragte (1)

Die Themenschwerpunkte wurden mit den TeilnehmerInnen bearbeitet:

- Netzwerk für ältere Menschen: Angebote für ältere Menschen und Menschen mit Behinderung in Ochsenhausen werden aufgezeigt. Die Teilnehmerinnen erzählten, dass es ein umfangreiches Angebot für ältere Menschen und Menschen mit Behinderung in Ochsenhausen vorhanden ist. Ebenfalls ist die Kathol. Organ. Nachbarschaftshilfe über die Ökum. Sozialstation, die Betreuungsgruppen und Kirchengemeinden sehr gut in Ochsenhausen vernetzt.

- Bewegungstreff: Ein Bewegungstreff kann für Ochsenhausen ein tolles Angebot für ältere Menschen und Menschen mit Behinderung als Ort der Begegnung sein. Daher wird der Aufbau eines Bewegungstreffs von den TeilnehmerInnen begrüßt.
- Orte der Begegnung und Bewegung: Ochsenhausen ist eine sehr belebte Kleinstadt mit sehr vielen Angeboten zur Bewegung und Begegnung. Drei verschiedene Orte an denen ein Bewegungstreff stattfinden könnte wurde von den TeilnehmerInnen entdeckt.

Maßnahme M 3.2.: Die Organisierte Nachbarschaftshilfe verstärkt ihre Präsenz im Sozialraum bzw. in Nachbarschaften, insbesondere durch Maßnahmen der Öffentlichkeitsarbeit.

Die Impulsveranstaltung wurde im örtlichen und kirchlichen Mitteilungsblatt sowie mit A 3 Plakaten im Rathaus und Gemeindehaus beworben. Ebenfalls erschien ein Presseartikel im Mitteilungsblatt der Stadt Ochsenhausen sowie den angrenzenden Gemeinden zum geplanten Praxistreffen in Ochsenhausen mit dem Thema „Bewegungstreff“.

Maßnahme M 3.3.: Träger und Einsatzleitungen beteiligen sich an sozialräumlichen Entwicklungen/Projekten

Eine Einsatzleiterin möchte die „5 Esslinger“ als festen Bestandteil des Teamgespräch mit den NachbarschaftshelferInnen einführen und dieses Angebot auf einen wöchentlichen Bewegungstreff ausweiten.

Projektziel 4: Die Nachbarschaftshilfe ist mit lokalen/regionalen Akteuren aus dem Bereich Gesundheitsförderung und lokalen Kostenträgern gut vernetzt

Maßnahme M 4.1.: Aufbau von Kontakten und Kooperationen zu lokalen/regionalen Akteuren des Gesundheitssystems (Kommunen, Sportvereinen, Physiotherapeuten, Gesundheitsämtern, ambulante Pflegedienste, Seniorengruppen etc.)

Verstärkt konnte im Hinblick auf die Klientenversorgung die Kooperationen zwischen der Kathol. Organ. Nachbarschaftshilfe und den Bewegungstreffs in Ochsenhausen, die wöchentlich die „5 Esslinger“ durchführen.

Frau Gertraud Koch, Altenhilfefachberaterin des Landkreises Biberach, war Teilnehmerin des Workshop Sozialraumorientierung. Sie ist sehr interessiert ein landkreisweites Angebot mit den „5 Esslinger“ für ältere Menschen anzubieten. Bei einem Treffen mit ihr wurden die Themen Bewegungstreff und Bewegungskarten für ältere Menschen besprochen, jedoch noch nicht weiter konkretisiert.

Ebenfalls konnten Kontakte mit der Seniorenbeauftragten der Stadt Ochsenhausen und dem Stadtseniorenrat Biberach aufgebaut werden. Der Stadtseniorenrat Biberach hat bereits drei Bewegungstreffs mit den „5 Esslinger“ in Biberach etabliert. Dieses Wissen der ÜbungsleiterInnen konnten wir nutzen indem eine Übungsleiterin beim Praxistreffen in Dürmentingen das Modell „Bewegungstreff“ vorstellte.

Maßnahme M 4.2.: Verhandlungen mit lokalen Kostenträgern zur Regelfinanzierung der präventiven Gesundheitsförderung werden durchgeführt

Es wurden noch keine Verhandlungen mit den lokalen Kostenträgern geführt. Jedoch möchte die verantwortliche Leitung des Bereiches „Hilfen im Alter“ der Caritas Biberach-Saulgau, das Thema Bewegungsförderung mit den 5 Esslinger als festen Baustein beim jährlichen Einführungskurs der neuen NachbarschaftshelferInnen etablieren.

Bewertung der geleisteten Beiträge zur Erreichung der Teilziele im Projektjahr und welche Verbesserungen konnten durch das Projekt erzielt werden:

Teilziel 1.1.: Einsatzleitungen und NachbarschaftshelferInnen sind zu den Themen intensiv geschult und werden kontinuierlich fachlich begleitet.

(Quelle: Aussagen der Teilnehmenden am Praxistreffen)

Eine kontinuierliche fachliche Begleitung kann durch die in regelmäßigen Abständen durchgeführten Praxistreffen erreicht werden. Hier können auftretende Fragen beantwortet und die „5 Esslinger“ Übungen nochmals vertieft werden. Hier einige Beispiele wie NachbarschaftshelferInnen die „5 Esslinger“ Übungen in ihrem Alltag umsetzen:

- Morgens gleich nach dem Aufstehen
- Bei der Gartenarbeit
- Am Klettergerüst auf dem Spielplatz
- Beim Zähneputzen
- Aufstehen von der Treppe mehrmals täglich beim Treppen steigen
- Tandemgang auf einem hierfür angefertigten langen Brett
- Kraftübungen: Aufstehen vom Stuhl

Teilziel 1.2.: NachbarschaftshelferInnen leiten im Rahmen der Einsätze Bewegungsübungen selbstständig an.

(Quelle: Aussagen der Teilnehmenden am Praxistreffen)

Beispiele wie Bewegungsübungen im Hausbesuch umgesetzt werden:

- Ritual am Ende des Hausbesuchs: Übungen der „5 Esslinger“ werden durchgeführt
- Gezieltes Treppen steigen beim Spazieren gehen oder langsames Aufstehen vom Stuhl
- „5 Esslinger Übungen“ können sehr gut in den Betreuungsgruppen umgesetzt werden
- Übungen im Sitzen sind hier sehr gut einzusetzen.

Teilziel 2.1.: Betreute Personen sind über den Nutzen von gezielten Bewegungsübungen und gesunder Ernährung informiert und verstehen die Bedeutung für ihre eigene Lebenssituation. Sie sind motiviert und haben konkrete Möglichkeiten, Bewegungsübungen sowie gesunde Ernährung in ihren Alltag zu integrieren.

NachbarschaftshelferInnen nutzen die „Flyerkarten für den Hausbesuch“ als Einstieg in die Umsetzung der Bewegungsübungen. Sie berichten, dass manche Klienten im Hausbesuch sehr schwer zu motivieren sind. Es können daher nicht bei jedem Hausbesuch Bewegungsübungen

Mit freundlicher Unterstützung durch

angewendet werden. In den Betreuungsgruppen können die Bewegungsübungen leichter umgesetzt werden.

Zum Thema „Gesunde Ernährung“ achten die NachbarschaftshelferInnen vor allem, dass Klienten ausreichend Nahrung- und Flüssigkeit aufnehmen oder kochen auch mal eine Kleinigkeit für die Klienten.

Teilziel 3.1.: Partizipation, Eigeninitiative und Ressourcenorientierung als wichtige Elemente von Sozialraumorientierung sind im Selbstverständnis von NachbarschaftshelferInnen und Einsatzleitungen verankert und werden umgesetzt. Träger und Einsatzleitungen sind in ihrem Willen und in ihren fachlichen Kompetenzen gestärkt, sich an sozialraumorientierten Projekten zu beteiligen.

Im Rahmen des Workshop „Sozialraumorientierung“ wurde die hohe Relevanz der Netzwerkarbeit mit den teilnehmenden NachbarschaftshelferInnen und Einsatzleitungen analysiert.

Teilziel 4.1.: Bewegungs- und Gesundheitsförderung durch die Organisierte Nachbarschaftshilfe ist vor Ort in kommunale Konzepte integriert.

Das Thema Bewegungsförderung mit den „5 Esslinger“ soll ein Baustein des jährlichen Einführungskurses der Kathol. Organ. Nachbarschaftshilfe sein.

Teilziel 4.2.: Lokale Kostenträger kennen das Präventionsangebot der Organisierten Nachbarschaftshilfe. Finanzierungsmöglichkeiten sind erschlossen.

Es bot sich keine Gelegenheit mit den lokalen Kostenträgern zu verhandeln.

Maßnahmen im Gesamtprojekt (1.-3. Projektjahr): Bewertung der Maßnahmen im Hinblick auf die Teilziele und Zielgruppen mit konkreten Zahlenangaben je Maßnahme (z.B. Anzahl der erreichten Nutzer, Anzahl der Kontakte etc.).

Projektziel 1. Präventive Gesundheitsförderung insbesondere Bewegungsförderung ist als Querschnittsthema in der Organisierten Nachbarschaftshilfe verankert.

Das Thema Gesundheitsförderung wurde von den gesamten Nachbarschaftshilfegruppen als sehr wichtig angesehen. Die Konzeption des Projektes war dahingehend sehr erfolgreich, da die NachbarschaftshelferInnen zum einen die Übungen selbst und diese mit den Klienten beim Hausbesuch durchführen können. Dies wurde in den jeweiligen Veranstaltungen in den drei Projektjahren von den TeilnehmerInnen als sehr positiv bewertet.

Teilziel 1.1.: Einsatzleitungen und Nachbarschaftshelfer/innen sind zu den Themen intensiv geschult und werden kontinuierlich fachlich begleitet.

s.o.

Teilziel 1.2.: Nachbarschaftshelfer/innen leiten im Rahmen der Einsätze Bewegungsübungen selbstständig an

In den gesamten drei Projektjahren meldeten die TeilnehmerInnen zurück, dass die Bewegungsübungen nur mit einzelnen Klienten im Hausbesuch durchgeführt werden konnten. Die Gründe hierfür waren zum Einen dass die Klienten wollten oder es schwierig war die Übungen umzusetzen. Jedoch gelang es aber in Einzelfällen ganz gut. Die Begleitung der NachbarschaftshelferInnen in den Praxistreffen war hierbei essentiell.

Maßnahme M 1.1.: Informationsveranstaltung zu Gesundheitsförderung

s.o.

Maßnahme M 1.2: Grundschulung zur Bewegungsförderung

s.o.

Maßnahme M 1.3: Folgeschulung zur Bewegungsförderung

s.o.

Maßnahme M.1.4.3: 3. Treffen von Praxisgruppen vor Ort

s.o.

Maßnahme M 1.4.4: 4. Treffen von Praxisgruppen vor Ort

s.o.

Maßnahme M 1.5: Qualifizierungsmaßnahmen sind dauerhaft implementiert (lokal, regional)

s.o.

Projektziel 2.: Die Teilhabemöglichkeiten von älteren Menschen sind durch größere Mobilität gestärkt; Alterseinsamkeit wird verhindert und Pflegebedürftigkeit wird verzögert.

Teilziel 2.1.: Betreute Personen sind über den Nutzen von gezielten Bewegungsübungen und gesunder Ernährung informiert und verstehen die Bedeutung für ihre eigene Lebenssituation. Sie sind motiviert und haben konkrete Möglichkeiten, Bewegungsübungen sowie gesunde Ernährung in ihren Alltag zu integrieren.

Maßnahme M 2.1.: Nachbarschaftshelfer/innen führen Bewegungsübungen mit älteren Menschen durch und informieren über gesunde Lebensweise im Alter.

s.o.

Maßnahme M 2.2.: Nachbarschaftshelfer/innen vermitteln und motivieren ältere Menschen zu Angeboten der Kooperationspartner

s.o.

Maßnahme M 2.3.: Gewinnung von regional und örtlich Verantwortlichen für das Querschnittsthema Gesundheitsförderung

s.o.

Projektziel 3: Die Kompetenzen der Organisierten Nachbarschaftshilfe zu den Prinzipien der Sozialraumorientierung sind gestärkt.

Teilziel 3.1.: Partizipation, Eigeninitiative und Ressourcenorientierung als wichtige Elemente von Sozialraumorientierung sind im Selbstverständnis von Nachbarschaftshelfer/innen und Einsatzleitungen verankert und werden umgesetzt. Träger und Einsatzleitungen sind in ihrem Willen und in ihren fachlichen Kompetenzen gestärkt, sich an sozialraumorientierten Projekten zu beteiligen.

Maßnahme M 3.1.: Durchführung eines regionalen Workshops zu den Prinzipien der Sozialraumorientierung

s.o.

Maßnahme M 3.2.: Die Organisierte Nachbarschaftshilfe verstärkt ihre Präsenz im Sozialraum bzw. in Nachbarschaften, insbesondere durch Maßnahmen der Öffentlichkeitsarbeit.

s.o.

Projektziel 4: Die Nachbarschaftshilfe ist mit lokalen/regionalen Akteuren aus dem Bereich Gesundheitsförderung und lokalen Kostenträgern gut vernetzt

Teilziel 4.1.: Bewegungs- und Gesundheitsförderung durch die Organisierte Nachbarschaftshilfe ist vor Ort in kommunale Konzepte integriert.

s.o.

Teilziel 4.2.: Lokale Kostenträger kennen das Präventionsangebot der Organisierten Nachbarschaftshilfe. Finanzierungsmöglichkeiten sind erschlossen.

s.o.

Maßnahme M 4.1.: Aufbau von Kontakten und Kooperationen zu lokalen/regionalen Akteuren des Gesundheitssystems (Kommunen, Sportvereinen, Physiotherapeuten, Gesundheitsämtern, ambulante Pflegedienste, Seniorengruppen etc.)

s.o.

Maßnahme M 4.2.: Verhandlungen mit lokalen Kostenträgern zur Regelfinanzierung der Präventiven Gesundheitsförderung werden geführt

s.o.

Schwierigkeiten im Projektverlauf

12 TeilnehmerInnen haben sich zur Grundschulung angemeldet. Leider war hier niemand aus der Nachbarschaftshilfegruppe aus Dürmentingen dabei. Da die überwiegende Anzahl der TeilnehmerInnen aus Bad Schussenried und Bad Saulgau kamen, hat man sich entschlossen die Folgeschulung in Bad Saulgau durchzuführen um den TeilnehmerInnen so den Anfahrtsweg zu verkürzen.

Die Durchführung von zwei Folgeschulungen (anstatt einer Folgeschulung) in Ochsenhausen, war ein deutlicher Mehraufwand für die Projektkoordination vorhanden. Dieser Aufwand konnte mit Mehrarbeitsstunden bewältigt werden. Diese wurden dann in den Folgemonaten wieder abgebaut.

Leider konnte durch die Covid 19- Lockdown Regelungen der Bundesregierung das 4. Praxistreffen und die Folgeschulung in Bad Saulgau im Projektzeitraum nicht mehr stattfinden. Die Folgeschulung wird eventuell im Herbst für die TeilnehmerInnen angeboten. Ebenfalls erhielten die TeilnehmerInnen im Rahmen eines „Corona.Mutmacherbrief“ per Email ausgewählte youtube-Videos mit den „5 Esslinger“.

Schöne Momente im Projektverlauf

Die teilnehmenden NachbarschaftshelferInnen äußerten sich sehr positiv zu den jeweiligen Veranstaltungen und dass sie die Bewegungsübungen für sich, in der Gruppe oder auch beim Hausbesuch anwenden können.

Die schon zum dritten Mal durchgeführte „Impulsveranstaltung“ mit „Showkochen“ war für die TeilnehmerInnen ein besonderes Highlight. Die Teilnehmenden konnten leckere grüne Smoothies, duftende Vollkornbrötchen und cremige Brotaufstriche probieren.



Workshop „Sozialraumorientierung“: Bewegter Spaziergang durch Ochsenhausen



Folgeschulung Ochsenhausen: „5 Esslinger“ Übungen im Freien



„Impulsveranstaltung“ Dürmentingen: Brötchen formen und dann ab in Backofen



Grundschulung in Dürmentingen: „Pausengespräche“



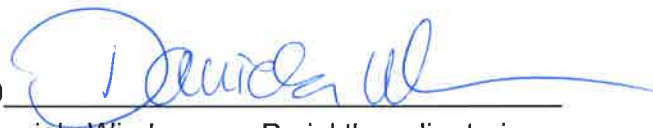
Praxistreffen Dürmentingen: Feedback`s der TeilnehmerInnen

Projektstimmen/Interview (von Einsatzleitungen, NachbarschaftshelferInnen, Betroffenen)

Eine, wie im Projektdesign festgelegte Begleitung der NachbarschaftshelferInnen über einen längeren Zeitraum ist sehr wichtig um die gelernten Übungen im Hausbesuch umzusetzen. Dies gibt den NachbarschaftshelferInnen mehr Sicherheit in der Umsetzung der Übungen im Hausbesuch und es können gemeinsam neue Ideen entwickelt werden. Zur weiteren kontinuierlichen Begleitung der nun geschulten NachbarschaftshelferInnen wären regelmäßige, jährliche Praxistreffen für die ein wichtiger Baustein auch über den Projektzeitraum hinaus.

Das Thema Gesundheitsförderung, wie man an den Teilnehmerzahlen feststellen kann, hat genau den „Zahn der Zeit“ (O-Ton EinsatzleiterIn der Nachbarschaftshilfe) getroffen. Es wäre hilfreich für die Arbeit der NachbarschaftshelferInnen, weiterhin Grundschulungen und Folgeschulungen anzubieten.

Biberach, 19. Mai 2020



Daniela Wiedemann, Projektkoordinatorin