



Projekt „TrotzAlter: unabhängig, mittendrin“

SDG 3 (SDG 10)

Kontext

Das Projekt „TrotzAlter: unabhängig, mittendrin“ ist ein gemeinsames Projekt der Landeshauptstadt Stuttgart in Kooperation mit dem Suchthilfeverbund.

Beschreibung/Umsetzung

Suchtprävention kommt auch im Alter eine wichtige Rolle zu, sowohl für den Erhalt der individuellen Lebensqualität als auch zur Vermeidung von Pflegebedürftigkeit und dem Erhalt der Selbstständigkeit. Nur 6 Prozent aller von Suchtpräventionsmaßnahmen erreichten Personen waren vor Projektbeginn im November 2015 älter als 60 Jahre. Daher sollten neue Maßnahmen, Konzepte und Zugangswege geschaffen werden, auf deren Grundlage Kompetenzen in allen Lebenswelten in den Stadtbezirken Stuttgarts entwickelt und nachhaltig verankert werden können. Die Projektdauer betrug drei Jahre.

Im Rahmen einer Sozialraumanalyse wurden bestehende Treffpunkte für Ältere sowie die Hilfe- und Unterstützungsstrukturen im Stadtbezirk recherchiert. Kontakte zu Einrichtungen und Schlüsselpersonen wurden geknüpft, und es wurde mit diesen eine Bedarfserhebung vorgenommen. Alle Maßnahmen wurden partizipativ mit Schlüsselpersonen, den Akteuren vor Ort und den beteiligten Trägern geplant und umgesetzt.

Eine Themenreihe „Was macht das Älterwerden lebenswert?“ mit Themen wie Ernährung, Schuldenberatung, Gehirnjogging, Medien, Glücksspiel, Medikamente, Bewegung im Alter u.v.a.m. wurde entwickelt und bis zum Projektende aufrechterhalten. Verschiedene Suchttheaterstücke wurden in Einrichtungen der Altenhilfe angeboten. Bei „Sommerpromenaden“ wurden ältere Menschen zu wöchentlichen Spaziergängen eingeladen, um ihre Mobilität, ihre Beweglichkeit und ihren Aktionsradius zu stärken. Bei Aktionstagen „Gesund älter werden“ wurden vorhandene Angebote und Einrichtungen für ältere Menschen bekannt gemacht.

Ein Erstberatungsangebot wurde entwickelt, um einen niederschweligen Zugang zum Suchthilfesystem zu ermöglichen. Ein großer Schwerpunkt lag in der Auseinandersetzung mit den Altersbildern älterer Menschen. Menschen mit einem positiven Blick auf das eigene Älterwerden zeigen bessere Gedächtnisleistungen, werden gesünder und aktiver älter, erholen sich auch nach schwerwiegenden Erkrankungen schneller und leben länger als Menschen, die eine negative Auffassung vom eigenen Älterwerden haben. Im Rahmen des Europäischen Filmfestivals der Generationen wurden Filme über den demografischen Wandel und das Älterwerden präsentiert. Im Anschluss fanden Gespräche mit Experten aus Seniorenarbeit, Altersforschung, dem Gesundheitsbereich und den Gästen statt, um Fragen des Alters beziehungsweise Alterns zu diskutieren. Ab Dezember 2017 wurden Seniorengesprächskreise installiert.

Mit MeinPlan Stuttgart werden Bürgerinnen und Bürgern für eine sichere Arzneimittelanwendung sensibilisiert. Durch Informationen rund um das Thema Arzneimitteltherapiesicherheit und das Führen eines Medikationsplans soll die Gesundheitskompetenz der Bürgerinnen und Bürger in Bezug auf die eigene Medikation gestärkt werden. Ein Medikationsplan ist stadtweit ausgelegt, der von Patientinnen und Patienten selbst angelegt, geführt und immer mit Unterstützung des Arztes oder der Apotheke, aktualisiert und an neue Verordnungen angepasst wird.

Erfahrungen/Ergebnisse

Das Projekt trug dazu bei, die Akteure und Zielpersonen aus dem Stadtbezirk Vaihingen stärker zu vernetzen, vorhandene Ressourcen (besser) zu nutzen, neues Wissen und gemeinsames Handeln im Stadtbezirk Vaihingen zu generieren und anschließend in weitere Stadtbezirke Stuttgarts zu transferieren. Um ältere Menschen zu erreichen, eignen sich in einem ersten Schritt niederschwellige, auf diese Zielgruppe und ihre Bedürfnisse zugeschnittene Maßnahmen. Insgesamt wurden in 548 Maßnahmen 5.002 Multiplikatoren und 4.058 Endadressaten erreicht. Betroffene, Angehörige, Akteure und Einwohner des Stadtteils partizipierten. Maßnahmen zur Umsetzung des Gesundheitsziels „gesund und aktiv älter werden“ wurden vernetzt mit Maßnahmen zur Suchtprävention im Alter. Das Anknüpfen an der direkten Lebenswelt älterer Menschen ermöglichte eine ganzheitliche Herangehensweise und damit auch einen Zugang zu schwer erreichbaren älteren Menschen. Für das vielseitige Engagement hat Projekt „TrotzAlter: unabhängig, mittendrin“ den zweiten Platz des Großen Präventionspreises der Stiftung für gesundheitliche Prävention Baden-Württemberg erhalten und wurde von der Internationalen Bodensee Konferenz beim 7. IBK-Preis für Gesundheitsförderung und Prävention 2019 in der Kategorie Nachhaltigkeit gewürdigt.

Das Projekt wurde im November 2018 abgeschlossen. Jetzt geht es darum, die gewonnenen Erkenntnisse und erfolgreichen Maßnahmen auf andere Stadtteile zu übertragen.

Referat/Amt/Eigenbetrieb

Gesundheitsamt im Referat Soziales und gesellschaftliche Integration

Weiterführende Literatur/Links

<https://www.stuttgart.de/gesundheit/trotzalter>