

FORTSCHREIBUNG DES SENIORENPOLITISCHEN GESAMT-KONZEPTS

Ergebnisprotokoll zum Expertengespräch mit dem Thema „Prävention“ am 26.07.2019

Gesprächsführung	Dr. Hanspeter Buba, BASIS Institut
Protokoll	Lisa Manhart, LRA
Teilnehmende	Dr. med. Jakob Berger , Bezirksvorsitzender Schwaben, Bayerischer Hausärzteverband Norbert Graßmeier , Seniorenbeirat Neusäß, Ehrenvorsitzender TSV Neusäß Günter Katheder-Göllner , Bildungsbüro Landkreis Augsburg, Jugendhilfeplanung Monika Kolbe , Geschäftsbereichsleiterin Soziales und Senioren LRA Katharina Pröll , Netzwerk Generation 55plus beim Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Dr. med. Susanne Rost , Staatliches Gesundheitsamt LRA Jana Schlosser , Geschäftsstellenleiterin Gesundheitsregion plus LRA Barbara Zech , Projektleiterin SIXTY-Fit Turnbezirk Schwaben

Empfehlungen der Expertenrunde

1.

Prävention in der Medizin

Man könnte davon ausgehen, dass die gesundheitliche Prävention im medizinischen Bereich eine große Rolle spielt. Leider fehlen den Ärzten aber oft die Ressourcen, um Patienten ausführlich über verschiedenste Präventionsmaßnahmen über das übliche Maß hinaus zu informieren. Das Messen der Blutzucker- und Gesamtcholesterin-Werte gilt als anerkannte „Präventionsmaßnahme“ unter Ärzten. Doch dies allein reicht nicht aus. Die Expertinnen und Experten wünschen sich, dass vorbeugende Maßnahmen bei Ärzten mehr in den Blick genommen werden, und der Fokus nicht nur auf den „Reparaturleistungen“ liegt. So könnte beispielsweise bei Vorsorge-Untersuchungen auf präventive Angebote hingewiesen werden.

2.

Mit Angeboten die Zielgruppe erreichen

Häufig ist nicht das Problem, dass es keine präventiven Angebote gibt, sondern dass sie nicht wahrgenommen werden, vor allem nicht von der „gewünschten“ Zielgruppe. Diese ist meistens „55plus“.

Laut Expertinnen und Experten verbreiten sich die Informationen zu Angeboten aus den Bereichen Sport, Ernährung und Bildung am besten über Mund-zu-Mund-Propaganda. Es reicht also nicht aus, die Angebote auf Flyern oder im Internet zu bewerben. Die Anbieter müssen direkt und **aktiv** auf Leute zugehen, um sie für etwas zu begeistern.

Daneben ist man sich einig, dass **kostenlose** Angebote (v. a. auch in Verbindung mit kostenloser Bewirtung) meistens sehr gut angenommen werden.

Angebote aus den Bereichen Sport und Ernährung haben meist Erfolg, wenn sie als **soziale Events** gestaltet werden. Dieses Zusammenspiel aus Prävention und sozialem Miteinander ist für die Expertenrunde besonders wichtig.

Außerdem wird es als zielführend betrachtet, den Zugang zu den Personen nicht über ihre Alters-/ Zielgruppe, sondern über das **Thema** zu finden. Viele Menschen fühlen sich wahrscheinlich eher von einem „Italienischen Kochkurs mit gesunden Gerichten“ angesprochen, als von einem „Kochkurs für Seniorinnen und Senioren mit gesunden Gerichten“.

Am besten zu erreichen sind Personen, die ihr gesamtes Leben lang schon aktiv und engagiert waren. Dies sind die besten Voraussetzungen dafür, auch im Alter aktiv zu bleiben und für ein gesundes Altern vorzusorgen.

3.

Art der Angebote

Angebote im Bereich der Prävention sind vielseitig. Es kann sich um Sport- und Bewegungsangebote, Ernährungsangebote oder Bildungsangebote handeln. All diese Aktivitäten regen den Körper dazu an, neue Zellen zu bilden. Zu wenig geistige Aktivität und Bewegung erhöht z. B. das Risiko, an Depressionen zu erkranken.

Da die möglichen Themen so vielfältig sind, ist es einfacher Angebote zu schaffen. Grundsätzlich sind alle Angebote, die die Teilhabe von älteren Menschen fördern und vor der Vereinsamung bewahren, präventive Angebote. Daher sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Ob ein Kochkurs für Männer, Sitzgymnastik, ein Computerkurs von Jugendlichen für Ältere oder eine Lesestunde von Älteren für Kinder, alles ist aktivierend und deshalb vorbeugend gegen Krankheiten und körperliche wie geistige Einschränkungen.

4.

Räumlichkeiten für Angebote

Laut Expertinnen und Experten scheitern geplante Angebote manchmal nicht daran, dass diese niemand übernehmen kann oder dass sie nicht genutzt werden. Manchmal fehlt nur ein passender und gut erreichbarer Ort. Daher wünscht sich die Expertenrunde in jeder Gemeinde einen Treffpunkt bzw. eine geeignete Räumlichkeit für verschiedenste Angebote der Prävention und gesellschaftlichen Teilhabe.

Augsburg, den 29.10.2019

Für das Protokoll



Lisa Manhart