



**Aufbau von selbsttragenden
Gesundheitsnetzwerken zur Verbesserung der
Prävention und Gesundheitsförderung
alternder und älterer Menschen im Quartier
(,Gesund altern im Quartier‘) –
20. Jahrestreffen des Kooperationsverbundes am
23.11.2022**

Dr. Kirsten Kemna
Tel.: 0231 - 96 13 17 - 22
k.kemna@zwar.org
www.zwar-ev.de

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

- 1. Projektbeschreibung**
- 2. ZWAR Gruppen**
- 3. Projektziele**
- 4. Projektsetting**
- 5. Runder Tisch**
- 6. Beispiele für Maßnahmen**
- 7. Kontakt**

1. Projektbeschreibung

Projektförderung: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen des GKV-Bündnisses für Gesundheit

Kurztitel: Gesund altern im Quartier (GaQ)

Laufzeit: 3 Jahre (01/2021 – 12/2023)

Schwerpunkt: Themen des lebenslangen Gesundheitslernens im Setting Quartier

Zielgruppe: ausgewählte ZWAR-Gruppen in NRW an 6 Standorten

- Essen
- Herdecke
- Korschenbroich
- Münster
- Recklinghausen
- Wuppertal

2. ZWAR Gruppen



ZWAR – Zwischen Arbeit und Ruhestand

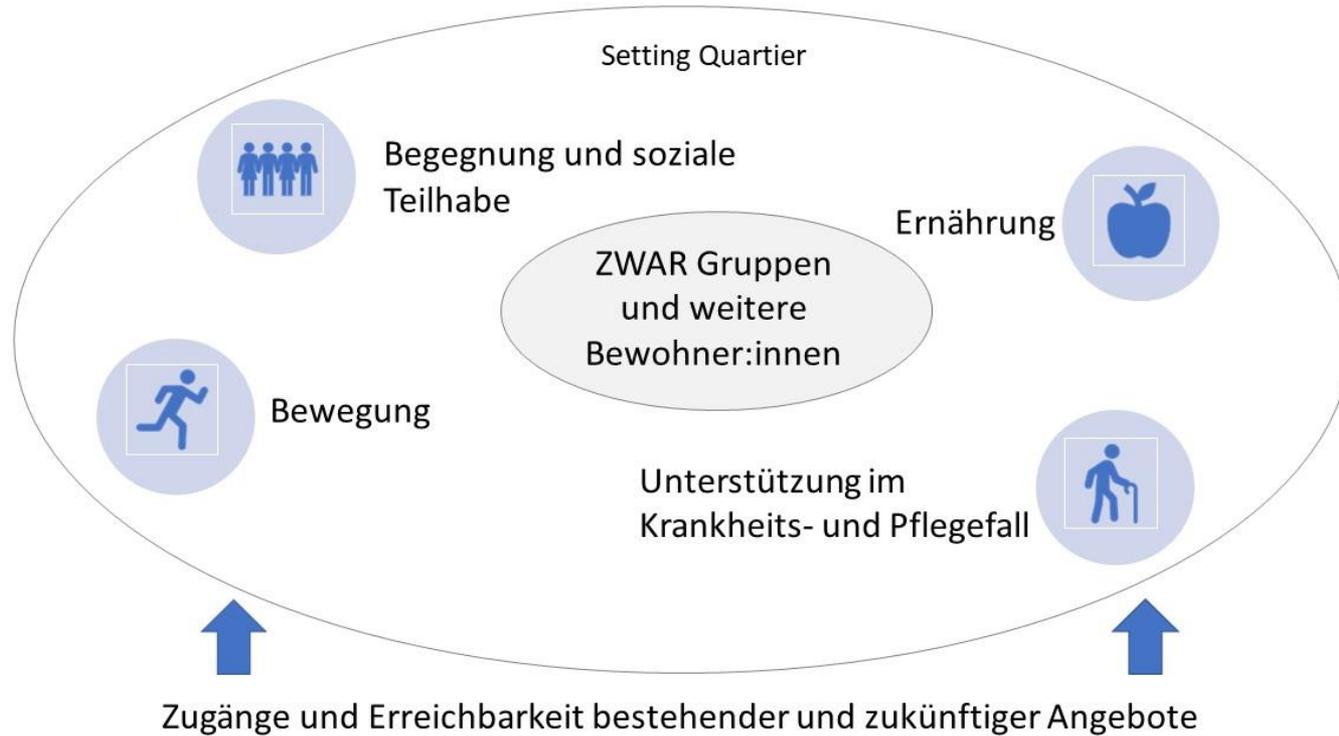
- **Zielgruppe:** Menschen ab 55+ bzw. 60+ beim Übergang Erwerbstätigkeit – Ruhestand in ZWAR Gruppen
- Insgesamt knapp 300 ZWAR-Gruppen in rund 85 Kommunen in NRW
- Im Durchschnitt 40 Teilnehmer:innen pro Netzwerk
(von 30 – 130 TN ist alles möglich)
- ZWAR Gruppen sind selbstorganisierte Netzwerke (keine Vereinsstruktur), die Interessensgruppen gründen und in das Quartier hineinwirken



3. Projektziele

- Förderung der individuellen Gesundheitskompetenz und Teilhabe älterer Menschen
- Identifikation gesundheitsfördernder Strukturen in den (Wohn-)Quartieren
- Analyse weiterer Bedarfe im Sozialraum
- Partizipative Entwicklung konkreter Maßnahmen
- Begleitung bei der Umsetzung der entwickelten Maßnahmen
- Nachhaltige, strukturelle Vernetzung von haupt- und ehrenamtlichen Akteuren, Trägern, Einrichtungen und Unternehmen zur Weiterentwicklung des Quartieres

4. Projektsetting



4. Projektsetting



Verbesserung der Gesundheitsförderung im Quartier (Quartiersentwicklung) durch verhaltens- und verhältnisbezogene Maßnahmen

Mitglieder

Mitarbeiter:innen der Kommunalverwaltung und örtliche Vertreter:innen der sozialen, gesundheitlichen, pflegerischen und altenpolitischen Versorgungsstruktur

- Vier Treffen der Runden Tische im Jahr
- Organisationale Angliederung an bestehende örtliche Gremien (Seniorenbeirat, Kommunale Konferenz Alter und Pflege, Gesundheitskonferenz)
- Nachhaltige Vernetzung und Neujustierung der bestehenden Strukturen und Angebote der Gesundheitsförderung
- Örtliches Handlungskonzept zur Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention für alternde und ältere Menschen
- Transfer des Handlungskonzeptes in weitere Kommunen angestrebt

6. Beispiele für entwickelte Maßnahmen

- Grundlage zur Entwicklung der konkreten Maßnahmen:
 - Standortrecherche („Welche Angebote der Gesundheitsförderung gibt es?“)
 - Standardisierter Fragebogen
 - Entwicklungswerkstätten mit Bewohner:innen

6. Beispiele für entwickelte Maßnahmen

- Münster:
 - Schulung zum Umgang mit digitalen Gesundheitsapps
- Recklinghausen:
 - Mittagstisch (kostengünstig)
 - Markt der Möglichkeiten
- Korschenbroich:
 - „Schnupperkurse“ zu Bewegungs- und Entspannungsangeboten
- Essen:
 - Infoveranstaltungen zu Pflegeberatungsangeboten, Leistungen der Kranken- und Pflegekassen, kostengünstige Wohnformen für Ältere
- Herdecke:
 - Bewegungskarusell
- Wuppertal:
 - Vernetzung der beteiligten Akteure und Öffentlichkeitsarbeit

7. Kontakt



Dr. Kirsten Kemna

Tel.: 0231 - 96 13 17 -22

E-Mail: k.kemna@zwar.org

ZWAR e. V.

Steinhammerstr. 3

44379 Dortmund

Tel.: 0231 - 96 13 17 - 0



**Vielen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit!**

Weitere Infos finden Sie unter:

<https://www.zwar-ev.de/projektfinanzierung/gesund-altern-im-quartier/>