



Gesundheitliche Chancengleichheit in der Kommune

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

Gefördert durch die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

Gesundheitliche Chancengleichheit in Sachsen-Anhalt

Mit dem Ausbau der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Sachsen-Anhalt 2017 in Folge des Präventionsgesetzes wurden Möglichkeiten einer gezielteren Begleitung von Kommunen bei der Entwicklung einer kommunalen Gesundheitsstrategie geschaffen. Vor allem kleinen Gemeinden in strukturschwachen Regionen können seither Unterstützungsangebote unterbreitet werden, auf aktuelle Herausforderungen und Bedarfe zur Verminderung sozial bedingter Ungleichheit von Gesundheitschancen zu reagieren. Die Koordinierungsstelle informiert, berät, begleitet, qualifiziert und vernetzt lokale kommunale Akteure für ein „Mehr“ an Gesundheit vor Ort.

Durch kommunale Gesundheitsförderung und Prävention wird die Gesundheit der Bevölkerung verbessert und so die Chancengerechtigkeit erhöht. Gelingen kann das nur, wenn über alle Politikfelder hinweg und unter Beteiligung der Bürger*innen eine kommunale Gesundheitsstrategie entwickelt und nachhaltig implementiert wird. Durch vielfältige Angebote trug die Koordinierungsstelle in den vergangenen Jahren dazu bei, das Bewusstsein für Gesundheitsförderung als gesamtgesellschaftliche, in alle Bereiche des Lebens hineinwirkende, ressortübergreifende Aufgabe bei den kommunalen Akteuren, insbesondere Entscheidungsträgern, zu schärfen und damit Weichen für die Umsetzung des „Health In All Policies“-Ansatzes für einen höheren Stellenwert von Gesundheit in der Kommune zu stellen.

Mit Freude nehmen wir die Vielzahl engagierter landesweiter und Kommunalakteure und -initiativen für gesunde Kommunen in Sachsen-Anhalt wahr. Ihre Zahl wächst, was die Wahrscheinlichkeit gesundheitlicher Chancengleichheit erhöht. Die vielfältigen Vorhaben zeigen unterschiedliche, erfolgreiche methodische Ansätze, gesunde Lebensverhältnisse zu schaffen. In der vorliegenden Dokumentation sind ausgewählte Aktivitäten dargestellt, die von der GKV, aber auch von Land und Bund bzw. von den Kommunalakteuren selbst unter Nutzung unterschiedlicher Fördermöglichkeiten realisiert werden. Sie gibt einen Überblick zu Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention im Bundesland und zeigt exemplarisch, wie es gelingen kann, die gesundheitliche Chancengleichheit in Sachsen-Anhalt zu fördern und gesundheitliche Strategien nachhaltig zu verankern. Sie erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Unser Dank gilt den lokalen Akteuren Sachsen-Anhalts, die Entwicklung und Etablierung kommunaler Gesundheitsstrategien vorantreiben. Dem Landkreis Mansfeld-Südharz und den drei Modellkommunen Hettstedt, Lutherstadt Eisleben und Sangerhausen danken wir besonders. Die Kooperation von 2017 bis 2022 ermöglichte es uns, Erfahrungen und Erkenntnisse einer gesundheitsförderlichen kommunalen Strukturentwicklung zu sammeln und zur Nachnutzung für andere Kommunen aufzubereiten. An das GKV-Bündnis für Gesundheit für die finanzielle Förderung und partnerschaftliche Unterstützung sowie an die BZgA für die bundesweite Koordination und Evaluation der KGC geht unser besonderer Dank.

Mandy Weber
Landesvereinigung für Gesundheit
Sachsen-Anhalt e.V.

Inhalt

Einleitung	1
Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Sachsen-Anhalt (KGC).....	4
Modellkommunen - Gesund aufwachsen, Gesund leben und arbeiten, Gesund im Alter	6
Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt	8
Pflegebedürftige AKTIV Fördern (PAF)	10
PAF@Home	12
BeiK - Bewegung in Kommune	14
Nicht allein gelassen - Interaktion von Häuslichkeit und Begegnungsstätten	16
Ambulante Wohnschule	18
Bewegungsraum - Auf- und Ausbau bewegungsorientierter, niedrigrschwelliger Gesundheitsförderung und Prävention in der Kommune	20
Kneippanlagen in Sachsen-Anhalt	22
Trinkbrunnen in Sachsen-Anhalt	24
BEQISA - Beratungsstelle zur kommunalen Quartiersentwicklung in Sachsen-Anhalt	26
Ausblick	28

Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Sachsen-Anhalt (KGC)

Soziale Benachteiligung erzeugt ungleiche Gesundheitschancen. Dem zu begegnen, berät und begleitet die Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Sachsen-Anhalt Kommunen bei der Entwicklung einer integrierten kommunalen Gesamtstrategie, insbesondere unter Berücksichtigung der Bedarfe vulnerabler Zielgruppen. Im Rahmen der KGC werden den verantwortlichen Akteuren vielfältige Qualifizierungsangebote unterbreitet, Plattformen zum Erfahrungsaustausch und zur Vernetzung geschaffen sowie Handlungsempfehlungen bereitgestellt. Fachöffentlichkeit und Bevölkerung werden regelmäßig informiert und Beispiele guter Praxis zur soziallagenbezogenen Prävention und Gesundheitsförderung vorgestellt. Im Landkreis Mansfeld-Südharz wurden modellhaft in den Städten Hettstedt, Lutherstadt Eisleben und Sangerhausen Gesundheitsstrategien in den Handlungsfeldern „Gesund aufwachsen“, „Gesund leben und arbeiten“ und „Gesund im Alter“ entwickelt und erprobt.

Ergebnisse

- 114 Mal wurden kommunale Akteure fachlich beraten
- 868 kommunale Akteure nutzten die Qualifizierungsangebote
- 3 Modellkommunen haben in den Handlungsfeldern des Präventionsgesetzes integrierte Gesundheitsstrategien entwickelt und verankert
- 6 landesweite Treffen dienten der Vernetzung und dem Erfahrungsaustausch
- 2 Bürgerbefragungen, 4 Handlungsempfehlungen, 1 Regionaldatenblatt und 92 Presseinformationen wurden herausgegeben

Nachhaltigkeit

Der partizipative Aufbau kommunaler Strukturen zur Steuerung aufeinander abgestimmter Angebote und Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung bildet ein solides Fundament für eine langfristige Verankerung gesunder Kommunalentwicklung. Entscheidungen nahezu aller Ressorts der Kommunalverwaltung beeinflussen die Gesundheitschancen der Bürger*innen. Die Sensibilisierung und Qualifizierung dieser kommunalen Akteure und Entscheidungsträger sichert nachhaltig, integrierte Leitbilder, Handlungsansätze und Strategien zu entwickeln und zu verankern und dabei gesundheitliche Chancengleichheit zu fördern.

Modellkommunen

Gesund aufwachsen, Gesund leben und arbeiten, Gesund im Alter

Von 2017 bis 2022 begleitete die KGC die Kommunen Hettstedt, Lutherstadt Eisleben und Sangerhausen bei der Entwicklung und Erprobung kommunaler Strategien in den Handlungsfeldern des Präventionsgesetzes. Ihr Angebot richtete die KGC vorrangig an verantwortliche Akteure, die Maßnahmen zur Gesundheitsförderung und Prävention bei vulnerablen Zielgruppen umsetzen wollten. Hettstedt zielte mit der Umsetzung des Modellprojektes darauf ab, „Gesund aufwachsen“ zukünftig bei allen kommunalen Entscheidungen zu berücksichtigen. In Eisleben standen die Entwicklung und Umsetzung von Maßnahmen im Fokus, die sich an erwerbsfähige Menschen richteten. Das Wohlbefinden und die Lebensqualität der älteren Bevölkerung, insbesondere in den eingemeindeten Ortschaften, wurden in Sangerhausen gefördert. Zur Zielerreichung wurden u.a. Steuerkreise, Arbeitsgruppen, Gesundheitskonferenzen sowie die Verleihung von Gesundheitspreisen genutzt, ergänzt um konkrete, erprobte und in ihrer Wirksamkeit belegte Gesundheitsförderungsmaßnahmen.

Ergebnisse

- kommunale Strategien zum gesunden Aufwachsen, Leben und Arbeiten sowie zu Gesund im Alter wurden entwickelt und erprobt
- je ein Steuerkreis wurde als zentrales Führungsinstrument etabliert
- Regionalakteure wirkten kontinuierlich mit
- Politik und Verwaltung waren aktiv eingebunden
- 16 Gesundheitskonferenzen thematisierten Handlungsbedarfe und Lösungsansätze
- 22 Fortbildungsangebote wurden von den Regionalakteuren genutzt

Nachhaltigkeit

Die ressortübergreifende Betrachtung und Bearbeitung von Prävention und Gesundheit unterschiedlicher Zielgruppen ermöglichte Politik, Verwaltung und Regionalakteuren der drei Modellkommunen, eine spezifische regionale Gesundheitsstrategie zu entwickeln, die auf Bürgerbeteiligung beruht und Chancengleichheit fördert. Das durch Mitwirkung und Fortbildung erworbene methodische Wissen nutzt den regionalen Akteuren langfristig, eine gesunde Kommunalentwicklung weiter voranzutreiben. Der KGC nutzen die Erfahrungen und Erkenntnisse aus der Arbeit mit den Modellkommunen für die Beratung und Begleitung weiterer Gebietskörperschaften in Sachsen-Anhalt.



Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt

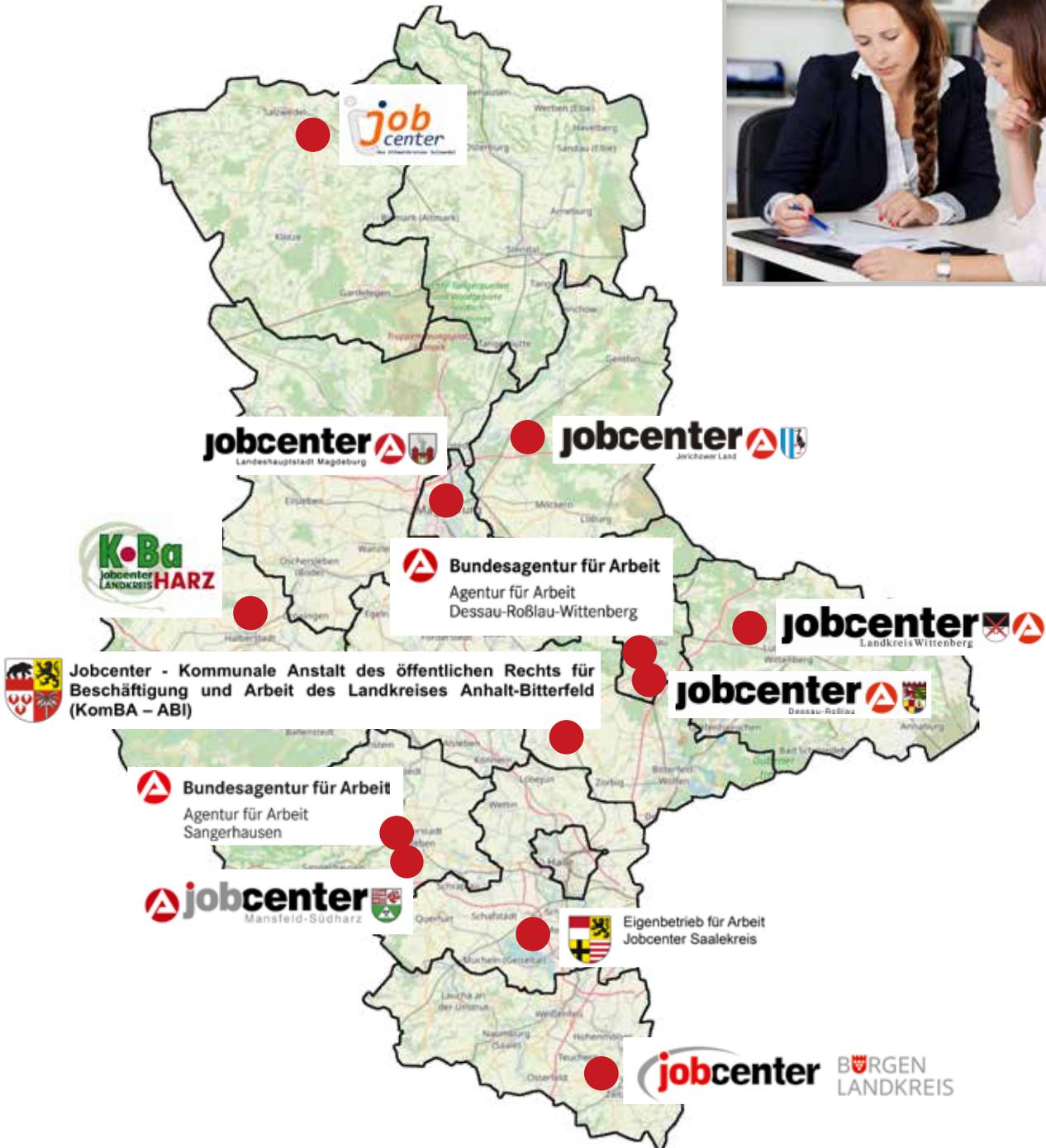
Im Projekt, das in Sachsen-Anhalt seit 2017 umgesetzt wird, werden arbeitslosen Menschen, insbesondere langzeitarbeitslosen, Maßnahmen zur Gesundheitsförderung angeboten, die ihre Lebensqualität verbessern und die Chancen für den Wiedereinstieg in das Berufsleben erhöhen sollen. In einer gesundheitsorientierten Beratung erörtern dafür qualifizierte Arbeitsvermittler*in und Kunde, welches Angebot das Beste ist: ein Präventionskurs, in dem man etwas für die eigene Gesundheit tut und andere Menschen kennenlernt; ein gesundheitsförderliches Gruppenangebot, in dem man sich mit Gleichbetroffenen austauscht und voneinander lernt oder ein Gesundheitscoaching, in dem die individuelle Lebenssituation im Mittelpunkt steht. Gesundheitstage ergänzen das Angebot. Regionale Steuerkreise begleiten die Projektumsetzung.

Ergebnisse

- 10 Jobcenter und 2 Arbeitsagenturen beteiligten sich
- 24 regionale Standorte hielten Angebote vor
- 82 regionale Anbieter wurden für eine langfristige Kooperation gewonnen
- 1.218 Plätze in Präventionskursen, 1.130 Plätze in gesundheitsförderlichen Gruppenangeboten und 347 individuelle Gesundheitscoachings bereitgestellt
- 21 Gesundheitstage wurden durchgeführt
- Positive Bilanz der Teilnehmer*innen
- Ein Teil der Arbeitslosen, die ein Gesundheitsangebot besuchten, konnten für Bildungs- und Jobangebote gewonnen werden.

Nachhaltigkeit

Die Investition in die Gesundheit arbeitsloser Menschen hat vielfältige nachhaltige Wirkungen, auf der persönlichen Ebene u. a. Stressreduktion, gesündere Lebensführung, mehr Leistungs- und Arbeitsfähigkeit, Gewaltreduktion, Lebensqualität, gesellschaftliche Teilhabe; auf der institutionellen Ebene u. a. Entlastung der Gesundheits- und Sozialsysteme, Besetzung von Stellen; auf der gesellschaftlichen Ebene u. a. Teilhabe statt Ausgrenzung, Sicherung des sozialen Friedens, Optimierung gesellschaftlicher Ressourcen etc. Die strukturell verankerte Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung u. a. durch regionale Steuerkreise und regionale Anbieter*innen sowie die Ausrichtung der Angebote an den Bedürfnissen der Betroffenen sichert langfristig den Zugang zur Zielgruppe.





Pflegebedürftige AKTIV Fördern (PAF) für stationäre und teilstationäre Pflegeeinrichtungen

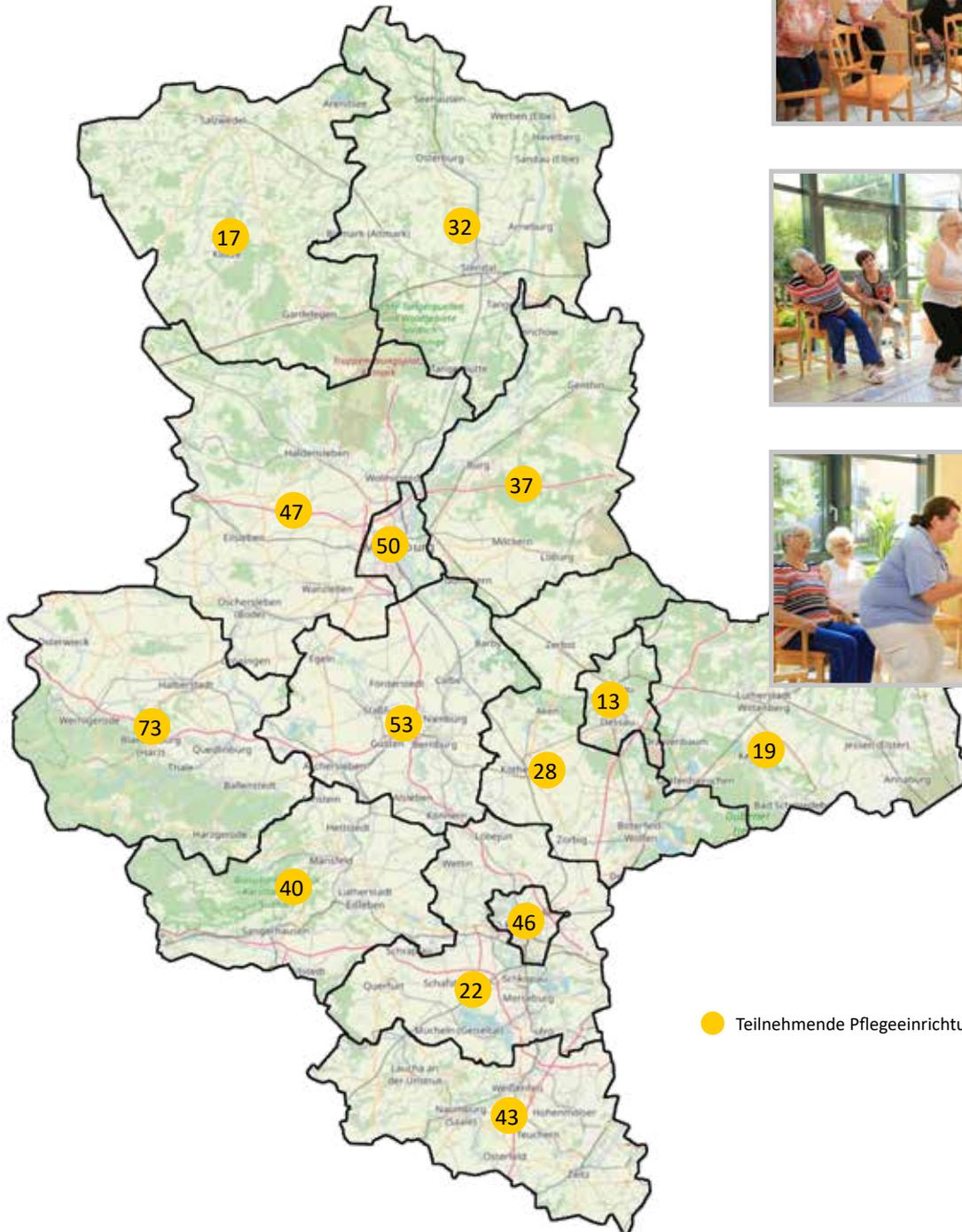
PAF richtet sich an stationäre und teilstationäre Einrichtungen. Vorrangiges Ziel ist es, die Lebensqualität sowie das Wohlbefinden von Pflegebedürftigen zu steigern, indem die körperliche und kognitive Leistungsfähigkeit und die psychosoziale Gesundheit gefördert werden. Seit 2017 wird hierzu das Betreuungspersonal von Pflegeeinrichtungen für das PAF-Trainingsprogramm ausgebildet. Anschließend führen die ausgebildeten Mitarbeiter*innen das PAF-Training in den Modulen (Kraft- und Balance/Dual-Tasking/Social Drumming) mit den pflegebedürftigen Menschen eigenständig durch. Mindestens einmal wöchentlich findet das Training in Kleingruppen mit bis zu zehn Teilnehmer*innen statt. Gleichgewicht, Muskelkraft und Gedächtnisleistungen, psychosoziale Gesundheit und Ausdauer werden erhalten und verbessert, was dazu beiträgt, dass die Anforderungen des täglichen Lebens von den Pflegebedürftigen besser bewältigt werden können. Informationen erhalten Interessierte unter: info@eumedias.de.

Ergebnisse

- 520 Einrichtungen nahmen am 1. Modul „Kraft & Balance“ teil
- 938 Mitarbeiter*innen wurden für das 1. Modul geschult
- 335 Einrichtungen nahmen am 2. Modul „Dual-Tasking“ teil
- 651 Mitarbeiter*innen wurden für das 2. Modul geschult
- 123 Einrichtungen nahmen am 3. Modul „Social-Drumming“ teil
- 198 Mitarbeiter*innen wurden für das 3. Modul geschult

Nachhaltigkeit

Die Investition in die Kompetenzen der Mitarbeiter*innen der Pflegeeinrichtungen ermöglicht die langfristige Umsetzung des gesundheitsfördernden Programms für die Pflegebedürftigen. Die fortlaufende Begleitung der beteiligten Einrichtungen sichert Konstanz und Qualität. Die wissenschaftliche Evaluation des Projektes zeigt, dass das PAF-Training eine große Relevanz für die Selbständigkeit, Lebensqualität und Gesundheit der Pflegebedürftigen hat. Darüber hinaus stärkt das Programm den sozialen Zusammenhalt in der Einrichtung.



● Teilnehmende Pflegeeinrichtungen pro Landkreis

PAF@Home

Das digitale Bewegungsprogramm für Pflegebedürftige



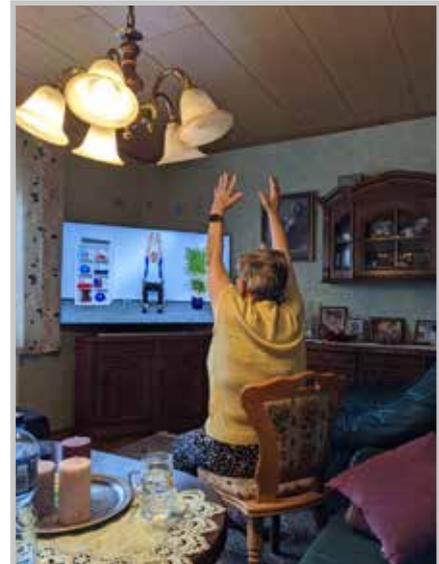
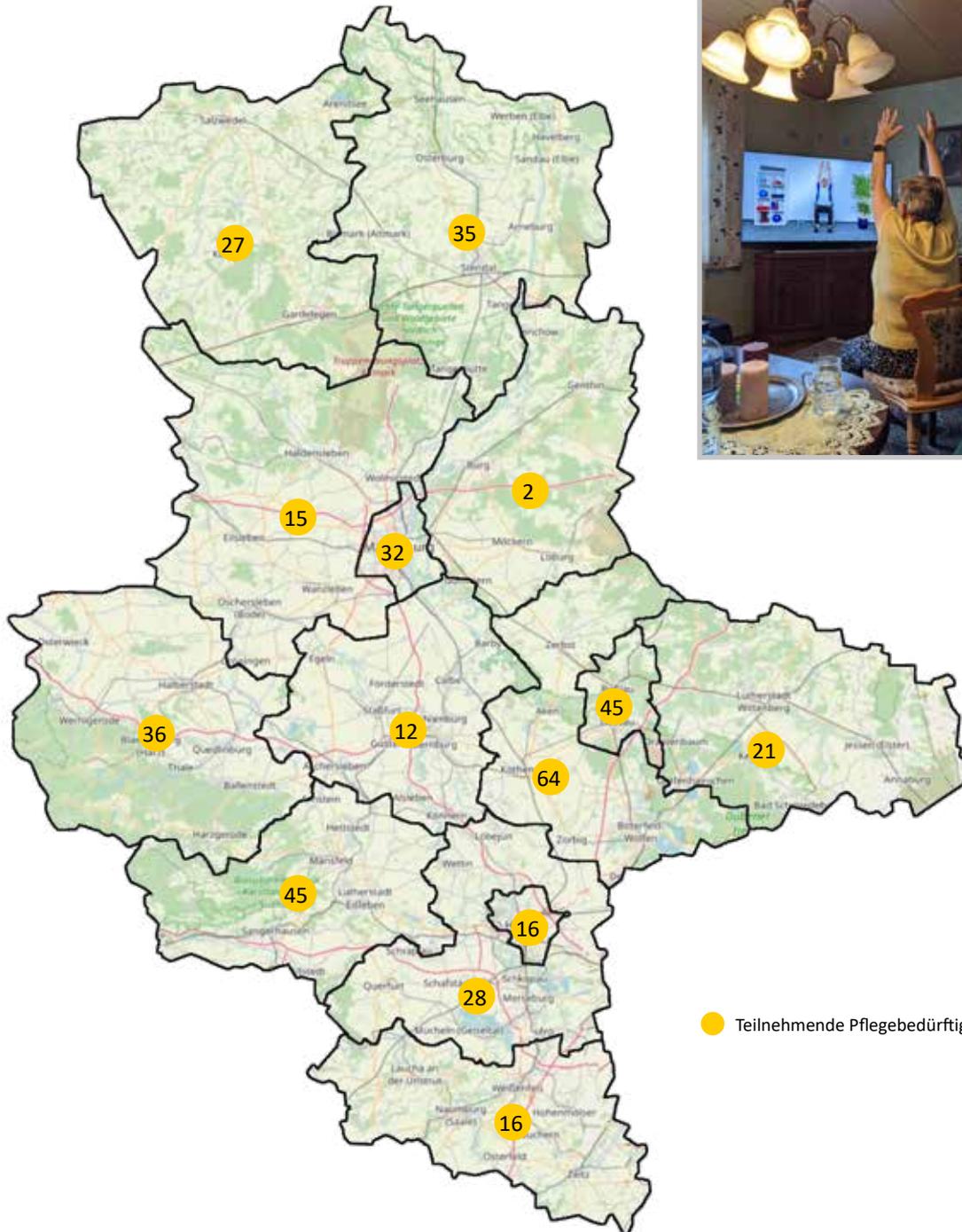
Für viele pflegebedürftige Personen stellt der Mangel an gesundheitsfördernden Angeboten eine Barriere dar. Das Leben im ländlichen Gebiet ermöglicht es häufig nicht, Präventionsangebote in Anspruch zu nehmen. Dazu kommt, dass einige Menschen isoliert leben und eine Hemmschwelle haben, sich neuen Dingen zu öffnen. Daher bietet PAF@Home ein Gesundheitsangebot im gewohnten Umfeld zu Hause. Das individualisierte digitale Bewegungsprogramm kann auf jedem Fernsehgerät abgespielt werden. In ca. 30-minütigen Videos werden unter Anleitung alltagsnahe Bewegungen durchgeführt, um Kraft, Beweglichkeit, Balance und Ausdauer zu fördern. Zunächst nehmen die Gesundheitsmanager*innen Kontakt zu den Pflegebedürftigen auf und erfassen in einem Vor-Ort-Termin den Gesundheits- und Aktivitätszustand der/des Interessierten. Dann unterbreiten sie ein 12-wöchiges individualisiertes digitales Bewegungsangebot, das von den Beteiligten eigenständig im häuslichen Umfeld umgesetzt wird. Zur Motivation und Reflexion des Trainings gibt es außerdem ein Telefon-Coaching. Informationen erhalten Interessierte unter: paf@eumediassocial.com.

Ziele

- Erhaltung der physischen und psychischen Gesundheit
- Förderung der Selbständigkeit in der Häuslichkeit
- Steigerung der körperlichen Aktivität
- Entlastung von pflegenden Angehörigen
- So lange wie möglich in der Häuslichkeit bleiben

Nachhaltigkeit

Die Ansprache im häuslichen Umfeld ermöglicht auch Pflegebedürftigen in ländlichen Regionen und/oder mit eingeschränkten sozialen Kontakten, aktiv etwas für ihre Gesundheit zu tun. Damit sichert das Angebot Teilhabe, fördert gesundheitliche Chancengleichheit und trägt dazu bei, Pflegebedürftige in ihrem häuslichen Umfeld zu halten. Feedbackgespräche mit den Teilnehmenden sichern die Qualität und Weiterentwicklung des Bewegungsprogramms.



● Teilnehmende Pflegebedürftige pro Landkreis



BeiK - Bewegung in Kommune

Seit 2020 engagieren sich Menschen – ehrenamtliche BeiKer*innen – an verschiedenen Standorten in Sachsen-Anhalt im Bereich der Gesundheits- und Bewegungsförderung. Mit eigenen, niedrighschwelligen Bewegungsangeboten im Sozialraum motivieren die Ehrenamtlichen ihre Nachbar*innen, sich mehr zu bewegen und schaffen gleichzeitig Räume, sich zu begegnen und Gemeinschaft zu (er)leben. Die Bewegungsangebote sind mit dem Fokus auf vulnerable Zielgruppen offen für alle interessierten Menschen und reichen von Spaziergängen, über Ballspielangebote für Kinder bis zu Sitztanz für Senior*innen. Die Angebotsvielfalt ergibt sich durch die Interessen und Kompetenzen der Engagierten, welche „ihr Projekt“ eigenständig konzipieren und durchführen. Die LAGFA Sachsen-Anhalt verantwortet das Projekt „BeiK – Bewegung in Kommune“ und unterstützt und berät die Umsetzungsorganisationen vor Ort.

Ergebnisse

- 6 Standorte wurden gewonnen
- Kommunen der Standorte wurden eingebunden
- Netzwerk mit Fachpartnern und Projektbeirat wurde etabliert
- Handbuch für Fortbildung der Ehrenamtlichen wurde erarbeitet
- 68 qualifizierte ehrenamtliche BeiKer*innen gewonnen, 54 nach Projektende weiter aktiv
- 50 verschiedene Bewegungsangebote initiiert, 28 bestehen nach Projektende weiter
- 505 erreichte Teilnehmer*innen aller Altersgruppen

Nachhaltigkeit

Das Engagement Ehrenamtlicher hat eine große gesellschaftliche und persönliche Bedeutung. Mit dem Projekt BeiK werden den Bürger*innen über ehrenamtliches Engagement langfristig Bewegungsangebote in regionalen Kleinräumen zur Verfügung gestellt, die sonst kaum solche Angebote vorhalten könnten. Es trägt damit zu einer nachhaltigen Gesundheitsförderung bei, die auch vulnerablen Gruppen Teilhabe ermöglicht. Der nachhaltige Gewinn für die Ehrenamtlichen selbst liegt in der Stärkung ihres Selbstbewusstseins und in der Verbesserung ihrer Selbsteinschätzung, weil sie sich als selbstwirksam erleben.





Nicht allein gelassen

Interaktion von Häuslichkeit und Begegnungsstätten

Im Projekt „Nicht allein gelassen“ werden Häuslichkeit, Begegnungsstätte, Sozialstation und Beratungsstelle miteinander vernetzt, damit Seniorinnen und Senioren an Gesundheitsangeboten und am gesellschaftlichen Leben besser teilhaben können. Peers werden in der Handhabung technischer Geräte geschult. In Peer-groups werden anschließend Medienkompetenzen auf- und ausgebaut. Eine Online-Plattform bietet den Teilnehmer*innen digitale Gesundheitsinformationen und gesundheitsfördernde Angebote. Damit soll insbesondere im ländlichen Raum und für Ältere mit eingeschränkter Mobilität Gesundheitsförderung ermöglicht werden. Zentrale Themenbereiche sind Ernährung, Bewegung, seelische und kognitive Gesundheit. So werden beispielsweise Ernährungskurse sowie Ernährungsberatung durch Fachkräfte angeboten. Zum Thema Bewegung werden Videos und Kurse zur Sturzprävention und Gleichgewichtsübungen sowie Sitz- und Rollator-Tanz zum Mitmachen online zur Verfügung gestellt. Die seelische Gesundheit wird mit Gedächtnistrainings, Rätseln, Entspannungsmusik und einem breiten Angebot relevanter Gesundheitsinformationen untersetzt.

Ziele

- Technikkompetenz verbessern
- Zugang zu gesundheitsförderlichen Angeboten und Informationen ermöglichen
- Teilnahme am gesellschaftlichen Leben ermöglichen
- Körperliche Mobilität und Selbständigkeit erhalten
- Teilhabe sichern und Lebensqualität verbessern
- Kommunale Netzwerkarbeit vertiefen

Nachhaltigkeit

Erworbene Technikkompetenzen nutzen den Teilnehmer*innen auch in anderen Lebensbereichen. Durch den Einsatz von Peers wird sichergestellt, dass das Angebot bedarfsorientiert und zielgruppengerecht ist, was die Nutzung des Angebots nachhaltig sicherstellt. Kontakte können über Distanzen und bei Kontaktbeschränkungen aufrechterhalten und gefunden, Hilfsservices und Angebote zur Gesundheitsförderung wahrgenommen werden. Die virtuelle Vernetzung wirkt einer sozialen Isolation entgegen, fördert die Lebensqualität und ein Gefühl von Sicherheit.



Ambulante Wohnschule

Die ambulante Wohnschule startete im Jahr 2016. Sie ist ein Präventions-, Bildungs-, Integrations- und Teilhabeangebot und richtet sich an Menschen mit einer Behinderung. Das Angebot umfasst theoretischen und praktischen Unterricht, der sich nach den Bedürfnissen der Teilnehmer*innen richtet. Übergeordnete Inhalte sind das Erlernen einer gesundheitsfördernden Lebensweise, die Weiterentwicklung der Persönlichkeit und der Ausbau sozialer Kompetenzen. Themen der Verhaltensprävention, die auf die Stärkung der Gesundheitskompetenz zielen, sind u.a. gesunde Ernährung, psychische Gesundheit, Bewegung, Herzgesundheit sowie Suchtprävention. Das Angebot soll dazu beitragen, Menschen mit Behinderungen Zugang zu Präventions- und Gesundheitsangeboten zu ermöglichen. Personenbezogene Ordner ermöglichen den Teilnehmer*innen, das Gelernte eigenständig im Alltag umzusetzen. Dabei werden auch die Angehörigen einbezogen. Langfristig sollen Kooperationen dazu beitragen, die Angebote aufrechtzuerhalten.

Ziele

- Steigerung der Selbständigkeit und der Selbstbestimmung
- Erwerb von Gesundheitskompetenzen
- Entwicklung eines gesunden Lebensstils
- Förderung der sozialen Teilhabe
- Unterstützung einer weitestgehend selbständigen Lebensführung

Nachhaltigkeit

Die Befähigung der Zielgruppe, Präventions- und Gesundheitsangebote eigenständig wahrzunehmen, fördert nachhaltig deren Gesundsein und Gesundbleiben. Die Verankerung im Lebensalltag der Menschen mit Behinderung wird durch die Einbeziehung der Angehörigen als Multiplikatoren gesichert.



Foto by Adobe Stock - M. Dörr & M. Frommiller, 9/12/20123

Bewegungsraum

Auf- und Ausbau bewegungsorientierter, niedrigschwelliger Gesundheitsförderung und Prävention in der Kommune

Im Projekt „Bewegungsraum“ wurden niedrigschwellige Bewegungsangebote für ältere, weniger sportaffine Menschen ab 60 Jahren entwickelt und im kommunalen Raum verankert. In den Landkreisen Mansfeld-Südharz und Börde wurden gemeinsam mit kommunalen Entscheidungsträgern und Seniorenvertretungen zielgruppenspezifische Bewegungsangebote entwickelt, auf- und ausgebaut. Dabei wurden vorhandene Strukturen der Kommunen genutzt und regionale Besonderheiten beachtet. Bürger*innen wurden als Anleitende befähigt, Senior*innen für mehr Bewegung im täglichen Leben zu motivieren. Dazu gehören u. a. Boule-Spiele, Bewegungstreffs, Tanzen und Aquafitness. Ausgewählte Senioreneinrichtungen wurden befähigt, regelmäßig für ihre Klientel ein Alltagstraining anzubieten.

Ergebnisse

- 14 Einrichtungen bieten laufend ein Alltagstraining an
- 6 Bouleplätze und 2 Bewegungsparcours wurden errichtet
- 116 Regionalakteure wurden ausgebildet: 20 für Rollatortraining, 10 für Aquafitness, 20 als Alltagstrainer*innen, 18 für Erlebnistanz, 12 als Wanderleiter*innen, 36 für Teppichcurling
- 150 Regionalakteure wurden für Boule fortgebildet
- 18 Bewegungsmaßnahmen wurden an 39 Standorten durchgeführt
- 1 Bürgerbefragung, 3 Handlungsempfehlungen, 2 Regionaldatenblätter und 38 Presseinformationen wurden herausgegeben

Nachhaltigkeit

Durch die Beteiligung kommunaler Akteure und Senioreneinrichtungen gelang es, bewegungsfördernde Strukturen im öffentlichen Raum zu verankern, die auch nach Projektende Bestand haben. Mit der Initiierung von Steuerkreisen wurde erreicht, dass kommunale Entscheidungsträger aktiv eingebunden waren, was wesentlich zu kurzen Entscheidungswegen insbesondere für die baulichen Maßnahmen beitrug. Das Engagement von Ortsbürgermeister*innen, Seniorenvertretungen und dem Quartiersmanagement unterstützte die zielgerichtete Umsetzung von Maßnahmen. Die Qualifizierung von Kümmerern vor Ort sichert die nachhaltige Verankerung der Angebote.



Kneippanlagen in Sachsen-Anhalt

Der Pfarrer und Naturheilkundler Sebastian Kneipp schuf vor über 150 Jahren aufgrund eigener gesundheitlicher Schwächen ein ganzheitliches Gesundheitskonzept. Seine Lehre basiert auf den fünf Säulen Wasser, Kräuter, Ernährung, Bewegung und Balance für ein harmonisches Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele. Kneipp's Philosophie und sein ganzheitliches Lebenskonzept sind bekannt für eine gesundheitsfördernde und gesunderhaltende Wirkung. Seine Erkenntnisse sind bis heute aktuell und weit verbreitet. Auch in Sachsen-Anhalt engagieren sich Bürger*innen in Kneipp-Vereinen und integrieren individuell und institutionell Kneipp'sche Anwendungen in ihren Alltag. Dazu gehören KiTas, Schulen, Kommunen und Kureinrichtungen sowie Pflegeheime. Speziell die Kneipp-Anlagen mit Wassertretstellen und Armbecken bieten vielfältige Möglichkeiten zum Wohlfühlen und Entspannen und können auch zur Gesundung beitragen. Immer mehr Kommunen richten deshalb Kneipp-Anlagen im öffentlichen Raum ein und ermöglichen ihren Bürger*innen und Besucher*innen gleichermaßen ein kostenfreies, frei zugängliches Angebot zur Gesundheitsförderung.

Ergebnisse

- 21 bekannte Orte mit Kneippanlagen
- 1 Dokumentation über die Kneippanlagen
- 2 Kneipp-Flyer (Kneipp-Rundwanderweg/ -Radwanderweg Bad Schmiedeberg)
- Übersicht von Kneipp-Anlagen unter www.kneippanlagen.lvg-lsa.de

Nachhaltigkeit

Die Kneipp'schen Anwendungen stehen im Einklang mit den Empfehlungen der modernen Naturheilkunde und der Schulmedizin. Wasseranwendungen, wie sie Kneippbecken ermöglichen, stärken die Durchblutung und Immunabwehr. Sie tragen – regelmäßig angewendet – dazu bei, Menschen gesund zu erhalten. In öffentlich zugänglichen Kneippanlagen im kommunalen Raum können Wasseranwendungen – meist kostenfrei – zu jeder Jahreszeit durchgeführt werden, was Teilhabe für alle Bevölkerungsgruppen sicherstellt.



Trinkbrunnen in Sachsen-Anhalt



Trinkbrunnen können sowohl im Innen- als auch im Außenbereich aufgestellt werden. Sie werden an das öffentliche Trinkwassernetz angeschlossen und helfen nicht nur den Flüssigkeitsbedarf der Kinder und Jugendlichen zu decken, sondern sind auch ein Beitrag zur gesundheitlichen Chancengleichheit.

Ergebnisse

- 94 KiTas besitzen aktuell einen Trinkbrunnen
- 89 Schulen besitzen aktuell einen Trinkbrunnen
- 1 Handlungsempfehlung erstellt
- 1 interaktive Karte der bekannten Einrichtungen in KiTas und Schulen erstellt
- 2 Beispiele unter www.gesund-aufwachsen.de dokumentiert
- Landkreise: 2 Altmarkkreis Salzwedel, 6 Anhalt-Bitterfeld, 22 Börde, 5 Burgenlandkreis, 1 Dessau-Roßlau, 39 Halle (Saale), 11 Harz, 15 Jerichower Land, 24 Landeshauptstadt Magdeburg, 15 Mansfeld-Südharz, 19 Saalekreis, 10 Salzlandkreis, 9 Stendal, 5 Wittenberg

Nachhaltigkeit

Trinkbrunnen sind eine nachhaltige Alternative zu herkömmlichen Getränkeautomaten, die mit PET-Einwegflaschen bestückt sind und dafür sorgen, dass Berge von leeren Flaschen im Müll landen. Sie ersparen insbesondere kleineren Schulkindern, schwere Trinkflaschen zu tragen und ermöglichen außerdem den Zugang zu Trinkwasser für alle, wie es das Ziel 6 der UN-Ziele für die nachhaltige Entwicklung vorsieht.

BEQISA

Beratungsstelle zur kommunalen Quartiersentwicklung in Sachsen-Anhalt

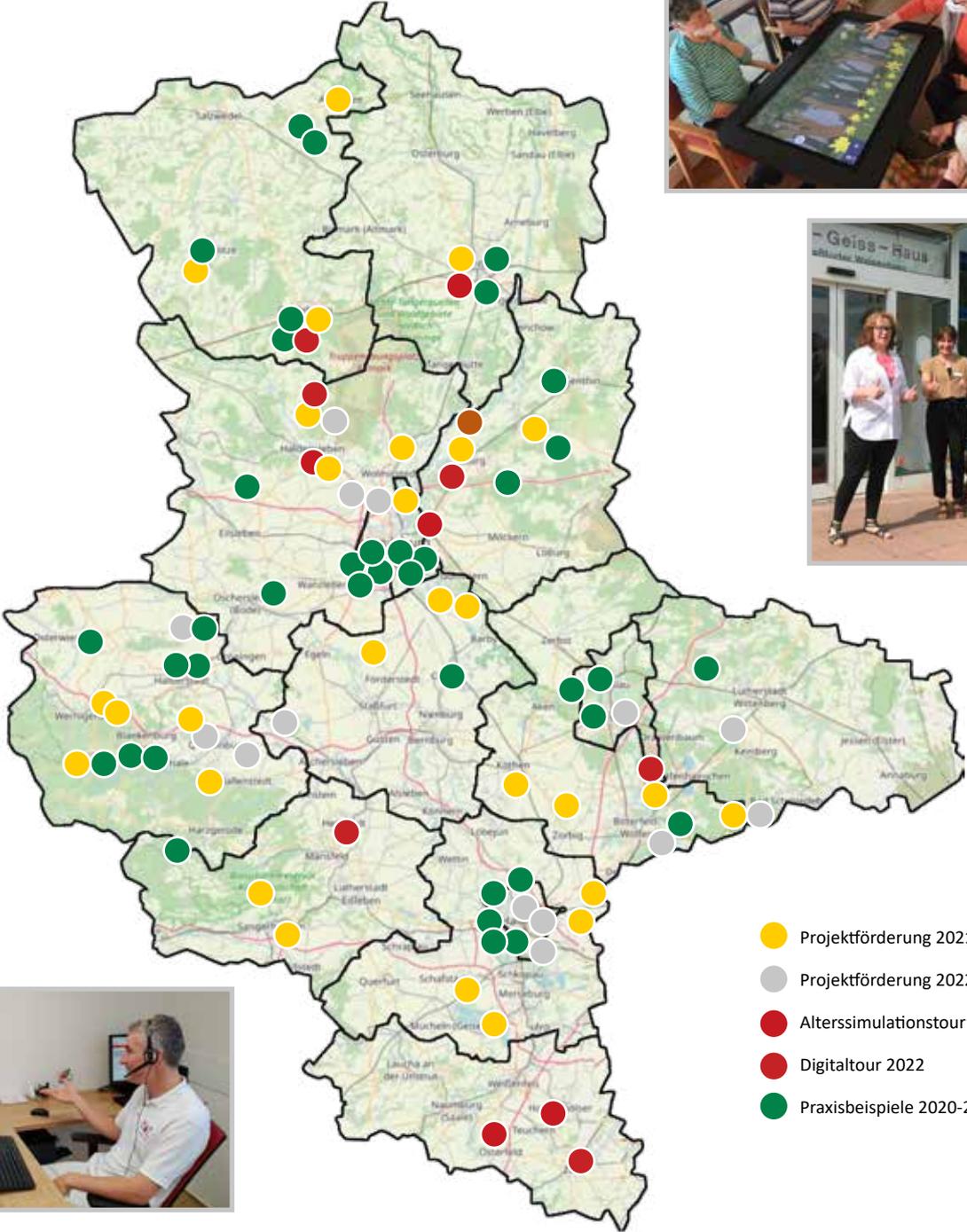
Die Beratungsstelle für kommunale Quartiersentwicklung in Sachsen-Anhalt (BEQISA) unterstützt als Ansprechpartnerin mit einer zentralen Informationsplattform und vier Regionalstellen Landkreise, kreisfreie Städte, Kommunen und Gemeinden in Zusammenarbeit mit regionalen und überregionalen Akteur*innen, indem sie diese vernetzt und fördert. Wissen der beteiligten Akteure wird ausgetauscht und zielgerichtet organisiert. Beqisa liefert über Beispiele guter Praxis Impulse, wie Quartiere gemeinsam altersgerecht entwickelt werden können und unterstützt mit Fortbildungen und Informationen zu Fördermöglichkeiten. Dabei stehen drei Themenschwerpunkte im Mittelpunkt: Wohnen, Technik und Versorgung im Quartier.

Ziele

- Förderung und Stärkung von Strukturen, die älteren Menschen mit und ohne Hilfe- und Pflegebedarf ein selbstständiges und selbstbestimmtes Leben im Quartier bis ins hohe Alter ermöglichen
- Dem Eintreten und der Zunahme von Pflegebedürftigkeit präventiv entgegenwirken
- Altersgerechte Entwicklungen und Prozesse vor Ort unterstützen und initiieren
- Landkreise, kreisfreie Städte, Kommunen und Gemeinden mit regionalen und überregionalen Akteuren vernetzen und fördern
- Wissen zur Quartiersentwicklung verbreiten
- Zukunftsweisende Beispiele guter Praxis zugänglich machen

Nachhaltigkeit

Die Bindung an den Ort wird immer wichtiger. Hier entstehen die engen, gemeinschaftlichen Beziehungen, die ein gedeihliches Dasein ermöglichen. Die meisten älteren Leute verbringen den allergrößten Teil ihres Lebens im lokalen und regionalen Bereich. Was vor ihrer Haustür geschieht, betrifft sie. Die Mitwirkung in lokalen Vereinen und Initiativen trägt dazu bei, die Potentiale des Quartiers für sich und die Mitmenschen zu entdecken und zu fördern. In Sachsen-Anhalt mit seiner überwiegend ländlich geprägten Struktur sichert der Aufbau lokaler Verantwortungsgemeinschaften in den Gemeinden und Dörfern eine nachhaltige altersgerechte Quartiersentwicklung.



- Projektförderung 2021
- Projektförderung 2022
- Alterssimulationstour 2022
- Digitaltour 2022
- Praxisbeispiele 2020-2022



Ausblick

Der Gesundheitszustand und das Gesundheitsverhalten einer Bevölkerung hängen ganz wesentlich von den Lebensbedingungen ab. Die Auswirkungen der Pandemie haben die wachsende Kluft zwischen Arm und Reich weiter verstärkt und damit auch die soziale und gesundheitliche Ungleichheit. Mehr denn je muss die Verringerung der gesundheitlichen Ungleichheit als gesamtgesellschaftliche Aufgabe verstanden und mit nachhaltigen politikübergreifenden Maßnahmen unteretzt werden. Dabei gilt es vor allem, die Lebensbedingungen der Menschen in Stadt und Land gesundheitsgerechter zu gestalten, so dass insbesondere die vulnerablen Zielgruppen in ihrer Gesundheit gestärkt werden.

Mit der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Sachsen-Anhalt ist eine Instanz geschaffen worden, interessierte Kommunalakteure bei der Entwicklung und Etablierung von Gesundheitsstrategien zu begleiten. Es zeigt sich, dass vor allem die Qualifizierungsangebote, die sowohl die Soft Skills der Kommunalakteure ausbauen und stärken als auch Beispiele guter Praxis verbreiten, maßgeblich zur Verbesserung der gesundheitlichen und sozialen Situation beitragen. Darüber hinaus bedarf es der individuellen Beratung und Begleitung von Kommunen, damit sie ihre Gesundheitsziele definieren und erreichen können. Da sich die Rahmenbedingungen vor Ort unterscheiden, sind Lösungsansätze vor diesem spezifischen Hintergrund partizipativ zu erarbeiten und zu implementieren.

Jede Entscheidung im kommunalen Kontext ist auch eine Entscheidung für die Gesundheit der Bevölkerung, deshalb muss Gesundheit als Querschnittsaufgabe verstanden werden. Sie zu entwickeln und zu implementieren kann über verschiedene Wege erfolgen. Einige Wege zu mehr Gesundheit weist diese Broschüre auf. Wenn darüber hinaus Prävention und Gesundheitsförderung in der Kommune gesetzlich verankert und somit verpflichtend wären, würde dies maßgeblich zu einer gesunden Stadtentwicklung beitragen.

Impressum

- Herausgeber: Landesvereinigung für Gesundheit
Sachsen-Anhalt e.V.
- Autorinnen Martina Kolbe, Mandy Weber, Dr. Elena Sterdt, Selena Malek
Seite 10: EUMEDIAS AG
Seite 12: EUMEDIAS Social Business gGmbH
Seite 14: Landesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen (LAGFA)
Sachsen-Anhalt e.V.
Seite 16: Volkssolidarität Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.
Seite 18: Lebenshilfe Ostfalen gemeinnützige GmbH
Seite 26: Beratungsstelle zur kommunalen Quartiersentwicklung
in Sachsen-Anhalt (BEQISA)
- Redaktion: Martina Kolbe
- Layout: Katrin Rost
- Fotos: Deckblatt: Adobe Stock - Africa Studio 184318113; Seite 5: LVG, Pixe-
lio - 50362 RKB by khv2; Seite 7: Adobe Stock - oksix 466536134 / Robert
Kneschke 28443506, Pixabay - Nicolás 6645247; Seite 9: Adobe Stock
- contrastwerkstatt 51538814; Seite 11: EUMEDIAS AG; Seite 13: EUME-
DIAS Social Business gGmbH; Seite 15: Landesarbeitsgemeinschaft der
Freiwilligenagenturen (LAGFA) Sachsen-Anhalt e.V.; Seite 17: Volkssolida-
rität Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.; Seite 19: Lebenshilfe Ostfalen
gemeinnützige GmbH, Adobe Stock - M.Dörr & M.Frommherz 91230123;
Seite 21/23/25: LVG; Seite 27: Beratungsstelle zur kommunalen Quartiers-
entwicklung in Sachsen-Anhalt (BEQISA); Karte mit Openstreetmap (Aus-
schnitt) CC BY-SA
- Auflage: 500
- Erschienen: 2022

Die Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. wird durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung des Landes Sachsen-Anhalt gefördert.

