

Via – Best Practice Gesundheitsförderung im Alter

Kommunale Netzwerke für Bewegung und Begegnung im Alter

Ergebnisse der Selbstevaluation mit Akteuren der Pilotgemeinden

Workshops vom 17.5.2016, in Rapperswil



(Bildquelle: Barbara Züger, Amt für Gesundheitsvorsorge)

Teilnehmende: Ludwig Altenburger (Stadtrat Alter, Buchs), Stefan Frei (Gemeindepräsident, Jonschwil), Therese Germann (IG Aktives Alter Jonschwil und Via Seniorenpool), Cécile Kessler (ZIA/Pro Senectute, Biel), Mirjam Gieger (GAZ/Pro Senectute Kanton Zug), Barbara Hotz (Leiterin Fachstelle Gesundheit und Alter, Baar), Matthias Müller (Stadtpräsident, Lichtensteig), Barbara Züger (Amt für Gesundheitsvorsorge, Kanton St. Gallen), Sabine Weber-Gygax (Gemeinderätin Alter und Soziales, Lichtensteig)

Moderation: Stefan Tittmann (Fachhochschule St Gallen)

Leitung und Dokumentation: Claudia Kessler (Via Koordinationsstelle)

Zusammenfassung:

Das Via Pilotprojekt «Kommunale Netzwerke für Bewegung und Begegnung im Alter» startete auf nationaler Ebene im Jahr 2014 und baute dabei auf bestehenden Erfahrungen mit Netzwerken im Kanton Bern (Gemeinden Biel und Langenthal) und Kanton Zug (Netzwerk Bewegen und Begegnen bis 100 «BBb100») auf. Nach einer Phase der Umsetzung in verschiedenen Pilotgemeinden der Kantone Bern, St.Gallen und Zug wurden gegen Ende der Pilotphase die gemachten Erfahrungen ausgewertet, damit sie in die Entwicklung eines Planungsleitfadens «Kommunale Netzwerke für Bewegung und Begegnung im Alter» einfließen können. Die Selbstevaluation der Beteiligten stellt das Herzstück der Evaluation des Pilotprojektes dar.

Hauptnutzen und Mehrwert von kommunalen Netzwerken für Bewegung und Begegnung im Alter:

Stärkung des Angebots für Bewegung und Begegnung:

- bei den Akteuren und der Zielgruppe wurde **Wissen über das vorhandene Angebot** geschaffen; am Netzwerktreffen und den diversen Anlässen konnten Angebote sichtbar und bekannt gemacht werden
- über die Vernetzung und gestärkte Zusammenarbeit der verschiedenen Akteurs- und Anbietergruppen konnten Angebote breiter beworben und **mehr Menschen der Zielgruppe für Angebote erreicht und sensibilisiert werden**
- über das gemeinsame Weiterentwickeln von Ideen im Netzwerk wurden bestehende **Angebote optimiert und besser auf die Bedürfnisse der Senior/innen ausgerichtet**
- in einigen Gemeinden wurde durch das Netzwerk ein positiver Wettbewerb zur **Schliessung von Angebotslücken** ausgelöst

Stärkung der Kooperation unter den Akteuren:

- das Netzwerk schaffte **Vertrauen unter den Akteuren**; man kennt sich besser und rückte sich näher
- die regelmässigen Netzwerktreffen geben eine Struktur vor, aus welcher **Kooperationen und neue Initiativen** entstanden
- das Netzwerk ermöglichte den informellen Austausch unter den Teilnehmenden; dabei entstanden als positiver Nebeneffekt auch **bilaterale Absprachen und Kooperationen**

Stärkung der älteren Bevölkerung in den Gemeinden:

- ein kommunales Netzwerk stärkt das **Verständnis für die Bedürfnisse und Ressourcen der älteren Menschen** in der Gemeinde und bei den Akteuren
- Akteure der kommunalen Netzwerke konnten **im Interesse der Zielgruppe lobbyieren** und zu einem **Wandel des Bilds des Alters** in den Gemeinden beitragen
- über die Netzwerkanlässe und -Aktivitäten konnten **neue «Aktive»/Freiwillige** gefunden werden; die Eigenverantwortung der Senior/innen konnte gestärkt werden

Haupterkenntnisse Selbstevaluation

Erfolge/ erste Anzeichen von Wirkungen

- Vernetzung zwischen den Anbietern, den Freiwilligen und den Professionellen und Behörden wird gelebt
- Den Gemeinden wurde bewusst, wie viele Angebote es schon gibt → Bedarf nach Vernetzung ergibt sich automatisch
- Professionelle Akteure (wie z.B. Ärzte) sind dank der Netzwerkaktivitäten besser über die Angebote informiert
- Zusammenarbeit zwischen Gemeinde und Pro Senectute klappt gut
- Eigenverantwortung der Akteure ist gestärkt, Bereitschaft zur Mitarbeit erhöht
- Veranstaltungen haben enormen Anklang- zum Teil mehr Anwesende als bei einer Gemeindeversammlung! In Jonschwil musste noch nie ein Angebot wegen mangelnder Beteiligung abgesagt werden!
- Es konnte in den Gemeinden und unter den Akteuren mehr Offenheit für das Thema der Gesundheitsförderung im Alter (GFIA) geschaffen werden
- Die Bevölkerung/Zielgruppe konnte für das Thema der GFIA sensibilisiert werden
- Die Freiwilligenarbeit wurde sichtbarer; die Bevölkerung und die Akteure lernten die Engagierten kennen und fanden einen persönlichen Zugang
- Die Ressourcen der Senioren stellen ein grosses Potential für die Gemeinden dar – dies konnte in der Zusammenarbeit aufgezeigt werden

Nutzen eines kommunalen Netzwerks

- Ein kommunales Netzwerk fördert die Zusammenarbeit der Akteure und das Verständnis für die Bedürfnisse und Ressourcen der Zielgruppe (Verständnis: Alter ist Bestandteil der Gemeinde)
- Wissen über das vorhandene Angebot wird geschaffen: Am Netzwerktreffen und den diversen Anlässen können die Anbieter ihre Angebote bekannt machen (z.B. Auflegen ihrer Broschüren, Angebote vorstellen, etc.)
- Über die Vernetzung der verschiedenen Akteurs- und Anbietergruppen können Angebote breiter beworben und mehr Menschen der Zielgruppe für Angebote erreicht und sensibilisiert werden
- Über das gemeinsame Weiterentwickeln von Ideen im Netzwerk können bestehende Angebote neu ausgestaltet und besser auf die Bedürfnisse der SeniorInnen ausgerichtet werden (Beispiele aus Biel: Tandem, Freizeitkaffee) → Mehrwert im Bestehenden schaffen!
- Es braucht Gefässe und Anlässe, um die Leute zusammen zu bringen und regelmässig zu vernetzen (in Biel trifft sich das Netzwerk 2x pro Jahr); die regelmässigen Netzwerktreffen geben eine Struktur vor, aus welcher Kooperationen und Initiativen entstehen können
- Das Netzwerk schafft Vertrauen unter den Akteuren; man kennt sich besser und rückt sich näher
- Das Netzwerk ermöglicht den informellen Austausch unter den Teilnehmenden; dabei entstehen auch bilaterale Absprachen und Kooperationen (positiver Nebeneffekt)
- Das Netzwerk kann einen positiven Wettbewerb um Angebotslücken auslösen
- Über die Netzwerkanlässe und –aktivitäten können neue «Aktive»/Freiwillige gefunden werden
- Die Ergebnisse aus dem Netzwerkprozess können in Aufgaben und Projekte der Behörden einfließen
- Ein kommunales Netzwerk und seine Akteure können im Interesse der Zielgruppe lobbyieren und «Druck ausüben», auch über einen Wechsel der politischen Verantwortlichen hinaus
- Langfristig schafft ein kommunales Netzwerk einen finanziellen Mehrwert und spart Kosten durch Vermeidung von Doppelspurigkeiten (vorerst Hypothese, ohne harte Belege)

Bewährtes

- Der «Via-Prozess» hat einen Anstoss geschaffen, und hat geholfen, Ideen zu entwickeln und systematisch vorzugehen → Es ist wichtig, dass ein Anstoss von aussen kommt
- Der Kanton oder die Pro Senectute ergreift die Initiative und unterstützt den Prozess, der Lead für die Netzwerkbildung soll bei/in der Gemeinde liegen
- Um Konkurrenzängste zu vermeiden hat es sich bewährt, wenn die Pro Senectute im Prozess einen neutralen Hut trägt
- Gemeinsam (Behörden, Akteure, ZielgruppenvertreterInnen) müssen den kleinsten gemeinsamen Nenner suchen und darauf aufbauen
- Es gilt, einen Fokus setzen, das Thema eingrenzen und klar zu definieren → einfacher als allzu breite Offenheit für alle möglichen Themen
- Beziehungsgeleitete Ansätze helfen, «Win-Win» Situationen zu kreieren, von denen alle Beteiligten einen Mehrwert haben → Nutzen für alle sichtbar machen
- Im Prozess der Bestandesaufnahme können Konkurrenzängste abgebaut werden
- Bestandesaufnahme zeigt vorhandene Angebote und Ressourcen auf: zeigt auf, was es alles schon gibt → man muss nicht bei Null anfangen
- Als «Quick Win» für eine Gemeinde bietet sich an, die Ergebnisse der Bestandesaufnahme zu veröffentlichen (z.B. Wochenagenda, etc.)
- Der Workshop 60+ mit Einbezug der Bevölkerung hat bei der Rollenklärung geholfen
- Neugier als Haltung → schafft Offenheit füreinander
- Es braucht Ergebnisoffenheit
- Gleichwertige Partnerschaften → Rollenklarheit
- Regelmässigen Austausch organisieren (runder Tisch)
- Immer wieder spiegeln und informieren: Was läuft im Netzwerk? → immer wieder alle mitnehmen
- Im Netzwerk kontinuierlich neue Informationen und Inputs einbringen (Biel arbeitet mit einem thematischen Schwerpunkt pro Treffen) → Wissenstransfer und Stärkung des Wissens der Akteure
- Es braucht zielgruppen-gerechte Anbieter: Anbieter, die selbst schon SeniorInnen sind können auch die «schwer erreichbare» Zielgruppe erreichen (Beispiel: «sicher z’Fuess» wird von einer älteren Physiotherapeutin angeboten)
- befristete Angebote sind populärer als Angebote, welche eine langfristige verbindliche Teilnahme voraussetzen
- Persönliche Einladung und Angebote an Orten anbieten, die der Zielgruppe vertraut sind
- Bewegungsangebote kommen besser an als Begegnungsangebote → über die Bewegungsangebote die Begegnung einbringen und stärken
- Regelmässige Veranstaltungen zu diversen Themen bringen Kontinuität

Ausgewählte Beispiele erfolgreicher Angebote:

Café Santé in Biel: hoher Bedarf; wird dreimal im Winter angeboten; offen für alle/keine feste Gruppe (Willkommenskultur); darüber konnten auch «schwer erreichbare» SeniorInnen erreicht werden. 3-teiliges Angebot (Begegnung mit Jungen, Bewegungsteil mit Physiotherapeutin, Fachinput zu Themen der Gesundheitsförderung im Alter auf Wunsch der Teilnehmenden)

Mittagstisch mit thematischem Input in Lichtensteig: niederschwellig, in Restaurant mit günstigem Essen, ohne Anmeldung, hohe Teilnehmerate (60 Teilnehmer/2000 Einwohner), selbstgewähltes Thema, erreicht auch «schwer Erreichbare»

Sichere Mobilität für Senioren in Jonschwil: unter Mitwirkung und auf Anregung der IG Aktives Alter (13 Personen, die sich in verschiedenen Arbeitsgruppen engagieren) konnten 9 neue Bänkli in der Gemeinde aufgestellt werden. Der Standort der Bänke wurde zusammen mit der IG Aktives Alter bestimmt.

Bewegungs- und Gedächtnistraining mit selbstorganisiertem Café in Jugendtreff im Kanton Zug: Gemeinde subventioniert das Angebot, man bezahlt nur, wenn man kommt. Tripartite Kooperation zwischen Gemeinde, Pro Senectute und Seniorenverein

Kurzwandergruppe im Kanton Zug: um gebrechlicheren SeniorInnen die Teilnahme zu ermöglichen, wurde ein neues Angebot mit Kurzwanderungen und anschliessendem kostenlosem Kaffee geschaffen; wöchentlich treffen sich so ca. 20 Personen

☞ *Eine Übersicht mit weiteren neuen oder gestärkten Angeboten in den Pilotgemeinden findet sich im Anhang (Mindmaps).*

Schwierigkeiten und Risiken

- Erwartung für schnelle Erfolge von beiden Seiten: manchmal haben die SeniorInnen aus Sicht der Gemeinde unrealistische Erwartungen («Anspruchsmentalität», es können Begehrlichkeiten geweckt werden); andererseits möchten die Gemeinden und Akteure «Quick Wins»
- Finanzielle Ressourcen sind oft begrenzt oder werden gar nicht erst zur Verfügung gestellt
- Wenn eine gesetzliche Grundlage für die Altersarbeit fehlt oder nicht verbindlich umgesetzt wird, ist das Risiko hoch, dass ein kommunales Netzwerk als eine der ersten Massnahmen Sparübungen zum Opfer fällt
- Angst vor Konkurrenz unter den Akteuren muss abgebaut werden
- Partizipation: Angst vor Schattenpolitik; Alibipartizipation muss vermieden werden, um die Freiwilligen nicht zu demotivieren
- Wenn die Rollen zwischen der Gemeinde und den Engagierten nicht geklärt sind und SeniorInnen «zu stark» werden und «zu viel» Eigeninitiative ergreifen, kann das auch zu Konflikten/Spannungen mit den Gemeindebehörden führen (es «menschelät»); Dialog zwischen den Politikern und SeniorInnen kann eine Herausforderung darstellen (Zitat: «Altersarbeit ist immer politisch»)
- Die «Lead»-Personen der SeniorInnen müssen bei der Zielgruppe eine hohe Akzeptanz geniessen, um Prozesse und Plattformen ins Rollen zu bringen
- Es ist schwierig, jemanden zu finden, der/die den Lead übernimmt → es braucht Verstetigung
- Ärzte sind für die Zusammenarbeit schwer erreichbar

Weitere Lernerfahrungen

- Ein kommunales Netzwerk ist nicht die Lösung für alle Probleme! Es sind auch nicht alle Akteure und Anbieter bereit, im Netzwerk mitzuwirken – damit muss man leben
- SeniorInnen der Babyboomer Generation sind aktiv; die Bereitschaft der Bevölkerung zur Mitwirkung ist vorhanden; die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen ist zum Teil aber begrenzt (viele SeniorInnen wollen keine neuen Verpflichtungen)
- Es muss darauf geachtet werden, bei der Zielgruppe keine falschen Erwartungen zu wecken

Es braucht:

- Viel Zeit für die Entwicklung solider Kooperationsprozesse; die Rollenfindung der Akteure ist komplex und es ist nicht einfach, eingeschliffene Prozesse und Rollenverständnisse aufzuweichen/neu zu gestalten → es braucht einen langen Atem, man muss ausprobieren können, was funktioniert, was nicht.
- Langfristiges Denken – Verstetigung ist wichtig
- Einen Kulturwandel und eine konstruktive Gesprächskultur in den Gemeinden
- Ressourcen: Freiwilligenarbeit ist nicht gratis zu haben; Koordination braucht Ressourcen (idealerweise Stellenprozente für die Entwicklung kommunaler Netzwerke auf Ebene der Gemeinde)
- Klare Rollen: Gemeinde, Fachleute und - Organisationen, Freiwillige/ Zielgruppenorganisationen
- Wertschätzung - ein Muss, um SeniorInnen und Akteure langfristig zu motivieren und einzubinden
- «Hüter» des Netzwerks und des roten Fadens
- eine langfristige «Pflege» der Aktiven, um ein Netzwerk am Leben zu erhalten

Braucht es für die beschriebenen Ergebnisse ein kommunales Netzwerk?

Die Anwesenden sind sich einigen: in grösseren Gemeinden unbedingt, ja! Das Netzwerk muss jedoch an die Gemeindestrukturen angepasst werden.

Soll die Vernetzung eher auf regionaler oder auf kommunaler Ebene erfolgen?

Professionelle Angebote (z.B. Gesundheitsversorgung) werden eher regional/national diskutiert; Angebote der Zivilgesellschaft dagegen vor allem auf der kommunalen Ebene. Bisher ist die Verbindung zwischen diesen beiden «Welten» gering; gerade für die Prävention wäre dies aber zentral. Kommunale Netzwerke können diese Akteure (und auch die Bereiche Gesundheit und Soziales) näher zusammenbringen. Ideal wäre ein kommunales Netzwerk mit übergeordneten regionalem/kantonalem Netzwerk (Bsp. Kanton ZG, und geplant im Kanton SG) → wichtig ist dann ein gutes Schnittstellenmanagement.

Nächste Schritte

Die Netzwerkentwicklung ist ein laufender Prozess, der nicht abgeschlossen ist. In allen anwesenden Gemeinden wird der Prozess weiterlaufen. In der Gemeinde Lichtensteig ist ein Netzwerktreffen mit der Bevölkerung geplant. Die Arbeiten in den verschiedenen Arbeitsgruppen laufen weiter. Über die Gründung eines Netzwerks der professionellen Akteure soll noch entschieden werden. In Buchs läuft vorerst das Netzwerk als solches nicht weiter. Die im Prozess initiierten Angebote und Anlässe werden jedoch im Rahmen der Altersarbeit der Gemeinde weitergeführt. In Jonschwil ist ein Netzwerktreffen der Anbieter geplant. In Zusammenarbeit zwischen der IGAA und dem Gemeinderat werden die Ideen weiterentwickelt. Auch in Baar und Biel geht es weiter.