

Neues Handlungsfeld auf den Weg gebracht Aktionstag „Gesund im Giebel - auch im Alter“



Carolin Schork und Marion Goß präsentieren die neue Broschüre „Gesund im Giebel - auch im Alter“, die Angebote für Ältere und Menschen mit Unterstützungsbedarf zusammenfasst

Das Projekt Soziale Stadt Giebel hat Zuwachs bekommen. Bisher wurden in den vier Themengruppen „Soziales und kulturelles Miteinander“, „Wohnen und öffentlicher Raum“, „Kinder und Jugendliche“ sowie „Initiative der Geschäftsleute“ verschiedene Handlungsfelder bearbeitet. Mit dem „Runden Tisch Gesundheit“ ist ein weiteres Handlungsfeld hinzugekommen.

„Das Thema Gesundheit lag uns von Anfang an am Herzen“, erklären Carolin Schork vom Info-Eck Giebel und Marion Goß vom Haus der Begegnung unisono. In den vier Themengruppen der Sozialen Stadt sei dieses Thema auch immer wieder zur Sprache gekommen und daraus sei schließlich die Idee entstanden im Bereich Gesundheit ein Projekt auf die Beine zu stellen - Titel: „Gesund im Giebel - auch im Alter“.

Um die nötigen Mittel für das Projekt zu bekommen, wurde im vergangenen Jahr beim Landesgesundheitsamt der Antrag gestellt, in das vom Familienministerium geförderte Programm „Wie geht's? Gesundheitsförderung in der Sozialen Stadt“ aufgenommen zu werden. Dem Antrag wurde entsprochen, so dass ein „Runder Tisch Gesundheit“ ins Leben gerufen werden konnte.

„Eingeladen wurden alle, die in Giebel mit älteren Menschen, mit Gesundheit und mit Bewegung zu tun haben“, berichtet Schork. Von den eingeladenen Ärzten sei leider nur einer gekommen, der habe sich aber bereit erklärt seine Kollegen direkt anzusprechen, wenn deren Hilfe bei einem konkreten Projekt nötig ist.

Bei diesem ersten runden Tisch sei klar geworden, dass es in Giebel bereits sehr viele Angebote für ältere Menschen gibt, so Schork

weiter. In der Tat reicht das Bewegungsangebot von Ausflügen über Beckenbodengymnastik und Sturzprävention bis zur Wandergruppe. Darüber hinaus werden aber auch Beratungen und Hilfen zu den verschiedensten Themen angeboten. Sämtliche Angebote wurden in einer Broschüre zusammengefasst, die ab Juni bei Ärzten und Apotheken erhältlich sein wird. Die Broschüre enthält sämtliche Anbieter und die dazugehörigen Ansprechpartner sowie eine Liste mit sämtlichen Ärzten, die in Giebel praktizieren - samt Rufnummer und Sprechzeiten.

Parallel zu den Treffen des runden Tisches Gesundheit wurde in Giebel auch eine Umfrage bei den älteren Mitbürgern durchgeführt, um zu erfahren, wo im Bereich der Gesundheitsangebote noch Bedarf besteht. Ergebnis dieser Umfrage sei gewesen, dass sehr viele ältere Mitbürger alleine leben und auch gar nicht mehr aus ihrer Wohnung kommen. „Viele vor allem deshalb, weil sie sich ganz einfach nicht trauen ohne Hilfe rauszugehen oder Angst haben, hinzufallen“, erläutert Goß, die die Umfrage durchgeführt hat. Herausgekommen sei bei der Umfrage auch, dass vielen Älteren der im Haus der Begegnung angebotene Mittagstisch sehr wichtig ist. Und die Umfrage habe auch zutage gebracht, dass viele ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger mit Migrationshintergrund gar nicht wissen, welche Angebote und vor allem auch welche Hilfen ihnen zur Verfügung stehen.

Aufgrund der Umfrageergebnisse wurden in den vergangenen Wochen bereits zwei neue Angebote auf den Weg gebracht. Zum einen werden im Haus der Begegnung immer mittwochs ab 9 Uhr von der Ergotherapeutin Claudia Sturm Übungen zur Sturzprävention angeboten. Das Angebot werde bezuschusst und erfreue sich

großer Nachfrage, erklärt Goß. Angeboten wird außerdem eine Spaziergehgruppe, die von Christa Dettmer und Ina Götz geleitet wird. Die Gruppe trifft sich ebenfalls mittwochs (das nächste Mal am 18. Mai) um 14.30 Uhr vor dem Haus der Begegnung. Von dort geht es auf einen gemütlichen Spaziergang mit anschließender Einker. Der Spaziergang ist begleitet, so dass auch Menschen mit Rollator oder Rollstuhl daran teilnehmen können. Das Tempo werde den Teilnehmern abgepasst, erklärt Goß.

Ein weiteres Angebot soll im neuen Jahr hinzukommen - der sogenannte aktivierende Hausbesuch. In Tübingen gebe es ein entsprechendes Angebot zusammen mit dem Deutschen Roten Kreuz (DRK). Das Angebot sieht so aus, dass geschulte Übungsleiterinnen des DRK zu den Menschen nach Hause gehen und mit ihnen dort Übungen machen. Zudem würden sich die allesamt ehrenamtlich tätigen Übungsleiterinnen auch Zeit für ein Gespräch nehmen. In Tübingen sei es dadurch gelungen, das Menschen wieder soweit mobilisiert werden konnten, dass sie selbst aus dem Haus gegangen seien, erzählt Schork begeistert.

„Ein solches Angebot können wir uns auch für Giebel vorstellen und haben deshalb Kontakt zum DRK aufgenommen“, berichtet

Schork. Dabei sei herausgekommen, dass das DRK Stuttgart aktuell dabei ist, die Voraussetzungen zu schaffen, aktivierende Hausbesuche auch in Stuttgart anzubieten. „In Giebel könnte Anfang 2012 der Startschuss fallen“, so Schork. Der runde Tisch Gesundheit könne sich vorstellen, bereits im Herbst eine Auftaktveranstaltung zu machen, bei der dieses Angebot vorgestellt wird.

Um die bereits vorhandenen Angebote in Giebel einmal richtig Publik zu machen, findet am 21. Mai der Aktionstag „Gesund in Giebel - auch im Alter“ auf dem Ernst-Reuter-Platz statt. Von 10 bis 16 Uhr stellen an dem Samstag insgesamt 22 Vereine, Institutionen und Firmen ihre Angebote für Ältere vor. „Alle Teilnehmer haben sich ein Mitmachangebot einfallen lassen, damit die Besucher des Aktionstages auch selbst aktiv werden können“, so Schork. Wer an den Aktionen teilnehme, bekomme einen Stempel und wer genügend Stempel gesammelt hat, nehme dann an einer Verlosung mit tollen Preisen teil. Zu gewinnen gibt es zum Beispiel eine große homöopathische Hausapotheke, Essensgutscheine, Gutscheine zur Teilnahme an Sportangeboten und vieles mehr. Ein Besuch beim Aktionstag ist aber auf jeden Fall ein Gewinn insofern man erfährt, was es in Giebel alles für ältere Menschen gibt.

Text/Foto: Tommasi

In und um Weilimdorf, 13. Mai 2011