

# Workshop „Älter werden im Quartier“



## [PROTOKOLL]

zum Workshop „Älter werden im Quartier“ am 18. April 2018 in Dreieich

**Workshop: „Älter werden im Quartier“  
am 18. April in Dreieich von 10:00 bis 16:00 Uhr**

- 09:45 Uhr Ankommen**
- 10:00 Uhr Begrüßung**  
Ellen Grohe, Stadt Dreieich, Fachbereichsleitung Soziales, Schule und Integration
- 10:15 Uhr Vortrag:** Prof. Dr. Michael May, Hochschule Rhein Main, AMIQUUS-Projekt (Ältere Migrant(inn)en im Quartier)
- 11:45 Uhr Vorstellung:** Koordinierungsstelle für Gesundheitliche Chancengleichheit, (HAGE) und Gesund Altern (HAGE)
- 12:15 Uhr Mittagspause**
- 13:30 Uhr Arbeitsgruppen** mit Projektvorstellungen und Vernetzungscharakter  
**AG 1:** Projekt „Älter werden im Stadtteil“ Projektgruppe Margaretenhütte, Gießen  
**AG 2:** Projekt des AKSB Waldtal, Marburg  
**AG 3:** Projekt „Meet & Eat“, Dreieich Sprendlingen
- 15:30 Uhr Klärung offener Fragen/Austausch**
- 16:00 Uhr Ende der Veranstaltung**

# Vortrag: „Älter werden im Quartier (nicht nur von Zugewanderten)“

Zu Beginn des ganztägigen Workshops präsentierte Prof. Dr. Michael May von der Hochschule RheinMain Ergebnisse aus den zwei Forschungsprojekten AMIQUS (Ältere Migrant\_innen im Quartier) und OPEN (Interkulturelle Öffnung der Pflegeberatung). Beide Projekte beschäftigen sich mit den speziellen Bedarfen älterer Menschen, wirklichen und vermeintlichen Besonderheiten in Bezug auf deren Migrationsgeschichte und den daraus entstehenden Herausforderungen für die Gemeinwesenarbeit. Sowohl die [Präsentation](#) von Prof. Dr. May wie auch einen [Artikel](#) zum Thema von Alexandra Zein und ihm, auf den mehrfach Bezug genommen wurde, finden Sie auf unserer Homepage.



# Vorstellung (HAGE): Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit und Gesund Altern

Im Anschluss an den Vortrag stellten Béatrice Frank und Jonathan Sandner von der HAGE (Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.) den Verein vor und gingen auf



die Themenbereiche „Gesund Altern“ und „Koordinierungsstelle für Gesundheitliche Chancengleichheit“ genauer ein. Die Koordinierungsstelle engagiert sich für Gesundheitsförderung und -prävention von sozial benachteiligten Bevölkerungsgruppen und unterstützt die Akteur\_innen in den Kommunen beim Aufbau von integrierten kommunalen Strategien.

Dabei steht sie auch Ihnen gerne beratend zur Verfügung.

Die Präsentation der HAGE finden Sie [hier](#).

# Arbeitsgruppen mit Projektvorstellungen und Vernetzungscharakter

In drei Arbeitsgruppen wurden anschließend mehrere Projekte verschiedener Standorte, die sich speziell an ältere Menschen richten, kurz vorgestellt, gemeinsam Erfahrungen ausgetauscht und über Perspektiven diskutiert. Im Folgenden werden die einzelnen Projekte kurz skizziert und – sofern vorhanden – auf weiterführende Informationen verwiesen.



## *Stadtteilspaziergang*

Der Stadtteilspaziergang ist eine Kooperation zwischen der Seniorenarbeit Dreieich und dem Stadtteilzentrum. Er richtet sich gezielt an ältere Menschen mit Bewegungseinschränkungen, die sich gerne noch an der frischen Luft bewegen wollen, dies aber nicht mehr ohne weiteres können. Beworben wurde das ganze über einen Zeitungsartikel und über direkte Ansprache von bekannten Senior\_innen im Quartier. Somit konnten neue Senior\_innen erreicht werden, die bisher nicht ans Stadtteilzentrum angebunden waren.

Der Spaziergang dauert in etwa 30-45 Minuten und im Schnitt nehmen 10 Personen am Angebot teil. Der Weg des Spaziergangs wird bisher von den Mitarbeiter\_innen im Vorfeld abgegangen und auf Hindernisse wie Stufen hin überprüft. Auch wird sichergestellt, dass die Wege durchgehend befestigt sind, sich immer wieder Bänke zum Ausruhen an der Strecke befinden und der Weg abgekürzt werden kann, sollte dies für einzelne Spaziergänger\_innen nötig sein. Zukünftig sollen die Senior\_innen in die Wegeplanung mit eingebunden werden. Auch wäre es möglich, die Stadtteilspaziergänge als Stadtteilbegehung zu nutzen, um auf Barrieren im Quartier aufmerksam zu machen und es somit noch senior\_innen- aber auch familienfreundlicher zu gestalten.

Im Nachgang des Spaziergangs gibt es die Möglichkeit ein einfaches Mittagessen im Nachbarschaftszentrum zu sich zu nehmen (Kosten: 2,50€). Zu diesem erscheinen neben den Spaziergänger\_innen auch andere Senior\_innen, die nicht in der Lage sind am Spaziergang teilzunehmen. Hier werden etwa 15-20 Senior\_innen erreicht. Es besteht das Angebot, dass eine Portion des Essens

(sofern noch etwas zur Verfügung steht) gegen eine kleine Spende (deren Summe nicht festgelegt ist) mitgenommen werden kann. Insbesondere für alleinstehende Senior\_innen ist dies ein attraktives Angebot.

### *Urlaub ohne Koffer*

Der Urlaub ohne Koffer ist eine Reihe von Tagesausflügen, die hochbetagten Senior\_innen die Möglichkeit eines „Urlaubs“ geben soll, ohne dabei einen Koffer zu packen oder in fremden Betten übernachten zu müssen. Teilnehmen können an dieser Maßnahme 16 Personen, die von zwei Hauptamtlichen und acht Helfer\_innen begleitet werden. Der hohe Betreuungsschlüssel ist aufgrund des teilweise sehr starken Unterstützungsbedarfes der Teilnehmenden notwendig.

Zentrale Merkmale des Tagesprogramms sind, dass alle Aktivitäten explizit auf Senior\_innen ausgerichtet sind, einen Urlaubscharakter haben und den Teilnehmenden einen gewissen Input geben. Es wird insbesondere darauf geachtet, dass nicht zu viel Programm geboten wird und es auch immer wieder ausgiebig Zeit für Pausen gibt.

Ein Programmpunkt in diesem Jahr wird bspw. ein Ausflug nach Frankfurt sein, bei dem eine Stadtführung angeboten wird, in der die Teilnehmenden in Fahrrad-Rikschas durch die Stadt gefahren werden.

Auch hier findet die Werbung insbesondere über die Zeitung statt. Da erfahrungsgemäß die Nachfrage weit höher ist als die zur Verfügung stehenden Plätze, wird die Gruppe gezielt zusammengestellt. Hierbei wird insbesondere auf die Fähigkeiten der Senior\_innen geachtet. Denn es ist sowohl wichtig, Menschen mit starken Einschränkungen das Angebot offen zu halten, als auch Menschen mit in der Gruppe zu haben, die noch fitter sind, um eine gewisse Dynamik in der Gruppe zu ermöglichen.

Der Urlaub ohne Koffer findet in Dreieich an vier aufeinander folgenden Tagen statt und kostet 100€ Teilnehmendenbeitrag, in dem alles enthalten ist.

Die Kommune Rüsselsheim gibt als Anregung mit auf den Weg, dass dieses Angebot dort zwar auch an vier Tagen innerhalb einer Woche stattfindet, nach zwei Tagen allerdings ein Pausentag eingelegt wird, um den Senior\_innen die Möglichkeit zu geben, sich ein wenig zu erholen und neue Kraft zu sammeln.

Weiterführende Links:

- [Pressemitteilung der Stadt Dreieich zum „Urlaub ohne Koffer“](#)
- [Artikel im FOCUS zum Projekt](#)



## *Foodsharing*

Das Stadtteilzentrum in Dreieich beherbergt einen so genannten „Fairteiler“. In diesen können Menschen oder auch Geschäfte Lebensmittel geben, die überzählig sind oder nicht mehr benötigt werden. Andere Menschen können sich diese dann aus dem „Fairteiler“ herausnehmen. Dieses System wird auch zunehmend von mehr Senior\_innen gerne genutzt.

- [Homepage des „Fairteilers“](#)



## *Das wandernde Café*

In Wetzlar wird in der Sommerzeit einmal wöchentlich ein mobiles Café aus Festzeltgarnituren, Geschirr, Kaffee und Gebäck an unterschiedlichen Plätzen im Quartier aufgebaut. Wann und wo das Café stattfindet, wird den Bewohner\_innen in Form von Aushängen in den Hauseingängen mitgeteilt. Diese können, wenn sie möchten, etwas zum Café beisteuern oder nutzen einfach so die Gelegenheit am Café teilzunehmen. Dies gab vielen Senior\_innen die Möglichkeit, an einem Angebot direkt vor ihrer Haustür teilzunehmen und neue Kontakte zu knüpfen.

- [Flyer der wandernden Cafés](#)
- [Veranstaltungsorte und Termine des wandernden Cafés](#)

## *MahlZeit*

Einmal die Woche findet im Stadtteilzentrum Hirschsprung-Breitensee in Dreieich ein offener Mittagstisch statt, bei dem vor Ort durch eine angestellte Köchin mit zwei Helfer\_innen frisch gekocht wird. Serviert werden drei Gänge für einen Preis von 3,50€ und auch hier besteht das Angebot, dass übrig gebliebenes Essen gegen eine kleine Spende mitgenommen werden kann.



Angesprochen werden besonders Senior\_innen, Alleinstehende, sowie Menschen mit geringer Mobilität oder wenigen sozialen Kontakten. Das regelmäßige Zusammenkommen fördert nicht nur den Austausch und die Kommunikation untereinander sondern motiviert auch zum Kennenlernen verschiedener Generationen und Kulturen. Es stärkt den Zusammenhalt und das Gemeinschaftsgefühl der Anwohnerinnen und Anwohner im Stadtteil.

- [Artikel der Offenbacher Post zur „MahlZeit“](#)

## *Meet & Eat*



Mit dem Angebot „Meet & Eat“ wird im Stadtteilzentrum in Dreieich die Möglichkeit geboten, Gerichte gemeinsam zuzubereiten und im Anschluss zusammen zu essen. In wechselnden Konstellationen wird an zwei Wochentagen einmal mittags schwerpunktmäßig gekocht und nachmittags einmal gebacken. Besonders hierbei ist die Eigenständigkeit und das Engagement, denn die freiwilligen Gastgeber\_innen kommen selbst aus dem Quartier und waren bislang vor allem als Gast im Stadtteilzentrum. Bei diesem Angebot kommt es zu einer familiären Atmosphäre, da Jung und Alt zusammenkommen und jedem die Möglichkeit gegeben wird, sich seinen Wünschen entsprechend kulinarisch auszuleben. Obwohl es sich dabei nicht um ein explizites Angebot für ältere Menschen handelt, ist es unter diesen gerade wegen des generationsübergreifenden Charakters sehr beliebt.

- [Pressemitteilung der Stadt Dreieich zu „Meet & Eat“](#)

## Weitere Angebote für ältere Menschen im Stadtteilzentrum Dreieich

Des Weiteren werden im Stadtteilzentrum verschiedene Bewegungsangebote für Senior\_innen umgesetzt, so zum Beispiel Seniorengymnastik und „Fit im Forum“. Das Stadtteilzentrum ermöglicht Gruppen älterer Menschen auch selbstorganisierte Treffen, indem die Räume zur Verfügung gestellt werden. So bildete sich eine Rommé-Damen-Runde, welche sich wöchentlich trifft und inzwischen auch andere Spielbegeisterte anzieht.



The flyer is for 'Schwimmbus' by AKSB. It features a blue background with white and black text. At the top left is the AKSB logo. At the top right is a small icon of a bus. The main title 'Schwimmbus' is in large, bold, black letters. Below it, the text reads: '50 plus ins Aquamar – immer montags, 9.45 Uhr Treffpunkt: Parkplatz vor der Kita'. Further down, it states: 'Kosten: 2,- Euro (inkl. Eintritt) Schwimmzeit: 10.00 – 12.00 Uhr Wassergymnastik von 10.30 – 11.00 Uhr (gratis)'. In the center is a black silhouette of a swimmer in the water. At the bottom, it says: 'Haben Sie Fragen? Wenden Sie sich an Inge Stein (AKSB), Tel. 69002-11'.

**AKSB**  
Aktionen • Veranstaltungen • Kurse • Workshops • Seminare • Projekte

**Schwimmbus**

**50 plus** ins Aquamar –  
immer montags, 9.45 Uhr  
Treffpunkt: Parkplatz vor der Kita

Kosten: 2,- Euro (inkl. Eintritt)  
Schwimmzeit: 10.00 – 12.00 Uhr  
Wassergymnastik von 10.30 – 11.00 Uhr (gratis)

Haben Sie Fragen?  
Wenden Sie sich an Inge Stein (AKSB), Tel. 69002-11

## Schwimmbus

Der Schwimmbus ist ein Angebot des AKSB Marburg, das sich an ältere Bewohner\_innen der Waldtalsiedlung richtet. Einmal wöchentlich können die Teilnehmer\_innen für zwei Stunden das örtliche Schwimmbad nutzen inkl. einer halben Stunde Wassergymnastik. Durch eine Kooperation mit dem Badbetreiber konnte ein vergünstigter Eintrittspreis vereinbart werden und so mehr Menschen die Teilnahme ermöglicht werden.

## Locker vom Hocker

Seit April diesen Jahres wird in Marburg zusätzlich ein wöchentliches Bewegungstraining angeboten, an dem Menschen ab 50 Jahren unter Anleitung in den Räumen der örtlichen Kita teilnehmen können. Genauso wie im Falle des Schwimmangebots wird es explizit nicht als „Senior\_innen-Angebot“ beworben, sondern als „50plus“ – die Erfahrung zeigte, dass so mehr Menschen das Angebot in Anspruch nehmen und das stellenweise schambesetzte Thema eines hohen Alters umgangen wird.

AKSB  
Arbeitskreis Soziale Brennpunkte Marburg e.V.

in Kooperation mit  
vhs  
MARBURG

# Training *50 plus:*

*Locker vom Hocker!*

Start: **Dienstag, 10. April**  
**18.00 - 19.00 Uhr**  
Kita „Die kleinen Strolche“  
(Sankt-Martin-Straße 16)

Kosten: 2,50 Euro pro Termin  
Zunächst 10 Termine

Wenn es warm und trocken ist, gehen wir auch raus!



Der „Einkaufservice Waldtal“ richtet sich an alle BewohnerInnen des Waldtals. Mit diesem durch Ehrenamtliche ermöglichten Service haben Sie die Gelegenheit, einmal in der Woche zu einem Einkaufsort gefahren und im Anschluss bis nah an Ihr Zuhause gebracht zu werden. Die Rahmenbedingungen:

### Ab 09. April:

- Montag 13.30-15.30 und Donnerstag 9.00-11.00 Uhr / Kostenbeitrag 1,-€
- Es stehen 7 Sitzplätze zur Verfügung, Kleinkinder nur nach Absprache (im Stadtebüro)
- Treffpunkt am GWH-Parkplatz (Nähe Kita)
- Der jeweilige Einkaufsort (Wehrda, Cappel etc.) wird nach Absprache angefahren

Sie haben Fragen?

Ansprechpartnerin im AKSB Marburg e.V. Inge Stein Tel: 06421/ 69 00 2-11

Gefördert durch:



## Einkaufservice

Der „Einkaufservice Waldtal“ richtet sich ebenfalls besonders an ältere Bewohner\_innen des Waldtals in Marburg, wird aber – wie auch die beiden Sportangebote – nicht explizit so beworben, um die Hemmschwelle zur Inanspruchnahme möglichst niedrig zu halten. Zweimal wöchentlich bieten Ehrenamtliche die Möglichkeit, bis zu sieben Personen mit einem Bus zu Hause abzuholen, zu einem Einkaufsort zu fahren und nach dem Einkaufen wieder nach Hause zu bringen.

### *Initiative Linie 3*

Als die Stadtwerke Marburg im Dezember 2013 den Betrieb der Buslinie 3, die das Walddal mit der Innenstadt verband, einstellten, bedeutete das vor allem für viele ältere Bewohner\_innen eine enorme Einschränkung in ihrem Alltag. Mehrere Bewohner\_innen gründeten mit Unterstützung des AKSB Marburg eine Initiative zum Erhalt der Linie 3, verfassten mehrere offene Briefe an die Stadt Marburg und den Oberbürgermeister und konnten im Walddal über 200 Unterstützer\_innen gewinnen. Nach längerer öffentlicher Debatte setzte die Stadt Marburg das Bürgerbegehren um, sodass seit Dezember 2015 der Betrieb der Linie 3 wieder aufgenommen wurde. Als ein besonderes Beispiel der politischen Partizipation älterer Bewohner\_innen stieß es im Austausch der Arbeitsgruppe auf viel Interesse.



- [Bekanntmachung der Stadt Marburg zur Wiederaufnahme des Betriebs](#)

# Vielen Dank für Ihre Teilnahme am Workshop!

Bei Rückfragen steht Ihnen gerne die GWA-Serviceestelle unter [gemeinwesenarbeit@lagsbh.de](mailto:gemeinwesenarbeit@lagsbh.de) oder 069/257828-50 zur Verfügung.

**Wir freuen uns, Sie auf weiteren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen!**