



DEUTSCH-FRANZÖSISCH-
SCHWEIZERISCHE
OBERRHEINKONFERENZ



CONFERENCE
FRANCO-GERMANO-SUISSE
DU RHIN SUPERIEUR

TRINATIONALES KOMPETENZZENTRUM für Ihre Gesundheitsprojekte



GESUNDHEIT OHNE GRENZEN
SANTÉ SANS FRONTIÈRE

Tagungsbericht
Gesundes Altern am Oberrhein:
Perspektiven aus den drei Ländern

Deutsch-französisch-schweizerische Fachtagung
Basel – 28. März 2019



Fonds européen de développement régional (FEDER)
Europäischer Fonds für regionale Entwicklung (EFRE)



Dépasser les frontières : projet après projet
Der Oberrhein wächst zusammen, mit jedem Projekt

Tagungsbericht

Gesundes Altern am Oberrhein: Perspektiven aus den drei Ländern

Deutsch-französisch-schweizerische Fachtagung
Basel– 28. März 2019

Dieses Dokument stellt ein Modul einer Studie dar, die vom trinationalen Kompetenzzentrum TRISAN im Auftrag der Arbeitsgruppe Gesundheitspolitik der Deutsch-französisch-schweizerischen Oberrheinkonferenz erarbeitet wurde und sich ausgiebig mit dem Thema Pflege beschäftigt. Ziel der Studie ist es, die gegenseitigen Kenntnisse der Systeme zu vertiefen, eine Bestandsaufnahme der Strategien und Projekte in den drei oberrheinischen Gesellschaften zu realisieren und die Potentiale und Bedarfe der grenzüberschreitenden Zusammenarbeit zu identifizieren.

Die Publikationen von TRISAN sind online in deutscher und französischer Sprache unter www.trisan.org / Publikationen verfügbar.

Ce document constitue l'un des modules d'une étude élaborée par le centre de compétences TRISAN à la demande du groupe de travail Politiques de santé de la Conférence franco-germano-suisse du Rhin Supérieur sur le sujet de la prise en charge de la perte d'autonomie. Cette étude vise à approfondir la connaissance mutuelle des systèmes, connaître les stratégies et projets conduits de part et d'autre de la frontière et identifier les besoins et potentiels de coopération transfrontalière.

Les publications de TRISAN sont disponibles en version française et allemande sur le site internet de TRISAN (www.trisan.org > Documentation).

Diese Fachtagung wurde in Zusammenarbeit zwischen TRISAN und der Expertengruppe „Gesundheitsförderung und Prävention“ der Arbeitsgruppe „Gesundheitspolitik“ der deutsch-französisch-schweizerischen Oberrheinkonferenz organisiert.

Vorbereitung und inhaltliche Koordinierung der Fachtagung:

- Catherine Breysach, Apalib' ;
- Erika Cenefels, Agence régionale de santé Grand-Est ;
- Astrid Dacquin, TRISAN ;
- Anne Dussap, TRISAN ;
- Ellen Hipp, Landratsamt Lörrach ;
- Lydia Kassa, TRISAN ;
- Cindy Léobold, IREPS Grand-Est ;
- Nicole Leopold, Caisse primaire d'assurance maladie du Bas-Rhin ;
- Carole Mochel-Wirth, Conseil Départemental du Haut-Rhin ;
- Dr. Irène Renz, Amt für Gesundheit Basel-Land ;
- Christina Schedel, Landratsamt Karlsruhe ;
- Isabel Zihlmann, Public Health Schweiz.

Redaktion des Berichts:

- Lydia Kassa, TRISAN.

Auf Basis der Mitschriebe von

- Gabi Bächle-Lamp, Landratsamt Waldshut ;
- Ellen Hipp, Landratsamt Lörrach ;
- Christina Schedel, Landratsamt Karlsruhe ;
- Christine Vögele, Kanton Aargau.

Lektorat :

- Anne Dussap, TRISAN;
- Eddie Pradier, TRISAN;
- Dr. Irène Renz, Amt für Gesundheit Basel-Land

Gestaltung:

- Astrid Dacquin, TRISAN;
- Lydia Kassa, TRISAN;
- Christian Kleinert, Euro-Institut.

Inhalt

1. Einleitung.....	12
2. Einführung in die Thematik	13
3. Podiumsdiskussion : Walkability im Quartier.....	15
4. Workshops.....	17
4.1 Workshop A: Einsamkeit und soziale Teilhabe.....	17
4.2 Workshop B: Bewegung und Mobilität	18
4.3 Workshop C: Innovative Projektansätze	20
5. Fazit	22



Tagungsprogramm



Bien vieillir dans le Rhin supérieur : Perspectives dans les trois pays

**28.03.2019
Rathaus Basel
Marktplatz 9
4001 Basel/Bâle**

Contexte

L'espérance de vie moyenne augmente – tant en France qu'en Allemagne ou en Suisse. Nous vivons plus longtemps, et souhaitons passer ces années en santé. Anticiper est essentiel pour mettre toutes les chances de notre côté. Le groupe d'experts « Promotion de la santé et prévention » de la Conférence franco-germano-suisse du Rhin supérieur a identifié avec TRISAN les structures et modes d'organisation œuvrant pour le bien vieillir en France, en Allemagne et en Suisse et offre ici aux acteurs de la prévention et de la promotion de la santé une plateforme pour présenter leurs projets et échanger.



Fonds européens de développement régional (FEDER)
Europäischer Fonds für regionale Entwicklung (EFRE)



Gesundes Altern am Oberrhein: Perspektiven aus den drei Ländern

Kontext

Die Lebenserwartung steigt – sowohl in Deutschland, Frankreich als in der Schweiz. Wir leben länger – und wünschen uns, diese Jahre gesund zu verbringen. Präventiv handeln ist hier von großer Bedeutung. Die Expertengruppe „Gesundheitsförderung und Prävention“ der deutsch-französisch-schweizerischen Oberrheinkonferenz hat gemeinsam mit TRISAN eine Übersicht über die Strukturen und Organisationsformen in diesem Bereich in Deutschland, Frankreich und der Schweiz zusammengestellt und bietet den Akteuren der Gesundheitsförderung und Prävention eine Plattform, um ihre Projekte vorzustellen und sich auszutauschen.



Dépasser les frontières : projet après projet
Der Oberrhein wächst zusammen, mit jedem
Projekt

<p>Objectifs du séminaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Echange de pratiques ▪ Echange entre les décideurs politiques et les professionnels ▪ Echanger sur des coopérations possibles et les leviers d'actions ▪ Mise en réseau des acteurs <p>Contenus :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Développement urbain et mobilité ▪ Ateliers thématiques : Isolement et Activité physique ▪ Présentation de projets <p>Méthodes didactiques :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Interventions ▪ Discussions <p>Public cible :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Décideurs politiques ▪ Partenaires de projets ▪ Administrations ▪ Organismes de sécurité sociale ▪ Acteurs de la promotion de la santé et de la prévention <p>A noter :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Traduction simultanée pendant toute la durée du séminaire ▪ Date limite d'inscription : 8.03.2019 ▪ Inscription pour les ateliers sur ce formulaire ▪ Inscription pour la manifestation en cliquant sur ce lien. 	<p>Zielsetzung des Seminars:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Austausch von Praktiken ▪ Austausch zwischen Entscheidungsträgern und Fachkräften ▪ Mögliche Handlungswege für eine Zusammenarbeit identifizieren ▪ Vernetzung der Akteure <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Stadtentwicklung und Mobilität ▪ Thematische Workshops: Einsamkeit, Bewegung... ▪ Vorstellung von Projekten <p>Didaktische Methoden:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Impulsvorträge ▪ Diskussionen <p>Zielgruppe:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Entscheidungsträger ▪ Projektpartner ▪ Verwaltungen ▪ Sozialversicherungsträger ▪ Akteure der Gesundheitsförderung und Prävention <p>Was ist zu beachten?</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Das Seminar wird simultan gedolmetscht ▪ Anmeldeschluss: 8.03.2019 ▪ Anmeldung für die Workshops unter diesem Link ▪ Anmeldungen für die Veranstaltung sind unter diesem Link möglich.
<p>Pour plus d'informations : Lydia KASSA, Gestionnaire de projet Etudes TRISAN ☎ +49 (0) 7851 / 7407-40 ✉ kassa@trisan.org</p>	<p>Weitere Informationen: Lydia KASSA, Projektmanagerin Studien TRISAN ☎ +49 (0) 7851 / 7407-40 ✉ kassa@trisan.org</p>

 <p>DEUTSCH-FRANZÖSISCH-SCHWEIZERISCHE OBERRHEINKONFERENZ</p> <p>CONFERENCE FRANCO-GERMANO-SUISSE DU RHIN SUPERIEUR</p>	
Programme	Programm
Inscriptions	Anmeldung/Registrierung
<p>Mots d'accueil <i>Animation de la journée : Cindy Léobold, Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé (F), et Dr. Irène Renz, Département de Santé Bâle-Campagne (CH)</i></p> <p>Elisabeth Ackermann (CH), présidente du canton Bâle-Ville et présidente de la Conférence du Rhin supérieur franco-germano-suisse</p> <p>Brigitte Klinkert (FR), Présidente du Conseil Départemental du Haut-Rhin</p> <p>Bärbl Mielich (D), secrétaire d'Etat du ministère des affaires sociales et de l'intégration du Bade-Wurtemberg</p>	<p>Begrüßung <i>Tagesmoderation: Cindy Léobold, Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé (F) und Dr. Irène Renz, Amt für Gesundheit Basel-Land (CH)</i></p> <p>Elisabeth Ackermann (CH), Regierungspräsidentin des Kantons Basel-Stadt und Präsidentin der deutsch-französisch-schweizerischen Oberrheinkonferenz</p> <p>Brigitte Klinkert (F), Präsidentin des Conseil Départemental des Haut-Rhin</p> <p>Bärbl Mielich (D), Staatssekretärin des Ministeriums für Soziales und Integration Baden-Württemberg</p>
Présentations d'introduction	Einführungsvorträge
<p>Présentation du groupe d'experts « Promotion de la santé et Prévention » <i>Dr. Irène Renz (CH), Département de Santé Bâle-Campagne</i></p>	<p>Vorstellung der Expertengruppe « Gesundheitsförderung und Prävention » <i>Dr. Irène Renz (CH), Amt für Gesundheit Basel-Land</i></p>
<p>Présentation des activités de TRISAN dans le domaine de la prise en charge de la dépendance <i>Lydia Kassa (D), TRISAN</i></p>	<p>Vorstellung der Aktivitäten von TRISAN im Bereich der Pflege <i>Lydia Kassa (D), TRISAN</i></p>
<p>Bien vieillir et formation : obstacles et opportunités <i>Prof. Dominique Kern (F), Université de Haute-Alsace, Membre du Conseil d'administration de la Société de Gérontologie Grand-Est</i></p>	<p>Gesundes Altern und Bildung: Hindernisse und Möglichkeiten <i>Prof. Dominique Kern (F), Université de Haute-Alsace, Mitglied des Verwaltungsrates der Société de Gérontologie Grand-Est</i></p>
<p>Sondage sur la vieillesse « Relations sociales de personnes vieillissantes » : L'impact de la solitude sur le bien-vieillir <i>Dr. Manuela Schicka (CH), Haute école de travail social, FHNW, Institut Intégration et participation</i></p>	<p>Alters Survey „Soziale Beziehungen im Alter“: Die Auswirkung von Einsamkeit auf gesundes Altern <i>Dr. Manuela Schicka (CH), Hochschule für Soziale Arbeit FHNW, Institut Integration und Partizipation</i></p>
Pause-café	Kaffeepause

<p>Table ronde : Walkability – la mobilité dans le quartier <i>Animation : Pierre Lespinasse, Agence régionale de santé Grand Est (F) et Peter Zeisberger, Regierungspräsidium Karlsruhe (D)</i></p> <p>Sylvie Grisey (F), adjointe au maire de Mulhouse chargée de la politique des personnes âgées</p> <p>Carole Zaug, Chargée de Mission « Politique des Aînés – Charte handicaps », Ville de Bischheim (F)</p> <p>Sabine Wettstein (D), Landkreistag Baden-Württemberg</p> <p>Lukas Bäumlé (CH), Président de l'association senior de la Suisse du nord-est</p> <p>Ursula Laager (CH), conseillère municipale Arlesheim</p>	<p>11:30</p>	<p>Podiumsdiskussion: Walkability – Mobilität im Quartier <i>Moderation: Pierre Lespinasse, Agence régionale de santé Grand Est (F) und Peter Zeisberger, Regierungspräsidium Karlsruhe (D)</i></p> <p>Sylvie Grisey (F), Referentin des Bürgermeisters von Mulhouse, Verantwortlich für die Altenpolitik</p> <p>Carole Zaug, Refertentin für Alterspolitik und die Behindertenkonvention, Stadt Bischheim (F)</p> <p>Sabine Wettstein (D), Landkreistag Baden-Württemberg</p> <p>Lukas Bäumlé (CH), Vorsitzender des Seniorenverbands Nordwestschweiz</p> <p>Ursula Laager (CH), Stadträtin Arlesheim</p>
<p>Présentation des ateliers</p>	<p>12:35</p>	<p>Einführung in die Workshops</p>
<p>Déjeuner</p>	<p>12:45</p>	<p>Mittagessen</p>
<p>Ateliers Merci de bien vouloir vous inscrire aux ateliers en cliquant sur ce lien</p> <p>Atelier A – Isolement et participation sociale <i>Animation : Carole Mochel, Conseil Départemental du Haut-Rhin (F) et Christian Wick, Département de Santé Bâle-Ville (CH)</i></p> <p><u>Présentation des projets</u></p> <p>Réseau APA – Apalib' <i>Beata Havrez, Apalib' (F)</i></p> <p>Café Balance Bâle-Ville <i>Marco Oesterlin, Département de Santé Bâle-Ville (CH)</i></p> <p>Recommandations pour la promotion de la participation sociale au niveau des communes <i>Hilde Schäffler, Public Health Services (CH)</i></p> <p>Atelier B – Activité physique <i>Animation : Cindy Léobold, Instance régionale d'éducation et de la promotion de la santé Grand-Est (F) et Felix Wettstein, Université de la Suisse du Nord-Ouest (CH)</i></p>	<p>13 :45</p>	<p>Workshops Bitte wählen Sie unter diesem Link im Vorfeld der Veranstaltung einen Workshop aus</p> <p>Workshop A – Einsamkeit und soziale Teilhabe <i>Moderation: Carole Mochel, Conseil Départemental du Haut-Rhin (F) und Christian Wick, Gesundheitsdepartement Basel-Stadt (CH)</i></p> <p><u>Vorstellung der Projekte</u></p> <p>Réseau APA – Apalib' <i>Beata Havrez, Apalib' (F)</i></p> <p>Café Balance Basel-Stadt <i>Marco Oesterlin, Gesundheitsdepartement Basel-Stadt (CH)</i></p> <p>Planungsleitfaden zur Förderung der sozialen Teilhabe in Gemeinden <i>Hilde Schäffler, Public Health Services (CH)</i></p> <p>Workshop B – Bewegung und Mobilität <i>Moderation: Cindy Léobold, Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé Grand-Est (F) und Felix Wettstein, Fachhochschule Nordwestschweiz (CH)</i></p>

<p>Bewegte Apotheke dans le cadre de la conférence de santé communale du Landkreis Karlsruhe <i>Dr. Petra Lücke, AOK Rhin supérieur-Centre (D)</i> <i>Sabrina Heinrich, Gemeindeverwaltung Malsch (D)</i></p> <p>Sport pour tous <i>Julie Hoerth-Gnemmi, Conseillère Technique Régionale, Comité Régional Sports pour Tous Grand Est (F)</i></p> <p>Activités des bénévoles du réseau APA <i>Catherine Breysach, Apalib'</i></p> <p>Atelier C – Projets innovants <i>Animation : Nicole Leopold, Caisse primaire d'assurance maladie Bas-Rhin (F) et Isabel Zihlmann, Public Health Suisse (CH)</i></p> <p>Projets de la ville de Bischheim <i>Carole Zaug, Chargée de Mission « Politique des Aînés – Charte handicaps », Ville de Bischheim (F)</i></p> <p>A tout âge Alsace <i>Marie-Gabrielle Holterbach, MSA Alsace (F)</i></p> <p>AltuM Argovie <i>Yvonne Kneubühler (CH)</i></p> <p>Tavolata <i>Barbara Suter, Ebenrain Zentrum, Sissach (CH)</i></p> <p>Bewegungstreffs, exemple de la ville de Lörrach <i>Ellen Hipp, service „conférence de santé“ du Landkreis Lörrach (D)</i></p> <p>Aktivierende Hausbesuche <i>Peter Kühn, trésorier de l'association de la Sozialstation Kandern e.V. (DE)</i> <i>Wilma Weßling, Présidente adjointe de l'association de la Sozialstation Kandern e.V. (DE)</i></p>	<p>Bewegte Apotheke im Rahmen der Kommunalen Gesundheitskonferenz für den Landkreis Karlsruhe <i>Dr. Petra Lücke, AOK Mittlerer Oberrhein</i> <i>Sabrina Heinrich, Gemeindeverwaltung Malsch</i></p> <p>Sport pour tous <i>Julie Hoerth-Gnemmi, regionale technische Beraterin, Comité Régional Sport pour Tous Grand Est (F)</i></p> <p>Aktivitäten der Ehrenamtlichen des Netzwerks APA <i>Catherine Breysach, Apalib'</i></p> <p>Workshop C – Innovative Projektansätze <i>Moderation: Nicole Leopold, Caisse primaire d'assurance maladie Bas-Rhin (F) und Isabel Zihlmann, Public Health Schweiz (CH)</i></p> <p>Projekte der Stadt Bischheim <i>Carole Zaug, Referentin für Alterspolitik und die Behindertenkonvention, Stadt Bischheim (F)</i></p> <p>A tout âge Alsace <i>Marie-Gabrielle Holterbach, MSA Alsace (F)</i></p> <p>AltuM Aargau <i>Yvonne Kneubühler (CH)</i></p> <p>Tavolata <i>Barbara Suter, Ebenrain Zentrum, Sissach (CH)</i></p> <p>Bewegungstreffs am Beispiel der Stadt Lörrach <i>Ellen Hipp, Stabstelle Gesundheitskonferenz Landkreis Lörrach (D)</i></p> <p>Aktivierende Hausbesuche <i>Peter Kühn, Kassierer Förderverein der Sozialstation Kandern e.V. (DE)</i> <i>Wilma Weßling, 2. Vorsitzende Förderverein der Sozialstation Kandern e.V. (DE)</i></p>	
Pause-café	15:15	Kaffeepause
Synthèse des ateliers	15 :30	Synthese der Workshops
Fin de la manifestation	16 :00	Veranstaltungsende
Visite guidée de la mairie et apéro	16 :15	Rathausführung mit anschließendem Apéro



Vorwort: Irène Renz, Leitung Expertenausschuss Gesundheitsförderung und Prävention, AG Gesundheitspolitik ORK, Gesundheitsförderung Baselland, Schweiz

„Vorsorgen ist besser als Heilen“ – wer kennt dieses Sprichwort nicht und würde dessen Aussage nicht befürworten? Wenn es aber darum geht, der Vorsorge - oder wie wir heute sagen - der Prävention und Gesundheitsförderung ein grösseres Gewicht in der Gesundheitspolitik zu geben, wird es schwierig. Dies ist eine Erkenntnis, die die Mitglieder des Expertenausschusses Gesundheitsförderung und Prävention der Oberrheinkonferenz gewonnen haben. Eine Erkenntnis, die die ganze Oberrheinregion und alle involvierten Länder gleichermassen betrifft. Und sie war auch Anlass dafür, sich gemeinsam mit dem Wissen und vor allem der Erfahrung aus allen drei Ländern für eine Stärkung der Gesundheitsförderung in der Oberrheinregion einzusetzen. Hierzu haben wir das grosse Glück, dank der geografischen Nähe der drei Länder mit ihren unterschiedlichen Strukturen und Vorgehensweisen und der länderübergreifenden Zusammenarbeit der ORK und des INTERREG-Projektes TRISAN über einen enormen Erfahrungsschatz zu gesundheitspolitischen Konzepten, zu prioritären Themen für die Gesundheit der Bevölkerung und zu Erfolgsfaktoren für Projekte und Angebote zu verfügen.

Seit der Gründung des Expertenausschusses widmen wir uns in regelmässigen Sitzungen den Fragen: Mit welchem Vorgehen werden die besten Wirkungen erzielt? Was macht ein erfolgreiches Projekt aus? Wie können die sog. vulnerablen Gruppen besser erreicht werden? – ein Thema, das alle Fachpersonen in den drei Ländern stark beschäftigt. Wie können Gemeinden in die Aufgabe eingebunden werden? Wie kann den Lebensphasen der frühen Kindheit und des Alters mehr Beachtung geschenkt werden? Wie gelingt es, gute Projekte zu verbreiten und eine nachhaltige Umsetzung zu installieren? Wie kann die Prävention und Gesundheitsförderung generell gestärkt werden und auch in andere Politikbereiche einfließen?

Aus all den Erkenntnissen und aus den Konzepten zu Gesundheitsförderung und Prävention haben wir als Expertenausschuss die „Empfehlungen für die Jahre 2017 bis 2027 zur Stärkung der Gesundheitsförderung in der Oberrheinregion“ zusammengestellt. Sie sollen uns und den Ländern als Grundlage für eine erfolgreiche Arbeit in diesem Bereich dienen, insbesondere auch den politischen Entscheidungsträgern.

Dank der fruchtbaren Zusammenarbeit mit dem Kompetenzzentrum TRISAN, das sich dem Thema des Gesunden Alterns gewidmet hat, ist es uns gelungen, Wissen und Erfahrungen aus den drei Ländern zusammenzutragen und dem Thema einen ganzen Tag im Rahmen der Fachtagung „Gesundes Altern am Oberrhein“ zu widmen. Dieser Anlass war aus meiner Sicht ein voller Erfolg zu dem alle Beteiligten beigetragen haben. Voneinander lernen ist ein wirkungsvoller Ansatz, er beflügelt die Kreativität, gute Lösungen für sein eigenes Arbeitsfeld zu finden und er hilft auch über allfällige Schwierigkeiten hinweg.

Nun hoffe ich, dass die positive Stimmung an der Fachtagung und die vielen neu geknüpften Kontakte über die Grenzen hinweg noch lange anhalten werden und dass wir mit der Unterstützung von TRISAN die Gesundheitsförderung und Prävention weitere Themen an weiteren Fachtagungen bearbeiten können!

1. Einleitung

Die Lebenserwartung steigt – sowohl in Deutschland, Frankreich als in der Schweiz. Wir leben länger – und wünschen uns, diese Jahre gesund zu verbringen. Präventiv handeln ist hier von großer Bedeutung. Die Expertengruppe „Gesundheitsförderung und Prävention“ der deutsch-französisch-schweizerischen Oberrheinkonferenz hat gemeinsam mit TRISAN in einem ersten Schritt eine Übersicht der kompetenten Behörden in diesem Bereich in Deutschland, Frankreich und der Schweiz zusammengestellt.

In der Übersicht wurden die nationalen, regionalen und lokalen Behörden vorgestellt. Ein besonderes Augenmerk lag auf die Rolle der Kommunen. Daher wurde für jedes der drei Länder kommunale Projekte herausgesucht, die das Engagement der Kommunen im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention illustrieren.

In einem zweiten Schritt wurde dann gemeinsam eine trinationale Tagung zum Thema „Gesundes Altern am Oberrhein“ am 28. März 2019 im Rathaus Basel organisiert. Der Schwerpunkt lag weiterhin auf den Kommunen. Es wurde entschieden, die Tagung als Plattform für die Vorstellung kommunaler Projekte aus Deutschland, Frankreich und der Schweiz zu nutzen.

Ziel dabei war es, den Austausch zwischen Entscheidungsträger und Gesundheitsfachkräfte zu ermöglichen: Die Entscheidungsträger sollten für das Thema sensibilisiert werden, und Gesundheitsfachkräfte auf der anderen Seite dabei unterstützen werden, gemeinsam mit der politischen Ebene innovative Projekte zu initiieren. Die Tagung sollte eine strukturelle Zusammenarbeit und eine Vernetzung der Akteure fördern.

Die Tagung stand unter der Schirmherrschaft der Präsidentin der deutsch-französisch-schweizerischen Oberrheinkonferenz 2019, Elisabeth Ackermann, Regierungspräsidentin des Kantons Basel-Stadt.



2. Einführung in die Thematik

Was brauche ich, um gut und gesund zu Altern? Der Verein Abalib' hat diese Frage deutschen, französischen und Schweizer Bürgerinnen und Bürgern gestellt. Die Ergebnisse der Umfrage wurden in ein Video festgehalten, welches am Anfang der Tagung im Plenarsaal des Rathauses Basel abgespielt wurde. Wie wichtig soziale Teilhabe, Familie und Bewegung für die Seniorinnen und Senioren im Dreiländereck im Alter sind, sehen Sie hier: <https://www.youtube.com/watch?v=IZThA05yH2s&feature=youtu.be>.

Elisabeth Ackermann, Präsidentin der deutsch-französisch-schweizerischen Oberrheinkonferenz und Regierungspräsidentin des Kantons Basel-Stadt eröffnete die Tagung. „Gemeinsam die Gegenwart und Zukunft gestalten“ – das ist das Motto ihrer Präsidentschaft. Gerade bei der Prävention und dem Guten Altern ist dieses Motto entscheidend. Sie unterstrich, dass man vieles über die Landesgrenzen hinaus lernen und gemeinsam das Thema Gesundheitsförderung im Alter angehen kann. Grenzen - wie sprachliche Grenzen oder unterschiedliche Pflegesysteme - können ein Hindernis darstellen, doch sie sollen auch als Chance genutzt werden. Brigitte Klinkert, Präsidentin des Conseil Départemental du Haut-Rhin bestätigte die Bedeutung der trinationalen Zusammenarbeit. Alle drei Länder stehen vor der Herausforderung der Alterung der Gesellschaft. Sie erwähnte die Strategie OR (OR wie Oberrhein) der Departement Haut-Rhin und Bas-Rhin, die auch auf die heutige Thematik eingeht. Auch Bärbl Mielich, Staatssekretärin im Ministerium für Soziales und Integration Baden-Württemberg lobte die Zusammenarbeit am Oberrhein. Der Wunsch eine grenzüberschreitende Gesundheitsversorgung auf den Weg zu bringen ist in Baden-Württemberg sehr ausgeprägt – Patientinnen und Patienten wünschen sich auf der einen Seite einen reibungslosen Übergang der Behandlungen und auf der anderen Seite ist es ebenfalls ein spannendes Thema für die Gesundheitseinrichtungen.

Alle drei Begrüßungsreferate stellten kurze Lösungsansätze der drei Länder vor, die in die nachfolgenden Workshops einführten.

Diese politischen Impulse zeigten, dass alle drei Länder bereits Lösungsansätze im Bereich des gesunden Alterns umsetzen, und dass es sinnvoll ist, sich über diese Ansätze auszutauschen und voneinander zu lernen. Die Tagung stellt eine Plattform für genau diesen Austausch dar: Dr. Irène Renz, Vorsitzende der Expertengruppe Gesundheitsförderung und Prävention und Lydia Kassa von TRISAN erklärten, wie es zur gemeinsamen Vorbereitung der Tagung kam (siehe Einleitung).

Die ersten thematischen Vorträge nahmen eine wissenschaftliche Perspektive ein. Prof. Dominique Kern der *Université Haute Alsace* berichtete von den Hindernissen und Möglichkeiten des Lernens im Alter: Die Vielfalt, die Veränderung der Zeitbedeutung, die Akkumulation von Erfahrungen und Routinen, die Veränderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung: dies alles sollte berücksichtigt werden um lebenslanges Lernen zu ermöglichen. Die Angebote für ein Lernen im Alter sind bereits vorhanden. Offen bleibt aber noch die Frage: Wie können bildungsferne Menschen erreicht werden?

Dr. Manuela Schicka der Fachhochschule Nordwestschweiz stellte die Studie „Soziale Beziehungen im Alter“ vor, die im Rahmen der strategischen Initiative „Alternden Gesellschaft“ der Fachhochschule Nordwestschweiz von 2015 bis 2017 durchgeführt wurde. Es wurde festgestellt, dass Personen ohne

Partner und Personen mit weniger als drei Kontaktpersonen ein erhöhtes Einsamkeitsrisiko aufzeigen. Außerdem zeigten sich Zusammenhänge zwischen der steigenden Einsamkeit und einer geringeren Lebenszufriedenheit sowie einer steigenden Einsamkeit und einer geringeren psychischen Gesundheit. Die Studie hält fest, dass das Alter an sich keinen Einfluss auf das Einsamkeitsgefühl hat, doch dass Faktoren wie das Vorhandensein der Nuklearfamilie und soziale Beziehungen von Bedeutung sind. Wichtige Ergebnisse sind ebenfalls, dass nicht nur die Anzahl der Kontaktpersonen einen Einfluss hat, sondern auch wer dazu zählt. Die Befragung wird 2019 auf die gesamte Schweiz ausgeweitet.

Vorträge im Detail:

Dr. Irène Renz, Amt für Gesundheit Basel-Land: [Vorstellung der Expertengruppe „Gesundheitsförderung und Prävention“](#)

Lydia Kassa, TRISAN: [Vorstellung der Aktivitäten von TRISAN im Bereich der Pflege](#)

Prof. Dominique Kern, Université Haute Alsace : [Gesundes Altern und Bildung – Möglichkeiten und Hindernisse](#)

Dr. Manuela Schicka, Fachhochschule Nordwestschweiz: [Alters-Survey : Soziale Beziehungen im Alter](#)

3. Podiumsdiskussion : Walkability im Quartier

Die Podiumsdiskussion wurde von Herrn Pierre Lespinasse der *Agence régionale de santé Grand Est* und von Herrn Peter Zeisberger vom Regierungspräsidium Karlsruhe moderiert. Vier Vertreterinnen und Vertreter aus deutschen, französischen und schweizerischen Verwaltungen, sowie ein Vertreter einer Seniorenorganisation versammelten sich, um über den Begriff „Walkability“ zu diskutieren. Wie kann eine Kommune so konzipiert werden, dass ältere Personen so lange wie möglich mobil bleiben, sich in der Stadt fortbewegen und am sozialen Leben teilhaben können? Herr Lespinasse leitete die Diskussion ein und betonte, dass die Gesundheitssysteme zwar unterschiedlich ausgerichtet sind – doch die Realität zeigt, dass die gleichen Sorgen und Bedürfnisse in den drei Ländern bestehen. Wie kann also das Zusammenleben so geregelt werden, sodass wir gut Altern können? Zum Thema Mobilität unterstrich Herr Lespinasse, dass es auf der einen Seite nötig ist, die Lust zu verspüren mobil zu sein, und auf der anderen Seite die Möglichkeit dazu zu haben. Doch wie definieren die Akteure der Podiumsdiskussion „Mobilität“?

Sylvie Grisey, Referentin für Alterspolitik des Bürgermeisters von Mulhouse erklärt, dass Mobilität von verschiedenen Faktoren abhängt: Gesundheit, Raumordnung, Umwelt und der Stadtplanung. Es müssen Angebote geschaffen und Mobilität in allen politischen Bereichen eingebunden werden. Über die technischen Angebote hinaus müssen auch die Bedürfnisse und Erwartungen der schwächeren Personengruppen, wie Menschen mit Behinderungen, einbezogen werden. Es braucht außerdem Mittel, um diese Gruppen angemessen zu begleiten. Seit 2015 gibt es in Mulhouse ein Netzwerk, welches Seniorinnen und Senioren einbezieht und ihre Bedürfnisse berücksichtigt.

Die Referentin für Alterspolitik und Behindertenpolitik des Bürgermeisters von Bischheim Carole Zaug erklärt, dass eine Person über eine gewisse Gesundheit verfügen muss um mobil zu sein. Das Individuum muss als Ganzes betrachtet werden – körperlich und geistlich. Die Förderung der Gesundheit ist die Priorität der Stadt. Unter dem Motto „Solidarität und Zusammenleben“ organisiert Bischheim verschiedene Workshops und Gesundheitsangebote zur Ernährung, mit dem Ziel eine große Anzahl von Personen anzusprechen, sie einzubinden und zu mobilisieren.

Ursula Laager, Gemeinderätin in Arlesheim stellte das Altersleitbild der Stadt vor, welches auf Basis des Kantons Basel entwickelt wurde. Einer der sieben Leitsätze betrifft die Mobilität: Ältere Menschen habe Zugang zu individuellen Transportmöglichkeiten und an öffentliche Verkehrsmittel, so dass sie auch ohne Auto mobil bleiben. Ein weiterer wichtiger Aspekt sind altersgerechte Wohnungen im Zentrum. Zurzeit findet in der Gemeinde eine Ortskernrevision mit Einbezug älterer Personen und Familien statt.

Lukas Bäumle vertrat die Sicht der Seniorinnen und Senioren. Der Präsident des Seniorenverbands Nordwestschweiz, ein Dachverband der Altersorganisationen, zeichnete ein Bild eines angepassten Sozialraums: Es muss einen Treffpunkt für Seniorinnen und Senioren geben, Einkaufsmöglichkeiten im Zentrum, eine gute Gestaltung des öffentlichen Raums durch angemessene Gehwege und Bänke. Außerdem ist es von großer Bedeutung, dass die betroffenen in der Alterspolitik der Gemeinde ein Mitspracherecht erhalten und ihre Bedürfnisse durch Studien und Umfragen erforscht werden.

Zum Schluss ging Sabine Wettstein des Landkreistags Baden-Württemberg auf das kommunale Kompetenzzentrum Quartiersentwicklung ein. Dieses Zentrum berät Landkreise, Städte und Gemeinden wie sie ihre Quartiere im Hinblick auf den demografischen Wandel anpassen können. Hierzu wurde die Strategie Quartier 2020 entwickelt, die neben der Fachberatung auch Fördermittel zur Verfügung stellt. Es wird nicht nur ein planerischer Ansatz verfolgt, die Betroffenen sollen auch über Workshops und Gruppenangebote miteinbezogen werden und identifizieren, was sie brauchen, aber auch was sie beitragen können.

Peter Zeisberger erklärte, dass bevor man auf integrierte Aspekte wie die Stadtplanung eingehen könnte, zunächst die Personen erreicht werden müssen. Lukas Bäumle bestätigte, dass es schwierig ist, die Personen zu erreichen die sich nicht aktiv einbinden möchten. Frau Laager erwiderte, dass die Selbstbestimmung der Personen respektiert werden sollte. Es handelt sich um freiwillige Angebote. Präventive Hausbesuche schienen in allen Ländern einer der Lösungsansätze darzustellen.

Was ist aber nun die Priorität bei der Förderung der Mobilität? Frau Grisey erklärte, dass zahlreiche Aktionen in Mulhouse umgesetzt werden, um die Bewegung durch die Stadt zu ermöglichen. Auch Frau Laager betonte die Bedeutung von gemeinsamen Aktivitäten. Sie unterstrich außerdem, dass keine neuen Angebote entwickelt werden müssten, es gäbe jedoch ein Bedarf an einer Koordination und Bekanntmachung der Angebote. Die Vernetzung der Angebote, um einen Überblick zu verschaffen, wurde auch von Frau Wettstein begrüßt. Herr Bäumle ging erneut auf einen angepassten Sozialraum und die Frage „wie erreiche ich diejenigen, die nicht aus dem Haus wollen?“ ein. Der generationengerechte Nahverkehr wurden von allen Akteure erwähnt. Frau Zaug erklärte, dass es zunächst Angebote für eine positive Gestaltung der Rente geben müsste.

Herr Zeisberger fasste zusammen, dass die Mobilität alle Lebensbereiche betrifft. Die Beiträge der Referentinnen und Referenten der Podiumsdiskussion reichten von Städtebau bis hin zur Gesundheitsversorgung. Die Gesellschaften müssten sich verändern, der Umgang miteinander muss sich weiterentwickeln. Nur wenn wir es schaffen, ältere Personen länger gesund zu halten, verringert sich der Pflegeaufwand. Die Gesundheitsförderung muss sich daher früh etablieren.

In den Diskussionen mit dem Publikum wurde unterstrichen, dass die Strategien nicht nur gesunde Menschen, sondern auch Menschen mit Behinderungen ansprechen müssen. Es wurde angemerkt, dass das Thema der Zugänglichkeit nicht erwähnt wurde. Sowohl private Geschäfte als auch öffentliche Einrichtungen und Verkehrsmittel seien nicht leicht zugänglich. Auch wenn bereits erste gesetzliche Schritte in diese Richtung unternommen wurden – wie das Behindertengleichstellungsgesetz in der Schweiz – muss an der Umsetzung noch gearbeitet werden.

4. Workshops

4.1 Workshop A: Einsamkeit und soziale Teilhabe

Der Workshop A griff die Thematik der Einsamkeit und sozialen Teilhabe auf, die in den Einführungsvorträgen schon oftmals erwähnt wurde. Wie kann es gelingen, diese Einsamkeit präventiv anzugehen und älteren Menschen eine aktive Teilhabe am Sozialleben zu ermöglichen?

Beata Havrez stellte den Verein Apalib' vor, welcher seit 13 Jahren verschiedene Aktionen zur Bekämpfung der Einsamkeit im Haut-Rhin anbietet. Im Rahmen von Hausbesuchen – oder Besuchen im Alters- und Pflegeheim – können die 130 Ehrenamtlichen auf die individuellen Bedürfnisse der älteren Personen eingehen. Es kann sich entweder um Freizeitbesuche handeln (Spiele, Spazieren...) oder um administrative Unterstützungen. Die regelmäßigen Besuche ermöglichen es, langfristige Beziehungen aufzubauen. Die Ehrenamtlichen erhalten eine Fortbildung und eine ständige Ansprechpartnerin beziehungsweise einen ständigen Ansprechpartner. Über Informationsaktionen wird die Öffentlichkeit über das Angebot informiert, die Vermittlung erfolgt vor allem über den Sozialdienst oder den Familien. Finanziert werden die Besuche von der *Conférence des Financeurs du Haut-Rhin*, die Rentenkasse *AG2R la Mondiale*, Kommunen wie Mulhouse oder Colmar und den Geriatriepolen des Conseil Départemental du Haut-Rhin.

Wöchentliche Treffen ohne Anmeldung – dies ist das Konzept von Café Balance in Basel. Marco Oesterlin des Gesundheitsdepartements Basel-Stadt erklärt das Konzept, welches Bewegung und Geselligkeit im Quartier verbindet. Hierzu wird ein Raum der Gemeinde für einen Austausch zwischen älteren Personen und Rhythmik-Angeboten zur Verfügung gestellt – animiert von einer Praktikantin oder einem Praktikanten in sozialer Arbeit oder aktiven Seniorinnen und Senioren. Das Konzept wird seit 2010 angeboten und entwickelt sich schweizweit. Der Frauenanteil liegt bei 90%, das Durchschnittsalter bei 77 Jahren. Die 10 Rhythmik-Lektionen kosten 50 Franken. Das Café wird von ca. 270 Teilnehmerinnen und Teilnehmern besucht.

Hilde Schäffler von Public Health Services Bern geht auf die Frage ein, weshalb Maßnahmen gegen Einsamkeit im Alter auf kommunaler Ebene umgesetzt werden müssen. Dass Einsamkeit ein Gesundheitsrisiko darstellt haben mehrere internationale Studien gezeigt. Davon betroffen sind rund 36% der schweizerischen Bevölkerung, und überwiegend Personen über 75 Jahren. Um diese Problematik anzugehen bedarf es umfassende Ansätze auf kommunaler beziehungsweise regionaler Ebene. Der Projektleitfaden „[Förderung der sozialen Teilhabe im Alter in Gemeinden](#)“ beschreibt Schritt für Schritt welche Maßnahmen ergriffen werden können. Bei diesem Vorgehen soll die Thematik umfassend im kommunalen/regionalen Kontext verankert werden, von einer Bestandaufnahme ausgehen, Seniorinnen und Senioren einbeziehen und vernetzen und Hochrisikogruppen adressieren. Für Fachpersonen in aufsuchenden Diensten werden Multiplikatorenschulungen angeboten.

Vorträge im Detail:

Beata Havrez, Apalib': – [Bekämpfung der Einsamkeit im Netzwerk APA](#)

Marco Oesterlin, Gesundheitsdepartement Basel-Stadt: [Café Balance – Bewegung und Geselligkeit im Quartier](#)

Hilde Schäffler, Public Health services Bern: [Planungsleitfaden zur Förderung der sozialen Teilhabe](#)

Zusammenfassung der Diskussionen:

Nach den Präsentationen haben sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Workshops über die Finanzierungsmöglichkeiten ausgetauscht. In der Schweiz kann bei Bereitstellung von Eigenmitteln ein finanzielles Budget von den Kantonalen Aktionsprogrammen angefordert werden. Bei Klärung der finanziellen Fragen ist es möglich, die einzelnen Projekte in den verschiedenen Ländern zu übertragen. Wichtig ist ein Wissenstransfer zwischen den Akteuren. Ein Grundpfeiler könnte ein Katalog mit Experten-Kontakt Daten und Best-Practice-Angeboten darstellen. Außerdem sollte es einen möglichst direkten Austausch der Akteure geben. Es kam die Idee auf, eine trinationale Arbeitsgruppe zu bestimmten Projekten zu gründen. Auch Erfahrungsaustauschtreffen (EAT) wurden angeregt. Es wurde zwar auf verwaltungstechnische Grenzen, sowie die unterschiedlichen Strukturen und Ressourcen eingegangen, doch auch die Möglichkeiten der Förderung und Chancen der grenzüberschreitenden Zusammenarbeit wurden betont. Wichtig ist es, dass vor Ort eine sogenannte Schlüsselperson zur Verfügung steht.

4.2 Workshop B: Bewegung und Mobilität

Drei Referate behandelten das Thema der Bewegung und Mobilität. Die „Bewegte Apotheke“, vorgestellt von Dr. Petra Lücke, zeigte ein kommunales Beispiel für mehr Aktivität älterer Bürgerinnen und Bürger. Es handelt sich um eine Initiative der Kommunalen Gesundheitskonferenz für den Landkreis Karlsruhe, die das Projekt gemeinsam mit der AOK Mittlerer Oberrhein finanziert. Im Rahmen des Projekts findet einmal die Woche ein einstündiger Spaziergang statt, der bei der Apotheke beginnt und endet. Es versammeln sich ca. 12-25 Teilnehmenden pro Treffen. Das kostenlose Angebot richtet sich an ältere Menschen, die gemeinsam mit anderen aktiv werden möchten. Die Teilnehmenden sind organisatorisch nicht gebunden. In der Fragerunde wurde festgehalten, dass es nicht einfach ist, Übungsleiter zu gewinnen. Interessant ist, dass die Teilnehmenden, bei denen es sich vorwiegend um Frauen handelt, auch zusammenlaufen, wenn der Übungsleiter verhindert ist. Auch der Aspekt der Versicherung der Teilnehmenden wurde angesprochen. Da sich die Teilnehmenden nicht in einem Verein einschreiben müssen, erhalten sie eine „Nicht-Mitgliederversicherung“.

Frau Hoerth-Gnemmi von *Sport pour tous* stellte das Programm *Révolu'forme Seniors* vor, ein Begleitinstrument für Seniorinnen und Senioren im Bereich Bewegung. Ziel des Programms ist es, eine aktivere Lebensgestaltung zu entwickeln, die Lebensqualität zu verbessern und soziale Kontakte herzustellen. Es richtet sich an Personen über 60 Jahren, doch zurzeit wird ein generationsübergreifender Ansatz verfolgt. Neben den 12 einstündigen Treffen können die Teilnehmenden auch Zuhause die Bewegungen durchführen. Die Teilnahme ist kostenlos und individuell gestaltet. Der Fortschritt wird von den Übungsleitern verfolgt. Nach einem langsamen Einstieg erfolgt nach und nach eine Steigerung der Bewegungen. Die Teilnehmer/innen werden nicht nach Niveau eingeteilt, welches meist sehr ähnlich ist. Die Finanzierung erfolgt durch das *Conseil Départemental* und die *Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale*. In der

Evaluation des Programms wurde festgestellt, dass sich mehr als 80% der Teilnehmenden nach der Teilnahme am Programm in einem Sportverein eingeschrieben haben.

Ehrenamtliche spielen eine wesentliche Rolle im Netzwerk APA, wie Catherine Breysach erklärt. Unter den 800 Ehrenamtlichen engagieren sich 199 für Bewegungsaktivitäten und bieten 144 Aktivitäten pro Woche an. Alle Ehrenamtlichen erhalten eine kostenlose Weiterbildung. Die Bewegungsaktivitäten werden zusammen mit den Kommunen entwickelt. Letztere stellen einen Raum zur Verfügung, sowie das Kommunikations- und Sportmaterial. Die Treffen finden ganzjährig statt und kosten ungefähr 58€ im Jahr. Insgesamt nehmen bereits über 2000 Personen daran teil. Die Rentenkasse *AG2R la mondiale*, die Kommunen, das Département, der Entwicklungsfond für Vereine *Fonds pour le Développement de la Vie Associative* und die Stiftung *Fondation alliance* beteiligen sich an der Finanzierung. Bald soll zusätzlich ein Mobilitätsprogramm mit individueller Betreuung angeboten werden. Bei Besuchen zu Hause kann eine zunehmende Komplexität festgestellt werden, beispielsweise bei Personen mit Depressionen.

Vorträge im Detail:

Dr. Petra Lücke, AOK Mittlerer Oberrhein; Sabrina Heinrich, Gemeindeverwaltung Malsch: [Bewegte Apotheke im Rahmen der Kommunalen Gesundheitskonferenz für den Landkreis Karlsruhe](#)

Julie Hoerth-Gnemmi, regionale technische Beraterin, Comité Régional Sport pour Tous Grand Est (F) : [Sport pour tous](#)

Catherine Breysach, Apalib' (F): [Aktivitäten der Ehrenamtlichen des Netzwerks APA](#)

Zusammenfassung der Diskussionen:

Die Diskussionen widmeten sich vor allem der Übertragbarkeit der Projekte. Ein Projekt kann nur in einer Kommune umgesetzt werden, wenn die Kommunikation vor Ort erbracht wird und ein Verständnis bei den lokalen Politikern geschaffen wird, dass personelle und finanzielle Ressourcen bereitstehen müssen. Außerdem ist die Partnersuche ein Schlüsselfaktor (z.B. die Apotheke). Es kann schwierig sein, Partner zu finden, da diese nicht unbedingt einen Mehrwert sehen. Ein gutes Argument um eine Apotheke einzubinden könnte darin liegen, dass im deutschen Gesundheitssystem ein Kundensystem herrscht: die Kundenbindung ist daher ein relevanter Faktor.

Die Teilnehmenden wiesen außerdem darauf hin, dass die Projekte die Veränderungen im Altersleitbild mitdenken müssen. Übungsleiter müssen beispielsweise auf Demenzkranke eingehen können. Bei langen Ausbildungen ist es aber schwieriger, ehrenamtliche Übungsleiter zu finden. Eine Alternative wäre es, Übungsleitungen über Volkshochschulen zu erreichen. Es wurde auch darüber diskutiert, wie man die Personen dazu bringt, an den Projekten mitzumachen. Bei der Bewegten Apotheke ist der Vorteil, dass diese Struktur aufgesucht wird um beispielsweise Medikamente abzuholen oder ein Beratungsgespräch zu führen, und dann eine Anknüpfung mit dem Bewegungskonzept gemacht werden kann. Interessant war es auch sich darüber auszutauschen, wie die Projekte nach der Förderungsphase weiter finanziert werden können.

4.3 Workshop C: Innovative Projektansätze

Das Konzept von Workshop C unterscheidet sich von den anderen zwei Workshops. Es wurden nicht drei, sondern sechs Projekte vorgestellt. Die Idee war es, nur kurze Impulse zu geben und den Teilnehmerinnen und Teilnehmern danach die Zeit für einen direkten Austausch mit den Referentinnen und Referenten zu geben.

Zunächst durften alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer aufstehen. Ellen Hipp des Landratsamts Lörrach veranschaulichte, welche Bewegungen ältere Personen im Rahmen der Bewegungstreffs in Lörrach aktiv halten. Die Teilnahme an diesen Gruppen – die hauptsächlich aus Frauen bestehen – ist kostenlos und ohne Anmeldung möglich. Die Bewegungstreffs im Freien haben ihren Ursprung in der Stadt Esslingen und finden inzwischen an vielen Standorten in Baden-Württemberg statt. Einen Praxisleitfaden zu den Bewegungstreffs wurde kürzlich vom Landesgesundheitsamt veröffentlicht und ist [abrufbar unter: https://www.gesundheitsamt-bw.de/lga/DE/Fachinformationen/Fachpublikationen/Seiten/Gesundheitsfoerderung.aspx](https://www.gesundheitsamt-bw.de/lga/DE/Fachinformationen/Fachpublikationen/Seiten/Gesundheitsfoerderung.aspx)

Die Stadt Bischheim hat ein Projekt im Bereich Ernährung für Personen über 60 Jahren gestartet. Das Projekt zielt darauf ab, Auswirkungen des Alterns zu verhindern, eine ausgewogene Ernährung und ein aktives Leben in der Stadt zu fördern. Im Rahmen von partizipativen Workshops zu kulinarischen Gesundheitsrezepten können sich ältere Personen zusammen gesellen und ihr Wissen austauschen. Laut Carole Zaug, Referentin für Altersfragen der Stadt Bischheim, „spiegelt unser Äußeres unser Inneres wider“.

Welche Betreuung für ältere Personen mit Migrationshintergrund? Yvonne Kneubühler stellte das Projekt AltuM (Alter und Migration) vor. Vor allem Italienerinnen und Italiener kamen vor Jahrzehnten in die Schweiz, und sind nun pflegebedürftig – sprechen aber kaum Deutsch. Yvonne Kneubühler stellt das Projekt ALTUM ARGOVIA vor, welches ihnen ermöglicht, mehr über die Strukturen und die Unterstützung zu erfahren, von denen sie profitieren können. Diese Nichtregierungsorganisation hilft ehemaligen ausländischen Arbeitnehmern und Migranten, Zugang zu Rechten zu erhalten und ihre Lebensbedingungen auf Schweizer Gebiet zu verbessern.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer durften ein zweites Mal aufstehen – und die Bewegung „Die Rückkehr des Frühlings“ ausführen, welche im Rahmen der Aktivierende Hausbesuche durchgeführt wird. Peter Kühn erklärt die Ziele der Besuche: auf der einen Seite sollen gezielte Übungen die Beweglichkeit verbessern und die Sicherheit in den Bewegungen stärken, gleichzeitig soll Kommunikation und Kommunikation gefördert werden. Auch Gedächtnisübungen stehen auf dem Programm. 12 Personen haben sich im Landkreis Lörrach ausbilden lassen, um diese Besuche durchzuführen. Diese Bewegungspaten kommen 1-mal die Woche für 20 Besuche von 1 Stunde – es fallen keine Kosten an.

Barbara Suter vom Kanton Basel-Landschaft stellte das Projekt TAVOLATA vor. Bei diesem Projekt werden selbstorganisierte Tischgemeinschaften gefördert. Die Art der Tischgemeinschaft variiert je nach Interesse der Teilnehmer und Teilnehmerinnen. Es gibt aber 7 Spielregeln, an die sich alle halten müssen z.B. „Wir treffen uns regelmäßig“ oder „Wir essen ausgewogen und genussvoll“. Das Angebot

findet bereits an mehreren Standorten in der Schweiz statt und wird im Kanton Basel-Land aktuell gestartet.

Die Präventionsaktionen von Atout âge Alsace richten sich an Personen über 55 Jahre. Marie-Gabrielle Holterbach wies darauf hin, dass im Elsass zu diesem Projekt 200 Workshops mit insgesamt rund 2000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer durchgeführt wurden. Die Themen reichten dabei von „Bewegung“, „Ernährung“ bis hin zu „Fit im Kopf“. Auch das Umfeld der Person wird in Betracht gezogen (Wohnung, Verkehr, Internet). Die Angebote waren dabei in der Regel kostenfrei für die Teilnehmer/-innen.

Vorträge im Detail:

Carole Zaug, Referentin für Alterspolitik und die Behindertenkonvention, Stadt Bischheim: [Projekte der Stadt Bischheim](#)

Marie-Gabrielle Holterbach, MSA Alsace: [A tout âge Alsace](#)

Ellen Hipp, Stabstelle Gesundheitskonferenz Landkreis Lörrach: [Bewegungstreffs am Beispiel der Stadt Lörrach](#)

Peter Kühn, Kassierer Förderverein der Sozialstation Kandern e.V.: [Aktivierende Hausbesuche](#)

Zusammenfassung der Diskussionen:

Nach den Präsentationen stellten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zahlreiche Fragen zu den Charakteristiken der teilnehmenden Personen im Projekt sowie zu den Umsetzungsmodalitäten. So betrafen die Fragen die Verteilung Männer/Frauen der Teilnehmenden in den Projekten, die Gruppengrößen und die Regelmäßigkeit – bildet sich mit der Zeit eine Kerngruppe? Außerdem stellte sich auch hier die Frage, wie man einen möglichst großen Anteil der älteren Generation erreichen kann. Weitere Punkte betrafen die Finanzierung der Projekte sowie die Begleitung und Ausbildung der Ehrenamtlichen.

Nachdem alle Referentinnen und Referenten ihre Präsentation hielten fand ein direkter Austausch statt. Die Referentinnen und Referenten verteilten sich im Saal, damit die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf sie zugehen und ein Gespräch in die Wege leiten konnten.

5. Fazit

Was braucht es also, um gut und gesund zu altern? Was kann für die grenzüberschreitende Zusammenarbeit festgehalten werden?

Klar ist – Gesundheitsförderung sollte so früh wie möglich beginnen. Gute Ernährung, eine angemessene Bewegung und soziale Kontakte sind das A und O für ein gutes Altern. Die verschiedenen Bewegungstreffe, die Initiativen der Kommunen und der Vereine zeigen, dass ältere Menschen den gesundheitlichen mit dem gesellschaftlichen Aspekt gut verbinden können, um sowohl körperlich als auch geistlich fit zu bleiben. Doch es müssen nicht nur die angemessenen Angebote geschaffen werden, denn essentiell ist auch die Frage: Wie können wir diejenigen erreichen, die sich nicht aktiv beteiligen?

Projekte können nicht einfach von einer Kommune in eine andere übertragen werden. Die Kommune muss finanziell und personell hinter dem Projekt stehen. Des Weiteren ist das Engagement der Ehrenamtlichen nicht zu vernachlässigen. Doch es ist wichtig, die Ansätze kennenzulernen, und zu sehen, was in den Kommunen der Nachbarländer umgesetzt wird. Die Workshops haben es den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ermöglicht, sich über das Thema des Guten und gesunden Alterns auszutauschen und neue Ideen zu entwickeln. Dieser Austausch sollte weiterhin gefördert werden, das Anliegen wurde von zahlreichen Akteuren unterstrichen.

KONTAKT // CONTACT

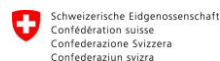
TRISAN / Euro-Institut
Rehfusplatz 11 / D-77694 Kehl
trisan@trisan.org / +49 7851 7407 38 / www.trisan.org

TRISAN

Das Projekt TRISAN wurde von der deutsch-französisch-schweizerischen Oberrheinkonferenz ins Leben gerufen und wird im Rahmen des Programms INTERREG V A Oberrhein kofinanziert. Getragen wird es vom Euro-Institut, welches auf Fortbildung, Projektbegleitung und Beratung im Bereich der grenzüberschreitenden Zusammenarbeit spezialisiert ist. Eine Kofinanzierung erhält es ebenfalls von den Gesundheitsverwaltungen am Oberrhein.

TRISAN

TRISAN est un projet initié par la Conférence franco-germano-suisse du Rhin supérieur cofinancé dans le cadre du programme INTERREG V A Rhin supérieur. Il est porté par et basé à l'Euro-Institut, Institut pour la coopération transfrontalière spécialisé dans la formation, l'accompagnement et le conseil des projets transfrontaliers. Il est également cofinancé par les administrations en charge de la santé dans le Rhin supérieur.



Fonds européen de développement régional (FEDER)
Europäischer Fonds für regionale Entwicklung (EFRE)



Dépasser les frontières : projet après projet
Der Oberrhein wächst zusammen, mit jedem Projekt