

Ergebnisbericht Bestandsaufnahme der Angebote im Altersbereich in Zürcher Gemeinden



Bericht September 2020

Kantonales Aktionsprogramm «Prävention und Gesundheitsförderung im Alter»
2019 – 2021 Kanton Zürich

Impressum

Auftraggeber

Universität Zürich
Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention (EBPI)
Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich

Autorenschaft

Yves Weber, Diego Morosoli
Schweizerische Gesundheitsstiftung RADIX
Pfungstweidstrasse 10
8005 Zürich
weber@radix.ch
morosoli@radix.ch

Sibylle Brunner, Manuela Kobelt
Universität Zürich
Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention (EBPI)
Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich
Hirschengraben 84
8001 Zürich

Auskünfte

Manuela Kobelt
Tel: +41 44 634 47 84
manuela.kobelt@uzh.ch

Download

www.gesundheitsfoerderung-zh.ch

Inhaltsverzeichnis

1. Zusammenfassung	3
2. Ausgangslage	3
3. Methodik	4
4. Ergebnisse der Onlineumfrage	6
5. Zusammenfassung und Fazit	18

1. Zusammenfassung

Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich, angesiedelt am Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention (EBPI), erhob im Sommer 2019 mit einer Onlineumfrage bei den Zürcher Gemeinden den Stand der Aktivitäten im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung für ältere Menschen. Die Erhebung zeigt, dass vielfältige und gemeindespezifisch unterschiedlich ausgeprägte Angebotslandschaften existieren. In der Grosszahl der Gemeinden bestehen spezifische Begegnungsräume für die ältere Bevölkerung. In einem Drittel der Gemeinden finden regelmässig Informationsveranstaltungen zu gesundheitsfördernden oder präventiven Themen statt. Speziell auf ältere Menschen zugeschnittene Bewegungsangebote bestehen in den meisten Gemeinden. Auch Angebote zur Stärkung der psychischen und sozialen Ressourcen können in der Hälfte der Gemeinden genutzt werden. Die Koordination dieser Aktivitäten wird in 40 Prozent der Gemeinden durch eine Fachstelle oder ein spezifisches Gremium umgesetzt. Zudem besteht auch in 40 Prozent der Gemeinden ein Leitbild oder Konzept, bei welchem Prävention und Gesundheitsförderung im Alter thematisch integriert ist.

2. Ausgangslage

Aufgrund des demografischen Wandels steigt der Anteil der Menschen im Rentenalter im Verhältnis zur Gesamtbevölkerung. Aus gesundheitlicher aber auch wirtschaftlicher Sicht ist es wünschenswert, dass diese Menschen in einem möglichst guten Gesundheitszustand älter werden können, sowohl im dritten Lebensabschnitt, dem frühen Rentenalter, als auch im vierten Lebensabschnitt, der Hochaltrigkeit. Günstige Rahmenbedingungen und Angebote zur Prävention und Gesundheitsförderung in der Wohngemeinde können dazu einen wichtigen Beitrag leisten. Gut zugängliche, nahegelegene Angebote und Begegnungsorte gewinnen daher mit steigendem Alter an Bedeutung.

Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich führte 2019 eine Bestandsaufnahme der Rahmenbedingungen und Angebote zur Prävention und Gesundheitsförderung bei älteren Menschen in den Zürcher Gemeinden durch. Alle Gemeinden wurden zum einen angeschrieben, um Kontaktpersonen für Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich zu eruiieren. Aber auch um in den jeweiligen Gemeinden die Ausgangslagen, spezifischen Prioritäten in der Angebotsstruktur und relevante Angebote verschiedener Akteure zu erfassen. Daraus resultiert der vorliegende Bericht. Er gibt einen Überblick über die Vielfalt der Aktivitäten und die Ergebnisse der Bestandsaufnahme sollen Anknüpfungspunkte für Gemeinden schaffen. Der Bericht bietet zudem Hinweise zu bestehenden Angeboten im Kanton Zürich, die sich in der Praxis bewähren und in weiteren Gemeinden multipliziert werden könnten. Er richtet sich an Fachpersonen aus der Verwaltung in Gemeinden und Behördenmitglieder sowie Mitarbeitende von Fachorganisationen aus dem Altersbereich.

Es gilt zu berücksichtigen, dass es sich bei der Bestandsaufnahme um eine Momentaufnahme der Angebotslandschaft der Gemeinden handelt. Auch zeigt die Erhebung lediglich einen Ausschnitt der bestehender Gemeindeangebotslandschaften in 57 Gemeinden im Jahr 2019.

3. Methodik

Alle 162 Gemeinden des Kantons Zürich wurden im April 2019 mit der Bitte angeschrieben, einen Onlinefragebogen auszufüllen. Mit dem Fragebogen sollte in Erfahrung gebracht werden, ob in den Gemeinden Strukturen, Leitbilder im Bereich Alter vorhanden sind, welche Angebote zur Prävention und Gesundheitsförderung im Alter existieren und ob die Gemeinden Interesse an Unterstützung für den Aufbau kommunaler Netzwerke für die ältere Bevölkerung haben. Zudem war ein Ziel der Umfrage Angaben zu Kontaktpersonen in den Gemeinden zu erhalten.

Der Fragebogen umfasste folgende neun Fragen:

1. Besteht in Ihrer Gemeinde ein Ressort/Bereich Alter?
2. Gibt es in Ihrer Gemeinde eine Person, welche unter anderem für den Bereich Prävention und Gesundheitsförderung im Alter zuständig ist?
3. Liegt in Ihrer Gemeinde eine Strategie, ein Konzept oder Leitbild vor, das Prävention und Gesundheitsförderung im Alter thematisiert?
4. Werden in Ihrer Gemeinde die einzelnen Bereiche der Prävention und Gesundheitsförderung im Alter durch ein Gremium (z. B. Runder Tisch) koordiniert?
5. Existieren in Ihrer Gemeinde Begegnungsräume für die ältere Bevölkerung (z. B. Begegnungszentren, Treffs, öffentliche Plätze)?
6. Finden zu gesundheitsrelevanten Themen (z. B. Bewegung, Sturzprävention, Ernährung, psychische Gesundheit) regelmässig Informationsveranstaltungen statt?
7. Kann sich die Bevölkerung in Ihrer Gemeinde über die Angebote zur Prävention und Gesundheitsförderung im Alter informieren?
8. Haben Sie als Gemeinde Interesse an Unterstützungen, Anregungen und Empfehlungen, wie in Ihrer Gemeinde ein kommunales Netzwerk Bewegung und Begegnung im Alter aufgebaut werden kann?

Von den 162 angeschriebenen Gemeinden antworteten 57, was einer Rücklaufquote von rund 35 Prozent entspricht. Die teilnehmenden Gemeinden wurden nach Anzahl ihrer Wohnbevölkerung in drei Gruppe (klein, mittel, gross) eingeteilt: 26 Gemeinden mit weniger als 5000 Einwohnerinnen und Einwohnern, 14 Gemeinden mit einer Bevölkerung zwischen 5000 und 10'000 Personen sowie 17 Gemeinden mit mehr als 10'000 Personen .

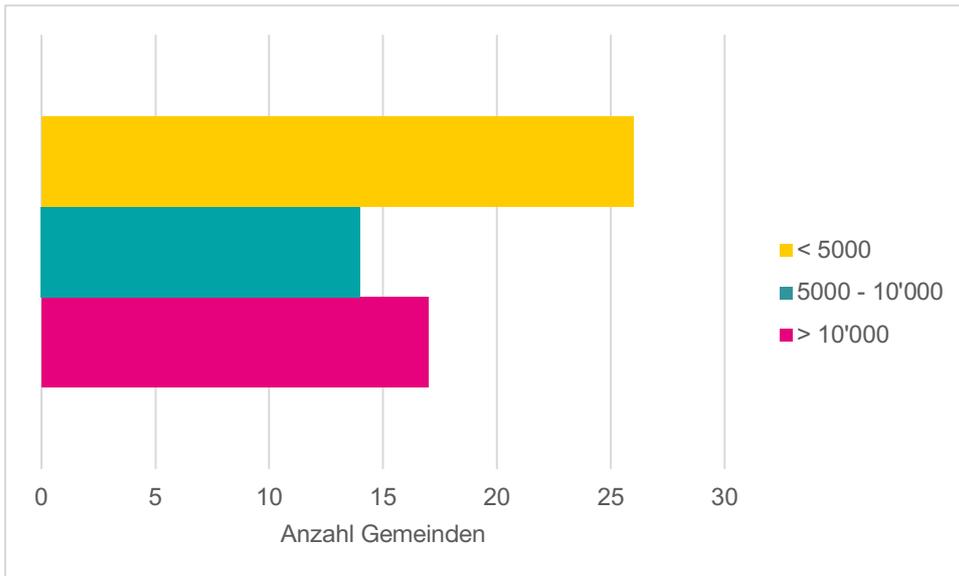


Abbildung 1: Teilnehmende Gemeinden eingeteilt nach Grösse ihrer Wohnbevölkerung.

Die Antworten wurden statistisch ausgewertet und anonymisiert. Der Bericht schliesst mit einem Fazit zum Stand der der Aktivitäten inklusive möglicher Handlungsfelder.

4. Ergebnisse der Onlineumfrage

Ressort oder Bereich Alter

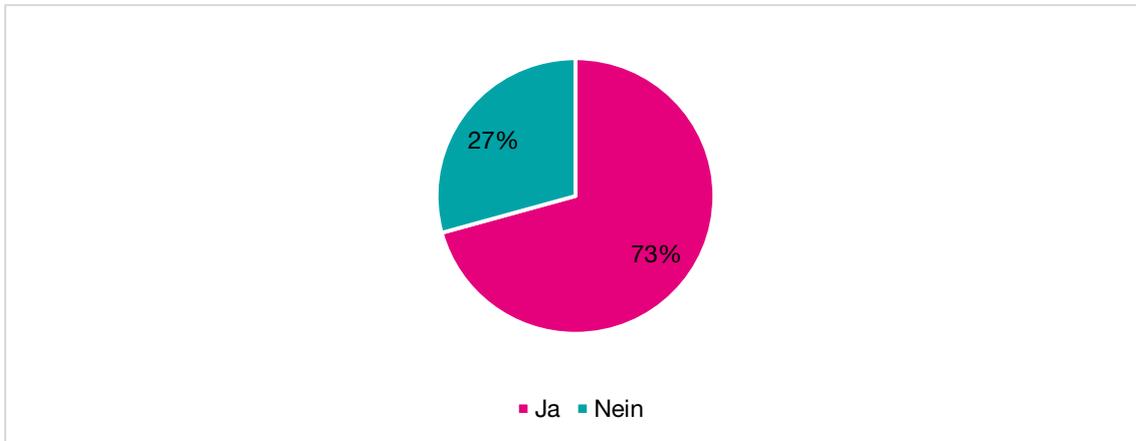


Abbildung 2: Besteht in Ihrer Gemeinde ein Ressort/Bereich Alter? (N = 56, missing = 1)

In 73 % der 56 Gemeinden, die die Onlineumfrage beantwortet haben, besteht ein Ressort «Alter». In einer Mehrzahl der teilnehmenden mittleren (12) und in allen grossen Gemeinden (16) besteht ein entsprechendes Ressort oder Bereich, in den kleineren Gemeinden hingegen nur zu 50%.

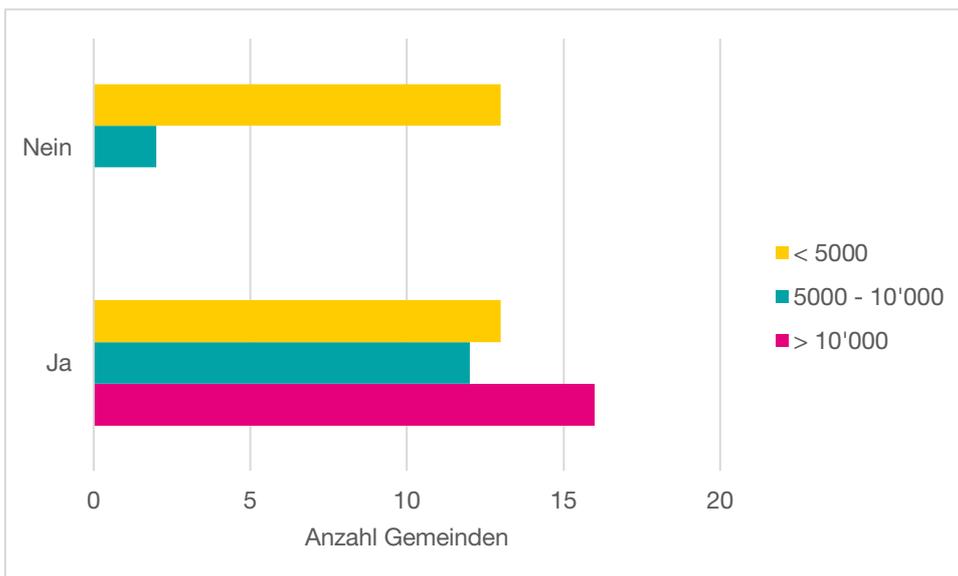


Abbildung 3: Gemeinden mit Ressort/Bereich Alter nach Grösse ihrer Wohnbevölkerung.

Zuständigkeit für Bereich Prävention und Gesundheitsförderung im Alter

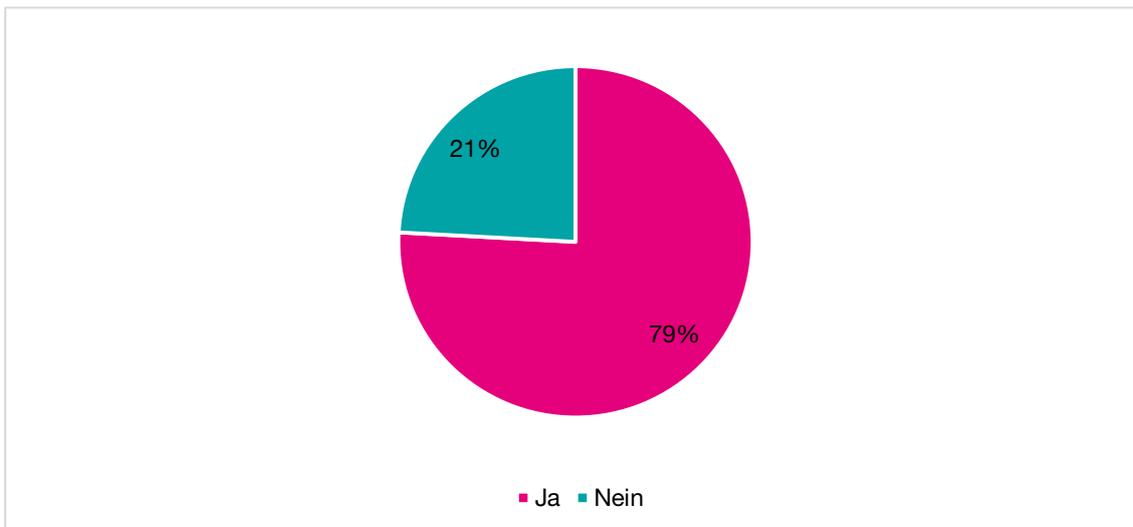


Abbildung 4: Gibt es in Ihrer Gemeinde eine Person, welche unter anderem für den Bereich Prävention und Gesundheitsförderung im Alter zuständig ist? (N = 56, missing = 1)

In mehr als drei Viertel der 56 Gemeinden ist eine verantwortliche Person für den Bereich «Prävention und Gesundheitsförderung im Alter» bestimmt. Auch hier zeigt sich, dass die Mehrheit der grossen (15) und mittlere Gemeinden (12) einen entsprechenden Posten besetzt haben. Auch die teilnehmenden kleinen Gemeinden haben zu 65% eine verantwortliche Person.

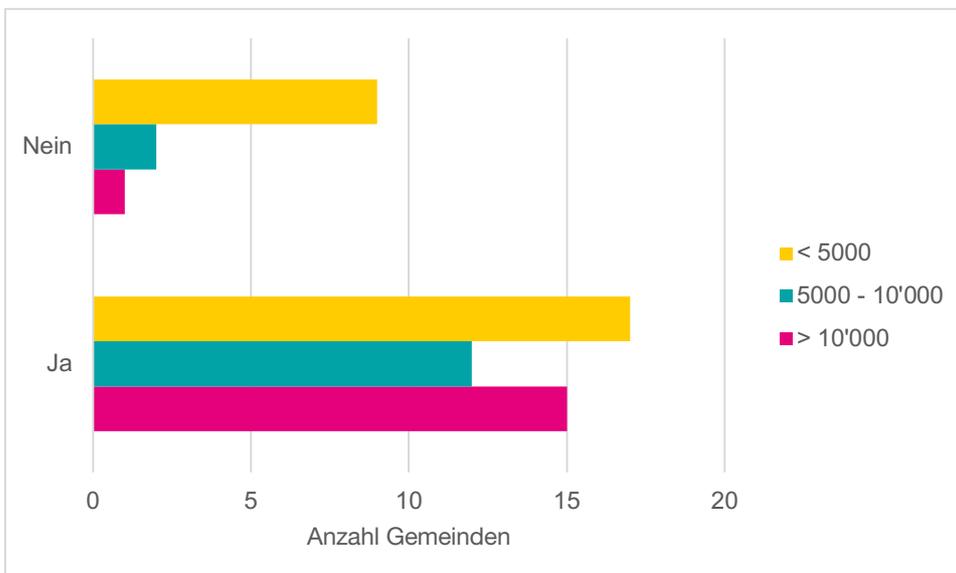


Abbildung 5: Gemeinden mit verantwortlicher Person für den Bereich «Prävention und Gesundheitsförderung im Alter» nach Grösse ihrer Wohnbevölkerung.

Strategie, Konzept oder Leitbild zur Prävention und Gesundheitsförderung im Alter

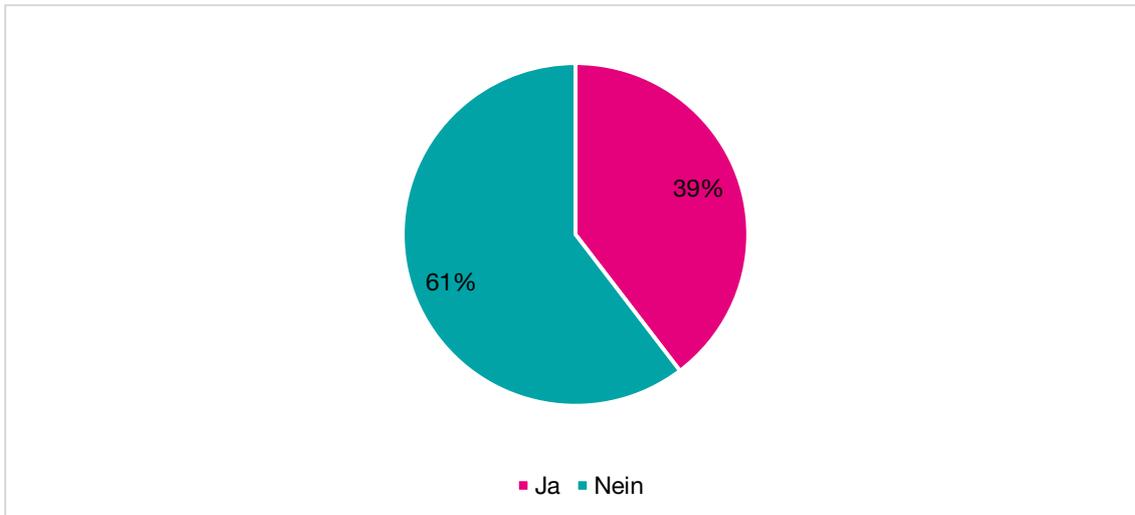


Abbildung 6: Liegt in Ihrer Gemeinde eine Strategie, ein Konzept oder Leitbild vor, das Prävention und Gesundheitsförderung im Alter thematisiert? (N = 56, missing = 1)

Eine Strategie, ein Konzept oder Leitbild, indem Prävention und Gesundheitsförderung im Alter thematisiert wird, weisen 39 % der 56 Gemeinden aus, die die Onlineumfrage beantwortet haben. Zwei Gemeinden haben angegeben, dass ihr Leitbild aus dem Jahr 2009 bzw. 2013 im Moment in Überarbeitung sei und dabei Prävention und Gesundheitsförderung stärker thematisiert würde. In einer Gemeinde, die bisher kein Leitbild hatte (im Diagramm noch unter «nein» enthalten), ist erstmals ein Leitbild in Erarbeitung. Die Bevölkerungsanzahl hat geringen Einfluss auf das Vorhandensein einer Strategie oder einem Konzept zur Thematik von Prävention und Gesundheitsförderung im Alter. So zeigt sich, dass auch mittlere und grosse Gemeinden nur zu 35% beziehungsweise zu 56% eine entsprechende Strategie oder Konzept haben.

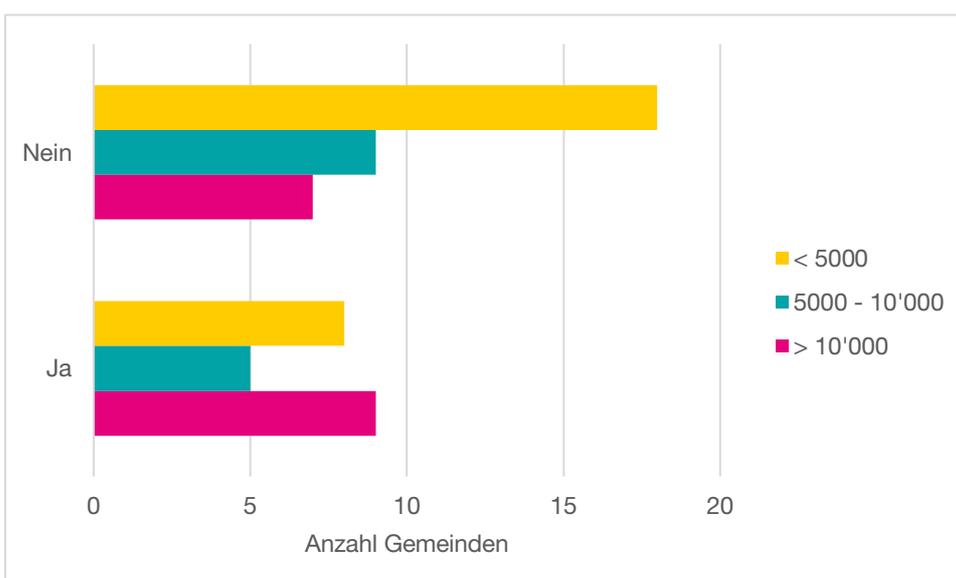


Abbildung 7: Gemeinden mit bestehender Strategie, Konzept oder Leitfadens nach Grösse der Wohnbevölkerung.

Koordination der Prävention und Gesundheitsförderung im Alter

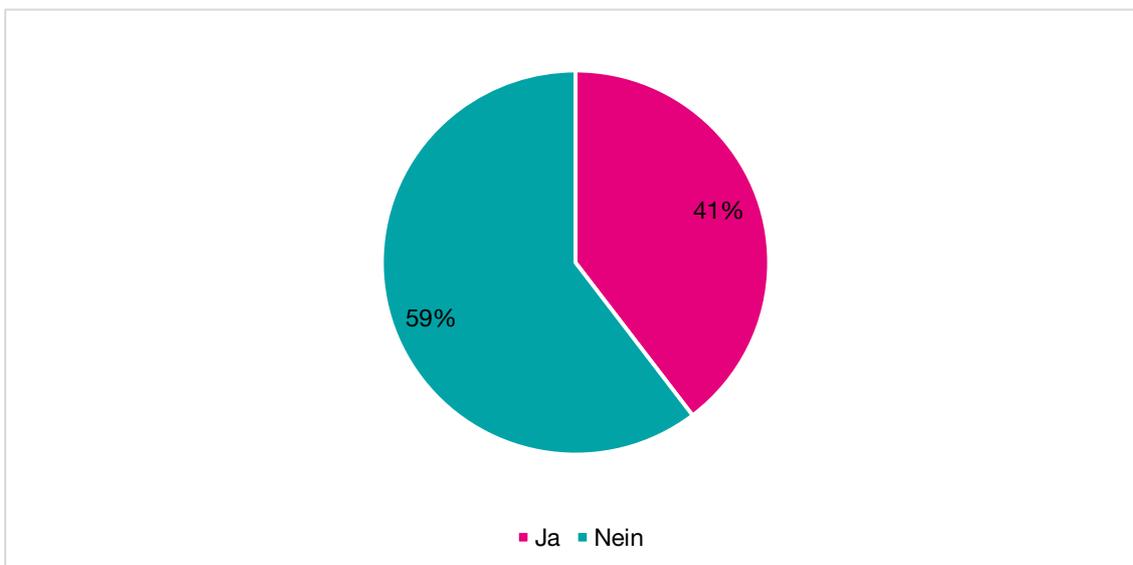


Abbildung 8: Werden in Ihrer Gemeinde die einzelnen Bereiche der Prävention und Gesundheitsförderung im Alter durch ein Gremium (z. B. Runder Tisch) koordiniert? (N = 56, missing = 1)

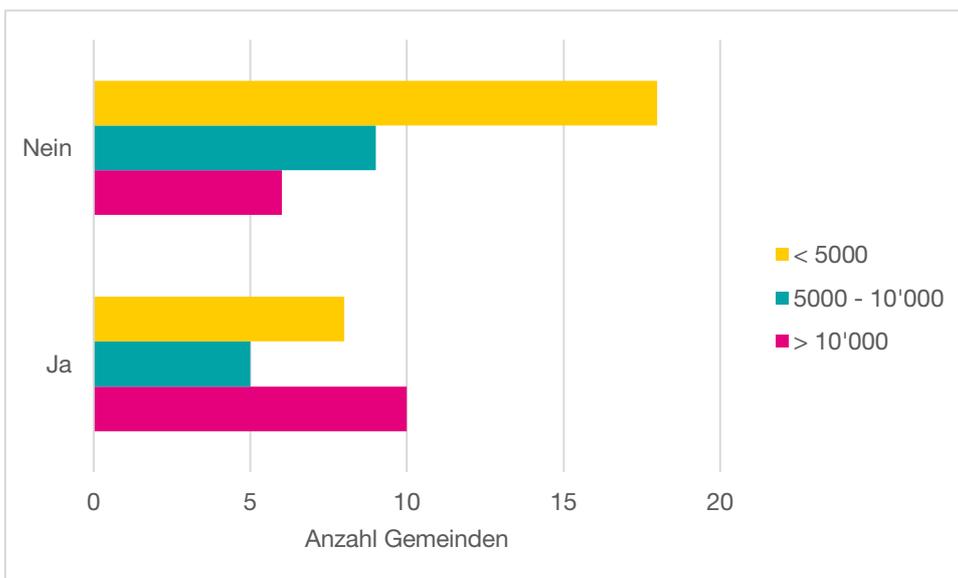


Abbildung 2: Gemeinden mit vorhandenem Gremium nach Grösse der Wohnbevölkerung..

Auch bei dieser Frage geben 41 % der 56 Gemeinden an, dass ihre Aktivitäten zur Prävention und Gesundheitsförderung im Alter durch ein Gremium koordiniert werden. Die Gemeindegrösse scheint dabei keine wesentliche Rolle zu spielen. So wird das Thema in 63% der grossen Gemeinden und 36% beziehungsweise 31% der mittleren und kleinen Gemeinden durch ein Gremium koordiniert. 17 der 57 Gemeinden haben die Koordination auf Gemeindeebene näher beschrieben: Sie findet auf sehr vielfältige Weise statt. Davon fügten zwei Gemeinden an, dass sie die Vielfältigkeit walten liessen und die Aktivitäten den Quartieren oder der Initiative einzelner Akteure überliessen. Die verbleibenden 15 Gemeinden nannten folgende Organisationsformen der Koordination (Anzahl Nennungen in Klammer):

- Runder Tisch im Altersbereich (3)
- Altersausschuss oder Alterskommission mit einer Sitzung pro Quartal (2)
- Koordination durch Integration von Prävention und Gesundheitsförderung im Alter in Ressort Gesundheit bzw. Soziales im Gemeinderat (2)
- Koordination durch Anlaufstelle 60+ bzw. eine Beratungsstelle für Altersfragen (2)
- Austausch der Gemeinde mit regionalen Altersfachstellen (1)
- Seniorenforum mit regelmässigen Sitzungen (1)
- Gesellschaftskommission (1)
- Arbeitsgruppe Prävention (1)
- Trägerkonferenz Alter mit halbjährlichen Sitzungen (1)
- Koordination durch Zusammenarbeit mit Pro Senectute (1)

Begegnungsräume für die ältere Bevölkerung

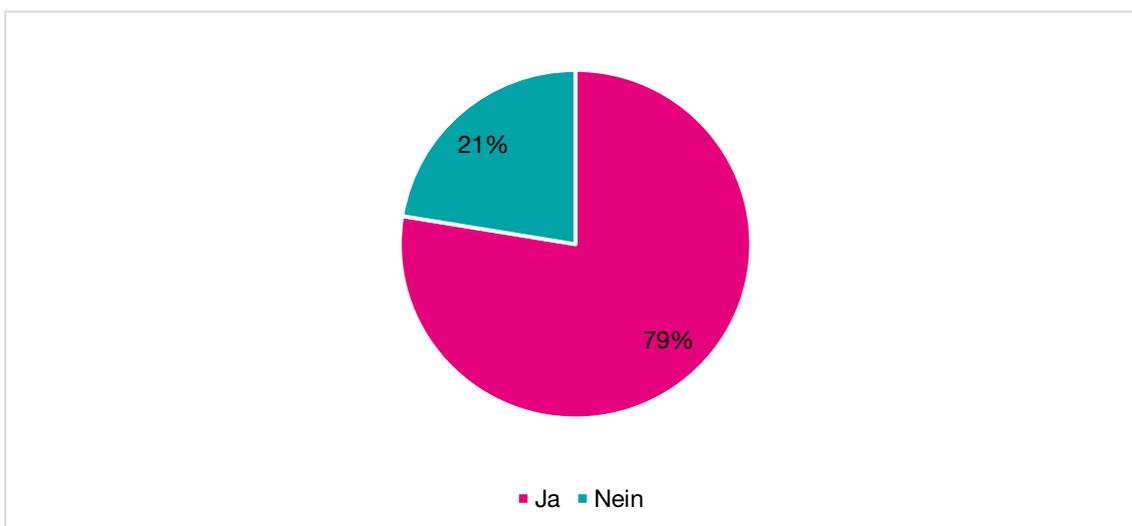


Abbildung 10: Existieren in Ihrer Gemeinde Begegnungsräume für die ältere Bevölkerung (z.B. Begegnungszentren, Treffs, öffentliche Plätze)? (N = 45, missing 12)

Alle 45 der 57 Gemeinden, die die Frage mit Ja beantworteten, differenzierten auch, um welche Begegnungsräume es sich handelt. Folgende Auflistung gibt einen Einblick in die unterschiedlichen Angebote, bei welchen sich ältere Menschen in den einzelnen Gemeinden treffen. Die Gemeinden konnten mehrfache Angaben machen (Anzahl Nennungen in Klammern):

- Cafés, Cafeterias und Restaurants, u.a. auch spezielle Angebote wie «Café International» oder «Erzählcafé»¹ (27)
- Kirchengemeindesäle (16)
- Bereich «Dorfplatz/Marktplatz» (7) allgemein wie auch spezifisch definierte Stellen wie «Begegnungsplatz», «Platz am Brunnen», «Infopoint Alter», «Dorftreff» oder eine spezielle Sitzbank (7)
- Mittagstische (zum Teil von Pro Senectute) (6)
- Gemeinschafts-/Quartier-/Freizeitzentren oder «Gemeinschaftshof» in einer Siedlung (4)
- Gymnastikräume/Turnhallen und Begegnungs-/Gemeinschaftsräume (zum Beispiel in Altersheimen, «Basteltreffs») (3)
- Kursräume, Leseräume/Bibliotheken, Ortsmuseen, Hallenbäder, Veranstaltungsräume, Räume der Pro Senectute, Räume in Schulhäusern, Säle in Gemeindehäusern oder «Stubete» (je Einzelnennungen)

Die Gemeinden haben darauf hingewiesen, dass sich die ältere Bevölkerung auch zusätzlich zu Innenräumen draussen in Parks oder bei Wanderungen treffe.

¹ Eine niederschwellige partizipative und interaktive Methode des autobiografisch orientierten Erzählens (in Abgrenzung zu Diskussionen und Smalltalk)

Informationsveranstaltungen zu gesundheitsrelevanten Themen

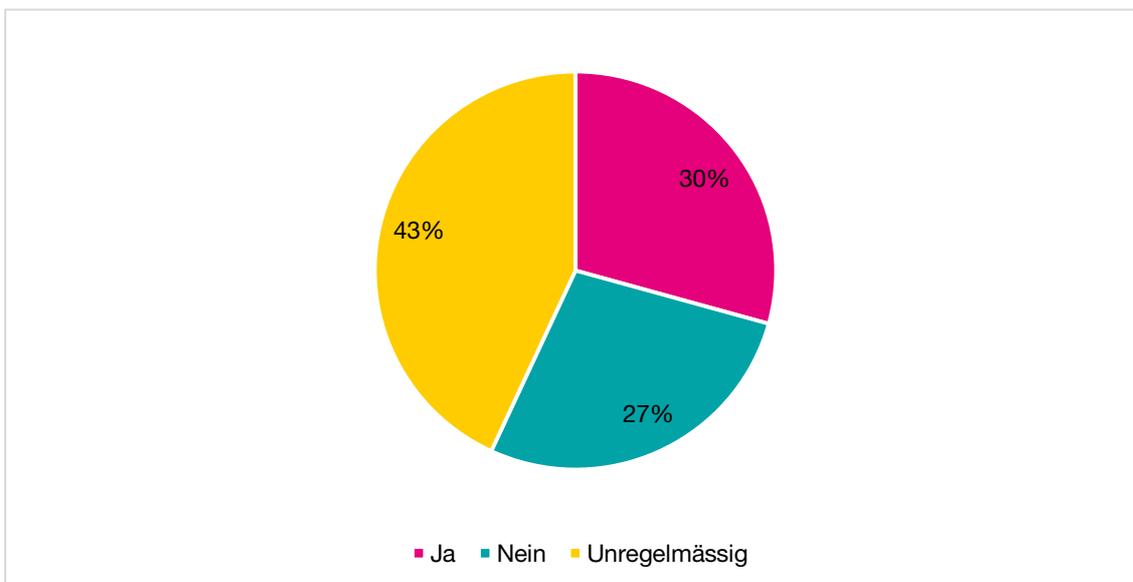


Abbildung 11: Finden zu spezifischen gesundheitsrelevanten Themen (z. B. Bewegung, Sturzprävention, Ernährung, psychische Gesundheit) regelmässig Informationsveranstaltungen statt? (N = 56, missing = 1)

In 30 % der 56 Gemeinden, die diese Frage beantwortet haben, finden regelmässig Veranstaltungen zu Gesundheitsthemen statt. In 43 % der Gemeinden wird unregelmässig informiert. 27 % der Gemeinden meldeten, dass bei ihnen keine entsprechenden Veranstaltungen stattfinden.

Angebote zu Bewegung und Ernährung

Anschliessend an die Frage zu den Informationsveranstaltungen wurde in der Onlineumfrage in einer offenen Frage nach spezifischen Angeboten zu Gesundheitsthemen gefragt, und zwar einerseits zur Bewegungsförderung und Ernährung im Alter, andererseits zur Förderung der psychischen Gesundheit im Alter. Es zeigt sich insgesamt eine sehr vielfältige Angebotslandschaft. Als Anbieter der Kurse oder Veranstaltungen wurden neben der Gemeinde die Pro Senectute, die Kirchen, Samariter- (zum Beispiel Postenlauf), Naturschutz- oder Seniorenvereine genannt. Beliebte Gefässe sind Altersforen, Seniorennachmittage, Jubilarenfeste oder Pensions-Vorbereitungsbesuche.

Bewegungsförderung

Die Mehrzahl der Gemeinden, die an der Umfrage teilgenommen haben, existieren Angebote im Bewegungsbereich (39 der 57 Gemeinden). Darunter wurden folgende Angebote häufig aufgelistet (Anzahl Nennungen in Klammer):

- Bewegungs-/Sportangebote/Gymnastik/Turnvereine/Sportclubs/Fitnessstudios/Altersturnen (23)
- Wander-/Spazierangebote (12)
- Vorträge/Informationsveranstaltungen zum Thema Bewegung (9)
- Tanzangebote (7)
- Dalcroze-Seniorenrhythmik² zur Sturzprävention (6)

Ein bis drei Mal aufgeführt wurden folgende Angebote:

- Ausflüge
- Reisen
- Seniorinnen- und Seniorenferien
- Velogruppe
- Nordic Walking
- Medizinisches Trampolin
- Angebot «ZÄMEGOLAUFE»³
- Yoga, Tai Chi Chuan, Qi Gong
- (Nordic) Walking
- Schwimmen/Hallenbad/Freibad
- Eishalle

² Körperliche Übungen mit mehreren Bewegungsabläufen, die im Rhythmus zu improvisiert gespielter Musik ausgeführt werden und der Sturzprävention dienen. Das Angebot gibt es in verschiedenen Gemeinden.

³ Menschen 60+ treffen sich und gehen gemeinsam in ihrem Wohnort spazieren. Sie machen neue Bekanntschaften und bleiben dank dem Spazieren körperlich aktiv. Das Angebot gibt es in verschiedenen Gemeinden.

- Wandergruppe
- Mobilitätstage
- Lauftreff

Zum Thema Lungengesundheit wurden Atemkurse und der «Luftibus»⁴ erwähnt.

Ernährung

Beim Thema Ernährung wurden weniger Angebote aufgeführt. 11 Mal wurde auf Mittagstische/Tavolata⁵ und je ein Mal auf einen Mahlzeitendienst und ein Seniorenweihnachtsessen hingewiesen.

Unterstützung im Lebensalltag

Zur Unterstützung der älteren Menschen in ihrem Lebensalltag dienen in zwei Gemeinden auch Nachbarschaftshilfe oder Besuchsdienste.

⁴ Lungentestbus von Lunge Zürich für einen kostenlosen Test der Lungenfunktion.

⁵ Nationales Netzwerk, welches das gemeinsame Kochen und Essen sowie gegenseitige weitere Unterstützung fördert.

Angebote psychische Gesundheit

Von den 57 Gemeinden, welche die Umfrage beantwortet hatten, führten 29 spezifische Angebote im Bereich psychische Gesundheit auf:

- Senioren-Mittagstische/Tavolata (12) (drei Mal davon spezifisch Mehrgenerationen-Mittagstische, einmal spezifisch ein Mittagstisch für Demenzkranke und ihre Angehörigen)
- Informations- bzw. Bildungs-Veranstaltungen (7)
- Cafés (auch als Angebot von Kirchgemeinden, einmal auch spezifisch ein Erzählcafé⁶) (5)
- «Film-/Kino-/Theaternachmittage», «Senioren-Nachmittage», «Vorträge» und «Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige» (zum Beispiel zum Thema Demenz) (4)
- Kurse (zum Beispiel für betreuende und pflegende Angehörige zu Themen wie soziale Isolation oder Depression oder Gedächtniskurse) (3)
- Verschiedene «Treffen» z.B. «Leueträff»⁷, «Nüeri-Netz-Treff»⁸, Jahrgangs-Gruppe-Treffen (3)
- Agenda 60+ (3)
- Präventive Hausbesuche im Fünfjahres-Rhythmus (3)
- Beratungen (durch die entsprechenden Fachstellen Alter) (2)
- Seniorenausflüge, Seniorenferien (2)
- Altersforen (2)
- Spielnachmittage (2)
- Entlastungsangebote für pflegende Angehörige (zum Beispiel das Projekt «Tapetenwechsel»⁹) (2)
- Je ein Mal genannt wurden: Selbsthilfegruppen, Wandergruppe, Bocciacub, Computeria¹⁰, französische Konversationsgruppe, Grill-Nachmittag, Kochabende, ein Angebot einer Koordinationsstelle Freiwilligenarbeit, «Frauezmorge», Flickstube, Kontaktgruppe, Besuchsdienst, Freiwilligenagentur, Besuchsdienste, Tanzcafé und ein Forum für Angewandte Gerontologie.

⁶ Eine niederschwellige partizipative und interaktive Methode des autobiografisch orientierten Erzählens (in Abgrenzung zu Diskussionen und Smalltalk)

⁷ «Kaffee für alle» einer reformierten Kirchgemeinde

⁸ Selbsthilfeorganisation zur Pflege eines unterstützenden sozialen Netzwerks

⁹ Angebot an betreuende Angehörige, ihnen einen Ort ausserhalb ihrer Pflichten zu bieten, der von Wohlbefinden, Abwechslung und Herzlichkeit geprägt ist

¹⁰ Informationen zur Nutzung von IT-Geräten für Seniorinnen und Senioren

Information der Bevölkerung zu Angeboten zur Prävention und Gesundheitsförderung im Alter

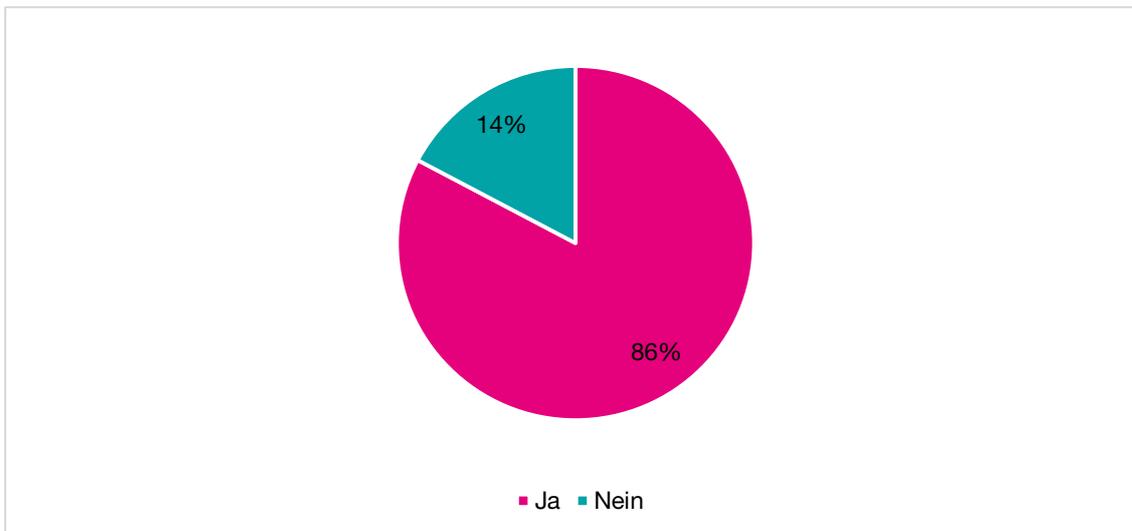


Abbildung 12: Kann sich die Bevölkerung in Ihrer Gemeinde über die Angebote zur Prävention und Gesundheitsförderung im Alter informieren? (N = 56, missing = 1)

86 % der antwortenden 56 Gemeinden bejahten, dass Interessierte sich über Angebote zur Prävention und Gesundheitsförderung im Alter informieren können.

In den Gemeinden sind es verschiedene Akteure, die über Angebote zur Prävention und Gesundheitsförderung informieren. Einerseits die Gemeindeverwaltung selbst, Anlauf- und Koordinationsstellen wie Altersbeauftragte, Beratungsstellen, Arbeitsgruppen Alter, Kirchgemeinden, Ortsparteien, die Spitex, die jeweilige Pro Senectute-Ortssektion (gezielter Versand von Einladungen) oder Vereine (zum Beispiel Krankenpflege- oder Frauenverein) und schliesslich auch Privatpersonen.

Von den 57 Gemeinden listeten 48 einzelne Informationskanäle und Produkte auf. Die meisten nannten als wichtigste Informationskanäle Lokalzeitungen und lokale Mitteilungsblätter (29 Nennungen, zum Beispiel das Mitteilungsblatt «Seniorenevent»). Im nichtdigitalen Bereich werden ferner Aushänge und Schaukästen häufig genutzt (12 Nennungen). In einzelnen Gemeinden wird eine Agenda 60+ erstellt und zum Teil auch in die Haushalte der älteren Menschen versandt. Zudem werden an Anlässen wie Frühlings- oder Herbstmessen Informationsstände organisiert. Auch über digitale Kanäle wird die ältere Bevölkerung informiert. Am häufigsten über Webseiten der Gemeinde bzw. Organisationen oder Vereine (27 Nennungen). Als weitere digitale Kanäle dienen vereinzelt auch Newsletters oder die Vernetzungsplattform Crossiety, ein App für den „Dorfplatz einer Gemeinde“, mittels welchem sich Gemeinde- oder Siedlungsbewohnerinnen und -bewohner vernetzen können.

Neben der Informationsvermittlung durch Inserate, Medienarbeit, Flyer und Broschüren, Agenden, Newsletter und Webseiten spielt auch die Mund-zu-Mund-Propaganda eine Rolle.

Interesse an Unterstützungen, Anregungen und Empfehlungen zu kommunalen Netzwerken Bewegung und Begegnung im Alter

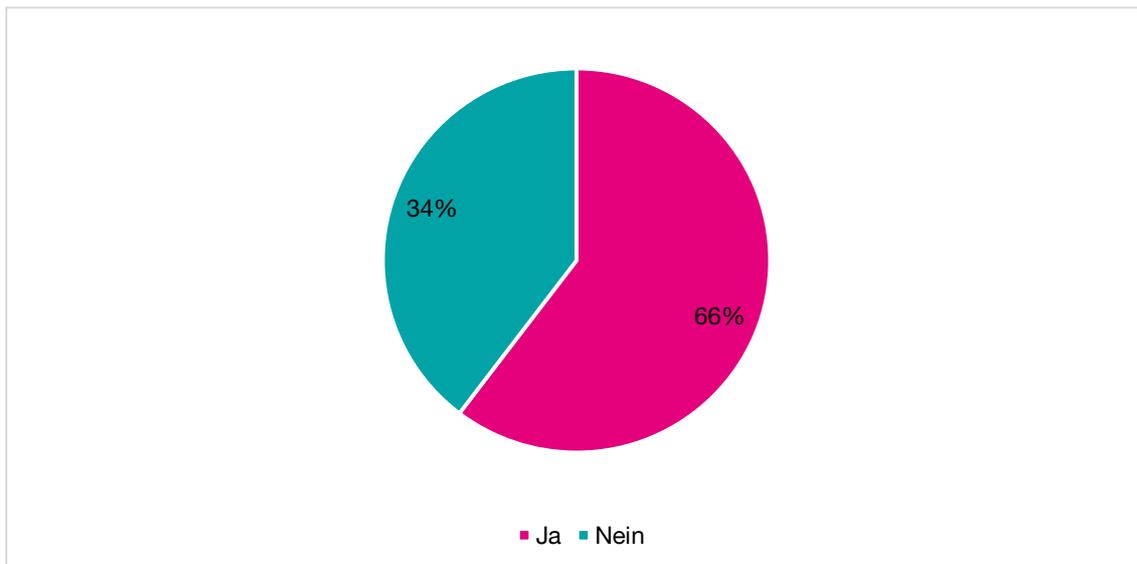


Abbildung 13: Haben Sie als Gemeinde Interesse an Unterstützungen, Anregungen und Empfehlungen, wie in Ihrer Gemeinde ein kommunales Netzwerk für Bewegung und Begegnung im Alter aufgebaut werden kann? (N = 53)

Dieses Unterstützungsangebot durch Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich stösst auf positive Resonanz: Mehr als die Hälfte der antwortenden Gemeinden (60 %) sind interessiert, künftig Anregungen bzw. Unterstützung zum Auf- und Ausbau des kommunalen Netzwerks zur Förderung des sozialen Austausches und der sozialen Unterstützung der älteren Gemeindebewohnerinnen und -bewohnern zu erhalten.

5. Zusammenfassung und Fazit

Die Ergebnisse der Besandesaufnahme zeigen das breite Spektrum von Angeboten zur Prävention und Gesundheitsförderung für ältere Menschen in Gemeinden des Kantons Zürich. Sie geben Einblick in vorhandene Aktivitäten und bieten Anhaltspunkte, um bewährte Angebote in verschiedenen Gemeinden zu multiplizieren.

Vielfalt und hohe Anzahl an Aktivitäten

An der Onlineumfrage haben Gemeinden unterschiedlicher Grösse teilgenommen, von Kleinstgemeinden wie Truttikon (478 Einwohner/-innen) bis zur Stadt Zürich (413'912 Einwohner/-innen). Während in mittleren und grösseren Gemeinden in der Regel ein Ressort für den Altersbereich existiert, ist dies bei den kleineren teilnehmenden Gemeinden nur bei 50% der Fall.

Die Ergebnisse der Umfrage zeigen jedoch, dass bereits in Kleinstgemeinden eine Vielfalt an Aktivitäten angeboten wird und eine hohe Anzahl von Akteuren involviert ist. Dies zeigt sich beispielhaft an einer Gemeinde mit rund 600 Einwohnerinnen und Einwohnern. Als Begegnungsmöglichkeiten nennt diese eine Vielzahl unterschiedlicher Aktivitäten: Angebote durch Vereine (Dorf- und Altersturnverein), Altersnachmittage, Ausflüge und selbstorganisierte Gruppen («Wähen-Freitag», Wandern, Jogging). Diese Aktivitäten werden durch das Engagement zahlreicher Akteure (Privatpersonen, Vereine, Gemeinde, Kirche und weitere Organisationen) ermöglicht.

Die Auswertung zeigt, dass in unterschiedlichen Gemeinden ähnliche Angebote mit individuellen Schwerpunkten – entsprechend den Bedürfnissen der Gemeinde angepasst – umgesetzt werden. Die Mittagstische sind dafür ein gutes Beispiel, die von unterschiedlichen Akteuren organisiert werden (z. B. Tavolata, Kirche oder Pro Senectute) und sich in manchen Fällen an spezifische Zielgruppen richten (z. B. Mehrgenerationen-Mittagstische, Mittagstisch für Demenzkranke und ihre Angehörigen).

Koordinationsbedarf und Integration in Leitbilder und Konzepte

Die Koordination der zahlreichen Angebote wird in den Gemeinden unterschiedlich organisiert. Beispielsweise anhand eines Ressorts in der Behörde oder Verwaltung, einer spezifischen Fachstelle oder mittels Arbeitsgruppen und runden Tischen. Die Höhe des Koordinationsbedarfs ist u.a. vom Umfang der älteren Bevölkerung in einer Gemeinde abhängig. Eine Koordination der Angebotslandschaft hilft, sowohl Doppelspurigkeiten als auch ein Überangebot an Aktivitäten für eine spezifische Zielgruppe oder zu einem bestimmten Zeitpunkt in der Woche zu verhindern. Gleichzeitig ermöglicht eine Koordination, Synergien zwischen den Anbietern besser zu erkennen und zu nutzen. Sie hilft auch, der älteren Bevölkerung eine gute Übersicht über die vorhandenen Angebote in einer Gemeinde zu vermitteln, damit diese möglichst häufig genutzt werden.

Unterstützend für die Etablierung einer vielfältigen und nutzergerechten Angebotslandschaft im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung für die ältere Bevölkerung ist die Verankerung dieses Handlungsfelds in einem kommunalen Leitbild oder Konzept. Dies kann zu einer Stärkung und nachhaltigen Konsolidierung einer gesundheitsförderlichen Alterspolitik beitragen.