

Lokal vernetzt älter werden

Stärkung sozialer Netzwerke

Damit ältere Menschen bei guter Lebensqualität möglichst lange ein selbstständiges Leben führen können, sind gut funktionierende soziale Netzwerke in Gemeinden oder Quartieren von grosser Bedeutung. Das Projekt unterstützt dazu auf kommunaler Ebene die Verbesserung der Rahmenbedingungen. Die ältere Bevölkerung soll dabei den Auf- und Ausbau von Angeboten aktiv mitentwickeln. Dazu können sie in einem Mitwirkungsanlass ihre Bedürfnisse und Visionen einbringen. Im Anschluss werden die Projekte in Arbeitsgruppen aus älteren Bewohnenden der Gemeinde weiterbearbeitet. Im gesamten Projekt wird besondere Aufmerksamkeit auf ältere Menschen gelegt, die sozial wenig integriert sind. Zudem stärkt das Projekt soziale Netzwerke durch eine bessere Vernetzung und Koordination von lokalen Akteuren und deren Unterstützungsangebote.

www.gesundheitsfoerderung-zh.ch/lokalvernetzt

Anbieter Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich

Partner RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung

Projektdauer 1.5 – 2 Jahre

Zielgruppen

- Ältere Menschen
- Vulnerable Gruppen (Migration, Armut etc.)

Settings

- Quartier / Gemeinde (inkl. Nachbarschaft)

Kosten Finanzierung einer lokalen Projektkoordination (Empfehlung 5 – 10%)

Geförderte Kompetenzen

- Soziale Teilhabe, Ausbau Beziehungsnetz, soziale Unterstützung
- Sozialkompetenzen (Beziehungsfähigkeit, Empathie, Kommunikationsfähigkeiten)
- Selbstwirksamkeit / Selbstwahrnehmung / Selbstkompetenzen

Hinweise zur Umsetzung

- Bedürfnisorientiert und partizipative Umsetzung: Das Projekt wird in Zusammenarbeit mit lokalen Akteuren und der älteren Bevölkerung umgesetzt. So setzen die älteren Menschen konkrete Massnahmen selbstständig um.
- Beteiligung und Mitwirkung gelten als Erfolgsfaktoren der Gesundheitsförderung. Durch deren Einbezug erleben sich die älteren Menschen als wertvollen Teil der Gemeinschaft. So entstehen eine funktionierende Zusammenarbeitskultur und ein solides Netzwerk.
- Einbindung von Entscheidungsträgerinnen und -trägern: Politische Verantwortliche sollten mit im Boot sein. Ohne das Commitment der Gemeinde / Stadt kann das Thema nicht nachhaltig bearbeitet werden.

Kontakt

Manuela Kobelt, Projektleitung:
manuela.kobelt@uzh.ch / 044 634 47 84