

Bedarfsanalyse und Maßnahmenplanung KSB Verden Im Rahmen des AOK-Projektes „Aktiv & gesund älter werden“

Inhalt

- | | |
|---|---|
| 1. Arbeitsgruppe „Gesunde Stadt“ | 2 |
| 2. Bedarfsanalyse basierend auf der Auftaktveranstaltung
„Aktiv & gesund älter werden“ | 2 |
| 3. Altersgruppenstatistik in Verden | 4 |
| 4. Bedarfsanalyse im Setting Kommune Verden am Beispiel des KSB Verden | 5 |



1. Arbeitsgruppe „Gesunde Stadt“

In der Region Verden gibt es eine Arbeitsgruppe „Gesunde Stadt“, die sich aus mehreren verschiedenen Institutionen zusammensetzt, wie Kliniken, Ärztekammern und mehreren Gesundheits- und Krankenkassen (u.a. AOK). Neben einzelnen Angeboten wie Vorträge, Fortbildungen und Veranstaltungen, organisiert diese Gruppe alle zwei Jahre einen Präventionstag. Zahlreiche Institutionen und Beratungsstellen bieten in der Stadt Beratungen, Informationen und Mitmachaktionen rund um die Gesundheitsvorsorge an.

„Es geht um frühzeitige Prävention, um fit und gesund zu bleiben, sich körperlich wohl zu fühlen und gleichzeitig Krankheiten vorzubeugen“. „Wir wollen die Menschen animieren, durch mehr Bewegung und gesunde Ernährung etwas aktiv für die eigene Gesundheit zu tun.“

Die geplanten Maßnahmen im Rahmen dieses Projektes überschneiden sich mit den Maßnahmen der Region Verden nicht.

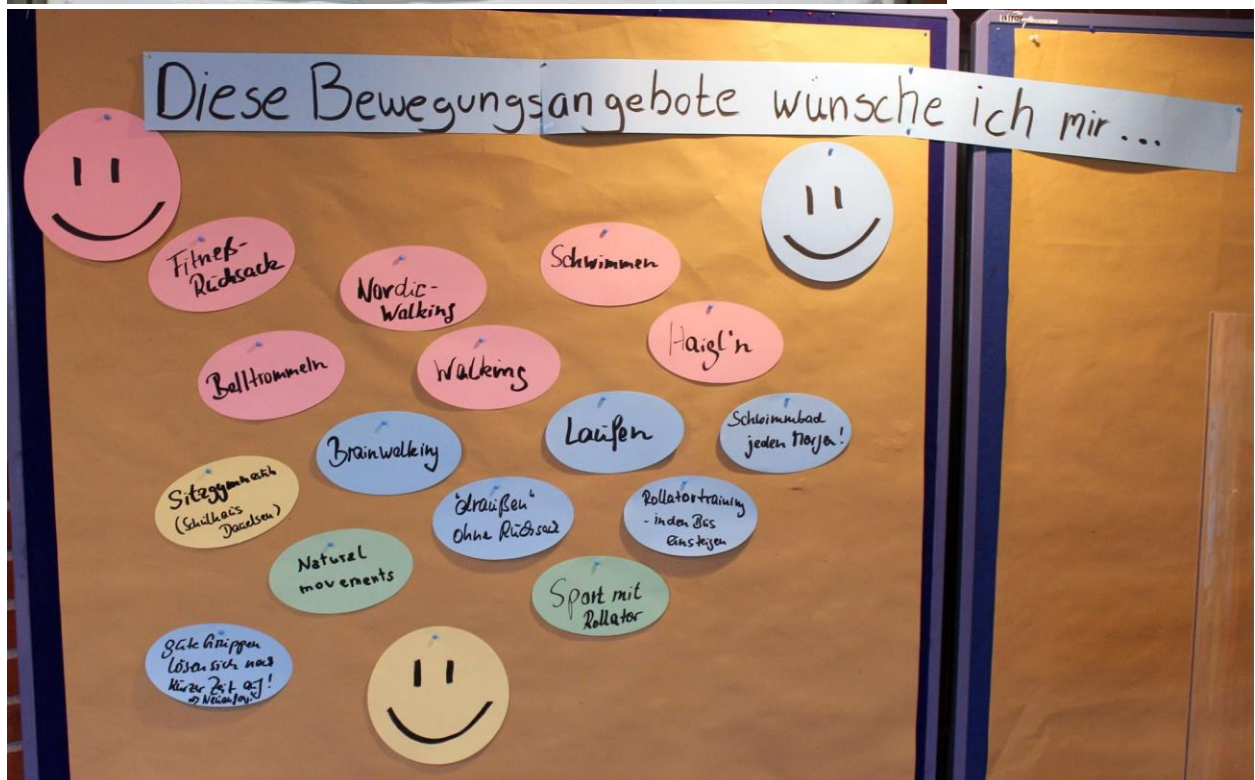
2. Bedarfsanalyse basierend auf der Auftaktveranstaltung „Aktiv & gesund älter werden

Angaben zu den Teilnehmern

- Anzahl der Teilnehmer: 60
davon ca. männlich: 16 weiblich: 44
- *ungefähres* Durchschnittsalter der Teilnehmer: 71 Jahre
Altersspanne: [52<x<95]
- Sportvereinsmitgliedschaft: 48 Teilnehmer sind Mitglieder
12 Teilnehmer sind Nicht-Mitglieder

Welches Bewegungsangebot haben sich die Teilnehmer gewünscht?

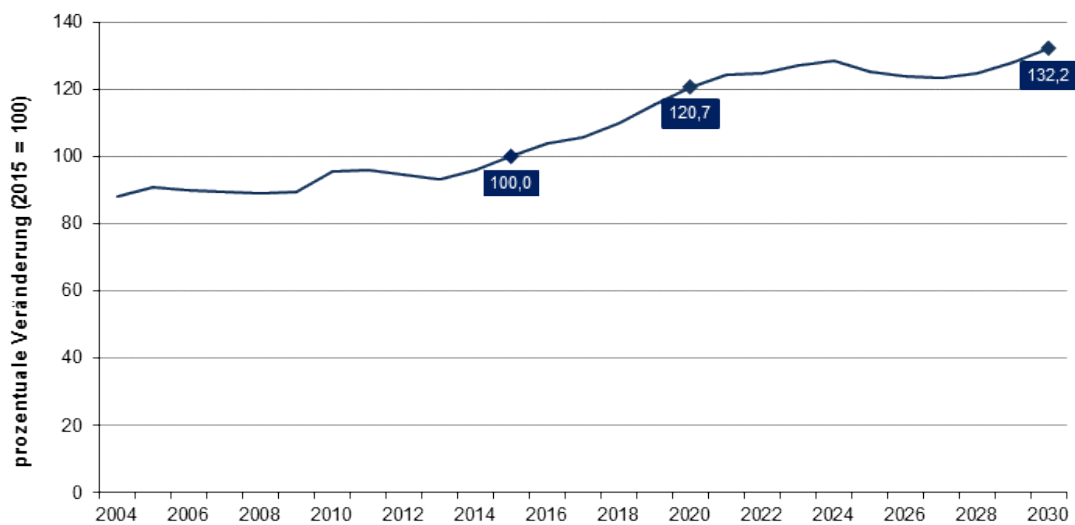
Am häufigsten wurden Bewegungsangebote aus der Kategorie „**Laufen/Walken**“ (Walking, Nordic Walking, Laufen, Wandern, Haigl'n) sowie **Brainwalking** genannt. Einige Teilnehmer wünschten sich **Sport mit dem Rollator**, diesbzgl. auch Training mit dem Rollator für Alltagserledigungen. Ebenfalls wurden Schwimmen und Sitzgymnastik genannt. Trendsportarten wie Speed Stacking und Skiken wurden auf der Veranstaltung gar nicht als Wunsch geäußert.



2. Altersgruppenstatistik in Verden

Altersgruppenstatistik für:		KSB Verden								
Landesfachverband:		Alle								
Erfassungsjahr 2011				Erfassungsjahr 2014						
Altersgruppe	männlich	weiblich	gesamt	Altersgruppe	männlich	weiblich	gesamt			
0-6	1437	1458	2895	0-6	1382	1399	2781			
7-14	5548	4867	10415	7-14	5110	4466	9576			
15-18	2540	1966	4506	15-18	2467	2037	4504			
19-26	2948	2080	5028	19-26	2930	2150	5080			
27-40	3811	3344	7155	27-40	3476	3052	6528			
41-60	8602	6883	15485	41-60	8110	6621	14731			
>60	6738	4924	11662	>60	6866	5246	12112			
Summe:	31624	25522	57146	Summe:	30341	24971	55312			
Erfassungsjahr 2012				Erfassungsjahr 2015						
Altersgruppe	männlich	weiblich	gesamt	Altersgruppe	männlich	weiblich	gesamt			
0-6	1360	1451	2811	0-6	1478	1331	2809			
7-14	5358	4729	10087	7-14	4973	4286	9259			
15-18	2504	1911	4415	15-18	2391	2054	4445			
19-26	2941	2202	5143	19-26	2926	2073	4999			
27-40	3640	3291	6931	27-40	3409	2999	6408			
41-60	8423	6765	15188	41-60	7950	6424	14374			
>60	6774	5085	11859	>60	6877	5265	12142			
Summe:	31000	25434	56434	Summe:	30004	24432	54436			
Erfassungsjahr 2013				Erfassungsjahr 2016						
Altersgruppe	männlich	weiblich	gesamt	Altersgruppe	männlich	weiblich	gesamt			
0-6	1376	1396	2772	0-6	1425	1330	2755			
7-14	5329	4613	9942	7-14	4920	4078	8998			
15-18	2527	2009	4536	15-18	2293	1983	4276			
19-26	2998	2175	5173	19-26	2822	2008	4830			
27-40	3558	3110	6668	27-40	3336	2978	6314			
41-60	8357	6801	15158	41-60	7697	6230	13927			
>60	6840	5178	12018	>60	6901	5317	12218			
Summe:	30985	25282	56267	Summe:	29394	23924	53318			

Bevölkerungsentwicklung der über 80-Jährigen
Stadt Verden



Quelle: www.demografie-monitoring.de; © kommunalverbund niedersachsen/bremen e.V.; Basisjahr: 2015, ab 2016 Vorausberechnung

3. Bedarfsanalyse im Setting Kommune Verden am Beispiel des KSB Verden

Allgemein betrachtet fand ein kontinuierlicher Mitgliederschwund in den letzten fünf Jahren im organisierten Sport des KSB Verden statt. Insgesamt ist die Mitgliederzahl um **3.828** Personen gesunken, was etwa **7 %** entspricht.

In nahezu jeder Altersgruppe sank die Mitgliederzahl in den letzten fünf Jahren; lediglich die **Altersklasse der Senioren** (> 60) stieg kontinuierlich an. Von 2011 bis 2016 fand dort ein Mitgliederzuwachs von rund **556** Personen (ca. **5 %**) statt.

Diese Tatsache lässt sich sicherlich auf den Demographischen Wandel zurückführen. Dieser führt laut Statistiken dazu, dass die Anzahl älterer Personen (vor allem der über 80-Jährigen) in den nächsten Jahren deutlich zunimmt (s. Abb. 2).

Diese bereits stattfindende Entwicklung sollte Anlass dazu geben, vor allem ältere Menschen über 60 Jahre bei der Etablierung neuer, aber auch Durchführung bereits bestehender Sportangebote zu berücksichtigen und diese vor allem unter dem Gesundheitsaspekt und dem Präventionsgedanken anzusehen.

Hier setzt das Kooperationsprojekt der AOK Gesundheitskasse zusammen mit dem LandesSportBund Niedersachsen e.V. an.

Denn, „Aktiv & gesund älter werden“ verfolgt unter anderem das Ziel, regionale oder stadtteilbezogene Netzwerke der Bewegungs- und Gesundheitsförderung für ältere Menschen zu etablieren. Im Rahmen dieses ganzheitlichen gesundheitsfördernden Ansatzes übernehmen Akteure des Sports (Sportvereine, Sportbünde oder Kreisfachverbände), in Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen, den bewegungsbezogenen Part.

Besonders im Fokus stehen dabei ältere Menschen, die bislang keinen Zugang zu den Bewegungs- und Gesundheitsangeboten der Sportvereine, Krankenkassen und Kommune haben.

In der Umsetzung greift das Konzept auf verschiedene Module zu.

Vom Sportevent, wie dem „AGIL-Sporttag“ oder dem neuentwickelten Veranstaltungsformat „Natürlich gesund bleiben!“, vom Alltags-Fitness-Test (AFT) über moderierte Workshops und gezielte Qualifizierungsmaßnahmen für Multiplikatoren, bis hin zur Initiierung von nachhaltigen Bewegungsangeboten zur Gesundheitsförderung in der Kommune, die die Partizipation der Betroffenen berücksichtigen.

Mit der Kooperationsvereinbarung soll insbesondere älteren Menschen - im Sinne einer Hilfe zur Selbsthilfe - ein Zugang zu qualifizierten verhältnis- und verhaltensbezogenen Maßnahmen zur Gesundheitsförderung in der Kommune ermöglicht werden.