

OFFENE ALTENHILFE IM NORDKREIS VECHTA

WEICHEN STELLEN FÜR EIN AKTIVES LEBEN IM ALTER!



*Heute schon!
wann denn sonst?*

Das Innovationsteam



Petra Pohlmann
Dipl. Gerontologin

Janine Devers
Gerontologin M.A.

Sarah Berkensträter
Gerontologin M.A.



*seit 2014
aktiv für die
Generation 60+*



Seit Januar 2022:

Sina Behrens Gerontologin B.A.

Stefanie Klusmann Gerontologin M.A.

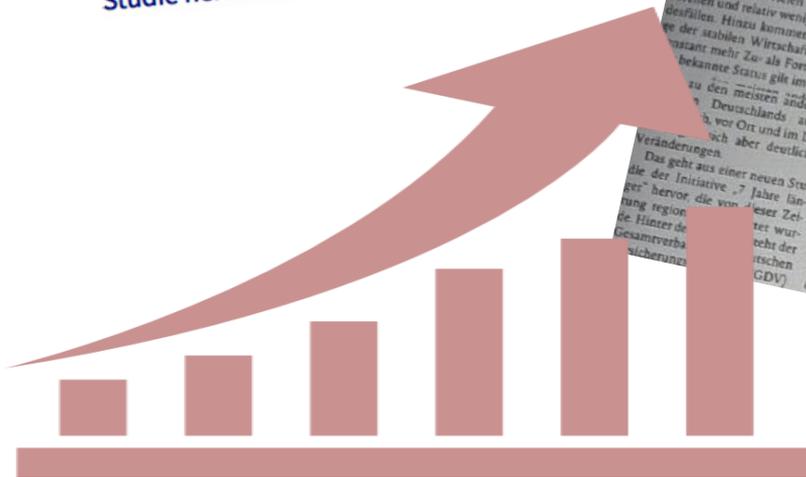


Eine Einrichtung der Sozialstation Nordkreis Vechna

Was treibt uns an?

Auch Südoldenburg altert sichtbar, bleibt im bundesweiten Vergleich aber ein Jungbrunnen

In den Kreisen Cloppenburg und Vechta hat sich die Zahl der Menschen im Seniorenalter seit 1990 verdoppelt. Das geht aus einer neuer Studie hervor.



Was treibt uns an?

- Prognose zur Dinklager Bevölkerungsentwicklung (Datenbasis 2012) durch die Bertelsmann Stiftung

Jahr	65-79 J.	ü. 80 J.	Gesamt
2012	1.382	578	1.960
2015	1.420	620	2.040
2019	1.506	720	2.226
2030	2.341	759	3.100
Steigerung 2012-2030	959 (+ 69%)	181 (+31%)	1.140 (+ 58%)

Was treibt uns an?

- Die tatsächlichen Zahlen des Einwohnermeldeamtes (Stand: 03.03.2022) zeigen, dass die Berechnungen der Bertelsmann Stiftung eher konservativ waren:

Jahr	60-64 J.	65-79 J.	ü. 80 J.	Gesamt
2022	1.013	1.594	739	3.346
2030		2.341	759	

- Wohnen im Alter zu Hause gerät in Gefahr
- Fachkräftemangel erschwert ambulante 1:1 Versorgung
- Sich ausdünnende Familienstrukturen führen zu mangelhaften Versorgungssettings

JEDER WILL ALT WERDEN – ABER KEINER WILL ALT SEIN

Das Altersbild in unserer Gesellschaft



Die zwei Seiten des Alters

**JEDER WILL ALT WERDEN –
ABER KEINER WILL ALT SEIN –
Oder doch?**



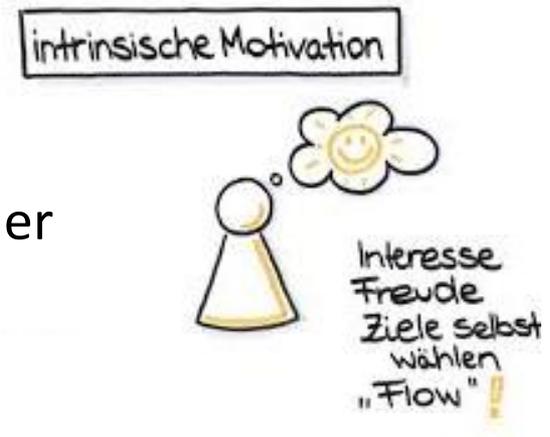
Die zwei Seiten des Alters

Kompetenzen und Potenziale des Alters

- Ressourcenorientierte Lebenslaufbetrachtung
- Erfahrung und eine hohe Bereitschaft sich für die folgende Generation einzusetzen

Übergang in den Ruhestand

- Neugewonnene Freiräume → Chance der Selbstverwirklichung, Erfüllung aufgeschobener Wünsche / Träume
- Intrinsisch motivierte Aktivität / Eigenantrieb



→ SENIORENARBEIT WICHTIGER ALS JE ZUVOR

Rechtliche Grundlage

Auszüge aus § 71 SGB XII Altenhilfe

Abs. 1 Satz 2: Die Altenhilfe soll dazu beitragen, Schwierigkeiten, die durch das Alter entstehen, zu verhüten, zu überwinden oder zu mildern und alten Menschen die Möglichkeit zu erhalten, selbstbestimmt am **Leben in der Gemeinschaft** teilzunehmen und ihre **Fähigkeit zur Selbsthilfe zu stärken**.

Abs. 3: Leistungen nach Absatz 1 sollen auch erbracht werden, wenn sie der **Vorbereitung auf das Alter** dienen.



Präventiv aktiv werden!

Altenhilfe muss **ganzheitlich** betrachtet werden!

Keine (Pflege-)Infrastrukturplanung!

Ruhestandsgedanken von Helga D.

Der Abschied aus dem Berufsleben ist häufig ein **Prozess**, der andauert. Mitunter noch viele Jahre danach!

Ich bin es nun, die den Takt vorgibt, **Struktur** reinbringen muss in die endlos freien Tage.



Das ist so, wie **jeden Tag Sonntags**essen.

Ausmisten, Wegschmeißen, überflüssiges loswerden – ein gutes Gefühl!
und dann?

Das Leben nach dem Beruf bietet eine große **Chance**!

Es geht nicht mehr darum, Großartiges zu beweisen, sondern zu „**geben**“

Projektbeispiele



Projektbeispiele

- Selbstgestalter-Initiativen, z.B. Lotsen im Quartier, Hagstedter Selbstgestalter
- Offener Selbstgestalter-Treff mit Angeboten, z.B. Stadtgespräch
- „selbstgestALTER-Rikscha“ und Piloten
- Digitalisierung 60+, z.B. Smartes Café, Grips Fit
- Workshopreihe „Sei auch du ein Selbstgestalter!“
- Individuelle Ruhestandscoachings
- selbstgestALTER-Magazin
- Kooperationen, z.B. Ehrenamt auf der Spur
- selbstgestALTER-Tage / Mottowoche
- Bürgerbefragung / -beteiligung
- Sensibilisierungskampagnen



Exkurs Corona

- Stichwort: *Social distancing*
- Trotz der Lockerungen im Sommer sind viele (fite) Ältere **nicht** in ihre bestehenden Netzwerke zurück gekehrt.
- Dies führt zu einem Mangel an emotionaler Nähe und kognitiven Anreizen im Lebensalltag und langfristig zu bedeutenden gesundheitlichen Einschränkungen.
- Im Sinne der Prävention ist es unabdingbar soziale Teilhabe auch in Krisenzeiten sicherzustellen bzw. zukünftig wiederherzustellen!



**MANCHMAL ZEIGT DER
WEG SICH ERST, WENN
MAN ANFÄNGT IHN ZU
GEHEN!**

- Paulo Coelho -

*Lust, den Weg
gemeinsam zu gehen?*

Kontakt

Ahlhorner Straße 34
49429 Visbek

Dominikanerweg 60
49377 Vechta

www.selbstgestalter.info

 Büro: 04441 / 9777-902

 info@sstvechta-selbstgestalter.de

Unsere Erreichbarkeit vor Ort:

Vechta 0171 / 3510781

Visbek 0171 / 3510684

Bakum 0171 / 3510476

Goldenstedt 0171 / 2032573



Tipp: Speichere unsere Handynummer
& schreib uns eine kurze WhatsApp Nachricht, dann
erhältst Du regelmäßige Infos in unserem Status!

VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT!