

Projekt „Seelische Gesundheit für die 2. Lebenshälfte“

Projektskizze

Die Zahlen aus wissenschaftlichen Studien und Erhebungen zeigen, dass Seelische Gesundheit in der 2. Lebenshälfte eine zunehmend dringliche Aufgabe wird.

In der Fürther Bedarfsanalyse der Wilhelm Löhe Hochschule 2017 im Rahmen der Gesunden Kommune der AOK wurde folgendes deutlich:

- 61,5% der Befragten berichten von negativen Gefühlen, wie Traurigkeit, Verzweiflung, Angst oder Depression.
- 59,2% der Befragten berichten von Einsamkeitserfahrung
- Mehr als die Hälfte der Befragten schätzt ihren subjektiven Gesundheitszustand mittelmäßig über schlecht bis sehr schlecht ein.
- Mit zunehmender Altersarmut steigt auch die negative Einschätzung des subjektiven Gesundheitszustandes.

Immer mehr ältere Menschen sind einsam und leben allein, können sich schlecht selbst versorgen und haben keine Angehörigen in der Nähe. Psychische Probleme, wie Depressionen, Krisen, Ängste und Suchterkrankungen, wie Medikamenten- und Alkoholmissbrauch nehmen in dieser Altersgruppe eklatant zu. Auch die Übergänge vom Berufsleben in die Rente bzw. vom Selbständigen Leben in ein betreutes Leben sind oftmals mit Brüchen verbunden und brauchen Unterstützung und Orientierung. Das Projekt thematisiert Facetten von seelischer Gesundheit und Maßnahmen zur Erhaltung dieser sowie zur Prävention von gesundheitsschädlichen Einflüssen in der 2. Lebenshälfte und enttabuisiert die sensiblen Themenbereiche durch eine breite Öffentlichkeitsarbeit.

Ziele

Ein wichtiges Ziel dieses langfristig und breit angelegten Projekts ist die Stärkung der Gesundheitskompetenzen der Fürther Bürgerinnen und Bürger. Mit vielen unterschiedlichen Angeboten soll Seelische Gesundheit in der 2. Lebenshälfte präventiv und partizipativ in den Blick genommen werden. Dabei sollen die Resilienz gestärkt und eigene Stärken entdeckt werden. Weitere Ziele spiegeln sich im Fokus der Salutogenese (Gesundheit bewahren) und von Achtsamkeit (bewusst leben) wieder. Durch das Projekt wird eine breite Öffentlichkeit für die verschiedenen Themengebiete der Seelischen Gesundheit geschaffen und sie werden aus der Tabuzone geholt. Ein wichtiger Punkt ist die Entstigmatisierung dieser Themen und Handlungsfelder. Es wird ein niederschwelliger Zugang geschaffen, um alle Zielgruppen erreichen. Zudem geht es darum, Netzwerke und Hilfenetze zu schaffen und transparent zu machen.

Inhalte

Seelische Gesundheit in der zweiten Lebenshälfte wird aus unterschiedlichen Blickwinkeln in den Fokus genommen. Folgende inhaltliche Themen zeigen eine hohe Präsenz und Problematik und sollen im Rahmen des Projekts bearbeitet werden:

Depression • Ängste /Zwänge • Krise • Einsamkeit • Umbrüche /Übergänge • Sucht • Armut • Gender Gesundheit

Methoden

Projektforum: für die partizipative Umsetzung werden Kooperationspartner*innen aus entsprechenden Institutionen und Einrichtungen zu einem Projektforum eingeladen, das während der Projektlaufzeit regelmäßig stattfinden wird.

Steuerungsgruppe: zur konkreten Planung und Umsetzung wird eine Steuerungsgruppe eingesetzt.

Auftaktveranstaltung: das Projekt startet mit einer großen Auftaktveranstaltung, für die sowohl Fachvorträge als auch Diskussionsformate mit Bürgerbeteiligung geplant sind. Das Zentrum des Projekts bilden zahlreiche Veranstaltungen und Aktionen über ca. 1,5 Jahre hinweg. Dabei stehen jeweils zwei Monate unter einem bestimmten Thema und werden über unterschiedlichste Veranstaltungsformate abgebildet, wie z.B.: Dezentrale und zentrale Informationsveranstaltungen; Gesprächskreise; Fachvorträge; Open Air Aktionen an zentralen Plätzen in den einzelnen Stadtteilen; Veranstaltungen mit kultureller Umsetzung: Theaterworkshop, Kinoreihe, Ausstellungen, Lesungen etc.; Teilnahme mit Infoständen an bestehenden Aktivitäten in der Stadt Fürth, wie z.B. Gesundheitsmesse, Mobilitätstag, Tag der offenen Tür etc. Eine breit angelegte Öffentlichkeitsarbeit mit Presseberichten, Printwerbung (Programmheft, Flyer zu den Themenveranstaltungen und Poster) und einer eigenen Website unterstützt diese Maßnahmen und erreicht die Zielgruppen. Schwer erreichbare Zielgruppen können wir mit Hilfe unserer breit aufgestellten Netzwerke und über die vielen bestehenden Kooperationspartner*innen sehr gut ansprechen.

Kooperationspartner*innen

Es bestehen vielfältige gute Kontakte zu Institutionen und Einrichtungen. Bestehende Netzwerkstrukturen können ebenso genutzt werden. Kooperationspartner*innen: Gerontopsychiatrische Fachkoordination GeFa, Bezirk Mittelfranken; Sozialpsychiatrischer Dienst SpDi, Bezirk Mittelfranken; Hausärzt*innen; Frauenärzt*innen; Ärztenetz Fürth Stadt und Land; KISS Selbsthilfegruppen Mittelfranken; Suchtberatungsstellen; Krisendienst Mittelfranken; Seniorenrat, Behindertenrat, Integrationsbeirat; Wilhelm Löhe Hochschule; Wohlfahrtsverbände (Caritas, Diakonie, AWO, BRK); Klinikum Fürth; Schön Klinik Fürth-Nürnberg; VHS; Gewerkschaften; Jobcenter; Kulturelle Einrichtungen (Stadtbücherei, Kunstgalerie, Stadttheater, Kulturamt, Babylon Kino); Kirchengemeinden; Weitere Partner*innen.

Evaluation

Das Projekt wird während der gesamten Projektlaufzeit von der Wilhelm Löhe Hochschule wissenschaftlich begleitet und evaluiert.

Zeitplan

Gesamt-Projektlaufzeit: 09/2020 bis 08/2023

Vorbereitungsphase	09/2020 bis 04/2021
Projektphase	05/2021 bis 10/2022
Abschlussphase	11/2022 bis 08/2023

Finanzierung

Die Finanzierung wird über das Programm „Gesunde Kommune“ der AOK beantragt.

Projektskizze erstellt von Christiane Schmidt, Stadt Fürth und Eva Göttlein, Projektagentur Göttlein Fürth, 24.06.2020

