

# Demenzpräventionsprogramm GESTALT

*Stadt Fürth*





– **Hintergrund/Geschichte:**

- Vierjähriges Demenzpräventionsprojekt der FAU Erlangen mit 10 teilnehmenden Kommunen
- GESTALT = **G**ehen, **S**pielen und **T**anzen **a**ls lebenslange Tätigkeit
- Start in Fürth: 2021
- Zusätzlicher Schwerpunkt soziale Teilhabe/gegen Einsamkeit im Alter
- Vier finanzierte Kurse für Seniorinnen und Senioren mit kostenfreier Teilnahme in vier verschiedenen Stadtteilen (Poppenreuth, Stadtmitte, Hardhöhe, Südstadt)
- Verstetigte Anlehnerkurse im Anschluss an die Hauptkurse an zwei Standorten (Stadtmitte, Südstadt)

– **Organisation:**

- Projektkoordinatorin GESTALT (19,5 Stunden/Woche, vom Projekt finanziert)
- Angegliedert an das Amt für Sport und Gesundheitsförderung

– **Programm/Umfang des Angebots:**

- Vier Hauptkurse mit je 20 Einheiten
- Anlehnerkurse anschließend fortlaufend
- Einmal wöchentlich 90 Minuten



### – **Teilnahmeprofil**

- Durchschnittlich 12 Teilnehmende pro Kurs (überschaubare Gruppengröße beabsichtigt)
- Altersspanne zwischen 60 und 85 Jahren
- 95% weiblich

### – **Finanzierung**

- Bis 31.12.2024 durch die FAU Erlangen im Namen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach §20a SGB V
- Verstetigte Anlehnerkurse durch Eigenmittel der Stadt Fürth, Teilnahmegebühren, Fördermittel der Initiative Gesund.Leben.Bayern. und der Bürgerstiftung Fürth

### – **Herausforderungen:**

- Erreichung der gewünschten Zielgruppe (ü60, sozial isoliert, sportlich inaktiv)
- Finanzierung

### – **Erfolgsfaktoren**

- Qualifizierte, motivierte Trainer:innen
- Überschaubare, konstante Gruppen, durch die innerhalb Bekanntschaften und Freundschaften entstanden sind
- Fester, regelmäßiger Termin
- Vielfältige Inhalte auf niedrigem sportlichen Niveau und somit für jede:n zu bewältigen
- Hoher Spaßfaktor

### – **Bewerbung**

- Presseartikel
- Gemeindeblätter
- Homepage
- Flyerversendung
- Plakate
- Mund-zu-Mund-Propaganda



## Finanzierung – Übersicht

Durchschnittswerte pro Jahr

Kostenposition	Durchschnittswert pro Jahr
Öffentlichkeitsarbeit	200 €
Stelle Projektkoordination	31.000 €
Honorare für Trainer:innen	4.000 €
Projektkosten	1.000 €
Einnahme durch Förderung der Bundeszentrale/Krankenkassen	31.000 €
Eigenanteil Stadt Fürth	2.400 €
Einnahme Förderungen	1.000 €
Teilnahmegebühren Anlehnskurse	1.500 €

*Auszüge aus der freiwilligen Feedback-Befragung am Ende jedes Kursblocks*

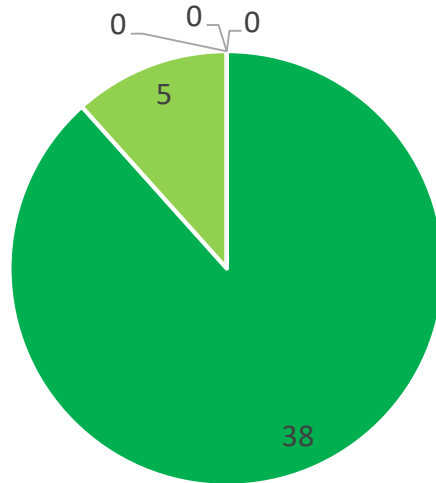
*N=43*





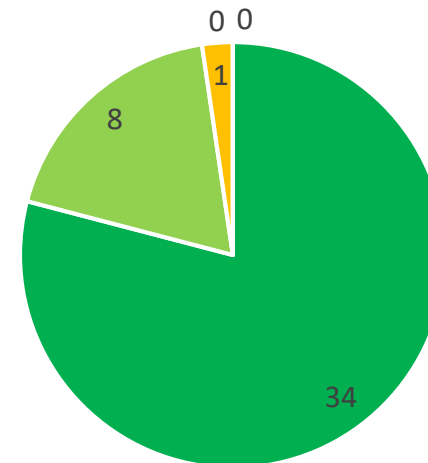
## Feedback der Teilnehmenden

Wie zufrieden waren Sie mit dem GESTALT-Kurs insgesamt?



■ sehr zufrieden   ■ zufrieden   ■ teils/teils  
■ unzufrieden   ■ sehr unzufrieden

Wie zufrieden waren Sie mit den gruppenbasierten Gesprächen und den Möglichkeiten (neue) Kontakte zu knüpfen?

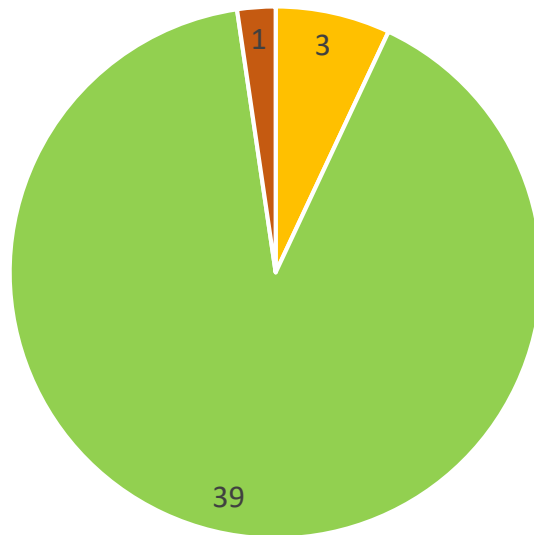


■ sehr zufrieden   ■ zufrieden   ■ teils/teils   ■ unzufrieden   ■ sehr unzufrieden



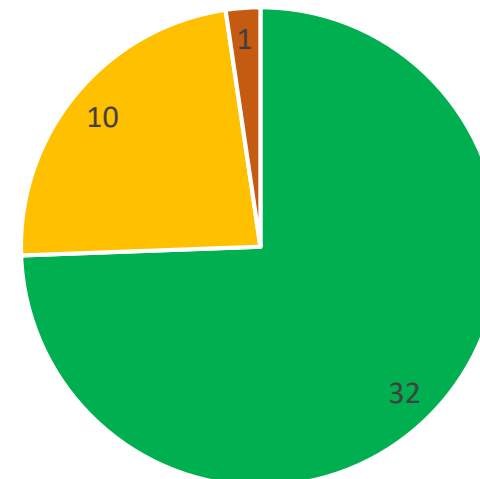
## Feedback der Teilnehmenden

Der GESTALT-Kurs war für mich...



■ zu anstrengend ■ genau richtig ■ zu leicht

Seit Beginn des GESTALT-Kurses bewege ich mich allgemein mehr/lieber...



■ stimme zu ■ teil/teils ■ stimme nicht zu



## Feedback der Teilnehmenden

Stimmen aus dem Kurs

Hilfreiche Tipps

abwechslungsreich

nette Teilnehmerinnen und Leiterinnen

Möchte es nicht missen!

Gute Ablenkung vom manchmal  
schwierigen Alltag

Motivation

Mit Musik geht alles leichter und zusammen sowieso!

spielerisch

Bewegung – so wichtig!

sportlich

Gespräche und Austausch

Tut jede Woche gut!

Macht Spaß!

Lustig, oft gelacht

kurzweilig

Anregung zur Bewegung

Endlich wieder tanzen!

Prima, dass es so etwas gibt!

Ausblick





– **Organisation:**

- Unverändert Amt für Sport und Gesundheitsförderung, über genaue Zuteilung wird noch im Stellenplanverfahren verhandelt

– **Programm/Angebot**

- Beibehaltung der zwei fortlaufenden Anlehnerkurse mit je 3 Blöcken á 10 Einheiten pro Jahr

– **Finanzierung**

- Bis 2026 Finanzierung der Kurse durch Teilnahmegebühren, eine private Spende und Fördermittel der Initiative Gesund.Leben.Bayern. und der Bürgerstiftung Fürth gesichert
- Danach Gewinnung neuer/weiterer Sponsoren, eventuell auch gebündelt mit „Fürth bewegt“

– **Trainer:innen**

- Wegfall der strengen Präventionslizenz-Auflage durch die Krankenkassen
- Ausbildung neuer Trainer:innen durch eigene zertifizierte Ausbilder:innen unabhängig von der FAU möglich



## Geplante Finanzierung – Übersicht

Durchschnittswerte pro Jahr

Kostenposition	Durchschnittswert pro Jahr
Öffentlichkeitsarbeit	80 €
Honorare für Trainer:innen	4.300 €
Materialkosten Kurse	80 €
Raummiete	600 €
Teilnahmegebühren	3.500 €
Fördergelder, Sponsoring (2025, 2026)	1.250 €
Spende Raummiete + Material (einmalig)	900 €

# Demenzpräventionsprogramm GESTALT

[www.gestalt.fau.de/fuerth](http://www.gestalt.fau.de/fuerth)

Ihre Ansprechpartnerin:

Elena Sophia Hillen

(0911) 974-1907  
[gestalt@fuerth.de](mailto:gestalt@fuerth.de)

Amt für Sport und Gesundheitsförderung  
Wasserstraße 4  
90762 Fürth