

Gesund älter werden



Bildquelle: Bewegungstreff Gemeinde Schliengen

Bericht der Arbeitsgruppe

Landratsamt Lörrach

■ Arbeitsgruppensitzung „Gesund älter werden“



Ergebnisbericht 2017/2018

■ Bewegungstreffs im Freien

- Kooperationsangebot des Landkreis Breisgau Hochschwarzwald bei der Schulung von Übungsleitern (April 2018)
Teilnahme einer Übungsleiterin aus dem Landkreis Lörrach
- Anfrage zur finanziellen Unterstützung beim Druck von Flyern
- Positive Resonanz zu den bestehenden Treffs in Lörrach und Schliengen
- Bisher keine Anfragen zur Initiierung von weiteren Bewegungstreffs in anderen Kommunen im Landkreis



Landratsamt Lörrach

Geschäftsstelle Gesundheitskonferenz / Hipp

26.07.2018

Folie 2

Ergebnisbericht 2017/2018

■ Aktivierender Hausbesuch

- Umsetzung des Projektes im Rahmen der Gesundheitskonferenz (siehe Teilhabeplan IV Senioren)

■ Vorstellung des Vorhabens in Kandern

- Sozialstation Kandern: Koordination des Projektes (Fr. Fuchs)
- Förderverein Sozialstation Kandern: Finanzierung (Fr. Weber)
- Schulung der Ehrenamtlichen: Belcheninstitut (Hr. Böheim)
- Kooperation: Kommunale Gesundheitskonferenz (Fr. Hipp)
- Auftaktveranstaltung: (17.04.2018)



Geplante Ziele 2018/2019

■ Unterstützung „Aktivierender Hausbesuch“

- Fachliche Begleitung
- Bewerbung des Angebotes → **Aufruf zur Mitarbeit**
- Ausweitung auf andere Standorte nach der Erprobungsphase

■ Unterstützung „Offene Bewegungstreffs im Freien“

- Fachliche Begleitung und ggf. Schulung
- Bewerbung des Angebotes
- Wiederholung der Ausschreibung



Schnittstelle „Psychische Gesundheit“

■ Depressionen im Alter

- Fast jeder 10. Bewohner Deutschlands ist innerhalb eines Jahres von einer depressiven Verstimmung bzw. depressiven Episode betroffen
- Die Behandlung der Depression ist (auch im Alter) wichtig
- Die Depression kann leichter übersehen werden



Schnittstelle „Psychische Gesundheit“

■ Suchtprobleme im Alter

- Treten auch im Alter auf oder setzen sich fort
- Häufig Alkohol- oder Medikamenten**missbrauch**
- Der Medikamenten**gebrauch** nimmt im Alter kontinuierlich zu:
 - 40. Lebensjahr = halbe Tagesdosis / Tag
 - 60. Lebensjahr = ca. 2 Tagesdosen / Tag
 - 70. Lebensjahr = ca. 3 Tagesdosen / Tag



Schnittstelle „Psychische Gesundheit“

- Bestehende Anlaufstellen im Landkreis Lörrach
(siehe: www.loerrach-landkreis.de/sozialatlas)
 - Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen der Katholischen Gesamtkirchengemeinden Lörrach
 - Psychologische Paar- und Lebensberatungsstelle des Diakonischen Werks Lörrach
 - Fachstelle Sucht des Baden-Württembergischer Landesverband für Prävention und Rehabilitation gmbH (**bwlv**) Lörrach
 - Psychosoziale Beratungsstelle (**Regio PSB**) des Blauen Kreuzes Lörrach
- ➔ Es gibt bereits viele Anlaufstellen im Landkreis Lörrach!



Schnittstelle „Psychische Gesundheit“

- **Förderung von sozialer Teilhabe**
 - Teilhabeplan IV Senioren:
Der Landkreis wirkt bei den Städten und Gemeinden darauf hin, dass bis zum Jahr 2025 niedrigschwellige Besuchsdienste und andere die sozialen Kontakte fördernde Maßnahmen in jeder Gemeinde bestehen.
- ➔ Die Arbeitsgruppe möchte die Soziale Teilhabe durch die Verbreitung von flächendeckenden Besuchsangeboten (wie beispielsweise den Aktivierenden Hausbesuch) unterstützen.

