

Mit „Trittsicher in die Zukunft“ durch die Städte und Gemeinden Thüringens

In Thüringen veranstaltete der Deutsche Städte- und Gemeindebund in Zusammenarbeit mit dem Gemeinde- und Städtebund Thüringen vier Regionalkonferenzen des Programms „Trittsicher in die Zukunft“. In Waltershausen, Gera, Weimar und Saalfeld konnten insgesamt über 120 Bürgermeisterinnen und Bürgermeister sowie Multiplikator:innen aus den Bereichen Sport, Gesundheitsförderung und Wohlfahrt erreicht und aus erster Hand informiert werden.

Bei der Vorbereitung sowie Durchführung der Konferenzen in Thüringen zeichnete sich ein großes Interesse an dem Programm zur Gesundheitsförderung ab. Dabei wurde auch deutlich, dass der Kommune eine besondere Bedeutung zukommt, wenn es darum geht, unterschiedliche Zielgruppen zu erreichen. Es ist unabdingbar, die politische Gestaltungskompetenz so zu nutzen, dass die Rahmenbedingungen für passgenaue Angebote vor Ort gestärkt werden. Die Kommune gilt dabei immer als Ort der Begegnung und Beratung und nimmt für die kommunale Gesundheitsförderung eine steuernde Funktion ein. Im Rahmen der vier Regionalkonferenzen wurden diese Punkte von den gastgebenden Kommunen und (Ober-)Bürgermeistern ebenfalls betont. Nicht zuletzt aufgrund des demografischen Wandels ist eine gezielte und nachhaltige Förderung vor Ort wichtiger denn je.

Den Auftakt der Veranstaltungsreihe in Thüringen machte eine Konferenz in Waltershausen. Bürgermeister Michael Brychcy betonte gleich zu Beginn, dass gesamtgesellschaftliche Herausforderungen schon immer vor Ort in den Kommunen konkret wurden. Dazu zähle ebenfalls das Altern unserer Gesellschaft. Brychcy war dennoch der Ansicht, dass die Menschen im Vergleich zu vorherigen Generationen heute anders und vor allem gesünder altern. Zur Unterstützung dieser Entwicklung, also zum „neuen Altern“, leiste das Programm „Trittsicher in die Zukunft“ einen Beitrag, den sich Brychcy auch für Waltershausen wünsche.

Als gewinnbringend für die Netzwerkbildung im Land erwies sich auch die inhaltliche Unterstützung des Thüringer Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie (TMSGFF). Im Rahmen zweier Impulsvorträge in Waltershausen und Saalfeld legte Claudia Michelfeit, Leiterin Strategische Planung im TMSGFF, die unterschiedlichen Faktoren, die Wandel in einer Gesellschaft verursachen, dar. Im Wesentlichen handele es sich hierbei um unvorhersehbare Veränderungen, die Gesellschaften in ihrer sozialen und kulturellen Struktur über einen längeren Zeitraum erfahren, so Michelfeit. Im Themenfeld Demografie würden die Menschen in Thüringen beispielsweise „älter, weniger und bunter“. Gleichzeitig erfahre derzeit ein gesunder Lebensstil eine immer stärkere Verankerung im Alltag und sei präsenter denn je, das Alter habe somit „viele Gesichter“.

Als wesentlicher und zugleich kritischer Faktor für den Erfolg des Programms ist die räumliche Erreichbarkeit der Kurse anzusehen, die in Thüringen mehrfach Gegenstand der Diskussion wurde.

Zu beachten ist dabei, dass keine einheitlichen Lösungen gefunden werden könnten, da sich die örtlichen Gegebenheiten auch in strukturähnlichen Regionen dennoch unterscheiden.

Das Programm „Trittsicher in die Zukunft“ möchte primär Seniorinnen und Senioren in ländlichen Räumen erreichen und ihnen die Teilnahme an einem konventionellen oder digitalen Bewegungskurs ermöglichen – häufig stellt jedoch ein Mangel an Mobilitätsangeboten ein mögliches Hindernis für die Teilnahme an Kursen dar. Gerade in Regionen mit einer geringen Bevölkerungs- und Siedlungsdichte sowie einer großen Entfernung zu Versorgungszentren kann der Kurbesuch mit Hürden verbunden sein. Umso wichtiger ist es daher, offen für individuelle Lösungen zu sein und zu bleiben. Auch die Expertise lokaler Akteure spielt bei der Lösungsfindung eine übergeordnete Rolle.

In Thüringen sind etwa 90 Prozent der Landesfläche Teil ländlicher Räume. Diese sind zunehmend von einer demografischen Entwicklung beeinflusst in deren Folge die Bevölkerungsstruktur des Landes maßgeblich von Menschen im höheren Alter geprägt ist. Im Jahr 2022 lebten 575.000 Menschen über 65 im Freistaat, was 27 Prozent der Gesamtbevölkerung entspricht. Hinzu kommt eine kontinuierlich schrumpfende Besiedelungsdichte: Im Jahr 1955 lebten noch 174 Einwohner:innen auf einem Quadratkilometer, im Jahr 2022 waren es nur noch 131 Einwohner:innen. Dabei nimmt in dieser Entwicklung die Kluft zwischen den tendenziell wachsenden Hochschulstädten Jena, Weimar und Erfurt und den stark schrumpfenden peripheren Regionen weiter zu. Allerdings wohnen in Thüringen nur etwa 130.000 der Personen über 65 in Kreisfreien Städten. Für die ländlichen Räume in Thüringen bedeutet diese demografische Entwicklung eine zunehmend alternde und schrumpfende Bevölkerung. Hieraus leiten sich diverse Herausforderungen für den Bereich der öffentlichen Daseinsvorsorge ab.

Um das Potenzial der Städte und Gemeinden auszuschöpfen, bedarf es Vernetzung und interdisziplinärer Zusammenarbeit. Im Bundesland Thüringen konnte die bisherige Projektarbeit dabei von wichtigen Akteuren profitieren. Der Städte- und Gemeindebund Thüringen übernahm eine wesentliche Rolle bei der inhaltlichen Ausarbeitung der Regionalkonferenzen. Auch die Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e. V. „AGETHUR“ sagte ihre Unterstützung bei der Bewerbung von „Trittsicher in die Zukunft“ zu. Zukünftig sollen ebenfalls Synergien zwischen „Trittsicher in die Zukunft“ sowie laufenden Projekten von „AGETHUR“, darunter „Bewegung und Beratung im Quartier“ oder dem Pilotprojekt „Beratungsmanual IMPULSGEBER Bewegung“, geschaffen werden. Im Mittelpunkt der Arbeit stehen stets die Ziele der Erhaltung und Förderung des körperlichen Wohlbefindens sowie die Entwicklung gesundheitsfördernder Maßnahmen. Ein weiterer wichtiger Partner für die Umsetzung des Programms ist aufgrund seiner hohen Mitgliederstärke der Landessportbund Thüringen. In Thüringen zeigte sich deutlich das große Potenzial, das aus der Schaffung von Synergien zu lokalen und regionalen Projekten und Akteuren hervorgeht. Die Weichen für eine erfolgreiche Realisierung des Programms „Trittsicher in die Zukunft“ konnten gestellt werden.

Im nächsten Schritt sind Kommunen sowie (private) Initiativen und Verbände aufgerufen, ihr Interesse an der Umsetzung des Programms zu bekunden. Gesucht werden engagierte Mitarbeitende der Verwaltungen, gut vernetzte Bürgerinnen und Bürger oder interessierte Akteure, die sich der Kursorganisation annehmen möchten. Darüber hinaus sind qualifizierte Übungsleiter:innen oder Physiotherapeut:innen gefragt, die sich kostenfrei zu Kursleiter:innen schulen und Kurse anbieten möchten. Im letzten Schritt sind teilnehmende Seniorinnen und Senioren gesucht, sowie ein Raum, der sich zur Kursdurchführung eignet. Bei allen Umsetzungsschritten ist das Studienzentrum der Projektleitung jederzeit gerne behilflich.

Weitere Informationen und umfangreiche Kontaktmöglichkeiten können auf der Homepage des Deutschen Städte- und Gemeindebundes (www.dstgb.de/themen/trittsicher) und auf der Programm-Homepage (www.zukunft-trittsicher.de) eingesehen werden.