

Auftakt von „Trittsicher in die Zukunft“ in Thüringen: „Menschen altern heute anders“

Zur ersten Konferenz im Bundesland Thüringen am Montag, den 25. September 2023 kamen im Rathaus Waltershausen rund 25 Vertreterinnen und Vertreter aus Kommunen sowie Multiplikator:innen aus den Sektoren Gesundheit und Soziales zusammen. Bürgermeister Michael Brychcy begrüßte die Anwesenden und betonte gleich zu Beginn, dass gesamtgesellschaftliche Herausforderungen schon immer vor Ort in den Kommunen konkret wurden. Dazu zähle ebenfalls das stetige Altern unserer Gesellschaft. Brychcy war dennoch der Ansicht, dass die Menschen im Vergleich zu vorherigen Generationen heute anders und vor allem gesünder alternen. Zur Unterstützung dieser Entwicklung, also zum „neuen Altern“ leiste das Programm „Trittsicher in die Zukunft“ einen Beitrag.

Im Rahmen ihres Impulsvortrages zeigte Claudia Michelfeit, Leiterin Strategische Planung im Thüringer Ministerium für Soziales, die unterschiedlichen Faktoren, die Wandel in einer Gesellschaft verursachen, auf. Im Wesentlichen handele es sich hierbei um unvorhersehbare Veränderungen, die Gesellschaften in ihrer sozialen und kulturellen Struktur über einen längeren Zeitraum erfahren. Im Themenfeld Demografie würden die Menschen in Thüringen beispielsweise „älter, weniger und bunter“. Gleichzeitig erfahre ein gesunder Lebensstil immer stärkere Verankerung im Alltag und sei somit präsenter denn je, das Alter habe somit „viele Gesichter“. Michelfeit verwies darüber hinaus auf den Altersbericht der Bundesregierung, der klar hervorhebe, dass ein flächendeckend „gelingendes Altern“ Unterstützung benötige. Die Thüringer Landesregierung habe sich dieser Forderung angenommen und das Programm *agathe – älter werden in der Gemeinschaft entwickelt*. Hierbei werden auf niedrigschwellige und aufsuchende Weise Menschen ab 63 Jahren in den Fokus genommen. Es gehe primär darum, Unterstützung einer selbstbestimmten, selbstständigen und teilhabenden Lebensführung im Alter zu gewährleisten und die Lebensqualität der Menschen im häuslichen Umfeld so lange wie möglich zu erhalten. Zurzeit wird *agathe* bei 80- bis 90-prozentiger Förderung von 54 hauptamtlichen Mitarbeitenden getragen. In 12 von insgesamt 17 Landkreisen sowie den kreisfreien Städten ist *agathe* momentan aktiv.

Am abschließenden Podiumsgespräch nahmen neben Vertretern des Robert-Bosch-Krankenhauses und der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau auch Ulf Zillmann, Bürgermeister der Stadt Gotha, sowie Dr. Jan Steinhaußen, Geschäftsführer des Landesseniorenrates Thüringen, teil. Zillmann berichtete zunächst von der Altersstruktur in Gotha, die sich zu einem Drittel aus über 60-Jährigen zusammensetzte. Es gehe primär darum, die Ängste der älteren Bevölkerung zu erkennen und gemeinsam auf die gesamtgesellschaftlichen Entwicklungen zu reagieren, sodass Probleme durch Lösungen ersetzt werden. Diese Aussage unterstützte Dr. Steinhaußen und fügte hinzu, dass primär das Ziel einer sozialen Integration verfolgt werden müsse. Seiner Meinung nach gehe das Programm „Trittsicher in die Zukunft“ weit über Sturzprävention hinaus. Es fasse nämlich essenzielle Lebensbereiche auf, die für die Seniorinnen und Senioren einen hohen Stellenwert im Alltag haben, und vernetze diese. Hierzu zählen neben Gesundheit und Bewegung auch emotionale Anknüpfungspunkte, darunter beispielsweise der Ansporn, für gemeinsame Aktivitäten mit der Familie fit zu bleiben.

Uwe Kühne, Mitglied des Vorstandes der SVLFG, begrüßte in diesem Zusammenhang, dass „Trittsicher“-Bewegungskurse nach den westdeutschen nun auch in den Bundesländern Sachsen-Anhalt, Thüringen, Sachsen, Mecklenburg-Vorpommern und Brandenburg etabliert werden. Für eine erfolgreiche Umsetzung sei die Zusammenarbeit der Akteurinnen und Akteure vor Ort unabdingbar. Konkret bedeute eine erfolgreiche Umsetzung, dass neben der Studie die etablierten Strukturen in den Städten und Gemeinden gestärkt würden und sich das Angebot somit verstetige, so Daniel Schöne vom Robert-Bosch-Krankenhaus.

Ulf Zillmann benannte im weiteren Gespräch mehrere örtliche Strukturen, an die „Trittsicher in die Zukunft“ angegliedert werden könne. So existieren in Gotha bereits verschiedene Institutionen und Angebote, darunter der Seniorenbeirat der Stadt, eine Seniorenakademie sowie die „bewegte Woche 50+“. Anknüpfungspunkte für „Trittsicher“ seien aus seiner Sicht gegeben.

Dr. Jan Steinhaußen fügte hinzu, dass insbesondere in Thüringen der Landessportbund (LSB) für die Umsetzung des Programms ein wertvoller Partner aufgrund seiner hohen Mitgliederstärke sei. Man müsse im Rahmen einer erfolgreichen Umsetzung des Programms Strukturen vor Ort mitdenken und Synergien schaffen. Zu den größten Herausforderungen in der Sportbeteiligung zähle noch immer der Grundsatz „je älter, desto weniger Sport“. Nicht-aktive Personengruppen werden tendenziell weniger angesprochen und reaktiviert. Dieses Ungleichgewicht gelte es zu lösen, so Steinhaußen.

Bezogen auf die teils eingeschränkte Mobilität älterer Personen in ländlichen Räumen, die oftmals ein Hemmnis für die Teilnahme an Bewegungsangeboten darstellt, berichtete Uwe Kühne von Erfahrungen aus dem Vorgängerprojekt. Hier zeigte sich, dass die Kursleitungen selbst den mobilen Part übernahmen und so in einem selbst gewählten Radius auch die benachbarten Ortschaften besuchten, um Kurse anzubieten.

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.