

BEWEGUNGS- UND BEGEGNUNGSFÖRDERUNG IN LUZERNER GEMEINDEN

Schweizerische Gesundheitsstiftung RADIX

Lokal vernetzt älter werden

Worum geht es?

Die demographische Alterung wird in den nächsten Jahren ein immer wichtigeres Thema. Damit ältere Menschen bei guter Lebensqualität möglichst lange ein selbständiges Leben führen können, sind gut funktionierende soziale Netzwerke in Gemeinden oder Quartieren von grosser Bedeutung.

Viele ältere Menschen haben das Bedürfnis, sich mit anderen Menschen zu treffen, sich gegenseitig zu unterstützen und gemeinsam etwas zu erleben. Angebote wie Kurse, Nachbarschaftshilfen, Mittagstische oder Treffpunkte tragen wesentlich dazu bei, diesen Bedürfnissen gerecht zu werden und die Lebensqualität zu steigern. Das partizipative Projekt «Lokal vernetzt älter werden» unterstützt Gemeinden sowie Quartiere im Kanton Luzern, die soziale Netzwerke für ein selbstständiges Leben im Alter – unter Einbezug der älteren Bevölkerung – entwickeln oder erweitern möchten.

Was sind die Projektziele?

- **Mitwirkung ermöglichen**
Die ältere Bevölkerung soll ihre Bedürfnisse einbringen können und die gewünschten Angebote aktiv mitentwickeln. Besondere Aufmerksamkeit kommt dabei Menschen zu, die sozial wenig integriert sind.
- **Soziale Teilhabe fördern**
Es sollen Gelegenheiten zur sozialen Teilhabe geschaffen und eine Gemeinschaft gefördert werden, in der man sich gegenseitig zur Seite steht und unterstützt.
- **Lokale Angebote koordinieren**
Die Angebote im Altersbereich in der Gemeinde sollen möglichst gut koordiniert werden. Bestehende Angebote sollen gefördert und Lücken erkannt und geschlossen werden.

Wie sieht das Vorgehen in der Gemeinde aus?

- Bestands- und Bedarfserhebung mit Schlüsselpersonen und lokalen Akteurinnen und Akteuren im Altersbereich (Workshop)
- Mitwirkungsanlass mit der älteren Bevölkerung
- Gründung von Arbeitsgruppen bestehend aus Seniorinnen und Senioren
- Erarbeitung von Angeboten, Projekten oder Massnahmen in den Arbeitsgruppen
- Ergebnisveranstaltung
- Nachhaltige Verankerung der entstandenen Projekte

Welche Unterstützung erhält die Gemeinde?

- Fachliche Beratung und Begleitung durch eine externe Fachperson (max. 20 Arbeitstage pro Gemeinde) bei der Planung und Umsetzung des Projekts (inkl. Anpassung auf lokale Gegebenheiten)
- Bereitstellung von Instrumenten zur Analyse der Ausgangssituation und der Erarbeitung von Massnahmen
- Erfahrungsaustausch mit anderen Gemeinden

Welche Voraussetzungen braucht es in der Gemeinde?

- Projektleitung vor Ort (ca. 5 bis 10 Stellenprozent während 1 bis 1.5 Jahren): Planung der lokalen Projektumsetzung, Leitung der Steuergruppe, Durchführung der Workshops und der Veranstaltungen, Unterstützung der älteren Menschen im partizipativen Prozess, nachhaltige Verankerung

Welche Unterstützung bietet die Fachstelle Gesundheitsförderung des Kantons Luzern?

- Finanzierung der Projektbegleitung
- Finanzieller Beitrag zur Umsetzung des Projekts (max. 2000 Franken)
- Koordination und Qualitätssicherung auf kantonalter Ebene

Wo gibt es weitere Informationen?

Lokal vernetzt älter werden (LU) | RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung

Kontakt

Gabriela Widmer, widmer@radix.ch; 044 575 67 72

Koordiniert durch:



In Zusammenarbeit mit:



Mit Unterstützung von:

