



LEBENSWERTE

KOMMUNE



Anregungen zur Initiierung und Umsetzung seniorenfreundlicher Angebote



ADRESSEN

Alzheimergesellschaft Ebersberg
www.alzheimergesellschaft-ebersberg.de

Caritas Zentrum Ebersberg – Gemeindec Caritas
Frau Bettina Seufert, www.caritas-ebersberg.de, bettina.seufert@caritasmuenchen.de

Fachstelle für Demenz und Pflege Oberbayern
www.demenz-pflege-oberbayern.de; info@demenz-pflege-oberbayern.de

Kreisbildungswerk Ebersberg – Seniorenbildung
www.kbw-ebersberg.de, seniorenbildung@kbw-ebersberg.de

Projektgruppe Demenz im Landkreis Ebersberg
Frau Elfi Melbert, elfi.melbert@lra-ebe.de

Seniorenbeauftragte des Landkreises Ebersberg
Frau Angela Prommersperger, <https://demografie.lra-ebe.de>,
angela.prommersperger@lra-ebe.de

Zentrum für Ambulante Hospiz- und Palliativversorgung München Land,
Stadttrand und Landkreis Ebersberg
www.hospiz-und-palliativ-zentrum.de, zahpv@caritasmuenchen.de

IMPRESSUM

Herausgeber
Landratsamt Ebersberg, Projektgruppe Demenz der Gesundheitsregion^{plus},
Eichthalstraße 5, 85560 Ebersberg

Stand Juli 2021

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird auf eine geschlechterspezifische Differenzierung verzichtet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung für alle Geschlechter.

INHALT

2	Adressen
4	Grußwort der Schirmherrin
5	Grußwort des Landrates
6	Handlungsrahmen für seniorenfreundliche Kommunen
7	Handlungsrahmen im Verein
8	Lebenswert - Beispiele aus der Praxis im Landkreis Ebersberg
8	• Anzinger Glücksrad
9	• Coronabriefe in Markt Schwaben
10	• Angebote des Vereins „Das Alter Erleben in Zorneding“
12	• Fahrdienst für Seniorinnen und Senioren in Vaterstetten
14	• Beieinander/Miteinander in Grafing
16	• Kinotage, Kaleidoskop, Staade Lesung in Moosach
18	• Medienwerkstatt für Senioren in Ebersberg
19	• Kirchen-Café, Spielenachmittage und -abende, Reparatur-Café in Moosach
20	• Maiandacht für Rollstuhl- und Rollatorfahrer in Markt Schwaben
22	• Lebenswertes Zorneding - Seniorinnen und Senioren mittendrin in Zorneding
23	Der Weg zum eigenen Projekt
26	Projektfinanzierung



GRÜßWORT DER SCHIRMHERRIN

Als der Ideenwettbewerb „Lebenswerte Kommune - Senioren mittendrin“ ausgeschrieben wurde, war uns nicht bewusst, welche besonderen Formen von Vereinsamung die Pandemie für ältere Menschen mit sich bringen wird und wie wichtig diese Ideensammlung für ältere Menschen, die in unseren Gemeinden leben, sein wird.

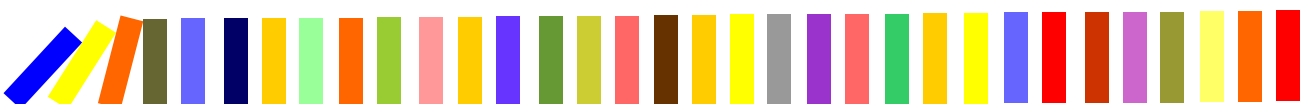
Eine Fülle von Anregungen, praktischen Handreichungen, Bausteine zur Vernetzung von Vereinen in den Kommunen und auch Vorschlägen zur Finanzierung von Angeboten sind im Landratsamt eingegangen.

Anregungen, die einer Isolation der älteren Generation entgegenwirken, die eine aktive Kultur des Alterns ermöglichen und die ältere Menschen wieder in die Mitte der Gesellschaft nehmen. Den Preisträgern gratuliere ich herzlich und ich wünsche mir, dass die guten Beispiele viele Nachahmer im Landkreis Ebersberg finden, damit die ältere Generation nach einer Zeit der „pandemiebedingten“ Einsamkeit wieder mit ihren Talenten in ihren Gemeinden „mittendrin“ ist.

Allen Teilnehmern sei Dank für die tollen Beispiele, die guten Ideen und lebendigen Anregungen!

„Es gibt nichts Gutes. Außer man tut es“ im Sinne Erich Kästners wünsche ich dies allen Bürgerinnen und Bürgern im Landkreis Ebersberg, egal ob jung oder alt.

Christa Stewens



GRÜßWORT DES LANDRATES

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

diese kleine Broschüre richtet sich an alle, die Interesse daran haben durch kleine oder auch große Projekte das Leben für Senioren in ihrem direkten Lebensumfeld lebenswert zu erhalten. Denn gerade mit zunehmenden Alter konzentriert sich das Leben meist deutlich stärker auf das Leben im näherem Umfeld. Dabei sind die Älteren natürlich nicht nur Nutzer von Angeboten, sondern mit ihrer Erfahrung und ihrem Know-how wichtige Partner für ein Miteinander der Generationen. Mit dem Ideenwettbewerb „Lebenswerte Kommune - Senioren mittendrin“ haben wir im Herbst 2020 Beispiele gelungener Angebote für die Älteren in der Gemeinde gesammelt. Diese Beispiele sollen Sie und auch alle Verantwortlichen in den Gemeinden, Märkten und Städten des Landkreises ermuntern hinzusehen, nachzuahmen oder selbst zu kreieren. Nutzen Sie die Chance sich mit anderen auszutauschen, machen Sie sich deren Erfahrungen zunutze.

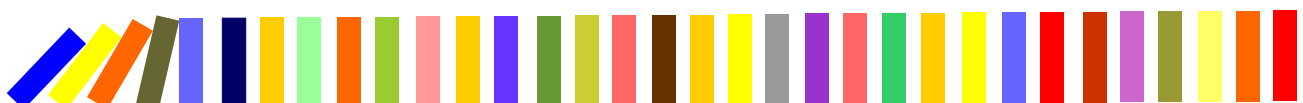


Gerade in der Pandemie haben wir gelernt: Wir brauchen einander, wir möchten Kontakt mit anderen haben. Ich denke, inzwischen kann sich jeder vorstellen wie es ist, wenn man über viele Stunden des Tages nur wenig oder keinen persönlichen Kontakt hat. Eine lebenswerte Kommune zeichnet sich dadurch aus, dass jeder – unabhängig von Alter oder persönlichen Einschränkungen – Zugang zur Gemeinschaft hat und selbstverständlich auch nicht in seiner Versorgung gefährdet ist. Dazu braucht es kreative Angebote für Mobilität, Kontaktmöglichkeiten jeglicher Art und ein wenig Aufmerksamkeit und Engagement.

Mit herzlichen Grüßen

Ihr

Robert Niedergesäß
Landrat



HANDLUNGSRAHMEN FÜR SENIORENFREUNDLICHE KOMMUNEN

Für ein gelungenes „Leben mittendrin“ für Senioren ist es eine wichtige Aufgabe der Kommunen Wissen über die Bedürfnisse der in der Kommune lebenden Senioren zu schaffen, die bestehenden Angebote zu kennen und zu vernetzen und Projekte zur Verbesserung der Versorgungssituation zu initiieren.

Dies benötigt die breite Einbindung lokaler Akteure, wie der freien Träger, der Fachkräfte aus Pflege- und Sozialberufen, der Ärzte und Selbsthilfeorganisationen – aber auch von Partnern aus lokaler Wirtschaft, Kultur und Sport und dem Ehrenamt. Je nach Bevölkerungszusammensetzung in der Kommune gilt es auch die Perspektiven der unterschiedlichen Einwanderergruppen zu berücksichtigen.

Dabei ist es wesentlich vorhandene Ressourcen zu nutzen:

- Zielgruppenspezifische Treffen mit Verbänden, Vereinen, Sozialverbände, Kirchen – Ressourcen zusammentragen,
- Ressourcen der Bürger – Ehrenamt,
- Beteiligung von Schulen und Kitas,
- Wissen über Senioren durch zum Beispiel eine aktivierende Befragung sammeln.

In Befragungen äußern Senioren, die zum Teil bereits unter Einschränkungen leiden, häufig folgende Wünsche:

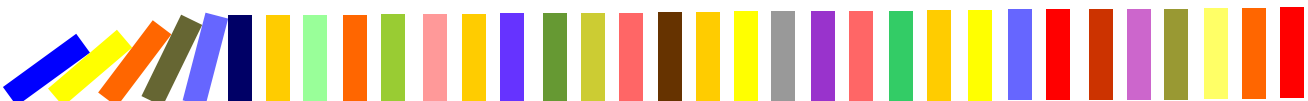
- Sie möchten selbstbestimmt und selbständig in gewohnter Umgebung bleiben.
- Sie möchten dazugehören – teilhaben am normalen Leben.
- Sie möchten nützlich oder hilfreich sein, etwas für andere tun.
- Sie haben das Bedürfnis nach Sicherheit.
- Sie wünschen sich von professioneller Hilfe, dass diese Rücksicht auf den Schweregrad ihrer Einschränkung nimmt, dass Gewohnheiten geachtet werden.

Daraus ergeben sich zwei wesentliche Perspektiven für eine seniorengerechte kommunale Politik:

- ✓ Die erste Perspektive beinhaltet die Sicherheits- und Schutzfunktion der Kommunen bei besonderen Bedarfen, wie Krankheit, Hilfs- und Pflegebedürftigkeit.
- ✓ Die weitere Perspektive zielt auf die Förderung der Selbstbestimmung und den Erhalt der Selbständigkeit älterer Menschen - etwa unter der Fragestellung: „Was kann ich selber für ein zufriedenes Alter tun?“ und „Was kann ich selber zum Gemeinwohl beitragen?“

Beispiele kommunaler Beteiligung:

- seniorenspezifische Bereitstellung von Information, Beratung und Vermittlung.
- Initiierung neuer Beteiligungsverfahren wie Zukunftswerkstätten, Bürgerforen oder GemeininnWerkstätten, durch die bürgerschaftliches Engagement angeregt wird.
- Durchführung von aktivierenden Befragungen, Förderung von Freiwilligengruppen oder Nachbarschaftshilfevereinen.
- Aktivierung themen- und projektbezogener Mitarbeit durch die aktive Einbeziehung der Älteren in Planungsprozesse.
- Einsatz interdisziplinärer Gruppen, die das Thema vor Ort konzeptionell weiterentwickeln
- Prüfung und Weiterentwicklung eigener Versorgungsleistungen.



Nützliche Links dazu:

<https://www.sozialplanung-senioren.de/>

<https://demografie.lra-ebe.de/>

<https://www.demografiewerkstatt-kommunen.de/>

<https://www.bagso.de/>

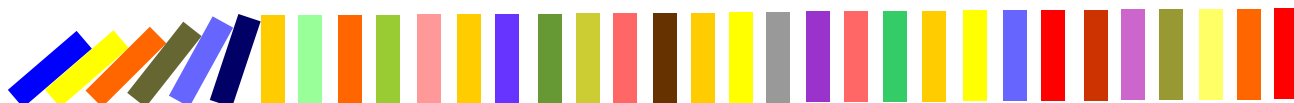
HANDLUNGSRAHMEN IM VEREIN



Senioren im Verein kommen in verschiedenen Rollen vor. Sie können Mitglieder beziehungsweise Nutzer von Angeboten sein oder auch aktive Anbieter beziehungsweise in der Vereinsführung engagiert sein. Oft sind Senioren die tragende Säule im Verein. Umso wichtiger ist es den Bedürfnissen der älteren Generation im Verein Rechnung zu tragen. Bezüglich dieser Bedürfnisse sei auf die Ausführungen zu den Wünschen Älterer weiter oben verwiesen.

Ein wichtiger Punkt ist hier die Vertretung der Senioren in der Vereinsführung durch einen Sprecher. Es bietet sich auch an eine solche Interessensgruppe zu bilden.

Ziel sollte auch immer der Austausch der Generationen sein und Wissen zu schaffen über ein Leben mit Einschränkungen. Ein weiterer wichtiger Baustein ist die Überprüfung und Verbesserung der Angebote hinsichtlich ihrer inklusiven Möglichkeiten. Hier bietet sich die Zusammenarbeit mit anderen lokalen Akteuren an (siehe Vernetzung).



LEBENSWERT –

BEISPIELE AUS DER PRAXIS IM LANDKREIS EBERSBERG

Projektname: Anzinger Glücksrad
Initiator/Träger: Herr William Lord
Ansprechpartner: Herr William Lord
Telefon: 08121/48205
E-Mail: william.lord@t-online.de

Was wird angeboten?

Mit „Glücksrad“ soll nicht der Zufall beschrieben werden, sondern es soll ausdrücken, dass man sich glücklich schätzen kann, viele verschiedene Unterhaltungsangebote geboten zu bekommen. Sie werden für Jung und Alt Angebote organisiert wie zum Beispiel:

- Gehirnjogging: Straßensuchspiel in Anzing
- Ferienprogramm Fahrradralley: Schnitzeljagd auf dem Rad durch die Gemeinde

Wer wird damit erreicht?

Je nach Angebot werden Senioren oder/und die jüngere Generation der Gemeinde angesprochen, der inklusive Gedanke steht hier im Vordergrund.

Welche Ziele werden verfolgt?

Der Seniorenbeirat und die Anzinger Jugendhilfe haben sich, mit Unterstützung der Gemeinde, zusammengeschlossen. Anzinger Vereine haben sich bereit erklärt, mindestens einmal im Jahr ein Angebot für die Allgemeinheit zu organisieren. Zusammen entstehen verschiedene Programmpunkte.

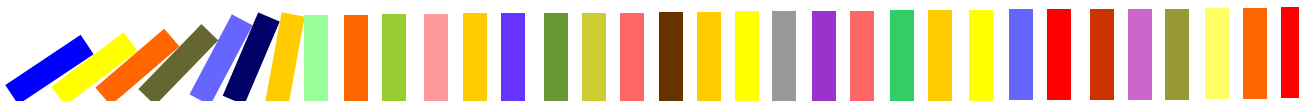
Hürden/Stolperfallen – Wie wurden und werden Probleme gelöst?

Corona Kontaktbeschränkungen

Was gelingt besonders gut?

Viele konnten von den Ideen begeistert werden und es gab einen hohen generationenübergreifenden Anklang zur Teilnahme.

Anzinger Glücksrad



Projektname: Coronabriefe

Initiator/Träger: Evangelische Gemeinde Markt Schwaben

Ansprechpartnerin: Gisela Peschke

Telefon: 08121/40040 (Pfarrer); 08121/48577 (Fr. Peschke)

E-Mail: pfarramt@marktschwaben-evangelisch.de

Homepage: www.marktschwaben-evangelisch.de

Was wird angeboten?

Statt des Jahresprogramms zum monatlichen Treffen gibt es seit März 2020 wöchentliche Coronabriefe. Alleinlebende ältere Menschen verfügen kaum über Medien außer einem Telefon. Mit den Briefen ist regelmäßiger Kontakt möglich. Ein Team aus Ehrenamtlichen verfasst an die Teilnehmenden Briefe mit Impulsen für Gespräche, sowie Erinnerungen, Aufgaben oder Rätseln.

Wer wird damit erreicht?

Senioren welche vorher auch schon Mitglieder der normalen Treffen waren.

Welche Ziele werden verfolgt?

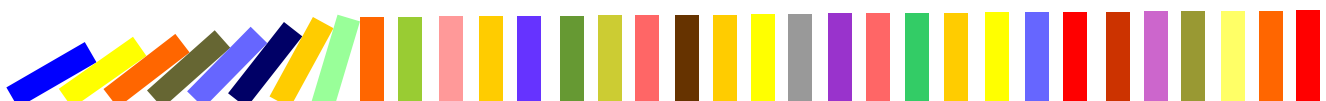
Die Briefe sollen dazu beitragen, Vereinsamung vorzubeugen, indem regelmäßig Briefkontakt gehalten wird und die Teilnehmenden sich auch untereinander telefonisch zum Beispiel über die Lösungsmöglichkeiten der in die Briefe eingearbeiteten Rätsel austauschen können.

Hürden/Stolperfallen – Wie wurden und werden Probleme gelöst?

Das Projekt wird erstmal nur beibehalten bis regelmäßige Treffen wieder möglich sind.

Was gelingt besonders gut?

- Hoher Zuspruch der Senioren,
- viele neue kreative Ideen,
- großes Engagement der Ehrenamtlichen.



Projektname: Angebote des Vereins

Initiator/Träger: Verein „Das Alter Erleben in Zorneding e.V.“

Ansprechpartner: Johannes Schott

Telefon: 08106/20135

E-Mail: johannes.schott@gmx.org

Homepage: www.alter-erleben-in-zorneding.com

Was wird angeboten?

- **Seniorenbüro:** Beraten der Senioren oder pflegender Angehöriger.
- **Seniorenbörse:** Vermitteln von Hilfeleistungen, die von ehrenamtlich Helfenden ohne feste zeitliche Bindung erbracht werden. Dazu gehören zum Beispiel Gartenarbeiten, Begleitung bei Behördengängen, Hilfe beim Ausfüllen von Formularen, Fahrdienste, Einkaufen, Hilfe bei Handwerkerarbeiten (Aus- und Einräumen), Spazierfahrt mit dem Rollstuhl und Vorlesen.
- **Ehrenamtliches Engagement:**
Einbinden von Senioren in ehrenamtliches Engagement:
 - Teilnehmen am Besuchsdienst im Haus Bartholomäus in Pörling
 - Mitwirken am Förderunterricht an der Grundschule
 - Durchführen von zeitweiliger Kinderbetreuung
- **Seniorenachmittag:** Veranstalten von Vorträgen zu verschiedenen Themen aus den Bereichen Medizin, Pflege und Recht. Fördern des geselligen Beisammenseins zum Beispiel mit einer jährlichen Adventsfeier und dem „Geburtstagskranz!“ für Jubilare.
- **Internet-Café:** Hilfe bei Fragen zum Umgang mit dem PC oder Laptop im Internet-Café. Während der Corona-Pandemie nur im Online-Modus.
- **Spieleclub:** Möglichkeit sich während der Öffnung des Seniorenbüros zu Brett- oder Kartenspielen zu treffen.
- **Sitzgymnastik:** Teilnehmen an aktiven Bewegungsabläufen im Sitzen bei der Sitzgymnastik.
- **Seniorenstammtisch:** Geselliges Beisammensein, Zeit für persönliche Gespräche und gegenseitiges Kennenlernen.
- **Kegelrunde:** Kegeln in fröhlicher Runde.
- **Boulen und Leitergolf:** Spielen mit anderen im Freien, bei schönem Wetter in Zorneding am Weiher.
- **Ausflug:** Veranstalten einer Ausflugsfahrt pro Jahr zu reizvollen Orten in Bayern.
- **Seniorenpost:** Veröffentlichen einer Informationsschrift (Seniorenpost) zu aktuellen Themen und zum Bekanntgeben der Angebote des Vereins mehrmals im Jahr. Sie wird entweder in Online-Version oder als Druckexemplar an die Vereinsmitglieder verteilt.



Wer wird damit erreicht?

Senioren jeglichen Alters.

Welche Ziele werden verfolgt?

Förderung von allem, was den Senioren der Gemeinde das alltägliche Leben erleichtert, es verbessert und bereichert.

Aktives Einbinden der Senioren in ehrenamtliche Aufgaben.

Anbieten von Beratung, um Fragen zu klären.

Hürden/Stolperfallen – Wie wurden und werden Probleme gelöst?

Teilweise ist das Finden geeigneter Veranstaltungsräume schwierig. Probleme werden im Team in den Gremien Vorstand und Beirat gelöst. Bei Bedarf erfolgen Gespräche mit anderen Institutionen (zum Beispiel Seniorenbeirat) und dem Bürgermeister der Gemeinde Zorneding.

Was gelingt besonders gut?

Die Angebote des Vereins zu aktualisieren und auszubauen.



Projektname: Fahrdienst für Seniorinnen und Senioren in Vaterstetten

Initiator/Träger: Förderverein Senioren Vaterstetten e. V.

Ansprechpartner: Günter Lölkes

Telefon: 08106/3091895 **Fahrdienst-Telefon:** 0151/56322515

E-Mail: guenter@loelkes.com

Homepage: www.seniorenbeirat-vaterstetten.de/fahrdienst

Was wird angeboten?

- Kostenloser Fahrdienst für eine problemlose, unkomplizierte Mobilität.
- Telefonische Reservierung 24h im Voraus für Fahrten von Tür zu Tür im Gemeindegebiet Vaterstetten.
- Ehrenamtlich durchgeführt von Bürgern mit privatem PKW.

Wer wird damit erreicht?

- Ältere oder in der Mobilität eingeschränkte oder bedürftige Bürger als Fahrgäste.
- Aktivierung und Motivation von rüstigen Senioren und anderen Bürgern sich als Fahrer ehrenamtlich zu engagieren und anderen zu helfen.

Welche Ziele werden verfolgt?

- Ein soziales Netzwerk zur verbesserten Mobilität.
- Bürger helfen Bürgern generationsübergreifend.
- Integration von älteren Mitbürgern, Teilnahme am sozialen Gemeindeleben.
- Verringerung von Vereinsamung, Isolation und Depression.
- Verantwortungsvolle, bereichernde Aufgabe für engagierte Helfer.
- Der Fahrdienst ist ein nachhaltiges, langfristiges Angebot. Er wird finanziert durch Spenden und Beiträge und nutzt vorhandene Ressourcen!

Hürden/Stolperfallen – Wie wurden und werden Probleme gelöst?

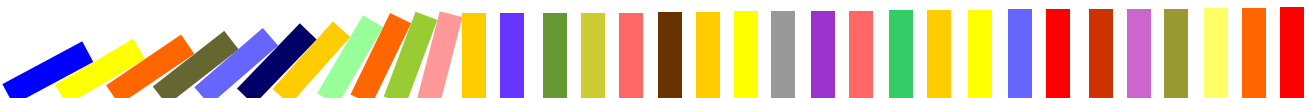
• Die Versicherungsfrage:

Wir haben eine Vereinshaftpflicht, eine Unfallversicherung der Berufsgenossenschaft Verkehr und eine private Kfz-Haftpflicht. Alle Ansprüche, die darüber hinausgehen könnten, werden durch eine Haftungsausschlusserklärung ausgeschlossen. Diese Erklärung muss jeder Fahrgast vor der Fahrt unterzeichnen.

• Konkurrenz zu Taxi und anderen Fahrdiensten:

Wir fahren nur im Gemeindegebiet, meist auch für Taxi-Betriebe unattraktive Kurzstrecken. Wir bieten keine Krankenfahrten an. Wir vermeiden Fahrten, die nur aus Bequemlichkeit und Sparsamkeit bei uns angefragt werden.

Bei anderen Anfragen verweisen wir direkt auf lokale Taxi-Unternehmen.



• Kosten und Kostenerstattung

Eine adäquate Kostenerstattung ist für den gemeinnützigen Verein steuerlich kompliziert und nur relativ gering möglich. Die ehrenamtlichen Fahrer wollen oft keine Bezahlung für ihr ehrenamtliches Engagement und überweisen sogar die Trinkgelder an den Verein.

Was gelingt besonders gut?

Das Engagement der ehrenamtlichen Fahrer ist beispiellos! Verantwortung, eine sinnvolle Aufgabe, neue Kontakte und viel Dankbarkeit und Anerkennung sind eine persönliche Bereicherung für ältere (und jüngere) Mitbürger, die sich im Projekt engagieren. Die älteren Fahrgäste fühlen sich in ihren Bedürfnisse wahrgenommen, können problemlos Termine wahrnehmen und leichter am sozialen Leben teilhaben.



Projektname: Beieinander / Miteinander

Initiator/Träger: Kath. Pfarramt Grafing

Telefon: 08092/9217 oder 08092/84891

E-Mail: pv-grafing@ebmuc.de; hans.rombeck@t-online.de

Homepage: www.pfarrverband-grafing.de

Was wird angeboten?

Bei Seniorenangeboten steht in der katholischen Pfarrei St. Ägidius Grafing der Aspekt der Ganzheitlichkeit im Vordergrund, das heißt wir wollen mit unseren Angeboten sowohl Körper, Geist und Seele ansprechen. Mit unseren Angeboten soll den Senioren das Gefühl der Zugehörigkeit und der Zusammengehörigkeit vermittelt werden.

1. Spirituelle Angebote

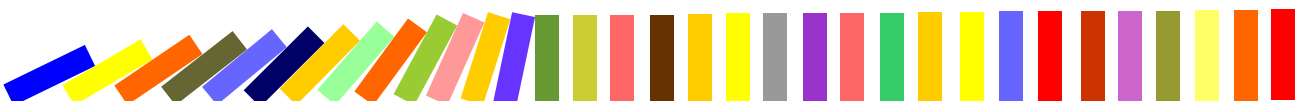
Wichtiger Bestandteil unseres Angebots sind Gottesdienste, Gebets- und Meditationsandachten, die speziell für Senioren und deren Angehörige gestaltet werden. Natürlich sind auch alle anderen Pfarrangehörigen eingeladen. Neben den Angeboten in der Kirche finden auch regelmäßig Gottesdienste auf der Pflegestation und im Betreuten Wohnen im Grafinger Seniorenhaus statt. Des Weiteren betreut und besucht ein Team von Ehrenamtlichen aus Grafing Menschen, die ihren Lebensabend in Senioreneinrichtungen verbringen oder die wegen einer Krankheit im Kreiskrankenhaus Ebersberg liegen.



2. Geselliges Beisammensein fördern

Treffen und Veranstaltungen für Senioren, wie zum Beispiel der

- **ökumenische Wanderkreis:** eine gemeinsame Freizeitgestaltung für Leib und Seele.
- **Seniorentreff Grafing:** geselliges Beisammensein für Senioren, die körperlich ein wenig eingeschränkt sind.
- **Frauenchor St. Ägidius:** gemeinsames Singen und Musizieren.
- **Weihnachtsessen am Heiligabend** für Alleinstehende: körperliche und seelische Stärkung gegen die Vereinsamung.
- **Lebenswert-Kursangebot:** Fit im Alter, Gymnastik für Körper und Geist.



3. Angebote der großen Vereine

Die großen Vereine der Pfarrei, zum Beispiel die Kolpingfamilie und das Frauen- und Mütterbündnis, bemühen sich intensiv darum, mit ihren Angeboten die älteren Mitglieder ihrer Vereine anzusprechen und sie in ihr Vereinsleben einzubinden.

Wer wird damit erreicht?

Erreicht werden sollen möglichst alle Senioren, die in Grafing beheimatet sind. Alle Angebote sind ökumenisch gestaltet.

Dabei ist die Splittung des Angebotes der Pfarrei sehr wichtig, erreicht werden sollen sowohl die körperlich und geistig noch recht fitten „jungen“ Alten, wie auch diejenigen, die körperlich oder geistig eingeschränkt sind. Das Angebot richtet sich nach den jeweiligen Lebensumständen der Senioren aus. Es soll möglichst für Jeden etwas im Angebot sein.

Welche Ziele werden verfolgt?

Die Pfarrei möchte sich zum einen bei den Senioren für ihre Verdienste, die sie in der Vergangenheit geleistet haben, bedanken. Gleichzeitig möchte man mit dem Angebot die Verbundenheit mit den älteren Menschen zum Ausdruck bringen, auch wenn diese nicht mehr in Grafing wohnen sollten.

Durch die Seniorenarbeit soll eine tragfähige Verbindung zwischen den Generationen hergestellt werden. Die Senioren sind in das Leben der Pfarrei integriert.

Hürden/Stolperfallen – Wie wurden und werden Probleme gelöst?

Bei den Angeboten wird immer darauf geachtet, dass sie nicht als „katholische“ Angebote empfunden werden. Im Vordergrund steht nicht der konfessionelle Aspekt, sondern die Bedürfnisse der Senioren. Momentan besteht das größte Problem in den Einschränkungen durch die Covid19-Hygienevorschriften.



Was gelingt besonders gut?

Besonders gut gelingt es, die Verbundenheit mit der Pfarrei, mit der Stadt Grafing herzustellen beziehungsweise aufrecht zu erhalten. Die Senioren sind immer sehr dankbar dafür, wenn sie zu Veranstaltungen eingeladen werden. Auf diese Weise fühlen sie sich zugehörig, auch wenn sie nicht mehr bei allen Veranstaltungen anwesend sein können. Sie wissen, dass man sie nicht vergessen hat und sie nach wie vor ein wichtiger Teil der Gemeinde sind.



Projektnamen: Kinotage; Kaleidoskop; Staade Lesung

Initiator/Träger: KulturKreis Moosach

Ansprechpartner: Konrad Gigler

Telefon: 08091/5380216

E-Mail: konrad.gigler@gmx.de

1. Kinotage

Was wird angeboten?

Kinofilme im Freien aus dem Angebot der Landesmediendienste.

Wer wird damit erreicht?

Alle Altersgruppen, von jung bis alt (je nach Filmauswahl).

Welche Ziele werden verfolgt?

Zusammenbringen der Generationen.

Hürden/Stolperfallen – Wie wurden und werden Probleme gelöst?

Lichtverhältnisse: Beginn erst um 21.00 Uhr (Abdunkelung zum Teil mit einem Pavillon).

Wetter: Bei Regen Vorführung im Innenraum des „Alten Bahnhofes“.



Corona: Hygienekonzept mit Veränderung der Bestuhlung und Projektion.

Was gelingt besonders gut?

Begegnung in einer persönlichen, stimmungsvollen Atmosphäre.

2. Staade Lesung

Was wird angeboten?

Besinnliche Einstimmung auf Weihnachten.

Wer wird damit erreicht?

Dorfgemeinde

Welche Ziele werden verfolgt?

Erhalt weihnachtlicher Traditionen und Stimmungen.



Hürden/Stolperfallen – Wie wurden und werden Probleme gelöst?

Besuch zunehmend nur noch durch ältere Menschen – Abwechslung in den Lesebeziehungsweise Vortragsbeiträgen.

Was gelingt besonders gut?

Stimmungsvolle Atmosphäre und Engagement der Mitwirkenden.

3. Kaleidoskop

Was wird angeboten?

Unterhaltung von Moosachern für die Gemeinde in Musik, Wort und Tanz.

Wer wird damit erreicht?

Dorfgemeinde

Welche Ziele werden verfolgt?

Darstellungsmöglichkeit für Talente jeden Alters in musikalischer, sprachlicher und tänzerischer Art zur Förderung des Gemeinnsinns.

Hürden/Stolperfallen – Wie wurden und werden Probleme gelöst?

Gewinnen der Interpreten für einen öffentlichen Auftritt durch persönliche Kontakte und Gespräche.

Was gelingt besonders gut?

Pflege der Tradition und kultureller Vielfalt im Dorf.



Projektname: Medienwerkstatt für Senioren

Initiator/Träger: Seniorenbeirat der Stadt Ebersberg

Ansprechpartner: Thomas John

Telefon: 0157/59645959

E-Mail: info@seniorenbeirat-ebersberg.de

Was wird angeboten?

In Form von Workshops wird Senioren die Möglichkeit geboten, einen Zugang zur Nutzung neuer Medien zu bekommen. Es werden verschiedene Themen und Grundlagen erläutert wie:

- Online-Shopping, Soziale Netzwerke, Whatsapp & Co
- Einrichtung & Bedienung von Smartphone, Tablet & Co
- Online Banking

Die Senioren werden durch Schüler der Mittelschule angeleitet, unterstützt durch Fachleute.

Wer wird damit erreicht?

Senioren im Landkreis

Welche Ziele werden verfolgt?

Die älteren Menschen werden von Jugendlichen in die moderne Medienwelt begleitet. Durch Nutzung moderner Medien ist eine Teilhabe am Leben für eingeschränkte Senioren noch lange möglich. Beim Projekt beteiligt ist die Grund- und Mittelschule Ebersberg. Es ist generationenübergreifend und bringt Alt und Jung zusammen. Gerade in Covid-19 Zeiten ist eine aktive Teilhabe am gesellschaftlichen Leben so möglich.



Hürden/Stolperfallen – Wie wurden und werden Probleme gelöst?

- Es war zunächst schwierig Jugendliche für das Projekt zu motivieren. Durch die Zusammenarbeit mit der Mittelschule Ebersberg hat das Projekt dann sehr gut funktioniert.
- Coronabedingt sind die Teilnehmenden einer ganzen Schulklasse zu viele, dies soll auf eine kleinere Teilnehmerzahl reduziert werden.

Was gelingt besonders gut?

- Die Begegnung zwischen Jung und Alt lief ausgesprochen gut, sodass sich nach Tag eins in den jeweiligen Zweierpärchen schon eine vertrauensvolle Beziehung aufbaute.
- Die Senioren konnten sehr vom Angebot profitieren.



Projektname: Kirchen-Café; Spielenachmittage und –abende,
Reparatur-Café

Initiator/Träger: Nachbarschaftshilfe Moosach

Ansprechpartnerin: Beate Hölscher

Telefon: 08091/562337

E-Mail: nachbarschaftshilfe-moosach@web.de

Was wird angeboten?

Kirchen-Café:

Das Kirchen-Café findet einmal im Monat im Pfarrheim Moosach statt. In netter Gesellschaft von ungefähr 30 bis 40 Personen wird selbstgebackener Kuchen, Kaffee und kalte Getränke zu günstigen Preisen angeboten.

Spielenachmittag und –abend:

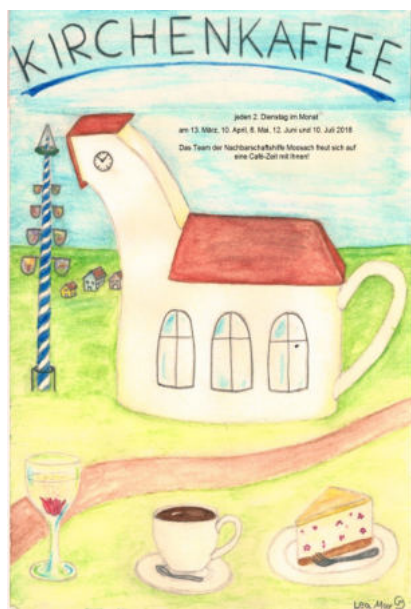
2x jährlich findet ein Spielenachmittag statt, 1x im Monat ein Spieleabend. Im Angebot sind Spiele für Menschen von 8 bis 99 Jahren, darunter klassische Karten-, Brett- und Würfelspiele. Spieleerklärer und -helfer sind vor Ort. Kosten entstehen lediglich für Getränke und Verpflegung.

Reparatur-Café:

An den Aktionstagen „Reparieren statt Wegwerfen“ kann man kaputte mitgebrachte Gegenstände mit Hilfe von ehrenamtlichen Experten kostenlos reparieren. Für die verschiedenen Reparaturen aus den Bereichen Elektrik und Elektronik, Textil, Holz und Fahrrad stehen Fachkundige aus der Gemeinde bereit, ebenso notwendige Materialien und Werkzeuge. Für Kaffee und Kuchen ist auch gesorgt.

Wer wird damit erreicht?

Jeder ist willkommen. Es gibt barrierefreie Räumlichkeiten im Pfarrheim mit Behinderten-WC.



Welche Ziele werden verfolgt?

- Gemeinschaft der Gemeinde stärken und vor allem alten Menschen ein regelmäßiges Zusammentreffen ermöglichen.
- Alte, kaputte Gegenstände wieder neu nutzen zu können. Es soll Ansporn sein, Dinge wieder zu reparieren.

Hürden/Stolperfallen – Wie wurden und werden Probleme gelöst?

2020 konnte das Reparatur-Café aufgrund der Corona Kontaktbeschränkungen nicht stattfinden.

Was gelingt besonders gut?

- Vor Ort, fußläufig erreichbar,
- Spenden in Form von Kaffee und den Zutaten für die Kuchen sowie die Unterstützung durch die Moosacher Geschäfte,
- Zusammenarbeit mit dem Pfarrgemeinderat und dem Kulturkreis Moosach,
- Große Teilnehmerzahl und Zuspruch von den Gemeindemitgliedern.



Projektname: Maiandacht für Rollstuhl- und Rollatorfahrer

Initiator/Träger: Seniorenbeirat Markt Schwaben

Ansprechpartner: Erich Siegert / Rolf Jorga

Telefon: 0176/931523543 oder 08121/48718

E-Mail: famsiegert@t-online.de / romajor@web.de

Was wird angeboten?

Rollstuhlwandlung zur Maiandacht für Menschen aus Markt Schwaben, die auf einen Rollstuhl oder Rollator angewiesen sind.

Wer wird damit erreicht?

Menschen im Heim, interessierte Bürger, die Pfarrgemeinde, Angehörige, Ehrenamtliche sowie freiwillig Helfende, Schüler und Hilfseinrichtungen. Die Wandlung ist bei allen Beteiligten von Jung bis Alt sehr beliebt.

Welche Ziele werden verfolgt?

Allen Teilnehmenden wird in einem generationenübergreifenden Angebot die Möglichkeit gegeben, den Frühling in einer aufblühenden Umwelt zu erleben, Erinnerungen an den Ort zu (re)aktivieren, vom Bürgermeister begrüßt zu werden und eine Maiandacht an der Maria-Hilf-Kapelle zu erleben. Für viele Heimbewohner ist es eine der wenigen Möglichkeiten das Heim zu verlassen und sich mit Hilfe Dritter durch den Ort zu bewegen. Durch eine weitere ähnliche Maßnahme konnten viele Betroffenen bereits die beliebten Weiherspiele besuchen.



Hürden/Stolperfallen- Wie wurden und werden die Probleme gelöst?

In der Bewohnervertretung des Heimes wurde die Idee geboren, den Senioren die Teilnahme an einer Maiandacht zu ermöglichen. Das Ziel stand fest.

Schritt 1:

Brainstorming mit Einbindung der Einrichtungen → Zustimmung, → festlegen der möglichen Teilnehmerzahl, → Planung Pflegekräfte für Begleitung (Urlaubsplan berücksichtigen). Zeitpunkt festlegen, Einweisung Schiebehilfen durch Fachkräfte, Schulen bezüglich der Mithilfe der Schüler ansprechen.

Schritt 2:

Festlegung der Strecken: Weg zur Kapelle, Stopp im Schloßpark, Begrüßung durch Bürgermeister, Straßen- und Wegeplan, Absicherung durch Polizei, Vorbereitung des Andachtsplatzes, Absprache mit Kirche, Getränke besorgen, max. Personenzahl festlegen, Sonnenschirme, Sitzgelegenheiten für ältere Begleitpersonen, WC.

Schritt 3:

Koordinierung: Begleitung durch Angehörige, Schüler/ Ferienzeiten beachten, Gewinnen von VdK, BRK, Besucherkreis, Ehrenamtlichen, Sammelplatz, Einbindung Gemeinde.

Schritt 4:

Öffentlichkeitsarbeit in den örtlichen Medien, Aushänge Gemeinde, Kirchenkästen. Ablaufplan erstellen, Telefonliste: Ansprechpartner festlegen, Aushänge in den Einrichtungen



Projektname: Lebenswertes Zorneding –
Seniorinnen und Senioren mittendrin

Initiator/Träger: Zornedinger Förderverein Sport & Kultur e. V.

Ansprechpartner: Gerhard Wolf, Gabi Wappler

Telefon: 08106/9991116

E-Mail: vorstand@zorneding-sport-kultur.de

Homepage: www.zorneding-sport-kultur.de
www.servicebuero-herzogplatz.de

Was wird angeboten?

Verschiedene Hilfen für Senioren

- individuelle Beratung und Hilfe wie zum Beispiel derzeit beim Anmelden im Zornedinger Corona-Schnelltest-Zentrum; sowie vermitteln von Helfern,
- Kurse wie Sitzgymnastik,
- Zusammenarbeit mit der VHS (auch) in der Seniorenarbeit: Smartphone-Kurse, Vernissagen als Treffpunkt unter anderem im eigenen Seminarraum,
- Organisation des Zornedinger Einkaufsbusses.

Wer wird damit erreicht?

Senioren im Ort, die vorbeikommen oder sich telefonisch bei uns melden. Als Anlaufstelle für die VHS muss niemand nach Vaterstetten, sondern kann sich vor Ort informieren und auch an Kursen teilnehmen.

Welche Ziele werden verfolgt?

Hilfsangebote, die das Leben erleichtern beziehungsweise auch erst lebenswert machen.

Hürden/Stolperfallen – Wie wurden und werden Probleme gelöst?

- Erreichen der Senioren über Plakate, Angebote an verschiedene Vereine zum „Weitersagen“ wie „Alter erleben in Zorneding“.
- Bürokratie: guter Draht ins Rathaus und zu anderen Organisationen (z.B. Seniorenheim Bartholomäus) und Vereinen.

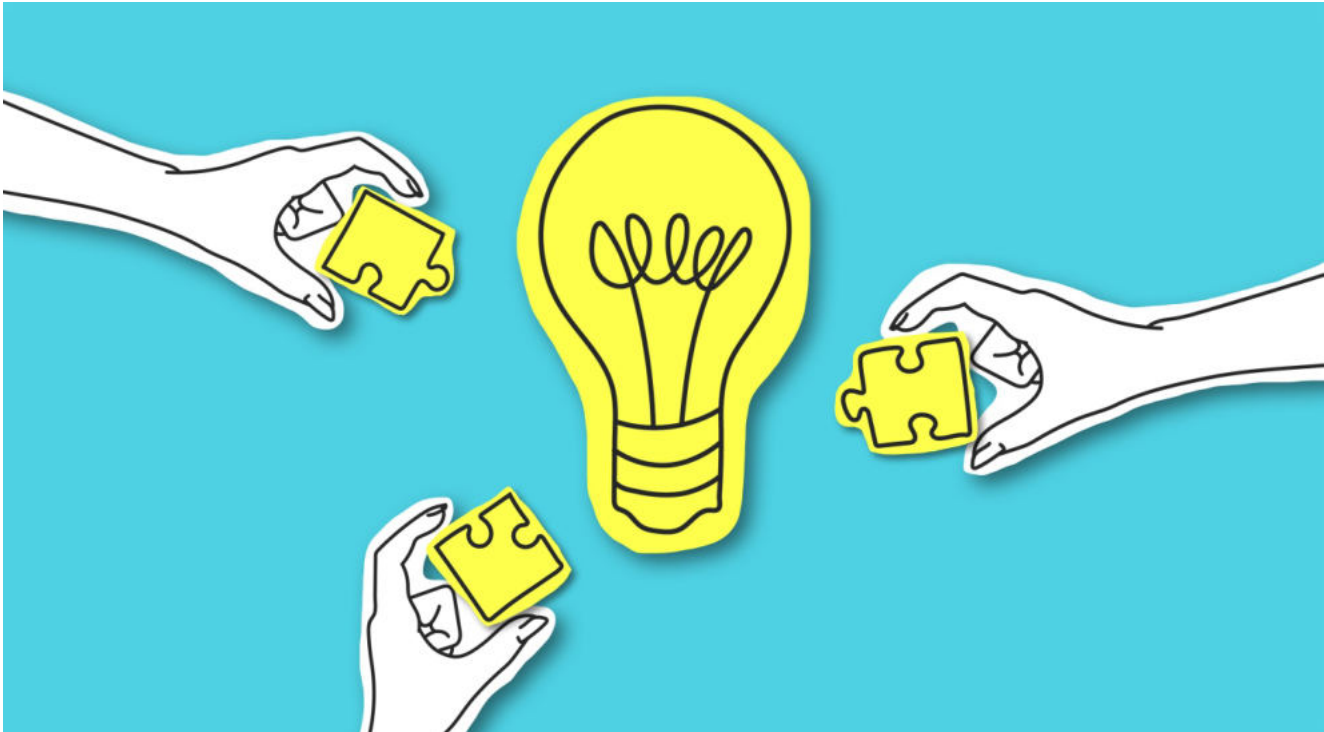


Was gelingt besonders gut?

Vernetzung der einzelnen Vereine und Institutionen, um eine übergreifende Seniorenarbeit mit vielfältigem Angebot organisieren zu können.



DER WEG ZUM EIGENEN PROJEKT



Phase 1: Projekt beginnen

Mit Ihrem Projekt müssen Sie das Rad ja nicht neu erfinden, sondern können auch auf Erfahrungen anderer aufbauen. Es geht darum, eine Projektidee mit System anzugehen, um so die Chancen zu erhöhen, sie auch umsetzen zu können.

Es ist wichtig sich folgende Fragen zu stellen:

- Wer arbeitet mit wem?
- Welche Veränderung wollen wir anstoßen?
- Wie viel Zeit nehmen wir uns dafür?

Für das Gelingen eines Projektes muss allen Beteiligten klar sein, warum es wichtig ist, dieses Ziel zu erreichen. Kleinigkeiten müssen bedacht werden, sind aber kein Projektziel. Ziele werden verschriftlicht und müssen flexibel bleiben. Das Ziel ist der Soll-Zustand, den Sie mit Ihrem Projekt erreichen möchten.

SMART

Ein SMARTes Ziel ist wesentlich für den Erfolg eines Projektes. Die fünf Buchstaben in SMART stehen für:

S = Spezifisch

Sie wollen eine spezielle Herausforderung angehen.



M = Messbar
Das Ziel ist überprüfbar.

A = Attraktiv
Ihre Ziele sind für Sie und andere Menschen interessant.

R = Realisierbar
Sie setzen sich Ziele, die auch erreichbar sind.

T = Terminiert
Das Ziel ist in einer bestimmten Zeit erreichbar.

Phase 2: Projekt überprüfen

Hier werfen Sie einen Blick auf Ressourcen, wie Geld, Zeit und Material, die Sie zur Verfügung haben.

Dazu gehört:

- Wo sind Stolpersteine?
- Wer unterstützt uns?
- Welche Ressourcen benötigen wir: Geld, Zeit, Personen, Material, ...?
- (Wie) ist unser Vorhaben umsetzbar?

Die Methode einer Vierfelder-Tafel eignet sich gut zur Visualisierung eines Projektes. Besonders innerhalb einer Gruppe können Sie damit leicht verschiedene Perspektiven auf das Projekt sammeln. Diese helfen, den Überblick über anstehende Schritte und Herausforderungen zu behalten.

SWOT

„SWOT“ ist die Abkürzung der englischen Methode und meint so viel wie Stärken (strength) – Schwächen (weaknesses) – Chancen (opportunities) – Risiken (risks). Tragen Sie in jeweils ein Feld ein, welche Stärken und Schwächen Sie in Ihrer Projektidee sehen und welche Chancen und Risiken sich aus dem Projekt ergeben könnten. Sie können dafür ein Plakat erstellen, an einer Tafel arbeiten oder auch vier Blatt Papier mit je einer Frage nutzen.

Phase 3: Projekt planen

Die Planung der umzusetzenden Maßnahmen erfolgt in der dritten Phase. Hier werden konkrete Aufgaben geplant und verteilt:

- Was ist zu tun?
- Bis wann?
- Wer macht das?



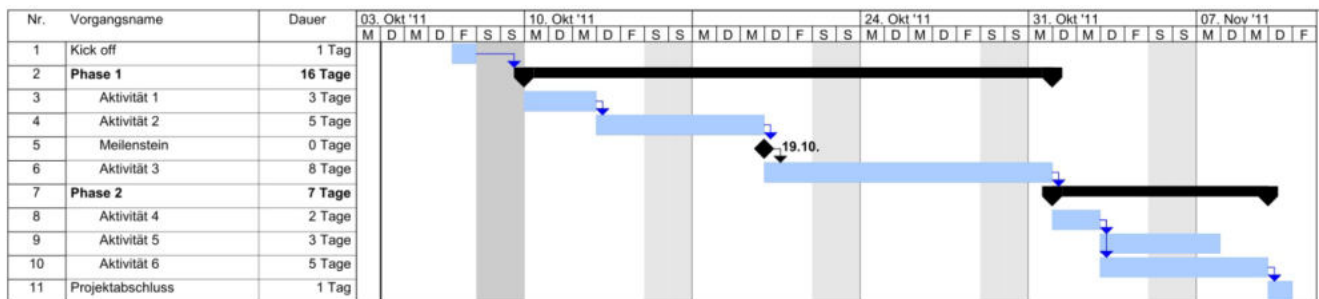
Dazu gehört auch:

- Wer arbeitet mit wem?
- Einen Zeitplan erstellen,
- auf Partner zugehen,
- Pläne schreiben,
- Aufgaben verteilen.

GANTT-Diagramm

Eine anschauliche Möglichkeit für einen übersichtlichen Zeitplan sind sogenannte GANTT-Tabellen. Diese Balkendiagramme visualisieren den zeitlichen Ablauf eines Projektes. Dadurch können Sie schnell sehen, wer gerade woran arbeitet, bis wann einzelne Maßnahmen oder Projektphasen und -blöcke beendet werden müssen und wie diese voneinander abhängen.

Wikipedia: <https://de.wikipedia.org/wiki/Gantt-Diagramm>



[https://de.wikipedia.org/wiki/Gantt-Diagramm#:~:text=Ein%20Gantt%2DDiagramm%20%5Bg%C3%A6nt%5D,Priestley%20\(1733%E2%80%931804\).](https://de.wikipedia.org/wiki/Gantt-Diagramm#:~:text=Ein%20Gantt%2DDiagramm%20%5Bg%C3%A6nt%5D,Priestley%20(1733%E2%80%931804).)

Phase 4: Projekt umsetzen

Auch für den Umsetzungszeitraum, also für die konkreten Tage oder Stunden, ist es wichtig, einen Plan zu haben.

VMI-Matrix

In diese Tabelle werden die einzelnen Arbeitsbereiche eingetragen und es kann abgelesen werden, wer am Teilprojekt (mit-)arbeitet, wer verantwortlich ist und wer informiert werden muss.

Dabei gibt es drei Kategorien:

V = diese Person ist verantwortlich

M = diese Person unterstützt den jeweiligen Arbeitsprozess

I = diese Person muss informiert werden

(Inhalte aus: Projekte machen mit Methode(n), Stiftung Bildung, 1. Auflage 2018)



PROJEKTFINANZIERUNG



7 Tipps für eine erfolgreiche Projektfinanzierung:

1. Verschaffen Sie sich einen Überblick über alle zu erwartenden Kosten inklusive der Finanzierung aller notwendigen Räumlichkeiten und der entsprechenden Logistik (auch für Online-Veranstaltungen) und stellen Sie einen Kosten- und Finanzierungsplan auf.
2. Beispiele einer Projektfinanzierung:
 - Erheben von Teilnehmerbeiträgen.
 - Kooperationen mit Wohlfahrtsverbänden und Vereinen, die sich in dem Themenfeld engagieren und über ein Budget verfügen.
 - Nutzung finanzieller Fördermöglichkeiten der Kommune, des Landkreises bis hin zu Landes- und Bundesförderprogrammen.

Ansprechpartner dazu finden Sie zum Beispiel beim Team Demografie des Landratsamtes:
<https://demografie.lra-ebe.de/>

- Möglichkeit von Sachspenden nutzen, zum Beispiel zur Verfügung stellen von Räumlichkeiten (Saal) und Logistik für Online- Treffen. Diesbezüglich kann man beispielsweise Kontakt aufnehmen mit der Kommune, Wohlfahrtsverbänden, Bildungsträgern (Kreisbildungswerk, VHS, etc.) und Vereinen.
- Fördermöglichkeiten von Kranken- und Pflegekassen nutzen, zum Beispiel für Projekte im Präventions- und Selbsthilfebereich (Förderung durch gesetzliche Krankenkassen).
- Bei privatwirtschaftlichen Unternehmen in der Gemeinde beziehungsweise der näheren Umgebung bezüglich Spenden für soziale gemeinnützige Zwecke nachfragen.
- Unterstützung bei sozialen Stiftungen beantragen, zum Beispiel



- **„Aktion Mensch“**

Die Aktion Mensch unterstützt als größte private Förderorganisation in Deutschland soziale Förderprojekte für Menschen mit und ohne Behinderung.

- **„Adventskalender- Aktionen“**,

zum Beispiel Adventskalender für gute Werke der Süddeutschen Zeitung, aber auch zum Beispiel von Antenne Bayern und anderen.

- **Örtlicher Lions Club, Rotary Club oder Sparkassen-Stiftung**

3. Falls Sie die Möglichkeit gefunden haben, für Ihr Projekt eine Förderung zu beantragen, denken Sie bitte an eine fristgemäße Antragstellung. Bevor Sie für das Projekt Zahlungsverpflichtungen eingehen, warten Sie bitte die Bewilligung der beantragten finanziellen Mittel ab!
4. Rechtzeitig Vereinbarungen mit Kooperationspartnern absprechen und überprüfen.
5. Nachhaltigkeit prüfen!
Bei Projektplanungen, die dauerhaft angelegt werden, ist es ratsam auch gleich die Anschlussfinanzierung mit den Kostenträgern abzuklären.
6. Bei der Projektdurchführung die Einhaltung des Kostenplanes im Blick haben!
7. Abrechnung und Evaluation sind nach Beendigung des Projektes wichtig. Bei Defiziten noch einmal das Gespräch mit dem Kostenträger suchen.

Links:

https://pflegenetzwerk-deutschland.de/fileadmin/files/Fachinformationen/Downloads/201207-BMG_PND_Foederprogramme_Netzwerke.pdf

https://www.sekis-berlin.de/fileadmin/sekis/daten/dokumente/Foerderung/Leitfaden_Selbsthilfeforderung_ab_2021_barrierefrei.pdf



