Gesundheitsförderliche Angebote für ältere Menschen und ihre Nutzung in den Gemeinden des Rhein-Neckar-Kreises

Ein Situationsbericht auf Basis einer schriftlichen Befragung von Einrichtungen im Jahr 2011

Gesundheitsamt Rhein-Neckar-Kreis
in Kooperation mit dem Kreisseniorenrat
Heidelberg 2012

Ansprechpartner:

Regina Berger-Schmitt
Landratsamt Rhein-Neckar-Kreis
Gesundheitsamt
Referat Gesundheitsförderung und Gesundheitsberichterstattung
Telefon: 06221 522 1893
Telefax: 06221 522 91893
Email: Regina.Berger-Schmitt@rhein-neckar-kreis.de

Rainer Schlipper
1. Vorsitzender des Kreisseniorenrats
Telefon: 06222 52426
Telefax: 0 62 22 383215
Email: Rainer@schlipper.net

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung 4

2. Datenerhebung 5

3. Ergebnisse 7

3.1 Geselligkeitsangebote 8

3.2 Sport- und Bewegungsangebote 16

3.3 Geistige Angebote 26

4. Zusammenfassung und Schlussfolgerungen 30

Anhang 33

1. Einleitung

Die demographische Entwicklung wird in den nächsten Jahren zu einer steigenden Anzahl von Pflegebedürftigen führen. Dies wirft nicht nur Fragen der Bewältigung und Finanzierung des zunehmenden Pflegebedarfs auf, sondern auch Fragen der Vermeidung von Pflegebedürftigkeit im Alter durch Maßnahmen der Prävention von Krankheiten und Stärkung von Faktoren, die die Gesundheit erhalten und fördern. Entsprechend wurden Prävention und Gesundheitsförderung mit der Gesundheitsstrategie Baden-Württemberg zu einem gesundheitspolitischen Schwerpunkt gemacht und gesundes Altern zu einem wichtigen Ziel und Handlungsfeld erklärt.

Für die Erhaltung von Gesundheit und Lebensqualität im Alter sind soziale, körperliche und geistige Aktivität von hoher Bedeutung. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen immer wieder, dass häufige Kontakte mit anderen Menschen, regelmäßige Bewegung sowie geistig anspruchsvolle Tätigkeiten die Gesunderhaltung fördern. Solche Aktivitäten stimulieren u. a. auch im höheren Alter die neuronale Entwicklung im Gehirn und tragen dadurch insbesondere zur Vermeidung von Demenz bei.[1]

Daher ist es wichtig soziale, körperliche und geistige Aktivitäten älterer Menschen zu fördern. Zu einem großen Teil finden solche Aktivitäten auf einer informellen, privaten Ebene statt: Man trifft sich z. B. zu Hause mit Freunden, man geht spazieren oder löst Kreuzworträtsel. Zum Teil werden sie aber auch auf einer formalen Ebene – im Rahmen von Organisationen und Einrichtungen - betrieben: Man geht zum Seniorennachmittag der Kirchengemeinde, man treibt Sport in einem Verein oder macht einen Sprachkurs an der Volkshochschule. Ein entscheidender Unterschied und ein Vorteil gegenüber den rein privaten Tätigkeiten ist, dass sie immer im Rahmen einer Gruppe von Personen erfolgen und damit, auch wenn es primär um Bewegung oder um geistige Betätigung geht, immer auch soziale Funktionen erfüllen. Zu den Nachteilen formeller Aktivitäten gehört sicher, dass weder Gruppenmitglieder noch Ort und Zeitpunkt der Begegnungen frei wählbar sind. Dafür ist jedoch eine hohe Verlässlichkeit und Beständigkeit gegeben. Für ältere Menschen, die nach dem Ausscheiden aus dem Arbeitsleben, dem Auszug oder Wegzug der Kinder oder dem Verlust von Partner und Freunden durch Tod häufig in Einsamkeit geraten, sind Aktivitäten im Rahmen von Organisationen und Einrichtungen eine gute Möglichkeit, mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen.

Vor diesem Hintergrund befasst sich die vorliegende Studie mit den Angeboten von Organisationen und Einrichtungen für ältere Menschen. Wir konzentrieren uns dabei auf

[1] Einen Überblick über Forschungsergebnisse gibt der Artikel von Jörg Blech, „Hirn kuriere die selbst!“ in: Der Spiegel, 20/ 2006, S. 164-178; s. auch den Artikel von Martin Lindemann „Wie das Gehirn bis ins hohe Alter fit bleibt“ in der Saarbrücker Zeitung, Nr. 215, vom 16. Sept. 2010, Seite D5; Alferink, J. u. a.: Geistig Fit im Alter durch Ernährung, Bewegung und geistige Aktivität, Broschüre des Bundesministeriums für Gesundheit, Juni 2010; Immel-Sehr, A.: Demenzprävention. Geistig aktiv bleiben. In: Pharmazeutische Zeitung online (http://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=33804); Christopher Hertzog, Arthur F. Kramer, Robert S. Wilson und Ulman Lindenberger: Enrichment Effects on Adult Cognitive Development. Can the Functional Capacity of Older Adults Be Preserved and Enhanced? In: Psychological Science in the Public Interest, October 2008, Vol. 9, No. 1, p. 1-65

regelmäßige Angebote, die der Geselligkeit dienen, Bewegung und Sport ermöglichen oder geistige Aktivitäten wie Lernen oder Gedächtnistraining beinhalten. Es wird der Frage nachgegangen, welche im oben beschriebenen Sinne gesundheitsförderlichen Angebote für ältere Menschen in den Gemeinden des Rhein-Neckar-Kreises bestehen, von welchen Organisationen und Einrichtungen sie angeboten werden, wie viele und welche ältere Menschen dadurch erreicht werden und wie die Beteiligung an den Angeboten erhöht werden kann.

2. Datenerhebung

Organisationen und Einrichtungen im Rhein-Neckar-Kreis wurden zu ihren Angeboten für ältere Menschen schriftlich befragt. Angeschrieben wurden die Kirchengemeinden, die Ortsverbände der Arbeiterwohlfahrt (AWO), des VdK und des DRK, Gemeindeeinrichtungen, Gesangvereine, Sportvereine, Wandervereine, Volkshochschulen (VHS) sowie kleinere, private Vereinigungen und Initiativen. Die Kirchengemeinden, die AWO, der VdK und die Gemeinden sind insbesondere Anbieter von geselligen Aktivitäten. Darüber hinaus wurden die Gesangvereine befragt, da auch das Singen in einem Chor eine Beschäftigung mit einer erheblichen sozialen Funktion darstellt. Sportvereine, Wandervereine, DRK sowie die Volkshochschulen sind die wesentlichen Anbieter von Bewegungs- und Sportaktivitäten. Letztere sind mit ihren Bildungsangeboten auch die wichtigsten Träger von Angeboten zur Förderung der geistigen Fitness.

Die Kirchengemeinden, die Ortsverbände der AWO, des VdK und des DRK wurden vollständig angeschrieben. Die politischen Gemeinden nur insoweit, als aus dem Internetauftritt der Gemeinde hervorging, dass ein regelmäßiges, wenigstens monatliches Angebot der Gemeinde für ältere Menschen besteht. Es wurden alle Gesangvereine angeschrieben, die auf den Internetseiten der Gemeinden aufgeführt waren, ebenso alle Volkshochschulen (Hauptstellen und alle Außenstellen), alle Odenwaldklubs und andere Wandervereine. Bei den Sportvereinen wurde aufgrund der großen Anzahl (mehr als 700 Vereine im Rhein-Neckar-Kreis) eine Beschränkung auf diejenigen Vereine vorgenommen, die ein breites Sportangebot aufwiesen. Nicht angeschrieben wurde die zahlreichen, auf einzelne Sportarten begrenzten Vereine wie beispielsweise Tennisvereine, Schützenvereine, Reitvereine.

Die Fragebogen wurden an das Angebot der Einrichtung angepasst und entsprechend unterschiedlich gestaltet. Dies war notwendig, da z.B. für eine Kirchengemeinde ein anderer Fragebogen passt als für einen Gesangverein, und eine sinnvolle Erfassung der Sportvereinsangebote wiederum einen anderen Fragebogen erfordert. Erfragt wurden aber immer neben dem/den konkreten Angebote(n), Wochentag, Uhrzeit, Häufigkeit und Ort, Teilnehmerzahl, Kosten, Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln, schwer erreichbare Bevölkerungsgruppen sowie die Wege der Bekanntmachung des Angebots. Die verschiedenen Fragebogen sind beispielhaft im Anhang aufgeführt.

Die Fragebogen wurden am 6. Juli 2011 per Post versandt, bei Adressaten mit bekannter Email-Adresse 2 Tage später auch per Email. Dem Fragebogen lag ein gemeinsames Anschreiben von Gesundheitsamt und Kreisseniorenrat bei[2], in dem der Zweck der Befragung erläutert und die vertrauliche Behandlung der Angaben zugesichert wurde. Der Rücklauf erfolgte per Post, Fax oder Email und war bis zum Ende der Sommerferien weitgehend abgeschlossen. Von 714 angeschriebenen Einrichtungen antworteten 350, was einer Antwortquote von 49% entspricht. Tabelle 1 zeigt die Häufigkeiten der verschiedenen Einrichtungen, die angeschrieben wurden, und die jeweiligen Rücklaufquoten.

Tabelle 1: Angeschriebene Einrichtungen und Fragebogenrücklauf

	angeschrieben		geantwortet		Antwort-quote
Art der Einrichtung	Anzahl	%	Anzahl	%	%
Kirchliche Einrichtung	151	21,1	84	24,0	55,6
VdK	77	10,8	25	7,1	32,5
DRK	66	9,2	22	6,3	33,3
AWO	35	4,9	14	4,0	40,0
Gemeindeeinrichtung	21	2,9	13	3,7	61,9
Gesangverein	140	19,6	65	18,6	46,4
Sportverein	118	16,5	66	18,9	55,9
Odenwaldklub/ Naturfreunde/ Alpenverein/ Wanderverein	14	2,0	11	3,1	78,6
VHS	56	7,8	35	10,0	62,5
Sonstige Vereinigungen/ Einrichtungen	36	5,0	15	4,3	41,7
Gesamt	714	100	350	100,0	49,0

Bei allen Arten von Einrichtungen wird ein Rücklauf von wenigstens einem Drittel erreicht. Quoten über 50% erreichen die kirchlichen Einrichtungen, die Sportvereine, die Odenwaldklubs und die Volkshochschulen. Die vergleichsweise geringen Quoten bei VdK und DRK sind in Zusammenhang damit zu sehen, dass diese Organisationen häufig kein oder zumindest kein *regelmäßiges* Angebot für ältere Menschen haben und u. U. den Fragebogen deshalb als nicht relevant für sich betrachteten. Entsprechend ist bei dem hohen Prozentsatz der antwortenden Gemeindeeinrichtungen zu berücksichtigen, dass nur Gemeinden mit einem bereits bekannten regelmäßigen Angebot angeschrieben wurden, um nähere Angaben dazu zu erfragen.

[2] s. Anhang

Die Befragung kann selbstverständlich keine vollständige Erfassung von gesundheitsförderlichen Angeboten für ältere Menschen im Rhein-Neckar-Kreis leisten, und damit auch keine vollständige Erfassung der Beteiligung an solchen Angeboten. Sie kann aber Aufschlüsse über die hauptsächlichen Anbieter, das Spektrum der Angebote, die Häufigkeit verschiedener Angebote und die Versorgungssituation in einzelnen Gemeinden geben und lässt zumindest eine Einschätzung der Beteiligung an den Angeboten und möglicher Hinderungsgründe für die Teilnahme zu. Dies wird im Folgenden dargestellt. Dabei wird zwischen Geselligkeitsangeboten, Sport- und Bewegungsangeboten und die geistigen Fähigkeiten beanspruchenden Angeboten unterschieden.

3. Ergebnisse

Alle befragten Einrichtungen haben zusammengenommen 1110 für Senioren geeignete Angebote (Tab. 2). Davon stellen 32% Geselligkeitsangebote dar; bei 62% der Angebote handelt es sich um Sport- und Bewegungsangebote; nur 6% der erfassten Angebote erfordern primär intellektuelle Aktivitäten.

Fast 60% der Einrichtungen bieten gesellige Aktivitäten an. Mehr als 40% der Einrichtungen haben Sport- und Bewegungsangebote und nur rd. 7% aller Einrichtungen sprechen mit ihrem Angebot geistige Fähigkeiten an. Manche Einrichtungen haben verschiedene Arten von Angeboten, wie z.B. die Volkshochschulen, die sowohl Sport- und Bewegungsangebote als auch Bildungsangebote im Programm haben.[3] Rd. 6% der Einrichtungen haben keinerlei Angebote. Die häufigsten Begründungen dafür sind, dass es genügend Angebote von anderen Einrichtungen im Ort gibt und dass keine eigenen personellen Ressourcen vorhanden sind.

Tabelle 2: Häufigkeit verschiedener Angebote und anbietender Einrichtungen

	Summe der Angebote aller Einrichtungen		Einrichtungen mit einem Angebot	
Angebote im Bereich	Anzahl	in % aller Angebote	Anzahl	in % aller Einrichtungen
Geselligkeit	355	32,0	205	58,6
Sport/ Bewegung	688	62,0	145	41,4
Geistige Aktivierung	67	6,0	24	6,9
insgesamt	1110	100	328	93,7

[3] Daher ergibt die Summe der Anteile der Einrichtungen mit Angeboten in den verschiedenen Bereichen mehr als 100%

3.1 Geselligkeitsangebote

Bei den Geselligkeitsangeboten handelt es sich zu 60% um gesellige Treffen (Tab. 3). Fast 40% der Einrichtungen bieten solche Treffen an. Sie beginnen ganz überwiegend am frühen Nachmittag und beinhalten Kaffeetrinken, Unterhaltung, evtl. auch Spiele, Handarbeiten oder Singen. Zum Teil findet im Rahmen dieser Nachmittage auch Gymnastik oder Gedächtnistraining statt. Das Singen in einem Chor ist die zweithäufigste Art von Geselligkeitsangebot. Die Chöre machen rd. ein Viertel dieser Angebote aus. Ausflüge oder mehrtägige Fahrten haben fast 10% der befragten Einrichtungen im Programm. Ein Mittagessen wird in 6 Einrichtungen regelmäßig serviert.

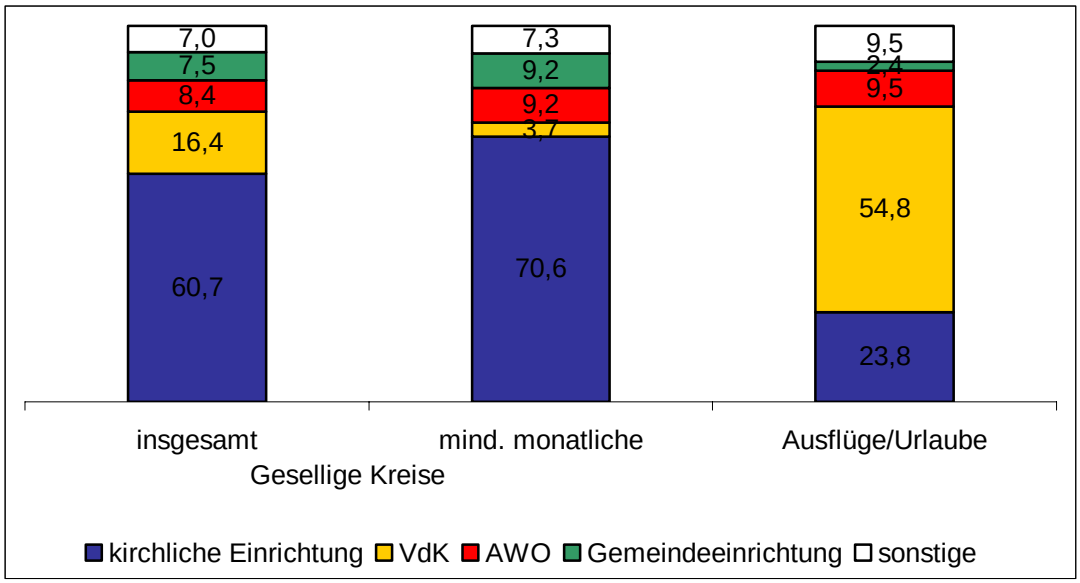
Tabelle 3: Geselligkeitsangebote nach Art des Angebots

	Summe der Angebote aller Einrichtungen		Einrichtungen mit einem Angebot	
Art des Angebots	Anzahl	in % aller Angebote	Anzahl	in % aller Einrichtungen
Geselliger Kreis	214	60,3	134	38,3
Singen im Chor	90	25,4	68	19,4
Ausflug/ Urlaubsfahrt	42	11,8	34	9,7
Mittagstisch	6	1,7	6	1,7
Gesprächskreis	3	0,8	3	0,9
insgesamt	355	100	350	100

Die mit Abstand häufigsten Anbieter geselliger Kreise sind die Kirchengemeinden, die 60% der Treffen organisieren (Abb. 1). Der VdK hält 16% der Angebote dieser Art vor, doch ist ihre Nutzung an eine Mitgliedschaft gebunden. Auf die Seniorenbegegnungsstätten der AWO und der Gemeinden entfallen jeweils rd. 8% der geselligen Treffen. Ausflugs- und Urlaubsfahrten werden am häufigsten vom VdK veranstaltet. Auch die Kirchengemeinden und die AWO sind in diesem Bereich aktiv.

Gesellige Treffen für ältere Menschen werden in allen Gemeinden des Rhein-Neckar-Kreises angeboten, und ganz überwiegend gibt es dazu mehrere Gelegenheiten in einer Gemeinde. Freilich ist damit eine flächendeckende Versorgung nicht unbedingt gewährleistet, vor allem nicht in größeren Gemeinden und insbesondere dann nicht, wenn es mehrere verstreut liegende Ortsteile gibt. In vielen Gemeinden gibt es hier Defizite. Auch das Singen in einem Chor ist in jeder Gemeinde möglich, wenn auch nicht unbedingt in jedem Ortsteil.

Abbildung 1: Verteilung von Angeboten auf die häufigsten anbietenden Einrichtungen (in %)



Bei einem Teil der geselligen Angebote handelt es sich um eher gelegentliche Angebote, die nur jährlich oder auch mehrmals im Jahr stattfinden (Tab. 4). Dies trifft insbesondere für Ausflüge/ Urlaubsfahrten zu. Zu Chorproben kommt man in der Regel wöchentlich zusammen. Seniorennachmittage u. ä. werden zu rd. vier Fünfteln wenigstens monatlich angeboten; dabei gibt es jedoch große Unterschiede zwischen den anbietenden Einrichtungen. Die von den Kirchengemeinden organisierten geselligen Treffen finden zu mehr als 90% mindestens monatlich, aber selten wöchentlich statt, während die Seniorentreffs der AWO und der Gemeinden häufig sogar wöchentlich veranstaltet werden.

Tabelle 4: Häufigkeit geselliger Angebote

Art des Angebots/ Anbieter	mind. wöchentl. %	mehrmals im Monat %	monatlich %	mehrmals im Jahr %	jährlich o. seltener %	Angebote Anzahl
Geselliger Kreis	20,2	17,8	40,4	5,3	16,3	208
Kirchengemeinde	14,2	24,4	52	3,9	5,5	127
VdK	0	0	18,2	15,2	66,7	33
AWO	50	22,2	11,1	5,6	11,1	18
Gemeindeeinrichtung	75,1	0	18,8	0	6,3	16
Singen im Chor	97,7	2,3	0	0	0	87
Ausflug/ Urlaubsfahrt	0	0	5,1	23,1	64,1	39

Die geselligen Kreise anderer Einrichtungen wie z.B. des VdK sind eher selten; es handelt sich dabei zum großen Teil um jährliche Veranstaltungen, wie z.B. Adventsfeier, Faschingsveranstaltungen, Sommerfeste oder auch Mitgliederversammlungen.

Insgesamt ergibt sich damit eine hohe Bedeutung der Kirchengemeinden in der Organisation regelmäßiger geselliger Treffen für ältere Menschen. Von allen mindestens monatlichen geselligen Treffen entfallen 70% auf die Kirchengemeinden und nur jeweils 9% auf AWO und Gemeindeeinrichtungen (Abb. 1). Zu berücksichtigen ist darüber hinaus, dass in einer Gemeinde häufig mehrere Kirchengemeinden entsprechende Angebote haben und in der Kombination dann sogar ein wöchentliches Angebot erreicht wird.

Die Teilnahme an geselligen Angeboten ist für die älteren Menschen, je nach Angebot mit unterschiedlichen Kosten verbunden. Um in einem Chor mitzusingen ist die Mitgliedschaft in einem Gesangverein erforderlich; die jährliche Mitgliedsgebühr beträgt in der Regel nur zwischen 25 und 30 €. Für Ausflüge oder mehrtägige Urlaubsfahrten fallen – unabhängig vom Veranstalter - entsprechende Fahrt-/Reisekosten an. Die Teilnahme an geselligen Treffen der Kirchengemeinden, der AWO und der Gemeinden kostet nur wenig; im allgemeinen beschränken sich die Kosten auf den eigenen Verzehr oder eine kleine freiwillige Spende. Die Veranstaltungen des VdK sind häufig kostenfrei, stehen allerdings nur Mitgliedern offen. Der jährliche Mitgliedsbeitrag beim VdK beträgt z. Zt. 60 € für Einzelpersonen. Insgesamt lässt sich damit festhalten, dass die Teilnahme an regelmäßigen geselligen Angeboten ganz überwiegend kostengünstig ist und daher für die meisten älteren Menschen auch finanzierbar sein sollte.

Die Beteiligung älterer Menschen an regelmäßigen geselligen Angeboten von Einrichtungen ist – je nach Kriterium – unterschiedlich zu beurteilen. Die befragten Gesangvereine haben im Durchschnitt rd. 31 Mitglieder im Alter von 60 Jahren und älter; diese machen rd. 62% aller Mitglieder aus (Tab. 5). Ein Drittel der Vereine sind reine Männergesangsvereine, in nur 3% der Vereine singen ausschließlich Frauen, in 26% der Vereine gibt es sowohl Frauen- als auch Männerchöre und in 37% singen Männer und Frauen auch zusammen. In der Summe gibt es in den befragten Vereinen 2018 Sängerinnen und Sänger im Alter von 60 Jahren und älter; ein Viertel davon ist mindestens 75 Jahre alt. Eine Hochrechnung[4] auf alle Gesangsvereine des Rhein-Neckar-Kreises ergibt eine Gesamtzahl von 4410 60jährigen und älteren Sängerinnen und Sänger, was einem Anteil von 3,1% der gleichaltrigen Bevölkerung entspricht. Die ist sowohl gemessen an der Beteiligungsquote der unter 60Jährigen im Rhein-Neckar-Kreis[5] als auch gemessen am bundesweiten Anteil der Sängerinnen und Sänger[6] ein hoher Wert. Zu berücksichtigen ist, dass darüber hinaus auch im Kirchenchor gesungen wird. Damit kommen im Rhein-Neckar-Kreis deutlich mehr als 3% der 60jährigen und älteren Menschen zum gemeinsamen Singen mit anderen zusammen.

---

[4] Die Gesamtzahl von 4410 60jährigen und älteren Sängerinnen und Sängern ergibt sich aus dem Durchschnittswert der befragten Vereine (= 31,5) multipliziert mit der Anzahl der angeschriebenen Vereine (=140).

[5] Die hochgerechnete Teilnahmequote der unter 60Jährigen im Rhein-Neckar-Kreis liegt bei 0,9%.

[6] Der Deutsche Chorverband – die bedeutendste Organisation im nichtkirchlichen Chorwesen – vereinigt rd. 750.000 aktive Sängerinnen und Sänger im Alter von 27 Jahren und älter (vgl. http://www.deutscher-chorverband.de/index.php?page=der-deutsche-chorverband-bringt-stimmen-zusammen). Dies entspricht einem Bevölkerungsanteil von 1,3%.

Tabelle 5: Aktive Mitglieder in den befragten Gesangvereinen

	Durchschnittliche Zahl der Sänger/innen pro Verein[a]	Summe der Sänger/innen in allen befragten Vereinen[a]	Neue Sänger/innen gewünscht
	Anzahl	Anzahl	%
Insgesamt[a]	50,3	3258	100
Männer	29	1887	
Frauen	21,1	1371	
Unter 60 J. alt	18,8	1205	96,9
60 J. u. älter	31,5	2018	78,1
60-74 J. alt	23,7	1448	
75 J. u. älter	7,9	482	

a) Es ergibt sich zum Teil eine höhere Gesamtzahl als in der Summe von Männern und Frauen bzw. der Summe der Altersgruppen, da einzelne Vereine/ Einrichtungen keine Geschlechts- oder Altersangaben zu den Mitgliedern/ Teilnehmern machten.

Nach den Wünschen der Gesangvereine könnten jedoch noch mehr Menschen dort singen. Alle befragten Vereine geben an, dass neue Sänger/innen erwünscht sind, und 78% der Vereine würden auch Sänger/innen der Altersgruppe 60 Jahre und älter gerne bei sich begrüßen. Somit steht von Seiten der Gesangvereine einer noch stärkeren Betätigung älterer Menschen nichts entgegen.

Auch was die Beteiligung an geselligen Kreisen betrifft sind eher zu wenig als zu viele ältere Menschen involviert. Die mindestens monatlich stattfindenden geselligen Treffen insbesondere der Kirchengemeinden, der AWO und der Gemeinden werden im Durchschnitt der Einrichtungen von insgesamt 36 Personen – 7 Männern und 29 Frauen – besucht (Tab. 6). Im Gegensatz zu den Gesangvereinen sind hier mit 22 Personen die 75jährigen und älteren in der Überzahl gegenüber den 60-74jährigen mit 14 Personen. In der Summe nehmen an den regelmäßigen Treffen der befragten Einrichtungen im Rhein-Neckar-Kreis 4052 ältere Menschen teil. Dabei liegt der Frauenanteil bei über 80% und der Anteil der 75jährigen und älteren bei über 60%. Eine Hochrechnung[7] auf alle Einrichtungen im Rhein-Neckar-Kreis mit einem betreffenden Angebot ergibt eine Gesamtzahl von 8084 älteren Menschen, die sich mindestens einmal im Monat auf Einladung einer Kirchengemeinde, der AWO, der Gemeinde oder einer anderen Einrichtung zu einem geselligen Austausch treffen. Damit werden insgesamt 5,8% der 60jährigen und älteren Menschen im Rhein-Neckar-Kreis durch diese Art von Angebot erreicht.

[7] Die hochgerechnete Gesamtzahl von 8084 Personen ergibt sich aus der Summe der durchschnittlichen Teilnehmerzahlen in den befragten Einrichtungen multipliziert mit der Gesamtzahl der angeschriebenen Einrichtungen mit einem mindestens monatlichen Angebot. Die Gesamtzahl der angeschriebenen Einrichtungen mit einem mindestens monatlichen Angebot wurde berechnet als Gesamtzahl der angeschriebenen Einrichtungen/100 multipliziert mit dem Anteil der befragten Einrichtungen mit mindestens monatlichem Angebot.

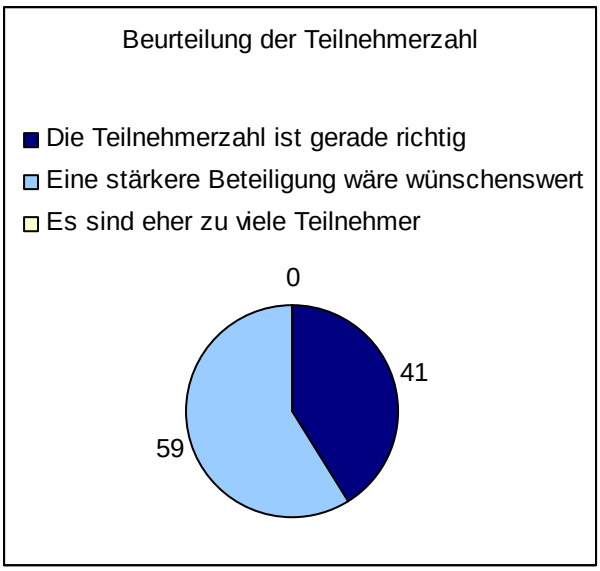
Tabelle 6: Zahl der 60jährigen und älteren Teilnehmer an mindestens monatlichen geselligen Treffen

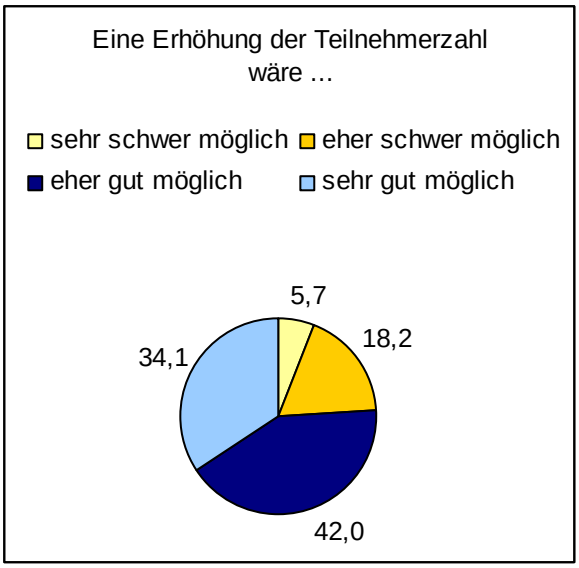
	Durchschnittliche Zahl der Teilnehmer pro Einrichtung[a]	Summe der Teilnehmer in allen befragten Einrichtungen[a]	Einrichtungen mit Angaben zur Teilnehmerzahl
	Anzahl	Anzahl	Anzahl
Insgesamt[a]	35,9	4052	113
Männer	5,2	558	107
Frauen	29,1	3109	107
60-74 J. alt	12,5	1277	102
75 J. u. älter	22,4	2286	102

a) Es ergibt sich zum Teil eine höhere Gesamtzahl als in der Summe von Männern und Frauen bzw. der Summe der Altersgruppen, da einzelne Vereine/ Einrichtungen keine Geschlechts- oder Altersangaben zu den Mitgliedern/ Teilnehmern machten.

Keine der befragten Einrichtungen fühlt sich durch diese Beteiligung überlastet (Abb. 2). Auf die Frage, wie sie die Teilnehmerzahl beurteilen, geben vielmehr 59% der Einrichtungen an, dass sie eine stärkere Beteiligung für wünschenswert halten würden; 41% halten die Teilnehmerzahl für gerade richtig. Nach Einschätzung der meisten Einrichtungen wäre zudem eine Erhöhung der Teilnehmerzahl aufgrund der finanziellen, räumlichen und personellen Kapazitäten eher gut oder sogar sehr gut möglich. Mehr als drei Viertel der Einrichtungen schätzen die Situation so ein; die Einrichtungen, die sich eine Erhöhung der Teilnehmerzahlen wünschen, halten dies sogar zu 90% für machbar.

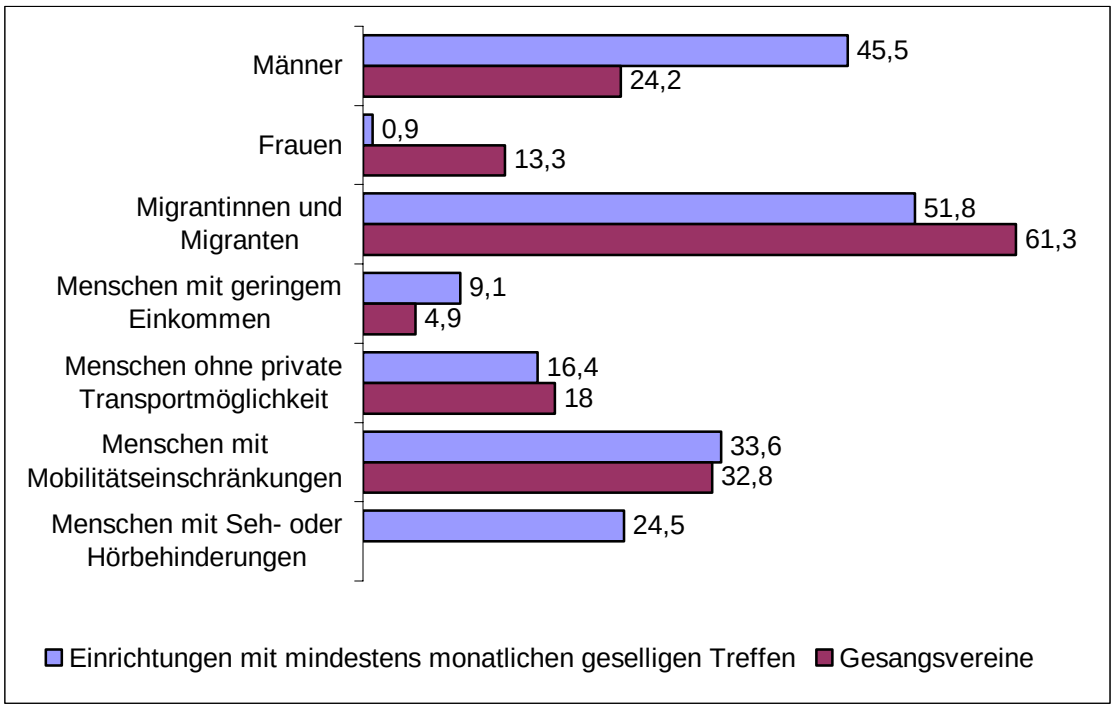
Abbildung 2: Einschätzungen der Teilnehmerzahl bei Einrichtungen, die mindestens monatlich geselligen Treffen für ältere Menschen veranstalten (in %)





Es wurde darüber hinaus um eine Einschätzung gebeten, welche Bevölkerungsgruppen durch das Angebot nicht erreicht werden. Die vergleichsweise geringe Anzahl älterer Männer, die ein geselliges Treffen einer Einrichtung besuchen, findet in dieser Einschätzung deutlich ihren Niederschlag. So geben rd. 45% dieser Einrichtungen Männer als schwer zu erreichende Bevölkerungsgruppe an (Abb. 3). Lediglich Migranten/innen werden nach Einschätzung der Einrichtungen noch häufiger nicht erreicht. Auch die Gesangvereine können diese Gruppe überwiegend nicht als Mitglieder gewinnen. Darüber hinaus schließen sich Menschen mit Mobilitätseinschränkungen häufig nur schwer an. Jeweils fast ein Drittel der Gesangvereine und der Einrichtungen mit geselligen Treffen teilt diese Einschätzung. Rd. ein Viertel der Einrichtungen sieht auch Seh- oder Hörbehinderte bei Seniorentreffen nicht ausreichend vertreten. Zudem halten 18% der Gesangvereine und 16% der Einrichtungen mit Seniorentreffen den Zugang für diejenigen Menschen erschwert, die nicht über einen PKW oder eine Mitfahrgelegenheit verfügen. Ein geringes Einkommen wird dagegen eher selten als Hinderungsgrund für eine Beteiligung betrachtet, was in Übereinstimmung mit der Kostengünstigkeit der Angebote steht.

Abbildung 3: Bevölkerungsgruppen, die nach Einschätzung der Einrichtung/ des Vereins durch das Angebot nicht oder nur schwer erreicht werden (in %)



Es stellt sich nicht nur das Problem, wie schwer erreichbare Bevölkerungsgruppen in höherem Umfang für die Angebote gewonnen werden können, sondern auch ganz allgemein die Frage, wie die Beteiligung älterer Menschen an den geselligen Angeboten der Einrichtungen und Vereine erhöht werden kann. Eine mögliche Ursache für die

unzureichende Inanspruchnahme eines Angebots kann in der schlechten Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln liegen.

Die Einrichtungen und Vereine wurden nach der Erreichbarkeit des Treffpunktes bzw. des Ortes der Chorprobe mit öffentlichen Verkehrsmitteln und der Entfernung der Haltestelle gefragt. Etwa ein Viertel der Einrichtungen und rd. 44% der Gesangvereine geben an, dass die betreffenden Orte zum erforderlichen Zeitpunkt mit öffentlichen Verkehrsmitteln eher schwer oder gar nicht erreichbar sind oder die Haltestelle relativ weit entfernt liegt (Tab. 7). Die Hälfte der Einrichtungen mit Seniorentreffs hat einen Abholdienst[8] organisiert; die Einrichtungen mit schlecht erreichbarem Treffpunkt bieten sogar zu fast zwei Dritteln einen solchen Service an.

Tabelle 7: Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln

	Einrichtungen mit mindestens monatlichen geselligen Treffen	Gesangvereine
	%	%
eher gut erreichbar	76,3	61,5
eher schwer erreichbar	12,4	24,6
überhaupt nicht erreichbar	11,3	13,8
Haltestelle < 300m entfernt	65,8	69,8
Haltestelle 300-500m entfernt	26,6	20,8
Haltestelle > 500m entfernt	7,6	9,4
eher gut erreichbar und Haltestelle < 500m entfernt	74,2	56,3
Abholdienst eingerichtet	50,5	-

Es zeigt sich, dass die geselligen Treffen an mit öffentlichen Verkehrsmitteln schlecht erreichbaren Orten im Durchschnitt signifikant weniger 60jährige und ältere Teilnehmer (Mittelwert 26,8) als die gut erreichbaren Angebote (Mittelwert 39,5) haben, unabhängig davon, ob ein Abholdienst eingerichtet ist oder nicht. Insofern erscheint die Annahme, dass die Erreichbarkeit der Angebote mit öffentlichen Verkehrsmitteln einen Einfluss auf die Teilnehmerzahlen hat, durchaus plausibel. Auch ergibt sich für die Gesangvereine mit gut erreichbaren Probenorten eine höhere Beteiligung älterer Menschen (Mittelwert 33,7) als für die Vereine mit schlecht erreichbaren Probenorten (Mittelwert 28,7), doch ist dieser Unterschied statistisch nicht signifikant. Möglicherweise spielen öffentliche Verkehrmittel hier

[8] Die Frage nach einem Abholdienst wurde nur an Einrichtungen mit geselligen Treffen gestellt.

deshalb eine geringere Rolle, da es sich bei den älteren Mitgliedern der Gesangvereine häufiger als bei den Teilnehmern an Seniorentreffen um „junge Alte“ und um Männer handelt und deshalb vermutlich häufiger ein eigener PKW vorhanden ist. Auch ist davon auszugehen, dass eine Mitgliedschaft im Gesangverein meist schon über viele Jahre besteht und im Rahmen enger sozialer Bindungen auch die Frage des Transports zur Chorprobe nicht allzu schwer lösbar ist.

Die Beteiligung an geselligen Angeboten ist auch nicht unabhängig davon, ob und wie ältere Menschen in der Gemeinde über das Angebot informiert werden. Die Einrichtungen wurden gefragt, wie sie ihr Angebot älteren Menschen in ihrer Gemeinde bekannt machen. Mit Abstand am häufigsten wird dazu das Amtsblatt der Gemeinde genutzt: 87% der Einrichtungen mit einem mindestens monatlich stattfindenden geselligen Treffen und 90% der Gesangvereine tun dies (Tab. 8). Gesangvereine informieren darüber hinaus in lokale Zeitungen vergleichsweise häufig, während Einrichtungen mit anderen geselligen Angeboten – meist kirchliche Einrichtungen - daneben auch das Pfarrblatt häufig nutzen. Mehr als zwei Drittel der Gesangvereine machen im Internet auf sich aufmerksam. Eine sehr große Rolle spielen natürlich auch Auftritte der Chöre bei Veranstaltungen; 90% der Gesangvereine werben für sich auf diese Weise. Von Einrichtungen, die Seniorennachmittage und ähnliche gesellige Treffen veranstalten, wird das Internet dagegen sehr viel seltener zur Bekanntmachung ihres Angebots genutzt. Auch auf Veranstaltungen wird selten auf das Angebot hingewiesen.

Die Bekanntmachung der Angebote in den verschiedenen Medien schlägt sich tendenziell in einer etwas höheren Beteiligung älterer Menschen nieder; die Unterschiede zwischen den Teilnehmerzahlen bei Nutzung und bei Nichtnutzung des Mediums sind jedoch ganz überwiegend nicht statistisch signifikant.

Tabelle 8: Häufigkeit der Nutzung verschiedener Medien zur Bekanntmachung von Angeboten und ihr Einfluss auf die Beteiligung älterer Menschen an den Angeboten

	Einrichtungen mit mindestens monatlichen geselligen Angeboten			Gesangvereine		
	Häufigkeit Medien-Nutzung	Durchschnittliche Teilnehmerzahl an Angeboten wenn		Häufigkeit Medien-Nutzung	Durchschnittliche Teilnehmerzahl an Angeboten wenn	
Medium	%	Medium genutzt	nicht genutzt	%	Medium genutzt	nicht genutzt
Amtsblatt	87,3	25,6	20,5	90,5	23,3	23,7
Pfarrblatt	49,1	27,1*	23	0		
Lokale Zeitungen	41,5	27,9	22,8	79,4	23,5	22,3
Broschüren/ Flyer	25,4	26	24,5	11,1	23,3	23,3
Öffentl. Aushang, -lage	35,6	25,2	24,8	25,4	24,9	22,7
Internet	44,9	25,9	24,2	68,3	24,4	20,7
Veranstaltungen	11,9	27,6	24,4	90,5	23,4	20

* signifikant höhere Teilnehmerzahl bei Nutzung des Mediums ($p < .05$)

3.2 Sport- und Bewegungsangebote

Die Bewegungsangebote umfassen eine Vielzahl von Sportarten, die hauptsächlich von den Sportvereinen und den Volkshochschulen aber auch einigen anderen Einrichtungen offeriert werden. Es wurde nicht nach speziellen Seniorenangeboten gefragt, sondern ganz allgemein nach Angeboten, die auch für Senioren geeignet sind.

Tabelle 9: Bewegungsangebote nach Art des Angebots

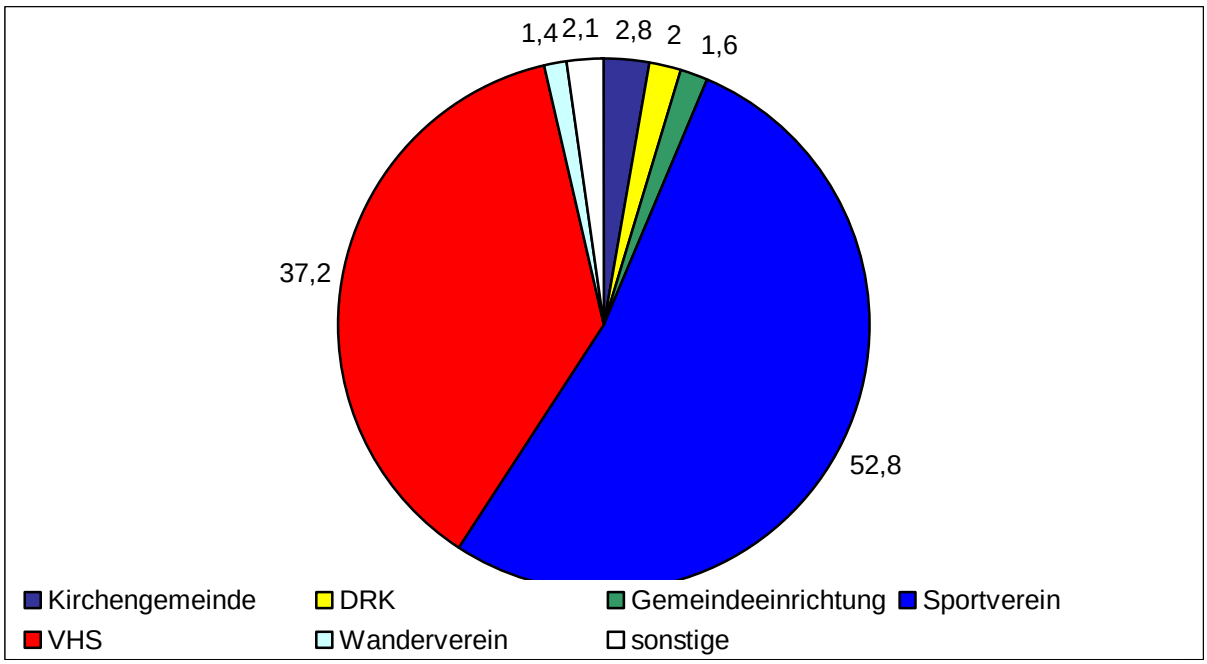
	Summe der Angebote aller Einrichtungen		Einrichtungen mit einem Angebot	
Art des Angebots	Anzahl	in % aller Angebote	Anzahl	in % aller Einrich-tungen
allgemeine Gymnastik, Bewegung	194	28,2	89	25,4
spezielle Gymnastik zur Kräftigung[9]	176	25,6	58	16,6
Yoga	87	12,6	36	10,3
Walking, Nordic Walking (u. Laufen)	41	6,0	30	8,6
Wandern	23	3,3	23	6,6
Wassergymnastik, Aquajogging, Schwimmen	47	6,8	22	6,3
Tai-Chi, Qi-Gong	37	5,4	21	6,0
Tanzen	21	3,1	16	4,6
Rehasport	22	3,2	13	3,7
Sitz-, Stuhlgymnastik	6	0,9	6	1,7
Tischtennis	7	1,0	5	1,4
Kegeln, Boule	6	0,9	5	1,4
Fußball, Volleyball	6	0,9	5	1,4
Radfahren	5	0,7	5	1,4
Rudern	4	0,6	1	0,3
Sturzprophylaxe	3	0,4	3	0,9
sonstige	3	0,4	3	0,9

Tabelle 9 gibt einen Überblick über die verschiedenen Sport- und Bewegungsangebote nach Sportarten, die zum Teil aufgrund ihrer Vielfältigkeit in größere Kategorien zusammengefasst wurden. Die größte Kategorie stellen allgemeinen Gymnastik und Bewegungsangebote dar. In rd. einem Viertel der Einrichtungen findet man ein solches Angebot vor. 17% der Einrichtungen bieten spezielle Arten von Gymnastik an, die primär der Kräftigung dient, wie

[9] z.B. Rückengymnastik, Pilates, Beckenbodengymnastik, Krafttraining

z.B. Rückengymnastik, Pilates, Beckenbodengymnastik. Allgemeine und spezielle Formen von Gymnastik machen mehr als die Hälfte aller Bewegungsangebote aus. Yoga stellt das dritthäufigste, für Senioren geeignete Bewegungsangebot dar; in 10% der Einrichtungen kann man Yoga betreiben. Walking, Nordic Walking oder Wandern wird zusammengenommen von 12% der Einrichtungen angeboten, Wassergymnastik, Schwimmen o. Aquajogging von rd. 6%, ebenso häufig wie Tai-Chi oder Qi-Gong. Alle übrigen Sportarten sind noch seltener vertreten. Hervorzuheben ist, dass nur 3 Einrichtungen explizit Sturzprophylaxe anbieten und in nur 6 Einrichtungen Sitz-/ Stuhlgymnastik betrieben wird.

Abbildung 4: Verteilung der Sport- und Bewegungsangebote nach Einrichtungen

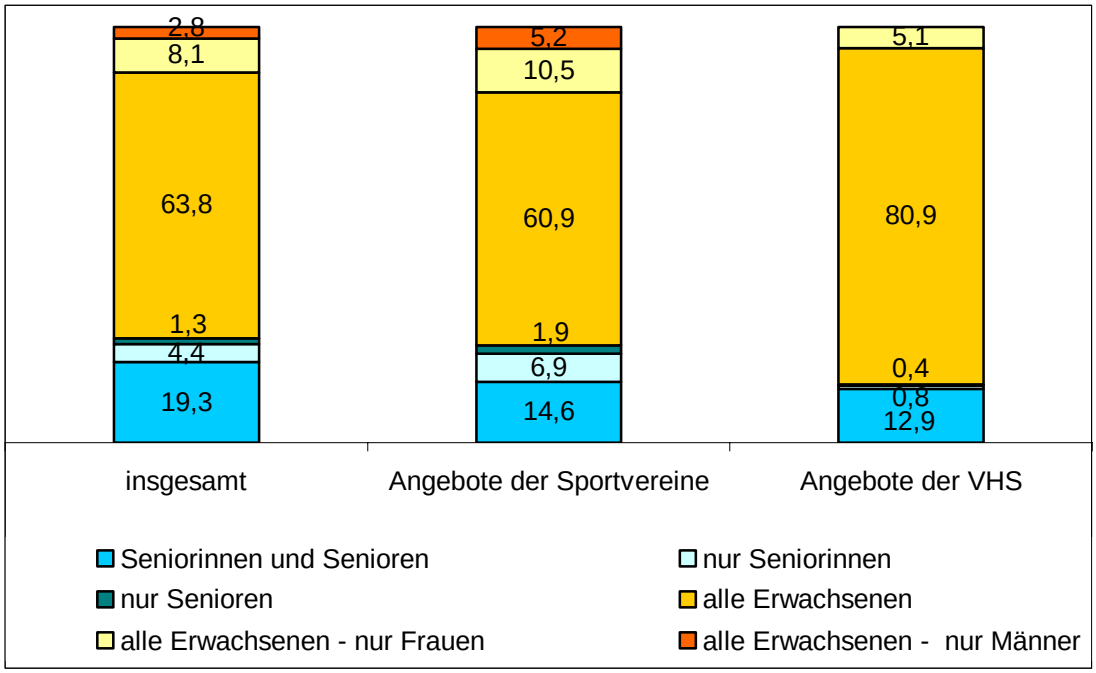


Die Sport- und Bewegungsangebote werden zu mehr als der Hälfte von den Sportvereinen getragen (Abb. 4). Zweitgrößter Anbieter sind die Volkshochschulen mit mehr als einem Drittel der Angebote. Die Kirchengemeinden kümmern sich ebenfalls um die körperliche Fitness von Senioren: fast ein Fünftel bietet Seniorengymnastik an, insgesamt stammen fast 3% der Bewegungsangebote von den Kirchengemeinden. Hier finden zudem weitere Aktivitäten in dieser Richtung im Rahmen von Seniorennachmittagen statt. Das DRK führt in einigen Gemeinden spezielle Bewegungsprogramme für ältere Menschen durch. In sieben Gemeinden des Rhein-Neckar-Kreises findet man ein entsprechendes Angebot. Auch die Senioreneinrichtungen der Gemeinden laden zum Teil zu sportlicher Betätigung in Form von Gymnastik und z.B. auch Tanzen, Kegeln oder Boule ein. Wandervereine wie der Odenwaldklub und einzelne private sportliche Vereinigungen sind weitere Organisatoren gemeinsamer körperlicher Aktivitäten. Während Sportvereine und Volkshochschulen meist mehrere Bewegungsangebote und Sportarten im Programm haben, beschränken sich andere Einrichtungen in der Regel auf ein Angebot.

In allen Gemeinden des Rhein-Neckar-Kreises gibt es für ältere Menschen geeignete Sport- und Bewegungsangebote. Angebote eines Sportvereins sind in jeder Gemeinde vorhanden. Die Volkshochschulen haben dagegen nicht in jeder Gemeinde einen entsprechenden Kurs im Programm. So fehlt in sieben Gemeinden ein Sportangebot der Volkshochschulen. Darüber hinaus ist wie bei den geselligen Angeboten auch zu berücksichtigen, dass in der Regel nicht alle Ortsteile einer Gemeinde versorgt sind und deshalb das vorhandene Angebot einer Gemeinde für ältere Menschen u. U. schwer erreichbar ist.

Um positive Auswirkungen von Sport und Bewegung auf die Gesundheit zu erzielen ist mindestens ein wöchentliches körperliches Training erforderlich. Dies ist ganz überwiegend bei den Sport- und Bewegungsangeboten der Vereine und anderer Einrichtungen gewährleistet. Sie finden zum größten Teil wöchentlich statt, mit Ausnahme von Wanderungen, die in der Regel - als festes Angebot eines Vereins - monatlich unternommen werden.

Abbildung 5: Verteilung der Sport- und Bewegungsangebote nach Zielgruppen



Es wurde bereits darauf hingewiesen, dass sich die erfassten Sport- und Bewegungsangebote nicht unbedingt nur an Seniorinnen und Senioren, sondern an Erwachsene insgesamt richten. Nur etwa ein Viertel aller Angebote sprechen explizit Seniorinnen und/oder Senioren an, die große Mehrheit hat keine spezielle Zielgruppe, ist aber auch für ältere Menschen geeignet (Abb. 5). Ganz überwiegend stellen beide Geschlechter die Adressaten dar, doch immerhin 12% der Angebote richten sich nur an das weibliche Geschlecht – 8% an Frauen aller Altersgruppen und 4% an Seniorinnen. Im Vergleich der wichtigsten Anbieter – Sportvereine und Volkshochschulen – wird deutlich, dass die Angebote der Sportvereine häufiger als die Kurse der Volkshochschulen auf ältere Menschen zugeschnitten sind. Mehr als 60% der befragten Sportvereine, aber nur 30% der

befragten Volkshochschulen haben spezielle Sportangebote für ältere Menschen. Einige Volkshochschulen erhalten von den Gemeinden besondere finanzielle Zuschüsse, um älteren Menschen ein spezielles und zugleich kostengünstiges Programm anbieten zu können.

Die Kosten der Sport- und Bewegungsangebote liegen in den Volkshochschulen bei durchschnittlich 5,20 € pro Termin (Tab. 10). Seniorenangebote kosten mit durchschnittlich 2,86 € pro Termin signifikant weniger als die allgemeinen Angebote mit durchschnittlich 5,42 €. Dies stellt für Seniorinnen und Senioren natürlich eine erhebliche Ersparnis dar. Kurse im Sportverein kosten für Nichtmitglieder etwa genauso viel wie allgemeine Kursangebote in den Volkshochschulen. Rd. 23% aller Sportangebote der Vereine sind Kursangebote; etwa ein Drittel der befragten Sportvereine bietet Kurse an. Im Allgemeinen wesentlich günstiger als das Kursangebot kommt das Regelangebot, das die Sportvereine ihren Mitgliedern für den jährlichen Beitrag bieten. Auch die Sport- und Bewegungsangebote aller übrigen Einrichtungen sind ganz überwiegend sehr preiswert. Mehr als die Hälfte dieser Angebote – meist Gymnastikangebote von Kirchengemeinden oder von Senioreneinrichtungen einzelner Gemeinden sowie Bewegungsprogramme des DRK – kosten nichts oder nur eine geringen Betrag (rd. 2 € pro Übungsstunde). Insgesamt gibt es damit für ältere Menschen ausreichend kostengünstige Möglichkeiten, sich im Rahmen eines Vereins oder einer anderen Einrichtung sportlich zu betätigen.

Tabelle 10: Kosten von Sport- und Bewegungsangeboten

	Anbieter		
	Sportvereine %	VHS %	Sonstige %
keine/geringe Kosten	0	0	58,2
Mitgliedsbeitrag	77,3	0	25,5
Kursgebühr/anderer Betrag	22,7	100	16,3
davon:			
unter 5 € pro Termin	59,2	55,5	44,4
5 - 10 € pro Termin	40,8	41,4	55,6
> 10 € pro Termin	0	3,1	0
Mittelwert	5,4	5,2	5,4
Zahl der Angebote	357	256	55

Die Beteiligung älterer Menschen an den Sport- und Bewegungsangeboten variiert stark mit der Art der anbietenden Einrichtung. Die bei weitem höchsten Teilnehmerzahlen haben die Sportvereine zu verzeichnen. Im Durchschnitt der befragten Vereine sind 70 Seniorinnen und Senioren im Alter von 60 Jahren und älter sportlich aktiv (Tab. 11). An den Sport- und Bewegungsangeboten der Volkshochschulen beteiligen sich im Durchschnitt der

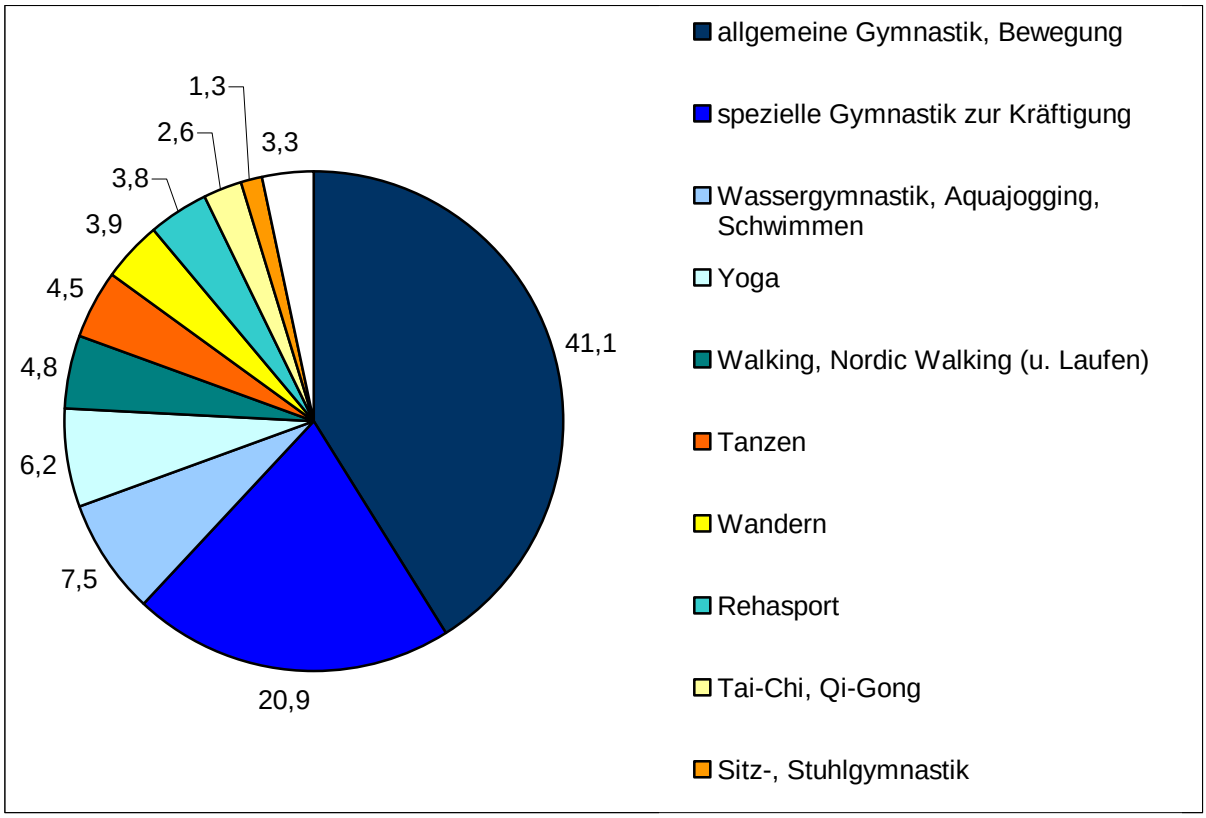
Einrichtungen 42 ältere Menschen. Die übrigen Einrichtungen mit Angeboten zur Erhaltung der körperlichen Fitness haben im Mittel 27 Teilnehmer. Die höhere Beteiligung in den Sportvereinen im Vergleich zu den Volkshochschulen ist nicht auf eine größere Zahl von Angeboten, sondern auf eine größere Zahl von Teilnehmern pro Angebot zurückzuführen. An den Sportangeboten der Vereine beteiligen sich im Mittel mehr als doppelt so viele 60jährige und Ältere als an den Kursen der Volkshochschulen. Die hängt zum einen mit den vergleichsweise engen Teilnehmerbegrenzungen der VHS-Kurse zusammen, möglicherweise aber auch mit den Kosten ihrer Nutzung, die im Durchschnitt höher sind als die Inanspruchnahme von Regelangeboten eines Sportvereines.

Tabelle 11: Zahl der 60jährigen und älteren Teilnehmer an mindestens monatlichen Sport- und Bewegungsangeboten der befragten Einrichtungen

	Teilnehmer pro Anbieter	Teilnehmer pro Angebot	Summe der Teilnehmer	Zahl der Anbieter	Zahl der Angebote
Sportvereine	69,8	13,5	4539	65	337
Volkshochschulen	42,5	6	1403	33	235
sonstige	27,3	19	1066	39	56
insgesamt	51,2	11,2	7008	137	628

Die Beteiligung älterer Menschen an sportlichen Aktivitäten variiert auch nach Sportarten. Die zehn am häufigsten von den befragten Einrichtungen angebotenen Sportarten (s. Tab. 9) umfassen rd. 97% der in den Einrichtungen sportlich aktiven älteren Menschen. Zwei Fünftel der mindestens monatlich Aktiven nehmen an allgemeinen Gymnastik- und Bewegungsformen teil, ein weiteres Fünftel betreibt spezielle Formen von Gymnastik, die insbesondere der Kräftigung bestimmter Muskelpartien dienen (Abb. 6). Bewegung im Wasser in Form von Wassergymnastik, Aquajogging oder Schwimmen betreiben mehr als 7% der sportlich aktiven Seniorinnen und Senioren; 6% haben sich für Yoga entschieden, und jeweils fast 5% halten sich mit Walking/ Nordic Walking und mit Tanzen fit. Alle übrigen Sportarten werden jeweils von weniger älteren Menschen unternommen.

Abbildung 6: Verteilung der sportlich aktiven älteren Menschen auf die zehn häufigsten Sportangebote (in %)



Es stellt sich die Frage, wie hoch der Anteil der durch Sport- und Bewegungsangebote erreichten älteren Menschen im Rhein-Neckar-Kreis ist.

Was die Sportvereine betrifft, so lässt sich diese Zahl am besten anhand der Mitgliederstatistik des Badischen Sportbundes ermitteln.[10] Folgt man den Daten der letzten Bestandserhebung 2011, so gab es in den Sportkreisen Heidelberg, Mannheim und Sinsheim, die die Gemeinden des Rhein-Neckar-Kreises umfassen, 63.850 Mitglieder im Alter von 61 Jahren und älter. Dies entspricht einem Bevölkerungsanteil von 25%. Dabei ist jedoch zu berücksichtigen, dass nicht alle Mitglieder auch aktiv Sport treiben. Gerade unter den älteren Mitgliedern ist von einem größeren Anteil passiver Mitglieder auszugehen. Nach den Daten der vorliegenden Befragung, machen die 60jährigen und älteren Teilnehmer an den Sportangeboten im Durchschnitt nur etwa 60% der 60jährigen und älteren Mitglieder eines Vereins aus. Dies würde, übertragen auf die Daten der Mitgliederstatistik bedeuten, dass etwa 15% der älteren Menschen aktiv Sport in einem Verein treiben.

Die Teilnahme an Sport- und Bewegungsangeboten der Volkshochschulen kann durch eine Hochrechnung auf Basis der vorliegenden Befragungsdaten geschätzt werden. Im Durchschnitt der befragten Einrichtungen resultieren pro Einrichtung 42 Teilnehmer im Alter

[10] Einer Hochrechnung auf Basis der Befragungsdaten dürfte kaum zu zuverlässigen Ergebnissen führen. Da die Befragungsdaten nur Vereine mit einem breiten Sportangebot repräsentieren, kann von der durchschnittlichen Teilnehmerzahl an diesen Angeboten kaum auf die Beteiligung an allen Sportangeboten geschlossen werden.

von 60 Jahren und älter, zusammengenommen 1.403 Teilnehmer. Überträgt man den Durchschnittswert auf alle angeschriebenen Volkshochschulen/ Außenstellen im Rhein-Neckar-Kreis (N=56), so ergibt sich eine Gesamtzahl von 2.381 ältere Menschen, die sich im Rahmen von Kursen der Volkshochschulen sportlich betätigen. Dies entspricht einem Bevölkerungsanteil von 1,7%.

Bei den übrigen Einrichtungen – Kirchengemeinden, DRK, AWO, Gemeindeeinrichtungen, Wandervereine und sonstige sportliche Vereinigungen – wurde ausgehend von der Teilnehmerzahl in den befragten Einrichtungen die Teilnehmerzahl in allen Einrichtungen hochgerechnet.[11] Dabei kommt man zu einer Teilnehmerzahl von 2.242 älteren Menschen, die an den Sport- und Bewegungsangeboten dieser Einrichtungen teilnehmen. Sie machen 1,6% der 60jährigen und älteren Menschen im Rhein-Neckar-Kreis aus.

Insgesamt ergibt sich damit ein geschätzter Anteil von 18% der 60-jährigen und älteren Menschen im Rhein-Neckar-Kreis, die sich im Rahmen von Vereinen, Volkshochschulkursen und anderen Einrichtungen sportlich betätigen. Den mit Abstand höchsten Stellenwert haben dabei die Sportvereine.

Fragt man die Vertreter der Sportvereine und der Volkshochschulen, welche älteren Menschen durch das Angebot nicht erreicht werden, so werden – wie bereits bei den geselligen Treffen - vergleichsweise häufig Männer genannt. (Abb. 7). Dies steht zunächst im Widerspruch zu den Mitgliederstatistiken, wonach auch in der Altersgruppe der 61jährigen und älteren sehr viel mehr Männer als Frauen Mitglied in einem Sportverein sind. Dies trifft aber nicht für die Turnabteilungen zu, die erheblich mehr weibliche als männliche Mitglieder haben. Sie sind die Anbieter der zahlreichen Gymnastik- und allgemeinen Bewegungsangebote, die die hier befragten Einrichtungen vorhalten und offensichtlich viel stärker von Frauen als von Männern nachgefragt werden.

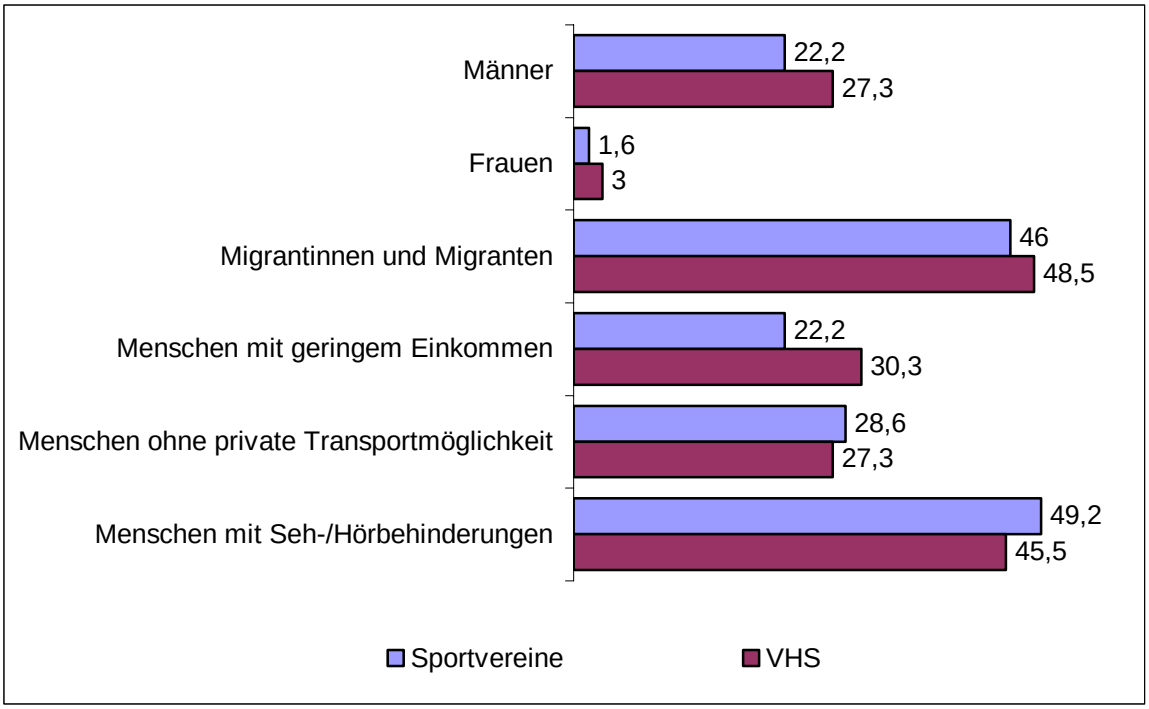
Fast die Hälfte der Einrichtungen nennt Migrantinnen und Migranten als schwer erreichbare Bevölkerungsgruppe – ebenfalls ein Ergebnis, das bereits bei den geselligen Angeboten zu finden war. Dies zeigt, dass allgemeine Werbemaßnahmen nicht ausreichen, sondern besondere Bemühungen erforderlich sind, um diese Bevölkerungsgruppe für gemeinschaftliche Aktivitäten zu gewinnen. Im Bereich des Sports sind entsprechende Maßnahmen bereits im Gange (s. Kap. 4).

Auch einkommensschwache Bevölkerungsgruppen werden nach Einschätzung der Anbieter häufig nicht erreicht. Fast ein Drittel der Volkshochschulen und mehr als ein Fünftel der Sportvereine teilen diese Einschätzung. Insbesondere Sportvereine mit Kursangeboten glauben, ältere Menschen mit geringem Einkommen nur schwer zu erreichen. Damit spielt das Einkommen für die Inanspruchnahme von Sport- und Bewegungsangeboten eine deutlich größere Rolle als bei den Geselligkeitsangeboten. Die Sport- und

[11] Die Hochrechnung erfolgte analog zu dem Verfahren bezüglich der Beteiligung an geselligen Kreisen: Die Summe der durchschnittlichen Teilnehmerzahlen in den befragten Einrichtungen wurde mit der Gesamtzahl der angeschriebenen Einrichtungen mit einem mindestens monatlichen Angebot multipliziert. Die Gesamtzahl der angeschriebenen Einrichtungen mit einem mindestens monatlichen Angebot wurde berechnet als Gesamtzahl der angeschriebenen Einrichtungen/100 multipliziert mit dem Anteil der befragten Einrichtungen mit mindestens monatlichem Angebot.

Bewegungsangebote sind zwar überwiegend kostengünstig, aber nicht in dem Maße wie die Geselligkeitsangebote, so dass sie für einen Teil der älteren Menschen aus Kostengründen nicht nutzbar sind.

Abbildung 7: Bevölkerungsgruppen, die nach Einschätzung der Einrichtung/ des Vereins durch das Sportangebot nicht oder nur schwer erreicht werden (in %)



Weitere Hinderungsgründe für die Teilnahme an sportlichen Aktivitäten sind Seh- und Hörbehinderungen, von anderen körperlichen Behinderungen einmal abgesehen. Fast die Hälfte der Einrichtungen sieht hier Defizite. Darüber hinaus halten nicht wenige den Transport zu den Sportstätten oder Übungsräumen für einen begrenzenden Faktor. Mehr als ein Viertel der Einrichtungen ist der Ansicht, dass Menschen ohne private Transportmöglichkeit schwer für die Angebote zu gewinnen sind.

Dies wirft die Frage nach der Erreichbarkeit der Sport- und Übungsstätten mit öffentlichen Verkehrsmitteln auf. Hier gibt es nach Angaben der befragten Einrichtungen häufig Schwierigkeiten. So stellt nur etwas mehr als die Hälfte der Sportvereine die am häufigsten genutzte Sportstätte des Vereins als durchgehend eher gut erreichbar dar (Tab. 12). In rd. einem Fünftel der Fälle besteht dauernd eine schlechte oder gar keine Erreichbarkeit; bei den übrigen Vereinen sind die Verbindungen nur in den Abendstunden schlecht. Zu den Räumen, in denen die Sport- und Bewegungsangebote der Volkshochschulen stattfinden, gelangt man besser mit öffentlichen Verkehrsmitteln als zu den Übungsorten der Sportvereine. Bei 71% der Volkshochschulen sind die Übungsräume eher gut erreichbar; ansonsten gibt es vornehmlich in den Abendstunden Schwierigkeiten. Auch die Haltestellen liegen bei den Veranstaltungsorten der Volkshochschulen nicht so weit entfernt wie bei den Sportvereinen.

Tabelle 12: Erreichbarkeit der Sport- und Übungsstätten mit öffentlichen Verkehrsmitteln

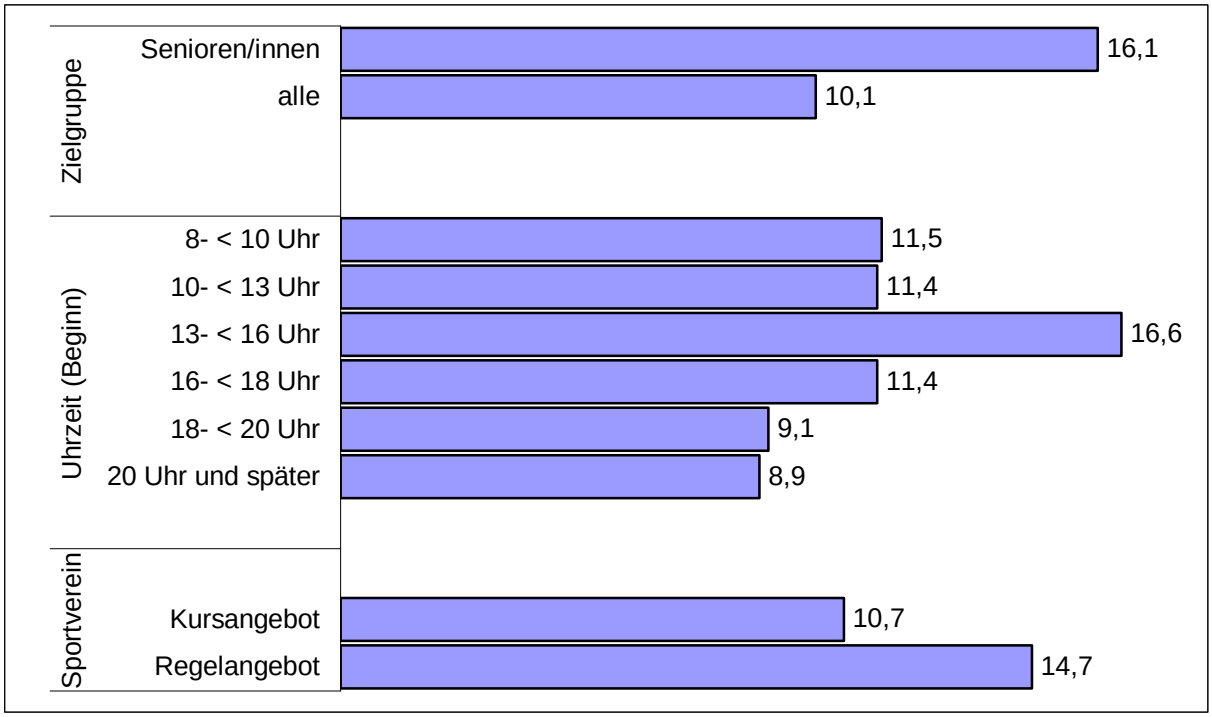
	Sportstätten der Vereine %	Übungsräume der VHS %
eher gut erreichbar	51,7	71,4
nur abends schwer erreichbar	27,6	17,1
auch sonst eher schwer erreichbar	12,1	11,4
überhaupt nicht erreichbar	8,6	0
Haltestelle < 300m entfernt	57,4	62,9
Haltestelle 300-500m entfernt	29,6	34,3
Haltestelle > 500m entfernt	13	2,9

Die Erreichbarkeit der Angebote der Sportvereine schlägt sich auch deutlich in den Teilnehmerzahlen nieder. Mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbare Angebote haben signifikant mehr Teilnehmer über 60 Jahren (15,5) als schwer erreichbare Angebote (11,8). Bei den Volkshochschulkursen ergeben sich jedoch keine statistisch signifikanten Unterschiede.

Die Beteiligung älterer Menschen an Sport- und Bewegungsangeboten von Einrichtungen hängt auch von der Tageszeit ab. Die höchsten Teilnehmerzahlen verzeichnen die Angebote in den frühen Nachmittagsstunden, die geringsten Teilnehmerzahlen findet man bei den Angeboten, die in den Abendstunden liegen (Abb. 8). Darüber hinaus ist die Zielgruppe des Angebots von Bedeutung, d.h. ob sich das Angebot explizit an Senioren/innen richtet oder auch andere Bevölkerungsgruppen angesprochen werden. Spezielle Seniorenangebote ziehen mehr ältere Menschen an als allgemeine Angebote. Möglicherweise bestehen bei allgemeinen Angeboten Unsicherheiten bezüglich der Anforderungen und damit Hemmungen, daran teilzunehmen. Schließlich spielen natürlich auch die Kosten eine Rolle. Die kostengünstigeren Regelangebote der Sportvereine werden von signifikant mehr Senioren/innen genutzt als die Kursangebote. Bei den Volkshochschulkursen zeigt sich ein negativer Zusammenhang zwischen der Kursgebühr und der Teilnehmerzahl. Je teurer ein Kurs ist, umso weniger 60jährige und ältere Menschen nehmen daran teil.[12]

[12] Die Korrelationskoeffizient beträgt r = -.35

Abbildung 8: Zahl der 60jährigen und älteren Teilnehmer an Sport- und Bewegungsangeboten von Vereinen und anderen Einrichtungen nach Zielgruppe, Uhrzeit und Art des Angebots



Die Inanspruchnahme von Sport- und Bewegungsangeboten der Sportvereine und der Volkshochschulen lässt sich vermutlich auch durch eine bessere Bekanntmachung der Angebote erhöhen. Die für diese Zwecke am häufigsten gebrauchten Medien sind das Amtsblatt der Gemeinde und das Internet (Tab. 13); rd. vier Fünftel der Volkshochschulen und zwei Fünftel der Sportvereine legen oder hängen darüber hinaus ihr Angebot aus. Lokale Zeitungen werden von rd. 40%, Broschüren/ Flyer von rd. 30% der Einrichtungen genutzt. Diese beiden Medien sind bei Volkshochschulen offenbar am ehesten dazu geeignet, ältere Kursteilnehmer für Sportangebote zu gewinnen. Bei den Sportvereinen ist eine Werbung auf Veranstaltungen mit einer signifikant stärkeren Beteiligung älterer Menschen verbunden.

Tabelle 13: Häufigkeit der Nutzung verschiedener Medien zur Bekanntmachung von Sportangeboten und ihr Einfluss auf die Beteiligung älterer Menschen

	Sportvereine			VHS		
	Häufigkeit Medien-Nutzung	Durchschnittliche Teilnehmerzahl an Angeboten wenn		Häufigkeit Medien-Nutzung	Durchschnittliche Teilnehmerzahl an Angeboten wenn	
Medium	%	Medium genutzt	nicht genutzt	%	Medium genutzt	nicht genutzt
Amtsblatt	70,8	13,4	14,5	90,9	6,1	7,4
Lokale Zeitungen	41,5	15,2	12	39,4	7,5**	5,3
Broschüren/ Flyer	30,8	14,1	13,4	30,3	7,4*	5,6
Öffentl. Aushang, -lage	43,1	13,4	13,4	81,8	6,4	5,5
Internet	80	13,4	15	78,8	6,2	6,3
Veranstaltungen	29,2	16,7***	12	9,1	6,9	6,1

* signifikant höhere Teilnehmerzahl bei Nutzung des Mediums ($p < .05$); ** ($p < .01$); *** ($p < .001$)

3.3 Geistige Angebote

Bei der Erfassung von Angeboten, die ein Training geistiger Fähigkeiten ermöglichen, wurden primär nur solche Angebote berücksichtigt, die sich explizit an ältere Menschen wenden. Dazu gehören z. B. Gedächtnistraining oder Bildungsangebote der Volkshochschulen, die aufgrund ihres langsameren Lerntempos für Senioren/innen besonders geeignet sind. Solche Angebote werden von vergleichsweise wenigen Einrichtungen vorgehalten. Nur rd. 7% der Einrichtungen bieten älteren Menschen die Gelegenheit, durch Weiterbildung, Gedächtnisübungen u. ä. die geistige Fitness zu trainieren, und nur 6% aller Angebote betreffen diesen Bereich.

Am häufigsten werden Sprachkurse – überwiegend Englischkurse – angeboten (Tab. 14). Kenntnisse in EDV und elektronischen Kommunikationsmedien werden von 3% der Einrichtungen vermittelt. Sie sind Gegenstand von 28% aller Angebote im Bereich Bildung/ geistige Fitness. Gedächtnistraining sowie einzelne Bildungs-, Informations- oder Kulturelle Veranstaltungen gehören ebenfalls in diese Angebotskategorie.

Tabelle 14: Geistige Angebote für Senioren/innen

Inhalt des Angebots	Summe der Angebote aller Einrichtungen		Einrichtungen mit einem Angebot	
	Anzahl	in % aller Angebote	Anzahl	in % aller Einrichtungen
Englischkurs	17	25,4	10	2,9
anderer Sprachkurs	9	13,4	6	1,7
Gedächtnistraining	10	14,9	8	2,3
EDV, Internet, Email, Handynutzung	19	28,4	12	3,4
Bildungs-, Info-, Kulturelle Veranstaltung	12	17,9	9	2,6
insgesamt	67	100	350	100

Die Volkshochschulen sind die Hauptakteure bei der Gestaltung von Angeboten, die die geistigen Fähigkeiten älterer Menschen ansprechen. Rd. 80% aller Angebote in diesem Bereich werden von den Volkshochschulen offeriert. Vereinzelt haben auch Senioreneinrichtungen der Gemeinden und der Kirchen sowie Ortsverbände des VdK entsprechende Aktivitäten in ihrem Programm. Bei den Angeboten des VdK handelt es sich ausschließlich um unregelmäßig, jährlich oder mehrmals im Jahr stattfindende Veranstaltungen – Informationsveranstaltungen, Vorträge u.ä. Die Kurse der Volkshochschulen bedingen wöchentliche Termine, die Angebote der Gemeinden und Kirchen bestehen zumindest im monatlichen Rhythmus.

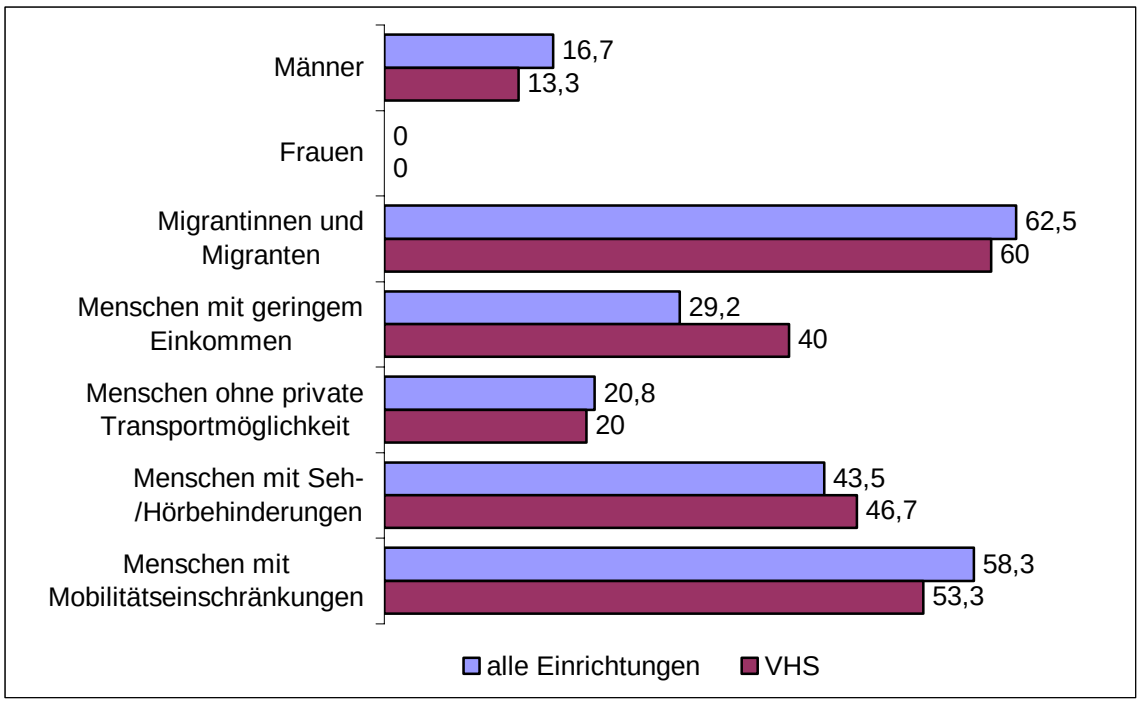
Entsprechend der geringen Gesamtzahl von Seniorenangeboten, die die geistige Fitness fördern, ist es nicht überraschend, dass sie in nicht einmal der Hälfte der Gemeinden des Rhein-Neckar-Kreises vorhanden sind. In 31 Gemeinden, die zusammen mehr als ein Drittel der älteren Bevölkerung im Rhein-Neckar-Kreis umfassen, gibt es keine Kurse oder regelmäßige Veranstaltungen, die die geistigen Fähigkeiten älterer Menschen ansprechen.

Die Kosten der Angebote sind je nach Inhalt und Anbieter sehr unterschiedlich. Die Angebote in den Senioreneinrichtungen der Kirchen und der Gemeinden sind sehr kostengünstig, während Kurse an den Volkshochschulen zum Teil ziemlich teuer sind. Für Sprachkurse sind im Durchschnitt mehr als 6 € pro Termin zu entrichten; fast 25 € pro Termin bezahlt man für Kurse die EDV oder Kenntnisse zur Internet-, Email- oder Handynutzung vermitteln; für andere Kurse liegen die Gebühren im Mittel unter 5 € pro Termin. Die Termine bei Kursen in EDV und elektronischen Kommunikationsmedien erstrecken sich durchschnittlich über 2,5 Stunden, während Sprachkurse in der Regel nur 1,5 Stunden pro Termin umfassen. Auch wenn man diesen erheblichen Unterschied im Zeitaufwand berücksichtigt, muss man die EDV-, Internet-, Email- und Handykurse doch als kostspielig bezeichnen. Pro Stunde müssen die Teilnehmer rd. 10 € aufwenden, was für nicht wenige Seniorinnen und Senioren eine hohe Belastung darstellen dürfte.

An den VHS-Bildungsangeboten für Senioren/innen beteiligen sich im Durchschnitt der befragten Einrichtungen 29 Personen im Alter von 60 Jahren und älter. Hochgerechnet auf alle Volkshochschulen/ Außenstellen im Rhein-Neckar-Kreis ergeben sich zusammengenommen rd. 1.600 ältere Menschen als Teilnehmer an Angeboten dieser Art. Dies entspricht einem Bevölkerungsanteil von 1,1%.

Die Zahl der älteren Teilnehmer an Bildungsangeboten der Volkshochschulen variiert mit den Kosten. Je höher die Kosten sind, umso weniger Teilnehmer hat ein Kurs.[13] Entsprechend schätzen auch zwei Fünftel der Volkshochschulen, die Kurse dieser Art anbieten, dass sie einkommensschwache Bevölkerungsgruppen mit ihrem Angebot nicht erreichen (Abb. 9). Weitere häufig schwer erreichbare Bevölkerungsgruppen sind - wie bei den übrigen Angeboten - in erster Linie Migranten/innen und Menschen mit Behinderungen. Dabei werden Migranten/innen noch häufiger genannt als bei den Sportangeboten. Im Fehlen eines privaten Transportmittels wird dagegen seltener als bei den Sportangeboten ein Faktor gesehen, der die Nutzung der Angebote begrenzt. Entsprechend wird auch die Erreichbarkeit der Einrichtungen mit öffentlichen Verkehrsmitteln insgesamt etwas positiver eingeschätzt. So halten fast drei Viertel *aller* Einrichtungen und vier Fünftel der Volkshochschulen, die Bildungs-/ geistig aktivierende Angebote für Senioren/innen vorhalten, die Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln für eher gut.

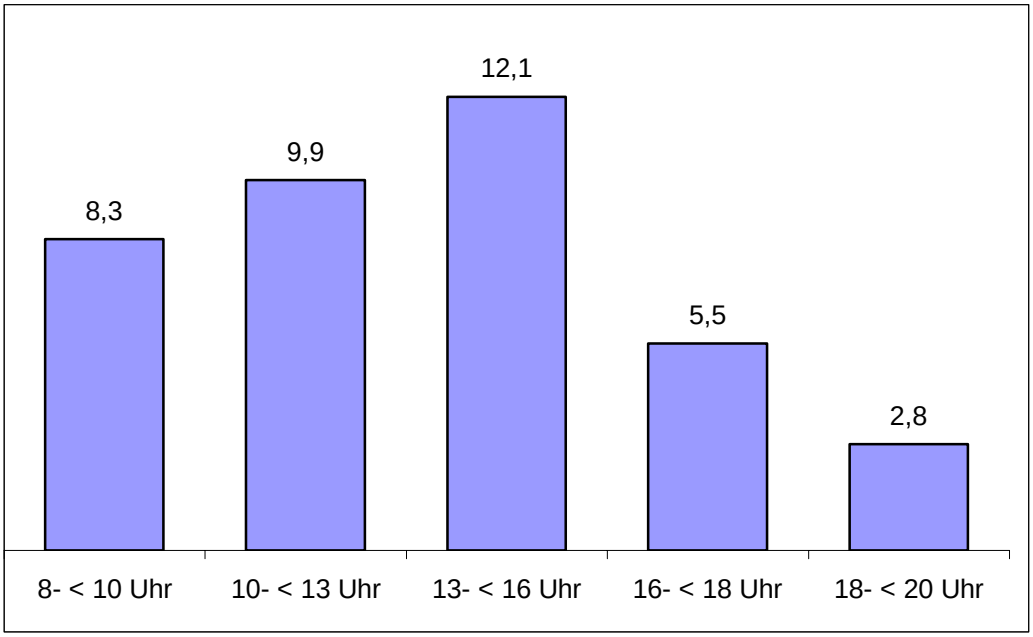
Abbildung 9: Bevölkerungsgruppen, die nach Einschätzung der Einrichtungen mit geistigen Angeboten für Senioren/innen nicht oder nur schwer erreicht werden (in %)



[13] Der Korrelationskoeffizient beträgt r = -.32 (p< ,05)

Die Zahl der älteren Menschen, die sich durch den Besuch von Volkshochschulkursen oder eine ähnliche Betätigung im Rahmen anderer Einrichtungen geistig fit halten, variiert – wie die Teilnahme an körperlichen Trainingsformen – mit der Tageszeit, zu der die Aktivitäten erfolgen. Die höchsten Teilnehmerzahlen haben Angebote, die in den frühen Nachmittagsstunden beginnen, den geringsten Zulauf haben die Veranstaltungen mit Beginn in den Abendstunden (Abb. 10)[14]. Spät am Tag stattfindende Aktivitäten sind bei älteren Menschen ganz offensichtlich nicht so beliebt.

Abbildung 10: Zahl der 60jährigen und älteren Teilnehmer an geistigen Angeboten für Senioren/innen nach Anfangszeit



Andere Faktoren als Kosten und Anfangszeit spielen für die Teilnahme älterer Menschen an geistigen Angeboten, nach den vorliegenden Daten keine Rolle.

[14] Die Unterschiede in der durchschnittlichen Anzahl ältere Teilnehmer an Angeboten zu unterschiedlichen Tageszeiten sind statistisch signifikant ($p < .01$).

4. Zusammenfassung und Schlussfolgerungen

Soziale Kontakte, Bewegung und geistige Betätigung sind für die Erhaltung der Gesundheit im Alter und insbesondere zur Vermeidung von Demenz von hoher Bedeutung. Daher sollte die Förderung sozialer, körperlicher und geistiger Aktivitäten älterer Menschen einen gesundheitspolitischen Schwerpunkt darstellen.

Zahlreiche Einrichtungen im Rhein-Neckar-Kreis bieten Möglichkeiten für solche Aktivitäten. Die Kirchengemeinden, die Senioreneinrichtungen der Arbeiterwohlfahrt und der Gemeinden sind die häufigsten Träger regelmäßiger geselliger Veranstaltungen für ältere Menschen. Darüber hinaus bieten Vereine in allen Gemeinden des Kreises eine gewichtige Plattform für soziale Kontakte. In den zahlreichen Gesangvereinen – meist mehrere in einer Gemeinde - gibt es einen hohen Anteil[15] älterer Mitglieder; sie sind daher für viele Senioren/innen eine wichtige Quelle für zwischenmenschliche Beziehungen. Die Sportvereine und Wandervereine leisten den größten Beitrag zur Bewegungsförderung und erfüllen daneben ebenfalls soziale Funktionen. Auch die Volkshochschulen halten vielfältige Sport- und Bewegungsangebote vor. Sie sind zugleich die bedeutendste Institution im Hinblick auf Möglichkeiten der geistigen Betätigung. An den im Rhein-Neckar-Kreis vorhandenen Volkshochschulen nehmen pro Semester ca. 4% der 60jährigen und älteren Bevölkerung an Kursen aller Art teil.[16]

In jeder Gemeinde des Rhein-Neckar-Kreises besteht für ältere Menschen die Gelegenheit zur Nutzung geselliger Angebote. Dabei muss jedoch berücksichtigt werden, dass der Veranstaltungsort nicht unbedingt im eigenen Wohnquartier liegt und einfach zu Fuß erreichbar ist. Dies gilt insbesondere für größere Gemeinden und für Gemeinden mit mehreren verstreut gelegenen Ortsteilen. Daher ist die Erreichbarkeit der Angebote mit öffentlichen Verkehrsmitteln wichtig. Hier lassen sich jedoch nicht selten Defizite feststellen, die sich auch in den Teilnehmerzahlen niederschlagen. Hochgerechnet besuchen rd. 6% der älteren Menschen mindestens einmal im Monat ein Seniorentreffen und rd. 3% singen in einem Chor. Eine stärkere Beteiligung wäre aus Sicht der Veranstalter wünschenswert und machbar. Nach ihrer Einschätzung sind nicht nur Menschen, die auf öffentliche Verkehrsmittel angewiesen sind, schwer erreichbar, sondern insbesondere auch Migranten/innen und ältere Männer. Dank der geringen Kosten, die den Teilnehmern für die Nutzung der Angebote entstehen, ist der Zugang für einkommensschwache Bevölkerungsgruppen aber kaum eingeschränkt.

---

[15] Für die an der Befragung teilnehmenden 65 Gesangvereine ergibt sich im Durchschnitt ein Anteil von rd. 62% der Sänger/innen, die 60 Jahre und älter sind.

[16] Drei Volkshochschulen im Rhein-Neckar-Kreis - VHS Badische Bergstrasse, VHS Eberbach-Neckargemünd und VHS Schwetzingen - machten Angaben zur Gesamtzahl der eingeschriebenen Männer und Frauen im Alter von 60 Jahren und älter vor. Danach waren in den Bezirken dieser drei Volkshochschulen zum Zeitpunkt der Befragung in allen Kursen zusammengenommen im Durchschnitt rd. 4% der 60jährigen und älteren Bevölkerung dieser Regionen eingeschrieben. Bei den Frauen ist in allen Bezirken eine höhere Beteiligung zu verzeichnen als bei den Männern. Im Durchschnitt sind rd. 6% der Frauen gegenüber nur 2% der Männer als Teilnehmer/innen an einem VHS-Kurs registriert.

Von den vielfältigen Sportangeboten der Vereine und Volkshochschulen werden insbesondere allgemeine Formen der Bewegung und Gymnastik sowie spezielle Gymnastik angeboten und genutzt. Etwa jeder sechste Bürger im Alter von 60 Jahren und älter ist im Rahmen von Vereinen und anderen Einrichtungen im Rhein-Neckar-Kreis körperlich aktiv. Die Angebote haben nur teilweise explizit Senioren/innen als Zielgruppe, sondern richten sich überwiegend an die gesamte Bevölkerung. An den Seniorenangeboten nehmen jedoch mehr ältere Menschen teil als an den allgemeinen Angeboten. Es gibt viele kostengünstige Angebote, z.B. die Regelangebote im Sportverein, die über die meist moderaten Mitgliedbeiträge nutzbar sind, die Seniorenangebote der Volkshochschulen, des DRK oder der Gemeinden. Häufig weniger günstig sind dagegen die Kursangebote der Sportvereine und der Volkshochschulen, die aus finanziellen Gründen kein spezielles Programm für Ältere anbieten können. Die Beteiligung älterer Menschen an Sport- und Bewegungsangeboten ist u. a. auch von den Kosten abhängig. Als weiterer Einflussfaktor stellt sich auch hier die Erreichbarkeit der Sportstätten mit öffentlichen Verkehrsmitteln dar, die häufig nur eingeschränkt gewährleistet ist. Darüber hinaus spielt die Tageszeit, zu der die Übungsstunden stattfinden, eine Rolle. Die späten Nachmittags- und Abendstunden sind bei älteren Menschen wenig beliebt. Möglicherweise sind dafür Sicherheitsaspekte oder eine schlechte Anbindung an den ÖPNV ausschlaggebend. Neben solchen eher generellen Hinderungsgründen für eine Teilnahme gibt es auch gruppenspezifische Barrieren und Hemmnisse. Nach Einschätzung der befragten Einrichtungen sind insbesondere Migranten/innen, Seh- oder Hörbehinderte sowie Männer durch die Sport- und Bewegungsangebote nur schwer erreichbar.

Angebote für ältere Menschen, die ein Training geistiger Fähigkeiten implizieren, wie z.B. Bildungsangebote für Senioren/innen oder Gedächtnistraining, sind vergleichsweise selten vorhanden. Die Volkshochschulen sind der wichtigste Anbieter in diesem Bereich. Sie sind jedoch bei weitem nicht in allen Gemeinden mit einem entsprechenden, für Senioren geeigneten Kursprogramm vertreten. Die Kurse sind zum Teil kostspielig und die Teilnehmerzahlen kostenabhängig. Einkommensschwache ältere Menschen werden - auch nach Einschätzung der Volkshochschulen - häufig nicht erreicht. Migranten/innen sowie Behinderte sind weitere schwer erreichbare Bevölkerungsgruppen.

Nach den vorliegenden Ergebnissen der Befragung gibt es verschiedene Ansatzpunkte, um die Beteiligung älterer Menschen an den Angeboten in ihrer Gemeinde zu erhöhen:

- Eine Verbesserung der Erreichbarkeit der Angebote mit öffentlichen Verkehrsmitteln
- Eine breitere Streuung von Angeboten innerhalb einer Gemeinde, damit auch einzelne Ortsteile versorgt sind; evtl. Schaffung neuer Angebote in unterversorgten Ortsteilen
- Eine Kennzeichnung von Sport- und Bewegungsangeboten im Hinblick auf ihre Eignung für Senioren
- Mehr geistig aktivierende Angebote für Senioren/innen, z.B. Gedächtnistraining, Denksportaufgaben
- Kostenermäßigungen für einkommensschwache Senioren/innen

- Wenn möglich eine Konzentration der Angebote auf die Vormittags- und frühen Nachmittagsstunden
- Eine noch stärkere Bekanntmachung der Angebote. In jeder Gemeinde sollte eine Informationsbroschüre für Senioren/innen über die örtlichen Angebote vorhanden sein und an öffentlichen Orten (Rathaus, Geschäfte, Banken etc.) ausliegen.
- Aufklärung über die gesundheitsförderliche Wirkung sozialer, körperlicher und geistiger Aktivität im Alter

Neben solchen allgemeinen Maßnahmen für eine verbesserte Annahme von Angeboten sind spezifische Maßnahmen für einzelne Zielgruppen erforderlich:

- Ältere Männer werden durch die bestehenden Angebote schlechter erreicht als ältere Frauen. Möglicherweise tragen die Angebote den Interessen der Männer zu wenig Rechnung. Hier sind weitere Untersuchungen nötig.
- Seh- oder Hörbehinderte und/oder mobilitätseingeschränkte ältere Menschen werden durch die Angebote ebenfalls nicht gut erreicht. Hier ist zu prüfen, welche Nutzungsbarrieren bestehen und wie sie abgebaut werden können.
- Ältere Migranten/innen nehmen die Angebote zu wenig an. Modellprojekte zeigen, dass der Zugang zu dieser Bevölkerungsgruppe am besten durch die direkte Ansprache durch Multiplikatoren/innen aus dem jeweiligen kulturellen Umfeld gelingt, z.B. Moscheen, Migrantenvereine und –organisationen.[17]

Insgesamt lassen sich deutliche Versorgungslücken und ein damit verbundener Handlungsbedarf feststellen. Konkrete Schritte müssen jedoch in jedem Fall auf die einzelne Gemeinde zugeschnitten sein und die jeweiligen örtlichen Rahmenbedingungen berücksichtigen. Durch eine Befragung der älteren Menschen in der Gemeinde könnte mehr über die Bedürfnisse, Angebotswünsche und Hindernisse einer Teilnahme erfahren werden. Im Gespräch mit Vertretern der Gemeinde und der dort ansässigen Vereine und Organisationen könnten dann entsprechende Maßnahmen zur Verbesserung der Situation entwickelt und umgesetzt werden.

[17] Ein Beispiel dafür ist das „Bewegungsnetzwerk 50+“, das der Badische Sportbund Nord in Kooperation mit dem Sportkreis Heidelberg im Rhein-Neckar-Kreis umsetzt. Hier geht es um die Gewinnung von älteren Menschen mit Migrationshintergrund für Sport- und Bewegungsangebote. Dazu werden „Vereinstandems“ bestehend aus einer Migrantenorganisation und einem Sportverein gebildet, die gemeinsam ein passendes Kursprogramm entwickeln und mittels sog. Kurspaten Menschen mit Migrationshintergrund ansprechen, um sie für das Angebot zu gewinnen. S. dazu auch die vom Badischen Sportbund Nord herausgegebene Broschüre „Im Tandem verein(t) – auf dem Weg zur Integration. Leitfaden zur Initiierung von Sport- und Bewegungsangeboten für ältere Menschen mit Migrationshintergrund“. Sie ist über die Internetseite des Badischen Sportbundes zugänglich (http://www.badischer-sportbund.de).

Anhang

1. Fragebogen (Auswahl)

1.1 Fragebogen für Kirchengemeinden, AWO, VdK

1.2 Fragebogen für Gesangvereine

1.3 Fragebogen für Sportvereine

1.4 Fragebogen für VHS (beispielhaft)

2. Begleitschreiben zum Fragebogen

1.1 Fragebogen für Kirchengemeinden, AWO, VdK

Name der Einrichtung (Gemeinde, Kirchengemeinde, o. Verein) und/ oder der Gemeinde:

Bieten Sie in Ihrer Gemeinde regelmäßig Treffen für ältere Menschen an, die der Geselligkeit, der körperlichen Fitness oder der geistigen Betätigung dienen (z. B. Seniorennachmittag, Spieltreff, Mittagstisch, Frühstückstreff, Gymnastik, Gedächtnistraining, Hilfe am PC)?

☐ Nein ☐ Ja

Falls nein

Welches sind die Gründe dafür? (Mehrfachnennungen möglich)

☐ Es besteht kein Bedarf/ kein Interesse an derartigen Angeboten
☐ Es gibt genügend derartige Angebote von anderen Einrichtungen/Trägern im Ort
☐ Es gibt genügend derartige Angebote in den Nachbargemeinden
☐ Es fehlen geeignete Räumlichkeiten
☐ Es sind keine personellen Ressourcen verfügbar
☐ Es mangelt an finanziellen Mitteln

Falls ja:

Bitte tragen Sie Ihr Angebot in die folgende Liste ein. Falls es mehrere Angebote gibt, nennen Sie bitte nur die 4 Angebote mit der größten Teilnehmerzahl.

Name/Art des Angebots	Wochentag und Uhrzeit des Treffens	Häufigkeit (z.B. monatlich)	Ort, Straße
1.			
2.			
3.			
4.			

Bitte machen Sie für jedes Angebot die folgenden Angaben:

Angebot Nr.	Zahl der 60jährigen und älteren Teilnehmer/ innen (ca.)					Was bezahlen die Teilnehmer dafür?
	insgesamt	Männer	Frauen	60-74 Jahre	75 J. u. älter	
1						
2						
3						
4						

Bitte beantworten Sie für das <u>erste Angebot</u> die folgenden Fragen.

Wie beurteilen Sie die Teilnehmerzahl?

☐ Die Teilnehmerzahl ist gerade richtig

☐ eine stärkere Beteiligung wäre wünschenswert

☐ es sind eher zu viele Teilnehmer

Eine Erhöhung der Teilnehmerzahl wäre aufgrund der personellen, räumlichen und finanziellen Kapazitäten

☐ sehr schwer möglich ☐ eher schwer möglich ☐ eher gut möglich ☐ sehr gut möglich

Wie gut ist der Ort des Treffens mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar?

☐ zum Zeitpunkt des Treffens eher gut erreichbar

☐ zum Zeitpunkt des Treffens eher schwer erreichbar

☐ überhaupt nicht erreichbar

<u>Falls erreichbar:</u>

☐ der Weg von der Haltestelle ist kürzer als 300m

☐ der Weg von der Haltestelle ist 300-500m lang

☐ der Weg von der Haltestelle ist länger als 500m

Bieten Sie einen Abholdienst an?

☐ ja ☐ nein

Wie machen Sie das Angebot älteren Menschen in Ihrer Gemeinde bekannt?
(Mehrfachnennungen möglich)

☐ Amtsblatt der Gemeinde	☐ Öffentlicher Aushang/ Auslage
☐ Pfarrblatt	☐ Internet
☐ Lokale Zeitungen	☐ Veranstaltungen
☐ Broschüren (z.B. Seniorenwegweiser, Flyer)	
Sonstiges:	

Welche älteren Menschen werden nach Ihrer Einschätzung durch das Angebot nicht oder nur schwer erreicht? (Mehrfachnennungen möglich)

☐ Männer	☐ Menschen ohne private Transportmöglichkeit
☐ Frauen	☐ Menschen mit Mobilitätseinschränkungen
☐ Migrantinnen und Migranten	☐ Menschen mit Seh- oder Hörbehinderungen
☐ Menschen mit geringem Einkommen	
Sonstige:	

1.2 Fragebogen für Gesangvereine

Name des Vereins
und der Gemeinde

Welche Chorgruppe(n) gibt es in Ihrem Verein und wann und wo wird geprobt?

Name/Art des Chors	Wochentag und Uhrzeit der Chorprobe	Ort, Straße
1.		
2.		
3.		

Bitte machen Sie für jeden Chor die folgenden Angaben zur Anzahl der Sänger(innen).

Chor Nr.	Anzahl der Sänger(innen)					
	insgesamt	Männer	Frauen	< 60 J. alt	60-74 J.	75 J. u. älter
1						
2						
3						

Wie gut ist der Ort der Chorproben mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar?

☐ zum Zeitpunkt der Probe eher gut erreichbar

☐ zum Zeitpunkt der Probe eher schlecht erreichbar

☐ überhaupt nicht erreichbar

Falls erreichbar:

☐ der Weg von der Haltestelle ist kürzer als 300m

☐ der Weg von der Haltestelle ist 300-500m lang

☐ der Weg von der Haltestelle ist länger als 500m

Sind neue Sänger(innen) erwünscht? (Mehrfachnennungen möglich)

☐ ja, jüngere (unter 40 J.) ☐ ja, mittleren Alters (40-60 J.) ☐ ja, höheren Alters (> 60 J.) ☐ nein

Wie machen Sie Ihren Verein in der Gemeinde bekannt? (Mehrfachnennungen möglich)

☐ Amtsblatt der Gemeinde	☐ Öffentlicher Aushang/ Auslage
☐ Pfarrblatt	☐ Internet
☐ Lokale Zeitungen	☐ Veranstaltungen, Auftritte
☐ Broschüren (z.B. Seniorenwegweiser, Flyer)	
Sonstiges:	

Welche ältere Menschen werden nach Ihrer Einschätzung von Ihrem Verein nicht oder nur schwer erreicht? (Mehrfachnennungen möglich)

☐ Männer	☐ Menschen mit geringem Einkommen
☐ Frauen	☐ Menschen ohne private Transportmöglichkeit
☐ Migrantinnen und Migranten	☐ Menschen mit Mobilitätseinschränkungen
Sonstige:	

1.3 Fragebogen für Sportvereine

Name des Vereins und der Gemeinde:

Wir interessieren uns für die Beteiligung älterer Menschen am Vereinssport.

Wie viele aktive Mitglieder hat Ihr Verein?

Aktive Mitglieder	**insgesamt**	**60 – 74 Jahre alt**	**75 J. und älter**
insgesamt			
männlich			
weiblich			

Welche Sportangebote gibt es in Ihrem Verein, die sich an ältere Menschen richten oder für sie geeignet sein können.

Bitte tragen Sie in die unten stehende Tabelle alle Angebote mit den dazu gehörigen Trainingszeiten ein. Geben Sie bitte zu allen Angeboten die ungefähre Anzahl der 60jährigen und älteren Teilnehmer/ innen an. Bitte kreuzen Sie dazu einfach die zutreffende Kategorie an oder tragen – falls Ihnen bekannt - die genaue Anzahl ein.

		Zahl der 60jährigen und Älteren						
Sportangebot	Wochentag/ Uhrzeit	< 5	5-10	10-15	15-20	20-25	25-30	> 30

Welche Ihrer Sportangebote sind Kursangebote und was kosten sie für Mitglieder und Nichtmitglieder?

Wie heißt die am häufigsten genutzte Sportstätte ihres Vereins?

Wie gut ist diese mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar?

☐ zu allen Tageszeiten eher gut erreichbar

☐ nur abends schwer erreichbar

☐ auch zu anderen Tageszeiten eher schwer erreichbar

☐ überhaupt nicht erreichbar

Falls erreichbar:

☐ der Weg von der Haltestelle ist kürzer als 300m

☐ der Weg von der Haltestelle ist 300-500m lang

☐ der Weg von der Haltestelle ist länger als 500m

Wie machen Sie Ihr Sportangebot älteren Menschen in Ihrer Gemeinde bekannt?
(Mehrfachnennungen möglich)

☐ Amtsblatt der Gemeinde	☐ Öffentlicher Aushang/ Auslage
☐ Pfarrblatt	☐ Internet
☐ Lokale Zeitungen	☐ Veranstaltungen
☐ Broschüren (z.B. Seniorenwegweiser, Flyer)	
Sonstiges:	

Welche älteren Menschen werden nach Ihrer Einschätzung durch das Angebot nicht oder nur schwer erreicht? (Mehrfachnennungen möglich)

☐ Männer	☐ Menschen mit geringem Einkommen
☐ Frauen	☐ Menschen ohne private Transportmöglichkeit
☐ Migrantinnen und Migranten	☐ Menschen mit Seh- oder Hörbehinderungen
Sonstige:	

1.4 Fragebogen für VHS (beispielhaft)

Volkshochschule:

Die Volkshochschulen bieten zahlreiche Kurse an, die für ältere Menschen geeignet sind oder speziell an diese Zielgruppe gerichtet sind. Wir interessieren uns für die Beteiligung älterer Menschen an Kursangeboten, die der körperlichen oder geistigen Fitness dienen.

In der folgenden Tabelle sind - nach den Angaben im Internet – einige Angebote Ihrer Einrichtung in … aufgeführt. Wir bitten Sie, für alle Angebote/ Unterrichtszeiten die ungefähre Anzahl der 60jährigen und älteren Teilnehmer/ innen im laufenden oder letzten Kurs anzugeben. Kreuzen Sie dazu einfach die zutreffende Kategorie an oder tragen – falls Ihnen bekannt - die genaue Anzahl ein.

Bitte kreuzen Sie auch die Kurse an, die voll oder nahezu voll belegt sind/ waren.

Auflistung der Kurse der jeweiligen VHS:

		Zahl der 60jährigen und Älteren							
Angebot	**Wochentag/ Uhrzeit**	**0-3**	**4-6**	**7-9**	**10-12**	**13-15**	**16-20**	**>20**	**voll**

Wie gut ist … *(Unterrichtsstätte)* mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar?

☐ zu allen Tageszeiten eher gut erreichbar

☐ nur abends schwer erreichbar

☐ auch zu anderen Tageszeiten eher schwer erreichbar

☐ überhaupt nicht erreichbar

Falls erreichbar:

☐ der Weg von der Haltestelle ist kürzer als 300m

☐ der Weg von der Haltestelle ist 300-500 m lang

☐ der Weg von der Haltestelle ist länger als 500m

Wie machen Sie Ihr Angebot älteren Menschen in Ihrer Gemeinde bekannt?
(Mehrfachnennungen möglich)

☐ Amtsblatt der Gemeinde	☐ Öffentlicher Aushang/ Auslage des Programms
☐ Pfarrblatt	☐ Internet
☐ Lokale Zeitungen	☐ Veranstaltungen
☐ Broschüren (z.B. Seniorenwegweiser, Flyer)	
Sonstiges:	

Welche älteren Menschen werden nach Ihrer Einschätzung durch das Angebot nicht oder nur schwer erreicht? (Mehrfachnennungen möglich)

☐ Männer	☐ Menschen ohne private Transportmöglichkeit
☐ Frauen	☐ Menschen mit Mobilitätseinschränkungen
☐ Migrantinnen und Migranten	☐ Menschen mit Seh- oder Hörbehinderungen
☐ Menschen mit geringem Einkommen	
Sonstige:	

2. Begleitschreiben zum Fragebogen

RHEIN-NECKAR-KREIS
LANDRATSAMT
Gesundheitsamt

KREISSENIORENRAT
des RHEIN-NECKAR-KREISES e.V.

Gesundheitsamt Rhein-Neckar-Kreis, Postfach 104680, 69036 Heidelberg

Ansprechpartnerin:

Regina Berger-Schmitt
Gesundheitsamt Rhein-Neckar-Kreis
Kurfürstenanlage 38 – 40, 69115 Heidelberg
Telefon-Durchwahl: (06221) 522 1893
Telefax-Durchwahl: (06221) 522 91893
Email: regina.berger-schmitt@rhein-neckar-kreis.de

Datum: 06. Juli 2011

Schriftliche Befragung zu Angeboten für ältere Menschen

Sehr geehrte Damen und Herren,

Maßnahmen der Gesundheitsförderung für ältere Menschen erhalten angesichts des demographischen Wandels unserer Gesellschaft einen zunehmenden Stellenwert. Ein zentrales Ziel ist, das Lebensumfeld älterer Menschen so zu gestalten, dass ihre körperliche, geistige und seelische Gesundheit möglichst lange erhalten bleibt.

Vor diesem Hintergrund führt das **Gesundheitsamt Rhein-Neckar-Kreis in Kooperation mit dem Kreisseniorenrat** in den Gemeinden des Kreises eine Erhebung zu Angeboten für ältere Menschen durch, die soziale Kontakte, körperliche Fitness und/oder geistige Betätigung fördern sollen. Wir befragen u. a. Kommunalverwaltungen, Kirchengemeinden, Wohlfahrtsverbände, Vereine und Volkshochschulen nach ihren Angeboten. Aus mehreren Quellen (z.B. Seniorenbroschüren, Internet) haben wir bereits eine umfangreiche Bestandsaufnahme von Angeboten erstellt. Wir möchten nun ergänzend die Anbieter direkt befragen, auch um etwas über die Inanspruchnahme, die Bekanntmachung und die Erreichbarkeit der Angebote zu erfahren.

Wir bitten Sie daher, den **beiliegenden Fragebogen auszufüllen** und per Post oder Fax an uns zurückzusenden. Die Adresse finden Sie auf der Rückseite des Fragebogens. Soweit wir eine E-Mail-Adresse von Ihnen haben, erhalten Sie den Fragebogen zugleich per E-Mail zugesendet. Sie können ihn dann am PC ausfüllen und uns per E-Mail zurücksenden.

Die Beteiligung an der Befragung ist selbstverständlich freiwillig und Ihre Angaben werden absolut vertraulich behandelt. Es wird ein allgemeiner Ergebnisbericht für den Rhein-Neckar-Kreis erstellt, der weder Ergebnisse zu einzelnen Gemeinden noch zu einzelnen Anbietern enthalten wird. Die Auswertung der Daten soll dazu dienen, das Angebot für ältere Menschen im Rhein-Neckar-Kreis zu verbessern.

Wir bedanken uns schon jetzt für Ihre Mitarbeit. Für Rückfragen stehen wir Ihnen unter der oben angegebenen Telefonnummer gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Regina Berger-Schmitt
Gesundheitsamt Rhein-Neckar-Kreis

Rainer Schlipper
Vorsitzender des Kreisseniorenrates