

**Name des Projektes:**

**„NICHT ALLEIN GELASSEN – Interaktion von Häuslichkeit und Begegnungsstätte“**

**Ziele/Umsetzung/Meilensteine des Projektes (in Stichworten) gern mit Fotos/Grafiken:**

Das Projekt „NICHT ALLEIN GELASSEN – Interaktion von Häuslichkeit und Begegnungsstätte“ wurde durch den Landesverband der Volkssolidarität Sachsen-Anhalt e.V. ins Leben gerufen.

Wir möchten Isolierung und Einsamkeit, die mit eingeschränkter Mobilität aufgrund von Alter, Krankheit oder Behinderung einhergehen können, präventiv entgegenwirken. Mithilfe moderner Technik und unter professioneller Anleitung möchten wir Schranken überwinden und durch **digitale Kommunikation und Interaktion** ermöglichen, dass Seniorinnen und Senioren **aus der Häuslichkeit heraus an Gesundheitsangeboten und am gesellschaftlichen Leben teilhaben** können.

Unser Ziel ist es, sowohl die Gesundheitskompetenz als auch die Lebensqualität zu steigern. Teilnehmer\*innen unserer Schulungen bekommen technische Ausstattung in Form von Tablets kostenfrei zur Verfügung gestellt. Sie erhalten eine verständliche Einweisung zur Handhabung der Geräte und auf Wunsch Hilfe bei der Nutzung des eigenen Endgeräts (Smartphone) sowie grundlegenden Funktionen des Alltags. Sobald sie ausgestattet und eingewiesen sind, können unsere digitalen Angebote aus der Begegnungsstätte zuhause wahrgenommen werden. Die digitalen Angebote erstrecken sich über vier Themenbereiche: Ernährung, Bewegung, seelische und kognitive Gesundheit. So werden beispielsweise Ernährungskurse sowie Ernährungsberatung durch Fachkräfte angeboten. Zum Thema Bewegung werden Videos und Kurse zur Sturzprävention und Schwindelübungen sowie Sitztanz, Rollator-Tanz und Tänze aus den Tanzgruppen zum Mitmachen online zur Verfügung gestellt und damit auch zu den Teilnehmer\*innen nach Hause übertragen. Die seelische Gesundheit möchten wir mit Gedächtnistrainings, Rätseln, Entspannungsmusik und einem breiten Angebot relevanter Gesundheitsinformationen fördern.

**NICHT ALLEIN GELASSEN** wird derzeit an den vier Standorten Gardelegen, Schönebeck, Staßfurt und Naumburg angeboten. Die Projektkoordinator\*innen vor Ort, Haupt- und Ehrenamtliche, sind selbst als Multiplikator\*innen im Jahr 2021 durch das BiGeTA-Projektteam der Hochschule Magdeburg-Stendal geschult worden und geben ihre Kompetenzen seither in den regelmäßig stattfindenden Schulungen weiter.

**Beteiligte Partner:**

- Projekt BiGeTA, Hochschule Magdeburg Stendal (2020 – 2022)
- Verbände, Kammern und Institute

**Nutzen/Perspektiven/Barrieren bzw. Schwierigkeiten:**

- Dank der großen Nachfrage, gelingt die verhältnispräventive Maßnahme, einen Zugang zur Technik (Smartphone, Tablet) und deren Integration im Alltag zu befördern. Verhaltenspräventive Maßnahmen im Bereich Gesundheit rahmen das Kursangebot ein und geben die Grundlage zur Nutzung der Technik.
- Die Kapazitäten bei den Schulenden sind größtenteils ausgereizt. Um das Angebot zu erweitern, bedarf es weiterer Koordinator\*innen – aktuell wäre das ausschließlich über Externe/Ehrenamt möglich. Eine gezielte Akquise im ehrenamtlichen Bereich sowie das Erreichen weiterer Interessent\*innen sind Herausforderungen und Zielstellungen für 2023.

**Gefördertes Projekt (Kreuz setzen)    ja X    nein**

**Förderzeitraum:**                    01.01.2021 - 31.12.2021

**Projektzeitraum:**

**Fördermittelgeber:**            Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen des GKV-Bündnisses für Gesundheit ([www.gkv-buendnis.de](http://www.gkv-buendnis.de)).

**Fördersumme/Kosten (freiwillig):**

**Ansprechpartner:**

Volkssolidarität  
Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.  
Yuneyci Coba  
Leipziger Straße 16  
39112 Magdeburg

Tel.: 0391 608861118 | 0391 608861113  
E-Mail: [yuneyci.coba@volkssolidaritaet.de](mailto:yuneyci.coba@volkssolidaritaet.de)