

Raus aus der Stube – Fokus Alter

Zürcher Forum P&G
Macht Einsamkeit krank?
Montag, 21. November 2016
17.15 bis 19.15 Uhr

Wer regelmässigen Kontakt pflegt zu Freunden und Familie, lebt gesünder. Dies zeigt der neue Gesundheitsbericht zum Thema «Soziale Beziehungen und Gesundheit im Kanton Zürich». Am Forum werden der Bericht vorgestellt und Zusammenhänge erläutert. Weitere Referate zeigen aus psychologischer und aus städtischer Perspektive auf, wie sich gesünderes Verhalten und soziale Einbindung bei... In den Parallelveranstaltungen werden konkrete Vorschläge vorgestellt, die den sozialen Austausch und die Gesundheit in Gemeinden fördern.

Die Veranstaltung richtet sich an... und Behördenmit... zu lernen... De...

PROGRAMM

Ab 16.45 Uhr:
Wir laden Sie herzlich zu einem Begrüssungsgetränk ein.

17.15 Uhr: Plenum
Soziale Beziehungen und Gesundheit im Kanton Zürich
PD Dr. Oliver Hämmig, Universität Zürich, Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention (EBP)

Ist Gesundheitsverhalten ansteckend?
Prof. Dr. Urs Scholz, Universität Zürich, Psychologisches Institut, Angewandte Sozial- und Gesundheitspsychologie

Macht Einsamkeit krank? – neue Erkenntnisse und was wir daraus lernen können
Jean-Luc Kühnis, Freiwillig@kloten
Erika Lohr, Geschäftsstelle Verein Freiwillig@kloten

Raus aus der Stube – gemeinsame Aktivitäten im Alter fördern
Doris Neuhäuser, Projektleiterin Quartierwohnzimmer Westikon, Inhaberin local communitywork gmbh Kaba Dalla Lana, Projektteam zäme go laufe, Universität Zürich, EBP

Schutzfaktoren bei Jugendlichen stärken – eine Präventionsstrategie für Gemeinden
Daniela Heimgartner, Fachexpertin Radix
Nina Rodet, Stadträtin Bischofszell TG, Ressort Gesellschaft/Gesundheit

Im Anschluss an die Veranstaltung laden wir Sie gerne zu einem Apéro ein.

„Vehikel: Aktivitäten“ zur Stärkung sozialer Kontakte

Quartierwohnzimmer

Wer sind wir und was bieten wir?

Rollen und Aufgaben im Projekt

- Age Stiftung: **Projektfinanzierung/-steuerung**
- Genossenschaft Alterssiedlung Wetzikon ASW: **Auftraggeberin/-steuerung**
- local communitywork gmbh: **Konzept und Projektleitung**
- zimraum: wissenschaftliche **Begleitstudien und Schlussbericht**

Rahmenbedingungen im Projekt

Projektlaufzeit und Ziel:

25 Monate zwecks **Dynamisierung nachbarschaftlicher Beziehungen und Anschub niederschwelliger Leistungen**

Zielgruppe:

SeniorInnen 65 – 79jährig und älter als 79jährig (zwei Generationen)

Methode:

Akteurs-Netzwerkmodell mit Synergienutzung im Themenfeld „Seniorenpolitik“ (Age Report III, 2014)

Raum + professionelle Moderation => Motor

QUARTIER WOHNZIMMER WETZIKON

Nachbarschaftshilfe neu interpretiert:
soziale Unterstützungsnetzwerke innerhalb von
Nachbarschaften im Quartier

Autorin: Doris Neuhäuser, local communitywork gmbh

- PROJEKT**

ZIEL
Support-Mix beim Wohnen und Arbeiten abgestimmt auf den Bedarf von BewohnerInnen in Wohnsiedlungen

ZIELGRUPPE
Zwei Generationen von SeniorInnen:
65 bis 79-jährig und älter als 79-jährig

METHODE
Alterspolitische Netzwerke in Schweizer Gemeinden:
Aktions-Netzwerkmodell mit Synergienutzung im
Themenfeld «Seniorenpolitik» (Age Report III, 2014)
- LEISTUNGS- UND KOOPERATIONSINITIATIVE**

RAUM
Multifunktionaler Raum bzw. Raum der Möglichkeiten an zentraler Lage in der Wohnsiedlung

ANGEBOT
Treffpunkt, Lernstudio, Sitzungsort, Kursort für SeniorInnen und ihre NachbarInnen

LEISTUNGSKATALOG MODERATION
Aktivitäten in Zusammenarbeit mit SeniorInnen, Organisationen und dem lokalen Gewerbe
- STRUKTURINITIATIVE DER GEMEINDE/STADT**

Nutzbar machen von bestehenden Strukturen und Abläufen zugunsten von Quartier- und Nachbarschaftsentwicklung in Zusammenarbeit mit dem Wohnbauträger
- PROJEKTERGEBNISSE**

Vermehrt nehmen SeniorInnen älter als 79-jährig an Aktivitäten teil in Begleitung ihrer NachbarInnen
Die Aktivitäten im Quartierwohnzimmer sind eingepasst in themenverwandte Angebote der Gemeinde/Stadt
- REFLEXION**

ERFOLGSFAKTOREN
Das Quartierwohnzimmer ist zum «Motor» geworden für soziale Kontakte und Hilfe zur Selbsthilfe

HERAUSFORDERUNGEN
Informelle Beziehungen sind dynamisch und fordern lokale Akteure zu derselben Dynamik heraus

ANGESTREBTE WIRKUNG
Die praktizierte Autonomie der Zielgruppe erzeugt Nachahmungseffekte in der Wohnsiedlung und im Quartier
- MODELL PUBLIC-PRIVATE-PARTNERSHIP**

Der Wohnbauträger liefert den Raum und die Moderation - die Gemeinde/Stadt die Strukturen

Age Stiftung | asw | wetzikon | local communitywork

Leistungen im Projekt

- Quartierwohnzimmer: halböffentlicher Raum zur vielfältigen Nutzung
- Regelmässige Essen in Gemeinschaft
- Niederschwellig zugängliche „Dienstleistungs-Events“
- Aufbau von Nachbarschaftsstrukturen im Umfeld der Siedlung (Treffpunkt und Interessengruppen)
- Nutzbarmachung lokal vorhandener Angebote zugunsten der Siedlungsbewohnenden im Bereich Wohnen und Lebensqualität (lokales Netzwerk und Kooperationen)

Weitere Aktivitäten: **Gesundheit und Prävention**

- Bewegungstreff (wöchentlich)
- Gehtraining (2mal wöchentlich)
- Gedächtnistrainings-Kurs (wöchentlich)
- Trauerseminar-Kurs (wöchentlich)
- **STAMM von „zäme go laufe“ (monatlich)**
- Mittagsrunde Demenz (monatlich)
- Spitex-Café (monatlich)

Impression...



Zeit für Dialog