



Gesundheitsförderung für Menschen mit Migrationshintergrund - eine bedeutsame Aufgabe in der Seniorenarbeit

Die BAGSO unterstützt mit ihrem Projekt „Im Alter IN FORM – Gesunde Lebensstile fördern“ seit 2012 IN FORM – Deutschlands bundesweite Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. In diesem Rahmen richtet sie Schulungen für haupt- und ehrenamtliche Multiplikatoren in der Altenarbeit zur Gesundheitsförderung aus. Erstmals wurden in diesem Jahr in Zusammenarbeit mit der AWO Integrationsagentur Gelsenkirchen und dem Amt für multikulturelle Angelegenheiten Frankfurt vier Schulungstage für Leiterinnen und Leiter von Seniorengruppen durchgeführt, die ältere Menschen aus anderen Nationen wie auch mit deutschen Wurzeln betreuen. In den Veranstaltungen wurden die Zusammenhänge zwischen Gesundheit, Ernährung und Bewegung erörtert sowie Anregungen zu einer ausgewogenen Ernährung und zur personengerechten Bewegung im Alltag aufgezeigt. Darüber hinaus erweiterten die Teilnehmenden ihr Wissen über Nahrungsergänzungsmittel sowie sachgerechte Mund- und Zahnpflege.

In Gruppen diskutierten sowohl Akteure in der Seniorenarbeit mit Migrationshintergrund als auch

deutscher Herkunft, auf welche Weise man ältere Menschen aus anderen Ländern über gesundheitsförderliche Maßnahmen informieren und zu einer gesunden Lebensweise motivieren kann. Als eine Besonderheit in diesem Teilnehmerkreis stellte sich heraus, dass in anderen Kulturkreisen der Gesundheitsförderung und Prävention bislang wenig Bedeutung beigemessen wird. Als Hemmschwelle für die Information über Gesundheitsthemen und die Annahme gesundheitsförderlicher Angebotsteilnahmen u. a. mangelnde deutsche Sprachkenntnisse.

Ein Diskussionsthema war die Schmerzsensibilität. Viele Menschen verrichten ihre Alltagsaufgaben trotz erheblicher Schmerzen, erst wenn es gar nicht mehr geht, kontaktieren sie einen Arzt. Ein Aspekt der Erörterung war auch die Einschätzung des Alters. Ältere Menschen aus der Türkei empfinden sich ab 60 Jahren schon als betagt, oftmals treten bei ihnen Krankheiten im Vergleich zu älteren Deutschen in einem früheren Alter auf. Zugang zu Älteren mit Migrationshintergrund gelingt am besten über Migrant*innenorganisationen und andere Multiplikatoren aus denselben Herkunftsländern.

Die Teilnehmenden begrüßten das Schulungsangebot und zeigten sich hoch motiviert, die Empfehlungen für ausgewogenen Genuss und mehr Bewegung mit ihren Seniorinnen und Senioren umzusetzen. In offenen Diskussionen und Gruppenarbeiten entwickelten sie Verständnis gegenüber Menschen anderer Kulturen, Vorbehalte und Hemmschwellen wurden abgebaut. Es gab auch Chancen, Gemeinsamkeiten zu entdecken.

Eine Teilnehmerin formulierte zum Schluss der Veranstaltung: „Ich habe die Scheu vor Kontakt mit Migranten verloren und kann mich jetzt besser auf sie einstellen. Künftig werde ich auch Menschen aus anderen Kulturen als Teilnehmende für meine Seniorengruppe ansprechen.“

Alle waren sich einig: Die Themen „Gesunde Ernährung“ und „Bewegung“ eignen sich in hervorragender Weise, um kulturelle Besonderheiten zu beleuchten und Brücken zwischen Menschen verschiedener Kulturkreise zu bauen. ■

Gabriele Mertens-Zündorf
BAGSO-Projekt Im Alter IN FORM

Demenz bei älteren Migranten: Wenn Deutsch wieder zur Fremdsprache wird

Plötzlich hat mein Vater mich nicht mehr erkannt! Es war einer der schrecklichsten Momente in meinem Leben. Dieses Zitat stammt von der Tochter eines türkischen „Gastarbeiters“. Viele Menschen sind geschockt, wenn sie zum ersten Mal realisieren, dass ein engster Verwandter demenziell erkrankt ist. Das betrifft Menschen mit oder ohne Migrationshintergrund in gleicher Weise.

Natürlich sind der Krankheitsverlauf, die Anzahl der Neuerkrankungen und die Krankheitshäufigkeit ähnlich. Aber bei Migranten treten oft etwas anders geartete Probleme auf, deren Bewältigung aufgrund der fehlenden Versorgungsinfrastruktur oder auch wegen der anderen kulturel-

len Sicht und Herangehensweisen sehr erschwert ist.

Dazu kommt, dass im Unterschied zur deutschen Gesellschaft die Aufklärung in Bezug auf die Erkrankung wesentlich geringer ist und somit erheblich höhere Informationsdefizite vorliegen.

Alle Forschungen hinsichtlich der Alterungsprozesse bei Migranten kommen zu dem Ergebnis, dass diese bei ehemaligen „Gastarbeitern“ aufgrund ihrer Migrationsbiografie und der Arbeits- und Lebensbedingungen, denen sie unterworfen waren, fünf bis zehn Jahre früher einsetzen als bei Menschen ohne Migrationsgeschichte. Die meisten von ihnen werden nicht in ihre Heimatländer zurückkehren, sondern in

Deutschland bleiben. Das ergab u. a. eine zwar nicht-repräsentative, aber dennoch aussagekräftige Erhebung der Arbeiterwohlfahrt im westlichen Westfalen unter 664 älteren Migrantinnen und Migranten. Danach gaben 79% an, sich für einen Verbleib in Deutschland entschieden zu haben. Das liegt daran, dass Kinder und Enkel hier leben und die Versorgung im Krankheitsfall besser sicherzustellen ist als z. B. in der Türkei.

Aufgrund dieser Ergebnisse wird man davon ausgehen können, dass älter werdende Migrantinnen und Migranten Nachfrager, Nutzer und Kunden von Versorgungssystemen der Altenhilfe und des Gesundheitssystems werden oder bleiben werden.



Mit den vom Demenz-Servicezentrum für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte entwickelten Erinnerungskarten, die türkische Sprichwörter und Weisheiten enthalten, trainiert Ayşe S. das Gedächtnis ihres dementiell erkrankten Mannes.

Dies trifft dann natürlich auch auf die Gruppe der potenziell demenzkranken Migranten zu mit folgenden Konsequenzen für Altenhilfe und medizinische Versorgung:

- Die deutsche Sprache wurde in der Regel erst im Erwachsenenleben erlernt und wird bei beginnender Demenz schnell vergessen. Das bedeutet, es bedarf muttersprachlicher Fach- oder Betreuungskräfte.
- Beschäftigungs- und Therapieangebote in der Altenpflege, z. B. der Einsatz von Musik oder Düften, müssen kulturell an die jeweilige Herkunft und Biografie der Menschen sowie ihre Erfahrungen aus Kindheit und Jugend angepasst sein. Nur so ist ein Zugang zu ihnen zu erreichen.

Die Demenz-Erkrankung eines Angehörigen ist bei allen Betroffenen mit hohem Tabu belegt: Man spricht nicht gern darüber, schämt sich oder entwickelt Schuldgefühle. Das liegt daran, dass in den Familien die Krankheit Demenz

meistens weitgehend unbekannt ist. Oftmals werden daher die Veränderungen bei den Betroffenen zwar wahrgenommen, aber es wird kein Handlungsbedarf gesehen.

Während deutsche Familien im Idealfall auf tragfähige Versorgungsstrukturen, z. B. auf Haus- und Fachärzte, ambulante und teilstationäre Angebote, niedrigschwellige Hilfen, entlastende Angebote für pflegende Angehörige bis hin zu stationären Einrichtungen, zurückgreifen können, gilt dies für betroffene Familien mit Zuwanderungsgeschichte so nicht. Kultursensible Versorgungsketten sind selbst im Ansatz für die Zielgruppe der Migrantinnen und Migranten bisher nicht gegeben.

Ein völlig anderer, dennoch wichtiger Unterscheidungsfaktor sind bei bestimmten türkisch-muslimischen Gruppen sogenannte magisch-religiöse Einflüsse auf den Umgang mit Krankheit und Gesundheit. Daraus entstehen teil-

weise fatalistische Haltungen oder auch Zurückhaltung gegenüber Therapeuten oder Beratungsstellen. Die genannten Einflüsse werden kaum öffentlich thematisiert, sie spielen sich eher im Privaten ab, sollten aber gesehen und berücksichtigt werden, denn sie sind für die Menschen, die an magisch-religiöse Handlungen glauben, wichtig.

Das Demenz-Servicezentrum für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte trägt dem Rechnung und

- realisiert zugehende Formen von Information, Aufklärung und psychosozialer Beratung
- informiert dort, wo Menschen sich aufhalten, sich sicher und geschützt fühlen, z. B. in Moscheen, Kulturzentren, Kaffeehäusern, jüdischen oder anderen kirchlichen Gemeindehäusern
- entwickelt kulturell angepasste Materialien, Broschüren, Filme u. a. m. ■

Reinhard Streibel

Zur Person

Der Diplom-Sozialarbeiter Reinhard Streibel ist als Referatsleiter beim Bezirksverband Westliches Westfalen der



Arbeiterwohlfahrt tätig. Seit 2007 leitet er das Demenz-Servicezentrum für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte mit Sitz in Gelsenkirchen. Information und Kontakt: www.demenzservice-migration.de und E-Mail: Reinhard.Streibel@awo-ww.de

Erfolgreicher Auftakt der NASCH DOM-Schulungsreihe für Multiplikatoren aus Migrantenorganisationen

Das erste Seminar der Schulungsreihe

Einen zentralen Baustein des Kooperationsprojektes *NASCH DOM – Ein Projekt zur Verbesserung der Versorgung russischsprachiger Demenzkranker* von BAGSO und PHOENIX-Köln e.V. bildet die vierteilige Schulungsreihe für Multiplikatoren aus Migrantenorganisationen. Das erste Seminar fand vom 22. bis 24.11.2013 in Eitorf statt. Die 18 russischsprachigen Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren aus dem gesamten Bundesgebiet angereist, um sich zu den Themen Demenz, Versorgungsbedarfe und Versorgungsangebote unter dem Aspekt der Migration weiterzubilden.

Nach der Begrüßung durch Adelheid Braumann (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend), Dr. Guido Klumpp (BAGSO) und Viktor Ostrowski (PHOENIX-Köln e.V.) und der Vorstellung des Projektes durch die Verantwortlichen berichtete Christiane Schneider (Alzheimer Gesellschaft Bonn e.V.) von Aufgaben und Zielen der lokalen Alzheimer Gesellschaften.

Im Anschluss ging es darum, die unterschiedlichen Erfahrungen und Kompetenzen sowie Erwartungen und Wünsche der Teilnehmerinnen und Teilnehmer kennenzulernen. Einige verfügen in ihrer Migrantenorganisation



Teilnehmende beschäftigen sich mit einem Demenz-Diagnose-Test.

bereits über Angebote der Seniorenarbeit, andere haben über ihren beruflichen Hintergrund Bezug zur Pflege, wieder andere berichteten von persönlichen Erfahrungen in der Betreuung Pflegebedürftiger oder in der Begegnung mit Menschen mit beginnender Demenz. Mit Hilfe des Theaterpädagogen Bernd Loschnig konnte sehr schnell eine vertrauensvolle und persönliche Atmosphäre geschaffen werden. In praktischen Übungen lernten die Teilnehmenden verschiedene Aspekte der Kommunikation kennen, die bereits Bezug zum Thema Demenz aufzeigten.

Am zweiten Tag gestaltete Elena Maevskaya (Demenz-Servicezentrum für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte NRW) einen umfangreichen Block zum Thema Demenz und Migration, bei dem es u. a. um Diagnose, Therapiemöglichkeiten und Versorgungsangebote ging. Dieser Teil fand in russischer Sprache statt, um einen intensiven

und unbefangenen Austausch zu ermöglichen. Im zweiten Baustein informierte Silke Niewohner (ehemals Landesstelle pflegende Angehörige NRW) über sozialrechtliche Aspekte der Pflegeversicherung und der Hilfe zur Pflege.

Der dritte Tag stand ganz im Zeichen der Praxis, um zu zeigen, welche guten Initiativen es im Bereich der Versorgung Demenzkranker bereits gibt. Frank Hauser (Köln) berichtete sehr persönlich von der Pflege seiner demenzkranken Mutter, der zunehmenden persönlichen Belastung und der Suche nach einer geeigneten Wohnform. Er schilderte den Einzug der Mutter in eine selbst verwaltete Demenz-WG in Köln, den dortigen Alltag, das Wohnkonzept und die Mitwirkung der pflegenden Angehörigen.

Abschließend berichtete Rita Lysenko (Gelsenkirchen) auf Russisch von der 90-stündigen Qualifizierung als Demenz-/So-



zialassistentin der AWO / Unterbezirk Gelsenkirchen, an der sie 2012 erfolgreich teilgenommen hat. Frau Lysenko arbeitet seitdem ehrenamtlich als Betreuungsassistentin in einer russischsprachigen Familie. Sie berichtete von ihren Erfahrungen und stellte die von ihr selbst entwickelten, kulturell angepassten Materialien vor.

Das Seminar machte deutlich, dass der Informationsbedarf der russischsprachigen Multiplikatoren, insbesondere im Hinblick auf sozialrechtliche Aspekte und auf die Strukturen der etablierten Altenhilfe, sehr groß ist. Gleichzeitig zeigte das durchweg positive Feedback, dass das im Tandem von Migranten- und Seniorenorganisation entwickelte und durchgeführte Schulungskonzept sehr gut aufgenommen wurde.

Die weitere Arbeit vor Ort

Nach dem ersten Seminar werden die Teilnehmenden in ihrer Stadt oder Gemeinde senioren- und demenzbezogene Vernetzungsarbeit leisten, um dann passende Initiativen zur besseren Versorgung Demenzkranker und ihrer Angehörigen zu starten. Hierzu

zählen z. B. Beratungs- und Informationsangebote, niedrigschwellige Betreuungs- und Entlastungsangebote oder die Entwicklung von passgenauen Wohnkonzepten. Die Partner aus den Migrantenorganisationen werden bei der Arbeit vor Ort durch das Projektteam konzeptionell und organisatorisch unterstützt.

Die Fortsetzung der Schulungsreihe

In den folgenden Seminaren der Schulungsreihe werden die bisher erworbenen Kenntnisse vertieft. Das zweite Seminar (Frühjahr 2014) konzentriert sich auf den Aufbau niedrigschwelliger Angebote. Im dritten (Herbst 2014) und vierten Seminar (Frühjahr 2015) werden die Themen Wohnangebote wie Demenz-WGs sowie rechtliche Betreuung vertieft. Inputs und Übungen zum Projektmanagement, zur Netzwerkarbeit, zu Finanzierungsfragen und Öffentlichkeitsarbeit stehen ebenfalls auf dem Programm.

Workshop „Demenz und Migration“

Das Projekt NASCH DOM hat auch zum Ziel, bundesweit über

die Situation und Bedarfe demenzkranker Migranten und ihrer Angehörigen zu informieren und dafür zu sensibilisieren, gute Initiativen der kultursensiblen Versorgung bekannt zu machen und engagierte Akteure aus Praxis, Forschung und Politik zu vernetzen. Zu diesem Zweck findet am 15. Januar 2014 ein Workshop zum Thema „Demenz und Migration“ in Bonn statt.

Unter www.naschdom.de stehen weitere Informationen über das Projekt, über den Wissensstand zu Demenz und Migration sowie über bestehende gute Projekte und Initiativen bereit. Das Projekt wird mit einer Laufzeit von zweieinhalb Jahren vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend finanziell gefördert. ■

Dr. Claudia Kaiser

Referentin für Gesundheits- und Pflegepolitik in der BAGSO und Projektleiterin von NASCH DOM
kaiser@bagso.de

Tel.: 0228 / 24 99 93 26

Ekaterina Suslina

PHOENIX-Köln e.V., Projektkoordinatorin im Projekt NASCH DOM

Durch Kooperationen die Gesundheitsförderung für ältere Menschen attraktiv gestalten

Der Bundeswettbewerb 2013 wurde zum Thema „Im Alter IN FORM – Gemeinsam die Gesundheit fördern“ ausgeschrieben. 28 Akteure, die vorbildliche gesundheitsförderliche Angebote in Kooperation mit Netzwerkpartnern umsetzen, reichten Beiträge dazu ein. „Wir hätten gern mehr Preise verliehen, die Vielfalt an Ideen und das große Engagement der Akteure sind bewundernswert“, stellte Dr. Hans Peter Huber, Vorsitzender der Jury, fest. Der Bundeswettbewerb wurde im Rahmen des BAGSO-Projektes „Im Alter IN FORM – gesunde Lebensstile fördern“ mit Unterstützung von Generali Zukunftsfonds, den Firmen Ludwig ARTZT GmbH und GABA möglich. Die Preisverleihung fand am 14.11.2013 im Rahmen der Fachtagung in Gelsenkirchen statt.

Erster Preis für die Integrationsagentur der AWO Unterbezirk Gelsenkirchen/Bottrop

Die Integrationsagentur hat sich der gesellschaftlichen Herausforderung gestellt und kultursensible Angebote zur Information, Beratung und aktiven Gestaltung der Gesundheitsförderung älterer Menschen mit Migrationshintergrund geschaffen. Durch die Kooperation mit den Fachstellen der Stadt Gelsenkirchen auf der einen Seite und den Selbsthilfeorganisationen der Migranten auf der

anderen ist ein gut strukturiertes und breites Angebot mit einem umfassenden Themenkatalog und vielen Fördermaßnahmen zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit älterer Migrantinnen und Migranten in Gelsenkirchen entstanden. Die Jury verlieh daher den verantwortlichen Fachkräften Admir Bulic und Bedia Torun – stellvertretend für alle Akteure in diesem Netzwerk – den 1. Preis des Bundeswettbewerb in Höhe von 3.500 €, gestiftet von Generali Zukunftsfonds.

Preis für Förderung von Bewegung und sozialer Teilhabe

Die Jury zeichnete die Sektion DLRG 50 plus der DLRG Ortsgruppe Fischland und des Seniorenbeirates Ostseebad Wustrow aus, weil sie mit ihrer Initiative „Aktiv, gesund und fit mit DLRG 50 plus“ unter Einbindung von Trägern der Seniorenarbeit in der Region Fischland und Wustrow

- ein vielfältiges Bewegungsangebot etablierte
- die ursprünglichen Aktivitäten weiterentwickelte zu einer Plattform für ältere Menschen
- die aktive Gestaltung des sozialen Miteinanders und der sozialen Teilhabe unterstützt
- ergänzend Bildungsangebote zu verschiedenen aktuellen Themen einschließlich Gesundheit organisiert und



Gewinner des 1. Preises v.l.: Bedia Torun, sitzend; Reinhard Streibel, AWO Westliches Westfalen; Admir Bulic, Integrationsagentur der AWO

- Begleit- und Fahrdienste sowie Nachbarschaftshilfe initiiert.

Die Firma Ludwig ARTZT GmbH stiftete einen Bewegungskoffer, der aus 20 Thera-Bändern mit Übungen zur Sturzprävention und aus Spezialplatten für einen Parcours besteht. Hiermit kann man Gangübungen zu Beweglichkeit, Koordination und Sturzprävention durchführen.

Sonderpreis für die Förderung der Mund- und Zahngesundheit

Im Stadtseniorenrat Schönebeck an der Elbe sind alle Vereine, Institutionen und Organisationen, die sich für ältere Menschen einsetzen