

„Ready to Change“

Projekt zur Steigerung der gemeindebezogenen Handlungsbereitschaft zur Bewegungsförderung bei älteren Menschen

Kurzzusammenfassung:

In dem Forschungsprojekt „Ready to Change“ werden vorhandene Strukturen und Ressourcen zur Bewegungsförderung im Alter in Kommunen untersucht und Maßnahmen zur Stärkung kommunaler Handlungskapazitäten empfohlen und umgesetzt.

Über das Projekt

Klassifizierung

- BZgA: Promising Practice

Themen

- Aufklärung, Wissenschaftstransfer, Netzwerkbildung
- Akteurinnen und Akteure auf übergreifender Ebene (z. B. Kommune, Sportverein etc.)

Das Konzept der gemeindebezogenen Handlungsbereitschaft (Community Readiness) geht davon aus, dass zunächst eine gewisse Stufe hinsichtlich Problembewusstsein und Handlungsressourcen in Kommunen erreicht werden muss, bevor eine Präventionsmaßnahme erfolgreich umgesetzt werden kann. In dem Forschungsprojekt „Ready to Change“ werden vorhandene Strukturen und Ressourcen zur Bewegungsförderung im Alter in Kommunen untersucht und Maßnahmen zur Stärkung kommunaler Handlungskapazitäten empfohlen und umgesetzt.

Ziel(e)

Ziel der 1. Förderphase war die Untersuchung der Wirksamkeit von Maßnahmen zur Steigerung der Community Readiness am Beispiel eines Bewegungsangebots für ältere Menschen. In der 2. Förderphase wurde die nachhaltige Wirkung der auf Basis des Community Readiness Assessments empfohlenen Maßnahmen zur Stärkung kommunaler Handlungskapazitäten für Bewegungsförderung im Alter untersucht. Darüber hinaus wurde ein Praxismanual zur Erfassung der Community Readiness und Implementierung von Maßnahmen zur Stärkung kommunaler Handlungskapazitäten erstellt.

Projektzeitraum

- 1. Förderphase: 2015-2018
- 2. Förderphase: 2018-2021

Maßnahmen/Arbeitsprogramm

1. Förderphase:

Die Community Readiness wurde in 11 städtischen und 12 ländlichen Kommunen der Metropolregion Bremen-Oldenburg erfasst. Dazu wurden im Rahmen des Community Readiness Assessments 118 Interviews mit kommunalen Schlüsselpersonen zum Thema Bewegungsförderung im Alter geführt.

2. Förderphase:

Im Anschluss an die 1. Förderphase wurde die Community Readiness in jeweils zwei städtischen und ländlichen Kommunen zu zwei Messzeitpunkten erneut bewertet, um die Nachhaltigkeit der auf Basis des Community Readiness Assessments abgeleiteten Maßnahmen zur Stärkung der kommunalen Handlungskapazitäten in einer Längsschnittperspektive zu untersuchen. Zudem wurden in den beteiligten Kommunen Akteurinnen und Akteure bei der Stabilisierung, Ausweitung und Professionalisierung ihrer Aktivitäten zur Bewegungsförderung im Alter unterstützt.

Ergebnisse

1. Förderphase:

Die Community Readiness-Werte lagen auf der 9-stufigen Skala von 1 (kein Problembewusstsein für Bewegungsförderung im Alter) bis 9 (Professionalisierung der Aktivitäten zur Bewegungsförderung im Alter) im Mittel bei 4,9 (Vorplanungsphase). Von den 23 untersuchten Kommunen erreichten 15 Kommunen die Stufe 4 (Vorplanungsphase) und 8 die Stufe 5 (Vorbereitungsphase). In den Ergebnissen zeigten sich Unterschiede hinsichtlich eines Stadt-Land-Vergleichs mit höheren Community Readiness-Werten in ländlichen Kommunen.

2. Förderphase:

In 4 Modellkommunen wurden 55 Community Readiness Assessments durchgeführt. Fokus war u. a. die Frage, ob der bisher empfohlene Einsatz von 4 bis 6 Schlüsselinformantinnen und -informanten ausreichend für eine valide Auskunft über die entsprechende Community Readiness ist. Die Auswertung ergab, dass die Community Readiness Werte zwar schon mit Interviews von wenigen Schlüsselinformantinnen und -informanten ermittelt werden können, mehrere Personen jedoch weitere Informationen bringen können, z. B. über die Bemühungen der Gemeinde zur Förderung der körperlichen Betätigung älterer Menschen, Kontakt- und Kommunikationskanäle für die Information oder Ansprache der Zielgruppe oder Hindernisse für die Teilnahme. Somit kann das Einbinden von bis zu 10 Schlüsselpersonen nützlich sein.

Basierend auf den Erfahrungen der sechsjährigen Projektlaufzeit wurde ein Praxismanual zur Steigerung der lokalen Handlungsmöglichkeiten in der Bewegungsförderung und eine Kurzversion Fragebogens für das Community Readiness Assessment plus die dazugehörige Auswertungstabelle

entwickelt. Darüber hinaus wurde eine Fortbildung für Übungsleitende zum Thema „Bewegungsförderung im Alter“ erarbeitet. Weitere Veröffentlichungen sind in Erarbeitung.

Wirksamkeit

- Erfüllt Aufnahmekriterien (Praxisprojekt)
- Vielversprechend (BZgA Promising Practice)

Hinweise zur Umsetzung

Sie wollen diese Maßnahmen in Ihrer Gemeinde / Ihrem Stadtteil / Ihrer Kommune umsetzen? Diese Informationen und Erfahrungen aus dem Projekt können Ihnen helfen.

Zielgruppe

- Akteurinnen und Akteure aus Sportvereinen, kommunaler Verwaltung, Seniorenbeiräten, Begegnungsstätten, Volkshochschulen, Kirchengemeinden und privaten Sportanbietern
- Menschen ab 60 Jahren

Finanzieller Rahmen

Das im Rahmen des Projekts adaptierte Community Readiness Assessment wird im Praxismanual kostenlos zur Verfügung gestellt. Die Erfassung der Community Readiness und Implementierung von Maßnahmen zur Stärkung der kommunalen Handlungskapazitäten kann in bestehende kommunale Strukturen integriert werden (z. B. Ortsamt, Stadtverwaltung, Sozialdienst). Bei Bedarf können wenige tausend Euro/Jahr für Angebote der Bewegungsförderung im Alter als Grundbedarf eingeplant werden.

Empfohlene Implementierungsschritte

- Durchführung des Community Readiness Assessment anhand des Praxismanuals
- Umsetzung von Maßnahmen zur Stärkung kommunaler Handlungskapazitäten auf Basis des Assessments (u. a. Bildung einer Arbeitsgruppe „Bewegung im Alter“ mit kommunalen Akteuren, Erhebung der Bedarfe älterer Menschen, Bündelung existierender kommunaler Bewegungsangebote, Durchführung niedrighschwelliger Bewegungsangebote, Fortbildung von Übungsleitenden im Bereich Bewegung im Alter)

Erfolgsfaktoren und Stolpersteine

Erfolgsfaktoren:

- Erhebung der gemeindebezogenen Handlungsbereitschaft und eine darauf abgestimmte Entwicklung und Umsetzung von Maßnahmen zur Stärkung kommunaler Handlungskapazitäten
- Partizipative Beteiligung kommunaler Akteurinnen und Akteure bei der Entwicklung und Umsetzung einer kommunalen Strategie zur Bewegungsförderung im Alter

Stolpersteine:

- Teilweise niedrige Priorität von Bewegungsförderung im Alter in Kommunen
- Einbezug schwer erreichbarer Zielgruppen (z. B. ältere Männer)
- Konkurrierende Angebote in kommunalen Netzwerken

Kooperation(en)

- Gesundheitswirtschaft Nordwest e.V.
- Institut für Public Health und Pflegeforschung - IPP
- Forschungszentrum Ungleichheit und Sozialpolitik (SOCIUM)
- OFFIS – Institut für Informatik
- TU Chemnitz
- Kommunale Akteure für Bewegungsförderung im Alter aus der Metropolregion Bremen-Oldenburg (z. B. Sportverein, kommunale Verwaltung)

Sponsor(en)

- Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF)

Anlagen

Das Praxismanual zur Steigerung der lokalen Handlungsmöglichkeiten in der Bewegungsförderung für ältere Menschen, eine Kurzversion des Community Readiness Assessments Fragebogens plus die dazugehörige Auswertungstabelle und ein Manual zur Fortbildung von Übungsleitenden stehen unter www.aequipa.de/teilprojekte/rtc.html bzw. www.aequipa.de/materialien/rtc.html zur Verfügung.

Für die Befragung kommunaler Akteurinnen und Akteure im Rahmen des Community Readiness Assessments, wurde ein Interviewleitfaden zur Verfügung gestellt. Die Analyse Auswertung sollte möglichst von wissenschaftlichem Personal durchgeführt werden.

Link: www.thieme-connect.de/media/gesu/EFirst/supmat/10-1055-a-1119-6181-2018-12-0881-0001.pdf

Weitere Informationen

- Brand T, Gansefort D, Rothgang H, Röseler S, Meyer J, Zeeb H. Promoting community readiness for physical activity among older adults in Germany--protocol of the ready to change intervention trial. *BMC public health*. 2016;16.
- Gansefort D, Peters M, Brand T. Wie bereit ist die Kommune? Das Community Readiness-Modell und die beispielhafte Anwendung in der kommunalen Gesundheitsförderung. *Gesundheitswesen*. 2020;07.
- Gansefort D, Brand T, Princk C, Zeeb H. Community Readiness for the Promotion of Physical Activity in Older Adults-A Cross-Sectional Comparison of Rural and Urban Communities. *Int J Environ Res Public Health*. 2018;15(3).
- Gansefort D, Peters M, Brand T. Wie bereit ist die Kommune? Das Community Readiness-Modell und die beispielhafte Anwendung in der kommunalen Gesundheitsförderung. *Gesundheitswesen*. (EFirst).
- Meyer J, Beck E, Holdt Kv, Gansefort D, Brand T, Zeeb H, et al. ActiStairs: Design and Acceptance of a Technology-Based Intervention to Advocate Stair-Climbing in Public Spaces. *Proceedings of the 3rd International Workshop on Multimedia for Personal Health and Health Care; Seoul, Republic of Korea: Association for Computing Machinery; 2018. p. 59–66.*
- Muellmann S, Brand T, Jürgens D et al. How many key informants are enough? Analysing the validity of the community readiness assessment. *BMC Res Notes* 14, 85 (2021).
- Ubert T, Forberger S, Gansefort D, Zeeb H, Brand T. Community Capacity Building for Physical Activity Promotion among Older Adults-A Literature Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2017;14(9).
- Wichmann F, Brand T, Gansefort D, Darmann-Finck I. Ready to participate? Using qualitative data to typify older adult' reasons for (non-) participation in a physical activity promotion intervention. *BMC public health*. 2019;19.
- Wichmann F, Pischke CR, Jürgens D et al. Requirements for (web-based) physical activity interventions targeting adults above the age of 65 years – qualitative results regarding acceptance and needs of participants and non-participants. *BMC Public Health* 20, 907 (2020).

Weitere Informationen

Hier finden Sie nähere Informationen zum Projekt:

→ www.aequipa.de/teilprojekte/rtc.html

Kontakt

Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie – BIPS GmbH

Ansprechperson: Dr. Saskia Müllmann

Telefon: +49 421 21856914

E-Mail: muellmann@leibniz-bips.de