

### Aktivierende Hausbesuche – Bewegungspaten

#### bringen Sie wieder in Schwung!

Stellvertretend für den Kooperationsverbund

Landratsamt Lörrach

Geschäftsstelle der Kommunalen Pflegekonferenz



Ort:	Landkreis Lörrach
Zielgruppe:	Ältere Menschen, die ihr Zuhause aus Mobilitätsgründen kaum noch verlassen können und deshalb bestehende Angebote oder andere wichtige soziale Beziehungen nicht mehr wahrnehmen können
Setting:	Kommune/Stadtteil

#### Kurzbeschreibung

##### Ausgangslage:

Einsamkeit kann zu Bewegungsmangel und sozialem Rückzug führen. Gleichzeitig kann fehlende Bewegung das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten verringern und so die Selbständigkeit im Alltag beeinträchtigen. Dadurch wird es für betroffene Menschen oft schwieriger, außerhäusliche Aktivitäten wahrzunehmen und am sozialen Leben teilzuhaben. Diesen sich gegenseitig verstärkenden Kreislauf möchten wir durchbrechen, um Selbständigkeit, Gesundheit und soziale Teilhabe der Bevölkerung des Landkreis Lörrach bis ins hohe Alter zu fördern.

##### Projektaufbau und -ablauf:

Die Aktivierenden Hausbesuche werden im Landkreis Lörrach in Kooperation mehrerer Partner umgesetzt und zentral koordiniert. Ziel ist es, älteren Menschen ein niedrigschwelliges und unterstützendes Angebot in ihrem häuslichen Umfeld zu machen.

Nach einem ersten Kennenlorgespräch erhalten die Teilnehmenden 20 kostenlose einstündige Hausbesuche durch geschulte ehrenamtliche Bewegungspat\*innen. Die Besuche werden individuell an die persönlichen Möglichkeiten und Bedürfnisse angepasst und können Bewegungsübungen, Gedächtnistraining, Gespräche sowie spielerische und aktivierende Elemente umfassen.

So knüpft das Angebot direkt am Alltag der Teilnehmenden an und stärkt sie in ihrer Selbständigkeit und Teilhabe. Damit die Bewegungspat\*innen ihre Aufgabe sicher und einfühlsam ausüben können, werden sie vor ihrem Einsatz umfassend geschult und während ihrer Tätigkeit von hauptamtlichen

Koordinator\*innen kontinuierlich begleitet. Regelmäßige Austauschtreffen unterstützen die Ehrenamtlichen zusätzlich und tragen zur Qualität des Angebots bei.

### **Konkrete Maßnahmen:**

- Wöchentliche Bewegungs- und Sportangebote
- Sportaktionstag im Stadtteil
- Partizipative Kindergesundheitskonferenzen
- Eltern-Kind-Aktionen und Elternbildungsangebote
- Ferienangebote und Lerncamps
- Bewegte Schnitzeljagden (z. B. Actionbound)
- Digitale Formate: Online-Challenges, digitale Elternabende, YouTube-Kanal (während Corona)

### **Relevante Kooperationspartner:innen, Vernetzung:**

Für die landkreisweite Umsetzung der sekundär- bis tertiärpräventiven, niedrighschwelligen, kostenlosen AHB haben der Landkreis Lörrach und zivilgesellschaftliche Partner einen strukturellen Schulterchluss gewagt, dieser trägt und prägt das gesamte Vorhaben.

2019 von der Kirchlichen Sozialstation Südliches Markgräflerland e.V. entwickelt, wird das Konzept der „Aktivierenden Hausbesuche“ seit 2024 durch die Kommunale Pflege- und Gesundheitskonferenz des Landkreises Lörrach und in Kooperation mit weiteren Einrichtungen ausgeweitet und vernetzt.

Die Angebotsbereitstellung im Landkreis Lörrach erfolgt über drei Einsatzgebiete, für die jeweils ein Kooperationspartner zuständig ist. Öffentlichkeitsarbeit, Schulungen, Handreichungen, sowie Dokumentation und Evaluation erfolgen im Schulterchluss. Jeder umsetzende Kooperationspartner hat eine\*n Koordinierende\*n, der die Umsetzung der AHB im Einsatzgebiet begleitet.

### **Kooperationspartner:**

- Kommunale Pflegekonferenz Landkreis Lörrach
- Kommunale Gesundheitskonferenz Landkreis Lörrach
- Kirchliche Sozialstation südliches Markgräflerland e.V.
- Diakonisches Werk im Landkreis Lörrach
- ipunkt der Fritz-Berger-Stiftung
- Belchen Institut

### **Zukunftsperspektive:**

Die bisherigen Erfahrungen und die Evaluation der ersten Umsetzungsphase zeigen, dass die Aktivierenden Hausbesuche ein wichtiges und gut angenommenes Angebot im Landkreis Lörrach sind. Daher wird derzeit an einem Verstärkungskonzept gearbeitet, um das Angebot langfristig abzusichern und schrittweise weiter auszubauen. Ziel ist es, tragfähige Strukturen und eine verlässliche Finanzierung zu entwickeln, damit die Aktivierenden Hausbesuche perspektivisch im gesamten Landkreis angeboten werden können.

## Weiterführende Informationen

Homepage AHB: <https://www.loerrach-landkreis.de/ahb>

### Kontakt:

Fragen zu Vernetzung/Koordination: Kommunale Pflegekonferenz Landkreis Lörrach:

- Dr. Anne Göhner, [pflegekonferenz@loerrach-landkreis.de](mailto:pflegekonferenz@loerrach-landkreis.de)
- Pia Zimmermann, [gesundheitskonferenz@loerrach-landkreis.de](mailto:gesundheitskonferenz@loerrach-landkreis.de)

Fragen zur Umsetzung vor Ort:

- Kirchliche Sozialstation südliches Markgräflerland e.V., Gabriele Weber, [aktiv.hb@sst-kandern.de](mailto:aktiv.hb@sst-kandern.de)
- Diakonisches Werk im Landkreis Lörrach, Stefan Schmidt, [ehrenamt@diakonie-loerrach.de](mailto:ehrenamt@diakonie-loerrach.de)
- ipunkt der Fritz-Berger-Stiftung, Sandra Pfündlin, [ipunkt@fritz-berger-stiftung.de](mailto:ipunkt@fritz-berger-stiftung.de)

Fragen zur Schulung:

- Belchen Institut, Stefanie Willmann, [info@manoah-schulen.de](mailto:info@manoah-schulen.de)

