

Schritt für Schritt zu mehr Partizipation im Alter – Wie können Ältere an einer bewegungsfreundlichen Quartiersgestaltung beteiligt werden?

Cornelia Wagner

Wie kann Bewegung und Mobilität älterer Menschen gefördert werden? Nicht zuletzt angesichts des demographischen Wandels und dem Wunsch nach Selbstständigkeit und Lebensqualität bis ins hohe Alter eine häufig gestellte Frage. Erfahrungsgemäß lohnt es sich dabei nicht nur über die Älteren zu sprechen, sondern sie auch einzubeziehen. Stichwort ist die Partizipation von Zielgruppen, was in der Gesundheitsförderung und Prävention als Qualitätsmerkmal gilt (1). Auch für die Bewegungsförderung im Alter wird dies vielerorts unterstrichen. Doch wie kann Partizipation hier in der Praxis aussehen? Dieser Frage ging das Zentrum für Bewegungsförderung (ZfB) Berlin nach, indem es Stadtteilbegehungen als eine Methode erprobte, ältere Menschen an der Gestaltung bewegungsfreundlicher Quartiere zu beteiligen.

Berlin Tempelhof: Rund 80 Menschen sind zum Treffpunkt in Mariendorf, einem Stadtteil des Berliner Bezirks, gekommen. Viele davon sind ältere Bewohner/innen aus der Nachbarschaft. Einige davon sind mit Rollstuhl oder Rollator unterwegs. Gekommen sind sie, um gemeinsam ihr Quartier zu erkunden und seine Bewegungsfreundlichkeit für ältere Menschen »unter die Lupe zu nehmen«. Nach kurzer Begrüßung durch den Leiter des Stadtentwicklungsamtes geht es los. In mehreren Kleingruppen wird durch das Quartier spaziert. Unter anderem durch den Volkspark Mariendorf. Ein beliebter Ort bei den Älteren: »Wir gehen hier oft spazieren«, berichtet eine Teilnehmerin. An einer Straßenkreuzung weiter wird von einer anderen Gruppe auf hohe Bordsteinkanten aufmerksam gemacht. Viele weitere Anregungen und Ideen kommen hinzu, wie der Stadtteil bewegungsfreundlicher gestaltet werden kann.

Im Alltag unterwegs – die Rolle des Quartiers für ein aktives Alter(n)

Hintergrund für das Geschehen in Berlin Tempelhof ist die Durchführung einer Stadtteilbegehung – eine Methode, um Ältere an einer bewegungsfreundlichen Gestaltung ihres Quartiers zu beteiligen. Doch was steckt hinter der Idee? Mit zunehmendem Alter oder auch Wegfall des täglichen Arbeitswegs spielt sich der Alltag oft im nahen Wohnumfeld ab. Bei knappen finanziellen Mitteln oder Einschränkungen in der Mobilität sind Ältere oft abhängig von den Gegebenheiten vor Ort (vgl. Wolter, 2013). Ob dabei der Weg zur Arztpraxis oder zum Ein-

kauf zu Fuß zurückgelegt und vielleicht sogar mit einem Spaziergang kombiniert wird, hängt natürlich von den eigenen Vorlieben ab. Aber nicht zuletzt auch davon, ob das Wohnumfeld dazu einlädt und es z.B. gut begehbarre Wege oder öffentliche Toiletten gibt (vgl. Wolter, 2013). Begegnungsorte im Stadtteil und (Bewegungs-) Angebote können ebenfalls ein Anreiz sein, im Quartier unterwegs zu sein.

Den Blick auf das Wohnquartier und seine Bedeutung für das Bewegungsverhalten greift das Konzept der **Walkability** auf. Der Begriff beinhaltet nach Bucksch und Schneider (2014, S.19) die »bewegungsfreundliche und -förderliche Gestaltung eines Wohnquartiers«. Dabei geht es sowohl um die alltägliche Mobilität als auch Bewegung zur Freizeitgestaltung im öffentlichen Raum. Soziale Aspekte sind dabei ebenso relevant wie infrastrukturelle (Bucksch & Schneider, 2014).

Für die Bewegungsförderung im Alter bietet eine bewegungsfreundliche Quartiersgestaltung insofern Potenziale, dass damit auch Mobilität und alltägliche Bewegung jener (älteren) Menschen gefördert werden kann, die sich von herkömmlichen oder institutionalisierten (Bewegungs-) Angeboten nicht angesprochen fühlen. Bewegungsfreundlichkeit im Quartier bietet so niedrigschwellig und wohnortnah Zugang zu alltäglicher Bewegung und Mobilität.

Beim Blick auf ein bewegungsfreundliches Quartier für Ältere lohnt es sich, die Zielgruppe einzubeziehen: Ältere Menschen, die sich oft zu Fuß durch ihr Quartier bewegen, kennen die Umgebung häufig sehr gut. So können sie sehr kleinmaßstäblich Ansatzpunkte für Verbesserungen nennen, die Planungs- und Verwaltungsabteilungen der Kommunen nicht immer bekannt sind (Wolter, 2013). Als Bewohner/innen des Stadtteils können sie z.B. auch aufzeigen, welche Angebote und Strukturen sich Ältere wünschen, um den Alltag bewegungsreicher gestalten zu können. Indem sie sich bewusst mit ihrem Quartier auseinandersetzen, findet gleichzeitig eine Sensibilisierung für Möglichkeiten alltäglicher Bewegung und Mobilität im Stadtteil statt.

Durchführung der Stadtteilbegehung in Tempelhof

Das ZfB Berlin erprobte die Stadtteilbegehung mit dem Ziel, vor Ort mit älteren Menschen ins Gespräch zu kommen, um daran anschließend gemeinsam Ideen zu entwickeln, wie das Quartier an Bewegungsfreundlichkeit gewinnen kann. Vor diesem Hintergrund wendete sich das ZfB an das Bezirksamt in Tempelhof-Schöneberg. Gemeinsam mit der Planungs- und Koordinierungsstelle Gesundheit sowie Seniorenarbeit des Bezirks nahm das Vorhaben Schritt für Schritt Gestalt. Die gemeinsame Initiative der Partner wurde durch den Pflegestützpunkt in Tempelhof-Schöneberg und die Stadtteilkoordination im Bezirk unterstützt.

1. Planung der Route

Mit einem kurzen Fragebogen wurde zunächst an unterschiedlichen Orten im Stadtteil nach bewegungsfreundlichen bzw. -unfreundlichen Orten gefragt. Anhand der Angaben wurde die Route gewählt, um die älteren Bewohner/innen bereits bei der Planung der Route einzubeziehen. Berücksichtigt wurden dabei ein Startpunkt mit Toiletten und Sitzmöglichkeiten und ein Ziel für einen gemeinsamen Ausklang mit Kaffee und Kuchen. Ein Probespaziergang konnte klären, ob sich die Route auch für Menschen eignet, die weniger gut zu Fuß sind (z.B. Bänke für kurze Pausen, verkehrsreiche Straßen, Dauer der Route).

2. Einbezug von Politik und Verwaltung

Neben älteren Menschen und Interessierten wurden zudem Akteure aus Politik und Verwaltung zur Begehung eingeladen, damit die Teilnehmenden direkt vor Ort für ihre Bedürfnisse sensibilisieren können. Der Einladung folgten unter anderem Vertreter/innen aus den Bereichen Stadtentwicklung, Soziales, Gesundheit, Seniorenvertretung, Mobilitätshilfe und Polizei. Ebenso Akteure aus lokalen Einrichtungen im Bezirk und für Barrierefreiheit Engagierte.

3. Durchführung der Stadtteilbegehung

Die bunt gemischte Teilnehmerschaft am Startpunkt machte sich in Kleingruppen auf den Weg durch den Stadtteil. Begleitet wurde jede Gruppe von jeweils einer moderierenden und einer protokollierenden Person. Die vorher geplante Route diente dabei der Orientierung, wobei die Kleingruppen zum Teil auch alternative Wege zum Ziel wählten. Nach und nach trafen alle Kleingruppen in der Seniorenfreizeitstätte zu Kaffee und Kuchen ein, wo die Ergebnisse gesammelt und ergänzt wurden. Deutlich wurde dabei, dass das Quartier und seine Bewegungsfreundlichkeit subjektiv sehr unterschiedlich wahrgenommen werden und der Blick aus einer anderen Perspektive neue Einsichten ermöglicht. Vor allem infrastrukturelle Barrieren lagen vielen Älteren am Herzen, aber auch soziale Aspekte im Quartier wurden vielerorts angesprochen. Im Anschluss erhielten die Teilnehmenden per Post eine Zusammenfassung der Anregungen aus der Stadtteilbegehung.

4. Planung des weiteren Vorgehens

Bei einem weiteren Folgetreffen wurden die vielfältigen Anregungen der Stadtteilbegehung zusammen mit den Älteren priorisiert und Ideen zur Umsetzung gesammelt. Das Treffen bot damit den Älteren eine Plattform, eigene Vorhaben zur Umsetzung ihrer Anregungen zu entwickeln und darin von den Initiator/innen der Stadtteilbegehung unterstützt zu werden. In diesem Rahmen wurde zwei Informationsveranstaltungen geplant, zum einen mit dem Beschwerdemanagement des Berliner ÖPNV sowie dem Präventionsbeauftragten der Polizei. Dem Wunsch eines Aktivplatzes für Ältere im Volkspark nahm sich die Seniorenvertretung mit dem Angebot an, sich an potenzielle Sponsoren zu wenden. Auch eine Toilette im Volkspark lag den Älteren am Herzen.

Vorschläge für eine handhabbare Umsetzung dafür wurden diskutiert und anschließend an zuständige Stellen weitergeleitet.

Erfahrungen in Tempelhof Ideen für die Weiterentwicklung

Die rege Teilnahme an der Stadtteilbegehung zeigte, dass viele Ältere daran interessiert sind, sich an der Gestaltung des Quartiers zu beteiligen und seine Bewegungsfreundlichkeit zu verbessern. Viele Aspekte haben sich bei der Erprobung der Stadtteilbegehung bewährt, manche bedürfen sicherlich der Weiterentwicklung.

Wichtig ist es, die Möglichkeiten für Partizipation von Beginn an für alle transparent zu gestalten. Daher sollte bei der Organisation einer Stadtteilbegehung in den Blick genommen werden, inwieweit der Anspruch an Partizipationsmöglichkeiten und Rahmenbedingungen vor Ort zueinander passen. So kann vermieden werden, dass die Initiator/innen durch zu hohe Ansprüche entmutigt bzw. teilnehmende Ältere durch hohe Erwartungen enttäuscht werden (2). Bei der Begehung in Tempelhof bestand z.B. von Seiten der Initiator/innen vor allem Handlungsspielraum in den Bereichen der Seniorenarbeit, Gesundheit und Bewegungsförderung. Hinsichtlich infrastruktureller Veränderungen waren die Möglichkeiten hingegen auf die Weiterleitung an Politik und Verwaltung begrenzt. Der dadurch fehlenden Einflussnahme stand eine hohe Erwartungshaltung der Teilnehmenden hinsichtlich der Umsetzung ihrer Anregungen gegenüber.

Dabei können auch kleine Schritte in Richtung Partizipation der Beginn eines gemeinsamen Lern- und Entwicklungsprozesses im Stadtteil sein. Ein hoher Grad an Partizipation im Sinne von »Entscheidungsmacht« ist sehr voraussetzungsreich und bedarf der Unterstützung auf unterschiedlichen Ebenen in Politik und Verwaltung. Partizipation Schritt für Schritt ist auch dann wichtig, wenn gerade jene dazu ermuntert werden sollen, die sich bislang weniger beteiligen. Denn nicht alle sind gleichermaßen darin erprobt, sich für ihre Belange einzusetzen, sodass auch hier der Anspruch an Partizipation und die Möglichkeiten der Teilnehmenden zueinander passen müssen bzw. Aspekte von Empowerment mitgedacht werden sollten.

In Tempelhof wurde die Stadtteilbegehung zudem »top down« von Professionellen initiiert und geplant. Hier besteht Entwicklungspotenzial, wie die Methode von Beginn an stärker »bottom up« organisiert werden kann, so dass Ältere bereits in den ersten Schritten der Planung und Gestaltung eingebunden sind.

Bei der Erprobung der Stadtteilbegehung kamen unterschiedliche Ideen zur Weiterentwicklung der Methode auf. Zum Beispiel die Begehung mit dem Besuch einer Einrichtung im Stadtteil zu verknüpfen. Dies kann z.B. die gemeinsame Erkundung eines Bewegungsangebots oder -orts sein (Sportverein, Volkshochschule, Aktivplatz) oder einer sozialen Einrichtung. Ebenso kann die Begehung dazu genutzt werden, gemeinsam mit den Älteren einen Stadtplan für das Quartier zu erstellen. Dieser kann beispielsweise auf Zugänge zu öffentlichen Toiletten

Wagner, Cornelia: Schritt für Schritt zu mehr Partizipation im Alter – Wie können Ältere an einer bewegungsfreundlichen Quartiersgestaltung beteiligt werden?

oder öffentlich nutzbare Toiletten in Einrichtungen verweisen, schöne Wege oder Begegnungsort markieren, oder auf Barrieren aufmerksam machen. Potenzial besteht zudem dahingehend, das Angebot stärker für Menschen mit Migrationshintergrund zu öffnen.

Weitere (Berliner) Beispiele und Impulse aus der Forschung

Die Stadtteilbegehung in Berlin Tempelhof ist ein Beispiel, wie Ältere an einer bewegungs-freundlichen Gestaltung des Quartiers beteiligt werden können. Natürlich gibt es darüber hinaus viele weitere Methoden und Möglichkeiten, z.B. Quartierskonferenzen, Planungswerkstätten oder Quartiersfonds. Aber auch die Methode der Stadtteilbegehung bietet großen Gestaltungsspielraum und die Möglichkeit, sie an Gegebenheiten vor Ort und Zielgruppen anzupassen. Um Erfahrungen mit der Methode zu verbreiten und zu mehr Partizipation zu ermuntern, entwickelte das ZfB einen Leitfaden (3). Unter dem Titel »Schritt für Schritt zu mehr Partizipation im Alter« gibt dieser mit Gastbeiträgen einen Einblick in verschiedene Beispiele aus der Praxis zu Kiezspaziergängen und Stadtteilbegehungen sowie Impulse aus der Forschung, die Argumente und Methoden für Beteiligung Älterer und eine bewegungs-freundliche Quartiersgestaltung an die Hand gegeben.

Anmerkungen

- (1) vgl. Beitrag zur partizipativen Quartiersentwicklung in diesem eNewsletter
- (2) vgl. Beitrag zur partizipativen Quartiersentwicklung in diesem eNewsletter
- (3) Der [Leitfaden](#) ist online verfügbar unter www.berlin.gesundheitfoerdern.de.

Literatur

Bucksch, J. & Schneider, S. (2014). Walkability – Einführung und Überblick. In J. Bucksch &

S. Schneider (Hrsg.), Walkability. Ein Handbuch zur Bewegungsförderung in der Kommune. Bern: Verlag Hans Huber.

Wolter, B. (2013). Beteiligung Älterer an der Quartiersgestaltung. In: Gesundheit Berlin-Brandenburg (Hrsg.), Schritt für Schritt zu mehr Partizipation im Alter. Ein Leitfaden zur Beteiligung älterer Menschen an der Gestaltung bewegungsfreundlicher Quartiere. Berlin: Gesundheit Berlin-Brandenburg.

Wagner, Cornelia: Schritt für Schritt zu mehr Partizipation im Alter – Wie können Ältere an einer bewegungsfreundlichen Quartiersgestaltung beteiligt werden?

eNewsletter Wegweiser Bürgergesellschaft 08/2014 vom 25.04.2014

Autorin

Cornelia Wagner, MSc in Public Health, koordiniert das Zentrum für Bewegungsförderung Berlin (ZfB), eine Vernetzungs- und Koordinierungsstelle ausgerichtet auf die Förderung von Bewegung und Mobilität im Alter. Das ZfB unterstützt Akteure auf Landes-, Bezirks- und Quartiersebene darin, den Stadtteil bewegungsförderlich zu gestalten, z.B. indem es den Aufbau niedrigschwelliger Bewegungsangebote und Transfer guter Praxis fördert, zur Qualitätsentwicklung anregt und fachliche Orientierung bietet. Die Koordinierungsstelle befindet sich in Trägerschaft von Gesundheit Berlin-Brandenburg e.V. und wird finanziert durch die Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales.

Kontakt:

Gesundheit Berlin-Brandenburg

Friedrichstraße 231

10969 Berlin

Tel.: 030 44 31 90 99

E-Mail: wagner@gesundheitbb.de

Internet: www.berlin.gesundheitfoerdern.de

Redaktion

Stiftung MITARBEIT

Redaktion eNewsletter Wegweiser Bürgergesellschaft

Eva-Maria Antz, Ulrich Rüttgers

Ellerstr. 67

53119 Bonn

E-Mail: newsletter@wegweiser-buergergesellschaft.de