

Liebe ZWARlerinnen und ZWARler,

Ihr lest nun die dritte Ausgabe des ZWAR-Newsletters im Jahr 2022.

Nach einem Sommer mit ausreichend Möglichkeiten für Unternehmungen und Treffen geht es nun mit kühleren Temperaturen in den farbenfrohen Herbst. Aus den Netzwerken hören wir, dass die Gruppen wieder gut „angelaufen“ sind und viele Pläne und Vorhaben vor der Umsetzung stehen.

Wir wünschen Euch und Euren Familien eine gute Zeit und bleibt gesund!

Euer Team des ZWAR e. V.

Aktuelles aus dem ZWAR e. V.

Mit Unterstützung durch den ZWAR e. V. sind in Essen zwei weitere SeniorenNetzwerke nach dem ZWAR-Konzept, in Kooperation mit dem Zentrum 60+, in Altenessen und Essen Werden, an den Start gegangen. Weitere folgen in diesem Jahr. Die positiven Resonanzen der Bürger:innen auf die Einladungsschreiben überschreiten deutlich die Erwartungen der Verantwortlichen vor Ort, angesichts der Einschränkungen durch die Coronapandemie und zeigen den Wunsch nach Gemeinschaft und Belebung der Quartiere deutlich.

Im freifinanzierten Bereich ist in diesem Jahr der ZWAR e. V. mit seinen Erfahrungen in der Durchführung von Qualifizierungen für bürgerschaftlich ehrenamtliches Engagement angefragt. In Greven und Mülheim an der Ruhr werden an das ehemalige Bundes- und Landesprogramm EFI (Erfahrungswissen für Initiativen) angelegte mehrtägige Qualifizierungen durchgeführt.

Darüber hinaus gibt es Anfragen nach Konzeptionsentwicklungen für und Moderation von Beteiligungsverfahren in Kommunen in NRW, die ein verlässliches Zusammenwirken von Politik, Verwaltung und Bürgerschaft zum Ziel haben. Ebenso begleiten wir wieder Kommunen in der Umsetzung seniorenpolitischer Ziele und beraten in der Weiterentwicklung der Seniorenarbeit.

Der ZWAR e. V. mit seinem ZWAR Begegnungszentrum Marten hat gemeinsam mit dem Seniorenbüro Dortmund und dem NetzWerkSenioren des Bezirks Lütgendortmund das quartiersbezogene und trägerübergreifende Projekt "Marten in Bewegung" organisiert und war Raumgeber für den traditionellen Aktionstag am 16. Juli 2022 unter dem Motto „Miteinander – Füreinander“ im Rahmen des Projektes „Marten in Bewegung“. Auf dem Außengelände und im Gebäude des Amtshauses Marten präsentierten ortsansässige Institutionen, Einrichtungen und Gruppen ihre zahlreichen Angebote und boten vielfältige Informationen aus den Bereichen der Gesundheitsförderung, Pflege, Bildung und Freizeitgestaltung.

Am 15. August 2022 ging das neue ZWAR Netzwerk 50Plus in Marten an den Start. Das Netzwerk trifft sich von nun an 14-tägig in den Räumen des Amtshauses an der Steinhammer Str. 3. Für Nachfragen steht Petra Mecoleta als Gruppenbegleiterin zur Verfügung (Telefon: 0231 – 961317-15; E-Mail: p.mecoleta@zwar.org).

Das ZWAR Netzwerk Gelsenkirchen Erle hat einen Podcast mit einigen Folgen erstellt und bei www.nrwision.de (unter Suche einfach „ZWAR Gelsenkirchen“ eingeben) eingestellt.

Auf unserer Website haben wir im Bereich Downloads weitere Informationen für ZWAR Gruppen (Finanzierungsmöglichkeiten, Versicherungsschutz in ZWAR Gruppen, Referentenliste für eigene Vorträge sowie Christine Sendes' Seminare) abgelegt (<https://www.zwar-ev.de/service/downloads/>). Dort findet Ihr auch die letzten Ausgaben des Newsletters aus 2022.

Aktuelles aus dem Digitalprojekt ‚Train the Trainer‘

Am **29. August** fand die **2. Themenveranstaltung „Kompetent mit Informationen in digitalen Medien umgehen“** im Rahmen des Projektes ‚Train the Trainer‘ in Düsseldorf in der Stadtbibliothek statt. Neben Vertreter:innen der Staatskanzlei NRW waren Mitarbeiterinnen der Landesanstalt für Medien NRW sowie vom Journalismusprojekt Correctiv dabei. Neben den interessanten Vorträgen zum Umgang mit Desinformationen im Internet, gab es ausreichend Raum, um über die digitale Medienkompetenz in Euren Gruppen und welche Rahmenbedingungen es braucht, damit diese weiter gestärkt wird, sprechen zu können. Zudem war es einfach schön, Euch in Präsenz zu treffen. Auf unserem YouTube-Kanal findet Ihr den Vortrag der Referentinnen Frau Halfmann und Frau Zare (Landesanstalt für Medien NRW) (https://www.youtube.com/channel/UCzDGQ6zLs4mfpzh7lqg_YFg)

Die **digitale Fotomittagspause** trifft sich 14-tägig, mittwochs von 13 bis 14 Uhr. Wir besprechen u.a. Software zur Bildbearbeitung und -verwaltung, unterschiedliche Kamerasysteme und planen ein gemeinsames Fotoprojekt. Wir freuen uns über weitere Foto-interessierte ZWARler:innen!

Bei Interesse bitte bei Kirsten k.kemna@zwar.org melden.

Unsere 4. Regionalveranstaltung im Regierungsbezirk Arnsberg steht an! Diese findet voraussichtlich in Herdecke zu den Themen der ePatientenakte und dem eRezept statt. Die Veranstaltung ist für alle interessierten ZWARler:innen kostenlos. Solltet Ihr Interesse an einer Teilnahme haben, meldet Euch bitte bei Kirsten.

Aktuelles aus dem Projekt ‚Gesund altern im Quartier‘ (GaQ)

- **Essen**

Den Einstieg in die entwickelten Maßnahmen zur Gesundheitsförderung in Bergerhausen haben wir am 05. Juli mit einem Spaziergang durchs Quartier gemacht. Dabei wurden die städtebaulichen Hemmnisse für ältere Menschen deutlich sowie Wünsche und Bedarfe der Bewohner:innen, um langfristig im häuslichen Umfeld verbleiben zu können, besprochen. Am 19. September findet der Vortrag „Genussvoll im Alter“ statt.

Am 29. September findet die Infoveranstaltung zum Thema „Pflege- und Wohnberatung im Stadtbezirk II“ im Zentrum 60plus statt.

- **Korschenbroich**

Frau Ursula Lenz hat die Umsetzung der geplanten Maßnahmen mit ihrem Vortrag „Einstieg ins Älterwerden“ am 10. August eröffnet.

Daran anschließend hat Frau Angela Clausen zum Thema „Genussvoll im Alter“ am 25. August informiert. Am 13. September findet eine Infoveranstaltung zu Angeboten der Pflegeberatung und dem Einsatz von Alltagshelfer:innen im häuslichen Umfeld statt.

- **Münster**

Am 17. November findet im Sitzungssaal der Stadthalle Münster-Hiltrup der Vortrag „Ausgewogene Ernährung im Alter gestalten“ statt. Eine Schulung zur Nutzung digitaler Apps für Münster wird derzeit terminiert.

- **Wuppertal**

Aktuell befindet sich die 2. Entwicklungswerkstatt (EWW) in der Vorbereitung. Voraussichtlicher Termin im Oktober/November 2022.

Herdecke

Nach der Formulierung der Wünsche und Bedarfe in Ergänzung zur Befragung konnte nun das Projekt im Rahmen des gesamten ZWAR Basisgruppentreffens im Juli präsentiert werden. Die Umsetzung und Planung der konkreten Vorhaben in den fünf Themenfeldern wird zurzeit in Arbeitskreisen mit den Beteiligten und den Kooperationspartnern:innen erarbeitet. Die Erprobungsphase für einen „Mittagstisch“ ist angedacht.

- **Recklinghausen:**

Als Ergebnis des Runden Tisches im Paulusviertel wurde angesichts der vielfältig bereits bestehenden Angebote, die hier sichtbar wurden, konstatiert, dass ein „Aktionstag / Markt der Möglichkeiten – Gesund älter werden im Paulusviertel“ der erste wichtige Schritt sein könnte, um die Bewohner:innen zu erreichen. Am Samstag, 27. 08.2022, wurde dieser von den Akteuren umgesetzt.

Kooperationspartner*innen waren: Alzheimer Gesellschaft Vest Recklinghausen e.V., AW Kur und Erholungs GmbH, Casemanagement für Pflegende Angehörige, Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung, Kontaktbüro EUTB Recklinghausen, Familienbildungsstätte Recklinghausen, Kinderschutzbund e.V., Ortsverband / Recklinghausen/ZiQ Projekt (Gemeinsam im Quartier), Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige „Pflegeengel“, Selbsthilfekontaktstelle für die Städte im Kreis Recklinghausen, Stadt Recklinghausen (Beratungs- und Infocenter Pflege; Wohnberatung), Stiftungsklinikum PROSELIS gGmbH - Standort Prosper-Hospital Recklinghausen, Vivawest Wohnen GmbH, Volkshochschule Recklinghausen, ZWAR Gruppe Recklinghausen Paulusviertel.

Nach der Begrüßung durch den Sozialdezernenten der Stadt Recklinghausen wurde der Markt der Möglichkeiten eröffnet, der ergänzt wurde durch Mitmachaktionen (Rollatorführerschein (Physiotherapie des Stiftungsklinikum PROSELIS gGmbH - Standort Prosper-Hospital Recklinghausen), Sitzgymnastik und Qi Gong im Sitzen (Familienbildungsstätte Recklinghausen), Gedächtnistraining (Alzheimer Gesellschaft Vest Recklinghausen e.V.) und einen Bildervortrag (Bildervortrag zu Umbau / Umgestaltung der Wohnung (Stadt Recklinghausen, Wohnberatung für Behinderte und Senioren). In Kooperation mit weiteren Gesundheitsanbietern werden nun weitere Maßnahmen, Vorträge und Schnupperangebote entlang der von den Bewohner:innen geäußerten Wünsche geplant.

Im September wird unter anderem in Kooperation mit dem Quartiersbüro und dem Kinderschutzbund das Angebot eines Mittagstisches für Senioren:innen im Paulusviertel auf den Weg gebracht. Diese soll zunächst viermal hintereinander erprobt werden.

Im Zeitraum Oktober – Dezember 2022 wird in Kooperation mit dem Familienbildungszentrum Recklinghausen ein Mittagstisch „Zusammen kochen und genießen“ installiert, der im Rahmen von drei Treffen Menschen einlädt, zum „Lernen - miteinander sprechen - kochen und genießen“

Weitere Informationen zu allen Vorträgen und Angeboten sowie zur Anmeldung findet Ihr unter:

<https://www.zwar-ev.de/projektfinanzierung/gesund-altern-im-quartier/>

Neue ZWAR-APP

Im August und September haben sich interessierte ZWARler:innen mit uns für die Überarbeitung und Weiterentwicklung der ersten Testversion getroffen. Weitere Treffen sind geplant.

Die ZWAR App befindet sich weiterhin im Aufbau und in der Entwicklungsphase, nicht alle Funktionen und Inhalte stehen bereit. Wir arbeiten aktuell gemeinsam daran die App so aufzubauen, dass Sie für die ZWARler:innen den größtmöglichen Nutzen stiftet, dazu benötigen wir natürlich Eure Unterstützung. Im Fokus der App stehen dabei die Möglichkeit

des Austauschs und der Vernetzung. Dazu gibt es eine Übersicht über die bestehenden ZWAR-Netzwerke (als digitale Karte und Liste), eine Chat-Funktion, die Vorstellung der einzelnen Gruppen mit ihren Aktivitäten und ein Kalender mit überregionalen Terminen. u.v.m.

Die Testversion der ZWAR App steht mittlerweile zum Download im App Store und Play Store bereit. Wir informieren Euch noch mal, sobald die „finale“ Version veröffentlicht wurde.

Veranstaltungen

Am 24.08.2022 fand eine Online-Veranstaltung zu ‚Finanzierungsmöglichkeiten für ZWAR Gruppen‘ via ZOOM statt. Neben einem Überblick über die Varianten und Möglichkeiten von Finanzierungsquellen haben wir uns unsere Erfahrungen miteinander geteilt.

Eine Übersicht dazu diesem Thema findet Ihr in unserem Download-Bereich:

<https://www.zwar-ev.de/service/downloads/>

Am 16.09.2022 waren wir beim Seniorentag in Dortmund auf dem Friedensplatz dabei!

Die Netzwerktage des Forums Seniorenarbeit NRW sind wieder gestartet. Thema der aktuellen Veranstaltungen in den Regierungsbezirken ist: „Die eigene Kampagne im Quartier starten“. Anmeldung und weitere Infos unter:

<https://forum-seniorenarbeit.de/2022/09/netzwerktage-2-22-die-eigene-kampagne-im-quartier-gestalten-und-umsetzen/>

Vorträge und Veröffentlichungen

Dr.in Kemna, Kirsten (24.08.2022). Gesund altern im Quartier - Aufbau von selbsttragenden Gesundheitsnetzwerken zur Verbesserung der Prävention und Gesundheitsförderung alternder und älterer Menschen im Quartier. In: Gesundheitliche Chancengleichheit. <https://www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/service/meldungen/gesund-altern-im-quartier-aufbau-von-selbsttragenden-gesundheitsnetzwerken-zur-verbesserung-der-praevention-und-gesundheitsfoerderung-alternder-und-aelterer-menschen-im-quartier/>

Dr.in Kemna, Kirsten (08.09.2022). Begleitung der ZWAR Gruppen per Videokonferenz und ZWAR App. 2. Fachtag des Forums Seniorenarbeit NRW in Mülheim an der Ruhr. Dokumentation der Veranstaltung unter: <https://forum-seniorenarbeit.de/veranstaltungen/fachtag-2022/>