Bericht zur Evaluation

Projekt „Was geht! Sport, Bewegung und Demenz“

Im Auftrag von:

Institut für Innovation und Beratung
an der Evangelischen Hochschule Berlin e.V.

Dezember 2017

Erstellt von:

Elke Imbery

1 Inhaltsverzeichnis

1 Inhaltsverzeichnis 1
2 Das Projekt „Was geht!“ 2
3 Evaluation 3
4 Evaluierungsergebnisse 6
4.1 Ausgangslage 6
4.2 Relevanz 9
4.3 Effektivität – Was geht wie 11
4.3.1 Literaturrecherche und Gute-Praxis-Ausschreibung 11
4.3.2 Öffentlichkeitsarbeit beider Regionen 12
4.3.3 Region Stuttgart 13
4.3.3.1 Sport- und Bewegungsangebote 14
4.3.3.2 Qualifizierungsmaßnahmen 19
4.3.3.3 Veranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit 19
4.3.4 Region Minden-Lübbecke 20
4.3.4.1 Sport- und Bewegungsangebote 20
4.3.4.2 Qualifizierungsmaßnahmen 22
4.3.4.3 Veranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit 22
4.3.4.4 Kooperationsgemeinschaft 23
4.4 Wirkung 23
4.5 Nachhaltigkeit und Breitenwirkung 26
5 Möglichkeiten und Grenzen der beiden Projektansätze 27
6 Das inklusive Wanderangebot „Was geht! Lust am Wandern“ 34
6.1 Die Etablierung der Wandergruppen 34
6.2 Empirische Untersuchung 39
6.2.1 Die Wanderungen 40
6.2.2 Die Teilnehmer 42
6.3 Schlussbetrachtung 45
7 Literatur 47

2 Das Projekt „Was geht!“

In Kooperation mit dem Verein „Leben mit Demenz – Alzheimergesellschaft Minden-Lübbecke e.V.“ (Leben mit Demenz e.V.) führte „Demenz Support Stuttgart gGmbH“ (Dess) im Zeitraum vom 1. Januar 2013 bis zum 31. März 2016 das Projekt „Was geht! Sport, Bewegung und Demenz“ durch. Die Diagnose Demenz bedeutet für die Betroffenen oft ein Herausfallen aus sozialen Rollen und Bezügen (Exklusion) und den Wegfall zuvor gewohnter Aktivitäten. Häufig gilt dies auch für die betreuenden Partner bzw. Familienangehörigen[1]. Im Mittelpunkt des Projektes stand nicht der präventive Charakter von Sport und Bewegung, sondern vielmehr die Bewahrung der Lebensqualität durch Erhaltung bzw. Schaffung gesellschaftlicher Teilhabe für Menschen mit dementiellen Veränderungen sowie ihren Angehörigen.

Das Projekt wurde durch die Robert Bosch Stiftung, das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und die Erich und Liselotte Gradmann-Stiftung gefördert. Es baute auf umfangreichen Vorarbeiten und Erfahrungen von Dess und dem Leben mit Demenz e.V. auf und wurde unter unterschiedlichen Voraussetzungen und mit unterschiedlichen konzeptionell-methodischen Ansätzen in zwei Projektregionen, Stuttgart/Baden-Württemberg und Minden-Lübbecke/Nordrhein-Westfalen, durchgeführt.

In Minden-Lübbecke konnte das Projekt an bereits existierende Aktivitäten und Strukturen anknüpfen. Im Mittelpunkt stand die Weiterentwicklung bereits realisierter und erprobter Angebotsformate (Fahrradfahren, Kanufahren, Walken). In der Region Stuttgart wurde beim Nullpunkt begonnen: hier existierten bis dato keine Sport-/Bewegungsvereine mit Angeboten für Menschen mit Demenz oder entsprechende Aktivitäten anderer Organisationen in diesem Bereich. Darum sollte hier erprobt werden, wie man von einem solchen Nullpunkt aus Anbieter aus den Bereichen Sport und Bewegung gewinnen und sensibilisieren kann, damit bestehende Angebote für Menschen mit Demenz geöffnet und/oder neue entwickelt und geschaffen werden. Dabei standen Sport- und Bewegungsangebote mit der Zielrichtung der sozialen und inkludierenden Teilhabe im Vordergrund. Vereine, Kommunen, soziale Einrichtungen und andere Institutionen sollten mit eingebunden oder entsprechend angeleitet werden.

Im Projektantrag an die Projektförderer wurden folgende Projektziele formuliert:

- Möglichkeiten und Chancen von Sportangeboten als Beitrag zur gesellschaftlichen Teilhabe von Menschen mit Demenz und zur Steigerung ihrer Lebensqualität aufzeigen
- Sport- und Bewegungsangebote für Menschen mit einer Frühdemenz (weiter)entwickeln und erproben
- einen Überblick über in der Praxis bereits bestehende Angebote und Erfahrungen schaffen, diese auswerten und nutzbar machen
- erproben, wo spezielle sportliche Angebote für Menschen mit Demenz erforderlich und hilfreich sind
- herausfinden, wie die Integration von Menschen mit Demenz in die „normalen“ Angebote von Sportvereinen und -verbänden sowie nichtvereinsgebundenen Sportanbietern gelingen kann (Inklusion), bzw. wo Grenzen existieren

[1] Zur besseren und schnelleren Lesbarkeit des Textes wurden, soweit möglich, geschlechtsneutrale Formulierungen verwendet. Wo dies nicht gelingt wurde die männliche Form verwendet. Es wird deshalb ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die fast ausschließliche Verwendung der männlichen Form geschlechtsunabhängig verstanden werden soll.

- Angehörige, Demenzbetroffene, unterstützte Selbsthilfegruppen und andere Interessierte unterstützen, selbstorganisiert Sportangebote für Menschen mit Demenz und ihre „Kümmerer“[2] zu initiieren und zu entwickeln
- das im Rahmen des Projekts erlangte Wissen aufbereiten und kommunizieren: für die Akteure im Bereich der Betreuung und Begleitung von Menschen mit Demenz, des Sportes, des bürgerschaftlichen Engagements sowie für interessierte Demenzbetroffene und ihre „Kümmerer“.
- Praxismaterialien entwickeln (z. B. Lehrfilme, Praxishandbücher, Qualifizierungsmodule).

Das regional ansetzende Projekt strebte dabei von Anfang an die Übertragbarkeit der Erkenntnisse auf alle anderen Regionen in Deutschland und darüber hinaus an.

Primäre Zielgruppe des Projekts waren Menschen mit demenziellen Veränderungen. Im Fokus standen sämtliche Mitglieder dieser Personengruppe, wenngleich realistischer Weise vermehrt die Beteiligung von Menschen mit einer beginnenden Demenz zu erwarten war, da in dieser Phase des demenziellen Prozesses soziale und bewegungsbezogene bzw. sportliche Aktivitäten der geplanten Art noch ohne Weiteres möglich sind. Weitere Zielgruppen bildeten die Angehörigen und andere, den Betroffenen nahestehende Personen, Anbieter aus den Bereichen Sport und Bewegung auf lokaler und Verbandsebene, Akteure im Bereich der Demenzpflege, -beratung und -begleitung sowie die Fachöffentlichkeit. Die Erfahrungen und Erkenntnisse sollten in die allgemeine Öffentlichkeit gelangen und so das gesellschaftliche Bewusstsein erweitern.

3 Evaluation

Eine Evaluation des Projekts „Was geht! Sport, Bewegung und Demenz“ wurde von den Projektpartnern Leben mit Demenz e.V. und Dess von Anfang an angestrebt. Im Rahmen der Projektförderung konnten jedoch keine Mittel für eine systematische wissenschaftliche Evaluierung berücksichtigt werden. Prof. Dr. Peter Sauer vom Institut für Innovation und Beratung an der Evangelischen Hochschule Berlin e.V. zeigte Interesse diese Lücke mit einem entsprechenden Evaluierungsprojekt zu schließen und das Projekt wissenschaftlich zu begleiten. Zur Finanzierung stellte er gemäß den vorliegenden Unterlagen im Januar 2014 einen Forschungsantrag an die Porticus Düsseldorf GmbH mit dem Titel „Wissenschaftliche Begleitung des Projekts ‚Was geht! Sport, Bewegung und Demenz’“. Die Evaluierung sollte „aus einem Mix begleitender Aktivitäten (formative Evaluierung), die stark Monitoringcharakter haben, und einer summativen Evaluierung am Ende der Projektaktivitäten bestehen.“

Prof. Dr. Sauer († 18.05.2016) nahm seine Tätigkeit im Jahr 2014 auf. Im Rahmen der Evaluation besuchte er verschiedene Veranstaltungen und führte Gespräche mit den Projektträgern, Betroffenen und Anbietern aus den Bereichen Sport und Bewegung, respektive Verantwortlichen in Vereinen.[3] Aufgrund gesundheitlicher Probleme konnte er die Evaluation im Jahr 2015 nicht seinen Planungen entsprechend weiterführen. Nach Wiederaufnahme seiner Tätigkeit erstellte er mit Stand November 2015 den unveröffentlichten „Zwischenbericht. Praxisforschung zur Bewusstseinsbildung für das Thema Demenz und Bewegung“.[4] Die Erstellung eines abschließenden Evaluationsberichts war ihm nicht mehr möglich. Die von Prof. Dr. Sauer nachgelassenen Materialien[5] wurden von mir ab April 2017 gesichtet und ausgewertet. Auf dieser Grundlage ist eine umfassende Evaluation gemäß dem

[2] Unter „Kümmerer“ wird generell das Hilfesystem um den Menschen mit Demenz verstanden. Es schließt formelle wie informelle Unterstützer ein. Dieser Punkt bezieht sich hier lediglich auf die informellen „Kümmerer“ (Angehörige, Freunde, ehrenamtlich Engagierte).
[3] Aus den Unterlagen geht hervor, dass Prof. Dr. Sauer an mindestens vier Veranstaltungen in Stuttgart, Minden und Frankfurt teilgenommen hat und zu Recherchezwecken mindestens zweimal in Minden und einmal in Stuttgart war (vgl. Anlage 1). Entsprechende Ergebnisse in Form von Interviewtranskriptionen, Gesprächsnotizen oder anderweitige Aufschriebe liegen nur rudimentär vor.
[4] Inwieweit dieser Bericht vollständig ist, kann nicht beurteilt werden.
[5] Vgl. Anlage 2.

Forschungsantrag vom Januar 2014 sowie der von Prof. Dr. Sauer erstellten Evaluationsmatrix (ohne Datum, vermutlich Oktober 2014) nicht darstellbar. Die Ergebnisse der Untersuchungen und von Prof. Dr. Sauer geführten Gespräche sind nur fragmentarisch dokumentiert. Seine vorläufigen Ergebnisse der Evaluation präsentierte er in Form eine Power-Point-Präsentation bei der bundesweiten Tagung „Vielbewegt – Mit Demenz aktiv und sportlich mittendrin“ am 3./4. März 2016. Ein erläuterndes Manuskript liegt jedoch nicht vor.

Der vorliegende Bericht zur Evaluation soll im Sinn der von Prof. Dr. Sauer angestrebten Projektevaluation zu einer hinlänglichen gesicherten Einschätzung beitragen. Dies kann jedoch nicht im erwartetet Umfang durch empirisches Material aus dem Nachlass von Prof. Dr. Sauer abgedeckt werden. Aufgrund dessen wurden weitere Unterlagen und Untersuchungen herangezogen. Der Bericht basiert auf den mir zur Verfügung stehenden Materialien von Prof. Dr. Sauer, deren Ordnungsmäßigkeit als gegeben vorausgesetzt wird, sowie eigenen Recherchen und Gesprächen mit Peter Wißmann (Projektleitung) und Dr. Gabriele Kreutzner (Projektkommunikation und Teilprojekt Stuttgart) von Demenz Support Stuttgart, Vereinsvorsitzenden, Menschen mit Demenz, Wanderführern, Wanderbegleitern und anderen Teilnehmern bei den Wanderungen, die ich vor allem im Rahmen meiner thematisch unmittelbar verwandten Masterarbeit geführt habe.[6] Weiterhin fließen die mir von Dess bereitgestellten Dokumente, unter anderem die jährlichen Sachstandsberichte über den Projektzeitraum, ein. Für die Evaluation des Wanderangebots „Was geht! Lust am Wandern“ wurde zusätzlich die Auswertung „Modellprojekt ‚Was geht! Sport Bewegung und Demenz‘: Ergebnisbericht der Online-Umfrage im Angebot „Lust am Wandern“ vom 11.10.2016 von Victoria Luh (Institut für Innovation und Beratung an der Evangelischen Hochschule Berlin – INIB) sowie Beobachtungsberichte von Praktikanten herangezogen, die für Dess in die Aktivitäten des Projekts am Standort Stuttgart einbezogen waren. Aufgrund der dargelegten Materiallage ergibt sich für diesen Bericht ein leichtes Ungleichgewicht zugunsten der Projektregion Stuttgart/Baden-Württemberg, da für die Projektregion Minden-Lübbecke/Nordrhein-Westfalen weniger bekannt ist.

Vor diesem Hintergrund und den hieraus resultierenden Einschränkungen beantwortet der Bericht zur Evaluation – soweit dies möglich ist – die Evaluationsfragen, die im Forschungsantrag und der Evaluationsmatrix formuliert wurden.

Methodischer Ansatz der Evaluation

Die Evaluation von Prof. Dr. Sauer sollte anhand der Kriterien (A) Relevanz, (B) Effektivität, (C) Effizienz, (D) Wirkungen sowie (E) Nachhaltigkeit/Breitenwirkung durchgeführt werden. Die **Relevanz** fragt nach der Bedeutung des Projekts für die Zielgruppen (Menschen mit Demenz, Angehörige von Menschen mit Demenz und nahestehende Personen, Anbieter von Sport- und Bewegungsaktivitäten, Kreis der „Kümmerer“ um den Menschen mit Demenz sowie im weiteren Sinne die Fachöffentlichkeit und die allgemeine Öffentlichkeit). Mit der **Effektivität** soll die Zielerreichung überprüft werden. Hierbei wird vor allem der qualitative Aspekt untersucht. Dabei werden die Fragen „was geht?“ und „wie geht es?“ diskutiert. **Effizienz** als ein quantitatives Kriterium befasst sich mit den messbaren Größen, also im welchen Verhältnis die Produkte und Leistungen des Projekts zu den eingesetzten Ressourcen stehen. Auf der Grundlage der vorliegenden Unterlagen ist eine Berücksichtigung dieses Kriteriums für diesen Bericht nicht möglich. Generell sind quantitative Aussagen bei Projekten dieser Art nur eingeschränkt möglich. Ein quantitatives Ergebnis wurde überdies in den Projektplanungen und -zielen nicht angestrebt. Unter dem Kriterium **Wirkung** sind zum einen Veränderungen auf die Zielgruppen, die durch das Projekt direkt oder indirekt hervorgerufen wurden, und zum anderen die Wirkung des Projekts auf die Gesellschaft zusammengefasst. Anhand des Kriteriums **Nachhaltigkeit/Breitenwirksamkeit** soll überprüft werden inwieweit nach Projektende ein Nutzen im Sinne der Fortführung bzw. steten Erweiterung der Angebote besteht.

[6] Titel der Arbeit: Gesellschaftliche Einbindung von an Demenz erkrankten älteren Menschen am Beispiel der Wandergruppe ‚Was geht! Lust am Wandern‘. Eine empirische Untersuchung. (vorgelegt am 10.10.2016 am Ludwig-Uhland-Institut für Empirische Kulturwissenschaft).

Die Auswertung von Prof. Dr. Sauer basierte neben schriftlichen Quellen (Projektunterlagen und -dokumentationen) vor allem auf den Auskünften der Mitarbeiter im Projekt und bei den Kooperationspartnern sowie von beteiligten Personen mit Demenz und ihren Familienangehörigen. Als Erhebungsgrundlage dienten ihm insbesondere Interviews, die Teilnahme an Workshops und teilnehmende Beobachtung.

Im Rahmen der von mir erstellten Masterarbeit wurde unter anderem untersucht, welche Auswirkungen die Wanderungen auf die einzelnen Teilnehmer haben. Ein Kernaspekt der Arbeit ist die Perspektive der Beteiligten. Aufgrund dessen wurde als methodischer Ansatz die Feldforschung im Sinne eines Methodenbündels verwendet, das sich aus teilnehmender Beobachtung sowie qualitativen leitfadengestützten Interviews und informellen Gesprächen mit den Akteuren zusammensetzte.

Victoria Luhs Ergebnisbericht basiert auf einer Online-Umfrage im Jahr 2016. Die Umfrage mit sieben qualitativen Fragen wurde von 13 der 39 angeschriebenen Personen beantwortet. Angeschrieben wurden Wanderführer, Wanderbegleiter sowie Verantwortliche bei den Wandervereinen und Sozialpartnern. Die Auswertung der Ergebnisse im Hinblick auf die Untersuchungskriterien Effektivität und Wirkung erfolgte über ein offenes Kodieren mittels eines deskriptiven Kodes. Die Ergebnisse sind aus verschiedenen Gründen kritisch zu hinterfragen und können dadurch nur eingeschränkt für den Bericht zur Evaluation herangezogen werden. Unter anderem gibt die anonymisierte Untersuchung keinen Rückschluss darüber wer die Fragen beantwortet hat. Weiterhin verweist Frau Luh in ihrem Bericht darauf, dass die Fragen an Personen in Baden-Württemberg und Nordrhein-Westfalen versendet wurden. Wandergruppen sind zum Untersuchungszeitpunkt jedoch nur in Baden-Württemberg aktiv gewesen, was die Frage aufwirft, ob die adäquaten Adressaten angesprochen wurden.

Studierende verschiedener Fachrichtungen, die bei Dess ihr Praktikum absolvierten, nahmen an Wanderungen in Filderstadt, Plochingen, Ulm, Reutlingen und Esslingen teil. Während den Wanderungen beobachteten sie den Umgang der Teilnehmer untereinander. Weiterhin befragten sie alle Teilnehmenden der Wanderungen anhand eines Fragebogens. Die Ergebnisse wurden in Beobachtungsprotokollen festgehalten.

Evaluierungsbericht

Für die Darstellung der Evaluierungsergebnisse wurde – soweit möglich – die von Prof. Sauer zugrunde gelegte Struktur übernommen. Dabei werden die Kriterien Relevanz, Effektivität, Wirkung und Nachhaltigkeit/Breitenwirkung berücksichtigt. Im Anschluss daran werden die Möglichkeiten und Grenzen der zwei unterschiedlichen Projektansätze in den Regionen Minden-Lübbecke und Stuttgart diskutiert. Auf die Wanderaktivitäten als Beispiel für ein inklusives Angebot wird im letzten Kapitel, das auf den Untersuchungen im Rahmen der vorgenannten Masterarbeit basiert, gesondert eingegangen.

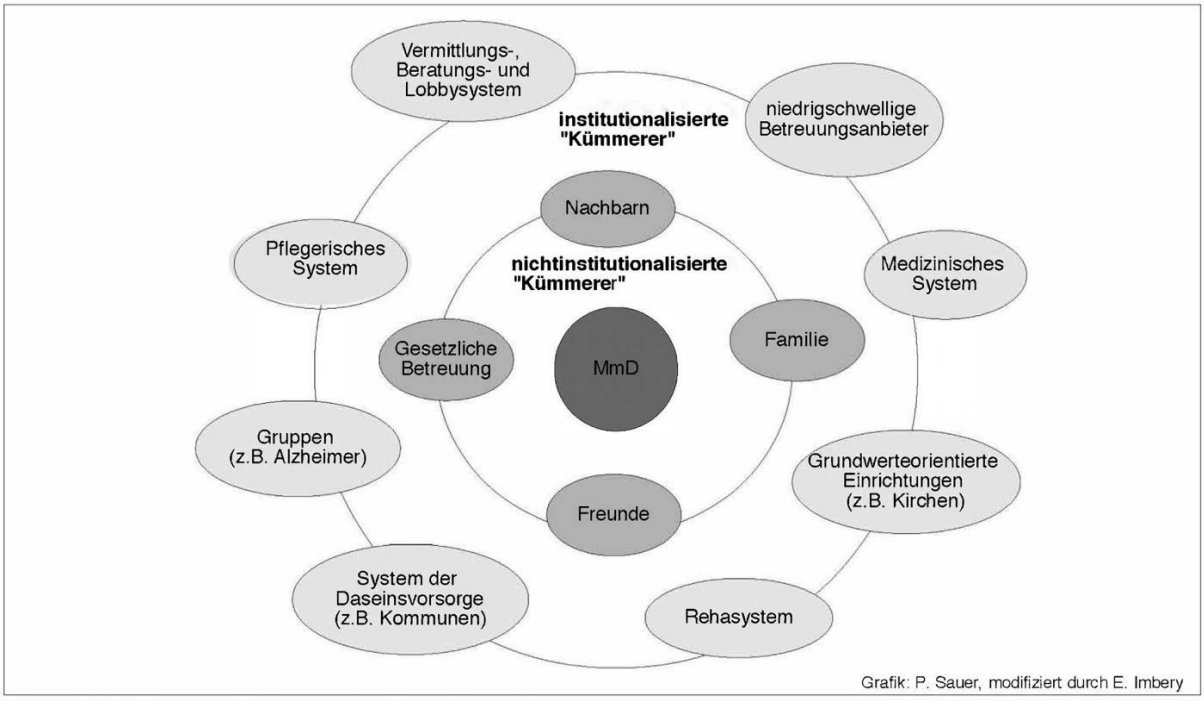
4 Evaluierungsergebnisse

Zentraler Betrachtungsgegenstand des Projekts, und damit auch der Evaluierung, ist die Kooperation von Anbietern aus den Bereichen Sport/Bewegung und den „Kümmerern“ um den Menschen mit Demenz zugunsten der primären Zielgruppe der Menschen mit Frühdemenz. Es wird davon ausgegangen, dass diese beiden Systeme sich vor Projektbeginn kaum wahrgenommen haben und nur wenige Kooperationen existierten.

4.1 Ausgangslage

Zwei Systeme: Anbieter aus den Bereichen Sport/Bewegung und „Kümmerer“ um Menschen mit Demenz

Das Projekt „Was geht! Sport, Bewegung und Demenz“ baut auf dem Verhältnis zweier unterschiedlicher Systeme auf, die nur geringe Kooperationsbeziehungen aufweisen: dem der „Kümmerer“ für Menschen mit Demenz („Hilfesystem“) auf der einen und den Vereinen und nichtvereinsgebundenen Anbietern aus den Bereichen Sport und Bewegung auf der anderen Seite. Das sich um Menschen mit Demenz schließende „Kümmerer-System“ kann in nichtinstitutionalisierte und institutionalisierte Kreise unterteilt werden:

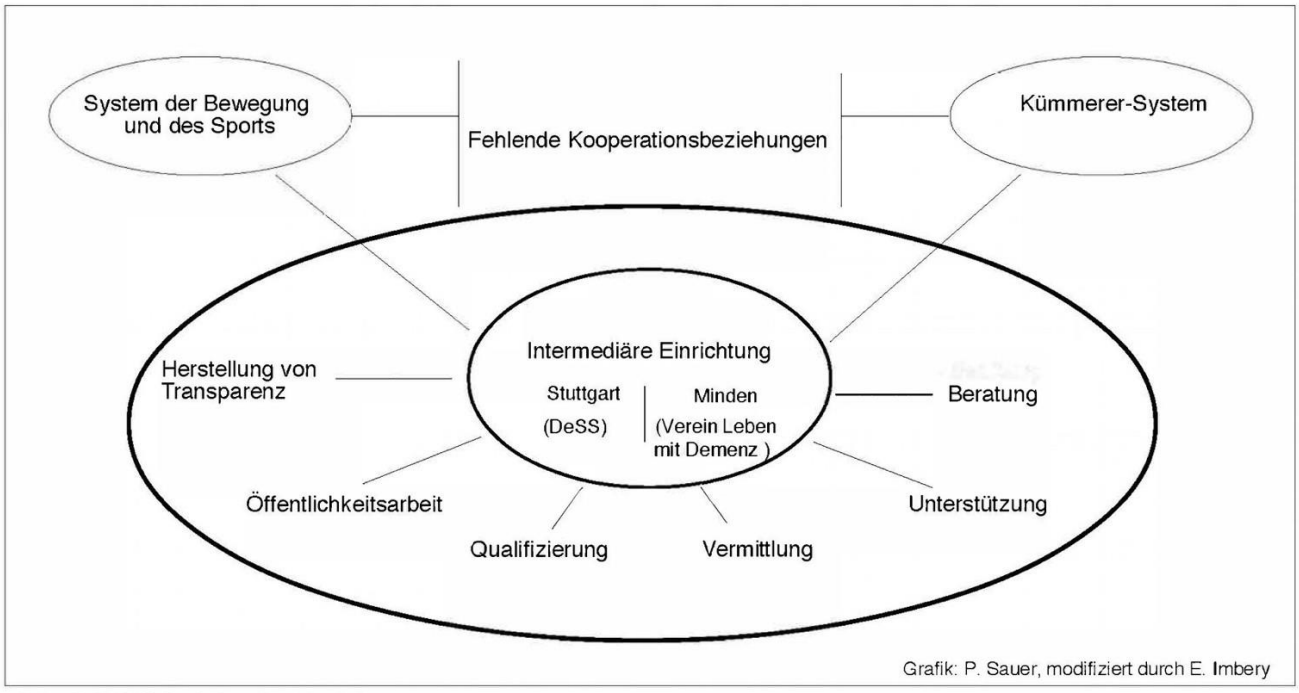


"Kümmerer-System" um Menschen mit Demenz (MmD)

Dem System der Anbieter aus den Bereichen Sport und Bewegung werden Vereine sowie gesundheitsorientierte öffentliche und privatwirtschaftlich organisierte Institutionen (z.B. Volkshochschulen, Fitnessstudios) zugeordnet. Die in Frage kommenden Vereine sind breit gefächert. Sie können in Sportvereine (z.B. Fußball-, Turn-, Kanuvereine) und bewegungsorientierte Vereine (z.B. Wander-, Obst- und Gartenbauvereine) zusammengefasst werden. Mit einzubeziehen sind auch die Verbände der lokalen Vereine auf regionaler und nationaler Ebene.

Während das „Kümmerer-System“ auf Menschen mit Demenz gerichtet ist, hat das System der Anbieter von Sport- und Bewegungsaktivitäten diesen nicht in seinem Fokus. Dies schließt die Beschäftigung mit dem Thema Demenz bei den eigenen Mitgliedern und den Auswirkungen auf ihre Organisation nicht aus. So verzeichnen beispielsweise einige Wandervereine einen Rückgang ihrer aktiven Mitglieder aufgrund von deren kognitiven Veränderungen. Trotzdem wird auf die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz kaum eingegangen; sie werden nicht als potentielle Mitglieder für entsprechende Angebote wahrgenommen. Im Unterschied dazu bieten Sportvereine ein breites Spektrum etablierter Gesundheits- und Rehabilitationskurse für verschiedene andere Einschränkungen und Erkrankungen an (z.B. Herzleiden, Diabetes, Osteoporose, orthopädische Beschwerden). Für Menschen mit Demenz werden Bewegungsangebote vor allem aus dem Hilfesystem heraus angeboten. Gemein ist beiden Angeboten die Durchführung in homogenen Gruppen.

Beide komplexe Systeme sind erweiterbar und können durchaus Berührungspunkte aufweisen. Funktionsträger aus dem einen System können gleichzeitig im anderen System eingebunden sein (z.B. Übungsleiter im Sportverein mit einem dementen Familienangehörigen). Die durchaus vorhandene Verzahnung zwischen den beiden Systemen findet jedoch nur marginalen Niederschlag auf entsprechende Angebote. Eine strukturierte Zusammenarbeit zwischen beiden Systemen ist nicht vorhanden, Kooperationsbeziehungen sind eher zufälliger Natur und stellen individuelle Lösungen dar. Deshalb lässt sich für den Ausgangspunkt des Projekts von zwei getrennten Systemen ausgehen, für die eine Vernetzung/Kooperation angestrebt wurde. Seitens der Forschung wurde in Studien der Einfluss von Bewegung auf den Ausbruch, den Verlauf und die Stärke von Demenz nachgewiesen. Darüber, wie die Kompetenz des einen Systems für das andere genutzt werden kann, wurde hingegen wenig reflektiert. Dieser Fragestellung sollte im Rahmen des Modellprojekts nachgegangen werden. Ihren programmatischen Ausdruck fand sie in dem gewählten Projekttitel „Was geht!“. Zwischen den beiden Systemen wurde eine intermediäre Einrichtung[7] (Projektträger) geschaffen, die diese Transferaufgabe der Vernetzung (Schaffung von Kooperationsbeziehungen) zwischen den Systemen leisten soll.



Grundmodell Projekt

[7] Diese Begrifflichkeit wurde von P. Sauer übernommen.

Die vorbereitenden Tätigkeiten für das Modellprojekt wie auch die Recherchetätigkeit zu Beginn haben gezeigt, dass Bewegungsaktivitäten im rehabilitativen Sinne wirksam sein können. Sie können unter anderem das Fortschreiten der Erkrankung verlangsamen oder sonst positiven Einfluss auf den Status des Betroffenen haben. Das System der „Kümmerer" kann deshalb als das fordernde System beschrieben werden, während das System der Anbieter von Sport- und Bewegungsaktivitäten eher als reaktives System eingeordnet werden kann. Deshalb erscheint es als folgerichtig, dass das intermediäre System aus dem fordernden System heraus gebildet wurde. Charakteristisch für das Modellprojekt ist, dass es nicht die medizinischen Aspekte in den Vordergrund stellt. Im Mittelpunkt steht vielmehr die Möglichkeit, über Sport und Bewegung Lebensfreude und Lebensqualität zu erreichen und die Teilhabe von Menschen mit Demenz an der Gesellschaft durch Sport und Bewegung zu erhalten bzw. wieder zu erlangen.

Zwei Projektträger mit unterschiedlichen Organisationsstrukturen und Ansätzen

Um einen Vergleich zwischen mehreren Ansätzen zu haben, wurde das intermediäre System auf zwei unterschiedliche Regionen und Organisationstypen fokussiert: Einmal wurde eine Interessensgruppe (Verein Leben mit Demenz) ausgewählt, deren Tätigkeit sich auf einen Landkreis bezieht, zum anderen eine gemeinnützige Organisation, die eher auf nationaler Ebene arbeitet, auch wenn sie einen Schwerpunkt ihrer Tätigkeit um ihren Standort herum entwickelt hat (Demenz Support Stuttgart). Der Verein Leben mit Demenz – Alzheimergesellschaft Minden-Lübbecke e.V. und die Demenz Support Stuttgart gGmbH agieren im Modellprojekt als intermediäre Einrichtung, die zwischen den zwei Systemen der Anbieter von Sport- und Bewegungsaktivitäten und dem „Kümmerer"-System Kooperationsbeziehungen schaffen wollen.

Das Einzugsgebiet des **Vereins Leben mit Demenz** bildet der Landkreis Minden-Lübbecke in Nordrheinwestfalen. Bereits vor Projektbeginn sammelte der Verein Erfahrungen mit Sport- und Bewegungsaktivitäten für Menschen in den frühen Phasen einer Demenz und Kooperationen mit Sportvereinen (Kanu Klub Minden, ADFC Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club Minden-Lübbecke e.V.). Die Aktivitäten entstanden im Rahmen von Selbsthilfegruppen von/für Menschen in den frühen Phasen einer Demenz (Gesprächsgruppen), die über den Austausch über die eigene Situation hinaus gerne zusammen sportlich aktiv sein wollten. Seit Januar 2010 treffen sich beispielsweise in drei Kreisgemeinden die „Sport und Talk-Gruppen" zweimal im Monat zu Sport und anschließendem Gesprächskreis. In den verschiedenen Sport- und Bewegungsgruppen sind die Betroffenen entweder unter sich oder sie sind gemeinsam mit Angehörigen und/oder Freuden aktiv. Die Homogenität der Gruppen liegt schon im Aufnahmekriterium „Facharztdiagnose Demenz" begründet. Die Angebote und Aktivitäten werden zentral gesteuert. Die Koordination liegt beim Verein, erfolgt jedoch weitgehend durch eine Person.

Im Rahmen des Projekts war eine Anknüpfung an bestehende Aktivitäten und Strukturen vorgesehen. Im Mittelpunkt stand dabei die Entwicklung und Erprobung neuer Angebotsformate und Sportangebote. Ziel war eine grundlegende Veränderung durch die Öffnung der Bewegungsangebote für Menschen mit einer Demenz ungeachtet dessen, ob sie einer Gruppe für Menschen mit Frühdemenz oder einer „festen" Anschlussgruppe angehören.

Demenz Support Stuttgart gGmbH (Baden-Württemberg) operiert über die regionalen Grenzen hinaus, auch wenn ein Schwerpunkt ihrer Tätigkeit und somit Ausgangspunkt für das Projekt in der Region Stuttgart liegt. Im Raum Stuttgart gab es – im Gegensatz zu Minden-Lübbecke – vor Projektbeginn keine Sport- und Bewegungsangebote im Sinne des Modellprojekts. Diese sollten gemäß den Projektzielen in Kooperation mit Vereinen und anderen Organisationen neu geschaffen werden. Die Steuerung der Erstellung von Sport- und Bewegungsangebote in der Region Stuttgart erfolgt dezentral. Sie hebt auf zwei unterschiedlichen Phasen ab. In der ersten Phase bis zur Etablierung einer

lokalen Initiative liegt der Arbeitsschwerpunkt bei Dess. In der zweiten Phase übernehmen die bis dato etablierten lokalen Initiativen (z.B. Kommunen) sowie die Anbieter aus den Bereichen Sport und Bewegung (z.B. Schwäbischer Albverein) die Implementierung, wobei der Unterstützungsschirm (v.a. in Form von fachlichen Inputs und Beratung) von Dess erhalten bleibt.

Im Projekt wie auch im Rahmen der Evaluation sollen die beiden Ansätze nicht als zwei konkurrierenden Modelle betrachtet und gewertet werdend. Vielmehr geht es ausschließlich darum zu beurteilen, was unter welchen konkreten Bedingungen mit dem jeweiligen Ansatz erreicht werden konnte. Dies erfolgt nun anhand der Evaluationskriterien Relevanz, Effektivität, Wirkung und Nachhaltigkeit/Breitenwirkung. Dabei werden, soweit es die vorliegenden Materialien von Prof. Dr. Sauer sowie die Forschungsergebnisse im Rahmen der bereits genannten Masterarbeit ermöglichen, die Fragen aus der Evaluierungsmatrix beantwortet.

4.2 Relevanz

Das Kriterium Relevanz prüft vor allem die Bedeutung des Projekts für die Zielgruppen. Sport und Bewegung in der Gruppe können für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen eine Möglichkeit der sozialen Teilhabe bieten. Eine gesellschaftliche Relevanz wird im Hinblick auf die steigende Anzahl der von Demenz betroffenen Menschen sowie die sich wandelnde Wahrnehmung der Menschen mit Demenz in der Gesellschaft – und somit auch den Anbietern von Sport und Bewegung – betrachtet.

Soziale Teilhabe der Menschen mit Demenz

Demente und ihre Angehörigen machen, was die Untersuchungen im Rahmen der Masterarbeit zeigten, in ihrem Alltag mannigfaltige Exklusionserfahrungen. Für viele Demente reduziert sich ihre soziale Teilhabe bis hin zur Exklusion aus verschiedenen Teilbereichen, u.a. aus Sozialräumen (Gemeinde, Nachbarschaft), Organisationen (Vereine) oder Interaktionsräumen (Freundeskreis). Soziale Integration und erlebte Zugehörigkeit sind jedoch für ein positives Lebensgefühl aller Menschen und somit auch von Menschen mit Demenz zentral. Insbesondere belastend ist der Rückgang der sozialen Kontakte im gewohnten Umfeld, wie beispielsweise des Freundeskreises oder des Vereins, die in der Regel von der Krankheit als Ursache für die Wesensveränderung des Dementen wissen. Weiterhin wird die Lebensqualität dadurch eingeschränkt, dass es den Menschen mit Demenz nicht mehr möglich ist, bestimmte gewohnte Tätigkeiten alleine auszuüben. Auch schämen sich Angehörige für die Menschen mit Demenz, bleiben für sich und grenzen sich somit selbst aus. Inwieweit sich durch das Projekt die soziale Teilhabe für die Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen verändert hat, wird unter dem Kriterium Wirkung diskutiert.

Menschen mit Demenz in der Gesellschaft

In Deutschland gibt es (Stand 2014) fast 1,6 Mio. Menschen mit Demenz. Die Zahl der jährlichen Neuerkrankungen bei über 65-jährigen liegt bei rund 300.000 (Stand 2015) hinzu kommen 20.000 sogenannte Früherkrankte, die vor dem 65. Lebensjahr die Diagnose Demenz erhalten. Die Zahl der Neuerkrankten nimmt jährlich um 40.000 zu, so dass für 2017 mit rund 380.000 Neuerkrankten gerechnet werden kann. (Deutsche Alzheimergesellschaft 2017)

Der Verlauf der Demenz ist zeitlich und symptomatisch individuell, kann jedoch in drei Stadien eingeteilt werden: frühes Stadium (leichte Störung des Gedächtnisses sowie Schwierigkeiten bei der Orientierung und Lösung von komplexen Aufgaben), mittleres Stadium und spätes Stadium. Das frühe Stadium der Demenz dauert aktuell etwa fünf bis zehn Jahre (Bundesministerium für Familie, Senio-

ren, Frauen und Jugend 2016). Die Anzahl der Menschen, die im frühen Stadium der Demenz leben nimmt kontinuierlich zu. Zentrale Zielgruppe des Modellprojekts bilden Menschen im frühen Stadium der Demenz, wobei mobile Demente in der mittleren Phase weiterhin an ausgewählten Aktivitäten teilnehmen können.

Im Mittelpunkt des Projektes steht nicht der präventive Charakter (zeitliche Verzögerung der Demenz), sondern die Erhaltung der Lebensqualität durch Bewahrung bzw. Schaffung von gesellschaftlicher Teilhabe der Dementen und auch ihrer Angehörigen. Menschen mit Demenz können aufgrund ihrer Erkrankung eine Exklusion erfahren, da oftmals die sozialen Nahbeziehungen, als ein wichtiger Punkt der gesellschaftlichen Zugehörigkeit, weniger werden oder ganz verloren gehen (Callies 2008, Kronauer 2013). Gemäß Artikel 1 Absatz 2 der im Jahr 2009 in Deutschland ratifizierten UN-Behindertenrechtskonvention sind Menschen mit Demenz als Menschen mit Behinderung anerkannt und haben somit ein Recht auf Teilhabe am gesellschaftlichen Leben, das unter anderem die „Teilhabe am kulturellen Leben sowie an Erholung, Freizeit und Sport“ (UN-Behindertenrechtskonventionen 2016) einschließt. Die (inklusiven) Angebote im Rahmen des Projekts sollen den Menschen mit Demenz eine gesellschaftliche Teilhabe erhalten bzw. schaffen. Der Begriff Inklusion im Sinn von gesellschaftlicher Zugehörigkeit und Teilhabe ist in Verbindung von Menschen mit Demenz bislang noch wenig thematisiert worden (Brandenburg 2014). Im Rahmen dieses Berichts wird Inklusion als zielgerichtete Anstrengung zur Integration der von sozialer Exklusion bedrohten Menschen mit Demenz in einem öffentlichen, allgemein zugänglichen Raum[8] in ihrem Nahbereich verstanden. Exklusion wird „als soziale Ausschließung“ (Noack 2014) aufgefasst, die sich hier ausschließlich auf Demenz und nicht auf andere Kriterien wie beispielsweise Armut oder Erwerbslosigkeit bezieht.

Wahrnehmung von Menschen mit Demenz bei Anbietern von Sport und Bewegungsaktivitäten

Der vorherrschen Betrachtungsweise zufolge stellt sich Demenz als eine Krankheit dar. Die Bedeutung, die Menschen einer Krankheit geben, die Sichtweise auf sie und der Umgang mit ihr und den Kranken sind von sozialen und kulturellen Erfahrungen sowie vom Wissenstand über die Erkrankung abhängig (Dornheim 1983, Kleinmann 1980). Das Wissen über die Krankheit ist eine Grundlage für den Umgang und das Verständnis für die Demenz und die hiervon Betroffenen.

Die nachfolgenden Ausführungen gründen in erster Linie auf den Aussagen von Vorständen und Mitgliedern von Schwäbischen Albvereinen, die im Rahmen von Interviews in 2015 gemacht wurden sowie einer unvollständigen Interviewtranskription eines Gesprächs mit einem Verantwortlichen vom ADFC in Minden-Lübbecke. Über die Wahrnehmung von anderen Anbietern aus den Bereichen Sport und Bewegung liegen keine Unterlagen vor, es kann jedoch davon ausgegangen werden, dass diese höchstens in Nuancen abweichen.

Vor dem Projekt bzw. vor den ersten Ausfahrten und Wanderungen mit Personen, die mit einer Demenz leben, war Demenz für die Vereinsmitglieder und -vorstände, wenn überhaupt, nur im privaten Umfeld ein Thema. Das Bild von Demenz und Menschen mit Demenz war bei den Anbietern größtenteils negativ geprägt. Dies kann auf das fehlende Wissen sowie die Angst vor und den Umgang mit Demenz bzw. den hiervon Betroffenen zurückgeführt werden. Das in der Gesellschaft vorherrschende Demenzbild ist defizitär. Es wird durch die überwiegend negative mediale Darstellung von Demenz (Otto 2012, Grebe 2012) verstärkt.

[8] Ein öffentlich zugänglicher Raum in diesem Sinne bilden beispielsweise die Nachbarschaft, die Gemeinde sowie die Vereine im gewohnten Umfeld der Menschen mit Demenz. Dem entgegen steht der geschlossene Raum, wie beispielsweise ein Heim für Menschen mit Demenz, zu dem neben dem Pflegepersonal nur sie selbst Zugang haben.

Die Verantwortlichen des Fahrradclubs in Minden waren vor den ersten Angeboten der Meinung, dass Menschen mit Demenz nicht mehr in der Lage seien, Fahrrad zufahren. Als potentielle Mitglieder im ADFC oder als Zielgruppe für Radtouren wurden Menschen mit Demenz nicht wahrgenommen. Nach den ersten Radtouren mit Betroffenen zeigte sich schnell, dass Demenz (zumindest den frühen Phasen) kein prinzipielles Hindernis darstellt und Menschen mit einer Demenz sehr wohl gute Radfahrer sein können. Auch die Wahrnehmung der Mitglieder und Vorstände in den einzelnen Ortsgruppen des Schwäbischen Albvereins in Bezug auf Menschen mit Demenz war vor der Etablierung der inklusiven Wanderungen „Was geht! Lust am Wandern“ überwiegend negativ. Menschen, die mit einer Demenz leben, wurde abgesprochen eine angemessene Wanderleistung zu erbringen und ein aktives Mitglied im Verein zu sein. Teilweise wurden sie, wie Wanderführer im Gespräch im Rahmen der Forschungen zur Masterarbeit herausstellten, auch von anderen Vereinsmitgliedern gebeten nicht mehr zu den Wanderungen zu kommen. In den Ortsvereinen war es nicht immer einfach, das Konzept des Projektes zu etablieren. Vereinsmitglieder konnten nicht nachvollziehen, wieso sich der Albverein in diesem Bereich engagieren soll, da dieser doch ohnedies bereits mit einem (Über)Alterungsproblem konfrontiert sei. Auch gab es anfänglich, vor allem seitens potentieller Wanderführer, Bedenken bezüglich der Betreuung und des Umgangs mit den Betroffenen. Aufgrund der ersten Wanderungen im Rahmen des Projekts, den dabei erfahrenen persönlichen Kontakten und des im Laufe der Zeit aufgebauten Wissens über die Krankheit hat sich deren Bild von Demenz positiv gewandelt. Es hat sich im speziellen für die Albvereine gezeigt, dass durch die Gruppe „Was geht! Lust am Wandern“ immer mehr Mitgliedern die Möglichkeiten haben bei Wanderungen bis ins hohe Alter und auch bei gesundheitlichen Einschränkungen teilzunehmen. Die Wahrnehmung von Menschen mit einer Demenz wandelte sich bei den persönlich eingebundenen Vereinsmitgliedern und -Vorstände des ADFCs und der SAV-Ortsgruppen im Laufe der gemeinsamen Aktivitäten.

4.3 Effektivität – Was geht wie

Die Projektpartner formulierten für den Projektzeitraum Ziele, für deren Erreichung Arbeitsmodule ausgearbeitet wurden. Dies waren rahmende Module (Literaturrecherche, Gute-Praxis-Ausschreibungen) sowie Module, die beide intermediäre Einrichtungen betrafen (u.a. mediale Kommunikation) und solche, die nur auf eine Region bezogen waren. Die Erreichung dieser Ziele wurde mit dem qualitativen Evaluationskriterium Effektivität überprüft. Es wird dargelegt „was geht“ und „wie es geht“.

4.3.1 Literaturrecherche und Gute-Praxis-Ausschreibung

Um einen fundierten Überblick über den Erkenntnisstand zum Thema Sport, Bewegung und Demenz zu erlangen, wurde zum Projektbeginn eine Literaturrecherche in einschlägigen Datenbanken durchgeführt. Der Fokus lag auf den Aspekten Lebensqualität, Inklusion und Teilhabe. Mehr als 250 Publikationen – meist aus dem internationalen Bereich – konnten nachgewiesen werden. In der allgemein zugänglichen Schwerpunktausgabe von dess_orientiert „Let’s move II – Bewegung und Demenz“ (2014) wird in verschiedenen Beiträgen auf diese Recherche eingegangen. Kurz vor Beendigung des Projekts fand eine weitere Literaturrecherche statt, die sich ausschließlich auf deutsche Veröffentlichungen bezog. Gegenüber der ersten Recherche sind deutschsprachige Veröffentlichungen zahlenmäßig stark angewachsen. Offensichtlich wurde dem Thema seither eine größere Aufmerksamkeit gewidmet. Ob dies auf das Modellprojekt gründet, kann nur vermutet werden. Nicht einbezogen wurden die im Rahmen des Projekts veröffentliche Publikationen sowie andere im Rahmen der Öf-

fentlichkeitsarbeit erschienenen Berichte, auf die unter dem Unterkapitel Öffentlichkeitsarbeit näher eingegangen wird.[9]

Im Januar 2013 fanden eine interne sowie eine öffentliche Auftaktveranstaltung in Stuttgart statt. Außerdem wurde bundesweit eine Gute-Praxis-Ausschreibung gestartet. Mit dieser Ausschreibung sollten bereits bestehende Initiativen und Projekte identifiziert werden, die die beiden Systeme – Anbieter aus den Bereichen Sport/Bewegung und „Kümmerer um Menschen mit Demenz" zusammenbringen. Insgesamt gingen auf die Ausschreibung hin 57 Bewerbungen ein. Ein Großteil dieser Bewerbungen wies jedoch nur einen geringen Themenbezug auf. Dies bestätigte die Vermutung, dass im Jahr 2013 kaum Angebote im Sinne des Modellprojekts existierten. Im Rahmen des Anstifter- und Vernetzungstreffens im September 2013 wurden fünf als besonders innovativ und beispielhaft bewertete Projekte prämiert und der interessierten Öffentlichkeit vorgestellt. 2015 wurde zum Abschluss des Modellprojekts eine weitere Gute-Praxis-Ausschreibung durchgeführt. Mit 55 Bewerbungen, die die Thematik allerdings wesentlich besser trafen als jene der ersten Ausschreibungsrunde, blieb diese zahlenmäßig knapp unter der ersten Ausschreibung, obwohl die Angebote und Projekte zum Thema Sport/Bewegung und Demenz nach den Recherchen von Prof. Dr. Sauer zugenommen haben. Möglicherweise ist dieses Ergebnis darauf zurückzuführen, dass Angebote/Projekte, die im Rahmen von „Was geht!" entstanden sind, nicht teilnahmeberechtigt waren und jene, die bereits 2013 teilnahmen, von einer erneuten Teilnahme abgesehen haben. Im Rahmen der bundesweiten Fachtagung und Abschlussveranstaltung des Projekts „VIELBEWEGT – mit Demenz aktiv und sportlich mittendrin" am 3./4. März 2016 wurden vier Bewerber vorgestellt und prämiert.

Mit der Öffentlichkeitsarbeit wurde bereits bei Projektbeginn begonnen. Sie war in großen Teilen eine gemeinsame Arbeit der beiden Regionen (Minden-Lübbecke und Stuttgart) und wird dementsprechend im nächsten Unterkapitel zusammengefasst. Mit den weiteren Aktivitäten wurde ebenfalls kurz nach Projektbeginn gestartet. Diese werden separat berücksichtigt, da sie als intermediäre Einrichtung auf verschiedene Voraussetzungen und Strukturen zurückgreifen und auch die einzelnen Zielsetzungen für die beiden Regionen unterschiedlich waren.

4.3.2 Öffentlichkeitsarbeit beider Regionen

Für ein Projekt mit dieser Aufgabenstellung ist Öffentlichkeitsarbeit essentiell: es baut auf der Bekanntheit des Trägers eines solchen Vorhabens auf und hat mit seinen Ergebnissen Einfluss auf die öffentliche Wahrnehmung des Themas „Sport, Bewegung und Demenz". Weiterhin kann dadurch ein entsprechender Bekanntheitsgrad und Bewusstsein des Projekts in der jeweiligen Region geschaffen werden, was wichtig für die Gewinnung ehrenamtlicher Betreuer und potentieller Projektpartner ist. Im Rahmen des Bundesmodellprojekts wurden folgende Instrumente für die Öffentlichkeitsarbeit von den Projektträgern eingesetzt:

- Gemeinsame und regionale Veranstaltungen der Projektpartner: Auftakt- und Abschlussveranstaltung, Anstifterworkshops, Regionalkonferenz NRW, u. a.
- Vorträge[10]
- Drei Praxisfiblen zu den Bewegungsangeboten Wandern, Radfahren und Bewegungsgruppen
- Vier Imagefilme zu verschiedenen Bewegungsangeboten
- Filmclips für den Einsatz im Rahmen von Fortbildungen und Qualifizierungsmaßnahmen
- Presseberichterstattung auf lokaler und überregionaler Ebene[11]

[9] Die Angaben in diesem Absatz wurden den von Prof. Dr. Sauer hinterlassenen Materialien entnommen.
[10] Vgl. Anlage 3: Aufstellung einer Auswahl von Veranstaltungen und Vorträgen.

- Berichterstattung in Fernsehen und Rundfunk
- Publikationen
- Flyer zu den verschiedenen Was geht!-Angeboten
- Projekthomepage sowie entsprechende Informationen auf den Homepages von Projektpartnern, Vereinen, Sozialpartnern u.a.
- Projektvorstellung bei Vereinen, Initiativen u.a.
- Beteiligung an Veranstaltungen Dritter
- Wandern und Radtouren mit Persönlichkeiten aus Politik und Sport

Bei den eigenen Veranstaltungen wurde versucht, eine Mischung zwischen professionellen Kräften und Betroffenen herzustellen. Es wurde nicht nur über Menschen mit Demenz gesprochen, sondern auch mit ihnen. Durch das Fortschreiten der Demenz ist ein relativ steter Wechsel der Teilnehmer gegeben, was zu planerischen und organisatorischen Unwägbarkeiten bei Projekten für Menschen mit Demenz führt. Neue Teilnehmer müssen regelmäßig gewonnen werden. Auch daher muss sichergestellt sein, dass Neuerkrankte Kenntnis von den Angeboten erhalten. Dies geschieht durch Presseartikel, aber vor allem durch entsprechende Flyer sowie Kenntnisse über die Angebote bei Multiplikatoren (Beratungsstellen, Seniorenverbände, Ärzte u.a.).

4.3.3 Region Stuttgart

In der Modellregion Stuttgart gab es vor Projektbeginn keine dem Projekt entsprechenden Angebote. Somit sollten, so die Zielsetzung, im ersten Schritt passende Anbieter aus den Bereichen Sport- und Bewegung gewonnen und dann gemeinsam entsprechende Angebote geschaffen oder bestehende für Menschen mit Demenz geöffnet werden. Ein besonderes Augenmerk lag auf inklusiven Angeboten, die offen für alle Menschen sein sollten. Als ein weiteres Hauptziel war die Erstellung und Herausgabe eines Praxishandbuchs zum Ende des Projektzeitraums auf Grundlage der im Projekt gemachten Erfahrungen vorgesehen. Dieses Konzept wurde zugunsten von drei Praxisfibeln zu den Bewegungsangeboten Wandern, Radfahren und Bewegungsgruppen modifiziert. Sie werden seit März 2016 – entgegen der ursprünglichen Planung im Rahmen des Projektantrags – kostenfrei über das BMFSFJ abgegeben. Die von Dess herausgegebenen Fibeln sind als Praxishilfen angelegt, die die unterschiedlichen Akteure (interessierte Personen, Vereine, Kommunen, Initiativen) zum Aufbau eigener Angebote anregen und bei diesen unterstützen sollen. Dabei beinhalten die Fibeln Erfahrungsberichte mit dem jeweiligen Bewegungsformat aus dem Projektzeitraum der beiden Projektpartner sowie Informationen, Anregungen und Tipps zur Entwicklung und Umsetzung entsprechender Angebote. Die Praxishilfen wurden gut aufgenommen und waren gefragt, so dass die ersten Auflagen bereits nach wenigen Wochen vergriffen waren.[12]

Welche Sport- und Bewegungsangebote in der Region Stuttgart mit den entsprechenden Anbietern initiiert und nachhaltig durchgeführt wurden bzw. nicht zustande kamen, wird nachfolgend anhand der einzelnen Sport- und Bewegungsangebote dargestellt. Generell ist hierbei herauszuheben, dass die Steuerung dezentral erfolgt: nach der ersten Phase bis zur Etablierung der entsprechenden Angebote verlagert sich der Arbeitsschwerpunkt von Dess auf die Anbieter aus den Bereichen Sport und Bewegung sowie die entsprechenden lokalen Sozialpartner (Kommunen, Initiativen u.a.). Der Unterstützungsschirm von Dess bleibt indes erhalten.

[11] Vgl. Anlage 4: Auflistung der registrierten Presseberichtserstattungen im Printbereich.

[12] Die Auflage betrug 500 Stück pro Praxisfibel. Stand November 2017 wurde pro Bewegungsangebot (Wandern, Radfahren, Bewegungsgruppen) eine Anzahl von jeweils 1000 Praxisfibeln vertrieben.

4.3.3.1 Sport- und Bewegungsangebote

Es gelang in der Region Stuttgart, Anbieter aus den Bereichen Sport und Bewegung für das Thema Sport und Demenz zu gewinnen und entsprechende Angebote nachhaltig zu etablieren. Inwieweit Menschen mit Demenz in das Vereinsleben einbezogen werden konnten, ist nicht belegbar. Bei allen neu geschaffenen Angeboten ist eine Vereinsmitgliedschaft nicht erforderlich. Dessen ungeachtet haben Menschen mit Demenz die Möglichkeit in ihrem Vereinen weiterhin aktiv zu bleiben und die neuen Angebote zu nutzen. Im Rahmen des Projekts konnte diese Entwicklung jedoch nicht festgestellt werden. Lediglich der Turnverein Vaihingen Enz hat bereits bestehende Angebote für Menschen mit Demenz geöffnet.

Wandern

Mit dem Schwäbischen Albverein (SAV) gewann Dess einen Hauptpartner für ein inklusionsorientiertes Vorhaben im Bereich Wandern. Das Angebot wurde gemeinsam mit dem SAV konzipiert und erlangte unter dem (späteren) Titel „Was geht! Lust am Wandern“ eine weit über die Region hinausgehende Bekanntheit. Die erste Wanderung wurde im März 2013 von Dess mit der SAV-Ortsgruppe Stuttgart durchgeführt. Für die regelmäßig einmal im Monat stattfindenden Wanderungen gilt: Sie richten sich an alle Menschen, wobei speziell Menschen mit kognitiven Einschränkungen, aber auch solche mit anderen Handicaps, eingeladen werden. Die Werbung für das Angebot erfolgt über themenbezogen relevante Beratungsstellen und Multiplikatoren im Sozialbereich. Weitere Teilnehmer konnten durch Öffentlichkeitsarbeit und entsprechende Presseberichte gewonnen werden. Zum Jahresende 2013 wurde ein Teilnehmerkreis von zwölf Personen verzeichnet. Aufgrund der gemachten Erfahrungen bei den Wanderungen wurde das Angebot kontinuierlich modifiziert. So wurden beispielsweise ab 2014 ehrenamtliche Wanderbegleiter als eine Art „persönliche Assistenz“ für mitwandernde Personen mit demenziellen oder anderen Einschränkungen eingeführt. Diese stehen dem eingeschränkten Teilnehmenden nach dem Prinzip: „so viel Unterstützung wie nötig, so wenig wie möglich“ persönlich zur Verfügung, sofern ein Unterstützungserfordernis festgestellt und ein Assistenzwunsch geäußert wurde. Dies ist oftmals dann der Fall, wenn ein anderer persönlicher Begleiter (Freunde oder Angehörige) nicht zur Verfügung stehen, gleichzeitig aber Unterstützungsbedarf besteht (was nicht bei allen von einer Demenz betroffenen Teilnehmenden der Fall war). Auf die Entwicklung und Ausgestaltung des Wanderangebots sowie die damit gemachten Erfahrungen wird in Kapitel 6 noch im Detail eingegangen.

Nachdem sich die Wanderungen und die Vorgehensweise in Stuttgart bewährt hatten, wurden ab 2014 Sozialpartner (Kommunen, Sozialverbände u.a.) in anderen Orten angesprochen, die zusammen mit den entsprechenden Ortsvereinen des SAV die Wandergruppen aufbauen könnten. Im Laufe des Projektes kamen vor allem interessierte Kommunen und Sozialverbände von selbst auf Dess zu – durch Öffentlichkeitsarbeit, verschiedenen Publikationen sowie Mund-zu-Mund-Propaganda entwickelte sich innerhalb kurzer Zeit ein entsprechender Bekanntheitsgrad des Projekts. Zusätzlich zu den regulären monatlich stattfindenden Wanderungen der einzelnen Ortsgruppen wurden besondere Wanderungen für alle Gruppen gemeinsam organisiert und durchgeführt: GPS-Wandern, eine Herbstwanderung mit Einkehr und Musik, eine Wanderung mit zwei Ministerinnen. Zum Projektende fanden in Baden-Württemberg an neun Orten monatliche Wanderungen mit jeweils 12 bis 30 Teilnehmern statt. Auch im deutschsprachigen Ausland wurden vergleichbare Wandergruppen aufgebaut und regelmäßig durchgeführt. Zwischenzeitlich konnten die Standorte sowie die Teilnehmerzahl, auch über die Bundes- und Landesgrenzen hinweg, ausgeweitet werden.

Partner im Rahmen des Wanderangebots sind die jeweiligen Ortsvereine des SAV (bzw. des Schwarzwaldvereins, Alpenvereins, u.a.) und sogenannte Sozialpartner. Die Sozialpartner sind unterschiedliche Träger vor Ort: Kommunen, Sozialverbände und andere. Lediglich in Stuttgart nimmt

Dess die Position des Sozialpartners ein und übernimmt die Organisation, Koordination und Werbung für die Wanderungen. Zwischenzeitlich sind die Wanderungen beim SAV unter „Lust am Wandern – trotz Handicap“ in das reguläre Wanderprogramm aufgenommen und entsprechend in den Wanderankündigungen verzeichnet.

Bis zur Etablierung des Angebots bestand in den Ortsgruppen teilweise große Skepsis und vereinzelt auch Ablehnung dem Projekt gegenüber. Diese Vorbehalte und Widerstände konnten größtenteils ausgeräumt werden, aber es gab auch Ortsgruppen, die für das Wanderangebot aus verschiedenen Gründen nicht gewonnen werden konnten. Der Initiierungsprozess verläuft stets gleichermaßen: Die Initiative für ein Angebot vor Ort geht von unterschiedlichen Akteuren (Sozialpartner, SAV-Vereinsmitglieder, Einzelpersonen, etc.) aus, die den SAV und die Dess um Informationen und Unterstützung beim Aufbau des Angebots bitten. Es folgen Informations- und Beratungsgespräche mit den potentiellen Partnern vor Ort sowie entsprechende Qualifizierungen durch den SAV (Wanderkompetenz) und die Dess (Demenzkompetenz) für Wanderbegleiter, Wanderführer und andere Interessierte, um sie für den Umgang mit demenziellen Veränderungen zu sensibilisieren und zu schulen. Der Aufbau des Wanderangebots erfolgt in allen Orten analog zu den Strukturen in Stuttgart. Die Ortsgruppe des SAV ist für die Wanderungen verantwortlich; die Sozialpartner vor Ort übernehmen die Organisation der inklusiven Wanderungen einschließlich der Werbung, deren Design und Texte oft von Stuttgart übernommen werden. Dess wirkt lediglich in der Aufbauphase und im Rahmen von Qualifizierungen und Fachfragen mit. Die Wanderungen werden von ausgebildeten Wanderführern der örtlich zuständigen SAV-Ortsgruppe geleitet. Der Teilnehmerkreis bei den niederschwelligen Wanderungen, die sich u.a. durch kurze Strecken und eine langsame Laufgeschwindigkeit auszeichnen, ist gemischt. Neben demenziell veränderten Teilnehmenden und solchen mit anderen kognitiven oder körperlichen Einschränkungen, ihren Angehörigen und Freunden, den Wanderbegleitern und Mitarbeitern der Sozialpartner nehmen Menschen mit und ohne Handicaps verschiedenen Alters teil. Überwiegend sind dies jedoch Personen im Alter ab 60-65 Jahren. Auch jene, die bereits Mitglied im entsprechenden Ortsverein sind und lange Strecken nicht mehr bewältigen können, schließen sich zwischenzeitlich der Gruppe an.[13] Eine Mischung der Teilnehmer in Sinne des inklusiven Ansatzes hat sich als tragbar und positiv für alle Teilnehmer erwiesen. Dabei zeigt sich ein Anteil von Menschen mit Demenz von maximal etwa 1/3 als ideal. Bei einer Teilnehmerzahl von 30 stößt den Erfahrungen der Organisatoren zufolge eine Gruppe an ihre Kapazitätsgrenzen. Dies war insbesondere im Enzkreis der Fall, wo eine Teilung der Gruppe in Erwägung gezogen wird. Generell ist die Teilnehmerzahl jedoch nicht konstant. Durch Fortschreiten der Demenz fallen teilnehmende Personen mit dieser Einschränkung wie dann auch ihre Angehörigen teilweise kurzfristig weg. Um die Teilnehmerzahl zu halten, müssen laufend neue Teilnehmer angesprochen und gefunden werden. Öffentlichkeitsarbeit und entsprechende Werbung müssen kontinuierlich fortgesetzt werden, damit auch Neuerkrankte von den Wanderangeboten erfahren und die Möglichkeit zur Teilnahme erhalten.

Bei den „Was geht!“-Wanderungen ist eine Mitgliedschaft der Teilnehmer im SAV nicht erforderlich. Nur in Ausnahmefällen kommt es zu einem Neueintritt Betroffener und ihrer Angehörigen. Es hat sich jedoch gezeigt, dass Mitglieder der Ortsgruppen zunehmend Interesse an den Wanderungen haben und auch aktiv teilnehmen. Die Teilnahme an den Wanderungen ist kostenlos.

Das Wanderangebot zeigt, dass und wie ein inklusives Angebot funktioniert. Die Wanderungen sind für alle Teilnehmer ein Ort der Begegnung, an dem sie Inklusion und Teilhabe praktisch erleben können. Besonders für die Zielgruppe der von einer Demenz Betroffenen und deren Angehörigen bietet die Gruppe eine Möglichkeit, körperlich aktiv zu sein und einen gesellschaftlichen Umgang in der

[13] Gemäß Erkenntnissen im Rahmen der Forschungen zur Masterarbeit „Gesellschaftliche Einbindung von an Demenz erkrankten älteren Menschen am Beispiel der Wandergruppe ‚Was geht! Lust am Wandern‘. Eine empirische Untersuchung“.

Gruppe zu pflegen und zu genießen. Dies wirkt sich positiv auf ihre Lebensqualität aus. Aber auch alle anderen Teilnehmer profitieren von den Wanderungen. Dies bestätigen die Forschungsergebnisse der Masterarbeit „Gesellschaftliche Einbindung von an Demenz erkrankten älteren Menschen am Beispiel der Wandergruppe ‚Was Geht! Lust am Wandern'", aber auch Aussagen der Teilnehmer der Austausch- und Qualitätssicherungstreffen, die seit November 2015 jährlich mit den Teilnehmern aller Standorte von „Lust am Wandern" stattfinden.

Stadtteilspaziergang/Rollator-Walking

Aus dem Kontext von „Lust am Wandern" heraus entwickelte sich die Idee für Stadtteilspaziergänge/Rollator-Walkings für Menschen, denen die Wanderungen trotz ihrer Niederschwelligkeit zu anspruchsvoll sind. Nach Gesprächen mit dem AWO - Begegnungs- und Servicezentrum Ostend, wo man Interesse bekundet hatte, entsprechende Aktivitäten im Stadtteil anzubieten, wurden die Stadtteilspaziergänge „Unterwegs im Stadtteil" mit besonderer Berücksichtigung von Rollatornutzern initiiert. Seit September 2014 werden einmal wöchentlich Spaziergänge in Stuttgart-Ost und seit Mai 2015 in Stuttgart-Hedelfingen (ebenfalls an ein Begegnungs- und Servicezentrum der AWO angebunden) durchgeführt. In Stuttgart-Möhringen wurde 2015 ein Spaziergang durchgeführt; weitere sollten ab April 2016 folgen. In Bondorf wurde von einer Teilnehmerin der vom Württembergischen Landessportbund (WLSB) durchgeführten Qualifizierung „Was geht! Sport, Bewegung und Demenz" die Idee übernommen und in dreimal monatlich stadtfindende Spaziergänge umgesetzt. Für weitere Angebote wurden von Dess beratende Gespräche geführt.

Hauptpartner (Organisator und Veranstalter) für dieses Angebot ist die AWO in Stuttgart bzw. deren örtliche Begegnungs- und Servicecentren in Ost und Hedelfingen. Weitere Partner sind neben Dess (Beratung, Qualifizierung, Beobachtung), der SAV (Qualifizierung), der Sportkreis Stuttgart, der Seniorenrat Stuttgart, die Naturfreunde Stuttgart-Ost und ein in Ost ansässiges Sanitätsfachgeschäft (Schulung im Umgang mit dem Rollator). Analog den Wanderungen standen vor den ersten Stadtteilspaziergängen Basisqualifizierungen zum Thema Demenz sowie dem Umgang mit dem Rollator.

„Unterwegs im Stadtteil" ist für alle Interessierten offen und kein spezifisches Angebot für Menschen mit einer Demenz, lädt diese jedoch ausdrücklich zur Teilnahme ein. Besonders an dem Angebot ist, dass Menschen, die auf einen Rollator angewiesen sind, gezielt angesprochen werden. Analog zu den Wanderungen werden die Teilnehmer durch ehrenamtliche Stadtteilbegleiter unterstützt. In Stuttgart-Ost nehmen bei den Spaziergängen regelmäßig 10-15 und in Hedelfingen 8-10 Personen teil. Während den etwa 1,5 Stunden dauernden Spaziergängen erhalten die Teilnehmer Informationen zur Ortsgeschichte oder auch zu Sehenswürdigkeiten; teilweise erzählen sie selbst auch von ihren Erlebnissen und Erfahrungen im Stadtteil. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum gemeinsamen Mittagessen in der Begegnungsstätte.

Die wöchentlichen Spaziergänge sind in den Stadtteilen Ost und Hedelfingen etabliert, im Programm der AWO entsprechend integriert und werden nach dem Ende des Modellprojekts weitergeführt. Sie bieten Menschen, die nur begrenzt mobil sind die Möglichkeit der Bewegung, des sozialen Kontakts sowie der Teilhabe. Auch nach Ende des Projekts wird versucht, die Spaziergänge (auf Basis der Strukturen der AWO) in weiteren Stadtteilen zu initiieren. Es zeigt sich auch hier, dass die Einführung und Durchführung des Angebots von der Bereitschaft und dem Engagement einzelner Personen (u. a. dem Vorhandensein von ehrenamtlichen Begleitern) abhängt. So konnten während des Projektzeitraums nicht alle Gespräche in erfolgreiche regelmäßig stattfindende Angebote umgesetzt werden.

Radfahren

Für das Radfahren konnte im Projektzeitraum kein kooperierender Verein gefunden werden. Es wurden verschiedene Gespräche mit potentiellen Partnern (u.a. ADFC Allgemeiner Deutscher Fahrrad-

Club e.V., Württembergischer Radsportverband e.V.) geführt, die jedoch aus unterschiedlichen Gründen zu keinen Radaktivitäten führten. Von Dess wurde als ein möglicher Grund hierfür die geografische Lage von Stuttgart benannt. Aufgrund des hügligen Terrains hat das Radfahren in Stuttgart generell keine große Verbreitung. Für die Vereine sei es aufgrund des Terrains nicht vorstellbar, für ältere und beeinträchtigte Personen entsprechende Touren durchzuführen. Ausschlaggebend war aber vor allem, dass im Falle des Radfahrens keine Partnerorganisation gefunden werden konnte, die bereit war, die lange Einstiegs- und Aufbauphase eines solchen Angebots in Kauf zu nehmen bzw. durchzustehen. Auch beim Radfahren ist festzuhalten, dass die Einführung und Etablierung von Angeboten nicht zuletzt vom Interesse/Einsatz der Vorsitzenden und vor allem auch der Mitglieder der Vereine abhängt.

Im Sommer 2015 fand eine Radtour zu Demonstrationszwecken statt. Diese wurde filmisch begleitet und floss in den Imagefilm „Der Spaß fährt immer mit“ ein, der gemeinsam mit dem Verein Leben mit Demenz produziert wurde.

Bewegungsangebote

Von Dess konnten im Großraum Stuttgart verschiedene Bewegungsangebote erfolgreich initiiert werden. Aus der Kooperation mit dem Turnverein Nellingen, einem der größten Sportvereine in der Region Stuttgart, entstand das Angebot **„Sport, Bewegung und Demenz: Ein Bewegungsangebot für Menschen mit Gedächtnisproblemen und Demenz – alleine oder in Begleitung“**. Seit 2013 findet regelmäßig freitags ein einstündiges Bewegungsprogramm im Bürgertreff des Nachbarschaftshauses im Scharnhauser Park statt. Die Teilnehmer (ca. 10-15) kommen aus dem Nachbarschaftshaus und der Kommune. Die Teilnehmenden aus der Kommune kommen alleine oder werden von Angehörigen oder anderen „Kümmerern“ begleitet. Die Gruppe wird von einer qualifizierten Übungsleiterin im Ehrenamt geleitet. Sie wird unterstützt von zwei weiteren ehrenamtlichen Personen sowie einem Mitarbeiter des Vereins.

In Leinfelden haben sich 2013 drei Sport- bzw. Turnvereine aus den Ortsteilen zusammengeschlossen, um gemeinsam ein an das Nellinger Konzept angelehntes Angebot umzusetzen. Im ersten Jahr wurde das Angebot für Menschen mit Frühdemenz ausgeschrieben. Da die Teilnehmerzahl jedoch hinter den Erwartungen zurückblieb, suchten die Vereine zusammen mit Dess nach den Gründen dafür. Als ein potentieller Grund wurde das Vorhandensein von anderen, inklusiv angelegten Angeboten ausgemacht. Dies legte die Vermutung nahe, dass Menschen mit Frühdemenz lieber inklusive Angebote wahrnehmen. Auch die Untersuchungen im Rahmen der Masterarbeit „Gesellschaftliche Einbindung von an Demenz erkrankten älteren Menschen am Beispiel der Wandergruppe ‚Was geht! Lust am Wandern‘“ deuten in diese Richtung. Nach einer Veränderung der Ausrichtung und der Räumlichkeiten wird das Angebot **„Sport, Bewegung und Gedächtnis“** in Kooperation mit der Stadt Leinfelden-Echterdingen in den Räumen des Seniorentreffs (in dem ein breites Spektrum an kulturellen und sportlichen Angeboten besteht) wöchentlich durchgeführt. Seit 2015 haben die Vereine ein weiteres Kooperationsprojekt mit einem Seniorenheim. Die dort stattfindenden Bewegungsangebote werden vom Heim finanziert.

Das Angebot der Caritas-Stiftung in Neuhausen auf den Fildern war von Anfang (Juli 2013) inklusiv angelegt. Unter dem Titel **„Fünf Esslinger und mehr“** machen wöchentlich 15 bis 20 Personen gemeinsam Bewegungsübungen. Die Räumlichkeiten werden von der Kirchengemeinde zur Verfügung gestellt. Die Caritas-Stiftung übernimmt die Kosten für die Gruppenleitung und die ehrenamtlichen Begleiter (u. a. Qualifizierung). Die Teilnehmer leisten, wie bei den vorgenannten Bewegungsangeboten in Nellingen und Leinfelden, einen kleinen Unkostenbeitrag für das Angebot. In 2014 wurden über dieses Angebot Filmclips produziert.

Die Dess erhält seit 2014 Anfragen aus anderen Städten und Regionen zum Aufbau und zur Umsetzung von Bewegungsangeboten, die überwiegend in entsprechende Angebote mündeten. So wird seit November 2014 in Geislingen an der Steige ein wöchentliches offenes Bewegungsangebot für Menschen mit Gedächtnisproblemen angeboten. Träger sind die örtliche VHS und die Turnergemeinschaft. Planungen mit dem TUS-Stuttgart konnten hingegen nicht verwirklicht werden. In 2016 hat der Turnverein Vaihingen (Enz), nach Beratung durch die Dess, seine bestehenden Bewegungsangebote für Menschen mit Frühdemenz geöffnet und diese erfolgreich integriert.

Es hat sich gezeigt, dass die von Dess organisierten Austauschtreffen, die Teilnahme der Übungsleiter an der angebotenen Qualifizierung und die Möglichkeit der Hospitation bei den bestehenden Bewegungsgruppen wichtige Maßnahmen sind, um eventuelle Unsicherheiten in Bezug auf den Umgang mit Menschen mit Demenz abzubauen. Auch bei diesen Aktivitäten bestätigt sich die grundlegende Relevanz engagierter Personen, die bereit sind, ein Angebot zu etablieren und unbefristet anzubieten. Neben Flyern und Aufnahme der Angebote in die örtliche Presse (Gemeindeblatt, Wochenblatt u.a.) ist die Mund-zu-Mund-Propaganda eine nicht zu unterschätzende Basis für die Verbreitung, Akzeptanz und Gewinnung neuer Teilnehmer und ehrenamtliche Begleiter.

Tanzen

In 2013 konnte die Stadt Esslingen (Beratungsstelle für Ältere) von Dess als Partner gewonnen und daraufhin das von der Stadt Esslingen gewünschte Tanzangebot etabliert werden. Nach zwei ersten Tanznachmittagen im Jahr 2013 finden sie seit 2014 an sechs Samstagen pro Jahr mit jeweils etwa 50 Teilnehmern statt. Das von der Stadt Esslingen und dem StadtSeniorenRat Esslingen e.V. veranstaltete Angebot „Tanzen auf dem Zollberg“ ist offen und inklusiv und wird nicht als Demenzangebot geführt. Die Teilnahme bedarf keiner Anmeldung, der Eintritt liegt bei 4 Euro.

In Neuhausen auf den Fildern wird seit 2014 zweimal jährlich von der Caritas-Stiftung in den Räumen der Kirchengemeinde ein ebenfalls offener und inklusiver Tanznachmittag angeboten. Unter dem Titel „Und sie tanzen einen Tango …“ werden alle „Senioren mit und ohne Handicap, Angehörige und alle, die Spaß am Tanzen haben“ eingeladen. Bei diesen Nachmittagen nehmen gelegentlich auch Teilnehmende von anderen Aktivitäten im Rahmen von „Was geht!“ teil.

Die Zusammenarbeit mit dem Bundesverband Seniorentanz, der sich als Partner angeboten hatte, wurde frühzeitig eingestellt. Aus den Interviews geht hervor, dass der Verband zu stark dem „klassischen“ Seniorentanzdenken verhaftet war, was mit dem offenen Konzept des neuen Angebots nicht harmonisierte.

Bewegung und Naturerleben

Neben den klassischen Partnern aus dem Bereich des Sports und der Bewegungsaktivitäten versuchte Dess andere Akteure zu gewinnen, um mit ihnen die Möglichkeit der Öffnung ihrer Angebote bzw. Organisationen für Menschen mit kognitiven Veränderungen zu prüfen und in die Wege zu leiten. Im Jahr 2014 erfolgte eine breit angelegte schriftliche Anfrage an die im Raum Stuttgart und Esslingen tätigen Vereine im Obst- und Gartenbau. Diese konnte jedoch keine Erfolge zeigen. Über die direkte Ansprache von Projektpartnern aus Neuhausen konnte der Obst- und Gartenbauverein Neuhausen gewonnen werden. Mit ihm, dem SAV, der Caritas-Stiftung und anderen Partnern vor Ort wurde dann im August das Naturfest „Raus auf die Wiese“ veranstaltet. An ein breites Publikum gerichtet und dabei Menschen mit Demenz integrierend wurde ein buntes Programm angeboten und von 70 Personen genutzt.

Nach dem großen Erfolg des ersten Fests in der Natur folgten im Jahr 2015 zwei weitere (Beerenfest in Esslingen, Herbstfest in Stuttgart) mit ähnlicher Teilnehmerzahl. Für das Fest in Esslingen konnte

vor Ort ein Obst- und Gartenbauverein sowie ein Besitzer einer Beerenobstanlage gewonnen werden. Weitere Partner waren SAV, Caritas-Stiftung, ein Imker und andere. Durch die Naturfeste konnten weitere neue Kooperationspartner gewonnen werden. Nach Projektende sollen weiterhin entsprechende Feste stattfinden.

4.3.3.2 Qualifizierungsmaßnahmen

Für die verschiedenen Sport- und Bewegungsangebote wurden im Projektzeitraum verschiedene Qualifizierungsmaßnahmen (ein- bis zweitägig), teilweise in Kooperation mit dem SAV und dem Württembergischen Landessportbund (WLSB), initiiert und durchgeführt: „Was geht! Inklusive Bewegungsangebote initiieren und aufbauen“, Basisqualifizierungen für „Lust am Wandern“ und Stadtteilspaziergänge, die Fortbildung „Raus aus der Sitzkultur! Bewegung in Heimen“, ein Qualifizierungsangebot Bewegung in Bondorf und andere. Weiterhin wurde ein zweitägiger Praxisworkshop „Last Worten Taten folgen“ veranstaltet, der zu zwei neuen Wanderangeboten in Mühlacker und Ulm führte. Seit Juli 2015 finden regelmäßig zweieinhalbtägige Qualifizierungen unter dem Dach des WLSB statt. Die gut besuchten Seminare für Sportübungsleiter, Interessierte aus dem Altenhilfebereich und andere sind im regulären Schulungsprogramm des WLSB aufgenommen. Damit konnte ein wesentliches Ziel des Projekts verwirklicht werden: der Umgang mit Menschen mit demenziellen Veränderungen ist im regulären sportlichen Umfeld thematisiert und Teil der dort angebotenen Aus- und Fortbildung.

4.3.3.3 Veranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit

Im Projektzeitraum wurden verschiedene Veranstaltungen durchgeführt und Vorträge zur Thematik gehalten. Durch die Veranstaltungen und Vorträge konnten neue Projektpartner generiert werden. Auch ergaben sich konkrete Sport- und Bewegungsangebote durch die Veranstaltungen. Weiterhin konnte bei einem großen Personenkreis ein Interesse an der Thematik geweckt werden.

Neben den Praxisfibeln wurden von Dess Artikel und Magazine veröffentlicht sowie Filme produziert. Der Imagefilm „Lust am Wandern“ wurde aus den Mitteln des SAV finanziert. Alle Filme und andere Veröffentlichungen werden kostenfrei zur Verfügung gestellt, um eine größere Verbreitung zu erreichen.

Von Beginn an wurde das Projekt, wie bereits Unter „Öffentlichkeitsarbeit beider Regionen“ dargestellt, durch entsprechende Öffentlichkeitsarbeit begleitet. Dies führte zu einem größeren Bekanntheitsgrad des Projekts in der Gesellschaft und bei den Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen, generierte ehrenamtliche Helfer und potentielle Projektpartner und führte im Falle des Wanderangebots zu einer Spende, durch die das Wanderangebot (Qualifizierungen, Qualitätssicherung, etc.) bis 2017 finanziert werden konnte. Zu herausragenden, auch öffentlichkeitswirksamen Veranstaltungen (u.a. eine Wanderung mit der damaligen Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Manuela Schwesig und der Baden-Württembergischen Sozialministerin Katrin Altpeter im Jahr 2015, aber auch örtlich interessante Ereignisse und Veranstaltungen wie etwa das Naturfest „Raus auf die Wiese“ im Jahr 2014), wurde die Presse eingeladen, was zu einer großen Medienresonanz führte.

4.3.4 Region Minden-Lübbecke

In der Region Minden-Lübbecke gab es vor Projektbeginn bereits Kooperationen mit Vereinen und Angebote für Menschen in den frühen Stadien einer Demenz. Daran sollte angeknüpft sowie neue Angebotsformate entwickelt und erprobt werden. Geplant waren vor allem drei neue Angebotsformate: Mehrtages-Aktiv-Reisen, eine regelmäßige Wander-/Walkinggruppe und Kanugruppe. Weiterhin sollten neue Angebots- und Aktivitätsformate für Menschen mit weiter fortgeschrittenen demenziellen Veränderungen (z.B. Einzelradfahren, Bewegungsangebot im Rahmen des Breitensports) geschaffen werden. Ferner wurden die Produktion von zwei Lehrfilmen sowie die Etablierung von Qualifizierungsmaßnahmen und die Gründung einer regionalen Kooperationsgemeinschaft für Sport und Demenz angestrebt.

4.3.4.1 Sport- und Bewegungsangebote

Bereits zu Projektbeginn zeigte sich eine Schwierigkeit bei der Arbeit mit Menschen mit Demenz: die Teilnehmergruppe ist nicht statisch. Durch das Fortschreiten der Demenz ist ein relativ steter Wechsel der Teilnehmer gegeben, was zu planerischen und organisatorischen Unwägbarkeiten bei Projekten für die Zielgruppe führt. Neue Teilnehmer müssen regelmäßig gewonnen werden. Auch daher muss sichergestellt sein, dass Neubetroffene Kenntnis von den Angeboten erhalten.

Das geplante **Wander-/Walkingangebot** kam durch den Wegfall des größten Teils der Interessenten aufgrund ihrer fortschreitenden Demenz nicht zustande. Dafür wurde im Hinblick auf die Interessenlage anderer Personen mit demenziellen Veränderungen und ihren Angehörigen ein neues Angebot ausgearbeitet: **Schwimmen**. Seit 2014 wird Schwimmen als Bewegungsangebot in drei Formaten angeboten: für Einzelpersonen, für Mini-Gruppen (zwei Personen mit einer Demenz) und kleine Gruppen (3-5 Teilnehmende). Das Angebot wird von Schwimmern aus dem Verein Leben mit Demenz zusammen mit einer Schwimmübungsleiterin getragen, ein Schwimmverein ist nicht eingebunden. Es zeigte sich, dass Schwimmen für Menschen mit weiter fortgeschrittener Demenz sehr gut möglich ist. Besonders das Schwimmen in der kleinen Gruppe bereitet den Teilnehmern große Freude. Jedoch ist diese Gruppenkonstellation für die Organisation und Durchführung am aufwändigsten. Beim Schwimmen braucht es Betreuer im und außerhalb des Wassers, da nicht alle Teilnehmenden gleich lange im Wasser bleiben können. Weiterhin ist zu beachten, dass bei gemischten Gruppen auch die entsprechende Anzahl an weiblichen bzw. männlichen Betreuern vor Ort sein müssen.

Schwimmen mit einer Begleitperson und in Mini-Gruppen wurde 2015 als Regelangebot geführt, aber kaum wahrgenommen. Dies gründete darin, dass bis auf eine Person alle anderen bekannten potentiellen Teilnehmer krankheitsbedingt ausgeschieden sind und keine neuen Interessenten gewonnen werden konnten. Seit Projektende ist das Schwimmen in Mini-Gruppen weiterhin im Angebot und findet auf Nachfrage statt. Im Jahr 2016 wurden aufgrund entsprechender Anfragen seitens Betroffener bzw. ihrer Angehörigen Walking und Wandern ins Angebot aufgenommen. Entsprechende Aktivitäten werden seither unter dem Titel **„Lust am Wandern“** bzw. **„Lust am Walken“** durchgeführt.

Im Juli 2013 wurde die erste zweitätige **Aktivreise** in Form einer Rad- und Kanufreizeit in Zusammenarbeit mit dem ADFC Minden-Lübbecke und dem Kanu-Klub Minden mit 15 Teilnehmern (exklusive Begleitpersonen und Mitglieder des Kanu Klubs) durchgeführt. 2014 fanden zwei weitere zweitägige Aktivreisen (Rad- und Kanufreizeit, Paddeln und Wandern) mit einer größeren Teilnehmerzahl statt. Das Interesse seitens der Zielgruppe an Aktivreisen ist groß und die Teilnehmer der Reisen sind begeistert. Die bewegungsorientierten Freizeiten verlangen jedoch einen hohen Planungs- und Betreuungsaufwand. Für die Aktivreise „Paddeln und Wandern“ beispielsweise standen zwölf Teil-

nehmenden mit demenziellen Veränderungen und acht Angehörigen sechs Begleitpersonen sowie zwölf Kanuten und weitere Personen vom Kanu-Klub gegenüber. Im Hinblick auf die Reduzierung des Aufwands und der Planungszeit wurden Aktivreisen für kleinere Gruppen getestet und 2014 eine dreitägige Radtour mit vier Betroffenen, zwei Angehörigen und zwei Begleitpersonen durchgeführt. Der Betreuungsschlüssel von zwei demenziell veränderten Teilnehmern auf einen Betreuer bleibt erhalten, jedoch bedarf es einer geringeren Anzahl an Betreuern. Eine weitere dreitägige Rad-Aktivreise im Jahr 2015 mit sieben Teilnehmern bestätigte den praxistauglichen Ansatz, dessen Vorteil vor allem im reduzierten organisatorischen Aufwand sowie der nahezu spontanen Umsetzung liegt. Im Jahr 2015 wurde auch ein weiteres Konzept getestet: eine viertägige Aktiv-Reise mit einem festen Standort und einer großen Teilnehmerzahl. Dem organisatorischen und personellen Aufwand für eine solche Reise stehen ein breites Sportangebot sowie zufriedene und glückliche Teilnehmer gegenüber. Der Betreuungsschlüssel lag bei elf Begleitpersonen für elf Menschen mit Demenz und zehn Angehörige. Es werden weiterhin Aktivreisen in kleinen Gruppen und in großen Gruppen an festen Standorten durchgeführt.

Der Kanu-Klub Minden e.V. führt seit Projektbeginn verschiedene **Kanutouren** mit großen und kleinen Kanuten sowie Floßfahrten mit Menschen mit Demenz durch. 2013 und 2014 nahmen Menschen mit Demenz mit dem Kanu-Klub an einem für alle offenen Breitensport-Wettbewerb teil (Weserbergland-Rallye). Seit September 2013 wurde dem Kanu-Klub jährlich für das Projekt „Kanutouren für Menschen mit Demenz“ eine Auszeichnung für sein soziales Engagement und seinen gesellschaftlichen Einsatz innerhalb des Breitensports verliehen. Ab 2014 wurde das seit Jahren bestehende Kanusportangebot (Mittwochspaddeln) für Menschen mit Demenz geöffnet. Seither nehmen sie in kleinen Gruppen mit erfahrenen Kanuten in 2er und 3er Kajaks an der offenen Veranstaltung teil. Dies stellt das einzige inklusive Regelangebot in der Region Minden dar. Das Interesse von Menschen mit Demenz, die in der Regel bereits kanusporterfahren sind, ist besonders am Mittwochspaddeln groß. Die Organisation und Durchführung von Angeboten ist jedoch besonders im Hinblick auf den Bedarf an qualifizierten Begleitpersonen schwierig. Generell sind die Angebote des Kanu-Klubs aufgrund der Bootsgrößen sowie der Belastung der Vereinsmitglieder beschränkt und nicht ausweitbar.

Mit dem örtlichen ADFC steht der Verein Leben mit Demenz e.V. bereits seit 2008 in Kontakt. Radtouren für Menschen mit Demenz wurden bereits vor Projektbeginn durchgeführt. Neu konzipiert wurden das **Einzelradfahren** mit einer Begleitperson sowie die **wohnortnahen Fahrradgruppen** an drei Standorten. Im Juni 2013 wurde eine Radtour mit Begleitung von Landräten und dem Projektpaten Henning Scherf (ehemaliger Bürgermeister der Hansestadt Bremen) durchgeführt. Das große Medienecho hierauf sowie auf einen daraufhin vom WDR-Fernsehen ausgestrahlten Film über das Einzelradfahren dürfte ursächlich für die schnelle Gewinnung von ehrenamtlichen Begleitpersonen für die wohnortnahen Fahrradgruppen gewesen sein.

Seit 2014 gibt es an drei Standorten im Kreisgebiet wohnortnahe Fahrradgruppen. Bei den jeweils jährlich stattfindenden acht Touren nehmen in der Regel drei bis vier Personen mit Demenz, zwei Angehörige sowie eine Begleitperson und der Gruppenleiter teil. Der Gruppenleiter fährt voran, die Begleitperson bildet den Schluss der Gruppe. Der ehrenamtlichen Gruppenleiter ist von der Organisation über den Transport der Teilnehmer und Räder bis hin zur Pflege des Kontakts zu den Teilnehmenden und ihren Angehörigen zuständig. Das Einzelradfahren mit einer Begleitperson eignet sich für den Einstieg und das Kennenlernen neuer Teilnehmer für die Radtouren. Gleichzeitig bietet es demenziell veränderten Personen die Möglichkeit, auch bei fortgeschrittener Demenz weiter aktiv mit dem Rad zu fahren, ggf. auch mit dem Tandem bzw. dem Dreiradtandem. Das Interesse seitens der betroffenen Personen war von Anbeginn groß. Selbst nachdem die Anzahl der Begleitpersonen auf vier verdoppelt wurden, konnte nicht allen Anfragen entsprochen werden. 2015 wurden 216 Einzelradfahrten mit Begleitperson durchgeführt. Die Touren sind im Schnitt 2,5 Stunden lang. Für das Angebot bedarf es gehobener persönlicher und materieller Grundvoraussetzungen der Begleitper-

son. Eine entsprechende zwischenmenschliche Beziehung zwischen der Begleitperson, der von Demenz betroffenen Person sowie den Angehörigen ist unabdingbar. Weiterhin muss die Begleitperson über ein entsprechendes Auto verfügen, da der Teilnehmende von zuhause abgeholt und wieder zurückgebracht wird. Nach Abschluss des Projekts werden die wohnortnahen Fahrradgruppen und das Einzelradfahren weiterhin angeboten.

Das **„Bewegungsangebot für Menschen mit Demenz zusammen mit Partnern, Kindern, Enkeln, guten Freunden ...“** wurde 2013 als neues Angebot konzipiert. Die Gruppe wird von einer qualifizierten Übungsleitung sowie einem Sportbegleiter betreut. Die erste Testphase in Minden verlief erfreulich. Identische Angebote werden seit Oktober 2014 in Lübbecke und seit Januar 2015 in Oeynhausen durchgeführt. In Lübbecke ist das Bewegungsangebot in den Rahmen des Modellprojekts „Sport für Menschen mit Demenz“ (Träger: Behinderten-Sportverband und Landessportbund NRW) integriert. Die Teilnehmerzahlen und die Zusammensetzung der Teilnehmer in den einzelnen Orten sind unterschiedlich. So nehmen, entgegen der ursprünglichen Absicht, in Bad Oeynhausen mehr Menschen mit Demenz ohne Angehörige oder Freunde teil. In Minden wurde die Einrichtung einer Warteliste für potentielle Interessenten notwendig; in Lübbecke hingegen ist die Kapazitätsgrenze noch lange nicht erreicht. Damit Menschen mit fortschreitender Demenz weiterhin am Bewegungsangebot teilhaben können, wurde im Sommer 2015 in Bad Oeynhausen für sie das Pilotprojekt **„Mit allen Sinnen in Bewegung“** gestartet und zwischenzeitlich ins Regelprogramm aufgenommen. Nach Projektende werden alle Bewegungsangebote weiterhin wöchentlich angeboten.

In der Region Minden-Lübbecke konnten im Projektzeitraum die geplanten neuen Angebotsformate konzipiert, erprobt und als Regelangebot weitergeführt werden. Die Wander- bzw. Walkinggruppe wurde zugunsten eines neu eingeführten Schwimmangebots zurückgestellt und erst 2016 eingeführt. Damit reagierte der Verein Leben mit Demenz auf die Nachfrage der Betroffenen. Für Personen mit fortgeschrittener demenziellen Veränderungen konnten verschiedene Angebotsformate entwickelt und seither angeboten werden. Es hat sich gezeigt, dass sich bestimmte Bewegungsarten (Einzelradfahren, Schwimmen) auch für Menschen mit einer weiter fortgeschrittenen Demenz eignen. Dies führte zu einer grundlegenden Veränderung: Die Bewegungsangebote wurden für demenziell veränderte Personen ungeachtet des Grades ihrer Veränderungen geöffnet.

4.3.4.2 Qualifizierungsmaßnahmen

Zusammen mit dem regionalen ADFC und dem Kreisportbund wurden für die Übungsleiter, die Sportbegleiter sowie die Leiter und Begleiter in den Fahrradgruppen entsprechende Seminare zur Qualifizierung ausgearbeitet und im Projektzeitraum erfolgreich durchgeführt. Sie werden unter den Titeln „Radfahren für und mit Menschen mit Demenz“ sowie „Bewegung für und mit Menschen mit Demenz“ in Zusammenarbeit mit dem ADFC Minden-Lübbecke bzw. dem Kreissportbund Minden-Lübbecke weiterhin als Grund- und Aufbauseminare angeboten. Die Qualifizierungen im Bereich Radfahren werden bundesweit ausgeschrieben. Die Teilnehmer wirken als Multiplikatoren und initiieren teilweise entsprechende Angebote in ihrem örtlichen Verein. Bislang konnten sich entsprechende Radfahrangebote in vielen Orten in Norddeutschland etablieren.

4.3.4.3 Veranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit

Bereits zu Projektbeginn entschieden sich der Kreissportbund und der Verein Leben mit Demenz – im Unterschied zu Dess in Stuttgart – keine eigenen Informationsveranstaltungen zum Thema Sport und Demenz anzubieten. Stattdessen nahmen sie an Veranstaltungen Dritter, auch über die Region

hinaus, teil und stellten dort das Projekt vor. Dies waren vor allem Informationsveranstaltungen und Tagungen aus dem „System der Kümmerer“ sowie Organisationen für Senioren, aber auch solchen von Sportverbänden und -Organisationen. Veranstaltungen, den denen Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen mit entsprechenden Beiträgen teilnehmen, bildeten wichtige Impulse für die anderen Teilnehmer und das ganze Projekt. Die Teilnahme an Veranstaltungen in Verbindung mit der Vorstellung des Projekts und den Sport- und Bewegungsangeboten wurde beibehalten.

Mit den Übungsleitern sowie den Sportbegleitern im Bereich Bewegung wurden seit 2014 zweimal jährlich Qualitätszirkeltreffen durchgeführt. Diese dienen dem Informations- und Erfahrungsaustausch sowie der weiteren Planung und Gestaltung der Angebote.

Der geplante Lehrfilm zum Radfahren wurde, wie bereits erwähnt, gemeinsam mit Dess produziert. Für den Bewegungsbereich wurden 22 Clips von ein- bis zweiminütiger Dauer produziert. Sie gehen auf die verschiedenen Bereiche einer Bewegungsstunde von der Begrüßung über die Übungen bis hin zur Verabschiedung ein und sind für den Einsatz im Rahmen von Fortbildungen und Qualifizierungen bestimmt.

4.3.4.4 Kooperationsgemeinschaft

Die Projektpartner in der Region Minden-Lübbecke arbeiteten vor Projektbeginn bereits seit Jahren in einem losen Netzwerk zusammen. 2013 wurde erstmals eine gemeinsame Darstellung zum Thema Sport, Bewegung und Demenz in Form eines Folders mit einem Überblick über die Aktivitäten und Angebote herausgeben und somit einem größeren Interessenten- und Multiplikatorenkreis zugänglich gemacht.

Im Jahr 2014 wurde die regionale Kooperationsgemeinschaft Sport und Demenz im Kreissportbund Minden-Lübbecke e.V. als Schnittstelle zum Thema Sport und Demenz mit einem Sportwissenschaftler als fester Ansprechperson eingerichtet. Im Rahmen dieser Stelle konnte die Thematik in Sportvereine getragen und entsprechende Kontakte aufgebaut werden. Aufgrund fehlender finanzieller Mittel wurde die Stelle offiziell mit Ablauf des Projekts eingestellt. Es zeigt sich jedoch die Notwendigkeit einer entsprechenden Schnittstelle. Die Kooperation wird seither auf informeller Ebene fortgesetzt.

4.4 Wirkung

Unter dem Kriterium Wirkung wird zusammengefasst, welche Veränderungen das Projekt direkt oder indirekt auf Menschen mit Demenz, ihre Angehörigen und die Anbieter von Sport- und Bewegungsaktivitäten hervorgerufen hat, aber auch inwieweit eine Wirkung auf die Gesellschaft erreicht werden konnte.

Zusätzlich zu den Projektwirkungen, die durch das Projekt direkt erreicht werden können, wie zum Beispiel die Frage „Was geht“ oder auch die Produktion von abgesichertem Transferwissen, wurden positive Wirkungen auf Menschen mit Demenz im Sinne der Steigerung ihrer Lebensqualität angestrebt. Weiterhin sollte durch das Projekt eine Veränderung der Sichtweise auf diese Personengruppe und des Umgangs mit ihnen bei den Anbietern von Sport und Bewegung sowie letztendlich auf gesellschaftlicher Ebene bewirkt werden. Im Gegensatz zu den Projektwirkungen, deren Erreichen beispielsweise durch entsprechende Bewegungsangebote belegt werden können, trägt das Projekt zwar zum Erreichen weiterer Wirkungen bei; dieser Beitrag kann aber nicht in gleicher Weise nach-

gewiesen werden. Welche Veränderungen durch das Projekt direkt oder indirekt bei den Menschen mit Demenz, ihren Angehörigen, den Anbietern von Sport und Bewegung sowie anderen Menschen oder im weitesten Sinne der Gesellschaft hervorgerufen wurden, kann vor allem an Aussagen der entsprechenden Akteure bemessen werden. Inwieweit dies für andere Personen, einen größeren Personenkreis oder gar die Gesellschaft gilt, kann nur vermutet werden und ist im Rahmen dieser Evaluation nicht abschließend feststellbar.

Die gesellschaftliche Teilhabe und damit eine gesteigerte Lebensqualität von Menschen mit Demenz wie auch ihrer Familienangehörigen war ein zentrales Projektziel. Es sollte mit Hilfe von Sport- und Bewegungsangeboten, die neu entstanden oder weiterentwickelt worden sind und die im Rahmen des Projekts erprobt wurden, erreicht werden. Es reicht jedoch nicht, dass die Betroffenen selbst eine solche gesteigerte Lebensqualität beurteilen, sondern diese muss auch eingebettet sein in eine gesellschaftliche Akzeptanz. Eine Veränderung der gesamtgesellschaftlichen Wahrnehmung kann natürlich nicht durch ein zeitlich beschränktes Projekt erreicht werden, kann aber in gesellschaftlichen Teilbereichen (z. B. Verein, Gemeinde, Freundeskreis) konstatiert werden.

Aufgrund des vorliegenden Materials von Prof. Dr. Sauer sowie vor allem den Untersuchungen im Rahmen der Masterarbeit lässt sich summarisch feststellen, dass das Ziel des Projekts „Was geht! Sport, Bewegung und Demenz“, Menschen mit Demenz und auch ihren Angehörigen durch die Angebote gesellschaftliche Teilhabe und dadurch Lebensqualität und -freude zu erhalten oder wiederzugewinnen und zu fördern, erreicht wurde. Die Angebote bieten den Betroffenen neben dem sportlichen Aspekt einen sozialen Kontakt zu Personen außerhalb des Familienverbandes und somit eine gewisse Lebensqualität durch Teilhabe an der Gesellschaft bzw. an den entsprechenden Teilbereichen in Form eines Vereins oder einer Gruppe. Für Menschen, die mit einer Demenz leben, bieten diese Angebote die Gelegenheit einer Teilhabe an einer sportlichen Aktivität in einer Gemeinschaft, die ihnen sonst nicht möglich wäre.[14] Vor allem aber die sozialen Kontakte wurden von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen als Hauptgrund für die Teilnahme an den Aktivitäten herausgestellt. Die Betroffenen und mit ihnen ihre Angehörigen genießen das soziale Umfeld in der Gruppe. Besonders wichtig wurde von allen Teilnehmern der Wandergruppe die gemeinsame Einkehr nach der sportlichen Aktivität hervorgehoben. Der inklusive Ansatz scheint für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen ein wichtiger Faktor für die Steigerung der Lebensqualität zu sein. Gerade Menschen in der frühen Phase einer Demenz legen Wert auf den Umgang mit nicht betroffenen Menschen. Demenz soll bei den Aktivitäten nicht das Thema sein. Die inklusiven Angebote ermöglichen einen normalen Umgang mit anderen und geben den Menschen mit Demenz ein Gefühl der Zugehörigkeit zu einer Gruppe. Die Wahrnehmung, dass die Lebensqualität und die Teilhabe der Menschen mit Demenz und auch ihren Angehörigen verbessert wurden, bestätigen auch die Anbieter aus dem Bereich Sport und Bewegung sowie die „Kümmerer“ um den Menschen mit Demenz.

Verschiedene Institutionen aus dem Bereich Sport und Bewegung haben sich im Projektzeitraum und danach für das Thema Demenz interessiert. Nicht in allen Vereinen konnten entsprechende Angebot erfolgreich initiiert werden, was vorwiegend auf den Mangel an engagierten Personen und der Ablehnung der Mitglieder zurückgeführt werden kann. Der überwiegende Teil der aufgenommenen Gespräche mit den Vereinen führte jedoch zu entsprechenden Angeboten und zu einem Engagement der Vereine bzw. deren Mitgliedern. Anfängliche Ängste und Unsicherheiten im Umgang mit Betroffenen relativierten sich größtenteils im Laufe der Zeit aufgrund der positiven Erfahrungen, die die Vereinsmitglieder und die Betreuer der einzelnen Aktivitäten (Kanufahren, Radfahren, Wandern) machten. Die Beschäftigung mit bisher unbekannten Ideen für Sport-und Bewegungsangebote, die zu neuen Aktivitäten für diese Gruppe von Menschen führen kann, hat auch die Barriere gesenkt, mit

[14] Diese Konklusion sowie die weiteren Ausführungen des Absatzes basieren auf den Untersuchungen im Rahmen der Masterarbeit.

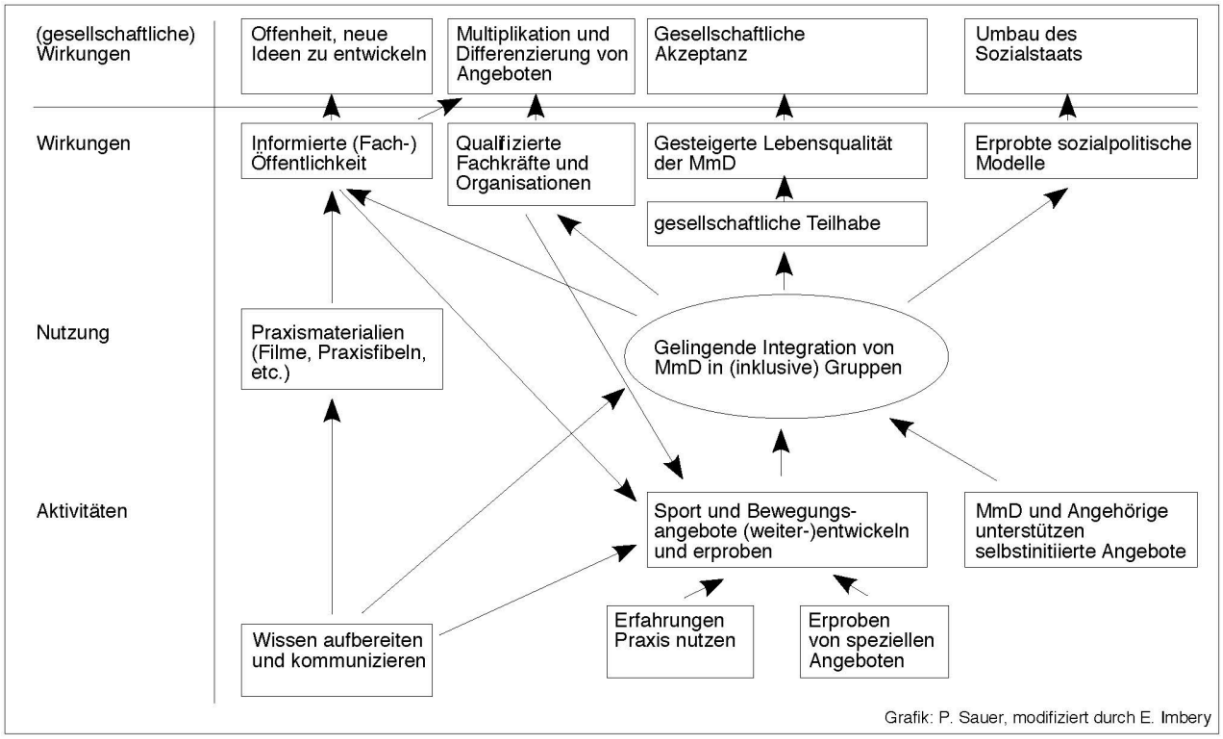
solchen Ideen umzugehen. Was vorher als nicht möglich betrachtet wurde, gewann eine andere Realisierungschance. So öffnete beispielsweise der Kanu-Klub Minden nach positiven Erfahrungen im Laufe des Projektzeitraums ein reguläres Angebot für Menschen mit Demenz.

Nicht alle Turnvereine in der Region Stuttgart haben die von ihnen angebotenen Kurse auf ihrer Homepage bzw. in ihrem Angebotsportfolio aufgeführt, werben jedoch mit entsprechenden Flyern für diese. Für (größere) Sportvereine liegen Angebote für Menschen mit Demenz im Bereich der etablierten Spezial-Gesundheitsangebote. Nicht der soziale Kontakt steht bei den angebotenen Kursen im Vordergrund, sondern die sportliche Leistung bzw. die Wiedererlangung dieser. So bietet der Turnverein Leinfelden „Sport, Bewegung und Gedächtnis“ neben anderen Kursen unter der Rubrik „Rehabilitationssportkurs“ an. Der Kanu-Klub Minden, der ADFC Minden-Lübbecke und der SAV hingegen weisen aktiv auf ihrer Homepage und in ihrem Veranstaltungskalender auf ihre Angebote für Menschen mit Demenz hin. Bei einigen Vereinen zeichnet sich ein Perspektivenwechsel bei der Frage der Bewegung und sportlicher Betätigung von einer rehabilitativen Betrachtung zu Fragen der Lebensqualität und der gesellschaftlichen Teilhabe ab.

Die Aktivitäten des Projekts haben mit den umfangreichen Materialen zum Transfer der Ergebnisse, der Öffentlichkeitsarbeit des Projekts und vor allem den Qualifizierungen dazu geführt, dass viele Fachkräfte und Organisationen besser qualifiziert sind. Damit wird eine Multiplikation bzw. auch eine Differenzierung von Angeboten für ältere Menschen mit kognitiven Einschränkungen ermöglicht. Außerdem können so weitere interessierte Personen und Betroffene erreicht und deren Lebensqualität gesteigert werden. Im Modellprojekt wurden neue Modelle des Zugangs zu dieser Zielgruppe und möglicher Aktivitäten erprobt, die jetzt Fachkräften und Organisationen zur Verfügung stehen.

Demenzbilder sind kulturell geprägte Vorstellungen, Informationen und Meinungen über Demente. In der Gesellschaft ist ein defizitäres Demenzbild verbreitet. Individuelle Erfahrungen formen und wandeln das durch die gesellschaftlichen Vorstellungen, Beurteilungen und medialen Darstellungen gesetzte Demenzbild. So zeigt sich bei allen Teilnehmern der Wanderungen eine Veränderung hin zu einem positiven Demenzbild. Die Vereine, Sozialpartner und Teilnehmer wie Zuschauer bei den verschiedenen Sport- und Bewegungsangeboten bilden Teilbereiche der Gesellschaft, die in gewisser Weise einen Beitrag dazu leisten, dass Menschen mit kognitiven Einschränkungen anders in der Gesellschaft gesehen werden. Dazu, dass sich das Demenzbild in der Öffentlichkeit verändert, tragen das Projekt und die entsprechende Berichterstattung in den Medien, aber auch die ehrenamtlichen Begleiter, Wanderführer, Übungsleiter, usw. sowie die Teilnehmer ohne besondere Einschränkungen bei inklusiven Gruppen als Multiplikatoren bei. Inwieweit sich das defizitäre Demenzbild auflösen lässt bleibt abzuwarten. Aufgrund der positiven Auswirkungen auf den vorgenannten Personenkreis, die ihrerseits bereits durch die Kommunikation ihrer Erfahrungen eine positive Sichtweise auf Demenz vermitteln, können auf längere Sicht gesellschaftliche Veränderungen erwartet werden. Wie sich das Demenzbild in den Kommunen, im sozialen Nahbereich der Dementen und letztendlich in der Gesellschaft wandelt und verändert, bedarf der weiteren Untersuchung.

Das Schaubild der Wirkungsanalyse stellt den Versuch dar, von den Aktivitäten ausgehend, die Wirkungen auf die Zielgruppen und die Gesellschaft modellhaft zu skizzieren.



Wirkungsanalyse

4.5 Nachhaltigkeit und Breitenwirkung

Unter Nachhaltigkeit und Breitenwirksamkeit wird zusammengefasst inwieweit nach Projektende ein Nutzen im Sinne der Fortführung bzw. steten Erweiterung der Angebote besteht.

Die im Rahmen des Projekts etablierten Angebote werden seit Projektende als Regelangebote weitergeführt. Der Bedarf an Angeboten für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen ist kontinuierlich vorhanden, wenn auch die Teilnehmerzahl, nicht zuletzt aufgrund des Verlaufs eines demenziellen Prozesses schwankend sein kann. Bei einzelnen Angeboten (z.B. Einzelradfahren, Bewegungsangebote) übersteigt die Nachfrage die Kapazität der Anbieter. Der Kanu-Klub Minden, der ADFC Minden-Lübbecke und der SAV haben die (inklusiven) Angebote in ihr Regelprogramm aufgenommen und weisen entsprechend darauf hin. Es liegt die Vermutung nahe, dass tradierte Sportvereine mit Angeboten für die Zielgruppe eher zurückhaltend sind, weil diese mit ihren Anforderungen weniger in die Kultur der sportlichen Leistungserbringung (bzw. Zurückgewinnung dieser durch Rehabilitationskurse) solcher Vereine passt. Kooperationen zwischen dem „Kümmerersystem“ und dem System der Anbieter von Sport- und Bewegungsaktivitäten scheinen dort leichter zu sein, wo Bewegung und der soziale Kontakt im Vordergrund stehen (Wandervereine, Gartenbauvereine) und der Aspekt der Inklusion dominant ist.

Mit Presseberichten, Publikationen (u.a. Praxishilfen, Imagefilme), Flyern und Qualifizierungen wurden und werden bedeutende Grundlagen zur Breitenwirkung des Projekts gelegt. Entgegen den ursprünglichen Planungen wurden die zentralen Projektpublikationen (Praxis-Leitfäden) kostenlos bereitgestellt, um eine große Verbreitung sicher zu stellen. Eine breit angelegte Öffentlichkeitsarbeit sowie im regulären Seminarprogramm aufgenommene Qualifizierungen machen das Projekt bekannt, informieren und schulen entsprechend. Die Qualifizierungen der Sportverbände (ADFC, Kreis-

sportbund Minden-Lübbecke, WLSB) haben bereits nachweislich zu neuen Angeboten geführt. Das Projekt wird auch außerhalb der Projektregionen wahrgenommen. Bei Dess gehen weiterhin Anfragen zu den verschiedenen Angebotsformaten ein, die größtenteils in entsprechende Beratungen und zur Initiierung von neuen Angeboten führen. Es bestätigt sich, dass nahezu alle Angebotsformate problemlos in anderen Orten und Regionen umgesetzt werden können, auch wenn gelegentlich das Format bzw. die Anbieter und Sozialpartner abweichen.

Besonders das Wanderangebot erfuhr seit dem Projektbeginn eine sukzessive Multiplikation. Nach ersten Erfahrungen in Stuttgart im Jahr 2013 wurden entsprechende Wandergruppen in zwischenzeitlich über zehn Standorten in Baden-Württemberg sowie weiteren über die Bundes- und Landesgrenzen hinweg etabliert. Das Interesse von potentiellen Partnern wächst kontinuierlich. Bei den Angeboten bilden die Wandervereine eine Konstante. Im Gebiet des SAV sind es dessen entsprechende Ortsgruppen oder andere Wanderorganisationen, wie beispielsweise der Schwarzwaldverein. Die Sozialpartner aus dem „System der Kümmerer“ sind unterschiedlich: Kommunen, VHS, ambulante Pflegedienste und andere. Es zeigt sich, dass das Wanderangebot problemlos in die Breite transferiert und entsprechend vervielfacht werden konnte.

Während Dess, nach der Etablierung verschiedener Angebotsformate in der Region Stuttgart, Interessenten in anderen Regionen bei der Initiierung entsprechender Angebote unterstützt, beziehen sich die Ausweitungen der Aktivitäten in der Region Minden-Lübbecke vor allem auf die bestehende regionale Zielgruppe von Menschen mit Demenz, indem sie dieser neue bzw. weiterentwickelte Angebote macht. Für Stuttgart kann von einer programmorientierten Breitenwirksamkeit und für Minden-Lübbecke von einer zielgruppenorientierten Breitenwirksamkeit gesprochen werden. In Minden-Lübbecke steht der Bedarf derjenigen im Mittelpunkt, die bereits an Aktivitäten teilnehmen und bei denen eine Änderung notwendig wird, z.B. weil die Demenz weiter fortgeschritten ist und das bestehende Angebot nicht mehr wahrgenommen werden kann. Eine solche Breitenwirksamkeit stellt die Verantwortlichen vor die Notwendigkeit der dauernden Überprüfung ihres Angebots und der Entwicklung neuer Formate. Dies erfolgte beispielsweise durch die neue Bewegungsgruppe „Mit allen Sinnen in Bewegung“, die auf die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz nach dem Frühstadium eingeht. In Minden steht die Konstanz der Versorgung ihrer (potentiellen) Mitglieder im Vordergrund und nicht die Ausweitung der Angebote über ihre Kreisgrenze hinaus. Sie haben von daher eine begrenzte Breitenwirksamkeit. Die Ausnahme bildet das Radangebot, das zwischenzeitlich in anderen Orten entsprechend aufgebaut wurde. Ursächlich hierfür sind die Qualifizierungen, die vom ADFC durchgeführt und bundesweit ausgeschrieben werden.

5 Möglichkeiten und Grenzen der beiden Projektansätze

Entsprechend der Ausgangsthese des Modellprojekts (die beiden Systeme haben sich bisher kaum wahrgenommen) und darauf aufbauend, dass nur ein Zusammenwirken beider Systeme Bedingungen schaffen kann, die sowohl die Interessen der Zielgruppe Menschen mit Demenz mit den Anforderungen von Seiten der Anbieter zusammenführt, konnten die intermediäre Einrichtungen Dess und Leben mit Demenz e.V. erfolgreich Kooperationsbeziehungen zwischen den beiden Systemen „Anbieter aus den Bereichen Bewegung und Sport“ sowie „Kümmerer um Menschen mit Demenz“ schaffen.

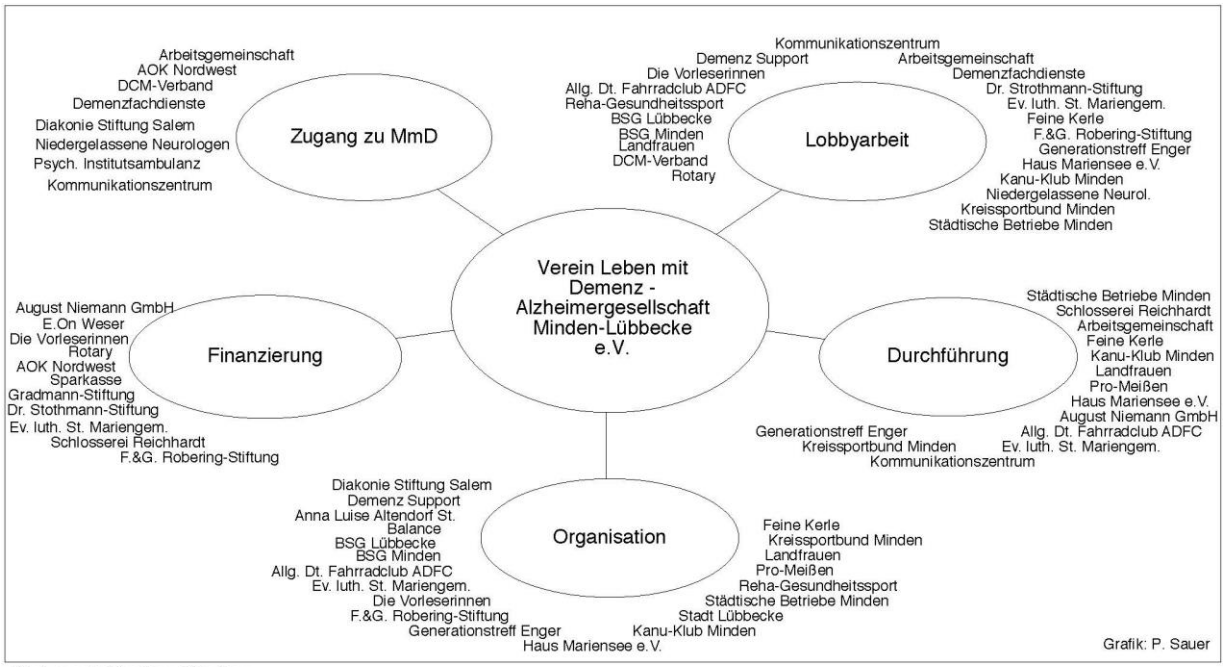
Während die „Kümmerer“ die Menschen mit Demenz bereits im Zentrum ihres Handelns haben und in der Regel entsprechenden Aktionen, die sich positiv auf die Betroffenen auswirken, offen gegenüberstehen, mussten Anbieter aus den Bereichen Bewegung und Sport, vor allem in der Anfangs-

phase des Projekts, für eine Kooperation und die Initiierung entsprechender Angebote aktiv angesprochen und überzeugt werden. Im Projektzeitraum wurden aus dem System der Anbieter nahezu ausschließlich Vereine und Verbände angesprochen und größtenteils auch entsprechend gewonnen. Daher wird hier nur auf diese Anbieter eingegangen. Möglich wäre auch, wo institutionelle Einrichtungen nicht mehr greifen, eine private Produktion solcher Leistungen (z.B. Schwimmangebot in der Region Minden-Lübbecke). Diese Art der Kooperation ist jedoch eher dem bürgerschaftlichen Engagement zuzuordnen und weicht von dem Projektvorhaben ab. Aufgrund dessen wird diese Zusammenarbeit hier nicht näher betrachtet.

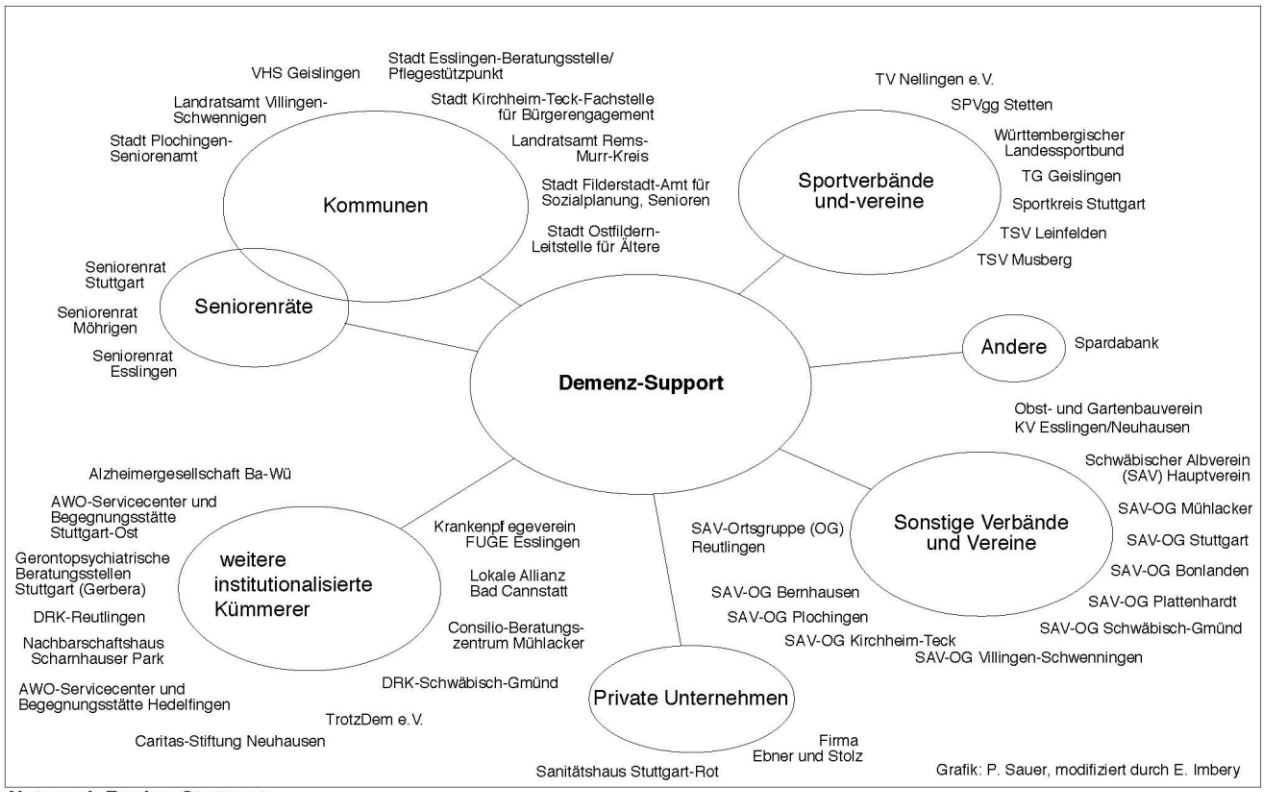
Vereine und Verbände als Kooperationspartner

Wie können Vereine und Verbände für eine Kooperation gewonnen werden? Es hat sich gezeigt, dass es der persönlichen Ansprache von Funktionsträgern in den Verbänden und Vereinen bedarf, um einen entsprechenden Kontakt aufzubauen. Die Gewinnung der ersten Kooperationspartner erwies sich als sehr zeitaufwendig, vor allem im Hinblick auf die persönliche Kontaktaufnahme. Nicht alle Gespräche führten zu einem Erfolg im Sinne der Etablierung eines Angebots. Sobald jedoch ein erstes Netzwerk aufgebaut war, wurde die Gewinnung weiterer Vereine einfacher, da die persönlichen Kontakte zwischen den Funktionsträgern der verschiedenen Vereine und anderen Institutionen genutzt werden konnten. Erfolgsversprechend zeigt sich auch der Weg über die Verbände bzw. den Hauptverein des SAV.

Die Schaubilder „Netzwerk Region Minden“ und „Netzwerk Region Minden“ zeigen die verschiedenen Zugänge der Netzwerkbildung in den beiden Regionen. Weiterhin stellen sie die Vielfältigkeit der Vernetzung dar, die über die beiden Systeme „Anbieter von Sport- und Bewegungsaktivitäten“ sowie „Kümmerern“ hinausgehen. Beide Netzwerke wurden über Jahre aufgebaut und sind erweiterbar.



Netzwerk Region Minden



Netzwerk Region Stuttgart

Die Erfahrungen des Modellprojekts legen nahe, dass der Zugang zu Vereinen und Verbänden dann leichter ist, wenn eine individuelle Betroffenheit von wichtigen Funktionsträgern vorliegt (Menschen mit Demenz im Familien- und Freundeskreis, in der Nachbarschaft). Die Bereitschaft der Vorstände und/oder Funktionäre der Vereine alleine reicht jedoch nicht aus, um entsprechende Angebote in den Vereinen zu etablieren. Auch an der Basis, bei den Vereinsmitgliedern, ist oftmals eine entsprechende Überzeugungsarbeit zu leisten. Es müssen Ängste und Bedenken der Mitglieder berücksichtigt und möglichst ausgeräumt werden, die sich von der Angst im Umgang mit Menschen mit Demenz, über versicherungstechnische und finanzielle Bedenken bis hin zu einem befürchteten negativen Image für den Verein und anderen Punkten erstrecken können. Auch bestehen oft Bedenken im Hinblick darauf, dass Menschen mit Demenz die sportliche Leistung nicht erbringen können und dass sie besonderer Betreuung bedürfen. Darauf ist bei der Gestaltung der einzelnen Angebote entsprechen einzugehen. Zur Begleitung der Betroffenen, sofern diese nicht von Familienmitgliedern geleistet wird, wurde die ehrenamtliche Position von Wander- bzw. Sportbegleitern geschaffen, die in der Regel vom Kooperationspartner aus dem „Kümmerer-System“ rekrutiert und betreut werden. Die Leiter der einzelnen Aktivitäten wie auch die Wander- und Sportbegleiter sollten zum Thema Demenz und Sport/Bewegung geschult werden. Die Ansiedlung der entsprechenden Qualifizierungen bei den Verbänden ist eine wichtige Grundlage für die Breitenwirkung und Nachhaltigkeit des Projektes, auch über den Projektzeitraum hinaus. Angebote, die auch von Menschen mit Demenz wahrgenommen werden können, müssen teilweise angepasst werden. So zeichnen sich die inklusiven Wanderungen beispielsweise durch kürzere Wegstrecken und ein langsameres Geh-Tempo aus. Bei dem für Menschen mit Demenz geöffneten Mittwochspaddeln hingegen bedurfte es keiner Anpassung bzgl. der Wegstrecke. Hier, wie auch bei den Radtouren, bedarf es jedoch im Hinblick auf den Transport und die Bereitstellung der Sportgeräte (Kanu, Fahrrad) mehr Unterstützung.

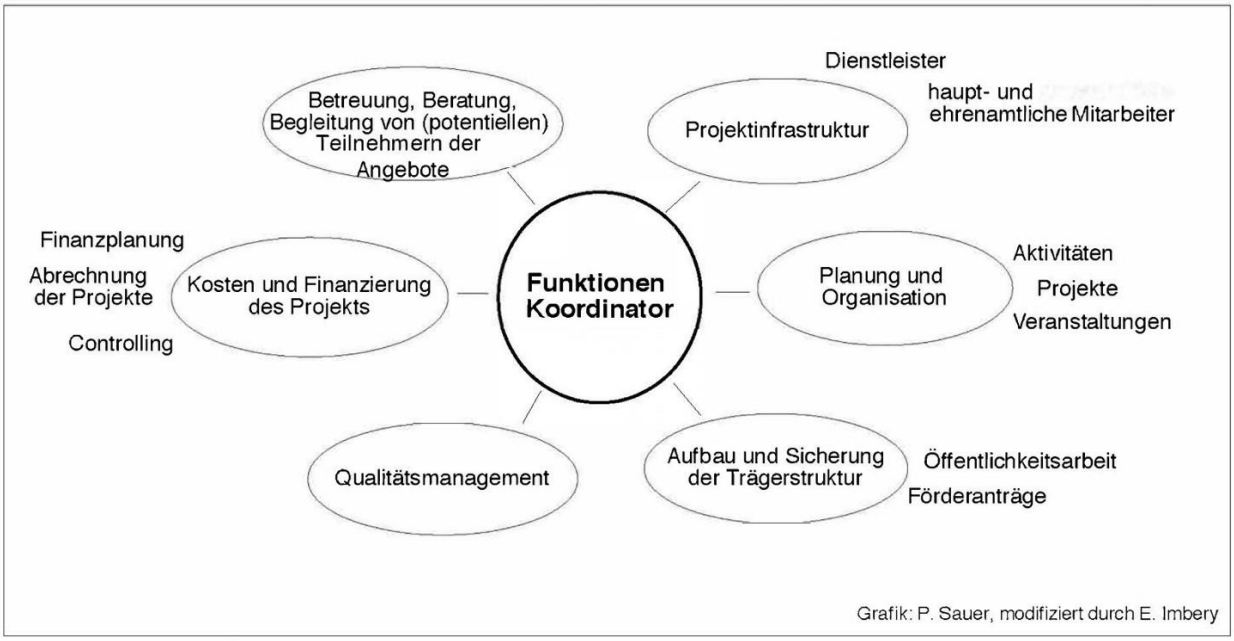
Die Etablierung entsprechender (inklusiver) Angebote in den Vereinen können sich in vielfältiger Weise positiv auf die Vereine und deren Struktur auswirken: Vereinsmitglieder können trotz Demenz oder anderen Einschränkungen weiterhin in ihrem Verein aktiv sein, neue Vereinsmitglieder können

gewonnen werden, soziales Engagement der Vereinsmitglieder wirkt sich positiv auf sie persönlich und den Verein (Auszeichnungen, Förderung) aus und weiteres.

Kooperationen von Anbietern und „Kümmerern“ sind nachhaltig möglich. Sie bedürfen jedoch entsprechender Anstöße und intensiver Vorarbeiten sowie ein fortwährendes beiderseitiges Engagement. Die Initiative für Kooperationen kann sowohl von einzelnen Anbietern als auch von „Kümmerern“ ausgehen. Intermediäre Einrichtungen erleichtern und verfestigen entsprechende Kooperationen. Bis zur Etablierung erster Kooperationen und entsprechende Bekanntheit des Projekts waren Dess und Leben mit Demenz e.V. als intermediäre Einrichtung die Hauptinitiatoren der einzelnen Kooperationen.

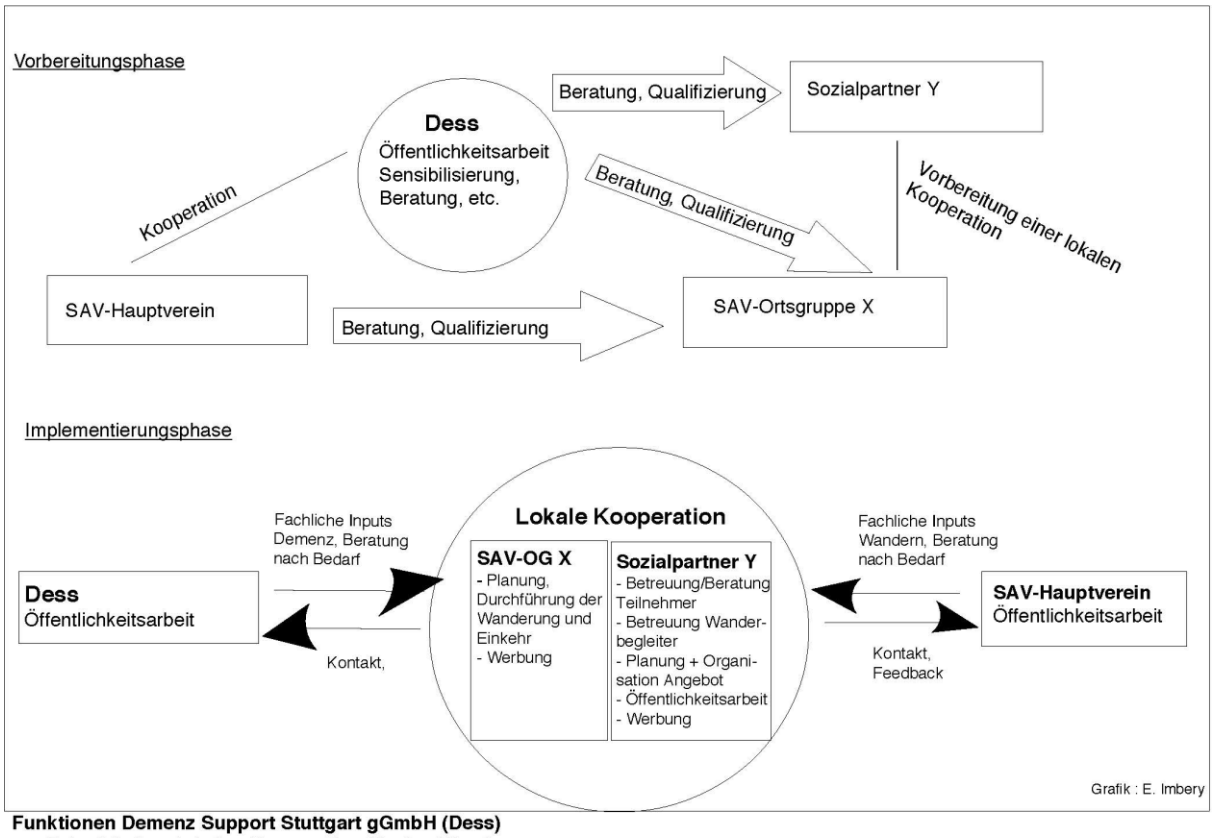
Unterschiedliche Ansätze in der Region Stuttgart und Minden-Lübbecke

Mit Dess und Leben mit Demenz e.V. ergaben sich zwei unterschiedliche Organisationsstrukturen sowie Ansätze zu Erreichung der Projektziele sowie der Weiterführung nach Projektende. Es kann unterschieden werden in eine zentrale und eine dezentrale Steuerung. Bei der zentralen Steuerung werden das gesamte Angebot und die einzelnen Aktivitäten zentral gesteuert. Im Falle der Region Minden-Lübbecke ist dies ein Interessensverband (Verein Leben mit Demenz e.V.). Eine solche zentrale Steuerung muss nicht notwendiger Weise durch eine Person erfolgen, im Falle Minden-Lübbecke ist dies jedoch weitgehend der Fall. Hier nimmt der Koordinator umfangreiche Aufgaben wahr, deren Zusammensetzung im Jahresablauf durchaus verschiedene Gewichte haben können.



Funktlonen Koordinator Vereln Leben mlt Demenz - Alzhelmergesellschaft Minden-Lübbecke e.V.

Die dezentrale Steuerung hebt auf zwei unterschiedliche Phasen ab. In der Phase bis zur Etablierung einer lokalen Kooperation liegt der Arbeitsschwerpunkt bei Dess. Durch allgemeine und gezielte Öffentlichkeitsarbeit, Sensibilisierung potentieller Akteure in einer Region, deren Beratung, Qualifizierung von Fachkräften und Begleitern sowie Unterstützung bei unterschiedlichen Aktivitäten wird versucht, potentielle Interessenten zusammenzubringen, die dann in einer zweiten Phase die Implementierung übernehmen, wobei der Unterstützungsschirm von Dess erhalten bleibt. Die lokalen Kooperationen sind dabei nicht immer gleich strukturiert. Sie umfassen in den verschiedenen Regionen bzw. den verschiedenen Sport- und Bewegungsbereichen unterschiedliche Akteure. Das Schaubild zeigt die beiden Phasen am Beispiel der Wanderungen:



**Funktionen Demenz Support Stuttgart gGmbH (Dess)
am Beispiel einer lokalen Kooperation für das Wandern**

Im Unterschied zu Leben mit Demenz e.V. tritt Dess nur bei den Wanderungen mit der SAV-Ortsgruppe Stuttgart als Sozialpartner auf. Bei den anderen Angeboten übernehmen diesen Part die lokalen Partner vor Ort: Kommunen (z.B. Stadt Filderstadt), Caritas-Stiftung Neuhausen, AWO-Servicecenter und Begegnungsstätten und andere. Gegebenenfalls müssen die potentiellen Partner vor Ort entsprechend von Dess aktiviert werden. Es zeigt sich, dass vor allem Kommunen bei der Initiierung von neuen Angeboten eine Schlüsselrolle einnehmen. Sobald sich ein Angebot in der Implementierungsphase befindet, ist Dess nicht mehr aktiv involviert. Die freigewordenen Kapazitäten können für die Gewinnung neuer Kooperationspartner und Entwicklung neuer Angebote genutzt werden. Die dezentrale Steuerung ermöglicht somit eine nahezu unbegrenzte Breitenwirkung durch neue lokale Kooperationen mit entsprechenden Angeboten.

Die Ansätze der beiden Steuerungssysteme zeichnen sich durch unterschiedliche Möglichkeiten und Grenzen aus. In Minden-Lübbecke übernimmt der Koordinator unter anderem die Betreuung und Beratung von potentiellen Teilnehmern sowie die Planung und die Organisation aller Angebote. Dies bedingt eine Kapazitätsgrenze, über die hinaus weder neue Angebote konzipiert, noch angeboten werden können. Der Wegfall des Koordinators würde sich auf alle Angebote auswirken. Der enge Kontakt des Koordinators zur Zielgruppe bringt jedoch den Vorteil, dass er die Wünsche und den sich im Laufe der Demenz ändernden Bedarf der Teilnehmenden kennt. Hierdurch besteht die Möglichkeit, in Abstimmung mit den Anbietern aus den Bereichen Sport und Bewegung mit neuen oder veränderten Angeboten schneller und zielgerichteter zu reagieren oder die Betroffenen in eine andere, bereits bestehende, Gruppe einzubinden. So wurde beispielsweise ein geplantes Walkingangebot zugunsten eines Schwimmangebots zurückgestellt, da sich der Bedarf aufgrund des Verlaufs der Demenz bei den potentiellen Teilnehmern verändert hatte. Einige Aktivitäten bauen in ihrem Anspruch an die Kompetenzen der demenziell veränderten Personen aufeinander auf. Wenn das eine nicht mehr geht, dann geht aber noch das andere. Die von Demenz betroffenen Menschen haben länger die Gelegenheit, an verschiedenen von Leben mit Demenz e.V. organisierten Aktivitäten zu partizipieren. Der Ansatz in der Region Minden erlaubt eine höhere Flexibilität in der Anpassung und

Entwicklung von Angeboten, die in der Regel vom Verein Leben mit Demenz ausgehen. Gegebenenfalls ist lediglich ein neuer Partner aus dem Sportbereich zu akquirieren.

Dess kann auf ein Team von Mitarbeitern zurückgreifen, womit Ausfälle einzelner weder Auswirkungen auf die Vorbereitungsphase noch die Etablierung neuer Angebote haben. Lediglich bei den Wanderungen mit der SAV-OG Stuttgart ist Dess als Sozialpartner in eine Kooperation eingebunden. Auch wenn für dieses Angebot eine Person als Ansprechpartnerin fungiert, sollte gegebenenfalls aus dem Team umgehend ein Ersatz vorhanden sein. Die anderen von Dess (mit)initiierten Angebote werden von verschiedenen Sozialpartnern an verschiedenen Standorten betreut, die in der Regel auch wieder auf ein Team von Mitarbeitern zurückgreifen können. Durch den Wegfall eines Sozialpartners wäre, im Unterschied zur Region Minden-Lübbecke, lediglich ein Angebot gefährdet. Die dezentrale Steuerung in der Region Stuttgart schränkt wiederum eine schnelle Umsetzung neuer Angebote ein, da erst neue Kooperationspartner gefunden werden müssen. Lediglich mit den Betroffenen, die das Wanderangebot in Stuttgart nutzen, steht Dess im direkten Kontakt und kann diese entsprechend eng betreuen. Von Dess als Sozialpartner bestehen keine Anschlussangebote für diejenigen, denen ein Mitwandern nicht mehr möglich ist. Dies schließt jedoch eine Vermittlung an Sozialpartner in der näheren Umgebung nicht aus.

Bei den einzelnen Sozialpartnern, vor allem den Kommunen, ist zunehmend ein System festzustellen, dass dem in der Region Minden praktizierten gleicht. Analog zum Verein Leben mit Demenz organisieren und koordinieren lokale bzw. regionale Sozialpartner mehrere verschiedene Angebote im Bereich Sport/Bewegung, Kreativität und Austausch. Das Beratungszentrum Consilio des Enzkreises bietet beispielsweise neben den Wanderungen wöchentliche Tanznachmittage in Zusammenarbeit mit einer Tanzlehrerin an. Die Betroffenen werden von Consilio eng begleitet und gemeinsam werden passende Aktivitäten gefunden sowie die Wünsche und Bedürfnisse von Betroffenen entsprechend umgesetzt. Es bleibt zu hoffen, dass lokalen und regionale Sozialpartner den noch exzeptionellen Vorzeigebeispielen folgen, weitere Angebote schaffen und damit Menschen mit Demenz vor Ort die Möglichkeiten erhalten, auch über das Frühstadium der Demenz hinaus, einer sportlichen Betätigung in einer Gruppe nachzugehen.

In der Region Minden-Lübbecke werden neben den Gruppenangeboten Aktivreisen, Einzelradfahren und Einzelschwimmen bzw. Schwimmen in Minigruppen durchgeführt. An diesen Aktivitäten kann nur ein beschränkter Kreis von Betroffenen teilnehmen. Bei den Einzelangeboten liegt der Betreuungsschlüssel bei 1:1, was einen hohen Bedarf an Betreuern bedeutet und die Deckung der Nachfrage limitiert. Bei diesen Angeboten wird eine hohe Verantwortung an die einzelnen Begleiter übertragen, die deutlich von den tradierten ehrenamtlichen Tätigkeiten in Sportvereinen abweicht. Beim Einzelradfahren beispielsweise halten und pflegen die Begleiter den Kontakt mit den Familien, dokumentieren und organisieren die Tour und sind für den Transport der Fahrräder und Teilnehmer verantwortlich. Eine Person muss, im Unterschied zu den anderen Angeboten, bei denen die unterschiedlichen Qualifikationen von verschiedenen Personen wahrgenommen werden können, sämtliche Qualifikationen bereitstellen. Fällt der Begleiter aus, finden Einzelangebote nicht statt. In der Region Minden-Lübbecke werden außerdem Angebotsformate (z.B. Schwimmen) nicht von einem Verein angeboten und sind somit besonders an das Engagement einzelner Personen gebunden. Es wird jedoch darauf hingewirkt, entsprechende Kooperationen (vor allem mit dem Kreissportbund) zu verwirklichen.

Über Gruppenangebote kann eine größere Teilnehmerzahl an den Angeboten partizipieren. Aufgrund des geringeren Betreuungsschlüssels werden weniger Begleiter benötigt. Die Verantwortung für die Durchführung des Angebots liegt in der Regel bei mehreren Personen. So wechseln sich beispielsweise die Wanderführer der SAV-Ortsgruppen bei der Durchführung der Wanderungen ab und sind nicht direkter Ansprech- und Bezugspartner für die Teilnehmenden. Die Organisation und die Pflege des Kontakts liegen bei den Sozialpartnern. Einzelne Ausfälle von Teilnehmern, die in der Natur des

demenziellen Prozesses liegen, und solche auf Seiten von Leitern/Wanderführern/ Begleitern können aufgefangen werden und gefährden nicht die Weiterführung des Angebots.

Der Verein Leben mit Demenz entstand aus dem „Kümmerer-System“. Die Organisation der Angebote erfolgt aus diesem Blickwinkel – Demenz und die Betreuung bzw. Begleitung der Menschen mit demenziellen Veränderungen steht im Vordergrund. Mit wenigen Ausnahmen bleiben die Betroffenen bei den Aktivitäten unter sich, Inklusive Angebote werden nicht forciert. In der Region Stuttgart hingegen steht die Teilhabe der Zielgruppe und somit die Schaffung inklusiver Angebote im Vordergrund. Entsprechend dem Angebotstyp kann es jedoch eine deutliche Spannbreite zwischen inklusiven Maßnahmen einerseits und solchen geben, die das Gesamtangebot für die Zielgruppe Menschen mit Demenz insgesamt in einem bestimmten Raum auszubauen und zu verdichten suchen (z.B. Angebote von Sportvereinen analog zu den etablierten Spezialangeboten wie Koronarsportgruppen, Sport nach einer Krebserkrankung, etc.). Inklusive Angebote bieten den Betroffenen die Möglichkeit einer breiter angelegten sozialen Teilhabe. Darüber hinaus können sie die gesellschaftliche Akzeptanz von Demenz fördern und zu einer Veränderung des Demenzbilds der anderen Teilnehmer und somit – zumindest in Teilbereichen – der Gesellschaft beitragen.

Ausgangspunkt jeglicher Sport- und Bewegungsaktivitäten ist eine kontinuierliche und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Betroffenen, ihren Angehörigen, den Sozialpartnern und den Anbietern von Sport/Bewegung. Nicht alle Aktivitäten finden überall den gleichen Anklang. Menschen mit Demenz haben ein Interesse daran, ihre gewohnten Sportarten weiterzuführen: in der Region Minden-Lübbecke war dies beispielsweise Kanu- und Radfahren und in der Region Stuttgart Tanzen.

Beide Steuerungssysteme bauen auf einer Reihe von Voraussetzungen auf: Dazu gehört eine gute Vernetzung in der jeweiligen Region, aber auch ein „langer Atem“. Damit ist gemeint, dass die Entscheidung, sportliche und Bewegungsaktivitäten für die Zielgruppe aufzubauen, für Menschen mit Demenz keine ad-hoc-Entscheidung sein sollte, die eventuell nicht langfristig aufrechterhalten werden kann und die dann zu Enttäuschungen bei allen Beteiligen führen kann. Zu einem solchen langen Atem gehört auch eine nachhaltige Finanzierung. Es muss klar sein, was sich der Verein oder die lokalen Partner/Sozialpartner leisten können bzw. leisten wollen. Dies geht nach den Erfahrungen an beiden Standorten vor allem durch eine Mischung von haupt- und ehrenamtlichem Engagement. Ein professionelles Management ist unabdingbar.

Das zentrale System ist auf eine enge und umfassende Betreuung der Betroffenen ausgerichtet, die Wirkung ist räumlich begrenzt. Mit dem dezentralen System kann eine nahezu grenzenlose Breitenwirkung erreicht werden. Nach erfolgreicher Etablierung einer neuen Kooperation betreuen lokale Sozialpartner das neu geschaffene Bewegungs-/Sportangebot und der Zielgruppe zugehörige Teilnehmende in ihrem Nahbereich, Dess ist lediglich bei Bedarf beratend/schulend tätig. Die Grenzen beider Systeme liegen dort, wo der Aufwand durch den Verein oder die lokalen Akteure nicht mehr tragbar ist und das Angebot limitiert werden muss. Dies ist beispielsweise bei den Einzelradangeboten der Fall, bei denen die Nachfrage die Kapazität der zur Verfügung stehenden Radbegleiter übersteigt.

6 Das inklusive Wanderangebot „Was geht! Lust am Wandern“

Auf der Grundlage der vorliegenden Materialien aus dem Nachlass von Prof. Dr. Sauer war eine detailliertere Betrachtung einzelner Bewegungsangebote, die die Entwicklung sowie die Art und Weise der Durchführung der Angebote aufzeigen, nicht darstellbar. Basierend auf den Untersuchungen im Rahmen der bereits im Kapitel „Evaluation“ vorgestellten Masterarbeit[15] wird im Folgenden das inklusive Wanderangebot eingehend betrachtet. Die Aktivität „Was geht! Lust am Wandern“ ist ein Beispiel für ein inklusives Angebot, das im Rahmen des Projekts etabliert wurde und weiterhin von den Kooperationspartnern durchgeführt wird.

Das Wanderangebot war das erste Angebot im Rahmen des Modelprojekts „Was geht!“ in der Region Stuttgart. Vom Nullpunkt startend suchte Dess den Kontakt zu potentiellen Partnern für entsprechende Angebote, für das Wandern bot sich der Schwäbische Albverein (SAV) an. Er ist mit rund 100.000 Mitgliedern der größte Wanderverein Europas und gliedert sich in einen Hauptverein mit Sitz in Stuttgart sowie 550 Ortsgruppen (OG).

6.1 Die Etablierung der Wandergruppen

Erste Schritte zum Angebot

Im November 2012 fand, nach Vorgesprächen, das erste Treffen von Dess mit dem SAV-Hauptverein, respektive mit der Verantwortlichen der Bildungseinrichtung des SAV, der Heimat- und Wanderakademie Baden-Württemberg, sowie dem Vorsitzenden der SAV-OG Stuttgart statt. Beide waren schnell bereit mit Dess ein entsprechendes Wanderangebot zu entwickeln und zu testen. Von Januar bis März 2013 fanden Planungstreffen statt: ein erstes Konzept wurde erarbeitet und die Wandertermine für 2013 festgelegt. Der SAV nahm an der Projekt-Auftaktveranstaltung in Stuttgart im Januar 2013 teil, wobei auch das Wanderangebot der Öffentlichkeit vorgestellt wurde. Im Februar 2013 fand die erste Basisqualifizierung statt. Daran teilgenommen haben Interessierte aus dem SAV und dem ADFC. Der ADFC war bereits bei der Auftaktveranstaltung dabei; konkrete Radfahr-Angebote kamen jedoch weder mit ihm noch mit anderen Vereinen zustande.

Die Wanderungen im Jahr 2013

Die Wanderungen waren von Anfang an für alle Menschen offen, die körperlich in der Lage sind, eine Strecke von bis zu acht Kilometern zu gehen, wenn auch der inklusive Charakter anfänglich nicht thematisiert wurde. Auch war die Teilnahme von Beginn an kostenlos und eine Mitgliedschaft im SAV nicht erforderlich. Die einzelnen Teilnehmer tragen lediglich die Kosten für Verpflegung und Fahrt.

Am 27. März 2013 fand die erste Wanderung in Stuttgart mit acht Teilnehmern statt: zwei Wanderführer aus der OG Stuttgart des SAV, zwei für das Projekt verantwortliche Mitarbeiter von Dess, zwei Menschen mit demenziellen Veränderungen sowie zwei Kinder der vorgenannten. Seither werden die Wanderungen in Stuttgart immer am dritten Donnerstag im Monat durchgeführt. Dess und die SAV-OG Stuttgart legen gemeinsam die Wandertermine fest. Die einzelnen Wanderungen werden von zwei Wanderführern der Ortsgruppe geplant und verantwortlich durchgeführt. Die Gesamtorganisation liegt bei Dess. Neben der Öffentlichkeitsarbeit übernimmt Dess die Koordinations- und Kon-

[15] Titel der Arbeit: Gesellschaftliche Einbindung von an Demenz erkrankten älteren Menschen am Beispiel der Wandergruppe ‚Was geht! Lust am Wandern‘. Eine empirische Untersuchung. (vorgelegt am 10.10.2016 am Ludwig-Uhland-Institut für Empirische Kulturwissenschaft).

taktarbeit und ist somit Ansprechpartner für alle Teilnehmer. Es wird ein persönlicher Kontakt durch eine feste Ansprechpartnerin bei Dess gehalten. Sie berät die Interessierten vor der ersten Teilnahme, informiert über anstehende Wanderungen und hält den Kontakt zu den Teilnehmern zwischen den Wanderungen oder wenn diese einmal aussetzten müssen. Auch nimmt sie, neben einem weiteren Mitarbeiter von Dess, regelmäßig bei den Wanderungen teil und ist dabei vor allem für Angehörige von Menschen mit Demenz eine wichtige Gesprächspartnerin. Diese beiden Mitarbeiter von Dess haben zudem in 2013 beim SAV eine zertifizierte Wanderführerausbildung absolviert und haben somit die Berechtigung eine Wanderung selbständig zu organisieren und durchzuführen.

Bei den ersten Wanderungen konnten die Verantwortlichen aus SAV und Dess vielfältige positive und negative Erfahrungen sammeln, aufgrund derer das Angebot kontinuierlich verbessert wurde. Die zu Beginn bestehenden Unsicherheiten und Ängste im Umgang mit Menschen mit einer Demenz und der Umsetzung des Wanderangebots bei den Wanderführern sowie anderen Teilnehmern konnten schnell abgebaut werden.

Die Gestaltung der Wanderungen ist an reguläre Wanderungen mit dem SAV angelehnt: zwei zertifizierte Wanderführer des SAV planen die Strecke, reservieren ein Lokal für die anschließende Einkehr, wandern die Strecke vor und leiten die Wanderung (einer geht voran und einer bildet den Schluss der Gruppe). Abweichend sind die Länge der Strecke, die Wegführung und die Laufgeschwindigkeit. Die Wanderungen sind in der Regel zwischen sechs und maximal acht Kilometer lang und dauern etwa drei Stunden. Bei der Wegführung wird darauf geachtet, dass diese keine großen Steigungen aufweist und der Bodenbelag auch bei feuchtem Wetter gangbar ist. Welche Strecke und wie Menschen mit einer Demenz und andere Personen mit Handicap wandern können, musste im Rahmen von Wanderungen erst gelernt werden. Nicht nur die technischen Bedingungen der Wanderungen, auch der Umgang mit den Teilnehmenden mit einer Beeinträchtigung und ihre speziellen Bedürfnisse unterlag entsprechenden Lernprozessen bei den Beteiligten. Unter den Teilnehmern sind Menschen mit demenziellen Veränderungen, die von ihren Partnern oder Kindern begleitet werden, aber auch solche ohne Begleitung. Es zeigte sich, dass demenziell veränderte Teilnehmer in verschiedenen Situationen Unterstützung benötigen. So musste beispielsweise ein Mann an den Toilettengang erinnert werden, andere benötigten aufgrund ihrer Orientierungslosigkeit auf dem Weg zur Toilette und zurück Begleitung oder brauchten Unterstützung beim Bezahlen in der Gaststätte. Die Notwendigkeit entsprechender Unterstützung zeigte sich durch verschiedene Situationen, die vor allem für einige Wanderführer schwierig waren und nahezu das Projekt zu gefährden schienen. Gemeinsam überlegten die Partner Dess und SAV, wie problematische Situationen aufgelöst werden könnten. Für die Wanderführer ist es nicht möglich, sich neben der Leitung der Wanderung um einzelne Teilnehmer intensiver zu kümmern. Daher übernahmen dies die generell mitwandernden Mitarbeiter von Dess. Da diese jedoch gleichzeitig auch Ansprechpartner für alle Teilnehmer sind, wurde nach einer anderen Lösung gesucht und ab 2014 die Position der Wanderbegleiter eingeführt, die im Bedarfsfall eine ihnen fest zugeordnete Person begleiten.

Wie auch andere Angebote haben die Wanderungen meist eine lange Anlaufphase – das Angebot muss erst bekannt werden. So war auch die Teilnehmerzahl in Stuttgart in den ersten Monaten gering. Die Wanderung im Oktober 2013 wurde von einer Reporterin und einem Fotografen der Stuttgarter Zeitung begleitet. Daraufhin erschien ein entsprechender Zeitungsartikel, durch den weitere Teilnehmer (mit und ohne Demenz) gewonnen wurden. Bereits zum Jahresende waren es dann zwölf Personen, die in wechselnder Formation mitwanderten. Es bestätigte sich hierdurch, wie essentiell entsprechende Öffentlichkeitsarbeit und Werbung für das Projekt und die einzelnen Angebote sind, vor allem um einen Bekanntheitsgrad für Menschen mit Demenz, ihre Angehörigen und andere Interessierte zu schaffen.

Öffentlichkeitsarbeit und Werbung

Potentielle Teilnehmer aus dem Bereich der Betroffenen (Menschen mit einer Demenz und ihre Angehörigen) können vor allem über unterschiedliche Beratungsstellen, Ärzte und andere Multiplikatoren im Sozialbereich erreicht werden. Deshalb werden diese Stellen regelmäßig von Dess über das Projekt und die Angebote informiert. Als eine Werbemaßnahme wurde ein Flyer entworfen, der bei den entsprechenden Stellen ausgelegt werden oder von den Multiplikatoren weitergegeben werden kann. Der erste Flyer bewarb unter dem Titel: „Wir wandern! Wir fahren Rad! – Ein Angebot (nicht nur) für Menschen mit Gedächtnisproblemen und Demenz“ Wanderungen und Radtouren gemeinsam. Ab 2014 gab es nur noch einen Flyer für das Wandern mit dem neuen Titel: „Was geht! Lust am Wandern: Offene Menschen – Kleine Touren“, der nicht direkt Menschen mit Demenz anspricht und somit den inklusiven Charakter mehr heraushebt. Weiterhin wichtig und nicht zu unterschätzen ist die Mund-zu-Mund-Propaganda für die Verbreitung des Angebots bei Multiplikatoren, potentiellen Teilnehmern mit und ohne Demenz sowie für die Netzwerkbildung, die Gewinnung von potentiellen Partnern für neue Wanderangebote in anderen Orten und von Wanderbegleitern.

Für das Projekt und die Angebote leistet Dess seit Projektauftakt auf verschiedenen Kanälen entsprechende Öffentlichkeitsarbeit, die in der Anfangsphase vor allem dazu beitrug, entsprechende Bekanntheit regional, aber auch überregional, in der Allgemeinheit und beim Fachpublikum zu schaffen. Berichte in der Regionalpresse können auf bestimmte Veranstaltungen hinweisen und bei der Akquirierung weiterer Teilnehmer unterstützend sein. So konnten zum Jahreswechsel 2013/14 durch entsprechende Artikel in den Regionalzeitungen beispielsweise eine große Anzahl interessierte Wanderbegleiter gefunden werden. Der SAV erhielt, letztendlich durch das Engagement der im Oktober 2013 mitwandernden Journalistin der Stuttgarter Zeitung, von der Sparda Bank im Rahmen der „Aktion Weihnachten“ eine Spende von 25.000 Euro. Damit konnten bis 2017 Qualifizierungsmaßnahmen, Austauschtreffen und weiteres finanziert und das Wanderangebot kontinuierlich, auch über die Region Stuttgart hinaus, ausgebaut werden.

Wanderbegleiter

Aufgrund der 2013 bei den Wanderungen gemachten Erfahrungen mit demenziell veränderten Menschen ohne Begleitung wurde überlegt, wie diese während einer Wanderung entsprechend unterstützt werden können. Die Unterstützung von mehreren demenziell veränderten Personen durch die Mitarbeiter von Dess zeigte sich als nicht praktikabel. So entschieden sich SAV und Dess für die Einführung von Wanderbegleitern, anfänglich Coaches genannt, die diese Aufgabe übernehmen. Einem Aufruf in den regionalen Zeitungen folgten viele potentielle Interessenten. Diese nahmen an der zweiten Basisqualifizierung im Januar 2014 in Plochingen teil und sind nahezu alle bis heute in verschiedenen Wandergruppen aktiv. Seit Februar 2014 werden in den Wandergruppen Menschen mit Demenz oder andere Personen mit Handicap, die gerne alleine an den Wanderungen teilnehmen wollen, von ehrenamtlichen Wanderbegleitern unterstützt, wobei in der Regel jeder Begleiter für eine Person zuständig ist.

Die Einführung der Wanderbegleiter brachte einen Durchbruch für die Wanderungen. Die Wanderführer und die Mitarbeiter von Dess können sich seither auf ihre originären Aufgaben konzentrieren und in die Gruppen ist eine gewisse Ruhe bzw. Routine eingekehrt bzw. wurden die erforderlichen Rollen gefunden und etabliert. Der Wanderbegleiter ist Ansprechpartner und „Kümmerer“ für eine Person mit Unterstützungsbedarf. Er leistet dabei lediglich so viel Unterstützung wie nötig, die im Vorfeld zwischen den Beteiligten abgesprochen wird. Diese kann beispielsweise darin bestehen, dass der eingeschränkte Teilnehmer bei der Bestellung und Bezahlung in der Gaststätte unterstützt, von zuhause abgeholt und zurückgebracht oder auf dem Weg zur Toilette begleitet wird, was nicht mit einer professionellen Betreuung zu verwechseln ist.

Qualifizierungen und Austauschtreffen

Die Basisqualifizierungen, die in der Regel vor der Durchführung der ersten Wanderungen stattfinden, werden seit 2014 offen ausgeschrieben, wodurch alle Interessenten, auch aus anderen Orten, die Möglichkeit zur Teilnahme haben. Bei der zweiten Basisqualifizierung, die erstmals öffentlich ausgeschrieben und in der in der Tagespresse – verbunden mit dem Aufruf sich als Wanderbegleiter zu melden – bekanntgemacht wurde, nahmen 35 Personen teil. Die in der Regel eintägigen Qualifizierungen durch den SAV („Wanderkompetenz“) und Dess („Demenzkompetenz“) für Wanderführer, Wanderbegleiter und andere Interessierte sensibilisiert und schult die Teilnehmer im Umgang mit Menschen mit Demenz.

Von den Teilnehmern der Basisqualifizierungen, der Anstiftertreffen und anderen Veranstaltungen wurden oft neue Angebote im Bereich Wandern und Bewegung initiiert. Die Wanderangebote in Mühlacker und Ulm gehen auf den von Dess organisierten Praxis-Workshop „Lasst Worten Taten folgen“ zurück, an dem Interessierte aus unterschiedlichen Projekten und Kommunen teilnahmen. Die Qualifizierungen und andere Veranstaltungen sind somit, über die Schulung und Sensibilisierung der Teilnehmer hinaus, zur Findung weiterer Anbieter und Schaffung neuer Angebote eine wichtige Grundlage.

Seit 2015 finden jährlich Austausch- und Qualitätssicherungstreffen mit den Teilnehmern (Wanderführer, Wanderbegleiter, Mitarbeiter der Sozialpartner, Mitwanderer mit und ohne Demenz oder anderen Handicaps) aller Stadtorte von „Lust am Wandern!“ statt. Sie bieten eine gerne genutzte Gelegenheit, mit Teilnehmern von anderen Gruppen in Kontakt zu kommen, über Probleme wie Erfolge zu sprechen und damit letztendlich auch die Qualität der Wanderungen weiter zu verbessern.

Weitere Interessenten – Wandergruppen in anderen Orten entstehen

Die Anregung, eine neue Wandergruppe nach dem Prinzip von „Was geht!“ zu schaffen, kommt überwiegend aus dem Bereich der potentiellen Sozialpartner (Kommunen, Beratungsstellung, etc.), aber auch von Einzelpersonen, die teilweise auch Mitglieder im SAV sind. Von den SAV-OG selbst wurde bislang kein Angebot angeregt.

Seit 2014 konnten an folgenden Standorten Wanderangebote etabliert werden:

Start	Ort	Sozialpartner
03/2013	Stuttgart	Dess
03/2014	Plochingen	Stadt Plochingen
09/2014	Filderstadt	Stadt Filderstadt
11/2014	Mühlacker/Enzkreis	Consilio (ein Demenzzentrum, das sich als eine Beratungs- und Anlaufstelle für Menschen mit Demenz und deren Angehörige versteht und eine breite Palette von Unterstützungs- und Hilfeangeboten bereithält. Consilio ist im Enzkreis in der Stadt Mühlacker angesiedelt.)
2014	Esslingen	Krankenpflegeverein Esslingen
04/2015	Ulm	TrotzDem - für ein Leben in Würde trotz Demenz e.V.
06/2015	Schwäbisch-Gmünd	DRK-Fachberatung
09/2015	Kirchheim-Teck	Stadt Kirchheim-Teck
03/2016	Reutlingen	DRK
09/2016	Villingen-Schwenningen	Landratsamt in Kooperation mit dem Bürgerschaftlichen Engagement der Stadt Villingen-Schwenningen
10/2016	Trossingen	VHS Trossingen

06/2016	Isny	Nachbarschaftshilfe Isny
01/2017	Westlicher Enzkreis	Demenzzentrum Keltern, Rettungshundestaffel Enzkreis e.V.
06/2017	Göppingen	Stadt Göppingen – Seniorennetzwerk

An allen Orten, außer in Ulm, werden die Wanderungen im Tandemprinzip angeboten, einer Partnerschaft zwischen einem Anbieter aus dem Bereich Sport und Bewegung (in der Regel ein Wanderverein) sowie einem Sozialpartner aus dem Bereich der „Kümmerer". Die Stärke des Konzepts liegt in der Verbindung der beiden Bereiche. Der Wanderverein wirkt als Spezialist für das Wandern und der Sozialpartner hat Erfahrung mit älteren Menschen und Menschen mit Demenz sowie den entsprechenden Zugang zu ihnen. Dess unterstützt lokale Partner bis zur Etablierung der Wandergruppe durch Beratung und Qualifizierung. Die Partner profitieren von den Erfahrungen der ersten Monate in Stuttgart: Qualifizierungen in den Bereichen Demenz und Wanderung, Übernahme von Design und Formulierungen für Werbung sowie regionale Öffentlichkeitsarbeit, Übernahme der Struktur: zwei Wanderführer, Wanderbegleiter, inklusiver Ansatz. Auch nach der Implementierung der lokalen Partnerschaft steht Dess dieser beratend zur Seite und führt nach Bedarf weitere Schulungen durch.

Obwohl die Angebotsstruktur übernommen wird, bedarf es der Anpassung an die spezifischen Bedingungen vor Ort. So werden in Plochingen vier Mal jährlich und an allen anderen Standorten einmal monatlich Wanderungen durchgeführt. Da sich die SAV-OG in Ulm nicht beteiligen konnte, haben sich Mitglieder des Sozialpartners (TrotzDem e.V.) zu Wanderführern ausbilden lassen und den Wanderpart auch übernommen. In Filderstadt haben sich drei SAV-OG aus den Teilgemeinden der Stadt für das Angebot zusammengeschlossen. In Villingen-Schwenningen und dem westlichen Enzkreis sind für den Wanderpart zwei Vereine zuständig: Schwarzwaldverein und SAV bzw. Schwarzwaldverein und Naturfreunde.

Inklusives Konzept

Die ursprüngliche Konzeption sah eine Wandergruppe in erster Linie für Menschen mit Demenz und deren Angehörige vor, die aber gleichzeitig ebenso alle andere Menschen dazu einlud. Das Wanderangebot war somit von Anfang an offen für alle Interessierten, auch wenn Inklusion in den ersten Monaten nicht thematisiert wurde. Der anfängliche Titel mit dem Zusatz „Ein Angebot (nicht nur) für Menschen mit Gedächtnisproblemen und Demenz" schien jedoch Menschen mit Gedächtnisproblemen und Demenz herauszuheben und diese Personengruppe besonders zu behandeln. An den Wanderungen nahmen Menschen mit Demenz, deren Angehörige sowie die Mitarbeiter von Dess und die Wanderführer teil. Menschen mit anderen Handicaps oder ohne Einschränkungen fühlten sich nicht angesprochen. Der neue Titel „Was geht! Lust am Wandern: Offene Menschen – Kleine Touren" spricht keine spezielle Personengruppe an, sondern alle Menschen, die Wanderungen von bis zu acht Kilometern bewältigen können und wollen. Er hebt dadurch den inklusiven Charakter heraus. Das Wanderangebot drückt Normalität aus, statt eine Personengruppe besonders zu behandeln. Im Text des Flyers und bei Gesprächen mit Interessenten wird darauf hingewiesen, dass „körperliche oder andere Handicaps, wie sie (nicht nur) im Alter auftreten können – von Sehbeeinträchtigungen bis zu Gedächtnisproblemen oder Demenz –" keine Hinderungsgründe für eine Teilnahme sind. So wissen alle potentiellen Teilnehmer vorab, dass Menschen ohne Einschränkungen und Menschen mit Demenz und anderen Handicaps gemeinsam wandern.

Zwischenzeitlich ist der Teilnehmerkreis bei den Wanderungen gemischt. Neben Menschen mit Demenz und anderen kognitiven Einschränkungen, ihren Angehörigen und Freunden, den Wanderbegleitern und Mitarbeitern der Sozialpartner nehmen Menschen mit und ohne Handicap verschiedenen Alters, wenn auch vorwiegend ab dem Rentenalter, teil. Auch jene, die bereits Mitglied im entsprechenden Ortsverein sind und lange Strecken nicht mehr bewältigen können, schließen sich der

Gruppe an. Eine Mischung der Teilnehmer in Sinne des inklusiven Ansatzes hat sich als tragbar und positiv für alle Teilnehmer herausgestellt. Dabei zeigt sich ein Anteil von Menschen mit Demenz von maximal etwa 1/3 als ideal. Bei einer Teilnehmerzahl von 30 stößt die Gruppe an ihre Kapazitätsgrenze. Die Wandergruppe ist in ihrer Konstellation durch das Dazukommen und Wegbleiben von Teilnehmern generell dynamisch. Vor allem die Sozialpartner müssen sich darauf einstellen, dass aus gesundheitlichen Gründen Teilnehmer wegfallen. Dies auszugleichen bedarf einer kontinuierlichen Werbung und Öffentlichkeitsarbeit für das Wanderangebot. Bei den Wanderungen ist der zuständige Mitarbeiter des Sozialpartners Ansprechperson für die Teilnehmer und führt als solcher auch neue Teilnehmer in die Gruppe ein.

Wandern bietet sich besonders für die Aufrechterhaltung des sozialen Kontakts und somit der gesellschaftlichen Teilhabe an. Anders stellt sich dies beispielsweise bei den Bewegungsgruppen dar: es werden gemeinsam Bewegungsübungen gemacht, der Übungsleiter ist im Zentrum der Aufmerksamkeit der Teilnehmer, Gespräche sind eher die Ausnahme, eine gemeinsame Einkehr nach der Bewegungsstunde ist nicht die Regel. Bei den Wanderungen und der daran immer anschließenden gemeinsamen Einkehr ist es gut möglich, sich zu unterhalten und auszutauschen. Während den Wanderungen und den Pausen ergeben sich immer wieder neue Konstellationen innerhalb des Teilnehmerkreises. Auch Menschen, die sich noch nicht kennen, bieten sich beim gemeinsamen Gehen Gesprächsthemen an: die Landschaft, das Wetter und vieles mehr. Besonders Menschen mit einer Demenz stellen die Wichtigkeit der sozialen Kontakte außerhalb ihrer Familie innerhalb der Wandergruppen heraus.

Das Wandern ist niederschwellig. Es braucht weder aufwändige Sportgeräte noch besonderer Kleidung, Kosten fallen nur für die Verpflegung und die eventuell notwendige Fahrt an. Somit ist die Teilnahme für alle Menschen möglich, die den Anforderungen entsprechend mobil sind und steht allen sozialen Gruppen offen. Innerhalb der Wandergruppe sind der soziale Status wie der Gesundheitszustand belanglos. Alle werden gleichbehandelt und bilden eine Gemeinschaft. Das Wanderangebot drückt Normalität aus, statt eine spezielle Personengruppe besonders zu behandeln. Das Ziel des Projekts, den Menschen mit Demenz durch das Wandern gesellschaftliche Teilhabe und Lebensfreude zu erhalten und zu fördern hat sich erfüllt.

6.2 Empirische Untersuchung

Die Forschungen im Rahmen der Masterarbeit bezogen sich auf die Wandergruppen in Stuttgart, Mühlacker und Filderstadt. Da die Struktur der Wanderungen und der Teilnehmer in allen Gruppen nahezu identisch ist, kann davon ausgegangen werden, dass die nachfolgenden Ausführungen, die ausschließlich auf den Forschungen im Rahmen der Masterarbeit basieren, für alle Wandergruppen gelten können.

Im Rahmen der Masterarbeit wurde unter anderem untersucht, welche Auswirkungen die Wanderungen auf die einzelnen Teilnehmer und darüber hinaus haben. Ein Kernaspekt der Arbeit bildet die Perspektive der Beteiligten. Aufgrund dessen wurde als methodischer Ansatz die Feldforschung im Sinne eines Methodenbündels verwendet, das sich aus teilnehmender Beobachtung sowie qualitativen leitfadengestützten Interviews und informellen Gesprächen mit den Akteuren zusammensetzte. Der Auftakt der teilnehmenden Beobachtung bildete die Teilnahme an einem Qualifizierungstag für Wanderbegleiter, Wanderführer und andere Interessierte in Kirchheim im Juni 2015. Im August 2015 nahm ich an der ersten Wanderung teil, die ausnahmsweise die gesamten Gruppen im Großraum Stuttgart einschloss. Zwischen Oktober 2015 und Mai 2016 nahm ich an vier weiteren Wanderungen der Stuttgarter Gruppe teil. Im November und Dezember 2015 führte ich insgesamt zwölf Interviews

mit den Akteuren in Stuttgart, Filderstadt und Mühlacker. Im Einzelnen sprach ich mit drei Wanderbegleiterinnen, drei Wanderführern, einer Wanderführerin und -begleiterin, zwei Ehepaaren, wobei jeweils der Ehemann an Demenz erkrankt ist, sowie den verantwortlichen Organisatoren in den drei Orten. Vervollständigt und ergänzt wurde das Interviewmaterial durch informelle Gespräche während der Forschungsphase mit den Interviewpartnern, anderen Teilnehmern bei den Wanderungen sowie weiteren Personen, die in vielfältiger Weise mit Demenz oder Menschen mit Demenz in Kontakt sind.

6.2.1 Die Wanderungen

Der organisatorische Ablauf wie auch die Konstellation und das Zusammenwirken der Teilnehmer sind bei allen Wanderungen ähnlich. Die Wandergruppen haben in der Regel einen gleichbleibenden Zeitrahmen und einen festen Treffpunkt: in Mühlacker ist dies zum Beispiel der Bahnhof, zu dem nach der Wanderung und anschließender Einkehr in ein Gasthaus alle wieder gemeinsam zurückkehren. Im Folgenden wird beispielhaft eine Wanderung anhand einzelner Begebenheiten skizziert.

Die Teilnehmer begrüßen sich herzlich untereinander, neue Teilnehmer werden freundlich aufgenommen. Während der Begrüßung ist nicht erkennbar, wer dement ist und wer nicht. Einige der 20 Teilnehmer sind zum ersten Mal dabei, andere wieder nach einigen Monaten Pause. Die Ansprechpartnerin von Dess, wird von einer Praktikantin begleitet. Weitere Teilnehmer sind: drei Wanderbegleiter/innen, drei Personen mit einer kognitiv-neurologischen Einschränkung, zwei Menschen mit einer Demenz mit ihren Ehefrauen, ein Ehepaar und fünf Einzelpersonen ohne Handicap. Der überwiegende Teil der Teilnehmer ist über 65 Jahre alt. Der mit 87 Jahren älteste Teilnehmer der Wanderung ist seit Jahrzehnten Mitglied im SAV und zum ersten Mal bei dieser Gruppe dabei. Die regulären Wanderungen sind für ihn inzwischen zu lang. Eine Dame nimmt das Angebot wahr, weil sie nahezu keinen sozialen Kontakt mehr zu anderen Menschen hat und die Wandergruppe ihr diesen bieten kann. Nahezu alle sind im Wanderoutfit, einige haben einen Rucksack mit Getränken und Wechselwäsche dabei. Die Wandergruppe sieht aus wie jede andere auch.

Bevor es losgeht, hält der Wanderführer vom SAV eine kleine Ansprache. Er begrüßt alle, stellt sich vor, beschreibt die Wanderstrecke mit ihren Besonderheiten, wo die Einkehr stattfindet und wie es dann mit der U-Bahn wieder zurück zum Ausgangspunkt Hauptbahnhof geht. Bei der Wanderung geht der Wanderführer voran. Die Kontaktperson der Dess geht am Schluss. Sie achtet darauf, dass die Gruppe zusammenbleibt und niemand verloren geht. Die anderen Wanderer haben keine feste Position inne, es bilden sich während des Laufens und den Pausen immer wieder neue Konstellationen und somit Gespräche.

Ein Ehepaar von dem der Ehemann dement ist, ist regelmäßig bei den Wanderungen dabei. Der Ehemann trägt den Rucksack und ist gut zu Fuß. Seine Ehefrau behält ihn immer im Auge. Verliert sie kurzzeitig den Sichtkontakt zu ihm, wird sie unruhig. Wenn sie nebeneinander gehen, greift sie nach seiner Hand. Sie kümmert sich sehr eng um ihn, was sich in der Gaststätte fortsetzt. Das zweite von Demenz betroffene Ehepaar ist heute zum ersten Mal dabei. Der betroffene Ehemann war schon immer ein Wanderer. Er läuft meist an der Spitze der Gruppe und spricht während der Wanderung von sich aus kaum. Seine Frau lässt ihm viel Raum. Bei einer Trinkpause hält er nicht an und läuft den Weg weiter. Dies wird von verschiedenen Teilnehmern sofort bemerkt und sie reagieren entsprechend. Es wird ihm nachgerufen und angesetzt, ihm nachzugehen. Die Ehefrau kann aber alle sofort beruhigen: ihr Mann müsse nur austreten und habe es ihr vorab gesagt. Er könne das noch gut alleine und finde auch wieder zur Gruppe zurück. Die Ehefrau ist begeistert, dass sich in der Gruppe alle um jeden Teilnehmer kümmern.

Wenn es am Wegesrand etwas von Interesse gibt, hält der Wanderführer an und erzählt kurz etwas zu den Bäumen, zur Landschaft oder zur Geschichte des Ortes. Alle Teilnehmer hören interessiert zu und teilweise wird später noch weiter darüber gesprochen. Das Gesprächsklima ist offen und freundlich. Die Gesprächsthemen unter den Wanderern sind meist allgemein gehalten und beinhalten oft das Wetter oder die Wanderstrecke. Demenz ist im Allgemeinen kein Thema. Vertiefende Gespräche, auch über Demenz, werden mit einer Wanderbegleiterin und der Ansprechpartnerin von Dess geführt. Die Wanderbegleiterin ist sehr offen, geht auf jeden Teilnehmer unbefangen zu und eröffnet das Gespräch. Besonders die Ehefrauen der Männer mit Demenz suchen das Gespräch. Themen sind vor allem die Belastung durch und der Umgang mit der Demenz sowie die Angebote von Dess und anderen Organisationen, die die Eheleute nutzen können. Die Verantwortlichen von anderen Sozialpartnern berichteten von ihren Wanderungen Ähnliches. Auch sie werden vor allem von den Angehörigen während der Wanderung angesprochen um insbesondere Probleme und Möglichkeiten für Aktivitäten zu erörtern. Feste Ansprechpartner beim Sozialpartner sind für alle Beteiligten eine wichtige Basis.

Wenn die Routine unterbrochen wird oder etwas Neues aufkommt, werden Menschen mit Demenz schnell verunsichert und unruhig. Dies zeigte sich bei Beginn der Wanderung bei einem Betroffenen: Er ist wortkarg und es ist ihm anzumerken, dass er sich unwohl fühlt. Er überprüft immer wieder den Inhalt seiner Hosen- und Jackentasche und wirkt fahrig. Sein Wanderbegleiter erzählt wieso: Auf der Fahrt zum Treffpunkt hat er seine Jahresfahrkarte verloren. Während der Wanderung kommt ein Anruf, dass die Fahrkarte gefunden wurde und zur Abholung bereitliegt. Der Herr freut sich ausgelassen darüber und klatscht sich mit seinem Wanderbegleiter ab, der ihn schon seit Jahren begleitet. Später erzählt der Herr, wie froh er ist, den Wanderbegleiter an seiner Seite zu haben. Die Verlustanzeige seiner Fahrkarte hätte er alleine nicht geschafft, ebenso könnte er alleine nicht zu den Wanderungen kommen. Sein Begleiter holt ihn immer zu Hause ab und bringt ihn nach den Wanderungen wieder zurück.

Der Abschluss der Wanderung findet in einem Restaurant statt. Es dauert etwas, bis alle ihren Platz eingenommen haben. Die von Demenz betroffenen Personen müssen neben ihren Ehefrauen bzw. ihren Wanderbegleiter/innen sitzen. Sie brauchen Unterstützung bei der Auswahl des Essens und der Bezahlung. Die Wanderbegleiter/innen und ihre Schützlinge sind bereits eingespielte Teams, sie kennen sich und vertrauen einander. Wie auch bei der Wanderung ist Demenz im Restaurant kein Gesprächsthema im großen Kreis. Die Unterhaltungen betreffen vor allem die Wanderung, das Wetter und das Essen. Alle Teilnehmer stellen heraus, wie wichtig ihnen die gemeinsame Einkehr nach der Wanderung ist. Sie schließt den Wandertag ab und bietet eine weitere Möglichkeit des Austauschs und sozialen Kontakts untereinander.

Die Ehefrauen trauen sich alleine nicht mehr, mit ihren dementen Ehepartnern eine Wanderung oder anderes zu unternehmen. Sie fühlen sich in der Gruppe wohl und sind froh, diese Gruppe gefunden zu haben. Auch den Austausch mit anderen Teilnehmern in der Gruppe finden sie sehr hilfreich. Ferner stellen die von Demenz betroffenen Personen heraus, wie wichtig ihnen der soziale Kontakt in der Gruppe, besonders zu Menschen ohne Demenz, und der unbefangene Umgang mit ihnen ist. Bei den Wanderungen wird mit den demenziell veränderten Menschen in der gleichen Art und Weise umgegangen, wie mit den anderen Teilnehmern: Sie werden direkt angesprochen, in Unterhaltungen einbezogen und nicht bevorzugt, mitleidig oder anderweitig besonders behandelt. Gleichzeitig achten jedoch alle Teilnehmer, auch die demenziell Veränderten, auf alle anderen. Dies zeigt sich beispielsweise beim Überqueren von Straßen. Alle gehen gemeinsam und es wird darauf geachtet, dass niemand alleine zurückbleibt. Genauso verhält es sich, wenn jemand stehen bleibt oder vorne wegläuft. Von außen betrachtet ist die Wandergruppe „Was geht! Lust am Wandern“ nicht als eine Gruppe von Menschen mit Demenz und anderen Handicaps zu erkennen. Auch innerhalb der Gruppe bedarf es einer gewissen Zeit um einordnen zu können, wer eine Demenz hat und wer nicht.

Durch die Wanderung ist für alle Teilnehmer Demenz erlebbar. Die verschiedenen Stufen der Einschränkungen durch Demenz sind für Gesunde und Betroffene erkennbar, aber auch, wie aktiv eine demente Person sein kann. Dadurch werden Hemmungen im Umgang mit betroffenen Menschen wie auch anderen Kranken bzw. Behinderten abgebaut.

6.2.2 Die Teilnehmer

Die Teilnehmer kamen aus verschiedenen Bewegründen und mit ebenso verschiedenen Voraussetzungen und Vorstellungen zur Wandergruppe. Bei den Wanderungen machten sie Erfahrungen und Wahrnehmungen, die sich auch auf ihr Lebensgefühl sowie ihre Sichtweise auf Demenz und hiervon betroffene Menschen auswirkten. Individuelle Erfahrungen formen und wandeln das durch die gesellschaftlichen Vorstellungen, Beurteilungen und medialen Darstellungen gesetzte Demenzbild. So zeigt sich bei den Teilnehmern der Wanderung eine Veränderung hin zu einem positiveren Demenzbild.

Menschen mit Demenz

Sie kommen in der Regel durch ihre Lebenspartner oder Kinder zu den Wanderungen, die davon in der Presse oder vom Arzt erfahren haben. Sich für die Wanderungen oder andere Aktivitäten für Menschen mit demenziellen Veränderungen und ihre Angehörigen zu entscheiden, fällt gerade den Ehefrauen eines demenziell veränderten Mannes nicht leicht. Nicht alle können sich dazu entschließen. Sie schämen sich für ihren Partner und wollen die Demenz nicht publik machen. Eine teilnehmende Ehefrau hatte anfangs auch Bedenken, sich der Wandergruppe anzuschließen. Sie hatte Angst vor zu vielen Betroffenen in der Gruppe und darüber hinaus eine Abneigung gegen Vereine im Allgemeinen. Diese Bedenken hatten sich aber in der Wandergruppe schnell zerstreut, die einen gemischten Teilnehmerkreis hat und bei der die Demenz nicht im Vordergrund steht. Der Kontakt und der Umgang mit anderen Menschen, vor allem gesunden Menschen, ist für Betroffene ein wichtiger Grund für die Teilnahme an den Wanderungen. Die inklusiven Wanderungen werden anderen Aktivitäten für Menschen mit Demenz in homogenen Gruppen vorgezogen. Gespräche zwischen Betroffenen kommen selten zustande. Sie grenzen sich oft von anderen Betroffenen, vor allem denen in einem fortgeschrittenen Stadium, ab.

Besonders die alleinstehenden Betroffenen sind oft sehr einsam, aber auch die anderen erfahren einen Rückgang der sozialen Kontakte oder fühlen sich nicht mehr willkommen. Ein Herr stellt heraus, dass er sich bei der Wandergruppe sehr wohl und willkommen fühle. So dürfe er sich hinsetzen wo er wolle, was wohl in anderen Kreisen so nicht der Fall ist. Ein weiterer wichtiger Grund für die Teilnahme an den Wanderungen ist die Möglichkeit, sich zu bewegen und raus in die Natur zu kommen. Es belastet Menschen mit einer Demenz, dass sie oft zuhause und selten unter Menschen sind. In der Wandergruppe fühlen sie sich geborgen und angenommen. Sie werden so akzeptiert, wie sie sind und die anderen Teilnehmer zeigen keine Berührungsängste. Der Wandertag ist außerdem eine Abwechslung im Alltag. Die demenziell veränderten Teilnehmer betonen, dass sie die Wanderungen brauchen und welche Freude sie daran empfinden. Während den Wanderungen sind sie in der Regel entspannt und es ist ihnen anzumerken, wie wohl sie sich in der Gruppe fühlen. Es wird oft gelacht und auch einmal gesungen. Die Wanderungen wirken häufig auch in der Art und Weise nach, dass die Personen mit einer Demenz danach für eine gewisse Zeit ausgeglichener und entspannter sind.

Ehefrauen von Menschen mit Demenz

Es ergab sich zufällig, dass im Untersuchungszeitraum nur Ehepaare, bei denen der Ehemann dement ist, an den Wanderungen teilnahmen und interviewt werden konnten. Daher werden hier lediglich die Ehefrauen aufgeführt.

Anfänglich treffen die Ehefrauen die Entscheidung, bei den Wanderungen mitzugehen, vor allem ihren Partnern zuliebe. Durch eigene Erfahrungen, durch Fachliteratur oder durch Hinweise von Ärzten, wissen sie, wie wichtig soziale Kontakte und Bewegung für Menschen mit einer Demenz sind. Schnell stellen die Ehefrauen jedoch fest, dass die Wanderungen auch für sie selbst auf vielfältige Weise eine Bereicherung sind und sie auf diese nur ungern verzichten wollen. Dies hat vielfältige Gründe. Die Ehefrauen erfahren oft im gleichen Maße wie ihre Ehemänner einen Rückgang der sozialen Kontakte oder gar einen de facto Ausschluss aus bestimmten Kreisen oder Zusammenhängen. Die Wandergruppe bietet die Möglichkeit des sozialen Kontakts mit anderen Menschen und ein entsprechendes Gemeinschaftsgefühl. Gleichzeitig haben die Ehefrauen die Möglichkeit, sich mit anderen Personen auszutauschen, die sich um Menschen mit einer Demenz kümmern. Auch sind die Wandertage oft die einzige Möglichkeit, gemeinsam etwas mit dem demenziell veränderten Ehemann zu unternehmen, ohne sich für sein von der Norm abweichendes Verhalten und seine etwaigen Unzulänglichkeiten zu schämen. Alleine mit dem erkrankten Partner unternehmen die meisten Ehefrauen nur noch selten etwas oder gar nichts mehr. In der Gruppe fühlen sich die Frauen geborgen und fürchten sich nicht vor negativen Reaktionen. So ist der einmal im Monat stattfindende Wandertag eine willkommene Abwechslung zum Alltag und wird mit Vorfreude erwartet. Vor allem die Gemeinschaft in der Gruppe und die Möglichkeit, sich mit anderen auszutauschen, sind ihnen sehr wichtig. Ebenso tut die entspannte Atmosphäre gut, da sich die Ehefrauen nicht alleine um ihren Ehemann kümmern und ihn ständig im Auge behalten müssen. Der Kontakt zu anderen Menschen, vor allem auch zu anderen demenziell veränderten Menschen und deren Partnern, und die Gespräche bei den Wanderungen helfen den Ehefrauen beim Verständnis für und im Umgang mit Demenz und ihrem Ehemann. Das Verhältnis der Teilnehmer, insbesondere der Ehefrauen untereinander sowie zu den Wanderbegleiterinnen ist herzlich und von Vertrauen geprägt. Trotzdem bleibt der Kontakt zumeist auf den Wandertag und zufällige Treffen, wie beispielsweise beim Einkaufen, beschränkt. Freundschaften haben sich bei den Interviewpartnern im Untersuchungszeitraum keine gebildet.

Wanderbegleiterinnen

Seit der Einführung von Wanderbegleitern wird dieses Ehrenamt von Männern und Frauen ausgeführt. Im Rahmen dieser Untersuchung wurden zufällig lediglich Frauen interviewt. Die folgenden Ausführungen beziehen sich auf die Erkenntnisse aus diesen Interviews.

Die Wanderbegleiterinnen waren nicht gezielt auf der Suche nach einer Gruppe mit Menschen mit Demenz. Sie haben durch Zeitungsartikel bzw. ihre Ortsgruppe des SAV von der Wandergruppe „Was geht! Lust am Wandern“ erfahren. Sie wollten nach dem Ende ihres Berufslebens etwas für andere Menschen tun und sind auf der Suche nach einem entsprechenden Projekt auf die Wandergruppe gestoßen. Andere waren bereits davor ehrenamtlich im sozialen Bereich aktiv und sahen die Wanderungen als eine Erweiterung ihres Engagements. Die Wanderbegleiterinnen wollen dazu beitragen den demenziell veränderten Personen ein Stück Lebensqualität zu erhalten. Dabei haben sie die Gewissheit, dass sie etwas Gutes tun und gebraucht werden. Gleichzeitig heben alle hervor, dass ihnen ihr Ehrenamt eine Befriedigung bringt und ihnen die Wanderungen Freude bereiten.

Die Qualifizierungen boten eine gute Grundlage, um Demenz zu verstehen und die teilweise davor bestehenden Ängste und Vorurteile abzubauen. Durch den Umgang und den intensiven Kontakt mit

Betroffenen im Rahmen der Wanderungen konnten die Damen ihre Vorstellung von Demenz, die Einstellung zu und vor allem der Umgang mit den Dementen positiv verändern.

Wanderführer

Der größte Teil der Wanderführer des SAV sind gleichzeitig auch im Vorstand der Ortsgruppen. Der Kontakt zum Projekt wurde über den Hauptverein vermittelt. In einigen Ortsgruppen war es jedoch nicht einfach, das Konzept des Projektes zu etablieren. Viele Vereinsmitglieder können nicht nachvollziehen, wieso sich der Albverein in diesem Bereich engagieren soll, da der doch eh schon vor allem aus alten Mitgliedern bestehe. Auch gab es anfänglich, vor allem von potentiellen Wanderführern, Bedenken bezüglich der Betreuung und des Umgangs mit den Betroffenen. Die Vorstellung über Demenz war geprägt von einer Erkrankung im fortgeschrittenen Stadium. Es stellte sich jedoch heraus, dass diese Wandergruppen gerade für Albvereine mit immer mehr älteren Mitgliedern Chancen und Möglichkeiten bieten, diesen die Teilnahme an Wanderungen bis ins hohe Alter und auch bei gesundheitlichen Einschränkungen zu ermöglichen. Auch Wanderführer, die aufgrund ihres Alters oder gesundheitlicher Einschränkungen keine regulären Touren mehr anbieten können, haben durch das Projekt die Möglichkeit weiter aktiv zu bleiben.

Die Wanderführer haben vielfältige Beweggründe für ihr ehrenamtliches Engagement in der Wandergruppe „Was geht! Lust am Wandern“. Alle haben den Wunsch, den von Demenz Betroffenen Hilfe und Unterstützung zu bieten. Sie wissen, dass Bewegung und der soziale Kontakt zu anderen für Menschen mit einer Demenz wichtig sind. Auch sehen sie sich als Vertreter des Vereins in der Pflicht, etwas für ältere und kranke Menschen zu tun und ihnen die Teilhabe an Aktivitäten in einer Gemeinschaft zu ermöglichen. Persönlich engagieren sie sich in dem Wissen, dass sie auch selbst an Demenz erkranken können und dann über entsprechende Angebote froh wären. Einige Wanderführer, wie auch andere Teilnehmer der Wanderung, haben bereits Erfahrungen mit Demenz im Familienkreis gemacht, ohne dabei Hilfe oder Unterstützung von außen zu erfahren. Sie wollen nun dazu beitragen, dies in Zukunft zu ändern. Ein Wanderführer stellt heraus, dass es ihm wichtig ist, dass die Teilnehmer sich einer Gruppe zugehörig fühlen können und dass dabei die Betroffenen akzeptiert werden wie sie sind. Weiterhin gibt die Tätigkeit in der Gruppe den Wanderführern ein Gefühl der persönlichen Erfüllung und Zufriedenheit. Besonders für die älteren Führer bieten diese Wanderungen auch die Möglichkeit, sich selbst zu bewegen und in Kontakt mit anderen Menschen zu kommen und zu bleiben. Im Umgang mit Demenz und hiervon Betroffenen haben sie im Rahmen der Wanderungen viel dazugelernt und anfängliche Angst und Scheu abgebaut. Wanderführer, die zuvor ein negatives Demenzbild hatten, konnten dies durch die persönlichen Kontakte und das angeeignete Wissen über Demenz ins Positive umkehren.

Andere Teilnehmer

An den Wanderungen nehmen vermehrt Menschen ohne gesundheitliche Einschränkungen teil. Für die meisten liegen die Beweggründe darin, dass sie größere Wanderstrecken und -geschwindigkeiten nicht mehr meistern können. Weiterhin haben sie als Rentner freie Zeit, die sie nicht alleine verbringen wollen. Inwieweit der Inklusionsaspekt der Wandergruppe für die Teilnahme eine Rolle spielt, kann aufgrund der vorliegenden Quellenlage nicht festgestellt werden. Ein Mitwanderer begründet seine Teilnahme in seiner Erfahrung mit Demenz, die er im Zusammenhang mit der Erkrankung seiner verstorbenen Mutter gemacht hat. Er weiß, wie Menschen mit Demenz und ihre nahen Angehörigen aus der Gesellschaft ausgeschlossen werden, aber auch wie wichtig der soziale Kontakt für sie ist. Durch seine Teilnahme will er entsprechende Unterstützung bieten.

Verantwortliche der Sozialpartner

Bei den Wanderungen sind jeweils die Verantwortlichen der Sozialpartner mit dabei. Die Sozialpartner kommen in der Regel aus dem Feld der institutionalisierten „Kümmerer“ und haben Menschen mit Demenz im Mittelpunkt ihres Arbeitens. Die Wanderungen bilden nur einen Teil ihres Angebots für die Betroffenen und ihre Angehörigen ab. Die Kommunen sehen sich in der Pflicht, allen Gemeindemitgliedern eine Teilhabe an der Gemeinschaft zu ermöglichen. So gehört für die Stadt Filderstadt die gesellschaftliche Teilhabe zum Konzept ihrer integrierten Stadtentwicklung, die auch das menschliche Zusammenwirken beinhaltet. Durch die Wanderungen und andere Angebote wird Menschen mit Demenz ein Zugehörigkeitsgefühl geboten. Es wird ihnen gezeigt, dass sie ein Teil der Gemeinschaft sind und bleiben. Die inklusiven Angebote und vor allem das Zusammenwirken mit Vereinen können dabei helfen, Berührungsängste in Bezug auf Menschen mit Demenz oder andere Einschränkungen abzubauen, wodurch deren Exklusion aus der Gesellschaft entgegengewirkt werden kann. Die aktive Teilnahme der Verantwortlichen der Sozialpartner bei den Wanderungen ist vor allem im Hinblick darauf wichtig, dass sie als Ansprechpartner für alle Belange rund um die Wanderung und das Thema Demenz zur Verfügung stehen. Für die Verantwortlichen persönlich wirkt sich ihre Teilnahme in derselben Art und Weise wie auf die ehrenamtlichen Teilnehmer aus.

Die Wanderungen sind öffentlich und werden in der Stadt (Amtsblatt, Homepage, Flyer) entsprechend bekannt gemacht. Alle Teilnehmer erwarten, dass sich durch die Wanderungen nach und nach der Umgang mit Demenz in der Stadt und in der Gesellschaft positiv verändert. Für alle Teilnehmer ist es wichtig, dass die Gruppe für jedermann offen ist. Besonders für die demenziell veränderten Menschen ist der Umgang mit Gesunden ein wichtiger Aspekt. Für alle wird ein Miteinander von Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen konkret erfahrbar. Die von Demenz Betroffenen und ihre Angehörigen haben durch die Wanderungen die Gelegenheit, am Gemeinwesen zu partizipieren. Das zentrale Ziel des Projekts „Was geht! Sport, Bewegung und Demenz“, Menschen mit Demenz gesellschaftliche Teilhabe und Lebensfreude zu erhalten, wurde erreicht.

6.3 Schlussbetrachtung

Demenz kann jeden Menschen treffen. Das Risiko, an Demenz zu erkranken, steigt jedoch mit zunehmendem Alter. Der Fortschritt der Erkrankung kann nach dem aktuellen Stand der Wissenschaft verzögert, aber nicht geheilt werden. Das in Deutschland vorherrschende Demenzbild ist negativ geprägt. Menschen mit Demenz werden, analog zu anderen kranken Alten, als finanzielle und gesellschaftliche Belastung eingeordnet. Das positive Altersbild zeigt gesunde, agile, alte Menschen, die sich in der Gesellschaft aktiv durch Arbeit oder Ehrenamt einbringen. Menschen mit Demenz können dieser sozialen Anforderung eines produktiven Alter(n)s, zumindest in der fortgeschrittenen Phase der Demenz, aufgrund reduzierter kognitiver und kommunikativer Fähigkeiten nicht mehr gerecht werden. Aktivität und Produktivität gehen im Laufe der Krankheit immer mehr zurück, weiterhin kommt es zu Einbußen bei der Selbständigkeit, Mit- und Selbstverantwortung. Zusätzlich reduziert sich für viele Menschen mit Demenz die soziale Teilhabe bis hin zur Exklusion aus verschiedenen Teilbereichen, wie Sozial- oder Interaktionsräumen. Soziale Integration und erlebte Zugehörigkeit sind jedoch für ein positives Lebensgefühl Demenzkranker zentral. Die Gründe für eine Exklusion oder zumindest für einen Rückzug des sozialen Umfelds sind vielfältig. Es bedarf einer gewissen Anstrengung und Geduld im Umgang mit Menschen mit Demenz, die nicht alle Menschen aufbringen können oder wollen. Aufgrund der kognitiven Beeinträchtigung ist es Menschen mit Demenz nicht immer möglich, normgerecht oder wie vom Umfeld erwartet zu agieren und reagieren. Das Zusammentreffen mit demenziell veränderten Menschen kann Unsicherheit bis hin zu Ängsten verursachen: Angst im Hinblick darauf, sich im Umgang mit dem Kranken falsch zu verhalten, aber auch Angst vor

der Krankheit und vor einer möglichen eigenen Zukunft mit Demenz.

Die Wanderungen „Was geht! Lust am Wandern“ zeigen einen aktiven Umgang mit Demenz und den davon betroffenen älteren Menschen sowie die entsprechenden Praktiken in einer alltagsnahen Situation in einem begrenzten Raum. Die Wanderungen sind analog den anderen Wanderungen des SAV aufgebaut. Sie unterscheiden sich lediglich in der Länge der Wanderstrecke und der Laufgeschwindigkeit. Menschen mit Demenz sind bei der Wanderung ein gleichberechtigter Teil der Gruppe. Oft ist nicht zu erkennen, welche Teilnehmer dement sind. Gleichzeitig wird jedoch von allen besonders darauf geachtet, dass bei der Wanderung alle zusammenbleiben und bei besonderen Bedürfnissen sofort entsprechend reagiert. Die Wanderungen sind für alle Teilnehmer eine Bereicherung. Für Menschen mit Demenz bieten diese Wandergruppen die Gelegenheit einer Teilhabe an einer sportlichen Aktivität in einer Gemeinschaft, die ihnen sonst nicht möglich wäre. Die einmal im Monat stattfindende Wanderung ist für sie ein wichtiger Tag, der sie aus ihrem Alltag herausholt und auf den sie sich freuen. Besonders der soziale Kontakt, vor allem zu gesunden Menschen, ist ihnen dabei wichtig. In der Gruppe fühlen sie sich als Mensch akzeptiert und geborgen. Auch für die Angehörigen ist der Wandertag eine Abwechslung im Alltag. Für sie ist der soziale Austausch wichtig, aber auch die Gruppe, in der sie sich nicht für die Unzulänglichkeiten des Erkrankten schämen müssen. Viele Ehefrauen sehen sich nicht in der Lage, alleine mit ihrem dementen Partner zu wandern oder in ein Restaurant zu gehen.

Die Wanderbegleiter, andere Teilnehmer und nahezu alle Wanderführer stehen nicht mehr im Berufsleben. Sie sind den gesunden Alten, die mit einem positiven Altersbild versehen sind, zurechenbar. In ihrem Ehrenamt erfahren sie eine Befriedigung dadurch, etwas Gutes für andere zu tun. Ebenso relevant ist für sie das Wissen selbst erkranken zu können und die damit verbundene Hoffnung, dann auch von anderen Menschen Unterstützung zu erfahren. Auch die Möglichkeit, durch die Wanderungen aktiv zu bleiben und der soziale Kontakt sind für sie Gründe für ihr Engagement. Manche sind dabei, weil sie selbst die Erfahrung machen mussten, wie schwer es ist, sich alleine in der Familie um einen an Demenz Erkrankten zu kümmern.

Die Wanderungen bieten allen Teilnehmern die Möglichkeit, sich aktiv mit Demenz auseinanderzusetzen. Menschen mit Demenz und deren Ehefrauen erleben, wie andere mit der Krankheit umgehen. Ebenso erleben sie, dass sie sich mit anderen austauschen und so ihre Situation besser verstehen und akzeptieren können. Die anderen Teilnehmer konnten während der Wanderungen den Umgang mit den Dementen lernen, das Krankheitsbild erfassen und ein Verständnis für die Betroffenen aufbauen. So konnten negative Demenzbilder sowie die Angst vor dem Umgang mit den Betroffenen und der Demenz abgebaut werden. Den demenziell veränderten Personen und ihren Ehefrauen bieten die Wanderungen vor allem Sozialkontakte, ein Stück Lebensqualität und Freude sowie das Gefühl der Zugehörigkeit, Inklusion im Sinn von gesellschaftlicher Zugehörigkeit und Teilhabe in einem Teilbereich der Gesellschaft.

Die verschiedenen Sport- und Bewegungsangebote des Projekts „Was geht! Sport, Bewegung und Demenz“ fördern die Aufrechterhaltung des sozialen Kontakts. Alte, kranke Menschen werden in den Gruppen von alten, gesunden Menschen wie auch jüngeren Menschen unterstützt und einbezogen. Das Ziel des Projekts, Menschen mit Demenz durch verschiedene Angebote, wie das Wandern, gesellschaftliche Teilhabe und Lebensfreude zu erhalten und zu fördern, hat sich erfüllt. Darüber hinaus erhoffen sich vor allem die Kommunen durch die inklusiven Angebote in der Gemeinde und besonders durch das Zusammenwirken mit Vereinen, die Berührungsängste in Bezug auf Menschen mit Demenz wie auch andere Menschen mit Einschränkungen abzubauen und somit einer Exklusion aus der Gesellschaft entgegenzuwirken. Die verschiedenen Programme und Angebote der Kommunen sind oft noch in der Anfangsphase. Inwieweit sich die Erwartungen, die mit den Programmen und den Angeboten verbunden sind, erfüllen werden, bleibt abzuwarten. Aufgrund der positiven Auswirkun-

gen auf die nicht von der Demenz betroffenen Teilnehmer, die ihrerseits bereits durch die Kommunikation ihrer Erfahrungen eine positive Sichtweise auf Demenz vermitteln, können auf längere Sicht gesellschaftliche Veränderungen erwartet werden.

7 Literatur

Brandenburg, Hermann: Inklusion von Menschen mit Demenz – Vision oder Illusion? 19.05.2014 Berlin. URL: www.pthv.de/fileadmin/user_upöoad/PDF_Pflege/Vorlesungsunterlagen/ Brandeburg/eigeneveroeffentlichungen/Inklusion_von_Menschen_mit_DemenzZQPBerlin19052104.pdf (Zugriff: 25.11.2015), S. 1.

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: Verlauf und Symptome. URL: http://www.wegweiser-demez.de/informationen/medizinischer-hintergrund-demenz/alzheimer-symtome-und-Verlauf/fruehes-stadium.html (Zugriff: 23.06.2016).

Callies, Oliver: Konturen sozialer Exklusion. In: Bude, Heinz/Willisch, Andreas (Hg.): Exklusion. Die Debatte über die „Überflüssigen“. Frankfurt am Main 2008, S. 261-284.

Dess orientiert: Let’s move II – Bewegung und Demenz. 2/2014. URL: www.sport-bewegung-demenz.de/Repository/dessjournal_2_2014_letsmove2.pdf (Zugriff: 19.09.2017).

Deutsche Alzheimergesellschaft. URL: https://www.deutsche-alzheimer.de/ueber-uns/aktuelles/artikelansicht/artikel/die-zahl-der-demenzkranken-steigt-jaehrlich-um-40000.html (Zugriff: 30.07.2017).

Dornheim, Jutta: Kranksein im dörflichen Alltag. Soziokulturelle Aspekte im Umgang mit Krebs. Tübingen 1983.

Grebe, Heinrich: „Über der gewonnenen Zeit hängt eine Bedrohung …“ Zur medialen Thematisierung von (hohem) Alter und Demenz: Inhalte, Strukturen, diskursive Grundlagen. In: Kruse, Andreas/Rentsch, Thomas/Zimmermann, Harm-Peer (Hg.): Gutes Leben im hohen Alter: Das Altern in seinen Entwicklungsmöglichkeiten und Entwicklungsgrenzen verstehen. Heidelberg 2012, S. 97-107.

Kleinmann, Arthur: Patients and Healers in the Context of Culture. An Exploration of the Borderland between anthropology, Medicine and Psychiatry. Berkeley u. a. 1980.

Kronauer, Martin: Soziologische Anmerkungen zu zwei Debatten über Inklusion und Exklusion. In: Burtscher, Reinhard u.a. (Hg.): Zugänge zu Inklusion. Erwachsenenbildung, Behindertenpädagogik und Soziologie im Dialog. Bielefeld 2013, S. 17-25.

Noack, Winfried: Inklusion und Exklusion in der funktional differenzierten und globalisierten Gesellschaft. Berlin 2014.

Otto, Welf-Gerrit: Zugewinn im Defizit. Sinnfenster in der populären Rezeption von Demenzen. In: Kruse, Andreas/Rentsch, Thomas/Zimmermann, Harm-Peer (Hg.): Gutes Leben im hohen Alter: Das Altern in seinen Entwicklungsmöglichkeiten und Entwicklungsgrenzen verstehen. Heidelberg 2012. S. 109-120.

UN-Behindertenrechtskonvention: Übereinkommen über die Rechen von Menschen mit Behinderung: www.behindertenrechtskonventionen.info/uebereinkommen-ueber-die-rechte-von-menschen-mit-behinderungen-3101/ (Zugriff: 24.08.2016).