

Nachbarschaftstische für ältere Menschen

Gemeinsam schmeckt's am besten!



Vorgehensweise zum Aufbau von Nachbarschaftstischen
und zur Etablierung des Seniorenportals Digital.Vital
auf kommunaler Ebene



Nachbarschaftstische für ältere Menschen

Gemeinsam schmeckt's am besten!

Fachinformationen zur Etablierung
von Nachbarschaftstischen

Die Fachinformation wurde gefördert durch das Bundesministerium
für Ernährung und Landwirtschaft im Rahmen von IN FORM –
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung.

Inhalt

.....

1. Grußwort	6
2. Modellkommunen nutzen ihre Chance	8
3. Nachbarschaftstische und Mittagstische – rechtliche Abgrenzung	10
4. Nachbarschaftstische – ein Mehrwert nicht nur für ältere Menschen	12
4.1 Bedeutung der Nachbarschaftstische für Seniorinnen und Senioren	12
4.2 Bedeutung des Nachbarschaftstisches aus Sicht der Gastgeberinnen und Gastgeber	13
4.3 Positive Wirkungen von Nachbarschaftstischen in der Kommune	15
5. Fördernde Rahmenbedingungen auf kommunaler Ebene	17
5.1 Seniorenpolitische Agenda	18
5.2 Gesundheitsförderung älterer Menschen als gemeinsames Ziel	18
5.3 Bewusstsein für den Mehrwert von Nachbarschaftstischen	19
5.4 Kooperationsbereitschaft aller Träger der Seniorenarbeit und Akteure	22
5.6 Personelle und finanzielle Ressourcen für die kommunale Seniorenarbeit	23

6. Von der Idee zum Angebot der Nachbarschaftstische	24
6.1 Prozessübersicht	24
6.2 Meilenstein 1: Von der Idee zum Start	26
6.3 Meilenstein 2: Gastgeberinnen und Gastgeber informieren und motivieren	30
6.4 Meilenstein 3: Angebote für Nachbarschaftstische planen und organisieren	34
6.5 Meilenstein 4: Ältere Menschen zur Teilnahme an Nachbarschaftstischen motivieren	44
 7. Das Seniorenportal Digital.Vital – eine Plattform für alle	 50
7.1 Entwicklung des Seniorenportals	50
7.2 Bedeutung und Mehrwert des Seniorenportals	51
7.3 Nutzung des Seniorenportals in Kommunen	55
 8. Zusammenfassung	 57
 9. Impressum	 59



Grußwort

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Akteurinnen und Akteure der Seniorenarbeit,

vielerorts engagieren sich Bürgerinnen und Bürger in verschiedenen Formen der Nachbarschaftshilfe für ältere Menschen, um ihnen so weit wie möglich eine selbstständige Lebensführung in ihrem eigenen Zuhause zu ermöglichen. Nachbarschaftstische fördern dabei auf verschiedenen Ebenen die Verbesserung der Lebensqualität und des Wohlbefindens älterer Menschen. Gemeinsame leckere Mahlzeiten mit Nachbarn wirken sich positiv auf das körperliche Wohlbefinden und auch auf das emotionale und psychische Befinden der Gäste aus.

Nachbarschaftstische sind, wie in den folgenden Kapiteln dargestellt, ebenso eine große Bereicherung für die Gastgeberinnen und Gastgeber sowie auch ein Mehrgewinn für die Kommune. Denn durch die Etablierung von Nachbarschaftstischen können wertvolle Gemeinschaften und Netzwerke entstehen.

Daher hat die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. gern fachliche Unterstützung für das Modellvorhaben „Digital.Vital“ der drei Modellkommunen Amt Hüttener Berge in Schleswig-Holstein, Landkreis Germersheim in Rheinland-Pfalz und Stadt Püttlingen im Saarland geleistet.

Der vorliegende Teil 3 der Fachinformationen „Nachbarschaftstische für ältere Menschen“ beschreibt, auf welche Weise Akteurinnen und Akteure gemeinsam auf kommunaler Ebene Nachbarschaftstische fördern können. Ebenso wird dargestellt, welche wertvollen Beiträge das Seniorenportal „Digital.Vital“ für die Informations- und Öffentlichkeitsarbeit der Träger der Seniorenarbeit, die Transparenz der Angebotsstruktur und nicht zuletzt für die Kommunikation und Vernetzung von älteren Menschen sowie Akteurinnen und Akteuren leisten kann.

Um Seniorinnen und Senioren die Teilhabe an digitaler Kommunikation zu ermöglichen, müssen sich entsprechende digitale Informationsangebote an den Bedürfnissen älterer Menschen orientieren. Mit einem attraktiven, bedarfsgerechten Seniorenportal können Anreize für ältere Menschen gesetzt werden, sich mit der Nutzung digitaler Medien vertraut zu machen.

Nachbarschaftstische in entspannter Atmosphäre eignen sich nach Auffassung von Prof. Dr. Herbert Kubicek, Institut für Informationsmanagement Bremen, besonders gut, um – je nach Gegebenheiten – Informationen zur Nutzung von Smartphones oder Tablets auszutauschen.

Mancherorts muss auch die Akzeptanz des Angebots von Nachbarschaftstischen behutsam unterstützt werden, um Hemmungen zur Öffnung der „Privatsphäre“ abzubauen.

Nach und nach kann ein attraktives Netz von Mittags- und/oder Nachbarschaftstischen Gäste sowie Gastgeberinnen und Gastgeber, aber auch die Kommune bereichern – wie im Sinne der Aussage des französischen Schriftstellers Luc de Clapiers: **„Die gute Küche ist das innigste Band der guten Gesellschaft.“**

Ich wünsche allen Akteurinnen und Akteuren gutes Gelingen bei Ihren Bestrebungen, Nachbarschaftstische und das Seniorenportal Digital.Vital in Ihrer Kommune zu etablieren.

Dr. Regina Görner

Vorsitzende der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V.

2

Modellkommunen nutzen ihre Chance

Nachbarschaftstische – d.h. Angebote für ältere Menschen, am Mittagessen in privater Atmosphäre im nahen Wohnumfeld teilzunehmen – bieten in Deutschland zahlreiche Gastgeberinnen und Gastgeber seit vielen Jahren in Eigeninitiative.

Die Idee, Nachbarschaftstische auf kommunaler Ebene zu initiieren und zu fördern, griff der Amtsdirektor des Amts Hüttener Berge in Schleswig-Holstein erstmals in Deutschland im Jahre 2019 auf. In England und in Australien werden bereits seit einigen Jahren auf kommunaler Ebene digitale Plattformen für Nachbarschaftstische zur Verfügung gestellt. Hier können Gastgeberinnen und Gastgeber ihr Mahlzeitenangebot präsentieren und interessierte, vornehmlich ältere Menschen sich digital anmelden.

Das Amt Hüttener Berge hatte bereits einige Erfahrungen mit digitalen Angeboten für Bürgerinnen und Bürger gesammelt. So lag es nahe, die Idee der Nachbarschaftstische für ältere Menschen – verbunden mit einem digitalen Informations- und Vermittlungsportal – in einem Modellprojekt gemeinsam mit anderen Partnerkommunen und fachlicher Beratung durch die BAGSO zu erproben.

Die BAGSO vermittelte den Kontakt zu den beiden Projektpartnern, der Stadt Püttlingen im Saarland und dem Landkreis Germersheim in Rheinland-Pfalz. Ziel dieser Projektpartnerschaft war es, das Modellprojekt zur Etablierung von Nachbarschaftstischen in strukturell sehr unterschiedlichen Modellkommunen mit heterogenen Rahmenbedingungen für die Gestaltung der Seniorenarbeit umzusetzen.

Das Modellprojekt ist Teil des Projekts "Digitales Seniorenportal", welches vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft im Rahmen von „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ gefördert wird. Bei der Entwicklung des Seniorenportals Digital.Vital wurden die Modellkommunen von einem auf Digitalisierung spezialisierten Beratungsunternehmen unterstützt. Das Modellprojekt wurde im Zeitraum Juli 2020 bis Dezember 2022 terminiert.



Amt Hüttener Berge



Im Rahmen von partizipativen Prozessen wurden folgende Kernziele des Modellvorhabens in den drei Modellkommunen vorangebracht:

Ein Kernziel war es, sinnvolle Maßnahmen zu entwickeln und umzusetzen,

- um Bürgerinnen und Bürger zu motivieren und dabei zu unterstützen, einen Nachbarschaftstisch anzubieten,
- sowie ältere Menschen zu aktivieren, an einem Nachbarschaftstisch teilzunehmen.

Ein weiteres Kernziel war es, für die Organisation von Nachbarschaftstischen auf kommunaler Ebene ein digitales Seniorenportal zu entwickeln. Wichtige Kriterien waren dabei

- bedarfsgerechte Informations- und Serviceangebote des Seniorenportals,
- eine nutzerfreundliche Oberfläche und interaktive Module zur Kommunikation zwischen älteren Menschen und Akteuren,
- die Verfügbarkeit des Seniorenportals und regional anpassbarer Module für andere Kommunen bundesweit.

In diesem Leitfaden wird dargestellt, auf welche Weise die drei Modellkommunen die Ziele des Modellvorhabens zur Initiierung von Nachbarschaftstischen und zum Aufbau eines Seniorenportals verfolgt haben. Dazu werden die in den Modellkommunen jeweils spezifisch gewählten Wege – von Meilenstein zu Meilenstein – beschrieben, die bisher erreichten Ergebnisse aufgezeigt und die daraus gewonnenen wertvollen Erkenntnisse erläutert. Dabei liegt der Schwerpunkt auf den Vorgehensweisen zur Etablierung von Nachbarschaftstischen. Die Vorzüge des Seniorenportals sowie wichtige Einflussgrößen zur erfolgreichen Implementierung und Nutzung des Portals auf kommunaler Ebene werden im Kapitel 7 dargestellt.

Durch die Etablierung von Nachbarschaftstischen können wertvolle Gemeinschaften und Netzwerke entstehen

3

Nachbarschaftstische und Mittagstische – rechtliche Abgrenzung

Die Differenzierung von „Nachbarschaftstisch“ und „Mittagstisch“ ist aus rechtlichen Gründen wichtig.

Mittagstische, die mehrheitlich von Trägern der Seniorenarbeit organisiert und angeboten werden, finden im öffentlichen Raum statt und stehen allen interessierten älteren Menschen oftmals mit vorheriger Anmeldung offen. Bestehende rechtliche Vorschriften zur Hygiene, Haftung, Umsatzsteuer etc. sind durch die Träger des Mittagstisches einzuhalten.

Nachbarschaftstische werden von gastgebenden Personen im eigenen privaten Zuhause mit einer begrenzten Anzahl vorher bekannter Gäste durchgeführt. Nachbarschaftstische sind **eine Privatangelegenheit**, sie unterliegen daher wie auch gemeinsame Mahlzeiten mit Familienmitgliedern oder Freunden keinen rechtlichen Vorgaben.

Die folgende Übersicht fasst **Aspekte zu Nachbarschafts- und Mittagstischen** zusammen:

Aspekte zur Unterscheidung von Nachbarschafts- und Mittagstischen	Nachbarschaftstisch im privaten Umfeld mit festen oder wechselnden Gästen	Mittagstisch im öffentlichen Bereich mit wechselnden Gästen
Rechtliche Regelungen zur Hygiene - Hygiene-Schulung - Hygiene-Konzept - Kontrollen	keine Vorschriften und keine Kontrollen	Vorschriften zur Hygiene müssen eingehalten werden
Haftungsrisiko	liegt bei jeder Person/ jedem Gast selbst	Haftung durch Träger der Einrichtung bzw. Veranstalter
Barrierefreiheit	keine Vorschriften	keine Vorschriften, aber erwünscht
Erste-Hilfe-Kenntnisse	keine Vorschrift	keine Vorschrift, aber sinnvoll
Umsatzsteuer ab 22.000 Euro Einnahmen	Steuergrenze wird i.d.R. nicht erreicht	je nach Häufigkeit des Angebotes und Anzahl der Gäste kann Umsatzsteuer anfallen
Angebote für Gäste zur Erreichbarkeit des Nachbarschafts-/ Mittagstisches (z.B. Fahrdienst)	kann individuell oder gemeinsam organisiert werden	kann vom Träger/ Veranstalter organisiert werden

Bei Mischformen von Mahlzeitenangeboten – z. B. wenn eine Privatperson in einem Vereinshaus für ausgewählte Gäste eine Mittagsmahlzeit anbietet – können sich Unklarheiten bzgl. rechtlicher Fragen ergeben. Ggf. sollten die Fachbehörden informiert und um Auskunft gebeten werden.

Weitergehende Informationen zu rechtlichen und fachlichen Aspekten bieten folgende Fachbroschüren:

- **Mittagstisch-Angebote für ältere Menschen erfolgreich organisieren**

In der Broschüre sind die einzuhaltenden rechtlichen Aspekte näher beleuchtet. Download der Fachbroschüre: https://im-alter-inform.de/fileadmin/user_upload/6_Weiterbildung/Materialien/Mittagstisch/Broschuere-Mittagstisch_neu_Klo_ckner_kl.pdf

- **Nachbarschaftstische für ältere Menschen – Leckere und gesunde Mahlzeiten in familiärer Atmosphäre**

Teil 1 der Fachinformationen zur Etablierung von Nachbarschaftstischen umfasst Empfehlungen für die Planung leckerer und nährstoffreicher Mahlzeiten, allgemeingültige Hygieneregeln, Aspekte zu Versicherungsfragen sowie zur Kostenberechnung. Download: https://im-alter-inform.de/fileadmin/user_upload/6_Weiterbildung/Materialien/Nachbarschaftstische_Fachinformationen.pdf

- **Nachbarschaftstische für ältere Menschen – Rezeptauswahl für kleine Budgets**

Teil 2 der Fachinformationen beinhaltet Rezepte für Gerichte mit kostengünstigen Lebensmitteln. Die angegebenen Kosten beziehen sich auf Lebensmittelpreise im Jahre 2020. Download: https://im-alter-inform.de/fileadmin/user_upload/6_Weiterbildung/Materialien/Rezeptsammlung_Nachbarschaftstische.pdf

Fachinformationen zu
Mittagstischangeboten
für ältere Menschen
stehen auf der Webseite
im-alter-inform.de
zum Download zur
Verfügung



Nachbarschaftstische – ein Mehrwert nicht nur für ältere Menschen

Mahlzeitenangebote im Sinne von „Gemeinsam schmeckt’s am besten“ im nahen Wohnumfeld stellen besonders für alleinlebende ältere Menschen eine große Bereicherung für ihre Lebensqualität dar. Bei differenzierter Betrachtung wird aber deutlich, dass diese Angebote auch für die Gastgeberinnen und Gastgeber und sogar für die Kommune einen Mehrwert darstellen können.

4.1 Bedeutung der Nachbarschaftstische für Seniorinnen und Senioren

Bei einem bundesweiten Workshop im Rahmen des BAGSO-Projektes „Im Alter IN FORM“ haben Fachkräfte aus der Seniorenarbeit die Bedeutung von Nachbarschaftstischen erörtert. In der Diskussion wurde deutlich, dass Nachbarschaftstische in vielerlei Hinsicht zur Förderung des Wohlbefindens, der Gesundheit und Lebensqualität sowie der sozialen Teilhabe älterer Menschen beitragen können.

Für ältere Menschen hat die Teilnahme an Nachbarschaftstischen wichtige Bedeutung:

- Je nach Lebenssituation wird einer sozialen Isolation vorgebeugt oder das Empfinden von Einsamkeit verhindert bzw. reduziert.
- Teilhabe wird ermöglicht, d.h. Gelegenheit zur Kommunikation und zum Informationsaustausch, z. B. über Neuigkeiten aus dem Ort.
- Älteren Menschen wird das Gefühl des Eingebunden-Seins vermittelt und somit ein Gemeinschaftsgefühl erlebbar gemacht.
- Der Alltag wird aufgewertet durch Geselligkeit und erlebte Vorfreude/Freude mit gemeinsamen Lachen und entgegengebrachter Wertschätzung.
- Der Nachbarschaftstisch stellt eine Form der Tischgemeinschaft dar, bei der man umsorgt wird und sich als Gast willkommen fühlt.
- Das regelmäßige Zusammentreffen beim Nachbarschaftstisch gibt dem Alltag eine neue Perspektive, das gemeinsame Essen wird als „Highlight“ wahrgenommen.
- Nachbarschaftstische bieten Chancen, neue Menschen kennenzulernen und ggf. zusätzliche Aktivitäten mit den anderen Gästen zu vereinbaren oder sich bei der Mahlzeitenvorbereitung mit einbringen zu können.

- Älteren Menschen werden regelmäßig leckere und nährstoffreiche Mahlzeiten ermöglicht, die auch die Geschmackssinne anregen.
- Oftmals bieten Nachbarschaftstische den Genuss von Hausmannskost, die gern gegessen wird (Gefühl „essen wie früher“).
- Es wird mehr Abwechslung bei den Mahlzeiten geboten (aufwändige Gerichte kocht man nicht allein zuhause).
- Die Tischgemeinschaft sorgt für ältere Menschen, die nicht kochen können oder wollen (fehlende Motivation: „Allein kochen macht keinen Spaß“ bzw. „lohnt sich nicht“).
- Älteren Menschen mit Zuwanderungsgeschichte können ggf. auch traditionelle Gerichte ihres Kulturkreises angeboten werden; sie erleben dadurch besondere Wertschätzung.
- Nachbarschaftstische ermöglichen auch Menschen mit geringem Einkommen schmackhafte und abwechslungsreiche Mahlzeiten.
- Die familiäre Atmosphäre – meist mit einem schön gedeckten Tisch – weckt Gefühle der Verbundenheit.

Hinsichtlich ihrer Bedeutung für eine gesunde und nährstoffreiche Ernährung müssen bei den Mahlzeitenangeboten in Gemeinschaft, ergänzend zur Nährstoffqualität der Mahlzeiten, auch die Teilnahmefrequenz und die generellen Essgewohnheiten der Teilnehmenden berücksichtigt werden.

4.2 Bedeutung des Nachbarschaftstisches aus Sicht der Gastgeberinnen und Gastgeber

Nachbarschaftstische für ältere Menschen anzubieten, bedeutet für die Gastgeberinnen und Gastgeber neben dem Service einer Mahlzeit auch, den älteren Menschen Zeit zu widmen, sich sozial zu engagieren, d.h. Nächstenliebe aktiv zu leben. Das Nachbarschaftstischangebot stellt darüber hinaus für Gastgeberinnen und Gastgeber eine reizvolle Aufgabe dar:

- Gastgeberinnen und Gastgeber empfinden Freude, da sie gern kochen und ein Herz für ältere Menschen haben.
- Die Tischgemeinschaft gibt neuen Ansporn für das Kochen, ggf. auch nährstoffreicher zu kochen, Kochkünste mit anderen zu teilen.
- Durch das gemeinsame Essen wird auch der Genuss beim Essen gefördert.
- Der Nachbarschaftstisch bietet Gelegenheit, Gerichte zu kochen, die für eine Person viel zu groß wären, z. B. einen Braten oder Gemüseintopf.

Nachbarschaftstische fördern auf verschiedenen Ebenen die Verbesserung der Lebensqualität und des Wohlbefindens älterer Menschen

Nachbarschaftstische sind auch für die Gastgeberinnen und Gastgeber eine große Bereicherung, indem sie Dankbarkeit, Wertschätzung und Anerkennung seitens ihrer Gäste erfahren

- Das Kochen macht mehr Spaß, da man für mehrere kocht und deren Anerkennung für das leckere Essen erfährt.
- Gastgeberinnen und Gastgeber erhalten die Gelegenheit, ihr Wissen und Können zu präsentieren und weiterzugeben.
- Sie bekommen das Gefühl vermittelt, gebraucht zu werden.
- Die besondere Atmosphäre beim gemeinsamen Essen ermöglicht es, Menschen aus der Reserve zu locken, die Stillen und Einsamen zur Kommunikation zu motivieren (Sprichwort: „Beim Essen redet es sich leichter.“)
- Ein Nachbarschaftstisch kann auch als Anlass für kleine Feiern mit schön gedecktem Tisch und netter Kleidung verbunden sein.
- Für alleinstehende Gastgeberinnen und Gastgeber ist der Nachbarschaftstisch, der neue Bekanntschaften und damit zusätzlich Geselligkeit ermöglicht, oftmals ein besonderer Mehrgewinn.
- Der Nachbarschaftstisch und die damit verbundenen Aufgaben bringen Struktur in den Alltag der Gastgeberinnen und Gastgeber.
- Nachbarschaftstische fördern eine Vernetzung mit Menschen in der Nachbarschaft.
- Je nach Zusammenstellung der Gäste und Alter der Gastgeberinnen und Gastgeber kann auch ein Austausch der Generationen gefördert werden.
- Die Zusammenarbeit mit anderen Gastgeberinnen und Gastgebern kann das soziale Miteinander in der Kommune fördern.
- Nachbarschaftstische sind eine zeitgemäße und attraktive Möglichkeit für ein gesellschaftliches Engagement, das selbstbestimmt und kreativ ausgestaltet werden kann.

Indem Gastgeberinnen und Gastgeber des Nachbarschaftstisches Dankbarkeit, Wertschätzung und Anerkennung seitens der Gäste erfahren, ist das Angebot für sie sinnstiftend. Sie bekommen sehr viel zurück und erleben dadurch oftmals eine Stärkung des Selbstwertgefühls, da man für die Gäste wertvoll ist. Dies kann besonders für Personen, deren Lebenssituation sich durch Renteneintritt oder Verlust des Partners oder Umzug in eine andere Region geändert hat, Anreiz und Motivation sein, einen Nachbarschaftstisch anzubieten.

4.3 Positive Wirkungen von Nachbarschaftstischen in der Kommune

Einen Mehrwert sehen Akteurinnen und Akteure der Seniorenarbeit bei den Nachbarschaftstischen auch für die Kommune generell. Dieser Mehrwert wird deutlich, wenn man die möglichen positiven Wirkungen von Nachbarschaftstischen in der Kommune betrachtet:

Nachbarschaftstische

- fördern das bürgerschaftliche Engagement und können somit als Vorbild dienen
- stärken die Identifikation mit der Gemeinde
- können zur Überwindung von sozialen Barrieren beitragen
- fördern eine längere Selbstständigkeit und Selbstbestimmung älterer Menschen
- unterstützen die Seniorenarbeit, da durch die Ansprache älterer alleinlebender Menschen zur Teilnahme an Nachbarschaftstischen Einsamkeit und ggf. Verwahrlosung früh erkannt und somit entgegengewirkt werden kann
- machen das Dorf für ältere Menschen lebenswerter und leisten einen Beitrag zur sozialen und seniorenfreundlichen Kommune (Marketingeffekt)
- leisten einen Beitrag zur Gesundheitsprävention
- können je nach Nachfrage und Angebot auch Bedarfe aufzeigen
- entlasten die Kommunen bei den Folgekosten bei Verlust der Selbstständigkeit
- stellen eine Entlastung für pflegende Angehörige dar
- könnten die Basis für ein Netzwerk sein, das für ältere Menschen und ihre Angehörigen in der Kommune entsteht
- tragen dazu bei, dass die Bedarfe von älteren Menschen sichtbar und seniorenspezifische Themen vorangebracht werden
- können zur besseren Erreichbarkeit bestimmter Teilgruppen der älteren Menschen dienen.

Nachbarschaftstische
leisten einen Beitrag
zur sozialen und
seniorenfreundlichen
Kommune



Die vielfältigen positiven Wirkungen und Effekte auf das Wohlbefinden von älteren Menschen durch Angebote von Nachbarschaftstischen in den Kommunen treten teilweise auch bei Mittagstischangeboten durch Träger und Organisationen der Seniorenarbeit ein.

In vielen Orten oder Quartieren fehlen bisher Mittagstischangebote oder werden von älteren Menschen nicht genutzt. Dafür kann es unterschiedliche Gründe geben:

- fehlende oder unzureichende Angebote vor Ort, z. B. mangels Räumlichkeiten oder personellen Ressourcen
- der organisatorische Aufwand für Mittagstische lohnt sich in kleinen Orten oftmals nicht, wenn nur ein geringer Bedarf besteht
- Mobilitätsprobleme (ÖPNV in ländlichen Räumen)
- persönliche Einschränkungen oder Befindlichkeiten bei älteren Menschen verhindern eine Teilnahme.

Ob vor Ort ein Bedarf an Angeboten von Nachbarschaftstischen besteht oder bestehen könnte, sollte von den verantwortlichen Akteurinnen und Akteuren auf der Basis ihrer Erfahrungen bzw. anhand von belastbaren Daten und Erkenntnissen beurteilt werden.

Fördernde Rahmenbedingungen auf kommunaler Ebene

5

Die Einführung neuer Angebote zur Förderung des Wohlbefindens und der Gesundheit älterer Menschen auf kommunaler Ebene stellt eine gewisse Herausforderung dar. – Dies gilt gleichermaßen auch für die Etablierung von Nachbarschaftstischen und des Seniorenportals. – Mitunter begegnet man Skepsis oder Widerstand. Es wird in Frage gestellt, ob die Ideen auch sinnvoll sind oder angenommen werden. Neue Ideen für Angebote gemeinsam mit vielen Mitstreiterinnen und Mitstreitern auf den Weg zu bringen, gelingt dann Schritt für Schritt besonders gut, wenn bestimmte Rahmenbedingungen in der Kommune gegeben sind.

Erkenntnisse aus zahlreichen innovativen Projekten in der bundesweiten Seniorenarbeit belegen, dass für die erfolgreiche Einführung von neuen Angeboten zur Gesundheitsförderung auf kommunaler Ebene folgende Einflussgrößen (wie in der nachfolgenden Grafik dargestellt) eine große Bedeutung haben:

Grundlegend für die Einführung neuer Angebote zur Gesundheitsförderung älterer Menschen ist eine gemeinsame seniorenpolitische Agenda



Im Folgenden werden diese für die erfolgreiche Einführung neuer Angebote wesentlichen Faktoren näher erläutert.

Die Etablierung von Nachbarschaftstischen erfordert zielorientierte Netzwerkzusammenarbeit zwischen Kommunalpolitik, Verwaltung, Trägern sowie Akteurinnen und Akteuren der Seniorenarbeit

5.1 Seniorenpolitische Agenda

Im Rahmen der Kommunalpolitik hat die Seniorenarbeit von Kommune zu Kommune einen unterschiedlichen Stellenwert. Dies zeigt die BAGSO-Studie „Vergleichende Untersuchung zur kommunalen Altenarbeit“ vom November 2021.

Die Studie „Vergleichende Untersuchung zur kommunalen Altenarbeit“ steht auf der Webseite der BAGSO zum Download zur Verfügung: <https://www.bagso.de/studie/vergleichende-untersuchung-zur-kommunalen-altenarbeit>

Sofern politische Gremien eine gemeinsame Agenda – z. B. einen seniorenpolitischen Rahmenplan oder eine Leitplanung mit Themenschwerpunkten für die zukünftige Seniorenarbeit – beschlossen haben, werden entsprechende Vorhaben für ältere Menschen auf kommunaler Ebene von allen Ebenen, d. h. den politischen Gremien, der Verwaltung und der Zivilgesellschaft, anerkannt. Sie sind dann oftmals eher bereit Maßnahmen zu unterstützen, um die in der Agenda vereinbarten Leitziele zu erreichen.

Die Seniorenarbeit ist als freiwillige Aufgabe in zahlreichen Kommunen noch nicht als Schwerpunkt der Kommunalpolitik verankert. Das hat auch Folgen für die Gestaltung der Seniorenarbeit durch Träger der Zivilgesellschaft und die Verwaltung. Es kann daher zuweilen schwierig sein, die Unterstützung der Kommunalpolitik und Verwaltung für neue Ziele und Maßnahmen zum Wohle der älteren Menschen zu erhalten. Die Corona-Pandemie hat gezeigt, wie notwendig – gerade in besonders kritischen gesellschaftlichen Situationen – Netzwerke mit einer zielorientierten und abgestimmten Arbeit für ältere Menschen sind. Akteurinnen und Akteure der Zivilgesellschaft mit ihrem großen Engagement für Seniorinnen und Senioren benötigen, um effektiv und zielführend auf kommunaler Ebene arbeiten zu können, die seniorenpolitische Befürwortung sowie fachliche und organisatorische Unterstützung der Verwaltung. Dies ist besonders auch bei der Initiierung der Angebote von Nachbarschaftstischen und der Etablierung des Seniorenportals erforderlich.

5.2 Gesundheitsförderung älterer Menschen als gemeinsames Ziel

Seniorenpolitik umfasst thematisch ein weites Feld wie beispielsweise die Pflege, soziale Absicherung durch Rente oder Grundsicherung sowie seniorengerechter und bezahlbarer Wohnraum, Mobilitätssicherung.

Die Gesundheitsförderung Älterer zur Erhaltung der Selbstständigkeit und des Wohlbefindens werden oftmals nachrangig behandelt. Dabei sollte die Förderung der Lebensqualität älterer Menschen durch wohnortnahe Angebote für Geselligkeit, Information und Unterhaltung, gemeinsame Mahlzeiten sowie Bewegung von allen Trägern der Seniorenarbeit stärker unterstützt werden. Insbesondere zurückgezogen lebende ältere Menschen, die aus eigenem Antrieb nicht an vorhandenen Angeboten teilnehmen, sollten durch gezielte persönliche Ansprache und niedrigschwellige gesundheitsfördernde Maßnahmen aktiviert werden. Gesundheitsförderung kann altersbedingten Krankheiten vorbeugen und frühzeitige Pflege verhindern. Die Unterstützung einer ausgewogenen Ernährung durch gemeinschaftliche Mahlzeitenangebote und regelmäßige Bewegung in Geselligkeit fördern die körperliche, psychische und geistige Gesundheit älterer Menschen. Gesundheitsförderung sollte in jedem seniorenpolitischen Leitfaden verankert sein und bei allen Trägern der Seniorenarbeit einen Schwerpunkt bilden. Die Initiative Nachbarschaftstisch setzt hier an und leistet einen wertvollen Beitrag zur Förderung der Selbstständigkeit und des Wohlbefindens älterer Menschen.

5.3 Bewusstsein für den Mehrwert von Nachbarschaftstischen

Bewusstsein schaffen bei Akteurinnen und Akteuren für den hohen Stellenwert von Nachbarschaftstischen für das Wohlbefinden und die soziale Teilhabe von älteren Menschen, aber auch von Gastgeberinnen und Gastgebern (siehe Kapitel 4) ist eine zentrale Aufgabe bei der Etablierung von Nachbarschaftstischen auf kommunaler Ebene.

Auf dem Weg von der Idee zur Umsetzung von Nachbarschaftstischen, sei es in einem Dorf, einem Quartier, einer Stadt, in einer Gemeinde, einem Gemeindeverband oder in einem Landkreis, sollten Träger sowie Akteurinnen und Akteure bedenken, welche positiven Effekte durch Angebote von Nachbarschaftstischen für alle Beteiligten möglich sind. Ein ausgeprägtes Bewusstsein für den Mehrwert von Nachbarschaftstischangeboten in der Kommune bildet die Grundlage für einen erfolgreichen Prozess zur Etablierung von Nachbarschaftstischen.

Oftmals bestehen aber nicht nur insbesondere bei älteren Bürgerinnen und Bürgern, sondern auch bei Akteurinnen und Akteuren oder Entscheidungsträgern in der Seniorenarbeit Vorbehalte hinsichtlich eines Angebotes von Nachbarschaftstischen in privater Atmosphäre. Ein häufig geäußerter Vorbehalt ist, dass Nachbarschaftstische den Gästen Einblicke in die häusliche Privatsphäre der Gastgeberinnen und Gastgeber ermöglichen.

Gesundheitsförderung sollte in jedem seniorenpolitischen Leitfaden verankert sein. Die Initiative Nachbarschaftstisch setzt hier an

Die Akzeptanz des Angebots von Nachbarschaftstischen muss behutsam gefördert werden, um Hemmungen zur Öffnung der „Privatsphäre“ abzubauen

Gastgeberinnen und Gastgeber erklären sich bereit, Personen, die ihnen zunächst fremd sind, in ihren geschützten privaten Wohnbereich Einlass zu gewähren. Der private Haushalt – ein familieninterner Rückzugsbereich – wird geöffnet für andere Personen, die man (noch) nicht kennt. Dies erzeugt bei manchen Bürgerinnen und Bürgern Unsicherheit und kann dazu führen, dass sie die Idee eines Nachbarschaftstisches zunächst ablehnen. Auch hier ist Bewusstseinsbildung zu leisten.

Von Seiten der Kommunalverwaltung könnten ebenfalls Bedenken aufkommen, z. B. wenn Fachkräfte Konflikte oder Schwierigkeiten zwischen Gästen und Gastgeberinnen und Gastgebern befürchten oder andere verdeckte Ängste haben.

Die Zustimmung und Unterstützung zur Einrichtung von Nachbarschaftstischen auch im Sinne der Gastfreundschaft erfordert bei allen Beteiligten ein Verständnis der vielfältigen Bedeutung und positiven Wirkungen von Nachbarschaftstischen.

5.4 Kooperationsbereitschaft aller Träger der Seniorenarbeit

Wie oben dargestellt, können engagierte Bürgerinnen und Bürger auf Eigeninitiative ältere Menschen aus dem Wohnumfeld zur Mittagsmahlzeit zu sich nach Hause einladen. Sollen Nachbarschaftstische in der Kommune jedoch möglichst flächendeckend angeboten werden, erfordert dies eine gemeinsame Initiative von Trägern und Organisationen. Nur in Kooperation möglichst vieler Akteurinnen und Akteure der Seniorenarbeit kann es gelingen, die unterschiedlichen Zielgruppen älterer Menschen zu erreichen, insbesondere auch alleinlebende ältere Menschen, Menschen mit eingeschränktem Einkommen, eingeschränkter Mobilität, mit psychischen Problemen oder kognitiven Einschränkungen.

Ältere Menschen sind aus verschiedenen Gründen oftmals nicht in der Lage, sich regelmäßig eine leckere und abwechslungsreiche Mahlzeit zuzubereiten, oder ihnen fehlt die Motivation. Nachbarschaftstische sind daher eine sinnvolle Ergänzung zu Mittagstischen, um möglichst vielen älteren Menschen eine Mahlzeit in Gemeinschaft zu ermöglichen.

Die persönliche Information und Motivation von interessierten Bürgerinnen und Bürgern auch aus anderen Kulturen als Gastgeberinnen und Gastgeber einen Nachbarschaftstisch anzubieten wie auch die gezielte Ansprache von älteren Menschen, das Angebot eines Nachbarschaftstisches

zu nutzen, erfordert entsprechende Informations- und Öffentlichkeitsarbeit. Hierzu bedarf es der Kooperation mit vertrauensvollen Akteurinnen und Akteuren im Dorf, der Stadt oder im Quartier.

Die erfolgreiche Kontaktaufnahme zu Anbietern von Nachbarschaftstischen und den Zielgruppen älterer Menschen erfordert eine Vertrauensbasis, damit mögliche Hemmungen, Ängste oder Unsicherheiten abgebaut werden können.

Träger und Akteurinnen sowie Akteure der Seniorenarbeit, die das Angebot von Nachbarschaftstischen in der Kommune voranbringen möchten, erreichen dies viel eher in einem gemeinsamen Netzwerk als jeder für sich allein. Gut informierte Ansprechpersonen bei allen Partnern des Netzwerkes – ob z. B. Mehrgenerationenhaus, Vereine, die Kirchengemeinden, Bürgervereine, Familienbildungsstätten, ambulante Pflegedienste und Freie Wohlfahrtspflegevereine sowie Migrantinnenvereinigungen – helfen bestehende Skepsis an der Bedeutung des gemeinsamen Vorhabens aufzufangen. Zusammen können sie Vertrauen schaffen, was die Grundlage für die Akzeptanz von Nachbarschaftstischen sowohl auf Seiten der Gastgeberinnen und Gastgeber als auch auf Seiten der potenziellen Gäste, der älteren Menschen, darstellt.

Für die Kooperation sollten sich Akteurinnen und Akteure der Politik, Verwaltung und Zivilgesellschaft hinsichtlich des Stellenwertes von gemeinsamen Mahlzeiten, der Zielsetzungen und Vorgehensweise bei der Etablierung von Nachbarschaftstischen verständigen, damit keine Missverständnisse oder Unsicherheiten aufkommen. Dies könnte ansonsten das aufgebaute Vertrauen bei den Zielgruppen beeinträchtigen.

Auch im Hinblick auf die Implementierung des Seniorenportals als digitale Plattform zur Organisation der Nachbarschaftstische ist eine Kooperation möglichst vieler Träger, Gremien, Organisationen und Akteurinnen und Akteure aus allen o. g. Bereichen der Seniorenarbeit anzustreben. Besonders innerhalb der Verwaltung sollten sehr frühzeitig alle beteiligten Fachbereiche wie Soziales, Senioren, Öffentlichkeitsarbeit, Digitalisierung, Finanzen etc. mit eingebunden werden, damit ihre Unterstützung auch bei der späteren Umsetzung gesichert ist. Nur wenn es gelingt, alle erforderlichen Fachbereiche und möglichst viele Träger der Zivilgesellschaft mit ins Boot zu holen, können alle Funktionen des Seniorenportals (siehe Kapitel 7) auch zur Wirkung kommen und einen wesentlichen Betrag zur transparenten Gestaltung der kommunalen Seniorenarbeit leisten.

**Vertrauen schaffen
bei Anbietern von
Nachbarschaftstischen
und den Zielgruppen
älterer Menschen
gelingt durch persönliche
Ansprache**

Ein gemeinsames Verständnis der gesundheitsfördernden Seniorenarbeit und gemeinsam vereinbarte Ziele und Maßnahmen stärken die Bereitschaft zur Kooperation für ein Netzwerk

5.5 Struktur für die Zusammenarbeit der Träger und Akteurinnen und Akteure

Eine Zusammenarbeit von Trägern und Akteurinnen und Akteuren gelingt mittelfristig nur dann zielführend, wenn folgende Voraussetzungen gegeben sind:

- grundlegende Kooperationsbereitschaft aller Beteiligten,
- ein gemeinsames Verständnis der gesundheitsfördernden Seniorenarbeit,
- gemeinsam vereinbarte Ziele von Vorhaben zur Initiierung von Nachbarschaftstischen,
- gemeinsame Vereinbarungen über die Art und Weise der Kooperation bzw. der Zusammenarbeit im Netzwerk, einschließlich der Verantwortlichkeiten.

Dazu gehören Festlegungen wie beispielsweise:

- Welche Person/Personen bzw. Institution ist Hauptansprechpartner? Z.B. Fachkraft im Bereich Senioren der Kommunalverwaltung oder ein Träger aus dem Zivilbereich
- Welche Vertreterinnen und Vertreter der Seniorenarbeit gehören in bzw. bilden das Leitungsgremium, die Steuerungsgruppe, die Fokusgruppe der Kooperation? Z.B. Vertreter mit viel Einfluss in der Kommunalpolitik sowie Vertreterinnen und Vertreter aus den tangierenden Fachbereichen der Verwaltung, starke Partnereinnen und Partner der Zivilgesellschaft
- Wie oft trifft man sich und jeweils wie lange?
- Wer ist für die Tagesordnung und den Ablauf verantwortlich?
- Wie erfolgt die interne Kommunikation?
- Wer ist für die gemeinsame Informations- und Pressearbeit verantwortlich?
- Welche Arbeitsgruppen zu welchen Themen/Aufgaben/Zielen soll es geben, bzw. gibt es?
 - Welche Personen mit entsprechendem Fachwissen und wichtigen Verbindungen sollen die Gruppenaufgabe gemeinschaftlich gestalten?
 - Wie erfolgt die Zusammenarbeit mit dem Leitungsgremium?
 - Wer ist für die Ergebnisse der Arbeitsgruppe verantwortlich?
- Wie finanzieren sich die Kooperation und das Netzwerk?

Gemeinsam verbindliche Vereinbarungen bzgl. der Zusammenarbeit, Verantwortlichkeiten und Abläufe sowie Rahmenbedingungen bauen Konflikten und unnötigen Diskussionen vor. Sie erleichtern eine effektive und effiziente Zielerreichung, d. h. Erfolg.

5.6 Personelle und finanzielle Ressourcen für die kommunale Seniorenarbeit

Die Initiierung von Nachbarschaftstischen auf kommunaler Ebene kann ohne große Budgets auf den Weg gebracht werden. Jedoch sollte bedacht werden, dass für die Federführung des Prozesses von der Initiierung über die Ansprache und fachliche Betreuung der zukünftigen Gastgeberinnen und Gastgeber bis zur Motivation der älteren Menschen zur Teilnahme an Nachbarschaftstischen sowie für die Gestaltung der beschlossenen Maßnahmen personelle Ressourcen seitens der Verwaltung sowie der Kooperationspartnerinnen und der Kooperationspartner erforderlich sind.

Je nach Rahmenbedingungen vor Ort fallen ggf. Raumkosten, einschließlich Technik-, Heiz- und Reinigungskosten, für Informationsveranstaltungen oder Arbeitsbesprechungen der potenziellen Gastgeberinnen und Gastgeber, eventuell auch Kosten für Getränke etc. an. Ergänzend sind die Kosten für die Gestaltung und den Druck von Einladungen, Flyern oder anderen Informationsmaterialien, ggf. auch Porto für den Versand zu berücksichtigen. Oftmals lassen sich diese Kosten aus dem laufenden Etat für die kommunale Seniorenarbeit finanzieren, ohne dass zusätzliche Finanzmittel bei der Kommunalverwaltung beantragt und vom Haushaltsausschuss bewilligt werden müssen.

Bei der Einführung eines Seniorenportals sieht dies anders aus. Mit der Nutzung des Seniorenportals fallen kontinuierlich zusätzliche Kosten z.B. für das Hosting, die Pflege und Sicherheitsupdates des Portals an (siehe dazu Kapitel 7). Zudem sind Kosten für personelle Ressourcen für die Aktualisierung der Informationen in den verschiedenen Bereichen des Portals zu kalkulieren. Auch wenn kompetente ehrenamtlich tätige Akteurinnen und Akteure mit Zugangsrechten Inhalte bearbeiten, ist aber eine geeignete Fachkraft für die Redaktion des Seniorenportals und die Überprüfung der Inhalte unerlässlich, da auf kommunaler Ebene die Verantwortung bezüglich der Einhaltung der Datenschutzbestimmungen besteht.

Je nach Größe der Kommune, der Anzahl der Träger der Seniorenarbeit und anderer Dienstleister für ältere Menschen und abhängig vom Umfang der Informationen, der individuellen Nutzungsintensität und der Auswahl der Module für das Portal kann der Arbeitsaufwand für die laufende Aktualisierung und Überwachung des Seniorenportals unterschiedlich ausfallen.

Das Modellvorhaben wurde von „Meilenstein zu Meilenstein“ geplant und umgesetzt – die „agile“ Vorgehensweise ermöglicht es, auf neue Erkenntnisse angemessen zu reagieren

6.1 Prozessübersicht

In den folgenden Abschnitten wird dargestellt,

- auf welche Weise die drei Modellkommunen die Ziele des Modellvorhabens zur Etablierung von Nachbarschaftstischen und des Seniorenportals Digital.Vital verfolgt haben,
- welche Stolpersteine die Akteurinnen und Akteure aus dem Weg räumen mussten,
- welche Maßnahmen sie zur Überwindung von Hürden durchgeführt haben.

Der Umsetzungsprozess von der Idee bis zu den ersten Angeboten von Nachbarschaftstischen wurde von einem Zwischenziel, auch Meilenstein (M) genannt, zum nächsten Meilenstein geplant. Erst wenn ein Meilenstein erreicht war, wurden die Arbeitsschritte bis zum nächsten Meilenstein von den Akteurinnen und Akteuren erörtert und festgelegt. Diese „agile“ Vorgehensweise erlaubte es den Akteurinnen und Akteuren auf neue Erkenntnisse stets angemessen zu reagieren.

Die folgende Grafik veranschaulicht:

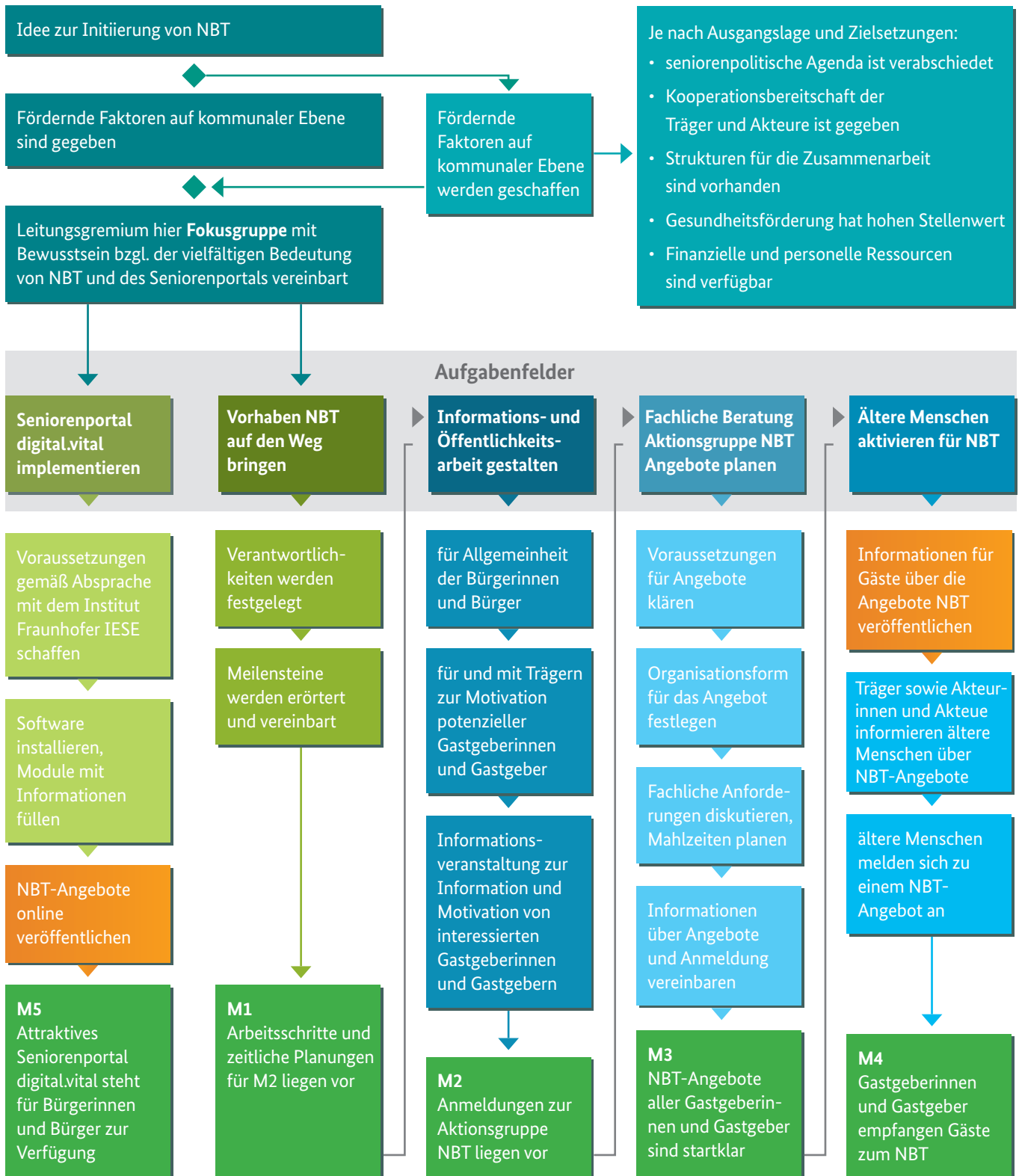
- die fünf **Aufgabenfelder** der Akteurinnen und Akteure
- die erforderlichen **Arbeitsschritte** zur Lösung der Aufgabe (Textkästen unter den genannten Aufgabenfeldern)
- die zu erreichenden fünf **Meilensteine** (grüne Textfelder M 1 bis M 5 am Ende der Spalten).

Bei der gemeinsamen Entwicklung des Seniorenportals – vom Aufbau der Informationsstruktur, der Planung der gewünschten Funktionen bis zur Fertigstellung der Software – wurde während des Modellvorhabens gleichermaßen „agil“, d. h. von Meilenstein zu Meilenstein, vorgegangen.

In der Übersicht sind jedoch nur die Arbeitsschritte für die Gestaltung des Seniorenportals dargestellt, die **in den Modellkommunen** durchgeführt werden mussten, um die entwickelte Software des Seniorenportals auf kommunaler Ebene in bestehende Internetseiten einzubinden und zu nutzen.

Entsprechend kann die verfügbare Software des Seniorenportals Digital.Vital von interessierten Kommunen übernommen, mit Informationen gefüllt und genutzt werden. (Mehr Informationen zu den Nutzungsbedingungen und technischen Voraussetzungen siehe Kapitel 7.3).

Meilensteine (M) zur Etablierung von Nachbarschaftstischen (NBT) und des Seniorenportals



6.2 Meilenstein 1: Von der Idee zum Start

Auf welche Weise die Idee zur Initiierung von Nachbarschaftstischen für ältere Menschen in der Kommune Fuß fasst, spielt für den Prozess keine Rolle. Überall wo alleinlebende Seniorinnen und Senioren sich über gemeinsame Mahlzeiten freuen würden, können Gastgeberinnen und Gastgeber Nachbarschaftstische als Privatinitiative anbieten.

Damit möglichst viele ältere Menschen an einem solchen Angebot teilnehmen können, d.h. auch zurückgezogen lebende Personen erreicht werden, ist es sinnvoll viele Partnerorganisationen bzw. Träger in die Initiative „Nachbarschaftstisch“ auf kommunaler Ebene mit einzubinden. Akteurinnen und Akteure der Seniorenarbeit können in ihrem Aufgabengebiet die älteren Menschen persönlich ansprechen und über die Angebote von Nachbarschaftstischen in ihrer Nähe informieren. Die persönliche Kontaktaufnahme durch vertrauensvolle Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner ist bedeutsam, um eventuelle Hemmschwellen und Vorbehalte bei älteren Menschen, aber auch zukünftigen Gastgeberinnen und Gastgebern zu überwinden. Mit der Zeit kann so vor Ort ein Netz von Angeboten entstehen. Die Zusammenarbeit mit möglichst zahlreichen Partnern der Seniorenarbeit ist insbesondere für die erfolgreiche Nutzung des digitalen Seniorenportals bedeutsam.

Ein solches gemeinsames Vorhaben von verschiedenen Trägern gelingt eher, wenn grundlegende Rahmenbedingungen vor Ort gegeben sind. Sollte dies nicht der Fall sein, empfiehlt es sich, die Idee der Nachbarschaftstische als Anlass für die Schaffung von förderlichen Rahmenbedingungen zu nutzen.

Um das Angebot von Nachbarschaftstischen in der Kommune auf den Weg zu bringen, gilt es zunächst die Idee des Nachbarschaftstisches wichtigen Vertreterinnen und Vertretern der Politik, Verwaltung und Zivilgesellschaft, die die kommunalen Lebensbedingungen von älteren Menschen kennen und Einfluss in der Kommune haben, vorzustellen.

Je nach Ausgangssituation gibt es in der Kommune bereits ein Leitungsgremium – in den Modellkommunen und im folgenden Text „Fokusgruppe“ genannt – für die Koordination eines Netzwerkes von Trägern und Verantwortlichen für ältere Menschen. Andernfalls ist es zielführend, verantwortliche Akteurinnen und Akteure zu einem Informationsaustausch einzuladen.

Bei dem ersten Informationstreffen zur Vorstellung der Idee der Nachbarschaftstische und des Seniorenportals sollten allen Beteiligten die Zielsetzungen und Vorgehensweisen zur Umsetzung des Vorhabens vermittelt werden.

Die Teilnehmenden der Informationsveranstaltung sollten

- eine klare Vorstellung entwickeln, was man unter Nachbarschaftstischen versteht, auch in Abgrenzung zu Mittagstischen
- verstehen, warum Nachbarschaftstische eine sinnvolle Ergänzung oder Alternative zu Mittagstischen sein können
- ein gemeinsames Bewusstsein für die Bedeutung von Nachbarschaftstischen für ältere Menschen und gleichermaßen für Gastgeberinnen und Gastgeber und auch die Kommune insgesamt entwickeln
- verstehen, welche Vorteile ein Seniorenportal für alle Akteure und vor allem für ältere Menschen aller Altersgruppen haben kann
- erörtern, welche Meilensteine als Zwischenziele im Prozess der Etablierung von Nachbarschaftstischen und des Seniorenportals erreicht werden müssen
- die erforderlichen finanziellen und personellen Ressourcen für die nachhaltige Umsetzung kennen und wissen, wer diese zur Verfügung stellt



Zur Umsetzung des Modellvorhabens Nachbarschaftstische wurde in allen Modellkommunen eine Fokusgruppe eingerichtet. Die kommunalen Projektkoordinatorinnen und Fachreferentinnen des BAGSO-Projektes „Im Alter IN FORM“ haben die Arbeit der Fokusgruppen fachlich begleitet

- wissen, welche Aufgaben und Funktionen einer Fokusgruppe, die für die Umsetzung verantwortlich sein wird, obliegen
- sich verständigen, wer für die Koordination des Prozesses verantwortlich ist und wer in der Fokusgruppe mitwirkt. In den Modellkommunen übernahmen die zuständigen Fachkräfte in der Verwaltung diese Aufgabe.

In zwei Modellkommunen arbeitete bereits jeweils eine Fokusgruppe seit zwei bis drei Jahren zusammen mit der Zielsetzung, die Angebotsstruktur zur Gesundheitsprävention für ältere Menschen zu verbessern. Sie wurden dabei von Fachreferentinnen des BAGSO-Projektes „Im Alter IN FORM“ begleitet. Viele Akteurinnen und Akteure in den Fokusgruppen waren gern bereit, sich für die spezielle Zielsetzung der Nachbarschaftstische einzusetzen. Die Entwicklung eines Seniorenportals war für andere Akteurinnen und Akteure mit großer Affinität zu digitalen Medien von großem Interesse. Ihre Erfahrungen wollten sie gern in die Planungen des Seniorenportals einbringen.

In der dritten Modellkommune hatten einige Akteurinnen und Akteure bereits Erfahrungen mit dem Aufbau digitaler Bürgerportale. Eine kooperative Zielsetzung im Bereich der Seniorenarbeit bestand jedoch zu Beginn nicht. Die allgemeine Meinung war: „Unseren älteren Menschen geht es gut!“

Die Projektverantwortlichen in dieser Kommune erörterten bei der Auftaktveranstaltung zum Modellvorhaben mit den Teilnehmenden die Bedeutung der Gesundheitsförderung für ältere Menschen und welchen wichtigen Beitrag Angebote zur sozialen Teilhabe, zur gesunden Ernährung und für gemeinschaftliche Mahlzeiten dabei leisten. Den Teilnehmenden wurde bewusst, dass es sinnvoll ist, die unterschiedlichen Lebenssituationen älterer Menschen genauer zu betrachten, um spezifische Bedarfe in einzelnen Ortsteilen zu erkennen.

Die Lebenssituationen älterer Menschen sind in den Dörfern, Ortsteilen und Stadtteilen sehr unterschiedlich. Infolge der demografischen Entwicklungen haben sich Familienstrukturen verändert, der Anteil älterer und hochaltriger Menschen an der Bevölkerung steigt stetig. Damit einher geht ein zunehmender Unterstützungsbedarf bis hin zur Pflegebedürftigkeit älterer Menschen. Ebenso hat die veränderte Infrastruktur im Bereich Dienstleistungen und Mobilität Auswirkungen auf die Lebenssituation älterer Menschen. In den Diskussionen wurde festgestellt, dass es aktuell nur in sehr wenigen Ortsteilen einen Mittagstisch für ältere Menschen gibt und daher ein Bedarf an Nachbarschaftstischen besteht.

Die Auftaktveranstaltung in dieser Modellkommune hat sehr engagierte Akteurinnen und Akteure aktiviert und motiviert, in der Fokusgruppe zur Etablierung von Nachbarschaftstischen und des Seniorenportals mitzuwirken.

Aufgabe der Fokusgruppe

Aufgabe der Fokusgruppe ist die Diskussion und Vereinbarung von möglichen effektiven Maßnahmen bzw. Arbeitsschritten, um nach und nach die Meilensteine zu erreichen.

Sofern Angebote für Nachbarschaftstische und das Seniorenportal auf kommunaler Ebene etabliert werden sollen, können die Mitglieder der Fokusgruppe zwei Arbeitsgruppen bilden, um so in Arbeitsteilung die Ziele voranzubringen. Dabei empfiehlt es sich, dass die beiden Arbeitsgruppen sich hin und wieder über den jeweiligen Sachstand im Rahmen von Fokusgruppensitzungen austauschen und die zeitliche Koordination der Vorgehensweise abstimmen. Dies ist sinnvoll, um gemeinsam zu erörtern, welche Informationen im Seniorenportal in den einzelnen Bereichen veröffentlicht werden sollen und wer diese zuliefert. Auch sollen die Angebote der Nachbarschaftstische rechtzeitig über das Seniorenportal veröffentlicht werden und das Online-Anmeldeverfahren termingerecht verfügbar sein.

Wichtig ist, dass sich alle Mitglieder engagiert mit einbringen und ihr Interesse am Erfolg der Angebote Nachbarschaftstische/Seniorenportal signalisieren. Es geht dabei auch immer um die Frage, welche anderen Akteurinnen und Akteure auf kommunaler Ebene bei dem einen oder anderen Arbeitsschritt wirkungsvoll unterstützen können.

Haben alle Beteiligten einvernehmlich beim ersten oder zweiten Treffen vereinbart,

1. das Angebot Nachbarschaftstisch zu etablieren und ggf. das Seniorenportal in der Kommune zu nutzen,
2. eine Fokusgruppe, ggf. mit zwei Arbeitsgruppen, zu bilden,

so ist das Vorhaben „Nachbarschaftstische und Seniorenportal“ auf den Weg gebracht, d. h. **der erste Meilenstein M 1 ist erreicht**.

Es obliegt nun der Fokusgruppe, ggf. aufgeteilt in zwei Arbeitsgruppen, die Arbeitsschritte zum nächsten Meilenstein M 2, danach Maßnahmen zu M 3 und M 4 sowie parallel dazu ggf. auch M 5 für die Etablierung des Seniorenportals zu entwickeln und umzusetzen.

In den Fokusgruppen wurden effektive Maßnahmen zur schrittweisen Umsetzung des Modellvorhabens geplant und abgestimmt

Eine „Kultur der Gastfreundschaft“ – Gastgebende von Nachbarschaftstischen erfüllen eine wichtige Aufgabe, indem sie älteren Menschen gemeinsame köstliche Mahlzeiten ermöglichen

6.3 Meilenstein 2: Gastgeberinnen und Gastgeber informieren und motivieren

Das nächste wichtige Zwischenziel M2 lautet: „Eine gewünschte Mindestanzahl von Anmeldungen zur **Arbeitsgruppe – Gemeinsam schmeckt's am besten**“ liegt vor.

Für Angebote von Nachbarschaftstischen braucht man Gastgeberinnen und Gastgeber, die bereit sind, ältere Menschen zu sich nach Hause zu Mahlzeiten einzuladen. Die Fokusgruppen in den Modellkommunen haben intensiv beraten, wie sie Bürgerinnen und Bürger motivieren können, die Aufgabe der Gastgeberinnen und Gastgeber zu übernehmen.

Allen war bewusst, dass bei einigen Bürgerinnen und Bürgern Vorbehalte bestehen, als Gastgeberinnen und Gastgeber „fremde“ ältere Menschen in das private Zuhause einzuladen. Vor dem Hintergrund möglicher Unsicherheiten und Bedenken von Bürgerinnen und Bürgern planten die Mitglieder der Fokusgruppen Aktivitäten zur Informations- und Öffentlichkeitsarbeit. Es war ihnen klar, dass man Bürgerinnen und Bürger nur dann für diese Aufgabe motivieren kann, wenn sie von vertrauensvollen, verlässlichen Personen angesprochen werden. Das Vorhaben „Nachbarschaftstische auf kommunaler Ebene“ sollte auch in der Öffentlichkeit positiv dargestellt werden. Die vielfältige Bedeutung von Nachbarschaftstischen und die wichtige Aufgabe als Gastgeberinnen und Gastgeber gemeinsame köstliche Mahlzeiten für ältere Menschen zu ermöglichen, sollten als Kernbotschaften im Sinne einer „Kultur der Gastfreundschaft“ ankommen.

Vor diesem Hintergrund wurde in allen Modellkommunen vereinbart

- Bürgerinnen und Bürger, aber auch die Presse, wichtige Institutionen und Organisationen sowie Träger der Seniorenarbeit innerhalb der Kommune, über die Zielsetzung und Bedeutung von Nachbarschaftstischen für ältere Menschen zu informieren
- Verantwortliche und Akteurinnen und Akteure in der Seniorenarbeit sowie von Vereinen und Organisationen zu bitten, in ihrem Umfeld Bürgerinnen und Bürger für die Aufgabe Nachbarschaftstisch anzusprechen und zu motivieren
- interessierte Bürgerinnen und Bürger zu einer Informationsveranstaltung für potenzielle Gastgeberinnen und Gastgeber einzuladen.

Entsprechend der Ausgangssituation in der Kommune wurden Maßnahmen zur Informations- und Öffentlichkeitsarbeit geplant und umgesetzt.

Dabei wurden auch die unterschiedlichen Voraussetzungen in den Kommunen berücksichtigt, z. B. folgende Fragestellungen:

- Bestehen bei Bürgerinnen und Bürgern eher traditionelle Einstellungen und sind sie daher Veränderungen bzw. Neuerungen gegenüber eher skeptisch, zurückhaltend oder ablehnend?
- Akzeptieren Bürgerinnen und Bürger innovative Ideen und sind neugierig auf neue Angebote?
- Sind in der Kommune Strukturen für die Zusammenarbeit mit Trägern der Seniorenarbeit und anderen Institutionen und Organisationen vorhanden, und wie sind sie gegliedert?
- Unterstützt die politische Führung die Seniorenarbeit in der Kommune?
- Welche Erfahrungen mit bisherigen Strategien für die Informations- und Öffentlichkeitsarbeit gibt es?
- Besteht eine Zusammenarbeit mit Presseorganen und Redaktionen?

Um interessierte Akteurinnen und Akteure sowie Bürgerinnen und Bürger auf die Initiative Nachbarschaftstische und die angebotenen Informationsveranstaltungen aufmerksam zu machen, wurden in den Kommunen unterschiedliche Maßnahmen durchgeführt. Die folgende Tabelle gibt eine Übersicht:

Um Bürgerinnen und Bürger für die Aufgabe als Gastgeber eines Nachbarschaftstisches zu motivieren, wurden vielfältige Maßnahmen zur Informations- und Öffentlichkeitsarbeit umgesetzt

Maßnahmen	Kommune 1	Kommune 2	Kommune 3
Presse- und Informationsarbeit	Interview mit dem Amtsleiter Vorstellung eines privaten Nachbarschaftstisches	Ankündigung der Informationsveranstaltung für interessierte Gastgeberinnen und Gastgeber	Gemeinsame Pressemitteilung mit der Bürgermeisterin Ankündigung der Informationsveranstaltung für interessierte Gastgeberinnen und Gastgeber
Kommunale Internetseite	Information und Einladung		Information und Einladung
Information bei der Veranstaltung	Grußworte der Ortsbürgermeisterinnen und -bürgermeister		Seniorenbeirat, von Netzwerkpartnern
Rundbriefe	an Träger und Organisationen		Postkartenaktion
Sonstiges	Telefonische Kontaktaufnahme zu allen Trägern der Seniorenarbeit und verschiedenen Akteuren	Persönliche Ansprache: Kirchengemeinden, Seniorenbeauftragte, Vertreterinnen und Vertreter der Verbandsgemeinden, Frauen- und Familienzentrums Kandel, Interessierte bei einer „Seniorenrallye“, Bürgermeister der Verbandsgemeinden	Informationsstände vor Einkaufszentren und Markt
Angebote für Gäste zur Erreichbarkeit des Nachbarschafts-/Mittagstisches (z. B. Fahrdienst)	kann individuell oder gemeinsam organisiert werden	kann vom Träger/Veranstalter organisiert werden	

Die Informationsveranstaltungen regten intensive Diskussionen über die vielfältige Bedeutung von Nachbarschaftstischen für die Gesundheitsprävention älterer Menschen an

Ziele und Erfahrungen aus den Informationsveranstaltungen

Ziel der Informationsveranstaltungen war es, das zweite Zwischenziel, den Meilenstein M 2, zu erreichen. Dies bedeutete, Bürgerinnen und Bürger sollten auf der Basis der präsentierten Informationen und diskutierten Fragen nach einer Bedenkzeit entscheiden, sich für eine „Arbeitsgruppe – Gemeinsam schmeckt’s am besten“ anzumelden. Die Mitglieder dieser Arbeitsgruppe sollten mit fachlicher Begleitung ihre Angebote für Mahlzeiten im Rahmen von Nachbarschaftstischen vorbereiten.

Der **Programmablauf** der Informationsveranstaltung wurde in den Modellkommunen auf der Basis eines gemeinsamen Grobkonzeptes kommunenspezifisch geplant.

Ablauf der Informationsveranstaltungen:

- Begrüßung
- Vorstellung des Modellvorhabens
- Präsentation „Idee der Nachbarschaftstische“
- Gruppenarbeit: Bedeutung von Nachbarschaftstischen für
 - die Gäste
 - die Gastgeberinnen und Gastgeber
 - die Kommune
- Diskussion/Fragen der Teilnehmenden
- Wie geht es weiter? „Mitglied werden in der Aktionsgruppe“
- Organisatorische Abstimmungen
- Schlusswort

Nach der Begrüßungsphase erhielten die Teilnehmenden Informationen zu der Idee und der geplanten Umsetzung von Nachbarschaftstischen. Anschließend diskutierten die Teilnehmenden in allen Modellkommunen in Kleingruppen über die Bedeutung von Nachbarschaftstischen aus der Perspektive älterer Menschen, zukünftiger Gastgeberinnen und Gastgeber und für die Gesellschaft bzw. das Miteinander in der Kommune. Daran schloss sich eine intensive Diskussion zu den Fragen und Anmerkungen der Teilnehmenden an.

Die Maßnahmen zur Informations- und Öffentlichkeitsarbeit sowie die attraktiven Programme, u. a. mit Vertretung der Politik, Musikgruppen oder Ausstellungen, führten in allen Modellkommunen zu einer **sehr regen Teilnahme**: 40 bis 100 Personen nahmen an den Informationsveranstaltungen für Gastgeberinnen und Gastgeber von Nachbarschaftstischen teil.

Die **Zusammensetzung der Teilnehmenden** war in den drei Modellkommunen unterschiedlich. In einer Modellkommune waren überwiegend Vertreterinnen und Vertreter von Seniorenorganisationen und anderer interessierter Institutionen – auch aus anderen Kommunen – sowie Akteurinnen und Akteure der Seniorenarbeit anwesend. In einer anderen Modellkommune nahmen einige Akteurinnen und Akteure aus dem politischen Bereich und der Zivilgesellschaft sowie Bürgerinnen und Bürger mit Interesse an der Aufgabe als Gastgeberinnen und Gastgeber teil und überraschenderweise auch ältere Menschen, die sich als zukünftige Gäste für Nachbarschaftstische interessierten.

In allen drei Modellkommunen fand die Informationsveranstaltung **breite Unterstützung**: Die Bürgermeisterin bzw. der Bürgermeister eröffnete die Veranstaltung mit einer ausführlichen und sehr emotionalen Stellungnahme zur Bedeutung von Nachbarschaftstischen. Darüber hinaus gab es ein Rahmenprogramm mit musikalischen Einlagen. Sozialdezernentinnen und Sozialdezernenten sowie Politikerinnen und Politiker beteiligten sich mit Grußworten und überzeugenden Statements bei der Informationsveranstaltung. Die Informationsveranstaltung fand unter Beteiligung des Beratungsunternehmens an einem attraktiven Tagungsort mit Verpflegung statt.

Die **Gruppenbeiträge** zur Bedeutung von gemeinsamen Mahlzeiten und möglichen Nachbarschaftstischen lösten in allen Informationsveranstaltungen sehr rege Gespräche aus. Alle Teilnehmenden sehen darin einen großen Beitrag für das Wohlbefinden älterer Menschen. (Die Ergebnisse der Gruppenarbeiten sind in Kapitel 4 mit eingeflossen.) In allen Informationsveranstaltungen interessierten sich Teilnehmende insbesondere für rechtliche Voraussetzungen, die Kostenberechnung, um einen Nachbarschaftstisch anzubieten (siehe dazu Kapitel 3) und wie man Gäste findet.

Im Rahmen des Modellprojektes war ursprünglich vorgesehen, in den Modellkommunen mit allen interessierten potenziellen Gastgeberinnen und Gastgebern bei einer zweitägigen Qualifizierung die sozialen, fachlichen, rechtlichen und ökonomischen Aspekte eines Nachbarschaftstisches zu erarbeiten und organisatorische Details abzustimmen.

Bis zu 100 Personen nahmen an den Informationsveranstaltungen für Gastgeberinnen und Gastgeber von Nachbarschaftstischen teil

Dieses Angebot einer „Qualifizierung“ wurde schon von den Mitgliedern der Fokusgruppen kritisch gesehen. Die Teilnehmenden der Informationsveranstaltung lehnten eine zweitägige Schulung grundsätzlich ab, mit der Begründung, sie hätten schon jahrelange Erfahrungen im Kochen und wüssten, wie sie leckere Mahlzeiten für ältere Menschen zubereiten. Die vielfältigen, oftmals auch sehr speziellen Fragen im Rahmen der Informationsveranstaltung zeigten jedoch, dass ein hoher Informationsbedarf zur Klärung ihrer Überlegungen bestand. Daher wurde während der ersten Informationsveranstaltung an Stelle einer zweitägigen Schulung spontan die Idee einer **„Arbeitsgruppe – Gemeinsam schmeckt’s am besten“** vorgestellt, um alle potenziellen Gastgeberinnen und Gastgeber bei der konkreten Vorbereitung ihres Nachbarschaftstischangebotes fachlich beraten und unterstützen zu können.

In allen Modellkommunen meldeten sich zwischen 6 bis 14 Interessierte zur Mitarbeit in der „Arbeitsgruppe – Gemeinsam schmeckt’s am besten“ an. Damit wurde in allen Modellkommunen der Meilenstein M 2 erreicht.

6.4 Meilenstein 3: Angebote für Nachbarschaftstische planen und organisieren

Für die fachliche und organisatorische Vorbereitung ihrer Mahlzeitenangebote und zur Planung der ersten Kontaktaufnahmen zu älteren Menschen wurden in allen Modellkommunen drei Besprechungstermine der „Arbeitsgruppe – Gemeinsam schmeckt’s am besten“ zu je drei Stunden mit den künftigen Gastgeberinnen und Gastgebern vereinbart.

Alle relevanten Themen zur Planung und Umsetzung eines Nachbarschaftstischangebotes wurden im Rahmen von Fachgesprächen mit den Teilnehmenden systematisch diskutiert. Auf Basis dieser Fachgespräche entwickelten die Gastgeberinnen und Gastgeber unter Berücksichtigung der Rahmenbedingungen ihres privaten Haushaltes und ihrer persönlichen Vorstellungen ein Konzept für ihr Angebot Nachbarschaftstisch.

Die Fachgespräche mit den Teilnehmenden der „Aktionsgruppe – Gemeinsam schmeckt’s am besten“ orientierten sich an dem BAGSO-Im Alter IN FORM-Leitfaden „Weiterbildungskonzept für zukünftige Gastgeberinnen und Gastgeber von Nachbarschaftstischen“.

„Gemeinsam
schmeckt’s
am besten!“

ARBEITS-
GRUPPE

Dieses Weiterbildungskonzept beinhaltet

- die Beschreibung der Zielgruppen
- didaktische Vorüberlegungen
- die Zielsetzungen für die drei Module der Weiterbildung
- einen zeitlichen Ablaufplan mit inhaltlichen und methodischen Hinweisen zu den verfügbaren Arbeitsmaterialien und Fachunterlagen für die Teilnehmenden.

Die **Zielgruppe** sind Bürgerinnen und Bürger mit Interesse an der Rolle der Gastgeberin oder des Gastgebers und Freude an der Zubereitung von Mahlzeiten.

Didaktische Vorüberlegungen/Ausgangssituation: Die Teilnehmenden haben die Idee des Nachbarschaftstisches kennengelernt und sich für die lokale „Aktionsgruppe – Gemeinsam schmeckt’s am besten“ angemeldet. Ggf. haben sie an einer Informationsveranstaltung zur Initiative „Nachbarschaftstisch – Gemeinsam schmeckt’s am besten“ teilgenommen und grundlegende Fragen diskutiert:

- Welche Bedeutung haben Nachbarschaftstische für alleinlebende ältere Menschen in kritischen Lebenssituationen?
- Welchen Stellenwert hat der Nachbarschaftstisch aus Sicht der Gastgeberinnen und Gastgeber?
- Welchen Mehrwert haben Nachbarschaftstischangebote für die Gesellschaft/die Kommune?
- Was sind mögliche Organisationsformen von Nachbarschaftstischen?
- Welche kritischen Fragen sind bei der Planung von Nachbarschaftstischangeboten zu beachten?

Die **Ziele der Weiterbildung** werden in drei Modulen verfolgt:

Modul I: Organisatorische Planung des Nachbarschaftstischangebotes

Modul I zielt auf die Befähigung der Teilnehmenden,

- die eigenen Handlungsoptionen für ein Nachbarschaftstischangebot zu erläutern und zu begründen
- ihr Nachbarschaftstischangebot unter Berücksichtigung wichtiger Rahmenbedingungen anhand einer Planungshilfe konkret zu planen und zu beschreiben

**Nachbarschaftstisch-
angebote – von der
Planung zur Umsetzung**

**Mit fachlicher Unter-
stützung entwickelten
Gastgeberinnen und
Gastgeber Konzepte für
ihr individuelles Nach-
barschaftstischangebot**

- erforderliche Vorbereitungen zu ermitteln und die Umsetzung zu planen
- mögliche Gesprächsthemen und gemeinsame Aktivitäten mit den Gästen zusammenzustellen.

Modul II: Mahlzeiten lecker, gesund und kostengünstig gestalten

Die Teilnehmenden werden darin unterstützt,

- Mahlzeitenangebote (Mittag, Nachmittag oder Frühstück) für Nachbarschaftstische für 15 vorgesehene Termine zu planen, unter Berücksichtigung der 10 Regeln der DGE
- die grundlegenden Hygieneanforderungen beim Einkauf, bei der Lagerung der Zutaten und bei der Zubereitung der Gerichte zu erläutern und zu begründen
- die Kosten für ihre Mahlzeitenangebote sachgerecht zu berechnen
- Aspekte der Sicherheit und des Haftungsrisikos zu erläutern.

Modul III: Nachbarschaftstische umsetzen

Die Teilnehmenden erörtern sinnvolle Aspekte, um

- die Information und Ansprache von älteren Menschen zu planen und mitzugestalten
- das Nachbarschaftstischangebot in Kooperation mit anderen Gastgeberinnen und Gastgebern sowie Partnern der Seniorenarbeit digital zu präsentieren
- das Anmeldeverfahren zum Nachbarschaftstisch auf dem digitalen Seniorenportal zu nutzen und analoge Anmeldewege festzulegen
- die Erreichbarkeit des Nachbarschaftstisches ggf. durch Fahrdienste sicherzustellen.

Zur Diskussion fachlicher Aspekte und zu allen erforderlichen Planungsschritten wurden den Teilnehmenden die Fachinformationen Nachbarschaftstische (siehe Seite 11) sowie Arbeitsblätter, Grafiken, Übersichten oder strategische Fragen zur Verfügung gestellt. Mittels Impulsreferaten oder Kurzpräsentationen erhielten sie bei Bedarf weiterführende fachliche Hintergrundinformationen zu einzelnen Themen.

Erkenntnisse aus den drei Arbeitsgruppen

„Gemeinsam schmeckt's am besten“

Die Erfahrungen aus den Gesprächen mit den Teilnehmenden der drei Arbeitsgruppen waren insgesamt sehr erfreulich. Die zukünftigen Gastgeberinnen und Gastgeber brachten viele Ideen und Überlegungen in die gemeinsame Diskussion ein, die auch für andere Teilnehmende inspirierend waren und zu Lösungen beitrugen.

Zeitliche Verzögerung kann Motivation beeinflussen

Zur Durchführung der drei Weiterbildungsmodule waren in den drei Modellkommunen je drei Termine geplant. Jedoch konnten die Termine aufgrund der Pandemievorschriften nicht eingehalten werden, sodass zum Teil große Verzögerungen eintraten. Während in zwei Modellkommunen die Teilnehmenden nach langer Pause wieder mit großer Begeisterung ihre Planungen aufnahmen, war es in einer Modellkommune schwierig, die Teilnehmenden für die Module II und III erneut zu motivieren. Durch die langanhaltende Pandemielage sahen einige Akteurinnen und Akteure die Umsetzung der Nachbarschaftstischangebote als problematisch an. In der Kommune wurden weitere Anstrengungen geplant, um potenzielle Gastgeberinnen und Gastgeber zu motivieren. Dabei wollen auch die bereits aktiven Anbieterinnen und Anbieter von Nachbarschaftstischen unterstützen.

Frauen, Männer und Ehepaare als Gastgeberinnen und Gastgeber aktiv

In zwei Arbeitsgruppen der drei Modellkommunen nahmen sowohl Damen als auch Herren teil. Dabei handelte es sich in einer Modellkommune um zwei Ehepaare und in zwei Kommunen um Kooperationen von zwei Frauen sowie eine Kooperation zwischen einer Frau und einem Mann, die gemeinsam einen Nachbarschaftstisch anbieten wollen.

Übersicht: Konstellationen von Gastgeberinnen und Gastgebern in den Modellkommunen

Angebote Nachbarschaftstische von	
Einzelpersonen	Kooperationen
Damen	Ehepaare
Herren	zwei Damen
	eine Dame/ein Herr

Nachbarschaftstische können in unterschiedlichen Organisationsformen angeboten werden – Partnerschaften ermöglichen dabei eine Arbeitsteilung bei der Planung und Vorbereitung der Mahlzeiten

Gemeinsame Mahlzeiten mit Nachbarn ermöglichen alleinstehenden älteren Menschen soziale Teilhabe

Die relativ hohe Zahl der Teilnehmenden, die ihr Nachbarschaftstischangebot in Form einer Partnerschaft umsetzen wollten, war überraschend. Sie signalisierte, dass eine partnerschaftliche Lösung für die Beteiligten vorteilhaft sein kann und mehr Sicherheit bei der Neueinführung eines solchen Angebotes geben kann. Partnerschaften ermöglichen darüber hinaus eine Arbeitsteilung bei der Planung und Vorbereitung der Mahlzeiten sowie bei der Gästebewirtung.

In den Modellkommunen wird diese wertvolle Erkenntnis bei der Ansprache weiterer Bürgerinnen und Bürger für die Aufgabe der Gastgeberinnen und Gastgeber genutzt.

Mögliche Organisationsformen von Nachbarschaftstischen

Auf Grundlage folgender Grafik wurde mit den Teilnehmenden erörtert, welche Organisationsformen eines Nachbarschaftstisches für sie in Frage kommen.



Es stellte sich heraus, dass die meisten bereits konkrete Vorstellungen hatten, wie ihr Angebot ablaufen sollte.

Überwiegend planten die Gastgeberinnen und Gastgeber, die Mahlzeit selbst zuzubereiten, d. h. ohne Mitwirkung der Gäste. Sie schlossen aber nicht aus, dass sich dies noch entwickeln könnte.

Ein Ehepaar plante einen Nachbarschaftstisch außerhalb der Privatwohnung. Das Mahlzeitenangebot sollte für maximal fünf ältere Menschen in einem Vereinshaus auf privater Basis stattfinden.

Zwei Damen wollten gemeinsam die Mahlzeiten planen, vorbereiten und anbieten. Dafür stand im Privathaus – eine ehemalige Gaststätte – eine wunderbare alte Gaststube zur Verfügung.

Einige Vertreterinnen eines örtlichen Landfrauenvereins wollten im privaten Umfeld der Vorsitzenden gemeinsam einen Nachbarschaftstisch anbieten.

In den Gesprächen der Arbeitsgruppen wurden die Gegebenheiten bei den Gastgeberinnen und Gastgebern sowohl aus ihrer Perspektive als auch aus Sicht der zukünftigen Gäste mit unterschiedlichen Erwartungen sowie möglichen körperlichen Einschränkungen betrachtet. Es wurde offensichtlich, dass die Ankündigung eines Nachbarschaftstischangebotes auch im digitalen Seniorenportal auf mögliche Barrieren bzw. Barrierefreiheit aufmerksam machen sollte.

Planung der Mahlzeiten – lecker und nährstoffreich

Die Planung der Gerichte für das Mahlzeitenangebot wurde in allen Modellkommunen intensiv erörtert. Während die Kriterien „leckere Mahlzeiten“ oder „schmackhafte Gerichte“ auf Zustimmung stießen, entzündeten sich erhebliche Diskussionen bei dem Anspruch seitens der BAGSO-Fachberaterinnen, dass die Mahlzeiten auch nährstoffreich sein sollten. Für die zukünftigen Gastgeberinnen und Gastgeber lag die Priorität auf leckere Mittagsmahlzeit.

Bei Gesprächen zwischen den Teilnehmenden in den Aktionsgruppen wurde offensichtlich, dass die Begriffe „gesundheitsförderlich“ bzw. „nährstoffreich“ bei ihnen falsche Vorstellungen weckten. Sie vermuteten, dass traditionelle oder regionale Gerichte, die ältere Menschen ihrer Meinung nach am liebsten mögen, nicht dem Anspruch vollwertig bzw. nährstoffreich entsprechen und somit nicht angeboten werden sollten.

Die Fachberaterinnen der BAGSO nahmen dies zum Anlass, anhand von beispielhaften traditionellen bzw. regionalen Mahlzeiten in den Modellkommunen aufzuzeigen, dass diese Gerichte bereits wertvolle Nährstoffe enthalten oder durch entsprechende Vorspeisen oder Beilagen problemlos zu einer wertvollen Mahlzeit aufgewertet werden können. Die anschaulichen Beispiele zeigten den Teilnehmenden, dass der Anspruch nährstoffreich durchaus mit schmackhaften Gerichten vereinbar ist.

Viele traditionelle Gerichte enthalten gesundheitsfördernde Nährstoffe oder können durch entsprechende Vorspeisen oder Beilagen zu einer wertvollen Mahlzeit aufgewertet werden

**Nützliche Tipps für die
Mahlzeitenplanung:
Die „10 Regeln für eine
gesunde Ernährung“
der Deutschen Gesell-
schaft für Ernährung**

Die Teilnehmenden erörterten anhand von einem „Arbeitsblatt zur Planung nährstoffreicher Mahlzeiten für Nachbarschaftstische“, das in Anlehnung an die „10 Regeln für eine gesunde Ernährung“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung erstellt wurde, die Bedeutung der nährstoffreichen Lebensmittelgruppen und leiteten daraus leckere und nährstoffreiche Mahlzeiten ab. Es wurde hervorgehoben, dass sie selbst für ihre persönliche Gesundheit beispielsweise auch viel Wert auf frisches Obst und Gemüse und kleinere Portionen Fleisch legen. Vegetarische Gerichte, die sie für sich durchaus öfter zubereiten, wollten sie beim Nachbarschaftstisch je nach Häufigkeit des Mahlzeitenangebotes für ihre Gäste auch ausprobieren. Schwierigkeiten sahen sie bei der Akzeptanz von Lebensmitteln mit Vollkornanteilen, wie z. B. Vollkornnudeln.

Bei allen bisherigen Nachbarschaftstischangeboten wurden geschmackvolle, bei den Gästen beliebte Gerichte und nährstoffreiche Mahlzeiten angeboten. Für den – pandemiebedingt relativ kurzen – Beobachtungszeitraum der bisher durchgeführten Nachbarschaftstische kann festgehalten werden, dass die Gastgeberinnen und Gastgeber immer eine große Gemüse- und/oder Salatportion eingeplant hatten, ergänzt durch Beilagen und eine Portion Fleisch sowie ein Dessert. Hinsichtlich der Berücksichtigung von Vollkornanteilen bei den Mahlzeiten werden mit den Gastgeberinnen und Gastgebern bei weiteren Treffen zum Informations- und Erfahrungsaustausch noch Verbesserungen erarbeitet.

Wie steht es mit Allergien und Unverträglichkeiten von Gästen?

In allen Modellkommunen nahm folgende Frage der Teilnehmenden viel Raum ein: Soll oder muss eine Gastgeberin bzw. ein Gastgeber auf Allergien, Unverträglichkeiten oder Wünsche der Gäste Rücksicht nehmen?

Als Resümee des intensiven Gedankenaustausches zur Mahlzeitenplanung wurde einvernehmlich in allen Modellkommunen folgende Grundhaltung vertreten:

Die Gastgeberinnen und Gastgeber bieten den Nachbarschaftstisch in ihrem Zuhause an, daher:

- bestimmen sie die Regeln für die Teilnahme am Nachbarschaftstisch
- planen sie die Mahlzeiten in Anlehnung an die 10 Regeln der DGE und bereiten sie zu
- informieren sie möglichst vor dem Termin die Gäste über die geplanten Gerichte für den nächsten Nachbarschaftstisch
- geben sie auf Nachfrage Auskunft, welche Rezepturen verwendet werden
- können sie je nach Ansprüchen der Gäste, Wünsche/Lieblingsgerichte der Gäste berücksichtigen
- können sie Gerichte für Gäste speziell zubereiten (z. B. weicher garen, Fleisch kleinschneiden)
- verwenden sie soweit verfügbar frische Lebensmittel aus der Region, d. h. aus dem Garten, vom Erzeuger oder lokalen Markt.

Gastgebende von Nachbarschaftstischen sollten die Wünsche und ggf. besondere Bedarfe ihrer Gäste kennen

Hinsichtlich der Häufigkeit der Angebote von Nachbarschaftstischen durch die einzelnen Gastgeberinnen und Gastgeber kann auf der Basis der kurzen Umsetzungsphase mit Unterbrechungen aktuell keine gesicherte Aussage getroffen werden.

Kosten für die Mahlzeit beim Nachbarschaftstisch

Die Teilnehmenden der Aktionsgruppen waren hinsichtlich der Beteiligung der Gäste an den Kosten für die Mahlzeit zum Nachbarschaftstisch unterschiedlicher Meinung.

Seitens der BAGSO wird die Position vertreten, dass Nachbarschaftstische kostenpflichtig sein sollten; aus folgenden Gründen:

- Um möglichst viele Bürgerinnen und Bürger, die gern kochen, für die Aufgabe der Gastgeberin bzw. des Gastgebers zu motivieren, sollte klar sein, dass sie nicht die Kosten allein tragen müssen, sondern sich diese mit den Gästen teilen. Dadurch wird es auch Bürgerinnen und Bürgern ermöglicht, einen Nachbarschaftstisch anzubieten, wenn sie selbst ein geringeres Einkommen haben.
- Die Kosten für die Mahlzeiten sind für Gäste gering, wenn sie nur anteilig bezahlt werden. Sie haben durch das Angebot einen deutlichen Mehrgewinn für ihr Wohlbefinden.
- Gäste sollen an den Kosten beteiligt werden, um zu vermeiden, dass sie das Gefühl haben, sich schämen zu müssen oder etwa ein Geschenk mitbringen zu müssen, welches eventuell zu teuer wird.

Die Teilnehmenden der Aktionsgruppen haben verschiedene Verfahren erörtert, wie das „Bezahlen“ erfolgen könnte. Man könnte ein „Sparschwein“ aufstellen oder einen Teller. Folgende weitere Varianten haben sich in den Modellkommunen ergeben:

- Eine Gastgeberin, die Tafelnutzerinnen und Tafelnutzer als Gäste bewirte, wollte keine Kostenteilung mit den Gästen eingehen. Sie hat lokale Erzeuger und Metzger angesprochen, ob sie den Nachbarschaftstisch für die Gäste unterstützen. Diese waren gern bereit, Lebensmittel für die Nachbarschaftstische zu sponsern.
- Einige Tischgäste einer Gastgeberin brachten Kartoffeln, Gemüse oder Obst aus dem eigenen Garten mit. Von einem Jäger erhielt sie auch Wildbret. Sie hat für sich daher entschieden, die Mahlzeiten für ihre Gäste kostenlos anzubieten.
- Eine Gruppe älterer alleinlebender Menschen, die sich regelmäßig reihum zum Nachbarschaftstisch verabreden, hat entschieden, dass es keine Kostenbeteiligung der Gäste gibt.
- Eine Teilnehmende wollte den Kostenbeitrag von den Gästen einsammeln, aber als Spende weitergeben, da sie die Mahlzeiten nicht bezahlt haben wollte.

Planung der Ansprache und Aktivierung älterer Menschen

Im Modul III der Weiterbildung wurden Möglichkeiten diskutiert, wie ältere, vornehmlich alleinlebende Menschen von den Gastgeberinnen und Gastgebern auf individuelle Weise informiert, persönlich angesprochen und zur Teilnahme am Nachbarschaftstisch aktiviert werden könnten.

Dazu hatten die Teilnehmenden in den drei Modellkommunen sehr unterschiedliche Ideen. Einige hatten bereits konkrete Vorstellungen, wen sie zu einem Nachbarschaftstisch einladen werden. Drei hatten noch vor den Lockdownphasen Nachbarschaftstischangebote erfolgreich ausprobiert und berichteten sehr positiv über ihre Erfahrungen, die für alle Teilnehmenden von hohem Interesse waren und motivierend wirkten. Ihre Vorgehensweise sowie die Vielfalt an möglichen Maßnahmen zur Kontaktaufnahme zu älteren Menschen sind im nächsten Kapitel dargestellt.

Resümee

Es zeigte sich, dass die Teilnehmenden zunächst einer fachlichen Vorbereitung von insgesamt 12 Stunden sehr kritisch gegenüberstanden, da sie ja bereits seit vielen Jahren gern Mahlzeiten zubereiten und unzählige Feste mit Gästen erfolgreich durchgeführt haben. Aus ihrer Sicht bestand daher keine Notwendigkeit, sich unter Anleitung einer Fachberaterin intensiv auf die Aufgabe der Gastgeberin bzw. des Gastgebers vorzubereiten. Der Hinweis auf die Vielzahl der Fragen der Teilnehmenden in den Informationsveranstaltungen – insbesondere die Frage „Wie komme ich an Gäste?“ – führten zur Akzeptanz der drei vorbereitenden Weiterbildungsmodule und zur Anmeldung zu den „Aktionsgruppen – Gemeinsam schmeckt's am besten“. Zwei Teilnehmende der Informationsveranstaltungen wollten in Eigeninitiative ein Nachbarschaftstischangebot etablieren.

Die Auswertung am Ende der drei Module zeigte, dass die Teilnehmenden die vorbereitenden Fachgespräche außerordentlich positiv bewerteten. Im Verlauf der Gespräche und Gruppenarbeiten erfuhren sie, wie wichtig es ist, alle Aspekte zu durchdenken und zu planen. Teilweise war ihnen nicht bewusst, welche Herausforderungen oder Anforderungen mit einem Nachbarschaftstischangebot verbunden sein können. Den gegenseitigen Informations- und Erfahrungsaustausch erlebten alle als große Bereicherung. Alle hatten ein großes Interesse, den Erfahrungsaustausch untereinander fortzusetzen. Die Gestaltung der vorbereitenden Weiterbildungsmodule als Fachgespräche, bei denen tatsächlich alle Teilnehmenden ihr Wissen, ihre Erfahrungen und Meinungen konstruktiv einbringen konnten, war entscheidend für den Erfolg der Maßnahme. Die fachlichen Impulse der Fachreferentinnen erfolgten jeweils dann, wenn die Fragen oder Themen von den Mitgliedern der „Aktionsgruppe – Gemeinsam schmeckt's am besten“ aufgegriffen wurden. Die ausgeteilten Arbeitsmaterialien konnten zuhause auf freiwilliger Basis für die persönliche Vorbereitung genutzt werden.

Eine viel diskutierte Frage: „Wie komme ich an Gäste?“

Um ältere Menschen zur Teilnahme am Nachbarschaftstisch zu motivieren, ist die persönliche Kontaktaufnahme durch vertrauensvolle Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner sehr bedeutsam

Bei der Öffentlichkeitsarbeit zur Bekanntmachung von Nachbarschaftstischangeboten sollten die Informationen für ältere Menschen sehr sorgfältig formuliert werden

6.5 Meilenstein 4: Ältere Menschen zur Teilnahme an Nachbarschaftstischen motivieren

Vor dem Hintergrund möglicher Hemmungen und Ängste älterer alleinlebender Menschen stand eine Frage während des gesamten Verlaufs des Modellvorhabens immer wieder im Mittelpunkt von Gesprächen: Wie können ältere alleinlebende Menschen informiert und motiviert werden, an Angeboten von Nachbarschaftstischen teilzunehmen?

Aus den Erfahrungen des Modellvorhabens wurde deutlich, dass ältere Menschen erst dann über das Angebot von Nachbarschaftstischen informiert und ggf. zur Teilnahme eingeladen werden sollten, wenn Gastgeberinnen und Gastgeber konkret einen Nachbarschaftstisch im Wohnumfeld anbieten. Dies stellte für manche interessierte Gastgeberinnen und Gastgeber ein Dilemma dar. Sie fragten sich, warum sie an drei vorbereitenden Beratungstreffen teilnehmen sollten, wenn nicht sicher ist, ob sie später auch Gäste haben. Auf der anderen Seite wurden bereits durch die erste Phase der Informations- und Öffentlichkeitsarbeit einige ältere Menschen neugierig und wollten wissen, wo man an einem Nachbarschaftstisch teilnehmen könnte.

Dieser Problematik sollten sich alle Beteiligten bei der Initiierung von Angeboten für Nachbarschaftstische bewusst sein. Bei der Informations- und Öffentlichkeitsarbeit auf kommunaler Ebene sollten daher die Informationen sehr sorgfältig formuliert werden. Es sollte deutlich gemacht werden, dass in der ersten Phase Gastgeberinnen und Gastgeber ihr Interesse, zu einem Nachbarschaftstisch einzuladen, anmelden können; erst nach Bekanntgabe der Termine und Orte von Nachbarschaftstischen können dann ältere Menschen ihr Interesse an einer Teilnahme anmelden. Es wird sich jedoch kaum verhindern lassen, dass es zu Überschneidungen der Anmeldungen von Gastgeberinnen und Gastgeber und Gästen kommen kann.

Welche Maßnahmen und Kommunikationskanäle gewählt und genutzt werden sollten, um alleinlebende ältere Menschen über das Angebot von Nachbarschaftstischen zu informieren und sie zur Teilnahme zu motivieren, wurde in den Modellkommunen von den Fokusgruppen erörtert. Bei dem Beschluss der Maßnahmen wurden auch die Ideen von Teilnehmenden der „Aktionsgruppen – Gemeinsam schmeckt’s am besten“ mit einbezogen.

Die Fokusgruppen in allen Modellkommunen hatten beschlossen, in einer festgelegten Kalenderwoche eine „Startwoche Nachbarschaftstische“ durchzuführen. In der Startwoche sollten erstmals die vorhandenen Angebote für Nachbarschaftstische der Öffentlichkeit vorgestellt werden. Gleichzeitig sollte das Seniorenportal mit dem Bereich Nachbarschaftstisch öffentlich zugänglich gemacht werden.

Ein bis zwei Wochen vor und während der „Startwoche Nachbarschaftstische“ wurden in allen Modellkommunen die vereinbarten Aktivitäten zur Informations- und Öffentlichkeitsarbeit über die Angebote der Gastgeberinnen und Gastgeber umgesetzt. Die folgende Tabelle gibt eine Übersicht über die gewählten Maßnahmen:

Modellkommune 1	Modellkommune 2	Modellkommune 3
Informationsflyer für Gäste verteilen durch Fokusgruppe	Informationsflyer für Gäste verteilen durch Fokusgruppe	Informationsflyer für Gäste verteilen durch Fokusgruppe
Seniorenportal	Seniorenportal	Da die verfügbaren Gastgeberinnen und Gastgeber bereits ausreichend Gäste hatten, gab es keine weiteren Informationsmaßnahmen.
Pressegespräch mit Gastgeberinnen und Gastgebern beim Frühstück	Pressemeldungen	
Pressebericht	Ansprache von älteren Menschen vor dem Einkaufszentrum	
Verteilung von Informationsbriefen des Ortsbürgermeisters	Kooperation mit Trägern der Seniorenarbeit	
Verteilung von Flyern		

Einige Gastgeberinnen und Gastgeber führten ihren ersten Nachbarschaftstisch während der Startwoche durch. Die meisten Gastgeberinnen und Gastgeber hatten jedoch bereits vorher ihre ersten Erfahrungen mit einem oder mehreren Nachbarschaftstischen gesammelt.

Eine Erhebung in den Modellkommunen belegte, dass die überwiegende Zahl der Gastgeberinnen und Gastgeber durch persönliche Ansprache ihnen bekannter älterer Menschen ausreichend Gäste für ihren Nachbar-

**Zahlreiche Aktivitäten
zur „Startwoche Nach-
barschaftstische“**

Möglichkeiten und Wege der Kontaktaufnahme zu älteren Menschen – vom Informationsflyer über Rundschreiben bis zur Mund-zu-Mund-Propaganda

Bestehende Kontakte im Bekanntenkreis, in der Nachbarschaft, im Verein, im örtlichen Familienzentrum oder im ehrenamtlichen Umfeld nutzen

schaftstisch motiviert hatten. Dabei wählten sie unterschiedliche Vorgehensweisen:

- Eine Gastgeberin hatte ältere alleinlebende Mitglieder in ihrem Sportverein angesprochen. Gemeinsam hatten sie einen Nachbarschaftstisch bereits vor einigen Monaten ausprobiert und wollten sich nun nach der Lockdownphase zur Bekämpfung der Corona-Pandemie in Zukunft regelmäßig gegenseitig reihum zum Mittagessen einladen.
- Eine Gastgeberin, die bei der örtlichen „Tafel“ engagiert ist, hat einige Nutzerinnen und Nutzer der Tafel persönlich angesprochen und zum Nachbarschaftstisch eingeladen. Sie nahmen mit großer Begeisterung daran teil.
- Ein Gastgeber hatte die Idee, gemeinsam mit seiner Ehefrau eine alleinstehende Nachbarin sowie alleinlebende Bekannte und Verwandte „ab und zu“ zu einem Mittagessen einzuladen. Er plante, in Zukunft einen Wechsel des Nachbarschaftstisches bei allen Teilnehmenden einführen zu können.
- Ein Gastgeber wusste, dass in seiner Straße einige alleinlebende ältere Damen wohnen. Man kannte sich, jedoch bestanden keine näheren persönlichen Kontakte. Nachdem er sie persönlich besucht und über sein Engagement für einen Nachbarschaftstisch informiert hatte, lud er zu einer gemeinsamen Mittagsmahlzeit ein. Seitdem bietet er regelmäßig einen Nachbarschaftstisch – gegen Bezahlung – in einem vereinbarten Zeitraum an.
- Bei der Gattin eines Ortsbürgermeisters, die als Gastgeberin einen Nachbarschaftstisch anbot, meldeten sich aufgrund des Rundbriefes des Ortsbürgermeisters Gäste zur Teilnahme an. Die Gastgeberin berichtete, „die drei Damen waren neugierig, wie es beim Ortsbürgermeister zuhause aussieht. Sie haben sich daher gemeinsam angemeldet. Allen hat es gut geschmeckt und das Zusammensein gefallen“.
- Ein Gastgeber ließ in Abstimmung mit dem Ortsbürgermeister einen Rundbrief verteilen, in dem auf das Angebot der Nachbarschaftstische hingewiesen wurde. Es meldeten sich darauf vier alleinlebende Damen, darunter die Vorsitzende des DRK-Ortsvereins, die als Multiplikatorin für die weiteren Teilnehmerinnen wirkte.
- Zwei Vertreterinnen eines örtlichen Landfrauenvereins konnten durch die Verzögerungen während der Corona-Pandemie ihr Konzept erst nach der „Startwoche Nachbarschaftstische“ umsetzen. Sie planten, ältere alleinstehende Mitglieder ihres Ortsvereins zu einem Nachmittagskaffee an einem neutralen Ort einzuladen und ihnen die Idee des Nachbarschaftstisches im privaten Umfeld zu erläutern. Zunächst wollen

die Gastgeberinnen sich auf die älteren Menschen im Landfrauenverein konzentrieren. Sofern diese das Angebot gern annehmen, sollen durch Mund-zu-Mund-Propaganda mehr Gastgeberinnen und Gastgeber aus dem Landfrauenverein motiviert und fachlich vorbereitet werden. Auch ältere Menschen im Ort außerhalb des Landfrauenvereins sollen dann zu Nachbarschaftstischen eingeladen werden. So soll nach und nach ein Netzwerk von Gastgeberinnen und Gastgebern entwickelt werden.

- Eine Gastgeberin hatte bereits während der Informationsveranstaltung den Entschluss gefasst, einen Nachbarschaftstisch anzubieten und dies auch dort verkündet. – Sie war einige Monate zuvor, nachdem ihr Mann nach langer Pflegebedürftigkeit verstorben war, aus Wien in die Modellkommune gezogen, um in der Nähe ihres Sohnes sein zu können. Sie kocht leidenschaftlich gern, kann aber allein nicht immer alles aufessen. Für sie war der Presseartikel mit dem Aufruf an potenzielle Gastgeberinnen und Gastgeber zur Etablierung von Nachbarschaftstischen eine wunderbare Gelegenheit. – Auf ihr Angebot eines Nachbarschaftstisches erhielt sie in kurzer Zeit Rückmeldung vom Familienzentrum in der Ortsgemeinde mit Kontaktdaten von Personen, die durch Erkrankungen oder einen Unfall nicht in der Lage waren, sich selbst eine Mahlzeit zuzubereiten. Sie rief diese Personen an und vereinbarte mit ihnen einen Termin für die gemeinsame Mahlzeit. Nach Aussagen der Gastgeberin entwickelten sich sehr angenehme Bekanntschaften zu den Gästen. Während der Lockdownphase bot die Gastgeberin ihnen die Mahlzeiten zur Abholung an der Haustür an.

Resümee

Aufgrund der Erfahrungen aus den Modellkommunen lässt sich feststellen, dass die Ansprache und Motivation von Gästen durch die Gastgeberinnen und Gastgeber erfolgreich verläuft, wenn an persönliche Kontakte angeknüpft werden kann, beispielsweise

- Kontakte zu älteren alleinlebenden Menschen im näheren Wohnumfeld, d. h. der unmittelbaren Nachbarschaft, im Bekanntenkreis oder privaten Umfeld der Gastgeberinnen und Gastgeber
- bestehende Kontakte zu älteren Menschen auf der Basis einer Vereinsmitgliedschaft oder eines Ehrenamtes
- Kontakte, die durch vertrauenswürdige Personen in Organisationen oder Senioreneinrichtungen vermittelt wurden
- bestehende Kontakte der Gäste untereinander (wer die anderen Tischgäste bereits kennt, hat weniger Hemmungen, am Nachbarschaftstisch teilzunehmen).

KOCHEN FÜR
LIEBE NACHBARN.
TOLLE IDEE!
DA WERDE ICH
MITMACHEN.

DER ANNEGRET
BRINGE ICH
NACHHER AUCH
EINEN TELLER
RÜBER.

FRAU SCHMITZ
UND HERR EBOLD
HABEN BESTIMMT
INTERESSE.



Träger und Akteur-
innen/Akteure, die
vertrauensvolle
Beziehungen zu älteren
Menschen haben, mit
einbinden

Der persönliche Kontakt ist entscheidend. Daher ist es auf kommunaler Ebene wichtig, möglichst viele Träger sowie Akteurinnen und Akteure, die gute und vertrauensvolle Beziehungen zu älteren Menschen haben, mit einzubinden. So können bestehende Unsicherheiten und Hemmungen bei Seniorinnen und Senioren leichter abgebaut und ihre Motivation zur Teilnahme am Nachbarschaftstisch geweckt werden.

Von den Fokusgruppen wurden auch vorbereitende Treffen der Gastgeberinnen und Gastgeber von Nachbarschaftstischen mit interessierten älteren Menschen an neutralen Orten vorgesehen. So könnten sich alle Beteiligten – auch mögliche Gäste untereinander – bei solchen Treffen zwanglos kennenlernen und entscheiden, ob sie sich zum nächsten Nachbarschaftstisch bei einer oder einem der anwesenden Gastgeberinnen und Gastgeber anmelden. Aus zeitlichen Gründen kann diese Idee der vorbereitenden Treffen erst in den nächsten Monaten in den Modellkommunen erprobt werden.

Zielgruppe älterer Menschen für Nachbarschaftstische sensibel erörtern

Bei der Informations- und Öffentlichkeitsarbeit, insbesondere bei der Informationsveranstaltung, sollte bei der Beschreibung der Zielgruppen für die Angebote von Nachbarschaftstischen sehr sorgfältig vorgegangen werden. Aus Sicht der Projektbeteiligten und der Mitglieder der Fokusgruppe bestand die Intention, vor allem jene älteren Menschen zur Teilnahme an Nachbarschaftstischen zu aktivieren, die sich aus verschiedenen Gründen selbst keine leckere, abwechslungsreiche und nährstoffreiche Mahlzeit zubereiten. Hierzu zählen zum Beispiel ältere Menschen mit körperlichen, psychischen oder kognitiven Einschränkungen und/oder Menschen in Altersarmut bzw. mit geringem Einkommen. Auch können oftmals ältere Männer nicht für sich kochen. Die Erörterung der Zielgruppe von Nachbarschaftstischangeboten führte bei einer Informationsveranstaltung in einer der Modellkommunen zu Missverständnissen.

An der Veranstaltung nahm aufgrund eines Presseartikels auch eine Gruppe älterer Menschen aus einer Ortsgemeinde teil, die sich für die Teilnahme an einem Nachbarschaftstisch interessierte. Aus ihrer Perspektive als zukünftige Gäste war die Diskussion während der Informationsveranstaltung bezüglich der vulnerablen Zielgruppen für die Angebote von Nachbarschaftstischen sehr irritierend. Sie selbst fühlten sich nicht

der beschriebenen Zielgruppen älterer Menschen zugehörig. Sie wollten nach außen auch nicht als hilfsbedürftig oder nicht mehr selbstständig angesehen werden. Aus diesem Grund nahmen sie das Angebot von Nachbarschaftstischen in ihrem Ortsteil nicht an.

Diskussionen zu den Zielgruppen älterer Menschen für die Nachbarschaftstische sollten im Rahmen der Fokusgruppentreffen durchaus bewusst geführt werden, weil sie für die Feststellung des Bedarfs an gemeinschaftlichen Mahlzeitenangeboten von Bedeutung sind. Eine differenzierte Erläuterung oder Diskussion der Zielgruppen sollte hingegen in den Informationsveranstaltungen oder Pressemeldungen vermieden werden, um das Angebot von Nachbarschaftstischen allen alleinlebenden älteren Menschen offen zu halten und zukünftige Gäste nicht zu diskriminieren.

Umsetzung der „Startwoche Nachbarschaftstische“ in den Modellkommunen

Die erheblichen Verzögerungen durch die Auswirkungen der Pandemie und die damit verbundenen Störungen im Ablauf des Modellvorhabens wirkten sich vor allem auf die Umsetzung der Nachbarschaftstischangebote aus. So konnte nur ein Teil der geplanten Angebote umgesetzt werden, da viele sowohl potenzielle Gastgeberinnen und Gastgeber als auch interessierte ältere Menschen aus Angst vor Ansteckung in dem geplanten Zeitraum nicht bereit waren, ihren Nachbarschaftstisch anzubieten bzw. daran teilzunehmen.

Der **Meilenstein M 4** „Gastgeberinnen und Gastgeber empfangen Gäste zu Nachbarschaftstischen“ wurde jedoch bei 90 Prozent der bis zur Startwoche etablierten Angebote erreicht.

In allen Modellkommunen sehen sich die Verantwortlichen für das Modellvorhaben, aber auch die Mitglieder der Fokusgruppen hinsichtlich der großen Bedeutung von Nachbarschaftstischen für alle Beteiligten bestätigt. Sie werden die vereinbarten Maßnahmen zur Motivation von potenziellen Gastgeberinnen und Gastgebern wie auch zur Ansprache von älteren Menschen weiterführen und neue Maßnahmen erproben. Dabei setzen sie ganz besonders auf ihre Netzwerke in den Modellkommunen und die positiven Erfahrungen mit den bestehenden Nachbarschaftstischen.

Ein durchweg positives
Fazit: In allen Modellkommunen sehen sich die Verantwortlichen des Modellvorhabens hinsichtlich der großen Bedeutung von Nachbarschaftstischen für alle Beteiligten bestätigt



Das Seniorenportal Digital.Vital – eine Plattform für alle

Mit der Zielsetzung, Angebote für Nachbarschaftstische zu etablieren, war als weiteres Ziel verknüpft, ein Seniorenportal zu entwickeln, über das Gastgeberinnen und Gastgeber ihre Angebote für Nachbarschaftstische mit Termin und Art der Mahlzeit präsentieren und Gäste sich anmelden können. Gleichzeitig sollte das Seniorenportal eine digitale Plattform bieten, auf der Träger der Seniorenarbeit Informationen und Angebote für ältere Menschen veröffentlichen können.

7.1 Entwicklung des Seniorenportals

Die gewünschten Inhalte und die Gestaltung des Seniorenportals wurden durch drei Fokusgruppen in den Modellkommunen Schritt für Schritt erarbeitet. Dazu wurden verschiedene Module und Funktionsbereiche vereinbart, wie in der Abbildung des Portals dargestellt.

Mit der Entwicklung der Software für das Seniorenportal wurde das Fraunhofer-Institut für Experimentelles Software Engineering, kurz: Fraunhofer-IESE, beauftragt. Der Abstimmungsprozess zwischen Fraunhofer-IESE und den Akteuren im Projekt verlief wie folgt:

- Die verschiedenen Funktionsbereiche des Portals wurden nach und nach vom Fraunhofer-IESE programmiert und zur Anwendung vorbereitet.



- Die Funktion und Nutzung der Module wurden einigen Mitgliedern mit speziellem Interesse für digitale Anwendungen aus den Fokusgruppen vorgestellt. Sie konnten die Module testen und Verbesserungswünsche äußern.
- Das Modul Nachbarschaftstische sollte im Rahmen der Startwoche in zwei Modellkommunen für alle interessierten Personen zugänglich sein.
- Dazu wurde die Benutzeroberfläche des Seniorenportals jeweils kommunenspezifisch, entsprechend den Vorgaben für das Corporate



Design der Kommune, d. h. mit dem Logo, der Bezeichnung, dem Farbschema, angepasst.

- Anschließend wurden die Informationen zu den Nachbarschaftstischangeboten der Gastgeberinnen und Gastgeber vor Ort eingepflegt.
- Interessierte Gäste konnten sich über das Portal oder telefonisch bei der Verwaltung oder den Gastgeberinnen und Gastgebern anmelden.
- Zudem konnten Interessierte die möglichen Funktionen als Gastnutzerinnen und Gastnutzer testen und etwaige Probleme über ein Kommunikationstool melden.
- Nach Fertigstellung des nächsten Funktionsbereichs stellten die Modellkommunen ihre entsprechenden Informationen dort ein und schalteten auch diesen Bereich frei zur weiteren Testung.
- Nach Abschluss der Entwicklung aller gewünschten Module (voraussichtlich Ende August 2022) werden die Modellkommunen das Seniorenportal vollumfänglich mit Informationen füllen und die einzelnen Funktionsbereiche in der praktischen Nutzung erproben.
- Sofern noch Wünsche zur Optimierung der Module bestehen, werden diese vom Fraunhofer-IESE umgesetzt.
- Eine intensive Evaluierung des Seniorenportals wird im Herbst 2022 durchgeführt. In den Modellkommunen werden Nutzerinnen und Nutzer aus den Personenkreisen ältere Menschen sowie Akteurinnen und Akteure der Seniorenarbeit hinsichtlich ihrer Einschätzung der Inhalte, Funktionen und Bedienungsfreundlichkeit des Seniorenportals befragt.
- Sobald die Entwicklung abgeschlossen ist (voraussichtlich im November 2022), soll das Seniorenportal auch für die Nutzung in anderen Kommunen verfügbar sein.

Ende 2022 soll das
Seniorenportal Digital.Vital auch für die Nutzung in anderen Kommunen verfügbar sein

7.2 Bedeutung und Mehrwert des Seniorenportals

Was kann das Seniorenportal Digital.Vital leisten?

Der Mehrwert des Seniorenportals wird vor dem Hintergrund folgender Fragestellungen deutlich:

- Welches Verständnis haben wir von der Seniorenarbeit?
- Was sind unsere Zielsetzungen?
- Wie arbeiten bzw. sollten die Träger der Seniorenarbeit zusammenarbeiten?
- Wer koordiniert die Zusammenarbeit, wer ist Ansprechpartner etc.?

Um Seniorinnen und Senioren die Teilhabe an digitaler Kommunikation zu ermöglichen, müssen sich entsprechende digitale Informationsangebote an den Bedürfnissen älterer Menschen orientieren

Für eine erfolgreiche Seniorenarbeit auf kommunaler Ebene im Hinblick auf diese grundlegenden Fragen kann die Einführung eines gemeinsamen Seniorenportals sehr förderlich sein.

Die Idee eines gemeinsamen Seniorenportals kann auch als Einstieg in eine Verständigung über folgende Erfolgsfaktoren sein:

- **gemeinsame Zielsetzung vereinbaren:** ein langes, selbstbestimmtes Leben älterer Menschen fördern
- gemeinsam **Bedarfe der Zielgruppen erkennen** und **partizipativ Zielsetzungen** ableiten
- gemeinsam die **Kernaufgaben der Seniorenarbeit** zur Zielerreichung **gestalten:**
 - **Information und Beratung** zu Fragen im Alter (z. B. soziale, rechtliche, finanzielle Fragen, Gesundheit, Wohnen, Pflege, Sicherheit)
 - **Unterstützung** zur Erhaltung der Selbstständigkeit (z. B. bedarfsgerechte Hilfen und Services)
 - **Angebote zur Gesundheitsprävention und zur Förderung des Wohlbefindens**, d. h. bedarfsgerechte, niedrigschwellige Angebote im Wohnumfeld
- **Kooperation aller Träger** vereinbaren, um wertvolle Synergieeffekte zu ermöglichen:
 - Transparenz der Aufgaben und Leistungen über das Seniorenportal ermöglichen
 - Ziele und Aufgaben abstimmen
 - Informationsaustausch über veränderte Bedarfe und Rahmenbedingungen
 - gemeinsam eine wirkungsvollere Informations- und Öffentlichkeitsarbeit gestalten
 - digitales Seniorenportal vereinbaren
- **Federführung erfolgt durch die Kommunalverwaltung**

Unter Berücksichtigung dieser Einflussgrößen, insbesondere der Bedeutung einer kooperativen Gestaltung der Seniorenarbeit, kann das Seniorenportal allen Beteiligten eine sehr wertvolle Unterstützung bieten und die Seniorenarbeit im Hinblick auf die absehbaren Entwicklungen in den verschiedenen gesellschaftlichen Bereichen auf kommunaler Ebene auch leistungsfähiger machen. Dafür ist es sehr wichtig – wie die Erfahrungen im Modellvorhaben zeigen (siehe Kapitel 5) – frühzeitig die Unterstützung aller zusätzlich erforderlichen Fachbereiche zu vereinbaren. Ergänzend zum Fachbereich Senioren/Soziales sind auch Fachbereiche wie z.B. Digitalisierung, Öffentlichkeitsarbeit und Finanzen mit einzubinden, damit frühzeitig ihre Fragen geklärt und Abstimmungen getroffen werden können. Nur auf der Basis ihrer Mitwirkung kann die Etablierung eines Seniorenportals auf kommunaler Ebene erfolgreich gelingen.

Die Bedeutung des Seniorenportals für ältere Menschen, für Träger und Akteure und die Kommunalverwaltung ergibt sich daraus, welche Möglichkeiten es zur Kommunikation und Zusammenarbeit bietet:

Nutzen für Seniorinnen und Senioren

- Übersicht über alle eingetragenen Angebote, sortiert nach Themen und Wohnortnähe, ggf. mit Anmelde-möglichkeit
- Übersicht aller Nachbarschaftstisch- und/oder Mittagstischangebote mit der Möglichkeit zur Anmeldung
- aktuelle und gesicherte Informationen zu wichtigen Fragen im Alter
- Informationen über Ansprechpartner und Zuständigkeiten
- tagesaktuelle Informationen und Veranstaltungshinweise
- Informationen über ehrenamtliche Aufgaben und Möglichkeiten ehrenamtlichen Engagements
- Austausch mit Gleichgesinnten, „Finden und Suchen“ auf der Pin-Wand
- Stärkung des Selbstvertrauens in die eigenen digitalen Kompetenzen durch positive Erfahrungen bei der Nutzung des Seniorenportals

Mit einem attraktiven, bedarfsgerechten Seniorenportal können Anreize für ältere Menschen gesetzt werden, sich mit der Nutzung digitaler Medien vertraut zu machen

Für Träger und Akteure der Seniorenarbeit auf kommunaler Ebene bietet das Seniorenportal Digital.Vital neue Möglichkeiten zur Kommunikation und Netzwerkzusammenarbeit

Nutzen für Träger und Akteure

Schaffen von Transparenz und Synergien durch

- gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit
- Informationen über Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner sowie Zuständigkeiten
- Informationen über Träger und Akteurinnen und Akteure
- Veröffentlichung von Angeboten, sortiert nach Art und Zielgruppe
- Aufdecken von Angebotslücken
- Anmeldemöglichkeiten
- Suchen und Finden von ehrenamtlichen Akteurinnen und Akteuren

Nutzen des Portals für den Fachbereich Soziales/Seniorinnen/Senioren/ältere Menschen

- Transparenz über die veröffentlichten Aktivitäten
- Entdecken von Angebotslücken
- Vernetzung mit Trägern
- Veröffentlichung aktueller Informationen für die Zielgruppen

Hinweise zur Einführung eines Seniorenportals

Bei allen Diskussionen im Vorfeld der Entscheidung für ein Seniorenportal sollten die beteiligten Akteurinnen und Akteure auf die nachstehenden Zusammenhänge und Fakten hingewiesen werden:

- die o. g. Vorteile eines Seniorenportals für alle Beteiligten der Arbeit für und mit Seniorinnen und Senioren (häufig treten mit Verweis auf die älteren Menschen, die keine digitalen Medien nutzen, die Chancen, die ein solches Portal bietet, in den Hintergrund)

Immer mehr ältere Menschen sind online

Laut Deutschem Alterssurvey (Daten 2017) haben fast 90 Prozent der 61- bis 66-Jährigen Zugang zum Internet. Bei den 67- bis 72-Jährigen sind es fast 81 Prozent, bei den 73- bis 78-Jährigen fast 65 Prozent und von den 79- bis 84-Jährigen sind immerhin fast 40 Prozent online.

Quelle: Achter Altersbericht der Bundesregierung: Ältere Menschen und Digitalisierung
<https://www.achter-altersbericht.de>

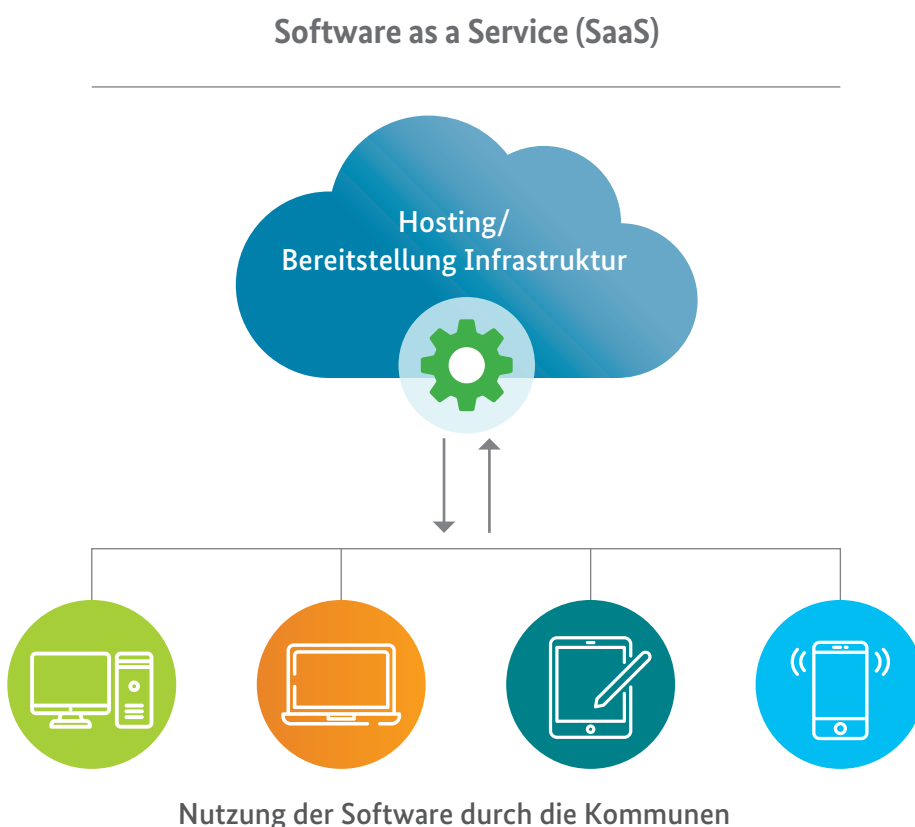
- die notwendige erforderliche Mitgestaltung und Unterstützung durch die Träger und Akteurinnen und Akteure zur ständigen Aktualisierung der Inhalte des Seniorenportals (dies dient der Erhaltung und Förderung der Attraktivität des Seniorenportals)
- die fortlaufende Informationsarbeit zur Vorstellung der Funktionen und Inhalte des Seniorenportals bei älteren Menschen, um ihr Interesse und ihre Neugierde zu wecken.

7.3 Nutzung des Seniorenportals in Kommunen

Interessierte Kommunen können das Seniorenportal unter Beachtung der Nutzungsvoraussetzungen und technischen Erfordernisse nutzen. Neben den Kosten für das Hosting und den Betrieb ist dabei der personelle und finanzielle Aufwand für die Pflege und Aktualisierung der Inhalte zu kalkulieren.

Aus Sicht der Verantwortlichen im Modellvorhaben ist für die erfolgreiche Etablierung des Seniorenportals in der Kommune entscheidend, dass möglichst zahlreiche Träger und Akteurinnen und Akteure der Seniorenarbeit die Nutzung des Seniorenportals befürworten und unterstützen.

Wie wird das Portal betrieben? (Sachstand August 2022)



Software as a Service (SaaS)

- Hosting und Bereitstellung der Infrastruktur des Seniorenportals erfolgt cloudbasiert über einen einzigen Anbieter (z. B. Fraunhofer).
- Kommunen können Software auf Subskriptionsbasis gegen ein Nutzungsentgelt nutzen

Vorteile

- Einfache, unkomplizierte Nutzung, da Hosting und Betrieb über einen einzigen Anbieter erfolgen
- Schnelle und sichere Technikupdates

Kosten

- geringe Hostingkosten
- geringe Betriebskosten, da IT-Administration, Wartung, Softwareaktualisierung usw. der Software-Anbieter übernimmt

Wie wird das Portal eingerichtet?

Zur Einrichtung des Seniorenportals sind folgende Schritte erforderlich:

- Vorgespräche mit Digital.Vital/BAGSO-Geschäftsstelle
Im Alter IN FORM
- Entscheidung über den Nutzungsumfang des Seniorenportals in der eigenen Kommune
- Anpassung der Optik des Portals im Corporate Design der eigenen Kommune
- Einrichtung des Website-Aufrufs, Entscheidung über „Namen“ des Portals
- Erarbeitung der inhaltlichen Struktur der Rubrik „Anlaufstellen, Vorsorge und mehr“
- Technische Bereitstellung des Seniorenportals durch einen Portalanbieter
- Einrichtung der (Admin-)User Accounts und Einpflege der ersten Inhalte
- Test und Freigabe

Resümee

Es empfiehlt sich, wie oben beschrieben, für die Planung und Einführung des Seniorenportals eine Fokusgruppe bzw. Arbeitsgruppe zusammenzustellen, die die erforderlichen Arbeitsschritte bis zum Meilenstein M 5 (Angebote für Nachbarschaftstische und alle anderen Informationen sind veröffentlicht, alle Funktionsbereiche getestet) erörtert, vereinbart und unterstützt. Dazu gehören ggf. auch die Vereinbarungen von Regeln für das Einstellen der Informationen, von Verantwortlichkeiten für die Überwachung und die ständige Aktualisierung sowie für die Informationsarbeit zur Motivation der Akteure zur Nutzung des Portals. Erst nach und nach werden sich die älteren Menschen und Akteurinnen und Akteure an das Vorhandensein des Seniorenportals gewöhnen und es, sofern es aktuell und vielfältig ist, regelmäßig nutzen. Das Seniorenportal bietet den großen Vorteil für ältere Menschen, dass es eine zuverlässige und vertrauensvolle Informationsquelle darstellt.

Das Projekt „Digitales Seniorenportal“ wurde in drei Modellkommunen unter Federführung des Amts Hüttener Berge mit fachlicher Beratung der BAGSO im Zeitraum Juli 2020 bis Dezember 2022 umgesetzt und vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft im Rahmen von „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ gefördert.

Angebote für Nachbarschaftstische stellen einen Beitrag zur Förderung des Wohlbefindens älterer Menschen dar. Dabei erfahren auch die Gastgeberinnen und Gastgeber durch ihre neue Aufgabe Freude und Anerkennung. Gelingt es auf kommunaler Ebene, eine größere Zahl von Nachbarschaftstischen anzubieten und ältere meist alleinlebende Menschen zur Teilnahme zu motivieren, unterstützen solche Angebote auf kommunaler Ebene die Seniorenarbeit sehr. Im Rahmen von Nachbarschaftstischen können z. B. sich verändernde Bedarfe bei älteren Menschen wahrgenommen und Unterstützung eingeleitet werden. Der soziale Zusammenhalt und das bürgerschaftliche Engagement werden gestärkt.

Das Seniorenportal Digital.Vital bietet mit seinen vielfältigen Funktionen für alle Akteurinnen und Akteure sowie Zielgruppen der Seniorenarbeit eine Plattform für eine attraktive Informations- und Öffentlichkeitsarbeit sowie wertvolle Unterstützung zur Förderung der Kommunikation und Vernetzung von Akteurinnen und Akteuren und älteren Menschen auf kommunaler Ebene.

Die Etablierung des Angebots von Nachbarschaftstischen erfordert die Mitwirkung von drei Zielgruppen:

1. Träger und Verantwortliche in der Seniorenarbeit sollten die Idee von Nachbarschaftstischen unterstützen und eine Kooperation vereinbaren, um ein Netzwerk für Angebote von Nachbarschaftstischen auf kommunaler Ebene zu schaffen.
2. Bürgerinnen und Bürger sollten durch eine abgestimmte Informations- und Öffentlichkeitsarbeit motiviert sein, als Gastgeberinnen und Gastgeber Nachbarschaftstische unter fachlicher Begleitung zu planen und anzubieten.
3. Ältere Menschen, die allein leben, sollten das Angebot zur Teilnahme an einem Nachbarschaftstisch wahrnehmen.

Es hat sich gezeigt, dass zur Information und Motivation dieser Zielgruppen vor allem eine persönliche Ansprache durch vertrauensvolle Akteurinnen/Akteure aller Kooperationspartner erfolgversprechend ist.

**Das Seniorenportal
Digital.Vital bietet allen
Akteurinnen und
Akteuren der Senioren-
arbeit eine Plattform
für eine attraktive
Informations- und
Öffentlichkeitsarbeit**

Ältere Menschen
können sich auf dem
Seniorenportal über
Angebote, die ihren
Interessen entsprechen,
informieren
und sich direkt zur
Teilnahme anmelden

Die Einrichtung eines eigenen Seniorenportals Digital.Vital im Corporate Design der Kommune und die Installation der dazu erforderlichen Software können durch das Fraunhofer-IESE erfolgen. Auf dem kommunalen Seniorenportal können nicht nur Gastgeberinnen und Gastgeber ihre Angebote veröffentlichen, sondern alle Träger von Maßnahmen. Ältere Menschen können sich entsprechend ihren Interessen informieren und zu den Angeboten anmelden und vernetzen.

Hinweis: Im Rahmen des BAGSO-Projektes „Im Alter IN FORM“ werden interessierte Kommunen, die Nachbarschaftstische als neues Angebot für ältere Menschen etablieren und/oder das Seniorenportal auf kommunaler Ebene einführen möchten, unterstützt und erhalten auf Wunsch fachliche Beratung.

Kontakt:

Geschäftsstelle Im Alter IN FORM

E-Mail: inform@bagso.de

Tel.: 0228 249993-22



Impressum

Herausgeber

BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft
der Seniorenorganisationen e.V.
Geschäftsstelle Im Alter IN FORM
Noeggerathstraße 49
53111 Bonn

E-Mail: inform@bagso.de · www.im-alter-inform.de

Förderung

Die vorliegende Fachinformation wurde gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft im Kontext von IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.

Konzept und Bearbeitung

Anne v. Laufenberg-Beermann,
Dipl.-Troph.; BAGSO-Fachberaterin Im Alter IN FORM

Autoren

Die vorliegenden Anregungen zur Etablierung von Nachbarschaftstischen wurden im Rahmen des Projektes „Im Alter IN FORM“ der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V., Geschäftsstelle „Im Alter IN FORM“, erarbeitet von:

Anne v. Laufenberg-Beermann, Dipl.-Troph.;
BAGSO-Fachberaterin Im Alter IN FORM

Redaktion

Kurt Schlünkes

Gestaltung und Satz

Grafik Design Erdmann

Bildnachweis

S. 16: [wavebreak3/stock.adobe.com](https://www.gettyimages.com/detail/stock-photo/wavebreak3/stock.adobe.com); S. 58: [AnnaStills/stock.adobe.com](https://www.gettyimages.com/detail/stock-photo/AnnaStills/stock.adobe.com)

Erstausgabe: 2022

Überarbeitete Ausgabe: Stand November 2025

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Über IN FORM: IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern. Weitere Informationen unter: www.in-form.de.