

# Ergebnisse der Bürgerbefragung „Wir die Generation 60+ in Meißen“ im Jahr 2021

Von März bis September 2021 fand in der Stadt Meißen unter dem Titel „Wir die Generation 60+ in Meißen“ eine Befragung der Bürger und Bürgerinnen in Kooperation vom Gesundheitsamt Meißen und der Stadt Meißen statt.

Diese Umfrage wurde widmete sich gesundheitsrelevanten Themen und wurde im Amtsblatt Meißen, sowie auf der Homepage der Stadt Meißen veröffentlicht.

Es haben 160 Bürgerinnen und Bürger an der Befragung teilgenommen.

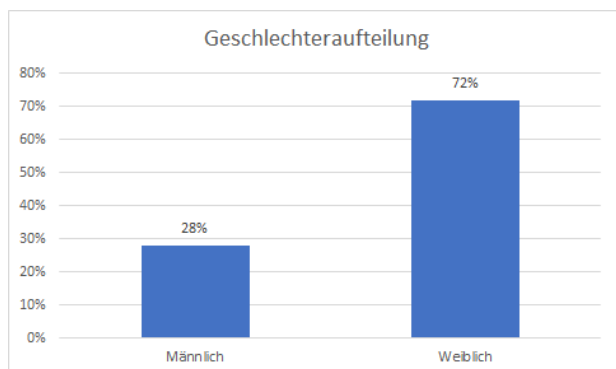
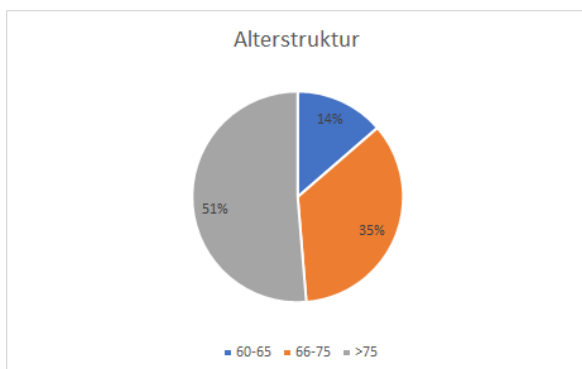
Es wird vermutet, dass gerade Menschen in einer sozial-ökonomisch prekären Lage nicht ausreichend an der Umfrage teilgenommen haben, so dass wichtige Bedürfnisse nicht bekannt sind. Wir werden uns im Rahmen des Projektes GESA bemühen, diese Zielgruppe noch zu erreichen und in die Maßnahmenplanung einzubeziehen.

## 1. Personendaten der Teilnehmer\*innen

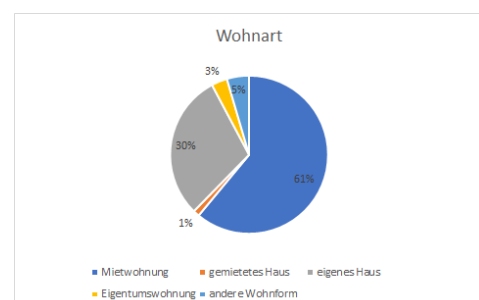
### 1.1. Welche Personen haben an der Umfrage teilgenommen?

Der überwiegende Anteil der Teilnehmer\*innen sind älter als 75 Jahre. Der Anteil der unter 65- Jährigen dagegen ist deutlich unterrepräsentiert.

Wie in den meisten Befragungen, gaben am häufigsten Frauen Auskunft über ihre Meinung zum Thema Gesundheit.

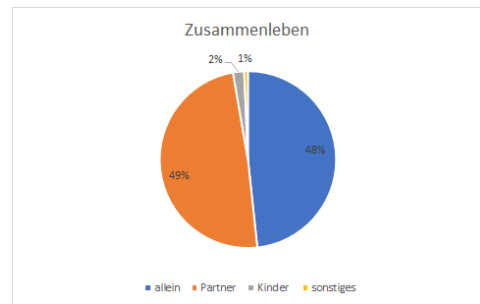


Der Anteil der Teilnehmer\*innen, die alleine leben, ist annähernd so groß wie der Anteil derer, die mit dem Partner leben. Andere Lebensformen sind sehr schwach ausgeprägt.

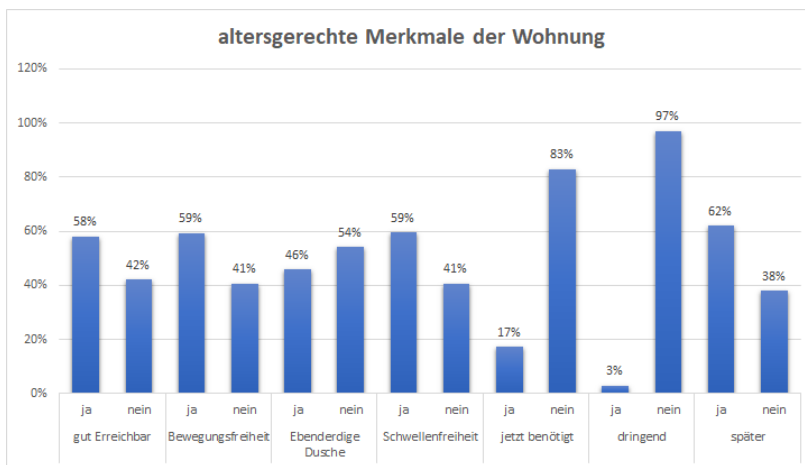


## 1.2. Angaben zu den Wohnungen:

Zu der Frage, wo die Teilnehmer\*innen wohnen, wurden folgende Angaben gemacht: 61% wohnen in einer Mietwohnung und 30% im eigenen Haus. Andere Wohnformen sind ebenfalls unterrepräsentiert.



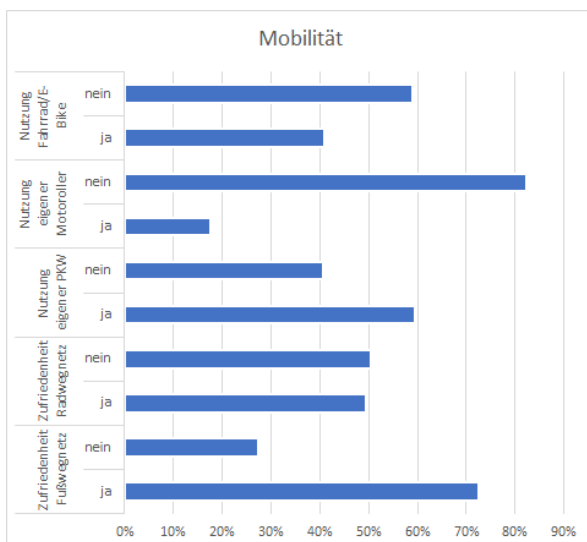
Zum Thema „altersgerechtes Wohnen“ geben jeweils mehr als die Hälfte der Teilnehmer\*innen an, dass ihre derzeitige Wohnform nicht diese Kriterien (Schwellenfreiheit, ebenerdige Dusche) erfüllt.



Wenn man bedenkt, dass 51 % der Teilnehmer\*innen älter als 75 Jahre sind, erstaunt die Aussage, dass man jetzt keine altersgerechte Wohnung braucht (83%) und auch später zu 38% diese nicht brauchen wird.

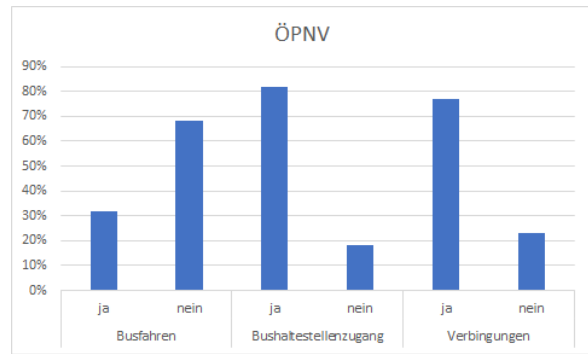
## 1.3. Angaben zur Mobilität

Im Hinblick auf ein Nahverkehrssystem, das in den Randgebieten manche Wünsche offen lässt, wurden die Teilnehmer\*innen gefragt, wie die Mobilität in ihrem Leben gewährleistet wird.



Die Umfrageergebnisse zeigen uns, dass die Hälfte der Teilnehmer\*innen ihre Mobilität individuell organisieren: mit dem eigenen Auto oder dem Fahrrad. Innerhalb des Stadtgebietes werden Strecken auch zu Fuß zurückgelegt.

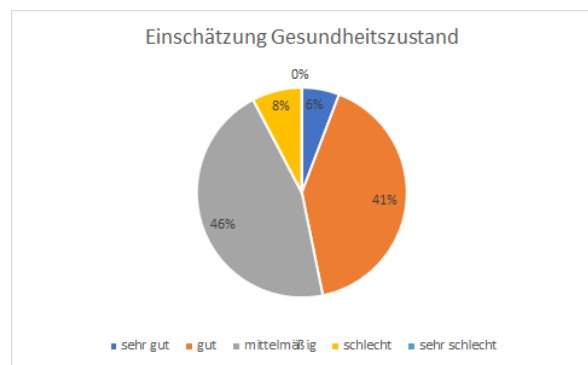
Zur Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel geben nur 30% der Teilnehmer\*innen an, dass sie den Bus benutzen. In den Randgebieten der Stadt – insbesondere am Wochenende – sind die Busverbindungen zum Zentrum der Stadt spärlich oder gar nicht vorhanden.



## 2. Gesundheitsbegriff

### 2.1. Wie ist der Gesundheitszustand der Befragten und was genau verstehen sie unter dem Begriff Gesundheit?

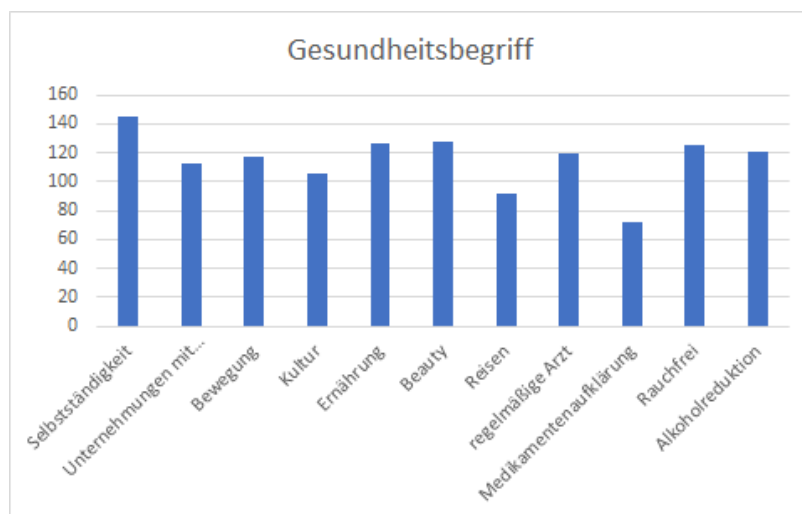
Ca. die Hälfte der Teilnehmer\*innen schätzt den eigenen Gesundheitszustand als sehr gut oder gut ein. 46% betrachten ihren Gesundheitszustand als „mittelmäßig“.



Der Anteil derer, die ihren Gesundheitszustand als schlecht bis sehr schlecht bezeichnen, ist dankenswerter Weise sehr gering.

Merkmale, die die Gesundheit beeinflussen und das Wohlbefinden fördern, werden sehr differenziert wahrgenommen:

Selbständigkeit, Kultur, die Begegnung mit anderen Menschen, Bewegung, die Ausübung von Hobbies, individuelles gesundheitsrelevantes Verhalten werden als Einflussfaktoren auf unseren Gesundheitszustand wahrgenommen.

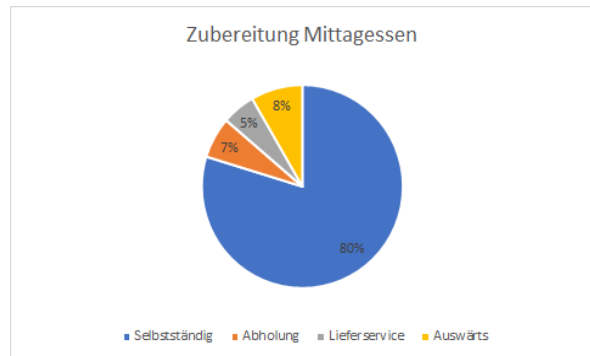


Eine gesunde Lebensweise ist 93% wichtig oder sehr wichtig und keinem Befragten unwichtig.

## 2.2. Aspekte einer gesunden Lebensführung – Ergebnisse in verschiedenen Lebensbereichen

### Ernährung:

80 % der Befragten bereiten ihr Mittagessen selbst zu. Dies bedeutet, dass neben dem finanziellen Aspekt der Kosteneinsparung dem Kochen ein hoher Stellenwert zukommt. Die selbständige Zubereitung und Einnahme des täglichen Mittagessens markieren im Tagesablauf und in der Selbstständigkeit einen wichtigen Punkt.

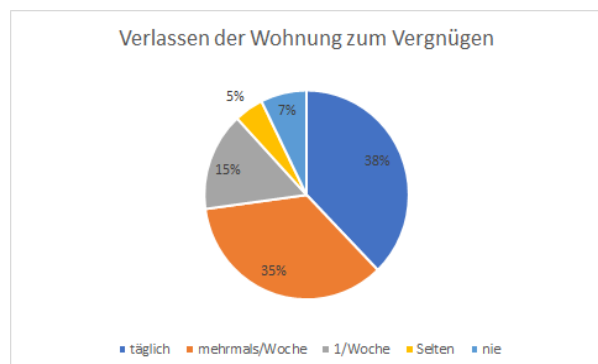
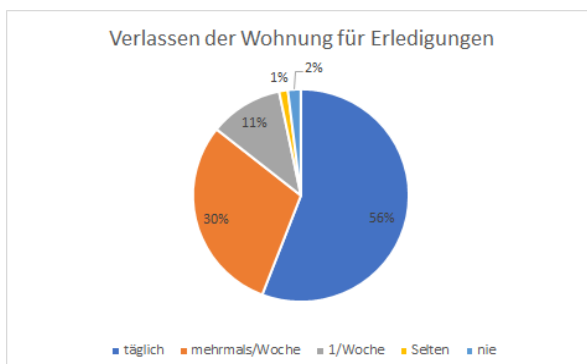


### Bewegung:

22% der Befragten sind Mitglied in einem Sportverein, 9% haben sich einer freien Sportgruppe angeschlossen.

Bewegung bedeutet aber nicht ausschließlich die Ausübung einer sportlichen Aktivität. Alltagsintegrierte Aktivitäten sind im selben Ausmaß von Bedeutung.

Einen Hinweis auf die Aktivitäten im Alltag ergibt sich aus der Frage, wie oft man während einer Woche die eigene Wohnung verlässt. Die Mehrheit verlässt die Wohnung täglich und knapp ein Drittel mehrmals die Woche.



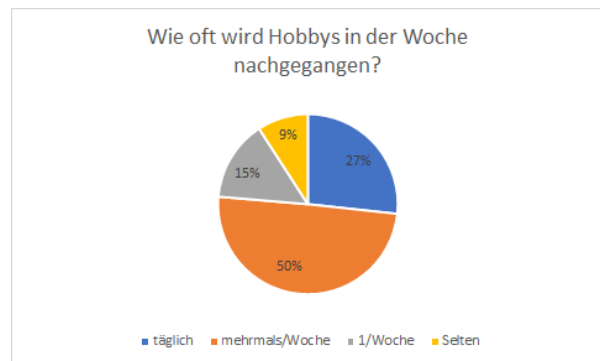
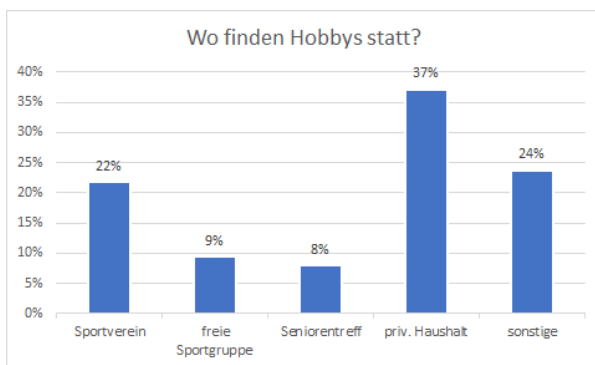
### Hobbys:

Hobbys und Freizeitangebote spielen bei der Aufrechterhaltung der Gesundheit eine wichtige Rolle. Zum einen bieten Hobbys und Freizeitangebote die Gelegenheit, sich

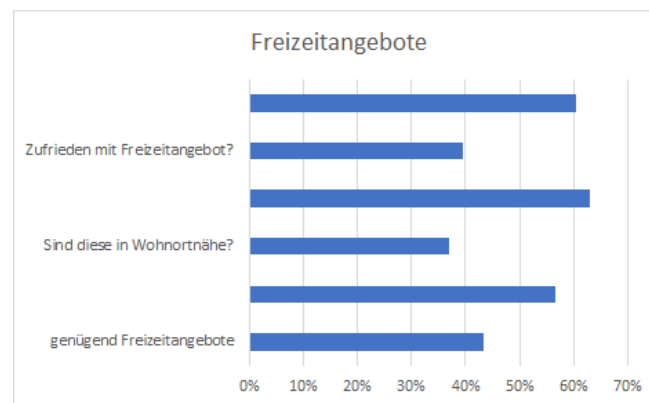
im Alltag mehr zu bewegen. Zum anderen sind Hobbys und Freizeitangebote sinnstiftend, d.h. die Ausübung dieser, von uns wertgeschätzten Tätigkeiten, erfüllt uns mit Freude und Genugtuung.

Zum Dritten geben manche Hobbys die Gelegenheit, andere Menschen zu treffen. Auch der soziale Aspekt ist von hoher Bedeutung, da uns die Begegnung mit anderen Menschen und deren Anteilnahme an unserem Leben psychische Stabilität und Zufriedenheit stiften kann.

Es wurde bereits aufgeführt, dass 22% der Befragten Mitglieder in einem Sportverein sind und sich 9% der Befragten freien Sportgruppen angeschlossen haben. Lediglich 8% aller Befragten gaben an, dass der Besuch eines Seniorentreffs zu „ihrem Hobby oder zu dem genutzten Freizeitangebot“ gehört. 37% betreiben ihr Hobby innerhalb des privaten Haushaltes: Dazu gehören z.B. Gartenarbeit, Spaziergänge mit dem Hund, Bastel- und Handarbeiten.



Betrachtet man die Zufriedenheit mit den Freizeitangeboten in der Stadt Meißen ergibt sich folgendes Bild:

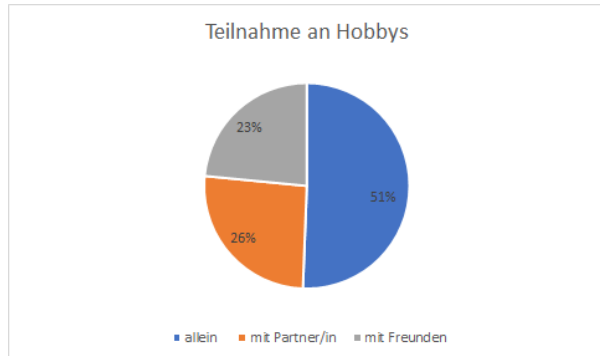


Freizeitangebote für die Generation 60+ sind demnach nur eingeschränkt bedarfsgerecht. Es wird eine Aufgabe des Projektes GESA sein, gemeinsam mit Institutionen, die Angebote unterbreiten, attraktive Angebote zu entwickeln.

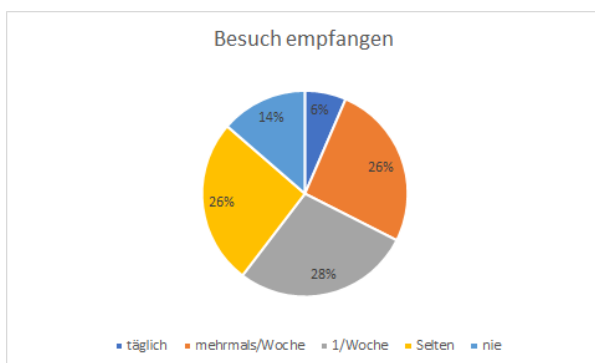
## Soziales Umfeld:

Wir brauchen die Zuwendung anderer Menschen für unsere Selbstbestätigung, für unser Selbstbewusstsein und für das Gefühl der Zugehörigkeit. Gemeinschaft gibt Lebenssinn, Mitbestimmung und Selbstwirksamkeit. Sie führt uns zu mehr Lebensqualität.

Hobbies und Freizeitaktivitäten bieten die Gelegenheit, mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen und diese kennen zu lernen. Nur etwa 10% der Befragten geben an, keine Hobbies zu haben. Es wurde gefragt, in welcher Gesellschaft Hobbys ausgeübt werden: Die meisten Befragten üben demnach ihr Hobby alleine aus oder mit dem Lebenspartner (77%)



Um heraus zu finden, welche Kontakte außerdem zu Menschen außerhalb des eigenen Hausstandes bestehen, wurde nach der Anzahl der Besuche gefragt. 40% der Befragten erhalten demnach selten oder nie Besuch.

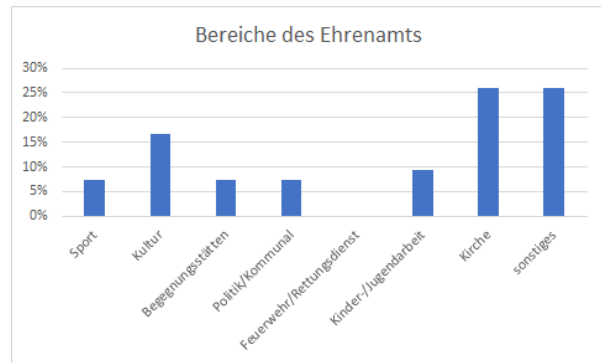
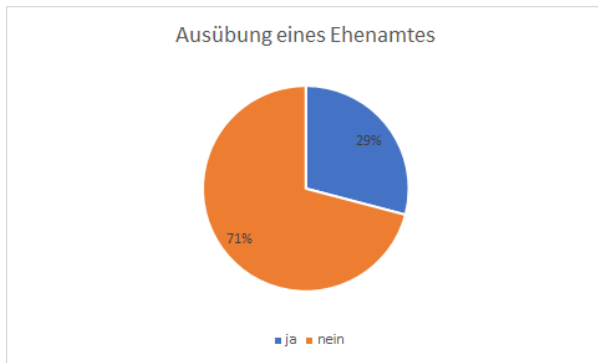


Der Rückzug in die Häuslichkeit bei beginnenden Einschränkungen dagegen vermehrt auftretende Probleme. Eine schlechter werdende Gesundheit und wachsende Isolation verursachen Stress und werden zur psychischen Belastung. Schlafstörungen und psychische Störungen, z.B. Depressionen, entstehen.

## Ehrenamt:

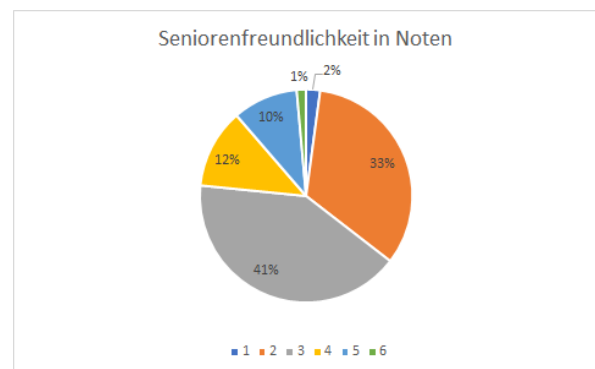
Die Ausübung eines Ehrenamtes ist bei der Frage der sozialen Kontakte ebenfalls wichtig. Hier findet man eine erfüllende Aufgabe und Begegnungen mit anderen Menschen. Ein Ehrenamt bietet den Vorteil, sein eigenes Wissen einzubringen, interessante gleichgesinnte Menschen kennen zu lernen und die Sinnhaftigkeit im Tun zu erleben. Der Mehrwert eines Ehrenamtes ist das Zusammensein mit anderen, positives Erlebnisse so wie die Bestätigung des eigenen Selbstwertes.

Ein knappes Drittel der Befragten übt im Alter von 65 – 85 Jahren ein Ehrenamt aus. Dabei sind die Bereiche breit gefächert. Sie reichen vom sozialen Engagement, Kultur, Umwelt, Sport bis zum politischen Ehrenamt.



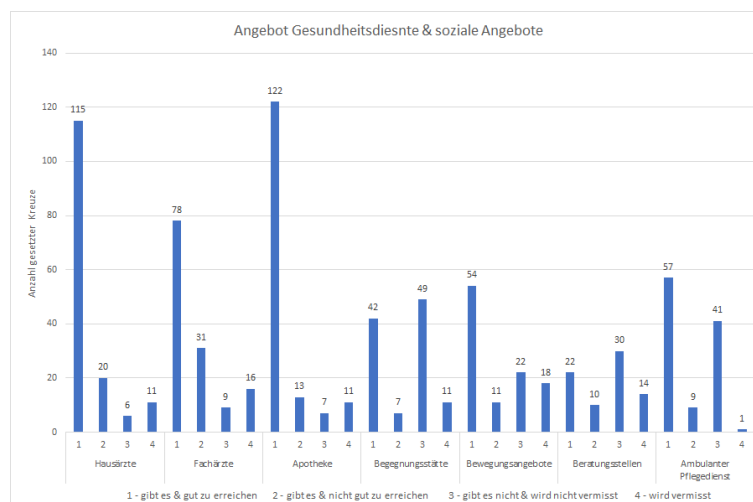
### 3. Die Zufriedenheit mit der Lebensumwelt in Meißen

Allgemein sind die Befragten mit der Lebensumwelt für die Generation 60+ in Meißen zufrieden. 2% kennzeichnen die Lebensverhältnisse in Meißen als sehr gut, 33% als gut, 41% als befriedigend. 12% sind mit den Lebensverhältnissen unzufrieden und 10% empfinden sie als schlecht.



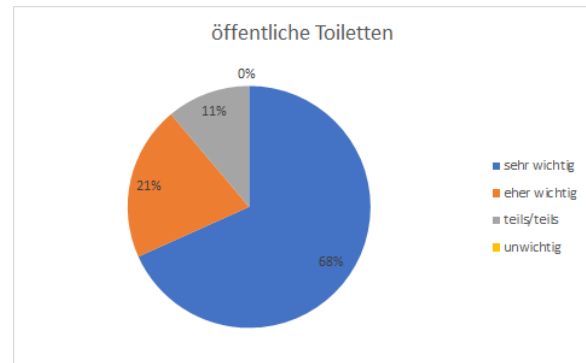
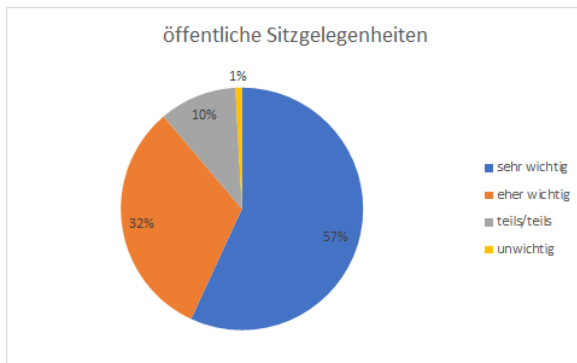
Mit der medizinischen Versorgung (Hausärzten, Fachärzten, Apotheken) sind die meisten Menschen zufrieden.

Bezüglich der Begegnungsstätten und Beratungsstellen wird angegeben, dass diese weniger vorhanden sind, gleichzeitig aber auch überwiegend kein Bedarf zum Ausbau besteht. Ähnlich verhält es sich mit ambulanten Pflegediensten. Ein Drittel der Befragten sieht keinen Bedarf für den weiteren Ausbau. Hier ist jedoch einschränkend zu bemerken, dass das Projekt GESA sich an Menschen wendet, die im eigenen Haushalt leben und eine selbständige Lebensweise pflegen. Einschränkungen sind demnach im handhabbaren Bereich und das Interesse an einem ambulanten Pflegedienst sehr gering.



Wünsche der Befragten an die Kommune:

Überwiegend wurden von den Befragten Wünsche geäußert, die den Aufenthalt im öffentlichen Raum fördern und erleichtern. Plätze zum Ausruhen und die Möglichkeit, eine öffentliche Toilette zu nutzen, ermöglichen, dass man den eigenen Bedürfnissen gemäß das Leben in der Öffentlichkeit vollumfänglich genießen kann. Man wünscht sich daher vor allem den Ausbau von Sitzplätzen und von öffentlichen Toiletten.



#### 4. Fazit der Umfrageergebnisse für das GESA-Projekt

Erfreulicherweise kann man feststellen, dass die Mehrheit der Teilnehmer\*innen mit dem eigenen gesundheitlichen Wohlbefinden und dem Leben in der Stadt Meißen zufrieden ist.

Im Fokus des Projektes GESA steht die Gesundheit für die Zeit nach dem Rentenbeginn bis zum Eintritt in die Pflegebedürftigkeit. Ziel ist, bedarfsgerechte Anregungen und Wissen zu geben, damit jeder möglichst lange ein autonomes Leben in der Häuslichkeit verbringen kann.

Die hier angesprochenen Bereiche der Gesundheitsförderung sind Ernährung, Bewegung, psychische Gesundheit und soziale Einbindung.

Überwiegend werden die Freizeitangebote als unbefriedigend und defizitär für die Generation 60+ beschrieben. Nur 8% suchen einen Seniorentreff, ein knappes Drittel ist in Sportgruppen organisiert, 29% üben ein Ehrenamt aus. Diese Bereiche können sich überschneiden.

Dem gegenüber steht, dass 27% der Befragten die Wohnung zum Vergnügen (ohne die Pflicht Erledigungen zu machen) nur einmal die Woche, selten oder nie verlassen. 51% der Befragten führen das Hobby alleine und 26% mit ihrem Partner aus. 26% erhalten selten Besuch und 14% nie.

Gesundheitlich bedeutsam ist jedoch bei Freizeitaktivitäten und bei Hobbies die Begegnung und der Austausch mit anderen Menschen. Der Soziale Faktor ist ein wichtiges Merkmal bei der Aufrechterhaltung der Gesundheit.

Wir brauchen die Zuwendung anderer Menschen, um uns selbst zu erfahren und um uns gut zu fühlen. Das Selbstbewusstsein und die Zufriedenheit mit dem eigenen



Leben sind keine fixen Werte, sondern bilden sich jeden Tag neu im Kontakt mit unseren Mitmenschen und Aufgaben, die uns erfüllen.

Ungute Gefühle, Sorgen, Wünsche und Ängste lassen sich gemeinsam leichter tragen. Im Austausch erleben wir ein Gefühl der Zusammengehörigkeit, der Nähe, Achtung und Wertschätzung.

Gemeinschaft gibt Lebenssinn, Mitbestimmung und Selbstwirksamkeit. Sie führt uns zu mehr Lebensqualität. Der Rückzug in die Häuslichkeit bei beginnenden Einschränkungen dagegen vermehrt auftretende Probleme. Eine schlechter werdende Gesundheit und wachsende Isolation verursachen Stress und werden zur psychischen Belastung. Schlafstörungen und psychische Störungen, z.B. Depressionen, entstehen.

### **Folgende Ziele und Aufgabenstellungen ergeben sich daher für das Projekt GESA:**

- Förderung der Gemeinschaft: In der Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern, die Freizeitaktivitäten veranstalten, wollen wir bedarfsgerechterer, attraktivere Angebote machen.
- Ernährung: 80% der Befragten bereiten täglich ihr Mittagessen selbst zu. Zur Art der Küche wurden keine Daten erhoben. Trotzdem wollen wir in Workshops das Thema Kochen mit neuem Wissen bereichern und alte Rezepte auch bei Jüngeren bekannt machen.
- Bewegung und Sturzvermeidung: Koordination, Wahrnehmung, Ausdauer und Kraft sind wichtig, damit man für ein autonomes Leben lange fit bleibt. Durch entsprechende Angebote wollen wir zur Teilnahme ermutigen und für mehr Aktivität im Alltag werben.
- Daneben gibt es zahlreiche Vorträge und Workshops, die aufklären, zum Nachdenken einladen und die man in Gemeinschaft genießen kann.