

## Mit Kopf, Herz und Hand: Selbstwirksam werden mit der BULEplus



# Caring Aulendorf

*Josef Bühler*

*Vorsitzender*

*Solidarische Gemeinde Aulendorf*

# Caring Aulendorf

## Inhalt

- Gute Gründe
- Integrative Organisationsstruktur
- Förderung der Selbstwirksamkeit
- Motivierende Arbeitsformen

# Gute Gründe

## Ausgangslage Aulendorf 2024



10.422 Einwohner (199 Einw. /qkm)

1 Hauptort, drei Teilorte,  
51 Wohnplätze/Weiler



2033 jeder Dritte über 60 Jahre,  
jeder Dreißigste über 85 Jahre

Anteil der 60-75jährigen wächst:  
1.500 plus ca. 30 – 40 Personen/Jahr

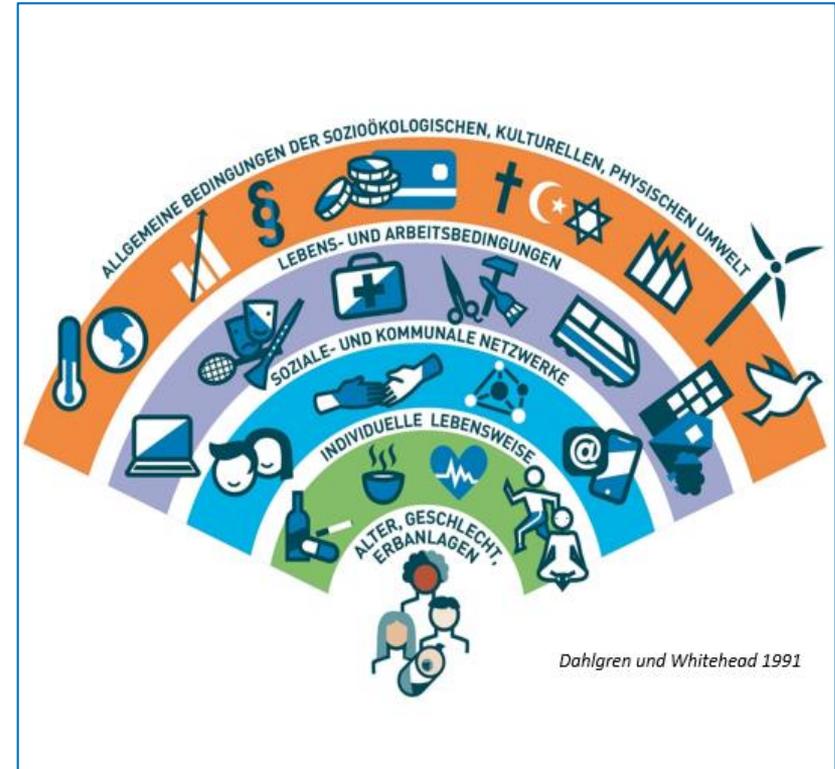
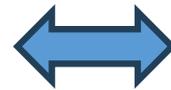
# Gute Gründe

## Ausgangslage Aulendorf 2024

**Einige Auffälligkeiten in der Region**  
*Gesundheitsatlas BW, Kreis Ravensburg*

**BMI** Höher als in anderen Regionen

Indikatorname	Kreis	Kreiswert	Landes...
Sterbefälle infolge Myokardinfarkt (je 100.000 EW) (2021)	Ravensburg	57,6	52,3
Sterbefälle infolge zerebrovaskulärer Krankheiten (je 100.000 EW) (2021)	Ravensburg	63,5	60,6
Krankenhausfälle infolge Demenz, inkl. Alzheimer-Demenz (je 100.000 EW) (2021)	Ravensburg	56,2	35,3



# Integrative Organisationsstruktur

## Struktur

### Vorstand (6)

Operatives / Doppelspitze / Parität

### Koordinierungsausschuss (19)

Strategie und Programm / berufene Mit- und Nichtmitglieder  
Einzelperson / Vereine / Kirche / Verbände



**Team**  
Café



**Team**  
Reperatur-  
Treff



**Team**  
Gesundes  
Aulendorf



**Projektgruppe**  
Z  
(56)

### Mitgliederversammlung (83)

Einzelpersonen und Institutionelle Mitglieder

### Hauptamtliche Stelle(n)

Quartiersentwicklung  
Gemeinwesenarbeit  
Ehrenamtsunterstützung

# Integrative Organisationsstruktur

## Programmlinien Caring Aulendorf

### »Geselliges Aulendorf« Treffpunkte

Offener Bürgertreff  
Spieletreff   
Solidarische Hockete

#### Partnerangebote:

 Boule-Treff  
Sing-Mit  
Näh-/Kreativ-Café

### »Gesundes Aulendorf« Aktionen

Bewegungs- &  
Aktivierungsprogramme  
Gesundheitsbildung &  
Ernährung  
Präventive Hausbesuche



### »Sorgendes Aulendorf« Hilfen

Besuchs- und  
Begleitdienste   
Kleine Hilfen   
Reparatur-Treff   
Mobilitätshilfen

»Gemeinwesenarbeit und Quartiersentwicklung«  
Koordinierungsstelle(n)

»Sichtbarkeit und Erreichbarkeit der bestehenden Angebote«  
Homepage / Community-App / Infolyer / Plakate

# Förderung der Selbstwirksamkeit

## Bereiche

### **Bürgerschaftlich Engagierte:**

- Gestaltungsfelder: **Programmlinien & Gemeinde-App** u.a. mit Helfermanagement-Tool
- Flexible und belastungsarme Arbeitsformen in geselligem Rahmen

### **Bürger/innen und bürgerschaftlich Engagierte:**

- **Kompetenzaufbau für die eigene Lebensgestaltung** über Bildung, Beratung, Trainings
- Offene, transparente Struktur mit wenig Hürden für Menschen, die sich engagieren oder Hilfe suchen wollen

# Förderung der Selbstwirksamkeit

## Beispiel „Gesundes Aulendorf“ = Bürger/innen



### Unser Präventionsansatz

#### Wissen

Vorträge  
Broschüren  
Infomaterial

#### Kennenlernen der Praxis

Praktische  
Anleitungen  
Kurse

#### Selbst Üben

Aktionen  
Gemeinschaft  
Treffpunkte

# Förderung der Selbstwirksamkeit

## Beispiel „Gesundes Aulendorf“ = Bürger/innen

### Vision Gesundes Aulendorf

Dem gesunden Aulendorf gelingt es, ...

- die Gesundheitskompetenzen der AulendorferInnen zu verbessern,
- ihnen mehr Möglichkeiten zu bieten, etwas für die eigene und die Gesundheit der anderen zu tun,
- gesundheitsfördernde Strukturen in Aulendorf beizubehalten und neue zu etablieren und
- möglichst vielen Menschen zum Mitmachen zu motivieren!

Zudem sind die Angebote

- niederschwellig, partizipativ und
- integrieren bestehende Angebote.

# Förderung der Selbstwirksamkeit

## Beispiel „Sorgendes Aulendorf“ = Engagierte



- Besuchsdienste
- Begleitedienste mit Fahrten / Mobilitätshilfen
- Kleine praktische Hilfen im Haus und im Garten
- Haustier-Notfalldienst
- Reparatur-Café
  
- Beratende und aktivierende Hausbesuche

# Förderung der Selbstwirksamkeit

## Beispiel „Sorgendes Aulendorf“ = Bürger/innen

### Engagement- Vereinbarung

(Auszug)

... wird **das gemeinsame Ziel verfolgt**, Menschen, die aufgrund körperlicher und sozialer Hilfsbedürftigkeit eingeschränkt sind, in ihrem Handeln und der sozialen Teilhabe zu unterstützen

... **basiert auf Freiwilligkeit** und kann jederzeit abgebrochen werden. ... **freie Zeiteinteilung** je nach eigener Festlegung

... **wir bieten eine Wertschätzungskultur für Ihr Engagement** mit Gesellungsformen, Mitwirkung, Weiterbildung, Austausch

# Förderung der Selbstwirksamkeit

## Beispiel „Gemeindeapp“ = Bürger/innen



Zusammenbringen, was zusammengehört:  
Marktplatz, Leihplatz, Gruppen, Help Me -  
Helfermanagement-Tool Nachbarschaftshilfe

Services, wenn man sie braucht: Aktuelle Infos,  
Veranstaltungen, Reservation, Foren

Interaktiv kommunizieren statt informieren:  
Chat, Umfragen, Helferlisten, Terminfinder

**Ziel 2.000 Haushalte & digitale Kompetenzbildungskampagne**

# Motivierende Arbeitsformen

## Unsere (Erfolgs-)Faktoren

Motive im Vordergrund

Neue Kontakte / Netzwerke

Absolute Freiwilligkeit

Teams und Tandems

Mitgestalten & Platz für Eigeninitiativen

Kompetenzstärkung & Anregung

Wirksamkeit erleben & kommunizieren

**Nachhaltigkeit**



**VIELEN DANK FÜR  
IHR INTERESSE!**