

# Niederschrift

über die 9. Sitzung  
der Konferenz Alter und Pflege des Kreises Gütersloh am 07.05.2025

Sitzungsbeginn: 15:00 Uhr  
Sitzungsende: 16:10 Uhr

## **Vorsitz**

Frau Koch (Kreisdirektorin)

## **Teilnehmer**

Herr Adolf  
Frau Albrecht  
Frau Becker  
Frau Bentlage  
Frau Beumers  
Frau Beyes  
Herr Derek  
Frau Dratwa  
Frau Ecks  
Herr Eickmeyer  
Frau Falkenreck  
Herr Heinrich  
Herr Kaiser  
Herr Kroos  
Frau Lauströer  
Frau Leimkühler  
Frau Niemann-Hollatz  
Herr Pabst  
Herr Riedel  
Herr Rischer  
Herr Spratte  
Herr Thiesbrummel  
Herr Torweihe  
Herr van Stephaudt  
Frau Vieweger  
Frau Vornholt  
Herr Zilger  
Herr Zöllner

## **Verwaltung**

Frau Schmitz  
Frau Brummel

## **Schriftführerin**

Frau Wiedemann

## **Es fehlten entschuldigt:**

Frau Baldus  
Herr Bünte  
Frau Flansburg  
Herr Jentsch  
Frau Kramer  
Herr Lambrecht  
Herr Loose  
Herr Meißnest  
Frau Mertens  
Frau Nitschke  
Frau Pitschke-Schumacher  
Frau Thiel

**Weiter nahmen teil:**

Frau Brune, DRK Kreisverband Gütersloh e.V.  
Frau Fuchs, Diakonie Gütersloh  
Frau Jones, Kreissportbund Gütersloh  
Frau Kelp, Awo Kreisverband Gütersloh e.V.  
Frau Schulte, Stadt Rheda-Wiedenbrück  
Frau Tegethoff, Kreissportbund Gütersloh

**Per Videokonferenz zugeschaltet:**

Herr Prof. Dr. Mennicken (bis Ende TOP 2)

Frau Koch begrüßt die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Konferenz Alter und Pflege.  
Sie stellt fest, dass frist- und formgerecht eingeladen wurde.

**1.) Genehmigung der Niederschrift vom 18.12.2024**

Gegen das Protokoll vom 18.12.2024 werden keine Einwände erhoben.

**2.) Verbindliche Bedarfsplanung für vollstationäre Pflegeeinrichtungen (Dauerpflege) nach § 11 Abs. 7 Alten- und Pflegegesetz Nordrhein-Westfalen (APG NRW)  
Vorstellung des aktuellen Gutachtens zur Pflegebedarfsplanung durch Herrn Prof. Dr. Mennicken**

Frau Koch erläutert, dass Herr Prof. Dr. Mennicken zum dritten Mal mit der Erstellung der Aktualisierung der Pflegebedarfsplanung beauftragt wurde. Das Gutachten ist mit der Einladung versandt worden.

Herr Prof Dr. Mennicken stellt die wesentlichen Ergebnisse vor.

Er verdeutlicht, dass das Platzangebot der 24-Stunden-Versorgung, also in dauerstationären Pflegeeinrichtungen und in Haus- bzw. Pflegewohngemeinschaften, in den vergangenen Jahren sukzessiv ausgebaut wurde. Insgesamt stehen im Jahr 2025 im Kreis Gütersloh 3.938 Plätze zur Verfügung. Auch die Fahrtzeiten zu Einrichtungen der 24-Stunden-Versorgung sind im Vergleich zu den Gutachten der Vorjahre kürzer geworden. Im Großteil des Kreises ist der nächste 24h-Betreuungsplatz in weniger als zehn Minuten zu erreichen. Grundsätzlich beträgt die Fahrtzeit für das gesamte Kreisgebiet nicht länger als 15 Minuten.

Hinsichtlich der Nachfrage nach Pflegeleistungen verdeutlicht Herr Prof. Dr. Mennicken, dass die Anzahl der Empfängerinnen und Empfänger von Pflegegeld sowie Pflegebedürftige mit Pflegegrad 1 zum wiederholten Male angestiegen sei. Demgegenüber sei sowohl bei der Anzahl der von ambulanten Pflegediensten versorgten Personen als auch bei der Anzahl der Pflegebedürftigen in dauerstationärer Versorgung ein Rückgang zu verzeichnen. Diese Entwicklungen stellen eine Besonderheit im Kreis Gütersloh dar und seien dem bundesweiten Trend entgegengesetzt. Der Rückgang der dauerstationär versorgten Pflegebedürftigen könne ggf. auf die Vielzahl an Plätzen in Haus- bzw. Pflegewohngemeinschaften zurückzuführen sein. Hinsichtlich des Rückgangs der durch Pflegedienste versorgten Personen sei nicht eindeutig zu erklären, ob es sich um eine veränderte Inanspruchnahme oder bereits um einen ungedeckten Bedarf, z.B. aufgrund von Fachkräftemangel, handele.

Diese Entwicklungen bedingen auch die Veränderung des Szenarios „Nachfragereduktion“ in „Nachfrageänderung“ im Gutachten. In dem Szenario werde zukünftig von einem weiteren Anstieg an Pflegegeldempfänger/innen ausgegangen. Die anderen Nachfrageszenarien seien nicht verändert worden.

Final erläutert Herr Prof. Dr. Mennicken, dass es in keinem der Szenarien zu einem zusätzlichen Bedarf an dauerstationären Pflegeplätzen bis zum Jahr 2029 komme. Der sich ergebende Bedarf habe sich seit dem letzten Gutachten sogar noch auf einen späteren Zeitpunkt verschoben. Zudem sei weiterhin von einer geringen Auslastung im dauerstationären Bereich auszugehen, die für die Einrichtungen eine wirtschaftliche Herausforderung darstellen könnte.

Herr Spratte stellt eine Verständnisfrage zur Formulierung auf Seite 3 der Vorlage. Dort werde erläutert, dass sich aufgrund der demographischen Entwicklungen, dem Fachkräftemangel in der Pflege sowie sich ggf. veränderten gesetzlichen Rahmenbedingungen zukünftig ein Bedarf an vollstationären Plätzen ergeben könnte. Herr Prof. Dr. Mennicken ergänzt, dass die Auslastung in den vollstationären Einrichtungen im Kreis

Gütersloh niedrig sei. Sofern die geringe Auslastungsquote dazu führe, dass ein oder zwei Angebote aufgrund der wirtschaftlichen Herausforderungen geschlossen würden, gebe es einen Bedarf. Er empfiehlt daher ein engmaschiges Monitoring der Entwicklungen.

Frau Koch verdeutlicht, dass der Beschluss nur für ein Jahr gefasst werde, sodass die Entwicklungen regelmäßig geprüft und ggf. Anpassungen vorgenommen werden können.

Frau Beyes erläutert, dass die Personalgewinnung im Kreis Gütersloh herausfordernd sei und die geringe Auslastung vermutlich auch auf den Fachkräftemangel zurückzuführen sei. Frau Koch beschreibt, dass auch der Personalmangel für die verbindliche Pflegeplanung spreche, da die Konkurrenz um Pflegekräfte bei einer neuen Einrichtung noch zunehme.

Herr Derek findet die Entwicklung des Rückgangs bei ambulanten Pflegesachleistungen bei gleichzeitigem Anstieg der Pflegebedürftigen bemerkenswert. Herr Prof. Dr. Mennicken erläutert, dass es seit der Pflegereform 2017 einen starken Anstieg an Pflegebedürftigen gegeben habe. Es erfolge eine Überinanspruchnahme des Pflegegeldes, was ggf. auch mit einer Abnahme der Stigmatisierung in Bezug auf Leistungen der Pflegeversicherungen erklärt werden könnte. Hierfür gäbe es allerdings keine wissenschaftlichen Belege, nur anekdotische Evidenz. Herr Pabst ergänzt, dass es einen überproportionalen Anteil an Selbstzahler/innen im Kreis Gütersloh gäbe und diese länger im gewohnten Umfeld durch Angehörige versorgt werden.

Die Präsentation von Herrn Prof. Dr. Mennicken ist dem Protokoll als Anlage 1 beigefügt.

### **3.) Vorstellung der Projekte im Rahmen von „Bewegt Älter werden“ sowie Kooperationen mit Alteneinrichtungen des Kreissportbundes Gütersloh**

Frau Jones und Frau Tegethoff vom Kreissportbund Gütersloh stellen die verschiedenen Programme und Angebote für ältere Menschen im Kreis Gütersloh vor.

Der Kreissportbund initiiere, fördere und begleite u.a. Bewegungsk Kooperationen zwischen Sportvereinen und Alteneinrichtungen im Kreis Gütersloh und gebe Impulse für die Bewegungsförderung hochaltriger Menschen. Beispielhaft stellt Frau Tegethoff das Mobilitäts-Tool „Der Bewegende Flur“ vor, welches mittels niedrigschwelliger Bewegungsanreize zu täglicher Bewegung einladen möchte. Im Rahmen einer Kooperation mit der Bertelsmann BKK werden dazu kostenfreie Schulungen für das Betreuungs- und Pflegepersonal in den Einrichtungen angeboten. Ein weiteres Projekt sei „Crossboccia in Alteneinrichtungen“. Dies werde von Übungsleiter/innen in den Einrichtungen durchgeführt.

Frau Jones stellt die Angebote zur Sturzprävention sowie das Rollator-Training vor. Zweiteres werde in Kooperation mit dem Sanitätshaus Mitschke durchgeführt, welches die technischen Voraussetzungen prüfe. Weitere Angebote des Kreissportbundes seien die Geh-Treffs als begleitetes Spaziergehen, die in zehn Kommunen im Kreis Gütersloh angeboten werden. Zudem biete der Kreissportbund eine Herbstgold-Ausbildung zur Übungsleiterin/ zum Übungsleiter für Interessierte in der zweiten Lebenshälfte an.

Auf Nachfrage von Herrn Zilger erläutert Frau Tegethoff, dass es zwei Möglichkeiten der Kooperation mit Alteneinrichtungen gäbe. Zum einen werde eine Schulung der Mitarbeiter/innen durch den Kreissportbund angeboten. Zum anderen sei eine Kooperation mit örtlichen Sportvereinen möglich, sodass ein bis zweimal monatlich ein/e Übungsleiter/in Angebote in der Einrichtung durchführe.

Herr Heinrich berichtet, dass die Angebote in den Caritas-Einrichtungen gut angenommen werden.

Die Präsentation sowie die Flyer des Kreissportbundes sind dem Protokoll als Anlagen 2 und 3 beigefügt.

### **4.) Hitzeschutz für Seniorinnen und Senioren im Kreis Gütersloh**

Frau Albrecht, Abteilung Gesundheit des Kreises Gütersloh, stellt das Thema des Hitzeschutzes für Seniorinnen und Senioren im Kreis Gütersloh vor. Sie berichtet, dass eine interne Projektgruppe „Gesundheitsbezogener Hitzeschutz“ gegründet und bereits unterschiedliche Aktionen initiiert wurden.

Dazu zählen beispielsweise die Internetseite <https://www.kreis-guetersloh.de/themen/gesundheit/gesundheitsbezogener-hitzeschutz/> sowie eine Themenwoche mit verschiedenen Veranstaltungen im Jahr 2024. Darüber hinaus wurden unterschiedliche Materialien, wie z.B. Poster und ein Hitzeeknigge, erstellt.

Sie erläutert, dass auf der o.g. Internetseite aktuell eine Online-Umfrage für alle Bürgerinnen und Bürger veröffentlicht wurde. Ziel sei es herauszufinden, wie das Thema Hitze im Kreis wahrgenommen werde, um im Anschluss Maßnahmen für einen besseren Umgang mit Hitze abzuleiten. Ebenso werde gegenwärtig eine Vortragsreihe zum Thema Hitzeschutz mit dem Fokus auf die Zielgruppe der älteren Menschen angeboten. Zudem werde eine Karte mit kühlen Orten im Kreis Gütersloh erstellt und es werden Hitzewarner-Sticker verteilt. Zukünftig sei u.a. auch eine Sensibilisierung von Hausarztpraxen geplant.

Abschließend wendet sich Frau Albrecht mit folgenden Fragen an die Teilnehmenden der Konferenz Alter und Pflege: Was ist aus Ihrer Sicht wichtig? Was brauchen Sie von uns? Rückmeldungen, Vorschläge und Ideen können an [hitze-gesundheit@kreis-guetersloh.de](mailto:hitze-gesundheit@kreis-guetersloh.de) gesandt werden.

Frau Vieweger regt an, dass Informationen zu technisch-baulichen Maßnahmen, entsprechenden Möglichkeiten und innovativen Beispielen interessant wären.

Herr Kaiser ergänzt, dass ambulante Pflegedienste als Schnittstelle zu pflegebedürftigen Menschen und ihren Angehörigen genutzt werden könnten.

Die Präsentation von Frau Albrecht ist dem Protokoll als Anlage 5 beigefügt.

## **5.) Fortschreibung der Vereinbarungen über die Förderung der Fachberatung der Offenen Senioren- und Ehrenamtsarbeit, die Förderung der Wohnberatung, Pflegeberatung und örtliche Planung**

Frau Brummel berichtet, dass der Kreis Gütersloh die offene Senioren- und Ehrenamtsarbeit seit 2004 in der aktuellen Form fördere und eine Rahmenvereinbarung mit der Arbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtsverbände geschlossen habe. Die aktuelle Rahmenvereinbarung über die Gestaltung der Lebenssituation für und mit ältere(n) Menschen im Kreis Gütersloh laufe zum 31.12.2025 aus.

Sie erläutert, dass sich aus unterschiedlichen Gründen für eine Trennung der Aufgabenbereiche „Offene Seniorenarbeit/ Ehrenamtsarbeit“, „Wohnberatung“ sowie „Pflegeberatung und örtliche Planung“ in drei verschiedene Vereinbarungen entschieden wurde.

Die Vereinbarung über die Förderung der Fachberatung der Offenen Senioren- und Ehrenamtsarbeit solle in der bisherigen Form fortgeschrieben werden und unverändert Personal- und Sachkosten für vier Fachkräfte bereitgestellt werden. Es sei eine Laufzeit von zwei Jahren bis zum 31.12.2027 vorgesehen.

Die Vereinbarung greife folgende Schwerpunktthemen auf:

- Entgegenwirken von Einsamkeit im Alter, Förderung sozialer Teilhabe
- Entwicklung neuer Angebote für eine heterogener werdende Gruppe älterer Menschen, insbesondere auch für Menschen im Übergang vom Berufsleben in die Rente
- Gewinnung neuer Ehrenamtlicher, u.a. durch die Erschließung neuer Ehrenamtsformate
- Digitale Angebote, Förderung von Medienkompetenz und digitaler Teilhabe
- Angebote für Menschen mit Migrationshintergrund

Auch die Vereinbarung zur Förderung der Wohnberatung solle in der bisherigen Form fortgeschrieben werden. Es sollen weiterhin zwei Vollzeitstellen besetzt werden. Lediglich die Laufzeit sei verändert worden. Die Vereinbarung solle zunächst bis zum 31.12.2026 gelten und sich jeweils um ein Jahr verlängern, sofern diese nicht mit einer sechsmonatigen Frist schriftlich zum Ende des Jahres gekündigt werde.

Die Vereinbarung zur Pflegeberatung und örtlichen Pflegeplanung soll in der bestehenden Form mit einer unbefristeten Laufzeit fortgeführt werden.

Frau Brummel verdeutlicht, dass die politischen Beratungen Mitte Mai in der Bürgermeisterkonferenz sowie im Juni 2025 in den Kreisgremien erfolgen.

## **6.) Verschiedenes**

Frau Koch informiert die Teilnehmenden, dass aufgrund der anstehenden Kommunalwahl noch kein Termin für die nächste Sitzung bekannt gegeben werden kann. Der nächste Sitzungstermin werde frühzeitig mitgeteilt.

In Vertretung

-----  
gez. Susanne Koch  
Kreisdirektorin

### **Anlagen:**

Anlage 1: Präsentation „Aktualisierung der Pflegebedarfsplanung für den Kreis Gütersloh“ (TOP 2)

Anlage 2: Präsentation „Bewegt älter werden“ (TOP 3)

Anlage 3: Flyer des Kreissportbundes (TOP 3)

Anlage 4: Hitzeschutz für Seniorinnen und Senioren im Kreis Gütersloh (TOP 4)

# **Aktualisierung der Pflegebedarfsplanung (vom 31.03.2023) für den Kreis Gütersloh**

## **Vorstellung der Ergebnisse auf der Konferenz Alter und Pflege**

**07.05.2025**

***Prof. Dr. Roman Mennicken  
in Zusammenarbeit mit  
Peter Büschges***

# AGENDA

Daten

Status quo

Projektionen

Sozialraumanalysen

Fazit

Daten aus der Pflegestatistik 2017, 2019, 2021 und 2023 des Kreises Gütersloh über IT.NRW inkl. Daten auf Ebene der 13 Kommunen (2017) bzw. Sozialräumen (ab 2019)

Daten aus der Pflegestatistik 2019 bis 2023 des Landes NRW über IT.NRW

Eigene Erhebungen des Kreises (2024 oder älter)

- Adressangaben der Anbieter
- Platzzahlen
- Pflegebedürftige in Haus- bzw. Pflege Wohngemeinschaften

Bevölkerungsangaben von IT.NRW

- Bevölkerungsfortschreibung für den Kreis Gütersloh (Stand 2023)
- Bevölkerungsvorausrechnungen zur Basis 2021

# AGENDA

Daten

Status quo

Projektionen

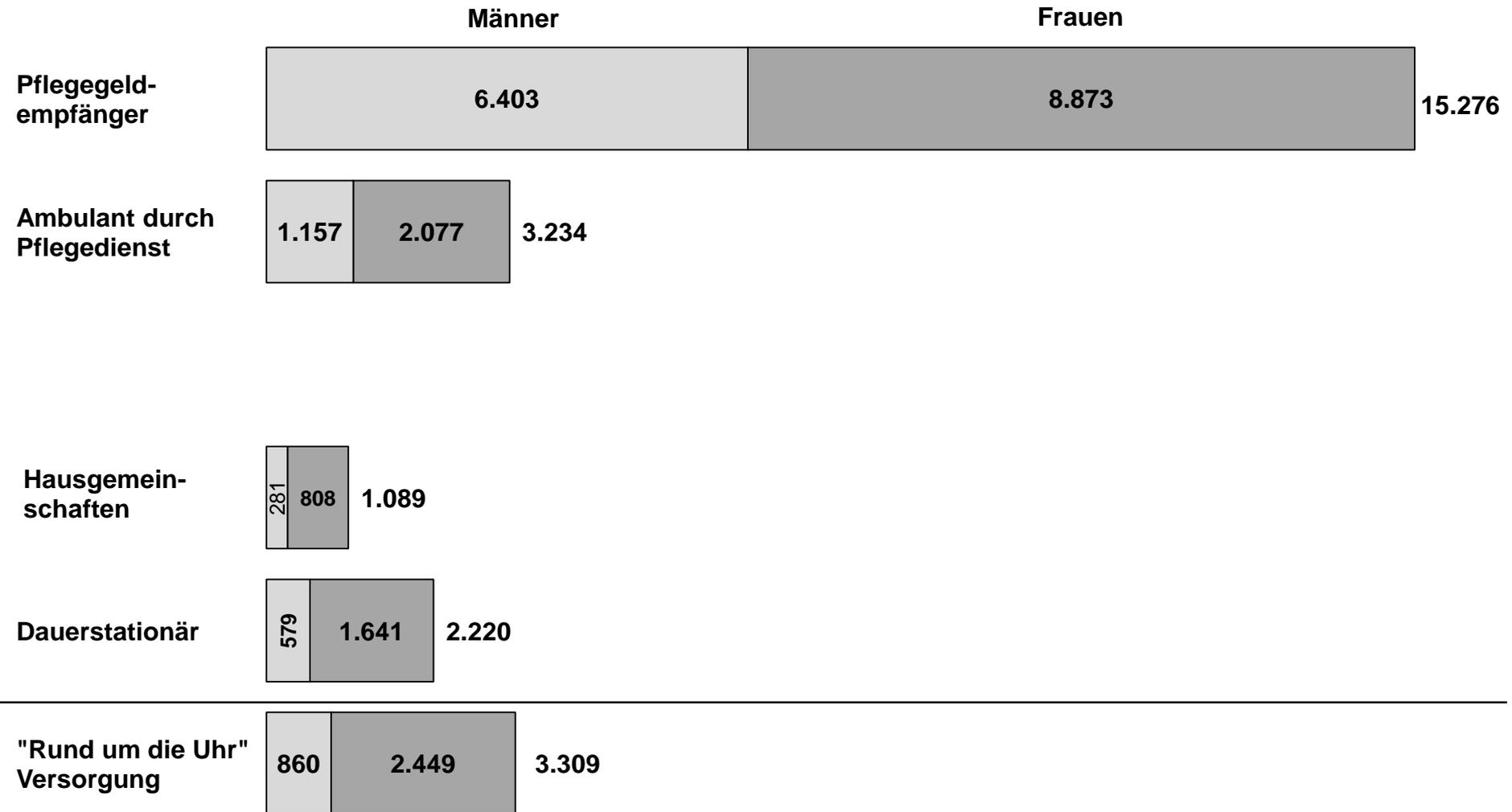
Sozialraumanalysen

Fazit

# Nachfrage – Verteilung „Rund um die Uhr“ : Ambulant : Pflegegeld

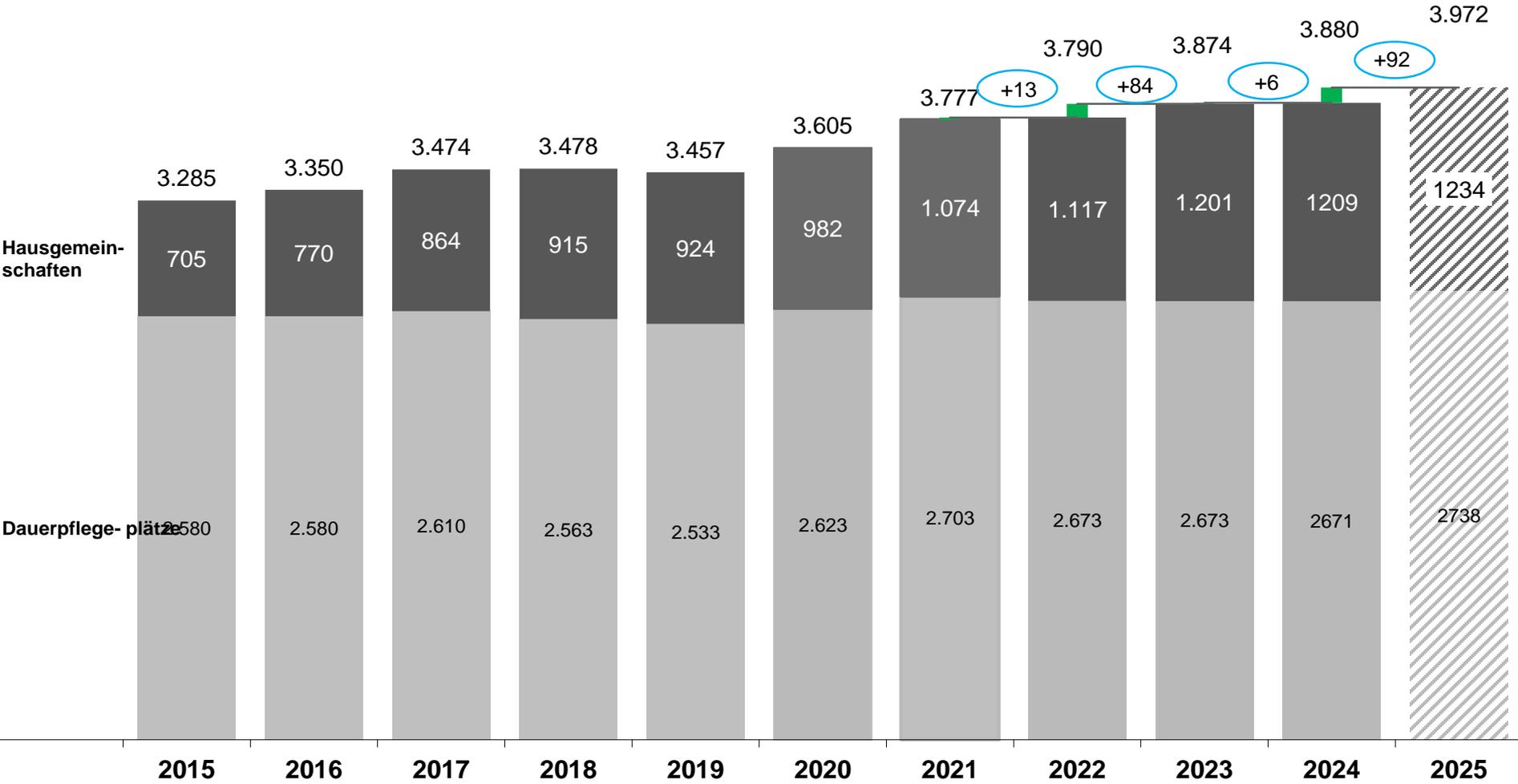
1 : 0,98 : 4,62

Kreis Gütersloh  
**Pflegebedürftige nach Pflegeart und Geschlecht**  
 2023 ACT



# Angebot – Ausbau des Platzangebots bis 2025 auf 3.938 Plätze.

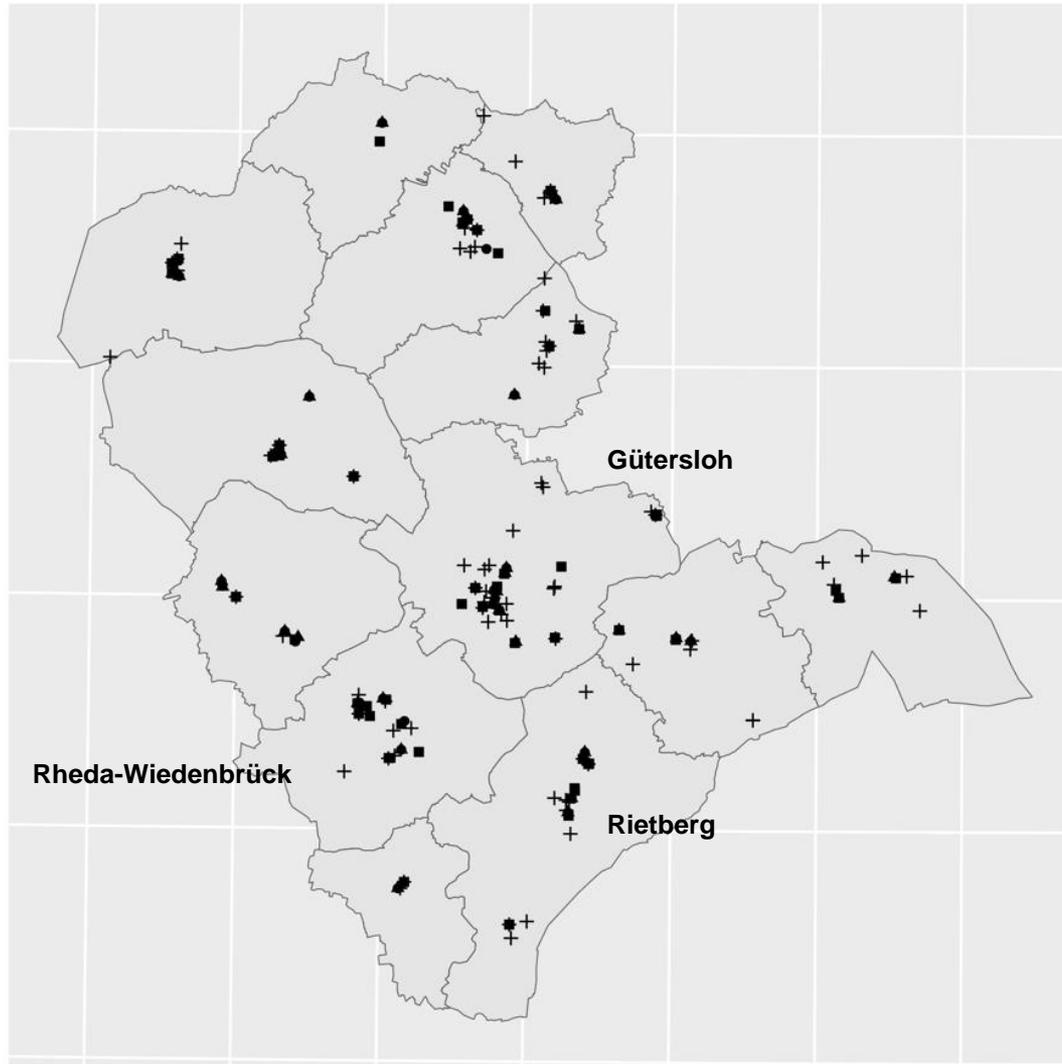
Kreis Gütersloh  
„Rund-um-Uhr“ Versorgung  
2015\_2024 ACT, 2025 FC



Anmerkungen: Angaben für 2025 inkl. der geplanten Kapazitäten (Planungszeitpunkt Dezember 2024)  
Quelle: Eigene Auswertungen nach Mennicken (2023) und Kreis Gütersloh (2024)

# Angebot – Standorte der stationären Versorgung konzentrieren sich auf die Kommunen Gütersloh, Rheda-Wiedenbrück und Rietberg

Kreis Gütersloh  
Standorte der stationären  
Pflegeeinrichtungen  
2025 FC

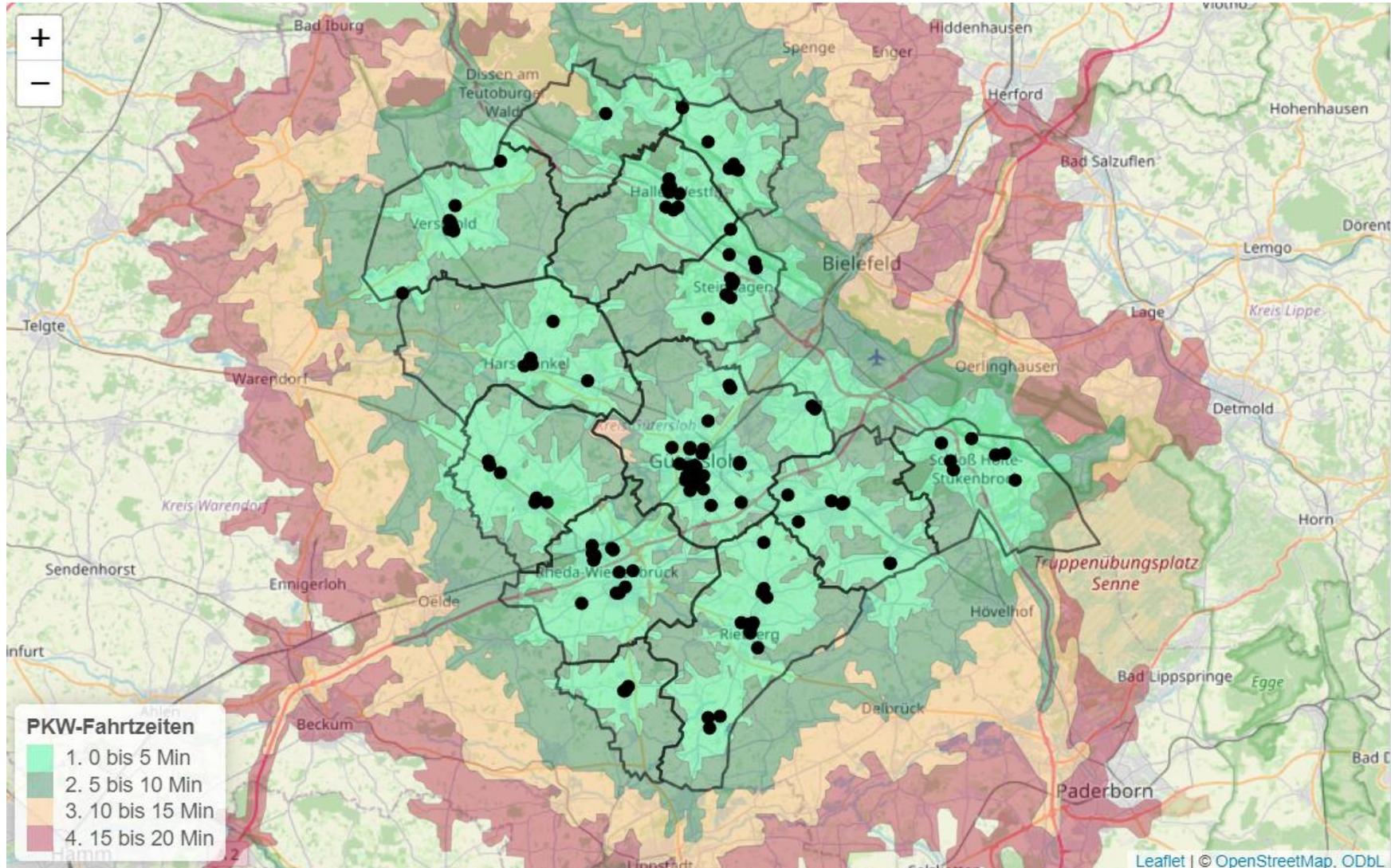


Art ● Kurzzeitpflege ▲ Pflegeheim ■ Tagespflege + Wohngemeinschaft

Quelle: Eigene Darstellung anhand von Geoportal.NRW (2020) und Kreis Gütersloh (2024)

# Angebot – Fahrtzeiten zu Einrichtungen der 24h Versorgung werden entsprechend kürzer

Kreis Gütersloh  
**PKW-Fahrtzeiten zu Einrichtungen der 24h Versorgung**  
2025 FC



Anmerkung: 24h Versorgung betrachtet dauerstationäre Pflegeeinrichtungen und Haus- bzw. Pflegewohngemeinschaften gemeinsam.  
Quelle: Eigene Darstellung anhand von Cheng et al. (2024), Geoportal.NRW (2020), Kreis Gütersloh (2024) und Unterfinger, M (2025)

# AGENDA

Daten

Status quo

**Projektion**

- Nachfrage
- Angebot

Sozialraumanalysen

Fazit

# Nachfrage – Fünf Nachfrageszenarien: Keine grundsätzliche Nachfragereduktion mehr

## 1. Basis-Szenario: Fortschreibung auf Basis der Bevölkerungsentwicklung<sup>1</sup>

## 2. Szenario Nachfrageänderung

- Pflegegeldempfänger: Steigerung um 10% für die Jahre 2024 und 2025, danach weiterer Anstieg um insgesamt 15% bis zum Jahr 2050
- Ambulante Sachleistungsempfänger (ohne Bewohner der Haus- und Pflegewohngemeinschaften) und dauerstationäre Bewohner: Rückgang um 2% für die Jahre 2024 und 2025, danach weiterer Rückgang um insgesamt 4% bis zum Jahr 2050

## 3. Szenario Professionalisierung

- Verschiebung von insgesamt 13,5% der Pflegegeldempfänger zu professioneller Pflege (Verteilung jeweils zu einem Drittel in vollstationäre Pflege, ambulante Sachleistungsempfänger und Haus- und Pflegewohngemeinschaften)

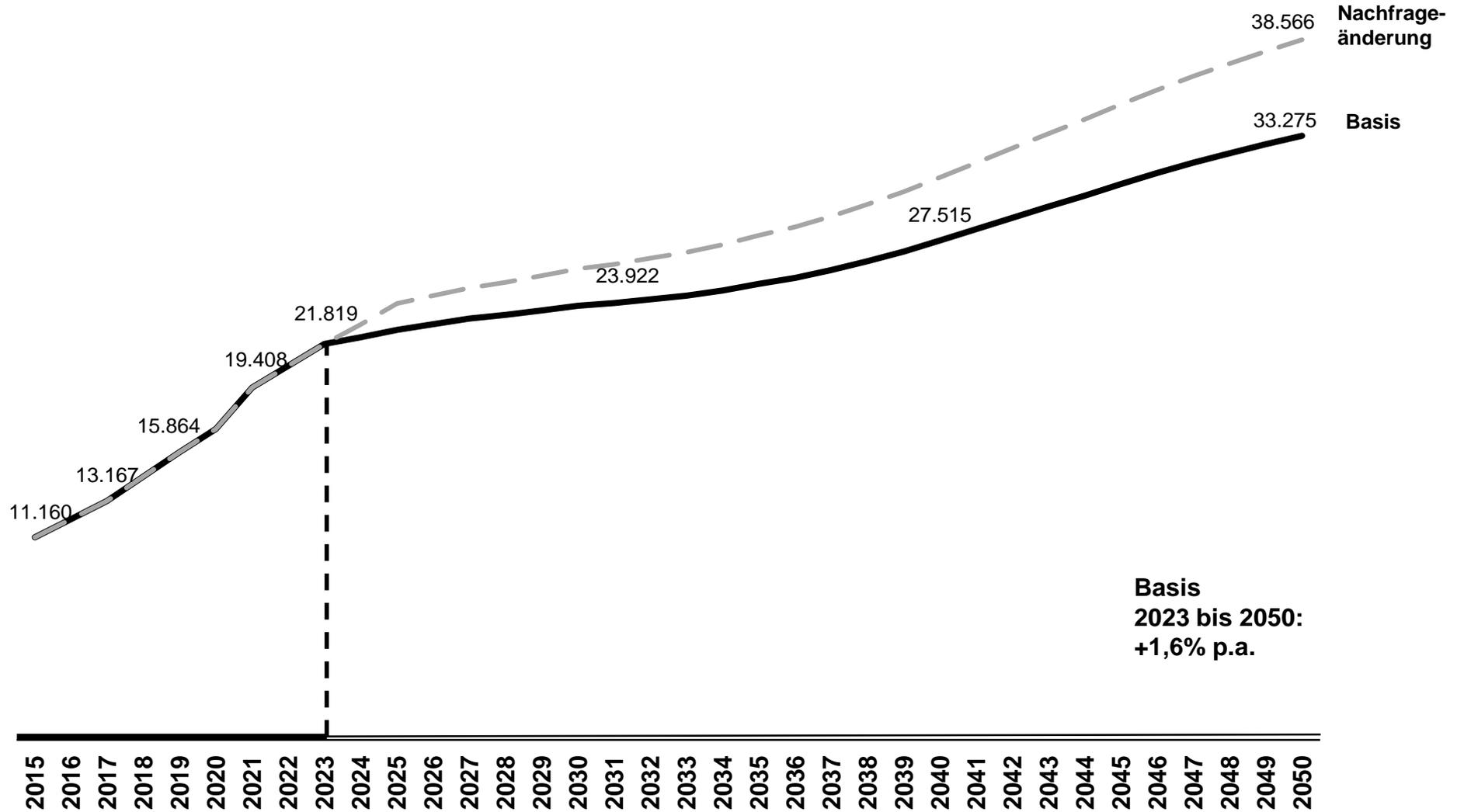
## 4. Szenario Ambulantisierung

- Bis 2050 Verschiebung von insgesamt 17,5% der stationären Bewohner zu ambulanter Sachleistung (50%) bzw. zu Haus- und Pflegewohngemeinschaften (50%)

## 5. Szenario Kombination der oben genannten Szenarien

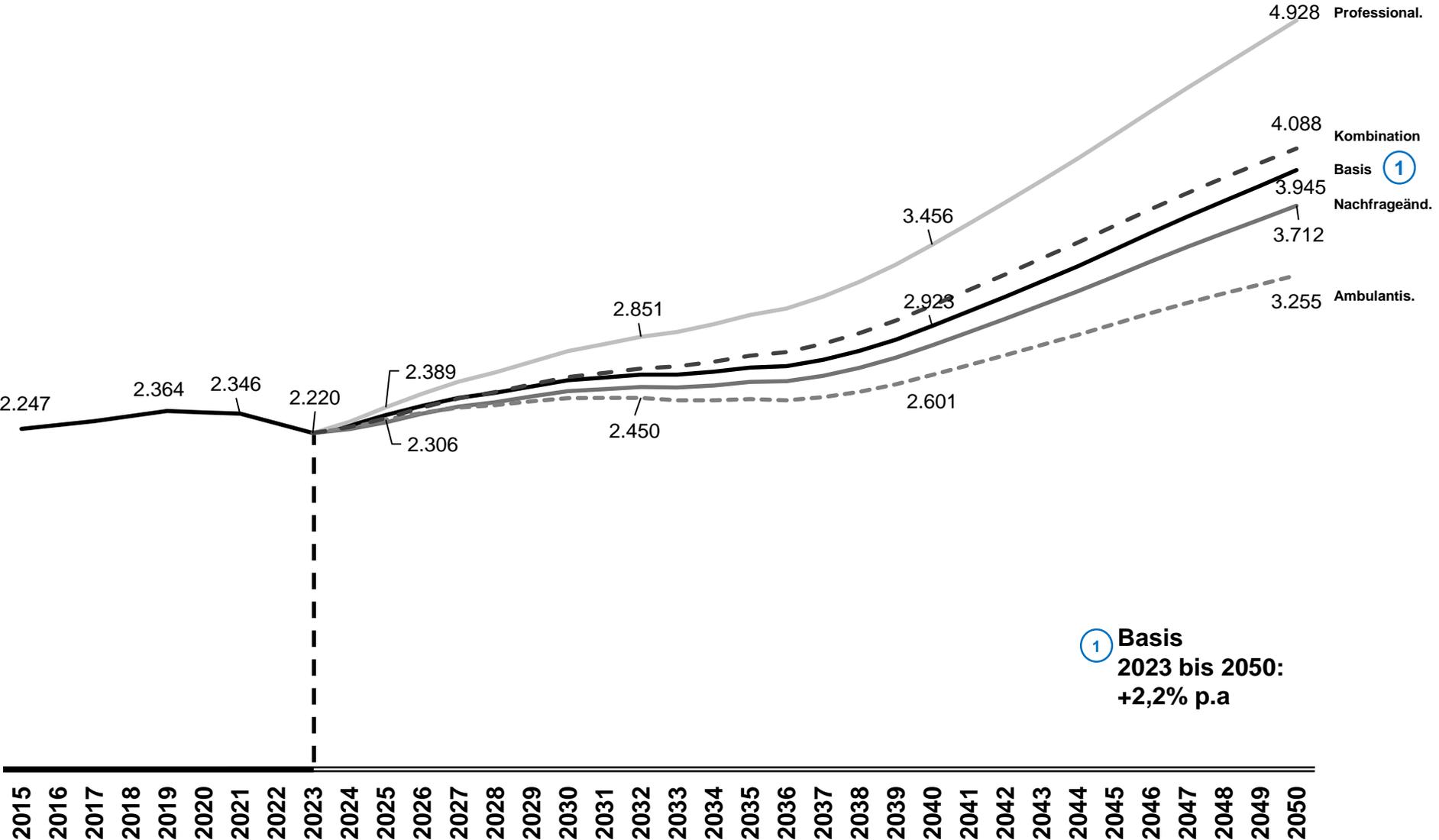
# Nachfrage – Die Basisprojektion für alle Pflegebedürftige geht im Jahre 2050 von rund 33.000 Pflegebedürftigen für den Gesamtkreis Gütersloh aus

Kreis Gütersloh  
Projektion Pflegebedürftige  
2015\_2023 ACT, 2024\_2050 PROJ



# Nachfrage – Im Basisszenario sind für den Kreis Gütersloh rund 3.945 dauerstationäre Pflegebedürftige in 2050 zu erwarten

Kreis Gütersloh  
**Projektion vollstationärer Pflegebedürftige nach Szenario**  
 2015\_2023 ACT, 2024\_2050 PROJ



① **Basis**  
 2023 bis 2050:  
 +2,2% p.a

Quelle: Eigene Berechnungen nach Information und Technik Nordrhein-Westfalen (2023a, 2024a und b)

**Daten**

**Status quo**

**Projektion**

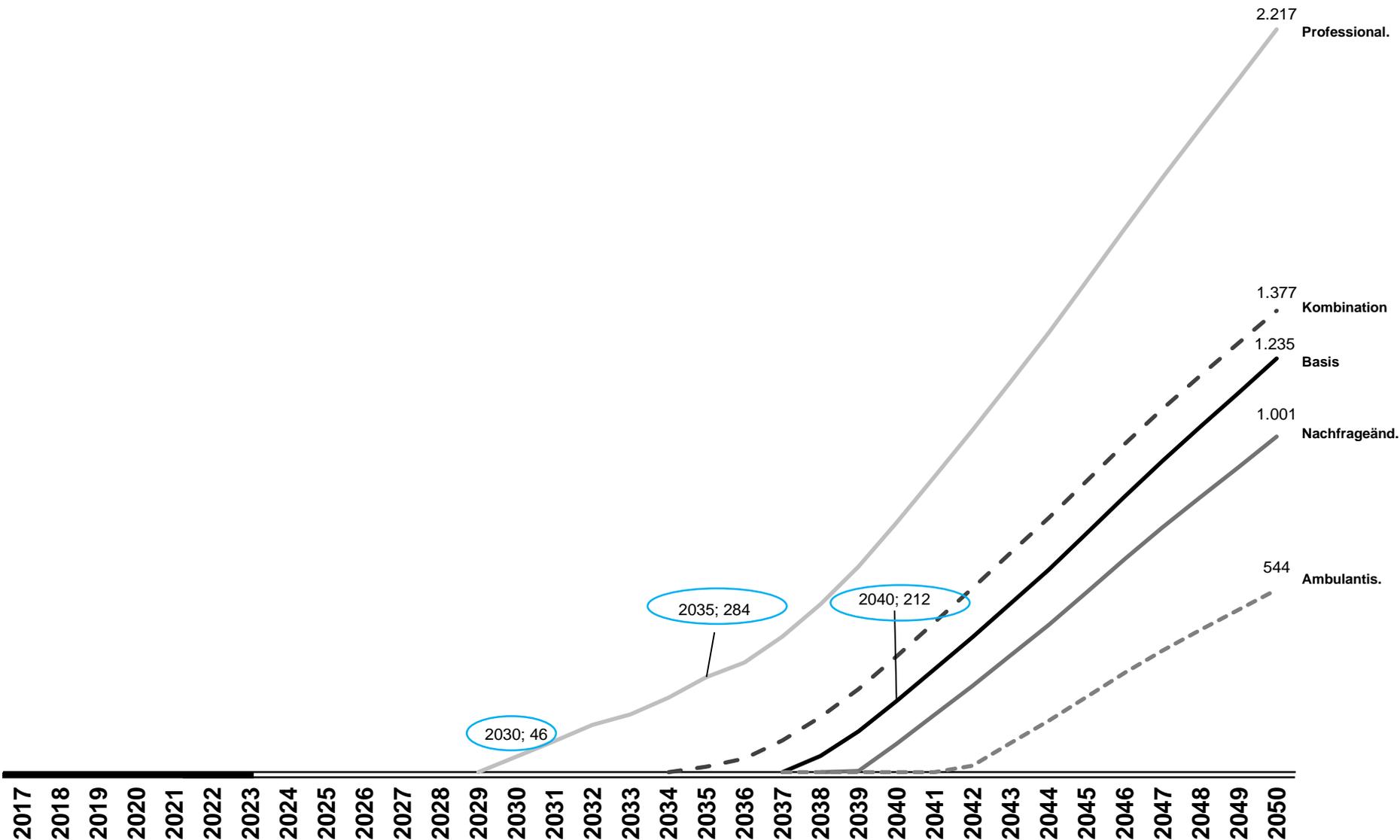
- Nachfrage
- Angebot

**Sozialraumanalysen**

**Fazit**

# Angebot – In nächster Zeit ist mit keinem nennenswerten Bedarf an dauerstationären Pflegeplätzen zu rechnen

Kreis Gütersloh  
Bedarf an dauerstationären Pflegeplätzen  
\_2023 ACT, 2024\_2050 PROJ



Anmerkung: Bedarf entsteht, wenn eine Auslastung von 99% überschritten wird;

Quelle: Eigene Berechnungen

# **AGENDA**

**Daten**

**Status quo**

**Projektionen**

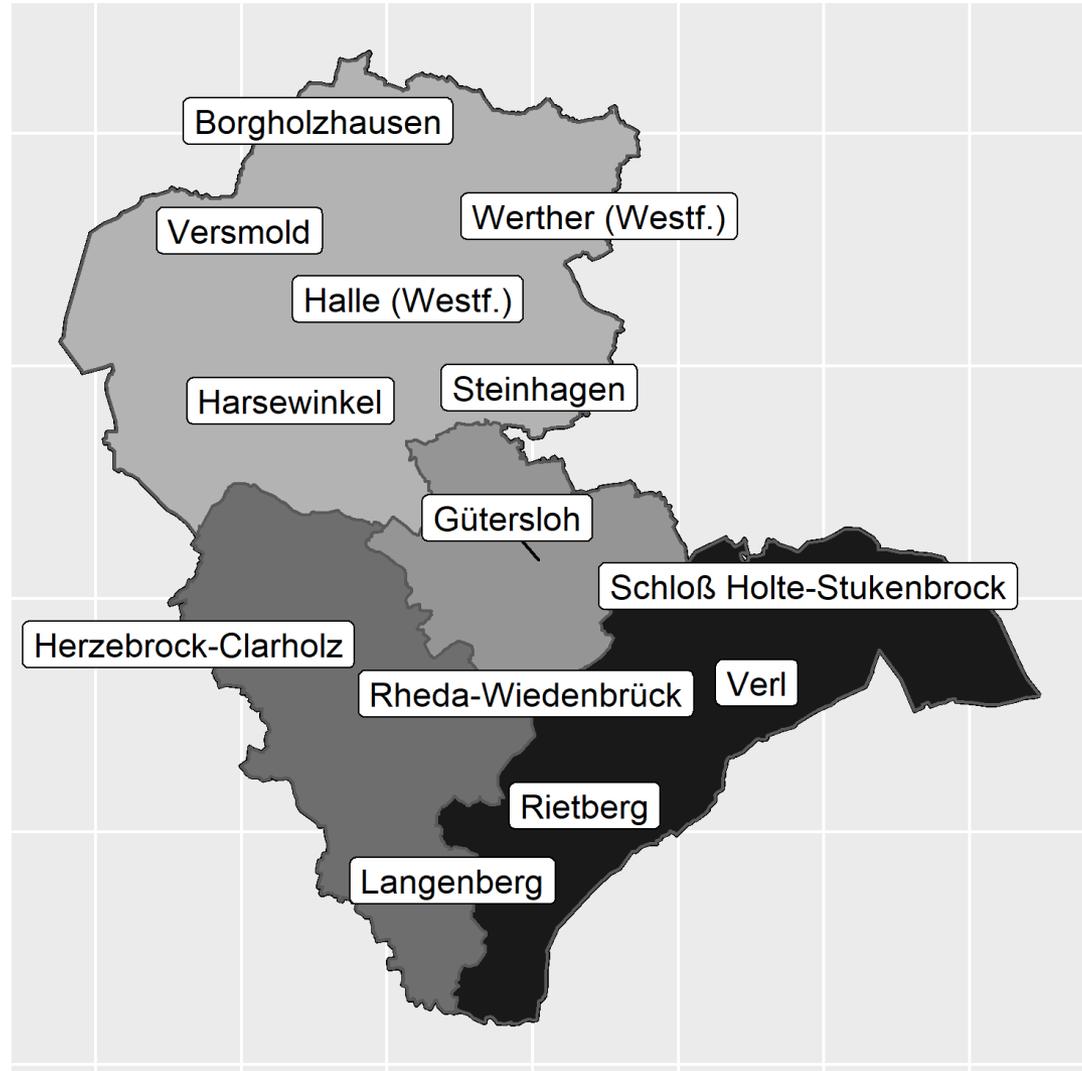
**Sozialraumanalysen**

**Fazit**

# Sozialraumanalysen – Vorgabe aus dem Gutachten Mennicken und Kolodziej (2021)

Kreis Gütersloh  
Vier Sozialräume  
2025 ACT

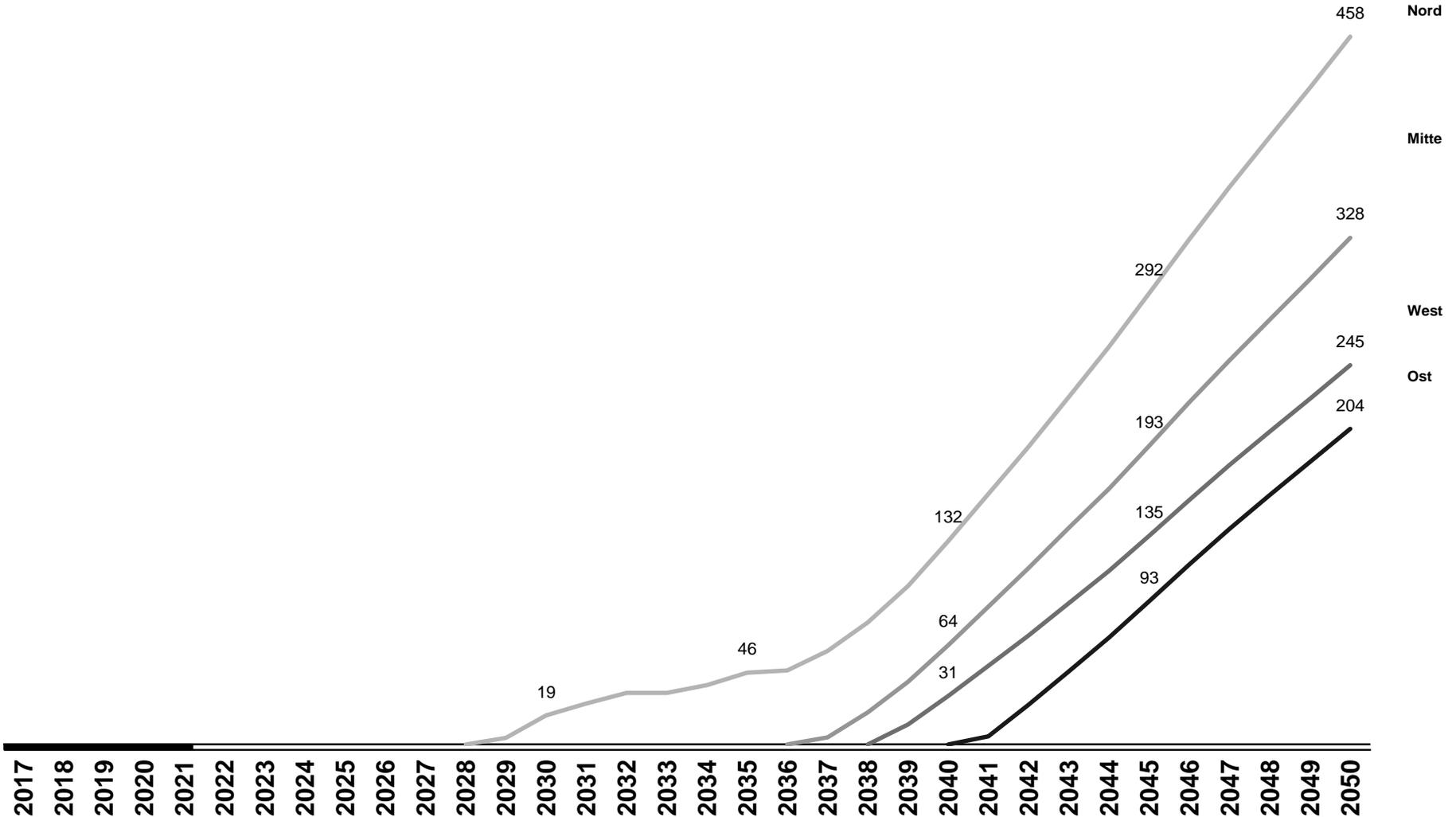
- Sozialräume
- Nord
  - Mitte
  - West
  - Ost



Quelle: Eigene Darstellung anhand von Geoportal.NRW (2020)

# Angebot – Im Sozialraum Nord entsteht im Vergleich zu den anderen Sozialräumen ein früherer Bedarf an neuen Plätzen

Kreis Gütersloh  
Bedarf an vollstationären Pflegeplätzen – Basis Szenario  
\_2023 ACT, 2024\_2050 PROJ



Anmerkung: Bedarf entsteht, wenn eine Auslastung von 99% im Basisszenario überschritten wird.

Quelle: Eigene Berechnungen

# **AGENDA**

**Daten**

**Status quo**

**Projektionen**

**Sozialraumanalysen**

**Diskussion/Fazit**

## Fazit – Aktuelle Situation im Kreis Gütersloh

Im Vergleich zu NRW ist der aktuelle Anteil der älteren Bevölkerung in Gütersloh geringer

Im Jahr 2023 waren über 21.900 Menschen in Gütersloh pflegebedürftig

Beachtenswert ist dabei

- der fortgesetzte Rückgang der dauerstationären Pflegebedürftigen seit dem Jahr 2019 mit rund 2.360 Pflegebedürftigen und
- ein deutlicher Rückgang bei durch Pflegedienste versorgten Personen seit dem Jahr 2021

Beide Entwicklungen lassen sich nicht mit den grundsätzlichen Entwicklungen der Pflegebedürftigkeit in NRW oder in Deutschland erklären

Gute „Rund-um-die-Uhr“ Versorgung mit für das Jahr 2025 zu erwartenden 2.738 Dauerpflegeplätzen und 1.234 Plätzen in Haus- und Pflegewohngemeinschaften

Rückgang der dauerstationären Pflegebedürftigen und stetiger Ausbau der Plätze in Haus- bzw. Pflegewohngemeinschaften machen einen Bedarf an dauerstationären Pflegeplätzen in den kommenden Jahren unwahrscheinlich

Die Analyse der Fahrtzeiten zeigt für alle Pflegearten keine besonderen Auffälligkeiten bzw. Veränderungen:

- Grundsätzlich ist das nächstgelegene dauerstationäre Pflegeheim in weniger als 15 Minuten zu erreichen
- Auch die ambulanten Pflegedienste können mit einem Einzugsgebiet von 15 Minuten Fahrtzeit ausgehend vom Standort des Pflegedienstes den gesamten Kreis Gütersloh abdecken

## Fazit – Zukünftiger Bedarf in der Pflege

Im Kreis Gütersloh ist zukünftig weiterhin eine demografische Verschiebung im Vergleich zu NRW zu erwarten: Anteil in den hochbetagten Altersgruppen wird dann höher als in NRW sein.

Berechnung des Bedarfs nach dauerstationären Pflegeplätzen erfolgt in Szenarien:

- Im Basisszenario entsteht in den nächsten Jahren kein nennenswerter Bedarf an dauerstationären Plätzen
- Im eher unwahrscheinlichen Szenario der Professionalisierung entsteht der frühestmögliche nennenswerte Bedarf für dauerstationäre Plätze im Jahr 2030 (+46 Plätze)
- Für Plätze in Haus- und Pflegewohngemeinschaften könnte ein Bedarf bereits ab dem Jahr 2026 entstehen

Unter Berücksichtigung der Sozialräume wird ein Bedarf für dauerstationäre Plätze bereits frühzeitiger entstehen, allerdings für das Basisszenario in nennenswerter Größe nicht vor dem Jahr 2030

Es ist weiterhin von geringen Auslastungen im dauerstationären Bereich auszugehen, die für die stationären Pflegeeinrichtungen wirtschaftlich herausfordernd sein dürften

Die aktuellen Auswertungen zeigen Spezifika für den Kreis Gütersloh:

- Der fortgesetzte Rückgang bei den dauerstationären Pflegebedürftigen lässt einen Bedarf noch später entstehen als im letzten Gutachten
- Der Rückgang bei den durch Pflegedienste versorgten Personen lässt sich nicht ohne Weiteres erklären: Es kann sich um eine veränderte Inanspruchnahme handeln oder auch bereits um einen ungedeckten Bedarf

Die Entwicklungen sollten beobachtet werden, um eine evtl. Unterversorgung frühzeitig zu erkennen.

**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

**Cheng, J., Schloerke, B., Karambelkar, B., Xie, Y. (2024).** leaflet: Create Interactive Web Maps with the JavaScript 'Leaflet' Library. R package version 2.2.2.9000, <https://github.com/rstudio/leaflet>, <https://rstudio.github.io/leaflet/>.

**Geoportal.NRW. (2020).** NRW Verwaltungsgrenzen [UTM Zone 32N]

**Heger, D., Augurzky, B., Kolodziej, I., Hollenbach, J., & Wuckel, C. (2023).** Pflegeheim Rating Report 2024 Pflege ohne Personal. Heidelberg: medhochzwei Verlag.

**Information und Technik Nordrhein-Westfalen. (2023a).** Bevölkerungsvorausberechnung 2021 bis 2050 (Gemeinden) nach Altersjahren und Geschlecht.

**Information und Technik Nordrhein-Westfalen. (2023b).** Bevölkerungsvorausberechnung 2021 bis 2050 (kreisfreie Städte und Kreise) nach Altersjahren und Geschlecht.

**Information und Technik Nordrhein-Westfalen. (2024a).** Fortschreibung des Bevölkerungsstandes nach 5er- Altersgruppen (19) und Geschlecht - Gemeinden – Stichtag 31.12.2023.

**Information und Technik Nordrhein-Westfalen. (2024b).** Pflegestatistik 2023, Daten über die Pflegeversicherung für den Kreis Gütersloh.

**Information und Technik Nordrhein-Westfalen. (2024c).** Pflegestatistik 2023, Daten über die Pflegeversicherung für Kommunen des Kreis Gütersloh.

**Information und Technik Nordrhein-Westfalen. (2024d).** Pflegestatistik 2023, Daten über die Pflegeversicherung für Nordrhein-Westfalen.

**Kreis Gütersloh. (2024). Daten zur Pflege: Angaben zu Pflegeeinrichtungen und Pflegebedürftigen in Hausgemeinschaften.**

**Mennicken, R. (2023), Aktualisierung der Pflegebedarfsplanung für den Kreis Gütersloh- Gutachten im Auftrag des Kreises Gütersloh, pflegegedarfsplanung.de.**

**Mennicken, R und I. Kolodziej (2021), Pflegebedarfsanalyse für den Kreis Gütersloh - Forschungsbericht im Auftrag des Kreises Gütersloh, pflegegedarfsplanung.de.**

**Nolting, H-D., Talamo, J., Wentz, L., Wolff J.K. (2023), Evaluation des Modells Hausgemeinschaftskonzept „Haus Rheinaue“ der BeneVit Holding GmbH in Wyhl, Abschlussbericht für den GKV-Spitzenverband, Berlin.**

**Rothgang, H., & Müller, R. (2024), Pflegereport 2024 (Bd. 47). Berlin: BARMER.**

**Schwinger, S., Kuhlmei, A., Greß, S., Klauber, J., Jacobs, K., Behrendt, S. (Hrsg.) (2024), Pflege-Report 2024: Ankunft der Babyboomer: Herausforderungen für die Pflege, Heidelberg, Springer.**

**Statistisches Bundesamt. (2018). Pflegestatistik 2017 - Pflege im Rahmen der Pflegeversicherung – Deutschlandergebnisse. Wiesbaden: Statistisches Bundesamt.**

**Statistisches Bundesamt. (2020). Pflegestatistik 2019 - Pflege im Rahmen der Pflegeversicherung – Deutschlandergebnisse. Wiesbaden: Statistisches Bundesamt.**

**Statistisches Bundesamt. (2022). Pflegestatistik 2021 - Pflege im Rahmen der Pflegeversicherung – Deutschlandergebnisse. Wiesbaden: Statistisches Bundesamt.**

**Statistisches Bundesamt. (2024). Pflegestatistik 2023 - Pflege im Rahmen der Pflegeversicherung – Deutschlandergebnisse. Wiesbaden: Statistisches Bundesamt.**

**Unterfinger M (2025). hereR: 'sf'-Based Interface to the 'HERE' REST APIs. R package version 1.0.1, <https://github.com/munterfi/herer>.**

# BEWEGT ÄLTER werden



**Themen, Programme und Angebote für ältere Menschen im Kreis Gütersloh**



# Agenda „Bewegt ÄLTER werden“ (BÄw)

## Unsere Themen, Programme und Angebote



**Setting Altenpflege (BAP)**



**Sturzprävention**



**Rollator-Training**



**Gehtreffs**



**Alltags-Fitness-Test (AFT)**



**Sport und Demenz**

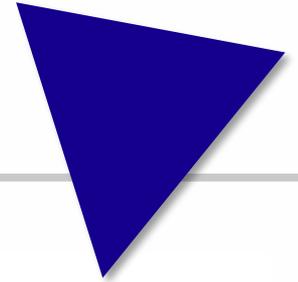


**Sport im Park**



**Qualifizierung**

# Kooperationen mit Alteneinrichtungen



**KREISSPORTBUND GÜTERSLOH**  
Mitglied im Landessportbund Nordrhein-Westfalen

Sport und Pflege: Hand in Hand

## Bewegungsk Kooperationen mit Alteneinrichtungen

Dahin gehen, wo alte Menschen leben



Der **Kreissportbund Gütersloh** will...

- Bewegungsk Kooperationen zwischen Sportvereinen und Einrichtungen im Kreis Gütersloh initiieren, fördern und aktiv begleiten.
- Impulse für neue bzw. mehr Formen und Formate der Bewegungsförderung für hochaltrige Menschen in stationären und ambulanten Lebenswelten setzen.

**Dahin gehen, wo alte Menschen leben!**  
**Sport und Pflege - Hand in Hand**

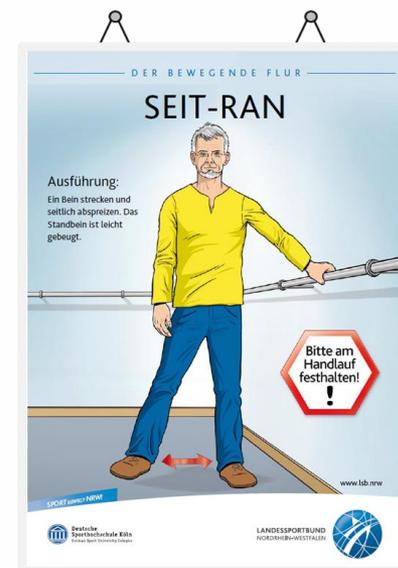
# Der Bewegende Flur

„Der Bewegende Flur“ ist ein **Mobilitäts-Tool**, das im Zuge des BAP-Projektes des Landessportbundes NRW in Zusammenarbeit mit der Deutschen Sporthochschule Köln entwickelt wurde.

Konzipiert für den Einsatz in Einrichtungen der stationären sowie ambulanten Altenpflege, greift das Tool die Idee des „Flursports“ auf und will mittels niederschwelliger Bewegungsanreize zur möglichst **täglichen Bewegung** einladen.

## Ansporn, der an der Wand hängt!

- Poster / Bewegungsplakate
- Optische Helfer zur aktivierenden/-animierenden Gestaltung der räumlichen Umgebung in Einrichtungen der Altenpflege
- Mit einfachen, aber ausgesuchten Übungen die Alltagskompetenz und Mobilität älterer Menschen gezielt unterstützen



# Projekt Crossboccia in Alteneinrichtungen

- Fortbildung für Übungsleitungen und Pflegepersonal
- Crossboccia-Angebote in Einrichtungen der Altenpflege im Kreis in Kooperation mit Sportvereinen
- Angebote möglichst dauerhaftes etablieren
- Einrichtung eines Projektnetzwerks
- Durchführung von gemeinsamen Veranstaltungen



# Sturzprävention • Rollator-Training

Standfest im Alter - mit Bewegung dem Sturzrisiko vorbeugen



**4 bis 5 Mio. Stürze pro Jahr in der BRD. Tendenz steigend!**

Jeder Dritte über 65 Jahre stürzt mindestens 1x pro Jahr, bei den über 80-Jährigen jeder Zweite.

## Häufigste Ursache

Eher **Bewegungsmangel**, seltener das **Altern selbst!**

- Mangelnde **Muskelkraft**
- Mangelnde **Balance und Reaktion**

Schulungen • Vorträge „Sturzprävention“ • Aktionstage „Fit am Rollator“

# Gehtreffs - gesund & gesellig



## Begleitetes Spaziergehen

Das Format „Gehtreff“ ist ein Angebot für diejenigen älteren Menschen, die sich „Alleingänge“ nicht mehr zutrauen oder sich für weitere Wegstrecken nicht mehr fit genug fühlen.



## Gesundheitsziele

- Aktivierung Herz-Kreislaufsystem
- Verbesserung der Gehfähigkeit (Sturzprävention)
- Förderung der geistigen Fitness (Demenzprophylaxe)
- Gemeinschaft erleben, am sozialen Leben teilhaben

**Angebote in 10 Kommunen**

**> 25 Treffs, ~ 100 Gehtreff-Paten, ~ 400 Teilnehmende pro Woche**

# Alltags-Fitness-Test (AFT)

Der **AFT** ist ein wissenschaftlich fundierter Bewegungstest zur Erfassung der **alltagsrelevanten** körperlichen Fitness. Er richtet sich an die Zielgruppe **Ü60**.



**DOSB**



Institut für Gerontologie  
Universität Heidelberg



**2023-2025: 7 AFTs mit > 300 Teilnehmenden im Alter von 60 - Ü80**

# AG Sport und Demenz



## Lokal vernetzt - gemeinsam engagiert

- Alzheimer Gesellschaft im Kreis Gütersloh
- Diakonie Gütersloh mit Aktion „Atempause“
- TV Werther, Wiedenbrücker TV, Gütersloher TV, SV Spexard, TV Verl, SC Grün-Weiß Varesell, Gesundheits- u. Rehabilitationssportverein Gütersloh
- Kreissportbund Gütersloh

## Ziel

- Sport- und Bewegungsangebote für Menschen mit Demenz schaffen, fördern und bestehende Angebote bekanntmachen.
- Bedeutung von Sport und Bewegung in Prävention und Rehabilitation in den Fokus stellen.

**AG-Treffen • Schulungen • Infoveranstaltungen**

# Sport im Park



## Draußen und umsonst - Meet & Move



- Offen für ALLE! Ein generationenübergreifendes Angebot, das möglichst vielen Menschen möglichst große Lust auf Bewegung machen will.
- Sport und Bewegung sollen als freudvolles und gesundheitsförderliches Angebot erlebt werden.
- „Meet & Move“ - Begegnung und Bewegung in einem. Leute treffen, Spaß haben und gemeinsam bewegt durch den Sommer... und dann möglichst dauerhaft am Ball bleiben.
- **2025:** 4 Wochen, tägliches Programm, 200 Angebote, 40 Sportkategorien

**2025 - die 10. Auflage!**

**Vom 14.07. bis 10.08. erwartet Interessierte ein bunt gemixtes Programm.**

# Qualifizierung



## Aus- und Fortbildung - Themen u. a.

- Herbstgold Ausbildung (ÜL-C)
- Seniorenfit
- Activ Aging
- Fit im Sitzen
- Aufbaulehrgang Seniorentanz



## Inhouse-Schulungen – Themen u.a.

- Sturzprophylaxe (Gehtraining und Gangschulung)
- Rollator-Training
- Der Bewegende Flur (Mobilitätstool Setting Altenpflege)

<https://www.ksb-gt.de/themen/qualifizierung>

# Sprechen Sie uns an



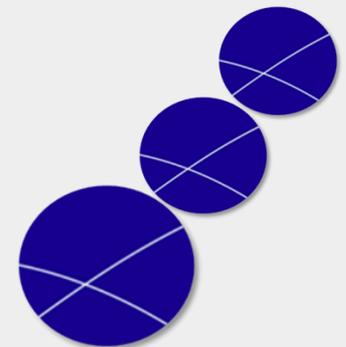
## Kreissportbund Gütersloh

Am Reckenberg 6  
33378 Rheda-Wiedenbrück  
ksb@gt-net.de  
www.ksb-gt.de

## Kontakt

**Jennifer Jones (BÄw)**  
Tel. 05241 / 85 1453  
J.Jones@kreis-guetersloh.de

**Franziska Tegethoff (BAP)**  
Tel. 05241 / 85 1456  
F.Tegethoff@kreis-guetersloh.de



**Lokal vernetzt – gemeinsam engagiert**

Die AG „Sport und Demenz“ hat sich 2014 gegründet. Anlass hierzu war das landesweite Modellprojekt „Sport für Menschen mit Demenz“ des Behinderten- und Rehabilitationssportverband NRW und des Landessportbundes NRW (2014 – 2016). Daraus ist ein Netzwerk aus verschiedenen Akteuren und Sportvereinen entstanden, die sich seither für die Thematik „Sport und Bewegung bei Demenz“ engagieren.

**Was wir bewirken wollen**

Ziel der AG-Arbeit ist es, auf die besondere Bedeutung von Sport und Bewegung für demenzerkrankte Menschen aufmerksam zu machen. Im Fokus stehen Schaffung und Ausbau von Sport- und Bewegungsangeboten für Menschen, die in einem **frühen Stadium** an einer Demenz erkrankt sind.

**Was wir tun**

- Regelmäßiger Austausch und fachliche Diskussion
- Bewegungsangebote auf- und ausbauen
- Infoveranstaltungen, Schulungen
- Ausbau der Netzwerkidee

**Wer wir sind**

- Alzheimer Gesellschaft im Kreis Gütersloh
- Diakonie Kreis Gütersloh mit der Aktion „Atempause“
- Turnverein Werther, Wiedenbrücker Turnverein, Gütersloher Turnverein, Sportverein Spexard, Turnverein Verl, SC Grün-Weiß Varesell, Gesundheits- und Rehabilitationssportverein Gütersloh
- Kreissportbund Gütersloh

**Angebote – Bewegt trotz Demenz**

Unsere AG-Vereine halten verschieden Sportangebote vor, die zum Mitmachen einladen – vom Reha-Sport (Teilnahme mit ärztlicher Verordnung) bis hin zu inklusiven Breitensportgruppen. Erkundigen Sie sich und fragen direkt nach:

- **Wiedenbrücker Turnverein**  
Adelheid Fischer, Tel. 05242 7182
- **Sportverein Spexard**  
Heike Maibrink Tel. 05241 48495
- **Turnverein Werther**  
Birgit Jaschkowitz, Tel. 05203 1641
- **Gütersloher Turnverein**  
Annette Dankow, Tel. 05241 48881
- **Turnverein Verl**  
Diana Beyer, 05246 9364745
- **Grün Weiß Varesell**  
Andrea Uhrmeister, Tel. 05244 9756886
- **Gesundheits- und Rehabilitationssportverein Gütersloh**  
Heike Kusch, 05241 2338116

**Info – Programme und Mitarbeit**

- **Kreissportbund Gütersloh**  
Tel. 05241/85 1446, E-Mail: ksb@gt-net.de, www.ksb-gt.de

**Beratung – Demenz und Hilfeangebote**

- **Diakonie Gütersloh – Aktion „Atempause“**  
Brunhilde Peil, Tel. 05241 9867-3520
- **Alzheimer Gesellschaft Gütersloh**  
Tel. 05241 35498  
E-Mail: info@alzheimer-guetersloh.de,  
<http://www.alzheimer-guetersloh.de>

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:



Staatskanzlei  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Fotos: Landessportbund NRW, A. Bowinkelmann  
Stand: März 2022

# Sport Bewegung Demenz



**KREISSPORTBUND GÜTERSLOH**  
Mitglied im Landessportbund Nordrhein-Westfalen

**Alzheimer Gesellschaft**  
Kreis Gütersloh e.V.



## Demenz geht uns alle an



### Jeden kann es treffen

Etwa 1,7 Millionen demenziell erkrankte Menschen leben heute in Deutschland. Tendenz steigend. Fast jeder kennt eine/n Betroffene/n in seinem Umfeld. Demenz ist ein Thema, das viele betrifft, jeden berührt und daher alle zum Handeln aufruft.

### Demenz verändert alles

„Eine Demenz ist mehr als eine einfache Gedächtnisstörung. Sie zieht das ganze Sein des Menschen in Mitleidenschaft. Umso wichtiger ist es für Betroffene und Angehörige, trotzdem ermutigt zu bleiben und Wege ins „normale Leben“ zu finden bzw. gar nicht erst abbrechen zu lassen.“

### Aktiv am gesellschaftlichen Leben teilnehmen

Menschen mit Demenz wollen so lange wie möglich aktiver Teil der Gesellschaft bleiben, sozialen Anschluss halten und geliebte Hobbies fortführen können. Wichtige Orte dafür sind u.a. die Sportvereine. Unter dem Motto „Teamgeist für Menschen mit Demenz“ sollen Sport- und Vereinsleben in Zukunft demenzfreundlicher und inklusiver werden. Dafür steht die „Nationale Demenzstrategie“<sup>1)</sup> der Bundesregierung in Zusammenarbeit mit zahlreichen Akteuren.

<sup>1)</sup> Quelle: [www.nationale-demenzstrategie.de](http://www.nationale-demenzstrategie.de)

## Sport und Bewegung bei Demenz

### Mobil bleiben & Lebensqualität erhalten

Familien, die mit der Diagnose Demenz konfrontiert sind, denken an alles, nur nicht an Sport. Dabei spielt gerade das Thema Sport & Bewegung eine wichtige Rolle, wenn es neben Therapie und medizinischer Betreuung um die alltagsbezogene Bewältigung der Krankheit geht. Denn Sport und Bewegung bei Demenz haben erwiesenermaßen „gute Nebenwirkungen“ und gehören daher als wichtige „Helfer“ zur Verbesserung der Lebensqualität unbedingt dazu.

### Gemeinsames Sporttreiben in einer Gruppe verbindet!



### Das können Sport und Bewegung bewirken

Studien zeigen, dass körperliche Aktivität ganz wesentlich dazu beitragen kann, Krankheitsbelastungen und krankheitsbedingte Defizite zu kompensieren. Beispiele:

- Erhalt der körperlichen Funktionsfähigkeit
- Reduzierung des Sturzrisikos durch Kraft- und Balance-Training
- Training der Koordination und Beweglichkeit
- Geistige Anregung durch vielfältige Bewegungsreize
- Förderung der Hirndurchblutung

## Weil noch Vieles geht



### Mitten drin bewegt

Bewegung und das Aktivsein in einer Sportgruppe ist für demenziell erkrankte Menschen und ihre Angehörigen ein wichtiger Baustein zur Verbesserung der Lebensqualität.

Dabei geht es nicht nur um den Erhalt von Fitness und Mobilität, sondern auch und gerade um das Erleben von Gemeinschaft, sozialer Einbindung und gesellschaftlicher Teilhabe.

Daher wollen wir Demenzerkrankte, insbesondere Betroffene im Frühstadium, ermutigen und einladen, an unseren Bewegungsangeboten teilzunehmen, weil noch Vieles geht!

### Sportliche Aktivitäten in der Frühdemenzarbeit

- Reha-Sport für Menschen mit neurologischen Erkrankungen
- Breitensport inklusiv
- Geht-Treffs und Spaziergänge
- Nordic-Walking
- Rollator-Training
- Fit für 100 & NADiA – Neue Aktionsräume für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen
- Rollator-Training
- Radfahren
- Tanzen
- Wandern

## Angebote für Einrichtungen der stationären und ambulanten Altenpflege

### Qualifizierungsangebote

#### für Mitarbeitende und pflegende Angehörige

- Rollator-Training
- Gehtraining und Gangschulung
- Hockergymnastik
- Gelenke beweglich halten
- Sturzprophylaxe
- „Der Bewegende Flur“
- Sport für Menschen mit Demenz
- Bewegtes Gedächtnistraining
- Koordinations- und Gehirntraining
- Alltagsbewegungen fördern und stabilisieren
- Vorträge zu gesundheitsrelevanten Themen
- u.v.m.

### Bewegungsangebote

#### für pflegebedürftige Personen

- Rollator-Training
- Gehtraining und Gangschulung
- Sturzprophylaxe
- Hockergymnastik
- Tänze im Sitzen
- u.v.m.

#### für Mitarbeitende aus den Einrichtungen

- Stressbewältigung und Entspannung
- Wirbelsäulengymnastik
- Yoga und Pilates
- u.v.m.

Sprechen Sie uns an. Gerne unterstützen wir Sie bei der Umsetzung Ihrer Ideen.

### Kontakt



#### Kreissportbund Gütersloh e.V.

Am Reckenberg 6  
33378 Rheda-Wiedenbrück  
Email: [ksb@gt-net.de](mailto:ksb@gt-net.de)  
[www.ksb-gt.de](http://www.ksb-gt.de)

#### Ansprechperson:

Franziska Tegethoff  
Tel.: 05241 - 85 1456  
Email: [Franziska.Tegethoff@gt-net.de](mailto:Franziska.Tegethoff@gt-net.de)

## KREISSPORTBUND GÜTERSLOH

Mitglied im Landessportbund Nordrhein-Westfalen

Sport und Pflege: Hand in Hand

## Bewegungs Kooperationen mit Alteneinrichtungen

Dahin gehen, wo alte Menschen leben



## Bewegung ist der Schlüssel

Körperliche Aktivität liefert insbesondere im hohen Alter einen wertvollen Beitrag zur Gesunderhaltung und Steigerung der Lebensqualität. Regelmäßige Bewegung erhält sowohl die Selbstständigkeit als auch die Alltagskompetenzen und kann eine zunehmende Immobilität verzögern.

Durch die Teilnahme an Bewegungsangeboten vor Ort erleben pflegebedürftige ältere Menschen Gemeinschaft und Freude an Spiel und Sport.

**Einbußen bei der Mobilität stellen ein erhebliches Risiko dar und können schwere gesundheitliche Folgen mit sich bringen. Daher gilt es die Mobilität zu erhalten bzw. zu fördern.**

- Expertenstandard Erhaltung und Förderung der Mobilität in der Pflege ( 2020 ) -

Ausgehend vom Modellprojekt „Bewegende Alteinrichtungen und Pflegedienste“ (2016 - 2022) des Landessportbundes NRW, setzt der Kreissportbund Gütersloh auf den Ausbau von Bewegungsangeboten für hochaltrige Menschen in stationären und ambulanten Lebenswelten.

Die aus der Projektmitarbeit gewonnenen Erfahrungen werden genutzt, um Bewegungsk Kooperationen zwischen Sportvereinen und Alteinrichtungen im Kreis Gütersloh zu initiieren und aktiv zu begleiten.

## Der Kreissportbund Gütersloh unterstützt

- Aufbau von Kooperationen zwischen Sportvereinen und Einrichtungen der stationären/ ambulanten Altenpflege
- Ausbau der Qualifizierungsmaßnahmen für Multiplikatoren



- Erweiterung gesundheitsorientierter Angebote für Mitarbeitende aus Einrichtungen der Altenpflege
- Ausbau der Bewegungsangebote für pflegebedürftige Personen
- Einbeziehung von pflegenden Angehörigen
- Quartiersentwicklung: Angebotsöffnung für Quartiersbewohner\*innen

## Gewinn für alle

### Sportvereine

- erreichen neue Zielgruppen: Bewohner\*innen, Mitarbeitende, Angehörige und Interessierte aus der Nachbarschaft, welche Sportangebote nutzen oder sich im Sportverein engagieren.
- können durch die Kooperation Bewegungsräume in den Einrichtungen auch für andere Vereinsmitglieder nutzbar machen.

### Alteinrichtungen und Pflegedienste

schaffen durch neue Bewegungsangebote mehr Lebensqualität und Wohlbefinden für Bewohner\*innen, Angehörige und Mitarbeitende.



### Pflegebedürftige ältere Menschen

fördern durch die Bewegungsangebote ihre Mobilität und Selbstständigkeit. Sie erhalten ihre Alltagskompetenzen und beugen gesundheitlichen Problemen vor.

### Quartiere

sind bewegte und gesundheitsförderliche Lebensorte.

## Jeder Schritt ist Goldes wert!

**Egal wie alt wir sind, es ist nie zu spät, körperlich aktiv zu werden. Dabei gilt: Schon wenig hilft viel! Jeder kleine Spaziergang stärkt Herz und Muskeln und fördert die Durchblutung des Gehirns.**



In Bewegung bleiben - das Beste, um die eigene Mobilität möglichst lang zu erhalten! Gerade für Menschen, die nicht mehr so sicher auf den Beinen sind und einen Rollator benutzen, ist jeder Schritt Goldes wert!

## Bewegt mit dem Rollator unterwegs

Unter diesem Motto sind Angebote zum Rollator-Training ein idealer Anlass, sich fit zu halten, Leute zu treffen und gemeinsam in der Gruppe Bewegungsfreude zu erfahren.



## Das erwartet Sie beim Rollator-Training

- Gehtraining auf angepassten Strecken
- Tipps und Übungen zum sicheren Umgang mit dem Rollator
- Einfache gymnastische Übungen zum Training der Kraft und Balance
- Spaß und ein freudvolles Miteinander

## Angebote im Kreis Gütersloh

**Gütersloher Turnverein**  
Annette Dankow  
Tel. 05241 / 48881

**SpVg Steinhagen**  
Hildegard Dreyer  
Tel. 05204 / 2321

**Wiedenbrücker Turnverein**  
Adelheid Fischer  
Tel. 05242 / 7182

**Rollator-Club Verl**  
Jenny Schimmel, DRK Verl  
Tel. 05246 / 930007  
Jörg Peters, TV Werther  
Tel. 05246 / 9364747  
Sandra Hasenbein  
Tel. 05246 / 961 204, Stadt Verl

**Turnverein Werther**  
mit der AG mehr WERTher50+  
Birgit Jaschkowitz  
Tel. 05203 / 1641

**Alle Angebote werden von geschulten Gruppenleitungen durchgeführt und begleitet.**



## Hätten Sie`s gewusst?

Der Rollator ist Begleiter und Weggefährte für aktuell geschätzt drei Millionen Menschen allein in Deutschland.

Erfunden wurde die mobile Gehstütze 1978 von der Schwedin Aina Wifalk, die aufgrund einer Kinderlähmung gehbehindert war. Ihrer Initiative ist es zu verdanken, dass der schwedische Entwicklungsfonds einen Prototyp fertigte. Seit Anfang der 1990er Jahre ist der Rollator auch bei uns zu Lande verbreitet.

## Tipps & Tricks zum Rollator

### Das Einstellen des Rollators

- Stellen Sie die Höhe der Handgriffe so ein, dass bei aufliegenden Händen die Ellenbogengelenke leicht angewinkelt sind.
- Sie sollten nicht das Gefühl haben, dass Sie die Schultern hochziehen müssen.

### Richtiges Gehen und gute Haltung

- Gehen Sie im und nicht hinter dem Rollator!
- Die Füße sollen sich stets zwischen den Rädern befinden. Die richtige „Nähe“ zum Rollator gewährleistet die beste „Stütze“!
- Der Rollator muss nicht aktiv oder gar verkrampft (an-)geschoben werden. Locker bleiben! Ihr Rollator rollt von allein und begleitet jeden Ihrer Schritte.
- Auch bei einer Drehung sollen die Füße immer zwischen den Rädern bleiben!
- Gehen Sie so gerade und aufrecht wie möglich. Je aufrechter der Gang, desto leichter die Atmung!

## Tipps & Tricks zum Rollator

### Das Überwinden von Bordsteinen und Stufen

- Mit den Vorderrädern bis an die Bordsteinkante bzw. Stufe fahren.
- Einen Schritt zurück, am besten: einen Fuß nach hinten stellen.
- Jetzt die Handbremse betätigen und die vorderen Räder anheben - den Rollator kippen, indem die Griffe zum Körper gezogen werden.
- Wenn Sie jetzt die Bremsen lösen, rollen die Hinterräder wie von selbst nach vorn bis an die Kante und damit sind die Vorderräder automatisch „drüber“.
- Jetzt Vorderräder auf der Stufe absetzen, Hinterräder anheben und nachsetzen, Bremse betätigen und „nachsteigen“.

### Sicheres Hinsetzen auf Stuhl oder Bank

- Seitlich nah an die Sitzfläche heranfahren, drehen Sie sich mit dem Rollator so, dass Sie rücklings zur Sitzfläche stehen und diese an der Rückseite Ihrer Beine spüren.
- Betätigen Sie jetzt beidseitig die Feststellbremse!
- Ertasten Sie mit einer Hand die Sitzfläche und setzen Sie sich abstützend langsam hin.
- Der Rollator kann jetzt weggestellt werden.
- Zumindest eine Bremse festmachen, damit der Rollator nicht wegrollen kann.

### Sonstiges

- Achten Sie auf Stolperfallen auf Gehwegen!
- Setzen Sie sich nie, ohne vorher die Bremsen festzustellen!
- Lassen Sie Ihren Rollator gelegentlich von Fachleuten auf Sicherheit prüfen!

## Video

Bewegte Bilder und Impressionen vom Rollator-Training finden Sie im Internet: [www.ksb-gt.de](http://www.ksb-gt.de)



## Partner • Kontakt • Info

### Das Sanitätshaus Mitschke

ist Partner des Kreissportbundes Gütersloh bei der Durchführung von Übungsleiter-Schulungen.  
Tel.: 05241 / 4001-0

### Die Verkehrswacht Gütersloh

kümmert sich um Ihre Sicherheit im Straßenverkehr. Erkundigen Sie sich nach Reflektoren.  
Tel.: 05241 / 20000

### Der Kreissportbund Gütersloh

ist Partner des Landessportbundes NRW und unterstützt Sportvereine bei der Durchführung von Angeboten zum Rollator-Training.

## Kontakt

Kreissportbund Gütersloh  
Am Reckenberg 6, 33378 Rheda-Wiedenbrück  
Tel.: 05241 / 85 - 1453  
Email: [ksb@gt-net.de](mailto:ksb@gt-net.de)  
Internet: [www.ksb-gt.de](http://www.ksb-gt.de)

Fotos: Landessportbund NRW, A. Bowinkelmann  
Stand: 03/2025

# Rollator-Training

Schritt für Schritt die Gesundheit stärken

## Angebote im Kreis Gütersloh



# Gehetreffs im Kreis Gütersloh - gesund & gesellig

Spazierengehen ist gesund, fördert die Gemeinschaft und macht Spaß! Unter dem Motto „Raus aus der Stube, ab an die frische Luft“ laden die Gehetreffs im Kreis Gütersloh ältere Menschen zum Mitgehen ein.

Das Format Gehetreff ist ein Angebot für alle, die sich „Alleingänge“ nicht mehr zutrauen und/oder sich für weitere Wegstrecken nicht mehr fit genug fühlen. Spazierengehen im näheren Umfeld schließt die Angebotslücke zwischen Walking und Wandern und ist eine alltagsnahe, für Ältere vertraute und zugleich gesundheitswirksame Form der Bewegung im Freien.

**Alle Gehetreffs im Kreis Gütersloh werden von geschulten und ehrenamtlich tätigen Gehetreff-Paten begleitet.  
Das Angebot ist kostenlos. Anmeldungen sind nicht erforderlich.**



PLZ	Ort	Straße	Treffpunkt	Tag	Uhrzeit	Turnus	Info / Kontakt	Telefon
33330	Gütersloh	Friedrichstraße 14	Wasserturm an der Stadthalle	dienstags	10.30 Uhr	wöchentlich	Jennifer Jones Heidi Ostmeier	0541 / 85 1453 05241 / 82 2156
33330	Gütersloh	Dresdner Str. 101	ehem. Jakobuskirche Blankenhagen	donnerstags	10.30 Uhr	wöchentlich	Jennifer Jones Heidi Ostmeier	0541 / 85 1453 05241 / 82 2156
33332	Gütersloh	Oststr. / Ecke Park- und Brunnenstr.	Stadtpark Parkplatz an der Obstwiese	mittwochs	10.30 Uhr	wöchentlich	Jennifer Jones Heidi Ostmeier	0541 / 85 1453 05241 / 82 2156
33334	Gütersloh	Bruder-Konrad-Str. 100	Sporthalle Spexard	mittwochs	10.00 Uhr	wöchentlich	Ingrid Werner	05241 / 48350
33334	Gütersloh	Haller Str. 171	Sporthalle Isselhorst	mittwochs	10.30 Uhr	wöchentlich	Elke Krautscheid	05241 / 340136
33335	Gütersloh	Avenwedder Str. 88	Treffpunkt „Avenwedde Mitte“	dienstags	10.30 Uhr	wöchentlich	Wolfgang Fischer	05241 / 73395
33335	Gütersloh	Avenwedder Str. 515	Kath. Kirche Friedrichsdorf	mittwochs	10.00 Uhr	wöchentlich	Maria Reker-Luthe	05209 - 5123
33790	Halle	Bahnhofstr. 40	Radstation am Bahnhof	dienstags	10.00Uhr	wöchentlich	Monika Simunec Ljubov Greiffenberg	05201 / 10161 05201 / 183-210/-219
33790	Halle / Künsebeck	Teutoburger Str. 31	Mitfahrrerbank am Ringofenplatz	montags	10.00 Uhr	wöchentlich	Hartmut Pohl Ljubov Greiffenberg	05201 / 9711168 05201 / 183-210/-219
33790	Halle / Bokel	Ernteweg 15	Gemeindehaus Bokel	donnerstags	11.00 Uhr	wöchentlich	Jochen Boidol Ljubov Greiffenberg	05201 / 9559 05201 / 183-210/-219
33428	Harsewinkel	Münsterstr. 14	Rathaus Harsewinkel	donnerstags	10.30 Uhr	wöchentlich	Maria Spahn-Wagner	05247 / 8448
33428	Marienfeld	Klosterhof 12	Klosterhof vor dem Klosterladen	montags	10.15 Uhr	wöchentlich	Maria Spahn-Wagner	05247 8448



PLZ	Ort	Straße	Treffpunkt	Tag	Uhrzeit	Turnus	Info / Kontakt	Telefon
33378	Rheda-Wiedenbrück	Rietberger Str. 30	Freibad Wiedenbrück	montags	10.00 Uhr	wöchentlich	Jennifer Jones Katrin Dechange	05241 85 1453 05242 / 408230
33378	Rheda-Wiedenbrück	Reinkenweg 11	Freibad Rheda	mittwochs	14.30 Uhr	wöchentlich	Jennifer Jones Katrin Dechange	05241 85 1453 05242 / 408230
33397	Rietberg	Delbrücker Str. 1	Südtorschule am Ribérac-Brunnen	donnerstags	10.00 Uhr	wöchentlich	Caritasverband Kreis Gütersloh	05242 / 408230
33758	Schloß Holte-Stukenbrock	Holter Kirchplatz	Schloß Holte	mittwochs	10.00 Uhr	wöchentlich	Gisbert Brauckmann	05207 / 87647
33758	Schloß Holte-Stukenbrock	Am Menkebach 13	Kath. Kirche Sende	donnerstags	10.00 Uhr	wöchentlich	Katja Weber	05207 / 8905-332
33803	Steinhagen	Am Pulverbach 25	Rathaus Steinhagen	mittwochs	10.30 Uhr	wöchentlich	Fariah Pervez	05204 / 997 107
33415	Verl	St.-Anna-Str. 34a	Geschäftsstelle Turnverein Verl	dienstags	15.00 Uhr	wöchentlich Sommerpause im Juli	Jörg Peters Sandra Hasenbein	05246 / 9364747 05246 / 961204
33415	Verl	Österwieherstr. 89	Imbiss "Bei Sven"	donnerstags	15.00 Uhr	wöchentlich	Jörg Peters Sandra Hasenbein	05246 / 9364747 05246 / 961204
33415	Verl Bornholte	Bergstr. 16	Tankstelle Bornholte	dienstags	14.00 Uhr	wöchentlich	Jörg Peters Sandra Hasenbein	05246 / 9364747 05246 / 961204
33415	Verl Sürenheide	Brummelweg 125	Haus Ohlemeyer	dienstags	14.00 Uhr	wöchentlich	Jörg Peters Sandra Hasenbein	05246 / 9364747 05246 / 961204
33415	Verl Kaunitz	Fürst-Wenzel-Platz	Kirche St. Maria Immaculata Kaunitz	mittwochs	11.00 Uhr	wöchentlich	Jörg Peters Sandra Hasenbein	05246 / 9364747 05246 / 961204
33824	Werther	Mühlenstr.	Senioren-Wohnanlage Mühlenstraße Bank im Wendehammer	montags	10.30 Uhr	wöchentlich	Birgit Jaschkowitz Claudia Seidel	05203 / 1641 05203 / 1408
33775	Versmold	An der Petri-Kirche 1	Ev. Gemeindezentrum an der Petri-Kirche	mittwochs	14.30 Uhr	wöchentlich	Nicole Jakob Kerstin Walter	05423 / 930208
33775	Oesterweg	Oesterweger Str. 33	Schulbushaltestelle am Feuerwehrhaus	dienstags	14.30 Uhr	wöchentlich	Nicole Jakob Kerstin Walter	05423 / 930208

**Information zu allen Gekrefts:** Kreissportbund Gütersloh, Tel. 05241 / 85 1453 • ksb@gt-net.de • www.ksb-gt.de

Alle Gekrefts sind auch in dem Portal [Sinfodie](#) der Arbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtsverbände im Kreis Gütersloh gelistet.

# Hitzeschutz für Seniorinnen und Senioren im Kreis Gütersloh

Konferenz Alter und Pflege

07. Mai 2025



# Gesundheitsbezogener Hitzeschutz



## Was bisher geschah....

### Gesundheit im Fokus, Hitze im Blick

Unser Kreis, Ihr Schutz

 <p><b>Im Schatten bleiben</b></p>	 <p><b>Leicht essen</b></p>
 <p><b>Ausreichend Wasser trinken</b></p>	 <p><b>Körper kühlen</b></p>
 <p><b>Wohnung kühl halten</b></p>	 <p><b>Auf sich und andere achten</b></p>



**Gesundheit im Fokus  
Hitze im Blick**  
Unser Kreis, Ihr Schutz

Kreis Gütersloh  
Abteilung Gesundheit

Weitere Infos unter:  
[hitze-gesundheit@kreis-guetersloh.de](mailto:hitze-gesundheit@kreis-guetersloh.de)





### Sommer Sonne Hitzetipps

Wie bei Hitze einen kühlen Kopf bewahren?  
Wie auf den Klimawandel reagieren?

Das erfahren Sie 14 Wochen lang, jeden Sonntag in unseren Tipps zum Thema Gesundheit und Klimaschutz im Sommer.

Eine Kooperation der Abteilung Gesundheit & des Sachgebiets Klimaschutz

### Der Hitzekönig

TIPPS FÜR DAS RICHTIGE VERHALTEN BEI HITZE



Für Mensch und Umwelt





# Gesundheitsbezogener Hitzeschutz



## Was läuft aktuell....

**Kreis Gütersloh**  
weltgewandt & bodenständig

**1. Betroffenheit durch Hitze**

1.1 Hat Sie starke Hitze in den vergangenen Sommern im Kreis Gütersloh bereits belastet?\*

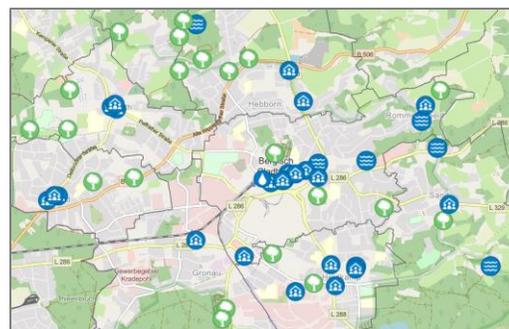
weil ich nicht    keine Hitzebelastung    eher weniger    gelegentlich    sehr oft

1.2 Wie haben Sie sich bisher vor extremer Hitze geschützt?\*

Mehrfachnennung möglich

- heiße Straßen / Plätze meiden
- schattige Plätze zur Erholung aufsuchen
- kühle Innenräume aufsuchen
- andere / leichte Ernährung
- angepasste Medikation
- angepasste Kleidung (z.B. Kopfbedeckung, luftige Kleidung)

2025	Veranstaltung	Ort
Di, 22.4.	Senioren-Café, Haus der Caritas	Rheda-Wiedenbrück
Do, 8.5.	AWO Böhmerstr. 13	Gütersloh
Do, 15.5.	DRK	Herzebrock-Clarholz
Do, 22.5.	AG-Wofa und Seniorenbeirat	Langenberg
Di, 27.5.	AG Wofa	Gütersloh - Spexard
Do, 5.6.	Kreisfamilienzentrum – Remise / Kisker 2	Halle (Westf.)
Do, 12.6.	Treffpunkt Avenwedde Mitte	Avenwedde
Di, 24.6.	Ev. Johanneswerk gGmbH Matthias-Claudius-Haus	Steinhagen
Do, 17.7.	Evangelischen Gemeindezentrum - DRK – Madeleine Schwichtenhövel	Borgholzhausen
Di, 26.8.	Haus Tiefenstraße im Ev. Gemeindehaus	Werther



# Gesundheitsbezogener Hitzeschutz



## Was ist in Planung....

- Thementisch BIGS (1. Juni-Woche)
- Social-media Kampagne mit Abt. Umwelt
- Sensibilisierung Hausarztpraxen im Kreis
- Postkarte: Hitzebedingte Notfälle





# Kontakt:

[Hitze-Gesundheit@kreis-guetersloh.de](mailto:Hitze-Gesundheit@kreis-guetersloh.de)

# Vielen Dank!