

PROJEKTIDEE **Schnackbänke**

Projekt-Name	Schnackbänke
Möglicher Auftraggeber oder Initiator	Kreis Ostholstein
Mögliche Kooperationspartner	Diakonisches Werk Ostholstein, FSB (Flexible soziale Begleitung)
Projekt-Ziel(e)	- Förderung sozialer Begegnungen: Menschen im öffentlichen Raum zu spontanen Gesprächen anregen und neue soziale Kontakte ermöglichen. - Abbau von Einsamkeit: Einsamkeit und soziale Isolation im Alltag reduzieren, besonders in stark frequentierten Sozialräumen. - Schaffung niedrigschwelliger Kommunikationsorte: Bestehende Parkbänke symbolisch als sichere, offene Orte des Austauschs kennzeichnen. - Aktivierung von Kommunen: Städte und Gemeinden in ein gemeinschaftliches Projekt einbinden, ohne finanziellen oder organisatorischen Aufwand für sie. - Stärkung des sozialen Miteinanders: Aufmerksamkeit für ein wertschätzendes Miteinander, Zuhören und gegenseitige Unterstützung im öffentlichen Raum fördern.
Inhaltliche Schwerpunkte	- Markierung vorhandener Parkbänke als „Schnackbank“ zur bewussten Einladung zu Austausch, Gesprächen und Begegnungen. - Sensibilisierung für das Thema Einsamkeit und Förderung eines offenen, wertschätzenden Miteinanders im öffentlichen Raum. - Nutzung zentraler und gut frequentierter Orte (z. B. Parks, Dorfplätze, Promenaden), um soziale Kontakte sichtbar und niedrigschwellig zu ermöglichen. - Etablierung eines leicht zugänglichen Angebots, das ohne Aufwand oder Schwellenangst genutzt werden kann. - Kooperation mit Städten und Gemeinden, um geeignete Bänke auszuwählen und in bestehende Sozialräume eingebettet zu sein
Zielgruppe	Die Schnackbänke richten sich an alle Menschen, die im öffentlichen Raum unterwegs sind und offen für ein Gespräch oder eine kurze Begegnung sind. Besonders angesprochen werden: - Personen, die sich einsam fühlen oder wenige soziale Kontakte haben. - Senior*innen und Menschen, die im Alltag wenig Austausch erleben. - Passant*innen, Spaziergänger, Familien oder Sporttreibende, die offene Begegnungen schätzen. - Menschen, die neu in der Gemeinde sind und Anschluss suchen. - Bürger*innen, die sich für ein freundliches, lebendiges Miteinander engagieren möchten
Maßnahmen und Ablauf	

	1. Auswahl geeigneter Standorte - Kontaktaufnahme mit den Gemeinden zur Teilnahme am Projekt. - Rückmeldung der Kommune, welche 2–5 Parkbänke sich eignen (zentrale, gut frequentierte Orte). - Gemeinsame Abstimmung der finalen Standorte. 2. Gestaltung und Herstellung der Schilder - Entwicklung eines wetterfesten Schilddesigns mit dem Motto „Gemeinsam statt einsam“. - Produktion der Schilder durch den Projektträger (keine Kosten für die Gemeinde). 3. Montage der Schilder - Lieferung der Schilder an die Gemeinde oder direkte Anbringung durch das Projektteam. - Befestigung mittels wetterfestem Spiegelklebeband, ohne Eingriff in die Bänke. 4. Öffentlichkeitsarbeit - Information der Bürger*innen über das Angebot (Presse, Gemeindeseite, Social Media). - Vorstellung des Projekts im Rahmen lokaler Netzwerke oder Veranstaltungen.
Zeitraumen	Oktober 2025 bis voraussichtlich Dezember 2028
Voraussichtliche Kosten oder evtl. Fördermittel	Schilder sind bereits angeschafft (150 Stück)
Besonderheiten	- Niederschwelliger sozialer Mehrwert: Das Projekt schafft eine ungezwungene, offizielle Plattform für spontane Begegnungen. Es bekämpft Einsamkeit im Alltag, indem es eine klare Aufforderung zur Kontaktaufnahme in den öffentlichen Raum trägt. - Minimal-invasive Skalierbarkeit: Die Umsetzung ist schnell, kostengünstig und erfolgt ohne Eingriff in die kommunale Infrastruktur (keine baulichen Maßnahmen, nur Anbringung von Schildern). Dies ermöglicht eine einfache und schnelle Übertragung auf viele weitere Gemeinden. - Vollständige Entlastung der Kommune: Der Projektträger trägt die gesamten Produktions- und Designkosten der Schilder. Die Kommune wird lediglich in die Standortwahl (für maximale Frequenz) und die lokale Kommunikation eingebunden, was die Partizipation erleichtert
Benötigtes Material	Schilder, wetterfestes Klebeband
Sonstiges	
Name/Kontakt für Rückfragen	Janek Köhler, Tom Lunau, Björn Streich, Ulrike Radden Telefon: 0173 8370973 Mail: gemeinsam@kreis-oh.de

PROJEKTIDEE **Schnackbus**

Projekt-Name	Schnackbus
Möglicher Auftraggeber oder Initiator	Kreis Ostholstein
Mögliche Kooperationspartner	Diakonisches Werk Ostholstein, FSB (Flexible soziale Begleitung)
Projekt-Ziel(e)	• Menschen in ihrem Sozialraum erreichen und ihnen einen sicheren, offenen Ort für Austausch, Begegnung und Zugehörigkeit bieten. • Niedrigschwellige, kultursensible psychosoziale Unterstützung ermöglichen und Barrieren zur Inanspruchnahme von Hilfe abbauen. • Soziale Isolation reduzieren, Kontakte fördern und gemeinschaftliche Teilhabe stärken. • Menschen befähigen, eigene Anliegen, Ideen und Bedürfnisse einzubringen und die Umsetzung aktiv mitzugestalten. • Bei Bedarf individuelle Beratung sowie Vermittlung weiterführende Hilfen sicherstellen und Orientierung im Hilfesystem geben.
Inhaltliche Schwerpunkte	Der Schnackbus bietet niedrigschwellige aufsuchende psychosoziale Unterstützung direkt im Lebensumfeld der Menschen. Er schafft einen offenen Begegnungsraum für Austausch, Zugehörigkeit und gemeinsames Miteinander. Zentrale Schwerpunkte sind die Förderung von Teilhabe und sozialen Kontakten, kultursensible und inklusive Gestaltung aller Angebote, die Beteiligung der Menschen an Ideen und Aktivitäten sowie bei Bedarf die Vermittlung und Bereitstellung professioneller psychosozialer Beratung.
Zielgruppe	Menschen die von Einsamkeit betroffen oder bedroht sind
Maßnahmen und Ablauf	Der Bus erscheint in wiederkehrender Regelmäßigkeit an bestimmten Tagen, zu bestimmten Zeiten, an bestimmten Orten in Ostholstein um die Menschen dort aufsuchen, wo sie leben, sich auskennen und sich sicher fühlen – in ihrem Sozialraum. Er wird für alle interessierten Menschen gut erreichbar sein – im persönlichen oder telefonischen Kontakt oder per E-Mail. Jede Art der Kontaktaufnahme erfährt persönliche Resonanz, um Vertrauen und Zuverlässigkeit zu vermitteln sowie persönliche oder umgebungsbedingte Barrieren zur Nutzung abzubauen. Der „Schnackbus“ als flexible Institution der Begegnung und Beratung ist offen für soziale Veranstaltungen, Aktionen und Feste offen und kann Teil von anderen Veranstaltungen sein und proaktiv spezielle Themen und Inhalte aufgreifen, bündeln und vermitteln.

**AG „Einsamkeit vorbeugen und Alltagstätigkeiten unterstützen
für ältere Menschen im Kreis Ostholstein“ – Übersicht Projektskizzen**



Zeitraumen	Oktober 2025- voraussichtlich Dezember 2028
Voraussichtliche Kosten oder evtl. Fördermittel	Tank, eventuelle Reparaturen am Bus, Innenausstattung optimieren
Besonderheiten	Der Schnackbus kombiniert aufsuchende psychosoziale Hilfe mit einem offenen, mobilen Begegnungsraum und erreicht Menschen direkt in ihrem sozialen Umfeld. Er bietet maximale Niederschwelligkeit, persönliche Ansprache und Verlässlichkeit. Durch seine Mobilität kann er flexibel in verschiedenen Sozialräumen eingesetzt Werden und verbindet informelle Begegnung mit professioneller Unterstützung, kultursensibler Offenheit und echter Mitgestaltung der Menschen vor Ort.
Benötigtes Material	Markise, Standheizung, Stehtisch, „Schnackbank“, Kaffeemaschine
Sonstiges	
Name/Kontakt für Rückfragen	Janek Köhler, Tom Lunau, Björn Streich, Ulrike Radden Telefon: 0173 8370973 Mail: gemeinsam@kreis-oh.de

PROJEKTIDEE

Männerschuppen einrichten

Projekt-Name	Männerschuppen
Möglicher Auftraggeber oder Initiator	Kreis Ostholstein, FD Gesundheit (Gesundheitskonferenz) und FD Soziales (PflKonf) Mehr.Wir – Gemeinsam gegen einsam (Tom Lunau, Diakonie) Seniorenbeirat
Mögliche Kooperationspartner	Bürgerstiftung OH Seniorenbeirat Holzbetrieb (Wulf, Gröhnwoldshorst? Schwanneke Oldenburg?) Ostholsteiner Werkstätten Fahrradgeschäfte (Eutin, Kellenhusen Dat Radhus?) Kreis Ostholstein, FD Gesundheit (Gesundheitskonferenz) und FD Soziales (PflKonf) Mehr.Wir – Gemeinsam gegen einsam
Projekt-Ziel(e)	• Ein Angebot speziell für Männer (von Männern) schaffen; eine Peer-Group • Verbesserung der psychischen Gesundheit, u. der Depressionssymptomatik • Männer finden eine Gruppe, in der sie sich verstanden fühlen, mit den eigenen Gesundheitsproblemen weniger allein – und dann über Gesundheit, Krankheit, Gefühle sprechen; Ratschläge aus Peer-Gruppe besser annehmen
Inhaltliche Schwerpunkte	• Gemeinsame Aktivitäten in einer Männerrunde • Aktivitäten sind nicht fest vorgegeben, hängen von vorhandenen Materialien, Werkzeugen und Räumlichkeiten ab • Arbeiten mit Holz, Metall, Leder, Fahrradreperaturen, Computerkurs, Gartenarbeit, gemeinsames Kochen, Diskussionsrunden • Kommunikation und nebenher Gespräche über Gesundheit • Z.T. Arbeiten für gemeinnützige Zwecke, z.B. Spielzeug-Herstellung für bedürftige Kinder (hilfreich für Männerarbeit: Helfen und Helfenlassen kombinieren)
Zielgruppe	Senioren/Männer im Kreis Ostholstein (insbesondere ab 60 Jahren)
Maßnahmen und Ablauf	- Treffen in der Männergruppe im Männerschuppen 1-2 x/Monat - Männer denken sich für Männer eine Aktivität aus - Männer haben Materialien und Werkzeug und Getränke vorbereitet - Ungezwungenes Zusammenkommen und Produzieren - Überlegen, was im nächsten Zyklus geschehen soll
Zeitraumen	Alle 14 Tage für 2-3 Stunden; über 1 ganzes Jahr und länger
Voraussichtliche Kosten oder evtl. Fördermittel	Miete für Werkstattnutzung oder Kosten für Raumausstattung mit Werkzeugen; Materialkosten, Getränke, Anschaffungskosten für Werkzeuge/Geräte; Personalkosten ? für Leiter? Oder im Ehrenamt Ca. 6.000 Euro (500€/Monat) Perspektive: Refinanzierung über Krankenkassen, Stiftungen
Besonderheiten	Von Männern nur für Männer
Benötigtes Material	Werkgeräte, Werkzeug, Holz, Leder, Eisen, PC oder Laptops Räumlichkeiten, Werkstätten

**AG „Einsamkeit vorbeugen und Alltagstätigkeiten unterstützen
für ältere Menschen im Kreis Ostholstein“ – Übersicht Projektskizzen**



Sonstiges	- Manual/Handbuch von Thomas Altgeld zur Orientierung - evtl. Unterstützung durch LVGNS Landesvereinigung Gesundheit Niedersachsen
Name/Kontakt für Rückfragen	Maren Rohr, FD Gesundheit, Kreis OH m.rohr@kreis-oh.de 04521/ 788-7035 oder 0174/ 9 60 20 38

PROJEKTIDEE **Lesepatenschaften mit Senioren an KiTas**

Projekt-Name	Lesepatenschaften an Kitas
Möglicher Auftraggeber oder Initiator	Bürgerstiftung Neustadt Seniorenbeirat Kreis OH, Gesundheitskonferenz/Gesundheitsplanung
Mögliche Kooperationspartner	Bürgerstiftung Neustadt Seniorenbeirat Deutscher Kinderschutzbund Bürgermeister:in oder Sozialausschuss Kreis OH, Gesundheitskonferenz/Gesundheitsplanung
Projekt-Ziel(e)	Teilhabe von Senioren am Leben mit Kindern Senioren Freude und eine sinnvolle Beschäftigung vermitteln Maßnahme gegen Einsamkeit Kindern Freude am Lesen vermitteln, ihre Lese- / Sprachkompetenz fördern
Inhaltliche Schwerpunkte	- Förderung der Lese- und Sprachfähigkeiten von Kindern über Vorlesen von Büchern, Besprechen von Wimmelbildern, Erzählen mit Geschichtensäckchen - Förderung der kognitiven Leistung von Senioren und der positiven Gefühle/Freude - Ein Senior:in kommt 1x wöchentlich in eine feste KiTa-Gruppe - Vorbeugen von Einsamkeit - Anreiz das Haus zu verlassen, zu KiTa oder Bücherei zu gehen, sich mit anderen Lesepaten auszutauschen
Zielgruppe	- Senioren aus verschiedenen Gemeinden (z.B. über Seniorenbeirat oder Kirche)
Maßnahmen und Ablauf	- LP gewinnen, z.B. auf Seniorenfrühstück/-kaffeenachmittag über Seniorenbeirat, Kirche, DRK, Sozialverband... - Interessierte KiTa gewinnen - Koordinator finden - Vorlesestunde (30-45 min) am Vormittag in fester KiTa-Gruppe - Einführungsworkshop für LP (Orga, Führungszeugnis...) - Vorstellen und Hospitieren an KiTa - Über 6 Monate wöchentlich lesen (evtl. im Tandem arbeiten) - Nach 3 Monaten Austauschtreffen für LP - Nach 5 Monaten Workshop zu von LP vorgeschlagenem Thema
Zeitraumen	wöchentlich vormittags
Voraussichtliche Kosten oder evtl. Fördermittel	Kosten für Bücher nur wenn keine Bibliothek vorhanden Stiftungsgelder Kosten für Koordinationskraft

**AG „Einsamkeit vorbeugen und Alltagstätigkeiten unterstützen
für ältere Menschen im Kreis Ostholstein“ – Übersicht Projektskizzen**



Besonderheiten	Es bedarf pro Gemeinde eines Koordinators/Kümmersers
Benötigtes Material	- Bücher, sind in jeder Bücherei, KiTa oder privat vorhanden, bzw. können angeschafft werden (Vorbild LP+ Bücherei Neustadt, Fr. Murach) - Wimmelbilder - Kamishibai-Erzähltheater - Geschichtensäckchen
Sonstiges	
Name/Kontakt für Rückfragen	Maren Rohr: Karina Murach

PROJEKTIDEE **Spaziergänge/Bewegung mit (Smovey)-Ringen** (Smile and move)

Projekt-Name	Bewegung/Spaziergänge mit Ringen
Möglicher Auftraggeber oder Initiator	- Seniorenbeirat - Sportverein - Gemeinde-Ausschuss - AG „Einsamkeit vorbeugen“ oder AG „Bewegungsförderung“ der GK OH
Mögliche Kooperationspartner	- Seniorenbeiräte (z.B. Grömitz, Hansühn/Wangels, evtl. Oldenburg) - Sportverein - Bürgermeister:in oder Gemeinde-Ausschuss - Dorfkümmerei (Hansühn/Wangels) - Kirche
Projekt-Ziel(e)	Verbesserung der Gesundheit: seelisch und körperlich (Bewegungsförderung, Verbesserung der Koordination), Senior:innen in eine Gruppe bringen; in Bewegung bringen; Soziales Miteinander
Inhaltliche Schwerpunkte	- Einrichtung von Bewegungskursen für (ältere) Menschen - 1x/Woche ein Kurs (in der Natur; oder in der Halle; für Rollstuhlfahrende) - Gehen/Bewegungsübungen mit Ringen (in der Natur/Halle) für ca. 40 Min. (Sitzen, Stehen, in Bewegung oder im Rollstuhl) - Miteinander - Verbesserung v. Ausdauer, Koordination, Lymphsystemfluß, Mobilisierung und Kräftigung der Muskulatur von älteren Menschen
Zielgruppe	(ältere) Menschen, Erwachsene Variante A) Mit normaler Fitness, lauffähig Variante B) Mit weniger Fitness, Gehen (mind. 15-20 Min), oder im Rollstuhl
Maßnahmen und Ablauf	- Smovey-Ringe anschaffen (1 Paar: ca. 110€ pro TN) für 11 Personen= 1210€ a 2 Kurse (an 2 Orten) → 2410 € einmalig - Treffpunkt festlegen (in der Natur, in der (Gilde)Halle - Wöchentliche Treffen - Begrüßung durch Kursleiter:in, Vorstellungsrunde, Einführung - 30 Min. Gehen/Bewegen u. Übungen mit Ringen, z.T. im Stehen an 1 Stelle - Keine besonderen Voraussetzungen oder Schulung nötig
Zeitraumen	- 55 Min. insgesamt: - o 10 Min Begrüßung - o 40 Min. Gehen mit Übungen - o 5 Min. Verabschiedung - 10 - 12 Termine (abhängig v. äußeren Vorgaben/Wünschen „Sport im Park“)
Voraussichtliche Kosten oder evtl. Fördermittel	- Einmalige Anschaffung der Smovey-Ringe (ca. 2420 € für 11 Paare, 2 Kurse) - ÜL-Kosten? (wenn Finanzmittel vorhanden: ja. Sonst freiwillige Spenden TN) - Fördermittel ü. „Sport im Park“ vom LSV SH (500€ für 12 ÜE +Sportverein)
Besonderheiten	- Als Voraussetzung f. Variante A : gewisse „Normal-Fitness“: 15-20 Min Gehen - Info der TN über G.Zustand/Herz-Kreislauf-Erkrankungen an ÜL ist wichtig - Versicherungs-technische Fragen klären (je nach Träger:ÜL,SenBR, Sportverein)
Benötigtes Material	- s.o. Smovey-Ringe (werden gestellt), Schuhe zum Gehen - Indoor-Kurs mit Musik, dafür CD-Player nötig (oder kleine Box)
Sonstiges	- Unkompliziertes Treffen, - Gehen bzw. Bewegen in der Gruppe

**AG „Einsamkeit vorbeugen und Alltagstätigkeiten unterstützen
für ältere Menschen im Kreis Ostholstein“ – Übersicht Projektskizzen**



Name/Kontakt für Rückfragen	- Irene Hartwig, Seniorenbeirat Grömitz: 0152/53986659 - Sabine Jaeger, Privatperson: 0173/9046891
------------------------------------	--

PROJEKTIDEE

Einfach mal miteinander reden

Projekt-Name	Einfach mal miteinander reden
Möglicher Auftraggeber oder Initiator	Privatperson Seniorenbeirat Gemeinde/Stadt
Mögliche Kooperationspartner	Bürgermeister:in oder Sozialausschuss Kreis OH, Gesundheitskonferenz/Gesundheitsplanung, Kreisseniorenbeirat Bürgerstiftung, örtlicher Seniorenbeirat, Kulturvereine
Projekt-Ziel(e)	Soziale Teilhabe von Senioren, einen Raum zum Klönen schaffen Alle Anwesenden können klönen (worüber auch immer) Maßnahme gegen Einsamkeit Freude am Zusammensein mit anderen Niedrigschwelliges, kostengünstiges Angebot bereit halten
Inhaltliche Schwerpunkte	- Raum zum Klönen bereitstellen - Thema ist frei, ist den Teilnehmenden überlassen - Förderung der Geselligkeit u. positiven Gefühle/Freude von Senioren - Anreiz das Haus zu verlassen andere Menschen für gemeinsame Interessen findenA
Zielgruppe	- Senior:innen
Maßnahmen und Ablauf	- Anmeldung des Treffens beim Eigentümer des Hauses - Information an örtliche Presse -
Zeitraumen	Monatlich nachmittags (ab ca. 14:30 Uhr) max. 2 Stunden
Voraussichtliche Kosten oder evtl. Fördermittel	- Evtl. Kosten für Raum - Evtl. Kosten für Keks/Obst/Getränk – kann sich jeder selbst mitbringen
Besonderheiten	Es bedarf pro Gemeinde eines Koordinators, z.B. Seniorenbeirat oder Privatperson
Benötigtes Material	- Raum z.B. Aktiv-Hus Heiligenhafen - Evtl. Getränk - Kleiner Imbiss, Keks
Sonstiges	
Name/Kontakt für Rückfragen	Ilse Hoffmann-Röhr, Tel. 04362 900069, ilse.hoffmannroehr@online.de Wolfgang Röhr, Tel. 04362 900069, roehr.wolfgang@online.de

PROJEKTIDEE **Dorfkümmerei/ Gemeindeschwester bekannter machen**

Projekt-Name	Dorfkümmerei/ Gemeindeschwester bekannter machen
Möglicher Auftraggeber oder Initiator	Kreis, FD Gesundheit, Gesundheitsplanung und Gesundheitskonferenz evtl. Frau Türke, evtl. Frau Voss, BM Wangels
Mögliche Kooperationspartner	Frau Türke, Gemeindeschwester und evtl. Frau Voss, BM Wangels Bürgermeister:in oder Sozialausschuss Bürgerstiftung ?
Projekt-Ziel(e)	- Die Einrichtung bzw. Struktur der Dorfkümmerei und der Gemeindeschwester bekannter bei Bürgermeistern und anderen Entscheidungs- und Kostenträgern machen - Wege zur Einführung und Finanzierungsmöglichkeiten aufzeigen
Inhaltliche Schwerpunkte	- Infomaterial zusammenstellen: TwoPager - Bürgermeister /Entscheider einladen zu Infoveranstaltung - Oder: auf bestehender Versammlung der BM einen TOP erwirken - Vorstellung der beiden Modelle mit ihren Vorteilen - Evtl. Unterstützung falls BM sich zur Einführung entscheiden
Zielgruppe	- Bürgermeister - Ausschüsse in Gemeinde/Stadt: für Soziales, Gesundheit, gesellschaftliche Angelegenheiten, deren Vorsitzende
Maßnahmen und Ablauf	- Infomaterial zusammenstellen: TwoPager mit Bedeutung der Lotsenfunktion und aufsuchender Hilfe; Beantragungsweg, Finanzierungsmöglichkeiten, Erfolge in Wangels und T.dorfer Strand - Bürgermeister /Entscheider einladen zu Infoveranstaltung - Oder: auf bestehender Versammlung der BM einen TOP erwirken - Vorstellung der beiden Modelle mit ihren Vorteilen - Evtl. Unterstützung falls BM sich zur Einführung entscheiden
Zeitraumen	
Voraussichtliche Kosten oder evtl. Fördermittel	- Evtl. Kosten für Vortrag der Gemeindeschwester bzw. der Dorfkümmerei und der PilotBM - Evtl. Kosten für Keks/Obst/Getränk auf Infoveranstaltung - Evtl. Kosten für Layout des Infomaterials
Besonderheiten	
Benötigtes Material	- TwoPager oder ähnliches - Raum für InfoVA - Evtl. Getränk, Kleiner Imbiss, Keks auf InfoVA
Sonstiges	
Name/Kontakt für Rückfragen	Maren Rohr, Kreis OH, Gesundheitsplanung: 174/ 9 60 20 38 Evtl. Frau Türk Evtl. Christin Voss, BM Wangels, 0160 94621639,

PROJEKTIDEE

Nachbarschaftshilfekurs für Youngsters

Projekt-Name	Nachbarschaftshilfekurs für Youngsters
Möglicher Auftraggeber oder Initiator	Pflegestützpunkt im Kreis Ostholstein
Mögliche Kooperationspartner	Kreisberufsschulen Gymnasium (letzte Jahrgangsstufe) Bürgerstiftung Eutin (Schüler treffen Senioren)
Projekt-Ziel(e)	Gestärktes Netz an jungen Nachbarschaftshelfern im Kreis für die Unterstützung für SeniorInnen im Alltag
Inhaltliche Schwerpunkte	Der Nachbarschaftshelferkurs qualifiziert zur Ausübung von unterstützender Hilfe im Alltag von pflegebedürftigen Personen, wie beispielsweise beim Einkaufen oder im Haushalt. Die ehrenamtlichen Nachbarschaftshelfer/innen leisten nach Abschluss dieses Kurses eine verlässliche betreuende, organisatorische, beratende, aber auch emotionale Unterstützung im häuslichen Bereich der pflegebedürftigen Personen und sind berechtigt eine Aufwandsentschädigung mit der zuständigen Pflegekasse abzurechnen (gemäß SGB XI, § 45b). • Rahmenbedingungen und Tätigkeiten in der Nachbarschaftshilfe • Rechtliche Grundlagen • Kommunikation und Stressmanagement • Umgang mit Beeinträchtigungen und deren Auswirkungen im Alltag • Umgang mit Notfallsituationen • Grundkenntnisse über die Pflege und Betreuung spezieller Krankheitsbilder • Registrierung beim Landesamt für soziale Dienste (inkl. Abrechnung)
Zielgruppe	Youngsters ab 18 Jahren Senioren im Kreis Ostholstein Pflegebedürftige ab PG 1 -> Entlastungsbetrag § 45b SGB XI
Maßnahmen und Ablauf	Schulen auswählen, anschreiben und Interesse erfragen Durchführung Nachbarschaftskurse für ausgewählte Schulen Bekanntmachung des Projekts: ➔ Kurzfilm für Social Media ➔ Platzierung bei der EngagementBörse des Kreises OH ➔ Verlinkung über die Homepage des PSP OH
Zeitraumen	Entsprechend der Alltagsförderungsverordnung 8 Unterrichtseinheiten: 2 Nachmittage je 4 Unterrichtsstunden Vor- und Nachbereitung der jeweiligen Kurseinheiten

**AG „Einsamkeit vorbeugen und Alltagstätigkeiten unterstützen
für ältere Menschen im Kreis Ostholstein“ – Übersicht Projektskizzen**



Voraussichtliche Kosten oder evtl. Fördermittel	Anschubfinanzierung über Fördermittel des Projekts Perspektive: Refinanzierung über Krankenkassen Personalkosten, Werbekosten (Kurzfilm) 15 .000 Euro
Besonderheiten	Generationsübergreifendes Projekt Akzeptanz und Offenheit der Schulen Erreichbarkeit der Youngsters
Benötigtes Material	Unterrichtsmaterial für NBH-Kurs, Räumlichkeiten
Sonstiges	Zertifikat als Nachbarschaftshelfer über Landesamt erhalten
Name/Kontakt für Rückfragen	Pflegestützpunkt im Kreis Ostholstein

PROJEKTIDEE

Präventive Hausbesuche 75+ Eutin

„Früh erkennen, klug lotsen, Teilhabe stärken“

Projekt-Name	Präventive Hausbesuche 75+ Eutin – „Früh erkennen, klug lotsen, Teilhabe stärken“
Möglicher Auftraggeber oder Initiator	Pflegestützpunkt Ostholstein – Standort Eutin AG „Einsamkeit vorbeugen und Alltagstätigkeiten unterstützen“ im Kreis Ostholstein
Mögliche Kooperationspartner	MehrWir / Diakonie Ostholstein: Öffentlichkeitsarbeit und Beratung Wohlfahrtsverbände (AWO, DRK, Caritas) Einwohnermeldeamt, Stadt Eutin (Bürgermeister) Seniorenbeirat Eutin: Unterstützung vor Ort Kirchengemeinden und Hausarztpraxen: Information und Kontaktvermittlung Bürgerbus Eutin, Ehrenamtsbörse Apotheken und lokale Gesundheitsnetzwerke
Projekt-Ziel(e)	• Frühzeitige Erkennung von Einsamkeit, Sturz- und Unterstützungsrisiken bei Menschen ab 75 Jahren • Prävention durch strukturierte Hausbesuche mit Kurzscreenings • Individuelle Lotsung in konkrete Unterstützungsangebote • Stärkung von Selbstständigkeit, Sicherheit und sozialer Einbindung • Aufbau eines nachhaltigen Modells für präventive Seniorenarbeit im Kreis Ostholstein
Inhaltliche Schwerpunkte	• Entwicklung und Erprobung eines standardisierten Hausbesuchs-Programms • 80 Erstbesuche im Pilotzeitraum • Kurzscreenings zu Mobilität, Ernährung, Einsamkeit und Wohnumfeld • Datenschutzkonforme Dokumentation und Evaluation
Zielgruppe	Senioren und Seniorinnen ab 75 Jahren mit Wohnsitz in Eutin, ohne Pflegegrad
Maßnahmen und Ablauf	1. Identifikation und Einladung der Stichprobe über Briefe (Verfasser der Einladung sollte der Kreis OH oder die Stadt Eutin (Bürgermeister) sein), Größe der Stichprobe ca. 300 Personen 2. Hausbesuch (60–90 Min.) mit Leitfadengespräch, Kurzscreenings und Wohnumfeld-Check 3. Individuelle Lotsung in bestehende Angebote (z. B. Bürgerbus, Rehasport, Nachbarschaftshilfe, Techniksprechstunde) 4. Telefonische Kontaktaufnahme nach 2–6 Wochen zur Klärung offener Bedarfe 5. Dokumentation, Qualitätssicherung und quartalsweises Reporting
Zeitraumen	Pilotlauf über 12 Monate: 80 Hausbesuche und telefonische Kontaktaufnahme im Anschluss, ggf. Nachbesuche ➔ Vorbereitung und Schulung: 40h ➔ Durchführung der Hausbesuche: 148h ➔ Evaluation und Abschlussbericht: 26h
Voraussichtliche Kosten oder evtl. Fördermittel	Gesamtbudget: 15.000 € (ca. 214 Stunden à 70 € Personal- und Sachkosten) (Fahrtkosten, Materialkosten, Marketing, etc.) Schaffung einer Beschäftigung auf Mini-Job Basis Mögliche Fördermittel: Landkreis Ostholstein, Krankenkassen, Präventionsfonds oder kommunale Programme
Besonderheiten	• Lokale Adaption eines erfolgreichen dänischen Präventionsmodells • Nutzung vorhandener Strukturen und Partnernetzwerke • Messbare Erfolgsindikatoren (Lotsenquote $\geq 65\%$, Zufriedenheit $\geq 80\%$)

**AG „Einsamkeit vorbeugen und Alltagstätigkeiten unterstützen
für ältere Menschen im Kreis Ostholstein“ – Übersicht Projektskizzen**



	• Datenschutzkonzept mit Einwilligungs- und Löschfristen • Skalierbarkeit auf weitere Gemeinden bei erfolgreichem Piloten
Benötigtes Material	Gesprächsleitfäden und Screeningbögen Informationsmaterial und Einladungsunterlagen Tablets/Laptops zur Datenerfassung Roll-ups und One-Pager für Öffentlichkeitsarbeit
Sonstiges	Öffentlichkeitsarbeit über Einladungswellen ab 75. Geburtstag, Schnackbänke, Hausarztpraxen und Kirchengemeinden. Laufende Auswertung und Optimierung Übertragbares Konzept zur Kreisausweitung nach erfolgreicher Pilotphase
Name/Kontakt für Rückfragen	Pflegestützpunkt Ostholstein

Das Projekt „Präventive Hausbesuche 75+ Eutin“ stärkt die Selbstständigkeit und Teilhabe älterer Menschen.

Durch strukturierte, präventive Hausbesuche werden Risiken wie Einsamkeit, Sturzgefahr und Pflegebedarfe frühzeitig erkannt.

Senior:innen erhalten Orientierung und konkrete Anschlussangebote.

Das **Pilotprojekt** vernetzt bestehende Strukturen des Pflegestützpunkts, sozialer Dienste und Ehrenamtsinitiativen – ein **übertragbares Modell für ganz Ostholstein**.

PROJEKTIDEE

Spielenachmittage

Projekt-Name	Spiele- und Kaffeenachmittage
Möglicher Auftraggeber oder Initiator	Sozialverband Deutschland Ortsverband Eutin
Mögliche Kooperationspartner	
Projekt-Ziel(e)	Teilhabe, Altenhilfe
Inhaltliche Schwerpunkte	Förderung der kognitiven Fähigkeiten, der Einsamkeit entfliehen Anreiz das Haus zu verlassen, zum Ort des Geschehens gemeinsam, im Idealfall, mit anderen Teilnehmern zu bewegen
Zielgruppe	Senioren aus Eutin und Umgebung
Maßnahmen und Ablauf	Kaffee- und Spielenachmittag Jeder Teilnehmer bekommt Kaffee/Tee und Kuchen, anschließend wird in verschiedenen geselligen Runden gespielt. Ganz nach den Wünschen der Teilnehmer. Skat, Kniffel, Rummikub, Skipo, div. Würfelspiele, Esel, Scrabble u.v.m. ist vorhanden
Zeitraumen	14-tägig 14:00 - 17:00 Uhr
Voraussichtliche Kosten oder evtl. Fördermittel	15,00 € halbjährlich
Besonderheiten	Der OV Eutin SoVD wird ehrenamtlich geführt und basiert auf dem Solidaritätsprinzip, um Angebote zu gewährleisten
Benötigtes Material	Gute Laune Spiele vorhanden
Sonstiges	Einfach einmal ausprobieren, ob es für die betreffende Person infrage kommt und das Angebot annimmt.
Name/Kontakt für Rückfragen	Heidemarie Kunze Vorsitzende OV Eutin Tel. 04521-4016276 oder 830320 E-Mail: ov.eutin@sovd-sh.de Heidemarie Kunze Ehrenamtssachbearbeiterin SoVD SBZ Eutin Tel. 04521-7797777 Heidemarie.Kunze@sovd-sh.de

PROJEKTIDEE „Zum Essen auf Rädern“

Projekt-Name	„Zum Essen auf Rädern“
Möglicher Auftraggeber oder Initiator	DRK Ostholstein
Mögliche Kooperationspartner	Bürgermeister:in oder Sozialausschuss in ausgewählter Gemeinde/Stadt Kreis OH, Gesundheitskonferenz/Gesundheitsplanung Mehr.Wir / Gemeinsam statt einsam Kirche Bürgerstiftung ?
Projekt-Ziel(e)	- Gemeinsames Essen - Soziales Miteinander/Teilhabe
Inhaltliche Schwerpunkte	- Menschen werden an einen Ort gefahren (mit DRK-Bus) - Essen dort gemeinsam - und unterhalten sich evtl. - Mahlzeiten werden vom DRK geliefert - Raum finden
Zielgruppe	-
Maßnahmen und Ablauf	-
Zeitraumen	
Voraussichtliche Kosten oder evtl. Fördermittel	Werden noch abgeklärt (z.Zt. innerhalb der DRK) -
Besonderheiten	- Planung ist noch nicht beendet, sondern befindet sich im Prozess
Benötigtes Material	- Raum -
Sonstiges	
Name/Kontakt für Rückfragen	Henning Meinecke DRK Fachlicher Vorstand, Kreisgeschäftsstelle 23701 Eutin, Waldstrasse 6 Telefon: 04521 8003 202 E-Mail: henning.meinecke@drk-oh.de

PROJEKTIDEE

Digitalkompetenzen von Senioren verbessern

Projekt-Name	DiKomBi60+
Möglicher Auftraggeber oder Initiator	Stiftung digitale Chancen Kreis OH
Mögliche Kooperationspartner	Kreis -Seniorenbeirat Orts-Seniorenbeirat Bürgermeister:in oder Sozialausschuss in ausgewählter Gemeinde/Stadt Kreis OH, Gesundheitskonferenz/Gesundheitsplanung
Projekt-Ziel(e)	Digitalkompetenzen von Senioren verbessern
Inhaltliche Schwerpunkte	- Vorträge vor Multiplikator:innen - Schulungen zu: • GesundheitsApps • Smartphone, Tablet und Co, sinnvoll einsetzen • KI-Wer braucht das schon? Hintergrund, Beispiele • Bestellen und bezahlen: Wie Sie sicher im Internet einkaufen
Zielgruppe	- Senioren - Menschen, insbesondere ab 60 Jahren (Hauptamt, Ehrenamt)
Maßnahmen und Ablauf	- Online-Schulungen (zu Digital-Lotsen) - Besuch von Online-Themenstunden (1h) - Evtl. Treffen von allen Interessierten in 1 großem Raum (z.B. OH-Saal) mit Kaffee/Keks und Möglichkeit zum Zuschalten zur Online-Themenstunde/Schulung - Extra-Termin für OH (online), um Gruppe vorzubereiten
Zeitraumen	- Bis März 2028 kostenlos - Über Stiftung digitale Chancen - Evtl. über AktivRegion Wagrien und Fehmarn
Voraussichtliche Kosten oder evtl. Fördermittel	- Bis März 2028 kostenlos - Förderung durch Stiftung digitale Chancen - Evtl. auch über AktivRegion Wagrien u. Fehmarn
Besonderheiten	
Benötigtes Material	- Laptops bzw. PC - Ggf. 1 Raum, mit PC, Monitor, Lautsprecher etc
Sonstiges	
Name/Kontakt für Rückfragen	Mara Becker , DiKomBi60+ /Digitale Kompetenzen und Bildung für Menschen 60+ Stiftung Digitale Chancen Tel. 0155 65 26 96 69 m.becker@digitale-chancen.de Maren Rohr , Kreis OH