



## 6. Bundeskonferenz „Gesund und aktiv älter werden“

Von *voelker-albert*

Erstellt am 16 Mai 2019 - 10:21

Ressourcen fördern, Gesundheit älterer Menschen stärken

6. Bundeskonferenz „Gesund und aktiv älter werden“

Ältere Menschen in Deutschland haben eine positive Einstellung zum Alter und eine starke Widerstandsfähigkeit trotz gesundheitlicher Einschränkungen – zugleich wird das hohe Alter aber auch als Herausforderung für die Psyche betrachtet. Das sind erste Ergebnisse der Hochaltrigkeitsstudie „Altern in Balance: Herausforderungen und Chancen des hohen Alters für das Individuum, die Gesellschaft, die Kultur – eine Vielfalt der Perspektiven auf Gesundheit“, die heute im Rahmen der 6. Bundeskonferenz der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) „Gesund und aktiv älter werden“ in Berlin vorgestellt wurde. Die Zahl alter und hochaltriger Menschen in Deutschland steigt – und damit rücken die Themen Gesundheitsförderung und Prävention in dieser Lebensphase zunehmend in den Fokus.

Anlässlich der Konferenz erklärt Sabine Weiss, Parlamentarische Staatssekretärin beim Bundesminister für Gesundheit: „Wir wollen mit dieser Bundeskonferenz ganz bewusst ein breites Themenspektrum abdecken, das von der Stärkung sozialer Teilhabe älterer Menschen über mehr Bewegungsförderung bis hin zur Unterstützung von pflegenden Angehörigen und Menschen mit Demenz reicht. Bundesweit sind heute bereits sechs Prozent der Bevölkerung 80 Jahre und älter. Ressourcen im Alter zu stärken, ist angesichts des demografischen Wandels von großer Bedeutung.“

Dr. Heidrun Thaiss, Leiterin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, betont: „Erste Ergebnisse unserer BZgA-Hochaltrigkeitsstudie zeigen, dass der Grad der Pflegebedürftigkeit und sozialstrukturelle Merkmale wie Bildung, Einkommen, soziale Teilhabe und Wohnort einen großen Einfluss auf die Lebenszufriedenheit und das gesundheitliche Befinden haben. Wichtige Schlüsselfaktoren sind dabei die soziale und die körperliche Aktivität. Daher liegt ein Schwerpunkt unserer Arbeit als BZgA auf der Bewegungsförderung in den verschiedenen Lebenswelten älterer Menschen.“

Mit dem AlltagsTrainingsProgramm für ältere Menschen und dem Lübecker Modell Bewegungswelten speziell für Pflegeeinrichtungen verfügt die BZgA über erprobte Modelle, die als Teil eines komplexen Lebensweltansatzes zur Bewegungsförderung von älteren Menschen eingesetzt werden.

Im Rahmen der Bundeskonferenz werden erste Ergebnisse aus der Studie „Altern in Balance: Herausforderungen und Chancen des hohen Alters für das Individuum, die Gesellschaft, die Kultur – eine Vielfalt der Perspektiven auf Gesundheit“ präsentiert, die im Auftrag der BZgA vom Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg durchgeführt wurde. Sie beleuchtet das Thema der Gesundheit Älterer aus unterschiedlichen Perspektiven – befragt wurden neben älteren Menschen auch Expertinnen und Experten aus der Pflege und Medizin, der Kommunalpolitik sowie Medienschaffende.

Dazu Studienleiter Prof. Dr. Andreas Kruse: „Die Studienergebnisse belegen, dass die Lebenseinstellung der Befragten und ihre Sicht auf das Alter überwiegend positiv sind. Zugleich wird das hohe Alter jedoch auch als wirkliche Herausforderung betrachtet. Die verantwortliche Selbst- und Weltgestaltung wie auch gesundheitsbezogenes Engagement älterer Menschen sind vergleichsweise stark ausgeprägt, sowohl in den hohen als auch in den höchsten Altersgruppen.“ Daher ist die Förderung von sozialer Teilhabe und von Möglichkeiten des Engagements für andere von zentraler Bedeutung für Menschen im sehr hohen Alter.



## 6. Bundeskonferenz „Gesund und aktiv älter werden“

Veröffentlicht auf medkom24 (<http://www.medkom24.eu>)

---

Die Bundeskonferenz zeigt Ansätze zur Förderung von Mobilität, Teilhabe und Lebensqualität älterer Menschen auf und nimmt darüber hinaus auch die Gesundheit pflegender Angehöriger sowie Möglichkeiten der Prävention und Unterstützung für Menschen mit Demenz in den Blick.

Weitere Informationen zur Bundeskonferenz:

<https://www.gesund-aktiv-aelter-werden.de/bzga-konferenzen/bzga-bundesko...> [1]

Die Angebote AlltagsTrainingsProgramm und Lübecker Modell Bewegungswelten sind Teil des BZgA-Programms „Älter werden in Balance“, das vom Verband der Privaten Krankenversicherung e. V. unterstützt wird.

AlltagsTrainingsProgramm:

<https://www.aelter-werden-in-balance.de/atp/was-ist-das-atp/> [2]

Lübecker Modell Bewegungswelten:

<https://www.aelter-werden-in-balance.de/lmb/was-ist-das-lmb/> [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 04:11):** <http://www.medkom24.eu/node/24007>

### Links:

[1] <https://www.gesund-aktiv-aelter-werden.de/bzga-konferenzen/bzga-bundeskonferenzen/2019/>

[2] <https://www.aelter-werden-in-balance.de/atp/was-ist-das-atp/>

[3] <https://www.aelter-werden-in-balance.de/lmb/was-ist-das-lmb/>