

## Gesund und aktiv älter werden

Die Lebenserwartung in Deutschland ist in den letzten Jahrzehnten kontinuierlich gestiegen. Damit einher geht auch der Wunsch, die zusätzlichen Lebensjahre in möglichst hoher Lebensqualität und guter Gesundheit zu verbringen. In einer Gesellschaft, in der auch chronische Erkrankungen zunehmen, kann dies nur durch eine zielgerichtete Stärkung von Prävention und Gesundheitsförderung gelingen.

Wir wissen heute, dass Prävention in jedem Alter wirkt – je früher, desto besser. Aber es ist auch nie zu spät, etwas für die Gesundheit zu tun. Pflegebedürftigkeit zu verhindern oder so lange wie möglich zu vermeiden ist eine Frage der Lebensqualität und auch der Verringerung von Kosten für die Kommunen und Sozialversicherungen. Der Sachverständigenrat zur Begutachtung der Entwicklung im Gesundheitswesen empfiehlt deshalb, Prävention und Gesundheitsförderung im Alter höchste Priorität beizumessen.

Die Fachtagung „Gesund und aktiv älter werden“ thematisiert die Herausforderungen unserer älter werdenden Gesellschaft und gibt Impulse, wie Gesundheitsförderung im Alter gestaltet werden kann. In themenbezogenen Workshops diskutieren die Teilnehmenden aus Wissenschaft, Politik, Verbänden und Praxis, wie Selbstständigkeit erhalten und gesunde Lebensstile und Bewegung bei älteren Menschen gefördert werden können. Themen sind neben kommunalen Strategien, erfolgreichen Zugängen und Partizipation von älteren Menschen auch die Versorgung und Beratung von älteren Patientinnen und Patienten.

Im Rahmen der Fachtagung werden auch die Gewinnerinnen und Gewinner des Preises des Bundesverbands der Betriebskrankenkassen BKK „Vorbildliche Praxis 2010: Gesund im Alter: Selbstbestimmt wohnen und aktiv bleiben“ prämiert. Informationen zum Preis finden Sie unter [www.armut-und-gesundheit.de](http://www.armut-und-gesundheit.de).

## Fachtagung



## Gesund und aktiv älter werden

### Satellitenveranstaltung des 16. Kongress Armut und Gesundheit

Donnerstag, 2. Dezember 2010  
10.00 bis 17.00 Uhr

Rathaus Schöneberg  
John-F.-Kennedy-Platz  
10825 Berlin

Veranstaltungsort:  
Rathaus Schöneberg · John-F.-Kennedy-Platz · 10825 Berlin

Das Tagungsgebäude ist barrierefrei zu erreichen von der Freiherr-vom-Stein-Straße, Portal 2. Fahrstühle, behindertengerechte WCs und Behindertenparkplätze sind vorhanden.



Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung



Niedersachsen e.V.



Gesundheit Berlin-Brandenburg e.V.  
Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung



Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung



Niedersachsen e.V.



GESUND & AKTIV ÄLTER WERDEN

### Anmeldung und Information

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos.  
Bitte melden Sie sich bis zum **26. November 2010** an.

Anmeldung bitte senden an:

Gesundheit Berlin-Brandenburg  
„Gesund und aktiv älter werden“  
Friedrichstraße 231, 10969 Berlin

per Fax an: (030) 44 31 90 63  
oder per Email an: [satellit@gesundheitberlin.de](mailto:satellit@gesundheitberlin.de)

Anmeldung im Internet: [www.satellit.gesundheitberlin.de](http://www.satellit.gesundheitberlin.de)

Ich möchte an folgenden Workshops teilnehmen:

- |                 |            |                          |            |                          |
|-----------------|------------|--------------------------|------------|--------------------------|
| Themenblock I   | Workshop 1 | <input type="checkbox"/> | Workshop 2 | <input type="checkbox"/> |
| Themenblock II  | Workshop 1 | <input type="checkbox"/> | Workshop 2 | <input type="checkbox"/> |
| Themenblock III | Workshop 1 | <input type="checkbox"/> | Workshop 2 | <input type="checkbox"/> |

Meine  dienstliche  private Kontaktadresse lautet:

Name, Vorname:

Institution:

Straße:

PLZ/Ort:

Telefon:

Telefax:

E-Mail:

Unterschrift:



Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung



Niedersachsen e.V.



Gesundheit Berlin-Brandenburg e.V.  
Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung



Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung



Niedersachsen e.V.



GESUND & AKTIV ÄLTER WERDEN

# PROGRAMM

10.00-11.15 Uhr Eröffnungsveranstaltung

## Grußworte

*Sibyll Klotz*, Bezirksamt Tempelhof-Schöneberg von Berlin  
*Prof. Dr. Elisabeth Pott*, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

## Einführungsvorträge

### Älter werden, aktiv bleiben – eine Herausforderung in Zeiten zunehmender Langlebigkeit

*Prof. Dr. Ursula Lehr*, Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO)

### Gesundheitsförderung im höheren Lebensalter

*Prof. Olaf von dem Knesebeck*, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

### Moderation:

*Carola Gold*, Gesundheit Berlin-Brandenburg

## WORKSHOPS

Themenblock I: Selbstständigkeit und Bewegungsförderung bei älteren Menschen

11.30 – 13.00 Uhr

### Workshop 1:

Unterstützung zum Erhalt der Selbstständigkeit älterer Menschen

### Angebote und Versorgungsstrukturen

*Barbara Eifert*, Universität Dortmund

### Seniensevicebüros in Niedersachsen als Koordinierungs- und Anlaufstellen

*Martin Schumacher*, Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V.

### Erfahrungen mit ehrenamtlichen Unterstützungsangeboten

*Dagmar Schüler*, Seniorenservicebüro Niedersachsen für den Landkreis Verden

### Moderation:

*Sabine Erven*, Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V.

*Wiebke Sannemann*, Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.

14.00 – 15.30 Uhr

### Workshop 2:

Bewegungsförderung für ältere Menschen

### Wirkung körperlicher Aktivität im Alltag auf die Gesundheit bei älteren Menschen

*Dr. Jens Bucksch*, Universität Bielefeld

### Bewegungslos – Gesundheit los! Wie kommt Bewegung in den Alltag?

*Gunnar Geuter*, Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit des Landes Nordrhein-Westfalen

### Arbeitshilfen zu Bewegungsförderung und Sturzprävention

*Gabriele Wessel-Neb*, Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz Hamburg

### Stadtteilbegehung als Angebot der Bewegungsförderung

*Nicole Tempel*, Landesvereinigung für Gesundheit Bremen e.V.

### Moderation:

*Sabine Erven*, Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V.

*Dr. Elfi Rudolph*, Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Schleswig-Holstein e.V.

Themenblock II: Zugänge zu und Partizipation von älteren Menschen

11.30 – 13.00 Uhr

### Workshop 1:

Erreichbarkeit und Beteiligung von älteren Menschen

### Zugänge zu schwer erreichbaren Gruppen – Erfahrungen aus der Interventionsstudie „Optimahl 6oplus“

*Katharina Keimer*, BIPS, Universität Bremen

### Partizipative Entwicklung und Erprobung von Gesundheitsprogrammen in den Studien „Optimahl 6oplus“ und „Health Literacy für Mehrgenerationen“

*Prof. Dr. Holger Hassel*, Hochschule Coburg

### Partizipation als Risikomanagement zur selektiven Prävention bei alleinstehenden Senioren in der Studie „Miteinander gesund bleiben“

*Jessica Dreas*, Katholische Hochschule NRW

### Moderation:

*Prof. Dr. Holger Hassel*, Hochschule Coburg

*Jessica Dreas*, Katholische Hochschule NRW

14.00 – 15.30 Uhr

### Workshop 2:

Gesundheitsförderung für Ältere – Unterschiedliche Zugänge zur Zielgruppe

### Aktiv bleiben im häuslichen Umfeld – präventive Gesundheitsberatung mit der BKK und dem SkF

*Sabine Eggert*, Sozialdienst katholischer Frauen Dortmund Hörde e.V.

### Aktiv bleiben im Wohnumfeld – Gesundheitsförderung in Kooperation mit Wohnungsträgern

*Julia Ruhnau*, Team Gesundheit Gesellschaft für Gesundheitsmanagement mbH, Essen

### Die Aktivbleiber

*Andreas Wimmer*, Zone35, Berlin

### Moderation:

*Dagmar Johannes*, BKK Bundesverband, Essen

*Thomas Wagemann*, BKK Landesverband NORDWEST, Essen

Themenblock III: Versorgung und Beratung von älteren Patient/innen

11.30 – 13.00 Uhr

### Workshop 1:

Versorgung sozial benachteiligter älterer Menschen

### Zugänglichkeit und Nachhaltigkeit in der gesundheitlichen Versorgung älterer Menschen

*Elke Huster-Nowack*, Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz (BSG) Hamburg

### Probleme und Lösungsansätze bei der gesundheitlichen Versorgung sozial benachteiligter Älterer

*Alfred Spieler*, Volkssolidarität Bundesverband

### Modellprojekt Multiplikatoren-schulung für die Demenzfreundliche Kommune

*Dr. Sandra Born*, Bezirksamt Lichtenberg von Berlin

*Robert Stephan*, Pflegestützpunkt Lichtenberg, Berlin

### Moderation:

*Gerd Rosinsky*, Deutsche Rheuma-Liga

*Ingeborg Simon*, Volkssolidarität Landesverband Berlin

14.00 – 15.30 Uhr

### Workshop 2:

Konzepte, Umsetzung und Erfahrungen zur Gestaltung von zielgruppenspezifischen Angeboten der Patientenberatung für sozial benachteiligte ältere Menschen

### Patientenberatung für sozial benachteiligte Ältere

*Heike Kretschmann* und *Elke Gravert*, Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD), Beratungsstelle Hannover

### Angebote und besondere Formen der Patientenberatung für nicht Deutsch sprechende ältere Menschen mit Migrationshintergrund

*Havva Arik*, UPD Beratungsstelle Berlin

*Oxana Strobel*, UPD Beratungsstelle Nürnberg

### Sozialraumorientierte Ansätze der Patientenberatung am Beispiel Ludwigshafen Oggersheim und Bremen Huchting

*Ursula Büsch*, UPD Beratungsstelle Ludwigshafen

*Martina Münzer*, UPD Beratungsstelle Bremen

### Moderation:

*Rainer Sbrzesny*, Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD)

*Meike Janßen*, Sozialverband SOvD Niedersachsen

15.45 – 17.00 Uhr Abschlussdiskussion

### Podiumsdiskussion mit:

*Michael Bellwinkel*, BKK Bundesverband

*Dieter Hackler*, Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

*Prof. Dr. Elisabeth Pott*, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

*Sts. Daniel Rühmkorf*, Ministerium für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz Brandenburg

### Moderation:

*Thomas Altgeld*, Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V.

17.00 Uhr

Empfang mit Verleihung des BKK-Preises: „Gesund im Alter: Selbstbestimmt wohnen und aktiv bleiben“