

Gesund und aktiv älter werden

Prof. Dr. Elisabeth Pott, Direktorin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA)

Das Thema Gesundheitsförderung und Prävention bei älteren Menschen gewinnt vor dem Hintergrund der demografischen Entwicklung immer mehr an Bedeutung. Entsprechende Strategien der Gesundheitsförderung müssen sich mit den herrschenden Altersbildern auseinandersetzen und zu einem positiveren Blick auf das Alter und die älteren Menschen beitragen. Erfolgreiche Programme und Maßnahmen setzen an den Lebenswelten und am Alltag der Menschen an, berücksichtigen die Ressourcen und Stärken. Hierfür ist es notwendig, die jeweiligen Voraussetzungen vor Ort sehr sorgfältig zu analysieren, Transparenz über die bestehenden Angebote herzustellen und die Bedarfe und Interessen der Zielgruppen zu klären.

Zur Verbesserung der Angebotssituation ist es wichtig, die Zusammenarbeit der relevanten Akteure vor Ort zu stärken. Ein Austausch ist erforderlich, Angebote müssen abgesprochen und vernetzt, geeignete Zugangswege und passende Angebotsformen identifiziert werden. Erfolg versprechend ist eine zielgerichtete Zusammenarbeit unterschiedlicher Professionen und Sektoren.

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) führt derzeit, gemeinsam mit den Akteuren in den Ländern, Regionalkonferenzen „gesund und aktiv älter werden“ in allen Bundesländern durch. Zur Unterstützung der Akteure, die die anspruchsvolle praktische Arbeit leisten, entwickelt die BZgA Arbeitshilfen und Materialien für die Praxis. Neu herausgegeben wurde die Arbeitshilfe „gesund und aktiv älter werden“ im Rahmen der Reihe „Aktiv werden für die Gesundheit – Arbeitshilfen für Prävention und Gesundheitsförderung im Quartier“. Begleitend entwickelt die BZgA ein Gesundheitsinformationsportal als Wissens- und Kommunikationsplattform zum Themenbereich Alter und Gesundheit. Bereit gestellt werden aktuelle Daten, fachlich geprüfte Gesundheitsinformationen, relevante Adressen, Tipps, Anregungen und Arbeitshilfen.