

Ergebnisse Workshop 3: Gesundheit im Alter

Alt ist nicht gleich krank! Wie passen Alter und Gesundheit zusammen?

„Besserer“ Lebensstil im Alter	Bessere soziale Integrationen im Alter?	Gesundheitsfördernde Umgebung?	Akteure und Netzwerke?
<p>Möglichkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegung (Fahrradwege) • Ernährung • Soziale Aktivität • Unterstützung bei kritischen Lebensereignissen • Betriebliches Gesundheitsmanagement <p>Hindernisse:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individualität des Alters • Auf individuelle Bedürfnisse abgestimmte Angebote • Sensibilisierung • Angebote der Krankenkassen • Ansatz: „Es ist nie zu spät“ 	<p>Möglichkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bürgerbus • Nachbarschaftshilfe • Vereinsstrukturen • Mittagstisch • Ehrenamt • Patenschaften • „Wohnen für Hilfe“ • Tauschbörsen <p>Hindernisse:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verbindlichkeiten? • Kosten? • Kontaktaufnahme • Kritische Lebensereignisse 	<p>Möglichkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mobilität verbessern • Gesundheitliche Versorgung gewährleisten • Möglichkeiten des Mittagstisches auch in den Dörfern <p>Hindernisse:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verbindlichkeiten? • Kosten? • Kontaktaufnahme • Kritische Lebensereignisse 	<ul style="list-style-type: none"> • Seniorenstützpunkt • Kirchen • Seniorenbegleiter • Vereine/Verbände • Quartiersnetze • Kostenträger • Wohlfahrtsverbände • Beratungsbüros • Selbsthilfegruppen • Nachbarschaftshilfen • Neue Medien einbinden