

3. Bundeskonferenz
„Gesund und aktiv älter werden“
Bundeskonferenz der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
05. Juni 2014, Berlin

Hauptvortrag

Prof. Dr. Dr. h.c. Andreas Kruse

Alt werden, aktiv bleiben, unabhängig leben

Der Vortrag behandelt die Potentiale der *Prävention* für die Erhaltung von Gesundheit, Selbstständigkeit und Teilhabe im Alter. Den Ausgangspunkt bildet das Verständnis von Altern als einem *lebenslangen Prozess*, der – unter der Voraussetzung gesundheits- und kompetenzförderlicher Rahmenbedingungen – auch im Sinne der *Selbstgestaltung* verstanden wird. Wichtig ist hier, dass in allen Lebensaltern in die Gesundheitsförderung, Bildung und Prävention investiert wird, denn damit werden Grundlagen für Gesundheit, Selbstständigkeit und Teilhabe bis ins hohe Alter geschaffen. Besondere Bedeutung misst der Vortrag dabei der *Gestaltung von Bildungs- und Präventionsangeboten in der Berufs- und Arbeitswelt* bei. Gesundheits-, kompetenz- und entwicklungsförderliche Rahmenbedingungen in der Berufs- und Arbeitswelt üben großen Einfluss auf Gesundheit, Kompetenz und Teilhabe im Alter aus. Mit Blick auf das hohe Alter soll auch der *Teilhabe* besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden. Teilhabe bedeutet dabei immer auch die Möglichkeit, *für andere Menschen Sorge zu tragen*, sich um andere Menschen und für andere Menschen zu sorgen. Dies soll vor dem Hintergrund einer Studie zum höchsten Lebensalter aufgezeigt werden, in der das *Motiv des Engagements für andere Menschen* sehr deutlich hervortrat. Im Kontext der Teilhabediskussion spielt auch die Frage der *Quartiersgestaltung* eine wichtige Rolle. Neben Teilhabe sollen Aspekte der Bildung, der Gesundheitsförderung, der Prävention und der Rehabilitation *im hohen und höchsten Alter* diskutiert werden: deren Potential für ein selbstständiges, selbstverantwortliches und mitverantwortliches Leben im Alter kann nicht hoch genug bewertet werden kann.