



21. Kooperationstreffen „20 Jahre auf dem Weg zu gesundheitlicher Chancengleichheit – Zwischenbilanz und Ausblick“

Workshop

„Gesund älter werden – Gemeinsam Herausforderungen begegnen“

Datum: 05. Oktober 2023

Zeit: 13.20 – 14.20 Uhr

Moderation: Thorsten Stellmacher, Institut für Gerontologische Forschung, AG Kommunale Strategien des Kooperationsverbundes

Teilnehmendenzahl: ca. 10 Personen

Zusammenfassende Mitschrift: Lea Wagner, Geschäftsstelle des Kooperationsverbundes

Kurzbeschreibung des Workshops

Austausch zu Aktivitäten der Mitglieder im Themenfeld „Alter“ und Diskussionsraum, wie anstehenden Herausforderungen eines „Gesunden Älterwerdens“ gemeinsam begegnet werden kann. Fokussiert wurde dabei die Problematik der Einsamkeit im höheren Lebensalter.

Input

Dr. Oliver Huxhold, Deutsches Zentrum für Altersfragen (DZA)

Dr. Oliver Huxhold spricht über das Thema "Einsamkeit und die Auswirkungen auf die Gesundheit älterer Menschen". In seinem Vortrag geht er auf verschiedene Aspekte ein:

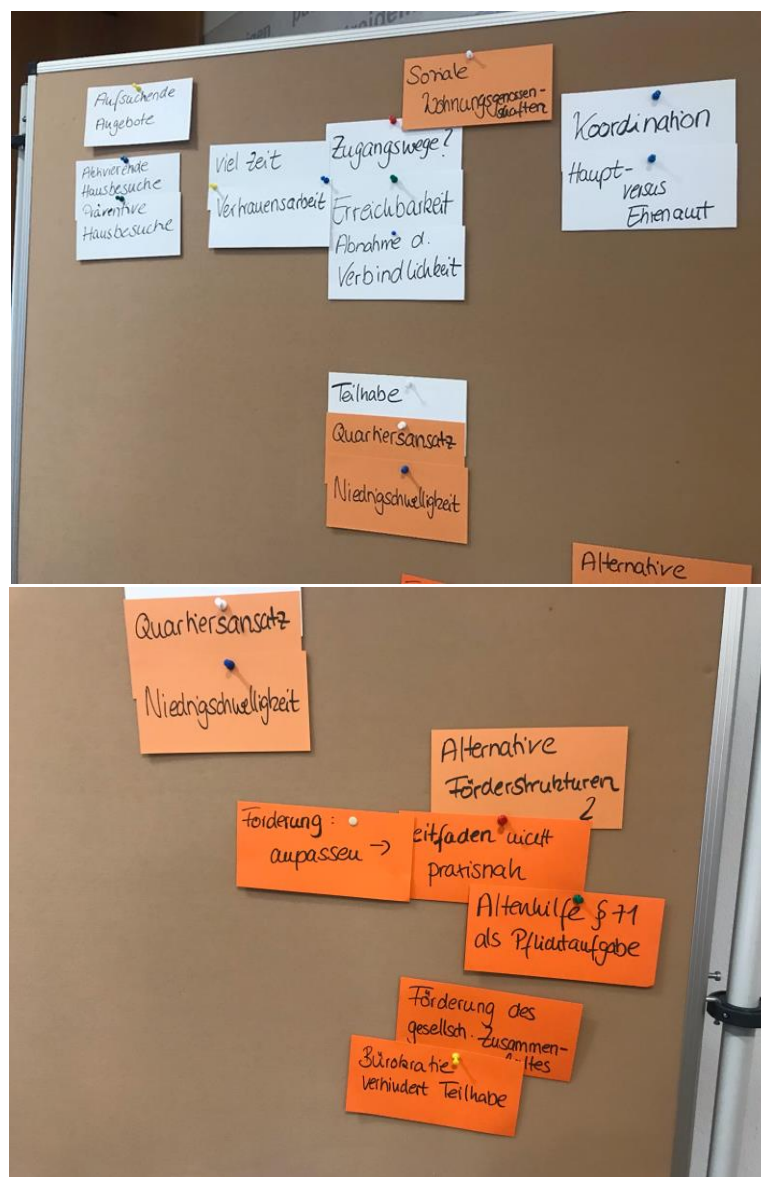
- die Relevanz der Einsamkeit und deren Korrelation mit der sozialen Lage, die Entstehung von Einsamkeit und den Einfluss des Alters auf das soziale Netzwerk
- den Unterschied zwischen dem Zustand des Einsamwerdens und dem dauerhaften Verbleib in der Einsamkeit

Im Anschluss präsentiert er Strategien zur Bekämpfung von Einsamkeit:

- die Förderung eines positiven Altersbildes als präventive Maßnahme gegen Einsamkeit, indem Stereotypen bekämpft werden

- die Anpassung von Angeboten und Zugängen an die Bedürfnisse älterer Menschen
- das Betonen des sozialen Bedürfnisses nach Respekt im Alter
- die Schaffung von Gemeinschaften, insbesondere für ältere Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen. Es wird betont, dass ältere Männer ein besonders hohes Risiko für Einsamkeit haben.
- die Förderung der altersübergreifenden Kommunikation durch digitale Mittel wie zum Beispiel WhatsApp-Gruppen

Des Weiteren werden strukturelle Themen im Hinblick auf den Umgang mit Einsamkeit andiskutiert:



- die Bedeutung Präventiver Hausbesuche
- die Notwendigkeit von Geduld bei der Erreichung der Zielgruppe

- die Zusammenarbeit mit sozialen Wohnungsbaugesellschaften, um einen niedrigschwelligen Zugang zu ermöglichen
- die Frage, ob Einsamkeit als ein Symptom der Individualisierungstendenz in der Gesellschaft betrachtet werden kann
- die Forderung nach dem Ausbau von Dienstleistungen zur Altenhilfe