

Internationales Symposium



Bewegungsförderung im hohen Lebensalter
Impulse für die Praxis



am 28. November 2018
von 11:00 bis 16:00 Uhr
im Kongresshotel Potsdam

Partner und Förderer:



Sehr geehrte Damen und Herren,

wir laden Sie herzlich zu unserem diesjährigen Internationalen Symposium Bewegungsförderung im hohen Lebensalter – Impulse für die Praxis ein.

Der Verein „Selbstbewusst altern in Europa e. V.“ greift, mit Unterstützung der Fachhochschule für Sport und Management Potsdam der Europäischen Sportakademie Land Brandenburg, das aktuelle Thema in Form eines Symposiums auf, um insbesondere die Gruppe der Hochaltrigen und deren Bewegungsförderung stärker in den Fokus der Aufmerksamkeit zu rücken.

Im ersten Teil des Symposiums geht es um die (angeleitete) Bewegung, welche für ältere und hochaltrige Menschen als gesunde Alternative zur klassischen Medikation gesehen wird. Sie führt nicht nur zu einer verbesserten allgemeinen körperlichen Leistungsfähigkeit, sondern auch zu einer Steigerung der kognitiven und psychischen Ressourcen. Ziel muss es daher sein, Bewegung möglichst niederschwellig in den Alltag älterer Menschen zu integrieren.

Mit dem Wiener Prof. Dr. Thomas Dorner (Medizinische Universität Wien) und seinem Kollegen Christian Lackinger (Sportunion Österreich) stellen die Wegbereiter der so genannten „Gesundheitsbuddys“ ihre Ergebnisse einer dreijährigen Interventionsstudie vor. Dr. Gellert (Charité Berlin) gibt einen Überblick zur aktuellen Studienlage der gesundheitlichen Situation und Beweglichkeit der älteren Bevölkerung in Deutschland.

Im zweiten Teil des Symposiums werden in fünf Workshops ausgewählte Fragestellungen vertieft und Impulse für die Weiterentwicklung des Themas Bewegungsförderung im hohen Lebensalter gesetzt.

Die Veranstaltung richtet sich an Interessierte aus:

- **der Praxis,**
- **der Gesundheitsversorgung,**
- **Senioreneinrichtungen,**
- **Verbänden,**
- **Politik,**
- **Kommunen,**
- **Sport und**
- **Wissenschaft.**

Der Verein „Selbstbewusst altern in Europa e. V.“ und die Fachhochschule für Sport und Management Potsdam würden sich freuen, Sie bei der Veranstaltung begrüßen zu dürfen.

Internationales Symposium
Bewegungsförderung im hohen Lebensalter – Impulse für die Praxis
am 28.11.2018 von 11:00 bis 16:00 Uhr im Kongresshotel Potsdam (Raum 0.241)

- 11:00 Uhr** **Begrüßung**
Prof. Dr. Ditmar Wick, Fachhochschule für Sport und Management Potsdam (FHSMP)
Nadine Haase, Ministerium für Bildung, Jugend und Sport
Ines Weigelt-Boock, Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Familie
und Bündnis Gesund älter werden
- 11:15 Uhr** **„Wiener Buddys“ – Theorie und Praxis einer gelungenen
Bewegungsmaßnahme im hohen Lebensalter**
Prof. Dr. Thomas Dorner, Medizinische Universität Wien
Dr. Christian Lackinger, Sportunion Österreich
- 12:15 Uhr** **„100 ist die neue 80“ - Sport und Gesundheit der Ü80-Jährigen
in der Bundesrepublik Deutschland – eine aktuelle Bestandsaufnahme**
Dr. Paul Gellert, Charité - Universitätsmedizin Berlin
- Intermezzo** **Senioren-sportgruppe 80+**
- 13:00 Uhr** **Mittagspause (kleiner Imbiss)**
- 13:45 Uhr** **Workshop 1**
**Bewegungsförderung im hohen Lebensalter:
Welchen Beitrag können die Kommunen leisten?**
Sabine Kosakow-Kutscher, Landkreis Havelland
Prof. Dr. Michael Barsuhn, FHSMP / INSPO e.V.
- Workshop 2**
**Sturzprävention für Menschen im hohen Lebensalter im ländlichen Raum:
Wie können Projekte wie das Netzwerk „Lange mobil und sicher zu Hause“
unterstützen?**
Bettina Schubert, AOK Nordost
Prof. Dr. Birgit Szymanski, FHSMP
- Workshop 3**
**Bewegungsförderung im hohen Lebensalter:
Was kann der organisierte Sport leisten?**
Birgit Faber, TSV Falkensee
Christian Braune, LSB Brandenburg
- Workshop 4**
**Bewegungsförderung im hohen Lebensalter:
Wie bringen wir mehr Bewegung in die Altenpflegeeinrichtungen?**
Sven Reso, Arbeiterwohlfahrt Werder (Havel)
Prof. Dr. Ditmar Wick, FHSMP
- Workshop 5**
**Bewegungsförderung in der häuslichen Umgebung: Wie können die
Wohnungsgesellschaften die Arbeit ehrenamtlicher Gesundheitsbuddys fördern?**
Marion Träger, Selbstbewusst altern in Europa e. V.
Gisela Gehrmann, Schickes Altern
- 15:30 Uhr** **Vorstellung der Workshop-Ergebnisse und Ausklang der Veranstaltung**
- Gesamtmoderation: Prof. Dr. Silke Becker, FHSMP**

Bitte schicken Sie uns Ihre Anmeldung bis spätestens 16.11.2018 zu.

Per Fax: 0331 90757-777

Per E-Mail: keppler@fhsmp.de

Per Post: Fachhochschule für Sport und Management Potsdam der ESAB
Symposium Bewegungsförderung im hohen Lebensalter
Am LuftschiFFhafen 1
14471 Potsdam

Hiermit melde ich mich für das **Internationale Symposium Bewegungsförderung im hohen Lebensalter – Impulse für die Praxis** am 28. November 2018 in Potsdam verbindlich an:

Name, Vorname:

Institution/Einrichtung:

Telefon (für evtl. Rückfragen)

E-Mail:

Workshop Nr. (erste Wahl)

1 2 3 4 5

Workshop Nr. (zweite Wahl)

1 2 3 4 5

Veranstaltungsort

Kongresshotel Potsdam
am Templiner See
Am LuftschiFFhafen 1
14471 Potsdam

Nähere Angaben zur Anreise
finden Sie unter:

<https://www.kongresshotel-potsdam.de/hotel/hotel-in-potsdam-berlin/>



Kontakt & Ansprechpartnerinnen

Selbstbewusst altern in Europa e.V.
Frau Gisela Gehrman
14467 Potsdam
Charlottenstraße 19
(in den Räumen von Schickes Altern)
Telefon 0331 620 79 74
E-Mail: info@selbstbewusst-altern.de

Fachhochschule für Sport und Management Potsdam
der Europäischen Sportakademie Land Brandenburg gGmbH

Prof. Dr. Silke Becker
Am LuftschiFFhafen 1
14471 Potsdam
Telefon: 0331 907 571 13
Fax: 0331 907 577 77
E-Mail: becker@fhsmp.de

Stand: September 2018