

**Rede von Sabine Weiss
Parlamentarische Staatssekretärin beim
Bundesminister für Gesundheit**

**Grußwort anlässlich der
6. Bundeskonferenz „Gesund und aktiv älter werden“ der BZgA
Motto „Ressourcen im Alter stärken –
Gesundheitsförderung und Prävention für ältere Menschen, Pflegebedürftige und pfle-
gende Angehörige“**

16. Mai 2019, dbb forum berlin GmbH

Sehr geehrte Frau Dr. Thaiss,
sehr geehrter Herr Professor Kruse,
meine sehr geehrten Damen und Herren,

zunächst darf ich Ihnen herzliche Grüße unseres Bundesministers Jens Spahn ausrichten. Er hat mich gebeten, Ihnen allen heute eine erfolgreiche Veranstaltung zu wünschen. Aber: Auch ich bin heute sehr gerne zu Ihnen gekommen, weil Sie sich mit einem sehr wichtigen Thema beschäftigen – den gesundheitlichen Ressourcen im Alter.

Glücklicherweise hat sich der Blick unserer Gesellschaft auf das Alter und die gesundheitlichen Potenziale älterer Menschen inzwischen grundlegend verändert. Für uns ist heute das Alter nicht mehr nur eine „Phase der körperlichen und geistigen Verletzlichkeit“ und „gesundheitlicher Einbußen“. Glücklicherweise hat sich der Blick unserer Gesellschaft auf das Alter und damit auf die gesundheitlichen Potenziale älterer Menschen grundlegend verändert. Wir wissen: Präventive Potentiale zur Verbesserung der Gesundheit bestehen in jedem Lebensalter - auch bei Hochaltrigen und bei bereits Pflegebedürftigen. Ressourcen und Voraussetzungen für ein gesundes Älterwerden sind jedoch ungleich verteilt. Denken wir beispielsweise an Bildung, materielle Sicherheit oder Möglichkeiten für Teilhabe und Sozialkontakte, die Einflüsse auf die Gesundheit nehmen. Ziel unserer Aktivitäten muss es daher sein, bestehende Potenziale optimal zu nutzen und vorhandene Ressourcen für ein gesundes Älterwerden auszubauen.

Diesen Gedanken hat der Gesetzgeber mit dem Präventionsgesetz aufgegriffen. Mit diesem Gesetz werden wichtige Rahmenbedingungen für ein gesundes Altern geschaffen und dabei auch die Entwicklung gesundheitsförderlicher Lebenswelten in den Blick genommen.

Da die meisten älteren Menschen selbstständig in ihrem Haushalt leben oder dort versorgt werden, stellt die „Lebenswelt Kommune“ einen wichtigen Ansatzpunkt dar, über den ältere Frauen und Männer erreicht werden können.

Jedoch verfügen nicht alle Kommunen über etablierte Strukturen, um Prävention und Gesundheitsförderung lebensphasenübergreifend voranzutreiben. Hier setzt das „GKV-Bündnis für Gesundheit“ auf der Grundlage des Präventionsgesetzes an. Dieses kommunale Förderprogramm leistet seit Januar 2019 sowohl finanzielle als auch beratende Unterstützung beim Auf- und Ausbau gesundheitsförderlicher Strukturen in Kommunen und wird im Auftrag des GKV-SV von der BZgA umgesetzt.

Mit dem Präventionsgesetz wurde zur Stärkung des Lebensweltansatzes auch eine neue Leistung der sozialen Pflegeversicherung in stationären und teilstationären Pflegeeinrichtungen eingeführt. Rund 21 Millionen Euro stehen jährlich für Leistungen zur Gesundheitsförderung in diesen Einrichtungen bereit.

Eine Grundlage dafür bietet der „Leitfaden Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen“. Dieser wurde im Juni 2018 aktualisiert und legt Kriterien für die Leistungen der Pflegekassen zur Prävention und Gesundheitsförderung in stationären Pflegeeinrichtungen fest. Er soll Pflegekassen dabei unterstützen, entsprechende Angebote zu entwickeln und umzusetzen.

Wir haben mit dem Präventionsgesetz einen wichtigen Schritt getan, um die Gesundheit älterer Menschen – sowohl in der Kommune als auch in stationären Pflegeeinrichtungen – zu fördern. Wie weit wir auf diesem Weg gekommen sind, wo wir nachbessern müssen, das werden wir im Laufe dieses Jahres sehen. Denn dann wird der erste Präventionsbericht der Nationalen Präventionskonferenz von der Bundesregierung ausgewertet und im Bundestag beraten.

Eine weitere Grundlage für die zukünftige Gestaltung von Prävention und Gesundheitsförderung im Alter liefert auch das in diesem Jahr am Robert Koch-Institut angelaufene Projekt MonAge. Ziel des vom BMG geförderten Projekts ist es, ein umfassendes Public Health-Monitoring im Alter aufzubauen. Denn bisher endet die Gesundheitsberichterstattung bei 79 Jahren; Hochaltrige und gesundheitlich eingeschränkte ältere Menschen werden also nur unzureichend repräsentiert. Mit MonAge soll diese Datenlücke nun geschlossen werden.

Meine sehr verehrten Damen und Herren,
wenn wir die Gesundheit in der Pflege fördern wollen, dürfen wir die Pflegenden nicht außer Acht lassen – damit meine ich sowohl die beruflich Pflegenden als auch die pflegenden Angehörigen. Denn auch sie haben Ressourcen und präventive Potenziale, die es noch stärker auszuschöpfen gilt.

In Deutschland werden etwa 70 Prozent der Pflegebedürftigen von ihren Angehörigen gepflegt. Viele dieser Angehörigen sind ebenfalls bereits älter und haben häufig chronische Erkrankungen. Das von der BZgA geförderte Projekt ESTELLA setzt genau hier an. Untersucht wurde, wie ältere pflegende Angehörige bei der Förderung ihrer eigenen Gesundheit am besten unterstützt werden können. Deutlich wurde hier u.a., dass pflegende Angehörige, die ihre Gesundheit aktiv unterstützen, ihre Ressourcen stärken können. Dadurch kann auch ein positiver Effekt auf die Pfl egetätigkeit erzielt werden. Weitere Ergebnisse wird Herr Professor Hassel heute Nachmittag noch vorstellen.

Und auch für die Zielgruppe der Pflegefachkräfte haben wir schon viel bewegt. Mit Spannung erwarten wir Anfang Juni die Ergebnisse der „Konzertierten Aktion Pflege“. Zudem haben wir bereits mit dem Pflegepersonal-Stärkungsgesetz wichtige Grundlagen für Verbesserungen im Alltag der beruflich Pflegenden durch eine bessere Personalausstattung und bessere Arbeitsbedingungen in der Kranken- und Altenpflege gelegt.

Meine sehr verehrten Damen und Herren,
abschließend möchte ich noch eine sehr wichtige Ressource zur Förderung der Gesundheit und Selbstständigkeit im Alter ansprechen: Die körperliche Aktivität. Wir wissen, dass Bewegung die körperliche und mentale Leistungsfähigkeit in allen Lebensphasen fördert: Wer regelmäßig körperlich aktiv ist, verbessert seine Beweglichkeit und Koordination und senkt somit die Gefahr, zu stürzen.

Und wer mit anderen aktiv ist, ist weniger allein und hat bestimmt mehr Spaß dabei. Davon können sowohl ältere Menschen und Pflegebedürftige als auch pflegende Angehörige profitieren.

Das BMG setzt sich dafür ein, dass Bewegung als Bestandteil der Gesundheitsförderung und Prävention noch sichtbarer wird, z. B. durch Aktivitäten des Nationalen Aktionsplans IN FORM, der das Ziel verfolgt, das Bewegungs- und Ernährungsverhalten in Deutschland nachhaltig zu verbessern.

Hervorheben möchte ich an dieser Stelle die Entwicklung und Veröffentlichung der „Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung“. Diese Empfehlungen richten sich an alle Altersgruppen, also auch an Ältere sowie Menschen mit chronischen Erkrankungen. Sie zeigen zudem auf, wie Menschen in den unterschiedlichen Lebenswelten mehr Bewegung in den Alltag integrieren können.

Für die Zielgruppe „ältere Menschen“ bietet die BZgA zwei Programme zur Bewegungsförderung an: das „AlltagsTrainingsProgramm“ für ältere Menschen im kommunalen Umfeld und das

„Lübecker Modell Bewegungswelten“ für Bewohnerinnen und Bewohner stationärer Pflegeeinrichtungen.

Bewegungsförderung ist aber auch in einem anderen Zusammenhang wichtig. Gemeinsam mit ausgewogener Ernährung, der Kontrolle von kardiovaskulären Risikofaktoren sowie geistiger und sozialer Aktivität kann sie einen Beitrag leisten, um das Risiko einer Demenzerkrankung zu reduzieren. Auch dieser Zusammenhang wird bei der heutigen Konferenz eine Rolle spielen.

Meine sehr geehrten Damen und Herren,
mit der heutigen Bundeskonferenz werden Möglichkeiten der Gesundheitsförderung für ältere Menschen, für Pflegebedürftige und ältere pflegende Angehörige aufgezeigt und diskutiert. Ich bin sicher, dass die Veranstaltung dazu beitragen wird, gemeinsam Wege aufzuzeigen, wie es gelingen kann, die präventiven Potenziale älterer Menschen noch besser auszuschöpfen. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen wertvolle Anregungen für Ihre tägliche Arbeit und bedanke mich für Ihre Aufmerksamkeit.