

2. Plenum des Bündnis Gesund Älter werden im Land Brandenburg „Miteinander alt werden – füreinander sorgen“ am 22. April 2015 in Potsdam

Sehr geehrte Damen und Herren,

vor fast genau 3 Jahren wurde das Bündnis „Gesund älter werden“ ins Leben gerufen. Seit diesem, von meiner Vorgängerin Anita Tack gegebenen Startschuss hat sich viel getan, ist viel bewegt worden. Vor allem hat dieses Bündnis einen großen Anteil daran, dass sich der Blick auf ältere Menschen, auf Ihre Ansprüche an den Alltag und ihre Bedürfnisse sehr verändert hat. Für dieses Wirken möchte ich allen Beteiligten herzlich danken. Die Arbeit des Bündnisses stellte bisherige Altersbilder nicht nur auf den Prüfstand, sondern gab ihnen eine neue, von aktiver Teilhabe Älterer am gesellschaftlichen Leben geprägte Ausrichtung. Die Grundlage dafür waren drei Leitideen.

So gab Frau Prof. Kuhlmei, die namhafte Altersforscherin von der Charité Berlin, dem Bündnis mit auf den Weg, dass es erstens darum gehe, altersbedingte Erkrankungen möglichst weit hinauszuschieben und zweitens dazu beizutragen, auch im Krankheits- und Pflegefall die individuelle Autonomie und Selbstbestimmung zu erhalten. Ziel soll und muss das jeweils größtmögliche Maß an Lebensqualität sein. Denn auch bei Krankheit und Einschränkungen des alltäglichen Lebens gibt es immer Raum für Selbstbestimmung und Lebensqualität.

Darüber hinaus hatte Frau Prof. Heppener vom Seniorenrat des Landes schon in der Startphase des Bündnisses herausgestellt, dass es bereits viele gemeinschaftliche Ansätze gibt, die in Brandenburg dazu beitragen, ein gesundes Älterwerden zu unterstützen. Und dass wir hier anknüpfen sollten.

Drei Jahre nach der Gründung kann das Bündnis „Gesund Älter werden“ eine erste Bilanz ziehen. Und das sei vorweggenommen: aus meiner Sicht eine positive Bilanz. Dies können Sie auch daran ablesen, dass die Regierungskoalition das *Bündnis Gesund Älter werden* im Koalitionsvertrag explizit nennt und zusichert, das Bündnis zu verstetigen. Die Veranstaltung heute soll dazu beitragen.

Das Bündnis „Gesund Älter werden“ folgt den seniorenpolitischen Leitlinien der Landesregierung für ein aktives Altern. In den seniorenpolitischen Leitlinien heißt es unter anderem:

„Die Landesregierung stärkt die gesundheitliche Prävention bei älteren Menschen und setzt sich zum Ziel, auch in dünn besiedelten Räumen eine angemessene medizinische Versorgung zu gewährleisten. Sie unterstützt die mit einem produktiven Alter verbundenen Aktivitäten, die zu Wohlbefinden und psychischer Gesundheit beitragen.“

Sehr geehrte Damen und Herren,

Lassen Sie mich an dieser Stelle eine Anmerkung zur Verantwortung im Gesundheitswesen machen. Wir sprechen vom **selbstverwalteten Gesundheitswesen**. Für die Organisation einer qualitativ hochwertigen und in allen Landesteilen zugänglichen, medizinischen Versorgung sind in unserem Gesundheitswesen zuallererst Kassenärztliche Vereinigungen,

Krankenhäuser und Krankenkassen zuständig. Mit dem Bündnis „Gesund Älter werden“ in Brandenburg soll keine Konkurrenz aufgemacht und **kein Akteur aus der Verantwortung entlassen werden**.

Es gilt auch in der Zukunft, mit Kassenärztlicher Vereinigung, den Kassen und den Krankenhäusern nach Wegen zu suchen, die gesundheitliche Versorgung im Land immer wieder an die Bedürfnisse der Menschen anzupassen und eine qualitativ hochwertige Versorgung auf dem Land sicher zu stellen.

Wir wissen aber auch: Der Gesundheitssektor allein ist nicht in der Lage, die Voraussetzungen und guten Perspektiven für die Gesundheit zu garantieren. Daher hat das Bündnis „Gesund Älter werden“ seinen berechtigten und festen Platz, um die Bedingungen für ein gesundes Älterwerden zu verbessern. Und dies nicht ohne Grund.

Denn wie sieht es mit der **Bevölkerungs- und Altersentwicklung im Land Brandenburg** aus? Zwischen 2010 und 2030 wird die Bevölkerung des Landes um 11 Prozent von 2,5 Mio. auf gut 2,2 Mio. Einwohner abnehmen. Die Zahl der 65- bis 80 Jährigen wird bis 2030 um die Hälfte ansteigen – von etwa 560 Tausend auf etwa 840 Tausend. Und die Zahl der über 80-Jährigen soll sich bis 2030 mehr als verdoppeln – von 115.000 auf 250.000¹. Das ist eine Entwicklung, auf die wir uns jetzt und heute einstellen müssen.

Dabei möchte ich betonen, dass ich diese Entwicklung als eine sehr erfreuliche betrachte. Denn **noch nie wurden so viele Menschen in diesem Land so alt wie heute**. Die Lebenserwartung ist in den letzten Jahrzehnten kontinuierlich gestiegen.

Wir beobachten diesen Kennwert sehr aufmerksam. Denn in der Entwicklung der Lebenserwartung spiegelt sich die Güte der Lebensqualität².

Wie sieht nun die Lebenserwartung im Durchschnitt aus? Männer haben im Alter von 65 Jahren im Schnitt noch 17 Jahre zu erwarten - Frauen sogar noch 20 Jahre.

Viele erleben also eine lange und gesunde Zeit nach der Berufstätigkeit. Und für viele Menschen ist diese Zeit kein passiver Ruhestand sondern eine Möglichkeit, sich jetzt in anderer Form einzubringen. Sei es in den Familien und Freundeskreisen, in der Nachbarschaft oder in Vereinen. Ich habe in den vergangenen Monaten mit vielen Seniorengruppen und –verbänden Gespräche führen dürfen. Die erlebte Lebendigkeit, verbunden mit dem Wunsch, aktiv zu sein und etwas mitzugestalten, hat mich darin bestärkt, dass wir auf dem richtigen Weg sind, weil daraus ein Gewinn für ganz Brandenburg erwächst.

Und darum ist richtig und notwendig, dass eines der Gesundheitsziele Brandenburgs „Alter und Gesundheit“ heißt.

Zu einem Gesundheitszieleprozess gehört die Rechenschaft über den Ist-Zustand von Gesundheit und Krankheit im Land. Hierzu bedarf es einer **Beschreibung der Gesundheit älterer Menschen**. Wir brauchen ein Monitoring, ein Beobachten der Gesundheit im Alter durch die Gesundheitsberichterstattung. Ein solches Monitoring haben wir auch für die anderen Gesundheitszieleprozesse, für das Bündnis Gesund Aufwachsen und die Landessuchtkonferenz. Die Gesundheitsberichterstattung des Landes wird das Monitoring zur Gesundheit im Alter noch in diesem Jahr aktualisieren.

Wie steht es nun um die Gesundheit in den Feldern, für die sich das Bündnis seit der Gründung besonders engagiert hat? Hierfür lohnt sich ein Blick in die Gesundheitsberichterstattung und ich will körperliche Aktivität bzw. Bewegung herausgreifen.

¹ Bevölkerungsprognose. Staatskanzlei

² GBE-Bund.de, fernere Lebenserwartung

Das bietet sich an, weil es hierfür mehr gesicherte Daten gibt als für Mundgesundheit und Impfschutz, die ebenfalls im Bündnis bearbeitet wurden. Darüber werden wir noch hören.

Das Bündnis „Gesund Älter werden“ hat **Bewegung und Mobilität in den letzten drei Jahren zu einem Schwerpunkt gemacht**. Regelmäßige körperliche Aktivität steigert die Lebensqualität in jedem Alter und hilft, die Mobilität zu erhalten und zu verbessern. Wer beweglich und mobil ist, dem stehen mehr Möglichkeiten offen. Gerade in den ländlichen Regionen des Landes, mit größeren Entfernungen zwischen den Orten, gewinnt dieser Aspekt zunehmend an Bedeutung.

Menschen, die aktiv und mobil sind, können sich leichter regelmäßig treffen. Sie knüpfen eher Kontakte und sind eher in eine Gemeinschaft eingebunden. Und **wer mobil ist, kann auch eher anderen beistehen**. In einer Gesellschaft des längeren Lebens ist das besonders wichtig und wird immer wichtiger werden.

Wir alle wissen, **dass es nicht reicht, Appelle an die Bevölkerung zu richten** und schlicht zu sagen „Bewegen Sie sich mehr, denn es ist gesund“. Ausreichende körperliche Aktivität im Alltag wird zum Beispiel auch durch die Gestaltung der Wohnumwelt, der Wege und Straßen gefördert oder beeinträchtigt. Es gibt Kommunen, die dafür sorgen, dass beispielsweise ältere Menschen unterwegs genügend Bänke vorfinden, um sich immer mal wieder ausruhen zu können. Oder dass die Bürgersteige eben sind, um auch mit einem Rollator sicher unterwegs zu sein. Dadurch werden Menschen ermuntert, die eigenen vier Wände zu verlassen und körperlich aktiv zu sein.

Körperliche Aktivität ist gut und gesund. Also stellt sich die Frage: Bewegen wir uns genug? Wie weit sind wir in Brandenburg davon entfernt, uns so viel zu bewegen, wie Experten empfehlen?

Nach der Empfehlung von Gesundheitswissenschaftlern, sollen sich Erwachsene mindestens an 5 Tagen pro Woche eine halbe Stunde und länger körperlich betätigen. Das heißt insgesamt **etwa 2,5 Stunden pro Woche**.

In einer repräsentativen Studie des Robert Koch-Instituts wurde deutschlandweit nach ausreichender Bewegung gefragt.

Wenn man die Empfehlung der Wissenschaftler als Maßstab nimmt, dann sind bei den Personen ab 65 Jahren gegenwärtig 27 Prozent der Brandenburger Frauen und 32 Prozent der Männer ausreichend körperlich aktiv. Hier ist also noch Verbesserung möglich. Die gute Nachricht ist: **Es wurde bereits eine deutliche Verbesserung erreicht**. Denn als diese Befragung 2009 durchgeführt wurde, waren nur halb so viele ältere Frauen und Männer ausreichend körperlich aktiv als im vergangenen Jahr. Und auch hierzu hat dieses Bündnis beigetragen.

Heute werden die Arbeitsgruppen vorstellen, was sie in den vergangenen drei Jahren angepackt haben.

Ohne viel vorweg zu nehmen, möchte ich Ihnen einen kurzen Überblick über das beeindruckende Arbeitsspektrum geben. Und bei der Gelegenheit bereits meinen Dank und meinen Respekt vor Ihrer Arbeit auszudrücken. Unterstreichens wert ist für mich, dass sich in den Arbeitsgruppen Partnerinnen und Partner aus so vielen unterschiedlichen Handlungsfeldern zusammenfinden. Vertreten sind nicht nur Ministerien und Krankenkassen, sondern zum Beispiel auch Universitäten, Wohlfahrtsverbände, Vereine, Seniorenvertretungen und Mitarbeiter/innen aus der Kommunalverwaltung.

Die **Arbeitsgruppe Gesundheits- und Bewegungsförderung** bei älteren Menschen hat u.a. die Abteilung Gesundheit des Ministeriums bei den Empfehlungen beraten, die in die Landessportkonferenz 2013 zum Thema „Sport und Gesundheit“ eingebracht wurden. Heute stellen AG-Mitglieder das Netzwerk „Lange mobil und sicher zu Hause“ vor. Das Projekt wird durch die Akademie 2. Lebenshälfte in Kooperation mit dem *Bündnis Gesund älter werden* entwickelt.

Die **Arbeitsgruppe Gute Praxis** ist von der Idee ausgegangen, die ich zu Anfang schon erwähnte: Es gibt im Land bereits viele gemeinschaftliche Aktivitäten für die Gesundheit älterer Menschen gibt. Und hinter vielen Aktivitäten stehen ältere Menschen. Um den Blick auf diese vielfältige Praxis zu schärfen, hat die AG das Schwerpunktthema „Gesund und mobil älter werden“ gewählt. Deutlich wird: Bewegung und Beweglichkeit ist nicht nur ein Wert an sich, sondern auch Voraussetzung dafür, sein Leben möglichst lange und möglichst selbstbestimmt führen zu können. Es geht um die Möglichkeit, sich selbst zu versorgen, soziale Kontakte zu pflegen, sich zu engagieren oder auch Unterstützungsangebote außerhalb der eigenen vier Wände in Anspruch zu nehmen. Die Arbeitsgruppe hat 2013 eine Sammlung guter Praxis initiiert. Mit vorzeigbarem Ergebnis: So ist ein Ergebnis dieser Sammlung einer Bürgerausstellung, die die ausgezeichneten Angebote in den eigenen Worten der Engagierten vorstellen. Einige dieser Ausstellungstafeln sind auch heute hier zu sehen. Darüber hinaus unterstützt unsere Fachstelle Gesundheitsziele einen landesweiten Austausch darüber, wie gute Bewegungs- und Mobilitätsförderung bei älteren Menschen gelingen kann. Die dafür entwickelten Transfertage fanden bisher dreimal statt, in Blankenfelde-Mahlow, in Britz bei Eberswalde und in der Stadt Brandenburg.

Die **Arbeitsgruppe Mundgesundheit bei älteren Menschen** bearbeitet Fragen der zahnmedizinischen Versorgung und Pflege von älteren Menschen und hat in einer ersten Phase Probleme der Zahn- und Mundgesundheit von Pflegebedürftigen im stationären Bereich analysiert und stellt heute hierfür ihre Empfehlungen vor. Neben der Formulierung der Empfehlungen hat die AG Mundgesundheit auch ein Informationsmaterial entwickelt, welches sich an das Pflege- und Betreuungspersonal in Senioreneinrichtungen und pflegende Familienangehörige richtet.

Erst Anfang dieses Jahres ist eine vierte Arbeitsgruppe hinzugekommen: Die **Förderung des Impfschutzes bei älteren Menschen**. Auch für ältere Menschen ist Impfschutz wichtig und vermeidet Krankheit und Leid. Nach den Zahlen des Robert Koch-Instituts waren 2010/2011 drei von vier Menschen über 65 Jahren im Land Brandenburg gegen Grippe geimpft. Bundesweit waren dies mit knapp 60 Prozent deutlich weniger. Aber es gibt noch Verbesserungsmöglichkeiten. Einerseits sollten die medizinischen Fachkräfte erreicht werden, um auf den Impfschutz hinzuweisen. Andererseits sollen mehr ältere Menschen informiert und dabei unterstützt werden, eine informierte Entscheidung zu treffen.

Dass im Anschluss an die Berichte aus den vier Arbeitsgruppen **assoziierte Arbeitsgruppen** zu Wort kommen, freut mich, weil dadurch auch der Grundgedanke des Bündnisses deutlich wird, der von breiter Beteiligung und Praxisnähe geprägt ist. Diese Arbeitsgruppen sind durchaus eine anzuerkennende Besonderheit des Bündnisses: Wo es bereits gute Strukturen gibt, muss man keine neuen schaffen. Zur Suchtprävention, zur Gesundheit in der Arbeitswelt oder zur Unfallprävention arbeiten bereits Arbeitsgruppen im Land. Diese Arbeitsgruppen haben sich bereit erklärt, als

assoziierte Partner im Bündnis in ihrem jeweiligen Arbeitsfeld auch die Belange älterer Menschen in den Blick zu nehmen. Das ist ein wertvoller Beitrag zum breiten Spektrum von Themen und Akteuren im Bündnis.

Sehr geehrte Damen und Herren,

„Miteinander alt werden – füreinander sorgen“ ist das Motto, unter dem das heutige Plenum steht. Die „sorgende Gemeinschaft“ wird auch das Leitmotiv und Titel des nächsten Altenberichtes der Bundesregierung. Auch in den kommenden Jahren werden wir Antworten darauf suchen und finden müssen, was eine sorgende Gemeinschaft gerade in den sogenannten strukturschwachen ländlichen Räumen bedeuten kann. Ich bin sicher, dass Sie mir zustimmen werden, dass dies auf jeden Fall keine besorgte Gemeinschaft sein darf, in der die älteren Menschen alleine Objekte von Fürsorge und Pflege sind.

Wir wollen gemeinsam die gesellschaftlichen Bedingungen so verbessern, dass auch und gerade ältere Menschen ein aktiver Teil dieser sorgenden Gemeinschaft werden. Die Seniorenbeiräte im Land sind ein gutes Beispiel für Engagement für die Gemeinschaft.

Und bei der bereits erwähnten Sammlung guter Praxis „Bewegt und mobil älter werden“ haben wir viele Beispiele dafür kennen gelernt, wie durch bürgerschaftliches Engagement bessere Lebensbedingungen für sich und andere geschaffen werden.

Zum Schluss will ich kurz erwähnen, dass ein Präventionsgesetz auf Bundesebene in Arbeit ist. Die Meisten von Ihnen haben sicherlich davon gehört. Wir begrüßen diese Initiative und dabei insbesondere Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten. Der Gesetzgebungsprozess ist noch nicht abgeschlossen. Aber das kann bereits gesagt sein: Die Landesregierung und insbesondere das MASGF wird die Erfahrungen der letzten Jahre einbringen und alles daran setzen, dass die Ergebnisse unserer Gesundheitszieleprozesse in dieses Gesetzgebungsverfahren einfließen. Das *Bündnis Gesund Älter werden* wird sicherlich dazu gehören, denn Prävention und Gesundheitsförderung sind hier Leitideen. Allen, die sich in den vergangenen drei Jahren im *Bündnis Gesund Älter werden* engagiert haben, möchte ich noch einmal danken. Sie setzen sich mit großer Energie, Herz und langem Atem für Lebensqualität und die Gesundheit älterer Menschen in unserem Land ein. Sie finden Partner, erschließen Mittel für Ihre Angebote und sind für viele ältere Menschen ein ganz wichtiger Bestandteil eines guten Lebens in ihrer Gemeinde.

Ich wünsche Ihnen einen fruchtbaren und anregenden Austausch auf dem 2. Plenum des Bündnisses Gesund Älter werden, das hiermit eröffnet ist.