

Online-Werkstatt zum Thema  
Suchtprävention im Alter  
am 14. Juni 2022

SELBSTBESTIMMT

UN-ABHÄNGIG

Für viele Menschen ist das Älterwerden mit gravierenden Veränderungen verbunden: Der Eintritt ins Rentenalter entlastet einerseits von den beruflichen Anforderungen, bringt aber andererseits auch finanzielle Einbußen mit sich und kann den Verlust sozialer Kontakte bedeuten. Körperliche Einschränkungen können die selbständige Lebensführung beeinflussen, Mobilität einschränken und soziale Isolation begünstigen. Diese Stressoren begünstigen ungesündere Lebensweisen, wozu auch der Konsum von Substanzen zählt.

Was können wir tun, um Suchtprobleme bei älteren Menschen frühzeitig zu erkennen und wirksame Unterstützung anzubieten? Die Online-Werkstatt bietet den Raum, sich über Erfahrungen, Unterstützungsbedarfe und Ideen zum Thema Suchtprävention im Alter auszutauschen und zu gemeinsamen Aktivitäten zu beraten. Denn eins ist sicher:  
**Suchtprävention lohnt sich in jedem Alter!**

## Ablaufplan

- 13.00** Begrüßung  
Holger Kilian (Fachstelle Gesundheitsziele) und Andrea Hardeling (BLS)
- 13.10** Das Projekt „selbstbestimmt“ und die AG Un-Abhängig im Alter stellen sich vor  
Holger Kilian (Fachstelle Gesundheitsziele) und Andrea Hardeling (BLS)
- 13.20** Input-Vortrag:  
Stark Bleiben - Suchtfrei alt werden  
Landesfachstelle Prävention der Suchtkooperation NRW
- 13.50** Stimmen aus der Praxis  
u. a. Vernetzungsstelle Seniorenernährung
- 14.10** Kaffeepause
- 14.20** Un-Abhängigkeit im Alter stärken -  
Was brauchen wir?  
Diskussionsrunden in Breakout-Sessions
- 15.20** Abschlussrunde

Die [Anmeldung](#) ist auf der Website des Bündnis Gesund Älter werden möglich.

