

Anmeldung

Selbst ist das Alter!
am 9. September 2011

Ich nehme teil an Forum (bitte wählen Sie)

1. Wahl F1 F2 F3
2. Wahl F1 F2 F3
3. Wahl F1 F2 F3

Bitte senden oder faxen Sie Ihre Anmeldung
bis zum 1. September 2011 an:

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung
in Schleswig-Holstein
Flämische Str. 6-10, 24103 Kiel
Tel. 04 31 - 9 42 94, Fax 04 31 - 9 48 71
E-Mail gesundheit@lvgfsh.de
www.lv-gesundheit-sh.de

Name, Vorname

Institution

Straße

PLZ/Ort

Tel/Fax

E-Mail

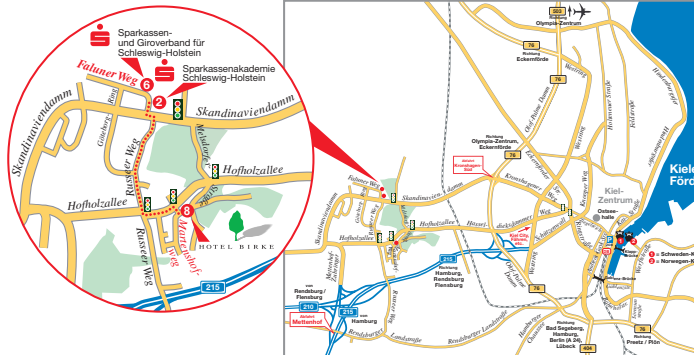
Datum/Unterschrift

Die Teilnahmegebühr beträgt 24,00 Euro.
Bitte überweisen Sie diesen Betrag unter Angabe
Ihres Namens und des Stichwortes „Selbst ist das
Alter!“ auf das Konto der Landesvereinigung für
Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V.,
Evangelische Darlehns-genossenschaft eG,
BLZ 210 602 37, Kto.Nr. 57 60 42.

Die Anzahl der Plätze ist begrenzt, die Platz-
vergabe erfolgt in der Reihenfolge der Zahlungs-
eingänge.

Veranstaltungsort

Sparkassenakademie Schleswig-Holstein
Faluner Weg 2, 24109 Kiel



Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Ab Kiel
Hbf, dann mit der Buslinie 100 oder 101 Richtung
Mettenhof/Melsdorf bis zur Haltestelle „Am Forst-
haus“. Nach 200m weiter in Fahrtrichtung befindet
sich die Sparkassenakademie auf der rechten Seite.

Anreise mit dem Auto: A7/A210/A215 bis zur
Abfahrt Kiel-West, in Richtung Mettenhof. An der
2. Ampel rechts abbiegen und dem Skandinavi-
endamm folgen. Die Sparkassenakademie finden Sie
nach der 5. Ampel auf der linken Seite.

B76 bis zur Abfahrt Kronshagen-Süd, folgen Sie dem
Skandinaviendamm in Richtung Mettenhof. Die Spar-
kassenakademie finden Sie nach der 4. Ampel auf
der rechten Seite.

Regionalkonferenz Schleswig-Holstein

Gefördert durch die Bundeszentrale für gesundheits-
liche Aufklärung, eine Fachbehörde im Geschäftsbereich
des Bundesministeriums für Gesundheit.

9. September 2011
9.30 – 15.30 Uhr
Sparkassenakademie
Schleswig-Holstein in Kiel



© Andre B., Fotolia.com.

Selbst ist das Alter!

Selbstbewusst,
selbständig,
selbstbestimmt
das Leben
im Alter gestalten

GESUND & AKTIV
ALTER WERDEN

Regionalkonferenz Schleswig-Holstein



Landesvereinigung
für Gesundheitsförderung
in Schleswig-Holstein e.V.

BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

Ministerium für Arbeit,
Soziales und Gesundheit
des Landes Schleswig-Holstein



Gesundheitsförderung im Alter

Immer mehr Menschen in Deutschland werden immer älter und damit wird es immer wichtiger, den Prozess des Alterwerdens durch Gesundheitsförderung gezielt zu unterstützen. Über die rein physische Gesundheit hinaus sind seelisches und geistiges Wohlbefinden, Verantwortung und soziale Teilhabe wichtige Faktoren für gelingendes Altern. Das Lebensumfeld älterer Menschen und die Möglichkeiten der Unterstützung vor Ort müssen ebenso in den Blick genommen werden wie die individuellen Ressourcen, die es zu erkennen und zu stärken gilt.

Fachkonferenzen in den Bundesländern

Die Regionalkonferenz „Selbst ist das Alter! Selbstbewusst, selbständig und selbstbestimmt das Leben im Alter gestalten“ findet im Rahmen der bundesweiten Veranstaltungsreihe der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) „Gesund und aktiv älter werden“ statt. Diese Veranstaltungsreihe will das Thema Gesundheit und Alter aus verschiedenen Perspektiven betrachten und Akteure aus den unterschiedlichen Handlungsfeldern ansprechen.

Selbst ist das Alter!

Ziel dieser Veranstaltung ist es, die Bedeutung von Selbstbewusstsein, Selbstständigkeit und Selbstbestimmung für gesundes und aktives Altern aufzuzeigen. Sie will Informationen bieten, Raum geben für Austausch und Diskussionen sowie Möglichkeiten zum Kennenlernen und Vernetzen.

Herzlich eingeladen sind Fachkräfte und ehrenamtlich Engagierte aus der Seniorenarbeit, aus dem Sozial-, Gesundheits- und Bildungswesen, Beschäftigte aus kommunalen und landesweiten Institutionen sowie interessierte Bürgerinnen und Bürger.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und bitten um Ihre Anmeldung.

Tagungsablauf 9. September 2011

Moderation: Heike Stüben, Kiel

9:00 Anmeldung und Begrüßungskaffee

9:30 **Eröffnung**
Einführung in die Thematik

Dietmar Katzer

Vorsitzender der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein

Dr. Heiner Garg

Minister für Arbeit, Soziales und Gesundheit, Schleswig-Holstein

Prof. Dr. Elisabeth Pott

Direktorin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

10:00 **Erfolgreiche Altersplanung**
durch stabile Gesundheit
und Selbstbestimmung

Dr. Martin Willkomm

Krankenhaus Rotes Kreuz-Geriatriezentrum, Lübeck

11:00 Pause

11:15 **Da-(bei)-sein - Soziale Teilhabe**
als Beitrag zum gesunden Altern

Thomas Altgeld

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V.

12:00 Mittagspause

In der Mittagspause besteht die Möglichkeit, sich in einer Ausstellung über Projekte und Institutionen zu informieren

13:20 **Bewegter Einstieg in den Nachmittag**

13:30 **Selbst ist das Alter!**
Selbstbewusst, selbständig,
selbstbestimmt das Leben
im Alter gestalten
Kurzreferate

Leben und Wohnen

Prof. Dr. Rainer Fretschner

Fachhochschule Kiel

Aktiv für emotionales

Wohlbefinden

Martin Hamborg

AWO Schleswig-Holstein gGmbH, Kiel

Kommunale und interkommunale
Vernetzung

Wolfgang Wähnke

Bertelsmann-Stiftung, Gütersloh

14:15 **Forum 1**

Leben und Wohnen

Prof. Dr. Rainer Fretschner

Forum 2

Aktiv für emotionales

Wohlbefinden

Martin Hamborg

Forum 3

Kommunale und interkommunale
Vernetzung

Wolfgang Wähnke

15:15 **Zeit für Wünsche und Visionen**

15:30 **Bewegter Ausklang**