



# AKTIVES ALTERN UND SOLIDARITÄT ZWISCHEN DEN GENERATIONEN: THEORETISCHE KONZEPTE UND PRAKTISCHE UMSETZUNG DES EUROPÄISCHEN JAHRES 2012 IN DEUTSCHLAND

CLAUDIA KAISER UND URSULA LEHR  
BAGSO

Das Jahr 2012 wurde auf Vorschlag der Europäischen Kommission zum „Europäischen Jahr für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen“ ausgerufen. Damit sollten die Mitgliedsstaaten, ihre regionalen und lokalen Behörden, die Sozialpartner, die Zivilgesellschaft und die Wirtschaft für den Wert des aktiven Alterns sensibilisiert und gleichzeitig darin unterstützt werden, aktives Altern zu fördern, das Potenzial der älteren Menschen für die Gesellschaft zu mobilisieren und es älteren Menschen zu ermöglichen, am sozialen und gesellschaftlichen Leben teilzuhaben, um ein selbstständiges Leben in Würde führen zu können. Kurz, es ging um die Potenziale älterer Menschen, um ihre Teilhabechancen und die Sicherstellung eines selbständigen Lebens im Alter und gleichzeitig um die Wahrung und Förderung der Solidarität zwischen allen Altersgruppen der Gesellschaft.

Auf der zentralen Abschlusskonferenz am 10. Dezember 2012 in Nikosia

(Zypern) wurden die Erfolge des Europäischen Jahres 2012 von der Politik gewürdigt. In seiner Ansprache sagte EU-Kommissar Andor: "Durch das Jahr haben wir eine neue Sicht auf das Phänomen der alternden Bevölkerung erhalten. Früher war die wachsende Zahl alter Menschen ein Problem für uns. Mittlerweile begreifen wir sie als einen Teil der Lösung - wenn sie ihr Potenzial ausschöpfen und wir davon profitieren können“. Das Europäische Jahr hat demnach dazu beigetragen, die breite Öffentlichkeit für den demographischen Wandel, für aktives Altern und für die Solidarität zwischen den Generationen zu sensibilisieren.

Die Nationalstaaten haben das Europäische Jahr 2012 sehr unterschiedlich umgesetzt. In Deutschland wurde die Koordination vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend übernommen, das mit einem nationalen Arbeitsprogramm und einem gezielten Aufruf eigene Schwerpunkte gesetzt hat. Das Ministerium wurde dabei von einer

Geschäftsstelle unterstützt, deren Träger die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) und die Forschungsgesellschaft für Gerontologie an der TU Dortmund sind.

In diesem Beitrag möchten wir im ersten Teil die zentralen Begriffe des Jahres „aktives Altern“ und „Solidarität zwischen den Generationen“ aus wissenschaftlicher Perspektive aufgreifen und aufzeigen, wie sich die Sicht auf ältere Menschen in den letzten Jahrzehnten gewandelt hat. Im zweiten Teil stellen wir die praktische Umsetzung des Europäischen Jahres 2012 in Deutschland vor. Abschließend werfen wir einen Blick auf die Rahmenbedingungen, die notwendig sind, um die vielfältigen Impulse des Europäischen Jahres 2012 auch für die Zukunft fruchtbar zu machen.

## 1. Aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen – Theoretische Konzepte

### *Das Altern der Gesellschaft*

Wir leben heute in einer alternden Welt. Immer mehr ältere Menschen stehen immer weniger jungen gegenüber und immer mehr Menschen erreichen ein immer höheres Lebensalter. Doch die übliche Zweiteilung der Lebensphase Alter in sog. „junge Alte“ und – jenseits der 80 oder 85 Jahre – sog. „alte Alte“ ist problematisch. Manch einer ist schon mit 55 oder 60 Jahren ein „alter Alter“, andere sind noch mit 90 Jahren „junge Alte“. Fest steht: Gleichaltrige zeigen oft größere Unterschiede als Menschen, deren Altersunterschied 20 Jahre und mehr beträgt. Das

functional age ist vielmehr ausschlaggebend, also die Funktionsfähigkeit verschiedener körperlicher und seelisch-geistiger Fähigkeiten. Und diese Funktionsfähigkeiten sind keinesfalls an ein chronologisches Alter gebunden, sondern werden von biologischen und sozialen Faktoren, die während eines ganzen Lebens einwirken, mitbestimmt.

Altern ist somit ein Prozess, der mit der frühen Kindheit beginnt und eine lebenslange Aufgabe darstellt. Alterszustand und Alternsprozess sind das Ergebnis des individuellen Lebenslaufes, ureigenster individueller Erlebnisse und Erfahrungen und der ganz persönlichen spezifischen Art der Auseinandersetzung mit diesen. Sie werden von vielen Facetten beeinflusst, von der eigenen Gesundheit, den Bildungserfahrungen, von der finanziellen und familiären Situation, aber auch von dem Altersbild und den Rahmenbedingungen der Gesellschaft. Tatsache ist: Anstelle von Altersnormen, sollte man lieber nach Alternsformen suchen (Lehr 1972, 2007).

### *Vom Defizitmodell zum Aktivitätsmodell*

Die Forschung hat sehr viel zur neuen Sicht des Alterns beigetragen. Lange Zeit wurden ältere Menschen einseitig nur als Hilfsbedürftige angesehen, als passive Empfänger von Unterstützungsleistungen. Es dominierte das Defizitmodell des Alters. Bereits in den 1960er Jahren zeigten wissenschaftliche Studien jedoch positive Zusammenhänge zwischen Aktivitäten älterer Menschen und ihrer Gesundheit und Zufriedenheit. So fand man bei Langlebigen überproportional

häufig einen aktiven Lebensstil, der auf körperliches Training, auf vielseitige geistige Anregung achtet und das Zusammensein mit anderen Menschen schätzt. Weiterhin hat man ganz eindeutige Zusammenhänge zwischen einer hohen Lebensqualität im Alter und „dem Gefühl, gebraucht zu werden“ gefunden. Der Mensch braucht eine Aufgabe, die ihn zwar nicht überfordern, aber auch nicht unterfordern sollte (vgl. Lehr 1972, 2007; Lehr & Thomae 2000; Mayer & Baltes 1996). Altern muss somit nicht Abbau und Verlust, sondern kann in vielen Bereichen geradezu Gewinn bedeuten, eine Zunahme von Kompetenzen und Potenzialen, und damit auch eine Chance – sowohl für den Einzelnen als auch für die Gesellschaft (Kruse 2010).

Nach der Definition der Weltgesundheitsorganisation WHO von 2002 versteht man unter „aktiv Altern“ „den Prozess der Optimierung der Möglichkeiten von Menschen, im zunehmenden Alter ihre Gesundheit zu wahren, am Leben ihrer sozialen Umgebung teilzunehmen und ihre persönliche Sicherheit zu gewährleisten und derart ihre Lebensqualität zu verbessern.“ Der Soziologie Alan Walker versteht „aktives Altern“ als „eine umfassende Strategie zur Förderung von Partizipation und Wohlbefinden im Alter, die sowohl auf individueller (Lebensführung), organisationaler (Verwaltung) und gesellschaftlicher (Politik) Ebene, sowie in allen Lebensphasen angewendet werden soll“ (Walker 2010, p. 596).

Damit bezieht sich „aktiv“ also nicht bloß auf die Möglichkeit, körperlich und

geistig aktiv zu sein, sondern vielmehr auch darauf, am sozialen, wirtschaftlichen, kulturellen und zivilen Leben aktiv teilnehmen zu können. Die möglichen Betätigungsfelder für „aktive Ältere“ sind somit vielfältig: neben Erwerbsarbeit, Sorgearbeit, bürgerschaftlichem Engagement zählen dazu vor allem auch Sport und Bewegung, Lesen und Musikhören bzw. – machen, Einkaufen, Reisen, Treffen mit Freunden und Bekannten, sich unterhalten und erinnern. Zugleich ist damit ein aktiver Prozess der Auseinandersetzung mit dem eigenen Altern gemeint. So stellen sich auch Fragen danach, wie man älter werden möchte und was man selbst zum Gelingen beitragen kann.

#### *Aktives Altern und „gesundes Altwerden“*

Aktivität hat eine zentrale Bedeutung für ein gesundes Altwerden. Doch so neu ist diese Erkenntnis gar nicht. Schon vor mehr als 2000 Jahren empfahl bereits Hippokrates (460-377 v.Chr.) als Regeln für eine gesunde Lebensführung, die ein hohes Lebensalter garantieren:

"Alle Teile des Körpers, die zu einer Funktion bestimmt sind, bleiben gesund, wachsen und haben ein gutes Alter, wenn sie mit Maß gebraucht werden und in den Arbeiten, an die jeder Teil gewöhnt ist, geübt werden. Wenn man sie aber nicht braucht, neigen sie eher zu Krankheiten, nehmen nicht zu und altern vorzeitig" (Hippokrates, de articulis reponendis 56; vgl. Müri 1962, p. 361).

In diesem Sinne wird körperliche Aktivität seit der Antike zu den wesentlichen Voraussetzungen für ein erfolgreiches Al-

tern gezählt. Methodisch abgesichert waren diese Aussagen damals freilich nicht; sie beruhten auf Einzelerfahrungen und Einzelbeispielen. Heute haben wir durch neuere Forschungen hinreichend Belege für die Richtigkeit dieser alten Einsichten. So haben Wissenschaftler immer wieder auf den Wert körperlichen Trainings, den Wert der Aktivierung körperlicher Kräfte und der Abforderung körperlicher Leistungen sowohl als Prävention bzw. Geroprophylaxe und als Therapeutikum hingewiesen (Steinbach 1970, 1971). Ebenso wurde gezeigt, dass körperliche Aktivität, Bewegung und Sport auch auf kognitive Fähigkeiten von Einfluss sind und die Gehirndurchblutung steigern. Schnellere Reaktionszeiten, bessere Gedächtnisleistungen, besseres Abschneiden bei Problemlösungsaufgaben konnten u.a. Birren u.a. (1995), Oswald u.a. (1996), Baumann u.a. (1999) nachweisen.

Aber wir brauchen auch geistige Aktivität. Wie die bekannten internationalen Längsschnittstudien übereinstimmend feststellen: Geistig aktivere Menschen, Personen mit einem höheren IQ, einem breiteren Interessenradius, einem weitreichenderen Zukunftsbezug erreichen ein höheres Lebensalter bei psychophysischem Wohlbefinden als jene, die weniger Interessen haben, geistig weniger aktiv sind. Damit bestätigte sich die Inaktivitätstheorie in der Medizin oder die „disuse-Hypothese“ in der Psychologie, die besagen: Funktionen, die nicht gebraucht werden, verkümmern (Steinwachs 2011). Der Volksmund sagt schlicht: „Was rastet, das rostet“.

Neben körperlicher und geistiger Aktivität ist auch soziale Aktivität entscheidend: der Kontakt zu anderen Menschen, auch über die Familie hinaus. Freilich, mit zunehmendem Alter schrumpft der Freundeskreis, mehr und mehr nahestehende Menschen sterben, so können leicht Einsamkeitsgefühle auftreten. Man muss versuchen, neue Kontakte zu knüpfen – was nicht jedem älteren Menschen leicht fällt. Aber Wohlbefinden im Alter hat auch etwas mit „Gebrauchtwerden“, mit dem feeling of being needed zu tun. Solange Menschen noch im Berufsleben stehen, bieten sich gute Möglichkeiten, Bestätigung und Anerkennung zu finden, das eigene Wissen einzubringen, und „dazuzugehören“. Für andere kann die Sorge für die Familie diese Funktion übernehmen. Wiederum andere kümmern sich etwa um Nachbarn oder engagieren sich sozial und ziehen daraus die Bestätigung, gebraucht zu werden. Mit all dem tun ältere Menschen etwas für sich selbst, aber gleichzeitig auch für andere.

#### *Aktives Altern in der Arbeits- und Wirtschaftswelt*

Aktives Altern meint auch, so lange wie möglich und gewünscht in die Arbeitswelt eingebunden zu sein, evtl. mit reduzierter Stundenzahl. In einer modernen Industrie- und Dienstleistungsgesellschaft wie in Deutschland spielt bezahlte Arbeit eine ganz wesentliche Rolle für den Status der Menschen, und zwar sowohl für ihr gesellschaftliches Ansehen als auch für ihre materielle Lebenslage und die sich daraus ableitenden Rentenansprüche. Ältere sind in Deutschland aber in den vergan-

genen Jahren durch Frühverrentungspraktiken vermehrt bereits deutlich vor Erreichen der Regelaltersgrenze aus der bezahlten Arbeit entlassen worden. Viele Ältere wollen und können länger arbeiten und ihre Arbeitskraft zur Verfügung stellen. Gleichzeitig wird die Gesellschaft auf sie zunehmend nicht verzichten können. Flexibilität ist gefordert.

Über die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit alternder und älterer Arbeitnehmer bestehen in der betrieblichen Praxis und in der öffentlichen Wahrnehmung leider immer noch falsche Vorstellungen. So denken viele, dass fortschreitendes Lebensalter mit einem generellen Absinken der Leistungsfähigkeit und nachfolgendem Leistungsabfall verbunden sei. Die Altersforschung hat jedoch belegt, dass sich wichtige Fähigkeiten vielmehr mit steigendem Lebensalter erhöhen: z.B. die Erfahrung, das Urteilsvermögen, die Gesprächsfähigkeit, soziale Kompetenz, Selbstständigkeit, Verantwortungsbewusstsein und Zuverlässigkeit. Diese Fähigkeiten können altersbedingte negative Leistungsveränderungen durchaus kompensieren. In vielen Unternehmen setzt hier inzwischen ein Einstellungswandel ein.

Ältere Arbeitnehmer leisten einen wichtigen Beitrag zur Nachhaltigkeit des Generationenvertrages, auf dem unsere Sozialversicherungssysteme nach wie vor gründen. Auch nach Beendigung ihrer Erwerbstätigkeit tragen Ältere finanziell erheblich zum Wohlstand der Gesellschaft bei, sei es als Konsumenten von Gütern und Dienstleistungen, als Steuerzahler

oder durch eine zunehmende Zahl von durch sie veranlasste Schenkungen und Stiftungen (Heinze u.a. 2011). Die Initiative „Wirtschaftsfaktor Alter“ zielt sowohl auf die Erhöhung der Lebensqualität älterer Menschen, als auch auf die Stärkung von Wirtschaftswachstum und Beschäftigung, setzt auch auf die Entwicklung von AAL-Technologien und macht auf die ökonomischen Chancen der demografischen Entwicklung aufmerksam.

### *Solidarität in und zwischen den Generationen*

Ältere übernehmen in vielfältiger Form Verantwortung für die Gesellschaft und bringen ihre Zeit und ihr Wissen zum Wohle der Familie, Gleichaltriger und anderer Generationen ein. Es geht dabei um Solidarität mit Jüngeren, aber auch um Solidarität innerhalb der älteren Generation.

Auch wenn die Zahl der Haushalte, in denen drei oder mehr Generationen zusammenleben, stetig zurückgeht, und gleichzeitig die Zahl der Einpersonenhaushalte immer mehr zunimmt, so steigt zugleich die Zahl der Generationen, die zeitgleich leben, an. Viele der über 60-Jährigen haben noch einen lebenden Elternteil, viele haben Enkel und Urenkel. Dabei leben die Familienmitglieder häufig an verschiedenen Orten, ggf. über die Welt verstreut als sog. „multilokale Mehrgenerationenfamilien“. Empirische Studien belegen, dass die emotionale Verbundenheit, die Art und Häufigkeit von Kontakten sowie das Geben und Nehmen von Zeit oder Geld dennoch unverändert von einer hohen privaten Generationensolidarität zeugen (Vogel u.

Künemund 2010). Der heutigen Rentnergeneration liegt das Wohl ihrer Kinder und Kindeskiner vielfach sehr am Herzen; für sie tun sie im privaten Rahmen schon heute sehr viel, - sei es durch finanzielle Unterstützung, durch Sachleistungen, durch Betreuungsleistungen und oft auch noch durch Pflege ihrer eigenen alten Eltern.

Aber auch in außerfamiliären Bereichen sind ältere Menschen sehr aktiv. Vor Ort, in der Kommune, im Stadtteil, in der Nachbarschaft gibt es viele Bereiche des täglichen Lebens, die Raum bieten für das Engagement und den Einsatz von Seniorinnen und Senioren. Das freiwillige Engagement älterer Menschen reicht von Unterstützungsleistungen in der Nachbarschaft über freiwillige Aktivitäten in Sportvereinen, Kirchengemeinden und Politik sowie sonstige Formen bürgerschaftlichen Engagements (wie Kranken-Besuchsdienste, Mentoren- und „Paten“-Programme in Schulen und Kindergärten) bis hin zum traditionellen Ehrenamt. Der Freiwilligensurvey 2009 weist auf einen Anstieg der Engagementquoten älterer Menschen in den letzten Jahren hin.

Wir wissen, dass die Motivationen zur Übernahme einer ehrenamtlichen Tätigkeit vielfältig sind. Dazu zählen zum Beispiel das Gefühl, gebraucht zu werden, noch etwas Sinnvolles zu tun, Kontakt zu Gleichgesinnten und anderen Menschen zu bekommen, sein Erfahrungswissen weiterzugeben, herausgefordert zu werden, noch etwas dazuzulernen, und Anerkennung zu bekommen. Damit kann das

bürgerschaftliche Engagement das eigene Leben bereichern, in mancher Hinsicht Erfüllung bringen, Kompetenzen erhalten und sogar steigern.

## 2. Das Europäische Jahr 2012 – praktische Umsetzung in Deutschland

In der Wissenschaft ist das Konzept des aktiven Alters somit schon länger fest verankert. Wie die Themensetzung des Europäischen Jahres 2012 zeigt, hat die (europäische) Politik die Bedeutung des Themas vor dem Hintergrund der mit dem demografischen Wandel verbundenen Herausforderungen inzwischen ebenfalls erkannt.

Wie sieht es nun mit der Umsetzung des Europäischen Jahres in Deutschland aus? Deutschland ist eines der am schnellsten alternden europäischen Mitgliedsländer. Auf Bundesebene gibt es bereits seit Ende der 1980er Jahren eine aktive Seniorenpolitik, seit 1993 beispielsweise regelmäßige Altenberichte und bereits seit den 1970er Jahren eine Ressortforschung zum Altern. Mit der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) existiert seit 1989 eine starke Interessenvertretung älterer Menschen, die mittlerweile über 110 Mitgliedsverbände umfasst. Sie setzt sich ein für ein realistisches Altersbild in der Gesellschaft, ein selbstbestimmtes Leben im Alter, die gesellschaftliche Teilhabe und Partizipation älterer Menschen, ein solidarisches Miteinander der Generationen, ein gesundes Altern und eine hochwertige gesundheitliche und pflegerische Versorgung sowie die Interessen älterer Verbrau-

cherinnen und Verbraucher.

Die europäische Initiative des Europäischen Jahres zum aktiven Altern und der Solidarität zwischen den Generationen wurde daher in Deutschland von den seniorenpolitischen Akteuren mit großem Interesse und Engagement aufgegriffen. Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) wurde als nationale Koordinierungsstelle zur Umsetzung des Europäischen Jahres 2012 benannt. Zur organisatorischen Unterstützung der nationalen Koordinierungsstelle wurde eine Geschäftsstelle eingerichtet, die zum 1. Juli 2011 ihre Arbeit aufgenommen hat. Träger der Geschäftsstelle sind die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO) in Bonn und die Forschungsgesellschaft für Gerontologie e.V. (FfG) in Dortmund.

### *Nationales Arbeitsprogramm*

Die Bundesregierung hat auf der Grundlage des Beschlusses der Europäischen Union eigene Schwerpunktthemen für die Umsetzung des Europäischen Jahres 2012 in Deutschland herausgearbeitet:

- Altersbilder und Altersgrenzen: Abbau von altersbezogenen Klischees und Verankerung eines neuen Leitbildes des aktiven Alters
- Potenziale Älterer für die Zivilgesellschaft: gesellschaftliches Engagement und Teilhabe älterer Menschen
- Zusammenhalt der Gesellschaft: Solidarität innerhalb und zwischen den Generationen

- Potenziale Älterer für die Wirtschaft: Arbeitswelt und Arbeitsbedingungen sowie Produkte und Dienstleistungen für ältere Menschen vor dem Hintergrund des demografischen Wandels
- Eigenständiges Leben älterer Menschen durch Anpassungen in den Bereichen Wohnen, Wohnumfeld und Infrastruktur (z. B. innovative Altenpolitik in Kommunen, Verbesserung der Lebensqualität durch den Abbau von Barrieren und durch die Entwicklung und Verbreitung generationengerechter Produkte und Dienstleistungen)
- Vereinbarkeit von Pflege und Beruf bzw. Pflege und Familie

Vor dem Hintergrund der oben skizzierten Ausgangslage war ein wesentliches Ziel der Umsetzung des Jahres, Impulse für die Weiterentwicklung der Schwerpunktthemen auf nationaler Ebene zu erhalten und innovative Aktivitäten in diesen Bereichen bekannt zu machen. Für eine erfolgreiche Umsetzung des Europäischen Jahres 2012 auf nationaler Ebene war die enge Beteiligung der Bundesländer sowie der Zivilgesellschaft und aller relevanten Akteure wichtig.

### *Projektförderung*

Im Oktober 2011 hat die Nationale Koordinierungsstelle einen bundesweit gestreuten Aufruf zur Beteiligung am Europäischen Jahr 2012 veröffentlicht. Er richtete sich an die Verbände und Organisationen der Zivilgesellschaft, die Bundesministerien und Bundesländer sowie

weitere interessierte Akteure, die dazu eingeladen wurden, sich mit Aktivitäten an der erfolgreichen Gestaltung des Jahres zu beteiligen. Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend hat zur Förderung dieser Aktivitäten Haushaltsmittel in Höhe von insgesamt mehr als 800.000 Euro zur Verfügung gestellt. Die Resonanz auf den Aufruf war mit mehr als 300 Projektanträgen sehr groß.

Es wurden 45 Projekte ausgewählt und in das nationale Arbeitsprogramm aufgenommen. Diese Projekte, die die gesamte Bandbreite der Themen des Jahres widerspiegeln und verschiedene Formate beinhalten, erhielten zur Umsetzung ihrer Ideen eine finanzielle Förderung und Begleitung durch die nationale Koordinierungsstelle sowie die Geschäftsstelle. Über die geförderten Projekte hinaus wurden bundesweit unzählige Initiativen ins Leben gerufen und Veranstaltungen unter dem Motto des Jahres durchgeführt.

### *Öffentlichkeitsarbeit*

Zentrale Informations- und Vernetzungsplattform für das Europäische Jahr ist die offizielle deutsche Homepage [www.ej2012.de](http://www.ej2012.de). Sie bietet aktuelle Informationen zum Jahr, macht in einem Kalender auf relevante Termine und Veranstaltungen aufmerksam und bietet allen Akteuren, die sich mit den Themen des Jahres befassen, die Möglichkeit, ihre Projekte und Initiativen vorzustellen. Knapp 400 Kalendereinträge und mehr als 200 Einträge in der Projektdatenbank zeugen von dem regen Interesse an den Themen „Aktives Altern“ und „Solidarität zwischen den Generationen“.

Mit weit über 1.000 Presseartikeln sowie zahlreichen Hörfunk- und Fernsehbeiträgen stieß das EJ 2012 bundesweit, regional und lokal auch auf ein breites Medienecho.

### *Zentrale Veranstaltungen*

Begleitend zu den ausgewählten Projekten fanden eine Reihe zentraler Veranstaltungen im Rahmen des Europäischen Jahres 2012 in Deutschland statt.

Am Montag, den 6. Februar 2012 wurde das Europäische Jahr 2012 in Deutschland im Rahmen einer großen Auftaktveranstaltung in Berlin durch Frau Bundesministerin Dr. Kristina Schröder offiziell eröffnet. Mit der Fachkonferenz sollen die Ziele des Europäischen Jahres sowie die Umsetzung in Deutschland diskutiert sowie Rahmenbedingungen zur Gestaltung des Jahres präsentiert werden. Der Tag wurde durch Impulsreferate und Foren sowie einen „Markt der Möglichkeiten“ gestaltet. Experten aus Wissenschaft, Politik und Praxis diskutierten in Fachvorträgen und in vier Foren die verschiedenen Schwerpunkte des Jahres mit den 250 Teilnehmerinnen und Teilnehmern.

Die zentrale seniorenpolitische Veranstaltung des Jahres 2012 war der 10. Deutsche Seniorentag, der vom 3. bis 5. Mai 2012 in Hamburg stattfand. Der Deutsche Seniorentag ist mit 20.000 Besucherinnen und Besuchern die größte bundesdeutsche Tagung, die sich mit vielfältigen seniorenpolitischen Themen beschäftigt und sich nicht nur an die ältere, sondern an alle Generationen wendet.

Unter dem Motto "JA zum Alter!" ging von diesem 10. Deutschen Seniorentag die Botschaft aus: Wir nehmen das Älterwerden und das Altsein in seiner Vielfältigkeit an, mit seinen Potenzialen und Herausforderungen, aber auch mit seinen Grenzen. Insgesamt 100 Einzelveranstaltungen boten den Besucherinnen und Besuchern Informationen zu allen Fragen eines möglichst gesunden, aktiven und engagierten Älterwerdens.

Am 10. Dezember 2012 wurde auf der Abschlussveranstaltung des Europäischen Jahres, zu der das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend eingeladen hatte, Bilanz gezogen. Am Vormittag kamen zunächst die Verantwortlichen der im Rahmen des EJ 2012 geförderten 45 Projekte zu einem fachlichen Austausch zusammen. Sie berichteten in drei Workshops mit den Titeln „Bürgerschaftliches Engagement älterer Menschen“, „Generationen mit einander – füreinander“ und „Aktives Altern – Schlüssel zu mehr individueller Lebensqualität“ von ihren Projekten und diskutierten lebhaft Erfolgsfaktoren und Transfermöglichkeiten ihrer Erfahrungen und Ergebnisse. Am öffentlichen Teil der Abschlussveranstaltung nahmen rund 230 Personen teil. Zu Beginn wurden die Ergebnisse der Workshops vorgestellt, bevor Vertreterinnen und Vertreter von Zivilgesellschaft, Wissenschaft, Kommunen, Bundesregierung und EU-Kommission in einer Podiumsdiskussion und einem moderierten Gespräch aus ihrer Sicht Bilanz zogen und einen Blick in die Zukunft warfen.

### 3. Ausblick

Nun gilt es, die vielen positiven Impulse des Europäischen Jahres 2012 für die weitere seniorenpolitische Arbeit fruchtbar zu machen. Die erreichte Sensibilisierung für die Themen und die Förderung von Modellprojekten sind ausgesprochen wertvoll. Aktives Altern und die Solidarität zwischen den Generationen müssen jedoch auch in Zukunft durch geeignete Maßnahmen weiter gefördert werden. Einige aus unserer Sicht wichtige Maßnahmen seien abschließend genannt:

Für ein gesundes Älterwerden sind die Förderung der Prävention in allen Lebenslagen und auch bei bereits bestehender Pflegebedürftigkeit (als Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention), sowie der Ausbau mobiler Präventionsangebote weiterhin notwendig.

Will man ernsthaft über eine längere Lebensarbeitszeit nachdenken, dürfen Menschen nicht mehr mit diskriminierenden Vorurteilen konfrontiert werden, müssen darauf vorbereitet werden, im Laufe der Zeit erworbene Fähigkeiten zu aktualisieren und zu nutzen und müssen Zugang zu flexiblen Ruhestandssystemen haben. Es gilt zunächst, die Arbeitsfähigkeit so weit wie möglich zu erhalten und zu fördern, und das über den gesamten Lebenslauf hinweg. Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung spielen hier eine wichtige Rolle, aber auch bedarfsorientierte Weiterbildungs- und Qualifizierungsmaßnahmen für Ältere müssen vermehrt angeboten werden. Eine entsprechende Arbeitsplatzgestaltung, Verrin-

gerung des Zeitdrucks und eine größere Flexibilität werden gefordert.

Zur Förderung des bürgerschaftlichen Engagements sind außerdem organisatorische Hilfestellungen, Unkostenerstattung bzw. Auslagenersatz sowie ein ausreichendes Fortbildungsangebot notwendig. Modelle mit Anerkennungsgeld, wie z.B. der Bundesfreiwilligendienst, können Anreize schaffen. Die zentrale Voraussetzung für das Engagement für Andere ist jedoch, dass die eigene Lebenssituation im Hinblick auf das Alterseinkommen, die Wohnverhältnisse und die Gesundheit abgesichert ist.

Weiterhin ist beim Thema „aktives Altern“ auch die Kommune gefordert. Es müssen z.B. Konzepte der Stadtentwicklung überdacht werden - von der Verkehrsführung bis hin zu Sportstätten und Sportmöglichkeiten für Ältere. Der Wohnungsbau und die Wohnungsgestaltung sowie das Wohnumfeld sollten auf die veränderte Bevölkerungsstruktur und deren Bedürfnisse Rücksicht nehmen. Wir müssen uns Gedanken über die Erreichbarkeit von Angeboten machen. Hier spielt sowohl der Öffentliche Nahverkehr als auch die Parkplatzfrage eine ganz große Rolle. Manch einer geht nicht in die Innenstädte einkaufen, weil dieses Problem nicht gelöst ist. Körperliche Bewegung ist gesund, doch es muss auch Lösungen für mobilitätseingeschränkte Menschen geben. Es müssen zudem genügend Angebote für geistige Aktivität bereitgestellt werden, wie z.B. Vorträge, Theaterbesuche, Besuche von Ausstellungen etc. Nur so ist aktives Altern auch möglich.

Es muss zudem dafür Sorge getragen werden, dass sich die Konzepte „aktives Altern“ und „Solidarität zwischen den Generationen“ nicht nur an Bildungsbürger richten, sondern alle Bevölkerungsgruppen gleichermaßen ansprechen, unabhängig von Bildung, sozialem Status oder Migrationserfahrung. Hierfür sind zielgruppenspezifische Maßnahmen notwendig.

Solidarität lässt sich nicht verordnen, sie erwächst aus dem gegenseitigen Verständnis, aus der Fähigkeit der Einfühlung der Älteren in die Situation jüngerer Menschen – und der Einfühlung Jüngerer in die Biografien und Lebenssituation Älterer. Vor allen Dingen muss es Gelegenheiten zu gemeinsamen Erfahrungen und gemeinsamen Aktivitäten geben.

Altern ist ein lebenslanger Prozess der Veränderungen. Wir sollten unser Augenmerk weit stärker auf die besonderen Ressourcen eines jeden Älteren richten und – bei aller Akzeptanz der mit zunehmendem Lebensalter bzw. mit veränderter Lebenssituation gegebenen Grenzen – stets nach den noch verbliebenen Potenzialen und Chancen fragen.

### Literatur:

Baumann, H.; Oswald, W. D. and Hagen, B., „Bedingungen der Erhaltung und Förderung von Selbstständigkeit im höheren Lebensalter“, in Zeitschrift für Gerontopsychologie und –psychiatrie, 1999, pp. 227-244.

Birren, J.E.; Mac Rae, P.G. u. Fisher, L.M., „Behavior, aging and physical acti-

vity”, in S. Harris; E. Heikkinen and W.S. Harris (ed.), *Physical activity, aging and sports*, vol. IV. Albany, N.Y.: Center for Study on Aging, 1995, S. 3-20.

Heinze, R.G.; Naegele, G. and Schneiders, K., *Wirtschaftliche Potentiale des Alters*, Stuttgart, Kohlhammer, 2011.

Kruse, A. (ed.), *Potenziale im Alter – Chancen und Aufgaben für Individuum und Gesellschaft*, Heidelberg, AKA, 2010.

Lehr, U., *Psychologie des Alterns*, 11. ed., Heidelberg/Wiesbaden, Quelle u. Meyer, 2007 (1.A.1972).

Mayer, K. U. and Baltes, P. B., *Die Berliner Altersstudie*, Berlin-Brandenburgische Akademie der Wissenschaften, Forschungsberichte Bd. 3, 1996.

Müri, W., *Der Arzt im Altertum*, München, Heimeran, 1962.

Oswald, W. D., „Kognitive Leistungsfähigkeit“, in K. Ettrich, U. Lehr, W.D. Oswald, G. Roether and G. Rudinger (ed.). *Bericht über den ersten Untersuchungsabschnitt der interdisziplinären Langzeitstudie über die Entwicklung im Erwachsenenalter (ILSE)*, Heidelberg, DZFA, 1996.

Steinbach, M., „Physiotherapie aus neuropsychiatrischer Sicht“, in V. Böhlau (ed.), *Alter und Physiotherapie*, Stuttgart, Schattauer, 1970, pp. 97-101.

Steinbach, M., *Medizinisch-psychologische Probleme der Wettkampfvorbereitung*, Berlin, Bartels u. Wernlitz, 1971.

Steinwachs, K. C., *Kognitive Plastizität*

und Demenzentwicklung im Alter aus interdisziplinärer Sicht, Berlin, Münster, Lit, 2011.

Vogel, C. and Künemund, H., „Familiale Generationenbeziehungen – Befunde sozialwissenschaftlicher Studien“, in *Psychotherapie im Alter.*, 2010, pp. 289-301.

Walker, A., „The Emergence and Application of Active Ageing in Europe“, in G. Naegele (ed.), *Soziale Lebenslaufpolitik*, Wiesbaden, VS Verlag, 2010, pp. 585-601.

