



## Anmeldung

Die Vortragsreihe findet im digitalen Format auf der Videokonferenz-Plattform Zoom statt. Zur Teilnahme benötigen Sie ein elektronisches Endgerät (Computer, Tablet, Handy mit Zugang zum Internet).

Zugang über folgenden Link:  
<http://q.ksh-m.de/menschalter>  
Meeting-ID: 916 8321 4083  
Kenncode: 820794

Um Anmeldung bis 2 Tage vor der jeweiligen Veranstaltung wird gebeten. Sie können sich über den nachstehenden Eeveno Link, den QR Code, per Telefon oder E-Mail anmelden.

<https://eveeno.com/MenschAlter-Gesundheitsfoerderung>

☎ 08857/88-559



✉ [zukunft.alter@ksh-m.de](mailto:zukunft.alter@ksh-m.de)

**Dieser Flyer ist auf Anfrage  
in den Formaten Audio  
und Großdruck verfügbar.**

## Das Kompetenzzentrum »Zukunft Alter«

Das Kompetenzzentrum »Zukunft Alter« der Katholischen Stiftungshochschule München bündelt erfolgreich seit 2016 die Expertise der Hochschule zum Themenkomplex Alter(n) in all seinen Facetten. An beiden Hochschulstandorten gilt das Zentrum als zentraler Ansprechpartner für Anfragen aus Politik, Gesellschaft, Wissenschaft und Kirche. Darüber hinaus umfasst das Angebot des Kompetenzzentrums Beratung, wissenschaftliche Begleitung und innovative Formen des Transfers.

**Sprechen Sie uns an!**

☎ 08857/88-559

✉ [zukunft.alter@ksh-m.de](mailto:zukunft.alter@ksh-m.de)

Informationen zum Kompetenzzentrum finden Sie auf der Website der Hochschule unter folgendem Link:

<http://q.ksh-m.de/zukunftalter>



## Gesundheitsförderung im Alter

14. November 2024

5. Dezember 2024

16. Januar 2025

donnerstags, 12 - 13 Uhr

Online  
Veranstaltung



*Mensch, Alter!*

Die Vortragsreihe zur Mittagszeit



## Aktives Altern ermöglichen: Zielgruppen – Akteure – Angebote

Anne von Laufenberg-Beermann  
Projektleitung „Im Alter IN FORM“  
Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-  
organisationen e.V. (BAGSO)

Die Zielsetzung des „Aktiven Alterns“ im Sinne der Weltgesundheitsorganisation (WHO) erfordert passgenaue Angebote für ältere Menschen. Dabei sollten insbesondere die individuellen Bedarfe älterer Menschen mit körperlichen, psychischen und kognitiven Einschränkungen berücksichtigt werden. Unter Beachtung der kommunalen Rahmenbedingungen kann es Akteuren der Seniorenarbeit gemeinsam gelingen, ein attraktives Wohnumfeld für möglichst viele ältere Menschen zu gestalten. Im Sinne des 7. Altenberichts sollten die Verantwortlichen der Kommunalpolitik bzw. Fachverwaltung die Federführung in verschiedenen Aufgabenfeldern übernehmen.

**Donnerstag, 14. November 2024**  
**12:00 - 13:00 Uhr**



## Fit im Kopf? Der Einfluss von Einsamkeit auf kognitive Gesundheit

Dr. Johanna Bristle  
KSH München  
geschäftsf. Koordination des Promotionskolleg  
„Zeichen der Zeit lesen“

Kognitive Gesundheit ist entscheidend für ein selbstbestimmtes Leben im Alter. Einsamkeit gilt jedoch als Risikofaktor und nimmt in westlichen Gesellschaften zu. Ist die Gedächtnisleistung bei einsamen Menschen im Alter geringer? Wie ist das in Deutschland und wie in anderen Ländern? Und was sind weitere Einflussfaktoren? Der Vortrag basiert auf Daten einer Längsschnittstudie zum Thema Altern in Europa (SHARE), erkundet den Zusammenhang zwischen Einsamkeit und kognitiven Fähigkeiten und möchte Möglichkeiten diskutieren, im Alter kognitiv fit zu bleiben. Was können wir selbst tun? Wie kann kommunale und staatliche Unterstützung aussehen?

**Donnerstag, 5. Dezember 2024**  
**12:00 - 13:00 Uhr**



## Gesund alt werden in München – was die Kommune dafür tut

Elisabeth Feustel  
Fachstelle Gesund im Alter  
Landeshauptstadt München  
Gesundheitsreferat (GSR)

Mit der zunehmenden Anzahl von älteren Menschen wird auch die Gesundheitsversorgung vor neue Herausforderungen gestellt. Faktoren wie die materielle Lage, soziale Integration, individueller Lebensstil, Behinderungen, geschlechtsspezifische oder migrationsspezifische Aspekte beeinflussen nicht nur den Gesundheitszustand und das Gesundheitsverhalten im Alter, sondern auch die Inanspruchnahme und den Zugang zu Gesundheitsangeboten. Um sich diesen Anforderungen zu stellen, wurde Ende 2023 die Fachstelle „Gesund im Alter“ im Gesundheitsreferat eingerichtet. Diese und Münchens zahlreiche weitere Angebote, die zur Gesundheit im Alter beitragen, werden im Vortrag vorgestellt.

**Donnerstag, 16. Januar 2025**  
**12:00 - 13:00 Uhr**