



Policy brief

Aktives Altern

UNECE Kurzdossier zum Thema Altern Nr. 13
September 2012

Verpflichtung 2 der UNECE Strategie zum Thema Altern: Gewährleistung der vollen gesellschaftlichen Integration und Teilhabe der älteren Menschen.

Verpflichtung 5 der UNECE Strategie zum Thema Altern: Unterstützung der Arbeitsmärkte bei der Anpassung an die wirtschaftlichen und sozialen Konsequenzen der Bevölkerungsalterung.

Verpflichtung 7 der UNECE Strategie zum Thema Altern: Versuch der Sicherstellung von Lebensqualität in jedem Lebensalter und der Beibehaltung eines unabhängigen Lebens, einschließlich Gesundheit und Wohlbefinden.

Inhalt

Herausforderung	1
Empfohlene Strategien	1
Erwartetes Ergebnis	1
Einführung, das Konzept des Alterns	2
Kontext des Alterungsprozesses.....	
Arbeitsmarkt und Teilhabe	
- Arbeitszeit und Lebenszeit im Lebenslauf.....	
- Flexible Arbeitszeiten durch Bildung und Ausbildung.....	
- Anpassung des Arbeitsumfeldes an die Erfordernisse aller Lebensalter	
- Image der älteren Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen und Antidiskriminierungs-Politik	
- Flexibler Eintritt in den Ruhestand.....	
Soziale Integration.....	
- Freiwilligenarbeit als Maßnahme zur Förderung der sozialen Integration	
- Aktives Leben durch die Teilhabe in sozialen und familiären Netzwerken.....	
Gesundheit.....	
- Präventive Gesundheitsmaßnahmen – ein gesunder Lebensstil im Lebenslauf.....	
- Hilfe- und Pflegebedürftigkeit und Langzeitpflege und –Betreuung – Entwicklungen hin zur Betreuung in der Gemeinde.....	
Empfehlungen	
- Arbeitsmarkt und Teilhabe	
- Soziale Integration	
- Gesundheit	
- Angleichung der Alterspolitiken.....	
Literaturverzeichnis	
Checkliste.....	

Die Herausforderung

Das Altern der Menschen wird von einer Vielfalt von Faktoren bestimmt: biologische Vorbedingungen, soziale Bedingungen, Haltung gegenüber dem Altern und Lebensstil. Die Art, wie die einzelnen Menschen altern, kann daran mitwirken, wie lange der/die Einzelne lebt und wie fit jemand bis ins spätere Lebensalter ist.

Die heutigen Alters- und Alterspolitiken sehen womöglich „hohes Alter“ als einen Zustand und nicht als das Ergebnis einer Entwicklung. Alterspolitiken können darauf abzielen, für diesen Zustand Dienstleistungen bereitzustellen, anstatt die älteren Menschen dazu zu ermächtigen, unabhängig zu leben. In diesem Zusammenhang ist ein Paradigmenwechsel notwendig. Um Fähigkeiten für ein aktives Altern zu gewinnen, müssen die Menschen sich ihr ganzes Leben lang darum bemühen. Geeignete Strukturen in der Gesellschaft, Anregungen und Bewusstseinsbildung könnten dazu beitragen, dass die Menschen so lange wie möglich einen aktiven Lebensstil bewahren. Die gegenwärtigen gesellschaftlichen und gesetzlichen Strukturen bieten vielleicht nicht genügend Gelegenheiten für ein aktives Altern.

Vorgeschlagene Strategien

Die UNECE Ministerkonferenz über das Altern 2012 mit dem Motto „Eine Gesellschaft für alle Lebensalter“¹ setzt sich dafür ein, zur Bewusstseinsbildung und der Festlegung von vorrangig erforderlichen Maßnahmen im Bereich des aktiven Alterns auf höchster politischer Ebene und im Kontext des Madrider Internationalen Aktionsplans über das Altern beizutragen². Auch das Europäische Parlament hat dieses Jahr zum „Europäischen Jahr des Aktiven Alterns und der Solidarität zwischen den Generationen“³ erklärt, welches den Rahmen für die Entwicklung vieler neuer Projekte bildet. Als Hintergrundpapier zielt dieses Kurzdossier darauf ab, konkrete politische Maßnahmen vorzuschlagen, die die Mitgliedsstaaten ins Auge fassen können, um ein aktives Altern zu fördern.

Erwartete Ergebnisse

Das Konzept des aktiven Alterns zielt darauf ab, das physische und psychische Wohlbefinden der einzelnen Menschen zu fördern. Persönliches Wohlbefinden kann letztendlich dazu beitragen, dass die Menschen weniger von anderen abhängig sind und mehr zum Leben in der Gesellschaft beitragen können. Die Anwendung eines Konzepts des aktiven Alterns wird eine Infrastruktur schaffen, die es den Menschen ermöglicht, für ihren eigenen Prozess des aktiven Alterns selbst verantwortlich zu sein.

¹ Für Informationen zur Ministerkonferenz über das Altern 2012 siehe: http://www.unece.org/pau/ageing/ministerial_conference_2012.html.

² United Nations (2002) Politische Erklärung und Madrider Internationaler Aktionsplan über das Altern. Zweite Weltversammlung über das Altern. Madrid, Spanien, 8.-12. April 2002. <http://social.un.org/index/Ageing/Resources/MadridInternationalPlanofActiononAgeing.aspx>

³ Informationen über EU Aktivitäten im Zusammenhang mit dem Europäischen Jahr des aktiven Alterns und der Solidarität zwischen den Generationen, siehe: <http://europa.eu/ey2012/>

Einführung: das Konzept des „Aktiven Alterns“

Definition des aktiven Alterns

Während einige aktives Altern primär im Hinblick auf die Teilhabe am Arbeitsmarkt in der zweiten Lebenshälfte verstehen, bezieht sich dieses Kurzdossier auf eine WHO Definition, welche sich auf ein viel breiter gefasstes Konzept bezieht: „Unter aktiv Altern versteht man 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. (...)“

Aktives Altern ermöglicht es den Menschen, ihr Potenzial für körperliches, soziales und geistiges Wohlbefinden im Verlaufe ihres gesamten Lebens auszuschöpfen und am sozialen Leben in Übereinstimmung mit ihren Bedürfnissen, Wünschen und Fähigkeiten teilzunehmen; gleichzeitig soll für Hilfsbedürftige ausreichender Schutz, Sicherheit und Pflege gewährleistet sein⁴.“ Diese Definition stellt eine starke Verbindung zum Wohlbefinden der einzelnen Menschen her. Dieses Wohlbefinden der Einzelnen ist jedoch nicht ein individueller Luxus sondern eine gesellschaftliche Dimension im Hinblick auf eine verstärkte Teilhabe am Arbeitsmarkt und einer Verringerung der Kosten, zum Beispiel für medizinische Betreuung.

Kontext des Alternsprozesses und seine Relevanz für ein aktives Altern

Der Prozess des Alterns hängt von verschiedenen Faktoren ab⁵. Einerseits gibt es biologische Vorbedingungen, die zum Teil die Ursache für eine gute Gesundheit während des gesamten Lebenslaufes und folglich auch im Alter sind. Andererseits sind soziale Bedingungen ebenso wie der Lebensstil wichtige Faktoren, die Einfluss auf Gesundheit und Wohlbefinden haben. Da biologische Faktoren auf politischer Ebene nicht beeinflussbar sind, wird sich dieses Kurzdossier auf die sozialen Aspekte konzentrieren, die für ein aktives und gesundes Altern eine Rolle spielen. Auch die Selbst-Beurteilung und die Bewertung gewisser Attribute des Alterns und der älteren Menschen beeinflussen das physische und psychische Wohlbefinden. Die Verhaltenswissenschaft zeigt uns, dass die Haltung, die ein jüngerer Mensch gegenüber dem Alter einnimmt, die Qualität des späteren Alternsprozesses dieses Menschen beeinflusst⁶.

Eine wichtige Frage, die in diesem Kurzdossier zu beantworten ist, betrifft die Unterscheidung zwischen der Verantwortung des Einzelnen und der der Gesellschaft. Es ist hier notwendig, auf die Verantwortung des Einzelnen für seinen individuellen Alternsprozess einzugehen, aber auch die Mitgliedsstaaten zu ermuntern, die geeigneten politischen, gesetzlichen und gesellschaftlichen Strukturen zu schaffen, um die Chancen der Menschen für ein aktives Altern zu vergrößern.

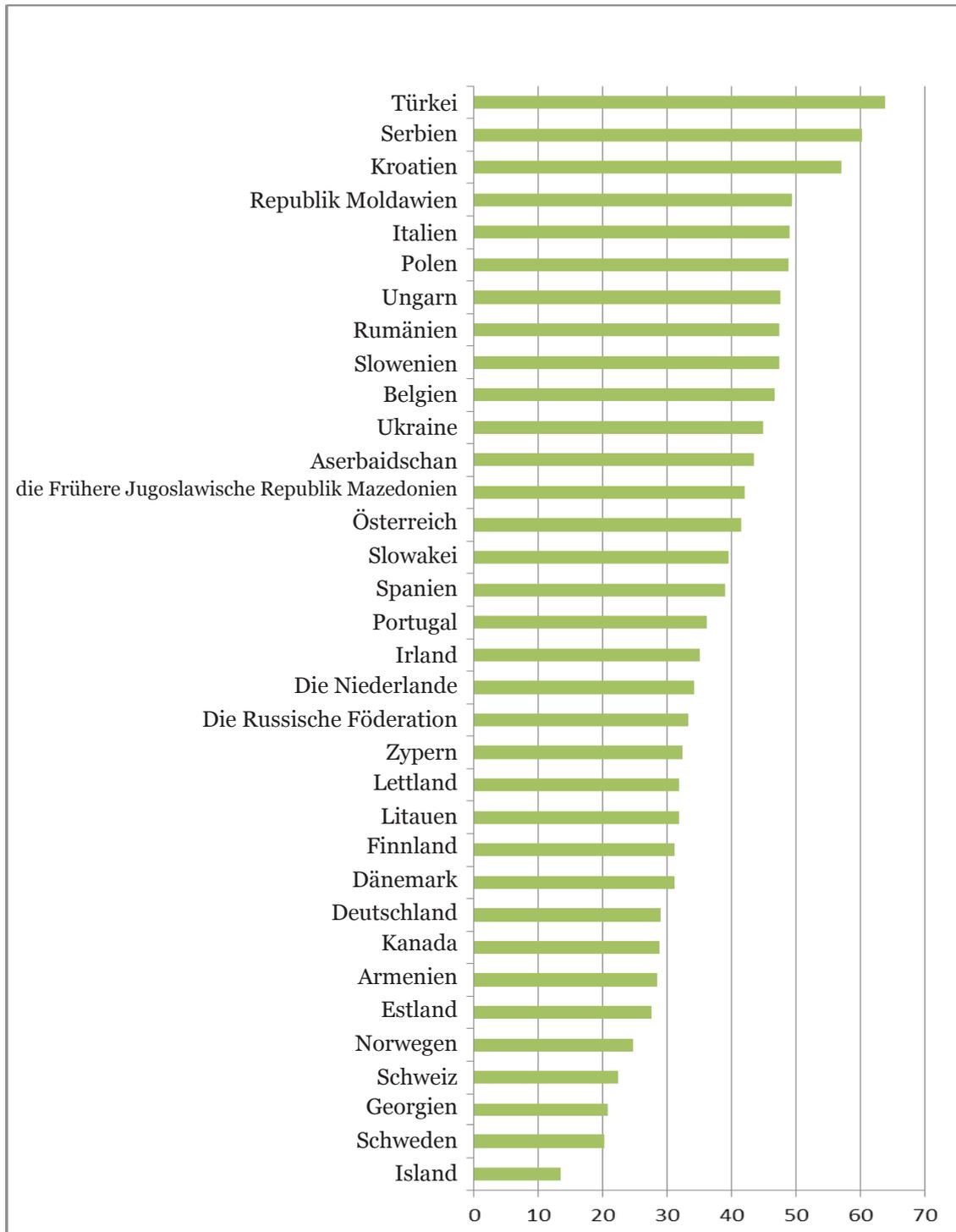
Das Konzept des aktiven Alterns versucht, eine Abstimmung der Alternspolitiken in den verschiedenen politischen Bereichen, wie z.B. der Teilhabe am Arbeitsmarkt, der sozialen Integration und der Gesundheit, zu erreichen. Aktive Beteiligung am Arbeitsmarkt kann dadurch gefördert werden, dass man flexible Mechanismen für den Eintritt in den Ruhestand schafft, ein Arbeitsumfeld entwickelt, das den Bedürfnissen aller Generationen entspricht, lebenslanges Lernen und berufliche Weiterbildung fördert, ein positives Bild von älteren Arbeitnehmern zeichnet und Antidiskriminierungspolitiken fördert. Ältere Menschen sind besser gesellschaftlich integriert, wenn sie Strukturen für Freiwilligenarbeit vorfinden, z. B. in Einrichtungen, die mehrere Generationen umfassen. Gesundheitspolitiken, die aktives Altern im gesamten Lebenslauf fördern, beziehen sich auf präventive Gesundheitsmaßnahmen sowie Betreuungseinrichtungen in der Gemeinde. Eine Generationen umspannende Herangehensweise (die die Auswirkungen einer politischen Maßnahme auf die verschiedenen Altersgruppen bedenkt), eine den gesamten Lebenslauf umfassende Herangehensweise (zukünftige mögliche Auswirkungen einer Politik auf die individuellen Lebensumstände bedenkend), sowie eine geschlechtsspezifische Herangehensweise (die die Unterschiede zwischen den Geschlechtern bei allen Auswirkungen politischer Maßnahmen berücksichtigt) sollen sicherstellen, dass das komplexe demographische Phänomen der Bevölkerungsalterung angemessen und ausgewogen behandelt wird.

⁴ Weltgesundheitsorganisation WHO: Was versteht man unter aktivem Altern? http://www.who.int/ageing/active_ageing/en/index.html.

⁵ Ferraro, K. and Shippee, T.(2009). Aging and Cumulative Inequality: How Does Inequality Get under the Skin? The Gerontologist. Vol.49, No.3. pp.333-343.

⁶ Levy, B.et al.(2002) Longevity Increased by Positive Self-Perceptions of Aging. Journal of Personality and Social Psychology, Vol.83, N.2. Baltes, P.and Baltes, M.(1993). Successful aging: perspectives from the behavioral sciences.

Tabelle 1
Anteil der inaktiven Bevölkerung im Alter zwischen 50 und 64 Jahren in ausgewählten
UNECE Ländern im Jahr 2010, in Prozent



Source: Source: UNECE Statistical Database (<http://www.unece.org/stats/data>). See Gender Statistics/Work and the economy/Economically Inactive population by reason for inactivity, age and sex.

Zu beachten: die wirtschaftlich inaktive Bevölkerung umfasst alle Personen, die nicht Teil des Arbeitsmarktes sind, d.h. weder beschäftigt noch arbeitslos sind. Die Tabelle zeigt den Anteil der inaktiven Personen in der Altersgruppe 50-64 Jahre an der Gesamtbevölkerung in dieser Altersgruppe. Die Daten kommen von nationalen Arbeitsmarkt-Untersuchungen, d.h. den Standard-Untersuchungen auf Haushaltsbasis in den arbeitsbezogenen Statistiken. Als solche erfassen sie die offizielle und die nicht-registrierte Wirtschaft.

Teilhabe am Arbeitsmarkt

Die Daten zur wirtschaftlichen Inaktivität der Altersgruppe 50-64 zeigen sehr große Unterschiede in der UNECE Region. Von den 34 in Tabelle 1 gezeigten Ländern berichten 25, dass mehr als 30% aller 50-64-Jährigen ökonomisch inaktiv sind. In 3 Ländern beträgt diese inaktive Bevölkerungsgruppe mehr als 50 %. Dieser hohe Prozentsatz ökonomischer Inaktivität stellt nicht nur einen Verlust an Ressourcen in den betroffenen Ländern dar, sondern spiegelt auch die bestehenden Barrieren für eine wirtschaftliche und soziale Teilhabe der Einzelnen wider, und dies kann in letzter Konsequenz zu einer Verringerung ihrer Lebensqualität führen.

Jedoch benötigen nicht nur ältere Arbeitnehmer und -Nehmerinnen und junge Rentner/Pensionisten und Rentnerinnen/Pensionistinnen, sondern auch junge Menschen nach der Berufsausbildung in der UNECE Region einen besseren Zugang zum Arbeitsmarkt.⁷ Gleichzeitig ist die ökonomisch aktivste mittlere Generation häufig überlastet in ihren Bestrebungen, die Entwicklung ihrer Karriere und ihre Aufgaben in der Familie zu vereinbaren. Um angemessene und gleichstellungsorientierte Arbeitsmarkt-Maßnahmen zu schaffen, die ausgewogen auf die Bedürfnisse der verschiedenen Generationen eingehen, können die nachfolgenden Überlegungen hilfreich sein.

Ausgewogenheit von
Arbeits- und Lebenszeit
während des gesamten
Lebenslaufs

Die Ermunterung zu einem aktiven Lebensstil muss berücksichtigen, dass Gruppen eines gewissen Alters und Geschlechts schon unter Druck stehen. So ist zum Beispiel die Zeitspanne zwischen 30 und 50 Jahren für Frauen mit Familienverantwortungen ganz besonders arbeitsintensiv und wird häufig die „Rush Hour des Lebens“ genannt⁸, auch Betreuungsaufgaben für ältere Familienmitglieder können eine besondere Herausforderung sein. Ein Mix von politischen Maßnahmen zum Time Management, von struktureller Unterstützung und von finanziellen Beiträgen kann den Frauen (und Männern) helfen, eine nachhaltige Ausgewogenheit ihrer Arbeits- und Lebenszeit während ihres gesamten Lebens zu erreichen, was dazu beiträgt, dass sie später eher in der Lage sind, für eine längere Zeit aktiv zu bleiben. Das Tempo für die mittlere Generation etwas zu drosseln, und gleichzeitig Beschäftigungsmöglichkeiten für die sehr jungen und die alternden Mitglieder der Gesellschaft zu schaffen, kann für alle wohltuende Auswirkungen haben⁹.

Flexible Karrieren durch
Bildung und Ausbildung

Viele Jahrzehnte lang hatten viele Berufslaufbahnen eine klare Aufteilung in drei wesentliche Phasen: die Phase der Qualifikation, die der Arbeit und die des Ruhestands. Um auf die entstehenden sozialen Bedingungen aufgrund des Alterns der Bevölkerung zu reagieren, verlangt das Konzept des aktiven Alterns einen Paradigmenwechsel, was diese Dreiteilung betrifft. Da von den Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern heute mehr Flexibilität in Hinblick auf die Aufgaben, die sie zu erfüllen haben und auf die Arbeitsbedingungen erwartet wird, ist ein Engagement für lebenslange Bildung eine Vorbedingung für einen aktiven und flexiblen Lebensstil. Wenn man schon früh in Bildung investiert, so zeigt dies positive Auswirkungen auf die Chancen auf dem Arbeitsmarkt, auf Gesundheit und soziale Integration. Ältere Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen mit höherer Bildung haben bessere Beschäftigungsraten als gering ausgebildete Arbeitnehmer und -Nehmerinnen¹⁰. Wenn vielfältige Berufsbildungs- und Weiterbildungs-Möglichkeiten bereitgestellt werden, und Sprach- und ICT-Fertigkeiten vorhanden sind, so hilft dies dabei, die Chancen auf dem Arbeitsmarkt während des gesamten Lebenslaufes zu erhöhen, aber auch die Lebensqualität über den Eintritt in den Ruhestand hinaus zu verbessern.

⁷ Der UN Jugendbericht zeigt die Arbeitsbedingungen und die Arbeitslosenraten der Altersgruppe 15-30 auf, die in den meisten untersuchten Ländern deutlich höher liegt als für Erwachsene. Der Bericht enthält auch Empfehlungen, wie man an dieses Thema herangehen kann: United Nations Department for Economic and Social Affairs (UNDESA). (2012). UN World Youth Report. <http://unworldyouthreport.org/>

⁸ Tremmel, J. (ed.) 2010. A Young generation under pressure?: The financial situation and the “Rush Hour” of the Cohorts 1970-1985 in a generational comparison. Springer.

⁹ Europäische Kommission (2005): Green Paper „Confronting demographic change: a new solidarity between the generations“. http://europa.eu/legislation_summaries/employment_and_social_policy/situation_in_europe/c10128_en.htm

¹⁰ Hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen Bildung und Beschäftigungsraten siehe: Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD) (2001). Education at a Glance 2011. http://www.oecd.org/document/2/0,3746,en_2649_39263238_48634114_1_1_1_1,00.html

Lebenslanges Lernen in Luxemburg

RBS, ein Zentrum, das sich mit Altersfragen befasst, hat gemeinsam mit der Universität Luxemburg ein Konzept des „Lernens im späteren Lebensalter“ entwickelt. Seit 2011 bietet die Universität 17 Themen an, die allen Menschen, die mindestens 60 Jahre alt oder vorzeitig in Rente gegangen sind, zugänglich sind. Sie nehmen als „freie Hörer“ teil, zahlen keine Studiengebühr mit Ausnahme von 50 € Einschreibgebühr. Sie müssen keine vorher fixierten Bildungskriterien erfüllen. Durch dieses Programm bleiben die Senioren und Seniorinnen mit den jüngeren Menschen in Kontakt. Jede intellektuelle Anstrengung ist ein gutes Gedächtnistraining, das es ermöglicht, sich auf neue interessante Themen zu konzentrieren. Mit 100 Inskriptionen im ersten Wintersemester war das Programm ein großer Erfolg. Zwei Drittel der Teilnehmenden bewerteten die Initiative als sehr gut, ein Drittel fand, dass es eine gute Erfahrung war. Im Sommersemester 2012 wird die Zahl der Kurse auf 26 verschiedene Themen erhöht.

Quelle: RBS – Center für Altersfragen

http://www.uni.lu/university/news/latest_news/seniorstudium_informationsveranstaltung_am_30_januar <http://www.rbs.lu/icc/internet-fr/nav/occ70739-e54f-0421-e18c-66132700266c.htm>. or e-mail: Roland Moes unter Roland.Moes@igss.etat.lu

„Fit2Work“ Initiative in Österreich

Das wichtigste Ziel von „Fit2Work“ ist die Wahrung und nachhaltige Verbesserung der Chancen auf dem Arbeitsmarkt und die Arbeitsfähigkeit der Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen, ebenso wie die Vermeidung eines vorzeitigen Verlassens des Arbeitsmarktes aufgrund von Krankheit und berufsbedingten Gesundheitsbeeinträchtigungen. Dieses Projekt ist Teil des Gesetzes zu Arbeit und Gesundheit, das vom österreichischen Parlament im Dezember 2010 angenommen wurde und mit 1. Januar 2011 in Kraft getreten ist. In Zusammenarbeit mit dem Bundessozialamt, dem Arbeitsmarktservice, der Arbeitsunfallversicherungsanstalt AUVA und der Pensionsversicherungsanstalt werden diese Maßnahmen in ganz Österreich umgesetzt.

Schließlich wurde 2011 ein niederschwelliges Service geschaffen, das Arbeits- und Gesundheitsthemen für alle Arbeitnehmer und Arbeitgeber umfasst. Fit2work zielt auf eine Veränderung der Kultur bei der Beschäftigung älterer Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen in Österreich ab.

Um diese Strategie umzusetzen, bietet das Programm zuallererst einmal eine Anleitung durch grundlegende Informationen (einen IT-gestützten Einführungs-Überblick, die „Wissensplattform“), Beratungsdienste und Case Management für Einzelpersonen sowie Beratungsdienste für Unternehmen. In einer weiteren Programmphase wird eine genau angepasste Auswahl an Beratungsdiensten für Unternehmen bereitgestellt werden. Begleitende PR-Aktivitäten werden das Bewusstsein in der Bevölkerung für das Thema „Gesundes Arbeitsumfeld“ stärken. Die Evaluierung von Pilotprojekten geht davon aus, dass jeder investierte Euro innerhalb eines Jahres mindestens den dreifachen Wert einbringt. Es wird erwartet, dass das Hinauszögern der Invaliditätspension um ein Jahr – das durch dieses Programm erreicht wird – etwa 300 Millionen EUR jährlich an Einsparungen bringt.

Quelle: Österreichisches Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz. Für weitere Informationen: e-Mail an Edith Werderits: edith.werderits@bmask.gv.at oder www.fit2work.at

Anpassung des Arbeitsumfeldes an die Bedürfnisse aller Generationen

Ein höheres Eintrittsalter in den Ruhestand erfordert ein Umfeld, das es den älteren Arbeitnehmern und Arbeitnehmerinnen ermöglicht, gesund, zufrieden und produktiv zu bleiben, denn gute Gesundheit der Arbeitnehmer und -Nehmerinnen und Produktivität stehen in engem Zusammenhang. Die Verantwortlichkeit liegt hier nicht nur bei den politischen Entscheidungsträgern, sondern auch bei den Firmen und den Einzelpersonen. Alle Beteiligten sollen gemeinsam überlegen, wie gesunde Arbeitsplätze am besten gefördert werden können, und wie ein altersfreundliches und sicheres Arbeitsumfeld, das für eine Zusammenarbeit aller Generationen geeignet ist, bereitgestellt werden kann¹¹. Eine entsprechende Einbeziehung in die Entscheidungsfindung wird auf allen Organisationsebenen zum Vorteil der Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen sein. Es sollten also Mechanismen entwickelt werden, die es den Menschen ermöglichen, das Design und die Verbesserungen ihres Arbeitsumfeldes zu beeinflussen; so wird es möglich, dass die Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen mehr Kontrolle über ihre Arbeitsbedingungen, eine größere Vielfalt und mehr Chancen für ihre persönliche Entwicklung am Arbeitsplatz haben. Gesundheit am Arbeitsplatz und Alters-Management können auch Gesundheitsdienste am Arbeitsplatz mit Mitarbeitern, die speziell für die Früherkennung von psychischen Gesundheitsproblemen und die entsprechenden Interventionen ausgebildet sind¹². Wichtig ist auch die Vermeidung von belastenden zwischenmenschlichen Erfahrungen am Arbeitsplatz, wie zum Beispiel Ausübung von Druck oder Belästigungen, die Angst und Frustration verursachen können und zu einer ganzen Reihe von Erkrankungen (z.B. zu einem Burn-out Syndrom), oder zu einem vorzeitigen Verlassen des Arbeitsmarktes führen können¹³.

Das Image älterer Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen und Anti-Diskriminierungs-Politiken

Bei allen Bemühungen um ein besseres Image der Arbeitnehmer und -Nehmerinnen bestimmter Altersgruppen ist ein gegenseitiges Verständnis zwischen den Generationen entscheidend.

Eine spezielle Eurobarometer-Studie¹⁴ hat ergeben, dass ein subjektiv als „nicht positiv“ empfundenen Image älterer Menschen zu mehr als 50% zu den Gründen beitragen kann, warum Menschen über 55 ihren Arbeitsplatz verlassen. Es ist also notwendig, positive Bilder älterer Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen zu fördern. Es ist wünschenswert, deren Erfahrungen und Fertigkeiten in den Medien, in der Zusammenarbeit in der Zivilgesellschaft, und in den Lehrplänen der Schulen hervorzuheben. Antidiskriminierungspolitiken können verhindern, dass aufgrund von negativen Vorurteilen schädliche Maßnahmen ergriffen werden.

Gleichzeitig den Kampf der Eltern, die Arbeit und Familienleben vereinbaren wollen, anzuerkennen und Lösungen zu suchen, würde den Druck verringern, den die Eltern empfinden, weil sie das Image des immer verfügbaren Arbeitnehmers/der immer verfügbaren Arbeitnehmerin während der Zeiten der Kindererziehung aufrecht erhalten wollen. Dies kann auch dazu führen, dass die mittlere Generation mehr Verständnis für die ältere Generation bekommt, um ihre Fertigkeiten anzuerkennen und ihre speziellen Bedürfnisse zu erkennen. Es würde dazu beitragen, ein umfassendes Verständnis für den Einzelnen zu erreichen, indem man eingesteht, dass während jeder Lebensphase der aktive Beitrag zum ökonomischen Leben Hand in Hand geht mit den persönlichen Sorgen für die Familie, sowie sozialen und gesundheitlichen Angelegenheiten.

¹¹ Siehe z.B.: European Foundation for the Improvement of Living and Working conditions (2011). The impact of the recession on age-management policies. Dublin.

¹² Wilkinson, R. and Marmot, M. (2003). Social determinants of health – the solid facts. 2nd edition. Copenhagen: World Health Organization, Regional Office for Europe. P.18-19.

¹³ International Labour Organization (ILO) (2006). Violence at work. http://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2006/106Bo9_110_engl.pdf

¹⁴ Siehe European Commission (2012) Public Opinion. Special Eurobarometer No.378. http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/eb_special_379_360_en.htm

Flexibler Eintritt in den Ruhestand

Die Regionale Umsetzungs-Strategie RIS der UNECE tritt für eine Abschaffung des verpflichtenden Eintritts in den Ruhestand ein. Ein gesetzliches Rahmenwerk, das flexiblere Arbeitszeit-Einteilungen ermöglicht, kann dazu beitragen, das ältere Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen ihr Arbeitsleben bis zur Erreichung des staatlichen Renten-/Pensionsalters fortsetzen, oder sogar noch darüber hinaus, wenn sie weiterhin aktiv bleiben wollen. Eine systematische Ausdehnung der Teilzeit-Beschäftigung oder vertraglich zugesicherte Arbeitszeit-Änderungen während des gesamten Beschäftigungslebens tragen dazu bei,

die Auswahl an flexiblen Beschäftigungsverhältnissen für ältere Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen zu vergrößern¹⁵. Im Hinblick auf Gleichstellungsmaßnahmen könnte dies zu einer besseren Einbindung älterer Frauen in den Arbeitsmarkt führen, die wegen der Arbeitsunterbrechungen, wenn sie Kinder bekommen, aufgrund von Teilzeitarbeit und schlechter Bezahlung mit einer Vielzahl von Barrieren auf dem Arbeitsmarkt konfrontiert sind, wenn sie wieder arbeiten oder in einer Beschäftigung verbleiben wollen¹⁶.

Wirtschaftsfaktor Alter in Deutschland

Die Strategie „Wirtschaftsfaktor Alter“ des Deutschen Bundesministeriums für Familie, Senioren und Seniorinnen, Frauen und Jugend hat das Ziel, die Lebensqualität für ältere Menschen zu verbessern. Sie betont die Chancen des demographischen Wandels, indem sie das Potenzial von Produkten und Dienstleistungen für alle Lebensalter hervorhebt und die Rolle der älteren Menschen als Konsumentinnen und Arbeitnehmer/Arbeitnehmerinnen stärkt. Das Budget, das für die Umsetzung dieser Strategie bereitgestellt wurde, betrug bis zum März 2011 1,535 Mio € und 900.000 € für die Zeit zwischen 2012 und 2014.

Zu den Projekten im Zusammenhang mit dieser Strategie gehören:

- Die Entwicklung von Instrumenten für Unternehmen und Konsumenten
- Ein Qualitäts-Label „generationenfreundliches Einkaufen“, das in Zusammenarbeit mit vielen Vereinigungen auf Gemeinde- und Länderebene entwickelt wurde und an mehr als 3000 verschiedene Geschäfte verliehen wurde
- Eine Website, die über die Strategie „Wirtschaftsfaktor Alter“ informiert
- Drei Regionalkonferenzen in den Jahren 2011 und 2012
- Eine Ausstellung zum Thema „Universelles Design“ (Design für Alle)
- Studien zu folgenden Themen:
 - “Arbeitszufriedenheit älterer Arbeitnehmer und -Nehmerinnen in Korrelation mit dem Altersbild und mit Altersmanagement in Unternehmen”
 - “Übergänge im Management: eine Expertise zu Motivation und Vorlieben älterer Arbeitnehmer/Arbeitnehmerinnen hinsichtlich der Formen des Eintritts in den Ruhestand”
 - “Die Realisierung von Potenzialen: die Gruppe der Konsumenten/Konsumentinnen über 50”
 - “Die deutsche Wirtschaft und der demographische Wandel”
 - “Tourismus für Menschen über 50”.

Quellen: Deutsches BM für Familie, Senioren und Seniorinnen, Frauen und Jugend. Weitere Informationen erhalten Sie von Dorika Seib unter dorika.seib@bmfjsfj.bund.de, oder unter <http://www.wirtschaftsfaktor-alter.de>
Für Informationen über das Label: <http://www.generationenfreundliches-einkaufen.de>

¹⁵ Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD) (2011). Pensions at a Glance 2011. Retirement-Income Systems in OECD and G20 Countries.

¹⁶ Botti, F. et al.(2011). Active Ageing and Gender Equality: A labour market perspective. DULBEA Working Papers
Weitere Lektüre zum Thema Pensionen siehe: Europäische Kommission (2012). White Paper. An Agenda for Adequate, Safe and Sustainable Pensions. COM(2012)55 final.

Soziale Integration

Eine Anzahl von Studien hat gezeigt, dass Personen, die sozial integriert sind, ihr ganzes Leben lang glücklicher und gesünder sind, wohingegen Einsamkeit durch viele Faktoren begründet sein kann, wie z.B. den Verlust des Partners, geringe soziale Aktivität, oder verringerte physische Aktivität¹⁷. Die Mitgliedsstaaten können die soziale Integration von älteren und jüngeren Menschen fördern, indem sie Gelegenheiten für freiwillige Aktivitäten und Austausch zwischen den Generationen erleichtern.

Freiwilligenarbeit als eine Maßnahme zur Förderung der sozialen Integration

Obwohl es nie zu spät ist, in der Freiwilligenarbeit aktiv zu werden, gibt es Hinweise darauf, dass Menschen, die ihr ganzes Leben lang aktiv waren, eher auch weiterhin aktiv bleiben, wenn sie das Renten-/Pensions-Alter erreicht haben¹⁸. Staatlich geförderte Programme der Freiwilligenarbeit können Gelegenheiten für ein gesellschaftliches Engagement und politische Teilhabe (z.B. in Seniorenbeiräten oder Seniorenorganisationen) schaffen, sollten aber nicht dazu dienen, die reguläre Beschäftigung zu ersetzen.

Das Kanadische Programm „Neue Horizonte für Senioren und Seniorinnen“

- Das Programm „Neue Horizonte für Senioren und Seniorinnen“ NHSP unterstützt das Engagement der Regierung Kanadas für eine Förderung positiver Altersbilder und eines aktiven Engagements der Senioren. Unter anderem fördert das Programm die Freiwilligenarbeit von Seniorinnen und Senioren sowie anderen Generationen, bindet Senioren und Seniorinnen in die Gemeindefarbeit als Mentoren/Mentorinnen für andere ein, und fördert die soziale Teilhabe und Integration der Senioren und Seniorinnen.
- Die staatlichen Gelder für das NHSP wurden seit der Schaffung des Programms im Jahr 2004 verstärkt. Im Jahr 2011 betrug das Gesamtbudget für das Programm 45 Millionen Kanadische Dollar pro Jahr. Von Beginn im Jahr 2004 an hat das Programm den Seniorinnen und Senioren geholfen, in den erwähnten Aktivitäten die Führung zu übernehmen oder daran teilzunehmen, es wurden mehr als 8.500 Projekte in mehr als 1000 Gemeinden quer durch Kanada finanziert. Das Programm finanziert Projekte auf Gemeindeebene, die von Senioren und Seniorinnen geleitet oder inspiriert sind, einschließlich Non-Profit-Organisationen, Verbände, lokale Behörden, Bildungseinrichtungen und Stammesräte.
- Durch dieses Programm teilen die teilnehmenden Seniorinnen und Senioren ihr Wissen und ihre Erfahrungen mit Menschen verschiedener Generationen. Die Seniorenstunde auf Canoe FM „Ageing Outside the Box“ zum Beispiel, ist ein von Seniorinnen und Senioren geleitetes Radioprogramm, das die Senioren und Seniorinnen mit den anderen Mitgliedern der Gemeinde in Halburton County verbindet. Eine ganze Reihe von Radioprogrammen wurden von Senioren für Senioren geschaffen und befassten sich mit den verschiedensten Themen, einschließlich Veranstaltungen für Senioren und Seniorinnen in der Gemeinde, Gesundheitstipps für eine alternde Bevölkerung, und die Zusammenführung von Senioren und Seniorinnen und Studierenden durch das Erzählen von Geschichten. Den Zuhörern und Zuhörerinnen wurden Informationen angeboten, die helfen sollten, die soziale Isolation zu verringern und zur Teilnahme an Veranstaltungen und Aktivitäten in der Gemeinde zu ermutigen. Die staatliche Radiogesellschaft National Community Radio Association hat vor kurzem den Radiosender der Gemeinde für die durch NHSP finanzierte Show „Ageing Outside the Box“ anerkannt.

Quelle: Human Resources and Skills Development Canada. Weitere Informationen unter: http://www.hrsdc.ca/eng/community_partnerships/seniors/index.shtml.

¹⁷ Siehe z.B.: Cacioppo, J. (2002). Loneliness and Health: Potential Mechanisms. Psychosomatic Medicine. Vol.64, pp.407-417.

Bitte beachten Sie: gemäß dieser Studie kann Einsamkeit zu verschiedenen Krankheiten beitragen, z.B. Depression, Angstgefühl, stress, und auch zu Herzkreislauferkrankungen.

¹⁸ Siehe z.B.: Morrow-Howell, N. (2010). Volunteering in later life. Research frontiers. In: Journal of Gerontology: Social Science. Vol. 65B, pp 461-469 (19) Yad Sarah.Op.cit.See: http://www.unece.org/pau/age/Policy_briefs/GoodPractices.html

Sport, Gesundheit und Kultur für das 3. Alter in Serbien

Das Programm begann im Jahr 2008 als einmalige Veranstaltung zum Internationalen Tag der älteren Menschen, organisiert von der Serbischen Gerontologischen Gesellschaft und dem Serbischen NGO-Netzwerk HumanaS mit 500 Teilnehmern aus 56 Gemeinden im Touristenzentrum des Bades Soko Banja in Südostserbien. Aufgrund des großen Erfolges wurde die Veranstaltung in den darauf folgenden Jahren wiederholt - mit wachsenden Teilnehmerzahlen. Im Jahr 2011 wurde das Projekt als eine getrennte NGO eingetragen, und erhielt den Namen „Bewegung des 3. Alters in Serbien“.

Die Organisation hat das Ziel, die soziale Integration der älteren Menschen zu verbessern, als Teil des nationalen Programms zu Integration und Solidarität der Generationen. Zusätzlich zu den älteren Menschen haben sich mehr als 100 Studierende in dem Programm als Freiwillige engagiert. Eine weitere Aktivität der Organisation ist die Gesundheitsförderung für ältere Frauen, z.B. indem man kostenlose Untersuchungen zur Früherkennung von Brustkrebs anbietet.

Der Höhepunkt dieses laufenden Programms ist eine Veranstaltung, die jedes Jahr Anfang Oktober für zwei oder drei Tage stattfindet. Während dieser Tage werden verschiedene sportliche Wettkämpfe für die Teilnehmer und Teilnehmerinnen organisiert (2011 waren das etwa 700 Teilnehmer und Teilnehmerinnen) und in Teams von fast allen Gemeinden (70 Gemeinden im Jahr 2011) durchgeführt. Die Sportarten sind speziell an die Fähigkeiten älterer Menschen angepasst, so dass auch ältere Personen mit Behinderungen daran teilnehmen können. Während dieser Veranstaltung werden auch kulturelle Aktivitäten wie z.B. Literatur-Diskussionen, Gesang, Malerei, Teilnahme an Umweltprojekten und Computerkurse angeboten.

Das beschriebene Programm ist bereits voll umgesetzt, aber die NGO „Bewegung des 3. Alters in Serbien“ plant neue zusätzliche Aktivitäten für die kommenden Jahre, um das Programm noch weiter zu entwickeln.

Quelle: für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Lidija Kozarcanin, lidija.k@zavidsz.gov.rs; oder sehen sie die Projekt-Website: [http://olimpijada3d.org/..](http://olimpijada3d.org/)

Aktiv durch die Teilhabe in sozialen Familien-Netzwerken

Solidarität zwischen den Generationen, die sich zwar häufig natürlich entwickelt in verwandten und nicht-verwandten Beziehungen, kann durch ein geeignetes gesetzliches Rahmenwerk gefördert werden. Es wurde vermerkt, dass die meisten UNECE Länder einem von drei Modellen gesetzlicher und politischer Regelungen hinsichtlich einer nicht-finanziellen Unterstützung folgen: Familienbetreuung wegen Fehlens anderer Angebote (wenn es keine öffentlich bereitgestellten Alternativen zur Betreuung in der Familie gibt); öffentlich unterstützte Familienbetreuung; oder Abkehr von der Familienbetreuung¹⁹. Jedes Modell bietet Raum für die Entwicklung und Verbesserung von Strategien für ein aktives Altern, indem man anerkennt, dass positive soziale Beziehungen sich im Laufe des gesamten Lebens entwickeln und nicht erst im älteren Alter beginnen. Besonders notwendig sind Aktionen, die die Chancen für soziale Integration im Modell „Familienbetreuung wegen Fehlens anderer Angebote“ fördern, da in diesem Falle die älteren Menschen vom guten Willen der Familienmitglieder abhängig werden können, während die jüngeren Angehörigen durch ihre Betreuungsverpflichtungen überfordert werden. Lebenslanges Lernen und soziale Aktivitäten in der Gemeinde erweitern das Spektrum der Gelegenheiten für soziale Interaktion. In dem Modell, das zu einer Abkehr von der Familienbetreuung tendiert, kann der Austausch von finanzieller und nicht-finanzieller Unterstützung zwischen den Familienmitgliedern erleichtert werden, um so Anreize zu schaffen, stärkere Familienbeziehungen aufzubauen.

¹⁹ Diese 3 Modelle wurden angeführt in: United Nations Economic Commission for Europe (UNECE) and Dykstra.P.(2010). Intergenerational family relationships in ageing societies. New York; Geneva: United Nations

Belgien – Garance 55+

Ziel dieses Programms ist es, Erfahrungen für Frauen zu schaffen, die die soziale Integration in intergenerationellen Einrichtungen unterstützen, indem man die Kontakte zwischen älteren Frauen und Jugendlichen des selben Bezirks in einem Gemeindezentrum erleichtert.

Wenn sie einander besser kennen, können beide Gruppen nach und nach Befürchtungen und Vorurteile ablegen und gemeinsam lernen, wie man Unsicherheiten begegnet und die Lebensqualität verbessert. Frauen, die mit (verbalen oder physischen) Aggressionen konfrontiert waren, nehmen an Treffen teil, in denen sie ihre Erfahrungen austauschen können. So lernen sie, wie sie mit diesen Situationen umgehen können, wie sie Selbstachtung gewinnen und auch von anderen (wieder) respektiert werden können.

Quelle: weitere Informationen unter www.garance.be

Programm „Großmütter und Enkelkinder“ in der Russischen Föderation

Ziel ist die Stärkung der Verbindungen zwischen den Generationen auf der Basis von Emotionen wie Sorge um den anderen, Mitgefühl, gegenseitige Hilfe, Zärtlichkeit und Respekt von und für Senioren und Seniorinnen. Die älteren Menschen sollen das Gefühl erhalten, dass sie gebraucht werden, und in ihrer Rolle als Mentoren und Mentorinnen unterstützt werden.

Innerhalb des Rahmens dieses Projektes werden Treffen von zwei Generationen in den Sozialen Dienstleistungszentren abgehalten. Verschiedene Freizeitaktivitäten werden organisiert, wie z.B. Themenabende oder Feste, Talente-Börsen, aber auch Exkursionen und Ausflüge.

Während der thematischen Veranstaltungen geben die Seniorinnen und Senioren den Kindern eine Einführung in die Traditionen und Wurzeln der Russischen Kultur, indem sie die Aufmerksamkeit der Kinder mit kunstvollen Erzählungen und dem Lesen von Gedichten gewinnen. Großmütter singen vielleicht, während die Kinder auf Musikinstrumenten (Balaleikas oder Löffel) spielen.

In sogenannten Talente-Börsen übernehmen die älteren Teilnehmer und Teilnehmerinnen die Funktion von Mentoren und Mentorinnen für die Kinder, während sie gemeinsam verschiedene Artikel basteln, zum Beispiel Grußkarten. Mit diesen Aktivitäten lehren sie die Kinder, nicht nur Hilfe anzunehmen, sondern sich auch gegenseitig Freundlichkeiten zu erweisen. Kreative Arbeiten geben den älteren Menschen die Möglichkeit, sich gebraucht zu fühlen und Erfahrungen weitergeben zu können.

Während der Ausflüge werden Wildtiere und Pflanzen beobachtet und ökologische Themen besprochen. Die älteren Menschen verbessern ihr physisches und psychisches Wohlbefinden, wenn sie an Spielen und Wettkämpfen teilnehmen. Kinder werden mit der Geschichte ihres Landes vertraut, wenn sie Geschichten erzählt und die Sehenswürdigkeiten ihrer Stadt gezeigt bekommen. Bei Ausflügen mit Kindern erinnern sich die Großmütter oft an ihre Jugend und finden in den Kindern dankbare Zuhörer.

Die Veranstaltungen, die im Rahmen des Programms „Großmütter und Enkelkinder“ organisiert wurden, haben die Bildung der jüngeren Generation ebenso positiv beeinflusst wie das Wohlbefinden der älteren Generation.

Quelle: Ministerium für Gesundheit und soziale Entwicklung der Russischen Föderation. Weitere Informationen von Alexander Preobrazhenskiy unter: PreobrazhenskiyAS@rosminzdrav.ru, oder dszn@tula.net oder UskovaNE@rosminzdrav.ru

Gesundheit

Ein Paradigmenwechsel in der Gesundheitspolitik bedeutet eine Investition in aktives Altern durch Präventivmaßnahmen im Gesundheitsbereich, anstatt sich auf die kurative Medizin allein zu verlassen. Wenn chronische Krankheiten, Behinderungen und Pflege- und Hilfsbedürftigkeit unvermeidlich sind, ermöglichen Pflege- und Betreuungseinrichtungen in der Gemeinde den älteren Menschen mehr aktive Teilhabe am Leben in der Gesellschaft als in Pflegeheimen.

Präventive
Gesundheitsmaßnahmen
– ein gesunder Lebensstil
während des gesamten
Lebens

Die Basis für ein aktives Altern wird schon in sehr frühem Alter gelegt und während des gesamten Lebenslaufs weiter gebaut. So sind Präventivmaßnahmen eine gut angelegte Investition in die Gesundheit der immer mehr alternden Gesellschaften. In der Einleitung zu diesem Kurzdossier wurde aufgezeigt, dass die Mitgliedsstaaten in der Lage sein könnten, Anregungen und gesetzliche Rahmenbedingungen für gesunde Lebensstile zu bieten, die Verantwortung dafür, eine solche Richtung einzuschlagen, letzten Endes aber bei jedem/jeder Einzelnen liegt. Die Schaffung passender Rahmenbedingungen, damit die Menschen trainieren, Stress abbauen oder ihre Essgewohnheiten verbessern können, kann einen Einfluss auf den Gesundheitszustand der Bürger und Bürgerinnen haben, wenn der/die Einzelne davon überzeugt werden kann, dass er/sie diese auch nützt. Zu den Maßnahmen für eine Vermeidung von Krankheiten und Unfällen können auch die Verbesserung der Wohnqualität oder der Sicherheit der Transportmittel gehören²⁰.

Das Sektoren-übergreifende Programm „Gesünder werden: So wird es leichter, eine gesunde Wahl zu treffen“ in Italien

„Gesünder werden“ ist ein Programm, das vom Italienischen Gesundheitsministerium gefördert und durch ein Dekret des Präsidenten des Ministerrates vom 4. Mai 2007 bestätigt wurde. Das Programm verfolgt eine Sektoren-übergreifende Herangehensweise mit der aktiven Beteiligung der zentralen, regionalen und lokalen Verwaltungen, um chronische Krankheiten zu vermeiden und einen gesunden Lebensstil zu fördern. Es wurden insbesondere 4 Interventionsbereiche festgelegt: Rauchen, Alkoholismus, ungesunde Ernährung und Bewegungsmangel.

Das Hauptziel des Programms „Gesünder werden“ ist es, die Selbstverantwortung des Einzelnen für einen gesunden Lebensstil, der zum Prozess des aktiven Alterns beiträgt, zu stärken. Die wichtigsten Instrumente für die Umsetzung dieses Programms sind daher Information, Bildung und Unterstützung.

Das Gesundheitsministerium hatte eine nationale Plattform zu den Themen Ernährung, physische Aktivität und Rauchen geschaffen, mit dem Ziel, neue Initiativen, die sich mit den Themen dieses Programms befassen, zu fördern und umzusetzen. Die Plattform bestand ein Jahr lang, und an ihr beteiligten sich auch die wichtigsten Repräsentanten der zentralen Verwaltung. Eine Reihe praktischer Projekte wurde mit Unterstützung durch das Nationale Zentrum für die Prävention und Kontrolle von Krankheit und mit besonderer Beachtung der unterschiedlichen Interventionsbereiche umgesetzt.

Die Kommunikation zwischen den einzelnen Akteuren bleibt ein konstanter und zentraler Bestandteil des Programms. Dazu gehören: Kommunikationspläne für jeden Interventionsbereich; Kampagnen zur Bewusstseinsbildung für die Bevölkerung; und ein spezielles Programm in Zusammenarbeit mit den Schulen.

Quelle: Italienisches Gesundheitsministerium, Informationen unter: <http://www.guadagnasalute.it/site/programma>

Hilfsbedürftigkeit und
Langzeitpflege – Pflege
und Betreuung in der
Gemeinde

Obwohl ein aktiver und gesunder Lebensstil zu einem längeren Leben in besserer Gesundheit beitragen kann, kann doch ein Zustand der Pflege- und Betreuungsbedürftigkeit nicht immer vermieden werden²¹. Das Konzept des aktiven Alterns zielt darauf ab, das Wohlbefinden zu stärken, indem man es den älteren Menschen ermöglicht, voll integrierte Bürger und Bürgerinnen in ihrer Gemeinde zu bleiben. Die Mitgliedsstaaten können also vielleicht Infrastrukturen für Langzeitpflegedienste fördern, die ihre Patienten dazu ermächtigen, aktive Bürger zu bleiben, und eine Heimunterbringung vermeiden, wie z.B. Heimpflege- oder Tagespflege-Dienste, ambulante Gesundheitsdienste, die Bereitstellung medizinisch-technischer Hilfsmittel, aber auch Palliativpflegedienste von hoher Qualität, die es auch den Todkranken ermöglicht, in Würde in ihrem eigenen Heim zu sterben. Ausreichende soziale Schutz-Maßnahmen (z.B. Renten/Pensionen und Sozialversicherungs-Maßnahmen) sind erforderlich, damit die älteren Menschen diese Dienste in Anspruch nehmen können, die dazu beitragen, dass sie weiterhin in ihrer Gemeinde integriert bleiben.

²⁰ Wilkinson, R. and Marmot, M.(2003). Social determinants of health – the solid facts. Second edition. Copenhagen: World Health Organization, Regional Office for Europe.

²⁰ Vaupel, J.W. (2010) Biodemography of human ageing. Nature. Vol.64, pp 536-542.

Eine erfolgreiche Praxis für die älteren Menschen durch gerontologische Zentren in Kroatien

Gerontologische Zentren in Kroatien unterstützen den Verbleib der älteren Menschen zu Hause in ihrer lokalen Gemeinde so lange wie möglich, indem sie eine multifunktionale unmittelbare Pflege und Betreuung anbieten, die auf den individuellen Bedarf abgestimmt ist. Die Herangehensweise der Zentren besteht darin, ambulante Pflege für die älteren Menschen in ihren lokalen Gemeinden zu fördern, um ein gesundes, aktives und produktives Altern zu ermöglichen. Dies ist für diese Region eine besondere Leistung, da es vormals nur Betreuung in Heimen oder aber durch die Familie gegeben hat.

Die kroatischen gerontologischen Zentren:

- bieten unmittelbare Gesundheitspflege für funktionell aktive ebenso wie behinderte ältere Menschen an
- bieten Programme für die primäre, sekundäre und tertiäre Krankheitsprävention
- dienen als Treffpunkte für ältere Menschen, wo diese sich in einem Generationen übergreifenden Umfeld an verschiedenen Aktivitäten beteiligen können
- bieten Weiterbildungsprogramme für Jung und Alt zum Thema Alter, Altern und Vorbereitung auf den Ruhestand an..

Quelle: weitere Informationen erhalten Sie von Spomenka Tomek-Roksandic, spomenka.tomek-roksandic@stampar.hr oder gerontologija@stampar.hr

Empfehlungen

Das Konzept des aktiven Alterns zielt auf einen Paradigmenwechsel ab, von der gegenwärtig vorherrschenden Politik, die ältere Menschen nur versorgt, zu einer Politik der Ermächtigung, des Empowerment. Dafür müssen politische und gesetzliche Strukturen geschaffen werden, in welchen die älteren Menschen die Verantwortung für ihre eigene Lebensqualität und ihr eigenes Wohlbefinden übernehmen. Diese Politik des aktiven Alterns soll aber einen möglichen Bedarf nicht übersehen.

Teilhabe am Arbeitsmarkt

Es ist für die Menschen wünschenswert, so lange im Arbeitsprozess zu bleiben, wie sie fit genug sind und arbeiten möchten. Die Abschaffung eines verpflichtenden Datums für den Eintritt in den Ruhestand kann als wichtiger Schritt in dieser Hinsicht gewertet werden. Anpassungen beim staatlich festgelegten Alter, ab dem man Anspruch auf eine Rente/Pension hat, und/oder bei der Zahl der Beitragsjahre können zu Optionen für einen sanfteren und graduellen Übergang in den Ruhestand führen, je nach persönlicher Wahl, mit dem ultimativen Ziel, es den Menschen zu ermöglichen, dadurch ihr eigenes Wohlbefinden und ihre eigene Lebensqualität zu fördern.

Andererseits ist es notwendig, geeignete Arbeitsmarkt-Instrumente zu entwickeln, um jene älteren Arbeitnehmer und -Nehmerinnen, die das Renten-/Pensionsalter noch nicht erreicht haben, daran zu hindern, den Arbeitsmarkt vorzeitig zu verlassen. Diese Instrumente sollen darauf ausgerichtet sein, Anreize für den Verbleib auf dem Arbeitsmarkt zu entwickeln und ein altersfreundliches Arbeitsumfeld mit altengerechten Arbeitsplätzen zu schaffen. Programme des lebenslangen Lernens als Teil von umfassenden Bildungsstrategien fördern die Verbesserung der Beschäftigungsfähigkeit für alle Generationen.

Soziale Integration

Soziale Netzwerke sind für einen Prozess des aktiven Alterns entscheidend, deshalb ist es notwendig, die soziale Integration durch verschiedene Programme, wie zum Beispiel Freiwilligenarbeit oder Projekte, die die Solidarität zwischen den Generationen fördern, zu unterstützen. Dabei sind familiäre Netzwerke ebenso wichtig wie Netzwerke außerhalb der Familie, in der Gemeinde.

Gesundheit

Die Förderung von präventiven Gesundheitsmaßnahmen und Betreuungsdiensten in der Gemeinde sind für ein gesundes Altern der Menschen von entscheidender Bedeutung. Dazu können auch Programme gehören, die ganz gezielt dabei helfen, Tabak- und Alkohol-Missbrauch zu stoppen. Dazu können aber auch bewusstseinsbildende Programme gehören, die über die positiven Auswirkungen eines physisch aktiven Lebensstiles und einer gesunden Ernährung informieren. Während ein aktiver und gesunder Lebensstil wünschenswert ist, wurde doch festgestellt, dass Behinderungen und Pflegebedürftigkeit trotz eines solchen Lebensstiles auftreten können. Für diese Fälle ist die Schaffung von Pflegediensten in der Gemeinde einer Betreuung in Pflegeheimen vorzuziehen.

*Anpassung der
Altenpolitiken*

Die Umsetzung des Konzeptes des aktiven Alterns erfordert eine Sektoren und Generationen übergreifende, den gesamten Lebenslauf erfassende Herangehensweise, die die oben erwähnten Empfehlungen in einer kohärenten Strategie aufeinander abstimmen. Eine interministerielle Arbeitsgruppe oder ein anderes nationales Kommunikations-Forum kann dazu beitragen, Kohärenz und Konsistenz zwischen den einzelnen betroffenen Akteuren zu erreichen.

Bibliography

- Baltes, P. and Baltes, M. (1993). *Successful aging: perspectives from the behavioral sciences*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Botti, F. et al. (2011). *Active Ageing and Gender Equality: A labour market perspective*. DULBEA Working Papers.
- Cacioppo, J. et al. (2002). Loneliness and health: potential mechanisms. *Psychosomatic Medicine*. Vol. 64, pp. 407–417.
- European Commission (2011). *Public Opinion. Special Eurobarometer No. 378. 2012*. http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/eb_special_379_360_en.htm
- European Commission (2012). *European Year of Active Ageing and Solidarity between Generations*. <http://europa.eu/ey2012/>
- European Commission (2012). *White Paper. An Agenda for Adequate, Safe and Sustainable Pensions*. COM(2012) 55 final
- European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions (2011). *The impact of the recession on age-management policies*. Dublin.
- Ferraro, K. and Shippee, T. (2009). Aging and Cumulative Inequality: How Does Inequality Get Under the Skin? *The Gerontologist*. Vol. 49, No. 3, pp. 333–343.
- International Labour Organization (ILO) (2006). *Violence at work*. http://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2006/106B09_110_engl.pdf
- Levy, B. et al. (2002). Longevity Increased by Positive Self-Perceptions of Aging. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 83, No. 2.
- Morrow-Howell, N. (2010). Volunteering in later life. *Research frontiers. Journal of Gerontology: Social Science*. Vol. 65B, pp. 461-469.
- Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD) (2011). *Education at a Glance 2011*. http://www.oecd.org/document/2/0,3746,en_2649_39263238_48634114_1_1_1_1,00.html
- Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD) (2011). *Pensions at a Glance 2011. Retirement-income system in OECD and G20 countries*.
- Sen, A. and Nussbaum, M. (1993). *The quality of life*. Oxford: Clarendon Press.
- Tremmel, J. (ed.) (2010). *A Young generation under pressure?: The financial situation and the “Rush Hour” of the Cohorts 1970-1985 in a generational comparison*. Springer.
- United Nations (2002). *Political Declaration and Madrid International Plan of Action on Ageing*. Second World Assembly on Ageing. Madrid, Spain. 8-12 April 2002.
- United Nations Economic Commission for Europe (UNECE) (2008). *UNECE Statistical Database. Gender Statistics. Work and the economy. Economically Inactive population by reason for inactivity, age and sex*. http://w3.unece.org/pxweb/dialog/varval.asp?ma=015_GEWE_Inactivity_r&path=../database/STAT/30-GE/03-WorkAndeconomy/&lang=1&ti=Economically+Inactive+population+by+reason+for+inactivity%2C+age+and+sex
- United Nations Economic Commission for Europe (UNECE) and Dykstra, P. (2010). *Intergenerational family relationships in ageing societies*. New York; Geneva: United Nations.
- United Nations Economic Commission for Europe (UNECE) (2012). *Ministerial Conference on Ageing*. http://www.unece.org/pau/ageing/ministerial_conference_2012.html

Vaupel, J.W. (2010). Biodemography of human ageing. *Nature*. Vol. 64, pp. 536-542.

Wilkinson, R. and Marmot, M. (2003). *Social determinants of health – the solid facts*, Second Edition. Copenhagen: World Health Organization, Regional Office for Europe.

World Health Organization (WHO). What is active ageing? http://www.who.int/ageing/active_ageing/en/index.html

Checklist : Aktives Altern

Wichtigste Bereiche	Umsetzungsfelder	Schlüsselemente
Teilhabe am Arbeitsmarkt	Regelung beim Eintritt in den Ruhestand	Festlegung eines Alters, in dem man Recht auf eine Rente bzw. Pension hat anstelle eines verpflichtenden Alters, in dem man den Arbeitsmarkt verlassen muss
		Stufenweise und flexible Modelle für den Eintritt in den Ruhestand
	Arbeitsmarktinstrumente	Förderung von Bildung und Weiterbildung während des ganzen Lebens
		Förderung eines altersfreundlichen Arbeitsumfeldes
		Verbesserung des Images älterer Arbeitnehmer und –Nehmerinnen
Einführung von Antidiskriminierungs-Politiken		
Soziale Integration	Instrumente zur Förderung der demokratischen Teilhabe	Freiwilligenarbeit
	Instrumente zur Förderung generationenübergreifender Netzwerke, die an die einzelnen Modelle angepasst sind	Familienbetreuung wegen Fehlens von Alternativen: Stärkung der Aktivitäten in der Gemeinde und lebenslanges Lernen
		Unterstützung der Familienbetreuung
		Abkehr von der Familienbetreuung: Schaffung von Anreizen für den Austausch finanzieller und nicht-finanzieller Unterstützung
Gesundheit	Gesundheitsförderung und Krankheitsprävention	Förderung der Raucher-Entwöhnung
		Reduzierung des Alkohol-Konsums
		Förderung einer gesunden Ernährung und besseres Wissen über die Folgen einer unausgewogenen Ernährung
		Förderung physischer Aktivitäten
		Stress-Reduzierung, z.B. durch verbesserte Transportsysteme und bessere Arbeitsbedingungen
	Langzeitpflege und –Betreuung in der Gemeinde	Aufbau eines Netzwerks von ambulanten Gesundheitsdiensten
		Bereitstellung sozialer Dienste
		Bereitstellung von Tages- oder Nacht-Betreuungszentren für pflegebedürftige Ältere, die in der Familie leben