

BMBF-Forschungsprojekt Prävention im Alter (PrimA)

Die Abteilung „InGero – Interdisziplinäre Gerontologie“ der Hochschule München bearbeitet seit mehreren Jahren das Themenfeld „Alter und Altern“ in Forschung und Lehre. Derzeit setzen wir ein vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) gefördertes Projekt zur „Prävention im Alter – PrimA“ um.

Längst hat sich die Erkenntnis durchgesetzt, dass wir gute Aussichten auf ein hohes Lebensalter haben. Mit dieser wissenschaftlich gut belegten Entwicklung geht der Wunsch einher, nicht nur ein möglichst langes, sondern auch ein möglichst gesundes und selbstbestimmtes Leben führen zu können. Viele sind allerdings bislang nicht hinreichend auf das eigene Alter und die damit verbundenen Chancen und Risiken vorbereitet. An dieser Stelle setzt das PrimA-Forschungsprojekt unter der Leitung von Professor Pohlmann an der Hochschule München an. Die Forschungsgruppe beschäftigt sich mit der Frage, wie es vorbeugend gelingen kann, erwartbare Krisen im Alter zu vermeiden, Probleme abzumildern und Potenziale zu aktivieren. Dafür soll auch ausgelotet werden, ob und wie Freiwillige stärker als bisher in Präventionsarbeit eingebunden werden können.

In Anbetracht des immer deutlicher werdenden demografischen Wandels wird sowohl aus individueller Sicht als auch aus ökonomischer Gesellschaftsperspektive die Prävention bei älteren Menschen immer bedeutsamer. Studien im In- und Ausland zeigen, dass medizinische wie soziale Prävention auch bei älteren Menschen deutlich und nachhaltig ihre Wirkung entfalten kann. Die "Prävention im Alter" soll helfen, die finanziellen, sozialen, psychischen und gesundheitlichen Einschränkungen im Alter abzuwenden oder abzumildern.

Unter dem Titel PrimA hat sich ein Team von Wissenschaftlern und Praxisexperten gebildet, das versucht, konkrete präventive Hilfen für älter werdende Menschen zu entwickeln. Vor allem Personen mit besonders hohen Belastungen, wie pflegende Angehörige, Menschen mit Krankheiten, Behinderungen oder psychosozialen Beeinträchtigungen, sollen besser auf das eigene Altern vorbereitet werden. Für diesen Zweck lotet das Projekt bereits bestehende Präventionsinitiativen im In- und Ausland aus und bündelt diese im Hinblick auf erfolgversprechende Elemente. Weiter wollen wir prüfen, ob einerseits bei älteren Menschen, andererseits auf Seiten von den in diesen Bereichen hauptberuflich tätigen Experten sowie Freiwilligen Interesse an entsprechenden Präventionsangeboten besteht und wie solche Angebote genau aussehen sollten.

Wir wollen dieses Thema aus der Sicht unterschiedlicher beteiligter Gruppen beschreiben. Dazu werden in der ersten Erhebung Fachkräfte als Experten befragt. Wesentlich ist dabei die Expertensicht jener, die bereits in der einen oder anderen Form beratend oder helfend **mit älteren Menschen** zu tun haben. Es geht hierbei ausdrücklich um alle Fachkräfte, die im Beratungsbereich, in der Pflege, im Gesundheitsbereich, im sozialen Bereich – also nicht nur ausdrücklich im Präventionsbereich – tätig sind. Wenn Sie zu dieser Gruppe gehören, sind Sie herzlich aufgerufen, unseren Expertenfragebogen bequem online unter <http://www.onlineumfragen.com/login.cfm?umfrage=44306> auszufüllen und/oder diesen Fragebogen-Link an Bekannte oder Kollegen weiterzuleiten, die in diesen Bereichen tätig sind.

Die präventive Arbeit durch Freiwillige muss natürlich nicht nur für die älteren Nutzer attraktiv sein, sondern auch für die Ehrenamtlichen selbst. Zur gezielten Vorbereitung derartiger Modelle in Deutschland möchten wir daher vorab die Meinung und Ideen von Menschen jeglichen Alters erheben, die bereits freiwillig oder ehrenamtlich engagiert sind – oder dies prinzipiell planen. Hierzu finden Sie ebenso einen Online-Fragebogen unter www.ingero.hm.edu/fb1. Auch dieser Link kann gern weitergeleitet werden, da jeder ausgefüllte Fragebogen die Forschungsergebnisse solider macht.

Durch die Beantwortung einiger Fragen zu Ihren Gedanken und Erfahrungen unterstützen Sie uns in der Formulierung praxisrelevanter Präventionskonzepte. Der von Ihnen erforderliche Aufwand pro Fragebogen wird 15 Minuten nicht überschreiten. Alle Ihre Angaben sind selbstverständlich anonymisiert. Beide Fragebögen können ebenso gut in Papierform oder als ausdrückbare bzw. ausfüllbare pdf-Dateien bearbeitet werden. In diesem Fall genügt ein Anruf oder eine E-Mail bei unserem Projektteam.

Weitere Informationen unter: www.ingero.hm.edu

Kontakt Projektteam: cleopold@hm.edu oder paula.heinecker@hm.edu .