



## **Gemeinnütziger Verein Solothurner Vortragszyklus**

### **«GESUND ÄLTER WERDEN»**

Bildung im Alter wird immer wichtiger

Editorial 2016/17

### **Gesellschaft und Gesundheit**

Fast schon täglich werden wir mit Nachrichten bezüglich Überalterung, demografischer Entwicklung, Kostenexplosion, drohender Krankenkassenprämienenerhöhung usw. konfrontiert.

Manchmal könnte man meinen, dass die gesamte Schuld der Kostenentwicklung im Gesundheitswesen der älteren Generation zuzuordnen sei.

Ich möchte kurz eine Tour durch die Generationen machen und diese in Bezug auf die Gesundheit betrachten.

Im Kleinkindesalter sind die Eltern für die Gesundheit ihrer Kinder verantwortlich und übernehmen die Pflicht von Präventionsaktivitäten, sei es im körperlichen oder seelischen Bereich. Dies funktioniert grösstenteils im europäischen Gebiet aufgrund der finanziellen Möglichkeiten und des Wissens sehr gut.

Während der Schulzeit werden weitere Anstrengungen, meist seitens der öffentlichen Hand oder einzelner Pädagogen, bezüglich Gesundheitsförderung unternommen.

Im „Jugendalter“ spielt oft der jugendliche Leichtsinn mit, welcher nicht per se schlecht zu qualifizieren ist, sondern auch eine grosse Portion Selbstvertrauen zum Ausdruck bringt. Das Mass und die Intensität sind hier wohl bedeutend.

Im beruflichen Aktivalter bildet sich eine Grundhaltung zur Gesundheit und zur Prävention. Natürlich spielen während dieser Zeit externe Faktoren sowie Erfahrungen der Familie eine grosse Rolle, auf die hier nicht eingegangen wird.

Im Pensionsalter ist das Gesundheitsbewusstsein und -verhalten noch stärker geprägt von persönlichen Erfahrungen des eigenen Körpers und der Persönlichkeit. Die Wissensbegier nach gesundheitsfördernden Massnahmen fällt demnach sehr unterschiedlich aus.

Der Verein «GESUND ÄLTER WERDEN» setzt hier an und möchte möglichst vielen Menschen mit interessanten und verständlichen Vorträgen von Fachpersonen aktuelles Wissen vermitteln, die das Verständnis für gesundheitsförderndes Verhalten stärken. Das Anwenden dieses Wissens kann Kosten im gesamten Gesundheitswesen senken oder stabil halten und Sie, liebe Leserinnen und Leser, körperlich und seelisch stärken.

Zusammen mit dem medizinischen Fortschritt, dem Wissen und dem eigenem Gesundheitsverhalten ermöglicht es uns, länger, ja bis ins hohe Alter, mobil und gesund zu sein.

Sigrun Kuhn-Hopp, Vorsitzende