

Präventionsnetzwerk AEQUIPA geht in die zweite Runde

Gesundes Altern. Wie geht das eigentlich? Mit Bewegung. Körperliche Aktivität verringert das Risiko für viele Erkrankungen und Verletzungen im Alter. Umso wichtiger ist es, für ältere Menschen aus den verschiedensten Bevölkerungsgruppen einen Zugang zu mehr Bewegung zu schaffen. Im Februar 2015 ging AEQUIPA, das Präventionsnetzwerk für gesundes Altern in der Metropolregion Bremen-Oldenburg unter Federführung des BIPS, an den Start. Im Fokus von AEQUIPA steht dabei die Förderung von Bewegung und körperlicher Aktivität bei älteren Menschen. Das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) zunächst für drei Jahre geförderte Projekt geht nun nach erfolgreicher Zwischenevaluation in die zweite Runde. Am 6. April informieren das BIPS und seine Partner im Bremer Haus der Wissenschaft unter dem Titel „Chancen und Grenzen bewegungsförderlicher Umwelten – von AEQUIPA 1 zu AEQUIPA 2“ über Ergebnisse aus der ersten Projektphase und die Pläne für die kommenden drei Jahre.

Ein körperlich aktives Leben bis ins hohe Alter ist in vielerlei Hinsicht eine Präventionsmaßnahme erster Güte. Viel Bewegung – allein, zu zweit oder in der Gruppe – beugt Übergewicht vor, stärkt die Muskulatur, schont so die Gelenke, hält Herz- und Kreislauf in Schwung und sorgt nicht zuletzt für ein vielfältigeres Sozialleben. All dies stärkt die körperliche und geistige Gesundheit. Doch viele ältere Menschen haben Schwierigkeiten, das eigene Leben aktiver zu gestalten. Manchmal fehlen die Angebote, manchmal die finanziellen Mittel, manchmal schlicht die Motivation. Oftmals lassen die Gegebenheiten vor Ort einen aktiven Lebensstil, Rad fahren, Spazieren gehen, zu Fuß einkaufen oder die Nutzung des öffentlichen Nahverkehrs auch einfach nicht zu.

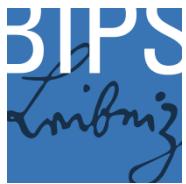
Das Präventionsforschungsnetzwerk AEQUIPA untersucht diese Punkte und hat sich zum Ziel gesetzt, Menschen ab 65 für mehr körperliche Aktivität zu motivieren, Bewegungsprogramme zu entwickeln, die sich möglichst breit und unabhängig vom Geldbeutel gerecht und für alle Menschen zugänglich umsetzen lassen, fördernde aber auch hemmende Faktoren neuer technischer Möglichkeiten berücksichtigen und die Rolle der Umgebung einbeziehen. Teil des Netzwerks sind die Universitäten Bremen, Oldenburg und Heidelberg, die Jacobs University, die Technischen Universitäten Dortmund und Chemnitz, die Jade Hochschule Oldenburg, das Oldenburger Institut für Informatik (OFFIS), die Gesundheitswirtschaft Nordwest e.V. Bremen sowie das BIPS als federführende Einrichtung.

Die Aktivitäten in den vergangenen drei Jahren reichen von der Technikentwicklung für passgenaue alltagsintegrierte Maßnahmen bis zu Fragen der bewegungsfreundlichen Stadtplanung. So wurde etwa unter dem Titel „Fit im Nordwesten“ ein webbasiertes Bewegungsprogramm entwickelt und in mehreren Bremer Stadtteilen und im Umland angeboten. Es wurden zudem Teilhabeprozesse in den Stadtteilen und Kommunen in Gang gesetzt, um die lokalen Gegebenheiten für mehr Bewegung im Alter zu verbessern. Gerade im Bereich der Stadtplanung zeigte sich, dass das Thema Bewegungsförderung bisher kaum systematisch berücksichtigt wurde. Für die nachhaltige Verankerung der AEQUIPA-Aktivitäten werden der Einbezug der Beteiligten in den Kommunen und Stadtteilen auch in der zweiten

Nils Ehrenberg
Presse- und
Öffentlichkeitsarbeit

Kontakt:

Tel: +49 (0)421 218-56780
Fax: +49 (0)421 218-56761
ehrenberg@leibniz-bips.de



Projektphase im Mittelpunkt stehen. Ein zentrales Thema ist zudem die Untersuchung der Frage, ob und in welchem Ausmaß Programme zur Bewegungsförderung zur Verringerung von gesundheitlicher Ungleichheit beitragen. Die AEQUIPA-Forschung wird dabei getragen von einer Gruppe engagierter Nachwuchswissenschaftlerinnen und – wissenschaftler, die im Rahmen eines Doktorandenprogramms gefördert werden. AEQUIPA hat auch internationale Beziehungen aufgebaut, besonders intensiv nach Groningen in den Niederlanden.

Die interessierte Öffentlichkeit sowie Vertreterinnen und Vertreter der Medien sind herzlich eingeladen, sich am 06. April 2018 im Haus der Wissenschaft Bremen über AEQUIPA zu informieren.

Die Veranstaltung startet um 09:45 Uhr. Das abwechslungsreiche Programm bietet zwei Vorträge zur Rolle des Wohnumfelds für die Bewegung, Posterdiskussionen zu den bisherigen Ergebnissen von AEQUIPA 1, Vorstellung von AEQUIPA 2 und ausreichend Gelegenheit für vertiefende Gespräche.

Der Eintritt ist frei. Bitte melden Sie sich per Email an unter:

Teilnehmer: kampfmann@leibniz-bips.de

Pressevertreter: ehrenberg@leibniz-bips.de

„Chancen und Grenzen bewegungsförderlicher Umwelten – von AEQUIPA 1 zu AEQUIPA 2“

06.04.2018, 09:45 Uhr

Haus der Wissenschaft, Olbers-Saal, 1. OG

Sandstraße 4/5, 28195 Bremen

Vorträge:

Wohin die Füße tragen wollen... Bedeutung von physischer und sozialer Umwelt für Aktivität im Alter

Dr. Nanna Notthoff, Humboldt Universität Berlin

Stadt-Land-Versorgungssystem: Körperliche Aktivität als Ergebnis einer Wechselwirkung zwischen Menschen und ihren Umgebungen

Prof. Dr. Benjamin Schüz, Universität Bremen

Moderation: Prof. Dr. Hajo Zeeb und Dr. Sarah Forberger, BIPS



Das BIPS – Gesundheitsforschung im Dienste des Menschen

Die Bevölkerung steht im Zentrum unserer Forschung. Als epidemiologisches Forschungsinstitut sehen wir unsere Aufgabe darin, Ursachen für Gesundheitsstörungen zu erkennen und neue Konzepte zur Vorbeugung von Krankheiten zu entwickeln. Unsere Forschung liefert Grundlagen für gesellschaftliche Entscheidungen. Sie klärt die Bevölkerung über Gesundheitsrisiken auf und trägt zu einer gesunden Lebensumwelt bei.

Das BIPS ist Mitglied der Leibniz-Gemeinschaft, zu der 93 selbstständige Forschungseinrichtungen gehören. Die Ausrichtung der Leibniz-Institute reicht von den Natur-, Ingenieur- und Umweltwissenschaften über die Wirtschafts-, Raum- und Sozialwissenschaften bis zu den Geisteswissenschaften. Leibniz-Institute widmen sich gesellschaftlich, ökonomisch und ökologisch relevanten Fragen. Aufgrund ihrer gesamtstaatlichen Bedeutung fördern Bund und Länder die Institute der Leibniz-Gemeinschaft gemeinsam. Die Leibniz-Institute beschäftigen rund 18.700 Personen, darunter 9.500 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler. Der Gesamtetat der Institute liegt bei mehr als 1,8 Milliarden Euro.

www.leibniz-bips.de

www.leibniz-gemeinschaft.de

Zertifiziert durch



Mitglied der

