

Auf Prävention setzen

50plus startet gemeinsame Aktion mit der AOK

LICHTENFELS/KRONACH

Das Präventionsprojekt setzt an der wissenschaftlichen Erkenntnis an, dass zwar das Altern nicht aufgehalten werden kann, durch gezielte Gesundheitsförderung jedoch dessen negative biologischen Begleiterscheinungen.

In Kursen mit qualifizierten Trainern sollen Teilnehmer der 50plus-Förderung zur aktiven und effizienten Gesundheitsvorsorge befähigt werden. 50plus als Veranstalter der Kurse vereinbarte hierzu eine Kooperation mit der AOK Direktion Coburg, die dafür eigene Trainer zur Verfügung stellt.

Vorbereitet werden Kurse in Lichtenfels und Kronach. Den Anfang macht das Thema „Rückenschule“,

weitere Kurse sind zum Beispiel für „gesunde Ernährung“ und „Herz, Kreislauf“. Ab Herbst dieses Jahres wird die Regionalinitiative zur Verbesserung der Arbeitsmarktchancen Älterer, 50plus in Oberfranken, an einem Pilotierungsprojekt innerhalb der Metro-

polregion teilnehmen und startet dann das sogenannte „Jobfit“-Programm. In dem Modellprojekt wird die Implementierung gesundheitsfördernder Maßnahmen in die Regelstrukturen der Arbeitsmarktpolitik getestet. Der Startschuss für das gesundheitliche Präventionsprojekt wurde

in dieser Woche in der Geschäftsstelle 50plus in Lichtenfels gegeben. „Gesundheitszustand und Beschäftigungsfähigkeit bedingen sich gegenseitig“, sagte Geschäftsführerin und Pakt-Gesamtkoordinatorin Sabine Braunerreuther. Deshalb arbeitet die Initiative seit Anfang an in mehreren Projekten mit Teilnehmerinnen und Teilnehmern an der Entwicklung von individuellen Strategien ihrer Prävention und Gesundheitsförderung. -red-



Die Initiative 50plus startete in dieser Woche ihr Programm zur Gesundheitsvorsorge. Foto: red