

**Aktive Mobilität im Alter:
Chancen und Herausforderungen
für die Gesundheitsförderung**
(Online-Workshop)



Veranstalter: Institut für Public Health und Pflegeforschung, Universität Bremen,
Abt. Sozialepidemiologie und AG Epidemiologie des demographischen Wandels,
Ort: Online via Zoom
Termin: 12. Januar 2022, 16:00 – 18:00 Uhr

Im Rahmen des vom BMBF geförderten Präventionsforschungsnetzwerks **AEQUIPA** findet am **12. Januar 2022 von 16:00-18:00 Uhr** ein gemeinsamer Workshop der beiden Teilprojekte **AFOOT** und **OUTDOOR ACTIVE** zum Thema aktive Mobilität im Alter statt.

Unter dem Titel: „**Aktive Mobilität im Alter: Chancen und Herausforderungen für die Gesundheitsförderung**“ werden die beiden Teilprojekte von ihren Erfahrungen aus sieben Jahren Forschung berichten und die Ergebnisse gemeinsam mit eingeladenen Expert:innen aus den Themenbereichen (Aktive) Mobilität, Verkehrsplanung, Stadtplanung, Altern und Gesundheit diskutieren. Hierbei geht es vor allem um Einflussfaktoren für das Zufußgehen und Radfahren im Alter, die zunehmende Bedeutung des E-Bikes/Pedelecs sowie Unterschiede zwischen städtischen und ländlichen Regionen. Es wird diskutiert, welche Maßnahmen und Akteure entscheidend sind, um aktive Mobilität im Alter zu fördern als ein wichtiger Beitrag für gesundes Altern.

Wir freuen uns auf eine spannende Diskussion und laden alle Interessierten herzlich ein, an unserem digitalen Workshop teilzunehmen und mitzudiskutieren.

Die Teilnahme ist kostenlos und über folgenden Zuganglink möglich:

<https://uni-bremen.zoom.us/j/95377996341?pwd=Sl0R24yQkJoOHRKaWxyTDVFRCTsdz09>

Um eine Anmeldung per E-Mail an afoot-studie@uni-bremen.de wird gebeten.

Das Programm des Workshops wird zeitnah auf der Seite des Instituts für Public Health und Pflegeforschung veröffentlicht: <https://www.ipp.uni-bremen.de/veranstaltungen/>



Das Forschungsprojekt **OUTDOOR ACTIVE** beschäftigt sich mit der Gesundheit sowie körperlichen Fitness und Aktivität bei 65- bis 75-Jährigen. Dafür wurde in insgesamt 13 Ortsteilen Bremens eine umfangreiche Gesundheitsuntersuchung durchgeführt, die sich aus einer körperlichen Untersuchung, einem Fitnesstest, einer Bewegungsmessung sowie einem Fragebogen zusammensetzt. Ziel war die Identifikation förderlicher und hinderlicher Faktoren körperlicher Aktivität sowie Erkenntnisse zur Veränderung der Fitness im Alterungsprozess zu gewinnen. Zusätzlich wurden in ausgewählten Ortsteilen gemeinsam mit der Bevölkerung und den Akteur:innen vor Ort Maßnahmen zur Bewegungsförderung entwickelt und umgesetzt.

Das Forschungsprojekt **AFOOT** - Alternnd zu Fuß oder mit Fahrrad: urban mobil ohne Stress hat zum Ziel, strategische Verbindungen zwischen räumlicher Planung und Public Health zu knüpfen, um körperliche Aktivität als eine Form von Alltagsmobilität im Alter zu fördern. Zu den vielfältigen Projektaktivitäten zählten u.a. Expert:inneninterviews, Planspiele, die Durchführung einer großen Querschnittstudie in der Metropolregion Nordwest und die Einrichtung eines Reallabors in der Gemeinde Ritterhude. In AFOOT wurde die Arbeitshilfe „*Aktive Mobilität im Alter fördern - Eine Arbeitshilfe für die Zusammenarbeit zwischen der kommunalen Planungs- und Bauverwaltung und dem Öffentlichen Gesundheitsdienst in Klein- und Mittelstädten*“ sowie eine umfangreiche Toolbox mit praktischen Handreichungen für eine bewegungsfördernde und altersgerechte Kommunalentwicklung entwickelt.

Weitere Informationen zu den beiden Projekten **AFOOT** und **OUTDOOR ACTIVE** finden Sie unter: <https://www.uni-bremen.de/afoot/> und <https://www.uni-bremen.de/buten-aktiv/>

Informationen zu dem Präventionsforschungsnetzwerk **AEQUIPA** finden Sie unter: <https://www.aequipa.de/home.html>

Kontakt:

Projektteam AFOOT:

Prof. Dr. Gabriele Bolte, Pia Hasselder

E-Mail: afoot-studie@uni-bremen.de

Projektteam OUTDOOR ACTIVE:

PD Dr. Karin Bammann, Carina Recke, Imke Stalling

E-Mail: buten-aktiv@uni-bremen.de

