

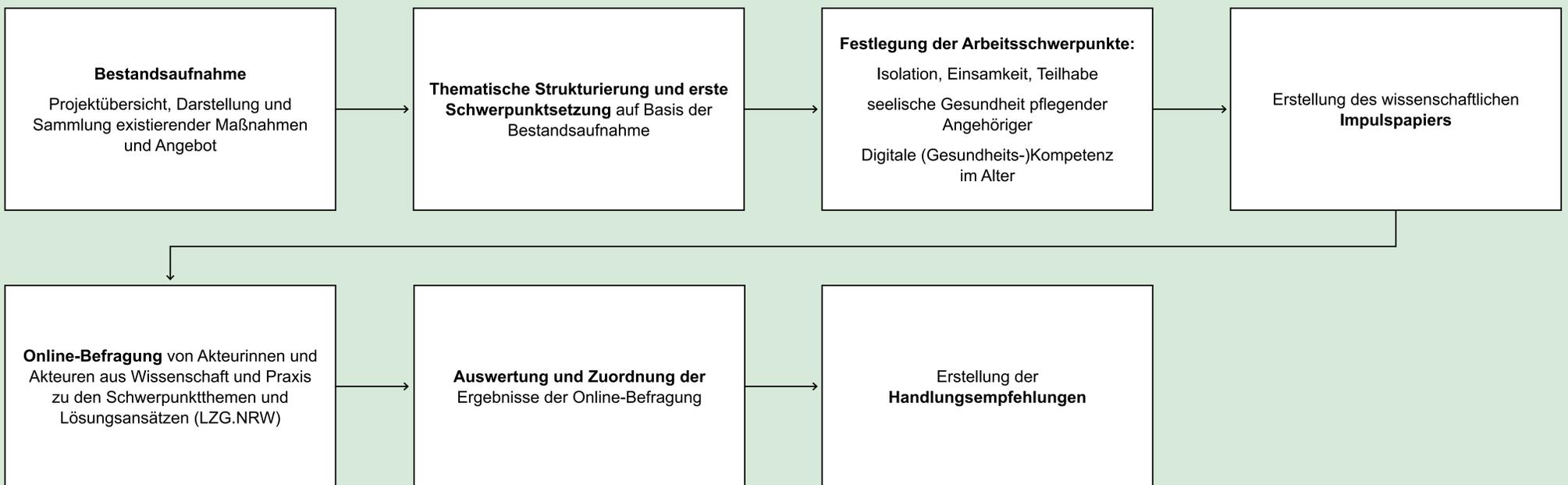
# Arbeitsgruppe „Seelische Gesundheit im Alter“

## Arbeitsschwerpunkte der AG Alter

Die Arbeitsgruppe Alter hat unter dem aktuellen Schwerpunktthema „seelische Gesundheit“ drei Arbeitsschwerpunkte gesetzt:

- Isolation, Einsamkeit, Teilhabe
- Seelische Gesundheit pflegender Angehöriger
- Digitale (Gesundheits-)Kompetenz im Alter

## Vorgehensweise der AG Alter



Die Empfehlungen richten sich insbesondere an die gesundheits- und sozialpolitisch Verantwortlichen in Kommunen und Kreisen, die sich mit der seelischen Gesundheit älterer Bürgerinnen und Bürger befassen und dafür Maßnahmen bündeln, entwickeln und umsetzen möchten.

## Aktivitäten der AG Alter

Ausgehend von dem Impulspapier und den Handlungsempfehlungen hat die AG Alter eigene Formate umgesetzt, um das Thema voranzutreiben:

Checklisten & Umsetzungshilfen	Dialogforum Ältere	Online-Vortragsreihe
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Basis der Checklisten und Umsetzungshilfen sind die Handlungsempfehlungen</li> <li>• Die Listen gibt es zu zwei thematischen Schwerpunkten:               <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Pflegende Angehörige</li> <li>&gt; Einsamkeit und Teilhabe</li> </ul> </li> <li>→ Die Materialien sind im Anhang der Handlungsempfehlungen zu finden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Datum: 27.08.2020</li> <li>• Ort: Mülheim an der Ruhr</li> <li>• Thema: „Wie gelingt Alter? Belastungen und Ressourcen seelischer Gesundheit in der späten Lebensphase“</li> <li>• Gründung einer Arbeitsgruppe <i>Seelische Gesundheit im Alter</i> auf kommunaler Ebene</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Immer noch unerreicht, oder doch schon? Pflegende Angehörige</li> <li>• Empowerment, Motivation, Entlastung – Was kann Selbsthilfe bewirken? Resilienz erleben und -förderung von informell pflegenden Angehörigen</li> <li>• Seelisch gesund und in der nächsten Krise? Resilienz im Alter</li> <li>• Einsamkeit im Alter: Risiken wahrnehmen und damit umgehen</li> </ul>