GUTES ALTER

GUTES ALTER –
SPORTKONGRESS STUTTGART 2025

SPORTKONGRESS-STUTTGART.DE

STB SCHWÄBISCHER TURNERBUND

FITNESS & GESUNDHEITSSPORT

AOK

MIT DEM PROJEKT GUTES ALTER, DAS ANFANG 2025 GESTARTET IST, VERFOLGT DER SCHWÄBISCHE TURNERBUND E.V. (STB) DAS ZIEL DER ENTWICKLUNG VON KOMMUNALEN NETZWERKEN UND ALTER(N)S-GERECHTEN ANGEBOTEN ZUR GESUNDHEITS- UND BEWEGUNGS-FÖRDERUNG ÄLTERER MENSCHEN.

GUTES steht dabei für: **G**esundheit, **U**nabhängigkeit, **T**eilhabe, **E**ngagement und **S**icherheit. Und wer wünscht sich nicht genau das auch für seine eigene letzte Lebensphase?

Sie engagieren sich beruflich oder ehrenamtlich für ältere Menschen? Dann sind Sie beim Sportkongress Stuttgart 2025 genau richtig!

Der alle zwei Jahre stattfindende Kongress steht in seiner 15. Auflage unter dem Motto: **„Leidenschaft für Bewegung – ein Leben lang“**. Beim Sportkongress Stuttgart wird der Sport nicht nur als Bewegung und sportliche Aktivität, sondern zugleich als ein wichtiges integratives, als verbindendes Element im Verein und in der Gemeinschaft begriffen.

BEGEGNUNG, BETEILIGUNG UND BEWEGUNG

Im Themenbereich GUTES Alter steht der Netzwerkgedanke mit den Akteuren der Seniorenarbeit, der Altenhilfe, der Quartiersentwicklung und den Turn- und Sportvereinen im Vordergrund.

Dies spiegelt sich in den Themen der Workshops und der interaktiven Kongresswerkstatt **„Potenziale der Zielgruppe 60+ erkennen und fördern“** wider.

Wir laden Sie herzlich ein und freuen uns, Ihnen als wichtige Akteure der Seniorenarbeit die Teilnahme an den Workshops in dieser Broschüre zu einem exklusiven Sonderpreis zu ermöglichen.

SPORTKONGRESS
STUTTGART

Veranstaltungsort:
SpOrt Stuttgart
Fritz-Walter-Weg 19
70372 Stuttgart

WAS ERWARTET SIE?

WORKSHOPS

FREITAG, 17. OKTOBER 2025 – GUTES ALTER

9.00 – 10.15	***1108*** Deutschland wird alt: Die gesellschaftlichen Herausforderungen und Chancen des demografischen Wandels	*Dr. Andreas Mergenthaler*
10.45 – 12.00	***1208*** Turne bis zur Urne – Altenhilfe und Sportverein – das passt!?	*Petra Kümmel*

KONGRESSWERKSTATT

14.15 – 17.15	***1302*** GUTES Alter Potenziale der Zielgruppe 60+ erkennen und fördern	*Anja Schwarz, Michaela Böhme*

WORKSHOPS

SAMSTAG, 18. OKTOBER 2025 – GUTES ALTER

9.00 – 10.15	***2107*** Aktiv gegen Einsamkeit: Gemeinschaft in Verein und Kommune stärken	*Gabriele Reichhardt*
10.45 – 12.00	***2208*** Altersfreundliche Städte und Kommunen	*Monika Bradna*
14.15 – 15.30	***2307*** Demenz bewegt. Vereine als Schlüssel zur Teilhabe	*Saskia Gladis*
16.00 – 17.15	***2407*** Bewegungstreffs. Vereine in der kommunalen Bewegungsförderung	*Michaela Böhme*

IMPULSVORTRÄGE IM ATRIUM

FREITAG, 17. OKTOBER 2025

13.00 – 14.00	Muskeln – Die Gesundmacher	Prof. Dr. Ingo Froböse

SAMSTAG, 18. OKTOBER 2025

13.00 – 14.00	Neue Generation an der Spitze: Entwicklung junger Führungskräfte	Jochen von Recum und Bastian Thum (DHfPG)

GESUNDHEITS-POLITISCHER AUFTAKT

ZUM STUTTGARTER SPORTKONGRESS 2025 AM DONNERSTAGABEND, 16.10.2025 UM 18 UHR

Deutschland wird alt – Risiko oder Chance? Bewegung als wichtiger Baustein für GUTES Alter(n)
Im Rahmen des gesundheitspolitischen Auftaktes zum Stuttgarter Sportkongress 2025 diskutieren Experten aus Politik, Wissenschaft, Wirtschaft und Zivilgesellschaft über die zu erwartenden Herausforderungen und über Lösungsansätze für eine gelingende Gesundheits- und Bewegungsförderung.

Teilnehmen und mitdiskutieren ist wichtig! Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Teilnahme gratis!

Speaker:
Manne Lucha
Minister für Soziales, Gesundheit und Integration Baden-Württemberg

Dr. Andreas Mergenthaler
Bundesinstitut für Bevölkerungsentwicklung
Forschungsgruppe Altern und Alterung

SPORTKONGRESS
STUTTGART

WORKSHOPS UND REFERENTEN – FREITAG

1108 DR. ANDREAS MERGENTHALER

Deutschland wird alt: Die gesellschaftlichen Herausforderungen und Chancen des demografischen Wandels.

Bis 2035 scheiden fünf Millionen Menschen mehr aus dem Erwerbsleben aus, als neu eintreten werden. Die entstehende Lücke auf dem Arbeitsmarkt und der gleichzeitige rasante Anstieg von Rentner*innen wird vor allem auf lokaler Ebene in den Kommunen spürbar werden. Der Workshop zeigt auf Basis neuester Zahlen und Forschungsergebnissen auf, welche entscheidenden Maßnahmen und Rahmenbedingungen in den kommenden 15 Jahren dringend erforderlich sind und welche Bedeutung dabei Teilhabe, Arbeitsbedingungen, Gesundheitsförderung und Prävention haben.

Dr. Andreas Mergenthaler
Diplom-Soziologe, Akademischer Rat, Studienkoordinator und Leiter der Forschungsgruppe „Altern und Alterung“ am Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (BiB)

1208 PETRA KÜMMEL

Turne bis zur Urne – Altenhilfe und Sportverein – das passt!?

Was ist für ältere und hochaltrige Menschen wichtig, was brauchen sie? Erhalt von Mobilität und Selbständigkeit, aber vor allem soziale Kontakte und Lebensfreude. Niederschwellige Bewegungsangebote mit Erlebnisfaktor und warmherzige Kontakte! Der Workshop vermittelt Ansätze und Beispiele guter Praxis sowie deren Fördermöglichkeiten durch die Pflegeversicherung für ehrenamtliche Gruppenangebote. Zudem erarbeiten wir den Mehrwert für den Verein und die Kommune als Argumentationshilfen für die Initiierung.

Petra Kümmel
Fachberatung der Agentur Pflege engagiert (APe) beim Landesseniorenrat Baden-Württemberg e.V.; Gesundheits- und Krankenpflegerin; Lehrerin für Pflegeberufe; Kinaesthetics-Trainerin, Fachberatung in Modellprojekten im Vor- und Umfeld von Pflege mit dem Schwerpunkt „Bürgerschaftliches Engagement“.

[1302] ANJA SCHWARZ/MICHAELA BÖHME

Kongresswerkstatt GUTES Alter – Potenziale der Zielgruppe 60+ erkennen und fördern

Die Alterung der Gesellschaft in Deutschland erfordert neue Rahmenbedingungen. Themen wie Gesundheitsförderung, Prävention, soziale Teilhabe, freiwilliges Engagement von und für Senioren, aber auch Einsamkeit, gesundheitliche Chancengleichheit und Altersarmut führen zu einem strategischen Neudenken der Zielgruppe „Ältere“ – im Verein, in der Kommune, in der Pflege. Das Projekt GUTES Alter bietet dazu Strategien und Unterstützungsmöglichkeiten, die wir vorstellen und gemeinsam weiterentwickeln. Unsere Leitfrage: Was brauchen „die Älteren“, welche Maßnahmen und Netzwerke sind notwendig, um diese Zielgruppe zu erreichen und mobil und selbstbestimmt bis ins hohe Alter zu begleiten.

Anja Schwarz
Geschäftsführerin des Landesseniorenrats Baden-Württemberg e.V.
Sozialpädagogin (FH)
Sozialmanagerin

Michaela Böhme
Projektleiterin GUTES Alter beim Schwäbischen Turnerbund e.V.
STB-Lehrteam Ältere

SPORTKONGRESS
STUTTGART

WORKSHOPS UND REFERENTEN – SAMSTAG

[2107] GABRIELE REICHHARDT

Aktiv gegen Einsamkeit: Gemeinschaft in Verein und Kommune stärken

Einsamkeit ist mehr als nur allein sein. Das Gefühl kann krank machen und zu sozialem Rückzug führen. Ein Teufelskreis der sich auf die seelische und körperliche Gesundheit auswirkt. Bewegung und Sport in Verein minimieren das Einsamkeitsrisiko. Der Workshop stellt die Daten und Fakten aus der Studie der Stadt Stuttgart vor. Diskutiert werden u. a. Ideen, wie auch Menschen aus den so genannten „stillen Gruppen“ erreicht werden können.

Gabriele Reichhardt
Leiterin der Abteilung Strategische Sozialplanung, Referat für Soziales, Gesundheit und Integration der Landeshauptstadt Stuttgart. Erste Vorständin der Allianz für Beteiligung e.V.

[2207] MONIKA BRADNA

Altersfreundliche Städte und Kommunen

Am Beispiel der Landeshauptstadt Stuttgart wird der Weg zur altersfreundlichen Stadt im Rahmen des WHO-Netzwerks „Age-Friendly Cities and Communities aufgezeigt. Ziel ist es, der älteren Generation ein selbstbestimmtes und selbstständiges Leben, soziale Teilhabe, Mitwirkung und Beteiligung zu ermöglichen. Der Workshop diskutiert deren Umsetzungs- und Vernetzungsmöglichkeiten für Vereine und Akteure der Seniorenarbeit.

Monika Bradna
Koordination und Stellvertretende Leitung der Abteilung Strategische Sozialplanung Referat Soziales, Gesundheit und Integration der Landeshauptstadt Stuttgart
Vorsitzende des Vereins für Sozialplanung e.V. (VSOP)

[2307] SASKIA GLADIS

Demenz bewegt: Vereine als Schlüssel zur Teilhabe

Seit der Jahrtausendwende hat sich der Anteil der über 80jährigen fast verdoppelt. Ein hohes Alter und körperliche Inaktivität sind nur zwei der Risikofaktoren für Demenz. Der Workshop vermittelt die wichtigsten Fakten zum Thema Demenz und die Bedeutung von Bewegung und Sport in der Gemeinschaft. Darüber hinaus diskutieren wir über die Bedürfnisse von Menschen mit beginnenden kognitiven Veränderungen und die notwendigen Strukturen für präventive und begleitende Angebote im Verein.

Saskia Gladis
Projektleiterin bei der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg / Diplom-Gerontologin, Systemische Beraterin (DGSF), Dozententätigkeit für verschiedene Organisationen und Bildungseinrichtungen im Bereich Demenz

[2407] MICHAELA BÖHME

Bewegungstreffs –Vereine in der kommunalen Bewegungsförderung

Gesundheitsförderung und Prävention unter anderem in Form niederschwelliger Bewegungsangebote im öffentlichen Raum bekommen aufgrund des demografischen Wandels eine immer höher werdende Bedeutung. Der Workshop vermittelt Möglichkeiten der Umsetzung anhand Good Practise Beispielen und gibt Tipps wie die Vernetzung mit kommunalen Akteuren im Kontext der Zielgruppe „Ältere“ gelingen kann.

Michaela Böhme
Projektleiterin GUTES Alter beim Schwäbischen Turnerbund e.V.
STB-Lehrteam Ältere

GUTES ALTER

GUTES ALTER – SPORTKONGRESS STUTTGART 2025

SPORTKONGRESS-STUTTGART.DE

Bitte melden Sie sich mit dem beigefügten Anmeldeformular an und schicken es uns ***ausgefüllt per E-Mail oder per Post zu*** – weitere Informationen finden Sie auf dem Anmeldeformular.

ANMELDESCHLUSS:
5. OKTOBER 2025

TEILNAHMEGEBÜHREN:
Tageskarte: 59€ statt 129€*
2-Tageskarte: 108€ statt 199€*

ANMELDE- UND TEILNAHME-BEDINGUNGEN
link.stb.de/45rSPsj

** gefördert aus Projektmitteln GUTES Alter*