



Gesundheitsförderung älterer Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen

LANGE FIT UND GESUND



Hintergrund:

Die Statistiken, wie sich in Zukunft die Altersverteilung der Erwerbstätigen in Deutschland entwickeln wird, sind sehr präzise. Konnten wir im vergangenen Jahrhundert noch von einer pyramidenartigen Altersverteilung – es gab mehr junge als ältere Menschen – ausgehen, so hat sich dies zu Beginn des 21. Jahrhunderts deutlich gewandelt. Die Alten werden immer älter, die Jungen zahlenmäßig immer weniger. Der „demografische Wandel“ ist in vollem Gang. Dies hat zur Folge, dass Erwerbstätige immer länger arbeiten sollen, um unsere sozialen Sicherungssysteme finanziell aufrechtzuerhalten. Gleichzeitig kann es sich unsere Gesellschaft immer weniger leisten, den Erfahrungs- und Wissensschatz älterer Erwerbstätiger nicht mehr zu nutzen, zumal Jüngere mit entsprechenden Qualifikationen nicht in ausreichendem Maß im Erwerbsleben nachfolgen. Ältere Menschen sind hoch leistungsfähig. Doch wie können sie sich bei permanent neuer Belastung, technischen Innovationen und Zeitdruck körperlich und geistig gesund und fit halten?

Inhalte:

- Persönliche Antworten finden: Was hält mich körperlich, seelisch, geistig gesund und fit?
- Anregungen geben, die Erfahrung des Älterwerdens und der damit verbundenen geänderten Leistungsfähigkeit im Erwerbsleben als Chance für eine neue Kreativität zu sehen
- Am Beispiel des Herz-Kreislauf-Systems, des Stoffwechsel- und Bewegungsapparats sollen praktische Hinweise zur Prävention häufig im Alter auftretender Erkrankungen gegeben werden

Zur Beratung, Planung und Buchung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

medical airport service GmbH
Team Präventionsmaßnahmen und -schulungen
Hessenring 13a
64546 Mörfelden-Walldorf
Telefon: +49 (0) 6105-3413-190
E-Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de