



AOK-GeWinn

Gemeinsam aktiv und gesund älter werden

Das Gruppenprogramm

Aktionsgruppe „Gesundes Altern auf dem
Land in der Oberpfalz“

16.12.2019, Nabburg



WAS verbirgt
sich hinter
AOK-GeWinn?

HINTERGRUND

Geringe
Gesundheitskompetenz



Soziale Isolation



AOK-GeWinn

Gemeinsam aktiv und gesund älter werden

ZIELE



Förderung der
Lebensqualität



Stärkung der
Gesundheitskompetenz



Aktiv werden in
der Kommune

DAS GRUPPENPROGRAMM



Austausch über alltagsbezogene Gesundheitsthemen

Umgang mit eigenen Erkrankungen

Kennenlernen regionaler Gesundheitsangebote

Regelmäßige Gruppentreffen

19 Termine 53 Wochen



Selbstständig arbeitende
Gruppen



Anleitung durch geschulte
Gleichaltrige

WARUM

sollten wir AOK-GeWinn
durchführen?

DER MEHRWERT FÜR DIE KOMMUNE



Engagement
für die
eigene Gesundheit



Aktive Teilnahme
älterer Menschen
am Sozialleben



Beitrag zur
senioren-
freundlichen
Kommune

WIE sehen die
nächsten
Schritte aus?

DIE NÄCHSTEN SCHRITTE

1.	Partner gewinnen
2.	Kooperatives Planungstreffen vor Ort
3.	Informationsveranstaltung vor Ort zur Akquise
4.	Schulung der Gruppenleitungen
5.	Programmstart

Haben Sie noch
Fragen?

KONTAKT

Hochschule für angewandte Wissenschaften Coburg
Institut für angewandte Gesundheitswissenschaften

Prof. Dr. Holger Hassel
Email: iag@hs-coburg.de

