

1. ÖSTERREICHISCHE GESUNDHEITSFÖRDERUNGSKONFERENZ

DSA Georg Feuerstein

„Ein Leben lang beweglich sein“

Ein Präventions- und Bildungsprogramm für Menschen über 50

Veränderte gesellschaftliche, wirtschaftliche und soziale Gegebenheiten fordern die Menschen und Verantwortungsträger in unserer modernen, immer schnelllebiger werdenden Informationsgesellschaft zum Handeln auf.

Der Wandel vollzieht sich oft schneller, als die Gruppen und Individuen unserer Kultur ihre Werte und Wertvorstellungen verändern und gestalten können.

Es ist oft schwer, angemessen und weitblickend auf diese Veränderungen zu reagieren.

Besonders vielschichtig drückt sich diese Dynamik gegenüber der rapide wachsenden Gesellschaftsklasse der „Alten“ aus. Die demographische Entwicklung für Vorarlberg sieht bis zum Jahr 2030 eine Verdopplung des Bevölkerungsanteils der über Sechzigjährigen voraus.

Diese alten Menschen sind in psychischer, physischer und sozialer Hinsicht sehr unterschiedlich ausgestattet.

In der Altersforschung richtet sich das Interesse zunehmend auf die Frage, wie Prozesse des Alterns beeinflußt, erweitert und optimiert werden können. Präventiv- und Bildungsprogramme gewinnen immer mehr an Bedeutung. Die herkömmliche Altershilfe wird durch neue Konzepte der Seniorenarbeit unterstützt, „Alter“ ist ein neutraler Begriff, ebenso wie „Leben“. Zu leben heißt altern.

Alter an sich verhält sich in Bezug auf Gesundheit neutral.

Viele dem Alter zugeschriebene Probleme sind funktioneller Natur und rühren von mangelnder körperlicher und geistiger Aktivität her.

Gesundheit ist mehr als die Abwesenheit von Krankheit.

Die Annahme, Gebrechlichkeit und nachlassende Beweglichkeit seien mit zunehmenden Alter unausweichlich, hat sich als Mythos herausgestellt. Es beginnt sich vielmehr die Erkenntnis zu festigen, daß das Leben selbst ein unaufhörlicher Prozeß des Wachstums und der Entwicklung ist. Ein neurophysiologisches Beschreibungsmodell zur Dynamik des Funktionserhalts gibt uns vielfach Antworten und zeigt Lösungsansätze auf.

Mit „Ein Leben lang beweglich sein“ präsentieren wir ein erfolgreich erprobtes praktisches Angebot, das sich den Fragen der Altersforschung widmet und in methodischer Hinsicht neue Wege beschreitet.

*DSA Georg Feuerstein, geboren 1958 in Bezau/Vorarlberg, 1975-79 Kaufmännische Ausbildung; Ab 1979 Studium an der Akademie für Sozialarbeit in Bregenz; 1984/85 Tätigkeit als DAS im Landesnervenkrankenhaus Valduna; 1985/86 Ausbildungsaufenthalt in San Francisco am Tamalpa Institut; 1986-91 Tätigkeit im Institut für Sozialdienste in Feldkirch; 1989-91 Berufsbegleitende Ausbildung zum Feldenkrais Pädagogen in Holland; 1991 Gründung des Drehpunkt – Studio für ganzheitliche Bewegung in Bregenz
Internationale Tätigkeit als Seminarleiter.*

„Als behinderter Mensch ist es mir ein besonderes Anliegen, schöpferische und kreative Formen der Lebensgestaltung zu finden, mit denen sich das Alltagsleben leichter und erfüllter bewältigen läßt.“