



PRESSEMITTEILUNG

Nr.57/GP

11.03.2022

Gesundheitsminister zu Besuch beim Projektabschluss "Mobilität und Sicherheit im Alter" - Holetschek: Erfolgsgeschichte für bayerische Gesundheitsförderung und Sturzprävention

Das vom bayerischen Gesundheitsministerium geförderte Projekt „Mobilität und Sicherheit im Alter“ MoSi®, das vom Geriatrie-Zentrum Erlangen am Malteser Waldkrankenhaus St. Marien entwickelt wurde, schließt mit großem Erfolg ab. Darauf hat **Bayerns Gesundheitsminister Klaus Holetschek** am Freitag anlässlich seiner Teilnahme an der Abschlussveranstaltung in Erlangen hingewiesen: „Ich freue mich, dass sich unsere Förderung in Höhe von knapp 170.000 Euro gelohnt hat. Mittlerweile gibt es bayernweit rund 30 zertifizierte MoSi-Trainingszentren. Das ist ein Gewinn für unsere Seniorinnen und Senioren!“

Der Minister ergänzte: „Es ist ein Herzenswunsch vieler Menschen, möglichst lange selbstbestimmt zuhause leben zu können. Eine wichtige Voraussetzung dafür ist eine gewisse Mobilität. Aber leider steigt mit dem Alter auch das Risiko für Unfälle. Besonders häufig kommt es zu Stürzen, die schwerwiegende Folgen haben können. Wir können etwas dagegen tun, aber dafür braucht es Motivation und vor allem auch ein gutes Trainingsprogramm. Letzteres bietet das für MoSi entwickelte Programm.“

Holetschek erläuterte: „Zielgruppe sind Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren. In Kleingruppen werden unter anderem Kraft, Ausdauer, Balance und Koordination trainiert. Das erhält oder verbessert die Sicherheit im Alltag und vor allem beim Gehen. Auch die Corona-Pandemie konnte den Eifer der Trainerinnen und Trainer sowie der Trainierenden nicht bremsen: Es wurde ‘MoSi to go’ ins Leben gerufen. Mit Übungsvideos konnten die Seniorinnen und Senioren am Ball bleiben und online zuhause weiter trainieren.“

Gefördert wurde das Projekt im Rahmen der Initiative Gesund.Leben.Bayern. Mit dieser Initiative bringt das Staatsministerium für Gesundheit und Pflege wissenschaftliche und qualitätsgesicherte Präventionsprojekte auf den Weg, die das Potenzial haben, bayernweit ausgerollt zu werden. Gesund.Leben.Bayern ist zentrales Förderinstrument des Bayerischen Präventionsplans, der 2015 ins Leben gerufen wurde und zum Ziel hat, die Bürgerinnen und Bürger bei ihrer Entscheidung für eine gesundheitsförderliche Lebensweise zu unterstützen, gesunde Lebenswelten zu gestalten und die gesundheitliche Chancengleichheit zu fördern.

Holetschek unterstrich: „Mittlerweile haben sich 131 Partner im Bündnis für Prävention



zu den Zielen des Bayerischen Präventionsplans bekannt. Das ist eine starke Mannschaft, um den Menschen das Thema Prävention näher zu bringen und um ihnen vielfältige Angebote machen zu können, damit sie bis ins hohe Alter hinein gesund und fit bleiben.“