

## PRESSEMITTEILUNG

### **IN FORM zeichnet „Trittsicher durchs Leben“ aus**

#### **Am 12. Deutschen Seniorentag wird das Programm Teil des IN FORM Netzwerks**

**Dortmund, 29. Mai 2018** – Beim Programm „Trittsicher durchs Leben“ steht die aktive und mobile Lebensgestaltung von älteren Menschen im ländlichen Raum im Vordergrund. Es ist ein Gemeinschaftsprogramm der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) in Zusammenarbeit mit dem Deutschen LandFrauenverband e.V. (dlv), dem Deutschen Turner-Bund e.V. (DTB) und dem Robert-Bosch-Krankenhaus (RBK). „Trittsicher durchs Leben“ wurde heute beim 12. Deutschen Seniorentag als Partner von „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ geehrt. IN FORM wird getragen vom **Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft** und vom **Bundesministerium für Gesundheit**.

„Wir wollen mit dem Programm ältere Menschen im ländlichen Raum dabei unterstützen aktiv zu bleiben, um am gesellschaftlichen Leben möglichst lange teilzuhaben“, erklärt Prof. Dr. Kilian Rapp, der Verantwortliche des Programms. „Darüber hinaus ist unser Ziel, flächendeckend qualitativ hochwertige Sturzpräventionskurse für ältere Menschen anzubieten.“ Wissenschaftlich betreut wird das Projekt durch die Forschungsabteilung der Geriatrie und Geriatrische Rehabilitation am Robert-Bosch-Krankenhaus Stuttgart (RBK). Gefördert wurde das Programm durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF).

Das Trittsicher Programm wurde in 47 „Pilotlandkreisen“ in fünf Bundesländern (Baden-Württemberg, Bayern, Hessen, Niedersachsen und Rheinland-Pfalz) zwischen Oktober 2015 und September 2017 implementiert und beinhaltet drei Komponenten: Trittsicher-Bewegungskurse, zum Erhalt der Mobilität; kostenlose Knochendichtemessung für eine verbesserte Knochengesundheit und eine Beratung zur Sicherheit rund um Haus und Hof, zur Beseitigung von Sturzgefahren.

In den vergangenen zwei Jahren ist es gelungen, über **2200** Trittsicher-Bewegungskurse durchzuführen und damit über **25.000** ältere Menschen in Bewegung zu bringen. Dafür erhält „Trittsicher durchs Leben“ heute die „Wir sind IN FORM“-Plakette. Damit sind sie Teil des bundesweiten Netzwerks von IN FORM und erhalten Serviceleistungen für Projektmanagement und Öffentlichkeitsarbeit.

***IN FORM** ist eine bundesweite Initiative, die sich seit 2008 für eine gesunde Ernährung und mehr Bewegung in Deutschland einsetzt. „Wir sind IN FORM“ zeichnet Projekte aus, die Ernährungs- und Bewegungsbildung vorbildlich umsetzen. Projektträger aus ganz Deutschland, die sich den Themen gesunde Ernährung und Bewegung widmen, sind eingeladen, sich für „Wir sind IN FORM“ zu bewerben.*

**Kontakt:**

Kurt Henn

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

E-Mail: [kurt.henn@bmel.bund.de](mailto:kurt.henn@bmel.bund.de)

Tel.: 0228 99 529 3718, [www.bmel.de](http://www.bmel.de)

## Zahlen, Daten, Fakten

- Implementierung von über **2200** Trittsicher-Bewegungskursen in den Interventionsregionen der fünf Bundesländer (Baden-Württemberg, Bayern, Hessen, Niedersachsen und Rheinland-Pfalz)
  - Mehr als die Hälfte der Kurse wurde durch LandFrauen organisiert
  - Trittsicher-Bewegungskurse passen sich den strukturellen Gegebenheiten des ländlichen Raums an und finden in Gaststätten, Kirchenräumen, Schulen oder Sportvereinen statt
  - Wohnortnahes Angebot: Die Hälfte der TeilnehmerInnen müssen weniger als 1,7 km zwischen Wohn- und Kursort zurücklegen
  - Knapp **20%** aller direkt kontaktierten Versicherten haben eine Knochendichtemessung durchführen lassen, bei der Hälfte führte dies zu medikamentösen Konsequenzen
  - Die Steuerung und Umsetzung des Programms übernehmen insgesamt 10 Mitarbeiter der SVLFG (Landshut, Stuttgart, Kassel) in drei „Trittsicher-Telezentren“
  - **100** SVLFG Mitarbeitende der Prävention beraten zur Sicherheit bzw. zur Teilnahme am Programm
  - 800 Trittsicher-KursleiterInnen bieten die Trittsicher-Bewegungskurse im ländlichen Raum an
  - Informationsveranstaltungen auf LandFrauenveranstaltungen: **795** LandFrauen haben Ihre grundsätzliche Bereitschaft bekundet, sich am Programm zu beteiligen und Räumlichkeiten für die Trittsicher-Bewegungskurse zu organisieren
  - Direkte Ansprache von über **10.000 Versicherten** der SVLFG
- 
- **Weitere Informationen:** [www.trittsicher.org](http://www.trittsicher.org)
  - **Projektansprechpartner**  
Robert-Bosch-Krankenhaus  
Abteilung für Geriatrie und Klinik für Geriatrische Rehabilitation  
Patrick Roigk  
Auerbachstraße 110  
70376 Stuttgart  
Tel.: 0711 8101 3101  
[patrick.roigk@rbk.de](mailto:patrick.roigk@rbk.de)

**Kontakt:**

Kurt Henn

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

E-Mail: [kurt.henn@bmel.bund.de](mailto:kurt.henn@bmel.bund.de)Tel.: 0228 99 529 3718, [www.bmel.de](http://www.bmel.de)