



STADTPOLITISCHES SYMPOSIUM  
**ERFOLGREICH ALTERN  
DURCH SPORT  
UND BEWEGUNG**

**07/11/2013**

11:00 – 17:00 Uhr

Stadtplanungsamt Frankfurt am Main / Ernst-May-Saal  
Kurt-Schumacher-Strasse 10 / 60311 Frankfurt am Main



**urban future forum**  
Für die Zukunft der europäischen Stadt

# REFERENTEN

**Dr. Matthias Alexander**  
Ressortleiter, Frankfurter Allgemeine Zeitung  
(Moderation)

**Prof. Dr. Dr. Winfried Banzer**  
Universität Frankfurt

**Dr. Karin Fehres**  
Direktorin Sportentwicklung DOSB

**Roland Frischkorn**  
Vorsitzender des Sportkreises Frankfurt

**Prof. Dr. Dr. h. c. Wildor Hollmann**  
Ehrenpräsident des Weltverbandes für Sportmedizin

**RA Frank Junker**  
ABG Holding Frankfurt

**Prof. Dr. Dr. h. c. Ursula Lehr**  
Vorsitzende der Bundesarbeitsgemeinschaft  
der Seniorenorganisationen

**Prof. Dr. Heinz Lohrer**  
Ärztlicher Direktor, Sportmedizinisches Institut  
des Landes Hessen

**Sylvia von Metzler**  
Vorsitzende des Kuratoriums  
der Stiftung urban future forum e.V.

**Dr. Rolf Müller, MdL**  
Präsident des Landessportbundes Hessen

**Petra Regelin**  
„Aktiv bis 100“, ein Projekt von DTB/DOSB

**Dr. Christoph Rott**  
Universität Heidelberg

**Axel Wintermeyer**  
Staatsminister  
Vorstandsvorsitzender  
der Landesstiftung „Miteinander in Hessen“

## Die Partner



DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND



DEUTSCHER TURNER-BUND



**Frankfurter Allgemeine**  
ZEITUNG FÜR DEUTSCHLAND

STADTPOLITISCHES SYMPOSIUM

# ERFOLGREICH ALTERN DURCH SPORT UND BEWEGUNG

**Donnerstag, 7. November 2013 / 11:00 – 17:00 Uhr**

Ernst-May-Saal / Stadtplanungsamt Frankfurt am Main / Kurt-Schumacher-Strasse 10 / 60311 Frankfurt am Main

Die größte gesellschaftliche Herausforderung im 21. Jahrhundert wird nicht die Finanzierung der Renten sein, sondern die Erhaltung der Lebensqualität. Es wird eine Probe auf die Menschlichkeit der Gesellschaft von Morgen sein, ob in ihr diejenigen zu ihrem Recht kommen, die es selber nicht mehr fordern können. Die Frage an die Zukunft ist doch nicht, ob wir alle 100 Jahre alt werden, sondern ob es sich lohnt und ob es erstrebenswert ist, ein langes Leben vor sich zu haben. Die demographische Evolution ist daher eine Herausforderung an die Humanität unserer Gesellschaft. Politik, Wirtschaft, Medizin, Sport bis hin zu Stadtplanung und Architektur sind aufgerufen, an der Sicherstellung einer humanen und sozialen Zukunft mitzuarbeiten.

Vorstand Stiftung urban future forum e.V.

Das Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDHEIT“, die Programme „Richtig fit ab 50“ und die „Bewegungsangebote 70 Plus“ sind eine beispielhafte und erfolgreiche gesellschaftspolitische Offensive des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) für mehr Lebensqualität bis ins hohe Alter und für ein langes, gesundes, selbstbestimmtes Leben.

Der Deutsche Olympische Sportbund ist die größte Sportorganisation der Welt. „Der demographische Wandel ist längst in den Sportvereinen angekommen. Die Sportvereine beweisen sich als wichtige Partner für Ältere, schaffen adäquate Bewegungsangebote für sie und nutzen die Kompetenzen und das Engagement der Älteren für das Vereinsleben.“

**Dr. Karin Fehres**  
Direktorin Sportentwicklung im DOSB

# PROGRAMMABLAUF

**11:00 Uhr Begrüßung und Einführung**  
Dr. Karin Fehres  
Sylvia von Metzler  
Axel Wintermeyer

**Plenum 1 Für mehr Lebensqualität bis ins hohe Alter**

**11:10 Uhr Vortrag**  
Professor Dr. Dr. h. c. Ursula Lehr

**11:30 Uhr Podiumsgespräch**  
Roland Frischkorn  
Dr. Rolf Müller, MdL  
RA Frank Junker  
Moderation: Dr. Matthias Alexander

**12:30 Uhr Mittagspause**

**Plenum 2 Richtig fit ab 50**

**13:30 Uhr Vortrag**  
Prof. Dr. Dr. h. c. Wildor Hollmann

**13:50 Uhr Podiumsgespräch**  
Dr. Karin Fehres  
Prof. Dr. Dr. Winfried Banzer  
Prof. Dr. Dr. h. c. Wildor Hollmann  
Moderation: Dr. Matthias Alexander

**Plenum 3 Fit bis ins hohe Alter**

**14:30 Uhr Vortrag**  
Dr. Christoph Rott

**15:00 Uhr Kaffeepause**

**15:30 Uhr Podiumsgespräch**  
Prof. Dr. Heinz Lohrer  
Dr. Christoph Rott  
Petra Regelin  
Moderation: Dr. Matthias Alexander

**16:30 Uhr Rückblick und Ausblick**

**17:00 Uhr Ende des Stadtpolitischen Symposiums**

Bitte melden Sie sich unter  
[www.urbanfutureforum.org](http://www.urbanfutureforum.org)  
zum Symposium an.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Teilnehmer können gemäß der  
Fortbildungsverordnung der  
Architekten- und Stadtplaner-  
kammer Hessen Fortbildungs-  
punkte erlangen.



**urban future forum**  
Für die Zukunft der europäischen Stadt

# SPORT UND BEWEGUNG



erhöhen die Lebensqualität, schaffen mehr Wohlbefinden, machen leistungsfähiger, zufriedener und entspannter, schaffen positivere Stimmung und mehr Selbstwertgefühl.



verbessern die Leistungsfähigkeit, schaffen mehr Energie, machen belastungsfähiger, schaffen eine höhere Stresstoleranz und weniger Krankheitstage.



schützen vor Risikofaktoren:  
Bluthochdruck  
Herzinfarkt  
Schlaganfall  
Rückenschmerzen  
Krebs und Rezidive



aktivieren das Immunsystem und sorgen für weniger Infektionskrankheiten.

Bitte melden Sie sich unter [www.urbanfutureforum.org](http://www.urbanfutureforum.org) zum Symposium an.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Teilnehmer können gemäß der Fortbildungsverordnung der Architekten- und Stadtplanerkammer Hessen Fortbildungspunkte erlangen.

Stiftung urban future forum e.V.

Waldschmidtstraße 19  
60316 Frankfurt am Main  
Telefon (069) 904 361-86  
Telefax (069) 904 361-90

[www.urbanfutureforum.org](http://www.urbanfutureforum.org)



**urban future forum**

Für die Zukunft der europäischen Stadt



# SPORT UND BEWEGUNG

sorgen dafür, dass jährlich Milliardensummen eingespart werden können. Eine Expertenkommission der Bertelsmann Stiftung hat 2005 in den Hintergrundinformationen zu den Empfehlungen der Expertenkommission „Ziele der Altenpolitik“ aufgezeigt, dass der Versorgungsbedarf ohne präventive Bewegungs- und Sportangebote bis 2020 bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen um 44%, bei gefäßbedingter Demenz um 74% und beim Oberschenkelhalsbruch um 63% steige. Zu den wirksamsten Präventionsmaßnahmen gehören vor allem Kraft-, Ausdauer- und Bewegungstraining bei älteren Menschen und eine ausgewogene Ernährung.

**Prof. Wolfgang Böhm**

Vorstand  
Stiftung urban future forum

**Dr. Karin Fehres**

Direktorin  
Sportentwicklung DOSB

**Sylvia von Metzler**

Vorsitzende  
Kuratorium der  
Stiftung urban future forum

**Prof. Dr. Peter Rhein**

Vorstand  
Stiftung urban future forum