

## Das Institut für Psychogerontologie der Universität Erlangen-Nürnberg stellt sich vor:

Das **Institut für Psychogerontologie (IPG)** der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg ist ein bayernweit einzigartiges Institut, das neben seiner Expertise in der Forschung und Lehre zu Fragen des Alterns über langjährige Erfahrung in der Diagnostik und Therapie verfügt.

Die Arbeitsschwerpunkte des Instituts für Psychogerontologie liegen in den folgenden Themenfeldern:

- Gedächtnis und subjektive Beschwerden
- Fahrtauglichkeit und Verkehrsteilnahme
- Umgang mit neuen Produkten und Technologie
- Wohnen und Barrierefreiheit
- Angehörige und deren Belastungen
- Individuelle Vorsorge und Frühsorge
- Gesundheit und Bewegung im Alltag

### Leitung:

Prof. Dr. Frieder R. Lang

Kobergerstr. 62, 90408 Nürnberg  
ipg-sekretariat@fau.de

Weitere Informationen zum Team des Instituts für Psychogerontologie finden Sie auf unserer Homepage: [www.geronto.fau.de](http://www.geronto.fau.de)

### Kontakt

BegA - Beratung für gesundes Altern  
Institut für Psychogerontologie  
Kobergerstr. 62  
90408 Nürnberg

Tel.: 0911 / 5302-96115  
Fax: 0911 / 5302-96116

E-Mail: [ipg-bega@fau.de](mailto:ipg-bega@fau.de)  
WWW: [www.geronto.fau.de/bega](http://www.geronto.fau.de/bega)



Stand Januar 2016

Herausgeber:  
Institut für Psychogerontologie der Universität Erlangen-Nürnberg  
Fotos: istockphoto

## BegA - Beratung für gesundes Altern

gefördert von der Theo und Friedl Schöller-Stiftung

Institut für Psychogerontologie (IPG)



## Gesundheit im Alter ist machbar

Viele Menschen fühlen sich im Alter jünger als sie sind. Entscheidend ist, wie gesund man sich fühlt. Rund um die Gesundheit im Alter gibt es viele Fragen, die eine individuelle Beratung erfordern.

Wenn Menschen bei sich oder Angehörigen Veränderungen des Alterns bemerken, ist dies meist kein Grund zur Sorge. Dennoch können Fragen auftauchen, bei denen klinische Einrichtungen und niedergelassene Ärzte nur begrenzt helfen können.

Um Menschen zu unterstützen möglichst lange gesund zu bleiben, startet das **Institut für Psychogerontologie** (IPG) der FAU ein neuartiges Modell für die persönliche Beratung auf wissenschaftlicher Grundlage.



## BegA - Beratung für gesundes Altern

### **Innovatives und bundesweit einmaliges FAU-Beratungskonzept für gesundes Altern**

**BegA - Beratung für gesundes Altern** ist ein vorsorgeorientiertes Angebot, das sich an Menschen in der zweiten Lebenshälfte und an deren Angehörige richtet.

Die Betroffenen werden unterstützt, sich in der eigenen **Lebensplanung** auf die Chancen und Anforderungen des Alterns einstellen zu können.

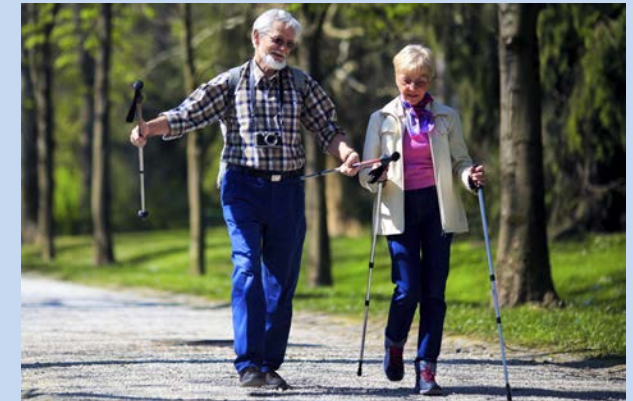
In der Beratung für gesundes Altern arbeiten Gerontologen, Psychologen, Ärzte und Pädagogen zusammen. Die Experten beraten hinsichtlich vieler Themen:

- Was kann man tun, um gesund zu bleiben?
- Was tun, wenn Angehörige erkranken?
- Wie ist die eigene Fahrtauglichkeit?
- Wie gut ist mein Gedächtnis?
- Worauf ist bei der Ernährung zu achten?
- Wie lässt sich die Selbständigkeit erhalten?
- Wie bereitet man sich auf das Alter vor?

## Wir haben Ihr Interesse geweckt?

In einem **kostenlosen, unverbindlichen Erstgespräch** werden die aktuellen Fragen und Probleme der Betroffenen besprochen. Es wird geklärt, ob eine weitergehende, auf die individuelle Problemlage der Betroffenen angepasste und wissenschaftlich fundierte Diagnostik sowie weitere Beratung zu empfehlen sind. Die Beratung ist streng vertraulich. Die Betroffenen entscheiden selbst wie ihre Angaben verwendet werden.

Zusätzlich werden **Präventionskurse** und jährliche **Kontrolluntersuchungen** angeboten.



### **Wissenschaftliche Fragestellungen**

Mit begleitenden Erhebungen wollen die Forscher vielfältige Fragen klären: Welche Wirkungen hat die Vorsorge und Prävention? Wie trägt das Beratungsangebot zur Lebensqualität im Alter bei?