

## Forsa: Fast jede fünfte Frau hat Angst vor dem Altern

**Die AOK Baden-Württemberg schafft Angebote und Denkanstöße für Frauen ab dem mittleren Alter**

**Stuttgart, den 14.10.2020. Fast jede fünfte Frau (18 Prozent) in Baden-Württemberg blickt pessimistisch aufs eigene Altern. Am häufigsten (67 Prozent) bereitet ihnen Sorge, im Alter möglicherweise pflegebedürftig zu werden. Das ergab eine Umfrage des Meinungsforschungs-Instituts forsa unter 1.007 Baden-Württembergern zwischen 18 und 70 Jahren, die im Auftrag der AOK Baden-Württemberg im Oktober 2020 durchgeführt wurde. „Altern und auch das Alter sind gestaltbar“, sagt Ramona Auer, Verantwortliche für Rehabilitations- und Pflegeforschung bei der AOK Baden-Württemberg. Das möchte die Gesundheitskasse mit der Kampagne „Ich bin jetzt!“ zeigen. „Wir möchten insbesondere Frauen einladen, ‚Alter‘ und ‚Altern‘ differenziert und im Rahmen einer Lebenslaufperspektive zu betrachten.“**

Frauen, so Auer weiter, kriegten heutzutage von der Gesellschaft noch immer viel früher als Männer den Stempel ‚alt‘ aufgedrückt. Die meisten der von forsa Befragten bezeichnen Frauen ab 50 Jahren (26 Prozent) oder 60 Jahren (31 Prozent) als „alt“, wohingegen Männer für den Großteil der Befragten erst ab 60 (38 Prozent) bzw. 70 Jahren (30 Prozent) als „alt“ gelten. „Wir möchten Frauen zeigen, dass jede

---

Die AOK Baden-Württemberg versichert rund 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 18 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:  
[www.aok-bw.de](http://www.aok-bw.de)

### **AOK Baden-Württemberg**

#### **Pressestelle**

Presselstr. 19

70191 Stuttgart

Telefon 0711 2593 - 229

Telefax 0711 2593 - 100

E-Mail [presse@bw.aok.de](mailto:presse@bw.aok.de)

[www.aok-bw-presse.de](http://www.aok-bw-presse.de)

Lebensphase es Wert ist, im Moment gelebt zu werden und frau auch aus Krisen gestärkt hervorgehen kann“, so Auer.

Laut forsa-Befragung sorgen sich die Frauen beim Gedanken ans Altern vor allem um Pflegebedürftigkeit (67 Prozent), gefolgt vom Verlust von Familienmitgliedern oder Freunden (64 Prozent) und gesundheitlichen Problemen im Alter (58 Prozent). „Die AOK Baden-Württemberg hat sich mit ihrer Kampagne ‚Ich bin jetzt!‘ zum Ziel gesetzt, den Frauen im Südwesten Impulse für einen veränderten Umgang mit dem eigenen Altern zu geben und möchte ihnen Mut für einen optimistischen Blick in die Zukunft machen. Denn unser Altern können wir selbst beeinflussen, indem wir uns gesund ernähren, uns regelmäßig bewegen und unsere sozialen Kontakte pflegen – auch bis ins hohe Alter hinein“, sagt Auer.

Laut Statistischem Landesamt Baden-Württemberg steigt der Bevölkerungsanteil der 65-Jährigen und Älteren hierzulande bis zum Jahr 2060 auf 30 Prozent an. Zudem zeigen Zahlen der AOK Baden-Württemberg, dass sowohl Anzahl als auch Anteil der Pflegebedürftigen seit 2015 um fünf Prozent angestiegen sind. „Die Pflege älterer Menschen ist schon heute eines der wichtigsten Themen unserer Gesellschaft. Dazu kommt, dass die Menschen in Baden-Württemberg in den nächsten Jahren im Durchschnitt immer älter werden. Wir müssen uns also Gedanken machen, wie wir die Menschen in Baden-Württemberg bestmöglich beim Älterwerden unterstützen können“, so Auer.

---

Die AOK Baden-Württemberg versichert rund 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 18 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:  
[www.aok-bw.de](http://www.aok-bw.de)

## **AOK Baden-Württemberg**

### **Pressestelle**

Presselstr. 19

70191 Stuttgart

Telefon 0711 2593 - 229

Telefax 0711 2593 - 100

E-Mail [presse@bw.aok.de](mailto:presse@bw.aok.de)

[www.aok-bw-presse.de](http://www.aok-bw-presse.de)

Auf [www.aok.de/bw/ich-bin-jetzt](http://www.aok.de/bw/ich-bin-jetzt) geben Frauen unterschiedlichen Alters seit dieser Woche Einblicke in ihre Lebensgeschichten und somit Denkanstöße, dem Alter positiv zu begegnen. Als Mutmacherinnen sprechen sie unter anderem über das Tanzen als Lebenselixier, Einsamkeit und Sex im Alter sowie vermeintliche Tabuthemen wie aufkommende Krankheiten, Pflegebedürftigkeit und Selbstzweifel.

Die Ergebnisse der Forsa-Befragung stehen zum Download bereit unter "Anhänge".

---

Die AOK Baden-Württemberg versichert rund 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 18 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:  
[www.aok-bw.de](http://www.aok-bw.de)

**AOK Baden-Württemberg**

**Pressestelle**

Presselstr. 19

70191 Stuttgart

Telefon 0711 2593 - 229

Telefax 0711 2593 - 100

E-Mail [presse@bw.aok.de](mailto:presse@bw.aok.de)

[www.aok-bw-presse.de](http://www.aok-bw-presse.de)