

9:00–12:00 Uhr Vorträge

**Univ.-Prof. Dr. med. Andreas Michalsen**

Charité – Universitätsmedizin Berlin  
Können wir gesünder alt werden? Die Medizin zwischen „Longevity“ und „no glory in prevention“

**Lara Becker** Technische Universität München  
Starke Muskeln, starkes Leben: wie Muskeltraining das Altern verbessert

**Lutz Karnachow** domino-coaching Stiftung  
Die überragende Rolle von Motivationspsychologie im domino-coaching™

**Prof. Dr. Uwe Bettig** Alice Salomon Hochschule Berlin  
Integration rehabilitativer Interventionen in die stationäre Langzeitpflege: Evaluation des domino-coaching™ Ansatzes

**Prof. Dr. Martin Heckelmann**  
Hochschule für Technik und Wirtschaft Berlin  
Finanzielle Vorteile des domino-coaching™

12:00–13:00 Uhr  
Mittagspause inkl. Verpflegung

13:00–16:00 Uhr Vorträge

**Dr. Uwe Lebok**  
K&A BrandResearch; Boomer-Experte  
Warum die Babyboomer unser Altersbild zerstören

**Dr. med. Rainer Neubart**  
Chefarzt der Rehabilitationsklinik Radeburg  
Was ist ein Pflegetherapeut?

**MinDir Dr. Martin Schölkopf (digital)**  
Leiter der Pflegeversicherung und –stärkung im Bundesministerium für Gesundheit (BMG)  
Zielsetzungen der neuen Bundesregierung für die Altenhilfe

**Dr. med. Astrid Kohl**  
Fachärztin für Innere Medizin und Naturheilverfahren  
Prävention und „Gesundes Altern“ in der internistischen Hausarztpraxis

**Dr. med. Christian Sturm**  
Medizinische Hochschule Hannover (MHH); NDR Bewegungs-Doc  
Schmerzen, Schwindel, Tinnitus: Heilung durch Bewegung?

**Kontakt & Kosten**

**Kosten**  
120 € pro Person  
Studierende haben die Chance auf eine Freikarte.  
Bitte kontaktieren Sie uns bei Interesse per E-Mail.

**Kontakt**  
Cinzia Lucà oder Saskia Ganschow  
tagung@domino-coachingstiftung.de

**Anfahrt & Parken**

**Öffentliche Verkehrsmittel**  
U-Bahnhof Hellersdorf (U5):  
Ausgang Riesaer Str./Alice-Salomon-Platz

**Auto**  
Parkhaus Marktplatz Center  
Stendaler Str. 24  
12627 Berlin

[www.domino-coachingstiftung.de/tagung](http://www.domino-coachingstiftung.de/tagung)



Prof. Dr. Uwe Bettig, Lutz Karnachow,  
Prof. Dr. Martin Heckelmann (v.l.n.r.)  
Wir freuen uns auf Sie!

# FACHTAGUNG IN BERLIN

Wind of Change 2025:  
Paradigmenwechsel für  
die Altenpflege



17. September 2025 | 9 bis 16 Uhr

ASH  
Berlin

domino  
coaching  
stiftung

htw

Gefördert durch:

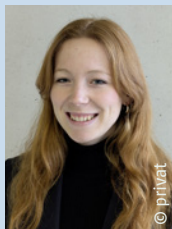
Bundesministerium  
für Forschung, Technologie  
und Raumfahrt

DATipilot



**Univ.-Prof. Dr. med. Andreas Michalsen**  
Charité Berlin; Chefarzt Immanuel Krankenhaus Berlin

**Können wir gesünder alt werden? Die Medizin zwischen „Longevity“ und „no glory in prevention“**  
Der demografische Wandel mit weitreichenden gesundheitsökonomischen Folgen wurde lange antizipiert. Als Folge der „Reparaturmedizin“ ist die Lebenserwartung gestiegen, nicht aber die Anzahl gesunder Lebensjahre („health span“). Wenige Faktoren wie z. B. gesunde Ernährung und Muskeltraining ermöglichen ein gesundes und mobiles Leben bis ins hohe Alter. Notwendig ist jedoch eine komplette Transformation der Medizin und das Prinzip „Prevention first“.



**Lara Becker**

Technische Universität München, Fachbereich Sportbiologie (Prof. Dr. H. Wackerhage)

**Starke Muskeln, starkes Leben: wie Muskeltraining das Altern verbessert**

Mit zunehmendem Alter verlieren wir Muskelmasse, Kraft und Schnelligkeit. Doch dieser Entwicklung kann aktiv entgegengewirkt werden! Altersgerechtes Muskeltraining ist wichtig. Auch neue Forschungserkenntnisse, z. B. zur möglichen Rolle von Substanzen wie Taurin beim gesunden Altern, werden kurz vorgestellt. Der Vortrag gibt praxisnahe Impulse, wie Muskeltraining dabei helfen kann, dass Seniorinnen und Senioren mehr Lebensqualität haben.



**Lutz Karnachow**

Diplom-Psychologe; Innovations-Experte

**Die überragende Rolle von Motivationspsychologie im domino-coaching™**

Motivation ist einer der entscheidenden Erfolgsfaktoren für Sport und Training. Ohne Motivation verstaubt der beste Trainingsplan. Was im Sport gilt, trifft für den Rehabilitationsprozess ebenso zu. Intrinsische Motivation und Selbstwirksamkeit sind die Schlüsselbegriffe, wenn es darum geht, verloren gegangene Selbstständigkeit und Fitness wiederzuerlangen. Wie wir im domino-coaching™ Patienten und Mitarbeiter motivieren, herausfordernde Übungspläne umzusetzen, aus dem Heim wieder auszuziehen und nach Hause zu gehen, soll in diesem Beitrag anhand anschaulicher Beispiele gezeigt werden.



**Prof. Dr. Uwe Bettig**

Alice Salomon Hochschule Berlin

**Integration rehabilitativer Interventionen in die stationäre Langzeitpflege: Evaluation des domino-coaching™ Ansatzes**

Der Vortrag gibt einen Einblick in Studieninhalte, Studiendesign und Studienablauf der domino-coaching™ Studie zur Evaluation rehabilitativer Pflege in der stationären Langzeitpflege. Im Fokus stehen zentrale Zielgrößen und methodische Grundlagen des Teilprojekts der ASH in Kooperation mit der domino-coaching Stiftung.



**Prof. Dr. Martin Heckelmann**

Hochschule für Technik und Wirtschaft Berlin

**Finanzielle Vorteile des domino-coaching™**

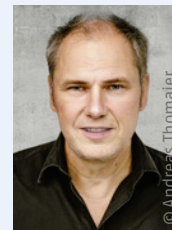
Der rechtliche Rahmen des domino-coaching™ wird beleuchtet. In der Zusammenschau mit betriebswirtschaftlichen Faktoren wird untersucht, welche zusätzlichen Refinanzierungsmöglichkeiten sich durch die Anwendung des Verfahrens gegenüber herkömmlicher stationärer Pflege ergeben.

**Dr. Uwe Lebok**

Dozent für Sozialmarketing; Boomer-Experte

**Warum die Babyboomer unser Altersbild zerstören**

Die Babyboomer-Generation stellt die traditionellen Vorstellungen vom Alter radikal infrage. Geprägt von Bildung, Selbstbewusstsein und digitaler Offenheit wollen sie das Alter nicht als Rückzug, sondern als aktive Lebensphase gestalten. Der Vortrag zeigt, wie sich ihr Selbstbild vom „Ruhestand“ hin zu einem vitalen, konsumfreudigen und selbstbestimmten „Best Age“ wandelt – mit weitreichenden Folgen für Gesellschaft, Gesundheitswesen und Pflege. Eine Generation zwischen Jugendkult und Pflegekrise, die das Altern neu denkt.



**Dr. med. Rainer Neubart**

Chefarzt der Rehabilitationsklinik Radeburg

**Was ist ein Pflegetherapeut?**

Die Mitarbeitenden der Pflege decken in der Geriatrie im Rahmen ihrer Arbeit im multiprofessionellen Team ein breites Spektrum an Aufgaben ab, das die Rolle der traditionellen Pflege weit überschreitet. Die Pflegekräfte übernehmen wichtige Funktionen zur Rehabilitation des Patienten, die mit den Begriffen aktivierende, therapeutische und rehabilitative Pflege umschrieben werden. In diesem Zusammenhang wurde der Begriff Pflege-therapeut geprägt und die Arbeit der Pflege in der Geriatrie erreicht eine neue Dimension.



**MinDir Dr. Martin Schölkopf (digital)**

Leiter der Pflegeversicherung und -stärkung im Bundesministerium für Gesundheit (BMG)

**Zielsetzungen der neuen Bundesregierung für die Altenhilfe**



**Dr. med. Astrid Kohl**

Internistin; Experte für Naturheilverfahren

**Prävention und „Gesundes Altern“ in der internistischen Hausarztpraxis**

Die Hausarztpraxis spielt in der Prävention und beim gesunden Altern die entscheidende Rolle. Hier besteht der erste und oft regelmäßige Kontakt des Menschen. Dabei sollten nicht nur die kleinen kassenärztlichen Laboruntersuchungen und die Therapie von Symptomen oder Beschwerden im Vordergrund stehen, sondern ebenso die Beratung für die eigenen individuellen Möglichkeiten. Dargestellt werden die ganzheitliche und klinisch umweltmedizinische Sichtweise eines Lebensverlaufes und die Umsetzung in der täglichen Praxis.



**Dr. med. Christian Sturm**

Leitender Oberarzt in der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH);  
NDR Bewegungs-Doc

**Schmerzen, Schwindel, Tinnitus: Heilung durch Bewegung?**

Viele Symptome werden als nicht lösbar beschrieben oder auf das Alter der betroffenen Personen „abgeschoben“. Einiges wird auch nicht in Zusammenhang gebracht, was aber Einfluss aufeinander hat. Muskeln sind im Alter oft abgeschwächt und verkürzt, dies hat große Auswirkungen auch auf andere Körperfunktionen, wie wir heute wissen. Kann Bewegung also noch viel mehr heilen als nur den Muskelschmerz?

