

# PROGRAMM

Dienstag, 24. März 2026, 17.00–19.00 Uhr  
Neue Universität am Universitätsplatz | Hörsaal 13

## DIGITAL-GESTÜTZTE PRÄVENTION IM HÖHEREN LEBENSALTER Ergebnisse der Studie SMART-AGE

### ■ Grußworte der Stadt Heidelberg

Bürgermeisterin Stefanie Jansen | Dezernentin für  
Soziales, Bildung, Familie und Chancengleichheit

### ■ Konzept und Ziele der Studie SMART-AGE – zentrale Ergebnisse | Prof. Dr. Jürgen M. Bauer, Prof. Dr. Hans-Werner Wahl

### ■ Die SMART-AGE-Apps – smartVERNETZT, KOKU und smartIMPULS | Dr. Katharina Gordt- Oesterwind, Verena Kölsch, Nicole Memmer

### ■ Ethische Fragen der App-Nutzung und mögliche Auswirkungen der App-Nutzung im Alltag David Hansen, PD Dr. Carl-Philipp Jansen

Moderation | Prof. Dr. Cornelia Wrzus

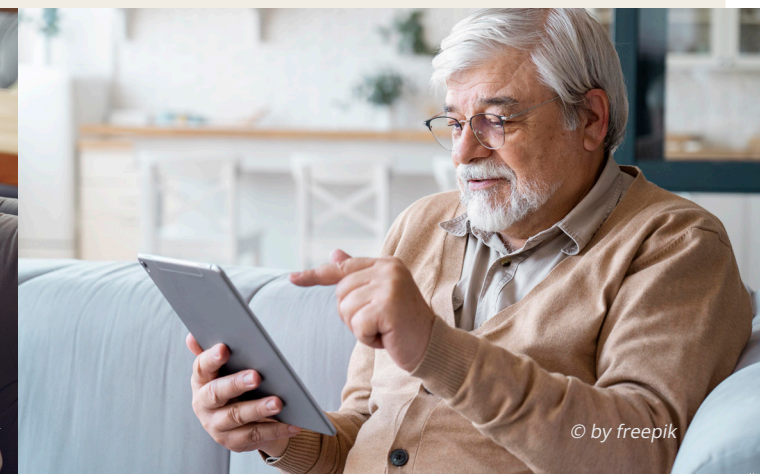
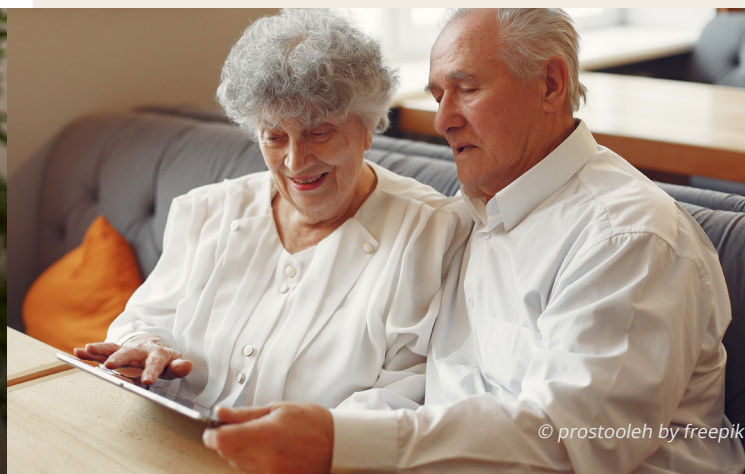
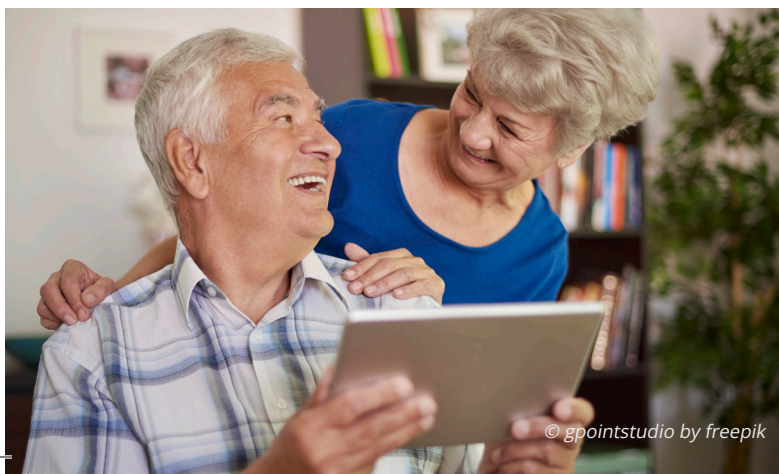
■ **Infostände der Stadt Heidelberg**  
Netzwerk Demenz Heidelberg, Pflegestützpunkt  
Baden-Württemberg, Amt für Soziales und Senioren

■ **Konzept und Ziele der Studie SMART-AGE –  
zentrale Ergebnisse | Prof. Dr. Jürgen M. Bauer,  
Prof. Dr. Hans-Werner Wahl**  
Im interdisziplinären Forschungsprojekt SMART-AGE  
erforschten Wissenschaftler:innen der Universität Hei-  
delberg in Zusammenarbeit mit anderen Universitäten,  
inwiefern Menschen im höheren Lebensalter vom Ein-  
satz digitaler Technologien profitieren können. Im Mittel-  
punkt stand die Wirkung studienspezifischer Apps zur  
Förderung sozialer Teilhabe, körperlicher Fitness und  
des Gesundheitsbewusstseins. An der kürzlich erfolg-  
reich abgeschlossenen Hauptstudie nahmen insgesamt  
649 Bürger:innen der Städte Heidelberg und Mannheim  
im Alter von 67 Jahren und älter teil. Im Rahmen der  
Studienteilnahme erhielten die Teilnehmenden 6 Monate  
Zugang zu den Apps. Vor Beginn sowie nach 3 und 6  
Monaten fanden umfangreiche Befragungen und Tests  
statt, um die Wirkung der Apps in unterschiedlichen  
Lebensqualitätsbereichen zu erfassen. Der Vortrag gibt  
vertiefende Einblicke in die unterschiedlichen Effekte  
der Nutzung dieser implementierten Technologien.

■ **Die SMART-AGE Apps – smartVERNETZT,  
KOKU und smartIMPULS | Dr. Katharina Gordt-  
Oesterwind, Verena Kölsch, Nicole Memmer**  
Im Rahmen der SMART-AGE-Studie wurden die  
Apps smartVERNETZT, smartIMPULS und KOKU

eingesetzt und wissenschaftlich begleitet. smart-  
VERNETZT hatte zum Ziel, die soziale Vernetzung  
zu fördern und den Zugang zu lokalen Angeboten  
zu erleichtern. smartIMPULS sollte die Aufmerk-  
samkeit für die eigene Gesundheit stärken und zu  
einem gesundheitsbewussten Lebensstil durch  
gezielte Hinweise anregen.  
KOKU bot ein individuelles Kraft- und Gleich-  
gewichtstraining, das selbstständig zu Hause  
durchgeführt werden konnte. Die Studie unter-  
suchte dabei Nutzung, Akzeptanz und Potenziale  
dieser Anwendungen zur Förderung von Teilhabe  
und Selbstständigkeit im Alter.

■ **Ethische Fragen der App-Nutzung und App-Nutzung  
im Alltag | David Hansen, PD Dr. Carl-Philipp Jansen**  
Durch Interviews mit Teilnehmenden der SMART-  
AGE Studie haben wir die bisher in der Forschung  
wenig beachtete ethische Relevanz von Design-  
aspekten und einem relationalen Autonomiebegriff  
identifiziert.  
Diese Aspekte sollen im Seminar diskutiert und  
eingeordnet werden, um zu einer Einschätzung zu  
gelangen, wie diese in der Entwicklung von neuen  
Technologien berücksichtigt werden sollten.  
Darüber hinaus wird diskutiert, ob die vermehrte  
Nutzung von Apps zu einem aktiveren Lebensstil  
beitragen kann oder ob deren gesteigerte Nutzung  
nicht sogar zu einem inaktiveren, durch längeres  
Verweilen in der digitalen Welt gekennzeichneten  
Verhalten führen kann.



## NÄCHSTES NAR-SEMINAR – TODESWUNSCH IM ALTER

Dienstag, 29. September 2026, 17.00 – 19.00 Uhr

- „In my beginning is my end ... in my end is my beginning“ – Rückblick und Vorausblick am Lebensende | Prof. Dr. Dr. h.c. Andreas Kruse, Universität Heidelberg
- Suizidprävention – eine Frage des Alters? Dr. Uwe Sperling, Universitätsmedizin Mannheim
- Ethische und rechtliche Aspekte von Sterbewünschen im Rahmen der aktuellen Regelungen von Sterbehilfe Dr. Alexander Kremling, Universitätsmedizin Halle

## DEMENZ-PARTNER-SCHULUNG

Samstag, 09. Mai 2026, 15.00 Uhr (Dauer: ca. 1,5 h)  
Rathaus Wallstadt, Mosbacher Str. 17, 68259 Mannheim



## KONTAKT

Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg  
NAR | Netzwerk AltersfoRschung  
Bergheimer Straße 20, 69115 Heidelberg  
Tel. +49 6221 54 8101, [www.nar.uni-heidelberg.de](http://www.nar.uni-heidelberg.de)



Weitere Informationen und den Zugangslink finden Sie auf unserer Homepage. Alternativ können Sie den QR-Code scannen, um direkt über Zoom teilzunehmen.



Heidelberg



PFLEGE  
STÜTZPUNKT  
BADEN-WÜRTTEMBERG  
STADT HEIDELBERG



gefördert von der Carl-Zeiss-Stiftung

finanziert durch



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR WISSENSCHAFT, FORSCHUNG UND KUNST



NETZWERK  
ALTERS-  
FORSCHUNG



UNIVERSITÄT  
HEIDELBERG  
ZUKUNFT  
SEIT 1386

# DIGITAL-GESTÜTZTE PRÄVENTION IM HÖHEREN LEBENSALTER

## Ergebnisse der Studie SMART-AGE

51 | NAR-Seminar (hybrid)

### TERMIN

Dienstag, 24. März 2026, 17.00–19.00 Uhr

### VERANSTALTUNGSORT

Neue Universität am Universitätsplatz | Hörsaal 13  
Grabengasse 3-5, 69117 Heidelberg

### VERANSTALTER

Netzwerk AltersfoRschung (NAR)  
Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg  
und Partner

Eintritt frei

© by stories/freepik

# NAR SEMINAR

© Universität Heidelberg, Netzwerk AltersfoRschung