



Pflege, Therapie und Medizin
gemeinsam denken -
kompetent, multiprofessionell,
zukunftsorientiert.

Die Fachgesellschaft und ihre
Mitglieder sind Expert*innen
für Aktivierend-rehabilitative
Altenhilfe. Sie setzen neue
Impulse und gestalten die
gesundheitsbezogene
Versorgungslandschaft für
Menschen mit
Unterstützungsbedarf aktiv.



ARA steht für aktivierend -rehabilitative Pflege und
Therapie mit dem Ziel, Lebensqualität zu erhalten und zu
stärken.

Sie fördert Selbstbestimmung, Selbstständigkeit und
Teilhabe / Partizipation von Menschen in individuellen
Lebenssituationen.

Durch gezielte, ressourcenorientierte Unterstützung
werden körperliche, geistige, spirituelle, soziale und
emotionale Fähigkeiten gestärkt – präventiv,
rehabilitierend und
im palliativen Setting.

**ARA bedeutet:
Lebensqualität sichern – Potenziale fördern –
Menschen befähigen.**

Lebenslanger Alterungsprozess

Altern beginnt früh:
Körper, Leistungsfähigkeit
und Zusammensetzung
verändern sich stetig.

Einschränkungen und Pflegebedürftigkeit

Mit der Zeit nehmen
Alltagskompetenzen ab.
Multimorbidität und
fehlende Weiterführung von
Reha verstärken
Abhängigkeit.

Fördern statt Versorgen

Pflege findet oft zu Hause
oder stationär statt – meist
mit Fokus auf „Versorgen“
statt Fördern.

**Ziel: Lebensqualität
Mehr Selbstbestimmung,
Selbstständigkeit und
Teilhabe durch
gemeinsames Handeln im
multiprofessionellen Team.**

Einfluss des Lebensstils

Bewegung, Ernährung
und Lebensweise können
Alterung bremsen oder
beschleunigen.

ARA als Wendepunkt

Aktivierend-rehabilitative
Altenhilfe stärkt motorische,
kognitive, funktionelle und
spirituelle Ressourcen.

Respekt vor Lebensformen

Jeder Mensch lebt anders
– Werte, Ziele und Würde
stehen im Mittelpunkt.



“Pflegernde und Therapeuten erreichen
gemeinsam einen rehabilitativen Mehrwert
für die Altenhilfe“

Friedhilde Bartels