PRESSEMITTEILUNG

Generation Ü: Neue Studie zeigt Potenziale für Arbeitsmarkt, Wirtschaft und Gemeinwesen

Neue Studie untersucht Menschen zwischen 60 und 75 Jahren und zeigt: Pauschale Altersbilder greifen zu kurz. Entscheidend für berufliches und gesellschaftliches Weiterwirken sind individuelle Ressourcen, Gesundheit und Motivation. Die Ergebnisse liefern neue Ansatzpunkte für Politik, Gesundheitswesen und Wirtschaft.

Berlin, 5. November 2026. Die Generation der 60- bis 75-Jährigen verfügt über erhebliche Potenziale für Arbeitswelt und Gesellschaft, differenziert sich jedoch deutlich im Hinblick auf Gesundheit, soziale Einbindung sowie die Motivation und Fähigkeit, weiterhin aktiv zu sein. Das zeigt eine neue Studie zur „Generation Ü", die am 5. November 2026 um 10:30 Uhr in den Räumlichkeiten der Bundespressekonferenz in Berlin vorgestellt wird. Veranstalter ist der DSSV e. V. – Arbeitgeberverband deutscher Fitness- und Gesundheits-Anlagen in Kooperation mit der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG), der BSA-Akademie, dem Deutschen Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie (DVGS), dem Generation Ü Netzwerk e.V. der IKK Südwest und der FIBO.

Studie macht unterschiedliche Potenziale sichtbar

Ziel der Studie ist es, die Potenziale der Generation Ü für ein weiteres berufliches oder gesellschaftliches Wirken realistisch einzuschätzen und eine empirische Grundlage für politische und gesellschaftliche Strategien zu schaffen. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie **Erfahrung, Kompetenz und Leistungsfähigkeit älterer Menschen** länger für Wirtschaft, Verwaltung, Gemeinwesen und Ehrenamt **nutzbar** gemacht werden können. Zugleich geht es darum, wie Gesundheit, Selbstständigkeit und **gesellschaftliche Teilhabe** gezielt gefördert und möglichst lange erhalten werden können.

Dafür nimmt die Studie Menschen zwischen 60 und 75 Jahren in den Blick. Anhand ihrer Ressourcen sowie ihrer Motivation und Fähigkeit, körperlich, sozial und beruflich aktiv zu sein, werden empirisch identifizierte Teilgruppen unterschieden. Die Ergebnisse zeigen: Die **Generation Ü ist keine homogene Bevölkerungsgruppe**. Die identifizierten Gruppen unterscheiden sich deutlich hinsichtlich ihrer körperlichen Ressourcen, ihrer Bedürfnisse und Potenziale.

71,3 Prozent der 60- bis 75-Jährigen sind beruflich noch aktiv oder verfügen über grundsätzliches Aktivierungspotenzial, um auch im Ruhestand oder darüber hinaus beruflich oder gesellschaftlich wirksam zu bleiben. Darüber hinaus bringen 68,6 Prozent der 60- bis 75-Jährigen gute körperliche Voraussetzungen mit. Sie stehen damit beispielhaft für das Potenzial einer Generation, die auch nach dem Renteneintritt **leistungsfähig und aktiv** bleiben kann.

Gesundheit als Voraussetzung für weiteres Wirken

Deutlich wird, dass ein längeres berufliches oder gesellschaftliches Weiterwirken nicht allein von der Motivation abhängt. Körperliche Gesundheit und Leistungsfähigkeit sind wesentliche Voraussetzungen für Alltagsfähigkeit und Teilhabe. Besonders sichtbar wird dieser Zusammenhang bei weiteren 8,1 Prozent der Befragten: Sie wollen beruflich weiterwirken und schätzen ihre berufliche Leistungsfähigkeit hoch ein, ihre körperlichen Voraussetzungen sind jedoch deutlich schwächer ausgeprägt. Obwohl Motivation und berufliche Ressourcen vorhanden sind, kann die körperliche Leistungsfähigkeit damit zum limitierenden Faktor werden. Der Ergebnisbericht empfiehlt deshalb **gezielte Bewegungs- und Präventionsangebote, um Gesundheit und Arbeitsfähigkeit zu erhalten** und längere Erwerbstätigkeit zu ermöglichen.

„Die entscheidende Frage ist nicht, wann jemand in Rente geht, sondern was er danach noch kann und will. Ein erheblicher Teil der Generation Ü möchte weiterhin etwas leisten und sich einbringen. Wenn körperliche Leistungsfähigkeit dabei zum limitierenden Faktor wird, ist **Prävention nicht nur Gesundheitspolitik, sondern wird zur Arbeitsmarkt- und Sozialpolitik“**, erklärt Prof. Dr. Arne Morsch, Co-Autor der Studie und Leiter des Fachbereichs Gesundheitswissenschaft an der DHfPG.

Ansatzpunkte für Politik, Gemeinwesen und Wirtschaft

Die Ergebnisse liefern Ansatzpunkte für einen differenzierteren Umgang mit den Folgen des demografischen Wandels. Sie zeigen, bei welchen Zielgruppen **Potenziale für berufliches oder gesellschaftliches Engagement** bestehen und wo gesundheitliche oder soziale Barrieren berücksichtigt werden müssen.

Für Politik, Gesundheitswesen und Wirtschaft eröffnet die Typologie damit die Möglichkeit, Maßnahmen gezielter auszurichten: von Prävention und Gesundheitsförderung bis hin zur Aktivierung vorhandener beruflicher und gesellschaftlicher Potenziale.

Prävention als Investition in gesellschaftliche Teilhabe

„Fehlende Gesundheit im Alter kostet Geld. **Erhaltene Gesundheit hingegen schafft Wert**. Sie ermöglicht Selbstständigkeit, gesellschaftliche Teilhabe und längeres berufliches Wirken. Prävention muss deshalb möglichst früh ansetzen, bevor aus vorhandenen Ressourcen gesundheitliche Einschränkungen und zusätzlicher Versorgungsbedarf werden“, so Prof. Dr. Sarah Kobel, Co-Autorin der Studie sowie Leiterin des Fachbereichs Wissenschaft und Forschung an der DHfPG.

Eine wichtige Rolle können dabei **gesundheitsorientierte Fitness- und Gesundheitsanlagen** übernehmen. Mit zielgruppenspezifischen Bewegungs- und Betreuungsangeboten können sie dazu beitragen, körperliche und psychische Gesundheit, Selbstständigkeit und soziale Teilhabe zu erhalten. Dies sind nicht nur individuelle, sondern auch gesellschaftliche Ressourcen.

Sie möglichst lange zu erhalten, eröffnet **Chancen für Arbeitsmarkt, Wirtschaft und Gemeinwesen**. Gleichzeitig kann der Erhalt von Gesundheit und Selbstständigkeit dazu beitragen, Gesundheits-, Pflege- und Sozialsysteme langfristig zu entlasten.

Über den DSSV e. V. – Arbeitgeberverband deutscher Fitness- und Gesundheits-Anlagen

Der DSSV vertritt seit über 40 Jahren die Interessen der deutschen Fitness- und Gesundheitsbranche. Als Europas größter Arbeitgeberverband für die Fitnesswirtschaft setzt er sich gegenüber Politik, Wirtschaft und Öffentlichkeit für bestmögliche Rahmenbedingungen und eine stärkere Anerkennung der Fitness- und Gesundheitsanlagen als Teil des Gesundheitssystems ein. **www.dssv.de**

Über die BSA-Akademie

Die BSA-Akademie bietet über 90 staatlich geprüfte und zugelassene Lehrgänge im Zukunftsmarkt Prävention, Fitness und Gesundheit. Der kombinierte Fernunterricht mit Fernlernphasen und kompakten Lehrveranstaltungen ermöglicht eine flexible nebenberufliche Weiterbildung. Teilnehmer können die Präsenzphasen an 15 Standorten in Deutschland und Österreich, im Livestream oder digital absolvieren. Eine Qualifizierung ist von Basis- über Aufbaulehrgänge bis zu Profi- bzw. Fachwirtabschlüssen möglich. **www.bsa-akademie.de**

Über die Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG)

Die Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG) ist eine staatlich anerkannte private Hochschule mit Spezialisierung auf duale Bachelor- und Master-Studiengänge in den Bereichen Prävention, Gesundheit, Ernährung, Fitness, Sport und Informatik. Mit rund 8.000 Studierenden und mehr als 4.300 kooperierenden Unternehmen zählt sie zu den größten privaten Hochschulen Deutschlands und verbindet wissenschaftliche Qualifikation mit hoher Praxisorientierung. **www.dhfpg.de**

Über den Deutschen Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie e. V. (DVGS)

Der DVGS setzt sich als Fachverband für die Qualitätssicherung und Professionalisierung von Sport- und Bewegungstherapie sowie Bewegungsförderung im Gesundheitswesen ein. Im Mittelpunkt stehen Forschung, Wissenstransfer, Anwendung und Qualifizierung mit dem Ziel, evidenzbasierte und qualitätsgesicherte Bewegungsangebote in Prävention, Gesundheitsförderung, Versorgung, Rehabilitation und Pflege zu stärken. **www.dvgs.de**

Über die FIBO

Die FIBO in Köln ist die weltweit größte Messe für Fitness, Wellness und Gesundheit und bringt die zentralen Akteure der internationalen Fitness- und Gesundheitsbranche zusammen. Als Plattform für Innovationen, Trends, Business, Networking und Weiterbildung vernetzt sie unter anderem Unternehmen, Studiobetreiber, Trainer, Akteure des Gesundheitswesens und die Fitness-Community. **www.fibo.com**

Über das Genration Ü Netzwerk e.V.

Das Netzwerk Generation Ü setzt sich dafür ein, das Potenzial und die Erfahrung von Menschen im Ruhestand oder Ü60 gezielt in die Arbeitswelt und Gesellschaft einzubringen, um den Auswirkungen des demografischen Wandels entgegenzuwirken. Ziel ist es, die Generation Ü als gesellschaftliche Ressource in Deutschland zu etablieren. **www.generation-ue.de**

Über die IKK Südwest

Die IKK Südwest ist eine gesetzliche Krankenkasse für die Bundesländer Hessen, Rheinland-Pfalz und Saarland. Rund 1.500 Mitarbeitende betreuen mehr als 600.000 Versicherte und begleiten sie mit Leistungen und Angeboten rund um Gesundheit, Prävention und Versorgung in unterschiedlichen Lebensphasen. **www.ikk-suedwest.de**

Pressekontakt

Alexander Wulf
Pressesprecher des DSSV e. V.
+49 40 76624012
wulf@dssv.de | www.dssv.de