



Kanton Zürich
Gesundheitsdirektion

■ **Prävention und
Gesundheitsförderung**



Zürcher Präventionstag

**Gesund altern
im Kanton Zürich**

Freitag, 20. März 2020

9.00 bis 16.15 Uhr

Gesund altern im Kanton Zürich

Immer mehr Menschen im Kanton Zürich sind über 65 Jahre alt. Was sind die Voraussetzungen, um gesund altern zu können? Und welche Massnahmen auf Kantons- und Gemeindeebene unterstützen uns dabei, möglichst lange gesund und selbstständig zu bleiben? Angesichts der alternden Gesellschaft haben diese Fragen grosse Bedeutung.

Der 31. Zürcher Präventionstag vom 20. März 2020 nimmt sich dieser Fragen an und stellt Präventionsmöglichkeiten in den Bereichen Ernährung, Bewegung, Demenz und soziale Teilhabe vor. Auch werden dem Publikum das kantonale Aktionsprogramm «Prävention und Gesundheitsförderung im Alter» und beispielhafte Projekte auf Gemeindeebene präsentiert.

Wir freuen uns auf Sie!

PROGRAMM

8.30 Uhr Begrüssungskaffee

9.00 Uhr Begrüssung

Sibylle Brunner, Beauftragte des Kantons Zürich für Prävention und Gesundheitsförderung
Rainer Frei, Geschäftsführer Radix
Regierungsrätin Natalie Rickli, Gesundheitsdirektorin Kanton Zürich

PLENUMSREFERATE

9.20 Uhr Do Health – Welche Ernährung hält uns gesund?

Prof. Dr. Heike Bischoff-Ferrari, Direktorin Klinik für Geriatrie, UniversitätsSpital Zürich, Koordinatorin Do-Health

9.50 Uhr Demenz aktiv vorbeugen

PD. Dr. Paul Gerson Unschuld, Leiter Zentrum für dementielle Erkrankungen und Altersgesundheit, Psychiatrische Universitätsklinik Zürich

10.20 Uhr Pause

10.50 Uhr Der Kanton Zürich im Einsatz für das Alter

Manuela Kobelt, Koordinatorin Programm «Prävention und Gesundheitsförderung im Alter», Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich

TALK

11.20 Möglichkeiten und Grenzen von Prävention auf Gemeindeebene

Talk mit Jörg Kündig, Gemeindepräsident Gossau, Präsident Gemeindepräsidentenverband Kanton Zürich

12.10 Uhr Mittagspause

PARALLELVERANSTALTUNGEN

13.30 Uhr 1. Gewalt im Alter – Prävention und Intervention

PD Dr. med. Albert Wettstein, Leiter Fachkommission Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter, Zürich

2. Altersfreundliche Stadt – Wie geht das?

Michael Bänninger, Leiter Abteilung Gesellschaft, Wallisellen
Monika Iten Wechner, Lunaplust-Beraterin, Wallisellen
Beatrice Laube, Leiterin Projekt «Altersfreundliche Quartiere», Schaffhausen

3. Rezepte gegen Einsamkeit im Alter

Dr. Hilde Schäffler, Projektleiterin Public Health Services, Bern

4. Als Gemeinde Bewegung ins Alter bringen

Dominic Bentz, Leiter Abteilung Alter und Gesundheit, Horgen
Rebekka Casillo, Betreuerin Quartiermobil, Horgen
Kaba Dalla Lana, Projektleiterin «Zämegolaufe», Netzwerk für Bewegung und Begegnung

5. Freiwilliges Engagement in der Altersarbeit fördern

Ursula Jarvis, Projektleiterin «va bene – besuchen begegnen begleiten», Affoltern a. Albis
Michael Sinzig, Koordinator «Pontesano», SRK Kanton Zürich
Hubert Kausch, Leiter Freiwilligenarbeit, SRK Kanton Zürich
Kathrin Schwarz, Freiwilligen- und Ehrenamtlichenarbeit, Pro Senectute Kanton Zürich

6. Unterstützung für pflegende Angehörige

Dr. Bettina Ugolini, Leiterin Beratungsstelle «LiA – Leben im Alter», Zentrum für Gerontologie, Universität Zürich

15.00 Uhr Pause

SPOTLIGHT

15.20 Uhr Der Blick von aussen – Gezeichneter Tagungsrückblick

Jonas Raeber, Live-Illustrator

ABSCHLUSSREFERAT

15.40 Uhr Die Potenziale einer alternden Gesellschaft

Prof. Dr. Andreas Kruse, Direktor Institut für Gerontologie, Ruprecht-Karls-Universität, Heidelberg

16.15 Uhr Verabschiedung

INFORMATIONEN

Anmeldung

Gerne erwarten wir Ihre Anmeldung bis zum 4. März 2020 online unter **gesundheitsfoerderung-zh.ch**

Die Teilnahme ist kostenlos.

Da die Platzzahl beschränkt ist, empfehlen wir Ihnen, sich frühzeitig anzumelden.

Die Anmeldebestätigung erhalten Sie zwei Wochen vor dem Anlass per E-Mail.

Veranstaltungsort

Zentrum Liebfrauen

Weinbergstrasse 36, 8006 Zürich

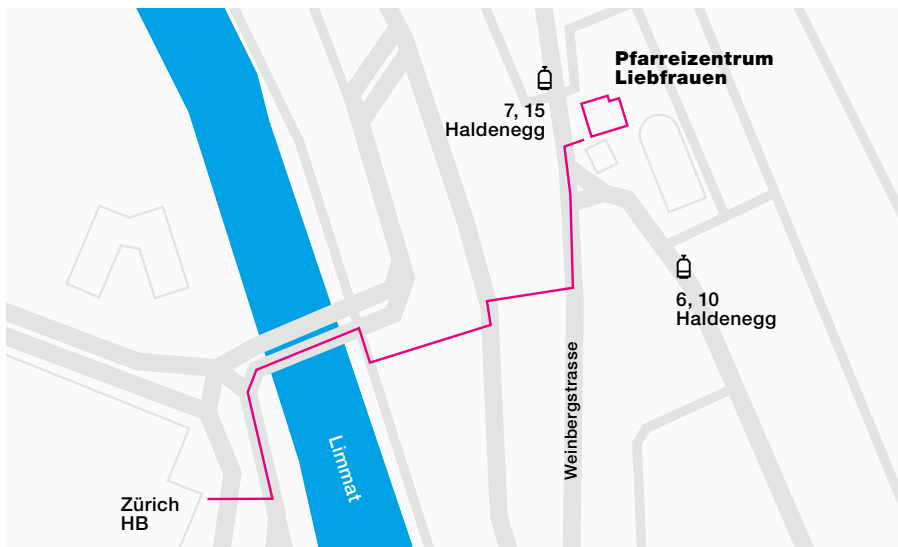
Kontakt

Prävention und Gesundheitsförderung
Kanton Zürich

Hirschengraben 84, 8001 Zürich

Tel. 044 634 46 29

(keine telefonische Anmeldung)



Der Zürcher Präventionstag ist eine Veranstaltung von: