

Programm «Prävention und Gesundheitsförderung im Alter» 2022 bis 2025

Die Gesundheit älterer Menschen stärken: Impulse für Gemeinden

Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich veranstaltet Webinare zu aktuellen Themen rund um die Gesundheit im Alter. Nach einem kurzen fachlichen Input werden Praxisbeispiele vorgestellt. Die anschliessende Diskussion ermöglicht den Austausch und die Vernetzung.

Zielgruppe: Kommunale und kantonale Fachpersonen, Gemeinderätinnen und Gemeinderäte, Interessierte

Programm 2023

Gesundheitsfördernde Alterspolitik: Zentrale Handlungsfelder

Für Gemeinden lohnt es sich, die Gesundheit älterer Menschen zu fördern. Dadurch können sie die Lebensqualität älterer Menschen und den sozialen Zusammenhalt stärken und eine funktionierende Zivilgesellschaft erhalten. Die Gesundheitsförderung im Alter ist ausserdem eine Möglichkeit, den demografischen Herausforderungen zu begegnen und den Finanzhaushalt einer Gemeinde zu entlasten. Lernen Sie im Webinar zentrale Handlungsfelder und konkrete Projekte kennen.

Referentin: Christiana Brenk, Beratung, Konzeption und Projektleitung im Alters-, Gesundheits- und Sozialbereich. Betriebsökonomin und Organisationsentwicklerin
Datum: 15. Juni 2023, 11–12 Uhr

Einsamkeit im Alter: Projekte für Betroffene

Ältere Menschen sind gefährdet, einsam zu werden. Nahestehende Menschen sterben und gesundheitliche Einschränkungen machen es schwieriger, soziale Kontakte zu pflegen. Einsamkeit stellt ein Risiko für die Gesundheit dar. Was sind zentrale Schutzfaktoren gegen soziale Einsamkeit? Und welche Projekte für Gemeinden gibt es, die der Einsamkeit im Alter entgegenwirken? Antworten dazu erhalten Sie im Webinar.

Referentin: Dr. Eliane Pfister Lipp, Leiterin Institut Neumünster
Datum: 5. September, 11-12 Uhr

Arbeit mit betreuenden Angehörigen: Impulse für die Auseinandersetzung mit dem Tod

Betreuende Angehörige sind grossen Belastungen ausgesetzt. Und dies intensiviert sich noch, wenn der Tod der zu betreuenden Person näher rückt. Wie können Sie pflegende Angehörige und deren nahestehende Person kurz vor dem Tod unterstützen, sich mit dem Leben und dem Sterben auseinanderzusetzen? In diesem Webinar befassen Sie sich mit Impulsen zur Stärkung der psychischen Gesundheit. Sie lernen Beispiele aus der Praxis kennen und entwickeln Ideen, wie Sie das Gelernte im eigenen Arbeitsumfeld umsetzen können.

Referentin: Michèle Bowley, Gesundheitspsychologin und selbst Krebsbetroffene
Datum: 26. September, 11–12 Uhr

Gesunde Ernährung: Projekte und Massnahmen für Gemeinden

Sich gesund zu ernähren und das Essen in guter Gesellschaft zu geniessen, stärkt die Gesundheit und das Wohlbefinden älterer Leute. Gemeinden können einen wichtigen Beitrag zur ausgewogenen und genussvollen Ernährung im Alter leisten. Sie nehmen dabei eine steuernde, koordinierende und vernetzende Rolle ein. In diesem Webinar erhalten Sie einen Einblick in Projekte und Massnahmen zur Förderung einer gesunden Ernährung im Alter, die sich in Gemeinden umsetzen lassen.

Referentin: Esther Jost, Leiterin Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE
Datum: 8. November, 11–12 Uhr

Anmeldung: www.gesundheitsfoerderung-zh.ch/veranstaltungen/webinare-fuer-gemeinden

Mehr Informationen zu unseren Projekten unter: www.gesundheitsfoerderung-zh.ch

Mit Unterstützung von:



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera