



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Gesundheitsförderung Schweiz – Projektförderung Ernährung, Fokus ältere Menschen

6. Mai 2019, Bettina Husemann

Multiplikatorenansatz



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Gesundheit wird in Kantonen und Gemeinden, Schulen und Familien, am Arbeitsplatz und in der Freizeit erschaffen.

- Wir suchen die Zusammenarbeit mit Partnern aus Politik, Wirtschaft und Fachwelt.
- Unsere Angebote unterstützen Partner vor Ort beim Umsetzen von Massnahmen zur Gesundheitsförderung.



Kantonale Aktionsprogramme (KAP)



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

- Gemeinsam mit engagierten Kantonen setzen wir seit 2007 kantonale Aktionsprogramme (KAP) im Bereich Ernährung und Bewegung für Kinder und Jugendliche um.
- Seit 2017 bearbeiten wir auch das Thema psychische Gesundheit und die **Zielgruppe ältere Menschen**.





Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Projektbeispiele

Wichtige Aspekte von Ernährungsprojekten für ältere Menschen



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

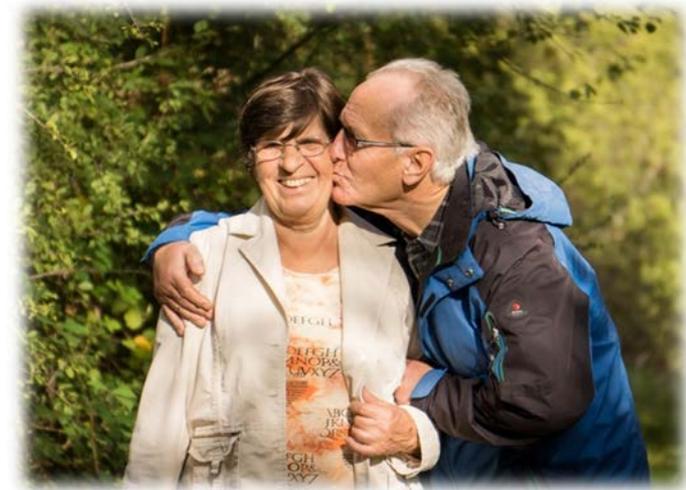
- Ziel ernährungsbezogener Interventionen: ältere Menschen befähigen, möglichst lange und gesund autonom zu leben
- Multidimensionaler Ansatz – z.B. Kombination von Bewegung/ Begegnung und Ernährung
- Vernetzung der Fachpersonen
- Vision: Nationale und internationale **Schnittstellen werden aufgedeckt, Synergien geschaffen, einheitliche Botschaften vermittelt und gute Praxisbeispiele effektiv genutzt**

Senso5 - Ernährung, Autonomie und Lebensqualität bei den Senioren



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

- Pädagogisches Ernährungsprojekt mit einem sensoriiellen Ansatz für Schulen
- **2018–2019: Pilotphase im Wallis zur Ernährung für ältere Menschen**
- Ziel: Sensibilisierung der Betreuenden und Schulung der Mitarbeitenden



Charakteristika

- Hilfsmittel für Gesundheitsfachkräfte, Senioren und Pflegepersonal
- Verbesserung und Vereinfachung der Ernährung von Senioren
- Aufrechterhaltung der Unabhängigkeit und der Freude am Essen
- Prävention von Mangelernährung und Dehydratation

Fourchette Verte – Extension Fourchette Verte Senioren



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

- Qualitätslabel für eine ausgewogene und nachhaltige Ernährung in der Gemeinschaftsgastronomie
- **2017–2019: Pilotphase zur Entwicklung einer neuen Kategorie Senior**



Charakteristika

- Angebot von altersgerechten, ausgewogenen Mahlzeiten für zuhause lebende Senioren in Zusammenarbeit mit Mahlzeitendiensten
- Ziel: Gesundheit und Autonomie zuhause lebender Senioren fördern
- Praktische Umsetzung: interessierte Mahlzeitendienste in den kantonalen Sektionen werden nach den Fourchette Verte Senior Kriterien zertifiziert

Femmes-Tische: 55+ Ernährung & Bewegung bei älteren Migrantinnen



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

- Niederschwelliges Präventions- und Gesundheitsförderungsprogramm für Frauen mit Migrationshintergrund zur Verbesserung der gesundheitlichen Chancengleichheit
- Seit 2013 bestehen bereits an 7 Standorten erste Pilotumsetzungen für das Angebot Femmes-Tische 55+, Multiplikation geplant für 2018-2019



Charakteristika

- Festlegen von Qualitätskriterien für die Angebote im Bereich 55+
- Entwicklung eines Moderationssets zum Thema „gesundes Körpergewicht und Bewegungsförderung im Alter“
- Entwicklung geeigneter Promotionsmaterialien für die Bewerbung dieses Angebots



Selbstorganisierte, lokale Tischgemeinschaften, bei denen sich ältere Menschen privat oder in einem halb öffentlichen Raum regelmässig zum gemeinsamen Kochen und Essen und ungezwungenen Austausch treffen.



Charakteristika

- Verbindung von sozialer Teilhabe und Ernährung
- 1–2 Mal monatlich stattfindende, privat organisierte Tischgemeinschaften
- Unterstützung der Tavolata-Tischgemeinschaften durch regionale Partner und das zentrale Projektteam des Migros-Kulturprozents
- Jährliche Weiterbildungsangebote sowie eine Jahrestagung für aktive Tavolata-Mitglieder und Interessierte

Projektförderung KAP – Neue Massnahmen ab 2019



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

1. Gezielte Ausschreibung zu Themenschwerpunkten:

- Psychische Gesundheit von vulnerablen Kindern und Jugendlichen (Modul C)
- **Psychische Gesundheit von älteren Menschen (Modul D)**
- **Ernährung und Bewegung von älteren Menschen (Modul B)**

2. Vorgehen:

- Über vier Jahre werden drei Themenschwerpunkte lanciert
- Zu jedem Schwerpunkt werden vier Projekte gefördert

Kommunikationskanäle für ältere Menschen



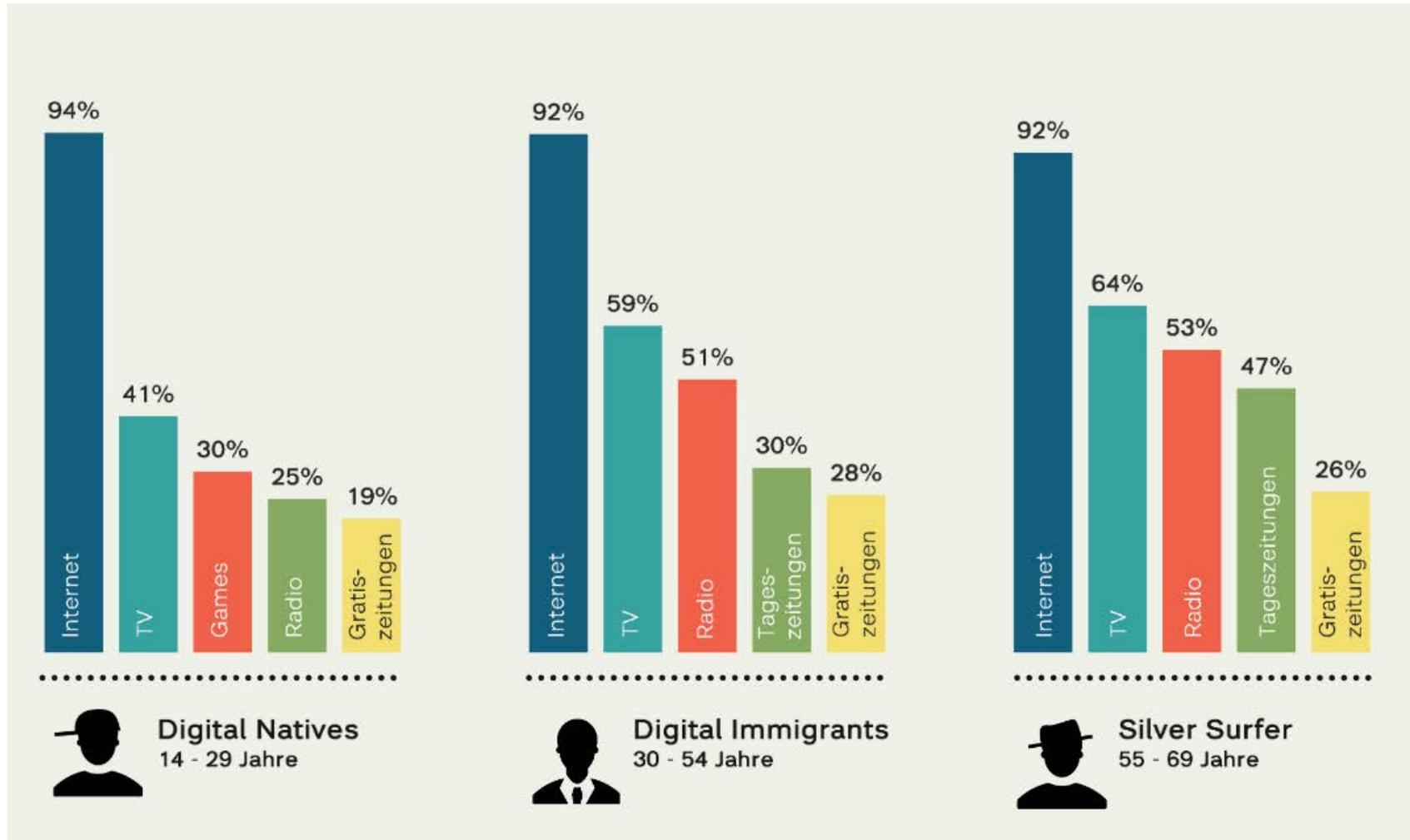
Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Internet
Kommunikation
TV
Werbung
Nachrichten
Medien
Presse
Bücher
Information
Zeitung
Radio
Magazine

Wichtigkeit der Medien nach Generationen



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

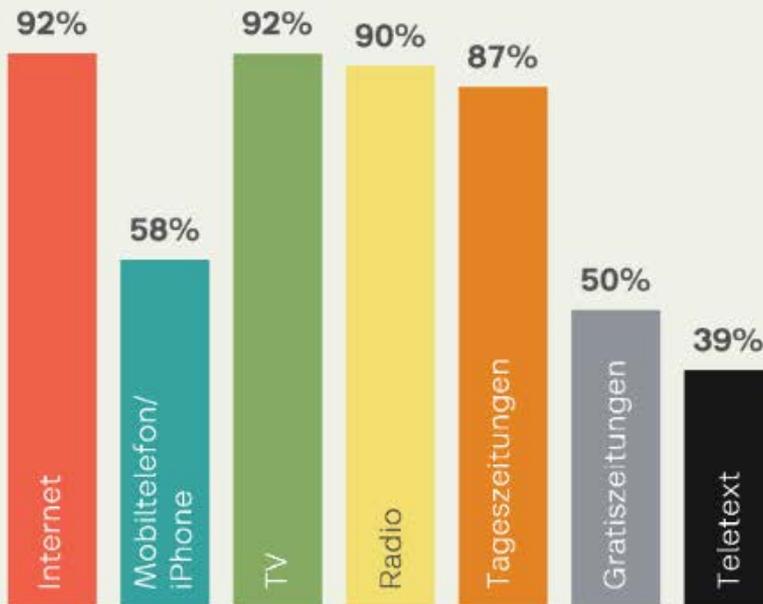


Grafik: Bernet Relations
Quelle: media-use-index.ch

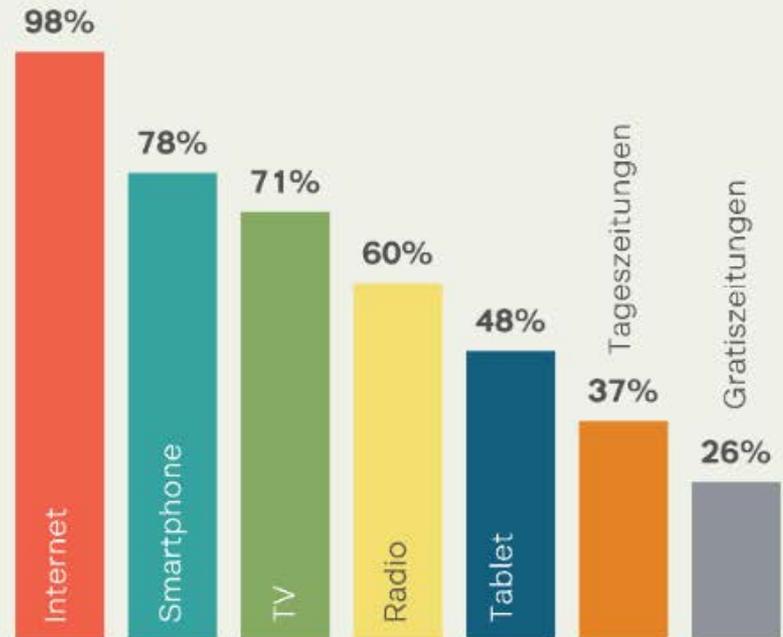
Mediennutzung Silver Surfers 2009 vs 2018 (tägliche Nutzung)



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



2009
Silver Surfer
55 - 69 Jahre



2018
Silver Surfer
55 - 69 Jahre

Kommunikation mit älteren Menschen



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Womit man sie erreicht

- Konkrete & leicht umsetzbare Tipps für eine ausgewogene Ernährung
- Vitale, junggebliebene ältere Models
- Verzicht auf altersbezogene Wortwahl (Begriff «Senioren» vermeiden)
- Authentizität und Ehrlichkeit
- Emotionen und Humor
- Transparenz und Fakten

Womit man sie abschreckt

- Bevormundung, v.a. bei der Ernährung
- Vergreiste oder zu jugendliche Models
- Kreative, aber gehaltlose Sprüche und Überschriften
- Das Alter als Schwäche thematisieren
- Anglizismen
- Hektische, unübersichtliche TV-Spots

(Quelle: Konsumbarometer Commerz FinanzGmbH, 2016)



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

MERCI!

Bettina Husemann

Projektleiterin Ernährung,
Gesundheitsförderung Schweiz

Tel. +41 (0)31 350 04 02

bettina.husemann@promotionsante.ch