

Fachtreffen und Erfahrungsaustausch Gesundheitsförderung im Alter 2026

Rencontre thématique et échange d'expériences promotion de la santé des personnes âgées 2026

Abstract

Titre : Après 60 ans, prendre soin de soi et des liens : une approche communautaire du bien-vieillir

Intervenantes : Katy Bremgartner, assistante de projet, Mélisandre Anderson, diététicienne chargée de projets

Organisation : Association Agents de Santé

Le projet « Ensemble, en forme après 60 ans », développé par l'Association Agents de Santé à Genève, vise à promouvoir la santé, la qualité de vie, la cohésion sociale et l'autonomie des personnes de 60 ans et plus vivant à domicile. Il repose sur un modèle de promotion de la santé par les pairs : des agent·es de santé communautaire (ASC) seniors, formé·es et supervisé·es par des professionnel·les de santé, développent et animent des actions destinées à d'autres seniors au sein de leurs lieux de vie.

Construit à partir d'un état des lieux associant seniors, professionnel·les et partenaires du terrain, le projet aborde trois déterminants essentiels du bien-vieillir : l'alimentation, l'activité physique et la santé psychique. Plutôt que de les considérer comme des thématiques indépendantes, l'approche vise à les inscrire dans une vision globale de la santé et du quotidien des personnes âgées. Les ateliers et actions participatives permettent d'aborder ces dimensions tout en favorisant les échanges entre pairs, le lien social, l'autonomie et l'accès aux ressources socio-sanitaires existantes.

À travers l'expérience du projet, ce workshop permettra d'explorer comment une approche communautaire et participative peut favoriser les interactions entre ces trois dimensions et quelles pratiques peuvent contribuer à renforcer leurs effets positifs. Nous partagerons la démarche de développement du projet, des exemples issus de sa mise en œuvre, ainsi que les principaux leviers, défis et enseignements identifiés à ce stade.

Une place importante sera consacrée à l'échange avec les participant·es : à partir de l'expérience présentée, nous réfléchirons ensemble aux conditions favorisant une approche intégrée du bien-vieillir et aux éléments qui pourraient être transférés ou adaptés dans d'autres projets et contextes.

Titel: Nach 60: Für sich selbst und soziale Beziehungen sorgen – ein gemeinschaftsorientierter Ansatz für gesundes Älterwerden

Referentinnen: Katy Bremgartner, Projektassistentin, Mélisandre Anderson, Ernährungsberaterin und Projektverantwortliche

Organisation: Verein Agents de Santé

Das vom Verein Agents de Santé in Genf entwickelte Projekt «Ensemble, en forme après 60 ans» hat zum Ziel, die Gesundheit, Lebensqualität, soziale Teilhabe und Selbstständigkeit von zu Hause lebenden Menschen ab 60 Jahren zu fördern. Es basiert auf einem Peer-Ansatz der Gesundheitsförderung: Ältere Community Health Workers (ASC) werden von Gesundheitsfachpersonen geschult und begleitet und entwickeln und moderieren Angebote für andere ältere Menschen in deren Lebensumfeld.

Das Projekt wurde auf der Grundlage einer Bestandsaufnahme unter Einbezug von älteren Menschen, Fachpersonen und Praxispartnern entwickelt. Im Fokus stehen drei zentrale Einflussfaktoren für gesundes Älterwerden: Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit. Statt diese als voneinander unabhängige Themen zu betrachten, verfolgt der Ansatz eine ganzheitliche Sicht auf die Gesundheit und den Alltag älterer Menschen. Workshops und partizipative Aktivitäten greifen diese verschiedenen Dimensionen auf und fördern gleichzeitig den Austausch unter Gleichaltrigen, soziale Beziehungen, Selbstständigkeit und den Zugang zu bestehenden Angeboten im Sozial- und Gesundheitsbereich.

Anhand der Erfahrungen aus dem Projekt wird im Workshop der Frage nachgegangen, wie ein gemeinschaftsorientierter und partizipativer Ansatz das Zusammenspiel dieser drei Dimensionen fördern kann und welche Vorgehensweisen dazu beitragen können, ihre positiven Wirkungen zu verstärken. Wir geben Einblick in die Entwicklung des Projekts und zeigen Beispiele aus der Umsetzung sowie die wichtigsten Erfolgsfaktoren, Herausforderungen und bisherigen Erkenntnisse auf.

Ein wichtiger Teil des Workshops ist dem Austausch mit den Teilnehmenden gewidmet: Ausgehend von den vorgestellten Erfahrungen reflektieren wir gemeinsam, welche Voraussetzungen einen integrierten Ansatz für gesundes Älterwerden begünstigen und welche Elemente sich auf andere Projekte und Kontexte übertragen oder entsprechend anpassen lassen.