



Austauschtreffen «Angehörige und deren psychische Gesundheit stärken – gerade auch im Kontext von Corona»

Dienstag, 29. Juni 2021, virtuell, Deutsch und Französisch mit Simultanübersetzung

4. Fachtreffen Psychische Gesundheit im Alter

Programm

- Ab 8.45 Uhr Login für Teilnehmende
- 9.00 Uhr **Begrüssung**
Fabienne Amstad, Leiterin Programmentwicklung, Gesundheitsförderung Schweiz
- 9.15 – 10.00 Uhr **Referat zu «Resilienz im Alter»**
Myriam Thoma, Psychotherapeutin FSP, Oberassistentin und Arbeitsgruppenleiterin, Universität Zürich
- 10.00 – 10.45 Uhr: **Podiumsdiskussion «Was können wir den Angehörigen in Zeiten von Corona Gutes tun?»**
- Michèle Bowley, «Psyche stärken» by bowley resources, Gesundheitspsychologin, Coach, Trainerin
- Sandrine Pihet, Professorin Forschungseinheit Altern, Hochschule für Gesundheit Freiburg, Gruppenangebot [AEMMA](#)
- Bettina Ugolini, Leiterin [Beratungsstelle LiA Leben im Alter](#), Zentrum für Gerontologie Universität Zürich, Pflegefachfrau und Diplompsychologin
- Maude Zolliker, Psychologin bei Association Neuchâteloise d'Accueil et d'Action Psychiatrique ([ANAAP](#))
- 10.45 – 11.00 Uhr: Pause
- 11.00 – 12.00 Uhr: **Workshops 1-6** (nach Priorisierung in der Anmeldung)
- Workshop 1 (D): Wie **erreichen wir die betreuenden Angehörigen** während und nach der Coronapandemie?
- Workshop 2 (D): Antworten aus dem **«Förderprogramm Entlastungsangebote betreuende Angehörige 2017-2020»** des BAG zu Fragen der Teilnehmenden
- Workshop 3 (F): **Promotion des compétences de vie des personnes âgées**
- Workshop 4 (D): Bedürfnisse der betreuenden **Angehörigen für ihre eigene Gesundheit** – vor, während und nach der Pandemie
- Workshop 5 (D/F): Bei betreuenden Angehörigen die Suche und **Annahme von Unterstützung und Entlastung** fördern / «Encouragez les proches aidants à rechercher et à accepter du soutien et du relai»/
- Workshop 6 (D): Bedeutung von **Selbstmanagement-Förderung und Recovery** für betreuende Angehörige
- 12.00 – 12.30 Uhr: Zusammenkommen im Plenum, Fazit und **Verabschiedung**
- Claudia Kessler, Public Health Ärztin, Public Health Services, im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz
- Annette Hitz, Projektleiterin, Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz
- Nolvonn Gambin, Projektleiterin Kantonale Aktionsprogramme, Gesundheitsförderung Schweiz

Auswahlliste der Workshops

Bitte wählen Sie für Ihre Priorität 1 und Priorität 2 je einen der unten aufgelisteten Workshops (1-6) aus und senden Sie Ihre Wahl per Mail bis spätestens am 18. Juni 2021 an silvia.moser@npg-rsp.ch. Bis am 25. Juni 2021 werden Sie die Bestätigung des zugeteilten Workshops plus den Zoom-Link für die Teilnahme am Austauschtreffen erhalten.

Workshop 1 (D):

Tina Frehner, Pro Senectute Schweiz: «Wie erreichen wir die betreuenden Angehörigen während und nach der Coronapandemie?»

Inhalt: Nach einem kurzen Input von Tina Frehner basierend auf den Erfahrungen von Pro Senectute Schweiz werden unter anderem folgende Fragen diskutiert:

- Wie gelingt es den Akteuren der Gesundheitsförderung im Alter, an die betreuenden Angehörigen heranzukommen und sie mit Angeboten zur Förderung ihrer psychischen Gesundheit zu erreichen (z.B. Thema Einsamkeit)?
- Wie kommen sie an betreuende Angehörige in prekären Betreuungs-Settings heran, die noch keinen Kontakt zu einer Unterstützungsorganisation (Pro Senectute, Spitex, SRK) haben?
- Welche Erfahrungen haben die Akteure während der Corona-Pandemie gemacht?

Workshop 2 (D):

Facia Marta Gamez, Bundesamt für Gesundheit. Antworten aus dem «Förderprogramm Entlastungsangebote betreuende Angehörige 2017-2020» des BAG zu Fragen der Teilnehmenden

Inhalt: Auf verschiedene Fragestellungen der Teilnehmenden gibt es in Publikationen des Förderprogramms «Entlastungsangebote betreuende Angehörige 2017-2020» evidenzbasierte Antworten, so z.B.:

- Welchen Bedarf und welche Bedürfnisse haben Angehörige?
- Was läuft mit den Hausärzten?
- Was können Kantone und Gemeinden für die betreuenden Angehörigen machen?
- Welchen Beitrag können Fachpersonen aus dem Gesundheits- und Sozialwesen leisten?
- Was wissen wir zum Thema Finanzierung von Entlastungsmöglichkeiten?

Facia Marta Gamez zeigt als Vertreterin des Förderprogramms auf, wo es was zu finden gibt und tauscht sich mit den Anwesenden zu deren Fragen und Erfahrungen aus.

Workshop 3 (F):

Franziska Zehnder, Gerontopsychologie « Promotion des compétences de vie des personnes âgées » et Cornelia Waser, Promotion Santé Suisse

Contenu : Selon l'Organisation mondiale de la santé, certaines capacités comme l'autoréflexion sont précieuses pour la santé psychique. On les qualifie de compétences de vie. Il s'agit de compétences qui, selon la recherche comme dans la pratique, se sont avérées particulièrement pertinentes pour la santé psychique des personnes âgées. Franziska Zehnder est une des auteurs et présentera le document « Promotion des compétences de vie chez les personnes âgées » suivi par un échange et discussions avec les participants.

Workshop 4 (D):

Veronika Boss, Gesundheitsförderung Schweiz «Bedürfnisse der betreuenden Angehörigen für ihre eigene Gesundheit – vor, während und nach der Pandemie»

Inhalt: Folgende Fragen werden im Workshop näher angeschaut und diskutiert:

- Welche Erkenntnisse und Erfahrungen wurden in den letzten Monaten zu eigenen gesundheitlichen Bedürfnissen der betreuenden Angehörigen gewonnen?
- Für welche Angebote zur Förderung der psychischen Gesundheit besteht bei welchen Zielgruppen Bedarf (z.B. Gruppenangebote wie Selbsthilfe oder Psychoedukation, Schulungen (physisch oder Webinare), individuelles Coaching; Informations-Anlässe, etc.).

Workshop 5 (D/F):

Claudia Kessler, Public Health Services «Bei betreuenden Angehörigen die Suche und Annahme von Unterstützung und Entlastung fördern» / «Encouragez les proches aidants à rechercher et à accepter du soutien et du relais»/

Inhalt: Angebote für betreuende Angehörige gibt es viele – nicht immer werden sie aber auch genutzt. Ausgehend von einigen Hypothesen und gesammelten Empfehlungen diskutieren die Workshop-Teilnehmenden über ihre Erfahrungen.

- Was funktioniert?
- Was nicht?
- Was braucht es?

Workshop 6 (D):

Annette Hitz, Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz «Bedeutung von Selbstmanagement-Förderung und Recovery für betreuende Angehörige»

Inhalt: Nach einem kurzen Input zum bestehenden Wissen und dem Konzept Recovery diskutieren die Teilnehmenden über Fragen der Relevanz, bestehenden Angeboten und Erfahrungen dieser zwei Ansätze im Hinblick auf die Zielgruppe der betreuenden Angehörigen.

