

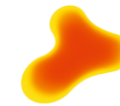
Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



**Einblick in die Lebensphasen:
Erkenntnisse aus den aktualisierten Grundlagenberichten**

Fabienne Amstad | 19. Januar 2023 | NPG-Mitgliederanlass

Grundlagenberichte zur Gesundheitsförderung

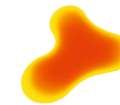


Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

- ❖ Publikation drei aktualisierter Grundlagenberichte zur Gesundheitsförderung bei:
 - Kindern
 - Jugendlichen & jungen Erwachsenen
 - älteren Menschen
- ❖ Inklusive Schlussfolgerungen, Argumenten & Empfehlungen zur Gesundheitsförderung für die drei Lebensphasen
- ❖ Verbreitung: u.a. NL KAP



Schlussfolgerungen und Empfehlungen der Berichte



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Argumente für die
Gesundheitsförderung

WARUM?

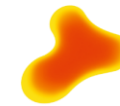
WAS?

Empfehlungen I
Schwerpunkte für die
Gesundheitsförderung

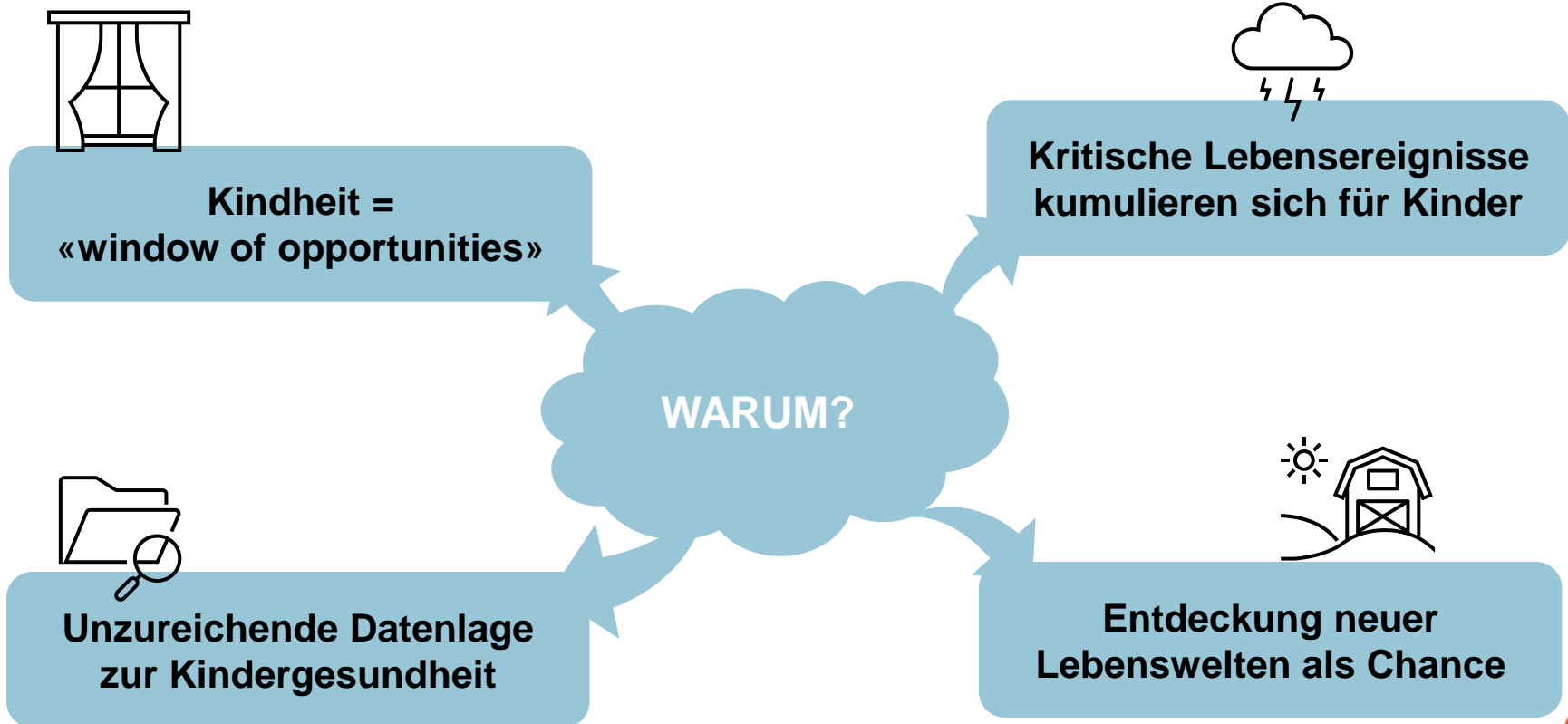
WIE?

Empfehlungen II
Methodisch wichtige
Eckpunkte

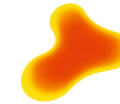
Argumente für die Gesundheitsförderung



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

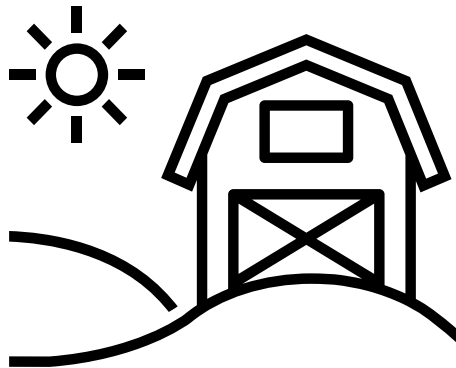


Gesundheitsförderung in der Kindheit – warum?



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

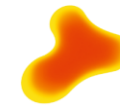
Entdeckung neuer
Lebenswelten als Chance



- individuell **enorme Entwicklungsschritte** in kurzer Zeit
- Gleichzeitig **erweitern** sich ihre **Lebenswelten**.
Familie -> Nachbarschaft -> Schule -> Vereine...
- sozialen Lebenswelten als Chance, neues **Handlungswissen** anzueignen **UND** einzuüben.



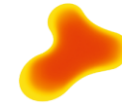
Schwerpunkte für die Gesundheitsförderung



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

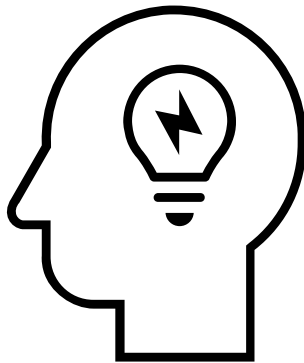


Schwerpunkte der Gesundheitsförderung – was?



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

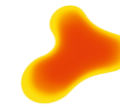
Lebenskompetenzen:
Wissen, was zu tun ist und
wie es zu tun ist



- Entscheidungsfindung und Problemlösung,
 - kritisches und kreatives Denken,
 - Kommunikation und zwischenmenschliche Beziehungen,
 - Selbstwahrnehmung und Einfühlungsvermögen
 - Stress- und Emotionsbewältigung.
-
- Ermöglichen **Wissen zu erlangen**, **Einstellungen** zu hinterfragen und zu festigen und **Werte** in tatsächliche **Fähigkeiten** und **Handlungen** umzusetzen.



Methodisch wichtige Eckpunkte



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Diversität beachten und
chancengerecht arbeiten



Gemeinde als
zentrales Setting



An Bedarf und
Bedürfnissen
orientieren

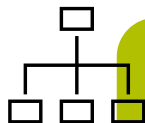


Beim Übergang vom
dritten zum vierten
Lebensalter unterstützen



Mit statt für
Menschen ab 65
arbeiten

WIE?



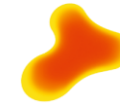
Strukturelle
Massnahmen
ausbauen



Multisektorale
Verantwortung für die
Gesundheit im Alter
stärken

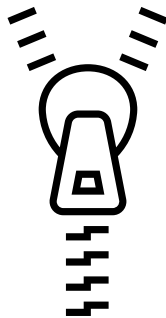


Methodisch wichtige Eckpunkte – wie?



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

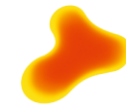
Beim Übergang vom dritten
zum vierten Lebensalter
unterstützen



- Kritische Lebensereignisse und Belastungen häufen sich mit zunehmendem Alter
- Das zeigt sich an **zunehmenden körperlichen** und **psychischen Beschwerden** sowie einem **veränderten Gesundheitsverhalten** (z.B. abnehmende Bewegung).



Ihre Ansprechpartner



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Fabienne Amstad
Leiterin Programmentwicklung

fabienne.amstad@promotionsante.ch

Gesundheitsförderung Schweiz
Wankdorffallee 5, CH-3014 Bern
Tel. +41 31 350 04 04
office.bern@promotionsante.ch

