



DEPARTEMENT  
GESUNDHEIT UND SOZIALES

# Alterspolitik am Mittag

## Gesundheitsförderung im Alter Vorstellung von vier Good-Practice Massnahmen

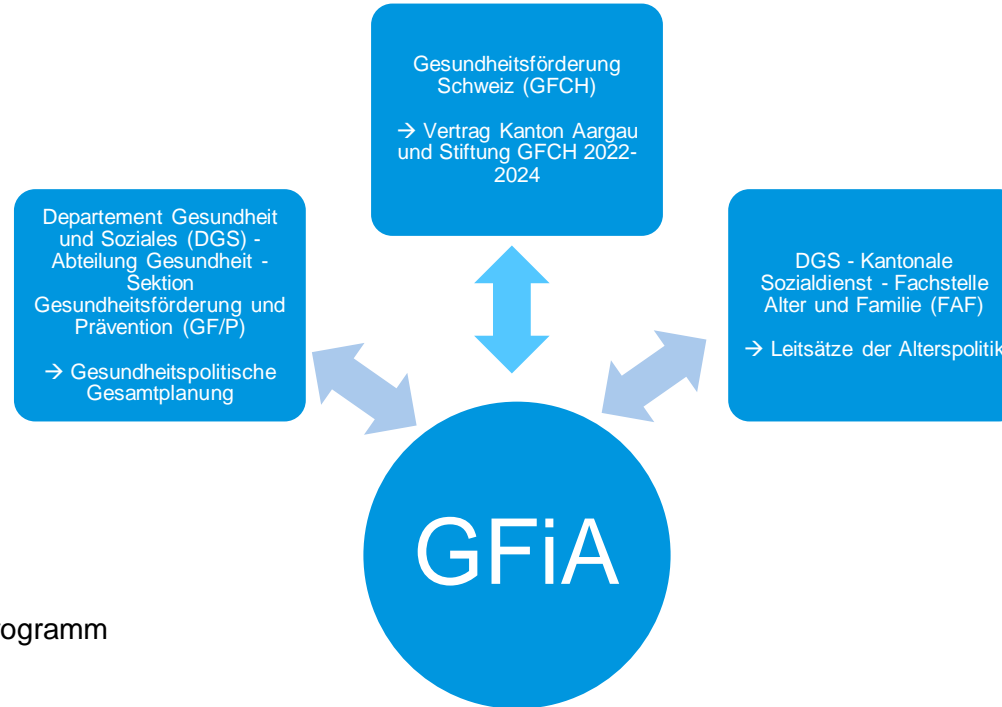
27. Januar 2023

# Alterspolitik am Mittag, 27.1.2023

- > Infos zum Schwerpunktprogramm Gesundheitsförderung im Alter (GFIA)
- > Vorstellung vier Good-Practice Beispiele
  - > Gemeindebegehung
  - > Sitzbankkonzept
  - > Active City
  - > Hopp-la
- > 5 Breakoutsessions (zwei Runden à 10 Minuten)
  - > Zu den vier Good-Practice-Beispielen und zu GFIA
- > Gemeinsamer Abschluss und Fragerunde

# SPP Gesundheitsförderung im Alter (GFIA)

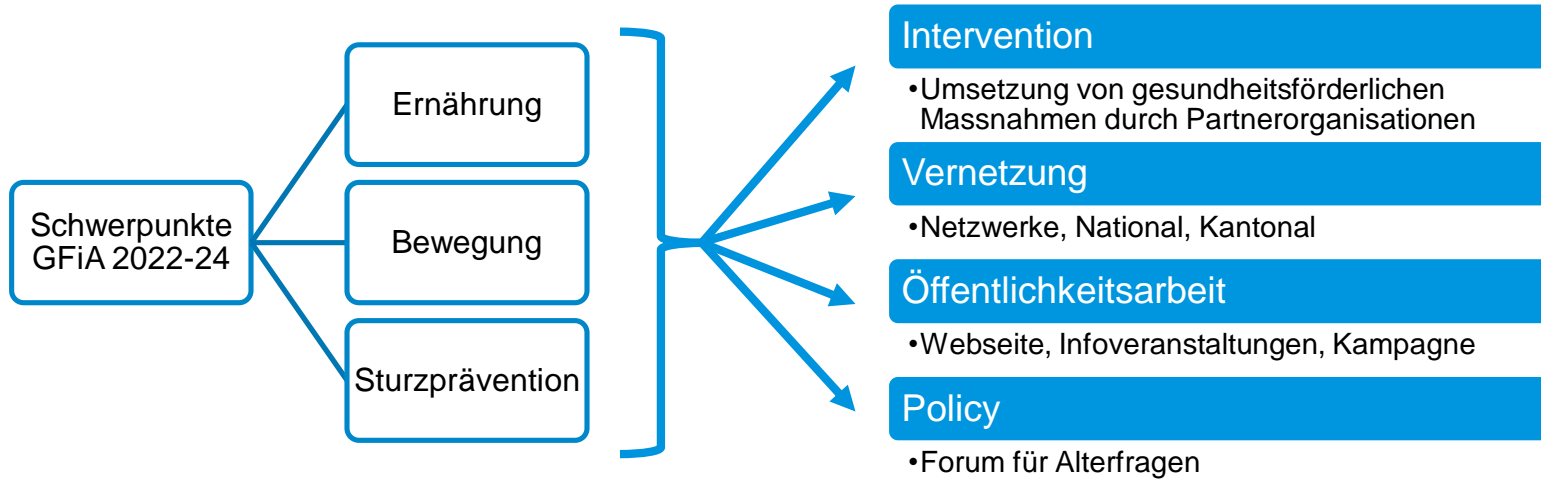
Rahmenbedingungen für den Verpflichtungskredit 2022-2024



SPP = Schwerpunktprogramm




# SPP Gesundheitsförderung im Alter (GFIA)

## Themen und Ebene



# SPP GFIA – Ernährung






LIEB   EGG		Mahlzeitendienstleister – Zertifizierung <a href="#">Fourchette verte senior@home</a> für gesundes Essen im Alter – Multiplikation von einem national Programm im Kanton Aargau
		Kurze und praxisorientierte <a href="#">Referate für Mittagstische / Altersnachmittage</a> , basierend auf den Materialien der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung (sge) – Gemeinden können dieses Referat auch buchen
		Umsetzung einer Öffentlichkeitsarbeit zum Thema Ernährung im Alter – Landwirtschaftliches Zentrum Liebegg macht 2023 ein Konzept, danach Umsetzung

# SPP GFIA – Bewegung

Finanzielle Unterstützung der Gemeinden durch GFIA  
in folgenden Good-Practice Projekten:



Diese Projekte werden nachher vorgestellt, gehe jetzt nicht auf sie ein.

 <b>GERONTOLOGIE CH</b>	Unterstützung der Gemeinden bei der Planung, Durchführung und Auswertung einer partizipativen <a href="#">Gemeindebegehung</a> mit älteren Menschen
 <b>Fussverkehr Schweiz</b>	<a href="#">Sitzbankkonzept</a> – Fussverkehr Schweiz analysiert die "Bänkli" einer Gemeinde und empfiehlt weitere Standorte
<b>ACTIVECITY</b>	<a href="#">Active City</a> - Bewegungsangebote im öffentlichen Raum einer Gemeinde während 6 Wochen kostenlos für die Bevölkerung mit lokalen Vereinen, 25% der Angebote müssen für Seniorinnen und Senioren sein
 <b>hopp-La</b> Generationen in Bewegung	<a href="#">Intergeneratives Bewegungsangebot</a> für Kinder und ältere Menschen - Veranstaltung am 3. März 2023, Start Sommer 2023, Umsetzung durch Gemeinden oder Organisationen (Pflege- und Altersheim)

# SPP GFIA – Sturzprävention / Weitere



	Stärkung nationale sichergehen.ch-Kampagne im Herbst 2022 und Frühjahr 2023
Seniorenvereinigungen im Kanton Aargau	Referate zur Sturzprävention für Seniorenvereinigungen (im Programmjahr 2023 der Seniorenvereinigungen) – Gemeinden können dieses <a href="#">Referat</a> auch buchen
	Programm zum Selbstmanagement bei chronischen Krankheiten in "einfachem" Deutsch

- Weitere Projekte in Planung, mit Organisationen im Gespräch

# Thema Alter in der Sektion GF/P



- > Sucht im Alter wird über die [Fachstelle Sucht](#) koordiniert
  - > Angebote für ältere Menschen der [Suchtprävention Aargau](#)
  - > Die Suchtberatungsstellen [Aargauische Suchthilfe ags](#) und [Beratungszentrum Baden BZBplus](#) beraten Gemeinden bei Suchtfragen
- > Psychische Gesundheit läuft über das [SPP Psychische Gesundheit](#)
  - > Aktionstage Psychische Gesundheit jährlich im September/Oktober
  - > Netzwerk Psychische Gesundheit
  - > Suizid Netz Aargau
- > Weitere Informationen der Sektion GF/P zu [Angeboten für Gemeinden](#)

GF/P = Gesundheitsförderung und Prävention; [www.ag.ch/ggesundundzwäg](http://www.ag.ch/ggesundundzwäg)



# SPP Gesundheitsförderung im Alter (GFIA)

Aktuelle Fragen?

Mehr Informationen unter [www.ag.ch/gfimalter](http://www.ag.ch/gfimalter)

Severin Eggenschwiler, Programmleiter Gesundheitsförderung im Alter  
Telefon direkt 062 835 42 22, [severin.eggenschwiler@ag.ch](mailto:severin.eggenschwiler@ag.ch)



**GERONTOLOGIE CH**

**ALTERSFREUNDLICHE GEMEINDE  
COMMUNE AMIE DES AÎNÉS**

# Aktivierung





# Vernetzung

# Erreichbarkeit





# Sitzbank- konzept

Angebot für  
Gemeinden



# Funktionen

**Formell**



**Informell**



**Fehlend**



**Verweilen**



**Ausruhen**



**Warten**



# Ausstattung



**Sitzfläche**



**Rückenlehne**



**Armlehne**



**Holz**



**Stein**



**Metall**





# Erarbeitung mit der Bevölkerung



# ACTIVECITY



**Sport und Spass  
für alle**



# Unterstützung bei Standortaufbau und Verankerung

**Dietikon**  
**1347 Teilnahmen**  
**61 Kurslektionen**



# hopp-La

Generationen in Bewegung



**Hopp-la Fit**  
**Öffentliches Setting**  
**Indoor/Outdoor**



## **Hopp-la Tandem**

### **Institutionelles Setting**



A close-up photograph of two hands shaking in a firm grip. The hand on the left is older, with visible wrinkles and a black wristwatch. The hand on the right is younger and wears a gold ring. They are set against a blurred green background, likely a grassy field.

# **Hopp-la im Kanton Aargau**

## **Gemeinsam unterwegs**

## Generationen in Bewegung: Hopp-la im Kanton Aargau

- > Informationsveranstaltung am 3. März in Villmergen
  - > Anmeldung: <https://www.hopp-la.ch/umsetzung/ag/>
- > An 11 Standorte finanzielle und fachliche Unterstützung bei der Einführung der Hopp-la Kursen durch den Kanton
  - > Informationen: <https://www.hopp-la.ch/umsetzung/ag/projekt/>
- > 2 Bewerbungsrunden (12. Februar / 19. März)
- > Begleitung beim Aufbau, der Umsetzung und der Verankerung durch Hopp-la
- > 1 Projektleitung und zwei Kursleitende pro Standort



# Alterspolitik am Mittag, 27.1.2023

- > 5 Breakoutsessions (zwei Runden à 10 Minuten)
  - > Gemeindebegehung
  - > Sitzbankkonzept
  - > Active City
  - > Hopp-La
  - > Gesundheitsförderung im Alter
    - > Sie können selbst wählen, in welche Breakoutsession Sie gehen
  
- > Gemeinsamer Abschluss und Fragerunde