



# Produkte von Gesundheitsförderung Schweiz zur Gesundheitsförderung im Alter aus den Jahren 2020 und 2021

## Produkte für Fachpersonen in den kantonalen Aktionsprogrammen (KAP) und andere Akteurinnen und Akteure der Gesundheitsförderung im Alter

### Umsetzungshilfen

#### Alle Themen



#### Veranstaltungen und Kurse zur Gesundheitsförderung im Alter

Eine Umsetzungshilfe für Akteurinnen und Akteure der Gesundheitsförderung im Alter



#### Gesundheitsberatung im Alter

Eine Umsetzungshilfe für Akteurinnen und Akteure der Gesundheitsförderung im Alter



#### Thema psychische Gesundheit



#### Lebenskompetenzen und psychische Gesundheit im Alter

Eine Orientierungshilfe für Projekt- und Programmleitende der KAP zu Interventionsmöglichkeiten für die Förderung von Lebenskompetenzen bei älteren Menschen



#### Soziale Ressourcen

Förderung sozialer Ressourcen als wichtiger Beitrag für die psychische Gesundheit und eine hohe Lebensqualität



#### Thema betreuende Angehörige und psychische Gesundheit



#### Sammlung von kommunikativen Hilfsmitteln zur Förderung der psychischen Gesundheit von betreuenden Angehörigen älterer Menschen



### Grundlagen

#### Analysen, Thema Corona-Pandemie und Gesundheitsförderung



#### Gesundheitsförderung im Alter im Kontext von Covid-19

Situation und Erfahrungen – Empfehlungen und Beispiele aus der Praxis



#### Auswirkungen der Corona-Pandemie auf gesundheitsbezogene Belastungen und Ressourcen der Bevölkerung

Ausgewählte Forschungsergebnisse 2020 für die Schweiz (Arbeitspapier 52)



#### Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Gesundheitsförderung

Erfahrungen aus der Praxis und Perspektiven, Stand 2021 (Arbeitspapier 56)



## Grundlagenpapier, Thema psychische Gesundheit



### Förderung von Lebenskompetenzen bei älteren Menschen

Grundlagenpapier  
(Arbeitspapier 49)



## Grundlagenpapier, Gesundheitsförderung allgemein



### Gesundheit fördern und Krankheiten vorbeugen

Argumentarium (Arbeitspapier 53)  
sowie Infografiken und Videos



## Checklisten für Fachpersonen zur Gesundheitsförderung im Alter

### Thema Bewegung und Sturzprävention



### Aufgaben bei der Entwicklung und Umsetzung von Bewegungsangeboten mit Gruppen von älteren Erwachsenen

Informationen und Tipps für die Leitung



### Thema Ernährung



### Förderung einer gesunden Ernährung im Alter

Empfehlungen für Projektleitende zur Entwicklung von Kochinterventionen



## Produkte für Fachpersonen spezifisch für die Gesundheitsförderung auf der kommunalen Ebene

### Umsetzungshilfen

#### Alle Themen



### Gesundheitsförderung im Alter lohnt sich!

Argumente und Handlungsfelder für Gemeinden und Städte  
(Argumentarium)



#### Thema Ernährung, kommunale Ebene



### Förderung einer gesunden Ernährung bei älteren Menschen

Eine Anleitung für Gemeinden



## Produkte für die Zielgruppe der älteren Menschen

Ratgeber für die Zielgruppe der betreuenden Angehörigen und ihr Umfeld, Thema psychische Gesundheit



### Mir selber und anderen Gutes tun

Für Personen, die sich um Angehörige kümmern, sie betreuen und pflegen



**All diese und weitere relevante Produkte finden Sie auf unserer Website:**

[www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen](http://www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen) > Gesundheitsförderung im Alter