



Gesundheitsförderung und Prävention für ältere Menschen

Beratung und Unterstützung für Gemeinden

Gesundheitsförderung und Prävention tragen dazu bei, die Gesundheit, Lebensqualität und Autonomie der älteren Menschen zu erhalten. Besonders wirkungsvoll sind Massnahmen, die im Setting Gemeinde ansetzen. Das Gesundheitsamt unterstützt die Gemeinden mit Beratung, Angeboten und finanziellen Beiträgen.

Kanton und Gemeinden – gemeinsames strategisches Ziel

Das strategische Ziel der Gesundheitsförderung ist die «Stärkung der Autonomie, der Gesundheit und der Lebensqualität der älteren Menschen zu Erhöhung der Anzahl der gesunden Lebensjahre und zur Verzögerung der Heimeintritte».¹

In die Gesundheitsförderung im Alter zu investieren, «lohnt sich» im Hinblick auf die Lebensqualität der älteren Menschen, den sozialen Zusammenhalt und eine funktionierende Zivilgesellschaft. Investitionen in die Gesundheitsförderung im Alter heute haben das Potenzial, den Finanzhaushalt einer Gemeinde morgen zu entlasten.

Vier Handlungsfelder für gesundes Altern in der Gemeinde

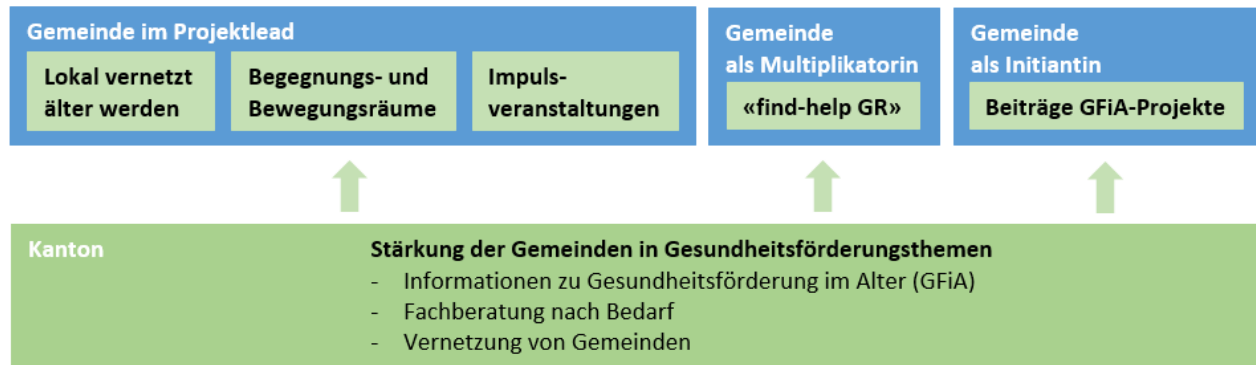
Es ist die Aufgabe der Gemeinde, für gesundheitsförderliche Lebensbedingungen zu sorgen, damit die Bevölkerung eigenverantwortlich einen gesunden Lebensstil pflegen kann. Es lohnt sich anhand der vier folgenden Handlungsfelder Massnahmen zu planen und umzusetzen – massgeschneidert auf den lokalen Bedarf. Das Gesundheitsamt bietet zu verschiedenen Schwerpunktthemen fachliche Beratung und/oder finanzielle Unterstützung an.



¹ Altersleitbild Graubünden 2012. Departement für Justiz, Sicherheit und Gesundheit des Kantons Graubünden.

Angebote Gesundheitsamt im Bereich Gesundheitsförderung im Alter

- Fachberatung entlang der vier Handlungsfelder für gesundes Altern in der Gemeinde
- Beratung und Teilfinanzierung Projekt **Lokal vernetzt älter werden**
- Beratung gesundheitsförderliche **Begegnungs- und Bewegungsräume**
- Beratung- und Teilfinanzierung **Impulsveranstaltungen** zu Gesundheitsthemen
- Kostenloses Einbinden des **Online-Verzeichnisses «find-help GR»** auf Gemeindefwebseiten
- **Finanzielle Beiträge** an Projekte zum Thema «Gesundheitsförderung im Alter»
- Stärkung von Gemeinden durch Weiterbildung und Vernetzung



Wichtige Grundlagen für Gemeinden

- [«Gesundheitsförderung im Alter lohnt sich! - Argumente und Handlungsfelder für Gemeinden und Städte»](#), GFCH 2021
- [«Erfolgsfaktoren und Empfehlungen für Präventionsprojekte in Gemeinden»](#), BAG 2021
- www.altersfreundliche-gemeinde.ch, Gerontologie CH

Gemeinsam schaffen wir Rahmenbedingungen, die ein gesundes Leben in Graubünden fördern. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

Ihre Kontakte

Valeria Ciocco
 Programmkoordinatorin GF
 +41 81 257 64 10
 Valeria.Ciocco@san.gr.ch

Petra Fretz
 Projektleiterin Gesundheitsförderung im Alter
 +41 81 257 25 76
 Petra.Fretz@san.gr.ch

Mit Unterstützung von



V09/2023