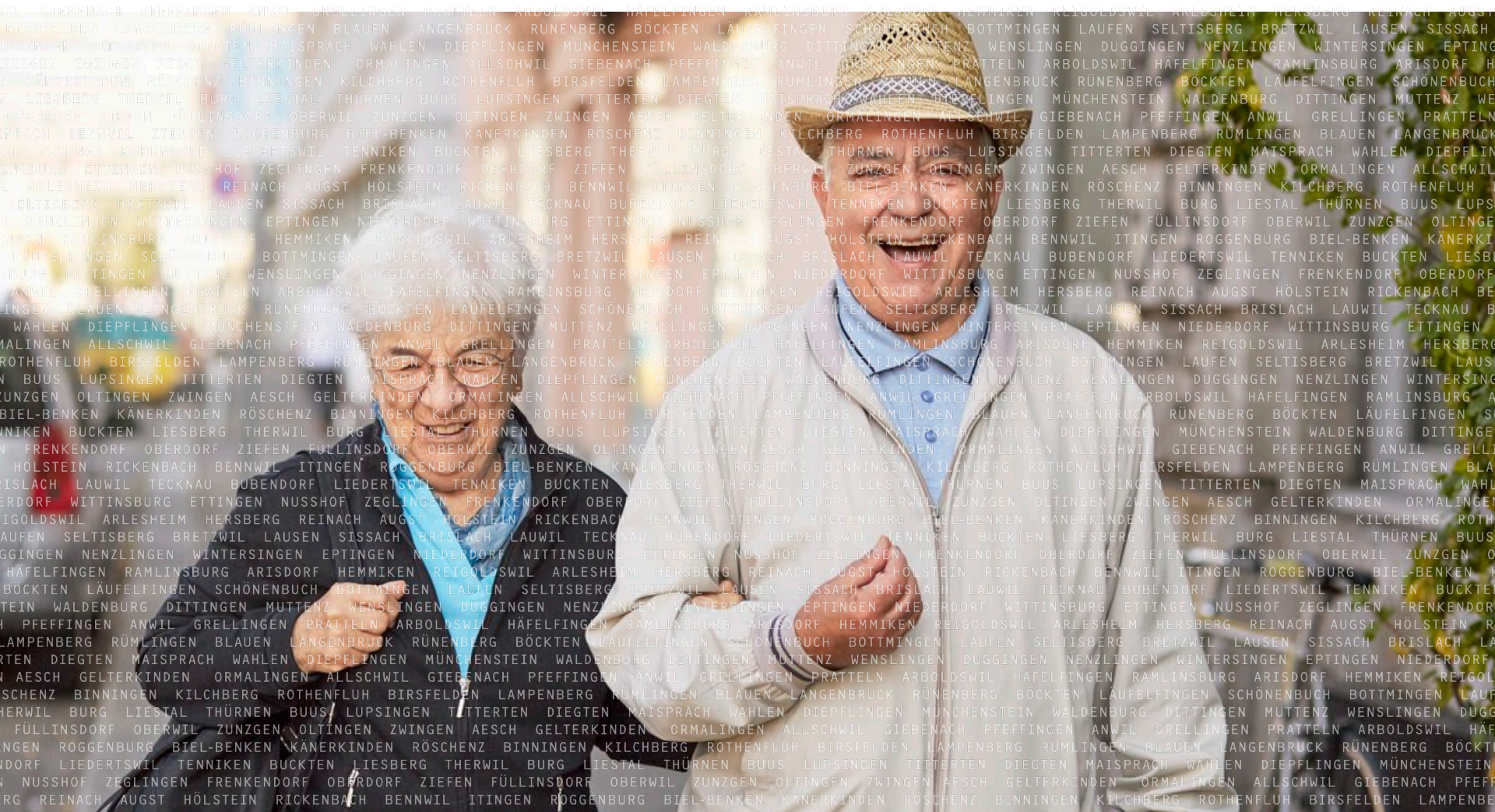


Input Gesundheitsförderung im Alter im Kanton Basel-Landschaft



Was ist Gesundheitsförderung?



Massnahmen und Strategien, mit denen die Stärkung der Gesundheitsressourcen und –potenziale der Menschen erreicht werden sollen



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Bereiche der Gesundheitsförderung



Bewegung



Bereiche der Gesundheitsförderung



Ernährung



Bereiche der Gesundheitsförderung

Psychische Gesundheit



Ziel der Gesundheitsförderung



Massnahmen
und Projekte





Bewegung



Sportprojekt 55+

Gemeinsam mit dem Sportamt BL werden nach Unterstützungsmöglichkeiten der Bewegungsförderung im Bereich des Vereinssports gesucht.



Café Balance

Bewegungsangebote, die der Sturzprävention dienen und einen sozialen Austausch (Kafi) nach jeder Lektion beinhalten.



Ernährung



Minimal einmal

Das Projekt minimal einmal dreht sich um die Mundgesundheit und bedarfsgerechte Ernährung von älteren Menschen im Setting Spitex.



Tavolata

Tavolata ist ein Projekt des *Migros Kulturprozent*. Dabei werden Gründungen und Durchführung von Tischgemeinschaften in den Gemeinden unterstützt.

Psychische Gesundheit

Stärke deine Psyche.

10 IMPULSE
FÜR DEINE
PSYCHISCHE GESUNDHEIT



10 Impulse zur psychischen Gesundheit

Was jeder Mensch selber für seine psychische Gesundheit tun kann, ist Inhalt dieser Kampagne.

Themenweg 10 Impulse

Der [Themenweg - 10 Impulse für deine psychische Gesundheit](#) bietet Ideen, wie jede Frau und jeder Mann das eigene Wohlbefinden steigern kann – mit kreativen Übungen und einfachen Denkanstössen zur Förderung eines guten Lebensgefühls.





Psychische Gesundheit



**Wie
geht's
dir?**

Wie geht's dir?

Über psychische Gesundheit zu sprechen lohnt sich!
«Wie geht's Dir?» sensibilisiert dafür und vermittelt ganz konkrete Tipps.

Veranstaltungsreihe Psychische Gesundheit

Im Rahmen der nationalen Kampagne [Wie geht's dir?](#) organisiert die Kantonsbibliothek Baselland, das Bündnis gegen Depression Baselland und die Gesundheitsförderung Baselland eine Reihe von Veranstaltungen zum Thema psychische Gesundheit.



Prozesse in den Gemeinden



zämme fürs Alter

Gemeinsam mit den Akteuren, Vertreterinnen und Vertretern der Gemeindeverwaltung und der Bevölkerung neue Ideen für ein gutes Leben im Alter in der Gemeinde entwickeln und umzusetzen.



guet unterwägs

In den Gemeinden soll mit diesem Projekt die Bewegung und Begegnung von Seniorinnen und Senioren im öffentlichen Raum gefördert werden.

Veranstaltungen und Förderbeiträge



Juni 2022

REFERATE UND WORKSHOPS ZUR GESUNDHEITSFÖRDERUNG IM ALTER

Kantonales Aktionsprogramm Gesundheitsförderung
im Alter

Gesundheitsförderung
Baselland
Gesundheitsförderung im Alter

**BASEL
LANDSCHAFT**

VOLKSWIRTSCHAFTS- UND GESUNDHEITSDIREKTION
AMT FÜR GESUNDHEIT

- Vermittelt Referenten und Referentinnen, die über wichtige Themen für die ältere Bevölkerung sprechen
- Veranstaltungen werden von Gesundheitsförderung Baselland finanziell unterstützt

Kontakt



Adrian Näf



Gesundheitsförderung Baselland
Bahnhofstrasse 5, 4410 Liestal



adrian.naef@bl.ch



061 552 62 82



[Gesundheitsförderung Baselland](https://www.gesundheitsfoerderung-basel.ch)

Fragen?



Thank You!

