

## Massnahmen des kantonalen Walliser Aktionsprogramms « Gesundheitsförderung bei Senioren »

Code	Name	Beschreibung
I1	Präventive Hausbesuche	Ende 2020 werden die SMZ der 5 sozialmedizinischen Regionen des Kantons 250 präventive Hausbesuche bei älteren Personen und betreuenden Angehörigen durchgeführt haben.
I2	Weiterbildung «Gesundheitsförderung bei Senioren»	Ende 2020 wird eine kantonale Weiterbildung zur Gesundheitsförderung bei Senioren für Fachleute des Bereichs (Familienhilfsdienste, FaGe, Pflegefachfrauen) organisiert worden sein, an der 45 Personen teilgenommen haben.
I3	Frühintervention bei Mangelernährung	Ende 2020 wird ein Toolkit entwickelt worden sein, um eine angepasste Ernährung zu begünstigen und Mangelernährung bei älteren Personen frühzeitig zu erkennen. Die Instrumente werden zuvor von 10-20 ausgebildeten Fachleuten getestet und evaluiert worden sein.
I4	Förderung des geistigen Wohlbefindens bei Senioren	Ende 2020 wird das Personal der SMZ des Kantons ausgebildet worden sein, um kritische Situationen zu erkennen und Präventions- und Interventionsstrategien zu bestimmen. Ein halbtägiges Modul zur Sensibilisierung für das geistige Wohlbefinden wird vorhanden sein, das in den Ausbildungsgängen für Fachangestellte Gesundheit getestet und in den Lehrplan der betroffenen Ausbildungsgänge integriert wurde.
I5	ESA – Bewegung für alle	Ende 2020 gibt es mindestens ein wöchentliches Bewegungsangebot in jeder Gemeinde oder Gruppe von kleinen Gemeinden und mindestens ein individualisiertes Angebot für Bewegung zu Hause in jeder sozialmedizinischen Region, das in Zusammenarbeit mit den SMZ erstellt wurde, und 50 neue ESA-Leiter werden ausgebildet worden sein.
I6	Sturzprävention	Ende 2020 gibt es mindestens ein wöchentliches Angebot für einen Sturzpräventionskurs (Fitness, Tanz, Gleichgewichtstrainingskurse) in jeder Gemeinde oder Gruppe von kleinen Gemeinden, im Besonderen für die am meisten gefährdeten Senioren. Das Projekt THE SWISS CHEF TRIAL wird in 1 SMZ jeder sozialmedizinischen Region des Kantons in Zusammenarbeit mit Pro Senectute umgesetzt worden sein.
I7	Seniorentische	Ende 2020 gibt es mindestens in jeder Gemeinde oder Gruppe von kleinen Gemeinden ein wöchentliches Angebot für gemeinsame Mahlzeiten.
I8	Gemeinsame Aktivitäten	Ende 2020 gibt es mindestens in jeder Gemeinde oder Gruppe von kleinen Gemeinden ein wöchentliches Angebot für gemeinsame Aktivitäten, gemäss dem Bedarf und den Empfehlungen von Gesundheitsförderung Schweiz; dabei wird darauf geachtet, die Zugänglichkeit zu den Leistungen zu garantieren (Kosten, Transport, Ort, Niveau, Gruppe/einzeln, Uhrzeiten, Migrantinnen usw.).
I9	Gespräche über Polymedikation	Ende 2020 werden eine Weiterbildung für Ärzte, Apotheker und Pharma-Assistentinnen zum Thema Polymedikationsgespräche und Schulungsabende organisiert worden sein. 2 im Oberwallis (1 für Ärzte/Apotheker und 1 für Assistentinnen) und 6 im Unterwallis (3 für Ärzte/Apotheker und 3 für Assistentinnen).

## Massnahmen des kantonalen Walliser Aktionsprogramms « Gesundheitsförderung bei Senioren »

I10	Angebote für betreuende Angehörige	Ende 2020 haben 120 Personen die Ausbildung für betreuende Angehörige des Roten Kreuzes Wallis «Prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre» absolviert, die Partnerschaft zwischen Benevoles Wallis und dem Roten Kreuz Wallis wurde gestärkt, ein «Schutzengel»-Dienst für betreuende Angehörige (2 Freiwillige, die einer Familie zugewiesen werden) ist im ganzen Kanton einsatzbereit, auf dem ganzen Kantonsgebiet wurden Selbsthilfegruppen gegründet, mindestens eine pro sozialmedizinischer Region (5 Regionen), eine Telefonleitung zur Unterstützung von betreuenden Angehörigen wurde eingerichtet und professionalisiert, Apotheker und Ärzte wurden ausgebildet, um betreuenden Angehörigen zu helfen, und die Bevölkerung wird jedes Jahr am interkantonalen Tag der betreuenden Angehörigen sowie bei einer Konferenz zum geistigen Wohlbefinden von Senioren sensibilisiert.
P1	Label Gesunde Gemeinde 65+	Ende 2020 wurde der Massnahmenkatalog des Labels Gesunde Gemeinde mit 12 neuen spezifischen Massnahmen für Senioren erweitert, die in 1 Gemeinde pro sozioökonomischer Region validiert und umgesetzt wurden; die Erweiterung des Labels wurde evaluiert, ebenso wie das Projekt.
IP1	Kommunalpolitik	Ende 2020 haben alle Gemeinden den Leitfaden mit den Empfehlungen für gesundheitsfördernde Massnahmen bei Senioren erhalten.
IP2	Förderung von Angeboten für Senioren	Ende 2020 kennen alle Anbieter das Verzeichnis infosenior.ch und erfassen darin ihre Leistungen und Angebote für Senioren. Sie aktualisieren sie im Anschluss regelmässig, in jeder Sprachregion wurde in Zusammenarbeit mit den Partnern (Pro Senectute, Rotes Kreuz VS, Vereinigung Betreuende Angehörige Wallis ...) ein Infotreffen organisiert, um den Senioren die verfügbaren Kurs- und Aktivitäten-Angebote zu präsentieren, und die Bevölkerung wurde über verschiedene Kanäle informiert.
MR1	Koordination	Ende 2020 ist das Netz der kantonalen Akteure für die Prävention und die Gesundheitsförderung bei Senioren operativ und wird koordiniert, eine spezielle Internetseite für Fachleute wurde entwickelt und online gestellt und jedes Jahr werden Treffen mit den Integrationsabgeordneten organisiert, um die Informationen bei Senioren mit Migrationshintergrund zu verbreiten.
MR2	Interdisziplinärer Thementag	Ende 2020 wird jedes Jahr eine Tagung für Fachpersonen zu einem Thema in Verbindung mit der Gesundheit von Senioren organisiert (Ernährung, Bewegung, Sturzprävention, geistige Gesundheit).
VS1 <sup>1</sup>	Kampagne Substanzmissbrauch	Ende 2020 wurde eine Informationskampagne erstellt, um Senioren für den Substanzmissbrauch, im Besonderen Alkohol und Medikamente, zu sensibilisieren.
VS2 <sup>1</sup>	Pensionierungsvorbereitungskurse	Ende 2020 wurden neben den Kursen für grosse Unternehmen von Pro Senectute und dem CVPC 24 unternehmensübergreifende Pensionierungsvorbereitungskurse in den grössten Städten des Wallis organisiert, auch für Selbstständige und Arbeitslose.

<sup>1</sup> Die Massnahmen VS1 und VS2 werden nicht von der Gesundheitsförderung kofinanziert.