



Aktuelle Interventionen für die Module B, C und D des kantonalen Aktionsprogramms (KAP)

Eine erste Orientierungsliste

Gesundheitsförderung Schweiz

Einheit Programme: März 2017, Bern

Inhaltverzeichnis

1.	Einleitung	3
1.1	Ausgangslage	3
1.2	Ziele und Zweck.....	3
1.3	Vorgehensweise.....	3
2.	Orientierungslisten	4
2.1	Allgemeine Vorbemerkungen.....	4
2.2	Ernährung und Bewegung bei älteren Menschen (Modul B)	5
	2.2.1. Thematische Vorbemerkungen.....	5
	2.2.2. Liste Ernährung und Bewegung bei älteren Menschen (Modul B)	6
2.3	Psychische Gesundheit bei Kindern & Jugendlichen (Modul C).....	10
	2.3.1. Thematische Vorbemerkungen.....	10
	2.3.2. Liste Psychische Gesundheit Kinder und Jugendliche (Modul C)	11
2.4	Psychische Gesundheit bei älteren Menschen (Modul D)	18
	2.4.1. Thematische Vorbemerkungen.....	18
	2.4.2. Liste Psychische Gesundheit bei älteren Menschen (Modul D)	19
3.	Anhang Steckbriefe	22

1. Einleitung

1.1 Ausgangslage

Durch die Erweiterung des kantonalen Aktionsprogramms Ernährung und Bewegung bei Kindern und Jugendlichen (A) um die Zielgruppe ältere Menschen und das Thema Psychische Gesundheit sind die neuen Module Ernährung und Bewegung bei älteren Menschen (B), Psychische Gesundheit bei Kinder und Jugendlichen (C) und Psychische Gesundheit bei älteren Menschen (D) entstanden¹.

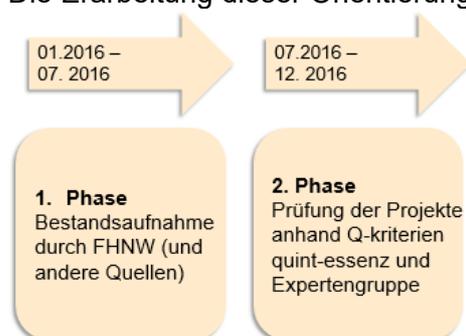
Für diese neuen Module hat Gesundheitsförderung Schweiz eine erste Orientierungsliste von erprobten und qualitativ guten Projekten erstellt.

1.2 Ziele und Zweck

Ziel der vorliegenden Orientierungsliste ist es, für die Fachstellen in den Kantonen und für Gesundheitsförderung Schweiz selbst eine Orientierung zu bestehenden Projekten für die erste Phase des erweiterten kantonalen Aktionsprogramms zu haben. Diese Projekte können unter Qualitäts- oder Wirkungsbetrachtungen als gut eingestuft werden oder weisen ein viel versprechendes Potenzial auf. Die Liste ist eine Momentaufnahme vom Herbst 2016 und soll alle zwei Jahre aktualisiert werden. Zudem zeigt sie auf, wo aktuell noch Entwicklungspotenzial oder Lücken bestehen, die allenfalls durch die zukünftige Projekte der Projektförderung geschlossen werden können.

1.3 Vorgehensweise

Die Erarbeitung dieser Orientierungsliste erfolgte in zwei Phasen.



In einer ersten Phase erteilte Gesundheitsförderung Schweiz der Fachhochschule Nordwestschweiz den Auftrag eine evaluative Bestandsaufnahme von Interventionen im Themenfeld Psychische Gesundheit von Kinder Jugendlichen und älteren Menschen sowie zu Ernährung und Bewegung von älteren Menschen zu erstellen².

¹ Für eine weiterführende Erklärung dieser Module siehe Rahmenbedingungen kantonales Aktionsprogramm (2016).

² Die Ergebnisse aus diesen in der ersten Phase von der FHNW erstellten Berichten lieferten die Basis der vorliegenden Orientierungsliste. Für weitere Informationen siehe folgende Berichte:

Wettstein, F., Bayer-Oglesby, L., & Zumbrunn, A. (2016). *Inventar: Interventionen zu Psychischer Gesundheit, Beispiele guter Praxis. Schlussbericht*. Olten: Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit.

Wettstein, F., & Bachmann, N. (2016). *Interventionen zu 65plus – Ernährung und Bewegung, Beispiele guter Praxis. Schlussbericht*. Olten: Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit.

Die Recherche beschränkte sich weitgehend auf die Schweiz. Auf der Grundlage der Qualitätskriterien von quint-essenz³ prüfte Gesundheitsförderung Schweiz in der zweiten Phase die Projekte, insbesondere auch auf ihr Wirkungs- und Multiplikationspotential. Die verbliebene Auswahl wurde anschliessend mit einer Expertengruppe⁴ besprochen.

Nachfolgend werden nun allgemeine Vorbemerkungen zu den Orientierungslisten beschrieben. Desweiteren folgen die effektiven Listen mit der Übersicht der Projekte. Im Anhang finden sich Steckbriefe für alle aufgeführten Projekte.

2. Orientierungslisten

2.1 Allgemeine Vorbemerkungen

Grundsätzlich ist wichtig zu betonen, dass es sich bei der Orientierungsliste um eine erste Übersicht handelt, die unter folgenden Aspekten betrachtet werden sollte:

- Die Liste ist nicht abschliessend, und umfasst den aktuellen Stand 2016.
- Nicht alle ausgewählten Projekte sind in ihrer Entwicklung soweit abgeschlossen, dass sie als pflanzenfertige Projekte für die Multiplikation eingesetzt werden können.
- Informationsmaterialien wie Broschüren, Webseiten, Apps, Video, Lehrbücher etc. sind nicht in den Orientierungslisten enthalten.
- Punktuelle Fort- und Weiterbildungsangebote sowie etablierte Kurs- oder Beratungsangebote (z.B. Mütter-/Väterberatung, Erziehungsberatung, Familienberatung, Berufs- und Laufbahnberatung, Dienstleistungen von Pro Senectute) die nicht integraler Bestandteil eines Projektes sind, wurden nicht in die Orientierungsliste aufgenommen. Dies soll jedoch in keiner Weise die Bedeutung dieser regelmässigen Grundangebote in Frage stellen.
- Öffentlichkeitsmassnahmen wie Flyer, Aktionstage oder Kampagnen sind nicht Bestandteil der Orientierungsliste.

³ www.quint-essenz.ch

⁴ Es fanden zwei Expertengruppen statt eine zum Thema Psychische Gesundheit und eine zur Zielgruppe Alter. Für die Psychische Gesundheit konnte die bestehende Expertengruppe vom Netzwerk Psychische Gesundheit genutzt werden (<http://www.npg-rsp.ch/de/metanav/ueber-uns/expertengruppe.html>).

Die Expertengruppe Alter wurde speziell gegründet und umfasste Expertinnen/Experten folgender Organisationen: Berner Fachhochschule, Institut Alter: Bernhard Müller; bfu Beratungsstelle für Unfallverhütung: Barbara Pfenninger; Fachstelle für präventive Beratung im Alter Stadt Zürich: Maria Messmer-Capaul; FMH Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte: Barbara Weil; Pro Senectute Schweiz: Flavian Kühne; Schweizerische Diabetes-Gesellschaft: Doris Fischer-Taeschler; SGE Schweizerische Gesellschaft für Ernährung: Angelika Hayer; SGG Schweizerische Gesellschaft für Gerontologie: Elisabeth Striffeler; Schweizerisches Rotes Kreuz: Jenny Pieth; Schweizerischer Seniorenrat SSR: Joseph Senn (Beobachter); Universität Basel, Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit: Lukas Zahner; ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften: Christine Brombach.

2.2 Ernährung und Bewegung bei älteren Menschen (Modul B)

2.2.1. Thematische Vorbemerkungen

- Im Fokus der Massnahmen stehen ältere Menschen ab 65 Jahren, die zu Hause leben und allenfalls ambulant gepflegt und unterstützt werden⁵.
- Insbesondere berücksichtigt wurden Elemente aus dem Projekt «Via - Best Practice Gesundheitsförderung im Alter»⁶, aus weiteren kantonalen Programmen für Gesundheit im Alter sowie Beispiele guter Praxis aus dem Bericht «Gesundheit und Lebensqualität im Alter»⁷ von Gesundheitsförderung Schweiz.
- Bisher wurden zu den Themenfeldern «Bewegungsförderung» und «Sturzprävention» deutlich mehr Massnahmen realisiert als zum Themenfeld «Förderung einer ausgewogenen Ernährung». Häufig fehlt ausserdem eine klare Differenzierung zwischen allgemeiner Bewegungsförderung und spezifischer Sturzprävention.
- Die beiden Themen Bewegung und Ernährung für ältere Menschen werden bisher selten integral in ein und derselben Massnahme bearbeitet. Weit häufiger sind die Kombinationen «Bewegung und Begegnung» bzw. «Ernährung und Geselligkeit».
- Lokales Handeln, die Vernetzung und der Einbezug von Akteuren sind Schlüsselfaktoren. Insbesondere, wenn es um den Einbezug der Gesundheitsversorgung geht. Es braucht eine koordinierte Zusammenarbeit von Gesundheitsförderung und Versorgungssystem.
- Zur Gesundheitsförderung im Alter gibt es verschiedenste Beispiele von Gruppenveranstaltungen oder -kursen (z.B. von Pro Senectute) sowie individueller Beratung (z.B. in der Fachstelle für präventive Beratung im Alter der Stadt Zürich). Es empfiehlt sich, in der Gesundheitsförderung im Alter unterschiedliche und sich ergänzende Angebotsformen zu nutzen⁵. Deshalb sind diese Angebote in der Liste nicht enthalten.
- Bisher richten sich wenige Projekte spezifisch an vulnerable, schwer erreichbare Zielgruppen oder spezifisch an ältere Männer oder ältere Frauen. Ebenfalls wird selten eine klare Differenzierung nach Altersphasen (z.B. nach vitalem und fragilem Alter) vorgenommen. Hier ist eine Diskrepanz zwischen der theoretischen Auseinandersetzung zur gesellschaftlichen Situation der älteren Generationen einerseits und der Praxis von Gesundheitsförderung und Prävention festzustellen.

⁵ Siehe «Übersicht über die Lebensphasen von älteren Menschen» (Gesundheitsförderung Schweiz, 2016)

⁶ Siehe insbesondere diverse Hilfsmittel, Tools und Unterlagen für die Praxis im Download-Center oder in der Produktübersichtsliste unter <https://gesundheitsfoerderung.ch/public-health/gesundheitsfoerderung-fuer-aeltere-menschen/projekt-via.html>

⁷ Weber, D.; Abel, B.; Ackermann, G.; Biedermann, A.; Bürgi, F.; Kessler, C.; Schneider, J.; Steinmann, R. M.; Widmer Howald, F. (2016). Gesundheit und Lebensqualität im Alter. Grundlagen für kantonale Aktionsprogramme «Gesundheitsförderung im Alter». Gesundheitsförderung Schweiz Bericht 5, Bern und Lausanne.

2.2.2. Liste Ernährung und Bewegung bei älteren Menschen (Modul B)

Projektname	Kurzbeschreibung	Sprache	Reichweite	KAP-Modul				KAP-Ebene				Trägerschaft / Kontakt	Link	
				A	B	C	D	I	P	V	ÖA			
Kommunale Netzwerke für Bewegung und Begegnung im Alter	Initiierung und Aufbau kommunaler Netzwerke zur Förderung von Bewegung und Begegnung im Alter in den Gemeinden. In einem partizipativen Prozess identifizieren Behördenvertreter, Verantwortliche von Organisationen und Anbietern gemeinsam mit der älteren Bevölkerung den prioritären Handlungsbedarf. Die Entwicklung der Netzwerke gestaltet sich je nach Strukturen in den Gemeinden, Bedürfnissen der Zielgruppe und Ressourcen der Akteure unterschiedlich. Dennoch gibt es entscheidende Phasen und Schritte im kommunalen Prozess, welche den Ansatz leiten.	D	SG		X		(X)	(X)			X		Amt für Gesundheitsvorsorge Kt. St. Gallen	http://www.zepra.info/via.html
			BE		X		(X)	(X)			X		Pro Senectute Kanton Bern	https://www.zwaeginsalter.ch/Netzwerke/Netzwerk-Biel/PPVMu/
			ZG		X		(X)	(X)			X		Pro Senectute Kanton Zug	http://www.zg.pro-senectute.ch/angebote-und-veranstaltungen/gesund-altern-im-kanton-zug.html
Bewegen und Begegnen bis 100 im Kanton Zug	Im Kanton Zug bieten zahlreiche Organisationen und Vereine Aktivitäten zum Erhalt der psychischen und physischen Gesundheit an. Das Netzwerk „Bewegen und Begegnen bis 100“ will Angebote dieser Anbieter koordinieren, Ziele gemeinsam angehen und das Angebot qualitativ und quantitativ der demographischen Entwicklung und den daraus entstehenden Bedürfnissen anpassen. Ausserdem sollen Menschen, die sich dem Seniorenalter nähern, für die Wichtigkeit von körperlicher Aktivität und gesellschaftlicher Teilhabe sensibilisiert und zu Bewegung motiviert werden.	D	ZG		X		(X)	(X)			X		Amt für Gesundheit Kanton Zug	https://www.zg.ch/behoerden/gesundheitsdirektion/amt-fuer-gesundheit/gesundheitsfoerderung-und-praevention
												Pro Senectute Kanton Zug	http://www.zg.pro-senectute.ch/projekte/bewegen-und-begegnen-bis-100.html	

Begegnung durch Bewegung	«Begegnung durch Bewegung» ist ein intergeneratives Bewegungs- und Gesundheitsförderungsprojekt, welches unter anderem im neuen generationenübergreifenden Spiel- und Bewegungspark Basel umgesetzt wird. In Kooperation mit lokalen Organisationen werden kostenlose Bewegungsaktivitäten für alle Altersgruppen angeboten (z.B. Hopp-la Fit, Tandemprojekt, Bewegte Adventszeit). Für den Spiel- und Bewegungspark wurden wissenschaftlich basiert neue Geräte entwickelt, welche von Jung und Alt auf spielerische Art und Weise gemeinsam genutzt werden können.	D	BS	X	X	(X)	X				Stiftung Hopp-la	www.hopp-la.ch
Café Bâlace	Café Bâlace bietet Bewegung und geselligen Austausch in verschiedenen Quartiertreffpunkten im Kanton Basel-Stadt. Das Bewegungsangebot «Rhythmik nach Dalcroze» verbessert die Gangsicherheit und vermindert das Sturzrisiko. Beim anschliessenden Kaffeepausch steht das gesellige Beisammensein im Zentrum. Die Anlässe finden wöchentlich und je nach Standort an einem Vor- oder Nachmittag statt.	D	BS		X	(X)	X				Gesundheitsdepartement des Kanton Basel Stadt	http://www.gesundheit.bs.ch/ueber-uns/programme/alter-gesundheit/cafe-balance.html
Sturzprävention	Die Zusammenarbeit unter den Akteuren einer Gemeinde, einer Region wird intensiviert mit dem Ziel, die Erfassung, Abklärung, Behandlung und Betreuung von sturzgefährdeten älteren Menschen zu verbessern. Hilfsmittel werden zur Verfügung gestellt, Weiterbildungen zur Sturzprävention bei Fachpersonen durchgeführt und die Bevölkerung zu dem Thema sensibilisiert.	D	GR								Gesundheitsamt Graubünden	http://de.graubuenden-bewegt.ch/gesund-im-alter/sturzpraevention/
			SG		X		(X)		X		Amt für Gesundheitsvorsorge Kt. St. Gallen	http://www.zepira.info/via.html

Fourchette verte Senior	<p>«Fourchette verte senior» ist ein Qualitäts- und Gesundheits-Label für Institutionen, welche ältere Personen über den ganzen Tag verpflegen. Das Label ist für alle Betriebe im Bereich der Gemeinschaftsgastronomie zugänglich, welche über einen Tag hinweg bzw. während einer vollen Woche ausgewogene Mahlzeiten nach dem Prinzip der gesunden Ernährung und angepasst auf die spezifischen Bedürfnisse älterer Personen anbieten. Aktuell laufen vorbereitende Arbeiten für eine Ausweitung des Labels «Fourchette verte senior» zur Verpflegung von älteren Menschen zu Hause.</p>	D, F, I	CH		X		X					Verein Fourchette Verte Schweiz	www.fourchetteverte.ch
AltUM Alter und Migration	<p>HEKS AltUM organisiert in Kulturvereinen, Gemeinden und Firmen Informationsveranstaltungen in verschiedenen Sprachen zu altersrelevanten Themen im Bereich Sozialversicherungen und Gesundheit. Ausserdem werden Institutionen und Gemeinden für die Anliegen und Bedürfnisse älterer Menschen sensibilisiert und dabei unterstützt, ihre Angebote auf die Migrationsbevölkerung auszuweiten. Des Weiteren werden regelmässig gesundheitsfördernde Angebote wie Gymnastikstunden, Ausflüge, Yoga-, Zumba und Schwimmkurse oder Spaziergänge organisiert.</p>	D, F	AG, SG, TG, VD, ZH		X	X	X		(X)		HEKS, EPER Fachstelle Soziale Integration (Kontakt: Olivia Payo Moreno)	https://www.heks.ch/schweiz/zuerichschaffhausen/heks-altum-alter-und-migration/	
Femmes-Tische für ältere Migrant/-innen	<p>«Femmes-Tische» sind moderierte Gesprächsrunden im privaten oder institutionellen Rahmen. Das Angebot ist für ältere Migrant/-innen (Modul 55+) zu Themen wie Gesundheit, Lebensalltag und altersspezifischen Fragen in den letzten Jahren ausgebaut worden und wird an einigen Standorten umgesetzt. An diesen Gesprächsrunden nehmen auch Männer teil. Erste Erfahrungen liegen an den Standorten in der Deutschschweiz vor. Die Beratungsstelle Wohnen im Alter der Stadt Zürich ist das Kompetenzzentrum für das Thema Alter im Netzwerk Femmes-Tische.</p>	D	ZH, BE, AG, SZ		X	X	X				Verein Femmes-Tische Schweiz	www.femmestische.ch	

TAVOLATA	Das Projekt «TAVOLATA» ist ein Netzwerk von Tischgemeinschaften, welches das Migros-Kulturprozent initiiert hat. Es handelt sich um selbstorganisierte, lokale Tischgemeinschaften, bei denen sich ältere Menschen privat oder in einem halb öffentlichen Raum regelmässig zum gemeinsamen Kochen und Essen und ungezwungenen Austausch treffen.	D, F, I	CH		(X)		X	X				Migros Kulturprozent	www.tavolata.ch
----------	--	---------	----	--	-----	--	---	---	--	--	--	----------------------	--

2.3 Psychische Gesundheit bei Kindern & Jugendlichen (Modul C)

2.3.1. Thematische Vorbemerkungen

- Die Liste enthält nur Projekte in denen die Psychische Gesundheit – also die Förderung, Stärkung, Erweiterung von Ressourcen mit Relevanz für die psychische Gesundheit – im Fokus der Intervention stehen, d.h auch ein explizites Ziel der Intervention sind.
- Projekte mit Fokus auf Sucht-, Gewalt-, Suizidprävention wurden nur berücksichtigt, wenn sie explizit auch auf psychische Gesundheit / Lebenskompetenzen ausgerichtet sind (z.B. wenn die psychische Gesundheit auch in den Zielen genannt wird).
- Zielgruppe sind Kinder und Jugendliche sowie deren Bezugspersonen (Eltern, Lehrpersonen etc.)⁸.
- Im Rahmen der psychischen Gesundheit gibt es einige Projekte, die vor allem der Sensibilisierung/Entstigmatisierung dienen (z.B. Schulprojekt Pro Mente Sana), diese wurden als Öffentlichkeitsmassnahmen eingestuft und sind nicht in der Liste enthalten.
- Bei Projekte, die sich an Eltern richten, wurde in der Liste diejenigen ausgewählt, die entweder die Eltern direkt stärken oder einen umfassenden Ansatz aufweisen. Für Projekte zur Elternbildung, die ebenfalls die psychische Gesundheit beeinflussen, verweisen wir auf Übersichten von www.elternbildung.ch und www.lernortfamilie.ch.
- Im Bereich psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen sind bereits gute und etablierte Projekte vorhanden. Es fällt jedoch auf, dass es in der Romandie kein entsprechendes Lebenskompetenzprogramm für Schulen gibt.
- Projekte, die sich an Jugendliche nach der obligatorischen Schule richten, sind noch wenig etabliert. Projekte in den Lehrbetrieben wie z.B. Friendly Work Space Apprentice (ehemals Compnaion) wurden nicht in der Liste berücksichtigt, da sie im betrieblichen Setting umgesetzt werden.

⁸ Siehe «Übersicht über die Lebensphasen von Kinder und Jugendliche» (Gesundheitsförderung Schweiz, 2016)

2.3.2. Liste Psychische Gesundheit Kinder und Jugendliche (Modul C)

Projektname	Kurzbeschreibung	Sprache	Reichweite	KAP-Modul				KAP-Ebene				Trägerschaft / Kontakt	Link
				A	B	C	D	I	P	V	ÖA		
schritt:weise	schritt:weise ist ein sekundärpräventives Spiel- und Lernprogramm zur frühen Förderung von Kindern in sozial benachteiligten, insbesondere bildungsfernen Familien. Die Familien werden darin unterstützt, eine vertrauensvolle und anregungsreiche Umgebung zu schaffen. Das natürliche Entwicklungspotenzial der Kinder wird dadurch gestärkt und gefördert. Durch die soziale Vernetzung mit anderen Familien und dem Kennenlernen lokaler Angebote wird zudem ein wichtiger Beitrag zur Integrationsförderung geleistet.	D, F	D-CH, W-CH	(X)		X		X				Verein a:primo	https://www.a-primo.ch/de/angebote/programm-schritt-weise/uebersicht
zeppelin – familien startklar inkl. PAT mit Eltern lernen	zeppelin begleitet Familien mit herausfordernden Startbedingungen mit einem Frühförder- und Elternbildungsprogramm <i>PAT – Mit Eltern Lernen</i> . Die Intervention wird in der als wirksam erwiesenen Qualität der ZEPPELIN Studie umgesetzt. Das Programm beginnt schon während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt und dauert 2 – 3 Jahre.	D	ZH			X		X				zeppelin - familien startklar gmbh	http://zeppelin-familien.ch/familien/pat
			SG, TG, BE, TI									<i>PAT - Mit Eltern Lernen</i>	www.pat-mitellernlernen.org

<p>«Maison Verte» Begegnungszentren für Kinder (0-5 Jahre) – und ihre Eltern</p>	<p>«Maison Verte»-Zentren sind Anlaufstellen und Begegnungsstrukturen für Kinder von 0 bis 5 Jahren in Begleitung eines Elternteils oder einer anderen Bezugsperson. Sie fördern die sozialen Kontakte von Familien mit Kindern im Vorschulalter, und zwar schon ab der Geburt, weil sich frischgebackene Eltern im Alltag mit ihren Kindern oft isoliert fühlen. Solche Zentren bieten Kindern soziale Begegnungen im Beisein der Eltern und bereiten sie auf die künftige Trennung vor. Gleichzeitig unterstützen sie die Eltern in der Erziehungsrolle. In den einzelnen Regionen des Kantons Waadt gibt es insgesamt 9 Betreuungsstrukturen dieser Art für 0- bis 5-jährige Kinder mit Elternteil. Das Dienstleistungsangebot der «Maison Vertes» wurde im Jahr 2016 ausgewertet.</p>	<p>F, (D)</p>	<p>VD (JU, GE, VS, FR, ZH)</p>			<p>X</p>		<p>X</p>						<p>Canton de Vaud: Service de protection de la jeunesse, Unité de pilotage de la prévention</p>	<p>http://www.vd.ch/themes/sante/prevention/petite-enfance/lieux-daccueil/</p>
<p>Wikip (Winterthurer Präventions- und Versorgungsprogramm für Kinder psychisch kranker Eltern)</p>	<p>Im Rahmen von wikip riefen verschiedene Kooperationspartner Unterstützungs- und Entlastungsangebote für Familien mit einem psychisch belasteten Elternteil in der Region Winterthur-Zürich Unterland ins Leben. Im Projekt wikip soll die psychiatrische und psychosoziale Versorgung von Familien mit einem psychisch belasteten Elternteil nachhaltig verbessert und die Situation der Kinder in der Familie durch frühzeitige Erkennung problematischer Entwicklungen optimiert werden.</p>	<p>D</p>	<p>ZH</p>			<p>X</p>		<p>(X)</p>		<p>X</p>				<p>iks – Institut Kinderseele Schweiz</p>	<p>http://www.iks-ies.ch/ubers/wikip-netzwerk/</p>

Pfade (Programm zur Förderung Alternativer Denkstrategien)	<p>PFADE ist ein evidenzbasiertes schulisches Präventionsprogramm zur Reduktion von nach aussen und nach innen gerichtetem Problemverhalten, Gewalt und Mobbing. Gemäss einem bewährten Aufbau werden gezielt soziale, kognitive und sprachliche Kompetenzen gefördert. Arbeit an sieben Schwerpunktthemen: Regeln, Gesundes Selbstwertgefühl, Gefühle und Verhalten, Selbstkontrolle, Problemlösen, Freundschaften und Zusammenleben, Lern- und Organisationsstrategien. Die PFADE-Lektionen werden in den Klassen unterrichtet und die Konzepte zudem situativ im Alltag und für das Classroom-Management genutzt. Indem die Konzepte auf der Ebene der Schuleinheit eingesetzt und mit den vorhandenen Strukturen verbunden werden, wird ein gesundes Klassen- und Schulklima aufgebaut.</p>	D	D-CH			X	X					Selbsttragend angegliedert am Institut für Erziehungswissenschaft Universität Zürich	http://www.gewaltprävention-an-schulen.ch/index.html
ESSKI (Eltern und Schule stärken Kinder)	<p>ESSKI fördert die psychosoziale Gesundheit auf der Primarstufe, indem es Kompetenzen und Ressourcen bei Lehrerinnen und Lehrern, Schulkindern und deren Eltern stärkt, also auf mehreren Ebenen ansetzt. ESSKI richtet sich an die Zielgruppe der 1. – 6. Primarklasse. Das Programm eignet sich als Projekt zur Schul- und Qualitätsentwicklung, da es die gesamte Schule und alle Personen einbezieht, welche in ihr leben, lernen und arbeiten. Das Projekt wird zur Angelegenheit der gesamten Schule.</p>	D	ZG, BS			X	X					Hochschule für Soziale Arbeit FHNW	http://www.esski.ch/esski-1
Papperlia PEP (0-8 Jahre) Bodytalk PEP (Jugendliche und Erwachsene) PEP – Gemeinsam Essen (familienergänzende Betreuungsstrukturen)	<p>Die Fachstelle PEP engagiert sich in der Präventions- und Früherkennungsarbeit für ein interdisziplinäres, gesundheitsförderndes Verständnis von psychischer Gesundheit und die Entwicklung einer entsprechenden Haltung im Umgang mit Essen, Bewegung und positivem Selbst- und Körperbild.</p>	D, (F)	D-CH	X		X	X					Verein PEP - Prävention Essstörungen praxisnah	http://pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/index.php

MindMatters	«MindMatters» ist ein Programm zur Förderung der Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen. Es verfolgt einen ganzheitlichen, settingbezogenen Schulansatz und unterstützt die Entwicklung einer Schulkultur in der sich insbesondere junge Menschen sicher, wertgeschätzt, eingebunden und nützlich fühlen. Das Programm enthält auch Instrumente und Leitfäden für die Planung und das Management zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Schule.	D	D-CH			X	X					RADIX Schweizer Gesundheitsstiftung	http://www.radix.ch/Gesunde-Schulen/Psychische-Gesundheit/MindMatters/PUEFS/
TiL (Training in Lebenskompetenz)	Das Training in Lebenskompetenz, kurz TiL, richtet sich an Schüler/innen, die im Schulalltag mit ihrem Verhalten anecken und sich nicht an Regeln und Grenzen halten. Der TiL-Kurs ermöglicht den ersten Schritt aus einem festgefahrenen Muster zu machen und zeigt Lösungswege auf. Dafür erhalten die Schüler/innen einen «Experimentier-Raum», in dem Regeln, und vor allem auch Selbst, und Sozialkompetenz vermittelt werden.	D	ZH, TG			X	X					Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland	http://www.suchtpraevention.ch/p84000875.html
Du seisch wo düre/zwäg!	Das Programm «Du seisch wo düre» (DSWD) ist ein erfolgreiches und mehrfach evaluiertes Konzept zur Stärkung der Lebenskompetenzen von Schüler/-innen. Es unterstützt die Jugendlichen bei der Beantwortung aktueller Lebensfragen oder beim Lösen von Problemen. zWäg! ist eine Weiterentwicklung von DSWD und wird im berufsvorbereitenden Schuljahr BVS an der Berufs-, Fach-, und Fortbildungsschule BFF in Bern angeboten.	D	BE			X	X					Gesundheitsdienst der Stadt Bern	http://www.bern.ch/themen/gesundheit-alter-und-soziales/gesundheit-in-der-schule/gesundheitsforderung-in-der-schule

Jugendprojekt LIFT (Leistungsfähig durch individuelle Förderung und praktische Tätigkeit)	<p>LIFT ist ein Integrations- und Präventionsprogramm an der Schnittstelle zwischen Volksschule (Sek I) und Berufsbildung (Sek II). LIFT richtet sich an Jugendliche ab der 7. Klasse, die sich im Hinblick auf den Berufseinstieg und/oder die Lehrstellensuche in einer erschwerten Ausgangslage befinden (z.B. ungenügende Leistungen, Motivationsschwierigkeiten, fehlende Unterstützung oder tiefer Selbstwert). Kernelement von LIFT sind regelmässige Kurzeinsätze, sogenannte Wochenarbeitsplätze, die in der schulfreien Zeit in verschiedenen Gewerbebetrieben geleistet werden. In LIFT-Gruppen werden die Jugendlichen an der Schule auf die Einsätze in Modulkursen vorbereitet und begleitet.</p>	D, F, I	CH			X	X							Verein LIFT	http://jugendprojekt-lift.ch/
Spielzeugfreier Kindergarten	<p>Das Projekt Spielzeugfreier Kindergarten ist ein Lebenskompetenzprojekt, durch das bestimmte Ressourcen der Kinder gefördert werden. Ziel des Projekts ist es, dass Kinder selber über ihre Zeit verfügen und ihren eigenen Rhythmus entwickeln können.</p>	D	AG			X	X							Suchtprävention AG	http://www.spielzeugfrei.ch/
			ZH			X	X							Prävention Sucht Zürcher Oberland	http://www.sucht-praevention.ch/p84000902.html
Das Chamäleon (Compagnie Le Caméléon)	<p>Die Theatergruppe Le Caméléon behandelt gesellschaftliche Themen in eigens zu diesem Zweck geschriebenen Szenen, die sie einem breitem Publikum vorstellt. Ihre Spezialität sind interaktive Animationen im Bereich der Kommunikation. Mit theatralischem Können eröffnen die Schauspieler und Schauspielerinnen den Dialog. Die Zuschauer begeben sich dann selber auf die Bühne und beeinflussen den Ablauf «ihrer» Geschichte.</p>	D, F	D-CH, W-CH			X	X			(X)				Compagnie Le Caméléon	http://www.lecameleon.ch/

<p>Tina und Toni / Clever Club</p>	<p>Tina und Toni ist ein umfassendes Präventionsprogramm für Einrichtungen, die Kinder zwischen 4 und 6 Jahren betreuen (z.B. Tagesstrukturen wie Mittagstische, Kinderbetreuungsstätten, Freizeiteinrichtungen, Kindergärten etc.). Mit zwölf Geschichten und spielerischen Aktivitäten trägt das Programm dazu bei, die psychosozialen Kompetenzen der Kinder zu entwickeln. Das Programm bietet einen pädagogischen Rahmen. In diesem Rahmen werden Themen wie die Wahrnehmung und der Umgang mit Gefühlen, die Integration in eine Gruppe und das Akzeptieren von Unterschieden behandelt. Clever Club erweitert das Angebot von Tina und Toni auf die Zielgruppe der 7-12-Jährigen.</p>	<p>D, F, I</p>	<p>CH</p>	<p>(X)</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p>X</p>						<p>Sucht Schweiz</p>	<p>http://www.tinatoni.ch/de/einfuehrung/</p> <p>http://cleverclub.ch</p>
<p>Femmes-Tische Module Psychische Gesundheit / Gesunder Lebensstart</p>	<p>«Femmes-Tische» sind moderierte Gesprächsrunden im privaten oder institutionellen Rahmen. Das Modul Psychische Gesundheit basiert auf der Kampagne «10 Schritte zur Erhaltung der psychischen Gesundheit». Die Erziehenden werden in ihrer sozialen Kompetenz gestärkt, lernen die eigenen Ressourcen kennen und finden aus der Isolation ihres Erziehungsalltages. Durch das Modul Gesunder Lebensstart wird der Zugang zur ärztlichen Versorgung verbessert sowie die Gestaltung einer tragfähigen Beziehung zu Kleinkindern und einer anregenden Lernumgebung in der Familie gefördert.</p>	<p>D, F</p>	<p>D-CH, W-CH</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p>X</p>							<p>Verein Femmes-Tische Schweiz</p>	<p>https://femmetische.ch/</p>

<p>Paarlife Online-Training für werdende Eltern (und Paare)</p>	<p>Das Training ist ein wissenschaftlich fundiertes Angebot zur Partnerschaftspflege und beinhaltet wissenschaftlich fundierte, anschaulich aufbereitete Informationen zu Stress und Partnerschaft. Das Training findet online statt und beinhaltet zahlreiche Informationen zum Thema Stress sowie zur angemessenen Kommunikation in der Partnerschaft. Es ist u. a. für die Zielgruppe werdende Eltern aufgrund der örtlichen und zeitlichen Flexibilität sowie der geringen Kosten sehr geeignet und hilfreich. Verschiedene Übungen bieten die Möglichkeit, sich selbst zu reflektieren, sich mit dem Partner über die Übungen auszutauschen und die neuen Erkenntnisse in der Partnerschaft umzusetzen. Vermittelt werden die Inhalte durch Filmszenen, Interviews, Demonstrationen eines Paarcoachings und praktische Übungen.</p>	D	D-CH			X		X							Universität Zürich	http://www.paarlife.ch/
--	--	---	------	--	--	---	--	---	--	--	--	--	--	--	--------------------	---

2.4 Psychische Gesundheit bei älteren Menschen (Modul D)

2.4.1. Thematische Vorbemerkungen

- Im Fokus der Massnahmen stehen ältere Menschen ab 65 Jahren, die zu Hause leben und allenfalls ambulant gepflegt und unterstützt werden⁹.
- Die Liste enthält nur Projekte in denen die Psychische Gesundheit – also die Förderung, Stärkung, Erweiterung von Ressourcen mit Relevanz für die psychische Gesundheit – im Fokus der Intervention stehen, d.h auch ein explizites Ziel der Intervention sind. Dabei wurde insbesondere auf die Förderung von sozialer Teilhabe und von sozialen Ressourcen im Alter geachtet.
- Projekte mit breiterer und eher unspezifisch gesundheitsförderlicher Zielsetzung, wie «Erzählcafés» (www.erzähl-cafe.ch) oder «Trauercafés» sind in dieser Liste nicht enthalten, leisten aber durchaus einen Beitrag zur Förderung der psychischen Gesundheit im Alter.
- Eine Übersicht zu Massnahmen und Projekten guter Praxis zur Unterstützung von pflegenden Angehörigen wird im Rahmen des Förderprogramms «Entlastungsangebote pflegende Angehörige 2017–2020» vom BAG erstellt (ausführliche Informationen unter: www.bag.admin.ch/fppflegende-angehoerige). Aus diesem Grund sind hier keine Projekte zur Stärkung der psychischen Gesundheit von pflegenden Angehörigen aufgeführt.
- Grundsätzlich fällt auf, dass es scheinbar noch wenig evidenzbasierte Projekte gibt, die spezifisch auf die psychische Gesundheit im Alter fokussieren. Auch Projekte, die gezielt vulnerable ältere Menschen einbinden scheinen sich noch wenig etabliert zu haben.

⁹ Siehe «Übersicht über die Lebensphasen von älteren Menschen» (Gesundheitsförderung Schweiz, 2016)

2.4.2. Liste Psychische Gesundheit bei älteren Menschen (Modul D)

Projektname	Kurzbeschreibung	Sprache	Reichweite	KAP-Modul				KAP-Ebene				Trägerschaft / Kontakt	Link	
				A	B	C	D	I	P	V	ÖA			
AltuM Alter und Migration	HEKS AltuM organisiert in Kulturvereinen, Gemeinden und Firmen Informationsveranstaltungen in verschiedenen Sprachen zu altersrelevanten Themen im Bereich Sozialversicherungen und Gesundheit. Ausserdem werden Institutionen und Gemeinden für die Anliegen und Bedürfnisse älterer Menschen sensibilisiert und dabei unterstützt, ihre Angebote auf die Migrationsbevölkerung auszuweiten. Des Weiteren werden regelmässig gesundheitsfördernde Angebote wie Gymnastikstunden, Ausflüge, Yoga-, Zumba und Schwimmkurse oder Spaziergänge organisiert.	D, F	AG, SG, TG, VD, ZH		X		X	X			(X)		HEKS, EPER Fachstelle Soziale Integration (Kontakt: Olivia Payo Moreno)	https://www.heks.ch/schweiz/zuerichschaffhausen/heks-altum-alter-und-migration/
Femmes-Tische für ältere Migrant/-innen	«Femmes-Tische» sind moderierte Gesprächsrunden im privaten oder institutionellen Rahmen. Das Angebot ist für ältere Migrant/-innen (Modul 55+) zu Themen wie Gesundheit, Lebensalltag und altersspezifischen Fragen in den letzten Jahren ausgebaut worden und wird an einigen Standorten umgesetzt. An diesen Gesprächsrunden nehmen auch Männer teil. Erste Erfahrungen liegen an den Standorten in der Deutschschweiz vor. Die Beratungsstelle Wohnen im Alter der Stadt Zürich ist das Kompetenzzentrum für das Thema Alter im Netzwerk Femmes-Tische.	D	ZH, BE, AG, SZ		X		X	X					Verein Femmes-Tische Schweiz	www.femmetische.ch
TAVOLATA	Das Projekt «TAVOLATA» ist ein Netzwerk von Tischgemeinschaften, welches das Migros-Kulturprozent initiiert hat. Es handelt sich um selbstorganisierte, lokale Tischgemeinschaften, bei denen sich ältere Menschen privat oder in einem halb öffentlichen Raum regelmässig zum gemeinsamen Kochen und Essen und ungezwungenen Austausch treffen.	D, F, I	CH		(X)		X	X					Migros Kulturprozent	www.tavolata.ch

Café Dialogue	«Café Dialogue» findet nach dem Vorbild der sogenannten «Philosophischen Cafés» statt. Es geht darum gemeinsam über relevante Themen, welche ältere Menschen betreffen nachzudenken und auszutauschen; ohne Anspruch an irgendwelche Vorkenntnisse. Die Themen werden von den Teilnehmenden ausgewählt.	D	BS			X	X							Gesundheitsdepartement des Kanton Basel Stadt	http://www.gesundheit.bs.ch/uber-uns/programme/alter-gesundheit/cafes-dialogue.html
Solidarische Quartiere und Gemeinden (Quartiers et Villages Solidaires)	«Quartiers Solidaires (Solidarische Quartiere)» fokussiert sich auf die Stärkung, Entwicklung und Pflege von sozialen Kontakten zur Verbesserung der Lebensqualität und Integration von älterer Menschen vor Ort oder in einem Quartier. Die Besonderheit daran? Mit der Unterstützung einer qualifizierten Fachperson werden die Quartierbewohner/-innen, insbesondere die ältere Bevölkerung, darin bestärkt, ihr eigenes Lebensumfeld aktiv mitzugestalten und Projekte gemäss ihren Bedürfnissen, Ressourcen und Wünschen zu planen und umzusetzen.	F, D, I	VD, ZH, TI			X	X							Pro Senectute Kanton Waadt	https://www.quartiers-solidaires.ch/
Kommunale Netzwerke für Bewegung und Begegnung im Alter	Initiierung und Aufbau kommunaler Netzwerke zur Förderung von Bewegung und Begegnung im Alter in den Gemeinden. In einem partizipativen Prozess identifizieren Behördenvertreter, Verantwortliche von Organisationen und Anbietern gemeinsam mit der älteren Bevölkerung den prioritären Handlungsbedarf. Die Entwicklung der Netzwerke gestaltet sich je nach Strukturen in den Gemeinden, Bedürfnissen der Zielgruppe und Ressourcen der Akteure unterschiedlich. Dennoch gibt es entscheidende Phasen und Schritte im kommunalen Prozess, welche den Ansatz leiten.	D	SG		X	(X)	(X)			X				Amt für Gesundheitsvorsorge Kt. St. Gallen	http://www.zepira.info/via.html
			BE		X	(X)	(X)			X				Pro Senectute Kanton Bern	https://www.zwaeginsalter.ch/Netzwerke/Netzwerk-Biel/PPV/Mu/
			ZG		X	(X)	(X)			X				Pro Senectute Kanton Zug	http://www.zg.pro-senectute.ch/angebote-und-veranstaltungen/gesund-altern-im-kanton-zug.html

Bewegen und Begegnen bis 100 im Kanton Zug	Im Kanton Zug bieten zahlreiche Organisationen und Vereine Aktivitäten zum Erhalt der psychischen und physischen Gesundheit an. Das Netzwerk „Bewegen und Begegnen bis 100“ will Angebote dieser Anbieter koordinieren, Ziele gemeinsam angehen und das Angebot qualitativ und quantitativ der demographischen Entwicklung und den daraus entstehenden Bedürfnissen anpassen. Ausserdem sollen Menschen, die sich dem Seniorenalter nähern, für die Wichtigkeit von körperlicher Aktivität und gesellschaftlicher Teilhabe sensibilisiert und zu Bewegung motiviert werden.	D	ZG		X	(X)	(X)						Amt für Gesundheit Kanton Zug	https://www.zg.ch/behoerden/gesundheitsdirektion/amt-fuer-gesundheit/gesundheitsfoerderung-und-praevention
														Pro Senectute Kanton Zug
Begegnung durch Bewegung	«Begegnung durch Bewegung» ist ein intergeneratives Bewegungs- und Gesundheitsförderungsprojekt, welches unter anderem im neuen generationenübergreifenden Spiel- und Bewegungspark Basel umgesetzt wird. In Kooperation mit lokalen Organisationen werden kostenlose Bewegungsaktivitäten für alle Altersgruppen angeboten (z.B. Hopp-la Fit, Tandemprojekt, Bewegte Adventszeit). Für den Spiel- und Bewegungspark wurden wissenschaftlich basiert neue Geräte entwickelt, welche von Jung und Alt auf spielerische Art und Weise gemeinsam genutzt werden können.	D	BS	X	X	(X)	X						Stiftung Hopp-la	www.hopp-la.ch
Café Bâance	Café Bâance bietet Bewegung und geselligen Austausch in verschiedenen Quartiertreffpunkten im Kanton Basel-Stadt. Das Bewegungsangebot „Rhythmik nach Dalcroze“ verbessert die Gangsicherheit und vermindert das Sturzrisiko. Beim anschliessenden Kaffeepausch steht das gesellige Beisammensein im Zentrum. Die Anlässe finden wöchentlich und je nach Standort an einem Vor- oder Nachmittag statt.	D	BS		X	(X)	X						Gesundheitsdepartement des Kanton Basel Stadt	http://www.gesundheit.bs.ch/ueber-uns/programme/alter-gesundheit/caffe-balance.html

3. Anhang Steckbriefe

- Steckbriefe Projekte Modul B¹⁰
- Steckbriefe Projekte Modul C⁹
- Steckbriefe Projekte Modul D⁹

¹⁰ Diese Beilage umfasst nur diejenigen Projekte, welche dem Fokus dieses Moduls vollumfänglich entsprechen. Projekte, welche diesem Modul nur «partiell» entsprechen sind darin nicht aufgeführt.

Steckbrief	
Projektname	AltuM Alter und Migration
Kurzbeschreibung	HEKS AltuM organisiert in Kulturvereinen, Gemeinden und Firmen Informationsveranstaltungen in verschiedenen Sprachen zu altersrelevanten Themen im Bereich Sozialversicherungen und Gesundheit. Ausserdem werden Institutionen und Gemeinden für die Anliegen und Bedürfnisse älterer Menschen sensibilisiert und dabei unterstützt, ihre Angebote auf die Migrationsbevölkerung auszuweiten. Des Weiteren werden regelmässig gesundheitsfördernde Angebote wie Gymnastikstunden, Ausflüge, Yoga-, Zumba und Schwimmkurse oder Spaziergänge organisiert.
Verantwortliche Trägerschaft	HEKS/EPER <u>Ansprechperson:</u> Olivia Payo Moreno, Fachstelle Soziale Integration, Inlandzentrale. Tel. 044 360 88 44, E-Mail: olivia.payo@heks.ch
Weitere strategische Trägerorganisationen	Regionale Pro Senectute, weitere kantonale Fachstellen (regional unterschiedlich)
Website	Zürich/Schaffhausen: www.heks.ch/schweiz/zuerschaffhausen/heks-altum-alter-und-migration/ Aargau/Solothurn: www.heks.ch/schweiz/aargausolothurn/heks-altum-aargau/ Ostschweiz: www.heks.ch/schweiz/ostschweiz/heks-altum-ostschweiz/ Westschweiz: www.heks.ch/fr/suisse/suisse-romande/age-et-migration/
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul B Ernährung u. Bewegung ältere Menschen • Modul D Psychische Gesundheit ältere Menschen
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Kanton Aargau • Kanton Zürich • Region Ostschweiz (Kanton St. Gallen, Kanton Thurgau) • Kanton Waadt
	<u>Bemerkung:</u> Die Schwerpunkte und Angebote von AltuM sind je nach Regionalstelle verschieden ausgestaltet.
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch • französisch • Fremdsprachen (schriftlich) • Fremdsprachen (mündlich)
Beginn	Pilotphase ab 2006 (Kanton Zürich)

Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Drittes Lebensalter (vital) • Viertes Lebensalter (fragil) 		
Weitere Spezifizierungen der Zielgruppe(n):	Migrant/-innen ab 55 Jahren, deren Angehörige sowie Migrant/-innenvereine, Kulturvereine, Fachinstitutionen in den Bereichen Migration, Alter, Gesundheit und Soziales sowie Gemeinden.		
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Interkulturelle Vermittler/-innen • Freiwillige (Schlüsselpersonen) • Beratungspersonen • Fachpersonen Public Health • betreuende Angehörige 		
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Interessensvertretung, Advocacy • Vernetzungsstrukturen • Kurs, Training, Bildungsangebot • Aktion, Anlass, Event 		
	<u>Bemerkung:</u> Info-Veranstaltungen, Gemeindeberatungen, Bewegungsangebote in Zusammenarbeit mit Kulturvereinen, Runde Tische.		
Zugänglichkeit	Durch die Zusammenarbeit mit Migrant/-innen-Organisationen und -vereinen, Schlüsselpersonen sowie interkulturellen Vermittler/-innen und Dolmetscher/-innen können ältere Menschen mit Migrationshintergrund besser erreicht werden.		
Fokus Bewegung: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Bewegungsförderung • Stressregulierung, psychisches Wohlbefinden, soziale Integration (Bewegung als Mittel zum Zweck) 		
Fokus Ernährung: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Zusammensetzung der Nahrungsmittel • Wahl von Getränken • Flüssigkeitsaufnahme: ausreichende Mengen 		
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Soziale Unterstützung/soziale Teilhabe • Stärkung der Selbstwirksamkeitserwartung • Verfügbarkeit von entastenden Angeboten bei Belastung / drohender Überlastung 		
Lebenswelt(en), Settings ältere Menschen	<ul style="list-style-type: none"> • Vereine, Vereinigungen, Selbsthilfegruppen • Kulturelle Veranstaltungsorte • politische Gemeinde 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
	<u>Bemerkung:</u> Jahres- und Schlussberichte der Regionalstellen.		
Dokumentation	Factsheets zu den AltuM Projekten der Regionalstellen (Aargau, Ostschweiz, Waadt, Zürich), Flyer, Präsentation		

Steckbrief	
Projektname	Bewegen und Begegnen bis 100 (2012 – 2016)
Kurzbeschreibung	Im Kanton Zug bieten zahlreiche Organisationen und Vereine Aktivitäten zum Erhalt der psychischen und physischen Gesundheit an. Das Netzwerk „Bewegen und Begegnen bis 100“ will Angebote dieser Anbieter koordinieren, Ziele gemeinsam angehen und das Angebot qualitativ und quantitativ der demographischen Entwicklung und den daraus entstehenden Bedürfnissen anpassen. Ausserdem sollen Menschen, die sich dem Seniorenalter nähern, für die Wichtigkeit von körperlicher Aktivität und gesellschaftlicher Teilhabe sensibilisiert und zu Bewegung motiviert werden.
Verantwortliche Trägerschaft	Amt für Gesundheit Kanton Zug (2015 – 2016) Pro Senectute Kanton Zug (2012 – 2016) <u>Bemerkung:</u> Das kantonale Netzwerk BBb100 wurde von der Pro Senectute Kanton Zug im Auftrag der Gesundheitsdirektion aufgebaut. Aktuell prüft das Amt für Gesundheit, wie das Netzwerk weitergeführt wird.
Website	Pro Senectute Kanton Zug: www.zg.pro-senectute.ch/projekte/bewegen-und-begegnen-bis-100.html Kanton Zug: www.zg.ch/behoerden/gesundheitsdirektion/amt-fuer-gesundheit/gesundheitsfoerderung-und-praevention
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul B Ernährung u. Bewegung ältere Menschen • Modul D Psychische Gesundheit ältere Menschen (partiell)
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumsorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Kantonal (Kanton Zug) <u>Bemerkung:</u> Ähnliche regionale oder kommunale Netzwerk siehe Via-Projekt «Kommunale Netzwerke für Bewegung und Begegnung im Alter» (Kantone St. Gallen und Bern)
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch
Beginn	Start Pilotphase im 2012
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Drittes Lebensalter (vital)

Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeindeverantwortliche • Akteure (professionell und freiwillig) von Angeboten zur Gesundheitsförderung im Alter • Vertreter/-innen von sozialen und religiösen Institutionen • Anbieter von Versorgungsangeboten (inkl. Ärzteschaft) 		
	<p><u>Weitere:</u> Fachperson zur fachlichen Beratung und Unterstützung von Gemeinden beim Aufbau eigener kommunaler Netzwerke (z.B. Pro Senectute, kantonale Verwaltung)</p>		
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Vernetzungsstrukturen • Aktion, Anlass, Event • Kampagne • Medium: z.B. Internetseite, Informationsmaterial, App, DVD etc. 		
	<p><u>Bemerkung:</u> Das kantonale Netzwerk unterstützt die Gemeinden beim Aufbau eigener kommunaler Netzwerke und Angebotsübersichten (z.B. Fragebogen).</p>		
Zugänglichkeit	<p>Um sicherzustellen, dass die Angebote auch auf die Bedürfnisse vulnerabler Zielgruppen ausgerichtet sind, die sonst entweder keinen Zugang hätten oder die Angebote nicht nutzen würden, sollte eine frühe Einbindung von Vertreter/-innen aus diesen Gruppen im Netzwerkprozess gesucht werden.</p>		
Fokus Bewegung: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Bewegungsförderung • Förderung von Alltagsbewegung • Stressregulierung, psychisches Wohlbefinden, soziale Integration (Bewegung als Mittel zum Zweck) 		
	<p><u>Bemerkung:</u> Koordination der bestehenden Angebote und Identifikation von nicht abgedeckten Bedürfnissen.</p>		
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Soziale Unterstützung/soziale Teilhabe 		
Lebenswelt(en), Settings ältere Menschen	<ul style="list-style-type: none"> • politische Gemeinde • Vereine, Vereinigungen, Selbsthilfegruppen 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
	<p><u>Bemerkung:</u> Zwischenberichte 2011 – 2014, Schlussbericht 2015</p>		
Dokumentation	<p>Diverse Unterlagen (Konzept Pilotphase, Tagungsberichte, Testimonials, Erfolgsfaktoren/Stolpersteine usw.) verfügbar.</p>		



Steckbrief	
Projektname	Café Bâlace
Kurzbeschreibung	Café Bâlace bietet Bewegung und geselligen Austausch in verschiedenen Quartiertreffpunkten im Kanton Basel-Stadt. Das Bewegungsangebot «Rhythmik nach Dalcroze» verbessert die Gangsicherheit und vermindert das Sturzrisiko. Beim anschliessenden Kaffeepausch steht das gesellige Beisammensein im Zentrum. Die Anlässe finden wöchentlich und je nach Standort an einem Vor- oder Nachmittag statt.
Verantwortliche Trägerschaft	Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt
Website	www.gesundheit.bs.ch/ueber-uns/programme/alter-gesundheit/cafe-balance.html
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul B Ernährung u. Bewegung ältere Menschen • Modul D Psychische Gesundheit ältere Menschen (partiell)
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • individuumsorientierte Massnahme(n) - Verhaltensansatz
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • kantonale (Kanton Basel-Stadt) <p><u>Bemerkung:</u> 10 Standorte in BS; rund 350 Teilnehmende. Es existieren weitere Angebote nach dem Vorbild von Café Bâlace in Solothurn und anderen Kantonen.</p>
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch
Beginn	Start Pilotphase im 2010
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Drittes Lebensalter (vital) • Viertes Lebensalter (fragil)
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<p><u>Mitwirkende (vor Ort)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmik-Leiterinnen (Verein Erwachsenen- und Seniorenrhythmik nach Dalcroze) • Leitende und Mitarbeitende Quartier-Treffpunkte / Lokale • Freiwillige Mitarbeitende (Seniorinnen, Senioren) <p><u>Weitere Partner:</u> Forum 55+ Basel-Stadt, Basel-Städtischer Apothekerverband, Medizinische Gesellschaft Basel Medges, Physioswiss beider Basel</p>
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Kurs, Training, Bildungsangebot • Öffentlichkeitsarbeit • Vernetzung • Aktion, Anlass, Event

	<u>Bemerkung:</u> Durch das Projekt werden kantonale und kommunale Fachstellen besser vernetzt (z.B. Kontaktstelle Quartierarbeit, Sportamt, Bereich Langzeitpflege, Gemeindebehörden). In den Quartiertreffpunkten findet regelmässig eine Vortragsreihe zu Gesundheit im Alter statt. Im Anschluss können die Teilnehmenden das Café Bâalance kennenlernen.		
Zugänglichkeit	Durch die Quartiernähe auch für mobilitätseingeschränkte Personen erreichbar. Kostengünstig. Einstieg jederzeit möglich, keine Vorkenntnisse nötig.		
	<u>Bemerkung:</u> Zusätzlich zu den 10 Standorten gibt es das Angebot «Café Bâalance all'italiana – ginnastica dolce» an einem weiteren Standort. Es spricht gezielt italienisch sprechende Seniorinnen und Senioren an und wurde in Zusammenarbeit mit der Stiftung Fopras und der Unitre lanciert. Hier findet anstatt der Rhythmik eine Gymnastiklektion (Kräftigung, Koordination, Sturzprävention) statt.		
Fokus Bewegung: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Förderung Koordination, Orientierung, Multi-Tasking • Förderung Gleichgewicht • Allgemeine Sturzprävention • Stressregulierung, psychisches Wohlbefinden, soziale Integration (Bewegung als Mittel zum Zweck) 		
	<u>Bemerkung:</u> Die angebotene Rhythmiklektion nach der Methode Jaques-Dalcroze verbindet Musik mit Koordination. Sie soll die Gangsicherheit verbessern und das Sturzrisiko vermindern.		
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Soziale Unterstützung/soziale Teilhabe 		
Lebenswelt(en), Settings ältere Menschen	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnsiedlung, Quartier, Naherholungsgebiet 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ) Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
	<u>Bemerkung:</u> Selbstevaluationsbericht mit Auswertung Teilnehmerbefragung (209 Personen) von 2014. Überprüfung der Wirksamkeit von Dalcroze: Trombetti et al., 2011 http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21098340		
Dokumentation	Infolyer, Video-Trailer https://vimeo.com/64382901 , Leitfaden «Vor Ort» für Quartier-Treffpunkte		



Steckbrief	
Projektname	Café Dialogue
Kurzbeschreibung	«Café Dialogue» findet nach dem Vorbild der sogenannten «Philosophischen Cafés» statt. Es geht darum gemeinsam über relevante Themen, welche ältere Menschen betreffen nachzudenken und auszutauschen; ohne Anspruch an irgendwelche Vorkenntnisse. Die Themen werden von den Teilnehmenden ausgewählt.
Verantwortliche Trägerschaft	Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt
Website	www.gesundheit.bs.ch/ueber-uns/programme/alter-gesundheit/cafе-dialogue.html
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul D Psychische Gesundheit ältere Menschen
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • individuumsorientierte Massnahme(n) - Verhaltensansatz
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • kantonal (Kanton Basel-Stadt)
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch
Beginn	Seit 2015
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Drittes Lebensalter (vital) • Viertes Lebensalter (fragil)
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<u>Mitwirkende (vor Ort)</u> <ul style="list-style-type: none"> • Moderator/in Gesprächsrunden • Mitarbeitende Quartiertreffpunkt
	<u>Weitere Partner:</u> Fachhochschule Nordwestschweiz, Prof. Andreas Brenner, Kultur- und Begegnungszentrum Union
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Aktion, Anlass, Event • Öffentlichkeitsarbeit • Partizipation: Mitwirkung durch ältere Menschen
	<u>Bemerkung:</u> In den Quartiertreffpunkten findet regelmässig eine Vortragsreihe zu Gesundheit im Alter statt. Bei dieser Gelegenheit wird auf das Café Dialogue aufmerksam gemacht.
Zugänglichkeit	kostenlos, keine Vorkenntnisse, willkommen sind auch Personen, die nur Zuhören wollen
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung von Optimismus und Zuversicht • Soziale Unterstützung/soziale Teilhabe • verbessertes Erleben von Sinnhaftigkeit/Bedeutsamkeit
Lebenswelt(en), Settings ältere Menschen	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnsiedlung, Quartier

Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
Dokumentation	Infolyer, Projektskizze Pilotprojekt		

Steckbrief	
Projektname	Du seisch wo düre/zwäg!
Kurzbeschreibung	Das Programm «Du seisch wo düre» (DSWD) ist ein erfolgreiches und mehrfach evaluiertes Konzept zur Stärkung der Lebenskompetenzen von Schüler/-innen. Es unterstützt die Jugendlichen bei der Beantwortung aktueller Lebensfragen oder beim Lösen von Problemen. zWäg! ist eine Weiterentwicklung von DSWD und wird im berufsvorbereitenden Schuljahr BVS an der Berufs-, Fach-, und Fortbildungsschule BFF in Bern angeboten.
Verantwortliche Trägerschaft	Gesundheitsdienst der Stadt Bern <u>Bemerkung:</u> Ende 2015 wurde der Verein „DSWD/zWäg!-Netz“ aufgelöst.
Website	www.bern.ch/themen/gesundheit-alter-und-soziales/gesundheit-in-der-schule/gesundheitsforderung-in-der-schule
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • individuumorientierte Massnahme(n) - Verhaltensansatz
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Kantonal (Kanton BE)
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • Deutsch
Beginn	DSWD seit 1988 zWäg! seit 2000
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Sekundarstufe I (Realklassen und Klassen zur besonderen Förderung) • Sekundarstufe II, Berufslehre, Berufsvorbereitendes Schuljahr (Brückenangebote)
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Externe Fachpersonen als Begleitpersonen, die beim Gesundheitsdienst Bern angestellt und somit in die Organisation eingebettet sind
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Beratung, Coaching • Kurs, Training, Bildungsangebot • Vernetzung
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Problemlösefertigkeit • Stärkung Selbstwirksamkeitserwartung und/oder Kontrollüberzeugung
Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Schule (Primarstufe, Sekundarstufe I) • Schule (Gymnasium, Berufsschule etc.)

	Form	Art	Stand
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
	Beispiele zu DSWD:		
	<ul style="list-style-type: none"> • Habermann-Horstmeier L. (2013): „Du seisch wo düre“ (DSWD). Evaluation des Projekts auf der Basis einer schriftlichen Befragung der TeilnehmerInnen der Jahre 2004 – 2012. Masterarbeit zur Erlangung des Masters of Public Health im Rahmen des Weiterbildungsstudiengangs Public Health der Universitäten Basel, Bern und Zürich • Bucher S, Bolliger-Salzman H. (2004): Evaluation des Projekts DSWD. Ergebnisse aus der Befragung der teilnehmenden Jugendlichen. Bern: Abt. für Gesundheitsforschung, Institut für Sozial- und Präventivmedizin (ISPM), Universität Bern • Bisegger C, Bolliger-Salzman H. (1998). Evaluation des „Du seisch wo düre“ (DSWD) 97/98. Bern: Abt. für Gesundheitsforschung, Institut für Sozial- und Präventivmedizin (ISPM), Universität Bern <p>Beispiele zu zwäg:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bolliger-Salzman H, Liem U.(2007)...weil wir haben über Sachen gesprochen.“ In wie weit tragen die systematischen zWäg!-Gespräche zur Konfliktlösungsfähigkeit und Gewaltprävention bei? Bericht über die Auswertung von 25 zufällig ausgewählten zWäg!-Fragebögen der Jahre 2006 und 2007. Bern: Universität • Bolliger-Salzman H, Giezendanger S. (2009). Evaluation von Einzel-und Gruppengesprächen des Gesundheitsförderungsprogramms zWäg! Betriebe. Auswertung von 73 Fragebogen aus dem Pilotversuch im Jahr 2008 im Rahmen des UeK. Bern: Universität 		

Steckbrief	
Projektname	ESSKI (Eltern und Schule stärken Kinder)
Kurzbeschreibung	ESSKI fördert die psychosoziale Gesundheit auf der Primarstufe, indem es Kompetenzen und Ressourcen bei Lehrerinnen und Lehrern, Schulkindern und deren Eltern stärkt, also auf mehreren Ebenen ansetzt. ESSKI richtet sich an die Zielgruppe der 1. – 6. Primarstufe. Das Programm eignet sich als Projekt zur Schul- und Qualitätsentwicklung, da es die gesamte Schule und alle Personen einbezieht, welche in ihr leben, lernen und arbeiten. Das Projekt wird zur Angelegenheit der gesamten Schule.
Verantwortliche Trägerschaft	Hochschule für Soziale Arbeit FHNW
Website	www.esski.ch/esski-1
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • kantonal (Kanton ZG, BS)
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch
Beginn	<u>Ursprünglich aus Deutschland:</u> 2004-2006 Pilotstudie, 2007 – 2009 Weiterentwicklung im Kanton ZG. 2007-2010 ESSKI Migration Kanton BS
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Schülerinnen und Schüler der Primarstufe • Eltern • Lehrpersonen
Weitere Spezifizierungen der Zielgruppe(n):	<p>Intervention für die Kinder: Mit dem Lehrmittel "Fit und stark fürs Leben" werden die sozialen und personalen Kompetenzen von Schülerinnen und Schülern gefördert.</p> <p>Intervention für die Lehrperson: Die Fortbildung «Sichere Lehrpersonen - starke Schülerinnen und Schüler» stärkt die Handlungskompetenzen und Ressourcen von Lehrpersonen im Umgang mit Disziplinproblemen und anderen Situationen in der Schulklasse.</p> <p>Intervention für die Eltern: Eltern stärken ihre Erziehungskompetenzen durch die Teilnahme an einem Angebot von "Triple P" (Positive Parenting Programm). Sie können das Programm entweder im Selbststudium oder in speziell für die Schule organisierten Kursen kennen lernen.</p>
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Kurs, Training, Bildungsangebot • Medium: z.B. Internetseite, Informationsmaterial, App, DVD etc. • Interventionen auf den drei Ebenen Kinder-Eltern-Schule

Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Selbstwahrnehmung/Achtsamkeit • Verbesserung der Gefühlsbewältigung • Ausbau der Empathiefähigkeit • Stärkung der Fähigkeit zur Stressbewältigung • Verbesserung von Kommunikationsfertigkeiten • Stärkung von Beziehungsfähigkeiten • Verbesserte Fähigkeiten zum kritischen Denken 		
Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Schule (Primarstufe, Sekundarstufe I) 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
	<p>Alle vier Evaluationsberichte sind auf der Webseite www.esski.ch/wissenschaftliche-evaluation aufgeführt.</p> <p><u>Bemerkung:</u> Die Ergebnisse der Wirkungsmessungen zeigen, dass ESSKI auf der Ebene des Elternhauses die grössten positiven Veränderungen hervorgerufen hat. Besonders bewährt hat sich auch die Weiterentwicklung der Elternarbeit zur besseren Erreichung der Familien mit Migrationshintergrund. Zudem wurden durch den kombinierten Einbezug der Lehrpersonen und Eltern deutliche Effekte auf das Rauchverhalten der Schüler erzielt.</p>		



femmesTISCHE

Frauen sprechen über Gesundheit,
Erziehung und Prävention



Gesundheitsförderung
Schweiz

Steckbrief	
Projektname	Femmes-Tische Modul für ältere Migrant/-innen
Kurzbeschreibung	«Femmes-Tische» sind moderierte Gesprächsrunden im privaten oder institutionellen Rahmen. Das Angebot ist für ältere Migrant/-innen (Modul 55+) zu Themen wie Gesundheit, Lebensalltag und altersspezifischen Fragen in den letzten Jahren ausgebaut worden und wird an einigen Standorten umgesetzt. An diesen Gesprächsrunden nehmen auch Männer teil. Erste Erfahrungen liegen an den Standorten in der Deutschschweiz vor. Die Beratungsstelle Wohnen im Alter der Stadt Zürich ist das Kompetenzzentrum für das Thema Alter im Netzwerk Femmes-Tische.
Verantwortliche Trägerschaft	Verein Femmes-Tische Schweiz
Website	National: www.femmes-tische.ch Stadt Zürich: www.stadt-zuerich.ch/gud/de/index/alter/beratung/beratungsstelle-wohnen-im-alter/angebote.html
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none">• Modul B Ernährung u. Bewegung ältere Menschen• Modul D Psychische Gesundheit ältere Menschen
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none">• Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none">• Stadt Zürich, Kanton Zürich• Aarau• Kanton Schwyz• Region Biel-Langenthal <p>Das Netzwerk von Femmes-Tische verfügt aktuell über 27 regionale Standorte in der Deutsch- und Westschweiz.</p> <p><u>Bemerkung:</u> Mit «Gemeinsam in die Zukunft» setzt das Kompetenzzentrum Alter der Stadt Bern ein ähnliches Angebot von Gesprächsrunden für ältere Migrant/-innen um.</p>
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none">• deutsch• französisch• Fremdsprachen (mündlich)• Fremdsprachen (schriftlich)
Beginn	<p><u>Zürich:</u> Pilotphase 2014 bis 2015. Ab 2016 festes Angebot und Erweiterung (Sprachgruppen, Themen) geplant.</p> <p><u>An den anderen Standorten:</u> regional unterschiedlich</p> <p><u>Bemerkung:</u> Femmes-Tische wird seit 1996 umgesetzt.</p>

Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Drittes Lebensalter (vital) • Viertes Lebensalter (fragil) 		
Weitere Spezifizierungen der Zielgruppe(n):	Ältere Menschen mit Migrationshintergrund		
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Moderator/-innen Gesprächsrunden • ältere Migrant/-innen • pflegende Angehörige • Beratungspersonen 		
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Kurs, Training, Bildungsangebot • Peer-Education • Vernetzungsstrukturen • Gemeinwesenarbeit, Soziokultur • Gesprächsrunden im privaten oder institutionellem Rahmen 		
Zugänglichkeit	Die Gesprächsrunden finden in der Regel im privaten oder institutionellen Rahmen in der Muttersprache der Teilnehmenden statt. Die Teilnahme ist kostenlos und unverbindlich.		
Fokus Bewegung: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Förderung von Alltagsbewegung • Allgemeine Bewegungsförderung 		
Fokus Ernährung: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Zusammensetzung der Nahrungsmittel • Wahl von Getränken • Flüssigkeitsaufnahme: ausreichende Mengen 		
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Selbstwirksamkeitserwartung und/oder Kontrollüberzeugung • Stärkung der Problemlösefertigkeit (z.B. Sich Hilfe holen, Umgang mit Institutionen) • Stärkung von Beziehungsfähigkeiten • Soziale Unterstützung/soziale Teilhabe • Förderung des zwischenmenschlichen Klimas 		
Lebenswelt(en), Settings ältere Menschen	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnungen, private Innenräume • Vereine, Vereinigungen, Selbsthilfegruppen • Kulturelle Veranstaltungsorte 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ) Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
	<u>Bemerkung:</u> Stadt Zürich (2015): Schlussbericht Projekt Femmes-Tische Alter / PHZ (2016): Evaluation der Tabakmodule von Femmes-Tische Schweiz / Jahresberichte und jährliche Schlussevaluation		

Dokumentation

Femmes-Tische (national): Konzept, Schulungsunterlagen, Moderationssets, Flyer in diversen Sprachen

Stadt Zürich (Beratungsstelle Wohnen im Alter): Konzept, Schulungsunterlagen, Moderationssets, Flyer in diversen Sprachen



femmesTISCHE

Frauen sprechen über Gesundheit,
Erziehung und Prävention



Gesundheitsförderung
Schweiz

Steckbrief	
Projektname	Femmes-Tische Module Psychische Gesundheit / Gesunder Lebensstart
Kurzbeschreibung	«Femmes-Tische» sind moderierte Gesprächsrunden im privaten oder institutionellen Rahmen. Das Modul Psychische Gesundheit basiert auf der Kampagne «10 Schritte zur Erhaltung der psychischen Gesundheit». Die Erziehenden werden in ihrer sozialen Kompetenz gestärkt, lernen die eigenen Ressourcen kennen und finden aus der Isolation ihres Erziehungsalltages. Durch das Modul Gesunder Lebensstart wird der Zugang zur ärztlichen Versorgung verbessert sowie die Gestaltung einer tragfähigen Beziehung zu Kleinkindern und einer anregenden Lernumgebung in der Familie gefördert.
Verantwortliche Trägerschaft	Verein Femmes-Tische Schweiz
Website	www.femmetische.ch
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none">• Modul A Ernährung u. Bewegung Ki/Ju• Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none">• Verknüpfung struktur- und individuumsorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none">• Deutschschweiz• Westschweiz <p><u>Bemerkung:</u> Das Netzwerk von Femmes-Tische verfügt aktuell über 27 regionale Standorte.</p>
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none">• deutsch• französisch• Fremdsprachen (mündlich)• Fremdsprachen (schriftlich)
Beginn	Modul Psychische Gesundheit seit 2014, Modul Gesunder Lebensstart seit 2015. <u>Bemerkung:</u> Femmes-Tische wird seit 1996 umgesetzt.
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none">• Konzeption, Schwangerschaft• Säuglings- / Kleinkind- / Vorschulalter• Kindergarten• Primarstufe• Sekundarstufe I
Weitere Spezifizierungen der Zielgruppe(n):	Familien mit Migrationshintergrund

Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Moderator/-innen Gesprächsrunden • Eltern • Beratungspersonen 		
	<u>Bemerkung:</u> Vernetzung und Zusammenarbeit mit weiteren Akteuren (z.B. Schule, Mütter-/Väterberatung)		
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Kurs, Training, Bildungsangebot • Peer-Education • Vernetzungsstrukturen • Gemeinwesenarbeit, Soziokultur • Gesprächsrunden im privaten oder institutionellem Rahmen 		
Zugänglichkeit	Die Gesprächsrunden finden in der Regel im privaten oder institutionellen Rahmen in der Muttersprache der Teilnehmenden statt. Das Angebot ist kostenlos und unverbindlich.		
Fokus Bewegung: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Förderung von Alltagsbewegung • Allgemeine Bewegungsförderung • Vermeidung des sitzenden Lebensstils • Motorische Entwicklung 		
	<u>Bemerkung:</u> Modul Gesunder Lebensstart		
Fokus Ernährung: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Zusammensetzung der Nahrungsmittel • Wahl von Getränken • gemeinsame Esskultur 		
	<u>Bemerkung:</u> Modul Gesunder Lebensstart		
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Selbstwirksamkeitserwartung und/oder Kontrollüberzeugung • Stärkung der Problemlösefertigkeit • Stärkung von Beziehungsfähigkeiten • Förderung des zwischenmenschlichen Klimas 		
	<u>Bemerkung:</u> Modul Psychische Gesundheit		
Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnungen, private Innenräume • Vereine, Vereinigungen, Selbsthilfegruppen • Kulturelle Veranstaltungsorte 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
	<u>Bemerkung:</u> PHZ (2016): Evaluation der Tabakmodule von Femmes-Tische Schweiz / Jahresberichte und jährliche Schlussevaluation		
Dokumentation	Konzept, Schulungsunterlagen, Moderationssets, Flyer in diversen Sprachen		



Steckbrief	
Projektname	Fourchette verte senior
Kurzbeschreibung	<p>«Fourchette verte senior» ist ein Qualitäts- und Gesundheits-Label für Institutionen, welche ältere Personen über den ganzen Tag verpflegen. Das Label ist für alle Betriebe im Bereich der Gemeinschaftsgastronomie zugänglich, welche über einen Tag hinweg bzw. während einer vollen Woche ausgewogene Mahlzeiten nach dem Prinzip der gesunden Ernährung und angepasst auf die spezifischen Bedürfnisse älterer Personen anbieten.</p> <p>Aktuell laufen vorbereitende Arbeiten für eine Ausweitung des Labels «Fourchette verte senior» zur Verpflegung von älteren Menschen zu Hause.</p>
Verantwortliche Trägerschaft	Verein Fourchette verte Schweiz
Weitere strategische Trägerorganisationen	CLASS Gesundheitsförderung Schweiz Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE Fédération Romande des Consommateurs (FRC)
Website	www.fourchetteverte.ch
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul B Ernährung u. Bewegung ältere Menschen
Thematische(r) Schwerpunkt(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Ernährung
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • strukturorientierte Massnahme(n) - Verhältnisansatz
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • national (ganze Schweiz)
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch • französisch • italienisch
Beginn	Seit 1993
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Viertes Lebensalter (funktionelle Abhängigkeit) • Viertes Lebensalter (fragil)
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Ernährungsberater-innen • Gastronomiemitarbeitende (Küchenchefs und Personal) • Heimleitungen • Sozialpädagogisches Personal
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Optimierung Ernährungsangebot

Zugänglichkeit	<p>Viele der labellisierten Altersheime bieten auch einen öffentlichen Mittagstisch für Personen im AHV-Alter an.</p> <p>Eine Ausweitung des Labels «Fourchette verte senior» zur Verpflegung von älteren Menschen zu Hause durch Mahlzeitenlieferdienste ist vorgesehen.</p>		
Fokus Ernährung: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Zusammensetzung der Nahrungsmittel • spezifisch Proteinzufuhr • Wahl von Getränken 		
Lebenswelt(en), Settings ältere Menschen	<ul style="list-style-type: none"> • stationäre gesundheitsbezogene Versorgung (Alters-/Pflegeheim) <p><u>Für die zukünftige Ausweitung des Labels vorgesehen sind:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Öffentliche oder halböffentliche Verpflegungsstätten, Restaurants, Cafés • Wohnungen, private Innenräume (durch die Mahlzeitenlieferdienste) 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
	Fremdevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	in Arbeit
	Fremdevaluation	Prozessevaluation (formativ)	in Arbeit
	<p><u>Bemerkung:</u> MIS Trend (2011): Etude qualitative d'évaluation du label Fourchette verte Vaud / Interface (2014): Wirkungsanalyse ausgewählter Modulprojekte der Kantonalen Aktionsprogramme Gesundes Körpergewicht / Wirkungsevaluation des Labels Junior in Arbeit (2017) / Prozessevaluation des Labels Fourchette verte Senior in Arbeit (2017).</p>		
Dokumentation	<p>Allgemeines Dossier zu Fourchette verte und zur Kategorie Fourchette verte senior, Liste fettreicher Speisen, Liste zuckerreicher Lebensmittel und Speisen, Raster Menüplan «Senior», Jahresberichte</p>		

Steckbrief	
Projektname	Begegnung durch Bewegung
Kurzbeschreibung	«Begegnung durch Bewegung» ist ein intergeneratives Bewegungs- und Gesundheitsförderungsprojekt, welches unter anderem im neuen generationenübergreifenden Spiel- und Bewegungspark Basel umgesetzt wird. In Kooperation mit lokalen Organisationen werden kostenlose Bewegungsaktivitäten für alle Altersgruppen angeboten (z.B. Hopp-la Fit, Tandemprojekt, Bewegte Adventszeit). Für den Spiel- und Bewegungspark wurden wissenschaftlich basiert neue Geräte entwickelt, welche von Jung und Alt auf spielerische Art und Weise gemeinsam genutzt werden können.
Verantwortliche Trägerschaft	Stiftung Hopp-la
Weitere strategische Trägerorganisationen	Erziehungsdepartement Kt. Basel-Stadt, Sportamt Stadtgärtnerei Kt. Basel-Stadt DSBG Universität Basel <u>Weitere Partner:</u> Pro Senectute beider Basel
Website	www.hopp-la.ch
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul B Ernährung u. Bewegung ältere Menschen • Modul D Psychische Gesundheit ältere Menschen (partiell) • Modul A Ernährung u. Bewegung Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Pilotprojekt: Schützenmattpark Basel <p><u>Bemerkung:</u> Das erste Folgeprojekt wird in Lyss (BE) realisiert, weitere Standorte in anderen Regionen sind im Gespräch. Die Stiftung unterstützt Initianten im Aufbau und in der Umsetzung von intergenerativen Bewegungsprojekten, damit die Philosophie „Generationen in Bewegung“ – den jeweiligen Verhältnissen entsprechend – schweizweit verbreitet werden kann.</p>
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch
Beginn	Start Pilotphase im 2015
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Drittes Lebensalter (vital) • Viertes Lebensalter (funktionelle Abhängigkeit) • Vorschulalter • Kindergarten, Primarstufe <p><u>Bemerkung:</u> Die Spiel- und Bewegungsinseln sowie die unterschiedlichen Begleitprogramme wurden spezifisch für gemeinsame Aktivität von Jung und Alt entwickelt.</p>

Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Leiter/-innen Bewegungsangebote (Vereine, Organisationen) • Schlüsselpersonen der Umsetzungspartner (z.B. Kinder-Tagesstrukturen, Altersheime, Kultur- und Begegnungszentren, weitere Quartierorganisationen) 		
	<u>Bemerkung:</u> Eine Ausbildung für Kursleitende und Multiplikator/-innen ist im Aufbau.		
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Schaffung / Optimierung Infrastruktur (öffentliche Räume) • Kurs, Training, Bildungsangebot 		
	<u>Bemerkung:</u> Es werden im Schützenmattpark und an weiteren Standorten regelmässig Aktivitäten und Kurse für Jung und Alt angeboten (Hopp-la Fit, Einführungsstunden, MINIMAX Gleichgewichtstraining, Bewegte Adventszeit, Bewegungsparcours).		
Zugänglichkeit	Kostenlose Bewegungsaktivitäten im öffentlichen Raum. Im Rahmen eines Tandem-Pilotprojekts werden die jüngere und die ältere Generation in Betreuungsinstitutionen (Kitas/Tagi/Schulen und Altersheime) durch gemeinsame Bewegungsaktivitäten zusammengeführt (Hopp-la Fit im institutionellen Setting).		
Fokus Bewegung: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Bewegungsförderung • Förderung von Kraft • Förderung von Gleichgewicht • Förderung von Alltagsbewegung • Stressregulierung, psychisches Wohlbefinden, soziale Integration (Bewegung als Mittel zum Zweck) 		
	<u>Bemerkung:</u> Eine neuen Massnahme (Hopp-la Parcours), welche vertieft das Thema Ausdauer aufgreift, ist in Entwicklung.		
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Soziale Unterstützung/soziale Teilhabe 		
Lebenswelt(en), Settings ältere Menschen	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnsiedlung, Quartier, Naherholungsgebiet • Vereine, Vereinigungen, Selbsthilfegruppen • Bewegungsstätte (Sporthallen, Fitnesscenter etc.) • politische Gemeinde 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
	<u>Bemerkung:</u> Zwischenbericht (2015) / Masterarbeit (2014):Konzeption und Umsetzung eines intergenerativen Bewegungs- und Gesundheitsförderungsprojekts / Masterarbeit (2016): Konzeption und Umsetzung intergenerativer Bewegungsprogramme im Rahmen eines Gesundheitsförderungsprojekts der Stiftung Hopp-la / weitere Projektberichte (u.a. Bewegte Adventszeit).		
Dokumentation	Übersichtsdossier, Fact Sheet, Leitfaden Tandemprojekt (in Entwicklung), Internetseite www.hopp-la.ch , Hopp-la Trailer: https://vimeo.com/153491037		

Steckbrief	
Projektname	Kommunale Netzwerke für Bewegung und Begegnung im Alter
Kurzbeschreibung	Initiierung und Aufbau kommunaler Netzwerke zur Förderung von Bewegung und Begegnung im Alter in den Gemeinden. In einem partizipativen Prozess identifizieren Behördenvertreter, Verantwortliche von Organisationen und Anbietern gemeinsam mit der älteren Bevölkerung den prioritären Handlungsbedarf. Die Entwicklung der Netzwerke gestaltet sich je nach Strukturen in den Gemeinden, Bedürfnissen der Zielgruppe und Ressourcen der Akteure unterschiedlich. Dennoch gibt es entscheidende Phasen und Schritte im kommunalen Prozess, welche den Ansatz leiten.
Verantwortliche Trägerschaft	<u>National</u> Public Health Services (Projektleitung, i.A. von Gesundheitsförderung Schweiz)
Weitere strategische Trägerorganisationen	<u>Kanton St. Gallen</u> : Amt für Gesundheitsvorsorge Kt. St. Gallen <u>Kanton Bern</u> : Pro Senectute Kt. Bern (Programm Zwäg ins Alter) <u>Kanton Zug</u> : Pro Senectute Kt. Zug (Programm Gesund altern im Kanton Zug)
Website	Gesundheitsförderung Schweiz / Projekt Via: https://gesundheitsfoerderung.ch/public-health/gesundheitsfoerderung-fuer-aeltere-menschen/downloads.html , Produktübersichtsliste, Rubrik Bewegungsförderung Kanton St. Gallen: www.zepira.info/via.html Kanton Bern: www.zwaeginsalter.ch/Netzwerke/Netzwerk-Biel/PPVMu/ Kanton Zug: www.zg.pro-senectute.ch/angebote-und-veranstaltungen/gesund-altern-im-kanton-zug.html
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul B Ernährung u. Bewegung ältere Menschen • Modul D Psychische Gesundheit ältere Menschen (partiell)
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumsorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Kanton St. Gallen (Jonschwil, Lichtensteig) • Kanton Bern (Biel, Herzogenbuchsee) • Kanton Zug (Risch, Steinhausen) <p><u>Bemerkung</u>: Stand der Pilotprojekte Ende 2016. Im Kanton Zug wurde ausserdem ein kantonales Netzwerk «Bewegen und Begegnen bis 100» aufgebaut.</p>
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch
Beginn	Start Pilotphase im 2014
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Drittes Lebensalter (vital) • Viertes Lebensalter (fragil)

<p>Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeindeverantwortliche • Anbieter und andere professionelle und freiwillige Akteure im Bereich Gesundheitsförderung im Alter in den Gemeinden Vertreter/-innen der älteren Bevölkerung • Angehörige von älteren Menschen • Vertreter/-innen von sozialen und religiösen Institutionen • Anbieter von Versorgungsangeboten (inkl. Ärzteschaft, Spitex, Sozialdiensten, etc.) <p><u>Weitere:</u> Fachpersonen zur fachlichen Beratung und Unterstützung von Gemeinden beim Aufbau eigener kommunaler Netzwerke (z.B. Pro Senectute, kantonale Verwaltung, Dienstleister)</p>
<p>Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Partizipation: Mitwirkung durch ältere Menschen • Vernetzungsstrukturen • Aktion, Anlass, Event • Gemeinwesenarbeit, Soziokultur • Schaffung / Optimierung Infrastruktur (öffentlich) • Medium: z.B. Internetseite, Informationsmaterial, App, DVD etc. <p><u>Bemerkung:</u> Der "Lead" für die Entwicklung eines kommunalen Netzwerks soll in den Gemeinden liegen. Ein regionaler Zusammenschluss mehrerer Gemeinden, als eigene Entität oder als Dach für mehrere kommunale Netzwerke, ist ebenfalls denkbar.</p>
<p>Zugänglichkeit</p>	<p>Um sicherzustellen, dass die Angebote auch auf die Bedürfnisse vulnerabler Zielgruppen ausgerichtet sind, die sonst entweder keinen Zugang hätten oder die Angebote nicht nutzen würden, sollte eine frühe Einbindung von Vertreter/-innen aus diesen Gruppen im Netzwerkprozess gesucht werden.</p> <p>Im Rahmen der Netzwerkaktivitäten sollen bedarfsgerechte Massnahmen für Menschen mit spezifischen Bedürfnissen (z.B. eingeschränkter Mobilität) entwickelt werden.</p>
<p>Fokus Bewegung: thematische Schwerpunkte</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Bewegungsförderung • Förderung von Alltagsbewegung • Allgemeine Sturzprävention • Förderung der Begegnung und sozialen Teilhabe • Stressregulierung, psychisches Wohlbefinden, soziale Integration (Bewegung als Mittel zum Zweck) <p><u>Bemerkung:</u> Koordination bestehender Angebote und Identifikation von nicht abgedeckten Bedürfnissen.</p>
<p>Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Soziale Unterstützung/soziale Teilhabe
<p>Lebenswelt(en), Settings ältere Menschen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • politische Gemeinde • Vereine, Vereinigungen, Selbsthilfegruppen • Kulturelle Veranstaltungsorte • Ambulante gesundheitsbezogene Versorgung (Arztpraxis, Apotheke usw.) • Strasse, Verkehrsumgebung • Wohnsiedlung, Quartier, Naherholungsgebiet

	Form	Art	Stand
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
	<u>Bemerkung:</u> Bericht zum Selbstevaluations-Workshop (2014), Schlussbericht (2017).		
Dokumentation	<p>Gesundheitsförderung Schweiz: Planungsleitfaden, Kurzbroschüre, Produkteübersicht (siehe Übersichtsliste aller Dokumente, Rubrik Bewegungsförderung)</p> <p>St. Gallen: www.zepira.info/via.html, Leporello «Kommunale Netzwerke für Bewegung und Begegnung im Alter» mit Anregungen und Empfehlungen</p> <p>Bern: www.zwaeginsalter.ch/Netzwerke/Netzwerk-Biel/PPVMu/</p> <p>Zug: www.zg.pro-senectute.ch/projekte/bewegen-und-begegnen-bis-100.html</p>		

Steckbrief	
Projektname	Das Chamäleon (Compagnie Le Caméléon)
Kurzbeschreibung	Die Theatergruppe Le Caméléon behandelt gesellschaftliche Themen in eigens zu diesem Zweck geschriebenen Szenen, die sie einem breitem Publikum vorstellt. Ihre Spezialität sind interaktive Animationen im Bereich der Kommunikation. Mit theatralischem Können eröffnen die Schauspieler und Schauspielerinnen den Dialog. Die Zuschauer begeben sich dann selber auf die Bühne und beeinflussen den Ablauf «ihrer» Geschichte.
Verantwortliche Trägerschaft	Compagnie Le Caméléon
Website	www.lecameleon.ch
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • individuumorientierte Massnahme(n) - Verhaltensansatz
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Romandie • Deutschschweiz
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • Französisch • Deutsch
Beginn	Die Compagnie Le Caméléon existiert seit 1994 in der Romandie und seit 2012 in der Deutschschweiz
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Primarstufe • Sekundarstufe I
Weitere Spezifizierungen der Zielgruppe(n):	<ul style="list-style-type: none"> • Das Angebot für die Primarstufe (7- bis 10-Jährige) umfasst den Umgang mit Gefühlen und dem Zusammenleben. Dabei gibt es die Theaterstücke «Gefühle – wozu sind sie da?» oder «Aggressionen» • Mit den Methoden des Forumtheaters greift die Gruppe für Zuschauer ab 10 Jahren verschiedene Themen auf: Cybermobbing, Homophobie, physische Gewalt, Ausgrenzung, Spielsucht, Alkohol, Cannabis, Rauchen usw.
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrpersonen
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Aktion, Anlass, Event
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung von Kommunikationsfertigkeiten • Verbesserung der Gefühlsbewältigung • Stärkung der Selbstwahrnehmung/Achtsamkeit

Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> Schule (Primarstufe, Sekundarstufe I) 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ)	In Arbeit
	Im Jahr 2016 wurde eine Befragung zur Zufriedenheit und zur Wirkung bei den Schüler/Schülerinnen zum Theaterstück Cybermobbing durchgeführt.		
Dokumentation	Für viele Stücke stellt Le Caméléon Ideenboxen bereit, mit denen die Thematik im Unterricht nachbearbeitet werden kann.		

Steckbrief	
Projektname	Jugendprojekt LIFT (Leistungsfähig durch individuelle Förderung und praktische Tätigkeit)
Kurzbeschreibung	LIFT ist ein Integrations- und Präventionsprogramm an der Schnittstelle zwischen Volksschule (Sek I) und Berufsbildung (Sek II). LIFT richtet sich an Jugendliche ab der 7. Klasse, die sich im Hinblick auf den Berufseinstieg und/oder die Lehrstellensuche in einer erschweren Ausgangslage befinden (z.B. ungenügende Leistungen, Motivationsschwierigkeiten, fehlende Unterstützung oder tiefer Selbstwert). Kernelement von LIFT sind regelmässige Kurzeinsätze, sogenannte Wochenarbeitsplätze, die in der schulfreien Zeit in verschiedenen Gewerbebetrieben geleistet werden. In LIFT-Gruppen werden die Jugendlichen an der Schule auf die Einsätze in Modulkursen vorbereitet und begleitet.
Verantwortliche Trägerschaft	Verein LIFT
Website	http://jugendprojekt-lift.ch/
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • individuumorientierte Massnahme(n) - Verhaltensansatz
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • National
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch • französisch • italienisch
Beginn	Pilot 2006 – 2009 an 4 Schulen Kanton Bern und Zürich (Phase I, ab 2010 3 weitere Projektphasen. Aktuell (Ende 2016) 179 Schulen.
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Sekundarstufe I
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrpersonen • Beratungspersonen
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Beratung, Coaching • Kurs, Training, Bildungsangebot • Weiteres: Arbeitseinsatz Wochenarbeitsplatz
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Fähigkeit zur Stressbewältigung • Stärkung der Selbstwirksamkeitserwartung und/oder Kontrollüberzeugung • Stärkung der Kommunikationsfertigkeiten • Stärkung der Selbstwahrnehmung/Achtsamkeit • Stärkung der Problemlösefähigkeit • Stärkung von Beziehungsfähigkeiten

Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> Schule (Primarstufe, Sekundarstufe I) 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
Dokumentation	Alle Unterlagen, Flyer, Factsheets, Broschüren, Jahresberichte und Evaluationsberichte können unter folgendem Link heruntergeladen werden: http://jugendprojekt-lift.ch/downloads/		

Steckbrief	
Projektname	«Maison Verte» Begegnungszentren für Kinder (0-5 Jahre) – und ihre Eltern
Kurzbeschreibung	<p>«Maison Verte»-Zentren sind Anlaufstellen und Begegnungsstrukturen für Kinder von 0 bis 5 Jahren in Begleitung eines Elternteils oder einer anderen Bezugsperson. Sie fördern die sozialen Kontakte von Familien mit Kindern im Vorschulalter, und zwar schon ab der Geburt, weil sich frischgebackene Eltern im Alltag mit ihren Kindern oft isoliert fühlen. Solche Zentren bieten Kindern soziale Begegnungen im Beisein der Eltern und bereiten sie auf die künftige Trennung vor. Gleichzeitig unterstützen sie die Eltern in der Erziehungsrolle.</p> <p>In den einzelnen Regionen des Kantons Waadt gibt es insgesamt 9 Betreuungsstrukturen dieser Art für 0- bis 5-jährige Kinder mit Elternteil. Das Dienstleistungsangebot der «Maison Vertes» wurde im Jahr 2016 ausgewertet.</p>
Verantwortliche Trägerschaft	<u>Canton de Vaud</u> : Service de protection de la jeunesse, Unité de pilotage de la prévention
Website	www.vd.ch/themes/sante/prevention/petite-enfance/lieux-daccueil/
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Kantonal (VD, JU, GE, VS, FR, ZH) • International (Paris) <p><u>Bemerkung</u>: «Die Fadenspule» in Zürich und die «Maisons vertes» in der Romandie basieren auf dem Konzept der «Maison verte».</p>
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • Französisch • Deutsch
Beginn	Das Konzept "Maison Verte" wurde 1979 von F. Dolto in Paris entwickelt (http://www.dolto.fr/archives/siteWeb/maison.htm).
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Säuglings- / Kleinkind- / Vorschulalter • Eltern und Bezugspersonen
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Fachpersonen als Betreuerinnen <p><u>Bemerkung</u>: Die Präsenz der Betreuerinnen ermöglicht, dass Eltern ins Gespräch kommen und so Unterstützung erfahren</p>
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Aktivitäten in der Gemeinschaft, auf soziokultureller und bildungspolitischer Ebene • Aktion, Anlass, Event
Zugänglichkeit	Anonym, frei zugänglich, ohne Anmeldung, kostenlos

Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Eltern-Kind-Bindung, der Beziehungs- sowie der Kommunikationsfähigkeit • Stärkung der Erziehungskompetenz 		
Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Freizeitbereich, Freizeiträume 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
	Evaluation de la prestation LAEP- Synthèse (auf französisch)		
Evaluation de la prestation LAEP – Rapport (auf französisch)			

Steckbrief	
Projektname	MindMatters
Kurzbeschreibung	«MindMatters» ist ein Programm zur Förderung der Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen. Es verfolgt einen ganzheitlichen, settingbezogenen Schulansatz und unterstützt die Entwicklung einer Schulkultur in der sich insbesondere junge Menschen sicher, wertgeschätzt, eingebunden und nützlich fühlen. Das Programm enthält auch Instrumente und Leitfäden für die Planung und das Management zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Schule.
Verantwortliche Trägerschaft	RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung
Website	www.radix.ch/Gesunde-Schulen/Psychische-Gesundheit/MindMatters/PUEFS/
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Art der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Programm
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Deutschschweiz • International (Deutschland und Australien) <p><u>Bemerkung:</u> Aktuell wird eine Multiplikation für die deutsch- und französischsprachige Schweiz von RADIX mit Unterstützung der OAK Stiftung geklärt und vorbereitet (Herbst 2016-Sommer 2017).</p>
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch • französisch (in Abklärung)
Beginn	Modellversuch 2004-2006; seither laufend
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Primarstufe (Zyklus 1 und 2) • Sekundarstufe I (Zyklus 3)
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Schulleitungen • Lehrpersonen • Schulsozialarbeit • Schulische Heilpädagogik (z. B. IF-Lehrpersonen) • Schulpsychologischer Dienst • (Eltern) • nicht-unterrichtendes Personal
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Kurs, Training, Bildungsangebot • Beratung, Coaching • Medium: z.B. Internetseite, Informationsmaterial, App, DVD etc.

Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Ausbau der Empathiefähigkeit • Stärkung der Fähigkeit zur Stressbewältigung • Verbesserung der Gefühlsbewältigung • Stärkung der Beziehungsfähigkeit • Stärkung der Selbstwirksamkeitserwartung und/oder Kontrollüberzeugung • Stärkung der Selbstwahrnehmung/Achtsamkeit • Förderung der sozialen Unterstützung • Stärkung der Problemlösefertigkeit • Förderung des zwischenmenschlichen Klimas, der Kultur im Setting 		
Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Schule (Primarstufe, Sekundarstufe I) <p><u>Bemerkung:</u> Übergang Schule- Beruf. «Fit für Ausbildung und Beruf» ist in Planung</p>		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
	<p>Franze et al. (2007): «MindMatters» Ein Programm zur Förderung der psychischen Gesundheit in Schulen der Sekundarstufe 1 – deutschsprachige Adaptation und Ergebnisse des Modellversuchs, Springer Verlag</p> <p>https://www.radix.ch/files/PETREBM/publikation_evaluation_franze_et_al_2007.pdf</p>		
Dokumentation	<p>Weitere Literatur auf Anfrage.</p> <p>Weitere Informationen Deutschland: www.mindmatters-schule.de/</p>		

Steckbrief	
Projektname	Paarlife Online-Training für werdende Eltern (und Paare)
Kurzbeschreibung	<p>Das Training ist ein wissenschaftlich fundiertes Angebot zur Partnerschaftspflege und beinhaltet wissenschaftlich fundierte, anschaulich aufbereitete Informationen zu Stress und Partnerschaft. Das Training findet online statt und beinhaltet zahlreiche Informationen zum Thema Stress sowie zur angemessenen Kommunikation in der Partnerschaft. Es ist u.a. für die Zielgruppe werdende Eltern aufgrund der örtlichen und zeitlichen Flexibilität sowie der geringen Kosten sehr geeignet und hilfreich. Verschiedene Übungen bieten die Möglichkeit, sich selbst zu reflektieren, sich mit dem Partner über die Übungen auszutauschen und die neuen Erkenntnisse in der Partnerschaft umzusetzen.</p> <p>Vermittelt werden die Inhalte durch Filmszenen, Interviews, Demonstrationen eines Paarcoachings und praktische Übungen.</p>
Verantwortliche Trägerschaft	Universität Zürich
Website	www.paarlife.ch
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • individuumsorientierte Massnahme(n) - Verhaltensansatz
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Deutschschweiz <p><u>Bemerkung:</u> Das Training wird auch Face-to-face- in der Deutschschweiz und in der Westschweiz angeboten.</p>
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch
Beginn	Paarlife existiert seit 1996. Das Online-Training basiert auf einer DVD, die seit 2008 besteht und gut evaluiert ist (Bodenmann et al., 2014; Hilpert et al., 2014).
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Schwangerschaft • Eltern • Alle Paare
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Kurs, Training, Bildungsangebot
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Selbstwirksamkeitserwartung und/oder der Kontrollüberzeugung • Stärkung der Problemlösefertigkeit • Stärkung von Beziehungsfähigkeiten • Soziale Unterstützung • Förderung des zwischenmenschlichen Klimas, der Kultur im Setting

Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • zu Hause 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	in Arbeit
Dokumentation	<p>Enhancement of Couples' Communication and Dyadic Coping by a Self-Directed Approach: A Randomized Controlled Trial (Bodenmann, Hilpert, Nussbeck, Bradbury, 2014)</p> <p>Improving Personal Happiness Through Couple Intervention: A Randomized Controlled Trial of a Self-directed Couple Enhancement Program (Hilpert, Bodenmann, Nussbeck, Bradbury, 2014)</p>		

Steckbrief	
Projektname	Papperla PEP (0-8 Jahre) Bodytalk PEP (Jugendliche und Erwachsene) PEP – Gemeinsam Essen (familienergänzende Betreuungsstrukturen)
Kurzbeschreibung	Die Fachstelle PEP engagiert sich in der Präventions- und Früherkennungsarbeit für ein interdisziplinäres, gesundheitsförderndes Verständnis von psychischer Gesundheit und die Entwicklung einer entsprechenden Haltung im Umgang mit Essen, Bewegung und positivem Selbst- und Körperbild.
Verantwortliche Trägerschaft	Verein PEP – Prävention Essstörungen Praxisnah
Website	http://pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/index.php
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul A Ernährung u. Bewegung Ki/Ju • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • kantonale (Kanton BE, ZH, AG, TG, LU, BL, BS, VS, FR, ZG, GL)
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch • französisch
Beginn	Pilotphase 2009-2011 seither laufend
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Säuglings- / Kleinkind- / Vorschulalter • Kindergarten • Primarstufe • Sekundarstufe I • Sekundarstufe II, Berufslehre, Studium
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Eltern • Lehrpersonen • Betreuungspersonal • Mütter- und VäterberaterInnen
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Kurs, Training, Bildungsangebot • Coaching, Sensibilisierung, Beratung • Vernetzungsstrukturen • Medium: z.B. Internetseite, Informationsmaterial, App, DVD etc.
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Selbstwahrnehmung/Achtsamkeit • Stärkung von Beziehungsfähigkeiten • Verbesserung der Gefühlsbewältigung • Ausbau der Empathiefähigkeit • Stärkung der Selbstwirksamkeitserwartung und/oder Kontrollüberzeugung

Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Kinderbetreuung (Kita, Hort) • Kindergarten • Schule (Primarstufe, Sekundarstufe I) 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
	Schlussbericht 2014/2015: http://www.pepinfo.ch/media/docs/Projekte-PEP/gemeinsam-essen/Evaluation-PEP-Gemeinsam-Essen_Schlussbericht_def.pdf		



Steckbrief	
Projektname	Pfade (Programm zur Förderung Alternativer Denkstrategien)
Kurzbeschreibung	<p>PFADE ist ein evidenzbasiertes schulisches Präventionsprogramm zur Reduktion von nach aussen und nach innen gerichtetem Problemverhalten, Gewalt und Mobbing. Gemäss einem bewährten Aufbau werden gezielt soziale, kognitive und sprachliche Kompetenzen gefördert. Arbeit an sieben Schwerpunktthemen: Regeln, Gesundes Selbstwertgefühl, Gefühle und Verhalten, Selbstkontrolle, Problemlösen, Freundschaften und Zusammenleben, Lern- und Organisationsstrategien.</p> <p>Die PFADE-Lektionen werden in den Klassen unterrichtet und die Konzepte zudem situativ im Alltag und für das Classroom-Management genutzt.</p> <p>Indem die Konzepte auf der Ebene der Schuleinheit eingesetzt und mit den vorhandenen Strukturen verbunden werden, wird ein gesundes Klassen- und Schulklima aufgebaut.</p>
Verantwortliche Trägerschaft	Selbsttragend; angegliedert am Institut für Erziehungswissenschaft (ife.uzh) Universität Zürich
Website	www.gewaltpraevention-an-schulen.ch/index.html
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Deutschschweiz • Österreich • Deutschland
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch
Beginn	Erste Versuche 2004, seit 2008 Umsetzung durch ife.uzh
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Kindergarten • Primarstufe
Weitere Spezifizierungen der Zielgruppe(n):	<p>Schulung und Coaching aller Beteiligten (Lehrpersonen, Schulleitung, Betreuung etc.).</p> <p>Eltern als wichtigste Bezugspersonen des Kindes Elternkurse, Informationsmappen für Eltern.</p>
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Projektverantwortliche vor Ort: Schlüsselpersonen oder Mitglieder Steuergruppe • Jede Schule erhält PFADE-Fachperson des Fachteams der UZH als Coach
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Kurs, Training, Bildungsangebot

Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der Gefühlsbewältigung • Stärkung der Selbstwahrnehmung/Achtsamkeit • Ausbau der Empathiefähigkeit • Stärkung von Beziehungsfähigkeiten • Stärkung der Problemlösefertigkeit • Stärkung Selbstwirksamkeitserwartung und/oder Kontrollüberzeugung • Förderung zwischenmenschliches Klima, Kultur im Setting 		
Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Schule (Primarstufe, Sekundarstufe I) • zu Hause 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
Dokumentation	Factsheets, Infomappe, Medienberichte sind alle auf der Webseite zugänglich: http://www.gewaltprävention-an-schulen.ch/Fuer_Interessierte.html		

Steckbrief	
Projektname	Solidarische Quartiere und Gemeinden (Quartiers et Villages Solidaires)
Kurzbeschreibung	«Quartiers Solidaires (Solidarische Quartiere)» fokussiert sich auf die Stärkung, Entwicklung und Pflege von sozialen Kontakten zur Verbesserung der Lebensqualität und Integration von älteren Menschen vor Ort oder in einem Quartier. Die Besonderheit daran? Mit der Unterstützung einer qualifizierten Fachperson werden die Quartierbewohner/-innen, insbesondere die ältere Bevölkerung, darin bestärkt, ihr eigenes Lebensumfeld aktiv mitzugestalten und Projekte gemäss ihren Bedürfnissen, Ressourcen und Wünschen zu planen und umzusetzen.
Verantwortliche Trägerschaft	Pro Senectute Vaud
Website	www.quartiers-solidaires.ch
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul D Psychische Gesundheit ältere Menschen
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumsorientierte Massnahme(n)
Art der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Programm
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • kantonale (Kanton VD) <p><u>Bemerkung:</u> Ähnliche Projekte in der Schweiz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • « AWIQ Alt werden im Quartier » (Stadt Frauenfeld) • Pilotprojekt « Vicino » (Stadt Luzern) • « Quartierprojekt Adliswil » (Pro Senectute Zürich) • «Regione solidale» (ATTE, Tessin)
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • französisch <p><u>Bemerkung:</u> Dokumente zur Methodologie sind erhältlich in Deutsch, Französisch, Englisch und Italienisch.</p>
Beginn	2002
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Drittes Lebensalter (vital) • Viertes Lebensalter (fragil)
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Soziokulturelle/r Animator/in • Ältere Menschen • Quartierbewohner/-innen (z.B. Kinder, Jugendliche, Migrant/-innen) • Vertreter/-innen von Vereinen, lokalen Akteuren und Entscheidungsträgern

Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Partizipation und Mit-Aufbau: Mitwirkung durch ältere Menschen in verschiedenen Bereichen • Aktion, Anlass, Event • Gemeinwesenarbeit, Soziokultur • Verbesserung der Synergien und interdisziplinären Zusammenarbeit zwischen den beteiligten Akteuren (gemeinsame Haltung) 		
Zugänglichkeit	Durch die über den Einbezug der verschiedenen Gruppen und Akteure generierten Informationen wird der Zugang zu lokalen Bevölkerung schrittweise verbessert.		
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Soziale Unterstützung/soziale Teilhabe • Erhöhung der Anzahl verlässlicher Bezugspersonen • Stärkung der Selbstwirksamkeitserwartung und/oder Kontrollüberzeugung • Förderung des zwischenmenschlichen Klimas, der Kultur im Setting • verbessertes Erleben von Sinnhaftigkeit/Bedeutsamkeit 		
Lebenswelt(en), Settings ältere Menschen	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnsiedlung, Quartier • politische Gemeinde 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Fremdevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
	Bemerkung: Externe Evaluationsberichte zur Methodologie: Evaluation « Quartiers Solidaires », socialdesign (2013), Evaluation « Villages Solidaires », socialdesign (2016).		
Dokumentation	<p>Berichte von Pro Senectute VD: von allen beteiligten Quartiere (Jahres- und Schlussberichte), Videos, Zeitschriften.</p> <p>Die methodischen Unterlagen sind in drei Landessprachen erhältlich bei der Einheit Gemeinwesenarbeit der Pro Senectute des Kantons Waadt und auf der Website www.quartiers-solidaires.ch.</p>		

Steckbrief	
Projektname	schrift:weise
Kurzbeschreibung	schrift:weise ist ein sekundärpräventives Spiel- und Lernprogramm zur frühen Förderung von Kindern in sozial benachteiligten, insbesondere bildungsfernen Familien. Die Familien werden darin unterstützt, eine vertrauensvolle und anregungsreiche Umgebung zu schaffen. Das natürliche Entwicklungspotenzial der Kinder wird dadurch gestärkt und gefördert. Durch die soziale Vernetzung mit anderen Familien und dem Kennenlernen lokaler Angebote wird zudem ein wichtiger Beitrag zur Integrationsförderung geleistet.
Verantwortliche Trägerschaft	Verein a:primo 14 Trägerschaftsmitglieder von Schweizer Städten und Gemeinden
Website	www.a-primo.ch/de/angebote/programm-schrift-weise/uebersicht
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju • Modul A Ernährung u. Bewegung Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • kantonale (Kanton BE, ZH, BS, SO, BL, VD, ZG, GE) • Liechtenstein • Niederlande • Deutschland
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch • französisch
Beginn	2008-2011 (Basisevaluation), seither laufend
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Kleinkind- /Vorschulalter • Eltern
Weitere Spezifizierungen der Zielgruppe(n):	Sozial benachteiligte/bildungsferne Familien
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Geschulte Hausbesucherinnen • Koordinatorinnen
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Beratung, Coaching • Vernetzungsstrukturen • Gruppentreffen • Hausbesuche
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Erziehungskompetenz • Ausbau der Empathiefähigkeit • Soziale Unterstützung • Verbesserung der Kommunikationsfertigkeiten • Stärkung von Beziehungsfähigkeiten • Verbesserung der physischen Umweltbedingungen mit positiven Auswirkungen auf die Psyche

Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnsiedlung, Quartier • zu Hause 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor (erhältlich auf Anfrage)
Dokumentation	<u>Bemerkung:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Marie Meierhofer Institut für das Kind (2008–2011): schritt:weise an 8 Standorten mit über 140 Familien • Universität Bern (2007–2012): schritt:weise im Rahmen des Pilotprojekts primano mit 4 Programmdurchläufen und rund 120 Familien 		
	Filme zu schritt:weise und Beiträge des SRF: https://www.a-primo.ch/de/angebote/programm-schritt-weise/filme Medienberichte: https://www.a-primo.ch/de/angebote/programm-schritt-weise/medienberichte		

Steckbrief	
Projektname	Spielzeugfreier Kindergarten
Kurzbeschreibung	Das Projekt Spielzeugfreier Kindergarten ist ein Lebenskompetenzprojekt, durch das bestimmte Ressourcen der Kinder gefördert werden. Ziel des Projekts ist es, dass Kinder selber über ihre Zeit verfügen und ihren eigenen Rhythmus entwickeln können.
Verantwortliche Trägerschaft	<u>Aargau</u> : Suchtprävention Aargau, <u>Zürich</u> : Prävention Sucht Zürcher Oberland, <u>Solothurn</u> : Perspektive Region Solothurn-Grenchen
Website	Webseite mit Konzepten und Grundlagen aus Deutschland: www.spielzeugfreierkindergarten.de <u>Regionale Seiten:</u> Aargau: http://www.spielzeugfrei.ch/ Zürich: http://www.sucht-praevention.ch/p84000902.html Solothurn: https://praevention.so.ch/schule/sucht/spielzeugfreier-kindergarten/
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • kantonale (Kanton AG, SO, ZH) • Deutschland (teilweise Österreich)
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch
Beginn	Konzept 1992, seither laufend
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Kindergarten
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrpersonen • Eltern
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Aktion, Anlass, Event
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Selbstwahrnehmung/Achtsamkeit • Verbesserung der Gefühlsbewältigung • Verbesserung von Kommunikationsfähigkeiten • Stärkung von Beziehungsfähigkeiten • Stärkung der Problemlösefertigkeit • Stärkung Selbstwirksamkeitserwartung und/oder Kontrollüberzeugung
Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Kindergarten

	Form	Art	Stand
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
	Evaluation Aargau 2015/2016		
Dokumentation	Broschüre Spielzeugfreier Kindergarten		

Steckbrief	
Projektname	Sturzprävention bei Personen mit erhöhter Sturzgefährdung
Kurzbeschreibung	Die Zusammenarbeit unter den Akteuren einer (grösseren) Gemeinde, einer Region wird intensiviert mit dem Ziel, die Erfassung, Abklärung, Behandlung und Betreuung von sturzgefährdeten älteren Menschen zu verbessern. Hilfsmittel werden zur Verfügung gestellt, Weiterbildungen zur Sturzprävention bei Fachpersonen durchgeführt und die Bevölkerung zu dem Thema sensibilisiert.
Verantwortliche Trägerschaft	<p><u>National</u> Public Health Services (Projektleitung, i.A. von Gesundheitsförderung Schweiz)</p> <p><u>Kantonal</u> Kanton St. Gallen: Amt für Gesundheitsvorsorge (in Zusammenarbeit mit regionalen Partnern) Kanton Graubünden: Gesundheitsamt Graubünden (in Zusammenarbeit mit regionalen Partnern)</p>
Website	<p>Gesundheitsförderung Schweiz / Projekt Via: https://gesundheitsfoerderung.ch/public-health/gesundheitsfoerderung-fuer-aeltere-menschen/downloads.html, Produktübersichtsliste, Rubrik Sturzprävention</p> <p>Kanton St. Gallen: www.zepra.info/via.html Kanton Graubünden: http://de.graubuenden-bewegt.ch/gesund-im-alter/sturzpraevention/</p>
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul B Ernährung u. Bewegung ältere Menschen
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Kanton St. Gallen: Sarganserland, Region Wil/Toggenburg • Kanton Graubünden: Chur, Prättigau
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch
Beginn	Start der Umsetzung im 2014 in der Pilotregion Sarganserland, im 2015 in den Pilotregionen Chur und Prättigau sowie im 2016 in Wil-Toggenburg.
Ende	Abschluss der Umsetzung im 2017 in den Pilotregionen Sarganserland, Chur und Prättigau.
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Viertes Lebensalter (fragil) <p><u>Bemerkung:</u> Sturzgefährdete ältere Personen, ältere Personen, die bereits gestürzt sind</p>
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Fachpersonen des medizinischen Versorgungssystems • Betreuungspersonal • Beratungspersonen • betreuende Angehörige

	<u>Bemerkung:</u> Ärztinnen und Ärzte, Spitex, Physio-, Ergotherapie, Fachpersonen von Pro Senectute, SRK und weiteren NGOs		
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Vernetzungsstrukturen • Weiterbildung Fachpersonen • Medium: z.B. Internetseite, Informationsmaterial, App, DVD etc. 		
	<u>Bemerkung:</u> Vernetzung der verschiedenen Akteure in der Region verstärken; Hilfsmittel verfügbar machen (z.B. Sturz-Broschüren, Ablaufschemata Sturzrisikoabklärung), organisationsinterne Schulungen zur Sturzprävention, Medienarbeit.		
Zugänglichkeit	Für die in der Sturzprävention involvierten Akteure stehen verschiedene Checklisten zur Gewährleistung der Chancengleichheit auf Ebene der Angebote für die älteren Menschen zur Verfügung (z.B. ältere Menschen mit Migrationshintergrund).		
Fokus Bewegung: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • spezifische Sturzprävention (unfallpräventive Bewegung) • Förderung von Kraft • Förderung von Gleichgewicht 		
	<u>Bemerkung:</u> Die Akteure werden sturzpräventiv tätig, indem sie einerseits Sturzrisiken erkennen, andererseits aber auch therapeutische, pflegerische oder präventive Massnahmen ergreifen. Zentral dabei ist der Aufbau einer interdisziplinären Kommunikation.		
Lebenswelt(en), Settings ältere Menschen	<ul style="list-style-type: none"> • Region • Ambulante gesundheitsbezogenen Versorgung (Arztpraxis, Spitex, Physio-/Ergotherapie usw.) • Weitere Betreuungssysteme (z.B. Pro Senectute, SRK oder weitere NGOs) 		
	<u>Bemerkung:</u> In diesem Projekt definiert sich eine Region dadurch, dass sie eine «logische Einheit» im Versorgungssystem bildet.		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
	<u>Bemerkung:</u> Schlussbericht Via-Teilprojekt Sturzprävention (2017), Schlussbericht Wirkungsevaluation ZHAW (2017), Faktenblatt 24 «Sturzprävention bei Personen mit erhöhtem Sturzrisiko. Erkenntnisse aus der Pilotphase» (2017)		
Dokumentation	<u>Gesundheitsförderung Schweiz (auf Anfrage):</u> u.a. Kurzbeschreibung, Planungsleitfaden, Ablaufschemas (Hausarztpraxis, Spitex, Physio-/Ergotherapie), Meldeblatt Sturzrisiko, Weiterbildungsunterlagen, Konzept Kt. St. Gallen, Konzept Kt. Graubünden <u>bfu:</u> u.a. Übungsbooklet «Ihre Übungen für jeden Tag», Broschüre «Sicher stehen – sicher gehen. Übungsprogramm 3x3», Broschüre «Selbständig bis ins hohe Alter», Fachpublikationen zu Sturzprävention (www.bfu.ch , Für Fachpersonen, Rubrik Sturzprävention)		

Steckbrief	
Projektname	TAVOLATA
Kurzbeschreibung	Das Projekt «TAVOLATA» ist ein Netzwerk von Tischgemeinschaften, welches das Migros-Kulturprozent initiiert hat. Es handelt sich um selbstorganisierte, lokale Tischgemeinschaften, bei denen sich ältere Menschen privat oder in einem halb öffentlichen Raum regelmässig zum gemeinsamen Kochen und Essen und ungezwungenen Austausch treffen.
Verantwortliche Trägerschaft	<u>National:</u> Migros Kulturprozent <u>Regionale Partner:</u> Genossenschaft Migros Aare, Genossenschaft Migros Luzern, Genossenschaft Migros Ostschweiz, Genossenschaft Migros Tessin
Weitere strategische Trägerorganisationen	Pro Senectute, Suchtpräventionsstellen, Forum elle, Age Stiftung, Pädagogische Hochschule Zürich <u>Bemerkung:</u> Gesundheitsförderung Schweiz ist im Beirat vertreten.
Website	www.tavolata.ch
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul D Psychische Gesundheit ältere Menschen • Modul B Ernährung u. Bewegung ältere Menschen (partiell)
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Art der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Projekt
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • national (ganze Schweiz)
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch • französisch • italienisch
Beginn	Seit 2010
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Drittes Lebensalter (vital) • Viertes Lebensalter (fragil)
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Ältere Menschen (TAVOLATA-Kontaktperson und TAVOLATA-Vertreter/-innen)
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinwesenarbeit, Soziokultur • Vernetzungsstrukturen • Partizipation: Mitwirkung durch ältere Menschen
Zugänglichkeit	Pilotprojekt zur besseren Einbindung von Menschen mit bestimmten Krankheiten oder einer Behinderung mit dem Zentrum für Gerontologie und dem Aktionsbündnis Sehen im Alter.

Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Soziale Unterstützung/soziale Teilhabe • Erhöhung der Anzahl verlässlicher Bezugspersonen • Stärkung der Selbstwirksamkeitserwartung 		
Fokus Ernährung: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • gemeinsame Esskultur <p><u>Bemerkung:</u> Für eine ausgewogene Ernährung wird über die «Ernährungsregeln» sensibilisiert. Im Vordergrund steht aber die gemeinsame Esskultur.</p>		
Lebenswelt(en), Settings ältere Menschen	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnsiedlung, Quartier • Freizeitbereich, Freizeiträume 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Fremdevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
	<p><u>Bemerkung:</u> Gartmann, L., Umbach-Daniel, A. (2015): Act for Age – Evaluation und Gestaltung von Tischgemeinschaften für ältere Menschen als nachhaltiges soziales Netzwerk / Rissler, Martina (2013): "TAVOLATA hat viele Gesichter", Bachelorarbeit ZHAW.</p>		
Dokumentation	Diverse Informations- und Gründungsunterlagen (Spielregeln, Checkliste, Flyer), Video, Ernährungsregeln und -test, Marktplatz, Menü/Rezepte-Börse		

Steckbrief			
Projektname	TiL (Training in Lebenskompetenz)		
Kurzbeschreibung	Das Training in Lebenskompetenz, kurz TiL, richtet sich an Schüler/innen, die im Schulalltag mit ihrem Verhalten anecken und sich nicht an Regeln und Grenzen halten. Der TiL -Kurs ermöglicht den ersten Schritt aus einem festgefahrenen Muster zu machen und zeigt Lösungswege auf. Dafür erhalten die Schüler/innen einen «Experimentier-Raum», in dem Regeln, und vor allem auch Selbst, und Sozialkompetenz vermittelt werden.		
Verantwortliche Trägerschaft	Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland		
Website	www.sucht-praevention.ch/p84000875.html		
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju 		
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • individuumsorientierte Massnahme(n) - Verhaltensansatz 		
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • kantonale (Kanton ZH, TG) 		
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch 		
Beginn	2001		
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase	<ul style="list-style-type: none"> • Primarstufe • Sekundarstufe I 		
Weitere Spezifizierungen der Zielgruppe(n)	Schüler und Schülerinnen, die durch dauernde Grenzüberschreitungen einen Schulausschluss riskieren		
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Eltern • Lehrpersonen 		
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Kurs, Training, Bildungsangebot 		
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Problemlösefertigkeit • Verbesserung von Kommunikationsfertigkeiten • Stärkung von Beziehungsfähigkeiten 		
Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Schule (Primarstufe, Sekundarstufe I) 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Selbstevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
Dokumentation	<p><u>Konzept:</u> Training in Lebenskompetenz für die Mittelstufe Flawil. http://www.degersheim.ch/dl.php/de/5188aa86dcd5f/3.7.8%20Training_in_Lebenskompetenz_2011.pdf</p>		

Steckbrief	
Projektname	Tina und Toni / Clever Club
Kurzbeschreibung	<p>Tina und Toni ist ein umfassendes Präventionsprogramm für Einrichtungen, die Kinder zwischen 4 und 6 Jahren betreuen (z.B. Tagesstrukturen wie Mittagstische, Kinderbetreuungsstätten, Freizeiteinrichtungen, Kindergärten etc.).</p> <p>Mit zwölf Geschichten und spielerischen Aktivitäten trägt das Programm dazu bei, die psychosozialen Kompetenzen der Kinder zu entwickeln. Das Programm bietet einen pädagogischen Rahmen. In diesem Rahmen werden Themen wie die Wahrnehmung und der Umgang mit Gefühlen, die Integration in eine Gruppe und das Akzeptieren von Unterschieden behandelt.</p> <p>Clever Club erweitert das Angebot von Tina und Toni auf die Zielgruppe der 7-12-Jährigen.</p>
Verantwortliche Trägerschaft	Sucht Schweiz
Website	www.tinatoni.ch/de/einfuehrung/ http://cleverclub.ch
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • individuumsorientierte Massnahme(n) - Verhaltensansatz
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • National
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • Deutsch • Französisch • Italienisch (nur Tina und Toni)
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Kindergarten • Primarstufe
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Betreuungspersonen • Eltern
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Medium: z.B. Internetseite, Informationsmaterial, App, DVD etc.
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Selbstwahrnehmung/Achtsamkeit • Verbesserung der Gefühlsbewältigung • Stärkung von Beziehungsfertigkeiten • Verbesserte Fähigkeiten zum kritischen Denken • Stärkung der Problemlösefähigkeit • Förderung zwischenmenschliches Klima, Kultur im Setting
Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnsiedlung, Quartier • Kinderbetreuung: Tagesstätte, Hort, Kindergarten • Freizeitbereich, Freizeiträume

	Form	Art	Stand
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Selbstevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor
	<u>Bemerkung:</u> Es gibt vor allem verschiedene Zufriedenheitsbefragungen.		
Dokumentation	Konzept und Kurzbeschrieb Tina und Toni: http://www.tinatoni.ch/fileadmin/TinaToni/DE-11-11-01-Tina-Toni-Introduction.pdf		

Steckbrief	
Projektname	Wikip (Winterthurer Präventions- und Versorgungsprogramm für Kinder psychisch kranker Eltern)
Kurzbeschreibung	Im Rahmen von wikip riefen verschiedene Kooperationspartner Unterstützungs- und Entlastungsangebote für Familien mit einem psychisch belasteten Elternteil in der Region Winterthur-Zürich Unterland ins Leben. Im Projekt wikip soll die psychiatrische und psychosoziale Versorgung von Familien mit einem psychisch belasteten Elternteil nachhaltig verbessert und die Situation der Kinder in der Familie durch frühzeitige Erkennung problematischer Entwicklungen optimiert werden.
Verantwortliche Trägerschaft	iks – Institut Kinderseele Schweiz: Schweizerische Stiftung zur Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen
Website	www.iks-ies.ch/uber-uns/wikip-netzwerk/
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Winterthur und umliegende Gemeinden
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch
Beginn	Pilotphase 2010-2013, Umsetzung seit 2014
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase	<ul style="list-style-type: none"> • Säuglings-, Kleinkind-, Vorkindergarten-Alter • Kindergarten • Primarstufe • Sekundarstufe I
Weitere Spezifizierungen der Zielgruppe(n)	Kinder psychisch kranker Eltern
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Fachpersonen der Anlauf- und Triagestelle • Familien, die Patenschaften übernehmen • SOS-KinderbetreuerInnen
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Beratung, Coaching (Anlauf- und Triagesstelle) • Vernetzungsstrukturen • Patenschaften (Familien in der Nachbarschaft) • Elterngruppen • SOS-Kinderbetreuung
Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der Problemlösefertigkeit • Erhöhung der Anzahl verlässlicher Bezugspersonen • Soziale Unterstützung

Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnsiedlung, Quartier • politische Gemeinde 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Fremdevaluation	Prozessevaluation (formativ)	liegt vor

Steckbrief	
Projektname	zeppelin – familien startklar inkl. <i>PAT mit Eltern lernen</i>
Kurzbeschreibung	zeppelin begleitet Familien mit herausfordernden Startbedingungen mit einem Frühförder- und Elternbildungsprogramm <i>PAT – Mit Eltern Lernen</i> . Die Intervention wird in der als wirksam erwiesenen Qualität der ZEPPELIN Studie umgesetzt. Das Programm beginnt schon während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt und dauert 2 – 3 Jahre.
Verantwortliche Trägerschaft	<u>Zürich:</u> zeppelin – familien startklar gmbh <u>Bemerkung:</u> Für das Programm <i>PAT – Mit Eltern Lernen</i> ist die Dachorganisation « <i>PAT – Mit Eltern Lernen GmbH</i> » aus Deutschland zuständig.
Website	Zürich: http://zeppelin-familien.ch/familien/pat Dachorganisation in Deutschland: www.pat-mitelternlernen.org
KAP-Modul(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Modul C Psychische Gesundheit Ki/Ju
Ansatz der Intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung struktur- und individuumorientierte Massnahme(n)
Reichweite (aktuell)	<ul style="list-style-type: none"> • Zeppelin: Kanton ZH • Weitere Angebote zu <i>PAT – Mit Eltern Lernen</i> in St. Gallen, Thurgau, Bern und Tessin • Deutschland
Sprache(n)	<ul style="list-style-type: none"> • deutsch
Beginn	Interventionsstudie der Heilpädagogischen Hochschule HfH und der Bildungsdirektion Kt. ZH (AJB) ZEPPELIN 0-3 von 2011-2015
Primäre Zielgruppe(n) nach Lebensphase:	<ul style="list-style-type: none"> • Säuglings- / Kleinkind- / Vorschulalter • Eltern
Weitere Spezifizierungen der Zielgruppe(n):	Familien mit mehreren persönlichen, familiären, sozialen oder materiellen Belastungen. Schwangere und Familien mit Kindern zwischen 0 und 4 Monaten bei Anmeldung.
Multiplikatoren/-innen, Personen mit unterstützender Funktion	<ul style="list-style-type: none"> • Elterntrainerinnen/Elterntrainer
Wichtigste Arbeitsweisen, Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Beratung, Coaching • Aktion, Anlass, Event • Hausbesuche

Fokus psychische Gesundheit: thematische Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung von Beziehungsfähigkeiten • Erhöhung der Anzahl verlässlicher Bezugspersonen • Soziale Unterstützung • Stärkung der Erziehungskompetenz • Verbesserung der physischen Umweltbedingungen mit positiven Auswirkungen auf die Psyche 		
Lebenswelt(en), Settings Kinder und Jugendliche	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnsiedlung, Quartier • Hausbesuche 		
Qualitätsentwicklung, Zielerreichung	Form	Art	Stand
	Fremdevaluation	Wirkungsevaluation (summativ)	liegt vor
	<u>Bemerkung:</u> Zeppelin Forschungsergebnisse Mai 2016 siehe http://zeppelin-familien.ch/sites/default/files/5_hauptresultate_eckdaten_praxis_2016.pdf		
Dokumentation	Leitfaden zur Qualitätssicherung bei Interesse zur Umsetzung von PAT – mit Eltern Lernen: http://www.pat-mittelternlernen.org/fileadmin/user_upload/Leitfaden_zur_Qualitaetssicherung.pdf		