Kantonales Programm «Gesundheit im Alter» 2017 - 2021

Stakeholder-Konferenz NCD und Sucht 6. Mai 2019, Bern

Tamara Estermann Lütolf, Programmleiterin Gesundheit im Alter

LUZERN

KANTON LUZERN

Dienststelle Gesundheit und Sport | gesundheit.lu.ch

Inhalt

- Zahlen und Fakten Kanton Luzern
- Rahmenbedingungen für das KAP Alter
- KAP Alter: Vision, Ziele
- Beispiele für Aktivitäten
- Fazit

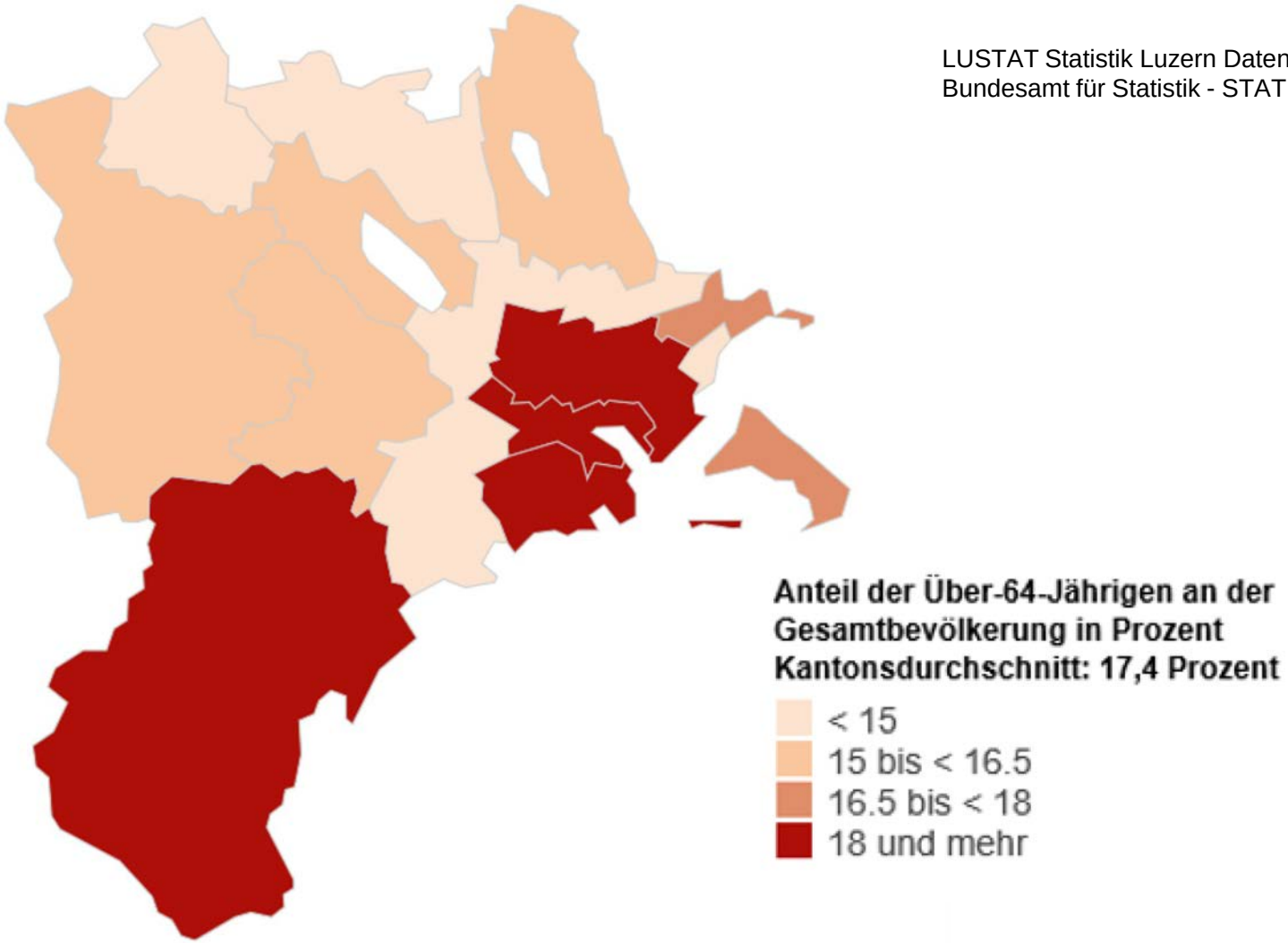
Zahlen und Fakten Kanton Luzern

- **83 Gemeinden**
- **406’506 Bevölkerung**
- **20 Prozent leben in der Stadt Luzern**
- **36,3 Prozent leben in ländlichen Gemeinden**
- **17,4 Prozent 65 Jahre und älter**

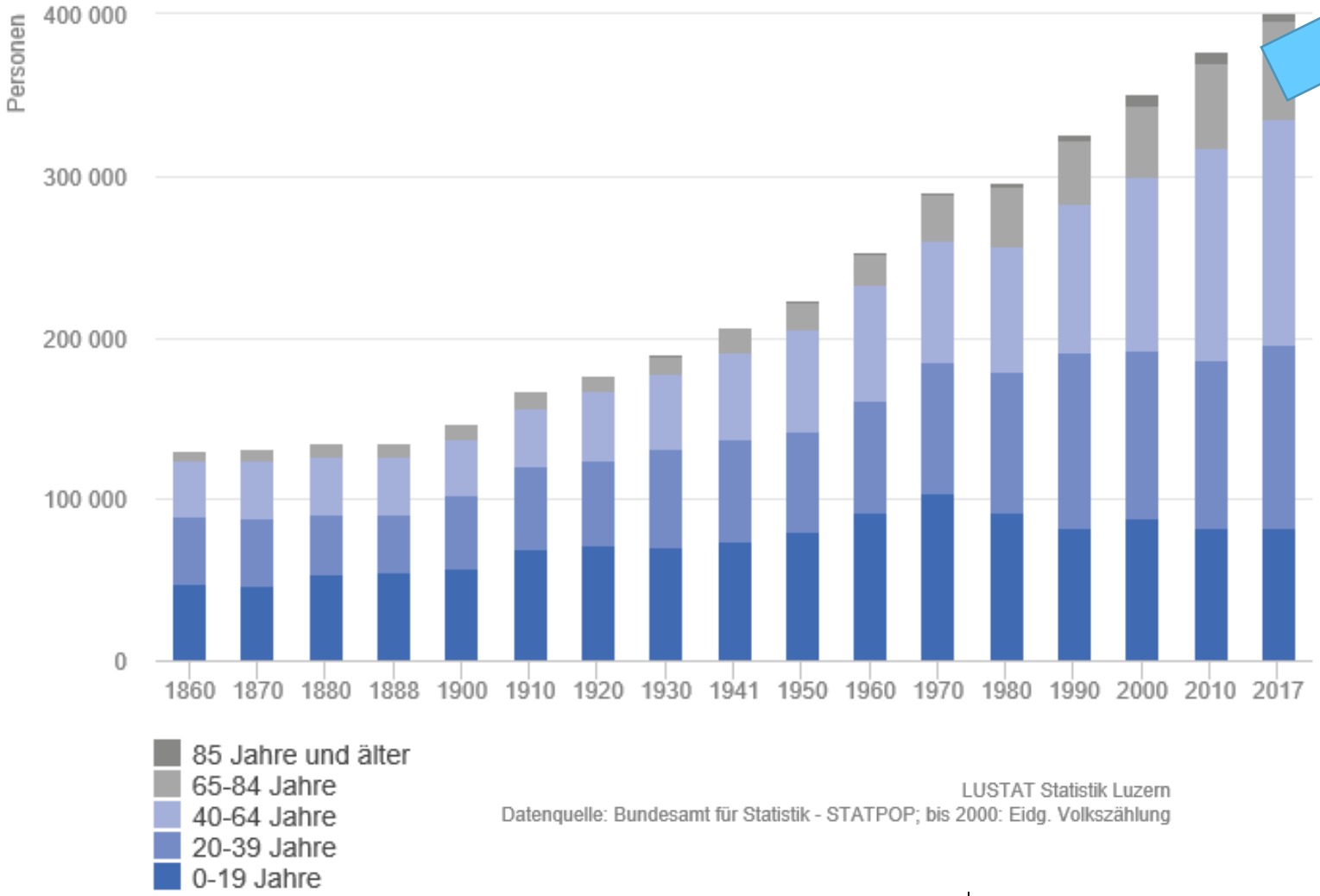
LUSTAT Statistik Luzern Datenquelle:
Bundesamt für Statistik - STATPOP

Über 64-Jährige

LUSTAT Statistik Luzern Datenquelle:
Bundesamt für Statistik - STATPOP



Wohnbevölkerung nach Altersgruppe Kanton Luzern



Gesundheits- und Sozialdepartement

- Luzerner Kantonsspital
- Luzerner Psychiatrie
- Ausgleichskasse Luzern
- IV-Stelle Luzern

Gesundheits- und Sozialdirektor
Guido Graf
Regierungsrat

Departements-sekretariat Erwin Roos	Asyl- und Flüchtlingswesen Silvia Bolliger	Gesundheit und Sport David Dürr	Soziales und Gesellschaft Edith Lang	Lebensmittel-kontrolle und Verbraucherschutz Dr. Silvio Arpagaus	Veterinärdienst Dr. Otto Ineichen	Wirtschaft und Arbeit Martin Bucherer
Finanzen und Controlling	Stab Asyl- und Flüchtlingskoordination	Gesundheitsförderung	Finanzen und Zentrale Dienste	Kantonschemiker	Kantonstierarzt	Stab Support
Rechtsdienst	Zentrale Dienste	Gesundheitsversorgung	Sonderaufgaben	Zentrale Dienste	Zentrale Dienste	Stab Recht
Kommunikation	Zentren	Heilmittel	Fachstelle Gesellschaftsfragen	Chemikalien-sicherheit	Tiergesundheit	Arbeitsmarkt
Soziales und Arbeit	Wohnbegleitung	Humanmedizin	Opferhilfe und Kinderschutz	Inspektion	Lebensmittel-sicherheit	Arbeitslosenkasse
Gesundheit	Sozialdienst	Infektionskrankheiten	Opferberatungsstelle	Chemie	Tierschutz und gefährliche Hunde	Industrie- und Gewerbeaufsicht
Organisation, Informatik und Services	Integrationsmassnahmen	Koordinierter Sanitätsdienst (KSD)	Soziale Einrichtungen	Biologie	Veterinärpolizei	
		Shared Services		Wasser	Amtstierärztinnen und Amtstierärzte	
		Sportförderung			Fleischkontrolle	
		Zahnmedizin			Bieneninspektoren	

selbstständige Anstalt

Grundlagen für das Programm «Gesundheit im Alter»

Dienststelle Gesundheit und Sport | gesundheit.lu.ch

KAP 2017 - 2021

> **Schwerpunkte**
- Ernährung
- Bewegung
- psychische Gesundheit

> **Zielgruppe**
- Menschen ab 65 Jahren
- pflegende Angehörige
- Menschen mit Demenz

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Vision KAP

1 Lebensräume

2 Mobilität - Gangsicherheit

3 Rahmenbedingen

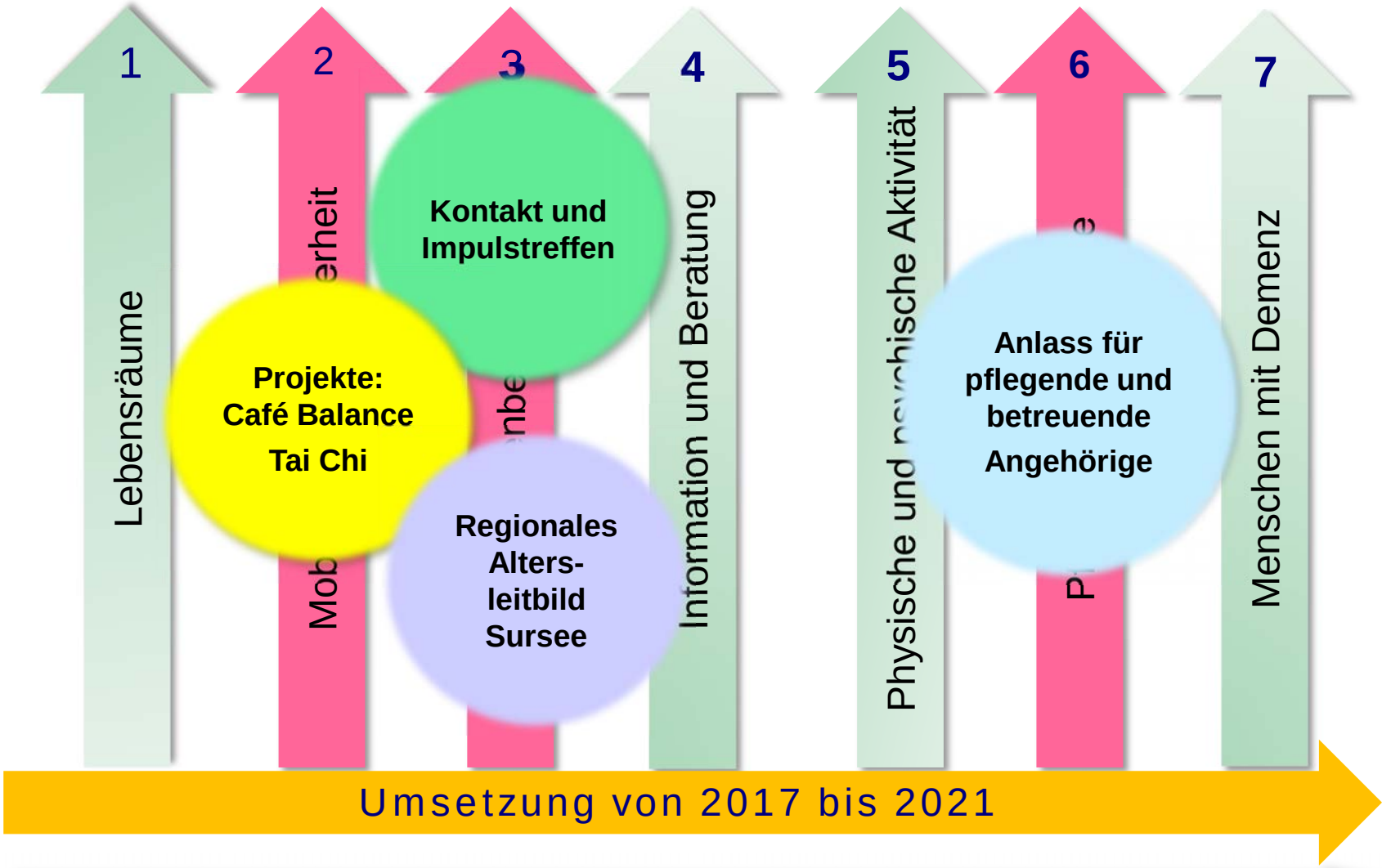
4 Information und Beratung

5 Physische und psychische Aktivität

6 Pflegende Angehörige

7 Menschen mit Demenz

Aktivitäten KAP



Regionales Altersleitbild Sursee (Ziel 3 Rahmenbedingungen)

- 16 Gemeinden
- 60’064 Einwohner
- 8’639 Personen ü65 (14,4 Prozent)
- www.alternbewegt.ch

Café Balance, Region Sursee

(Ziel 2 Sturzprävention)

Tai Chi, Stadt Luzern und Sursee

(Ziel 2 Sturzprävention)

BEWEGTER SOMMER 2019

ÖFFENTLICHES TAI CHI UND QI GONG

7. Mai bis 17. September 2019

Jeweils am Dienstag von 9.00 bis 9.50 Uhr

Auf dem «Inseli» in Luzern

Mit Tai Chi und Qi Gong trainieren Sie Ihre Standfestigkeit, das innere und äussere Gleichgewicht und fördern Ihre Koordination und Konzentrationsfähigkeit. Das Ausführen der langsamen, geschmeidigen Bewegungsabläufe in der Gruppe macht Freude und unterstützt das Wohlbefinden.

Tai Chi und Qi Gong können Sie bis ins hohe Alter ausüben. Es braucht dazu kein sportliches Talent.

Sie brauchen:
Gutes Schuhwerk und der Witterung angepasste Kleidung. Windjacke mit Kapuze oder Schal ist ideal.

Trägerschaft:

Stadt Luzern

PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Dienststelle Gesundheit und Sport

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Dankeschön Anlass für pflegende und betreuende Angehörige

(Ziel 6 Angehörige)

Kontakt und Impulstreffen
(Ziel 3 Rahmenbedingungen)

- **Zielgruppe:** Seniorenräte, Alterskommissionen, Sozialvorsteher/innen und Interessierte
- **Ziele:** Sensibilisierung für Themen der Gesundheitsförderung, Kennenlernen und Teilen von Best Practice, Vorstellen von Projekten, Austausch und Vernetzung
- **Organisation**: gemeinsam mit der Pro Senectute Kanton Luzern, jährliche Treffen (seit 2016)

Fazit

- Vorhandene Strategien (internationale, nationale, kantonale, regionale) nutzen
- Bestehende Aktivitäten einordnen und koordinieren
- Multisektoral denken und planen
- Akteure einbeziehen
- Strategie «leben»

Herzlichen Dank

Tamara Estermann Lütolf
Programmleiterin Gesundheit im Alter

KANTON LUZERN
Dienststelle Gesundheit und Sport
Fachstelle Gesundheitsförderung
Meyerstrasse 20
Postfach 3439
6002 Luzern
Tel. +41 41 228 65 78
tamara.estermann@lu.ch