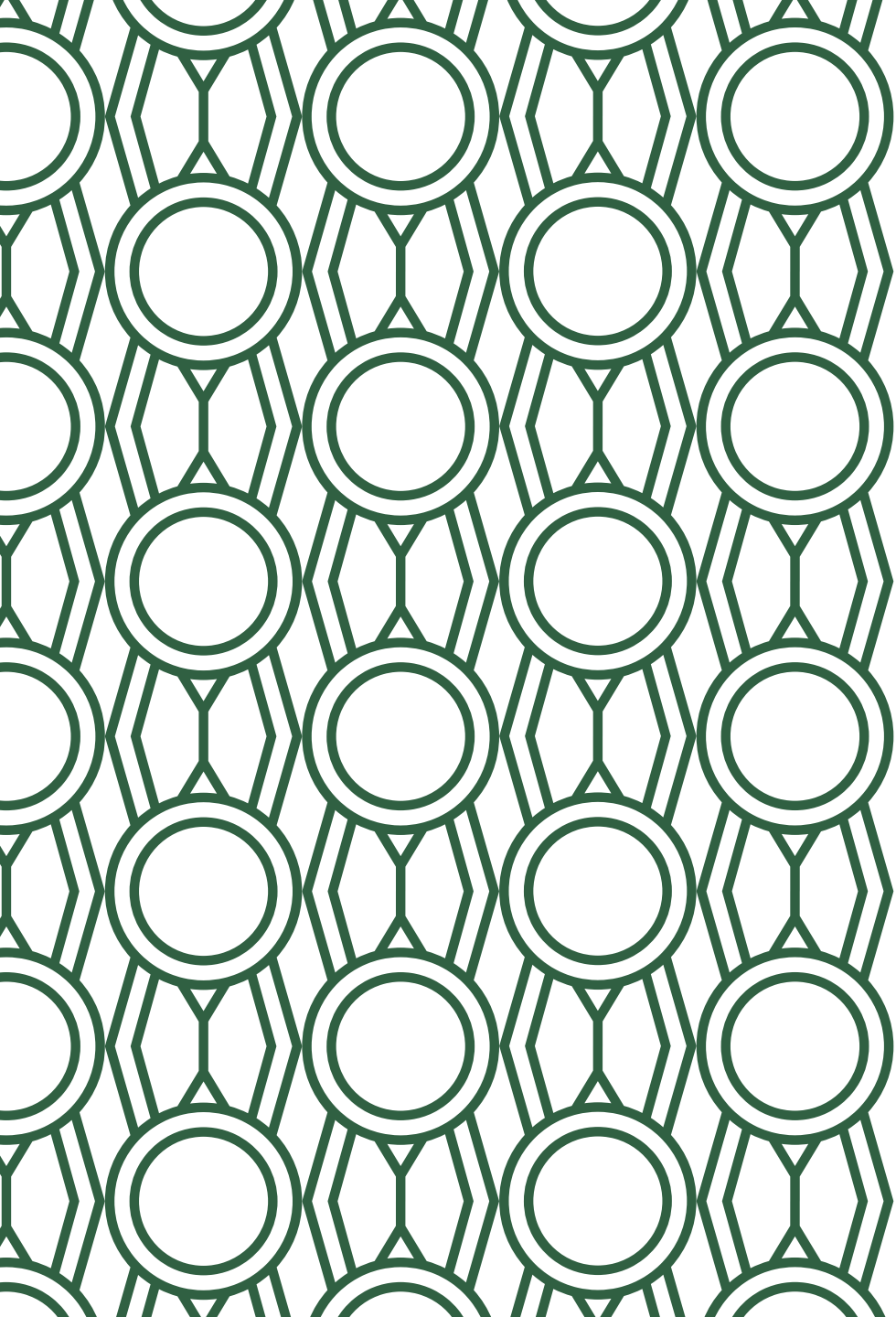




# Herzlich Willkommen zum Planungsworkshop KAP!



**Planungsworkshop KAP 16.10.2024**

**Begrüssung**

**Christoph Amstad**

**Regierungsrat**

**Sicherheits- und Sozialdepartement**



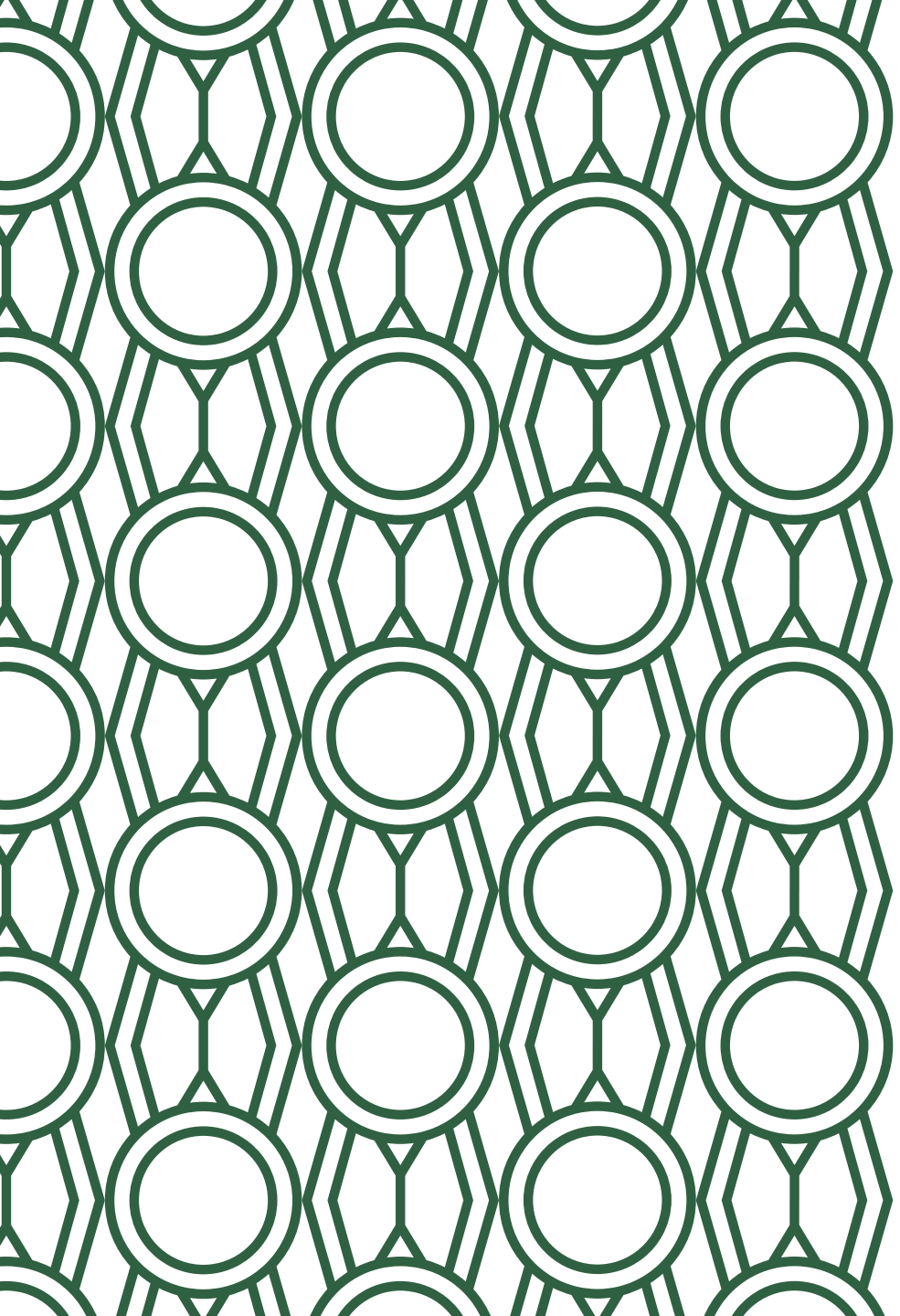
Kanton  
Obwalden

# **Programm**

- 1. 16:10 Uhr - Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)**
- 2. 16:30 Uhr - Inputreferat Markus Zahno**
- 3. 16:50 Uhr - Einführung in die Workshops**
- 4. 17:00 Uhr - Pause**
- 5. 17:15 Uhr - Aufteilung in Gruppen für Workshops**
- 6. 18:20 Uhr - Präsentation Ergebnisse der Workshops im Plenum**
- 7. 18:45 Uhr - Ausblick KAP und Verabschiedung**
- 8. 19:00 Uhr - Apéro riche**

**Moderation: Diana Müller (Gesundheitsförderung & jedes Alter GmbH)**





**Planungsworkshop KAP 16.10.2024**

# **Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)**

**Sicherheits- und Sozialdepartement**

Gesundheitsamt | Sozialamt

Strategische Leitung: Dieter von Ehrenberg | Martina Beeler

Operative Leitung: Lydia Hümbeli | Kathinka Duss



Kanton  
Obwalden



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

## Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

# Inhaltsverzeichnis

1. **Gesundheit in der Schweiz und im Kanton Obwalden: Zahlen und Herausforderungen**
2. **Was ist ein Kantonales Aktionsprogramm (KAP)?**
3. **Aktuell umgesetzte KAP–Massnahmen im Kanton Obwalden**



Kanton  
Obwalden

**Sicherheits- und Sozialdepartement**  
Gesundheitsamt | Sozialamt



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



**Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme  
(KAP)**

# **Gesundheit in der Schweiz und im Kanton Obwalden: Zahlen und Herausforderungen**

## Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

# Gesundheit & Gesundheitsverhalten CH (BFS, 2022\*)

- Nicht-übertragbare Krankheiten als häufigste Todesursachen
- Achtet auf Ernährung: **65.6%** ♂, **75.8%** ♀
- Mind. 5 Portionen Früchte/Gemüse pro Tag, mind. 5 Tage pro Woche: **10.7%** ♂, **20.4%** ♀
- Mangelnde Bewegung: **21.2%** ♂, **26.6%** ♀
- Übergewichtig oder adipös: **52.3%** ♂, **33.8%** ♀
- Mittlere oder hohe psychische Belastung: **14.4%** ♂, **21.1%** ♀ (besonders hoch bei 15- bis 24-Jährigen)

\*Schweizer Bevölkerung ab 15 Jahren



Kanton  
Obwalden

**Sicherheits- und Sozialdepartement**  
Gesundheitsamt | Sozialamt



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

## Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

# Psychische Gesundheit von Jugendlichen

### Aktuelle Zahlen vom Schulgesundheitsdienst OW der 8. Klasse (Schuljahr 23/24)

- Schon einmal konkrete Suizidgedanken gehabt: **14%** ♂, **21%** ♀
  - Vergleich zum Schuljahr 16/17: Jungen (14%), Mädchen (13%)
  - Stagniert bei Jungen, zugenommen bei Mädchen
- Schon einmal absichtlich selbst verletzt / Schmerzen zugefügt: **14%** ♂, **28%** ♀



Kanton  
Obwalden

**Sicherheits- und Sozialdepartement**  
Gesundheitsamt | Sozialamt



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



## Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

# Herausforderung - Demographischer Wandel

## Bevölkerungsentwicklung 2020 – 2050 (Referenzszenario)

Alters- gruppe	Schweiz				Obwalden			
			Veränderung				Veränderung	
	2020	2050	Absolut	In %	2020	2050	Absolut	In %
0-19	1'732'996	2'015'734	282'738	16.3	7'698	8'304	606	7.9
20-64	5'314'338	5'752'262	437'924	8.2	23'072	22'860	-212	-0.9
65 plus	1'640'881	2'672'625	1'031'744	62.9	7601	12876	5275	69.4

Quelle: BFS (2020)



Kanton  
Obwalden

**Sicherheits- und Sozialdepartement**  
Gesundheitsamt | Sozialamt



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

## Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

# Isch Obwaldä zwäg?

Was würde mich motivieren, mich mehr zu bewegen?

Weniger Arbeiten  
Mehr Familien  
genügend Möglichkeiten  
Mehr Vereine  
Anderes fitness center  
einigen Vitaparcours  
Mehr Freizeit  
Biketrails  
Mehr ÖV Möglichkeiten  
besseres Wetter  
Schöneres Wetter  
**Zeit** **velowege** zusätzlicher Bedarf  
Aktive Förderung  
Schönes Wetter  
Kostenlose Angebote  
Persönliche Motivation  
schöne Spazierwege  
Besser beschriftete Vitaparcours



Kanton  
Obwalden

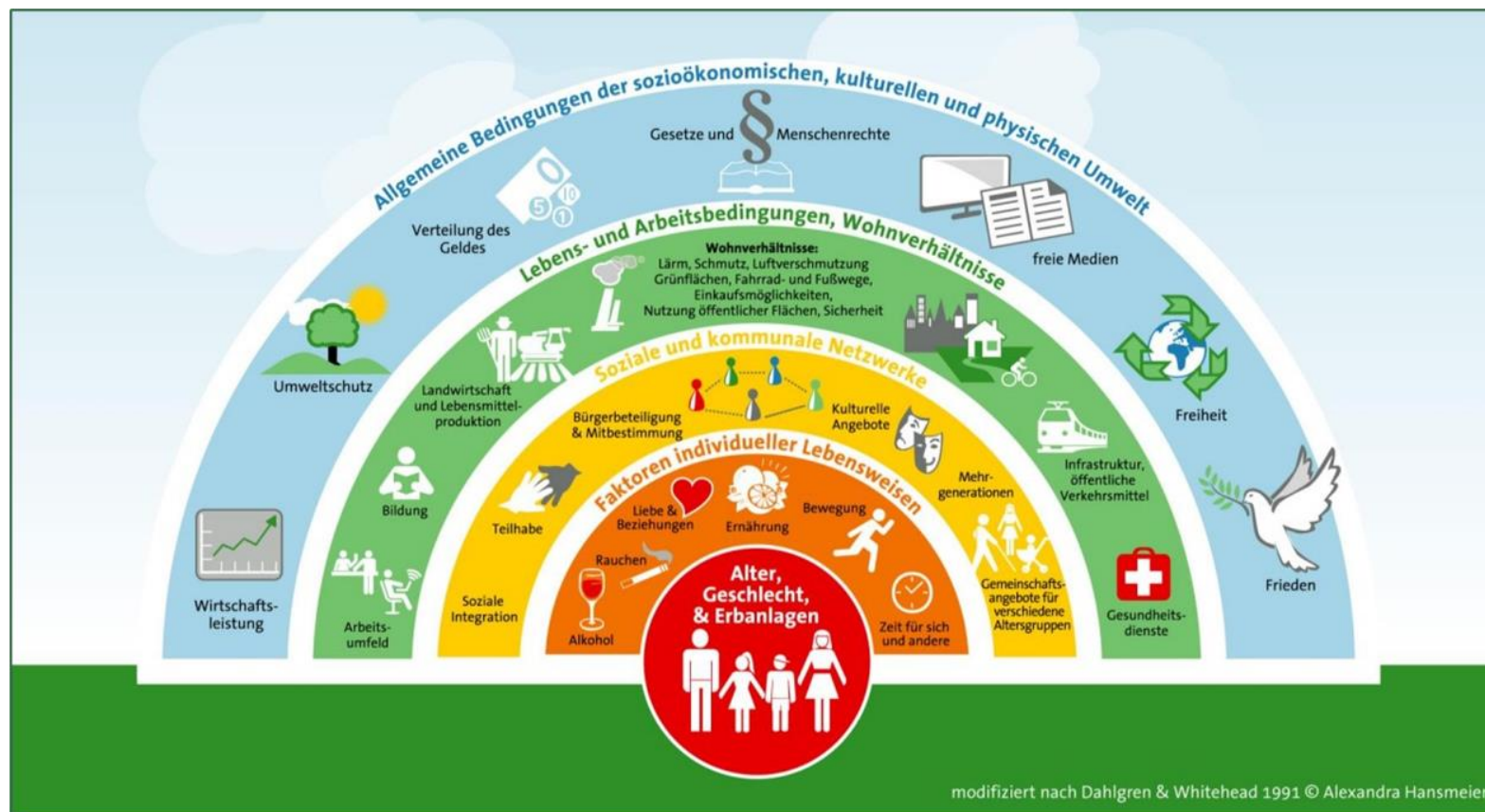
Sicherheits- und Sozialdepartement  
Gesundheitsamt | Sozialamt



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

## Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

# Gesundheitsdeterminanten



# Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

## Gesundheitsförderung

Was uns gesund **macht**



Was wir für unsere Gesundheit **ausgeben**





Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme  
(KAP)

# Was ist ein Kantonales Aktionsprogramm (KAP)?

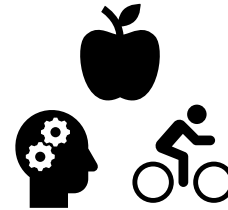
# Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

## KAP in Kürze

### Kantonales Aktionsprogramm (KAP)



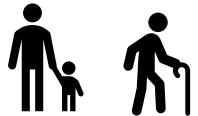
Gesundheitsförderung Schweiz  
& Kanton



Ernährung, Bewegung &  
Psychische Gesundheit



4 Jahre



Kinder, Jugendliche & junge  
Erwachsene sowie ältere Menschen



Interventionen, Policy, Vernetzung  
& Öffentlichkeitsarbeit

### KAP im Kanton Obwalden

- Laufendes KAP 2022-2025 Kinder und Jugendliche (Sozialamt) und ältere Menschen (Gesundheitsamt)
- **Heutiger Planungsworkshop: Rückmeldung für laufendes KAP und Planung KAP 2026-2029**



Kanton  
Obwalden

**Sicherheits- und Sozialdepartement**  
Gesundheitsamt | Sozialamt



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

## Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

# Schwerpunkte KAP (nach Lebensphasen)

### Kinder

- Selbstwirksamkeit stärken
- Intersektorale Zusammenarbeit nutzen und fördern
- Gesundheitsförderung in der frühen Kindheit fortführen

### Jugendliche & junge Erwachsene

- Selbstwirksamkeit stärken
- Differenzierte Betrachtung nach Geschlecht, Geschlechtsidentität und sexueller Orientierung
- Übergänge als Zugang nutzen

### Ältere Menschen

- Selbstwirksamkeit stärken
- Gemeinde als zentrales Setting nutzen
- Übergänge und kritische Lebensereignisse als Zugang nutzen





Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme  
(KAP)

# Aktuell umgesetzte KAP–Massnahmen im Kanton Obwalden



## Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

# KAP für Kinder und Jugendliche



Offene T r



Sicherheits- und Sozialdepartement  
Gesundheitsamt | Sozialamt



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

# Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

## KAP für ältere Menschen



**Sicherheits- und Sozialdepartement**  
Gesundheitsamt | Sozialamt



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

# Einführung in die Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

## KAP gemeinsame Projekte



«Wie geht's dir?» Bänkliaktion

«Miär machid Platz»

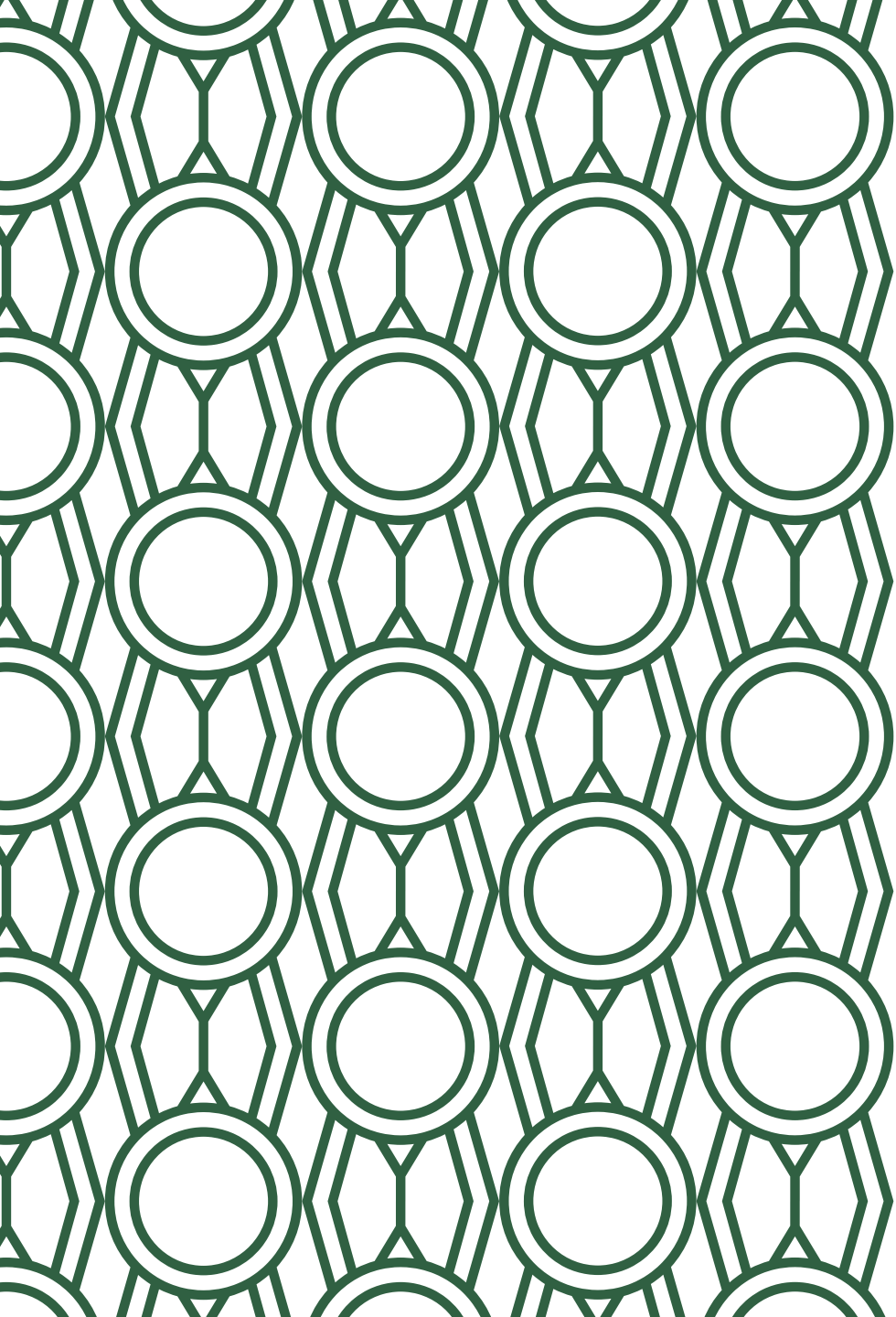


Kanton Obwalden

Sicherheits- und Sozialdepartement  
Gesundheitsamt | Sozialamt



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



**Planungsworkshop KAP 16.10.2024**

**Markus Zahno**

**Leiter Gesellschaft/Gesundheit**

**Gemeinde Sarnen**



Kanton  
Obwalden

# Einführung in die Workshops

- **6 Workshops** zu verschiedenen Fallbeispielen (in verschiedenen Gruppenräumen)
- Pro Fallbeispiel je ein **Fokusthema «Ernährung, Bewegung oder psychische Gesundheit»** und eine **Fokuszielgruppe «Kinder/Jugendliche oder ältere Menschen»**
- Workshops werden von **einer Moderatorin/ einem Moderator** geleitet
- Langversion der **Fallbeispiele** direkt an den Workshoptischen + Übersicht laufendes KAP 2022-25
- Zunächst Fallbeispiel anschauen, danach Diskussion anhand verschiedener **Leitfragen** (ca. 1 Stunde)
- Sammeln der Resultate auf **Flipchartpapier**, danach Vorstellen der Resultate im **Plenum**



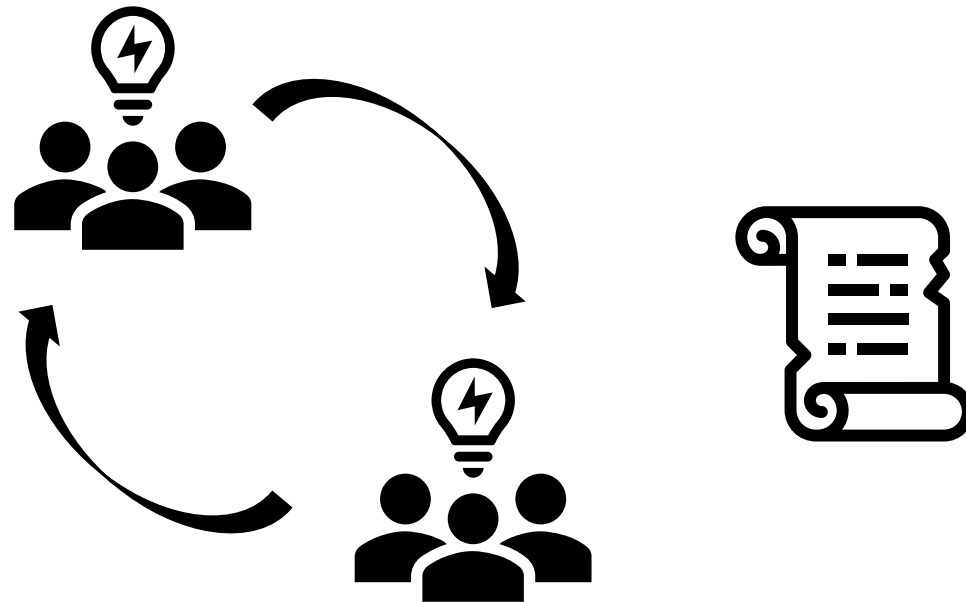
# Pause

- Bis **17:15 Uhr** Pause
- Danach Zurückkommen in Plenum-Saal und sich in Workshop-Gruppen begeben



Planungsworkshop KAP 16.10.2024

# Ergebnisse Workshops



# Gruppe 1 (Bewegung, ältere Menschen)

- Was würde **Frau Müller** unterstützen? Welche Angebote würden Frau Müller helfen, Ihre Bewegung zu fördern?
- Welche längerfristigen Ziele in der Bewegungsförderung möchten wir in der Obwaldner Bevölkerung erreichen und was braucht es dazu?
- Was braucht es, damit die ältere Obwaldner Bevölkerung gesund, selbständig und selbstbestimmt bleibt und in ihrer gewohnten Umgebung bleiben kann? Erkennen Sie Lücken oder Handlungsbedarf in OW?
  - Was für Infrastrukturen?
  - Gestaltung des öffentlichen Raums mit Bewegungs- und Begegnungszonen?
  - Was für Dienstleistungen?
  - Was für Strukturen und Netzwerke?
- Wie kann die (vulnerable) Bevölkerung besser sensibilisiert und über aktuelle Angebote informiert werden?
- Wie können wir das gesellschaftliche Zusammenleben der jungen und älteren Bevölkerung fördern?





# Gruppe 2 (Bewegung, Kinder/Jugend)

- Was würde **Metim** und seine Familie unterstützen? Welche Angebote würden ihm helfen seine Bewegung zu fördern?
- Welche längerfristigen Ziele in der Bewegungsförderung möchten wir in der Obwaldner Bevölkerung erreichen und was braucht es dazu?
- Was braucht es, damit die junge Obwaldner Bevölkerung zu selbständigen und selbstbestimmten Erwachsenen heranwachsen kann?
  - Was für Infrastrukturen?
  - Gestaltung des öffentlichen Raums mit Bewegungs- und Begegnungszonen?
  - Was für Dienstleistungen?
  - Was für Strukturen und Netzwerke?
- Wie kann die (vulnerable) Bevölkerung besser sensibilisiert und über aktuelle Angebote informiert werden?
- Wie können wir das gesellschaftliche Zusammenleben der jungen und älteren Bevölkerung sowie die Integration der ausländischen Bevölkerung fördern?



# Gruppe 3 (Ernährung, ältere Menschen)

- Was würde **Herr Schmid** unterstützen? Welche Angebote würden ihm helfen eine gesunde, altersgerechte Ernährung zu fördern?
- Welche längerfristigen Ziele in der Ernährungsförderung möchten wir in der Obwaldner Bevölkerung erreichen und was braucht es dazu?
- Was braucht es, damit die ältere Obwaldner Bevölkerung gesund, selbständig und selbstbestimmt bleibt und in ihrer gewohnten Umgebung bleiben kann?
  - Was für Infrastrukturen?
  - Gestaltung des öffentlichen Raums mit Bewegungs- und Begegnungszonen?
  - Was für Dienstleistungen?
  - Was für Strukturen und Netzwerke?
- Wie kann die (vulnerable) Bevölkerung besser sensibilisiert und über aktuelle Angebote informiert werden?
- Wie können wir das gesellschaftliche Zusammenleben der jungen und älteren Bevölkerung fördern?



# Gruppe 4 (Ernährung, Kinder/Jugend)

- Was würde **Tim** und seine Familie unterstützen? Welche Angebote würden ihm helfen eine gesunde, altersgerechte Ernährung zu fördern?
- Welche längerfristigen Ziele in der Ernährungsförderung möchten wir in der Obwaldner Bevölkerung erreichen und was braucht es dazu?
- Was braucht es, damit die junge Obwaldner Bevölkerung zu selbständigen und selbstbestimmten Erwachsenen heranwachsen kann?
  - Was für Infrastrukturen?
  - Gestaltung des öffentlichen Raums mit Bewegungs- und Begegnungszonen?
  - Was für Dienstleistungen?
  - Was für Strukturen und Netzwerke?
- Wie kann die (vulnerable) Bevölkerung besser sensibilisiert und über aktuelle Angebote informiert werden?



# Gruppe 5 (Psych. Gesundheit, ältere Menschen)

- Was würde **Herr Bianco** als pflegender Angehöriger und seine Frau unterstützen? Welche Angebote würden ihm helfen seine psychische Gesundheit zu fördern?
- Welche längerfristigen Ziele in der Förderung der psychischen Gesundheit möchten wir in der Obwaldner Bevölkerung erreichen und was braucht es dazu?
- Was braucht es, damit die ältere Obwaldner Bevölkerung gesund, selbständig und selbstbestimmt bleibt und in ihrer gewohnten Umgebung bleiben kann? Was braucht es damit auch pflegende Angehörige gesund bleiben?
  - Was für Infrastrukturen?
  - Gestaltung des öffentlichen Raums mit Bewegungs- und Begegnungszonen?
  - Was für Dienstleistungen?
  - Was für Strukturen und Netzwerke?
- Wie kann die (vulnerable) Bevölkerung besser sensibilisiert und über aktuelle Angebote informiert werden?
- Wie können wir das gesellschaftliche Zusammenleben der jungen und älteren Bevölkerung sowie die Integration der ausländischen Bevölkerung fördern?



# Gruppe 6 (Psych. Gesundheit, Kinder/Jugend)

- Was würde **Sara** und ihre Mutter unterstützen? Welche Angebote würden ihnen helfen ihre psychische Gesundheit zu fördern?
- Welche längerfristigen Ziele in der Förderung der psychischen Gesundheit möchten wir in der Obwaldner Bevölkerung erreichen und was braucht es dazu?
- Was braucht es, damit die junge Obwaldner Bevölkerung zu selbständigen und selbstbestimmten Erwachsenen heranwachsen kann?
  - Was für Infrastrukturen?
  - Gestaltung des öffentlichen Raums mit Bewegungs- und Begegnungszonen?
  - Was für Dienstleistungen?
  - Was für Strukturen und Netzwerke?
- Wie kann die (vulnerable) Bevölkerung besser sensibilisiert und über aktuelle Angebote informiert werden?



Planungsworkshop KAP 16.10.2024

# Ausblick Planung KAP 2026-2029

- **22.10.2024:** Nachbesprechung Ergebnisse Planungsworkshop KAP
- **Nov. 2024 – März 2025:** Programmerarbeitung (Entwurf Konzept)
- **29.03. – 05.04.2025:** Ausstellung Altersbilder, inkl. Rahmenprogramm (Spritzenhaus Sarnen)
- **Bis April 2025:** Regierungsratsantrag und Bericht
- **Bis Ende Juni 2025:** Eingabe Konzept bei Gesundheitsförderung Schweiz (GFCH)
- **September 2025:** Genehmigung durch Stiftungsrat GFCH
- **2026-2029:** Umsetzungsphase



Kanton  
Obwalden

**Sicherheits- und Sozialdepartement**  
Gesundheitsamt | Sozialamt

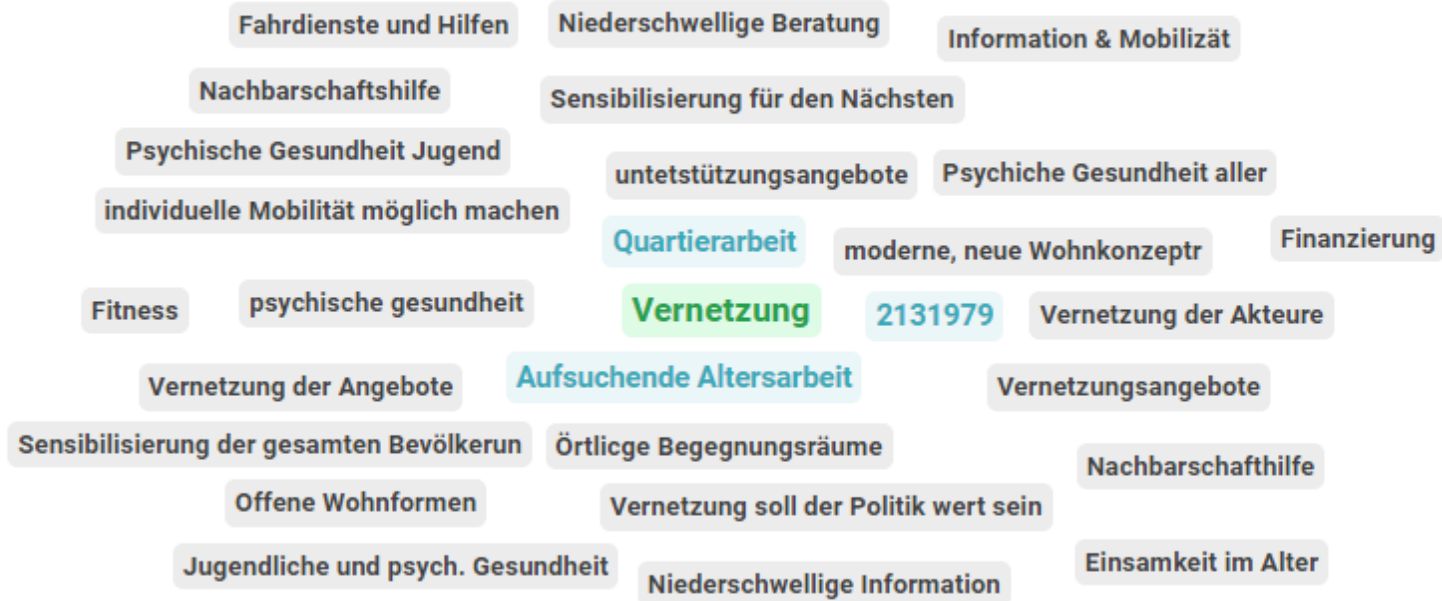


Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

# Abschliessende Fragen - Slido

In welche Massnahmen für die Lebensphase Alter würden Sie in den nächsten 4 Jahren am meisten investieren?

Review answers



# Abschliessende Fragen - Slido

Gibt es weitere Anregungen, die Sie für die Planung des KAP 2026-2029 mitgeben möchten?

- Rollstuhlzugang zu Seen
- Bestehendes erweitern
- Intergeneration.ch
- Bestandes ausbauen, z  
B. OFFENE TURNHALLEN AM WOCHENENDE
- Aufsuchende Quartierarbeit fördern
- einfacher Zugang zu Information
- Vielfalt und Interkulturelles
- Alter findet immer statt - das sollten auch Programme
- Unterstützung vor Ort
- Auf bewährtem Aufbauen
- Über Tellerrand schauen und gemeinsame Lösungen mit anderen Kantonen finden?
- Aufsuchende Quartierarbeit mit Potentialförderung und Vernetzung
- Inklusive Treffpunkte
- Partizipativ weiterarbeiten
- Vernetzung de Organisationen
- Bedarf abklären
- Bestehende Angebote berücksichtigen.
- Bevölkerung miteinbeziehen und befähigen
- Bestehendes ausbauen
- Bestehende Projekte finanzieren
- Einbezug Organisationen und Institutionen
- Bedarf erfragen
- Inklusive Treffpunkte







Herzlichen Dank für Ihre  
Teilnahme!