

Gesundheitsförderung und Prävention – thematische Vertiefungen Fachseminar

G38



Dieses Fachseminar beleuchtet Grundlagen und Best Practice-Ansätze in Themenbereichen, die in der Gesundheitsförderung sowie in der Prävention von nichtübertragbaren Krankheiten einen zentralen Stellenwert haben: Wirksame Ansätze der Suchtprävention und psychischer Krankheiten wie auch Best-Practice-Ansätze im Bereich Bewegung und Ernährung werden diskutiert. Zur Sprache kommen aber auch Gesundheitsthemen, die in der öffentlichen Wahrnehmung (noch) wenig im Fokus stehen, jedoch einen wichtigen Einfluss auf die Gesundheit haben, wie zum Beispiel Schlaf und Sexualität.

Leitidee

Gesundheit hat körperliche, psychische, soziale, spirituelle und ökologische Dimensionen. Entsprechend haben Gesundheitsförderung und Prävention zum Ziel, diese verschiedenen Aspekte in der Bevölkerung oder bei ausgewählten Gruppen zu stärken, respektive Belastungen zu minimieren.

In diesem Fachseminar werden Grundlagen und Best Practice-Ansätze in Themenbereichen beleuchtet, die in der Gesundheitsförderung allgemein sowie in der Prävention von nichtübertragbaren Krankheiten einen besonderen Stellenwert haben: Wirksame Ansätze der Prävention von Suchtproblemen und psychischer Krankheiten werden thematisiert ebenso wie Grundlagen und Best-Practice-Ansätze im Bereich der Bewegung und Ernährung. Zusätzlich zu diesen verbreiteten Themen der Gesundheitsförderung und Prävention werden auch weitere Gesundheitsthemen adressiert, die in der öffentlichen Wahrnehmung (noch) wenig im Fokus stehen, jedoch auf die Gesundheit einen wichtigen Einfluss haben, wie zum Beispiel alltägliche Themen wie Schlaf und Sexualität. Oft unterschätzt werden auch Aspekte der sozialen Unterstützung und des Zusammenhalts. Soziale Einflüsse bestimmen zudem unsere Vorstellungen von idealem Leben, von Schönheit und Körperkult. Auch Umwelteinflüsse wie Lärm, Strahlen, Luftqualität, Allergene gehören eher zu den unterschätzten Themen.

Zu allen diesen Themen hat sich in den letzten Jahren das Wissen um Begründungen und Zusammenhänge enorm verbreitert. Für Fachleute der Gesundheitsförderung und der Prävention ist es unabdingbar, sich auf diese Erkenntnisse abzustützen, zum Beispiel auf Resultate der Wirkungsforschung. Es gilt auch, einer isolierten Betrachtung einzelner Einflussgrößen entgegenzutreten und die Wechselwirkungen zu erkennen.

Dazu gehören insbesondere die sozialen und psychischen Komponenten von Interventionen, die vordergründig auf der somatischen Ebene angesiedelt sind.

**Aufbau-
möglichkeiten** Dieses Fachseminar ist integraler Bestandteil des CAS-Programms «Gesundheitsförderung und Prävention – Grundlagen und Best Practice» 2022–2023. Weitere Informationen unter www.fhnw.ch/soziale-arbeit/weiterbildung/cas.

Ziele Die Teilnehmenden des Fachseminars

- kennen zu ausgewählten Themen von Gesundheitsförderung und Prävention die Datenlage sowie die theoretischen und empirischen Begründungen des gesundheitsförderlichen respektive präventiven Handelns.
- setzen sich mit aktuellen Programmen und Projekten in den ausgewählten Themenfeldern auseinander. Sie sind in der Lage, diese auf ihre Wirksamkeit hin zu bewerten.
- kennen die schweizerische Landschaft der Organisationen und Akteure, die in diesen Themenfeldern spezialisiert sind.
- sind in der Lage, Verknüpfungen zwischen verschiedenen thematischen Zugängen herzustellen und dabei körperliche, psychische und soziale Zugänge zu berücksichtigen.

Inhalte

- Übersicht: Themenfelder der Gesundheitsförderung und der Prävention
- Suchtprävention und psychische Gesundheit: Was wirkt?
- Gesundheitsförderliche Bewegung und Ernährung: Grundlage und Good-Practice-Ansätze
- Unterschätzte Themen in Gesundheitsförderung und Prävention
- Synthese des Fachseminars und Transfer ins eigene Berufsfeld

**Lehr- und
Lernformen**

- Referate und Präsentationen
- Plenumsdiskussionen
- Einzel-, Paar- und Gruppenarbeiten

Zielpublikum Fachpersonen aus den Bereichen Soziale Arbeit, Bildung, Pflege, aus Verwaltung und Betrieben, die Aufgaben der Gesundheitsförderung und Prävention übernehmen.
Eine Vorbildung über Grundlagen und Konzepte von Gesundheitsförderung und Prävention ist von Vorteil.

Daten MO-DI 14.-15 April / MO 12. Mai 2025
Zeit: 8.45 – 16.45 Uhr

Ort Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW
Hochschule für Soziale Arbeit, Olten

Dozierende Diverse, nähere Angaben folgen

Kosten CHF 1'100

**Programm-
leitung** *Nicole Bachmann*, Prof. Dr., Psychologin, Institut Soziale Arbeit und Gesundheit FHNW; nicole.bachmann@fhnw.ch
Andrea Zumbrunn, Prof. Dr., Soziale Arbeit, Institut Soziale Arbeit und Gesundheit FHNW, andrea.zumbrunn@fhnw.ch

Kontakt Hochschule für Soziale Arbeit FHNW, Christina Corso, Weiterbildungsadministration, T+41 62 957 20 39, christina.corso@fhnw.ch

Anmeldung Online-Anmeldung:
www.fhnw.ch/de/weiterbildung/soziale-arbeit/fachseminare