

Procap bewegt: Zugang zu Gesundheitsförderung für Menschen mit einer Behinderung

SPH – Tagung 2013

Workshop Chancengleichheit: Differenzierung von Zielgruppen und Handlungsfeldern für die Determinante Ernährung



Isabel Zihlmann, Villnachern
isabel.zihlmann@yetnet.ch
www.ess-kultesse.ch



Procap Schweiz

- Grösster gesamtschweizerischer **Selbsthilfe- und Mitgliederverband von und für Menschen mit Handicap.**
- Basisnahe Struktur mit einem **flächendeckenden** Angebot
- über **20'000 Mitglieder** in rund **45 lokalen Sektionen** und **30 Sportgruppen.**
- spezialisierte Beratungsdienstleistungen in den Bereichen Sozialversicherungsrecht, Bauen, Wohnen und Reisen
- Procap Reisen und Sport mit Aktivitäten zu Sport, Freizeit, Kultur und Gesellschaft; Schwerpunkt Gesundheitsförderung durch Bewegung und Ernährung

Procap Sport: gesundheitsförderliche Strukturen

- Zugang zu unterschiedlichen Sportmöglichkeiten
 - Wahlfreiheit im Rahmen individueller Bedürfnisse und Fähigkeiten
 - Möglichkeit von Separation, Integration, Inklusion (Nebeneinander, Miteinander)
 - Bedürfnisgerecht
 - Freiwillig
 - Eigeninitiativ
- Procap bewegt als Ergänzung:
- Gesundheitsförderung durch Bewegung und Ernährung
 - Erschliessung von sinnvollen Handlungsfeldern
 - Anbindung an Fachgesellschaften



Procap bewegt

- Pilot von 2009-2011: Beteiligung von 3 Institutionen
 - Dokumentation
 - Ernährungs- und Bewegungsempfehlungen
 - Website
 - Definition des weiteren Vorgehens
- Neues Konzept 2012-2015
 - Beratungs- und Koordinationsstelle
 - Praxisleitfaden
 - Adaptation von bestehenden Angeboten zur Gesundheitsförderung
 - Bedürfnisabklärung Institutionen



Procap bewegt – Gesundheitskompetenz und Chancengleichheit (1)

Procap als Organisation

- Procap Sport: Klare Positionierung im Bereich «Breitensport und Gesundheitsförderung für Menschen mit Handicap (MmH)»
- Dienstleistungen von Procap: werden unter dem Aspekt der Gesundheitsförderung entwickelt und organisiert

Menschen mit Handicap

- Bewegungstreffs in den Procap-Sektionen
- Kursangebot «Gesundheitspass»
- Ferienangebot «Gesundheitswoche»
- Sportgruppenangebote in der ganzen Schweiz
- Nationale Procap Sport- und Gesundheitstage
- www.laviva.ch, www.goswim.ch, www.protrek.ch



Procap bewegt – Gesundheitskompetenz und Chancengleichheit (2)

Angebote für Institutionen, Schulen und Privatpersonen

- Beratungsstelle «Gesundheitsförderung für Menschen mit einer Behinderung»
- Beratung und Begleitung von Institutionen bei der Entwicklung von gesundheitsfördernden Massnahmen
- Kursangebot und Projektwochen
- Merkblätter mit Empfehlungen zu Ernährung und Bewegung
- Praxisbroschüre zur Gestaltung eines gesundheitsfördernden Alltags (erhältlich Herbst 2013)
- www.procap-bewegt.ch

Gesundheitskompetenz: Beispiel Ernährung

Menschen mit Behinderung als ExpertInnen in eigener Sache anerkennen

- Zum Erkennen von Bedürfnissen ermutigen und auf Bedürfnisse eingehen
- Partizipation ermöglichen

Gesundheit unterstützen

- Erweiterung der Handlungsmöglichkeiten im Bereich Ernährung durch Aufbau von Fähig- und Fertigkeiten
- Eine gesunde Wahl ermöglichen
- Eine gesunde Wahl vorleben

Gesundheitliche Strukturen schaffen und Zugang ermöglichen

- Bedarfs- und bedürfnisgerechte Gemeinschaftsverpflegung
- Weiterbildungsmöglichkeit bzgl. Ernährung für Assistenz und Angehörige
- Empfehlungen und Richtlinien für Assistenz und Angehörige

Herzlichen Dank!

