



Procap bewegt Gesundheit – für Menschen mit Handicap

Daniela Specht
BSc Ernährungsberaterin SVDE
CAS Gesundheitsförderung und Prävention
SVEB-Zertifikat Kursleiterin

procap

Für Menschen mit Handicap. Ohne Wenn und Aber.

Ernährung als Thema von Lebensqualität

- Lebensqualitätskonzept Artiset Schweiz:

Die 4 Bereiche der Lebensqualität:



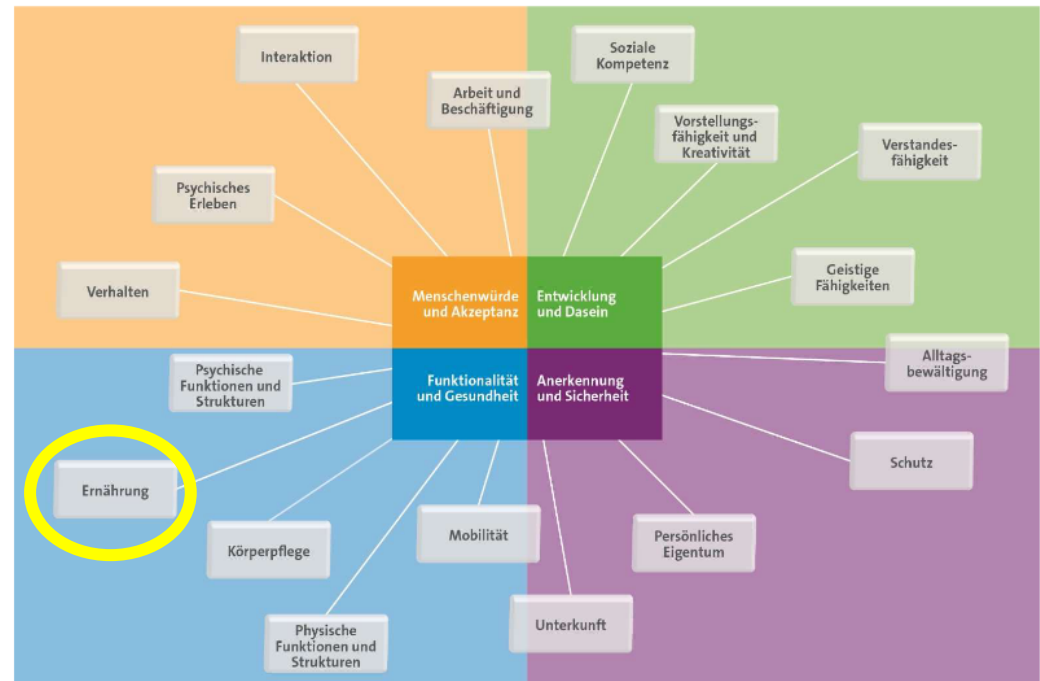
Ernährung als Thema von Lebensqualität

- 17 Kategorien

Ernährung unter
Funktionalität und Gesundheit



Zielperspektive



Ernährung als Thema der UN-BRK

- weltweit, 144 Nationen, Ratifikation Schweiz 2014



universelles Rechtsinstrument
(Lebensqualität und Menschenrechte)

Ernährung unter Artikel 25 (Total 398 Artikel)

Die Vertragsstaaten anerkennen das Recht von Menschen mit Behinderungen auf das erreichbare Höchstmass an Gesundheit ohne Diskriminierung aufgrund von Behinderung.



Umsetzung: **Aktionsplan 2019 - 2023**



Bildquelle: <https://www.schlogari.ch/de/ueber-uns/UNO-BRK/UNO-BRK.php>

Ernährung im Aktionsplan

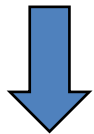
- Zeigt umfassend und konkret, wie die Verbände und sozialen Institutionen die UN-BRK bei sich umsetzen können

35 Ziele und 145 Massnahmen

- Ernährung kann in Ziel 19 und 22 verortet sein:

Ziel 19 = Prävention, Schutz und Nachsorge
(körperliche und seelische Unversehrtheit)

Ziel 22 = Gesundheitsversorgung
(es steht eine qualitativ hochstehende medizinische, psychische und psychosoziale Versorgung offen)



Aufklärung / Schulung etc.



Ernährung in Bezug auf UN-BRK Navigator

- UN BRK Navigator - agogische Ressourcen
5 Dimensionen



Der UN BRK Navigator zeigt konkret auf, welche spezifischen **Haltungen, Kenntnisse und Fähigkeiten** Fachpersonen in Unterstützungs-Angeboten brauchen, um in den zentralen fünf Dimensionen der UN-Behindertenrechtskonvention kompetent tätig zu sein.

evahs **INSTITUT** CURAVIVA.CH

UN BRK NAVIGATOR

Die agogische Arbeit mit der
UN Behindertenrechtskonvention
(UN BRK)



Ernährungsscheibe – ausgewogen und bewegt

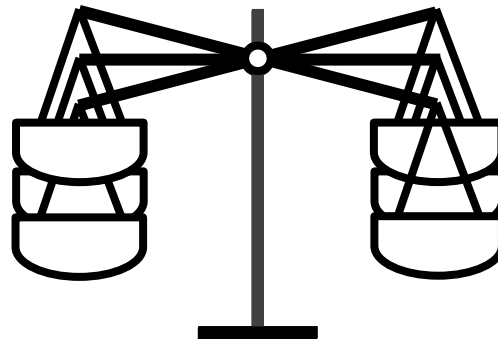


Ausgewogener Teller



Energiebilanz

Energiezufuhr



Energieverbrauch

Wichtige Handlungsprinzipien der Gesundheitsförderung

Empowerment

Zur Stärkung der Kompetenzen jedes Verpflegungsteilnehmenden und Mitarbeitenden werden unterstützende Massnahmen und Aktionen durchgeführt. So kann der oder die Einzelne adäquate Entscheidungen für die eigene Gesundheit treffen.

Partizipation

Die Verpflegungsteilnehmenden und Mitarbeitenden werden aktiv in jeder Phase der gesundheitsfördernden Aktivitäten einbezogen.

Gesundheitliche Chancengleichheit

Allen Verpflegungsteilnehmenden und Mitarbeitenden werden die gleichen Möglichkeiten und Voraussetzungen geboten, um sie zu befähigen, das grösstmögliche Gesundheitspotenzial zu entwickeln.

Autonomie oder Fremdbestimmung

- Einbezug der Betroffenen
- Verantwortung liegt auch bei den Betroffenen
- Unterstützungsleistende Personen unterstützen
- **Unterstützungsleistende Personen** sind Vorbilder, darum einheitliche Meinung wichtig

Food literacy: die Fähigkeit, den Ernährungsalltag selbstbestimmt, verantwortungsbewusst und genussvoll zu gestalten.

Problematik

Unterschiedliche Begleitpersonen, verschiedene Ernährungsansichten

Darum 1. Ziel:

Gemeinsamer Konsens im Team/Werte in der Institution

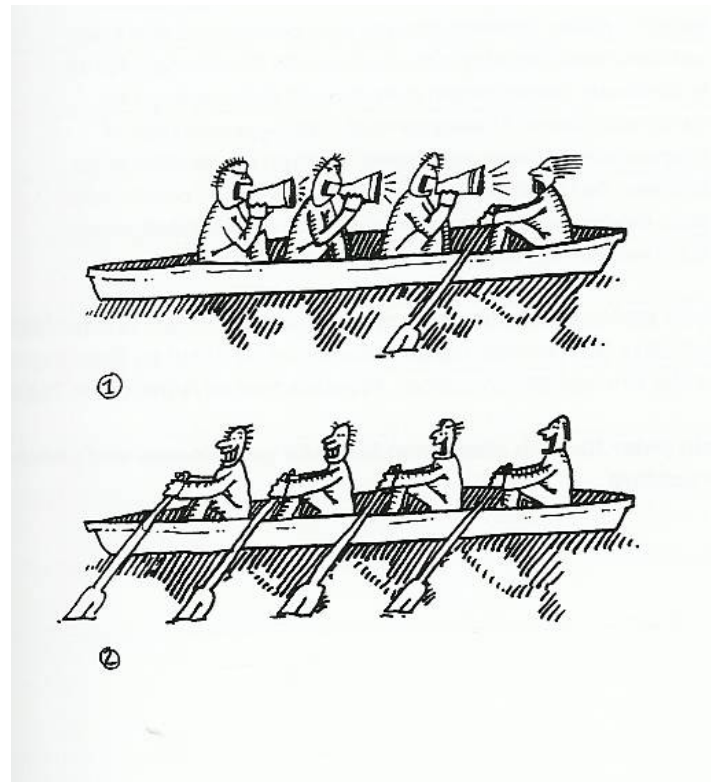
Allgemeine Orientierungshilfen

Mengen

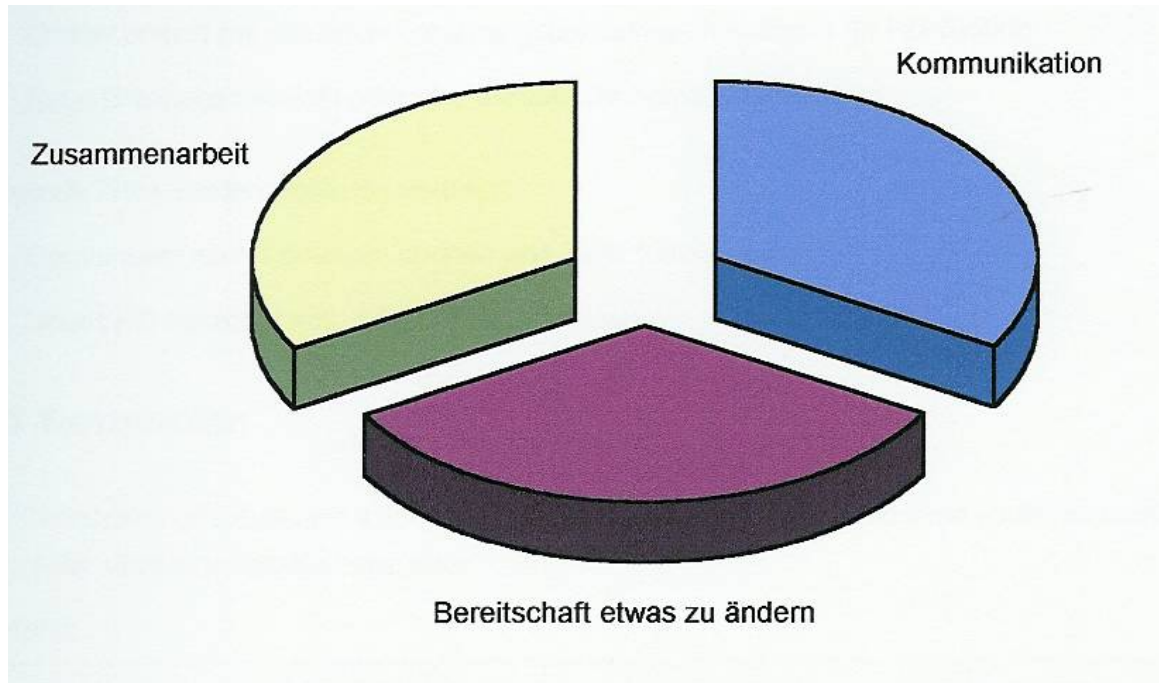
„Wenn wir uneins sind, gibt es wenig, was wir können. Wenn wir uns einig sind, gibt es wenig was wir nicht können!“

John F. Kennedy

Interdisziplinäre Zusammenarbeit



Voraussetzung für eine gute Zusammenarbeit



Vielen Dank



Daniela Specht
BSc Ernährungsberaterin SVDE
CAS Gesundheitsförderung und Prävention
SVEB-Zertifikat Kursleiterin

✉ d.specht-fimian@bluewin.ch

☎ 076 319 96 96



Ernährungsfachgruppe



Kontaktperson:

Caroline Hofmann, 079 290 13 43

info@lifestyle-ernaehrung.ch

www.wertvoll-miteinander.ch



Unsere Vision

Die Institutionen haben ein Ernährungskonzept und arbeiten mit einer ERB zusammen.

Ziel: Ernährungskommission, Gesundheitsbeauftragte, Einbezug von internen Fachkräften

Leitsatz: Essen soll schmecken, Freude bereiten und gut tun.

- Grundlage Gemeinschaftsverpflegung
- Ernährung im Alter / spezifische Anforderungen
- Adipositas-konzept
- Mangelernährung erkennen und behandeln: Screeningtool standardisiert
- Themen wie Obstipation, Diarrhoe u.a. werden breitgefächert behandelt
- Schluckstörungen: Stufenkost wird angeboten (interdisziplinäre Zusammenarbeit)

Verein meingleichgewicht



meingleichgewicht

Gesundheitsförderung mit Spielraum

meingleichgewicht vernetzt, fördert und unterstützt Organisationen, die nachhaltige gesundheitsfördernde Projekte für/mit Menschen mit Behinderung realisieren.

Projekteingaben auf www.meingleichgewicht.ch bis 31.3.2024

Jährlich vergibt die Jury Preise und Auszeichnungen im Wert von total CHF 25'000.-

Schweizer Qualitätsstandards in der Gemeinschaftsgastronomie:

<https://www.blv.admin.ch/blv/de/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/gemeinschaftsgastronomie/qualitaetsstandards.html>

Links

<https://www.sge-ssn.ch/ich-und-du/download/merkblaetter-und-unterlagen/>

https://www.sge-ssn.ch/media/Merkblatt_der-optimale-Teller_einfache-Sprache1.pdf

www.wwf.ch/de/nachhaltig-leben/footprintrechner

<https://www.fruechteundgemuesejahr.ch/>

Beispiele aus der Praxis:

<https://www.aktionsplan-un-brk.ch/de/gute-beispiele>



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

procap

Für Menschen mit Handicap. Ohne Wenn und Aber.