

Leichter leben.

Gesundes Körpergewicht durch Massnahmen in Bildung, Sport und Gesundheitsförderung

Kantonale Aktionsprogramme für ein gesundes Körpergewicht: Ein Erfolgsrezept von Gesundheitsförderung Schweiz

Abstract von **Thomas Mattig**

Gesundheitsförderung Schweiz...

...ist eine Stiftung, die von Kantonen und Versicherern getragen wird. Mit gesetzlichem Auftrag initiiert, koordiniert und evaluiert sie Massnahmen zur Förderung der Gesundheit (Krankenversicherungsgesetz, Art. 19). Die Stiftung unterliegt der Kontrolle des Bundes. Sie betreibt Geschäftsstellen in Bern und Lausanne. Oberstes Entscheidungsorgan ist der Stiftungsrat.

Jede Person in der Schweiz leistet – via Krankenversicherungsprämie – einen jährlichen Beitrag von CHF 2.40 zugunsten von Gesundheitsförderung Schweiz. Mit dieser kleinen Investition leistet somit jede und jeder einen Beitrag für die Gesundheit aller.

Damit die Stiftung ihren Auftrag mit den ihr anvertrauten Mitteln effizient umsetzen kann, konzentriert sie sich auf ausgewählte Themen. Sie zielen direkt auf Probleme der Volksgesundheit und ergänzen das Engagement anderer Institutionen optimal. Die langfristige Strategie von Gesundheitsförderung Schweiz konzentriert sich auf folgende Themenbereiche:

- Gesundes Körpergewicht
- Psychische Gesundheit / Stress mit Fokus auf Betriebliche Gesundheitsförderung
- Gesundheitsförderung und Prävention stärken

Kantonale Aktionsprogramme für ein gesundes Körpergewicht

Ein zentrales Element der langfristigen Strategie von Gesundheitsförderung Schweiz ist die Umsetzung von Aktionsprogrammen für ein gesundes Körpergewicht gemeinsam mit den Kantonen. Mit diesen Aktionsprogrammen will die Stiftung Rahmenbedingungen schaffen, um mit gezielten Massnahmen vor allem Kinder und Jugendliche aber auch weitere Zielgruppen anzusprechen. Jedes Aktionsprogramm basiert auf vier Säulen:

Module: Fördern gesunde Ernährung und Bewegung bei Kindern und Jugendlichen und bei ihren Betreuungs- oder Bezugspersonen.

Policy-Massnahmen: Fördern langfristige Veränderungen in den Lebens-, Arbeits- und Umweltbedingungen in den Kantonen, so zum Beispiel die Schaffung von sicheren und bewegungsfreundlichen Schulwegen.

Öffentlichkeitsarbeit: Informiert die Öffentlichkeit über den Zusammenhang zwischen Körpergewicht und Gesundheit, und erklärt die Wechselwirkung von Bewegung und Ernährung.

Vernetzung: Bündelt Kräfte auf verschiedenen Ebenen: zwischen den kantonalen Departementen (Gesundheit, Sport, Erziehung, Soziales, etc.), dem Kanton und seinen Gemeinden sowie den Kantonen und verschiedenen Fachleuten. Jährlich organisiert Gesundheitsförderung Schweiz eine Netzwerktagung zum Erfahrungsaustausch zwischen den Programmverantwortlichen.

Wir können auf ein erfolgreiches Jahr 2008 zurückblicken. Die kantonalen Aktionsprogramme sind zum Erfolgsrezept von Gesundheitsförderung Schweiz geworden.

Aktivitäten in den Kantonen

Die kantonalen Aktionsprogramme für ein gesundes Körpergewicht haben sich 2008 stark verbreitet. Waren es Ende 2007 erst sechs Kantone, die ein Aktionsprogramm durchführten, sind es Ende 2008 bereits 19 Kantone. Auch der Kanton Zürich hat ein entsprechendes Unterstützungsgesuch eingereicht. Mit weiteren zwei Anwärtern ist die Stiftung in Kontakt. Bald werden in der Schweiz flächendeckend und systematisch Programme für ein gesundes Körpergewicht angeboten. Mit diesen Programmen steht die Schweiz vorbildlich da. Sie ist das einzige Land, das die Massnahmen und Vorgehensweisen systematisch miteinander verknüpft und deckt zudem alle Sprachregionen ab: das Tessin, die ganze Romandie und einen grossen Teil der Deutschschweiz.

Nationaler Auftrag

Gesundheitsförderung Schweiz hat die kantonalen Aktionsprogramme Anfang 2007 lanciert. Zusammen mit den Kantonen hat die Stiftung die Konzepte ausgearbeitet und die Umsetzung finanziell unterstützt. Die Kantone verpflichten sich auf vier oben erwähnten Säulen aktiv zu werden. Auf allen Ebenen bietet Gesundheitsförderung Schweiz ihre Unterstützung an. Die Stiftung hat einen nationalen Auftrag innerhalb des Nationalen Programms für Ernährung und Bewegung 2008 - 2012 (NPEB) des Bundes.

Zielgruppenspezifische, multiplizierbare Projekte

Die kantonalen Aktionsprogramme richten sich an Kinder und Jugendliche von 0 bis 20 Jahren. Um diese Zielgruppe zu erreichen wenden sich die Projekte auch an (werdende) Eltern, Lehrpersonen und ÄrztInnen. Dazu gehören zum Beispiel gesunde Kinderkrippen, wo die Kinder genug Platz für Bewegung haben, oder Mütter- und Väterberatungen, bei denen Eltern lernen, was für ein gesundes Körpergewicht von Säuglingen und Kleinkindern wichtig ist.

Viele Projekte werden auch in Zusammenarbeit mit Schulen oder Kindergärten durchgeführt. Das Programm «Burzelbaum», das Kindergartenkindern vermehrt Raum und Motivation zur Bewegung verschaffen soll, wurde in Basel lanciert und wird jetzt auf die ganze Schweiz ausgedehnt. So werden Best-Practice-Projekte multipliziert und über den Röstigraben hinweg verbreitet. Ein anderes Projekt ist Klemon, das für Kleinkinder-Monitoring steht. Hier überweist die Mütterberatung Kinder, die zur Fettleibigkeit neigen, dem/der KinderärztIn, so dass frühzeitig Massnahmen ergriffen werden können. In der Mütterberatung erhalten die Eltern dieses Kindes ein spezielles Coaching mit Fokus auf Ernährung und Bewegung.

Hohe kantonale Verantwortung

Die Verantwortung und auch die Anforderung an die kantonalen Gesundheitsförderungsstellen sind hoch, die einzelnen Projekte und Massnahmen bei den Mütter-Väterberatungsstellen, in den Kinderkrippen, den Kindergärten, Schulen und Gemeinden zu verankern. Gelingt es, wird die Botschaft zur Ernährung und Bewegung die Kinder und Jugendlichen in ihrem Heranwachsen ständig begleiten, sich verfestigen und ihr Handeln bestimmen.

Networking

Um die Verantwortlichen der kantonalen Aktionsprogramme besser miteinander zu vernetzen und den Informationsaustausch zu fördern, hat Gesundheitsförderung Schweiz im Jahr 2008 zum ersten Mal eine Netzwerktagung organisiert. Am 23. April trafen sich über 60 Personen aus fast allen Kantonen. Die Tagung bot Platz für einen Austausch über die Sprachgrenzen hinweg und erwies sich als Plattform zur weiteren Verbesserung und Entwicklung der Programme.

Evaluation

Werden mit den Programmen und Projekten die gewünschten Ziele erreicht? Was können wir aus den Erfahrungen für die künftige Weiterentwicklung lernen? Gesundheitsförderung Schweiz evaluiert die Umsetzung und die Wirkungen ihrer Aktivitäten auf verschiedenen Ebenen.

Um die längerfristige Entwicklung der Übergewichtsproblematik bei Kindern und Jugendlichen beurteilen zu können, wird die systematische Erhebung des BMI (BMI-Monitoring) mit den Schulärztlichen Diensten Basel, Bern und Zürich weitergeführt und ausgebaut. Auch Daten aus ländlichen Gebieten und aus der Romandie sollen einbezogen werden, deshalb wurde eine Zusammenarbeit mit den Kantonen Jura, Wallis und Genf vereinbart.

Aus dem Kanton Graubünden liegen mittlerweile BMI-Daten vor, die einen vermuteten Verdacht bestätigen: während in städtischen Gebieten durchschnittlich jedes fünfte Kind übergewichtig ist, ist es auf dem Land nur jedes siebte.

Dr.iur. Thomas Mattig, Direktor
Gesundheitsförderung Schweiz
Dufourstr. 30, 3000 Bern 6
www.gesundheitsfoerderung.ch



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Kontaktperson Gesundes Körpergewicht: Jvo Schneider, Tel. 031 350 04 33, jvo.schneider@promotionsante.ch
Kontaktperson Kantonale Aktionsprogramme: Chiara Testera, Tel. 031 350 04 34, chiara.testera@promotionsante.ch