

Adipositas Symposium 2008

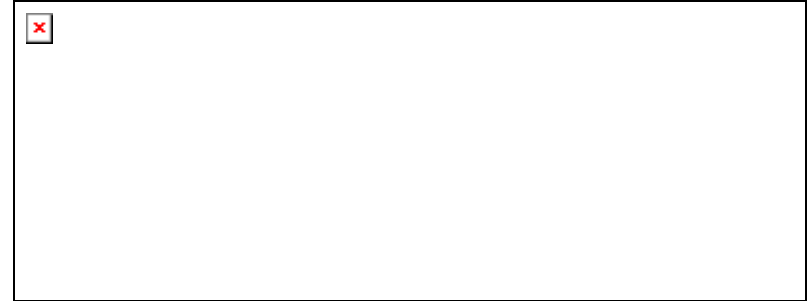
Gesundheitsförderung Schweiz Das Programm für ein gesundes Körpergewicht

**Thomas Mattig
Direktor**

Gesundheitsförderung: Ein Beispiel



Definition von Gesundheitsförderung



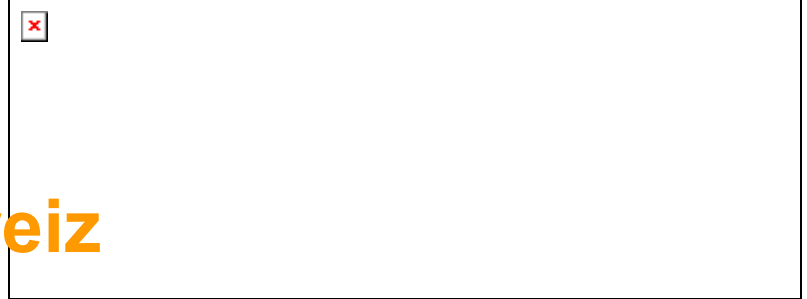
■ **WHO:** „Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht allein das Fehlen von Krankheit.“

■ **Vision** der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz: „Die Menschen sind informiert, fähig und motiviert, die **eigene Lebensweise** so zu gestalten, dass sie der Gesundheit und dem Wohlbefinden förderlich ist und zu einer erhöhten Lebensqualität führt. Möglichst optimale **gesellschaftliche Rahmenbedingungen** unterstützen sie dabei.“

■ **Aktivitäten** der Stiftung auf zwei Ebenen:

- Individuelles **Verhalten** beeinflussen.
- Möglichst geeignete Rahmenbedingungen, also **Verhältnisse** in der Umwelt schaffen.

Auftrag der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz



- **Auftrag** (KVG, Art. 19): „Massnahmen zur Förderung der Gesundheit initiieren, koordinieren und evaluieren.“
- **Träger** der Institution: Kantone und Versicherer. Durch Stiftungsrat breite Abstützung auch bei Bund und NGO.
- **Strategie** langfristig und fokussiert:
 - “Gesundes Körpergewicht” und “psychische Gesundheit/Stress”
 - Verständnis von Gesundheitsförderung und Prävention stärken.
- **Organisation**: Ein Stiftungsrat, eine Geschäftsstelle, zwei Büros (Lausanne und Bern)

Einige Fakten zum Übergewicht

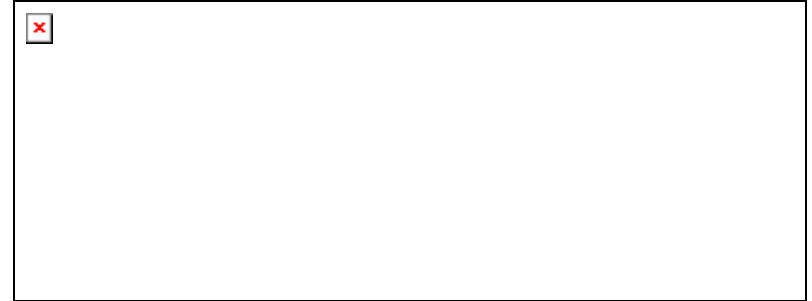
- **29.3% der Frauen** sind übergewichtig (BMI > 30: 7,5)
- **45.4% der Männer** sind übergewichtig (BMI > 30: 7,9)
- **Jedes 5. Kind** ist bereits übergewichtig
- Gegen **CHF 3 Milliarden direkte Folgekosten** pro Jahr für die Behandlung von Übergewicht in der Schweiz.

Wo steht die Bevölkerung



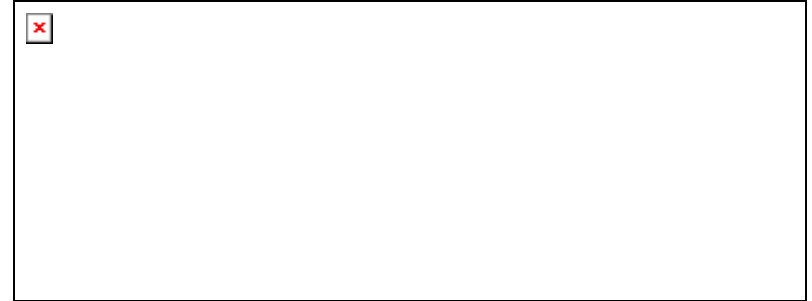
- Die Mehrheit der Bevölkerung glaubt, sich gesund zu ernähren (76%) und ausreichend zu bewegen (63%).
- Jedoch: Die Hälfte der Befragten findet gleichzeitig, dass sich die Mehrheit ungesund ernährt und zu wenig bewegt.
- Nur ein Drittel der Übergewichtigen (ohne Adipositas) hat das Gefühl, zu den Übergewichtigen zu gehören.
- Fazit: Das Problem wird also erkannt, aber nicht bei sich selber. Es wird den anderen zugeordnet.**

Wo steht die Bevölkerung



- 80% der Befragten sehen Ernährungsfehler und 50%-60% Bewegungsmangel als Ursache für Übergewicht.
- Vor allem der Faktor Bewegungsmangel wird als Ursache von Übergewicht unterschätzt.
- 75 % der befragten adipösen Personen gehen davon aus, dass sie einschätzen können, was gesunde Ernährung und Bewegung ist.
- Fazit: Wissen um Ursachen von Übergewicht ist vorhanden. Bewegungsmangel wird als Faktor jedoch unterschätzt.**

Programm „Gesundes Körpergewicht“



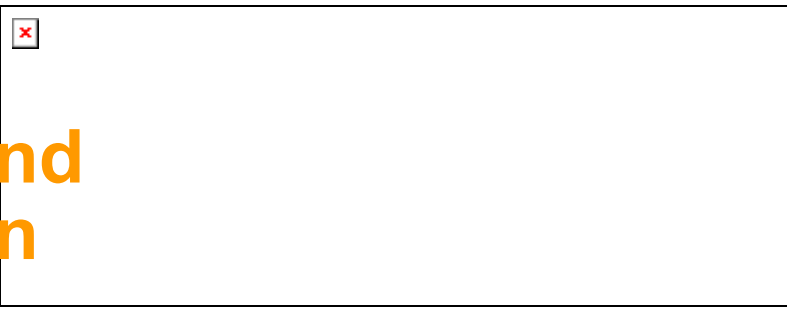
Ziel: Trend zu immer mehr Übergewicht bremsen.

Zielgruppe: Kinder und Jugendliche (via Eltern und Erziehungsberechtigte). Grösstes Wirkungspotenzial.

Massnahmen auf 5 Ebenen über die nächsten 10 Jahre:

- Nationale Kampagne (**Sensibilisieren und Handlungsoptionen vermitteln**).
- Kantonale Aktionsprogramme (**zielgruppenspezifisch agieren und auf Policyebene wirken**).
- Koordination mit dem Bund und den NGO's (**Kräfte bündeln**).
- Wirtschaft (**Trends ausnützen**).
- Monitoring und Evaluation (**Wirkung nachweisen**).

Kampagne: Sensibilisieren und Handlungsoptionen aufzeigen



In Zusammenarbeit mit den Kantonen, den Versicherern und der FHOZ

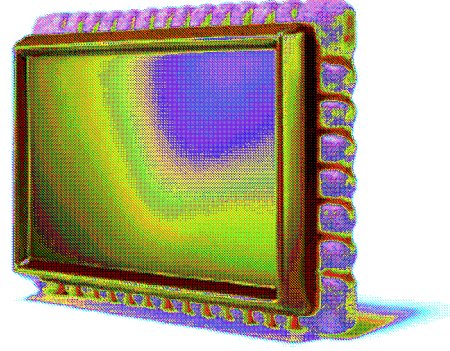
Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Schon jedes fünfte Kind ist zu dick. www.gesundheitsfoerderung.ch

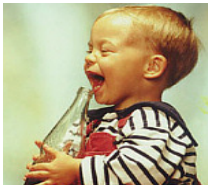
In Zusammenarbeit mit den Kantonen, den Versicherern und der FHOZ

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Naschen beim Fernsehen macht doppelt dick. Vor dem Fernseher sitzen ist schlecht für ein gesundes Körpergewicht. Gleichzeitig naschen noch schlechter. Für Ihr Kind – und natürlich auch für Sie. Denn das Sättigungsgefühl stellt sich vor dem Fernseher zu spät oder gar nicht ein. Essen Sie deshalb bewusst am Tisch. Begrenzen Sie zudem die Zeit vor dem Bildschirm und schalten Sie auf gemeinsame Aktivitäten drinnen und draussen um. Es braucht wenig, um viel zu verändern. www.gesundheitsfoerderung.ch

Kantonale Aktionsprogramme: Vorgehen



1. Segmentierung der Zielgruppe
2. Module gemeinsam entwickeln und allen zur Verfügung stellen
3. Policyprozesse fördern
4. Gemeinsam kommunizieren
5. Aktiv evaluieren

19 von 26 Kantonen sind dabei.

Beispiel: „Gesundes Znüni“ im Kanton Basel Stadt

Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt
Bereich Gesundheitsdienste
► Gesundheitsförderung und Prävention

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera
In Zusammenarbeit mit den Kantonen, den Versicherern und der FMA.



Ein gesundes Znüni gibt Power für den ganzen Tag. gesundheitsfoerderung.bs.ch

Fazit



Gesundheitsförderung Schweiz

- arbeitet vernetzt und gemäss Best Practice-Kriterien.
- koordiniert, initiiert und evaluiert Massnahmen.
- setzt sowohl bei den Einzelnen an wie bei der Beeinflussung der Umwelt (Wissen und Handlungsoptionen vermitteln).
- Gesundheitsförderung braucht einen langen Atem.