

JOURNAL FÜR ERNÄHRUNGSMEDIZIN

Produktinformation

Journal für Ernährungsmedizin 2004; 6 (1) (Ausgabe für Schweiz)
26

Homepage:

[www.kup.at/
ernaehrungsmedizin](http://www.kup.at/ernaehrungsmedizin)

Online-Datenbank mit
Autoren- und Stichwortsuche

Mit Nachrichten der



INTERDISZIPLINÄRES ORGAN FÜR PRÄVENTION UND
THERAPIE VON KRANKHEITEN DURCH ERNÄHRUNG

Erschaffen Sie sich Ihre ertragreiche grüne Oase in Ihrem Zuhause oder in Ihrer Praxis

Mehr als nur eine Dekoration:

- Sie wollen das Besondere?
- Sie möchten Ihre eigenen Salate, Kräuter und auch Ihr Gemüse ernten?
- Frisch, reif, ungespritzt und voller Geschmack?
- Ohne Vorkenntnisse und ganz ohne grünen Daumen?

Dann sind Sie hier richtig



SUISSE BALANCE – EINE ERNÄHRUNGSBEWEGUNG STELLT SICH VOR

Gemäss der Schweizerischen Gesundheitsbefragung von 1997 haben in der Schweiz ein Drittel der Bürger (42 % der Männer und 28 % der Frauen) ein zu hohes Körpergewicht. Besonders bei Männern im mittleren Alter hat Übergewicht in den letzten 10 Jahren zugenommen. Bei Kindern zeigt sich leider derselbe Trend wie bei den Erwachsenen. Eine in der Deutschschweiz an 600 Sechs- bis Zwölfjährigen durchgeführte Studie zeigt: 34 % der Kinder leiden an Übergewicht. 10 bis 16 % sind sogar adipös. Der Vierte Schweizerische Ernährungsbericht von 1998 dokumentiert zudem, dass bei bestimmten Bevölkerungsgruppen (z. B. bei jungen Frauen und Betagten) Unter- und Fehlernährung ein Problem darstellen.

Infolge dieser besorgniserregenden Entwicklung wurde vom Bundesamt für Gesundheit und Gesundheitsförderung Schweiz das Projekt SUISSE BALANCE gegründet. Dessen Ziele sind:

- Bis 2010 eine markante Vergrösserung des Anteils der in der Schweiz lebenden Menschen mit einem gesunden Körpergewicht durch gesundheitsförderliches Ernährungs- und Bewegungsverhalten.

- Bis 2010 Schaffung von strukturellen Voraussetzungen zur nachhaltigen Entwicklung der Erhaltung eines gesunden Körpergewichts.

Diese Ziele sollen mit einem 3-stufigen Modell „Bildung – soziale Aktivierung – Bewusstseinsbildung“ erreicht werden. Aus dem 3-stufigen Modell werden 4 Handlungsebenen mit folgenden mittelfristigen Zielsetzungen abgeleitet:

- **Ebene 0 – Öffentlichkeitsinformation und Bewusstseinsbildung:** Die Hauptbotschaften haben die in der Schweiz lebende Bevölkerung und die spezifischen Zielgruppen erreicht. Massnahmen zur Förderung des gesunden Körpergewichts haben bei allen wichtigen politischen Instanzen Relevanz.
- **Ebene 1 – Gemeinschaften erreichen:** Gemeindeorientierte Modelle zur Förderung eines gesunden Körpergewichts sind partizipativ entwickelt.
- **Ebene 2 – Zielgruppe Kinder und Jugendliche erreichen:** In der Zielgruppe «Kinder und Jugendliche und deren verschiedene Lebenswelten» haben sich durch die gezielte Förderung innovativer Projekte, die Ernährung und Bewegung kombinieren, Modelle für erfolgreiche Interventionen entwickelt.
- **Ebene 3 – Intervention Arbeitswelt:** Gemeinsam mit einer

Gruppe mit erhöhtem Risiko sind in deren Arbeitswelt gesundheitsförderliche Massnahmen für Ernährung und Bewegung zur Verhaltens- und Verhältnisänderung entwickelt.

Was sich hier sehr theoretisch anhört, wird in vielen verschiedenen Kampagnen und Aktionen umgesetzt. Z. B. sind eine Kampagne für gesundes Frühstück und Znüni und Schulweg zu Fuss, Projektförderungen in Schulen, Motivationsprogramme für Kinder unter Einbezug der Freizeitaktivitäten, Aktivierungsprogramme für Kinder im Vorschulalter und deren Eltern sowie Weiterbildungen für MuKi-Turnen-Kursleiterinnen geplant. Alle Voilà-Jugendlager laufen 2004 unter dem Motto „Gesunde Ernährung/Bewegung auch für Jugendliche“. Eine Sonderbriefmarke zu Erhöhung der Bekanntheit von Suisse Balance wird diesen Herbst erscheinen.

Wenn auch Sie sich aktiv an Suisse Balance beteiligen möchten oder mehr Information wünschen, so wenden Sie sich an:

Suisse Balance
Effingerstrasse 40, Postfach 8172
3001 Bern
Tel. 031 389 92 91
Fax 031 389 92 88
info@suissebalance.ch

Oder besuchen Sie die Homepage:

www.suissebalance.ch