



Bewegungsförderung auf Bevölkerungsebene - Erfahrungen mit Strategien und Ansätzen aus verschiedenen Sektoren

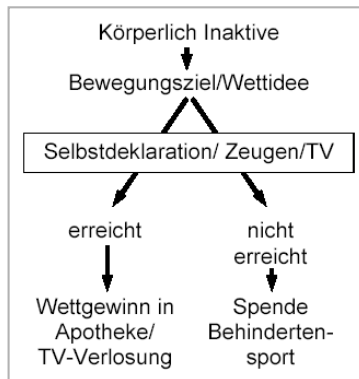
Dr. med. Brian Martin, MPH
Arbeitsbereich Bewegung und Gesundheit
Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich

12. Österreichische Präventionstagung. *Leben in Bewegung. Bewegungsspezifische Strategien der Gesundheitsförderung.* 23.04.2010, Wien

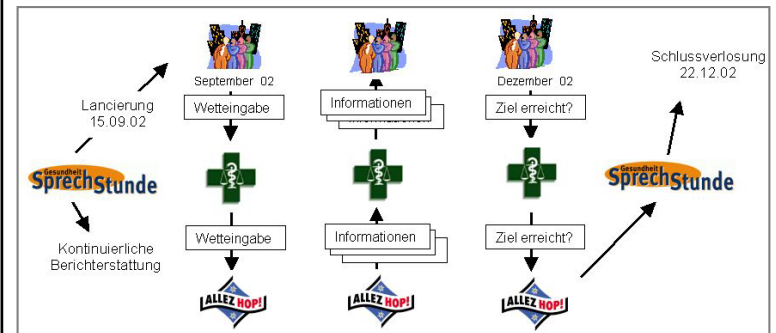
Bewegung ist wichtig für die Gesundheit; viele Menschen bewegen sich zu wenig.

Wie können wir das ändern ?

Grundidee „Gesundheitswette“



Ablauf „Gesundheitswette“



Lancierung "Gesundheitswette" September 2002

- Fernsehsendung «Gesundheit Sprechstunde» mit Zuschauerzahl 300'000-500'000
- Magazin «Gesundheit Sprechstunde» mit Auflage 80'000
- Artikel in Apothekerzeitung
- 170 (-> 180) teilnehmende Apotheken

→ Zu erwartende Teilnehmerzahlen: 1'000 to 10'000

Dössegger A, Nützi C, Kienle G, Ackermann B, Stutz S, Martin BW. Experiences in nationwide recruiting for the Allez Hop Physical Activity Programme. Schweiz Z Sportmed Sporttraumatol 2009; 57 (2); 61-64

Beteiligung "Gesundheitswette" September 2002

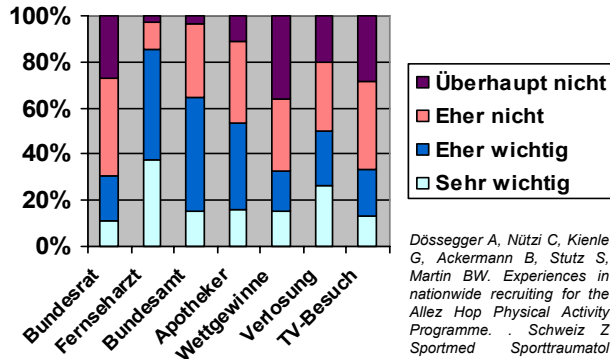
- Fernsehsendung «Gesundheit Sprechstunde» mit Zuschauerzahl 300'000-500'000
- Magazin «Gesundheit Sprechstunde» mit Auflage 80'000
- Artikel in Apothekerzeitung
- 170 (-> 180) teilnehmende Apotheken

→ 35 angenommene, 55 eingereichte Wetten

→ 8 Gewinnerinnen und Gewinner

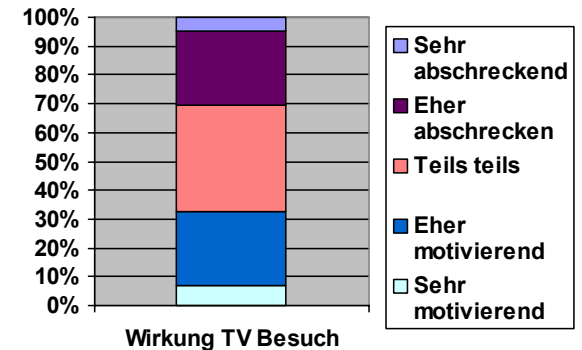
Dössegger A, Nützi C, Kienle G, Ackermann B, Stutz S, Martin BW. Experiences in nationwide recruiting for the Allez Hop Physical Activity Programme. . Schweiz Z Sportmed Sporttraumatol 2009; 57 (2); 61-64

Bedeutung Motivationselemente «Gesundheitswette» in Zuschauerbefragung «Gesundheit Sprechstunde»



Dössegger A, Nützi C, Kienle G, Ackermann B, Stutz S, Martin BW. Experiences in nationwide recruiting for the Allez Hop Physical Activity Programme. . Schweiz Z Sportmed Sporttraumatol 2009; 57 (2); 61-64

Motivationselemente möglicher TV-Besuch in Zuschauerbefragung «Gesundheit Sprechstunde»



Dössegger A, Nützi C, Kienle G, Ackermann B, Stutz S, Martin BW. Experiences in nationwide recruiting for the Allez Hop Physical Activity Programme. . Schweiz Z Sportmed Sporttraumatol 2009; 57 (2); 61-64

Schlussfolgerungen "Gesundheitswette"

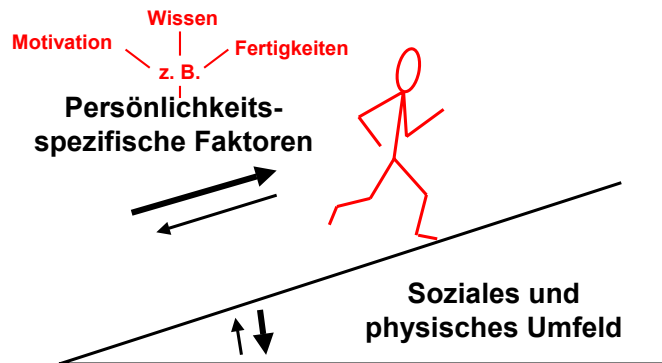
→ Bewegungsförderung bei Inaktiven
ist nicht einfach!

Dössegger A, Nützi C, Kienle G, Ackermann B, Stutz S, Martin BW. Experiences in nationwide recruiting for the Allez Hop Physical Activity Programme. . Schweiz Z Sportmed Sporttraumatol 2009; 57 (2): 61-64

Ansätze aus verschiedenen Sektoren

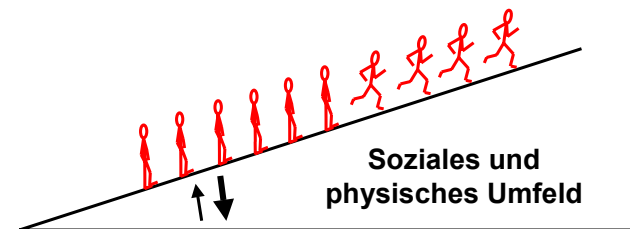
- Determinanten des Bewegungsverhaltens
- Ansätze des Gesundheitssektors und seiner „traditionellen“ Alliierten
- Die „neuen“ Bewegungsförderungssektoren
- Zusammenarbeit über die Sektoren hinaus
- Die Rolle des Gesundheitssektors

Einflussfaktoren oder Determinanten des Bewegungsverhaltens



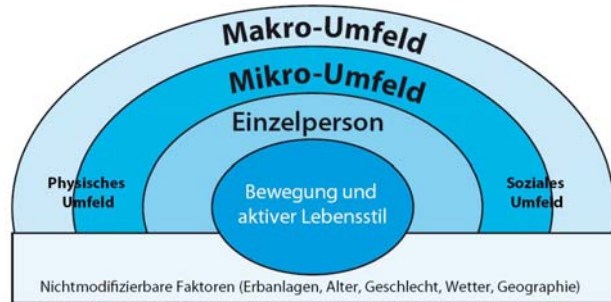
Martin BW, Martin Eva, Mengisen W. Promotion de l'activité physique: définir des stratégies intégrées en Europe. In Inserm. Activité physique et santé. Contextes et effets sur la santé. Expertise collective. Paris, Inserm 2008: 755-768.

Einflussfaktoren oder Determinanten des Bewegungsverhaltens



Martin BW, Martin Eva, Mengisen W. Promotion de l'activité physique: définir des stratégies intégrées en Europe. In Inserm. Activité physique et santé. Contextes et effets sur la santé. Expertise collective. Paris, Inserm 2008: 755-768.

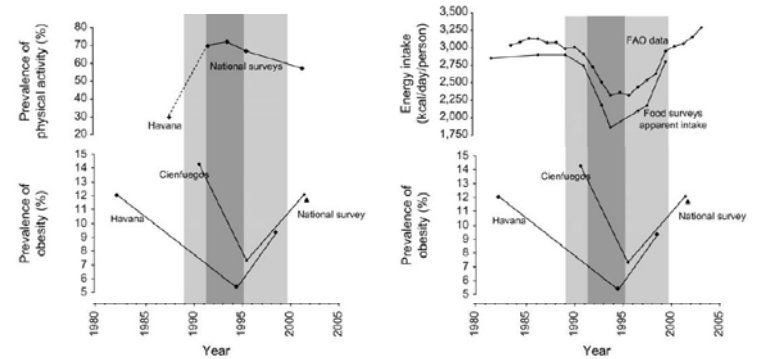
Determinanten der körperlichen Aktivität



Quelle: Adaptiert aus Dahlgren (61)

Cavill N, Racioppi F, Kahlmeier S. Bewegung und Gesundheit in Europa: Erkenntnisse für das Handeln. Kopenhagen: WHO, 2006. Deutschsprachige Version 2010 durch Fonds Gesundes Österreich.

Einfluss von Energieaufnahme, Bewegung und bevölkerungswertem Gewichtsverlust auf kardiovaskuläre und Diabetes-Sterblichkeit in Cuba, 1980-2005



Franco et al. Am J Epidemiol. 2007 Dec 15;166(12):1374-80.

Vergleich Bewegungsverhalten in Zermatt, Crans-Montana und Verbier

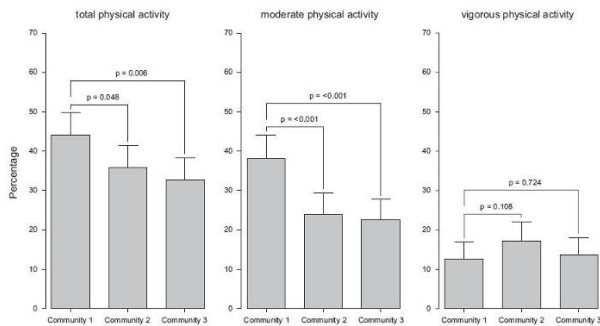


Fig. 1. Age- and sex-adjusted prevalence of sufficient total, moderate and vigorous physical activity by community.

Thommen Dombos O, Braun-Fahrlander Ch, Martin-Diener E. Comparison of adult physical activity levels in three Swiss alpine communities with varying access to motorized transportation. Health & Place, 2007; 13(3): 757-66

Determinanten des Bewegungsverhaltens



Abbildung 3. Einflussfaktoren auf das Sport- und Bewegungsverhalten (Determinanten). Gelingt es, das soziale, das physische Umfeld oder die personalen Voraussetzungen zu verändern, kann sich in der Folge das Sport- und Bewegungsverhalten ändern.

Sportlich und bewegt in jedem Alter. Grundlagen und Anregungen zur Förderung von Sport und Bewegung. Bundesamt für Sport, Entwurf. www.panh.ch/drafts

Nach Bundesamt für Sport, Bundesamt für Gesundheit, Gesundheitsförderung Schweiz, Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz. Gesundheitswirksame Bewegung. Ein Grundlagendokument. Magglingen: BASPO, 2009. www.panh.ch/documents

Veränderbare Determinanten des Bewegungsverhaltens

<p>Soziales Umfeld</p> <p>Familiäres Umfeld</p> <p>Erweitertes soziales Umfeld</p> <p>Strukturierte Angebote</p>	<p>Physisches Umfeld</p> <p>Zugang zu Sportanlagen und Bewegungsräumen</p> <p>Siedlungstyp, Distanzen zu Einrichtungen</p> <p>Gestaltung von Strassen und öffentlichem Raum</p>
<p>Positive Erwartungen</p> <p>Fähigkeiten und Fertigkeiten</p> <p>Einstellungen und Werte</p> <p>Personale Faktoren</p>	

Sportlich und bewegt in jedem Alter. Grundlagen und Anregungen zur Förderung von Sport und Bewegung. Bundesamt für Sport, Entwurf. www.panh.ch/drafts



Einstellung zur Bewegungsberatung in der Arztpraxis Bewegungssurvey Schweiz 2004, n=811

„Wie wichtig ist für Sie der Ratschlag von Ihrem Hausarzt oder Ihrer Hausärztin bezüglich Ihres persönlichen Bewegungsverhaltens?“

	Wunsch nach Beratung	Bedeutung der Beratung	
Deutlich begrüssen	47.5 %	50.5 %	sehr wichtig
Eher begrüssen	32.0 %	30.8 %	ziemlich wichtig
Weder noch	7.1 %	10.5 %	mittelmässig wichtig
Eher ablehnen	5.9 %	4.2 %	wenig wichtig
Deutlich ablehnen	7.5 %	4.0 %	gar nicht wichtig

Bize R, Surbeck R, Padlina O, Peduzzi F, Cornuz J, Martin B. Promotion of physical activity in the primary care setting: The situation in Switzerland. Schweiz Z Sportmed Sporttraumatol 2008; 56 (3), 112–116.



Bewegungsberatung über die Arztpraxis

- Ausgetestete Abläufe und Materialien im Kanton Wadt seit 2009 im Einsatz www.paprica.ch
- Umsetzung in anderen Kantonen in Vorbereitung
- Integration in multidimensionalen Präventionsansatz “Gesundheitscoaching” des Kollegiums Hausarztmedizin vorgesehen



Bize R, Surbeck R, Padlina O, Peduzzi F, Cornuz J, Martin B. Promotion of physical activity in the primary care setting: The situation in Switzerland. Schweiz Z Sportmed Sporttraumatol 2008; 56 (3), 112–116.



- Grundlage Bundesgesetz 1972 (Verfassungsänderung 1970)

- "Die Institution Jugend+Sport bezweckt, Jugendliche vom 14. (seit 1994: 10.) bis zum vollendeten 20. Altersjahr sportlich weiterzubilden und sie zu gesunder Lebensweise anzuleiten.,,
- Ausweitung auf 5- bis 10-Jährige (J+S Kids) finanziert, soll nun gesetzlich verankert werden
- Betonung des Breitensportgedankens

Kelly P, Cavill N, Foster. An Analysis of National Approaches to Promoting Physical Activity and Sports in Children and Adolescents. Oxford: British Heart Foundation Health Promotion Research Group, University of Oxford, 2009



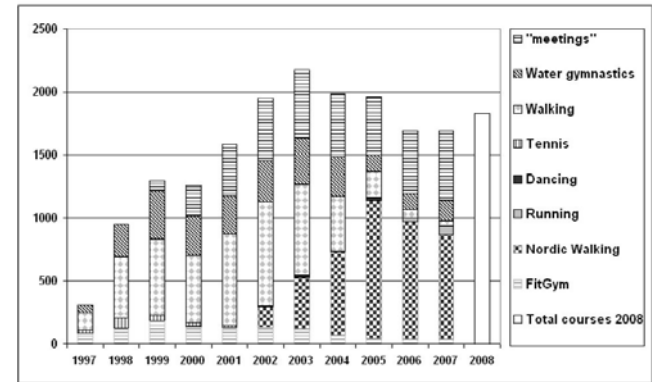
- 40 Millionen Euro Bundesgelder pro Jahr, 70 Millionen öffentliche Gelder insgesamt

- Wirkung vor allem über Sportvereine, teilweise auch über Schulen
- 75 Sportarten
- 100'000 Leiterinnen und Leiter
- Über 500'000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer pro Jahr
- In den letzten Jahren beginnende Evaluationsschritte

Kelly P, Cavill N, Foster. *An Analysis of National Approaches to Promoting Physical Activity and Sports in Children and Adolescents*. Oxford: British Heart Foundation Health Promotion Research Group, University of Oxford, 2009



Kursentwicklung 1997-2008

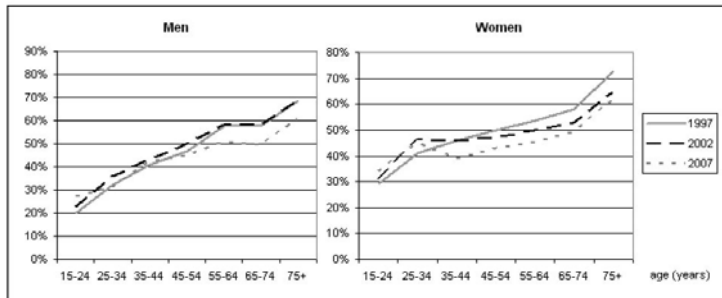


Wanner M, Martin-Diener E, Bauer G, Stamm HP, Martin BW. Allez Hop, a nation-wide programme for the promotion of physical activity in Switzerland: What is the evidence for a population impact after one decade of implementation. *Brit J Sport Med*, in press.



<1x/Woche Bewegung bis zum Schwitzen in der Freizeit in den Gesundheitsbefragungen 1997-2009

1997: N=12 999; 2002: N=19 698; 2007: N=18 745.



Wanner M, Martin-Diener E, Bauer G, Stamm HP, Martin BW. Allez Hop, a nation-wide programme for the promotion of physical activity in Switzerland: What is the evidence for a population impact after one decade of implementation. *Brit J Sport Med*, in press.

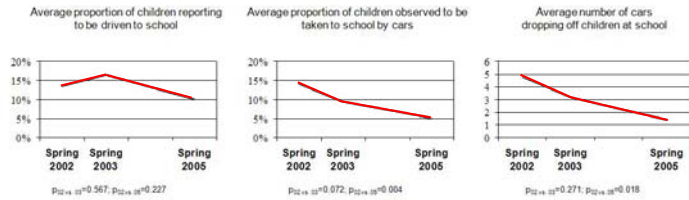


«A pied, c'est cool / Sälber i Chindsgi»

- Information der Eltern und der Gemeinde (Briefe, Gemeindebulletin, Webseite)
- Behandlung des Themas in Kindergarten und Schule
- Verhaltensregeln im Schulbus
- Physische Verunmöglichung des Parkierens beim Fussgängerstreifen über die Dorfstrasse
- Strassenmarkierungen beim Kindergarten
- Wöchentlicher geführter Kindergartenweg aus Magglingen nach Evilard
- Kennzeichnung eines offiziellen Aussteigeplatzes etwas entfernt vom Kindergarten ("Känguruplatz")

Jimmy G, Ruch N, Martin-Diener E, Martin BW. A walk to kindergarten project in Switzerland: needs assessment, com-parison of outcome assessment methods and follow-up over three years. *Schweiz Z Sportmed Sporttraumatol* 2009.

Veränderungen im Autotransport zum Kindergarten Evilard 5 Tage Frühling 02, 6 Tage Frühling 03 und 5 Tage Frühling 05



Jimmy G, Ruch N, Martin-Diener E, Martin BW. A walk to kindergarten project in Switzerland: needs assessment, com-parison of outcome assessment methods and follow-up over three years. Schweiz Z Sportmed Sporttraumatol 2009.

SchweizMobil



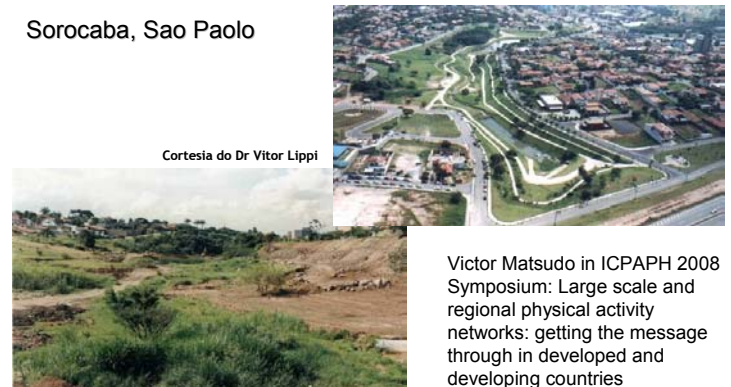
www.schweizmobil.ch

SchweizMobil



Bewegungsförderung durch städtebauliche Massnahmen

Sorocaba, Sao Paulo



Victor Matsudo in ICPAPH 2008 Symposium: Large scale and regional physical activity networks: getting the message through in developed and developing countries

Bewegungsförderung durch verkehrstechnische Massnahmen



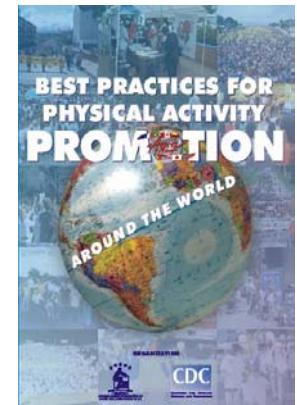
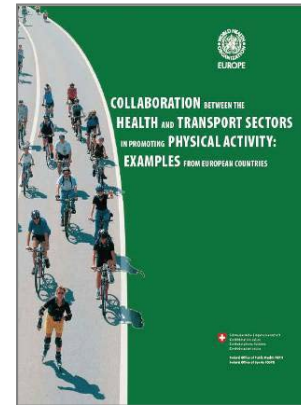
vorher

nachher

Wabern

Thommen O, Braun Ch. Effectiveness of transport interventions to promote Human Powered Mobility (HPM) or daily physical activity
Executive Summary of the Intermediate Report, December 2003.

Beispiele für multi-sektorale Ansätze



Zusammenarbeit über die Sektoren hinaus



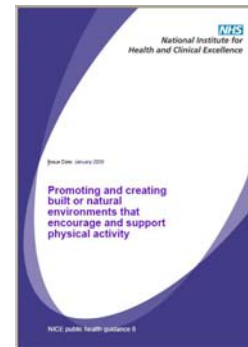
Promoting and creating built or natural environments that encourage and support physical activity

Schaffung und Förderung von gebauter und natürlicher Umwelt, die Bewegung begünstigt

Mehrstufige Entwicklung von Richtlinien inklusive Einbezug der Beteiligten und Austestung durch NICE.

www.nice.org.uk

Zusammenarbeit über die Sektoren hinaus



Qualitative Studie mit 79 Teilnehmern aus verschiedenen Sektoren zur Nützlichkeit der NICE Richtlinien

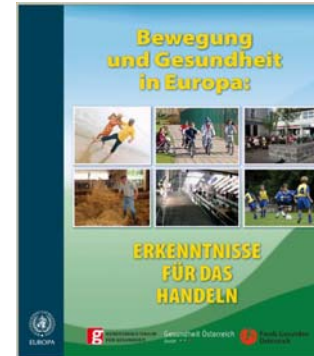
“There is a risk of stating the bleeding obvious for our cross-sectoral partners”

→ Unterschiede in Erfahrungen, Wissenstand und Normen in verschiedene Sektoren

Nick Cavill. Turning evidence into guidance: exploring the views of stakeholders. In ICPAPH08 Symposium: Producing evidence-based guidelines on physical activity: a look behind the scenes

Zusammenarbeit über die Sektoren hinaus

- Abgestützte Hintergrunddokumentation
- Verwendung von Instrumenten und Normen der Partner
 - Volkswirtschaftliche Evaluierungen (Health Economic assessment tools HEAT) für Transportsektor
 - HEAT Cycling: sehr erfolgreich
 - HEAT Walking: nächster Schritt
- Kybernetische Modelle als innovativer Ansatz für Entscheidungsträger in anderen Sektoren und in Politik (Programm Ernährung und Bewegung des Kantons Aargau)
 - Hinterfragt Grundprinzipien unserer Vorgehensweise, aber grosses Potential zur Einbindung von Partnern



Cavill N, Racioppi F, Kahlmeier (eds).
Bewegung und Gesundheit in Europa:
Erkenntnisse für das Handeln.
Kopenhagen: WHO, 2006.

Deutsprachige Version 2010 durch
Fonds Gesundes Österreich.

1. Warum ist körperliche Aktivität wichtig für die Gesundheit?

2. Was ist über das aktuelle Ausmaß der Bewegung bzw. des Bewegungsmangels bekannt?

3. Welche Faktoren und Bedingungen beeinflussen die körperliche Bewegung?

4. Wie können der Gesundheitssektor und andere zu mehr Bewegung beitragen?



Strategien

Die Maßnahmen zur Förderung der Bewegung sollten auf die gesundheitlichen Vorteile der körperlichen Aktivität abzielen und die gesundheitliche Ungleichheit berücksichtigen (1).

1. auf die Gesundheit der Gesamtbevölkerung abzielen

2. gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

3. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

4. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

5. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

6. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

7. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

8. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

9. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

10. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

11. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

12. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

13. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

14. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

15. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

16. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

17. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

18. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

19. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

20. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

21. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

22. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

23. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

24. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

25. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

26. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

27. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

28. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

29. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

30. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

31. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

32. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

33. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

34. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

35. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

36. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

37. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

38. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

39. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

40. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

41. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

42. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

43. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

44. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

45. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

46. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

47. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

48. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

49. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

50. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

51. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

52. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

53. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

54. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

55. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

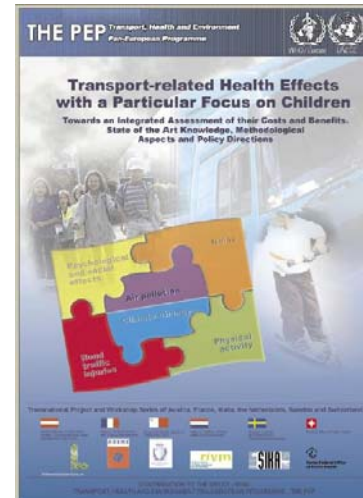
56. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

57. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

58. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

59. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen

60. die gesundheitliche Ungleichheiten berücksichtigen



Wirtschaftliche Evaluierung von Verkehrsinfrastruktur und Strategien

Methodische Leitlinie zur wirtschaftlichen Beurteilung der gesundheitlichen Auswirkungen von Gehen und Radfahren



HEPA
Health Economic Assessment Tool for Cycling
Methodische Leitlinie zur wirtschaftlichen Beurteilung der gesundheitlichen Auswirkungen von Gehen und Radfahren


Gesundheitseffekte durch Radfahren

Kalkulator zur volkswirtschaftlichen Evaluierung




HEPA
Health Economic Assessment Tool for Cycling
Kalkulator zur volkswirtschaftlichen Evaluierung

Volkswirtschaftliche Evaluierung Radfahren



www.euro.who.int/hepa

The Health Economic Assessment Tool HEAT for Cycling



www.euro.who.int/hepa

The Health Economic Assessment Tool HEAT for Cycling

Step 1: enter your data (all users must fill in the red fields)

Number of trips per day	10'000
Mean trip length (km)	4

Step 2: check the parameters

Mean number of days cycled per year	124
Proportion of trips that are one part of a return journey (or 'round trip')	0.9
Proportion undertaken by people who would not otherwise cycle	0.5
Mean proportion of working age population who die each year	0.005847
Value of life (in Euros)	EUR 1'500'000
Discount rate	5.0%

Population parameters used to calculate results

Population that stands to benefit	2750
Mean proportion of working age population who die each year	0.005847
Expected deaths in the local population	16.08
Protective benefit, according to actual distance traveled	0.17
Lives saved	2.81

The Health Economic Assessment Tool HEAT for Cycling

Step 1: enter your data (all users must fill in the **red** fields)

Number of trips per day **10'000**
 Mean trip length (km) **4**

Step 3: read the economic savings resulting from reduced mortality

Maximum annual benefit EUR 4'209'000
 Savings per km cycled per individual cyclist per year EUR 0.81
 Savings per individual cyclist per year EUR 765
 Savings per trip EUR 3.39

Mean annual benefit: EUR 3'136'000

Present value of mean annual benefit: EUR 2'283'000

Based on the following assumptions (see user guide for details)

5% discount rate

5 year build-up of benefit and 1 year build-up of uptake, averaged over 10 years

Map 27

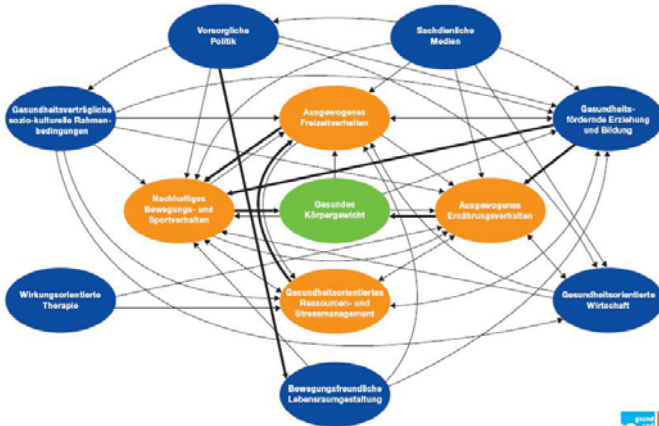
Weighted Causal Linkages

The Foresight Model

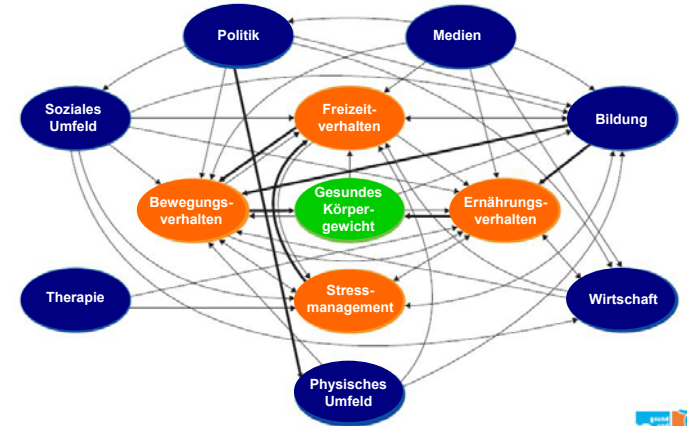


Determinantenmodell -Gesundes Körpergewicht-

Kantonsärztlicher Dienst, Aargau



Determinantenmodell des Kantons Aargau (leicht angepasst)

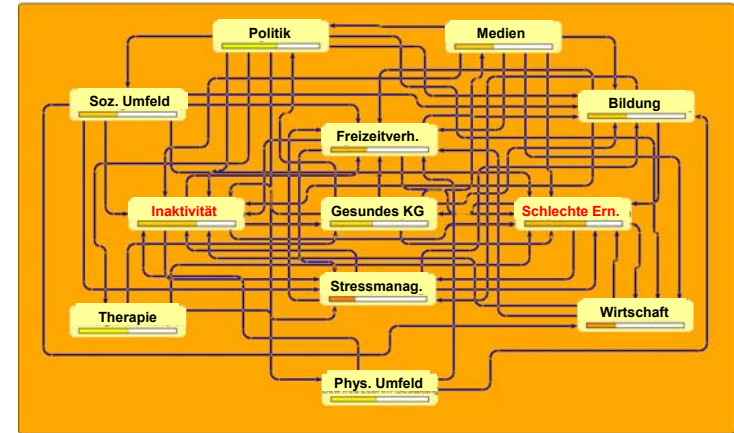


Kybernetisches Determinantenmodell

- Ökonomisches, nicht epidemiologisches Modell
- Einschätzung der Ausgangssituation der Determinanten durch Konsens und nicht evidenz-basiert (Bereich 0 bis 30, 15:neutral; gelb: neutral; green: erwünscht; orange-rot: unerwünscht)
- Einschätzung der Stärke der Beziehungen durch Konsens und nicht evidenz-basiert
- Zyklusdauer wird als ein Jahr angenommen

Illustrationen zur Verfügung gestellt von Thomas Fischer,
Institut für Betriebswissenschaften, Fachhochschule Nordwestschweiz

Kybernetisches Determinantenmodell, Einschätzung Ausgangslage



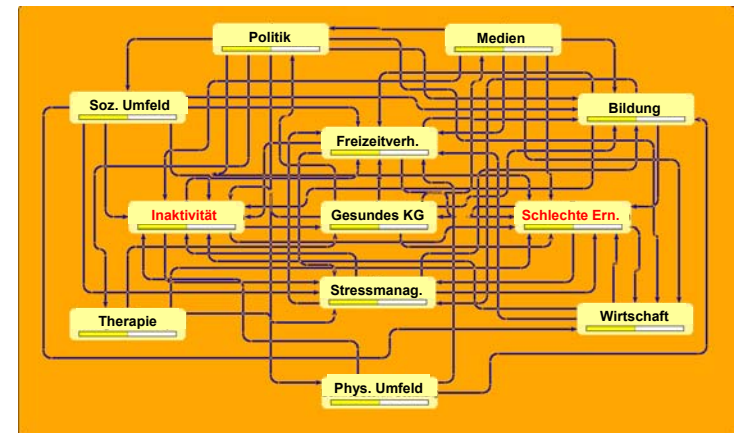
Illustrationen zur Verfügung gestellt von Thomas Fischer,
Institut für Betriebswissenschaften, Fachhochschule Nordwestschweiz

Kybernetisches Determinantenmodell

- Die folgenden Folien zeigen eine Simulation
- Alle Determinanten wie auch das "gesunde Körpergewicht" sind in einer hypothetischen Neutralposition (gelb)
- Die Simulation wird gestartet durch eine arbiträrer Veränderung im sozio-kulturellen Umfeld (neue Veränderung in grau)
- Veränderungen der Determinanten und des "gesunden Körpergewichts" zwischen sich an den Balken (erwünscht: grün ; unerwünscht: orange-rot)
- Als Zyklusdauer wird als ein Jahr angenommen

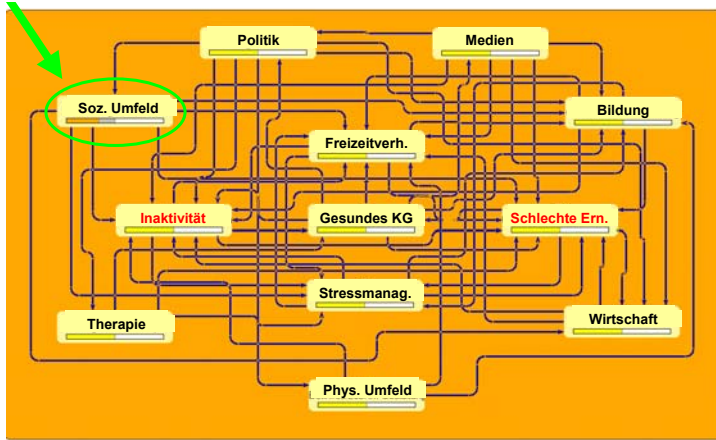
Illustrationen zur Verfügung gestellt von Thomas Fischer,
Institut für Betriebswissenschaften, Fachhochschule Nordwestschweiz

Simulation kybernetisches Determinantenmodell, Neutralposition



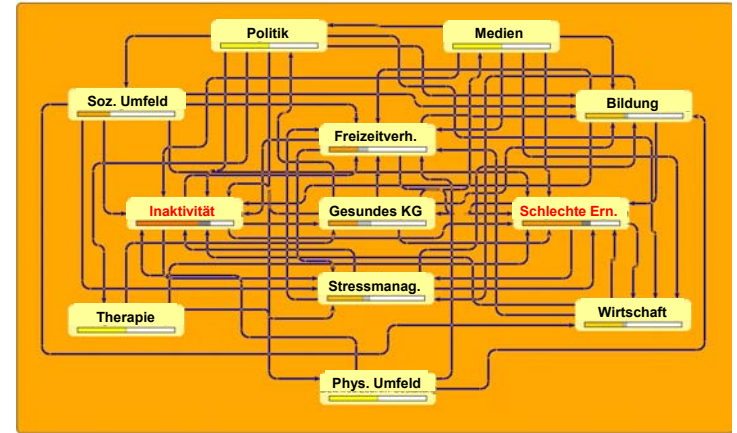
Illustrationen zur Verfügung gestellt von Thomas Fischer,
Institut für Betriebswissenschaften, Fachhochschule Nordwestschweiz

Simulation kybernetisches Determinantenmodell, Jahr 0



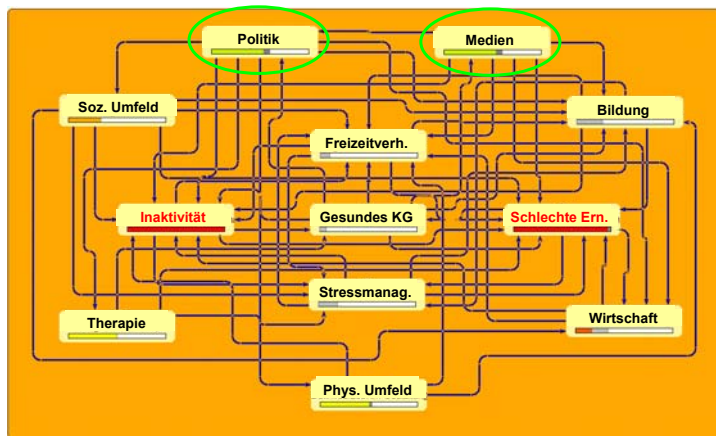
Illustrationen zur Verfügung gestellt von Thomas Fischer,
 Institut für Betriebswissenschaften, Fachhochschule Nordwestschweiz

Simulation kybernetisches Determinantenmodell, Jahr 3



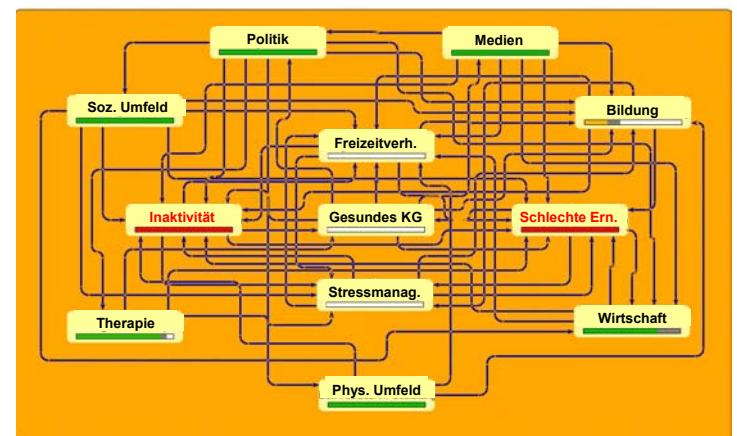
Illustrationen zur Verfügung gestellt von Thomas Fischer,
 Institut für Betriebswissenschaften, Fachhochschule Nordwestschweiz

Simulation kybernetisches Determinantenmodell, Jahr 5



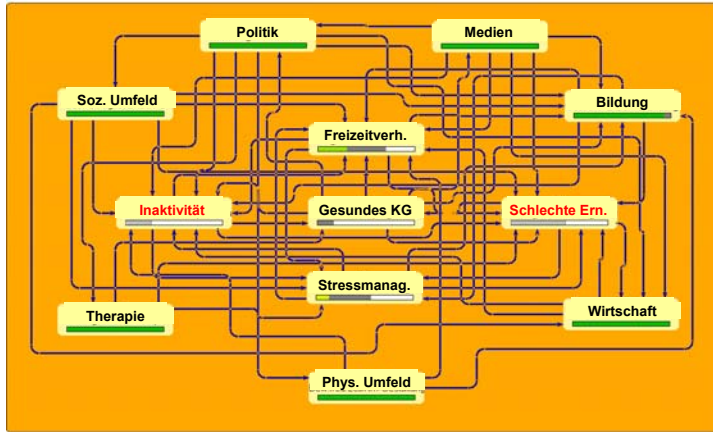
Illustrationen zur Verfügung gestellt von Thomas Fischer,
 Institut für Betriebswissenschaften, Fachhochschule Nordwestschweiz

Simulation kybernetisches Determinantenmodell, Jahr 14



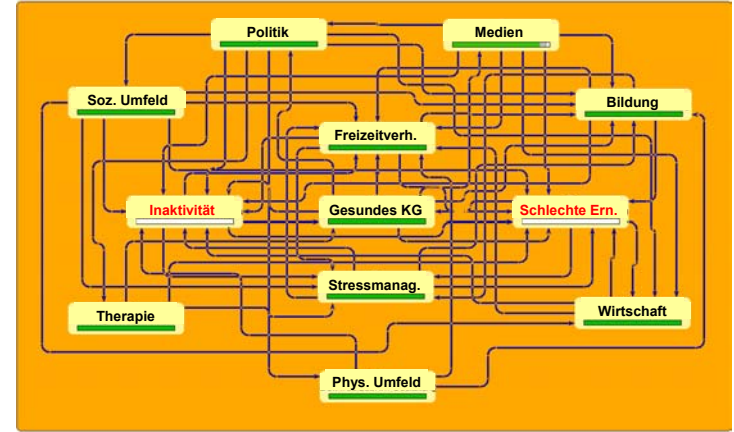
Illustrationen zur Verfügung gestellt von Thomas Fischer,
 Institut für Betriebswissenschaften, Fachhochschule Nordwestschweiz

Simulation kybernetisches Determinantenmodell, Jahr 19



Illustrationen zur Verfügung gestellt von Thomas Fischer, Institut für Betriebswissenschaften, Fachhochschule Nordwestschweiz

Simulation kybernetisches Determinantenmodell, Jahr 22

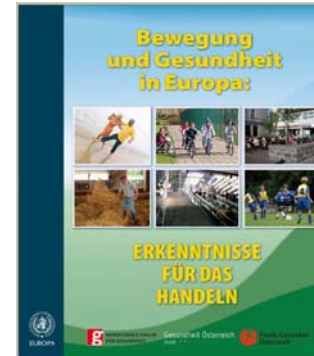


Illustrationen zur Verfügung gestellt von Thomas Fischer, Institut für Betriebswissenschaften, Fachhochschule Nordwestschweiz

Kybernetisches Determinantenmodell

- Kein evidenz-basiertes Modell, sondern basierend auf Annahmen, die mit den Beteiligten ausgehandelt werden
- Robust und komplex genug, um Manipulationen zu verunmöglichen
- Sehr nützlich zum Erläutern von Wechselwirkungen
- Sehr nützlich zum Erläutern von zeitlichen Abläufen und Dimensionen
- Vereinbarkeit mit evidenzbasierter Gesundheitsförderung?

Illustrationen zur Verfügung gestellt von Thomas Fischer, Institut für Betriebswissenschaften, Fachhochschule Nordwestschweiz



Cavilli N, Racioppi F, Kahlmeier (eds). Bewegung und Gesundheit in Europa: Erkenntnisse für das Handeln. Kopenhagen: WHO, 2006.

Deutsche Version 2010 durch Fonds Gesundes Österreich.

1. Warum ist körperliche Aktivität wichtig für die Gesundheit?

2. Was ist über das aktuelle Ausmaß der Bewegung bzw. des Bewegungsmangels bekannt?

3. Welche Faktoren und Bedingungen beeinflussen die körperliche Bewegung?

4. Wie können der Gesundheitssektor und andere zu mehr Bewegung beitragen?

Strategien
Die Maßnahmen zur Förderung der Bewegung sollten auf andere Transportarten abzielen, die von einem öffentlichen Verkehrsmittel (z.B. Bus, Bahn, Fahrrad) zu Fuß gehen.
1. Einmal täglich 30 Minuten Bewegung
2. Die tägliche Bewegung erhöhen
3. Auf geschuldeten Personen abzielen
4. Programme auf der Arbeitsplatz-Ebene
5. Einmal täglich 30 Minuten Bewegung
6. Nach den besten verfügbaren Informationen handeln

Auf die Gesundheit der Bevölkerung abzielen
Die Maßnahmen zur Förderung der Bewegung sollten auf andere Transportarten abzielen, die von einem öffentlichen Verkehrsmittel (z.B. Bus, Bahn, Fahrrad) zu Fuß gehen.
1. Einmal täglich 30 Minuten Bewegung
2. Die tägliche Bewegung erhöhen
3. Auf geschuldeten Personen abzielen
4. Programme auf der Arbeitsplatz-Ebene
5. Einmal täglich 30 Minuten Bewegung
6. Nach den besten verfügbaren Informationen handeln

4. Wie können der Gesundheitssektor und andere zu mehr Bewegung beitragen?



Strategien
Die Maßnahmen zur Förderung der Bewegung sollten auf einigen Grundprinzipien aufbauen, die aus einem schweizerischen Plan übernommen werden (7):

1. auf die Gesundheit der Gesamtbevölkerung abzielen;
2. eine breite Vielfalt von Bewegung;
3. mehrere Sektoren einbeziehen;
4. die Vielfalt für Bewegung verbessern;
5. auf verschiedenen Ebenen arbeiten;
6. Programme auf die festgestellten Bedürfnisse der Bevölkerung gründen;
7. mehr Gleichheit des Zugangs; und
8. nach den besten verfügbaren Erkenntnissen vorgehen.

Auf die Gesundheit der Gesamtbevölkerung abzielen
Die Förderung der Bewegung sollte auf die gesundheitlichen Bedürfnisse der Gesamtbevölkerung abgezielt sein, also nicht auf einzelne Risikogruppen. Wenn mehr Bewegungs-Gelegenheiten für alle geschaffen und die Rahmenbedingungen insgesamt verbessert werden, hat dies einen positiven Effekt auf die öffentliche Gesundheit als Programm, die sich nur an kleine Gruppen richten. Koordinierte Maßnahmen auf mehreren Ebenen sind hingegen erforderlich, um die Beteiligung an gesundheitsförderlicher körperlicher Betätigung zu erhöhen (vgl. Scott et al. 2006).

Eine breite Definition von Bewegung
Eine breite Definition von Bewegung eröffnet ein bedeutend größeres Potenzial zur Einbeziehung der unterschiedlichsten Sektoren. Körperliche Aktivität erstreckt sich auf Gehen,

28

Cavill N, Racioppi F, Kahlmeier (eds). Bewegung und Gesundheit in Europa: Erkenntnisse für das Handeln. Kopenhagen: WHO, 2006.

Deutsche Version 2010 durch Fonds Gesundes Österreich.

Die Rolle des Gesundheitssektors

Auch wenn die Maßnahmen zur Bewegungsförderung oft in den Händen anderer Fachleute liegen, etwa aus den Bereichen Städteplanung, Verkehr und Sport, so kann doch der Gesundheitssektor seinen ganz spezifischen und wichtigen Beitrag leisten. Insbesondere sollte dieser Bereich eine Führungs- oder Beratungsrolle im Rahmen der Programme zur Förderung gesunder Bewegung einnehmen. Aufgrund des multidisziplinären Charakters des Themas besteht die Gefahr, dass es zwischen alle Stühle gerät und sich kein Sektor dafür wirklich zuständig fühlt. Da ist der Gesundheitssektor am besten positioniert, um die richtigen Allianzen zu schmieden und die richtigen Maßnahmen voranzutreiben.

Cavill N, Racioppi F, Kahlmeier (eds). Bewegung und Gesundheit in Europa: Erkenntnisse für das Handeln. Kopenhagen: WHO, 2006.

Deutsche Version 2010 durch Fonds Gesundes Österreich.

Role of the health sector

While action on physical activity often lies in the domain of professionals in sectors such as urban planning, transport and sport, the health sector can make a unique and important contribution. In particular, it should provide leadership or stewardship for the subject of physical activity. Because it is such a multidisciplinary issue, the danger is that it will fall between the cracks, with no one sector taking responsibility. The health sector is best placed to forge the right alliances and to take forward effective action.

Cavill N, Racioppi F, Kahlmeier S. Physical Activity and Health in Europe. Evidence for Action. Copenhagen: WHO, 2006. www.euro.who.int/hepa

Die Rolle des Gesundheitssektors

Neben dieser allgemeinen Führungsfunktion kann der Gesundheitssektor in sechs Bereichen an der Spitze der Entwicklung stehen:

- körperliche Aktivität zu einem Bestandteil der Primärprävention machen;
- effektive Interventionen dokumentieren und Forschungsergebnisse verbreiten;
- die wirtschaftlichen Vorteile von Investitionen in die körperliche Aktivität aufzeigen;
- Verbindungen zwischen den relevanten politischen Entscheidungsträgern und Normfeldern herstellen;
- Beratung und Erfahrungsaustausch;
- führen durch Beispiel.

Cavill N, Racioppi F, Kahlmeier (eds). Bewegung und Gesundheit in Europa: Erkenntnisse für das Handeln. Kopenhagen: WHO, 2006.

Deutsche Version 2010 durch Fonds Gesundes Österreich.