



Das Kantonale Aktionsprogramm Bewegung und Ernährung im Kanton Zug 2016 - 2019

Jedes sechste Kind ist übergewichtig

Es kann davon ausgegangen werden, dass im Kanton Zug jedes sechste bis siebte Kind übergewichtig oder adipös ist. Gesamtschweizerisch müssen 17 Prozent der Kinder als übergewichtig oder adipös bezeichnet werden, knapp vier Prozent der Kinder sind stark übergewichtig. Der Anteil übergewichtiger Kinder ist in den letzten Jahren stabil geblieben, es ist allerdings keine Trendwende in Sicht.

Kanton Zug unter den Pionieren

Die Ursachen von Übergewicht sind komplex und multifaktoriell. Ein Hauptgrund scheint eine unausgewogene Energiebilanz zu sein. Entsprechend raten Experten zu Präventionsmassnahmen, die die Themen «ausgewogene Ernährung» und «regelmässige Bewegung» kombinieren.

Als einer der ersten Kantone hat der Kanton Zug deshalb 2008 das Kantonale Aktionsprogramm (KAP) «Gesundes Körpergewicht» gestartet, unterstützt von Gesundheitsförderung Schweiz. Ende 2015 ist die zweite Phase dieses Programms ausgelaufen; die dritte Phase schliesst 2016 nahtlos an und läuft bis 2019. Die Programmleitung wird vom Amt für Gesundheit wahrgenommen.

Gesündere Bevölkerung im Kanton Zug

Das Aktionsprogramm verfolgt die Vision, den Anteil der Zuger Bevölkerung mit einem gesunden Körpergewicht und einem positiven Körperbild zu erhöhen. Konkret hat sich das Programm die folgenden Ziele gesetzt:

1. Der Kanton Zug bietet **dauerhafte Angebote** an, welche Bewegungsmöglichkeiten und Bewegungsfreude, ausgewogenes Essen und Trinken sowie ein positives Körperbild fördern. Der Fokus liegt dabei bei **Kindern**.
2. Das Programm achtet mit seinen Massnahmen speziell auch auf die Erreichung **vulnerable Bevölkerungsgruppen** (einkommensschwache Eltern, Alleinerziehende, bildungsferne Familien, belastete Familien, Familien mit Migrationshintergrund usw.).
3. Kinder und deren Eltern, Fachpersonen und Multiplikatoren aus den Bereichen Gesundheitswesen und Beratung, Bildung und Erziehung, Betreuung und Freizeit, **verbessern** ihre **Gesundheitskompetenzen** im Bereich Bewegung, gesundes Körpergewicht, Ernährung und positives Körperbild.

Wirkung auf allen Ebenen

Um diese Ziele zu erreichen, werden zahlreiche Massnahmen umgesetzt. Das Programm arbeitet auf vier Ebenen:

- **Interventionen:** Altersspezifische Massnahmen und Projekte zu den Themen Bewegungsförderung und Ernährung.
- **Policy-Massnahmen:** Informationsvermittlung, Sensibilisierung und fachliche Beratung von Akteuren und Entscheidungsträgern.
- **Vernetzung:** Förderung der Zusammenarbeit zwischen nationalen, kantonalen und lokalen Partnerinnen und Partnern.
- **Öffentlichkeitsarbeit:** Sensibilisierung und Mobilisierung der Öffentlichkeit mittels Veranstaltungen und anderen Kommunikationsmitteln.

Die bisherige Arbeit in den Phasen 1 und 2 sowie die Erfahrungen aus anderen Kantonen zeigen, dass die Präventionsarbeit langfristig und flächendeckend angelegt sein muss. Nur so wird der Anteil übergewichtiger Kinder tendenziell sinken.

Konsolidieren und weiterentwickeln in der dritten Phase

In der dritten und laufenden Phase von 2016 bis 2019 sollen deshalb insbesondere die Erfolge aus den ersten beiden Phasen konsolidiert und weiterentwickelt werden. Bereits laufende Projekte sollen nachhaltig verankert, weiterentwickelt oder durch Institutionen übernommen werden. Ausserdem sollen vulnerable Zielgruppen noch fokussierter angegangen werden.

Massnahmen und Projekte der Phase III von 2016 bis 2019

Papperla PEP Junior. Ernährung, Bewegung und Körperbild. Ein Gesundheitsprogramm zur Integration von emotional-somatischem Lernen und Körpererigenwahrnehmung.

Kita / Spielgruppe in Bewegung / Purzelbaum. Ein Programm zur Sensibilisierung und Mobilisierung von Kita-Betreuungspersonen und Spielgruppenleiterinnen zur Förderung von gesundheitswirksamer Bewegung der Kinder.

Gesunde Ernährung in Kitas und der schulergänzenden Betreuung / Fourchette Verte / Ama terr. Ein Programm zur Sensibilisierung und Beratung von Betreuungspersonen in Kitas, Tagesfamilien und an Mittagstischen.

Interkultureller Krabbeltreff. Ein Programm für Mütter aus verschiedenen Kulturkreisen rund um gesundheitliche und erzieherische Themen.

Gut, gesund und günstig. Ein Kurs für Eltern und Fachpersonen über gesunde und altersgerechte Ernährung mit praktischen Hinweisen zum sinnvollen und preiswerten Kauf von Lebensmitteln.

Unterstützung von Projekten an Schulen sowie Weiterbildung von MultiplikatorInnen. Beratung und Weiterbildung mit den Schwerpunkten Bewegung und Ernährung.

Zahngesundheit und Wasser trinken. Besuche der Zahnpflegeinstruktorin in Zuger Schulen mit Infos über gesunde Zünis und Wasser trinken.

Open Sunday und Midnight. Offene Turnhallen und Midnight-Standorte. Bewegungsfreundliches Alternativprogramm für Jugendliche an Wochenenden.

Fachgruppe Frühbereich. Regelmässige Vernetzung und Austausch von Fachpersonen.

Kantonale, interkantonale und nationale Vernetzung. Kontaktpflege, Besuch von Anlässen, Organisation von Workshops, Erfahrungsaustausch etc.

Öffentlichkeitsarbeit und öffentliche Veranstaltungen für Familien. Regelmässige Berichterstattung und Kommunikation (Website, Spielplatzführer etc.). Teilnahme an oder Organisation von Veranstaltungen (Family Days, Sportanlässe, Publikumsmessen etc.)