

Prävention & Gesundheitsförderung im Kanton Zürich



Herausgegeben vom
**Institut für Sozial- und
Präventivmedizin
der Universität Zürich**

im Auftrag der
**Gesundheitsdirektion
des Kantons Zürich**

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Im Herbst 2004 hat die Zürcher Regierung dem Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich (ISPM) die Umsetzung des «Konzeptes für Prävention und Gesundheitsförderung im Kanton Zürich» in Auftrag gegeben. Das vorliegende Heft berichtet in verschiedenen Beiträgen über den Stand der Umsetzung dieses Auftrages.

Als Massnahme der Strategie «Information und Kommunikation» werden interessierte Fachleute künftig im «Zürcher Forum Prävention und Gesundheitsförderung» eine wichtige Kommunikationsplattform finden, zu welcher auch Sie, liebe Leserin, lieber Leser, herzlich eingeladen sind. Anfangs 2006 geht das Stadtzürcher Gesundheits-Tram auf die Schienen. Mehr Personen als der Kanton Einwohner/innen zählt, werden innert zweier Jahren diesem Tram zusteigen und hoffentlich auch von den Angeboten und Informationen profitieren.

Im Rahmen des ersten Schwerpunktprogramms «Bewegung – Ernährung – Entspannung» wird im Kanton erfolgreich interveniert. Ein Artikel beleuchtet den Stand der Arbeiten im Bezirk Dielsdorf. Zur «Betrieblichen Gesundheitsförderung», dem zweiten Schwerpunkt, finden Sie in die-

sem Heft einen Projektbericht und eine Preisausschreibung. Im Rahmen des übergeordneten Konzeptes werden auch Einzelprojekte ausserhalb der Schwerpunktprogramme unbürokratisch und rasch unterstützt. Ergänzend zu Projekten des Konzeptes gilt es zudem, aktuelle Themen aufzugreifen.

Im ersten Heftbeitrag finden Sie Informationen über die Vogelgrippe aus präventivmedizinischer Sicht.

Zu den Aufgaben des ISPM gehört – neben der praktischen Prävention und Gesundheitsförderung – die Berichterstattung über den Gesundheitszustand der Zürcher Bevölkerung. Der umfangreiche Bericht «Gesundheit von Müttern und Kindern unter sieben Jahren» wird in diesen Tagen publiziert.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre und erholsame Feiertage!

Hans Wylder, lic.phil.

Institut für Sozial- und Präventivmedizin



Betriebliche Gesundheitsförderung

Verbreitung im Kanton Zürich

Obwohl der betriebs- und volkswirtschaftliche Nutzen Betrieblicher Gesundheitsförderung (BGF) auf der Hand liegt, ist die Investition für BGF in Unternehmen und Verwaltung noch gering. Gemeinsam mit Gesundheitsförderung Schweiz setzen sich die Kantone Zürich, Zug, Aargau, Thurgau und St.Gallen für die weitere Verbreitung und Umsetzung von BGF ein.

Durch Stress am Arbeitsplatz entstehen in der Schweiz jährlich etwa 4.2 Milliarden Franken an Kosten, wie die viel zitierte seco-Studie aus dem Jahr 2003 belegt. Die geschätzten Kosten für den Kanton Zürich betragen 700 Millionen Franken jährlich. Untersuchungen zeigen, dass gute, gesundheitsförderliche Unternehmensführung auch mit wirtschaftli-

chem Erfolg einhergeht. Eigene Forschungsergebnisse aus dem Jahr 2001 zeigen jedoch, dass die Verbreitung expliziter, systematischer BGF-Massnahmen in der Schweiz noch gering ist.

Aufgrund dieser Ausgangslage erklärte der Kanton Zürich sowie vier weitere Deutschschweizer Kantone (Aargau, St. Gallen,

Informationsmaterial		
Flyer	Broschüre	Foliensatz

Programmleitfaden		
Einstiegsmodul		
Einstiegsworkshop		
Analysemodule		
Managementbefragung MitarbeiterInnenbefragung Gesundheitszirkel		
Umsetzungsmodule		
Organisationsentwicklung	Personalentwicklung	Gesundheitsverhalten
Arbeitsgestaltung	Zusammenarbeit im Team	Wellness
Aspekte der Ergonomie	BGF als Führungsaufgabe	Stressmanagement

Thurgau, Zug) BGF zu einem ihrer Schwerpunktprogramme mit den in diesem Artikel erläuterten vier Zielen:

1. BGF in Privatwirtschaft und Verwaltung bekannt zu machen und in Pilotbetrieben zu implementieren
2. BGF in den Kantonen nachhaltig politisch zu verankern
3. Schaffung entsprechender Strukturen
4. Systematischer Erfahrungsaustausch zwischen den fünf Kantonen.

••••• Verbreitung von BGF

Alle fünf Kantone gehen von einem ähnlichen Verständnis von BGF aus und verwenden bei der Verbreitung, Akquisition und Umsetzung das BGF-Programm KMU-vital (www.kmu-vital.ch). Das Programm richtet sich an kleine und mittlere Unternehmen.

KMU-vital wurde während drei Jahren am Institut für Sozial- und Präventivmedizin Zürich (ISPM) und am Institut für Arbeitsmedizin in Baden mit zehn Pilot-KMU und ExpertInnen für Betriebliche Gesundheitsförderung ausgearbeitet. Finanziert wurde das Projekt von Gesundheitsförderung Schweiz. In nebenstehender Abbildung sind die Module von KMU-vital dargestellt. Für die Bekanntmachung und Verbreitung von BGF in den Betrieben und Ämtern und zur konkreten Akquisition von Betrieben braucht es neben dem wissenschaftlich fundierten Interventions-Programm aber zusätzliche Anstrengungen.

Ausgehend von der Initiative von Zürich und Zug finanziert Gesundheitsförderung Schweiz allen fünf Kantonen während den Jahren 2005/06 ein Anreizmodell auf der Basis von KMU-vital. Diese Anreize beinhalten teilweise finanzierte BGF-Beratungsleistungen, wie beispielsweise einen gratis Einstiegs-Workshop BGF für die Geschäftsleitung oder eine teilfinanzierte Betriebsanalyse bezüglich BGF. Mittel

werden jedoch auch benötigt, um BGF bei Unternehmen und Verwaltungen noch bekannter zu machen sowie zur konkreten Akquisition von Betrieben. Dafür braucht es die kantonale Unterstützung. Zur Sensibilisierung wird im Kanton Zürich seit 1999 regelmässig ein Preis für BGF ausgeschrieben. Die nächste Prämierung findet im März 2006 statt (vgl. Inserat links unten).

Weitere Informationen zur Preisausschreibung finden Sie unter www.gesundheitsfoerderung-zh.ch.

••••• Kantonale Verankerung

BGF ist im Kanton Zürich neben «Bewegung, Ernährung, Entspannung» ein Schwerpunktprogramm der Gesundheitsförderung, welches u. a. auch mit kantonalen Mitteln gefördert wird.

Da BGF im Kanton Zürich eine Querschnittsaufgabe der Direktionen ist, konnte auch die Volkswirtschaftsdirektion dafür gewonnen werden, einen Impulsbeitrag für BGF, insbesondere für die Verbreitung, zur Verfügung zu stellen. Mit einem substanziellen Beitrag unterstützt der Zürcher Lotteriefonds das Projekt für die Jahre 2006 - 2008. Auch in den anderen Kantonen werden namhafte kantonale Beträge für die Verbreitung und Implementierung von BGF zur Verfügung gestellt.

••••• Strukturen für BGF

Für die gezielte Verbreitung von BGF sowie zur Unterstützung bei der Umsetzung in Zürcher Betrieben wird ein Beratungszentrum für BGF aufgebaut. Dieses Beratungszentrum ist Teil der Abteilung «Gesundheits- und Interventionsforschung» des ISPM und bietet die folgenden Dienstleistungen an:

- **Initiale Beratung**
Klärung des Auftrags.
- **Arbeits- und Organisationsanalysen**
Grundlage der weiteren Arbeit, um eine individuell abgestimmte und zielgerichtete Umsetzung von Massnahmen zu ermöglichen.



2006
ZÜRCHER PREIS FÜR
GESUNDHEITSFÖRDERUNG
IM BETRIEB

Profitieren Ihre Mitarbeiter/innen und Ihr Unternehmen bereits von gesundheitsfördernden Massnahmen im Betrieb? Bieten Ihr Betrieb deshalb attraktive Arbeitsplätze im Kanton Zürich an? Wenn ja, dann bewerben Sie sich um den

«ZÜRCHER PREIS 2006 FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG IM BETRIEB»

Falls Sie gesundheitsförderliche Massnahmen in Ihrem Betrieb umsetzen möchten, um die Gesundheit und gleichzeitig die Effizienz und Motivation Ihrer Angestellten zu verbessern, dann finden Sie Unterstützung in der Broschüre

«BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT: INFORMATION UND BERATUNG FÜR BETRIEBE IM KANTON ZÜRICH»

*Unterlagen zur Preisausschreibung sowie die Broschüre sind kostenlos erhältlich bei:
Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich, BGF, Hirschengraben 84, 8001 Zürich
Tel. 044 634 46 29, Fax 044 634 49 77, praev.gf@ispm.unizh.ch, www.gesundheitsfoerderung-zh.ch*

Vogelgrippe und Grippe

Spezielle Aspekte für internationale Reisen

Im Herbst 2005 haben Nachrichten bezüglich Grippe und Vogelgrippe die Bevölkerung in der Schweiz erheblich beunruhigt. Anfänglich wurde zuwenig klar unterschieden zwischen

1. **Vogelgrippe:** Dies ist ein erhebliches veterinärmedizinisches Problem, das sich in den vergangenen zwei Jahren aus Ostasien bis nach Osteuropa und in den Nahen Osten verbreitet hat.
2. **Übertragung des Vogelgrippevirus H5N1 auf den Menschen:** In diesem Zeitraum wurde die Diagnose weltweit bei rund 130 Personen gestellt und gemeldet, das heisst durchschnittlich weniger als 10 pro Monat. Alle PatientInnen stammten aus fünf Ländern in Südostasien. Rund die Hälfte dieser Personen ist an der Infektion gestorben.
3. **Saisonale Grippe:** Alle Jahre wie der erleben wir eine Grippeepidemie, an der in der Schweiz 400 bis 1000 Menschen sterben, zu meist Seniorinnen und Senioren sowie Patientinnen und Patienten mit vorbestehenden Krankheiten.

Angst vor Grippepandemie

Manche Einwohner/innen, durch Medienberichte verunsichert, nahmen an, eine Grippepandemie mit Tausenden oder gar Zehntausenden von Toten stehe der Schweiz unmittelbar bevor. Tatsächlich besteht wohl eine theoretische Pandemiegefahr; im 20. Jahrhundert haben drei Pandemien die Welt betroffen, 1918 - 1920 eine schwere, 1958 und 1967 je eine leichte. Gegenwärtig ist aber nirgendwo ein neues, leicht von Mensch zu Mensch übertragbares Grippepandemievirus beobachtet worden und niemand vermag voraussagen, wann die nächste Pandemie auftritt – in Monaten oder in Jahren. Unbekannt ist auch, wie

schwer diese verlaufen wird.

Somit unterscheidet sich die Lage in der Schweiz kaum von derjenigen in den letzten Jahren, einzig im internationalen Reiseverkehr sind einige spezielle Aspekte zu beachten.

Saisonale Grippe und internationale Reisen

Die saisonale, bei uns alljährlich im Winter auftretende Grippe (Influenza) ist ein bekanntes Gesundheitsproblem bei internationalen Reisen. Gemäss einer neuen Studie sind monatlich 1% der Reisenden mit Destinationen in den Tropen oder Subtropen von einer Influenzainfektion betroffen. In tropischen und subtropischen Regionen erstreckt sich die «Grippesaison» – im Gegensatz zu unseren Breitengraden – über das ganze Jahr. Es erstaunt daher nicht, dass die Grippe die am häufigsten auftretende, durch Impfung vermeidbare, Infektionskrankheit bei Reisenden in diese Regionen darstellt. Besonders häufig betroffen sind Passagiere von Kreuzfahrtschiffen. Da es sich hierbei häufig um Seniorinnen und Senioren handelt, welche nach einer Influenzainfektion gemäss mehreren Studien ein erhöhtes Komplikationsrisiko aufweisen, erkranken diese oftmals schwer. Einzelne Todesfälle infolge Grippeerkrankungen auf Kreuzfahrtschiffen sind beschrieben. Im Gegensatz zu Kreuzfahrtschiffen scheint es hingegen in Flugzeugen relativ selten zu einer Übertragung der Grippe zu kommen.

Bezüglich der Prävention der saisonalen Grippe bei Reisenden gelten folgende Regeln: Eine Grippeimpfung ist allen Personen, welche einer der vom Bundesamt für Gesundheit definierten Risikogruppen angehören (Personen über 65 Jahre, Personen mit bestimmten chronischen Erkrankungen), empfohlen. Für Aufenthalte auf der Südhalbkugel im europäischen Sommer ist, wenn möglich, der Impfstoff anzu-

wenden, der für die Süd-Hemisphäre empfohlen wird. Dieser ist in den grossen Zentren für Reisemedizin verfügbar. Es wird nicht empfohlen, antivirale Medikamente mitzuführen. Im Übrigen vermindern persönliche Hygienemassnahmen, wie häufiges Händewaschen, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Influenzaviren.

Vogelgrippe und internationale Reisen

Seit Ende 2003 die Vogelgrippe – Influenza A (H5N1) – in Ost- und Südostasien aufgetreten ist, ist keine einzige reisende Person durch eine derartige Infektion betroffen worden.

Dies beruht primär darauf, dass eine Ansteckung mit dem Vogelgrippevirus in praktisch allen Fällen auf den nahen Kontakt mit infiziertem Geflügel und dessen Ausscheidungen zurückzuführen ist. Aus diesem Grund besteht kein Anlass, auf Reisen – auch auf Reisen in die von Vogelgrippe betroffenen Gebiete – zu verzichten. Als einzige Einschränkung während eines Aufenthaltes in einer von H5N1 betroffenen Region wird empfohlen, direkten Kontakt mit Geflügel zu meiden: Man soll weder gesunde, kranke, noch verstorbene Hühner, Enten oder andere Vögel berühren. Es empfiehlt sich zudem, auf den Besuch von Geflügelmärkten oder Geflügelbetrieben zu verzichten.

Die Grippeviren, zu denen auch die Vogelgrippeviren gehören, werden durch Hitze zerstört, weshalb der Konsum von gut durchgekochtem Geflügelfleisch oder Eiern unbedenklich ist.

*Prof. Dr.med. Robert Steffen
Dr.med. Patrick Mathys**

*Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich
Hirschengraben 84, 8001 Zürich
Tel. 044 634 46 21
travclin@ifspm.unizh.ch*

** Bundesamt für Gesundheit, Bern*

Unterstützungsmöglichkeit für Zürcher Projekte

Im «Konzept für Prävention und Gesundheitsförderung im Kanton Zürich» wird festgehalten, wie der Kanton die Gesundheit der Bevölkerung fördern soll. Zusätzlich zu den im Konzept festgelegten vier Hauptstrategien mit Schwerpunktprogrammen werden neu auch Einzelprojekte unterstützt. Somit kann rasch und flexibel auf Bedarf und Bedürfnisse von Prävention und Gesundheitsförderung ausserhalb der Hauptstrategien reagiert und der Vielfalt in diesem Bereich Rechnung getragen werden. Denn Einzelprojekte werden von privaten und öffentlichen Organisationen sowie Einzelpersonen umgesetzt.



Wie werden Einzelprojekte unterstützt?

Gesundheitsförderung Kanton Zürich, die Präventionsabteilung des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich, hat

Richtlinien erarbeitet, mit den inhaltlichen und qualitativen Anforderungen an Einzelprojekte. Unterstützung erhalten Projekte der Gesundheitsförderung auf drei Ebenen:

1. Förderung von Projekten durch finanzielle Unterstützung.
2. Förderung von Projekten mit Potential durch fachliche Unterstützung.
3. Förderung künftiger Projekte durch Wissenstransfer aus abgeschlossenen Projekten.

Angesichts begrenzter Ressourcen wurden Ausschlusskriterien und einschränkende Kriterien definiert. So werden beispielsweise pro Projekt und Jahr maximal Fr. 7'000.- gesprochen und maximal 50% der Projektkosten finanziert.



Projekteingaben

Die Kriterien sowie weitere Informationen für eine Gesuchseingabe

sind in den «Richtlinien zur Unterstützung von Einzelprojekten der Prävention und Gesundheitsförderung im Kanton Zürich» beschrieben. Gesuche können zweimal im Jahr, jeweils per 31. März und per 30. September, eingereicht werden.

Diese Richtlinien und ein Gesuchsformular können unter www.gesundheitsfoerderung-zh.ch herunter geladen werden. Für Fragen zu den Projekteingaben wenden Sie sich bitte an:

Jürg Steiger, lic.phil., MPH
ISPM
Hirschengraben 84
8001 Zürich
Tel. 044 634 46 80
juerg.steiger@ifspm.unizh.ch

NEUE ISPM-ADRESSE



Das Institut für Sozial- und Präventivmedizin ist von der Sumatrastrasse bzw. der Stampfenbachstrasse weggezogen. Es hat gemeinsame Räume am Hirschengraben, oberhalb des Central, rechts von der Polybahn, im grossen gelben Haus bezogen.

Ab sofort lautet die Adresse:
Hirschengraben 84, 8001 Zürich
Tel. 044 634 46 29, Fax 044 634 49 77, prae.v.gf@ifspm.unizh.ch

Schtifti Game

Die Schtifti – Stiftung für soziale Jugendprojekte – führte mit ihrem preisgekrönten Bewegungs- und Ernährungsprojekt «Freestyle Tour» eine Aktion durch, in deren Rahmen Schüler/innen trendige Sportarten und Ernährungskurse besuchen konnten. Weil damit nicht alle Kinder und Jugendliche erreicht werden können, startet jetzt das Schtifti Onlinegame. Ein Spiel, welches auf spannende Art die wichtigsten Grundlagen bezüglich Bewegung, Ernährung, Entspannung, Rauchen und Recycling vermittelt. Basis für die Spielstruktur ist der Tagesablauf eines Schülers oder einer Schülerin. Am besten, jetzt gleich spielen und mit etwas Glück Slalomboards, Streetskates, Footbags, Bekleidung und mehr gewinnen! Entwickelt und realisiert wurde das Schtifti Game mit Unterstützung von Gesundheitsförderung Schweiz und Atfront GmbH.

Weitere Infos: www.schtifti.ch

Gesundheit von Müttern und Kleinkindern

Ein kantonaler Bericht

Sind Mütter durch Mehrfachbelastungen und durch die Anforderungen in der intensiven Frühphase einer Familie eine Gruppe, deren Gesundheit prekär und deren Wohlbefinden eingeschränkt ist? Im Auftrag der Gesundheitsdirektion des Kantons Zürich verfasste das Institut für Sozial- und Präventivmedizin einen Bericht zur Gesundheit von Müttern und Kindern, der solche Fragen beantworten soll. Der Bericht zeigt, dass die Gesundheitsbelastungen für verschiedene Gruppen von Müttern unterschiedlich ausfallen.

Im Bericht «Gesundheit von Müttern und Kindern unter sieben Jahren» äussern sich rund 20 Fachleute zu verschiedenen Aspekten des Themas. Ausgewählte Ergebnisse aus diesen Beiträgen werden im Folgenden zusammengefasst. Interessierte seien auf den Bericht verwiesen (vgl. Kasten S. 7).

Demographie: Wandel der Familie

Im Kanton Zürich war im Jahr 1970 fast jeder zweite Privathaushalt ein Familienhaushalt, im 2000 waren es noch rund 30%. Umgekehrt haben dafür seit 1970 die Einpersonenhaushalte und die Paarhaushalte ohne Kinder stark zugenommen.

Frauen gebären ihr erstes Kind zu einem immer späteren Zeitpunkt

in ihrer Biographie. Schweizerinnen waren im Jahre 2003 bei der Geburt ihres ersten Kindes im Durchschnitt 31.6 Jahre alt, rund zwei Jahre älter als noch vor 15 Jahren. Weil die Geburten der Schweizerinnen zurückgegangen sind, hat der Anteil von ausländischen Frauen mit Kindern in den letzten Jahren relativ leicht zugenommen. Ausländerinnen haben im Durchschnitt 2.07 Kinder, Schweizerinnen 1.12.

Wandel in der Biographie von Frauen

Noch vor wenigen Jahrzehnten war es die Regel, dass Frauen bei einer Mutterschaft ihre Berufstätigkeit aufgaben, um sich dann der Familie zu widmen. Im Kanton Zürich wird diese Lebensform heute nur noch von einer Minderheit gewählt. Bereits 57% der Frauen mit Kindern unter sieben Jahren gehen einer Erwerbstätigkeit nach.

Mit zunehmendem Alter der Kinder nimmt dieser Anteil weiter zu. Im weiteren Lebensverlauf bleiben nur rund ein Viertel der Frauen dauerhaft in der Familienarbeit. Eine kontinuierliche, aber teilzeitliche Erwerbstätigkeit wird zunehmend zur normalen Erwerbsbiographie von Müttern. Somit sehen sich in zunehmendem Masse Frauen mit den doppelten Anforderungen der Mutter- und Berufsrolle konfrontiert. Auffallend ist aber, dass viele Frauen die Berufstätigkeit – auch in der frühen Mutterschaft – als Bereicherung und Ergänzung zur Mutterrolle empfinden. Väter sind gegenwärtig noch immer sehr viel weniger in Haus- und Betreuungsaufgaben eingebunden, dafür stärker in die Berufswelt.

Ausserfamiliäre Betreuungssituationen

Die Abwesenheit der Frauen durch ihre Berufstätigkeit wird nicht durch Präsenz der Männer kompensiert. Vielmehr werden ausserfamiliäre Betreuungsmöglichkeiten gesucht und in unterschiedlichem Masse auch gefunden. Durch die vermehrte Integration von Frauen in die Erwerbsarbeit besuchen viele Kinder heute bereits vor dem Kindergarten eine ausserfamiliäre Betreuungssituation (Nachbarn, Grosseltern, Tagesmütter, Kinderkrippen usw.).

Ein zunehmender Teil des familienergänzenden Betreuungsbedarfs wird vom bestehenden Krippenangebot gestillt. Welche gesundheitlichen und entwicklungsmässigen Folgerungen sich für die Kinder daraus ergeben, ist wenig erforscht. Bekannt ist, dass ein ungleicher Zugang zu Krippen besteht und finanziell schlecht gestellte Familien eher andere Lösungen suchen.

Gesundheit von Frauen mit Kindern

Trägt die Familiensituation zu eingeschränkter Gesundheit bei? Ein Vergleich zwischen Frauen mit Kindern und Frauen im selben Alter ohne Kinder brachte keine bedeutsamen gesundheitlichen Unterschiede zu Tage, trotz grösserer Belastung der Frauen mit Kindern. Frauen ohne Kinder sind zwar durchschnittlich rund zehn Stunden pro Woche länger erwerbstätig, haben dafür aber keine Betreuungsaufgaben. Mütter mit Kindern im Alter zwischen null und sechs Jahren sind rund doppelt so stark



PUBLIKATION



Gesundheit von Müttern und Kindern unter sieben Jahren. Ein Bericht aus dem Kanton Zürich

Der Gesundheitsbericht umfasst 84 Seiten und wurde von mehreren Zürcher Fachleuten erstellt. Auszüge des Berichtes unter www.gesundheitsfoederung-zh.ch vermitteln einen ersten Eindruck. Das Werk kann für Fr. 18.– (zusätzlich Porto und Versandkosten) beim ISPM bestellt werden: praev.gf@ifspm.unizh.ch oder Tel. 044 634 46 29 (Auslieferung erfolgt ab ca. 10. Januar 2006).

zeitlich belastet, wie die Frauen ohne Kinder.

Dass es den Frauen mit Kindern nicht schlechter geht als Frauen ohne Kinder kann als Hinweis darauf interpretiert werden, dass Kinder nicht nur eine Belastung darstellen, sondern als Bereicherung wahrgenommen werden und eine Quelle von Gesundheit sind.

Bei allein erziehenden Frauen zeigt sich hingegen eine Reihe von Auffälligkeiten, die im weiteren Sinne im Zusammenhang mit Stress und Überforderung stehen können: Symptome wie Schlafmangel, psychische Unausgeglichenheit, Neigung zu Depressivität, Untergewicht und hoher Tabakkonsum. Sie geben häufiger an, dass sie sich nicht um ihre Gesundheit kümmern.

Wo Anforderungen der Mutter- und Berufsrolle mit materiellen oder ressourcenmässigen Defiziten zusammentreffen, zeigen sich die Gesundheit und das Wohlbefinden der Frauen beeinträchtigt, so eine Schlussfolgerung. Dies trifft auch auf kinderreiche Familien und Familien in der Situation von «Working Poor» zu.

.....
Familie und Armut

Kinder sind überdurchschnittlich von Armut betroffen. Sie stellen die grösste Gruppe der Sozialhilfeempfänger/innen im Kanton Zürich dar. Wo Kinder von Sozialhilfe betroffen sind, weisen diese in 61% nur einen Elternteil auf.

Der Begriff «Working Poor» bezeichnet Haushalte, die trotz eines Vollzeiteinkommens (alle Haushaltsmitglieder arbeiten zusammen

mindestens 36 Stunden pro Woche) die Armutsgrenze nicht überschreiten. Dieses Phänomen betrifft eher weniger gebildete Schichten. Eine Scheidung oder ein weiteres Kind können den Ausschlag geben, um unter die Armutsgrenze zu fallen. 19% der allein Erziehenden und 16% der Familien mit drei und mehr Kindern sind «Working Poor» (im Vergleich zu knapp 7% der übrigen Bevölkerung). Neben der finanziellen Knappheit ist auch erschwerend, dass Personen mit wenigen Ressourcen weniger soziale Unterstützung leisten können und auch weniger Unterstützung erhalten.

Bei «Working Poor» sind das Familienleben sowie eine gute Erziehung und Betreuung erschwert. Armut steht im Zusammenhang mit vielerlei gesundheitlich ungünstigen Bedingungen der Eltern und der Kinder.

.....
Massnahmen

Der Bericht beschreibt die gesundheitliche Situation von Frauen mit Kindern im Kanton Zürich. Am Schluss des Berichts werden zudem beispielhaft vier mögliche Massnahmenbereiche mit jeweils je zwei Massnahmen vorgeschlagen.

Ein **erster Massnahmenbereich** bezieht sich auf die Chancengleichheit. Der Bericht zeigt, dass ressourcenschwache Familien mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen leben müssen und dass eine gedeihliche Entwicklung der Kinder unter diesen Bedingungen nicht gewährleistet ist. Ein familienpolitisches Leitbild könnte eine Hilfe für die Beseitigung dieses Missstandes sein. Es

sind aber auch spezifische sozialpolitische Massnahmen zugunsten arbeitsbetroffener Familien vorzusehen. Auch die folgenden Vorschläge sollen unter dem Aspekt der «positiven Diskriminierung» besonders ressourcenschwachen Familien zugute kommen:

Ein **zweiter Massnahmenbereich** bezieht sich auf die Gesundheitsförderung rund um Schwangerschaft, Geburt und Frühbereich. In dieser Phase wurden bisher auch die beschriebenen Personen in prekären Situationen durch verschiedene Institutionen erreicht. Die in dieser Phase geknüpften Beziehungen sollen längerfristig weiter gepflegt werden. Die gesundheitsfördernden Potentiale in der Frühphase von Familien sollen insgesamt besser ausgeschöpft werden.

Ein **dritter Massnahmenbereich** zielt darauf ab, die Ressourcen und Spielräume von Familien zu vergrössern. Es geht um die verbesserte Vereinbarkeit von Familie und Beruf, stärkere Beteiligung der Väter in Familienarbeit sowie um die Qualität und die Zugänglichkeit des Krippenangebotes. Auf diese Weise sollen auch das Armutsrisiko von Familien gesenkt und die Gesundheit gefördert werden.

Als **vierter Massnahmenbereich** soll die Elternbildung vermehrt aktiv und geplant an wichtige Zielgruppen herantreten.

Hans Wyder, lic.phil.
ISPM
Hirschengraben 84, 8001 Zürich
Tel. 044 634 48 52
hans.wyder@ifspm.unizh.ch

**Neue DVD zum Thema
«Vereinbarkeit von Familie und Beruf»**

Die neue DVD «Eines zu wenig – beides zuviel? Über die Kunst, Familie und Beruf in Balance zu bringen» wurde von der Fachstelle für Gleichberechtigung des Kantons Zürich und der Geschäftsstelle FemmesTische, mit der finanziellen Unterstützung des Eidgenössischen Büros für die Gleichstellung von Frau und Mann (Finanzhilfe nach dem Gleichstellungsgesetz), erstellt. Die DVD zeigt Porträts von berufstätigen Müttern und wird von differenziertem Hintergrundmaterial begleitet.

DVD und Begleitmaterial sind in 14 Sprachen für Fr. 25.- bei der Fachstelle für Gleichberechtigungsfragen des Kantons Zürich erhältlich: Tel. 043 259 25 72, ffg@ji.zh.ch. Videokassetten können für Fr. 10.- beim SBE, Tel. 044 253 60 60 ausgeliehen werden.

Gesundheitsförderung im Wehntal

Bewegung – Ernährung – Entspannung

Im Rahmen eines Schwerpunktprogramms des «Konzepts für Prävention und Gesundheitsförderung im Kanton Zürich» wird das Projekt «Bewegung – Ernährung – Entspannung» (BEE) seit diesem Frühjahr in den drei Zürcher Bezirken Dielsdorf, Horgen, Pfäffikon umgesetzt. Im Bezirk Dielsdorf wurden bisher in 11 Gemeinden konkrete BEE-Massnahmen initiiert und durchgeführt. Im Folgenden wird über die Massnahmen der vier Wehntaler Landgemeinden des Bezirks Dielsdorf berichtet.

.....

Initiieren des BEE-Projekts

Im März 2005 hat das Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich (ISPM) zusammen mit den Gesundheitsbehörden der vier Gemeinden Nieder- und Oberweningen, Schleinikon und Schöfflisdorf zu einem Workshop zum Thema «Gesundes Wehntal» eingeladen.

Vertreter/innen aus Wehntaler Vereinen und private Anbieter aus dem Bereich BEE haben im Rahmen dieses Workshops Projektideen erarbeitet. Aus diesem Workshop haben sich drei Arbeitsgruppen gebildet, welche Massnahmen ausgearbeitet haben, die seit September 2005 umgesetzt werden. Die BEE-Angebote werden dabei finan-

ziell von Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt.

Mit einer Sommernachts-Party mit rund 200 Besucher/innen wurde Ende August dieses Jahres das BEE-Projekt für die Bevölkerung im Wehntal gestartet.

.....

Schnupper-Monat mit Wettbewerb

Im September haben auf Initiative der Arbeitsgruppe «Gsund und fit im Wehntal» 27 verschiedene Vereine und private Anbieter zu insgesamt 144 Schnupper-Angeboten eingeladen. Auf dem Programm standen zum Beispiel Ernährungscoaching, Kochkurse, Massage, Entspannungsübungen, Autogenes Training, Singen, Krafttraining, Turnen, Nordic Walking, Joggen, Tanzen, Power Yoga oder Gymnastik.

Die Wehntaler/innen konnten dadurch während eines Monats (Schnupper-Monat) gratis schwitzen, neue Entspannungstechniken und vieles über gesunde Ernährung kennen lernen.

Personen, die an mindestens vier Schnupper-Angeboten teilnahmen, konnten sich zudem an einem Wettbewerb beteiligen und Preise wie Sportgeschäft-Gutscheine, Nordic Walking Stöcke, Schrittzähler oder Apfelsaft vom Bauernhof gewinnen.

Insgesamt waren die Organisatorinnen und Organisatoren der Schnupper-Angebote mit der Durchführung und der Resonanz von beinahe 1'000 Teilnehmenden, bei einer Bevölkerungszahl von etwa 5'500 Einwohnerinnen und Einwohnern in den vier Gemeinden, sehr zufrieden. Aus diesem Grund wird nächstes Jahr wieder ein

Schnupper-Monat durchgeführt.

.....

«Gsunds Wehntal» ein neuer Verein

Der Arbeitsgruppe «Gsund und fit im Wehntal» war es ein grosses Anliegen, dass sich die Bevölkerung auch nach dem Schnupper-Monat nachhaltig mit dem Thema «gesund leben» auseinander setzt. Unterstützt durch das ISPM planten die Mitglieder der Arbeitsgruppe den Bau eines Helsana swiss running walking trails. Dabei handelt es sich um einen Lauf-Parcours mit abgemessenen Strecken und Übungstafeln. Damit der Lauf-Parcours realisiert werden kann, wurde ein Verein als Trägerschaft gegründet. In der Zwischenzeit haben die Gemeinden und die Helsana Versicherung (Geldgeberin) dem Vorhaben zugestimmt. Nach Absprache mit den zuständigen Forst- und Jagdgesellschaften wird der Parcours im Sommer 2006 eröffnet.

.....

Gesundheitstag und vier Vorträge

Für den Sommer 2006 plant eine zweite Arbeitsgruppe einen Gesundheitstag. Dieser soll im Rahmen des Niederweningen Dorfmärktes durchgeführt werden. Im Vorfeld des Gesundheitstages organisierte die Arbeitsgruppe eine Vortragsreihe mit vier Themen aus dem Bereich BEE. Mitte November 2005 startete die Vortragsreihe mit einem Vortrag zur Atem-Gymnastik nach Klara Wolf.



Midnight-Ball in Niederweningen

.....

Jugendliche ansprechen

Eine dritte Arbeitsgruppe initiierte das Projekt «Midnight-Ball». Dabei wird den Jugendlichen am Wochenende während der Ausgangszeit ein kostenloser Treffpunkt mit Sport (Basket-, Volley- oder Fussball) und aktueller Musik in einer Turnhalle angeboten. Zusammen mit einem DJ, einem Verpflegungsstand und einem Tanzbereich ist «Midnight-Ball» auch für Zuschauer/innen ein attraktiver sozialer Treffpunkt. Partizipation von Jugendlichen ist ein zentrales Element des Angebotes.

Getragen und organisiert wird «Midnight-Ball» von den Wehntaler Gemeinden, der Oberstufenschule, den Kirchgemeinden, lokalen Sportclubs, dem Elternverein Wehntal sowie der Suchtpräventionsstelle Zürcher Unterland. Fachliche Unterstützung gab in der ersten Phase das ISPM, später aber vor allem Midnight Ball Schweiz, welche diese

Projekte seit 1999 in verschiedenen Gemeinden der Schweiz aufbaut.

Am 12. November öffnete zum ersten Mal die Oberstufenschule Niederweningen ihre Turnhalle, welche mit 97 Jugendlichen sehr gut besucht wurde. Während eines knappen halben Jahres finden nun die Spiel- und Sportabende an jedem Samstag von 22 bis 24 Uhr statt. Die Arbeitsgruppe hofft, dass sie «Midnight-Ball» nach der Pilotphase weiter durchführen kann.

.....

Positive Zwischenbilanz

Im Wehntal ist es gelungen, wichtige Projektziele zu erreichen. Mit einer engen Einbindung von Behörden, Fachstellen und Anbietenden wurde die Bevölkerung erreicht. Die Aktivitäten in den Gemeinden regten die Bevölkerung zu vermehrter Auseinandersetzung mit den Themen Bewegung, ausgewogener Ernährung und Entspannung an.

Ergänzend zu Massnahmen, die das Verhalten des Einzelnen beeinflussen, konnten auch nachhaltige, strukturelle Massnahmen – wie die Gründung des Vereins «Gsunds Wehntal» – umgesetzt werden. Alle diese Massnahmen bedeuten eine Konkretisierung und Vertiefung der Kampagne «Der Alltag prägt Ihre Gesundheit. Mit Bewegung, Ernährung, Entspannung».

Zum Schluss darf nicht unerwähnt bleiben, dass der Erfolg des BEE-Projektes in den vier Wehntaler Gemeinden dank dem grossen Engagement vieler ehrenamtlicher Helfer/innen und der guten Zusammenarbeit mit Entscheidungsträger/innen überdurchschnittlich hoch ist. Es ist zu hoffen, dass das Vorgehen und die Erfolge bald auch in anderen Gemeinden Schule machen.

*Jürg Steiger, lic.phil., MPH
ISPM
Tél. 044 634 46 80
juerg.steiger@ifspm.unizh.ch*

Gesundheits-Tram vor Start

Ab Januar 2006 wird ein Sondertram zum Thema Gesundheitsförderung für zwei Jahre auf den Linien 8 und 15 des Schienennetzes der Verkehrsbetriebe Zürich (VBZ) verkehren. Das Gesundheits-Tram will Menschen dort abholen, wo sich ihr Alltag abspielt und ohne Zeigefingermentalität Denkanstösse zu einer gesundheitsbewussten Lebensweise geben.

.....

Warum ein Gesundheits-Tram?

Züri-Trams sind Sympathieträger und geniessen höchste Anerkennung und Beachtung in der Bevölkerung. Die nicht alltägliche Präsentation des Themas Gesundheitsförderung durch ein Sondertram erhöht den Beachtungswert. Mit dem Tram als Transportmittel für Gesundheitsinformationen können

während der Laufzeit von zwei Jahren rund 1,5 Millionen Tramfahrende angesprochen werden.

.....

Themen

Über die zweijährige Laufzeit des Gesundheits-Trams wird ein Themenbogen mit neun Schwerpunktthemen (wie z.B. einzelne Jahreszeiten oder die Lebensbereiche Familie, Freizeit, Arbeitswelt) gespannt.

Jedes Schwerpunktthema berücksichtigt die vier Grundanliegen Atmung, Bewegung, Ernährung und Entspannung. Ausserdem sollen immer auch Umweltthemen einbezogen werden, was den Blick über das individuelle Verhalten hinaus auf die Verhältnisse richtet, in denen wir leben.

.....

Botschaften, Träger

Für jede Person ist es möglich, durch kleine Umstellungen der Lebensgewohnheiten ein gesünderes Leben zu führen. Die Gesundheit zu erhalten soll eine Lust, keine Last sein.

Neben Broschüren, Postkarten und einer PC-Konsole im Tram sollen auch verschiedene Events sowie eine ab Ende Januar 2006 zugängliche Internetseite (www.gesundheits-tram.ch) dazu beitragen, diese Botschaften zu verbreiten.

Träger des Gesundheits-Trams sind Umwelt- und Gesundheitsschutz Zürich (UGZ), Gesundheitsförderung Kanton Zürich (ISPM), Groupe Mutuel Versicherungen und Lungenliga Zürich.

*Regula Bebringer, lic.phil.
ISPM
Tél. 044 634 46 57
regula.bebringer@ifspm.unizh.ch*

Weniger Kuchen – mehr Bewegung

Knonaueramt Adipositas Programm

«Ich spiele jetzt zweimal die Woche Basketball», «ich esse mehr Gemüse und Früchte», «ich sehe weniger fern», «ich schöpfe nur noch nach, wenn ich Hunger habe». Dies waren einige Kommentare der Jugendlichen nach dem erfolgreichen Abschluss des letzten knapp-Kurses. Das Knonaueramt Adipositas Programm (knapp) ist ein Therapieangebot für übergewichtige Kinder und Jugendliche und deren Eltern. Es ist in der Region zwischen Zürich und Zug zu Hause und wurde von Gesundheitsförderung Kanton Zürich finanziell unterstützt.

Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen lässt sich nur mit Geduld und Ausdauer lösen. Mit dem Verbot von Süssgetränken und Verzicht auf Schokolade erreicht man höchstens kurzfristig eine Gewichtsabnahme. Langfristig wird nur Frust erzeugt. knapp bietet Kindern und Jugendlichen sowie deren Eltern Gelegenheit zu einer bewussten und grundlegenden Veränderung des Ess- und Bewegungsverhaltens und zu einem besseren Umgang mit Stress, Frust und Langeweile.

Die Betroffenen lernen gesunde Verhaltensweisen kennen und werden unterstützt, diese schrittweise in den Alltag zu integrieren. Das Programm setzt auf langfristige Veränderungen, die zu neuen Gewohnheiten werden und mühelos beibehalten werden können.

Hat ein Kind oder eine jugendliche Person das Normalgewicht erreicht, so bedeutet das eine Steigerung des Selbstbewusstseins. Erfolgreiche Programmteilnehmer/innen fühlen sich weniger ausgegrenzt, haben bessere Chancen bei der Lehrstellensuche, ein kleineres Risiko für

Krankheiten wie beispielsweise Diabetes oder Bluthochdruck und ein kleineres Risiko auch als Erwachsene übergewichtig zu sein.



Ein multidisziplinäres Therapieangebot

Wenn sich das knapp-Team trifft, kommen verschiedene Berufsleute zusammen. Sie bringen ihr Fachwissen aus den Bereichen Ernährung, Sport, Psychologie und Medizin ein und gewährleisten so den multidisziplinären Ansatz. Gemeinsam haben sie das knapp-Programm im Dezember 2002 gegründet und aufgebaut.

Eine besondere Herausforderung stellt die jährliche Sponsorensuche dar. Da oft Familien aus unteren Einkommensschichten betroffen sind, wären die effektiven Programmkosten für sie nicht tragbar. Stiftungen, Institutionen und Firmen unterstützen das Programm und vergünstigen so die Teilnahmegebühren, die für die Familien dann 1'200 Franken pro Kurs betragen.

Als Mitglied des akj Schweizerischen Adipositas Vereins für Kinder und Jugendliche steht das Programm mit ähnlichen Projekten in regelmässigem Austausch.



Das Programm

Das Trainingsprogramm richtet sich an übergewichtige Kinder und Jugendliche zwischen 11 und 16 Jahren, welche ihre Motivation abzunehmen mit regelmässiger Teilnahme bestätigen. Neben den 15 Kursabenden werden zusätzlich mit jeder Familie Aufnahme-, Standort- und Abschlussgespräche sowie eine medizinische Untersuchung beim

Kinderarzt oder bei der Kinderärztin durchgeführt.

Der Gewichtsverlauf wird festgehalten und soll langfristig die Wirksamkeit des Programms dokumentieren.

Während fünf Jahren wird eine Nachbetreuung angeboten. Die Teilnehmer/innen treffen sich zweimal jährlich zur Gewichtskontrolle und zum Erfahrungsaustausch.



Die Eltern

Die aktive Mitarbeit der Eltern ist für den langfristigen Erfolg entscheidend und daher eine Aufnahmebedingung. Die Erfahrung zeigt, dass die Gewichtskurven von Eltern und Kindern häufig parallel verlaufen – in positiver wie in negativer Richtung. Gelingt es den Eltern, kleinere Portionen zu kochen, weniger Süßes einzukaufen oder die ganze Familie für mehr Sport zu gewinnen, ist das für die Kinder eine grosse Unterstützung.

*Angelika Wiesner, dipl.oec.troph.
Martina Sturzenegger, lic.phil.
knapp
Erspachstr. 5
8932 Mettmenstetten
Tel. 044 764 14 03
knapp04@bluewin.ch*



MÖCHTEN SIE P & G

künftig auch erhalten? Falls dieses Heft nicht an Sie adressiert wurde, sollten Sie an die auf der Rückseite des Heftes angegebene Bestelladresse eine Karte, einen Fax oder ein E-Mail senden. Meldung genügt und Sie erhalten gratis P&G regelmässig.

Veranstaltungen und Weiterbildung

17. ZÜRCHER PRÄVENTIONSTAG

Der Präventionstag 2006 zum Thema «Impfungen» findet am **Freitag, 17. März 2006**, im Pfarreizentrum Liebfrauen in Zürich statt. AbonnentInnen von P&G erhalten die Tagungsausschreibung im Februar per Post zugestellt. Weitere Info: ISPM, Abt. Prävention und Gesundheitsförderung Hirschengraben 84 8001 Zürich, Tel. 044 634 46 29 Fax 044 634 49 77 praev.gf@ifspm.unizh.ch

8. Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz

Herausforderung «Gesundes Körpergewicht» und «Psychische Gesundheit – Stress»

Datum: 26. - 27. Januar 2006
Ort: Aarau
Kosten: Fr. 200.- (1 Tag) resp. Fr. 300.- (2 Tage)
Organisation: Gesundheitsförderung Schweiz
Infos: Moser Luthiger & Partner Consulting, Im Leemann 6 8805 Richterswil Tel. 043 888 07 81 Fax 043 888 07 82 mlcons@bluewin.ch

«Ohne Dings kein Bums» – 20 Jahre Aids-Arbeit in der Schweiz

Sonderausstellung im Museum Bärengasse Zürich

Datum: 28. Oktober 2005 - 26. Februar 2006
Ort: Zürich
Infos: www.ohne-dings-kein-bums.ch

Nationale Tagung für betriebliche Gesundheitsförderung

Gesundheitsförderung im Krankenhaus

Datum: 9. März 2006
Ort: Fribourg
Kosten: Fr. 250.-
Organisation: Staatssekretariat für Wirtschaft (seco), Gesundheitsförderung Schweiz
Infos: Moser Luthiger & Partner Consulting Im Leemann 6 8805 Richterswil Tel. 043 888 07 81 Fax 043 888 07 82 mlcons@bluewin.ch www.bgf-tagung.ch

Public Health – Weiterbildungsprogramm

Leben im Alter

Kurs-Nr.: 3200.06.2.8
Datum: 13. - 16. März 2006
Ort: Zürich
Kosten: Fr. 1'150.- (inkl. Kursmaterial)
Leitung: Prof. Dr.phil. Pasqualina Perrig-Chiello
Infos: Institut für Psychologie der Universität Bern Muesmattstr. 45 3000 Bern 9 pasqualina.perrigchiello@psy.unibe.ch

Umwelt und Gesundheit

Kurs-Nr.: 1010.06.1.4
Datum: 23. - 24. März 2006
Ort: Basel
Kosten: Fr. 600.- (inkl. Kursmaterial)
Leitung: Prof. Dr.med. Charlotte Braun-Fahländer
Infos: Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Basel Steinengraben 49 4051 Basel Tel. 061 270 22 20 c.braun@unibas.ch

2. Zürcher Forum Prävention und Gesundheitsförderung

Information – Diskussion – Vernetzung

Datum: 11. Juli 2006 17.15 - ca. 18.45 Uhr
Ort: Zürich
Kosten: gratis
Organisation: Gesundheitsförderung Kanton Zürich ISPM Zürich
Infos: Rainer Frei, Radix Gesundheitsförderung Stampfenbachstr. 161 8006 Zürich Tel. 044 360 41 00 frei@radix.ch
Anmeldung: nicht erforderlich

Swiss School of Public Health+

Die Swiss School of Public Health+ wurde von den sechs Universitäten Basel, Bern, Genf, Lausanne, Lugano und Zürich mit dem Auftrag gegründet, die Postgraduiertenprogramme in Public Health und Gesundheitsökonomie dieser Universitäten unter einem Dach zu vereinen, Synergien zu nutzen und den Horizont aller Programme dadurch zu erweitern. Das Ziel ist, Spezialistinnen und Spezialisten auszubilden, die den wachsenden Anforderungen im Gesundheitswesen begegnen können. Dazu werden in der heutigen Zeit neben dem gesamten Public Health Verständnis auch Kenntnisse ökonomischer Zusammenhänge benötigt. Die Schule ist am 19. Oktober 2005 in Anwesenheit von Bundesrat Couchepin offiziell eröffnet worden. Für weitere Informationen: Swiss School of Public Health+ Stampfenbachstr. 63, 8006 Zürich Tel. 044 634 47 02, info@ssphplus.ch, www.ssphplus.ch

IN DIESER NUMMER

Betriebliche Gesundheitsförderung:

- **Zürcher Projekt**
- **Preisausschreibung**

Forum und Projektunterstützung

Gesundheit von Mutter und Kind

Vogelgrippe

Gesundes Wehntal

Adipositas

Inhalt

Seite

Editorial – *Hans Wydler* 1

Betriebliche Gesundheitsförderung. Verbreitung im Kanton Zürich – *Katharina Lehmann* 1

Ausschreibung Zürcher Preis 2006 für Gesundheitsförderung im Betrieb 2

1. Zürcher Forum Prävention und Gesundheitsförderung. Information – Diskussion – Vernetzung
Rainer Frei 3

Vogelgrippe und Grippe. Spezielle Aspekte für internationale Reisen
Robert Steffen & Patrick Mathys 4

Unterstützungsmöglichkeit für Zürcher Projekte
Jürg Steiger 5

Gesundheit von Müttern und Kleinkindern. Ein kantonaler Bericht
Hans Wydler 6

Gesundheitsförderung im Wehntal. Bewegung – Ernährung – Entspannung
Jürg Steiger 8

Gesundheits-Tram vor Start
Regula Behringer 9

Weniger Kuchen – mehr Bewegung. Knaueramt Adipositas Programm
Angelika Wiesner & Martina Sturzenegger 10

Veranstaltungen und Weiterbildung 11

Impressum 12

IMPRESSUM

Nr. 18, Dezember 2005

Herausgegeben vom
Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich, Abt. Prävention und Gesundheitsförderung

im Auftrag der
Gesundheitsdirektion des Kantons Zürich

Redaktionskommission

- Roland Stähli, lic.phil. Abteilungsleiter, ISPM (Vorsitz)
- Dr.med. Karin Faisst Leiterin des Masterprogramms Public Health, ISPM
- Hans Wydler, lic.phil. Wissenschaftlicher Mitarbeiter, ISPM

Erscheinungsweise
in der Regel zweimal jährlich

Druck
ADAG Offsetdruck AG Zürich

Redaktion

Katja Ceesay-Egli, lic.phil.
ISPM
Hirschengraben 84
8001 Zürich
Tel: 044 634 46 39
Fax: 044 634 49 77

Sekretariat:
Kathrin Wehrli

Bestellung von P&G

Renate Schnidrig
ISPM
Abt. Prävention und Gesundheitsförderung
Hirschengraben 84
8001 Zürich
Tel: 044 634 46 29
Fax: 044 634 49 77
praev.gf@ifspm.unizh.ch

Layout

Thomas Dätwyler
Pfäffikon
Sirius-B, Zürich
Richard Albertin
ADAG Offsetdruck AG

Auflage
2900 Ex.

Artikel aus diesem

Bulletin können ohne ausdrückliche Genehmigung der Redaktion abgedruckt werden, sind aber vollständig abzu- drucken und mit dem Quellenhinweis «Präven- tion und Gesundheits- förderung im Kanton Zürich» zu kennzeichnen. Davon ausgenommen sind Beiträge, Illustrationen und Fotos, die mit einem Hinweis auf ein bestehendes Copyright versehen sind.

Die im Bulletin «Präven- tion & Gesundheitsförde- rung im Kanton Zürich» geäußerten Meinungen müssen nicht notwendi- gerweise mit denen der Redaktionskommission übereinstimmen.

Die Redaktion behält sich die sinnwahre Kürzung und die redaktionelle Bearbeitung von einge- reichten Artikeln vor.