

## GeWichtiges... Meilenstein des Luzerner Aktionsprogramms «Gesundes Körpergewicht»

11.03.2010 - 12:27 Uhr, Staatskanzlei Luzern

Luzern (ots) - Vor zwei Jahren wurde das Luzerner Aktionsprogramm «Gesundes Körpergewicht» mit dem Ziel lanciert, Voraussetzungen für das Erhalten oder Erreichen eines gesunden Körpergewichts bei Kindern und Jugendlichen zu schaffen. Am 11. März präsentiert die Fachstelle Gesundheitsförderung der Kantonsärztlichen Dienste die Datenlage zur aktuellen Situation im Kanton Luzern.

### Differenzierte Studienergebnisse

Seit Jahren spricht die Weltgesundheitsorganisation (WHO) von einer 'Epidemie des Übergewichts', das heisst, der Anteil der übergewichtigen Menschen in den hochentwickelten Ländern steigt unentwegt. Ungefähr ein Sechstel der Kinder zwischen 7 und 13 Jahren ist übergewichtig. Vom Übergewicht wieder zum Normalgewicht zurückzukehren, ist sehr schwierig und der Anteil übergewichtiger Personen nimmt mit steigendem Alter zu. Diese Argumente führten dazu, dass das Luzerner Aktionsprogramm «Gesundes Körpergewicht» mit verschiedensten Massnahmen vor zwei Jahren initiiert wurde. «Damit sinnvolle Massnahmen entwickelt und umgesetzt werden können, müssen wir viel über die Zielgruppe und deren Lebensumfeld wissen», sagt Kantonsärztin Dr. Annalis Marty-Nussbaumer, «denn die Ursachen von Übergewicht sind vielschichtig und müssen differenziert betrachtet werden.» Eine der Massnahmen war eine detaillierte Studie zur Situation im Kanton Luzern.

### Ernährung und Bewegung sind wichtige Faktoren

Nur 40 Prozent der 11 - bis 15-jährigen Kinder folgen der Ernährungsempfehlung «täglich Früchte oder Gemüse zu essen». Beliebte sind dafür Süssgetränke, Süssigkeiten, Schokolade und Chips. Gerade bei der Ernährung zeigt sich bereits bei Jugendlichen ein Muster, das sich auch in der erwachsenen Bevölkerung nachweisen lässt: Mädchen sind ernährungsbewusster als Knaben. Positiv ist, dass fast 90 Prozent aller befragten Kinder und Jugendlichen ihren Schulweg oder Teile davon zu Fuss, mit dem Skate-/Kickboard oder dem Fahrrad zurücklegen. Überdies treiben die meisten Kinder in ihrer Freizeit mindestens einmal pro Woche Sport. In der erwachsenen Bevölkerung bewegen sich allerdings lediglich zwei Fünftel in dem Umfang, den Expertinnen und Experten als gesundheitsfördernd einschätzen. Von Bedeutung sind auch die sozialen Unterschiede: Einkommensschwache Gruppen und bildungsferne Milieus weisen in der Regel einen höheren Anteil an übergewichtigen und körperlich inaktiven Personen auf.

Für Philipp Wermelinger, Leiter des Aktionsprogramms, ist die Situationsanalyse zentral. «Sie zeigt auf, dass das Thema auf unterschiedlichen Ebenen angegangen werden muss. Zudem werden aufgrund der Ergebnisse einzelne Projekte angepasst und neue entwickelt.» Wichtig sei auch die kontinuierliche Weiterbildung der Multiplikatoren wie beispielsweise Mütter- und Väterberaterinnen, Ärzte, Lehrerinnen oder Hebammen.

Guido Graf, Vorsteher des Gesundheits- und Sozialdepartements Luzern, ist überzeugt: «Gelingt es uns, bei Kindern und Jugendlichen ein Verhalten zu erreichen, das zu einem gesunden Körpergewicht führt, wirkt sich das bis ins Erwachsenenalter aus. Deshalb setzt der Kanton Luzern hier einen Schwerpunkt.»

Palette mit verschiedenen Projekten

Das Aktionsprogramm beinhaltet verschiedene Projekte für unterschiedliche Zielgruppen. An der Informationsveranstaltung vom 11. März wurden drei erfolgreiche Projekte vorgestellt: «Miges Balù», richtet sich an Familien mit Migrationshintergrund mit dem Ziel, eine angepasste Beratung für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern anzubieten. «schnitz und drunder» ist ein Betreuungsangebot, das sich an Organisationen und Betriebe mit Verpflegungsangebot für Kinder bis 16 Jahren richtet. Es motiviert dazu, ein gesundes Angebot an saisongerechten und regionalen Nahrungsmitteln anzubieten und so eine Vorbildfunktion einzunehmen.

«rundum fit» unterstützt Schulen, die sich langfristig mit der Thematik «Gesundheit - Ernährung - Bewegung» auseinandersetzen wollen. Im Kanton Luzern machen derzeit knapp 700 Klassen mit mehr als 13'000 Kindern und Jugendlichen mit. Die Schulen bauen gesunde Ernährung und Bewegung in den Schulalltag ein und führen ergänzend e Veranstaltungen durch. Lehrpersonen werden durch Kurse und Referate unterstützt und erhalten Material zur Bewegungsförderung.

Kasten

Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz

Das Aktionsprogramm «Gesundes Körpergewicht» wird in Zusammenarbeit mit der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz realisiert. Kanton und Stiftung finanzieren das Projekt je zur Hälfte. Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt die 20 Kantone, die das Programm heute umsetzen, auch fachlich und fördert den Erfahrungsaustausch zwischen den Kantonen.

Website des «Luzerner Aktionsprogramm Gesundes Körpergewicht»:

[www.fi.lu.ch](http://www.fi.lu.ch)

ots Originaltext: Staatskanzlei Luzern  
Internet: [www.presseportal.ch](http://www.presseportal.ch)

Kontakt:  
Philipp Wermelinger  
Leiter Aktionsprogramm «Gesundes Körpergewicht»  
Kantonsärztliche Dienste Luzern  
Fachstelle Gesundheitsförderung  
Meyerstrasse 20  
Postfach 3439  
6002 Luzern  
Tel.: +41/41/228'65'99  
E-Mail: [philipp.wermelinger@lu.ch](mailto:philipp.wermelinger@lu.ch)  
Internet: [www.kantonsarzt.lu.ch](http://www.kantonsarzt.lu.ch)

|                            |   |
|----------------------------|---|
| Originaltext:              | Staatskanzlei Luzern  |
| Dossier de presse:         | <a href="http://www.presseportal.ch/fr/pm/100000205/staatskanzlei-luzern">http://www.presseportal.ch/fr/pm/100000205/staatskanzlei-luzern</a> |
| Dossier de presse par RSS: | <a href="http://presseportal.de/rss/pm_100000205.rss2">http://presseportal.de/rss/pm_100000205.rss2</a>                                       |