

Zürcher Kampagne für gesundes Körpergewicht

Anfang Dezember startete im Kanton Zürich die Kampagne für ein gesundes Körpergewicht. Sie vermittelt der Bevölkerung auf humorvolle Weise alltagsnahe und konkret umsetzbare Tipps für ein gesundes Gewicht.



Tragtasche im Detailhandel (Welle 3)

Im Rahmen des Aktionsprogramms «Leichter leben» erteilte die Zürcher Regierung Gesundheitsförderung Kanton Zürich den Auftrag, eine Medienkampagne für gesundes Körpergewicht durchzuführen. Zusammen mit der Werbeagentur Matter & Gretener wurde im Frühjahr 2008 mit der Konzeption begonnen. Dabei zeigte sich bald einmal, dass die Übergewichtsthematik für die öffentliche Kommunikation mit Hürden verbunden ist: Auf keinen Fall darf die Kampagne übergewichtige Menschen stigmatisieren oder diskriminieren. Auch muss darauf geachtet werden, dass Mager-süchtige die Kampagne nicht als Bestätigung für ihr Verhalten verstehen. Es muss verständlich werden, dass es nicht um Ästhetik geht, sondern um den Erhalt der Gesundheit. Dabei soll aber auch nicht reisserisch mit Risiken gedroht oder Angst geschürt werden. Weiter gilt es, wenn möglich die Lücke zwischen «Wissen» und «Verhalten» zu überwinden: Vielen Menschen ist in der Regel klar, was sie tun sollten für ein gesundes Gewicht, es hapert aber bei der Umsetzung. Eine weitere Hürde stellt die heterogene Zielgruppe dar: Übergewicht betrifft

zwar Männer über 50 Jahre ohne Hochschulbildung am stärksten, kommt aber in allen Altersgruppen über alle Bildungs- und Einkommensniveaus hinweg vor.

Bewusstsein erfragt

In den Diskussionen zeigte sich weiter, dass Klärungsbedarf bezüglich der zu kommunizierenden Botschaften besteht: Wie stark ist der Bevölkerung der Zusammenhang zwischen Übergewicht und gesundheitlichen Risiken bekannt? Wissen die Zürcherinnen und Zürcher, dass Übergewicht in den vergangenen Jahren massiv zugenommen hat? Wie gut sind Verhaltensweisen zum Erhalt des Normalgewichts bekannt und wie häufig und konsequent werden sie gelebt? Ist der BMI als Messgrösse bekannt? Kennen die Zürcherinnen und Zürcher ihren eigenen BMI? Um diese Fragen zu klären wurde die Zürcher Übergewichtskampagne 2009 (ZÜGS-09, siehe Bericht S. 6) durchgeführt. Die Resultate erlaubten, Schwerpunkte bei der Kampagne zu setzen:

Aufgrund der Daten wurde entschieden, die Zunahme von Übergewicht und die gesundheitlichen Risiken weniger stark zu kommunizieren als konkrete und alltagsnahe Tipps zum Erhalt eines gesunden Gewichts. Die Bedeutung der Bewegung sollte eher stärker betont werden als die Ernährung.

Drei Wellen

Die Kampagne wird in drei Wellen durchgeführt: Anfang Dezember stellte Regierungsrat Thomas Heiniger die Kampagne den Medien vor. Im Anschluss daran werden während drei Wochen die Botschaften «Übergewicht hat zugenommen» und «Übergewicht löst hohe Folgekosten aus» kommuniziert. Dies mit Inseraten in eher anspruchsvollen Zeitungstiteln. In einer teilweise parallel laufenden zweiten Welle wird die Botschaft «Übergewicht ist mit gesundheitlichen Risiken verbunden» kommuniziert; wiederum mit Inseraten, diesmal in Titeln mit Massenpublikum. Beide Wellen dienen einerseits der



Hängeplakat im Tram (Welle 3)

politischen Legitimation für eine kantonale Kampagne gegen Übergewicht und möchten, wo nötig, Problembewusstsein schaffen.

.....
Anstösse im Alltag

Die Hauptwelle startet Ende Dezember: Dabei werden mit Plakaten, Kleinplakaten, Inseraten, TV-Spots und Durchsagen in Supermärkten sowie mit diversen kleinen unkonventionellen Werbeaktionen alltagsnahe Tipps genau am Ort oder genau zum Zeitpunkt ihrer konkret möglichen Umsetzung dargeboten. Etwa das Kleinplakat am Einkaufswagen im Supermarkt, das zum Einkaufen gesunder Lebensmittel anregt, der Spot im Lokalfernsehen, der zum Ausschalten des TV und zum Spaziergehen rät, oder das Plakat im Tram, das vorschlägt, eine Station früher auszusteigen. Im Idealfall lösen die Tipps im Moment des Rezipierens ein Schmunzeln und eine Handlung aus – auf jeden Fall sollen sie aber vermitteln, dass es keine ausgefallenen Diäten, aufwändigen Sportprogramme oder teure Pillen für ein gesundes Körpergewicht braucht, sondern die richtigen kleinen Entscheide im Alltag. Die Kampagne wird vom Institut für Publizistikwissenschaft und Medienforschung evaluiert.

*Annett Jucker, BA
 Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich
 Hirschengraben 84, 8001 Zürich
 Tél. 044 634 46 57
 annett.jucker@ifspm.uzh.ch*

Die Bevölkerung des Kantons Zürich nimmt zu. Auch in Kilos.

Der Alltag prägt Ihre Gesundheit. www.leichter-leben-zh.ch
 Gesundheitsförderung Kanton Zürich

Fast jeder zweite Zürcher hat Übergewicht. Und fast jede vierte Zürcherin auch. Mit schweren Folgen. Denn Übergewicht macht körperlich wie auch psychisch krank und verursacht im Kanton Zürich Kosten von 900 Mio. Franken pro Jahr.* Mit dem Aktionsprogramm «Leichter leben» fördert der Kanton Zürich gesundes Körpergewicht. Mehr Information unter: www.leichter-leben-zh.ch.

*Quelle: HealthEcon, im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit, 2009.

LEICHTER LEBEN
 Gesundes Körpergewicht im Kanton Zürich

Zeitungsinserat (Welle 1)

Tun Sie etwas für Ihr Herz. Achten Sie auf Ihren Bauch.

Der Alltag prägt Ihre Gesundheit. www.leichter-leben-zh.ch
 Gesundheitsförderung Kanton Zürich

LEICHTER LEBEN
 Gesundes Körpergewicht im Kanton Zürich

Strassenplakat (Welle 2)