

## **«Leichter leben – gesundes Körpergewicht im Kanton Zürich»**

**Der Regierungsrat hat einen Kredit von zwei Millionen Franken für Massnahmen für ein gesundes Körpergewicht in der Bevölkerung bewilligt. Umgesetzt werden soll ein Paket von elf Projekten, die sich vorwiegend an Kinder, Jugendliche und deren Eltern richten und darauf abzielen, mehr Bewegung und gesunde Ernährung im Alltag zu integrieren.**

Der Regierungsrat hat in seinen Legislaturzielen festgelegt, dass der Anteil der Bevölkerung mit «gesundem» Körpergewicht stabilisiert werden soll. Dies soll vorab durch die Umsetzung des kantonalen Sportkonzepts, durch die Förderung von Alltagsbewegung und gesunder Ernährung, durch Bildung und kindergerechte Verkehrswegplanung geschehen. Freude an der Bewegung wirkt sich direkt auf das Wohlbefinden und die Lebensqualität aus. Bewegungsmangel und damit verbunden Übergewicht führen hingegen gemäss einer Studie des Bundesamtes für Gesundheit allein im Kanton Zürich zu geschätzten Kosten von rund 450 Millionen Franken im Jahr.

### **Gesunde Ernährung und Bewegung – ein Leben lang**

Eine Arbeitsgruppe aus der Gesundheitsdirektion, der Bildungsdirektion und der Sicherheitsdirektion hat nun unter der Leitung des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin elf Projekte ausgewählt. Geplant sind unter dem Titel «Leichter leben - gesundes Körpergewicht im Kanton Zürich» Präventionsarbeit bei Eltern von Kleinkindern, die Anleitung zu guter Ernährung im Rahmen von Schuleinsätzen der Zahnpflegehelferinnen oder Projekte zur Bewegungsförderung in Kindergärten, Schulen, Kinderhorten oder Mittagstischen. Je früher die Präventionsarbeit beginnt, desto grösser sind die Chancen, dass gesunde Ernährung und regelmässige Bewegung ein Leben lang Eingang in den Alltag finden.

Die Projekte werden begleitet durch Öffentlichkeitsarbeit und ein Monitoring des Körpergewichts in der Bevölkerung. Das Institut für Sozial- und Präventivmedizin, die kantonale Fachstelle Sport sowie Bildungsinstitutionen planen zur Erreichung des Legislaturziels weitere Projekte, die sich auch an Erwachsene richten werden.

### **Finanzierung durch Kanton und die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz**

Die Gesamtkosten für die Projekte betragen über die Jahre 2009 bis 2012 3,2 Millionen Franken. Zwei Millionen Franken davon bezahlt der Kanton über den vom Regierungsrat beschlossenen Kredit. Die übrigen 1,2 Millionen Franken übernimmt die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz.

**Ansprechperson** für Medien heute Donnerstag, 3. September 2009, ab 11 Uhr:  
Roland Stähli, Beauftragter des Kantons Zürich für Prävention und Gesundheitsförderung,  
Telefon 044 634 46 24 oder 079 313 27 02