



## **Medienmitteilung der Gesundheitsdirektion**

### **Kampagne «Leichter leben» für gesundes Körpergewicht im Kanton Zürich**

**Heute startet im Kanton Zürich die Kampagne «Der Alltag prägt Ihre Gesundheit. Leichter leben». Dabei erhalten Zürcherinnen und Zürchern auf humorvolle Weise alltagsnahe Tipps für ein gesundes Körpergewicht. Die Kampagne wurde im Auftrag der Gesundheitsdirektion vom Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich entwickelt.**

Übergewicht ist im Kanton Zürich stark verbreitet, vor allem bei Männern. Knapp ein Drittel der Bevölkerung bringt zu viele Kilos auf die Waage und in der Stadt Zürich ist bereits jedes fünfte Kind beim Eintritt in den Kindergarten übergewichtig. Übergewicht erhöht gesundheitliche Risiken, insbesondere für Herz-Kreislauferkrankungen, Diabetes, Gelenkerkrankungen und Krebs. Zudem entstehen hohe Folgekosten: Wie eine neue Untersuchung im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit zeigt, verursacht Übergewicht im Kanton Zürich 900 Millionen Franken Kosten pro Jahr.

#### **Anteil der Personen mit Übergewicht stabilisieren**

Der Zürcher Regierungsrat hat angesichts dieser Ausgangslage in seinen Legislaturzielen 2007-2011 festgelegt, dass der Anteil der Bevölkerung mit Übergewicht stabilisiert werden soll. Umgesetzt werden die entsprechenden Massnahmen directionsübergreifend unter Federführung der Gesundheitsdirektion beziehungsweise von «Gesundheitsförderung Kanton Zürich», einer Abteilung des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich. Zudem unterstützt «Gesundheitsförderung Schweiz» die Projekte. Die Schwerpunkte sind dabei die Umsetzung des kantonalen Sportkonzepts, Massnahmen im Schulbereich und die Förderung von Alltagsbewegung und gesunder Ernährung. Die heute gestartete Informationskampagne bildet eine Klammer für alle diese praktisch ausgerichteten Projekte.

#### **Sensibilisieren und motivieren**

In einer ersten Phase wird die Zürcher Bevölkerung mit hellblauen Inseraten und Plakaten im Tram, im Zug und an den Strassen dafür sensibilisiert, dass Übergewicht ein gesundheitliches Problem ist und hohe volkswirtschaftliche Kosten verursacht. In einer zweiten Phase von Ende 2009 bis März 2010 werden alltagsnahe Tipps vermittelt und zwar vorzugsweise genau dort und zum Zeitpunkt, wo sie unmittelbar umgesetzt werden können. So wird beispielsweise am Einkaufswagen die Aufforderung angebracht, beim Lebensmittel-

telkauf die Produktbeschreibung genau zu lesen oder am Lift der Hinweis man solle besser die Treppe benutzen. Im Supermarkt wird eine Durchsage mit der Botschaft: «Kaufen Sie Gemüse und Früchte» geschaltet.

Die Kampagne soll mit einer Prise Humor auf ein wichtiges Thema aufmerksam machen und zu konkreten Verhaltensänderungen im Alltag motivieren, anstatt mit dem moralischen Mahnfinger auf Übergewichtige zu zeigen.

Weitere Informationen:

- zu einzelnen Projekten: [www.leichter-leben-zh.ch](http://www.leichter-leben-zh.ch)
- Download von Kampagnesujets:  
[www.leichter-leben-zh.ch/ueber-leichter-leben/dokumentation](http://www.leichter-leben-zh.ch/ueber-leichter-leben/dokumentation)

**Ansprechperson** für Medien heute Freitag, 4. Dezember 2009, ab 11 Uhr:  
Roland Stähli, Beauftragter des Kantons Zürich für Prävention und Gesundheitsförderung,  
Telefon 044 634 46 24 oder 079 313 27 02