

# Übersicht zum kantonalen Aktionsprogramm «Leichter leben»



Projekte und Massnahmen		Zielgruppe					Zuordnung
		I+II	III	IV+V	VI	E.	
<b>Gesundheitsbereich</b>							
G 1 *	Monitoring des Körpergewichts von Kindern in Landgemeinden		●	●			Policy
G 2	Monitoring des Körpergewichts von Erwachsenen (17-75 Jahre)				●	●	Policy
G 3.A	Öffentlichkeitsarbeit zum kantonalen Aktionsprogramm «Gesundes Körpergewicht» in Absprache mit Gesundheitsförderung Schweiz			●	●	●	Öffentlichkeitsarbeit
G 3.B	Medienkampagne «Gesundheit beginnt im Alltag. Mit Bewegung, Ernährung, Entspannung»			●	●	●	Öffentlichkeitsarbeit
G 4	Ernährungs- und Bewegungsberatung in der Schwangerschaft bis ein Jahr nach Geburt an der Klinik für Geburtshilfe am Universitätsspital Zürich	●					Massnahmen
G 5	Lektionen, Beratung und Anleitung zu guter Ernährung und Bewegung im Rahmen der Schuleinsätze der Zahnpflegehelferinnen (inkl. Abgabe von Znüni-Box, Flyer Znüni-Tipps und Trinkbecher)		●	●			Massnahmen
G 6 *	Förderung des Stillens und stillfreundliche Spitäler	●					Massnahmen + Policy
G 7	Plattform «Zürich isst gesund!»	●	●	●	●	●	Massnahmen + Policy
<b>Bildungsbereich</b>							
B 1.A	Schifti Jahresprogramm: Pilotprojekt an 10 Schulen (Angebot diverser Module zur Integration in den Unterricht). Voraussetzung: Entwicklung des Jahresprogramms und des E-Learning-Tools wird durch Dritte finanziert.			●	●		Massnahmen
B 1.B	Schifti School Tools: Gorilla Kochbüchlein und Schifti-Powergame			●	●		Massnahmen
B 1.C	Schifti Workshops mit jährlich 1'500 Kindern (Vertiefung der Aspekte Ernährung und Bewegung) vgl. Gorilla			●	●		Massnahmen
B 2	Ausarbeitung von Empfehlungen und Reglementen für eine gesunde Verpflegung in familienergänzenden Tagesstrukturen	●	●	●	●		Policy
B 3	Förderung von Ernährung und Bewegung in der Aus- und Weiterbildung von Lehrkräften (Kindergarten, Primarschule, Sekundarstufe I)		●	●			Policy
B 4	Purzelbaum – für mehr Bewegung und gesunde Ernährung im Kindergarten (Bewegter Kindergarten)		●				Massnahmen + Policy
B 5	Bewegungsförderung in der Schule (diverse Angebote)			●			Massnahmen
B 6	Forumtheater «vollfett» (interaktives Theater in Schulen)			●			Massnahmen
B 7	Gesunde Zwischenverpflegungen in Kindergarten und Schule		●	●			Massnahmen
B 8 **	Sport-Innovationspreis → Pädagogische Hochschule Zürich						Öffentlichkeitsarbeit
B 9	Menüplanung/-beratung und Bewegungsförderung in familienergänzenden Tagesstrukturen wie Horte, Krippen, Mittagstische, Tagesmütter	●	●	●			Massnahmen + Policy
B 10	Ernährung und Bewegung in Spielgruppen: Einführung und Materialbox	●	●				Massnahmen
B 11	Klemon – Prävention bei Kleinkindern mit Risiko zu Übergewicht (Zusammenarbeit mit Schweiz. Fachverein Adipositas im Kindes- und Jugendalter, akj)	●	●				Massnahmen
B 12	Pedibus und Schulwegsicherung (gemeinsam und begleitet zu Fuss in die Schule)		●	●			Massnahmen + Policy
B 13	Unterstützung und Verankerung des Schulgesundheitsdienstes Stadt Zürich als Kompetenzzentrum zur Entwicklung und Erprobung wirksamer Massnahmen für Kindergarten und Schule		●	●			Policy
B 14	Massnahmen der Elternberatung und -schulung für die Migrationsbevölkerung: Femmes Tische und ZüMEB	●	●	●	●	●	Massnahmen + Policy
B 15	power2move – Förderung der körperlichen Aktivität und ausgewogener Ernährung von Berufs- und Mittelschüler/innen. Voraussetzung: Entwicklung des power2move-Tools wird auf nationaler Ebene bewilligt und finanziert.				●		Massnahmen
<b>Sportbereich</b>							
S 1	Jugend+Sport-Fortbildungsmodul «Sport mit übergewichtigen Kindern und Jugendlichen»		●	●	●	●	Massnahmen + Policy
S 2 *	Ausbildungskurs «Sport mit Übergewichtigen» für Mitglieder von Sportvereinen durch den Zürcher Kantonalverband für Sport		●	●	●	●	Massnahmen + Policy
S 3	Unterstützung von Breitensportserien		●	●	●	●	Massnahmen
S 4	Lager für übergewichtige Kinder/Jugendliche			●			Massnahmen
S 5.A	Open Sunday-Projekte		●	●			Massnahmen + Policy
S 5.B	Midnight-Projekte			●	●		Massnahmen + Policy
S 6	Bewegungsförderung in der offenen Jugendarbeit (Zusammenarbeit mit Laureus Stiftung und okaj)			●	●		Massnahmen
S 7	Ausarbeitung von Empfehlungen an Gemeinden für das Öffnen von Turnhallen für Bewegungs- und Sportangebote an Wochenenden			●	●	●	Policy
		I+II	III	IV+V	VI	E.	

## Legende

	Von Gesundheitsförderung Schweiz unterstützte Projekte		I + II	0 - 3 Jahre		III	4 - 6 Jahre	
	IV + V	6/7 - 15/16 Jahre		VI	16 - 20 Jahre		E.	Erwachsene
★	(noch) nicht in Umsetzung	★★		zurückgestellt				