

## Gesundes Körpergewicht bei Kindern und Jugendlichen

Strategien eines Kantons am Beispiel des Kantons Aargau und Strategien einer NPO am Beispiel des Fachverbands Adipositas im Kindes- und Jugendalter akj

Franziska Widmer Howald, dipl. Ernährungsberaterin HF, Fachverband akj, KAP «Gesundes Körpergewicht», Aargau

### «Gesundes Körpergewicht» im Kanton Aargau

Mit dem Ziel, die kontinuierliche Gewichtszunahme der Kinder und Jugendlichen in der Schweiz zu stoppen, wurden 2007 – koordiniert durch die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz – die ersten Kantonalen Aktionsprogramme KAP «Gesundes Körpergewicht» gestartet. In den KAP werden best practice Projekte aus den Bereichen Bewegung und Ernährung für Kinder und Jugendliche zwischen 0 und 20 Jahren initiiert, koordiniert, umgesetzt und evaluiert. Ziel dabei ist es, die Kinder und Jugendlichen möglichst früh an einen gesundheitsförderlichen Lebensstil heranzuführen und diesen nachhaltig in verschiedenen Settings zu verankern. Im Kanton Aargau wird das KAP seit 2007 umgesetzt und konnte nach einer erfolgreichen Zwischenevaluation per Anfang 2012 in die zweite Staffel 2012-2015 starten.

Die Massnahmen im KAP Aargau 2012-2015 setzen bei der Förderung einer ausgewogenen Ernährung und von regelmässigen körperlichen Aktivitäten an. Das Ernährungs- und Bewegungsverhalten wird stark von psychischen und sozialen Aspekten mit beeinflusst. Diese Themen werden deshalb künftig in den Massnahmen noch stärker mit berücksichtigt. Grundsätzlich sollen in der zweiten Staffel die bereits gut verankerten Module speziell an die fokussierten Zielgruppen (Stichworte: Frühe Förderung, vulnerable Gruppen) adaptiert werden. Die implementierten Massnahmen können dadurch qualitativ verbessert und noch besser in der Gesamtstrategie des Kantons im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention eingebettet werden.

Auf der Policy-Ebene haben sich die verschiedenen Foren (Forum gesundes Körpergewicht, Kindergartenforum und Forum bewegte Schule) als erfolgreiche Massnahmen zur Erreichung und Einbindung von wichtigen Akteuren bewährt und etabliert und werden entsprechend beibehalten.

Im Bereich der Vernetzung werden regelmässige Tagungen und Sitzungen als wichtige Orte der Begegnung, Vernetzung und des Informationsflusses organisiert und/oder genutzt.

Im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit werden - wie bereits in den Vorjahren - das Znüniblatt und das GORILLA-Kochbüchlein per Schuljahresbeginn allen Kindergarten- beziehungsweise allen Oberstufenklassen flächendeckend abgegeben. Zudem werden situativ Flyer und Merkblätter mitentwickelt und eingesetzt.

Alle vier Massnahmenbereiche werden von derselben Idee geleitet: Stärken sollen aufeinander abgestimmt und Synergien bestmöglichst genutzt werden.



Informationen rund ums KAP Aargau unter: [www.ag.ch/dgs](http://www.ag.ch/dgs), Stichwort: Ernährung und Bewegung oder unter: [www.gesundheitsfoerderung.ch](http://www.gesundheitsfoerderung.ch), Stichwort: Gesundes Körpergewicht

## «Gesundes Körpergewicht» im Fachverband Adipositas im Kindes- und Jugendalter akj

Der Fachverband akj ist einer von mehreren Partnern innerhalb des KAP Aargau. akj ist ein Zusammenschluss von Fachpersonen aus den Bereichen Bewegung, Ernährung, Medizin, Psychologie und Pädagogik sowie weiteren Berufsgruppen, welche in der Adipositas therapie tätig sind.

Der Verband setzt sich für den Aufbau und die Entwicklung professioneller Behandlungsangebote für adipöse Kinder/Jugendliche und deren Eltern ein, sucht geeignete Wege und Lösungsansätze für Betroffene, fördert präventive Massnahmen und Projekte und unterstützt und vernetzt Fachpersonen.

Informationen zum Fachverband akj unter: [www.akj-ch.ch](http://www.akj-ch.ch)

### Kontakt:

Franziska Widmer Howald  
Department Gesundheit und Soziales  
Kantonsärztlicher Dienst  
Bachstrasse 15  
5001 Aarau  
Telefon 062 835 29 61  
[franziska.widmer@ag.ch](mailto:franziska.widmer@ag.ch)

