

## Ein gutes Beispiel einer gesundheitspolitischen Strategie

*Aks-Gesundheitsvorsorge GmbH: Programme und Angebote für mehr Kinder- und Jugendgesundheit: [www.aks.or.at](http://www.aks.or.at)*

Der aks - Arbeitskreis für Vorsorge- und Sozialmedizin unterstützt die Vorarlberger/innen bei der Erhaltung der Gesundheit und Förderung des körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens mit Beratung, Betreuung und konkreter Hilfestellung zu gesunder Ernährung, Raucherentwöhnung oder Bewegungsprogrammen.

Die Projekte sind Teil der gesundheitspolitischen Strategie des Landes Vorarlberg, die auf Prävention als Schlüssel für bessere Kinder- und Jugendgesundheit setzt. In den vergangenen Jahren wurden in Vorarlberg zahlreiche Projekte für Schule und Kindergarten entwickelt, die flächendeckend umgesetzt werden. Dazu gehören die Kindergartenvorsorge, die jährlichen Schuluntersuchungen oder die Zahnprophylaxe in Kindergarten und Schule.

*Aks-Policy:*

*Jeder Mensch hat das Recht auf Gesundheit. Dieses Recht manifestiert sich einerseits in der medizinischen Versorgung der Bevölkerung und andererseits in der persönlichen Ressourcenstärkung der Vorsorge. Gesundheit setzt auf Verhaltens- und Verhältnisebene an. Die aks Gesundheitsvorsorge GmbH ist bestrebt, das Verhalten jedes einzelnen auf Änderungen der Verhältnisebene zu stärken.*

### **Recht auf Gesundheit von Anfang an**

In den Bereichen Ernährung und Bewegung dienen Projekte wie Stillen und Säuglingsernährung, Maxima, Genuss-Detektive, x-team, schoolwalker, fit 4 kids und diverse Arbeitsgruppen im schulischen Bereich sowie die Ernährungsberaterinnen der Gesunderhaltung der Bevölkerung.

*Gesundheit von Anfang an*

Das Recht auf Gesundheit besteht von Anfang an: Im Rahmen des Programms Stillen und Säuglingsernährung werden Mütter auf die Wichtigkeit des Stillens, mit den vielen Vorteilen die dies bringt, aufmerksam gemacht. Das Programm verfügt neben der Vernetzung verschiedener Berufsgruppen wie Gynäkolog/innen, Hebammen, Stillberaterinnen etc. über eine Stillhotline, die ca. 1.100 Anrufe pro Jahr erhält.

## *Gesund in Kindergarten und Schule*

Maxima ist ein Kindergartenprogramm, in dem schon den Kleinsten gesunde Ernährung spielerisch schmackhaft gemacht wird. Rund 5.000 Kindergartenkinder und deren Familien werden mit dem Programm pro Jahr erreicht.

In Volksschulen haben Kinder die Möglichkeit, zum *Genuss-Detektiv* zu werden und Lebensmittel mit allen Sinnen zu genießen. Kinder aber auch deren Eltern sollen für gesunde Ernährung sensibilisiert werden. Bisher haben 15 Volksschulen an diesem Programm teilgenommen.

Mit dem Programm *schoolwalker* werden Kinder dazu ermuntert, den Schulweg zu Fuß zurück zu legen anstatt sich mit dem Auto chauffieren zu lassen. Im vergangenen Schuljahr haben rund 40 Volksschulen aus 20 Gemeinden mit insgesamt 6.500 Kindern teilgenommen und etwa 370.000 Schulwege zu Fuß zurückgelegt.

Bei *fit 4 kids* erleben Kinder, dass Haltungsschwächen und mangelnde Kondition reversibel sind. Das Programm richtet sich an Kinder im Alter von 6-11 Jahren, die in der Schuluntersuchung mit Defiziten in Motorik, Haltung, Herzkreislauf oder Gewicht auffällig wurden. Fit 4 kids motiviert zu mehr bewegungsorientiertem Spiel in der Freizeit und verbessert gleichzeitig Kraft, Beweglichkeit, Geschicklichkeit, Kondition, Entspannungsfähigkeit und Körperwahrnehmung. Im vergangenen Schuljahr wurden neun Kurse durchgeführt.

## *Gemeinsam gegen Übergewicht*

Während die meisten Programme der aks Gesundheitsvorsorge auf die Prävention abzielen, richtet sich das x-team an Kinder und Jugendliche, die bereits an Übergewicht oder Adipositas leiden. Gemeinsam mit einem ExpertInnenteam werden Eltern und Kinder ermuntert, ihren Lebensstil dauerhaft zu ändern und so die Grundlage für ein gesundes Gewicht und damit für ein gesundes Aufwachsen zu schaffen. Rund 60 Kinder pro Jahr und deren Familien nehmen am x-team teil.

## *Bewusstseinsbildung in Gemeinden*

Die Ausbildung zum regionalen Gesundheitsmanager fördert den Ausbau der Gesundheit in den Gemeinden sowie die Sensibilisierung der Teilnehmer/innen auf spezielle Zielgruppen. Das ist die Basis dafür, dass auch die Kindergesundheit und die Entfaltungsmöglichkeiten der Kinder aus der ganz spezifischen Sicht einer Gemeinde analysiert und gegebenenfalls verbessert werden könnten, z.B. Wo gibt es in unserer Gemeinde freie Spielflächen für Kinder, wie sieht der Schulweg aus. 15 Personen haben an der ersten Ausbildung zum regionalen Gesundheitsmanager teilgenommen.

Weil es das Recht jedes Einzelnen ist zu erfahren, wie die eigene Gesundheit verbessert bzw. erhalten werden kann, stehen die Ernährungsberaterinnen der Vorarlberger Bevölkerung jederzeit für Fragen rund ums Thema Ernährung zur Verfügung. Pro Jahr werden an 15 Ernährungsberatungsstellen insgesamt ca. 1.400 Beratungsstunden durchgeführt.

Diese Projekte und Programme der aks Gesundheitsvorsorge werden vor allem vom Land Vorarlberg finanziert. Die Ausbildung zum Regionalen Gesundheitsmanager wird vom Land Vorarlberg und dem Fonds Gesundes Österreich finanziert.

(Thema des Monats April 2010)