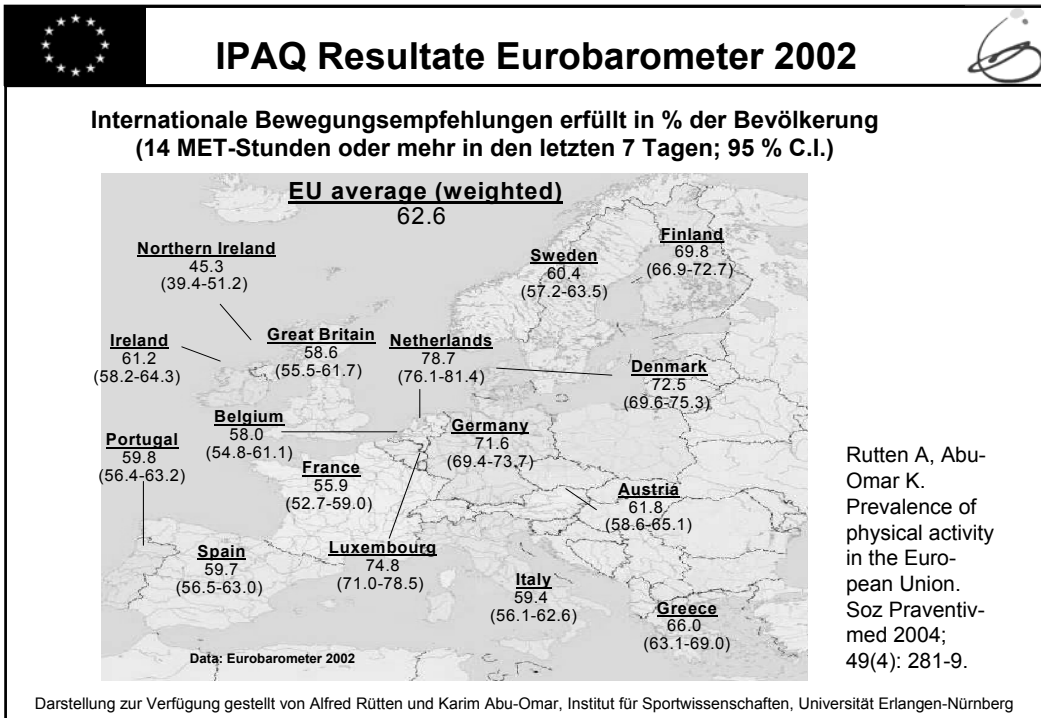
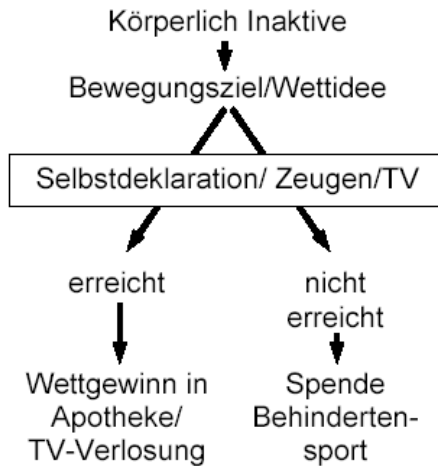




Europa im 21. Jahrhundert



Grundidee <<Gesundheitswette>>



Beteiligung «Gesundheitswette» September 2003

- Fernsehsendung «Gesundheit Sprechstunde» (300'000-500'000 Zuschauer)
 - Magazin Gesundheit Sprechstunde (Auflage 80'000)
 - Beitrag in Apothekerzeitschrift
 - Zuerst 170, dann 180 teilnehmende Apotheken
- Erwartete Beteiligung: 1000 bis 10'000 Personen

Erfolg «Gesundheitswette» September 2003

- **Fernsehsendung «Gesundheit Sprechstunde» (300'000-500'000 Zuschauer)**
 - **Magazin Gesundheit Sprechstunde (Auflage 80'000)**
 - **Beitrag in Apothekerzeitschrift**
 - **Zuerst 170, dann 180 teilnehmende Apotheken**
- 35 angenommene Wetten bei 55 Wetteingaben**
- 8 Wettgewinnerinnen und Wettgewinner**

Evaluationsresultate «Gesundheitswette»

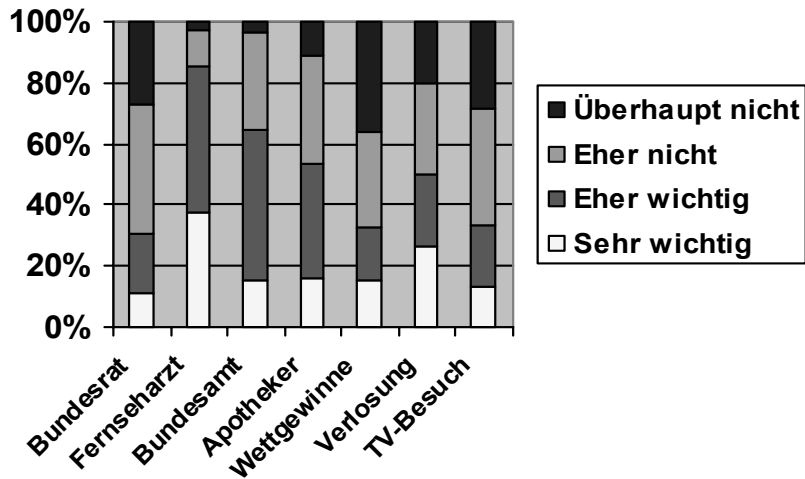
Repräsentativer Bevölkerungssurvey November 2002, n=1501

- **Gestützter Bekanntheitsgrad 39% für ganze Schweiz, 50% in deutschsprachigem Landesteil**

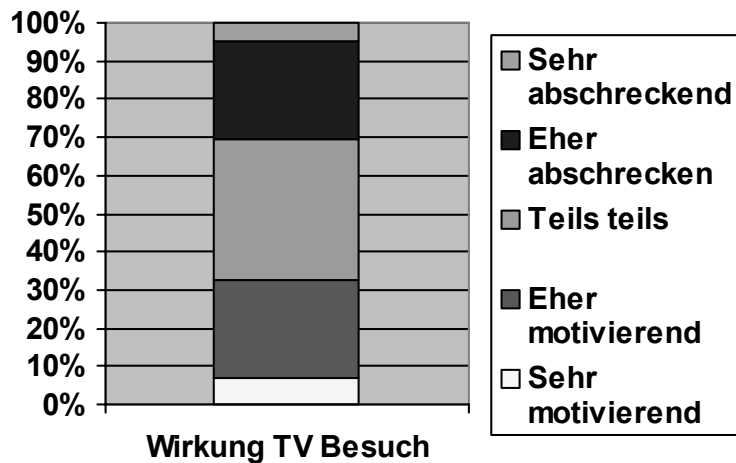
Resultate aus Befragung der TV-Studiozuschauer (n=153)

- **Hoher Anteil körperlich Inaktiver (58%)**
- **Grundidee gut verstanden**
- **Körperliche Inaktive sehen sich selber nicht als Zielgruppe (52% fühlen sich nicht angesprochen)**
- **Überraschende Rolle der verschiedenen Interventionselemente**

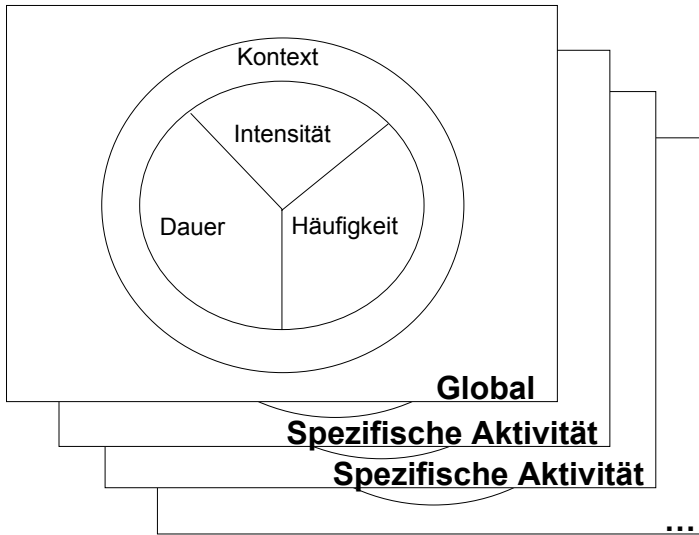
Bedeutung Motivationselemente «Gesundheitswette» in Zuschauerbefragung «Gesundheit Sprechstunde»



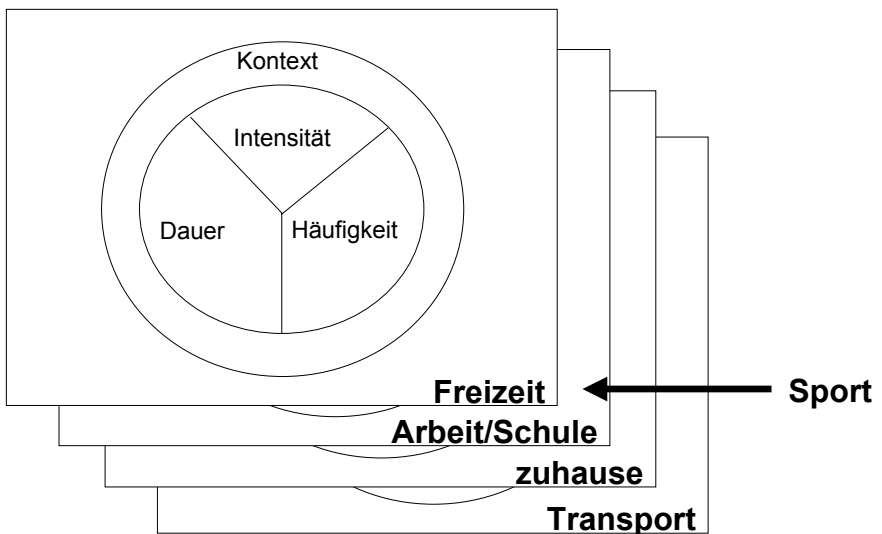
Motivationselemente möglicher TV-Besuch in Zuschauerbefragung «Gesundheit Sprechstunde»



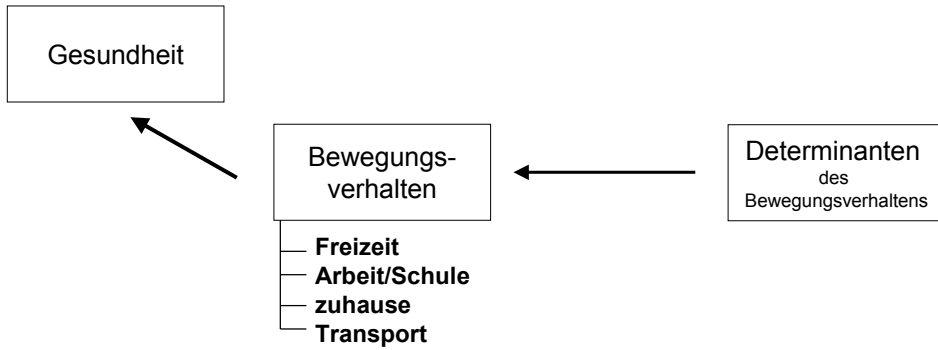
Dimensionen des Bewegungsverhaltens



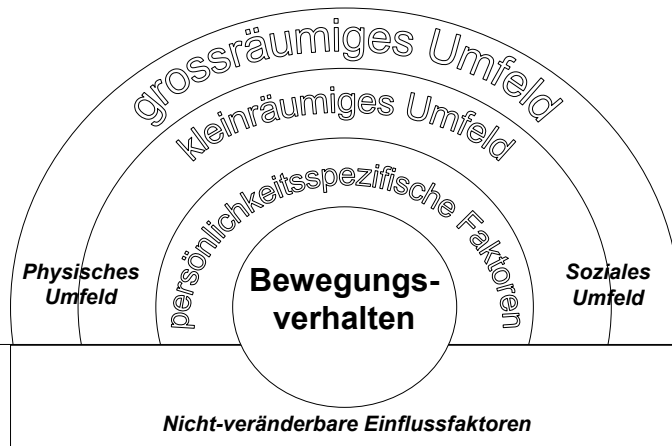
Domänen des Bewegungsverhaltens



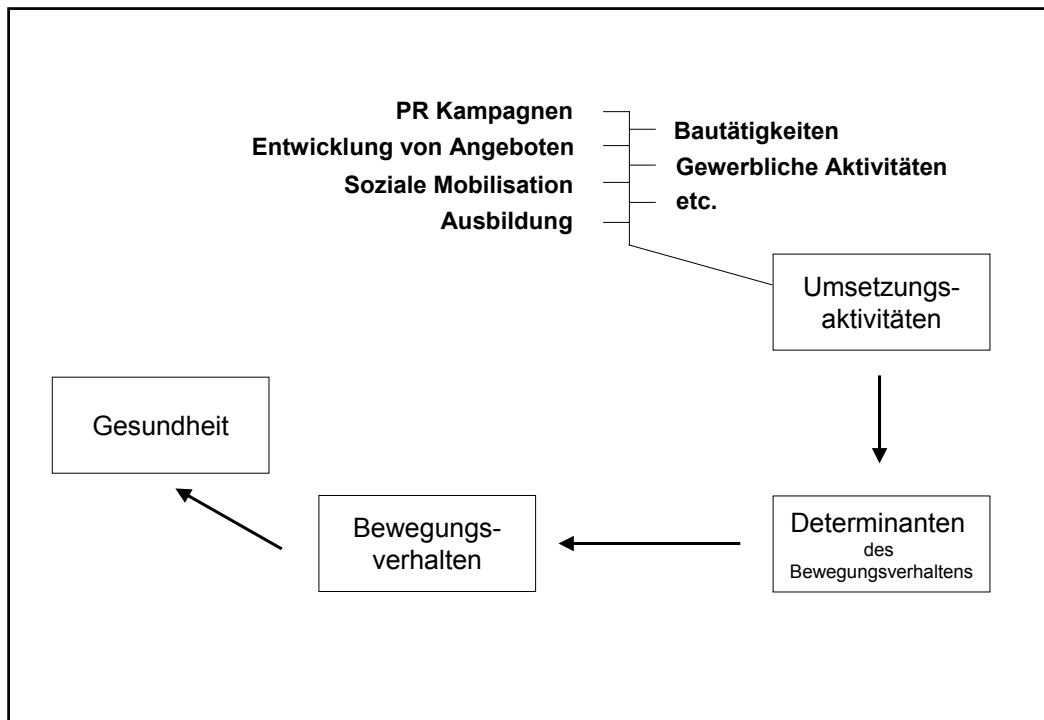
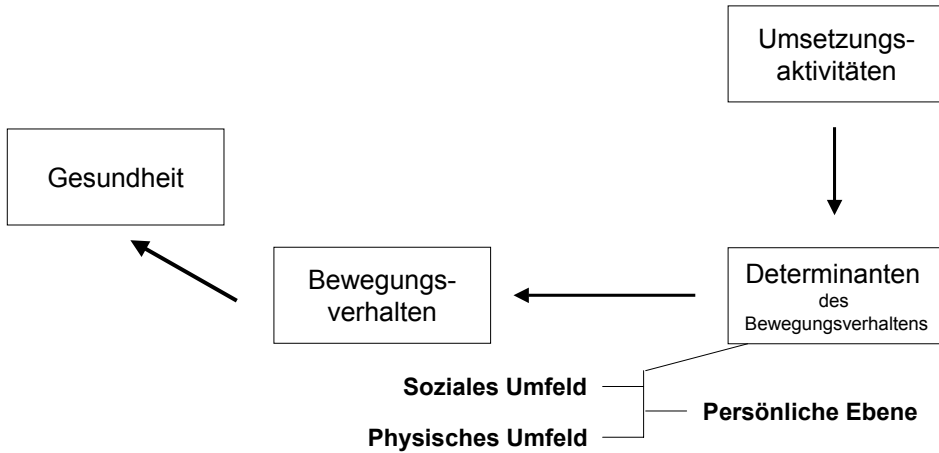
Rahmenkonzept zur Förderung von gesundheitswirksamer Bewegung

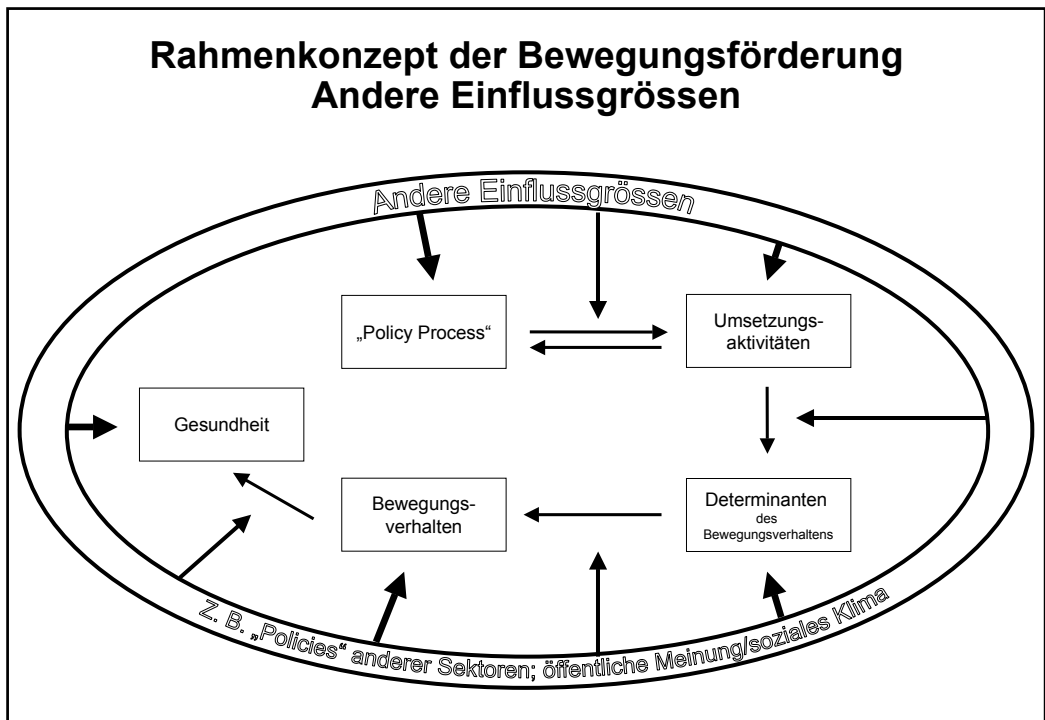
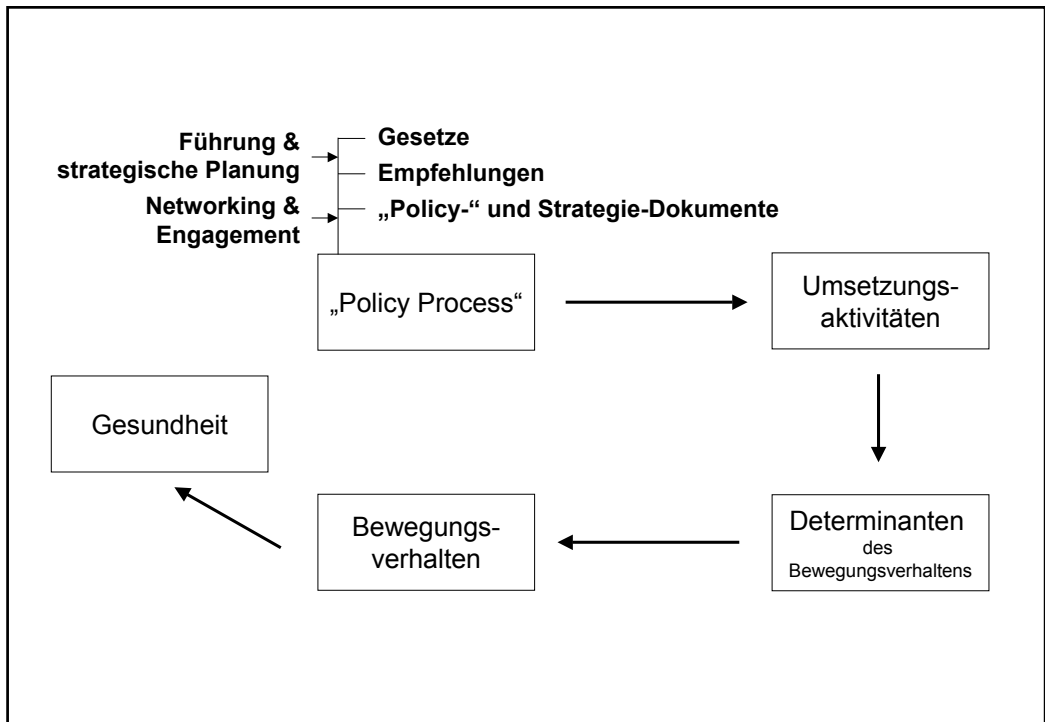


Einflussfaktoren des Bewegungsverhaltens



Rahmenkonzept zur Förderung von gesundheitswirksamer Bewegung







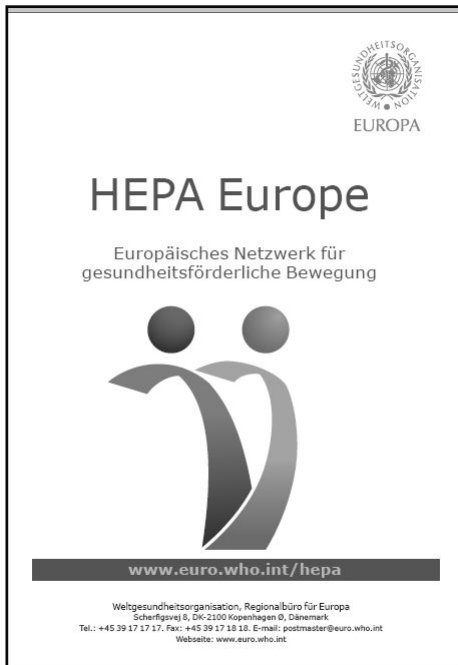
**European Network
for the Promotion
of Health-Enhancing
Physical Activity
HEPA
1996**



← Internationale Strukturen

Grosse Bedeutung für die Entwicklung einer nationalen Strategie und nationaler Strukturen durch:

- **Kontakt mit individuellen Fachleuten**
- **Globale und regionale Netzwerk**
 - **Vermittlung von Kontakten zu Fachleuten**
 - **Dokumentation**



Gegründet beim ersten
Netzwerktreffen in
Slagelse, Dänemark,
Gerlev Sports Academy,
26 und 27 Mai 2005



Vision

- Bessere Gesundheit durch körperliche Aktivität in der europäischen Bevölkerung.

Oberziel

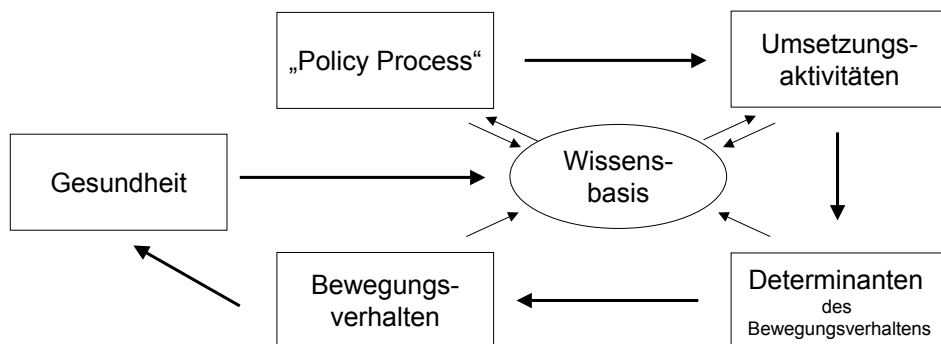
- Alle Anstrengungen und Aktionen stärken und unterstützen, die die Teilnahme an und die Bedingungen für einen gesunden Lebensstil, insbesondere für gesundheitsförderliche Bewegung verbessern.



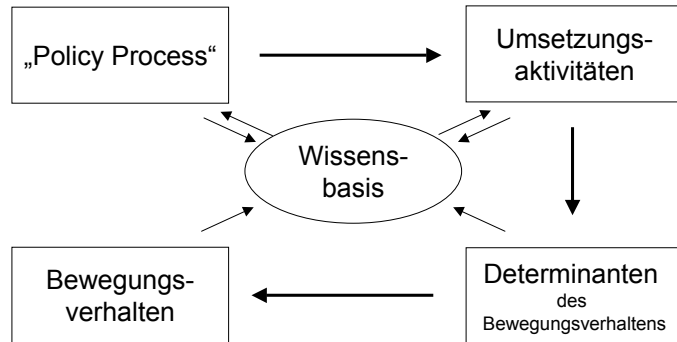
Zielsetzungen

- Zur Entwicklung und Einführung politischer und strategischer Maßnahmen zu Gunsten gesundheitsförderliche Bewegung beitragen;
- wirksame Strategien, Programme und andere gute Praxisbeispiele zu gesundheitsförderlicher Bewegung entwickeln, unterstützen und verbreiten;
- die Entwicklung multisektoraler Zugänge zur gesundheitsförderlichen Bewegung erleichtern und unterstützen.

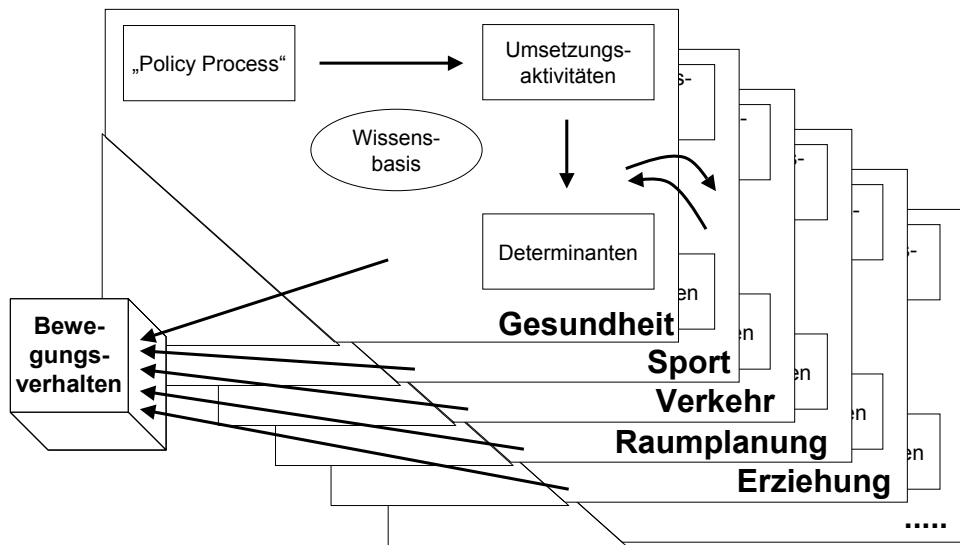
Rahmenkonzept der Bewegungsförderung Evidenz-basierte HEPA-Förderung



Rahmenkonzept der Bewegungsförderung Evidenz-basierte Bewegungsförderung



Rahmenkonzept der Bewegungsförderung Multi-sektorale Bewegungsförderung



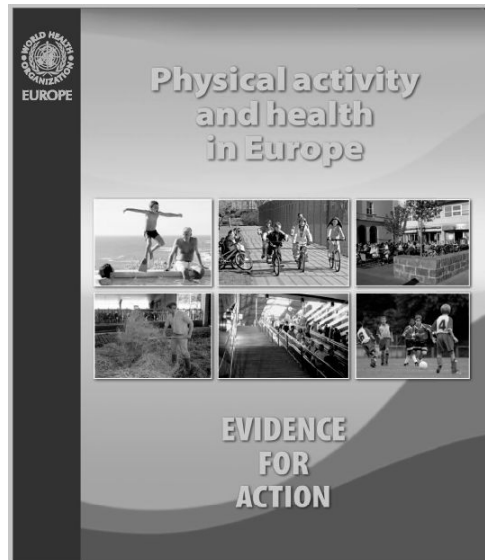
Informationen und Austausch für Mitglieder



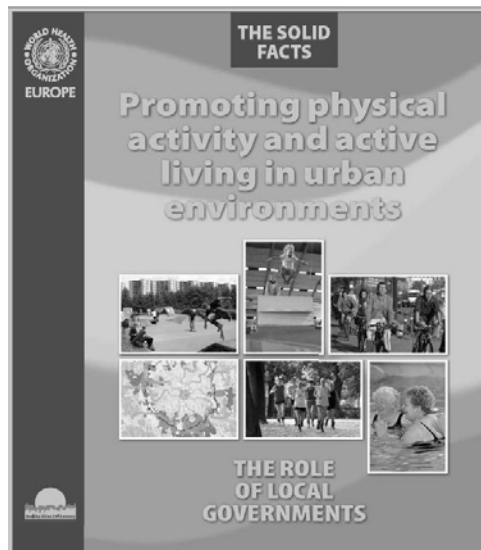
Website und Newsletter

www.euro.who.int/hepa

Mitarbeit an WHO-Publikationen



Mitarbeit an WHO-Publikationen



Grundlagendokument

Gesundheitswirksame Bewegung



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Bundesamt für Sport
Bundesamt für Gesundheit BAG



Gesundheitsförderung Schweiz
Promozione Salute Svizzera
Promozione Salute Svizzera

Möglichkeit für nationale Adaptationen

www.hepa.ch

Kosten mangelnder körperlicher Aktivität

Bewegungsmangel verursacht in der Schweiz jedes Jahr mindestens 2900 vorzeitige Todesfälle, 2,1 Millionen Erkrankungen und direkte Behandlungskosten von 2,4 Milliarden Franken.

Sich zu bewegen und anderen Menschen zu begegnen ist wichtig für den Aufbau und den Erhalt des sozialen Kapitals einer Gesellschaft.

www.hepa.ch

Traditionelle Bewegungsangebote

Die Schweiz ist gegenüber vielen Ländern privilegiert, was Angebote und Rahmenbedingungen für Bewegung und Sport betrifft. Diese Bewegungsangebote haben eine jahrzehntelange Tradition und sie bilden einen wichtigen Pfeiler der Bewegungsförderung.

Die Schweiz kennt zum Beispiel:

- ein traditionsreiches Vereinswesen für den organisierten Sport: Es gibt rund 22 000 Sportvereine mit 1,5 Millionen Aktivmitgliedern und 300 000 freiwilligen, weitgehend ehrenamtlichen Mitarbeitern.
- freies Zutrittsrecht zu Wald und Weide: Seit 100 Jahren als Grundrecht im Zivilgesetzbuch verankert, darf jedermann jeden Wald in der Schweiz betreten. Dies ist eine elementare Voraussetzung für unzählige Bewegungsaktivitäten in der Freizeit.
- ein dichtes Netz an Wanderwegen: 62 000 km markierte Wege, aufgebaut seit 1934.
- die gesetzlich verankerte Zahl von drei obligatorischen Lektionen Turnen und Sport in der Schule.

- ein Sportamt in jedem Kanton.
- ein dichtes und gut funktionierendes Netz des öffentlichen Verkehrs. Dieses regt die Menschen dazu an, zumindest Teilstrecken zu den Stationen des öffentlichen Verkehrs aus eigener Kraft statt ganze Wege motorisiert zurückzulegen.

In der Schweiz haben sich in den letzten Jahren auch viele Umsetzungsaktivitäten etabliert, die Menschen zu mehr körperlicher Aktivität bewegen.

www.hepa.ch



Bewegungsförderung in Settings

In der Arztpraxis

Studien aus der Schweiz und aus dem Ausland zeigen, dass Hausärzte in der Bewegungsförderung eine wichtige Rolle spielen können. Beratungen durch Ärzte oder andere Fachpersonen sind dann am Erfolg versprechendsten, wenn die Programme:

- auf einer fundierten Theorie der Verhaltensänderung basieren,
- zu mässig intensiven Aktivitäten ermutigen, die auch zuhause oder in der Wohnumgebung durchgeführt und in den Alltag integriert werden können,
- sowohl bei der Aufnahme von mehr Bewegung als auch bei der Aufrechterhaltung des neuen Lebensstils unterstützen,

- die Möglichkeit eines periodischen Kontaktes mit einem Spezialisten offerieren,
- lokale Gegebenheiten in die Beratung einbeziehen.

Mit solchen Programmen kann das Bewegungsverhalten meist kurzfristig verbessert werden. Bei einzelnen Programmen – so auch bei einer Studie aus der Schweiz – gibt es auch Effekte über längere Zeit.

Der Ansatz des Kollegiums Hausarztmedizin

Verschiedene Ansätze zur Bewegungsförderung über die Arztpraxis sind in der Schweiz entwickelt und teilweise erfolgreich eingesetzt worden. So hat man wertvolle Erkenntnisse gewonnen. Praxistaugliche und finanzierbare Modelle, die von der Ärzteschaft breit aufgenommen werden, stellen aber international und auch in der Schweiz immer noch eine grosse Herausforderung dar.

Das Kollegium für Hausarztmedizin, das BASFO und weitere Partner haben deshalb ein Modell entwickelt, das besonderen Wert auf die Tauglichkeit im Praxisalltag setzt. Es findet zunehmend Einsatz in Schweizer Hausarztpraxen.

www.hepa.ch

Inventorium der Ansätze zur Bewegungsförderung

WHO/Europe - European network for the promotion of health-enhancing physical activity - Microsoft Internet Explorer

Adresse: http://www.euro.who.int/hepa/projects/20060222_1

World Health Organization
Regional Office for Europe

Country information | Health topics | Media centre | Data and publications | About WHO | Programmes and projects

Programmes and projects > European network for the promotion of health-enhancing physical activity > Projects

European network for the promotion of health-enhancing physical activity

Home
About HEPA Europe
Newsletter
Projects
Join the network
Related events
Publications
Environment and health site
Related sites
Contacts

International inventory of documents on physical activity promotion

This inventory is meant to serve different purposes, including:

- to provide Member States with information about existing policies, strategies and approaches from different European countries with regard to physical activity promotion;
- to disseminate existing experiences;
- to facilitate access to information and knowledge not readily available;
- to provide a supportive information basis to develop, adapt, implement and evaluate policies, plans and interventions at the national and sub-national level;
- to identify geographical or topical areas where information and examples are lacking.

The inventory is being developed in a stepwise approach using a combination of different methods and sources. The first step focuses on the identification of national policy documents on physical activity promotion and national physical activity promotion networks.

The preliminary version of the online inventory, including policy and legislation documents, was presented on 15 November 2006 at the WHO Ministerial Conference on Counteracting Obesity, Istanbul, Turkey, 15-17 November 2006. Conference contributions on physical activity

to provide documents and information or support this activity, please contact [HEPA Europe](#).

Updated 28 November 2006 | [Printer-friendly version](#)

© 2007 World Health Organization | [Privacy statement](#) | [Contact us](#)

www.euro.who.int/hepa

Inventorium der Ansätze zur Bewegungsförderung

Physical Activity - Microsoft Internet Explorer

Adresse: <http://data.euro.who.int/PhysicalActivity/Default.aspx?TabID=107127>

World Health Organization
Regional Office for Europe

Country information | Health topics | Media centre | Data and publications | About WHO | Programmes and projects

Home | Country-based view | Regional view

Regional view

Displays a regional table listing available documents from all countries. You can further refine your selection by specifying document type, scope and sector from the drop-down lists below.

Document type: Policy
Scope: National
Sector: Public Health
Go

Country	Title	Published	Links	Type	Scope	Sector	Summary
Belgium	National plan on nutrition and health 2005-2010	2006	French	Policy	National	Public Health	Summary
Denmark	Healthy throughout Life 2002-2010	2003	English	Policy	National	Public Health	Summary
Finland	Government Resolution on policies to develop health-enhancing physical activity	2002	English Finnish	Policy	National	Public Health	
France	Sedentariness and physical inactivity (Sédentarité et inactivité physique)	2003	French	Policy	National	Public Health	
France	National programme for nutrition and health 2001-2005 - Summary (Programme national nutrition-santé 2001-2005 - Sommaire)	2001	French	Policy	National	Public Health	
Georgia	National action plan on food security, healthy eating and physical activity 2006-2010	2006		Policy	National	Public Health	
Germany	National action plan for a child-friendly Germany 2005-2010 (Nationaler Aktionsplan für ein kindergerechtes Deutschland 2005-2010)	2005	German	Policy	National	Public Health	
Hungary	Johan Béla - National Programme for the Decade of Health	2003	English	Policy	National	Public Health	Summary
Hungary	National Public Health Programme - Action Plan 2004 - Summary	2004	English	Policy	National	Public Health	Summary



HEPA EUROPE
European network for the promotion
of health-enhancing physical activity

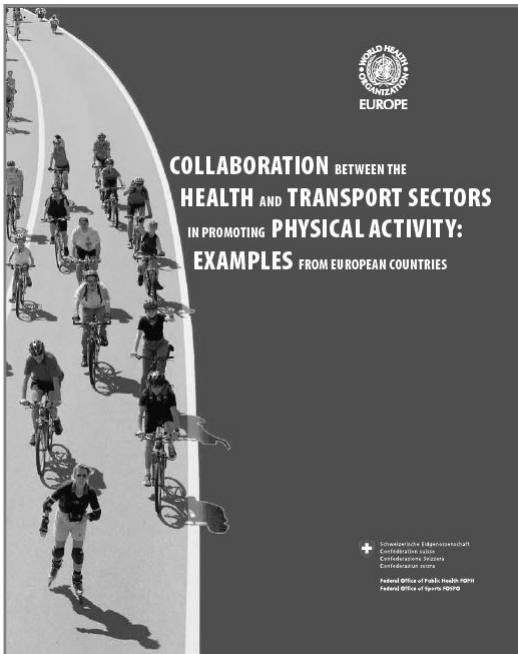
**PROMOTION OF
HEALTH-ENHANCING
PHYSICAL ACTIVITY
IN THE EUROPEAN REGION:**

*Content analysis of 26
national policy documents*



27 October 2006

Inhaltsanalysen spezifischer Inhalte des Inventariums



Gezielte Sammlung und beschreibende Analyse von spezi- fischen Ansätzen

Selection of case studies

Sixty-seven potential case studies were identified, screened and recorded in an overview table. Due to a lack of updated or detailed information, this report does not include 19 of these candidate projects (Annex 1). The remaining 48 case studies were analysed further (table 1). Fifteen of these 48 projects have already been included in previous case study reports (18, 19, 21).

For all 48 case studies, a standardized description following the template developed by the WHO Regional Office for Europe's children's health and environment programme is provided (in the form of a separate Annex document as well as a database including separate PDF files on the web site of HEPA Europe; see Chapter 4). This report is based on information received by the Institute of Social and Preventive Medicine of the University of Basel by May 2006.

Table 1. Overview of the 48 case studies included by country

10	Denmark	Odense – the National Cycle City of Denmark	Engineering or infrastructural measures combined with a publicity or motivational campaign and/or practical offers to promote human-powered mobility
11	Finland	Getting to sports facilities in Jyväskylä	Engineering or infrastructural measures combined with a publicity or motivational campaign and/or practical offers to promote human-powered mobility (mobility management)
12	Germany	Cycle to Work (Mit dem Rad zur Arbeit)	Publicity or awareness-raising campaign to promote human-powered mobility (with practical offers)
13	Israel	Experimental Project – Introducing Physical Activity Programs in the Bayer Home for the Aged	Behaviour change campaign (developing physical activity programmes for nursing home residents)

Arbeitsgruppen zur Behandlung einzelner Themen

BOOK OF ABSTRACTS
Maglingen, Switzerland,
November 22–23, 2006

1ST WORKSHOP
FOR THE EXCHANGE
OF EXPERIENCES IN PHYSICAL
ACTIVITY AND SPORTS PROMOTION
IN CHILDREN AND ADOLESCENTS

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Federal Office of Sports FOSPO
Swiss Federal Office of Public Health FOPH

EUROPE

Arbeitsgruppen zur Behandlung einzelner Themen

Organizers

Organizers

Universität Karlsruhe (TH)
Karlsruher Institut für Sportwissenschaft (KISS)

FoSS

Universität Konstanz

Supporting Organizations

Supporting Organizations

Under the patronage of the city of Karlsruhe

ADK

dsj Deutsche Sportjugend

Contact:
 University of Karlsruhe
 Institute for Sports and Sports Science
 Cyrus Roßlami
 Kaiserstrasse 12 building 40.40
 76131 Karlsruhe, Germany
 Tel.: +49 (0)76-2163-955
 rosslami@sportuka.de

designed by Marc Lortz

International Symposium



International Symposium
 Expert meeting on Health Enhancing Physical Activity (HEPA) in children and adolescents



28.02.2007 - 01.03.2007
 University of Karlsruhe

www.expertmeeting-hepa.de



WORK PROGRAMME 2006 / 2007: SUMMARY

HEPA Europe
 European network for the promotion of Health-Enhancing Physical Activity

The European network for the promotion of health-enhancing physical activity (HEPA Europe) was launched in May 2005 as an international, collaborative initiative which closely collaborates with WHO/Europe. "Health-enhancing physical activity" (HEPA) is any form of physical activity that benefits health and functional capacity without undue harm or risk. The overall vision of this initiative is to achieve better health through physical activity among all people in Europe. For more information see www.euro.who.int/hepa.



At the 2nd annual meeting in Tampere, Finland, the following work programme was endorsed for the period July 2006 to June 2007. At the next annual meeting in May 2007, progress on ongoing activities will be reviewed and the next annual work programme will be defined.

1. Core activities of the network

Title and aim of the activity
Maintenance and regular updating of the HEPA Europe website (www.euro.who.int/hepa)
Holding of the 3 rd annual HEPA Europe network meeting (18-19 May 2007, Graz, Austria)
Development of ideas for and possibly organization of a scientific network conference (possibly in 2008)
Support and contributions to other conferences and events upon request
Cooperation and collaboration with other activities, projects, and networks to join forces with key partners and to benefit from synergies.

2. Projects and products

Title and aim of the activity
Finalization of an advocacy booklet on physical activity and health with the key facts and figures for policy makers
Continue collating an inventory of existing approaches, policy documents, and targets related to physical activity promotion in different countries to facilitate information access for Member States and to develop a framework for process evaluation of physical activity promotion at the national level
Review of examples of national approaches and networks for physical activity promotion, including challenges to overcome, inter-ministerial and -sectoral approaches, and the exploration of the need and possibility to create a "network of national networks"
Finalization of the collection of case studies of collaboration between the physical activity promotion and the transport or other sectors to develop an overview of European experiences
Development of a general framework for physical activity promotion policy
Development of a discussion paper on currently used recommendations for health-enhancing physical activity to serve as a basis to assess the scope and desirability to propose common European recommendations

**Übersicht über
 Aktivitäten in
 Jahresberichten und
 Jahresprogrammen
 auf
www.euro.who.int/hepa**

Bewegungsförderung auf Bevölkerungsebene ist eine anspruchsvolle und langfristige Aufgabe...

...aber Erfolge sind möglich

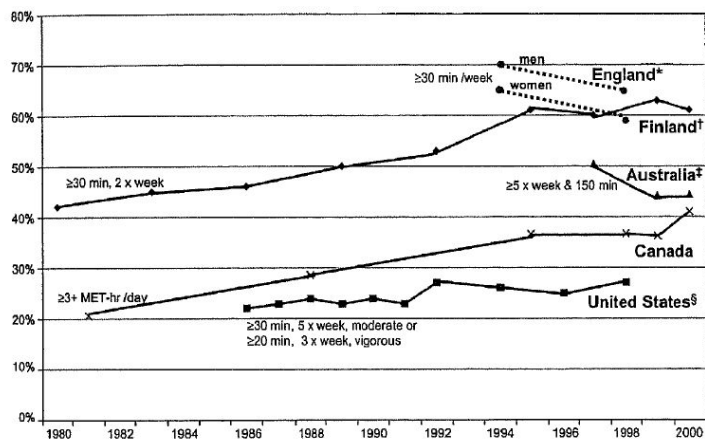


Figure 2. Physical activity trends, 1981-2000

* Source: Ref. 6

† Source: Ref. 3

‡ Source: Ref. 5

§ Source: Ref. 4