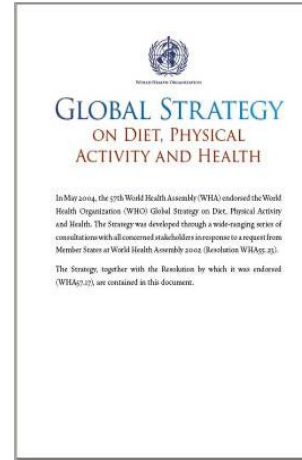




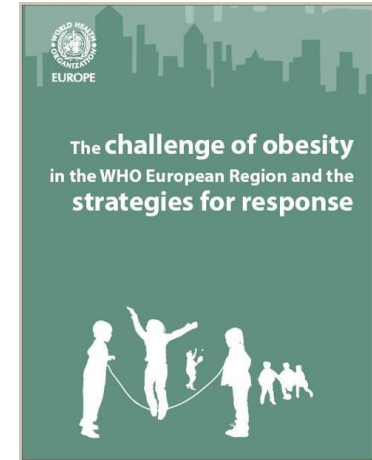
## Politisch-gesetzgeberische Grundlagen und strategische Umsetzungsmaßnahmen zur Bewegungsförderung auf nationaler Ebene in der Schweiz

Brian Martin, Eva Martin-Diener, Sonja Kahlmeier  
*Arbeitsbereich Bewegung und Gesundheit  
 Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich*

*Workshop „Strukturelle Bewegungsförderung in der Gemeinde“.  
 Swiss Public Health Conference, Nottwil, 10.09.10*



Weltweite Strategie 2004



Europ. Ministerkonferenz 2006

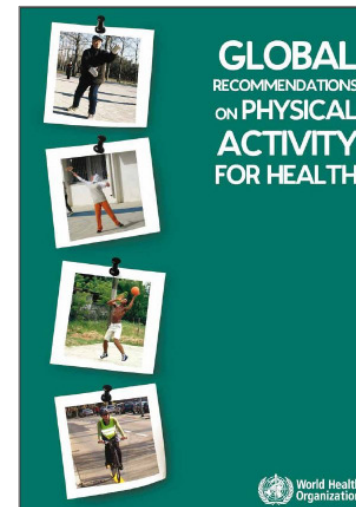


Cavill N, Racioppi F, Kahlmeier (eds). Bewegung und Gesundheit in Europa: Erkenntnisse für das Handeln. Kopenhagen: WHO, 2006.

Deutschsprachige Version 2010 durch Fonds Gesundes Österreich.



[www.hepa.ch](http://www.hepa.ch)  
[www.panh.ch/documents](http://www.panh.ch/documents)



[www.who.int/dietphysicalactivity](http://www.who.int/dietphysicalactivity)

# Bewegung ist wichtig für die Gesundheit; viele Menschen bewegen sich zu wenig.

## Wie können wir das ändern ?

**The Toronto Charter for Physical Activity: A Global Call for Action**

Physical activity promotes wellbeing, physical and mental health, prevents disease, improves social connections and quality of life, provides economic benefits and contributes to environmental sustainability. Communities that support health-promoting physical activity in a variety of accessible and affordable ways, across different settings and throughout life, can achieve many of these benefits. The Toronto Charter for Physical Activity has been developed over many years and is a call for all countries, regions and communities to strive for greater political and social commitment to support health-promoting physical activity globally.

**Why a Charter on physical activity?**

The Toronto Charter for Physical Activity is a call for action and an advisory tool to create sustainable opportunities for physical activity for all. Organizations and individuals interested in promoting physical activity can use the Charter to influence and guide decision-making at national, regional and local levels, to enhance a global goal. These opportunities include health, transport, environment, sport and recreation, education, urban design and planning as well as government, civil society and the private sector.

**Physical activity – a powerful investment in people, health, the economy and sustainability**

Throughout the world, technology, urbanization, increasing sedentary work environments and automobile-dependent community designs have eroded many physical activity and daily life opportunities, competing priorities, changing trends in urban and rural life, and social connections, may also be contributing to a healthy population. Opportunities to create and sustain the conditions for active living are increasing in many countries, resulting in major negative health, social and economic consequences.

**For health, physical activity is the foundation for building cases of chronic disease mortality such as heart disease, stroke, diabetes, cancer, contributes to bone mass, reduces mental health problems, improves mobility, physical activity also contributes to the increasing trend of obesity and adult obesity. Physical activity can benefit people of all ages. It leads to healthy growth and mental development in children and reduces risk of chronic disease and improved mental health in adults. It is never too late to start physical activity. Exercise also has benefits for older people, including independence, less risk of falls and fractures and protection from age-related diseases.**

**La Carta de Toronto para la Actividad Física: Un llamado Global para la Acción**

La actividad física promueve el bienestar, la salud física y mental, previene enfermedades, mejora las conexiones sociales y la calidad de vida, proporciona beneficios económicos y contribuye a la sostenibilidad ambiental. Las comunidades que apoyan la actividad física que promueve la salud en una variedad de entornos accesibles y asequibles a lo largo de la vida, pueden lograr muchos de estos beneficios. La Carta de Toronto para la Actividad Física se ha desarrollado a lo largo de muchos años y es un llamado a todos los países, regiones y comunidades para que aspiren a un mayor compromiso político y social para apoyar la actividad física que promueve la salud a nivel mundial.

**La Charte de Toronto pour l'activité physique :**

L'activité physique favorise le bien-être, la santé physique et mentale, prévient les maladies, améliore les liens sociaux et la qualité de vie, apporte des avantages économiques et contribue à la durabilité environnementale. Les communautés qui soutiennent l'activité physique dans une variété de contextes accessibles et abordables tout au long de la vie peuvent réaliser de nombreux avantages. La Charte de Toronto pour l'activité physique a été élaborée au fil des ans et constitue un appel à tous les pays, régions et communautés à viser un engagement politique et social accru pour soutenir l'activité physique qui favorise la santé à l'échelle mondiale.

**การปฏิวัติสุขภาพโลกด้วยกิจกรรมทางกาย**

กิจกรรมทางกายส่งเสริมสุขภาพที่ดี, สุขภาพจิต และสุขภาพที่ดี, ป้องกันโรค, ปรับปรุงการเชื่อมต่อทางสังคม และคุณภาพชีวิต, ให้ประโยชน์ทางเศรษฐกิจ และมีส่วนช่วยในการพัฒนาที่ยั่งยืน. المجتمعاتที่สนับสนุนกิจกรรมทางกายที่ส่งเสริมสุขภาพในหลากหลายบริบทที่เข้าถึงได้และคุ้มค่าตลอดชีวิต สามารถบรรลุประโยชน์มากมายจากสิ่งเหล่านี้. โฉมทัศน์ของปฏิญญาของกิจกรรมทางกายของเมืองโทรอนโตได้รับการพัฒนาขึ้นเมื่อหลายปีก่อน และเป็นการเรียกร้องให้ทุกประเทศ ภูมิภาค และชุมชนทั่วโลกมุ่งมั่นที่จะส่งเสริมการปฏิวัติสุขภาพโลกด้วยกิจกรรมทางกาย

**การกายเป็นการลงทุนที่มีพลังซึ่งเพิ่มประชากรที่แข็งแรงและยั่งยืน**

ตลอดทั้งโลก เทคโนโลยี การเมือง การเพิ่มขึ้นของสังคมที่ทำงานด้วยเครื่องจักร สิ่งแวดล้อมที่พึ่งพาการพึ่งพาตนเอง และการออกแบบชุมชนที่เอื้ออำนวยต่อการพึ่งพาตนเองได้ ล้วนแต่เป็นปัจจัยที่เอื้อต่อการลดโอกาสในการมีกิจกรรมทางกายในชีวิตประจำวัน การแข่งขันกันของปัจจัยต่าง ๆ ในเมืองและชนบท การเปลี่ยนแปลงแนวโน้มของวิถีชีวิต และการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ล้วนแต่เป็นปัจจัยที่เอื้อต่อการลดโอกาสในการมีกิจกรรมทางกายในชีวิตประจำวัน

**การออกกำลังกายเป็นรากฐานในการสร้างกรณีของโรคเรื้อรัง การเสียชีวิตด้วยโรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคมะเร็ง และช่วยส่งเสริมสุขภาพจิต การออกกำลังกายยังมีส่วนช่วยในการเพิ่มขึ้นของแนวโน้มของโรคอ้วนและโรคอ้วนในผู้ใหญ่ การออกกำลังกายสามารถช่วยส่งเสริมการเติบโตและพัฒนาการที่ดีในเด็ก และลดความเสี่ยงของโรคเรื้อรังและสุขภาพจิตที่ดีในผู้ใหญ่ การออกกำลังกายไม่เคยสายเกินไปที่จะเริ่มต้น การออกกำลังกายยังมีประโยชน์สำหรับผู้สูงอายุ รวมถึงการเพิ่มความเป็นอิสระ การลดความเสี่ยงของการหกล้มและการแตกหัก และการปกป้องจากโรคที่เกี่ยวข้องกับอายุ**

**การออกกำลังกายเป็นรากฐานในการสร้างกรณีของโรคเรื้อรัง การเสียชีวิตด้วยโรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคมะเร็ง และช่วยส่งเสริมสุขภาพจิต การออกกำลังกายยังมีส่วนช่วยในการเพิ่มขึ้นของแนวโน้มของโรคอ้วนและโรคอ้วนในผู้ใหญ่ การออกกำลังกายสามารถช่วยส่งเสริมการเติบโตและพัฒนาการที่ดีในเด็ก และลดความเสี่ยงของโรคเรื้อรังและสุขภาพจิตที่ดีในผู้ใหญ่ การออกกำลังกายไม่เคยสายเกินไปที่จะเริ่มต้น การออกกำลังกายยังมีประโยชน์สำหรับผู้สูงอายุ รวมถึงการเพิ่มความเป็นอิสระ การลดความเสี่ยงของการหกล้มและการแตกหัก และการปกป้องจากโรคที่เกี่ยวข้องกับอายุ**

**www.globalpa.org.uk**

**Die Toronto Charta für Bewegung: Ein weltweiter Aufruf zum Handeln**

Bewegung fördert das Wohlbefinden, die physische und geistige Gesundheit. Sie verbessert die soziale Vernetzung, die Lebensqualität und trägt zur Nachhaltigkeit bei.

**Der Aktionsrahmen**

Die Charta ist ein gemeinschaftliches Instrument für die Schaffung von Möglichkeiten für körperliche Aktivität. Sie ist ein Aufruf an alle, sich für die Förderung der körperlichen Aktivität zu engagieren. Die Charta ist ein Aufruf an alle, sich für die Förderung der körperlichen Aktivität zu engagieren. Die Charta ist ein Aufruf an alle, sich für die Förderung der körperlichen Aktivität zu engagieren.

**1. EINE NATIONALE STRATEGIE UND EINEN AKTIONSPLAN UMSETZEN**

Die Charta ist ein gemeinschaftliches Instrument für die Schaffung von Möglichkeiten für körperliche Aktivität. Sie ist ein Aufruf an alle, sich für die Förderung der körperlichen Aktivität zu engagieren. Die Charta ist ein Aufruf an alle, sich für die Förderung der körperlichen Aktivität zu engagieren.

**2. STRATEGIEN EINFÜHREN, DIE BEWEGUNG FÖRDERN**

Die Charta ist ein gemeinschaftliches Instrument für die Schaffung von Möglichkeiten für körperliche Aktivität. Sie ist ein Aufruf an alle, sich für die Förderung der körperlichen Aktivität zu engagieren. Die Charta ist ein Aufruf an alle, sich für die Förderung der körperlichen Aktivität zu engagieren.

**3. DIENSTLEISTUNGEN UND FINANZIELLE MITTEL UMORIENTIEREN, UM BEWEGUNG ZU PRIORISIEREN**

Die Charta ist ein gemeinschaftliches Instrument für die Schaffung von Möglichkeiten für körperliche Aktivität. Sie ist ein Aufruf an alle, sich für die Förderung der körperlichen Aktivität zu engagieren. Die Charta ist ein Aufruf an alle, sich für die Förderung der körperlichen Aktivität zu engagieren.

**4. PARTNERSCHAFTEN FÜR TATEN ENTWICKELN**

Die Charta ist ein gemeinschaftliches Instrument für die Schaffung von Möglichkeiten für körperliche Aktivität. Sie ist ein Aufruf an alle, sich für die Förderung der körperlichen Aktivität zu engagieren. Die Charta ist ein Aufruf an alle, sich für die Förderung der körperlichen Aktivität zu engagieren.

**www.globalpa.org.uk**

**Die Toronto Charta für Bewegung: Ein weltweiter Aufruf zum Handeln**

Bewegung fördert das Wohlbefinden, die physische und geistige Gesundheit. Sie verbessert die soziale Vernetzung, die Lebensqualität und trägt zur Nachhaltigkeit bei.

**Der Aktionsrahmen**

The Charter is a shared instrument for creating opportunities for physical activity. It is a call to all to engage in promoting physical activity. The Charter is a call to all to engage in promoting physical activity.

**1. IMPLEMENT A NATIONAL POLICY AND ACTION PLAN**

The Charter is a shared instrument for creating opportunities for physical activity. It is a call to all to engage in promoting physical activity. The Charter is a call to all to engage in promoting physical activity.

**2. INTRODUCE POLICIES THAT SUPPORT PHYSICAL ACTIVITY**

The Charter is a shared instrument for creating opportunities for physical activity. It is a call to all to engage in promoting physical activity. The Charter is a call to all to engage in promoting physical activity.

**3. REDIRECT SERVICES AND FINANCIAL MEANS TO PRIORITISE PHYSICAL ACTIVITY**

The Charter is a shared instrument for creating opportunities for physical activity. It is a call to all to engage in promoting physical activity. The Charter is a call to all to engage in promoting physical activity.

**4. DEVELOP PARTNERSHIPS FOR ACTION**

The Charter is a shared instrument for creating opportunities for physical activity. It is a call to all to engage in promoting physical activity. The Charter is a call to all to engage in promoting physical activity.

**www.globalpa.org.uk**

**Richtlinien für erfolgreiche  
Bewegungsförderung auf  
nationaler Ebene bestehen.**

**Wie sieht der Aktionsrahmen  
in der Schweiz aus  
?**

*Nick Cavill, Charlie Foster, Pekka Oja and Brian W. Martin*

**An evidence-based approach to physical activity promotion  
and policy development in Europe: contrasting case studies**

104 IJHPE – PROMOTION & EDUCATION VOL. XIII, NO. 2 2006

Analyse von 3 Ländern



Journal of Physical Activity and Health, 2009, 6, 805-817  
© 2009 Human Kinetics, Inc.

**Promotion of Physical Activity in the European Region:  
Content Analysis of 27 National Policy Documents**

**Signe B. Daugbjerg, Sonja Kahlmeier, Francesca Racioppi, Eva Martin-Diener,  
Brian Martin, Pekka Oja, and Fiona Bull**

Until April 2007, 27 physical activity policy documents available  
in English from 14 European countries identified and analysed

WORLD HEALTH ORGANIZATION  
REGIONAL OFFICE FOR EUROPE  
WELTGESUNDHEITSORGANISATION  
REGIONALBÜRO FÜR EUROPA



ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ  
BUREAU RÉGIONAL DE L'EUROPE  
ΒΙΕΘΕΡΙΑΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΣΥΓΧΡΟΝΟΠΑΡΕΙΛΕ  
ΕΥΡΩΠΕΪΚΟΤΕ ΠΕΡΙΟΧΗ

**Joint WHO/EC Project on  
Monitoring progress on improving nutrition and physical activity  
and preventing obesity in the European Union, 2008-2010**

**Work Packages 2008-2010**

1. Surveillance of nutritional status, dietary habits and physical activity patterns
2. National policies and actions
3. Good practice in regional and local initiatives
4. Database establishment, and management
5. Support to national surveillance and policy intelligence
6. Coordination, management and reporting
7. Dissemination of results



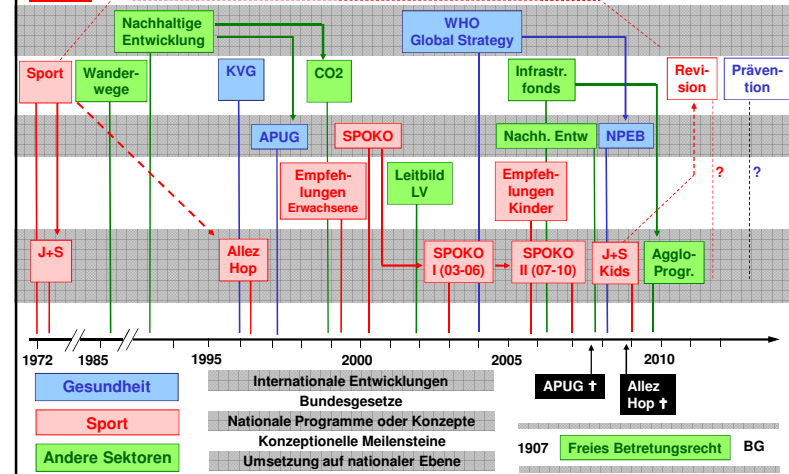


## Verteilung der Verantwortlichkeiten

	Gesundheit	Erziehung	Sport	Transport	Raumplanung	Umwelt
1 Land	(+)	(+)	+++	+	+	+++
26 Kantone	+++	++	++	+++	++	++
2700 Gemeinden	++	+++	++	++	+++	++



## Bewegungsförderung in der Schweiz



## Umsetzung der nationalen Strategie

	Gesundheit (NPEB)	Sport (KVG)	Transport	Raumplanung	Umwelt	
Bundesgesetz	-	1996	1972	1985 2006	-	1999
Strategie/Programm	2008	2000		2008	++	
Aktionsplan	-	(+)	(+)	(2010)	(2010)	(+)



## Elements for a successful physical activity policy

1. National PA recommendations
2. Surveillance & monitoring
3. Political commitment
4. Funding
5. Targets and goals, timeframe
6. Evidence-based action
7. Implementation plan
8. Evaluation
9. Leadership & coordination
10. Consultation
11. Integration
12. Multiple strategies
13. Networks & partnerships
14. Branding
15. Communication strategy
16. more...?

Draft March 2010  
Milton, Bull, Kahlmeier  
© WHO Regional Office for Europe

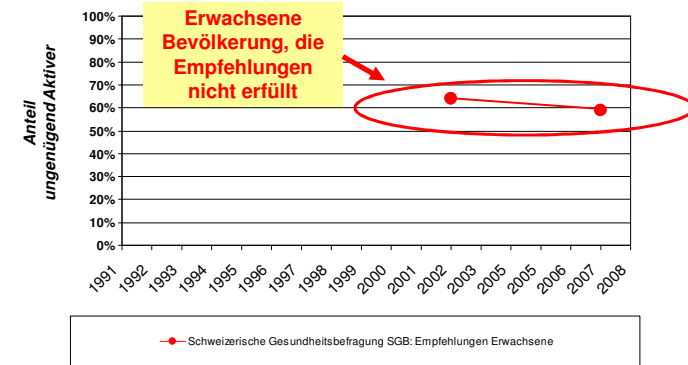


## Umsetzung der nationalen Strategie

	Gesundheit (NPEB)	Sport (KVG)	Transport	Raum- planung	Umwelt	
Empfehlungen		+				
Monitoring		+				
Messbare Ziele		(+)				
Finanzierung	-	+	++	+++	+	(+++)
Pol. Unterstützung	?	?	++	+++	+	?



## Entwicklung des Bewegungsverhaltens



Martin BW, Mäder U, Stamm HP, Braun-Fahrlander C. Physical activity and health - what are the recommendations and where do we find the Swiss population? Schweiz Z Sportmed Sporttraumatol 2009; 57 (2); 37-43.

## Zusammenfassung

- Eine systematische Aufarbeitung ergibt für die Schweiz auf nationaler Ebene ein komplexes Bild
- Verschiedene Sektoren zeigen sowohl historische Elemente als auch neuere Ansätze, deren Auswirkungen auf das Bewegungsverhalten sich noch nicht abschätzen lassen
- Generell messbare Ziele und Evaluation wenig verbreitet
- Verschiedene Strategien sind nicht angemessen finanziert
- Viele und wichtige Entwicklungen eher auf kantonaler und kommunaler als auf nationaler Ebene