

# NFP 1A: Gesundheitserzieherische Interventionen in Aarau: Übersicht und Vorgehen

Schweizerisches Nationales Forschungsprogramm 1A. Autorengruppe<sup>1</sup>

## 1. Einführung

Innerhalb der den Nationalen Forschungsprogrammen vorgegebenen Rahmenbedingungen zeitlicher, organisatorischer und finanzieller Art lassen sich im Nationalen Forschungsprogramm 1A zwei hauptsächliche Planungsebenen unterscheiden: Einerseits die Ebene des Gesamtprogrammes mit den Erfordernissen einer präzisen und detaillierten Planung. Demgegenüber steht die Ebene der lokalen Programme. Dabei geht es um die Auslösung eines partizipatorischen Planungsprozesses mit einer nicht genau voraussehbaren Eigen- dynamik.

Im folgenden werden deshalb vorerst die drei zentralen Aspekte des Gesamtprogrammes diskutiert. Es sind dies Planung und Organisation des NFP 1A, die vom Wissenschaftlichen Beirat definierten Interventionsziele sowie das Konzept der Interventionsmethodik. Danach werden im vorliegenden Artikel für Aarau (und im nachfolgenden für Nyon) [2] die zur Realisation der generellen Programmziele vorhandenen lokalen Strukturen diskutiert. Schliesslich wird anhand von Übersichtstabellen dargestellt, welche Aktionen während der Dauer des Interventionsprogrammes in den einzelnen Risikobereichen konkret unternommen worden sind.

## 2. Planung und Organisation im Rahmen des Gesamtprogrammes

Hauptaufgaben im Gesamtprogramm sind die Grobzeitplanung, die Ausarbeitung des wissenschaftlichen Protokolls, die Durchführung der Grund-, Zwischen- und Schlussuntersuchungen als Evaluationsgrundlage, der Aufbau der EDV-Logistik, die Laborkoordination und der Informationsfluss. Für diese Aufgaben stehen der Programm- und Projektleitung neben den eigentlichen Mitarbeitern ein Wissenschaftlicher Beirat sowie verschiedene Spezialistengruppen zur Verfügung.

Der *Wissenschaftliche Beirat* diskutiert, überprüft und entscheidet in rund halbjährigen Abständen wissenschaftlich entscheidende Fragen (z.B. das wissenschaftliche Protokoll der Untersuchungen). Der Beirat hat zudem die *Ziele* des Interventionsprogrammes

**Welche Prinzipien liegen der Entwicklung eines gemeindeorientierten Interventionsprogrammes zugrunde? Wie werden diese Prinzipien in konkrete gesundheitserzieherische Aktionen umgesetzt?**

formuliert, welche in *Tabelle 1* zusammengefasst sind. Schliesslich wird er zu den Resultaten der Evaluation und deren allfällige gesundheitspolitische Bedeutung Stellung nehmen.

*Spezialistengruppen* beraten die Programm- und Projektleitung in ihren Fachbereichen. Es sind dies die Gruppen: Physische Aktivität, Ernährung/Übergewicht/Hyperlipidämie, Tabakkonsum, Psychosoziale Faktoren, Blutdruck, Pädiatrische Aspekte, Klinische Aspekte, Soziologische Aspekte. Sie arbeiten mit an der Entwicklung von Untersuchungsinstrumenten und Richtlinien sowie bei der Dateninterpretation. Die Koordinatoren der Spezialistengruppe bilden den Wissenschaftlichen Beirat. Einzelne Mitglieder können für verschiedene Aufgaben auch in den lokalen Programmen zum Einsatz kommen (z.B. Diskussion von Richtlinien mit der Ärzteschaft, Vorträge u.ä.). Die

Tab. 1. NFP 1A: Ziele des Interventionsprogrammes

Thema	Zielgruppen	
	Gesamtbevölkerung	Risikoträger
<u>Physische Aktivität</u>	Freude an Sport und körperlicher Aktivität Besseres Verständnis ihrer Rolle für die Gesundheit	kontrollierter Trainingsaufbau
	vermehrte Bewegung: 2 x pro Woche mindestens 20 Minuten	
<u>Ernährung</u>	Zusammenstellung einer gesunden Ernährung	
	- Ausgleich von Kalorienaufnahme und -verbrauch	- Gewichtsabnahme
	- Reduktion des Konsums von Cholesterin, gesättigten Fettsäuren und Zucker	- Erhöhung des Verhältnisses ungesättigter zu gesättigten Fettsäuren wenn möglich gegen 1.0 - eventuell medikamentöse Therapie
<u>Tabakkonsum</u>	Förderung der positiven Identifizierung als Nichtraucher	
	Nicht anfangen	Aufhören
<u>Psychosoziale Aspekte</u>	Entspannung und Lebensstil	
	Lernen, sich zu entspannen	Spannungen vermindern, Entwicklung von Fähigkeiten, Stress zu verarbeiten, sich mit der sozialen Umwelt adäquat auseinandersetzen
	Erhöhung der Wahrnehmungs- und Kommunikationsfähigkeit	
<u>Blutdruck</u>	Seinen Blutdruck kennen	
	- Reduktion des Salzkonsums	- Salzkonsum weniger als 7 g/Tag - Blutdruck < 160/95 mm Hg, medikamentöse Therapie, falls nötig - regelmässige Kontrollen - Verbesserung Langzeitkontrolle + Therapiedisziplin

<sup>1</sup> Projektleiter: F. Gutzwiller, B. Junod. Wissenschaftlicher Experte: F. H. Epstein. Koordinatoren: A. Crisinel, K. Röhlsberger. Wissenschaftlicher Beirat: Th. Abelin, M. Bassand, L. Biland, H. R. Brunner, W. Bürgi, A. Delachaux, H. Howald, O. Jeanneret, H. Micheli, T. Moccetti, O. Oetliker, O. Ritter, G. Ritzel, J. L. Rivier, M. Schär, W. Vetter, L. K. Widmer. Statistik: A. Marazzi / M. Lejeune. Programmleiter: W. Schweizer. Manuskript verfasst durch: F. Gutzwiller, B. Junod, K. Röhlsberger, U. Weber. Kredit-Nr. 4.077.0.76.01, Schweizerischer Nationalfonds. Korrespondenz: F. Gutzwiller, Nationales Forschungsprogramm 1A, Kantonsspital, CH-4031 Basel, Schweiz.

Spezialistengruppe «Gesundheitserziehung» hat eine Sonderstellung: nicht nur existiert eine entsprechende Gruppe für jeden Landesteil, sondern über die Beratung auf Gesamtprogrammebene hinaus haben Mitglieder der Gruppe «Gesundheitserziehung» direkte Spezialistenfunktionen in den lokalen Aktions- bzw. Informationsteams übernommen.

Unter Mithilfe dieser genannten Spezialisten obliegt der *Programm- und Projektleitung* schliesslich die eigentliche Konzeption, Planung, Realisation und Evaluation des gesamten Programmes. Ein Mitglied des Wissenschaftlichen Beirates steht als wissenschaftlicher Experte zur Verfügung. Die *Mitarbeiter der Projektleitung* haben Stabsfunktion; es finden sich Mitarbeiter in folgenden Bereichen: EDV (2½), Soziologie (1½), Gesundheitserziehung (2×½) und schliesslich Mithilfe bei Teilaufgaben wie ökonomische Evaluation und Finanzkontrolle. Der finanzielle Rahmen für die Durchführung des NFP 1A beträgt rund 4 Mio. Franken, der zeitliche Rahmen fünf Jahre.

### 3. Interventionsziele

Zu Beginn des Programmes hat der Wissenschaftliche Beirat des NFP 1A die Ziele der im Programm durchgeführten gesundheitserzieherischen Aktionen definiert. Sie sind in *Tabelle 1* zusammengefasst. Dabei wird zwar zwischen der Gesamtbevölkerung und der Gruppe von Risikoträgern unterschieden. Es sind jedoch die Ziele für die letzteren nur etwas weitergehende Formulierungen derselben Prinzipien, welche für die Gesamtbevölkerung gelten. Zudem sind sie so formuliert, dass sie sowohl für gesundheitserzieherische Interventionen operationalisierbar als auch im Rahmen der Evaluation messbar sind.

### 4. Interventionsmethodik

Aufgrund der genannten Zieldefinitionen sollen im NFP 1A folgende Faktoren beeinflusst werden: physische Aktivität, Ernährung, Blutfette und Übergewicht, Tabakkonsum, Blutdruck und Stress.

Das Grundkonzept der gemeindeorientierten Intervention kann dabei wie folgt beschrieben werden. Beim Versuch, nicht nur Gesundheitsinformation für den einzelnen zu betreiben, sondern *Verhaltensveränderungen* in Zusammenarbeit mit ganzen Bevölkerungsgruppen zu erreichen, geht es darum, die in einer Gemeinde selbst vorhandenen Möglichkeiten optimal zu nutzen (*Mobilisation*), die entsprechenden interessierten und zu interessierenden Gruppen am ganzen Planungs- und Aktionsprozess verantwortlich teilhaben zu lassen (*Partizipation*), und schliesslich darum, die Interventionen in das bestehende Netz der medizinischen Versorgung zu integrieren (*Integration*). Dabei darf die gesundheitserzieherische Taktik nicht neurotisierend sein. Im Zentrum steht also die Förderung der Handlungsautonomie des einzelnen. Zu diesem Zweck müssen aber neben Aktionen, welche sich direkt an den einzelnen richten, insbesondere Gruppenmechanismen und auch massenmediale Kampag-

nen einbezogen werden [1, 3, 5]. Das Interventionskonzept wurde ausführlich andernorts dargestellt [4].

### 5. «Aarau eusi gsund Stadt»: das lokale Programm in Aarau

*1. Aufgaben der lokalen Programme im allgemeinen*  
Hauptaufgaben in den lokalen Programmen sind die Konzeption, Planung und Realisation der einzelnen Komponenten des gesundheitserzieherischen Programmes zur Verhütung und Reduktion der Risikofaktoren in der gesamten Bevölkerung sowie in Gruppen mit erhöhten Risiken. In dem Masse, wie das auch in einem zukünftigen Modell möglich sein könnte, werden für Aufgaben im Bereich der Konzeption (z. B. Nichtraucher-Trainingsprogramm) und der Realisation (z. B. Graphik/Text) externe Gesundheitserziehungs- und Informationsspezialisten beigezogen. Zum lokalen Aufgabenbereich gehört auch derjenige Teil der Evaluation («interne Evaluation»), welcher auch in der Zukunft Bestandteil eines Programmes wäre.

Rund die Hälfte der für das gesamte Programm zur Verfügung stehenden 4 Mio. Franken wird zur Realisation der beiden Interventionsprogramme in Aarau und Nyon aufgebracht. Für das Jahr 1979 beispielsweise bedeutet dies, dass pro Kopf der Bevölkerung (über 16jährige) in Aarau Fr. 26.90 und in Nyon Fr. 22.70 aufgewendet wurden.

#### *2. Bildung des Aktions- und Patronatskomitees*

Unter der Leitung des Projektleiters Deutscheschweiz konstituierte sich in Aarau 1977 ein Aktions- (15 Mitglieder) und ein Patronatskomitee (9 Mitglieder). Für das Patronatskomitee konnten neben dem Stadtammann der Präsident des Ärztesverbandes, der Vorsteher der Aargauischen Industrie- und Handelskammer, ein Chefarzt am Kantonsspital, ein alt Stadtrat sowie weitere bekannte Persönlichkeiten gewonnen werden.

In der Person von Urs Weber, Vorsteher des Kantonalen Amtes für Jugend und Sport in Aarau, präsidiert seit Mitte 1977 ein profunder Kenner der Aarauer Verhältnisse das Aktionskomitee. Innerhalb von wenigen Monaten gelang es ihm, Personen aus dem Konsumentinnenforum (2), der Ärzteschaft (4), der Apotheker (1), der Pfarrer (1), der Lehrer (2), der Werbung (1), der Tageszeitung (1), der kantonalen Verwaltung (1) und andere (2) für die Mitarbeit im Aktionskomitee zu gewinnen.

Der Präsident des Aktionskomitees wird wöchentlich von seinem Arbeitgeber für ein paar Stunden freigestellt. Alle anderen Mitglieder des Aktionskomitees stellen ihre Zeit unentgeltlich zur Verfügung.

Zu Beginn des Programmes traf sich das Aktionskomitee 14täglich zu regelmässigen Sitzungen und bestellte zudem Arbeitsgruppen in den verschiedenen Risikobereichen. Zurzeit ist die Sitzungsfrequenz einmal monatlich.

3. Personal

Zur Verwirklichung der vom Aktionskomitee sowie externen Beratern konzipierten Aktionen werden folgende Personen beschäftigt:

- Koordinator, hauptamtlich, verantwortlich für den ganzen Betrieb in Aarau, Animator, Budget
- Sekretärin, hauptamtlich, verantwortlich für den ganzen administrativen Bereich
- Ernährungsberaterin, stundenweise angestellt
- dipl. Psychologe, als externer gesundheitserzieherischer Berater (Basis: 20 Stunden pro Woche)

Der Koordinator ist in Aarau aufgewachsen, Bezirkslehrer und in vielen Vereinen tätig. Dies erleichtert ihm seine Aufgabe speziell in den Bereichen «Physische Aktivitäten», «Ernährung» sowie «Tabak-Prophylaxe» in den Schulen. Die Sekretärin ist Arztgehilfin und ebenfalls mit den lokalen Verhältnissen bekannt.

Für die Gestaltung von Kursen werden externe Mitarbeiter eingesetzt (autogenes Training, Nichtrauchertraining, Kochkurse) und dafür auch bezahlt. Im Bereich «Physische Aktivitäten» konnten etliche Personen gewonnen werden, die sich im Interesse der

Suche unentgeltlich einsetzen (Dauerlauftraining, Fussballtraining, «Lauf um d Wält», «Etappenschwimmen» usw.).

4. Beitrag der Stadt Aarau und weiterer Institutionen

Für die Grunduntersuchung im Herbst 1977 wurden insgesamt fünf Lokale während vier Monaten gebraucht. Die gesamte Infrastruktur (sowie diverse Plakatständer, die sonst nur für Abstimmungen bestimmt sind) stellte die Stadt gratis zur Verfügung. Zudem stellt die Stadt die Lokalitäten im «Kaufhaus» für die Interventionsphase zur Verfügung.

Der Stadtammann zeigte sich jederzeit für die Anliegen des Aktionskomitees zugänglich und stellt sich bei Presseorientierungen und ähnlichen Veranstaltungen in den Dienst der Sache.

Im Bereich «Physische Aktivitäten» war «Eusi gesund Stadt» bei vielen Aktionen auf die Mithilfe des Stadtbauamtes angewiesen. Es wurden dabei jeweils nur Material-, jedoch keine Lohnkosten verrechnet. Bei Ausstellungen im Stadtzentrum wurden die notwendigen Bewilligungen kostenlos erteilt, zudem entfiel die Stempelsteuer. Die Infrastruktur der Stadt konnte

Tab. 2. NFP 1A. Aarau eusi gesund Stadt, physikalische Aktivität, Übersicht der Aktivitäten 1978/79

Aktivitäten	Beschreibung	Medien	Kosten	Teilnehmer
1. Jugendsportwochen (5x)	"Schnupperwoche" für alle Jugendlichen in Zusammenarbeit mit den Aarauer Sportvereinen. T-Shirt für alle Teilnehmer.	Anmeldeformular in allen Schulen	1'200.--/Woche	ca. 280 pro Woche
2. Aarauer Sportfest (2x)	Sportfest mit 17 Vereinen Informationsstände, Vorführungen, Wettbewerb	Inserate/Kolumne AT Monatsbulletin Hausversand/Festführer	10'100.--	Samstag ca. 200 Sonntag ca. 500
3. Velorundweg	Rundstrecke mit der Möglichkeit, seine Leistung mittels Distanzangaben zu messen.	Inserate AT Plakate, Kärtchen, Einladung des Einwohnerates für den Eröffnungstag	1'500.--	?
4. Fussballgrüppelturnier (2x)	4-maliges Vorbereitungstraining mit Turnier als Abschluss	Inserate AT Einladung an diverse Vereine, Firmen	100.-- 1'500.--	Training 30 Turnier 300
5. Pausenhofaktion	Pilotprojekt: Markierung eines Pausenhofes: Spielfelder und Geräte für Tischtennis, Tennis, Volleyball	Inserate AT Flugblatt an alle Quartierbewohner	9'000.--	?
6. Lauf um d'Wält (3x)	Gemeinschaftsaktion der Aarauer Bevölkerung, den Erdumfang in 6 Tagen zurückzulegen	Inserate/Kolumne AT Einladung an Firmen, Vereine Plakate, Hausversand	13'000.--	3'800
7. Laufstrecke	Markierung eines 5 km langen Rundweges Bildung von Jogging-Gruppen (2x)	Inserate/Berichte AT Hausversand/Kolumne AT Monatsbulletin	6'000.--	Frühling 70 Herbst 40
8. Langlaufloipe	Errichten einer markierten Loipe in Zusammenarbeit mit der Klubschule Migros	Inserate AT Monatsbulletin Plakate	2'000.--	?
9. Eishockeplauschturnier (2x)	Turnier mit vorgängigem Training	Einladung an Firmen, Vereine, Plakate, Kolumne AT Eishockeypullis	4'600.--	480
10. Sport im Ort (2x)	Gemeinschaftsaktion mit 6 Aarauer Geschäften zwecks Propagierung der in Aarau vorhandenen, individuellen Sportmöglichkeiten	Inserate/Kolumne AT Rotairs, Aufbügelfolien, Trainingsanleitungen	15'000.--	?
11. Zäme Übers Meer (2x) schwimme	Aufforderung an alle Daheimgebliebenen, die Distanz der Meerenge von Gibraltar schwimmend zurückzulegen	Hausverand Plakate Kolumne AT gesticktes Abzeichen	12'000.--	Ziel erreicht: 528 nicht erreicht: 420

ebenfalls in Anspruch genommen werden (Sitzungszimmer, Geräte- und Empfangsräume). Weitere Institutionen, mit welchen zusammengearbeitet werden konnte, sind die Einwohnerkontrolle, die Schulen sowie die Ärztevereinigung als auch der kantonsärztliche Dienst. Die Zusammenarbeit wurde von keiner je angefragten Institution abgelehnt.

### 5. Informationsstelle Kaufhaus

Seit Beginn der Grunduntersuchung befindet sich die Informationsstelle «Aarau eusi gsund Stadt» im Zentrum von Aarau. Diese ausgezeichnete Lage scheint die Aktion sehr zu erleichtern.

So stieg innerhalb eines Jahres die Zahl der Personen, welche Kontakte irgendeiner Art mit der Informationsstelle aufnahmen, kontinuierlich an (zurzeit durchschnittlich 4 Personen und 12 Anrufe pro Tag).

Aktionen wie Blutdruckmessung und Ernährungsberatungen finden einen grösseren Anklang, da sie leicht zugänglich sind. Oft schicken Kursinteressenten ihre Anmeldungen nicht per Post, sondern kommen zur Informationsstelle und wünschen gleichzeitig noch weitere Auskünfte.

Die Informationsstelle besteht aus vier Räumen:  
– ein Büro

Tab. 3. NFP 1A. Aarau eusi gsund Stadt, Ernährung, Übersicht der Aktivitäten 1978/79

Aktivitäten	Beschreibung	Medien	Kosten	Teilnehmer
1. Kochdemonstrationen	Einmal jährlich stellt das EWA seine allmonatlichen Kochdemonstrationen unter das Motto "gesund und guet".	Inserat AT Abgabe der Rezepte durch EWA	--,--	160 (2x)
2. Kochkurse	Theorie und Praxis unter der Leitung einer Ernährungsberaterin mit Tips wie man beim Kochen Kalorien sparen kann.	Persönliche Einladung an alle Personen, welche einmal Unterlagen zum Thema "Ernährung" bestellt hatten, Hinweis auf Flugblatt (Versand in alle Haushaltungen), Monatsbulletin der Stadt Aarau	370./ Kurs	13 Kurse 114 Teilnehmer
3. Aarauer Esswoche "Gsund ässe isch guet, guet ässe isch gesund"	15 Aarauer Restaurants servierten während 2 Wochen kalorienarme Menus. In drei Metzgereien wurden fettarme Würste verkauft. Informationsstand während der ersten Woche im Zentrum der Stadt	Inserat AT Broschüre mit Menuvorschlägen Rotairs in Restaurants und Metzgereien, Tischsets und Menukarten in den Restaurants	25'000.--	500 Broschüren 800 Würste 1'600 Teller
4. Individuelle Ernährungsberatungen	Einzelberatungen von Personen, die aus eigener Initiative oder auf Zuweisung des Hausarztes zu uns kommen	Hinweis auf Flugblatt (Versand in alle Haushaltungen), Monatsbulletin, persönliche Einladung an Personen, die anlässlich der Grunduntersuchung erhöhte Chol. Werte aufwiesen	150.--	262 Beratungen
5. Mitenand goht's besser	Gruppendynamischer Kurs auf verhaltenspsychologischer Basis für Personen mit 10 kg und mehr Uebergewicht.	Hinweis auf Flugblatt (Versand in alle Haushaltungen), Monatsbulletin, Inserate / Kolumne AT	--,--	13 Kurse 99 Teilnehmer
6. Automatischer Rezeptdienst	Allwöchentlich vermitteln wir drei verschiedene Menuvorschläge per Telefonautomat. Zur Zeit Tips von Aarauer Küchenchefs mit ein paar Ergänzungen der Ernährungsberaterin	Hinweis auf Flugblatt und Kleber, (Versand in alle Haushaltungen), Inserate/Kolumne AT, Monatsbulletin	6'310.-- 1.64/ Anruf	4'331 Anrufe in 12 Monaten
7. Tonbildschau "Gsund ässe isch guet, guet ässe isch gesund"	In einer 15-minütigen Tonbildschau zeigen wir die wichtigsten Aspekte einer gesunden, ausgewogenen Ernährung auf.	Hinweis auf Flugblatt (Versand in alle Haushaltungen), Monatsbulletin	8'000.--	Vorführung anlässlich der diversen Kurse Krankenschwisterschule 2x Ausstellung
8. Broschüre "E gesunde mitenand"	Die in der Tonbildschau vermittelte Theorie wird in einer kleinen Broschüre nochmals zusammengefasst und mit Rezeptvorschlägen ergänzt.	Hinweise im Monatsbulletin, Abgabe in Kursen und an Ausstellungen	10'000.--	190 verkaufte Broschüren
9. "E chli weniger"	11 Aarauer Restaurants servierten während 1 Monat Tagesteller mit kleineren Portionen. Zum gleichen Preis, dafür 1 Kaffee crème gratis.	Hinweis im Monatsbulletin Inserat AT, Tischsets und Rotairs in Restaurants	7'000	1'200 Teller
10. Aarauer Ess-Seminar	Alles über eine richtige und gesunde Ernährung in Form 10 Portionen	Versand der 1. Portion in alle Haushaltungen, Abgabe in Apotheken, Informationsstand, 9 Kolumnen im AT Abgabe an die Aerzteschaft, Hinweis im Monatsbulletin	30'000	400 Teilnehme 100 Kurs
11. S'Ruche isch brotigger.. und ersch no gsünder	Propagierung der diversen dunklen Brotsorten mit den Aarauer Bäckern	Plakate, Wettbewerb, Brotbacken, Degustation, Hinweis im AT	3'000	

- ein Labor (Blutentnahme, Blutdruckmessung, Fahrradergometrie)
- ein Zimmer für Ernährungsberatungen
- ein grösserer Raum für Gruppenkurse (autogenes Training usw.)

Im Raum für Ernährungsberatungen sind Projektionsmöglichkeiten für Filme sowie die Tonbildschau «E Gsunde Mitenand» (Eigenproduktion) vorhanden.

Die Kosten für Miete, Strom und Heizung betragen Fr. 20000.-, die Stadt verrechnet diesen Betrag der Aktion nicht.

6. Finanzen

Dem Programm in Aarau stehen für die Interventionsphase insgesamt Fr. 760000.- zur Verfügung. Die jährlichen Ausgaben verteilen sich dabei wie folgt: Löhne, Administration, Honorare,

Sozialleistungen . . . . .	Fr. 110000.-
Physische Aktivitäten . . . . .	Fr. 50000.-
Ernährung. . . . .	Fr. 50000.-
Tabak . . . . .	Fr. 25000.-
Stress . . . . .	Fr. 10000.-
Diverse Aktionen (inkl. Blutdruck) und Schulen. . . . .	Fr. 20000.-

Im Hinblick auf eine möglichst realistische Gestaltung des Modelles wurde versucht, bei diversen Aktionen geringe Beiträge zu erheben.

Im ersten Interventionsjahr betragen die entsprechenden Einnahmen Fr. 3200.-, im zweiten Jahr Fr. 17000.-, im dritten Jahr sind Fr. 16000.- budgetiert. Die Einnahmen setzen sich aus Kursgeldern, Verkauf von Broschüren und Turnierbeiträgen zusammen.

Tab. 4. NFP IA. Aarau eusi gsund Stadt, Tabak, Übersicht der Aktivitäten 1978/79

Aktivitäten	Beschreibung	Medien	Kosten	Teilnehmer
1. Selbstkontrollheft	Leitfaden für alle, die ohne fremde Hilfe Nichtraucher werden wollen.	Hinweis in persönlichen Briefen an Personen, die Unterlagen zum Thema Rauchen bestellt hatten.	-----	35
2. Nichtrauchertrainings	5 Tage-Plan (5 Abende) Kleeblatt (Kleingruppenmethode (1 Abend) Verhaltenspsychologischer Kurs (8 Abende)	Inserate AT Persönliche Einladungen an Personen, welche Unterlagen zum Thema Rauchen bestellten Prospekte in Apotheken und Wartezimmern (5-Tage-Plan)	5'700.--	59 (1x) 50 (3x) 9 (1)
3. Galerie Aarauer Nichtraucher	12 Kurzportraits von bekannten Aarauer Nichtrauchern. Ziel:Belohnungseffekt für Auführwillige.	Inserate AT Monatsbulletin	12'000.--	12
4. Gesundheitserziehung an Schulen	Erprobung eines deutschen Lehrmittels (Klett-Verlag) und des Rocom-Programms in 3 Unter- und 2 Oberstufenklassen. Ueberarbeitung des Klett-Lehrmittels Aufklärung über die drei wichtigsten Giftstoffe mittels Filmen anlässlich der 5. Jugendsportwoche.	Lehrerschaft  Kursleiter	14'400.--	5 Klassen  150 Teilnehmer der Jugendsportwoche
5. Hartinformativ Werbekampagne	Bedeutung und Wirkung der drei wichtigsten Giftstoffe in der Zigarette	Plakatausgang, Selektivplakat. Inserate / Kolumne AT Monatsbulletin, Kinowerbung, 2 Ausstellungen (DA 2, DA 3) KONSO-Befragungen	24'500.--	Repräsentativbefragung von 200 Personen durch KONSO (2 x)

Tab. 5. NFP IA. Aarau eusi gsund Stadt, Stress, Übersicht der Aktivitäten 1978/79

Aktivitäten	Beschreibung	Medien	Kosten	Teilnehmer
1. Stress-Sonderbeilage	Grossinserat im AT Abgabe der entsprechenden Broschüre auf Wunsch sowie an Ausstellungen (DA 1)	Inserat AT Abgabe an diverse Schulen und Betriebe sowie an Apotheken und Aerzte Kleber mit Ansistress-Tips	17'000.--	5000 Stk.
2. 5-Punkte-Programm	Zu jedem der 5 (auf Kleber gedruckten) Antistress-Tip wird je ein Stress-Mailing erarbeitet. (Bisher erschienen:3)	Versand in alle Haushaltungen, Apotheken	17'000.--	Auflage: je 10'000 Stk.
3. Autogenes Training	Kurs für Gesunde Kurs für Hypertoniker	Inserat AT Persönliche Einladung an Personen, welche Unterlagen zum Thema Stress bestellt hatten.	2'000.--	24
4. Buchhandlungen	Besonders gekennzeichnete Ausstellung von Büchern zum Thema Stress	Buchhandlungen	-----	2

## 6. Tabellarische Übersicht über die gesundheitserzieherischen Aktivitäten in Aarau

Die folgenden Tabellen (2–7) stellen die in den Jahren 1978–1980 durchgeführten Aktionen in den einzelnen Risikobereichen dar. Dabei wird jeweils eine kurze Beschreibung der Aktivität gegeben. Zudem werden die eingesetzten Medien, die Kosten und die Anzahl Teilnehmer aufgeführt.

## 7. Diskussion und Schlussfolgerungen

Die bisherigen Erfahrungen mit den dargestellten Aktivitäten in den verschiedenen Risikobereichen lassen den Schluss zu, dass ein kommunales Interventionsmodell mit den eingangs dargestellten Charakteri-

stiken und Grundprinzipien realisiert werden kann. Allerdings braucht es dazu die intensiven Anstrengungen verschiedenster lokaler Gruppierungen. Die Gründung und das Funktionieren der Aktionskomitees über die drei Jahre in den beiden Städten zeigen, dass lokale Gruppen für die Ziele der Gesundheitserziehung gewonnen werden können. Erstaunlich und erfreulich ist, dass ein nicht unbeträchtlicher Zeitaufwand freiwillig und ohne Entlohnung geleistet wird. Neben der Trägerschaft für das Interventionsprogramm ist von entscheidender Bedeutung, wer für die eigentliche Ausarbeitung und Durchführung der Aktivitäten gewonnen werden kann. Ein für die Schweiz realistisches Modell kann nicht davon ausgehen, dass

Tab. 6. NFP 1A. Aarau eusi gsund Stadt, Blutdruck, Übersicht der Aktivitäten 1978/79

Aktivitäten	Beschreibung	Medien	Kosten	Teilnehmer
1. Erfassungsaktionen	Kostenlose Blutdruckmessungen anlässlich des alljährlichen Marktes für Aarauer Gewerbetreibender (DA 1/78+79)	Hinweise AT	** 1978 / 11'000.-- ** 1979 / 6'000.--	2'400 2'500
2. Autogenes Training für Hypertoniker	8-malige Zusammenkunft von Hypertonikern unter der Leitung eines erfahrenen Arztes	persönliche Einladung an Personen, welche anlässlich der Grunduntersuchung erhöhte Werte aufwiesen	2'000.--	9
3. Langzeitbehandlung	Blutdruckmessungen in der Informationsstelle Aarau-eusi gsund Stadt, jedoch nur auf Wunsch	-----	-----	10/Monat
4. Information	Verhalten / Wissen bei Blut(hoch)druck	Merkblatt (Abgabe seit Okt. 79) Sandozbrochure Kolumnen AT (2)	-----	20 100
5. Blutdruckmessen	Messungen während 1 Monat täglich	Inserate im AT	1'000	300

\*\* gesamte Kosten der Ausstellung

Tab. 7. NFP 1A. Aarau eusi gsund Stadt, diverse Aktionen, Übersicht der Aktivitäten 1978/79

Aktivitäten	Beschreibung	Medien	Kosten	Teilnehmer
1. MAG (DA 1) Markt Aarauer Gewerbetreibender	Kostenlose Blutdruckmessung für die Marktbesucher Kalorienflipper (1978)	Inserat AT Kolumne Monatsbulletin MAG-Wettbewerb (1979)	** 11'000.-- (1978) ** 17'000.-- (1979)	2'400 (1978) 2'550 (1979)
2. AMA (DA 2) Aargauer Messe Aarau	Tabak: Hartinformative Werbekampagne: Darstellung der drei wichtigsten Giftstoffe mittels Plakatausstellung. Abgabe von Broschüren und Postern der Aarg. Krebsliga, Lungenfunktionstest für die Besucher in Zusammenarbeit mit der Aarg. Frauenliga.  Ernährung: Kochdemonstrationen unter dem folgenden Motto: -mehr würzen statt salzen -weniger Fett -kalorienarme Desserts Vorführung unserer Tonbildschau Abgabe von kalorienarmen Menuvorschlägen	Hinweise im AT Prospekt (AMA)	19'700.--	ca. 20'000 Messebesucher
3. DA 3 Telli Einkaufszentrum in Aarau	Tabak: Hartinformative Werbekampagne mittels Plakatausstellung, Darstellung der drei wichtigsten Giftstoffe  Ernährung: Kalorienflipper	Inserat Quartierzeitung Plakate Telli	370.--	?
4. DA 4 Kolumne AT	In Form von Kolumnen regelmässige Informationen im redaktionellen Teil des Aarg. Tagblattes. (Beiträge im Zusammenhang mit den jeweiligen aktuellen Aktionen)	Aarg. Tagblatt	-----	ca. alle 2 Wochen

\*\* gesamte Kosten der Ausstellung

für jede Gemeinde ein ausgebildeter Gesundheitserzieher gefunden werden kann. Als eigentlicher Gemeinde-«Motivator» und Koordinator aller Aktionen muss eine Person gefunden werden, welche lokal möglichst integriert sein und von der Ausbildung her pädagogisches Geschick mitbringen sollte. Zudem muss externes «Know-how» zur Verfügung stehen, welches die lokalen Organisationen bei Bedarf abrufen können (gesundheitserzieherisches Spezialwissen, medientechnische Fragen, Auswertungsstrategien). Schliesslich sind gewisse audiovisuelle Produktionen oder massenmediale Kampagnen zu aufwendig, um durch ein lokales Programm alleine finanziert zu werden.

Noch ist offen – und dies ist ja die Hauptfrage des NFP 1A – ob es mit den hier dargestellten Mitteln gelingen wird, langfristige und anhaltende Veränderungen der Lebensgewohnheiten zu erreichen. Sollte die Antwort positiv ausfallen, müssen die eben erwähnten organisatorischen Fragen ebenfalls gelöst sein, damit die gemeindeorientierte Gesundheitserziehung erfolgversprechend realisiert werden kann.

#### Literatur

- [1] *Autorengruppe Nationales Forschungsprogramm 1A, NFP 1A: Methodik der Prophylaxe von Herz-Kreislauf-Krankheiten in der Schweiz, Zeitschrift für Gesundheitserziehung «Prävention», 2, 52 (1980).*
- [2] *Programme national suisse de recherche No 1A. Groupe d'étude, PNR 1A: Déroulement et vue d'ensemble de la campagne d'éducation pour la santé à Nyon, Soz. und Präventivmedizin 23, 287 (1980).*
- [3] *The National Research Program Collaborative Group, The NRP 1: Planning and Organisation. Sozial- und Präventivmedizin 23, 280 (1978).*
- [4] *The National Research Program Collaborative Group, The NRP 1: The community intervention strategy, Sozial- und Präventivmedizin 23, 284 (1978).*
- [5] *Voigt, D., Gesundheitsverhalten, Kohlhammer-Verlag Stuttgart, 1978.*

#### Zusammenfassung

Den gesundheitserzieherischen Aktivitäten im Rahmen des NFP 1A liegt das Modell des gemeindeorientierten Interventionsprogrammes zugrunde. In einem solchen Programm geht es darum, die in einer Gemeinde selbst vorhandenen Möglichkeiten optimal zu nutzen

(Mobilisation), die Gemeinde am ganzen Planungs- und Aktionsprozess verantwortlich teilhaben zu lassen (Partizipation) und schliesslich darum, die neuen Aktivitäten in das bestehende Netz der gesundheitlichen Versorgung zu integrieren (Integration).

Die zur Realisation des Aktionsprogrammes nötigen Voraussetzungen in Aarau werden diskutiert: Aktionskomitee, Patronatskomitee, Personalorganisation, Beiträge der städtischen Behörden und anderer Institutionen, die Organisation der Informationsstelle sowie der für die Aktionen zur Verfügung stehende Finanzrahmen. Eine Übersicht über die in den drei Interventionsjahren von 1978 bis 1980 entwickelten gesundheitserzieherischen Aktivitäten und die entsprechenden Teilnehmerzahlen zeigen, dass ein gemeindeorientiertes Programm realisierbar ist.

#### Résumé

##### PNR 1A: Déroulement et vue d'ensemble de la campagne d'éducation pour la santé à Aarau

Le programme national de recherche No 1A constitue le cadre des activités de prévention qui se déroulent dans les villes de Nyon et d'Aarau. Après une description des principales composantes de l'ensemble du programme, l'accent est mis sur la genèse et le déroulement de la campagne d'éducation pour la santé en cours à Aarau. Si les objectifs principaux étaient définis par un groupe de spécialistes, c'est le comité d'action et ses groupes de travail qui ont proposé et pris en charge les activités de prévention locales. Une description de chacune des actions entreprises et des moyens qu'elles impliquaient est donnée sous forme de tableaux relatifs aux domaines de l'intervention: activité physique, alimentation, consommation de tabac, stress-détente et tension artérielle. La discussion porte sur les conditions relatives à la reproduction et à l'extension de ce modèle expérimental.

#### Summary

##### National Research Program 1A: Health Education Interventions in Aarau: Overview and Implementation

The National Research Program 1A is a community-oriented primary prevention intervention trial. The concepts central to the community-oriented approach are the following: the resources of the community should be utilized at an optimal level (mobilization), the community and its different groups should actively participate during the whole planning and implementation of a primary prevention programme which attempts to modify behaviour (participation), any new activities within the programme should be integrated in the existing network of medical and social services (integration). The structure underlying the implementation of the local intervention programme in Aarau is discussed: health action committees, the participation of municipal authorities and other institutions, the organization of the health education campaign itself (facilities, personnel, finances). An overview over the health education interventions developed during 1978–80 and the number of participating individuals demonstrates that the community-oriented approach to primary prevention is feasible.