

# Aktion «Gesunde Ernährung» im Kanton St.Gallen

Nicole Öhninger, Charlotte Harringer, Markus Good, Franz van der Linde

Gesundheitsdepartement des Kantons St.Gallen, Moosbruggstrasse 11, 9001 St.Gallen

## 1. Gesetzliche Grundlagen

Im Gesundheitsgesetz des Kantons St. Gallen besteht im Bereich der Prävention eine Aufgabenteilung zwischen Kanton, Gemeinden und privaten Organisationen oder Institutionen. Dem Kanton obliegt die konzeptionelle Beratung der Gemeinden in der Gesundheitsvorsorge; die praktische Durchführung ist Angelegenheit der Gemeinden (Art. 25 des Kantonalen Gesundheitsgesetzes). Der Präventivmediziner übernimmt dabei Aufgaben im Rahmen der Vorbereitung, Beratung, Unterstützung und Koordination (Art. 38 des Kantonalen Gesundheitsgesetzes).

## 2. Zielsetzung der Aktion

Diese Aktion stellt ein konkretes Beispiel der Arbeitsteilung zwischen Kanton und Gemeinde in der Gesundheitsvorsorge dar. Sie soll als Hauptziel einen Anstoss bilden für weitere Tätigkeiten in der Gemeinde im Bereich der Gesundheitsvorsorge. Das Beispiel dieser einmaligen Aktion soll Behörden, Vereinen und Einzelpersonen Wege und Methoden aufzeigen, Anliegen der Gesundheitsvorsorge auf längerfristiger Basis in der Gemeinde zu planen. Sie soll aber auch Informationen und Denkanstösse vermitteln, zu Diskussionen und zur persönlichen Auseinandersetzung mit den eigenen Ernährungsgewohnheiten anregen und damit in kleinem Rahmen zu einer bewussteren Gestaltung der Ernährungsweise beitragen.

## 3. Organisation der Aktion «Gesunde Ernährung»

Die Aktion wurde gemeinsam vom Gesundheitsdepartement und den interessierten Gemeinden geplant, koordiniert, durchgeführt, finanziert und ausgewertet. Die Orientierung aller Gemeinden des Kantons über die bevorstehende Aktion fand im Sommer 1985 statt. Die Orientierung erfolgte mit der Frage, ob die Gemeinden an diesem Projekt interessiert seien und auch bereit wären, einen finanziellen Beitrag im Rahmen von Fr. 0.25 pro Einwohner zu leisten. Von 90 Gemeinden zeigten 37 Gemeinden Interesse, an der geplanten Aktion «Gesunde Ernährung» teilzunehmen.

Im Frühling 1986 erfolgte in einem zweiten Schritt eine erste Gesprächsaufnahme der Ernährungsberaterin mit Kontaktpersonen, die von den Gemeinden bestimmt worden waren. An einem Orientierungsabend stellten der kantonale Präventivmediziner und die Ernährungsberaterin das Projekt den Kontaktpersonen vor. Im Zentrum des Geschehens standen individuell gestaltete Aktionen der interessierten Gemeinden. Das Gesundheitsdepartement ergänzte die Aktion durch eine Wanderausstellung über Ernäh-

rungsfragen, welche von einer Ernährungsberaterin begleitet wurde.

## 4. Beitrag des Kantonalen Gesundheitsdepartementes

Die Aktion wurde von einem ehemaligen umgebauten Wagen der kantonalen Schulzahnklinik begleitet. Der Wagen, ebenfalls Teil der Ausstellung, war an den Aussenseiten nach einem Entwurf einer Graphikerklasse der Gewerbeschule mit einer überdimensionalen Tomate und einem Hüttenkäsebrod dekoriert. Die Wanderausstellung vermittelte anhand von Stellwänden Grundinformationen über Ernährungsprobleme. Der inhaltliche Aufbau erfolgte nach den Richtlinien der 10 goldenen Regeln der gesunden Ernährung. Eine selektive Auswahl von Nahrungsmitteln, geordnet nach Gesundheitswerten, vermittelte praktische Erkenntnisse. An einem Ernährungscomputer hatten die Besucher die Möglichkeit, ihre Ernährungsgewohnheiten und ihr Körpergewicht zu prüfen; und im Dialog mit der Ernährungsberaterin konnten individuelle Ernährungsfragen und Diätprobleme besprochen werden. Ein Wettbewerb sollte schliesslich die Besucher zur aktiven Auseinandersetzung mit der Ausstellung anregen.

## 5. Von den Gemeinden geplante Aktivitäten

In die gemeindeeigenen Aktivitäten wurden Schulklassen aller Altersstufen einbezogen. Die Lehrer sollten die Möglichkeit nutzen, das Ernährungsproblem in den Unterricht einzubauen. Zeichnungswettbewerbe und «Znüniaktionen» mit Vollkornbrot wurden oftmals von der Lehrerschaft organisiert.

Der Einbezug des lokalen Gewerbes (z. B. Bäckereien, Molkereien, Metzgereien, zum Teil auch Gaststätten etc.) sowie von Vereinen bildete einen Hauptbestandteil der individuell gestalteten Aktivitäten.

In Ergänzung zu diesen Aktivitäten wurden Vorträge (Arzt, Ernährungsberaterin), gemeinsame Essen (Frauenverein) und Kurse (Hauswirtschaftslehrerin, Samariterverein) durchgeführt.

## 6. Erfahrungen

Eine erste Auswertung der Erfahrungen zeigte, dass die kleinen Gemeinden (bis etwa 1500 Einwohner) vor allem die Schulen in die Aktion miteinbezogen. Das lokale Gewerbe beteiligte sich in der Regel nicht an der Aktion, mit Ausnahme der Bäckereien, die Vollkornbrote zur Degustation anboten.

In den Gemeinden mittlerer Grösse (etwa 1500 bis 5000 Einwohner) setzten sich in erster Linie die Vereine sehr aktiv ein. Dies ergab hohe Besucherzahlen. Vor allem Vertreter des lokalen Gewerbes stellten ihre

Produkte aus (Bäckereien, Detailgeschäfte, Molkeereien, Metzgereien, Spezialgeschäfte). Viele Besucher zeigten sich über das reichhaltige Angebot an vollwertigen Nahrungsmitteln, das in der Gemeinde erhältlich ist, überrascht. Am direkten Kauf von Produkten während der Ausstellung waren die Besucher nur wenig interessiert.

In den Grossgemeinden (Einwohnerzahl über 5000) wurde im allgemeinen unter Einbezug des lokalen Gewerbes ein eigentlicher Gesundheitsmarkt organisiert, an dem meistens zusätzlich auswärtige Aussteller teilnahmen.

Die für die eigentliche Organisation der Aktion zuständigen Vereine oder privaten Personen waren durch die zusätzliche Arbeit stark in Anspruch genommen. Aus Gesprächen mit den Kontaktpersonen wurde deutlich, dass bei langfristigen Aktionen dieser Art nicht nur auf die ehrenamtliche Mitarbeit einzelner Initianten gezählt werden kann.

Eine genauere Evaluation mittels eines Fragebogens an die Gemeinden, die Kontaktpersonen und die Wettbewerbsteilnehmer wird nach Abschluss der Aktion im Dezember 1986 durchgeführt. Die Resultate dieser Auswertung werden als Grundlage für die weitere Planung auf dem Gebiet der gemeindeorientierten Prävention dienen.

#### **Zusammenfassung**

Die Aktion «Gesunde Ernährung» in der Gemeinde wurde vom Gesundheitsdepartement des Kanton St. Gallen unter der Leitung des kantonalen Präventivmediziners gemeinsam mit den interessierten Gemeinden geplant, koordiniert und durchgeführt.

Im Zentrum der Aktion standen gemeindeeigene, individuell gestaltete Aktivitäten von Vereinen, Schulen und des lokalen Gewerbes. Das Gesundheitsdepartement ergänzte die Aktion mit einer Wan-

derausstellung über Ernährungsfragen, begleitet von einer Ernährungsberaterin. Der Aufbau der Ausstellung erfolgte nach den 10 goldenen Regeln der gesunden Ernährung.

Diese Aktion stellt ein konkretes Beispiel der Arbeitsteilung zwischen Kanton und Gemeinde in der Gesundheitsvorsorge dar. Das Beispiel dieser einmaligen Aktion soll Behörden, Vereinen und Einzelpersonen Wege und Methoden aufzeigen. Anliegen der Gesundheitsvorsorge auf längerfristiger Basis in der Gemeinde zu planen.

#### **Résumé**

##### **«Alimentation saine»: le programme du canton de St-Gall**

Un programme «Alimentation saine» a été planifié, coordonné et réalisé en étroite collaboration entre le Service cantonal de médecine préventive et les communes intéressées.

Les activités développées par les sociétés locales, les écoles et les commerçants ont été les éléments essentiels du programme. Le canton a, quant à lui, engagé une diététicienne et mis un bus à disposition ce qui a permis d'organiser une exposition itinérante conçue selon les 10 règles d'or de l'alimentation saine.

Ce programme est une expérience de collaboration entre le canton et les communes pour la promotion de la santé. Il devrait servir d'exemple aux autorités, sociétés locales et individus qui désirent répondre au défi de la promotion de la santé.

#### **Summary**

##### **'Healthy Nutrition' An experience of health promotion in the county of St. Gall**

The drive 'Healthy Nutrition' in communities was planned, co-ordinated and carried out as a joint action by the Health Department of the County of St. Gall, and 37 communities interested in the idea. The drive centred around the activities of the community itself, individuals, clubs, schools and local industry.

The County Health Department supplemented the activity with a travelling exhibition about nutrition problems, attended by an advisor to answer questions. The build-up of the exhibition followed the 10 Golden Rules of sound nutrition.

This drive was an excellent example of how health-promotion programmes can be shared by county and community.

This unique action should set an example to other authorities, clubs, and individuals, and show the ways and means needed to provide long-term planning for health promotion in the community.