

«Gesundes Adliswil»

Gesundheitsförderungskonzept der Stadt Adliswil



Dezember 2021

Vorwort

Nicht nur für die immer älter werdende Bevölkerung ist die körperliche und geistige Gesundheit einer der wichtigsten Faktoren für ein zufriedenes Leben. Jede Person hat zum Ziel, sich möglichst lange beschwerdefrei bewegen zu können, geistig fit und in der Gesellschaft integriert zu sein.

Wenn das Bewusstsein für eine gesunde Lebensweise bereits im Kindesalter entsteht, hat dies einen nachhaltigen Effekt auf die Lebensgestaltung bis ins hohe Alter. Dabei spielt vor allem das Vorleben in der Familie und in der Gesellschaft eine zentrale Rolle. Gemeinsame positive Erlebnisse tragen wesentlich zu einer lebenslangen Gesundheitsförderung bei. Hierbei gewinnen generationenübergreifende Angebote immer mehr an Bedeutung.

Die Stadt Adliswil setzt sich dafür ein, eine ansprechende Infrastruktur für Menschen aller Generationen zur Verfügung zu stellen und aktiv zu einer Vernetzung der Generationen beizutragen. Mit dem Gesundheitsförderungskonzept «Gesundes Adliswil» möchten wir alle Einwohnerinnen und Einwohner bei ihrer aktiven und gesunden Lebensgestaltung bestmöglich unterstützen.

Susy Senn
Ressortvorsteherin Sicherheit, Gesundheit und Sport



Einleitung

Die Stadt Adliswil fördert seit über zwei Jahrzehnten mit einzelnen Projekten und Informationsveranstaltungen die Gesundheit der Adliswiler Bevölkerung. Verschiedene Themen zur Gesundheit und Prävention werden den Einwohnenden in Einzelprojekten, Vorträgen und in Zusammenarbeit mit privaten Institutionen das ganze Jahr angeboten.

Die Analyse der bisherigen Angebote hat ergeben, dass damit Themen der physischen, psychischen und sozialen Gesundheit teilweise abgedeckt sind, sich aber nur an bestimmte Altersgruppen richten oder nicht von der Stadt Adliswil unterstützt werden. Einige Angebote sind privat organisiert, nicht öffentlich oder nicht für jedermann zugänglich. So werden in Adliswil vor allem Personen erreicht, die bereits Sport treiben, sich regelmässig bewegen oder sich mit Gesundheit auseinandersetzen. Wer wenig oder keinen Bezug zum Thema Gesundheit hat, fühlt sich von den Angeboten nicht angesprochen.

Die Stadt Adliswil hat sich aufgrund dieser Ausgangslage im Rahmen der stadträtlichen Legislaturziele 2018 – 2022 zum Ziel gesetzt, die physische, psychische und soziale Gesundheit der Bevölkerung langfristig zu fördern und präventive Massnahmen zu ergreifen. Als Grundlage dient das vorliegende Gesundheitsförderungskonzept mit seiner übergeordneten Vision und vier untergeordneten Leitsätzen, worauf sich sämtliche Massnahmen und Aktivitäten der Stadt Adliswil im Bereich Gesundheit und Prävention künftig ausrichten.

Dieses Konzept vertritt ein modernes Gesundheitsverständnis und orientiert sich an der Gesundheitsdefinition der Weltgesundheitsorganisation (WHO), die Gesundheit versteht als einen «Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.

Vision

«Die Stadt Adliswil lebt gesund – jede Adliswilerin/jeder Adliswiler bewegt sich regelmässig, ernährt sich gesund und hat ein soziales Umfeld, in dem sie/er sich wohlfühlt.»

Diese Vision fokussiert die Gesundheit der Adliswiler Bevölkerung langfristig und ganzheitlich in den Bereichen geistige, körperliche und soziale Gesundheit. Sie dient als Richtschnur für die Gesundheitsförderung der Stadt Adliswil und wird mit vier Leitsätzen verdeutlicht (siehe Folgeseiten), die von Politik und Verwaltung getragen werden. Massnahmen zu den Leitsätzen sind in einem separaten Massnahmenpapier definiert. Die Stadt Adliswil konkurrenziert damit keine bestehenden Angebote der Gesundheitsförderung, sondern stützt sich auf das Subsidiaritätsprinzip. Dabei macht es keinen Unterschied, ob die Angebote bereits von der Stadt unterstützt werden oder nicht. Neue Angebote fördert die Stadt Adliswil auch unter Einbezug externer Partner, d. h., die Stadt fährt eine «Make-or-buy-Strategie».

Die Angebote für die Gesundheitsförderung und -prävention im Sinne der Vision dieses Konzepts sollen Menschen jeden Alters ansprechen und altersübergreifend stattfinden. Die Stadt Adliswil unterscheidet folgende Altersgruppen:

- Kleinkinder,
- Kinder, Kindergarten- und Primarstufe,
- Jugendliche, Sekundarstufe I und Lehrabschluss,
- Jugendliche, Sekundarstufe II,
- junge Erwachsene, Tertiärstufe und Quartiärstufe,
- mittlere Erwachsene,
- ältere Erwachsene bis zur Pensionierung,
- junge Rentnerinnen und Rentner,
- ältere Seniorinnen und Senioren.

In der eigenen betrieblichen Gesundheitsförderung will die Stadt Adliswil zudem eine attraktive und gesunde Arbeitgeberin und ein Vorbild für ortsansässige Betriebe sein.

Leitsätze

1. Die Stadt Adliswil fördert Massnahmen zur Aufrechterhaltung der körperlichen Gesundheit.

Die Stadt Adliswil animiert die Bevölkerung zu Bewegung im Alltag und in der Freizeit. Neben der Bewegung zählt auch die Ernährung zur körperlichen Gesundheit. Dabei sollen die Adliswilerinnen und Adliswiler private sowie öffentliche Angebote nutzen können. Die Stadt Adliswil macht Bewegung und Ernährung für die Einwohnenden zudem in kombinierten Angeboten zugänglich.

Alle Sportvereine und Vereine aus Adliswil, die Bewegungsanlässe organisieren, unterstützt die Stadt weiterhin im Rahmen des Sportleitbildes finanziell und/oder indem sie Infrastruktur kostenlos zur Verfügung stellt.

Im Rahmen der Umsetzung von Leitsatz 1 will die Stadt Adliswil insbesondere:

- Lücken im vorhandenen Bewegungs- und Ernährungsangebot mit gezielten Angeboten für die Bevölkerung schliessen. Dabei sollen vermehrt öffentliche, einfach zugängliche Angebote entstehen.
- die vorhandene Infrastruktur nutzen, diese jederzeit nutzbar und für alle zugänglich machen. Alle Altersstufen sollen bedient werden.
- neben Bewegungsangeboten auch Angebote im Bereich Ernährung für alle Altersstufen fördern.

2. Die Stadt Adliswil fördert Massnahmen zur Aufrechterhaltung der geistigen Gesundheit.

Die Stadt Adliswil setzt sich für Massnahmen und Angebote ein, welche die psychische Gesundheit thematisieren und fördern. Sie will dazu vorbeugende und gesundheitsfördernde Massnahmen im Bereich der psychischen Gesundheit anbieten. Die Angebote sollen in Zusammenarbeit mit bestehenden Angeboten der Stadt und mit externen Partnerinnen und Partnern bereitgestellt werden.

Mit der Umsetzung von Leitsatz 2 will die Stadt Adliswil Angebote unterstützen und schaffen,

- welche die Psyche, die soziale Gesundheit und die körperliche Gesundheit kombinieren.
- die Freizeit- und Erholungsorte kombinieren und Naturräume nutzen.
- die Selbstvertrauen, Wohlbefinden und Lebensqualität fördern und stärken.

3. Die Stadt Adliswil fördert Massnahmen zur Aufrechterhaltung der sozialen Gesundheit.

Die Stadt Adliswil schafft zweckmässige Rahmenbedingungen im kulturellen, materiellen und gesellschaftlichen Bereich. Soziale Gesundheit und Krankheit sind nicht nur auf das Individuum zu fokussieren, sondern sollen die drei Aspekte der körperlichen, psychischen und sozialen Gesundheit miteinbeziehen.

Das Konzept der sozialen Gesundheit der Stadt Adliswil geht davon aus, dass gesellschaftliche Ursachen und Rahmenbedingungen für Gesundheit vorrangig zu betrachten und in einer umfassenden Gesundheitspolitik umzusetzen sind.

Die Stadt Adliswil will auf Basis von Leitsatz 3:

- Voraussetzungen schaffen, damit sprachliche Barrieren kein Hindernis für den Zugang zur Gesundheit sind.
- die soziale Gesundheit durch altersübergreifende Angebote und vorhandene Infrastruktur fördern.
- vorhandene Institutionen projektübergreifend miteinbeziehen. Dazu zählen die Ressorts und Abteilungen der Stadtverwaltung, Spielgruppen, Gesundheitsinstitutionen, Detailhandel etc.
- vorhandene Infrastruktur in die Gesundheitsförderung miteinbeziehen, z. B. die Begegnungszonen des Bewegungsraums Adliswil, Kinderspielplätze, Schulanlagen und andere Freizeitanlagen.

4. Die Stadt Adliswil fördert und unterstützt Angebote, welche positiv auf die körperliche, seelische und soziale Gesundheit wirken und will für die Bevölkerung einen Mehrwert durch kombinierte Angebote schaffen.

Die Stadt Adliswil stimmt ihre Angebote auf die verschiedenen Altersgruppen ab und stellt sicher, dass die Angebote einen Mehrwert für alle Altersgruppen bieten. Erst Angebote über alle bzw. die Kombination aller Gesundheitskomponenten (Leitsätze 1–3) stellen sicher, dass die Gesundheit der Adliswiler Bevölkerung umfassend und nachhaltig adressiert wird. Jede Massnahme für sich erzielt bereits Erfolge, die unter den Gesichtspunkten der Prävention gesehen werden können, aber erst die Kombination ergibt einen Mehrwert, der grösser ist als der Wert der einzelnen Massnahmen.

Im Rahmen von Leitsatz 4 will die Stadt Adliswil insbesondere:

- einzelne Anlässe fördern.
- bleibende und neue Angebote schaffen.
- jede Altersgruppe auf ihrer Ebene unterstützen.
- eine zentrale Informationsstelle einrichten und betreiben.
- altersübergreifende und kombinierte Angebote für alle Adliswilerinnen und Adliswiler schaffen.
- Chancengleichheit fördern und allen Einwohnenden den Zugang zu Gesundheitsförderungsangeboten ermöglichen.
- mehrere Themen des Gesundheitsbereiches aufgreifen und miteinander kombinieren.
- die Angebote gezielt einsetzen und auf Plattformen und an Orten anbieten, die bereits von einer Alterskategorie genutzt werden.
- dass die Angebote der Adliswiler Bevölkerung kostengünstig zur Verfügung stehen.

Umsetzung des Gesundheitsförderungskonzepts

Das Gesundheitsförderungskonzept der Stadt Adliswil berücksichtigt die verschiedenen Aspekte von Gesundheit einzeln (Leitsätze 1–3) und kombiniert (Leitsatz 4). Dank gezielten Angeboten sollen so alle Bevölkerungsgruppen in Adliswil profitieren. Jeder Einwohner bzw. jede Einwohnerin soll mindestens einmal im Jahr mit einem Gesundheitsangebot in Kontakt kommen. Im Laufe der Zeit entwickelt sich das Thema Gesundheit damit zum «Selbstläufer» und bedarf keiner zusätzlichen Werbestrategie.

Folgende übergeordnete Rahmenbedingungen stellen die Umsetzung dieses Gesundheitsförderungskonzepts und die Konkretisierung von Vision und Leitsätzen mit spezifischen Massnahmen sicher:

1. In der Abteilung Sport, Sportanlagen besteht mit der «Drehscheibe Gesundheit» eine zentrale Koordinations- und Anlaufstelle für Themen der Gesundheitsförderung und -prävention im Sinne dieses Gesundheitsförderungskonzepts.
2. Die «Drehscheibe Gesundheit» koordiniert bestehende und neue Angebote der Gesundheitsförderung und -prävention. Sie legt hierbei in Absprache mit der Kommunikationsstelle der Stadt einen Schwerpunkt auf die Kommunikation. Der Einbezug Neuer Medien ist ein wichtiger Teil davon.
3. Bestehende sowie neue Massnahmen und Aktivitäten, die zur Umsetzung von Vision und Leitsätzen dieses Gesundheitsförderungskonzepts dienen, werden in einem separaten Massnahmenplan von der «Drehscheibe Gesundheit» festgehalten und nach Bedarf zielgruppengerecht kommuniziert.
4. Ein Label «Gesundes Adliswil» kennzeichnet alle Massnahmen, Veranstaltungen und Aktivitäten, die im Rahmen dieses Konzepts umgesetzt werden. Damit wird der Wiedererkennungswert von Adliswiler Gesundheitsförderungsmassnahmen sichergestellt.

Visualisierung Gesundheitsförderungskonzept

