Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 32 (1975)

Heft: 4

Artikel: III. Internationales Seminar der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung in Köln : "Nutrition et activité physique"

Autor: Howald, H.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-994244

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

III. Internationales Seminar der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung in Köln

«Nutrition et activité physique»

18. bis 22. November 1974

H. Howald

Das Seminar «Ernährung und Bewegung»

1. Organisation und Teilnehmer

Veranstalter des Kongresses war die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung der BRD, im Auftrag des Bundesministers für Jugend, Familie und Gesundheit, in Zusammenarbeit mit dem Regionalbüro für Europa der Weltgesundheitsorganisation in Köln.
Das Seminar wurde von 60 Teilnehmern aus 16 Ländern besucht.
Ein offizieller, sehr umfangreicher Bericht über das Seminar wurde von den Veranstaltern verfasst und den Teilnehmern zugestellt. Er kann auf Wunsch bei mir angefordert und eingesehen werden. Aus diesem Grunde möchte ich meinen Reisebericht auf das Wesentlichste beschränken.

2. Erkenntnisse und Konsequenzen

Die Kernfrage befasste sich mit dem Problem, wie sich Gesundheitserziehung wirkungsvoll so einsetzen lässt, dass sie möglicherweise zu einer Änderung von Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten beiträgt, die als gesundheitsschädlich gelten. Ein besonderes Gewicht wurde den sich in steter Zunahme befindlichen Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems zugemessen.
Ziel der Veranstaltung war die Förderung eines fruchtbaren Gedankenaustauschs, der zu konkreten, praxisorientierten Konzepten für Projekte auf Gemeinwesensebene führen sollte. So nahmen denn auch Experten aus den verschiedensten Sparten wie öffentliches Gesundheitswesen, Sportmedizin, Kardiologie, Trophologie, schulische Gesundheitserziehung und Sozial- und Verhaltenswissenschaften, an dem Seminar teil.
Drei Erkenntnisse sind aus den Diskussionen hervorgegangen: Erstens sollte Gesundheit mit Lebensfreude in Zusammenhang gesehen werden. Daher ist Gesundheitserziehung konstruktiv, nicht restriktiv zu verstehen. Sie muss dem Individuum zur vollen Selbstentfaltung und zum Glücklichsein verhelfen.
Zweitens sollten wir darauf achten, dass unsere Arbeit wissenschaftlich und ethisch auf einer soliden Grundlage steht. Die Arbeit des Gesundheitserziehers sollte vom gleichen Ethos getragen sein wie die des Arztes.
Drittens müssen wir, um das Verhalten des Individuums beeinflussen zu können, die materielle und die soziale Umwelt des Menschen verändern. Wir müssen zum einen die sozialen Normen zu verändern suchen und zum andern Voraussetzungen schaffen, die zu einer gesunden Lebensweise führen.
Ganz allgemein wurde bemerkt, dass auf dem Ernährungssektor vielfach noch ungenügende Kenntnis die Schuld an falscher Ernährung trägt, und dass deshalb der Aufklärung der Bevölkerung immer noch grösste Bedeutung zugemessen werden muss.
Auf dem Gebiet der Bewegung wurden viele Faktoren entdeckt, die einer sportlichen Betätigung im Wege stehen, so zum Beispiel motivationale Widerstände (Risikobereitschaft, Bequemlichkeit, Vorurteile), Umweltbedingungen (grosse Distanz zu geeigneten Sportanlagen, Zeitmangel), gesellschaftliche Wertvorstellungen (in der Schule wird Sport weniger gewertet als andere, sogenannte «Hauptfächer») usw.
Es ist wichtig, dass die Aufklärung in erster Linie dort beginnt, wo der grösstmögliche Erfolg in Aussicht steht: bei der Jugend – bereits im Kindesalter – und im Alter zwischen 40 und 50, wenn der Mensch Gesundheit nicht mehr als Selbstverständlichkeit hinnimmt. Für die Jugend ist das Streben nach sozialer Anerkennung, nach Gemeinsamkeit und Gruppenzugehörigkeit, Selbstverwirklichung und Unabhängigkeit eine sehr komplexe Triebkraft.
Verschieden interessante Vorträge von Vertretern der verschiedensten Länder berichteten darüber, welche Aktionen hinsichtlich «gesünder leben, sich besser ernähren und sich vermehrt körperlich betätigen» bereits im Gange sind und welche Massnahmen geplant sind, um die Bevölkerung zu diesen Erkenntnissen zu bringen. Mein eigener Beitrag über unsere Aktion an der Basler Mustermesse 1973 stiess auf lebhaftes Interesse.

Allgemeine Eindrücke

Der Kongress war gut und sorgfältig organisiert. Den im Programm festgesetzten Beiträgen folgten ausführliche Diskussionen, in welchen sich die Teilnehmer frei über eigene Erfahrungen äussern konnten und die sehr geschätzt wurden, da sie wertvolle Informationen vermittelten und zu einem gegenseitigen Gedankenaustausch verhalfen.
Meinen Vorgesetzten, die mir die Teilnahme an dem wertvollen Seminar ermöglichten, möchte ich hiermit meinen besten Dank aussprechen.