

**Zeitschrift:** Obstetrica : das Hebammenfachmagazin = la revue spécialisée des sages-femmes  
**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband  
**Band:** 117 (2019)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Die frühkindliche gesunde Entwicklung fördern  
**Autor:** Preuss, Patrick  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-949024>

### **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:** 13.04.2026

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

# Die frühkindliche gesunde Entwicklung fördern

---

Gesundheitsförderung Schweiz setzt sich gemeinsam mit den Kantonen für die frühkindliche Förderung der Gesundheit ein. Im Rahmen ihres Arbeitsalltages und in spezifischen Projekten leisten Hebammen hierfür einen wichtigen Beitrag.

TEXT:  
PATRICK PREUSS



Pixabay

**E**in gesunder Start ins Leben ist für alle Kinder wichtig, sind die ersten Jahre doch prägend für die Gesundheit während des gesamten Lebens. Fachpersonen wie Hebammen nehmen entsprechend in der frühen Förderung der Gesundheit eine Schlüsselfunktion ein: Sie begleiten bereits die werdende Mutter und später das neugeborene Kind in den ersten Lebenswochen. Als Vertrauenspersonen der Erziehungsberechtigten leisten sie mit ihrer Unterstützung und Beratung einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsförderung.

### Vernetzung als Präventionsmassnahme

Dass dabei die Vernetzung mit anderen Fachpersonen wichtig ist, zeigt ein Unterstützungsangebot im Kanton Tessin. Für alle Eltern ist die veränderte Lebenssituation nach der Geburt eines Kindes herausfordernd. Kommen noch ungünstige Startbedingungen aufgrund von familiären, sozialen oder materiellen Belastungen dazu, sind die Familien zusätzlich gefordert. Dies kann sich auf die Kinder auswirken. Starten sie unter ungünstigen Bedingungen ins Leben, sind sie in ihrer frühkindlichen gesunden Entwicklung gefährdet.

Darum wurde im Kanton Tessin das Projekt «Da -9 a +36» lanciert, dass vulnerable Familien bereits während der Schwangerschaft identifizieren und erreichen soll. Dazu werden Fachpersonen wie Gynäkolo-

ginnen/Gynäkologen, Hebammen, Ärztinnen/Ärzte oder Mütter- und Väterberater/innen vernetzt und über das Unterstützungsangebot informiert. Elternbegleiter/innen helfen betroffenen Erziehungsberechtigten, ihre Beziehungs- und Erziehungskompetenz zu stärken und auch ihrer psychischen Gesundheit Sorge zu tragen. Diese ist essenziell, da Kinder in der frühen Phase der Kindheit besonders stark von verlässlichen Bezugspersonen abhängig sind. Projekte dieser Art werden von Gesundheitsförderung Schweiz im Zeitraum 2019 bis 2022 gezielt gefördert. Der Bedarf an solchen Massnahmen wird auch von den Kantonen als sehr wichtig beachtet. Abgestimmt auf die regionalen Verhältnisse adressieren die umgesetzten Projekte die jeweilige Situation. So stehen z. B. in der Westschweiz Weiterbildungsprojekte für Hebammen und weitere Fachpersonen im Vordergrund. Als Vertrauenspersonen sollen sie die Eltern dabei zu unterstützen, die frühkindliche Förderung zu begünstigen. In den Kantonen Obwalden und Nidwalden richten sich die Projekte u. a. an Eltern, die den Schritt zu Beratungsangeboten aus Gründen wie Scham oder Unwissen nicht allein antreten können. Und in der Ostschweiz konzentriert man sich auf die Unterstützung von Eltern mit psychischen Belastungen. Bei der Mitgestaltung und Umsetzung all dieser Bestrebungen spielen Fachpersonen wie Hebammen eine wichtige Rolle.

### Langfristig die Gesundheit der Bevölkerung verbessern

Projekte dieser Art sind keine Selbstverständlichkeit. Auf private Initiative hin gestartet, stehen sie oft vor organisatorischen und finanziellen Herausforderungen. Dass sie trotzdem möglich werden, ist auch dem Engagement von Gesundheitsförderung Schweiz zu verdanken. Die Stiftung setzt sich seit 1998 für die Gesundheitsförderung und Prävention ein und fördert gemeinsam mit den Kantonen im Rahmen der kantonalen Aktionsprogramme u. a. die physische und psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen.

### Die Menschen sollen informiert, befähigt und motiviert werden, die eigene Lebensweise gesund zu gestalten.

Das langfristige Ziel der Stiftung ist es, die Gesundheit der Schweizer Bevölkerung zu verbessern. Die Menschen sollen informiert, befähigt und motiviert werden, die eigene Lebensweise gesund zu gestalten. Dafür werden auch gesellschaftliche Rahmenbedingungen angestrebt, die diesen Prozess unterstützen. Um diese Ziele zu erreichen, fokussiert sich Gesundheitsförderung Schweiz auf drei Interventionsbereiche:

- Kantonale Aktionsprogramme (KAP)
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Prävention in der Gesundheitsversorgung

### Gemeinsam mit den Kantonen

Im Fokus der KAP-Programme stehen Kinder, Jugendliche und ältere Menschen in den Bereichen Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit. Unterteilt in vier Module sprechen die KAP die Zielgruppen passend zu ihrer Lebensphase und ihrem Umfeld an (siehe Abbildung oben auf Seite 18).

Die Zielgruppe Kinder und Jugendliche umfasst die Lebensphasen von -9 Monaten (Schwangerschaft) bis zum 20. Lebensjahr. In die Programme einbezogen werden je

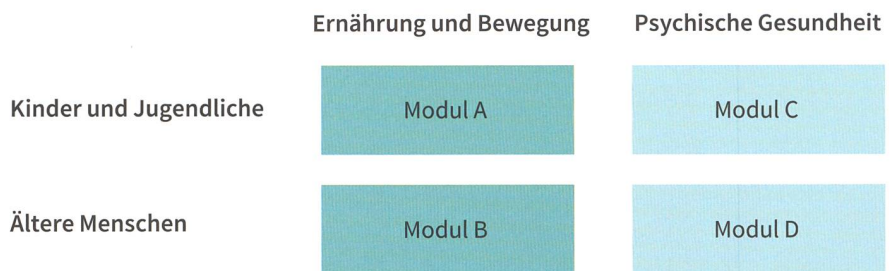
nachdem auch Bezugspersonen wie Eltern oder Lehrpersonen. Bei den älteren Menschen stehen Personen im Pensionsalter, die zu Hause leben und allenfalls ambulant gepflegt und unterstützt werden, im Mittelpunkt. Des Weiteren können auch wichtige Bezugspersonen wie z. B. pflegende Angehörige einbezogen werden. Zurzeit unterstützt Gesundheitsförderung Schweiz rund 60 nationale, regionale oder kantonale Projekte zur Förderung der psychischen Gesundheit.

### Beispiele der frühkindlichen Förderung

Im Bereich der frühen Förderung vernetzt Gesundheitsförderung Schweiz die Akteurinnen und Akteure der frühen Kindheit auf nationaler Ebene im Rahmen des Projektes Miapas. Hier werden gemeinsame Grundlagen, Empfehlungen und Botschaften für im Kleinkindbereich tätige Fachleute erarbeitet und verbreitet. Zudem werden politische Entscheidungsträger/innen für die Wichtigkeit der Gesundheitsförderung im Kleinkindalter sensibilisiert. Ein wichtiger Aspekt für die Erreichung der Ziele ist, bei der Bildung von Gesundheitskompetenz auf Chancengleichheit zu achten. Alle in der Schweiz lebenden Menschen sollen Zugang zu Ressourcen haben, um ihre Gesundheit autonom weiterzuentwickeln.

Dass es bereits in der frühen Kindheit markante Ungleichheiten haben kann, zeigt die Tatsache, dass bei Müttern und Säuglingen mit Migrationshintergrund häufiger Gesundheitsprobleme auftreten als bei Schweizer Müttern und Neugeborenen. Um dem entgegen zu wirken, wurden auch von Hebammen Massnahmen initiiert wie bspw. das Projekt «Mamamundo», das von Gesundheitsförderung Schweiz und einzelnen Kantonen unterstützt wird. Im Geburtsvor-

### Module kantonale Aktionsprogramme



bereitungskurs für Frauen mit Migrationshintergrund von «Mamamundo» wird von einem Team aus Hebammen und interkulturell Dolmetschenden begleitet. Sie informieren u. a. zum Thema Schwangerschaft, Geburt und der ersten Zeit zu Hause. Gleichzeitig dienen die Kurstage dem Austausch unter den Teilnehmerinnen.

Ein guter Übergang von der Betreuung der Familien durch die Hebamme zur Begleitung durch die Mütter-/Väterberatung ist wichtig. In vielen Kantonen werden die Vernetzung und Koordination deshalb unterstützt und sind weitere gezielte Massnahmen geplant. Das Projekt «Miges Balù» ist ein mögliches Anschlussprojekt, um Familien mit Migrationshintergrund gezielt zu unterstützen. Die Mütter-/Väterberatungsstellen arbeiten mit interkulturellen Vermittlerinnen und Vermittlern, um diese Familien besser zu erreichen. Ziel ist, dass diese von Beratungsangeboten zu den Themen ausgewogene Ernährung und kindgerechte Bewegung profitieren können.

### Ein Projekt wird zum Musterbeispiel

Im konkreten Fall starten KAP mit der Auswahl des KAP-Moduls, in dessen Rahmen sich ein Kanton engagieren will. Dies kann

z. B. Modul A sein, sprich die Zielgruppe Kinder und Jugendliche sowie der Themenbereich Ernährung und Bewegung. Für diesen Interventionsbereich setzt sich der Kanton eigene Ziele in den Bereichen «Individuelles Verhalten», «Materielles Umfeld» und «Soziales Umfeld». Um die Ziele zu erreichen, werden Massnahmen auf vier Programmebenen festgelegt (siehe Tabelle).

Aktuell engagieren sich 23 Kantone mit Projekten, die jeweils einem oder mehreren KAP-Modulen zugeordnet werden können. Initiiert und organisiert werden diese Projekte entweder von den Kantonen selbst oder durch Drittorganisationen. Zu letzteren gehört z. B. der Verein PEBS. PEBS steht für das Konzept «Präventive Ernährungs- und Bewegungsberatung in der Schwangerschaft bis ein Jahr nach Geburt», der Verein bietet mit Buggyfit spezifische Fitnesskurse und individuelle Ernährungsberatungen an (siehe folgenden Artikel). Gleichzeitig bildet er Fachpersonen aus, damit diese in ihrer Region Buggyfit-Veranstaltungen anbieten können. Dieses Projekt startete 2009 im Kanton Zürich und wird mittlerweile in sieben Kantonen umgesetzt. ☺

### Programmebenen der kantonalen Aktionsprogramme

Ebene	Erklärung	Beispiel
Intervention	Fach- und Bezugspersonen werden für die Gesundheitsförderung aktiviert.	Bereits erprobte Projekte werden weiterverbreitet.
Policy	Es werden regulative Massnahmen definiert. Diese streben eine positive und dauerhafte Veränderung des Lebensumfelds an.	Bestimmung, die den Bau sicherer Velowege auf Schulwegen beinhaltet.
Vernetzung	Akteurinnen und Akteure auf Kantons-, Gemeinde- und Organisationsebene werden angeregt, sich zu vernetzen.	Kooperationsvereinbarung zwischen dem Gesundheits- und Erziehungsdepartement.
Öffentlichkeit	Sensibilisierung der Bevölkerung für gesundheitsförderliche Lebensweise.	Informationsbroschüre zur Bewegungsförderung bei Kindern.

### AUTOR



**Patrick Preuss**  
im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz. Er beschäftigt sich im Rahmen seiner Tätigkeit in einer Kommunikationsagentur regelmässig mit Gesundheitsthemen.