

Zeitschrift: Physioactive
Herausgeber: Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband
Band: 44 (2008)
Heft: 4

Artikel: Hinweise rund um Prävention und Gesundheitsförderung = Remarques ayant trait à la prévention et à la promotion de la santé
Autor: Casanova, Brigitte
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-928788>

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: 18.04.2026

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

Hinweise rund um Prävention und Gesundheitsförderung

Remarques ayant trait à la prévention et à la promotion de la santé

BRIGITTE CASANOVA, REDAKTION PHYSIOACTIVE
RÉDACTION PHYSIOACTIVE

Von der Stiftung Gesundheitsförderung bis zum Vitaparcours – Gesundheitsförderung und Prävention sind ein weites Feld, worin viele unterschiedliche Anbieter und Organisationen tätig sind. Die folgende nicht-abschliessende Liste gibt einen Einblick. Die Liste entstand unter Mitarbeit der physioswiss Kommission PEG (Prävention, Ergonomie und Gesundheit).

Gesundheitsförderung allgemein

■ Stiftung Gesundheitsförderung

Gesundheitsförderung Schweiz initiiert, koordiniert und evaluiert mit gesetzlichem Auftrag (KVG Art. 19) Gesundheitsförderungsmassnahmen. Kernthemen: Gesundes Körpergewicht, Psychische Gesundheit/ Stress sowie gesamtschweizerisch Gesundheitsförderung und Prävention stärken. Die Internetseite bietet viel Informationen, Hintergrundwissen sowie wertvolle Links. www.gesundheitsfoerderung.ch

■ Netzwerk Hepa

Das Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz hepa.ch ist ein freiwilliger Zusammenschluss von Organisationen, Institutionen und Unternehmen, die sich national, kantonal oder lokal für die Gesundheitsförderung durch Bewegung und Sport (Health-Enhancing Physical Activity) einsetzen. Dabei verfolgt Hepa einen bevölkerungsweiten Ansatz und versteht sich als Informations- und Koordinationsplattform. Die Website bietet viele Publikationen zu Gesundheit und Bewegung (z.B. das Grundlagendokument Gesundheitswirksames Bewegen), eine ausführliche Agenda und einen informativen Newsletter. www.hepa.ch

■ Bundesamt für Sport Baspo

Das Baspo in Magglingen fördert den Sport und die Bewegung in der Schweiz. Es ist Dienstleistungs-, Ausbildungs- und Trainingszentrum für den Schweizer Sport und sportwissenschaftliches Kompetenzzentrum. Auf der Website finden sich unter anderem Informationen zu Gesetzgebung, Jugend und Sport (J+S), Seniorensport oder Dopingprävention. www.baspo.admin.ch

De la fondation Promotion Santé jusqu'au Vitaparcours: la promotion de la santé et la prévention constituent un domaine très vaste pour lequel de nombreux prestataires et organisations différents travaillent. La liste non exhaustive ci-dessous vous en donne un aperçu. La liste a été élaborée en collaboration avec la Commission PEPS de physioswiss (Commission pour la prévention, l'ergonomie et la promotion de la santé).

Généralités sur la promotion de la santé en Suisse

■ Fondation Promotion Santé Suisse

Promotion Santé Suisse initie, coordonne et évalue sur la base d'un contrat réglé par la loi (art. 19 LAMal) les mesures de promotion de la santé. Les thèmes principaux sont: poids corporel sain, santé psychique/ stress ainsi que renforcement de la promotion de la santé et de la prévention sur tout le territoire suisse. Le site Internet propose beaucoup d'informations, de connaissances de base ainsi que des liens précieux. www.gesundheitsfoerderung.ch

■ Réseau suisse Santé et activité physique Hepa

Le réseau suisse Santé et activité physique, hepa.ch, est un groupement volontaire d'organisations, d'institutions et d'entreprises attachées à promouvoir la santé par l'activité physique et le sport (health-enhancing physical activity, hepa) à un niveau national, cantonal ou local. Le réseau hepa adopte pour ce faire une approche à l'échelle de la population toute entière et désigne une plateforme d'information et de coordination. Le site Internet propose de nombreuses publications ayant trait à la santé et à l'activité physique (par exemple le document de base «Activité physique et santé»), un programme complet et une Newsletter informative. www.hepa.ch

■ Office fédéral du sport OFSPO

L'Office fédéral du sport à Macolin promeut le sport et l'activité physique dans toute la Suisse. L'OFSPO est un centre de prestations, de formation et d'entraînement au service du sport en Suisse ainsi qu'un centre de compétences en sciences du sport. Le site Internet comporte entre autres

■ **Public Health Schweiz**

Public Health Schweiz ist das landesweite Netzwerk der Public-Health-Fachleute. Die themen- und disziplinenübergreifende Dachorganisation versteht sich als Diskussionsplattform zu Wissenschaft, Bildung, Praxis und Politik in Public Health und organisiert jährlich einen Kongress. www.public-health.ch

■ **Bundesamt für Statistik**

Unter dem Stichwort «Gesundheit» finden sich viele grundlegende Daten über die Gesundheit der Schweizer Wohnbevölkerung und die Gesundheitsversorgung sowie Analysen, wie z.B. zum Übergewicht in der Schweiz. www.statistik.admin.ch

■ **Gesundheitsobservatorium Obsan**

Das Obsan in Neuchâtel forscht hauptsächlich zur Gesundheitsversorgung in der Schweiz. Ein Kompetenzbereich ist auch die Prävention und Gesundheitsförderung, z.B. wurde das Gesundheitsverhalten von über 65-Jährigen untersucht. www.obsan.admin.ch

■ **Healthorg.ch und Healthproject.ch**

www.healthorg.ch ist eine nationale Internet-Datenbank. Sie bietet Informationen über die Akteure in der Gesundheitsförderung und der Prävention und gibt einen Überblick über deren Aktivitäten. www.healthproject.ch ist eine Datenbank für Projekte aus Gesundheitsförderung und Prävention und erweitert die [healthorg.ch](http://www.healthorg.ch)-Website. www.healthorg.ch; www.healthproject.ch

■ **Radix**

Das Schweizer Kompetenz-Zentrum für Gesundheitsförderung und Prävention bietet Angebote für Gemeinden, Schulen und Betriebe sowie zu speziellen Themen wie Männergesundheit oder Transkulturelle Gesundheitsförderung. Besonders interessant ist die online-Fachbibliothek Infodoc: www.infodoc-gf.ch; www.radix.ch

■ **Quint-essenz: Qualitätsentwicklung in Prävention und Gesundheitsförderung**

Was zeichnet gute Projekte in Gesundheitsförderung und Prävention aus? Wie kann ich hohe Qualität erreichen? Auf der Website Quint-essenz finden sich Qualitätskriterien, vielfältige Informationen und praktische Instrumente rund um Projektmanagement, Qualitätsentwicklung, Gesundheitsförderung und Prävention. www.quint-essenz.ch

■ **schweiz.bewegt**

Das Bundesamt für Sport (Baspo) hat mit «schweiz.bewegt» zum Ziel, in möglichst vielen Schweizer Gemeinden attraktive Bewegungsangebote für alle zu schaffen. Es bietet deshalb auf der Website Ideen für Sportanlässe, Tipps für die Umsetzung und Hilfsmittel zur Evaluation. Im 2007 haben 157 Gemeinden teilgenommen. www.schweizbewegt.ch

■ **Allez-Hop**

In der ganzen Schweiz werden Allez-Hop-Bewegungskurse in Walking, Nordic Walking, Wassergymnastik, Running und FitGym angeboten. Allez-Hop bildet dafür eigens KursleiterInnen aus. www.allez-hop.ch

des Informationen sur la législation, la jeunesse et le sport (J+S), le sport des seniors, ainsi que la prévention antidopage. www.baspo.admin.ch

■ **Santé Publique Suisse**

Santé Publique Suisse est le réseau national des professionnels de la santé publique. L'organisation faitière interdisciplinaire et multithèmes désigne une plateforme de discussion pour la santé publique: science, formation, pratique et politique. Elle organise tous les ans un congrès. www.public-health.ch

■ **Office fédéral de la statistique**

Vous trouverez sous le mot-clé «Santé» de nombreuses données fondamentales sur la santé de la population suisse et les prestations et recours aux services, ainsi que des analyses, comme par exemple, sur le surpoids en Suisse. www.statistik.admin.ch

■ **Observatoire suisse de la santé Obsan**

L'Obsan à Neuchâtel fait essentiellement des recherches sur le domaine sanitaire en Suisse. L'un de ses domaines de compétence est également la prévention et la promotion de la santé. Il a, par exemple, effectué une analyse du comportement de santé des personnes de plus de 65 ans. www.obsan.admin.ch

■ **Healthorg.ch et Healthproject.ch**

www.healthorg.ch est une base de données nationale sur Internet. Elle fournit des informations sur les acteurs de la promotion de la santé et de la prévention et donne un aperçu de leurs activités. www.healthproject.ch est une base de données pour les projets ayant trait à la promotion de la santé et à la prévention. Elle constitue un élargissement du site [healthorg.ch](http://www.healthorg.ch). www.healthorg.ch; www.healthproject.ch

■ **Radix**

Le Centre de compétences suisse en promotion de la santé et prévention propose des offres pour les communes, les écoles et les entreprises ainsi que des thèmes spéciaux comme la santé des hommes ou la promotion transculturelle de la santé. La bibliothèque spécialisée Infodoc est particulièrement intéressante. www.infodoc-gf.ch; www.radix.ch

■ **Quint-essenz: développement de la qualité en prévention et promotion de la santé**

Qu'est-ce qui distingue les bons projets en promotion de la santé et en prévention? Comment puis-je atteindre une qualité élevée? Vous trouverez sur le site Internet Quint-essenz des critères de qualité, de nombreuses informations et des instruments pratiques ayant trait à la gestion de projet, au développement de la qualité, à la promotion de la santé et à la prévention. www.quint-essenz.ch

■ **La Suisse bouge**

Avec son programme «La Suisse bouge», l'Office fédéral du sport (OFSP) a pour objectif de créer des offres d'activité physique attrayantes destinées à tous les publics et ce dans le plus grand nombre de communes possible. C'est pourquoi l'OFSP propose sur le site Internet des idées de manifestations sportives, des conseils de mise en œuvre et des aides pour l'évaluation. 157 communes ont participé en 2007. www.schweizbewegt.ch

■ Vita Parcours

Der legendäre Waldparcours der Zürich-Versicherung, rund 500 Rundläufe sind in Betrieb, bezeichnet sich als «grösster Fitness-Klub der Schweiz». Auf der Website finden sich unter anderem Anleitungen, Übungen und Standorte. www.vitaparcours.ch

■ Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE

Die SGE versteht sich als Fachinstanz in der Ernährungsinformation. Auf der Website ist viel Wissen rund um Ernährung zu finden: Themen wie Abnehmen, Rauchstopp und Gewicht, Ernährung und Sport oder Materialien für die Schule gehören ebenso dazu wie eine Online-Beratung oder Hinweise auf wissenschaftliche Publikationen. www.sge-ssn.ch

Schule

■ schule.bewegt

Das Pendant von «schweiz.bewegt» (siehe Seite 33) für Schulen. Alle teilnehmenden Schulen und Klassen verpflichten sich zu mindestens 20 Minuten Bewegung täglich, während eines Quartals oder länger. Alle Klassen erhalten von «schule.bewegt» Ideen und Material, um die Bewegungseinheiten vielseitig und attraktiv umzusetzen. www.schulebewegt.ch

■ Fit-at-school

Ein Pultsteller animiert im Unterricht, zwischendurch «Bewegungspausen» durchzuführen, PhysiotherapeutInnen instruieren dabei vorgängig die Lehrpersonen. Das Programm wird von physioswiss unterstützt (siehe auch physioactive 3/08: Fit@school – ein Projekt mit vielen Facetten, S. 44–48). www.fitatschool.com

■ Netzwerk gesundheitsfördernde Schulen

Das Europäische Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen (ENHPS) ist ein Programm der WHO, der EU und des Europarates. Zurzeit machen 747 Schweizer Schulen mit: Während drei Jahren arbeiten sie mit einem massgeschneiderten Programm. Die Website bietet unter anderem Überblick über die laufenden Projekte, welche eine breite Themenpalette abdecken. www.gesunde-schulen.ch

Betriebe

■ kmu-vital

Die Website gibt Informationen und Arbeitsinstrumente, wie ein KMU-Betrieb gesundheitsförderlich gestaltet werden kann. Das KMU-vital Programm wurde von Spezialisten der betrieblichen Gesundheitsförderung entwickelt und ist wissenschaftlich evaluiert. Es ist gedacht als kostenloser «Werkzeugkasten», um den eigenen Betrieb zu optimieren. www.kmu-vital.ch

■ stressnostress

Programm zum Stressabbau und Stressprävention am Arbeitsplatz. www.stressnostress.ch

■ Staatssekretariat für Wirtschaft seco

Die Website bietet unter dem Thema «Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz» Informationen unter anderem zu Arbeits- und Organisa-

■ Allez-Hop

Allez-Hop propose des cours de walking, de nordic walking, de gymnastique aquatique, de running et de FitGym dans toute la Suisse. Allez-Hop forme pour ce faire ses propres moniteurs. www.allez-hop.ch

■ Parcours Vita

Le parcours légendaire en forêt de la compagnie d'assurances Zurich, environ 500 parcoursvita disponibles, représente «le plus grand centre de fitness de Suisse». Vous trouverez sur le site Internet entre autres des instructions, des exercices et les localités. www.vitaparcours.ch

■ Société Suisse de Nutrition SSN

La SSN désigne l'instance spécialisée sur toutes les questions touchant à l'alimentation. Le site Internet propose beaucoup d'informations ayant trait à l'alimentation. Font partie de cette offre aussi bien des thèmes tels que maigrir, le sevrage de la cigarette et le poids, l'alimentation et le sport, que du matériel pédagogique pour les écoles, un conseil en ligne ou encore des recommandations de publications scientifiques. www.sge-ssn.ch

Ecoles

■ l'école bouge

Le pendant de «La Suisse bouge» (voir page 33) pour les écoles. Toutes les écoles et classes participantes s'engagent à pratiquer au moins 20 minutes d'activité physique par jour pendant un trimestre ou plus. Toutes les classes obtiennent de «l'école bouge» des idées et du matériel pour organiser de manière variée et attrayante les unités d'activité physique. www.schulebewegt.ch

■ Fit-at-school

Un mode opératoire à poser sur le bureau rappelle à l'enseignant d'intercaler des «pauses avec activité physique» pendant les cours. Les physiothérapeutes forment en premier lieu les enseignants. Le programme est soutenu par physioswiss (cf. également physioactive 3/08: Fit@school, un projet aux nombreuses facettes, pages 44 à 48). www.fitatschool.com

■ Réseau suisse d'écoles en santé

Le Réseau Européen d'Ecoles en Santé (REES ou ENHPS) est un programme de l'OMS, de l'UE et du Conseil de l'Europe. 747 écoles suisses participent en ce moment à cette opération: elles travaillent pendant trois ans avec un programme sur mesure. Le site Internet offre entre autres un aperçu des projets en cours qui couvrent une large gamme de sujets. www.gesunde-schulen.ch

Entreprises

■ PME-vital

Le site Internet fournit des informations et des instruments de travail sur la manière de mettre en pratique la promotion de la santé au sein d'une PME. Le programme PME-vital a été développé par des spécialistes issus du domaine de la promotion de la santé en entreprise et a été évalué scientifiquement. Le programme est conçu comme une «boîte à outils» gratuite destinée à optimiser sa propre entreprise. www.kmu-vital.ch