

**Zeitschrift:** Die Kette : Schweizerisches Magazin für Drogenfragen  
**Herausgeber:** Die Kette, Dachverband der privaten therapeutischen Einrichtungen in der Drogenhilfe der Region Basel  
**Band:** 15 (1988)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Hanna und die gesunde Stadt  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-799779>

### **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:** 02.02.2026

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

mit der "Präventivmedizin" ist, dass wir Suchtprophylaktiker/innen unsere Anliegen zur Geltung bringen, ihnen Gehör verschaffen können. Der erste Schritt hierzu ist, dass wir es überhaupt wollen. Der Zeitpunkt für ein Zusammengehen — und dies nicht nur im Rahmen von „Gesunden-Städte-Programmen“ — scheint nicht ungünstig. Auch auf der Seite der Präventivmedizin ertönt der Ruf nach „Multidisziplinarität des öffentlichen Gesundheitswesens“, (vgl. Th. Abelin, Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Sozial- und Präventiv-Medizin, in: „Sozial- und Präventivmedizin“ 6/87, S. 279).

Könnte es sein, dass eine nächste Phase von Prophylaxe Gesundheitsförderung durch systematische Zusammenarbeit gekennzeichnet sein wird, in der beide Seiten voneinander profitieren? Wir z.B. vom wissenschaftlichen und finanziellen Hintergrund der ärztlichen Seite? Jene von unseren pädagogisch-didaktischen Erfahrungen und unseren z.T. „ganzheitlicheren“ Ansätzen? Könnte eine solche Entwicklung sich auch institutionell ausdrücken in der Schaffung von „Zentren für Prävention“, in denen die psychosoziale Gesundheitsförderung gleichberechtigt mit der somatischen arbeitete? Gesundheitsförderung/Prophylaxe ist ei-

ne junge „Disziplin“. Sie hat viele Möglichkeiten vor sich. Wenn die Gesundheit der Bevölkerung, im Sinne ganzheitlichen Wohlbefindens, gefördert werden soll, bedarf es zweifellos des Zusammengehens und der Zusammenfassung der verschiedenen Kräfte, die dieses Ziel im Auge haben.

# Hanna und die gesunde Stadt

## Ein Bericht aus Schweizikon

Hanna P. arbeitet seit einigen Jahren auf der Suchtprophylaxestelle in Schweizikon, einer Schweizer Universitätsstadt. Durch Mitarbeit in einer Arbeitsgruppe hat sie den Leiter des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin, Herrn Prof. Meier, kennengelernt. Eines Tages erhält Hanna von Prof. Meier eine Einladung zu einer „Aussprache über die Koordination präventiver Aktivitäten in X“. Es ist ein vervielfältigtes Schreiben, das sich an Personen richtet, die sich „schon viele Gedanken über die Notwendigkeit von Prävention“ gemacht haben. Ziel sei es, „uns gegenseitig über unsere Aktivitäten, unsere Pläne und unsere Wunschvorstellungen zu koordinieren“. Hanna ist neugierig, was da auf sie zukommt und geht an diese Sitzung.

### Koordination

Am besagten Termin befindet sich Hanna in einer Gruppe von Ärzten (Herzspezialisten, Präventivmediziner, Psychiater), einem Adjunkten des Gesundheitsamtes und zwei Gemeindeschwestern. Sie erfährt, dass das Anliegen des Einladenden ist, ein Konzept für ein „Gesundes Schweizikon“ zu entwerfen. Es solle ein Gesamtkonzept werden, das alle Aspekte der Gesundheit und der Prävention einbezieht und zum Ziel hat, Gesundheit und gesundheitsförderndes Verhalten „zur Modewelle“ zu machen. Um dieses Konzept zu erarbeiten, in Koordination mit allen, die an solchen präventiven Aktivitäten interessiert sind, wird die Durchführung einer Tagung beschlossen, zu der unter anderem auch PR-Leute beigezogen werden sollen.

Es wird in Erinnerung gerufen, dass die Prävention zweier sich ergänzender Strategien bedürfe: 1. der Risikostrategie (Personen mit Risiko werden identifiziert und einer Behandlung zugeführt); 2. der Bevölkerungsstrategie, bei welcher versucht wird, die allgemeine Bevölkerung zu gesundheitsförderndem Verhalten anzuregen.

An der erwähnten Sitzung, an der jeder Teilnehmer seine Gedanken zum erwähnten Anliegen vorbringt, versucht

Hanna, Aspekte der psychosozialen und soziokulturellen Prävention einzubringen. Sie erhält aber den Eindruck, kaum verstanden zu werden. Sie fragt sich, ob sie etwas verloren hat in diesem Gremium. Andererseits sieht sie – wenn auch vage – gewisse Möglichkeiten, mit ihrem Anliegen einer ursachenorientierten, psychosozialen Prophylaxe an eine grössere Öffentlichkeit zu gelangen. Hört sie doch aus professoralen Mündern, Geldbeschaffung sei kein Problem, wenn ein gutes Konzept vorliege.

### Stressbewältigung

Hanna entschliesst sich, am Projekt „Gesundes Schweizikon“, d.h. zunächst an dem angekündigten Konzeptseminar, zu dem sie formell eingeladen wurde, mitzumachen. Dem Einladungsschreiben lag ein Grundlagenpapier bei, dem sie entnahm, dass eine Vorbereitungsgruppe sich auf vier Themen eines Aktivitätsprogrammes geeinigt habe, nämlich: Rauchen, Bewegung, Ernährung, Stress. Hanna wird eingeladen, in der Arbeitsgruppe „Stressbewältigung“ mitzumachen. Ihr Anliegen und ihre Erfahrungen bezüglich ursachenorientierter, psychosozialer Prävention sollen, so die Vorstellung von Prof. Meier, in diesem Thema zur Geltung kommen.

Im Seminar, das auf Schloss Wohlgenut stattfindet, werden zunächst einige Grundsätze sowie Beispiele von „Gesunden-Städte-Programmen“ aus der Schweiz präsentiert. Es stelle sich heute nicht mehr die Frage, so wird festgestellt, ob Prävention wirksam sei; die Frage stelle sich eher, ob es überhaupt noch vertretbar sei, Gesundheitsförderung nicht aktiv an die Hand zu nehmen. Nach dieser Einleitung werden in vier Arbeitsgruppen zu den erwähnten Themen (Rauchen, Ernährung, Bewegung, Stress) Ziele und Aktionsvorschläge kurzfristiger und langfristiger Art diskutiert.

In der Arbeitsgruppe „Stressbewältigung“, der Hanna zugeteilt ist, sind vertreten: ein Herzspezialist (Gruppenleiter), zwei Psychiater (ein Stressspezialist und ein Suchtspezialist), ein klinischer

Psychologe (die bisher Erwähnten alles Hochschullehrer), eine Psychotherapeutin/Erwachsenenbildnerin (mit Spezialgebiet Stressbewältigung), der Gesundheitsplaner von Schweizikon, ein Kreativ-Manager aus der Industrie, ein Werbefachmann und Hanna.

Hanna ist nicht Fachfrau für das Thema „Stress“. Sie erkennt aber, dass ihre Kompetenz in dieser Zusammensetzung vor allem beim Organisieren von Lernprozessen liegt. Sie macht den Vorschlag, die Arbeit zu beginnen mit der Frage: Was bedeutet für mich persönlich Stress, wo und wie erfahre ich ihn, wie bewältige ich ihn? Dieser Vorschlag wird angenommen und in die Tat umgesetzt.

### Kommunikationsformen

Bei der Diskussion um mögliche Formen der Realisierung und Umsetzung fällt Hanna auf, dass von einigen Teilnehmern nur in Kategorien der Einwegkommunikation und Werbung gedacht wird. In Absprache mit der Erwachsenenbildnerin und dem Kreativ-Manager erarbeitet sie einen Konzeptentwurf, welcher die verschiedenen Ebenen einer Intervention klar unterscheidet:

- Die Ebene der Einwegkommunikation, die die breite Bevölkerung aufs Thema aufmerksam machen soll (Massenkommunikation)
- Die Ebene der kognitiven Auseinandersetzung, in der Einstellungen beeinflusst werden sollen (Diskussions- und Gesprächsgruppen) u.ä.)
- Die Ebene der emotionalen und handlungsorientierten Auseinandersetzung, mit dem Ziel, Verhalten zu ändern (Seminar „Stressbewältigung“, Selbsterfahrungsgruppen u.ä.)

Aufgrund dieses Entwurfs entsteht in der Arbeitsgruppe ein Konzept, das Hanna und ihre Teamkollegen und -kolleginnen sehr befriedigt.

### Stadtprophylaxe

Aus den Ergebnissen der Arbeitsgruppen Ernährung, Bewegung, Rauchen, Stress schuf eine Koordinationsgruppe ein Ge-

samtkonzept „Gesundes Schweizikon“, welches als Grundlage zur Geldbeschaffung diente. Nach 1 1/2 Jahren ist es soweit. Verschiedene Industrieunternehmen haben als Sponsoren grössere Beträge freigestellt. Auch der Staat leistet, z.T. aus Spezialfonds, einen Beitrag. Die Debatte im Stadtparlament über das Projekt war sozusagen dessen informeller Auftakt.

Es wurde eine Stelle (250%) geschaffen, die das Projekt leitet und animiert. Die Mitarbeit von Hanna und teilweise von ihren Kollegen und Kolleginnen hat folgende Schwerpunkte:

- Mitarbeit im Programmausschuss des Teilprojekts „Weniger Stress“. Dieser erarbeitet und begleitet die weitere Konkretisierung und Umsetzung des Konzeptes.
- Kontakte zu diversen Institutionen der Erwachsenen- und Jugendbildung, zu Schulen, Vereinen, Kirchen und Betrieben, welche bereit sind, im Rahmen ihrer Programme das Thema „Weniger Stress“ sowie andere Aspekte von Gesundheit zu thematisieren. Es geht darum, Vertreter dieser Organisationen vorzubereiten und zu beraten.
- Durchführung von Seminaren „Wie kann ich persönlich meinen Stress besser bewältigen?“, dies z.T. gemeinsam mit Stress-Fachleuten.

## Folgen

Die Kampagne „gesundes Schweizikon“ lief während eines Jahres sehr intensiv. Dabei wurde abwechslungsweise eines der zentralen Themen (Ernährung, Bewegung, Rauchen, Stress) in den Vordergrund gestellt. In der Bevölkerung von Schweizikon kam einiges in Bewegung. Es entstanden Gruppierungen, welche beispielsweise forderten, dass die Informations- und Schulungsangebote weitergeführt und ausgebaut würden. Selbsthilfegruppen formierten sich, deren Mitglieder sich unter dem Slogan „Ich sage nein!“ gegenseitig bestärken wollten. Sie hatten in der Auseinandersetzung mit dem Problem Stress erkannt, dass sie sich in vielen Situationen selber stressten, weil sie nicht fähig waren, auch mal „nein“ zu sagen. Erstaunlicherweise erwuchs ausgerechnet aus diesen Gruppen ein tieferes Verständnis und Engagement für Randständige, z.B. Drogenabhängige. Sie erkannten diese gewissermassen als „Verwandte“ im Neinsagen (wenn auch mit untauglichen Mitteln).

Natürlich gab es auch kritische Stimmen, sogar Opposition. Dies beispielsweise von Leuten, die erschrecken wegen sich häufender Verkehrsblokaden durch Gruppen von Fitnessläufern. Diese wollten sich ihren Bewegungsraum in Wohn-

nähe und bei möglichst wenig verpesteter Luft sichern.

In der Folge versuchten Kritiker das Prophylaxeprojekt „Gesundes Schweizikon“ in Misskredit zu bringen, indem sie dieses für allerhand Unruhen verantwortlich machen wollten, wie etwa für Protestaktionen gegen Mietzinserhöhungen und gegen Spekulanten. Erwähnt sei noch, dass einige Tabakläden in finanzielle Not gerieten und vorübergehend subventioniert werden mussten (inzwischen haben sich einige davon zu erfolgreichen Verkaufsstellen von Nica-Bananen, mit gleichzeitiger Beratung für umweltbewusste Ernährung, gemausert).

## Strukturen

Auf politischer Ebene wird zur Zeit geprüft, ob und wie – nach erfolgter Auswertung der Begleituntersuchung – das Projekt „Gesundes Schweizikon“ weitergeführt werden kann. Mehr und mehr dringt ins Bewusstsein, dass die vor der Tür stehende Europa-Integration (1992) mit ihrer Sogwirkung auch auf Schweizikon besorgniserregende Begleiterscheinungen zeitigt. Der sich erhöhende Leistungsdruck in kleinen und mittleren Betrieben und die sich (trotzdem) häufenden Betriebsschliessungen beginnen sich auf die psychisch-soziale Gesundheit der Bevölkerung auszuwirken und die ersten Erfolge des Projekts „Gesundes Schweizikon“ zunichte zu machen: Zunahme von Selbstmorden, Depressionen, Suchterscheinungen, aber auch von Ausländerfeindlichkeit und Gewalttätigkeiten.

Sensibilisiert durch das „Gesundheitsprojekt“ fordern massgebliche Kreise eine Institutionalisierung dieser Prophylaxearbeit. Zur Diskussion – oder bereits vor der Realisierung? – steht das Konzept eines Zentrums für Prophylaxe, welches sowohl psychosoziale wie somatische Vorbeugung fördert bzw. gewährleistet. Seine Aufgaben:

- Koordination und Unterstützung der bestehenden Prophylaxeangebote in Schweizikon
- Angebote an Information, Animation, Bildung,
- Öffentlichkeitsarbeit, Sensibilisierung und Mobilisierung der Bevölkerung für Prophylaxeangelegen,
- Durchführung oder Ermöglichung von praxisnaher Präventionsforschung,
- Begleitung und Förderung von Bestrebungen und Initiativen aus der Bevölkerung, welche mehr „Wohlsein“ wollen,
- Kritische Einflussnahme auf „Wohlseins“-relevante politische Entscheide (Durchführung der WVP, der sogenannten „Wohlseins-Verträglichkeits-Prüfung“).

Übrigens: „Wohlsein“ ist ein neuerdings in Mode gekommener Ausdruck, der gerne anstelle von „Gesundheit“ verwendet wird. Es soll damit betont werden, dass es nicht nur um ein körperliches, sondern ebenso sehr um ein psychisches und soziales Wohlbefinden geht, kurz um eine ganzheitliche Prophylaxe, oder eben: Wohlsheinsförderung.

