Zeitschrift: Zeitschrift für Sozialhilfe : ZESO
Herausgeber: Schweizerische Konferenz für Sozialhilfe SKOS
Band: 109 (2012)
Heft: 1

Artikel: Wenn Armut zum Gesundheitsrisiko wird
Autor: Schneider, Jvo
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-839805

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: 09.07.2025

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

Wenn Armut zum Gesundheitsrisiko wird

In der Schweiz hat die Zahl der Übergewichtigen ein hohes Niveau erreicht. Besonders betroffen sind Menschen mit niedrigem Einkommen, weil sie beim Lebensmitteleinkauf und in der Freizeitgestaltung mehr aufs Portemonnaie achten müssen. Die Gesundheitsförderung Schweiz hilft ihnen, den Alltag gesünder zu gestalten.

Die Lebensbedingungen in der Schweiz sind je nach Haushaltsbudget sehr unterschiedlich und beeinflussen die individuelle Gesundheit massgeblich. Dies wird zum Beispiel bei den Themen Ernährung und Bewegung sichtbar. Die Entscheidungsfreiheit von einkommensschwachen Personen ist beschränkt, denn gesunde, kalorienarme Lebensmittel wie Früchte oder Gemüse sind im Durchschnitt teurer als kalorienreiche. Im Gegensatz zum fixen monatlichen Mietzins kann beim Lebensmitteleinkauf gespart werden. Menschen in prekären Lebenslagen verzichten deshalb oftmals auf gesunde Lebensmittel und kaufen eher günstige Ware ein, die häufig keine ausgewogene Ernährung erlaubt. Erschwerend kommt hinzu, dass auch viele Sport- und Bewegungsangebote für Armutsbetroffene nicht erschwinglich sind.

Die Folgen werden bei den Zahlen des BMI-Monitorings von Gesundheitsförderung Schweiz deutlich: So sind Kinder von Eltern mit niedrigem Bildungsniveau oder einer tiefen beruflichen Stellung häufiger von Übergewicht und Fettleibigkeit betroffen als Kinder von Akademikern und höheren Angestellten. Der Unterschied zwischen den beiden Extremgruppen beträgt je nach Ort und Schulstufe rund das Zwei- bis Fünffache. Auf allen Schulstufen sind Schweizer Schülerinnen und Schüler seltener übergewichtig oder adipös als Kinder anderer Nationalitäten, wobei die Nationalität wiederum mit Faktoren wie Armut oder Bildungsstand einhergeht.

Gesundheit darf kein Luxus sein

Um den Handlungsspielraum finanziell benachteiligter Menschen zu erweitern und ihre gesundheitliche Chancengleichheit zu verbessern, müssen Gesundheitsförderung und Präventionsarbeit die nötigen Rahmenbedingungen schaffen. Es geht also darum, Einfluss auf das Lebensumfeld der Betroffenen zu nehmen, um ein gesundheitsförderliches Verhalten zu unterstützen. Alle Menschen sollen gerechten Zugang zu den Ressourcen für Gesundheit und die gleiche Möglichkeit haben, ihre Gesundheit zu entwickeln und zu erhalten.

Deshalb hat Gesundheitsförderung Schweiz zusammen mit Caritas im Jahr 2010 ein Projekt ins Leben gerufen, das armutsbetroffenen Menschen bessere Möglichkeiten für eine ausgewogene und gesunde Ernährung und mehr Bewegung bietet. In den Caritas-Märkten in der ganzen Schweiz können sie Früchte und Gemüse zu stark vergünstigten Preisen einkaufen. Zudem erhalten sie gezielte Informationen zu ausgewogener Ernährung und ausreichender Bewegung. Für den Einkauf im Caritas-Markt braucht es eine Einkaufskarte, die von öffentlichen Sozialämtern, kirchlichen und privaten

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Gesundheitsförderung Schweiz ist eine Stiftung, die von Kantonen und Versicherern getragen wird. Mit gesetzlichem Auftrag initiiert, koordiniert und evaluiert sie Massnahmen zur Förderung der Gesundheit. Jede Person in der Schweiz leistet einen jährlichen Beitrag von 2.40 Franken zugunsten von Gesundheitsförderung Schweiz. Dieser Beitrag wird von den Krankenversicherern eingezogen.

Weitere Informationen:
www.gesundheitsfoerderung.ch
www.caritas-markt.ch/gesundheit

PLATTFORM

Die ZESO bietet ihren Partnerorganisationen diese Doppelseite als Plattform an: in dieser Ausgabe Gesundheitsförderung Schweiz.

Hier sind gesunde Lebensmittel erschwinglich: Caritas-Markt. Bild: Caritas Schweiz

Sozialinstitutionen und den regionalen Caritas-Stellen ausgestellt wird. Es werden keine Lebensmittel gratis abgegeben, denn die Kundinnen und Kunden sollen Eigenverantwortung übernehmen. Das Projekt «Caritas-Markt – gesund!» leistet damit einen wichtigen Beitrag, um die Lebensbedingungen einkommensschwacher Menschen zu verbessern.

Präventionsarbeit für Migranten

Speziell auf Migrantinnen und Migranten ausgerichtet ist das Projekt Vitalina, das von der Gesundheitsförderung Basel-Landschaft und HEKS, dem Hilfswerk der Evangelischen Kirchen Schweiz, lanciert wurde. Denn Präventionsbotschaften erreichen Personen ausländischer Herkunft aufgrund kultureller und sprachlicher Barrieren oft nicht so gut. Somit haben diese im Allgemeinen einen tieferen Wissenstand, was die Zusammenhänge von Ernährung, Bewegung und Gewicht betrifft. Zudem dominieren im Alltag andere Belastungen als die Sorge um das eigene Körpergewicht und das der Familienmitglieder.

Da sich viele Migrantinnen und Migranten im Zuge ihrer Integration auch beim Essen den westlichen Bedingungen anpassen wollen, übernehmen sie oftmals in erster Linie die problematischen Ernährungsgewohnheiten unserer industrialisierten Gesellschaft und vernachlässigen die traditionelle Küche ihrer Heimat. Ein Beispiel: Das Trinken von gesüssten Markengetränken kann als Statussymbol gelten; gleichzeitig sind viele aus ihrer Heimat das Trinken von Leitungswasser nicht gewohnt. Dem will Vitalina entgegen wirken. Ziel ist, fremdsprachige Eltern mit Kindern im Vorschulalter rund um die Themen ausgewogene Ernährung und ausreichend Bewegung zu informieren. Dabei geht das Projekt neue Wege: Interkulturelle Vermittlerinnen und Vermittler sprechen Eltern direkt an – auf Spielplätzen, in Parks, Schwimmbädern oder an Treffpunkten im Quartier. Die Unterstützung von Müttern spielt dabei eine zentrale Rolle. ■

Jvo Schneider
Gesundheitsförderung Schweiz

ARME HABEN TIEFERE LEBENSERWARTUNG

Der Gesundheitszustand eines Menschen hängt gemäss Schätzungen des Schweizer Präventionsexperten François van der Linde nur zu zehn bis zwanzig Prozent von seinem frei wählbaren Verhalten ab. Der direkte und indirekte Einfluss der allgemeinen Lebensbedingungen auf die Gesundheit beläuft sich hingegen auf 50 bis 60 Prozent. Menschen mit überdurchschnittlichem Einkommen haben eine deutlich höhere Lebenserwartung als Menschen mit wenig Geld: Ein ungelernter Arbeiter stirbt in der Schweiz im Durchschnitt vier bis fünf Jahre vor einem Akademiker. Alleinerziehende, Langzeitarbeitslose, ungelernte Arbeitnehmende oder Migranten haben oft begrenzte finanzielle Mittel und können sich einen gesunden Lebensstil nicht immer leisten.

Das fehlende Geld alleine erklärt aber nicht, warum Armut krank macht. Auch psychosoziale Faktoren spielen eine Rolle: Menschen mit tiefem Einkommen leiden oft an mangelnder Anerkennung, sind stigmatisiert und in hohem Mass von Arbeitsplatzunsicherheit betroffen. Der daraus resultierende Stress macht viele krank und kann zu einem vorzeitigen Tod führen. Zudem pflegen die Betroffenen einen Lebensstil, der gesundheitsschädlicher ist als der von Personen mit höherem sozialem Status. Zusammengefasst lässt sich sagen: Je weiter unten auf der sozialen Rangskala einer Gesellschaft sich jemand befindet, desto tiefer ist seine Lebenserwartung und desto grösser seine Anfälligkeit für Krankheiten.