



VBGF/ARPS

Vereinigung der kantonalen Beauftragten für Gesundheitsförderung
Association des responsables cantonaux pour la promotion de la santé
Associazione dei responsabili cantonali per la promozione della salute

Förderung von Gesundheitskompetenz im Rahmen kantonalen Programme zu Gesundheitsförderung und Prävention

Ein Leitfaden für die Praxis (Ackermann G., 2025)

Präsentation in der Fachgruppe Gesundheitsförderung und Prävention von Public Health Schweiz
Silvia Steiner, Geschäftsführerin VBGF, Projektleiterin GDK

VBGF Haus der Kantone Speichergasse 6 Postfach CH-3001 Bern Tel. +41 (0)31 356 20 40 info@vbgf-arps.ch www.vbgf-arps.ch

Auftrag an Günter Ackermann durch die VBGF

Entwicklung eines Leitfadens zur Förderung der Gesundheitskompetenz im Rahmen kantonaler Programme zu Gesundheitsförderung und Prävention:

- **Wie ist das Verhältnis** zwischen Gesundheitskompetenz und Gesundheitsförderung zu verstehen?
- Nach welchen **Kriterien** und mit welchen **Massnahmen** kann Gesundheitskompetenz auf den vier KAP-Ebenen Interventionen, Öffentlichkeitsarbeit, Vernetzung und Policy gefördert werden?
- Welche **Good-Practice** Beispiele gibt es?

Vorgehen

Entwicklungsprozess mit Begleitgruppe aus VBGF-Mitgliedern, Kantonsvertreter:innen und Gesundheitsförderung Schweiz

Theoretische Grundlage: [Konzeptpapier](#) zur Gesundheitskompetenz von Careum (De Gani et al., 2023)

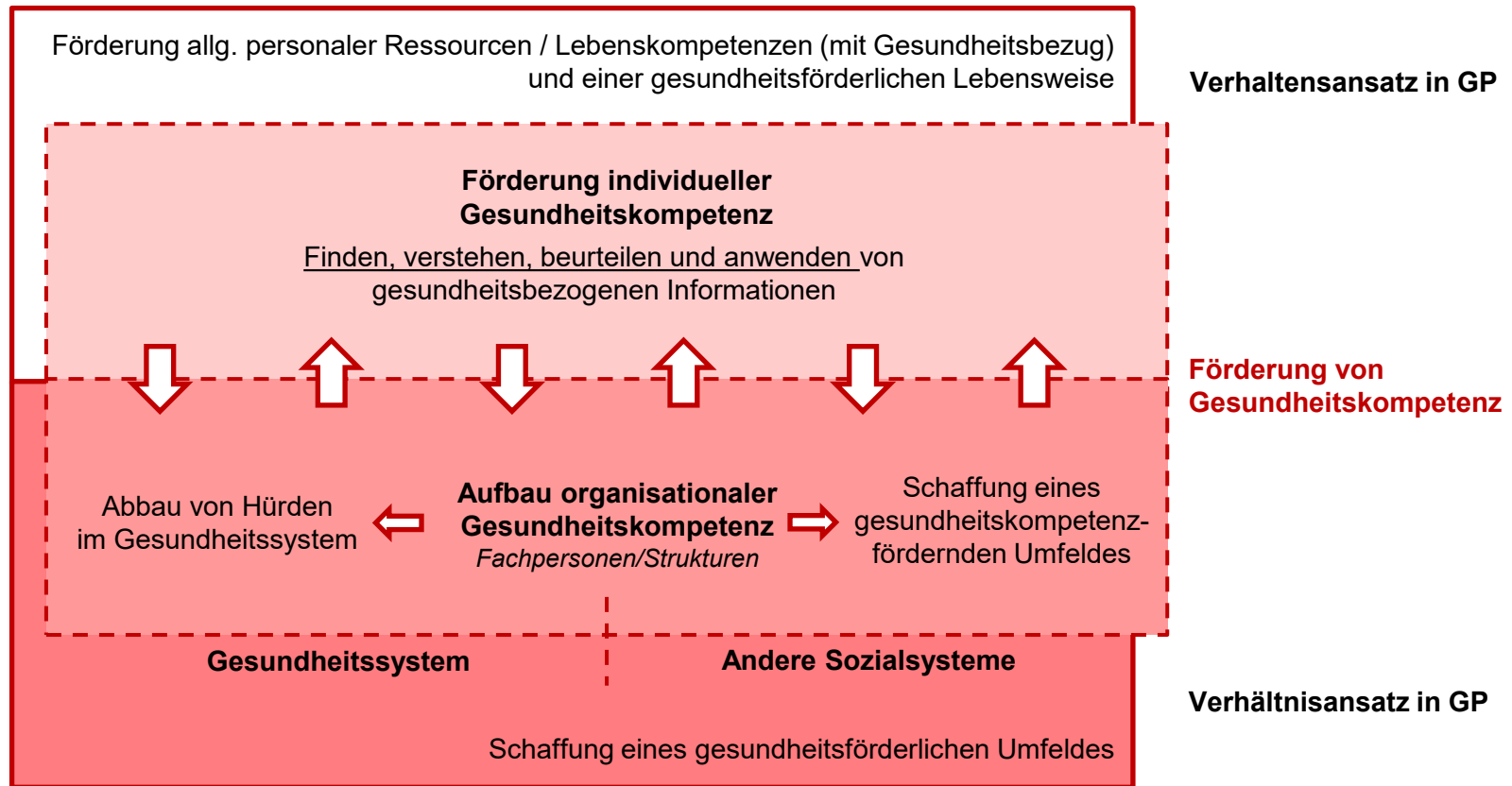
Auswahl von Massnahmen: Unsystematische, gezielte Suche in der [Orientierungsliste KAP 2022](#) (GFCH), in der Projektdatenbank www.good-practice.ch, auf Plattformen zu Gesundheitskompetenz, Berücksichtigung gemeldeter Projekte, erweiterte Internetrecherchen rund um den Begriff Gesundheitskompetenz, mit Blick über die Landesgrenzen hinaus.

Inhalt

- Zum Verhältnis zwischen **Gesundheitskompetenz und Gesundheitsförderung**
 - Das dem Leitfaden zugrundeliegende **Verständnis** von Gesundheitskompetenz
 - **Kriterien und Beispiele** zur Förderung von Gesundheitskompetenz (auf den 4 Ebenen kantonaler Programme)
 - **Anwendung** des Leitfadens
 - **Fragen**
-

Verhältnis Gesundheitskompetenz und Gesundheitsförderung/Prävention

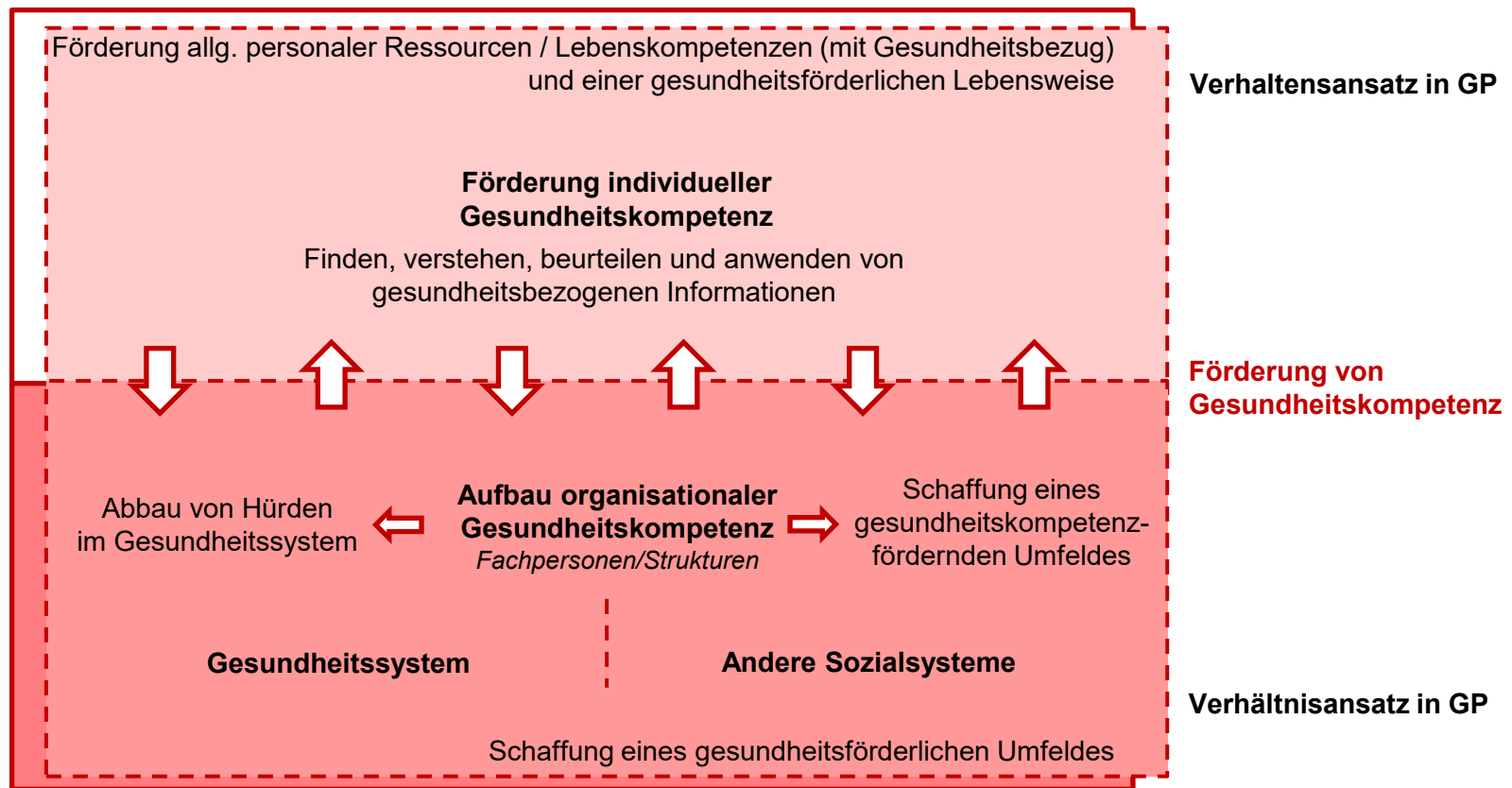
Individuen



Organisationen / Sozialsysteme

Je weiter wir Gesundheitskompetenz denken, desto grösser ist die Überlappung mit der Gesundheitsförderung / Prävention

Individuen



Organisationen / Sozialsysteme

Gemeinsamkeiten Gesundheitsförderung - Gesundheitskompetenz

Zwischen den beiden Konzepten der Gesundheitskompetenz und der Gesundheitsförderung / Prävention gibt es viele Gemeinsamkeiten, wie beispielsweise:

- Bedeutung der gesellschaftlichen **Komplexität** und des **Kontextes** für die Entwicklung von Gesundheit und Wohlbefinden.
 - Berücksichtigung einer Vielfalt von **Gesundheitsdeterminanten**.
 - Zusammenspiel von **verhaltens-** und **verhältnisorientiertem** Ansatz.
 - Berücksichtigung von Handlungsprinzipien wie gesundheitliche **Chancengleichheit, Partizipation, Empowerment**.
-

Unterschiede

- Fokus auf den **Kompetenzaufbau** (primär individuell-verhaltensorientiert und sekundär kollektiv-verhältnisorientiert), nicht auf Veränderungsprozesse
- Fokus auf das **Gesundheitssystem und auf kompetenzbildende Systeme** (z.B. Bildungssystem)
- Letztliche Ziele sind die **Stärkung individueller Gesundheitskompetenz** sowie der **Abbau von Zugangshürden** zu gesundheitsbezogenen Angeboten und Informationen, primär über die **Stärkung von Gesundheitskompetenz von Fachpersonen**.

Im Unterschied zur Förderung der Gesundheitskompetenz fokussiert die **Gesundheitsförderung explizit auf gesundheitsbezogene Aspekte** (die Vermittlung allgemeiner Grundkompetenzen wie Lesen und Schreiben sind nicht Aufgabe der Gesundheitsförderung und Prävention).

	Engeres Verständnis	Breiteres Verständnis
Individuelle Ebene	Kompetenzen zum Finden, Verstehen, Beurteilen und Anwenden von gesundheitsbezogenen Informationen, z.B.: - Gezieltes Suchen und Finden von gesundheitsrelevanter Information über unterschiedliche Kanäle. - Verstehen gesundheitsbezogener Information, Herstellen von Anschlüssen an bereits vorhandenes Wissen, Erweiterung vorhandenen Wissens. - Einschätzen der Güte unterschiedlicher Quellen von Gesundheitsinformationen (Fachmedien, Medien, Internetportale, Fachpersonen, Gesundheitscoachs, Familie und Freunde etc.). - Kritische Reflexion und vergleichende Bewertung von gesundheitsbezogenen Informationen. Erfassen der Bedeutung dieser Informationen für die eigene Gesundheit und die Gesundheit anderer. - Differenzierte und kritisch reflektierte Haltung in gesundheitsbezogenen Fragen - Selbstmanagement - Reflektierter Austausch über Themen und Fragen der Gesundheit und einer gesundheitsförderlichen Lebensweise - Aktivieren von Unterstützung in gesundheitsbezogenen Fragen (in professionellen und privaten Systemen) - Transfer von als relevant erachtetem Gesundheits-Wissen in den Alltag	Grundlegende Lebenskompetenzen: - Lesen, Schreiben, Rechnen etc. - Medienkompetenz inkl. kritische Reflexion von Medieninhalten und des Umgangs mit (neuen) Medien - Gesundheitsförderliche Ressourcen wie Selbstvertrauen, Resilienz, Kohärenzgefühl und Selbstwirksamkeit - Soziale und kommunikative Kompetenzen, Auftrittskompetenz, Kritik- und Konfliktfähigkeit - Persönlichkeitsentwicklung, Selbstsorge, positives Selbstbild - Vernetztes, analytisches Denken - Fähigkeit zur kritischen (Selbst-) Reflexion - Empathie und Solidarität (mit Blick auf kollektive Gesundheitskompetenz) - Aufbau und Unterhalt tragfähiger sozialer Beziehungen, Pflege und Erweiterung des eigenen sozialen Netzes - Problemlösefähigkeiten - Erziehungskompetenzen für Erziehungsbeauftragte Etc.

Das dem Leitfaden zugrundeliegende engere Verständnis von Gesundheitskompetenz

- **Expliziter Gesundheitsbezug:** Allgemeine Lebenskompetenzen, wie beispielsweise Kritisches Denken oder Kommunikations- und Beziehungsfähigkeiten, bilden zwar eine wichtige Grundlage für Gesundheitskompetenz, sie werden aber nur dann zum Gegenstand des Leitfadens, wenn sie mit expliziten Gesundheitsfragen verbunden sind (z.B. kritisches Beurteilen von Gesundheitsinformationen).
- Der Leitfaden fokussiert auf das **Finden, Verstehen, Bewerten** und **Anwenden** von **gesundheitsrelevanten Informationen** resp. auf die Schaffung von Rahmenbedingungen, welche dies unterstützen.
- Auf **organisationaler Ebene** kann es darum gehen, z.B. durch Qualifizierung von Fachpersonen und Schaffung entsprechender Strukturen, **Hürden** beim Zugang zu gesundheitsrelevanten Informationen und Angeboten abzubauen oder
- **Menschen** gezielt in der Entwicklung und Stärkung ihrer Gesundheitskompetenz (in einem engeren Sinne) **zu unterstützen**.

Die Gestaltung gesundheitsförderlicher Lebenswelten im Sinne der Ottawa-Charta wird im Rahmen dieses Leitfadens **nicht** unter Gesundheitskompetenz gefasst.

Kriterien

Individuelle GeKo

Interventionen

- Finden
- Verstehen
- Beurteilen
- Anwenden
- Niederschwelligkeit
- Intensität
- Navigation
- Unterstützung
- Selbstmanagement
- Advocacy
- Digitale Kompetenz

Öffentlichkeitsarbeit

- Navigation
- Aufbau von GeKo
- Erleichterung des Zugangs
- Differenzierte, kritische Haltung
- Motivierende Botschaften
- Adressatengerechte Sprache

Organisationale GeKo

- Abbau von Hürden
- Angebote
- Qualifizierung
- Systematischer Ansatz

- Sensibilisierung
- Motivierung
- Reflexion von Hürden
- Vermittlung Good-Practice

Vernetzung

- Vernetzung und Dialog im Kanton
- Kantonsübergreifende Vernetzung und Dialog
- Wissenschaft-Praxis-Transfer
- Gemeinsames Verständnis
- Koordination Angebote und Dienstleistungen
- Gemeinsame Initiativen
- Netzwerk gesundheits-kompetenter Organisationen
- Allianzen

Policy

- Themenintegration
- Systematische Förderung der Gesundheitskompetenz
- Systematische Förderung gesundheitskompetenter Organisationen
- Verankerung in Aus- und Weiterbildung
- Gesundheitskompetente Verwaltung
- Förderung der Vernetzung

Kriterien Interventionen

Auszug individuelle Ebene

Kriterien	Erläuterung		
Individuelle Gesundheitskompetenz			
Finden	Die Intervention unterstützt Menschen beim Aufbau von Gesundheitskompetenz, indem sie hilft, gesundheitsrelevante Informationen zu finden.		
	1	Anbieten oder Vermitteln von gesundheitsbezogenen Informationen	2
Verstehen	Die Intervention hilft Menschen, gesundheitsrelevante Informationen zu verstehen.		
	1	Adressatengerechte Aufarbeitung von Informationen, welche das Verstehen erleichtern	2
Beurteilen	Die Intervention fördert eine kritische Auseinandersetzung mit gesundheitsrelevanten Informationen und unterstützt Menschen bei einer differenzierten Beurteilung von Informationen und Informationsquellen.		
	1	Vermittlung von Informationen, welche zum Nachdenken anregen resp. die kritische Reflexion fördern	2
Anwenden	Die Intervention unterstützt Menschen beim Transfer von gesundheitsrelevanten Informationen in den Alltag.		
	1	Informationen zur Anwendung gesundheitsbezogener Information	2
Niederschwelligkeit	Die Intervention erreicht die Zielgruppen niederschwellig.		
	1	Gute Zugänglichkeit zu gesundheitsrelevanter Information (Preis, Öffnungszeiten ...)	2
Navigation	Die Intervention unterstützt Menschen bei der Navigation und Nutzung des Gesundheits- resp. Krankheitssystems.		
	1	Informationen zur Navigation	2
Digitale Kompetenz	Die Intervention unterstützt Menschen spezifisch bei der Nutzung digitaler Informations- und Unterstützungssysteme in Zusammenhang mit Gesundheit und Krankheiten.		
	1	Informationen zur Nutzung digitaler Systeme	2
Intensität	Für den nachhaltigen Aufbau von Kompetenzen (Wissen, Fertigkeiten, Fähigkeiten, Haltung, kritisches Denken) bietet die Intervention eine möglichst intensive Auseinandersetzung mit gesundheitsbezogenen Inhalten.		
	1	Eher passive Rezeption, punktuelle Vermittlung	2

Zusätzlich:

- Selbstmanagement
- Unterstützung bei gesundheitlichen Herausforderungen
- Advocacy

Beispiele für Interventionen (individuelle Ebene)

Verstehen	Die Intervention hilft Menschen, gesundheitsrelevante Informationen zu verstehen, u. a. durch adressatengerechte Aufbereitung der Informationen.			
	1	Adressatengerechte Aufarbeitung von Informationen, welche das Verstehen erleichtern	2	Unterstützung beim Verstehen gesundheitsbezogener Information
Beispiele		- Auf der Webseite von Gorilla sind gesundheitsrelevante Informationen für Kinder und Jugendliche altersgerecht-attraktiv aufgearbeitet (Gestaltung, Videos, Spiele etc.). - «Erklär mir Liebe» verwendet Piktogramme für eine angemessene Kommunikation mit behinderten Menschen (Körper- und Mehrfachbehinderungen). - Kurzfilme des Instituts Kinderseele Schweiz, die das Thema «Familien mit einem psychisch oder suchtkranken Elternteil» aus verschiedenen Blickwinkeln (Jugendliche, Eltern, Fachpersonen) beleuchten.		- ensa Erste-Hilfe-Kurse und -Gespräche vermitteln praxisnah Basiswissen über die häufigsten psychischen Krankheiten und Krisen. Die Teilnehmenden lernen, Probleme rechtzeitig zu erkennen, wertfrei anzusprechen sowie Betroffene zu professioneller Hilfe zu ermutigen. - feel-ok.ch und seine Partnerorganisationen bieten zahlreiche Instrumente an, die in der Schule eingesetzt werden können, um u. a. gesundheitsbezogene Ziele des Lehrplans 21 umzusetzen (vgl. auch Högger, 2015; Högger, 2018).

Beispiele für Öffentlichkeitsarbeit (individuelle Ebene)

Erleichterung des Zugangs	Die Massnahme der Öffentlichkeitsarbeit vermittelt Wissen, welches den Zugang zu gesundheitsrelevanten Organisationen erleichtert.
Beispiele	- Infosenior.ch ist ein Suchportal mit Verlinkung zu verschiedenen Fachstellen und Organisationen zu gesuchten Themen. - Verschiedene Veranstaltungen von «Zwäg ins Alter» vermitteln u.a. in weiterführende Angebote, z.B. in die Gesundheitsberatungen von Pro Senectute.
Förderung von Interaktion	Die Massnahme der Öffentlichkeitsarbeit fördert den Austausch rund um das Gesundheitsthema (vgl. interaktive Gesundheitskompetenz).
Beispiele	- Die «Wie geht's dir?»-Bänkli laden ein, sich hinzusetzen und sich mit Fragen der psychischen Gesundheit auseinanderzusetzen und sich dazu auszutauschen. - Die Suchtpräventionskampagne des Kantons Zürich bietet Freundestests an, um das Konsumverhalten Nahestehender einschätzen zu können – auch als Grundlage für Gespräche.

Anwendung der Kriterien des Leitfadens

- **Als Inspiration:** Durch die Auseinandersetzung mit den Beispielen zu den Massnahmen -> Übernahme und Weiterentwicklung von eigenen Massnahmen.
 - **Zur Beurteilung einzelner Massnahmen:** Bewertung ausgewählter Massnahmen hinsichtlich der Förderung von Gesundheitskompetenz -> Identifizierung von Stärken und Verbesserungspotenzialen.
 - **Zur Reflexion von kant. Programmen:** Beurteilung aller Massnahmen eines Programms / einer Programmebene entlang der Kriterien. Reflexion des Gesamtbildes -> welche Kriterien sind durch viele Massnahmen bereits gut abgedeckt, wo gibt es Lücken resp. Entwicklungspotenzial für das Programm?
-

Excel Vorlage

Assessment Massnahmen zur Förderung der Gesundheitskompetenz							
Ebene Vernetzung		Massnahme 1		Massnahme 2		Massnahme 3	
		Link		Link		Link	
Kriterien	Beschreibung Kriterien	Erfüllt	Bemerkungen	Erfüllt	Bemerkungen	Erfüllt	Bemerkungen
Vernetzung und Dialog innerhalb des Kantons	Die Vernetzungsmassnahme bringt unterschiedliche Akteure über die Grenzen von Bereichen, Disziplinen, Staatsebenen, Ämtern, Hierarchiestufen, Organisationen, Programmen und Projekten hinweg zum Thema Gesundheitskompetenz zusammen und/oder fördert den Dialog zum Thema Gesundheitskompetenz unter ihnen.						
Kantonsübergreifende Vernetzung und Dialog	Die Vernetzungsmassnahme fördert den kantonsübergreifenden, nationalen und/oder internationalen Dialog rund um Gesundheitskompetenz.						
Wissenschaft-Praxis-Transfer	Die Vernetzungsmassnahme bringt Institutionen aus Wissenschaft und Praxis zum Thema Gesundheitskompetenz zusammen und fördert den Transfer von wissenschaftlichen Erkenntnissen in die Praxis und die wissenschaftliche Aufbereitung von entsprechenden Praxiserfahrungen.						
Gemeinsames Verständnis	Die Vernetzungsmassnahme fördert mittels koordinierter Information ein gemeinsames Verständnis von Gesundheitskompetenz.						
Koordination von Angeboten und Dienstleistungen	Die Vernetzungsmassnahme fördert die Koordination von Initiativen, Massnahmen und Projekten mit einem Fokus Gesundheitskompetenz.						
Gemeinsame Initiativen	Die Vernetzungsmassnahme fördert gemeinsame Initiativen, Projekte und Programme zur Entwicklung und Stärkung von Gesundheitskompetenz.						
Netzwerk gesundheitskompetenter Organisationen	Die Vernetzungsmassnahme bringt Organisationen zusammen, die ihre Strukturen hin zu einer gesundheitskompetenten Organisation weiterentwickeln.						
Netzwerke / Allianzen	Die Massnahme bringt Organisationen strukturell zusammen, die sich für Gesundheitskompetenz und gesundheitskompetenzfördernde Rahmenbedingungen einsetzen.						
Interventionen							
Öffentlichkeitsarbeit							
Policy							

Fragen und Diskussion

Für Rückfragen:

Silvia Steiner, silvia.steiner@vbgf-arps.ch

oder

Dr. Günter Ackermann, Qualität & Evaluation, www.guenterackermann.ch



VBGF / ARPS

Vereinigung der kantonalen Beauftragten für Gesundheitsförderung
Association des responsables cantonaux pour la promotion de la santé
Associazione dei responsabili cantonali per la promozione della salute

Weiterführende Informationen

[Leitfaden auf www.vbgf-arps.ch](http://www.vbgf-arps.ch)

[Excelraster für Analyse](#)

Prevention.ch

[Oktober: Health Literacy Month | prevention.ch](http://prevention.ch)

[Gesundheitskompetenz | prevention.ch](http://prevention.ch)