

An das Stadtparlament

## Winterthur

Antrag und Bericht zur Motion betreffend Einführung einer Ernährungsberatung im schulärztlichen Dienst eingereicht von den Stadtparlamentsmitgliedern G. Stritt SP, M. Lischer Grüne/AL, N. Holderegger GLP

---

### Antrag:

1. Vom Bericht des Stadtrats zur Motion betreffend Einführung einer Ernährungsberatung im schulärztlichen Dienst wird in zustimmenden Sinn Kenntnis genommen.
2. Die Motion wird nicht erheblich erklärt und damit als erledigt abgeschlossen.

### Bericht:

Am 22. Januar 2024 reichten die Stadtparlamentsmitglieder Gabi Stritt SP, Maria Lischer Grüne/AL, Nicole Holderegger GLP, mit 28 Mitunterzeichnerinnen und Mitunterzeichnern folgende Motion ein, welche vom Stadtparlament am 4. März 2024 überwiesen wurde:

#### Antrag

Der Stadtrat wird beauftragt, im schulärztlichen Dienst eine Ernährungsberatung einzurichten und diese entsprechend konzeptionell zu verankern. Dies mit dem Auftrag niederschwellige Angebote zu Verfügung zu stellen insbesondere auch im Rahmen von Projekt- und Präventionsarbeit in Schulklassen.

#### Begründung

Die regelmässigen Erhebungen des schulärztlichen Dienstes zeigen, dass auf der Mittelstufe 21,7% und auf der Oberstufe bereits 24,7% der Schüler\*innen von Übergewicht und Adipositas betroffen sind. Winterthur gehört damit schweizweit zu den Städten mit den höchsten Anteilen<sup>1</sup> In verschiedenen Städten des Kantons Zürich besteht schon seit Jahren eine Ernährungsberatung in den Schulen, in Winterthur fehlt ein solches Angebot.

Bei differenzierter Betrachtung ist zu erkennen, dass die soziale Herkunft einen deutlichen Einfluss auf die Übergewichtsprävalenz hat. Deshalb sind Präventionsprogramme für bildungsferne und sozial benachteiligte Gruppen auch mit dem Fokus auf das Körpergewicht wichtig sind. Da das Übergewichtsrisiko mit steigendem Alter der Schülerinnen und Schülern zunimmt, benötigt diese Altersgruppe ein spezielles Augenmerk und ein verstärktes Engagement.

Weltweit steigt die Häufigkeit von Diabetes Typ II, einer häufigen Folgeerkrankung von Übergewicht und Adipositas<sup>2,3</sup>. Die körperlichen und psychischen Folgen von Adipositas schränken die Betroffenen ein und belasten sie in verschiedenen Bereichen. Zudem steigen die Gesundheits- und Sozialkosten. Da die Weichen für die Essgewohnheiten in den frühen Kinderjahren gestellt werden, ist es nachhaltig und sinnvoll, wenn die Schule niederschwellige Angebote zu Verfügung stellt und die Kinder und Jugendlichen unabhängig vom Elternhaus Wissen über gesunde Ernährung vermittelt erhalten und sensibilisiert werden.

Anlässlich der Parlamentssitzung vom 3. April 2023 bestätigte SR Jürg Altwegg auf eine zu diesem Thema gestellte Frage von Kaspar Vogel, von den hohen Zahlen von adipösen Jugendlichen Kenntnis zu haben. Er verwies auf das vielfältige Sport- und Bewegungsangebot, liess aber durchblicken, dass eine Ernährungsberatung in der Schule sinnvoll sein könnte.

<sup>1</sup> [https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2023-01/Arbeitspapier\\_058\\_GFCH\\_2021-09\\_-\\_Vergleichendes\\_BMI-Monitoring.pdf](https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2023-01/Arbeitspapier_058_GFCH_2021-09_-_Vergleichendes_BMI-Monitoring.pdf)

<sup>2</sup> <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/182587/umfrage/praevalenz-von-diabetes-in-ausgewaehlten-laendern> [retrieved 2023-06-23]

<sup>3</sup> Khan et al. Journal of Epidemiology and Global Health. Vol. 10(1); March (2020), pp. 107–111. <https://doi.org/10.2991/jeqh.k.191028.001>

## **Der Stadtrat äussert sich dazu wie folgt:**

### **1. Ausgangslage**

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung und genügend Schlaf wirken sich bei jungen Menschen kurz- und langfristig positiv auf die Entwicklung aus und bieten zahlreiche gesundheitliche Vorteile. In den folgenden Kapiteln wird auf verschiedene Studien eingegangen, welche diese Aussage belegen.

#### **1.1 Health Behaviour in School-aged Children**

Wichtige Erkenntnisse zur Gesundheit, zum Wohlbefinden und dem Körperbild von Kindern und Jugendlichen liefert die Studie «Health Behaviour in School-aged Children» (HBSC)<sup>1</sup>. Im Jahr 2022 nahmen 9345 Kinder und Jugendliche im Alter von 11 bis 15 Jahren aus der Schweiz an dieser internationalen Studie teil.

Im Jahr 2022 waren gemäss der HBSC-Studie rund 73 % der 11- bis 15-Jährigen normalgewichtig, ca. 13 % übergewichtig und rund 14 % untergewichtig. Diese Werte zeigen sich im Vergleich zur Studie aus dem Jahr 2018 stabil. Im Unterschied zum effektiven Gewicht wird das eigene Körperbild im Vergleich mit der Studie aus dem Jahr 2018 deutlich schlechter dargestellt. So schätzten im Jahr 2022 lediglich rund 49 % der 11- bis 15-Jährigen ihr Gewicht als ungefähr richtig ein. Häufig stimmte die Wahrnehmung nicht mit dem eigentlichen Gewicht überein, wobei die Mädchen ihr Gewicht tendenziell über- und die Jungen eher unterschätzten. Diese Selbstwahrnehmung beeinflusst das Wohlbefinden stark.

#### **1.2 Vergleichendes Monitoring der Gewichtsdaten**

Die Teilnahme am schweizweiten BMI-Monitoring<sup>2</sup> im Jahr 2021 hat gezeigt, dass in Winterthur 24.1 % aller Jugendlichen der 2. Sekundarstufe und 21.7 % aller Kinder in der 5. Primarklasse übergewichtig oder adipös sind. Diese Zahlen sind vergleichbar mit anderen Städten, aber höher als bei den Kindern und Jugendlichen der Landregionen. Schweizweit sind 17.5 % der Kinder und Jugendlichen sowie 41 % der Gesamtbevölkerung übergewichtig oder adipös.

#### **1.3 SOPHYA-Studie**

Die SOPHYA-Studie<sup>3</sup>, welche das Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen untersucht, stellte fest, dass der Zeitanteil der körperlichen Aktivität mit steigendem Alter abnimmt. Inaktive Kinder fanden ebenfalls langfristig weniger Zugang zu Sport und hörten früher damit auf. Die Studie empfiehlt deshalb, den Fokus mit altersgerechten und vielfältigen Angeboten vermehrt auf die inaktiven Kinder zu legen.

In der SOPHYA Studie von 2014 wurden in Interviews mit 6- bis 11-Jährigen Fragen zum Früchte- und Gemüsekonsum gestellt. Zusammengefasst kann festgehalten werden, dass 3 % der Kinder kaum Früchte und 7 % der Kinder kaum Gemüse assen. Relevant erscheint ebenfalls, dass die Empfehlung «5 Portionen Gemüse und Früchte pro Tag» gemäss der Studie nur 28.7 % der Kinder aus der Deutschschweiz erreicht haben. Alter und Geschlecht hatte keinen Einfluss auf das Erreichen der Empfehlung, aber Kinder von bildungsfernen Eltern waren häufiger in der Gruppe vertreten, die kaum Früchte oder Gemüse assen. Kinder, die seltener als einmal pro Tag Früchte und Gemüse assen, waren ausserdem häufiger übergewichtig als die restlichen Kinder.

#### **1.4 Nationaler Gesundheitsbericht**

Im Nationalen Gesundheitsbericht<sup>4</sup> aus dem Jahr 2020 wird erwähnt, dass gemäss der Studie von Haba-Rubio & Heinzer (2016) Schlaf eine wichtige Rolle in Zusammenhang mit Übergewicht

<sup>1</sup> [https://www.hbsc.ch/pdf/hbsc\\_bibliographie\\_388.pdf](https://www.hbsc.ch/pdf/hbsc_bibliographie_388.pdf)

<sup>2</sup> [https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2023-01/Arbeitspapier\\_058\\_GFCH\\_2021-09\\_-\\_Vergleichendes\\_BMI-Monitoring.pdf](https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2023-01/Arbeitspapier_058_GFCH_2021-09_-_Vergleichendes_BMI-Monitoring.pdf)

<sup>3</sup> SOPHYA-Studie – Resultate zum Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen in der Schweiz (admin.ch)

<sup>4</sup> [https://www.obsan.admin.ch/sites/default/files/gesundheitsbericht\\_2020.pdf](https://www.obsan.admin.ch/sites/default/files/gesundheitsbericht_2020.pdf)

spielt: «Wenig Schlaf erhöht das Risiko für Übergewicht und Diabetes Typ 2.» Zudem ist der HBSC-Studie zu entnehmen, dass rund ein Drittel der 11- bis 15-Jährigen wiederholt oder chronisch Einschlafschwierigkeiten und ein Viertel Durchschlafschwierigkeiten haben.

### **1.5 Kosten und Folgekosten von Übergewicht und Adipositas**

In der Zeit von 2002 bis 2012 haben sich gemäss dem Bundesamt für Gesundheit<sup>5</sup> die direkten und indirekten Krankheitskosten von Übergewicht und Adipositas verdreifacht und lagen im Jahr 2012 bei rund 8 Mrd. Franken pro Jahr. Die direkten Kosten beliefen sich im Jahr 2012 für die Behandlungen auf 24 Mio. Franken, die Kosten für Operationen auf 50 Mio. Franken und diejenigen für Konsultationen auf 3 Mio. Franken. Zu den grössten Kostentreibern der übergewichtsbedingten Folgeerkrankungen zählen folgende Krankheiten:

- Depression 22 %
- Knie- und Hüftprobleme 21 %
- Diabetes 19 %

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass Übergewicht nebst steigenden Gesundheitskosten grosse psychische Auswirkungen hat. So werden Betroffene von Übergewicht und Adipositas häufig stigmatisiert und diskriminiert, was zu sozialer Isolation führen kann. Dies kann die Lebensqualität beeinträchtigen und zu einem niedrigen Selbstwertgefühl, Depressionen und Angstzuständen führen.

## **2. Stand der Angebote, Prävention und Beratung in Winterthur**

Der Schulärztliche Dienst der Stadt Winterthur erhebt bei den obligatorischen Vorsorgeuntersuchungen in der 5. Primarklasse und 2. Sekundarklasse unter anderem die Grösse und das Gewicht (BMI). In § 17a der Volksschulverordnung (VSV) ist diese Vorsorgeuntersuchung gesetzlich vorgeschrieben. Die Vorsorgeuntersuchungen geben Aufschluss auf die gesundheitliche Entwicklung der Kinder und Jugendlichen. Die erhobenen Daten zeigen gemäss Kapitel 1.2 einen hohen Anteil an übergewichtigen und adipösen Kindern und Jugendlichen. Der nächste aussagekräftige Vergleich wird im Herbst 2024 im Rahmen der erneuten Teilnahme am BMI-Monitoring vorliegen.

Im Lehrplan 21 ist das Thema Ernährung, Gesundheitsförderung und Prävention altersgemäss in die verschiedenen Fächer und Module integriert und somit fixer Bestandteil des Unterrichts. Kinder und Jugendliche lernen in der Schule, auf welchen Ebenen sie auf die Ernährung Einfluss nehmen, Verantwortung übernehmen und Entscheidungen treffen können und stärken somit ihre Gesundheitskompetenz. Es bestehen ergänzend zum Lehrplan 21 bereits vielfältige unterstützende Angebote und Programme, welche im Rahmen des geplanten Konzepts (siehe Kapitel 3.1) zur Ernährungsberatung durch den Schulärztlichen Dienst der Stadt Winterthur geprüft werden. Der Schulzahnärztliche Dienst Winterthur erteilt wiederkehrende «Znüni-Lektionen» mit Fokus auf die Mundgesundheit und das Thema Zucker. Ergänzend wird der Flyer «Tipps für einen gesunden Znüni»<sup>6</sup> verteilt.

Die schulergänzende Betreuung hat in ihrem Ernährungskonzept eine gesunde und nachhaltige Ernährung als wichtigen Bestandteil für die Verpflegung definiert. Rund 40 % der Kinder und Jugendlichen besuchen in Winterthur die schulergänzende Betreuung.

Das Sportamt Winterthur bietet mit den rund 80 Schulsportkursen ein breites Angebot im Bereich der Bewegung der Kinder und Jugendlichen und geht dadurch auf die verschiedenen Bedürfnisse und Vorlieben ein. Mit dem Kurs «Move/Move plus» wird die Bewegung bei Kindern mit erhöhtem BMI angepasst auf ihre Möglichkeiten gefördert. In der Vergangenheit erhielten Familien – im

---

<sup>5</sup> <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/gesund-leben/gesundheitsfoerderung-und-praevention/koerpergewicht/uebergewicht-und-adipositas/kosten-uebergewicht-und-adipositas.html>

<sup>6</sup> <https://stadt.winterthur.ch/themen/leben-in-winterthur/bildung-und-schule/schulische-unterstuetzung/schulzahnarztlicher-dienst/prophylaxe/znueni-flyer>

Rahmen einer Abschlussarbeit einer Praktikantin im Sportamt – einmalig das Angebot, in Kombination mit dem Kurs «Move/Move plus» eine Ernährungsberatung in Anspruch zu nehmen. Dieses Angebot ist auf Interesse gestossen und wurde genutzt.

Die Fachstelle Klima leistet ebenfalls einen Beitrag in Zusammenhang mit nachhaltiger und klimaschonender Ernährung. Hier liegen die inhaltlichen Schwerpunkte auf der Reduktion von Food Waste sowie auf einer verstärkt pflanzlichen Ernährung. Schulen sind in diesem Themenbereich derzeit vor allem über die Verpflegung der schulergänzenden Betreuung eingebunden. Verwaltungsmassnahmen werden bei der Klimabildung bereits Aktivitäten umgesetzt (z. B. Schulungen Mitarbeitende, Wissenslunches). Ein «Umsetzungskonzept verwaltungsexterne Klimabildung» mit Berücksichtigung des Schul- und Betreuungsumfeldes wird derzeit erarbeitet.

### **3. Handlungsbedarf in den Schulen der Stadt Winterthur**

Der Stadtrat hat den in der Ausgangslage geschilderten hohen Anteil an übergewichtigen und adipösen Kindern/Jugendlichen im Schulalter sowie den damit verknüpften Handlungsbedarf erkannt und er wird dem Antrag gemäss Motion entsprechen. Es ist dem Stadtrat wichtig, dass bei der konzeptionellen Verankerung auf langfristige, wirksame und umsetzbare Angebote geachtet wird, die in den Schulen eine breite Akzeptanz finden. Des Weiteren sollen alle Schulen und Betreuungen in Winterthur gleichermassen von den Angeboten profitieren können.

Ein Engagement der Stadt Winterthur im Bereich Ernährungsberatung unterstützt ebenfalls die «Gesundheitspolitische Strategie des Bundesrates 2020-2030»<sup>7</sup> gemäss dem Ziel «Gesund älter werden».

«Mehr Gesundheit für Kinder und Jugendliche (SR 4.2):

Ein gesunder Start ins Leben ist eine entscheidende Voraussetzung für ein gesundes Erwachsenenleben. Bund, Kantone sowie alle Institutionen der Erziehung und Bildung von Kindern und Jugendlichen sollen Massnahmen entwickeln für eine Nutzung bisher nicht ausgeschöpfter Potenziale in der Schwangerschaft, der Frühkindphase, im Kindergarten, in der Schule und im Übergang zum Beruf. Und zwar für alle sozioökonomischen Gruppen. Psychischen Krankheiten soll ein besonderer Fokus gelten.»

Kombinierte Interventionen aus Bewegung, Ernährung, genügend Schlaf und psychischer Gesundheit haben die grösste Wirksamkeit bei der Stabilisierung oder Reduktion des BMIs gezeigt. Grundsätzlich ergibt sich aus den Zahlen und Fakten, dass die Ursachen multifaktoriell sind und entsprechend müssen auch die Angebote divers ausgestaltet sein. Mit einem gezielten Engagement im Bereich der Ernährungsberatung soll ergänzend zu den bestehenden Angeboten eine Lücke geschlossen werden.

#### **3.1 Ernährungsberatung**

In § 16<sup>2</sup> der Volksschulverordnung (VSV) ist erwähnt, dass die Schulärztinnen und -ärzte mit den Gemeinden, den Schulen sowie den Fachstellen in Fragen der Gesundheitsberatung, Gesundheitserziehung, Gesundheitsförderung und Prävention zusammenarbeiten. Weiter ist im Reglement über die Schuldienste in der Stadt Winterthur vom 13. Mai 2008 (Stand 1. August 2017) in «Art. A1-2 \* Schulärztlicher Dienst» bereits festgehalten, dass der Schulärztliche Dienst im Auftrag der Stadt Winterthur als zusätzliche Leistung eine freiwillige Ernährungsberatung anbietet.

Der Schulärztliche Dienst erarbeitet deshalb aktuell<sup>8</sup> gemeinsam mit ärztlichen Fachpersonen des Sozialpädiatrischen Zentrums (SPZ) des Kantonsspital Winterthur (KSW) ein Konzept für ein sinnvolles Angebot in diesem Bereich. Um das Knowhow im Bereich Ernährungsberatung langfristig sicherzustellen, wird nach der Fertigstellung des Konzepts geprüft, welche Angebote in

---

<sup>7</sup> <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/strategie-und-politik/gesundheit-2030/gesundheitspolitische-strategie-2030.html>

<sup>8</sup> Stand April 2024

einem ersten Schritt mit externen Fachstellen und/oder Dienstleistern durch Leistungsvereinbarungen sichergestellt werden können. In einem zweiten Schritt wird die Schaffung einer Stelle beim Schulärztlichen Dienst geprüft. Es ist aktuell noch unklar, ob die Ernährungsberatung beim Schulärztlichen Dienst angesiedelt wird oder ob der Schulärztliche Dienst primär die Koordination und Qualitätskontrolle übernehmen wird. Ein niederschwelliger Zugang zu einer qualifizierten Fachperson hat sich u. a. in der Stadt St. Gallen sehr bewährt. Es kann davon ausgegangen werden, dass eine Ernährungsfachperson mit Präventions- und Beratungsangeboten ein grosses Potential für Schülerinnen und Schüler sowie für die Mitarbeitenden der Schulen und der schulergänzenden Betreuung bieten wird.

#### **4. Fazit**

Mit den obligatorischen Vorsorgeuntersuchungen in der 5. Primarklasse und 2. Sekundarklasse wird der Gesundheitszustand der Winterthurer Schülerinnen und Schüler regelmässig erhoben. Der dabei festgestellte hohe Anteil an übergewichtigen und adipösen Kindern/Jugendlichen im Schulalter sowie der damit verknüpfte Handlungsbedarf ist erkannt. Im Unterricht werden gestützt auf die Vorgaben des Lehrplans 21 die Themen Ernährung, Gesundheitsförderung und Prävention regelmässig und altersentsprechend behandelt. Ergänzend bestehen in Winterthur vielfältige unterstützende Angebote und Programme. Diese werden aktuell im Rahmen des geplanten Konzepts betr. Ernährungsberatung gemeinsam mit Fachpersonen des Sozialpädiatrischen Zentrums (SPZ) des KSW einer kritischen Prüfung unterzogen. Ziel ist es, langfristige und nachhaltige Angebote mit breiter Akzeptanz in den Schulen umzusetzen. Damit wird auch der Stossrichtung der Motion entsprochen. Der Stadtrat empfiehlt daher dem Stadtparlament, diese Motion nicht für erheblich zu erklären und sie damit als erledigt abzuschreiben.

*Die Berichterstattung im Stadtparlament ist der Vorsteherin des Departements Schule und Sport übertragen.*

Vor dem Stadtrat

Der Stadtpräsident:

M. Künzle

Der Stadtschreiber:

A. Simon