

29.08.2011 - 10:21 Uhr

## Projekt "Caritas-Markt - gesund!" wirkt gesundheitlicher Benachteiligung entgegen / Caritas-Markt fördert Bewegung

Luzern (ots) -

Das Projekt "Caritas-Markt - gesund!" ist ein Erfolg. Heute wird in den Caritas-Märkten dreimal mehr Gemüse und Obst gekauft als vor dessen Start im Herbst 2010. Diese direkte Gesundheitsförderung für Menschen am Rande des Existenzminimums erweitert Caritas nun. Kundinnen und Kunden erhalten Anregungen und Tipps für mehr Bewegung in ihrem Alltag.

Je tiefer das Bildungsniveau, die berufliche Stellung und das Einkommen, desto grösser ist das Risiko, krank zu werden. Ein wichtiges Mittel für gesundheitliche Chancengleichheit ist die Bekämpfung der Armut. Aus diesem Grund hat Caritas Schweiz vor einem Jahr zusammen mit Gesundheitsförderung Schweiz das Projekt "Caritas-Markt - gesund!" gestartet. Das Ziel ist es, Benachteiligte anzusprechen, die für Präventionsmassnahmen ansonsten schwer zu erreichen sind. Die Caritas-Märkte, wo Menschen in prekären Lebenslagen mit einem Ausweis Lebensmittel und Produkte des täglichen Bedarfs zu tiefen Preisen einkaufen können, sind für ein solches Projekt der ideale Durchführungsort.

In einem weiteren Schritt steht nun zusätzlich die Förderung der Bewegung im Fokus des Projekts. In allen 22 Caritas-Märkten wurden gratis 1000 Bälle und 1500 Softfrisbees mit aufgedruckter Ernährungsscheibe verteilt. Dazu wurde Informationsmaterial zu einer guten Balance von Ernährung und Bewegung abgegeben. Diese Aktion stiess auf grosses Interesse. In den kommenden Wochen besuchen Bewegungsanimatorinnen verschiedene Caritas-Märkte in der ganzen Schweiz. Die Kundinnen und Kunden können dabei unter anderem auf einer "Balance-Disk" ihr Gleichgewicht austesten. Sie erhalten zudem Tipps für alltagspraktische Gleichgewichtsübungen.

Dass Armutsbetroffene tatsächlich bereit sind, etwas für ihre Gesundheit zu tun, wenn sie es sich leisten können, zeigen die bisherigen Erfahrungen eindrücklich auf. So hat sich der Verkauf von frischem Gemüse und Obst seit dem Start des Projekts verdreifacht.

Kontakt:

Stefan Gribi  
Leiter Abteilung Information  
Caritas Schweiz  
Tel.: +41/41/419'22'37  
E-Mail: [sgribi@caritas.ch](mailto:sgribi@caritas.ch)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/10000088/100702900> abgerufen werden.