Gesundheitsamt Graubünden
Uffizi da sanadad dal Grischun
Ufficio dell'igiene pubblica dei Grigioni

Bündner Programm Gesundheitsförderung im Kinder- und Jugendalter 2026 bis 2029
(KAP GF im Kinder- und Jugendalter)

Konzept 2026-2029

Fachstelle Gesundheitsförderung, Gesundheitsamt Graubünden

Im Auftrag von Herrn Regierungsrat Peter Peyer, Vorsteher des Departements für Justiz, Sicherheit und Gesundheit

In Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz, dem Amt für Volksschule und Sport

Chur, 31. März 2025

Inhaltsverzeichnis

1 Zusammenfassung 3

2 Einleitung 4

3 Ausgangslage 6
3.1 Internationale und nationale Ausgangslage 6
3.2 Kantonale Ausgangslage 9
3.3 Ergebnisse der Programmphase 2022-2025 und Schlussfolgerungen 12
3.4 Programmbegründung 20

4 Vision 21

5 Programm-Ziele und Massnahmen 2026-2029 22
5.1 Programm-Ziele und Massnahmen auf einen Blick 22
5.2 Massnahmenbeschriebe 23

6 Programmorganisation 36

7 Zeitplan, Meilensteine und Evaluation 38

8 Budget und Finanzierung 39

9 Anhang 1 - Wirkungsmodell 41

10 Anhang 2 – Budget KAP GF K/J 2026 - 2029 42

1 Zusammenfassung

Das Programm Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen wurde im Jahr 2008 mit dem Schwerpunkt Bewegung und Ernährung vom Gesundheitsamt und dem Amt für Volksschule und Sport in Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz lanciert. Ab 2017 wurden Massahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen integriert. Ziel ist es, dass sich Kinder und Jugendliche regelmässig bewegen, ausgewogen ernähren, sich ihrem Potential entsprechend entfalten und belastende Lebenssituationen meistern können. Mittel- bis langfristig soll dies den Anteil der Bevölkerung mit einem gesunden Körpergewicht, einer guten psychischen Gesundheit sowie guter gesundheitsbezogener Lebensqualität erhalten und erhöhen.

Gemeinsam mit Akteuren aus Gemeinden, Kitas, Spielgruppen, Schulen, der Jugendarbeit und den Sportvereinen wurden die geplanten Massnahmen der Phase 2022-2025 umgesetzt. Das Gesundheitsamt und das Amt für Volksschule und Sport sind dem nationalen Schulnetz21 für gesundheitsfördernde Schulen beigetreten und haben die Koordinationsstelle Schulnetz21-GR beim Gesundheitsamt etabliert. Mit der Unterstützung von Gemeinden/Regionen bei der Erarbeitung von Konzepten zur Frühen Kindheit konnte im Sinne der kantonalen Strategie Frühe Förderung wichtige Grundlagenarbeit geleistet werden. Die Ergebnisse und Arbeitsfortschritte sowie die Schlussfolgerungen aller Massnahmen sind im Kapitel 3.3 aufgeführt.

Für die Jahre 2026-2029 wurden basierend auf den Ergebnissen und Erfahrungen der vorherigen Programmphasen mit einem Wirkungsmodell (vergl. Anhang) sieben Programm-Ziele (Outcome) festgelegt und entsprechende Massnahmen (Output) abgeleitet. Die Massnahmen zielen auf die Lebensphase der frühen Kindheit, Kinder, Jugendlichen und junge Erwachsene. Die meisten Massnahmen sind bereits bestehend. Neu dazugekommen sind Massnahmen für Jugendliche und junge Erwachsene mit dem Fokus psychische Gesundheit. Die Massnahmen decken die vier Ebenen Intervention (Settings: Freizeit, Schule, Familien, Kitas und Spielgruppen sowie Gemeinden), Öffentlichkeitsarbeit, Vernetzung und Policy ab.

Für die Konzeptentwicklung wurden Mitarbeitende folgender Stellen eingeladen: Amt für Volkschule und Sport, graubündenSport, Fachstelle Integration, kantonales Sozialamt, Pädagogische Hochschule Graubünden und Jugend.gr. Die Koordination und Zusammenarbeit ist auch in der Umsetzungsphase zentral. Entsprechend eine ämterübergreifende Programmorganisation vorgesehen.

2 Einleitung

Zusammen mit den Kantonen engagiert sich Gesundheitsförderung Schweiz (GFCH) gemäss ihrer Strategie für die psychische Gesundheit, eine ausgewogene Ernährung und genügend Bewegung der Bevölkerung in der Schweiz. Die kantonalen Aktionsprogramme (KAP) leisten einen wichtigen Beitrag dazu. Ein KAP ist die vertragliche Zusammenarbeit in der Gesundheitsförderung und Prävention zwischen GFCH und einem Kanton. Die Rahmenbedingungen für kantonale Aktionsprogramme gelten als Grundlage für die Konzeption und Kooperation[1]. Der Kanton ist für die Erarbeitung des Programmkonzepts verantwortlich und stellt das strategische und operative Programm-Management für die Umsetzung des KAP sicher.

Ein KAP ist modular aufgebaut; die Kantone setzen Programme für die Lebensphasen Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene und/oder Ältere Menschen sowie die Themen Ernährung und Bewegung und psychische Gesundheit um.

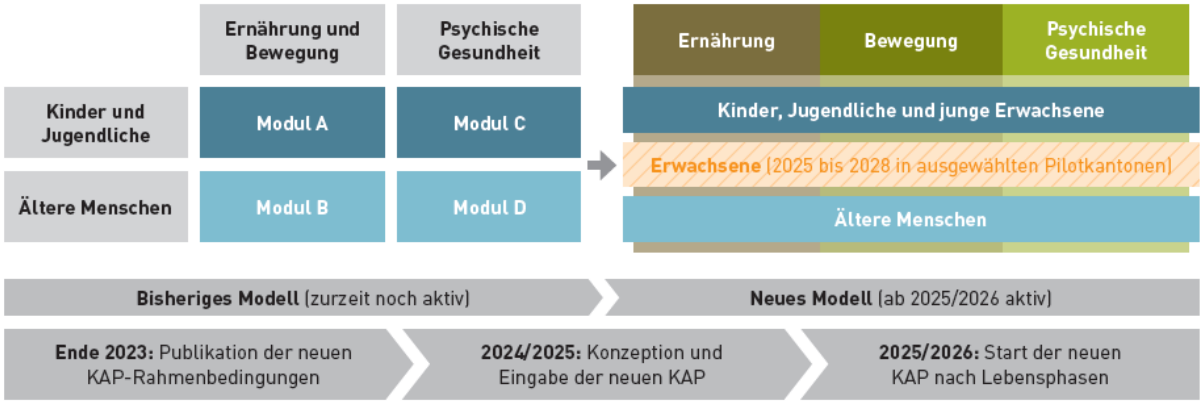


Abbildung 1: Übersichtsgrafik KAP Module-Lebensphasen, GFCH

Das Gesundheitsamt setzt drei kantonale Programme um und stimmt die Massnahmen aufeinander ab:

- KAP Gesundheitsförderung im Kinder- und Jugendalter 2026-2029, in Zusammenarbeit mit dem Amt für Volkschule und Sport
- KAP Gesundheitsförderung und Prävention im Alter 2025-2028 und
- das Bündner Programm Suchtprävention 2025-2028.

[1] Rahmenbedingungen für ein kantonales Aktionsprogramm (KAP) ab 2025/2026, Gesundheitsförderung Schweiz, 2023.

Gesundheitsförderung Schweiz gibt die Programmstruktur vor. Die Umsetzung von Massnahmen auf den vier Ebenen Intervention (I), Policy (P), Vernetzung (V) und Öffentlichkeitsarbeit (Ö) haben sich in den KAP's bewährt. Die vier Ebenen beeinflussen sich in der Umsetzung gegenseitig und bauen aufeinander auf.

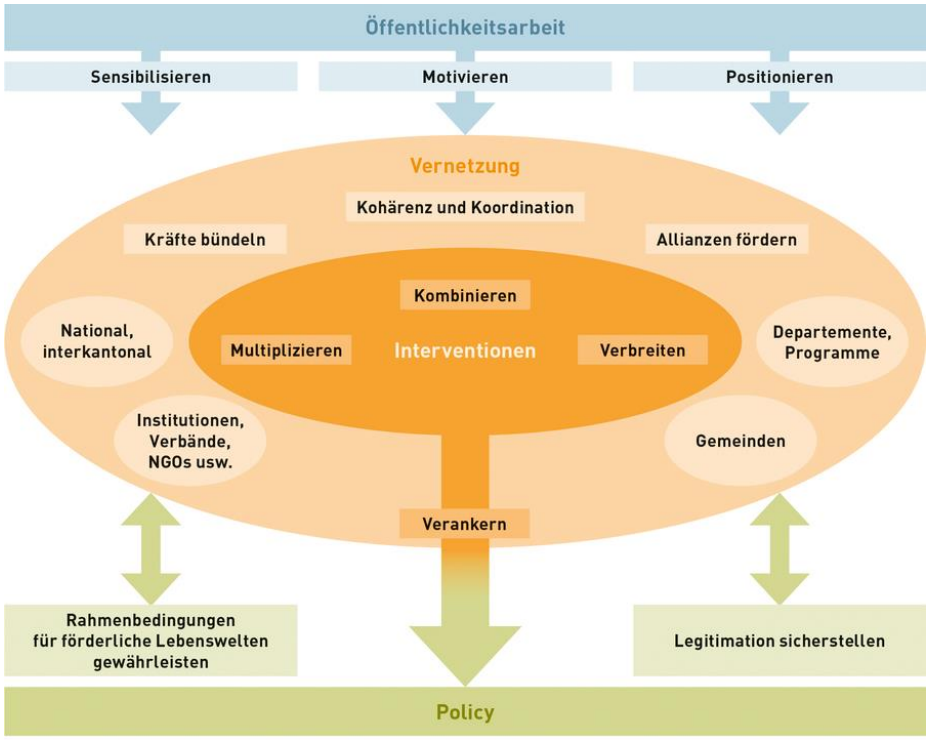


Abbildung 2: Die vier KAP Ebenen, GFCH

Strategien der Gesundheitsförderung und Prävention

Gesundheitsförderung wird als gesamtgesellschaftliche Aufgabe betrachtet, die über den Gesundheitssektor hinausgeht und andere Politikbereiche wie Bildung, Soziales, Sportförderung, Integration, Verkehr- und Raumplanung oder Umwelt einbezieht.

Als Gelingens-Faktor gilt ein umfassendes Gesundheitsverständnis beruhend auf dem Zusammenspiel vielfältiger Gesundheitsdeterminanten (Verhalten und Verhältnisse). Im Fokus des Wirkens steht die Ressourcenstärkung (salutogenetischer Ansatz) stets unter Berücksichtigung der zentralen Prinzipien der Gesundheitsförderung: Chancengerechtigkeit, Empowerment, Partzipation, Nachhaltigkeit und Settingansatz.

3 Ausgangslage

Für die Lebensphase Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene wurden von GFCH die internationalen und nationalen wissenschaftlichen Grundlagen zusammengefasst.

3.1 Internationale und nationale Ausgangslage

3.1.1 Internationale wissenschaftliche Grundlagen

Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter sind mit einer Vielzahl schwerer gesundheitlicher Komplikationen und einem erhöhten Risiko für den vorzeitigen Ausbruch von Nichtübertragbare Krankheiten (NCD) verbunden. Im Jahr 1975 waren knapp 4% der Kinder und Jugendlichen von Übergewicht oder Adipositas betroffen. Bei der letzten Erhebung im Jahr 2016, lag der Anteil bei über 18% (WHO, 2019).

Eine Studie in 30 Ländern zeigte, dass rund 70% der Kinder und Jugendlichen im Alter von 4 bis 17 Jahren **ungenügend aktiv** waren (Steene-Johannessen et al., 2020).

Weltweit leidet einer von sieben 10- bis 19-Jährigen an einer **psychischen Störung** (z.B. Depressionen, Angstzustände und Verhaltensstörungen), was 13 % der weltweiten Krankheitslast in dieser Altersgruppe ausmacht. Suizid ist die vierthäufigste Todesursache bei den 15-29-Jährigen (WHO, 2021). Verschiedene Studien und Stakeholder im In- und Ausland weisen auf eine deutliche Zunahme von psychischen Problemen als Folge der Corona-Pandemie hin (Dratva, Wieber, 2021).

3.1.2 Internationale Strategien

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) reagiert mit verschiedenen Strategien auf die beschriebenen Entwicklungen. Dazu gehört der «Global Action Plan for the Prevention and Control of noncommunicable diseases 2013−2020». Er ruft dazu auf, sich mit sektorübergreifenden Ansätzen für die Reduzierung der Risikofaktoren einzusetzen (WHO, 2013). Der «Global Action Plan on Physical Activity 2018-2030» formuliert das Ziel, den Anteil körperlich inaktiver Menschen bis 2030 weltweit um 15 Prozent zu senken (WHO, 2018). Im «European Food and Nutrition Action Plan 2015–2020» werden unter anderem Empfehlungen formuliert, um Übergewicht und Adipositas im Kinder- und Jugendalter zu bekämpfen (WHO, 2014).

Der im Jahr 2019 aktualisierte «Comprehensive Mental Health Action Plan 2013-2030» legt Massnahmen fest, um u.a. die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden aller Menschen zu fördern (WHO, 2021).

Im Rahmen der 10. Weltkonferenz zur Gesundheitsförderung wurde im Jahr 2021 die «Genfer Charta für Wohlbefinden» verabschiedet. Sie bekräftigt die Notwendigkeit, soziale und gesundheitliche Chancengerechtigkeit zu erzielen.

3.1.3 Nationale wissenschaftliche Grundlagen

In der Schweiz sind **Übergewicht und Adipositas** im jungen Kindesalter rückläufig. Bei Jugendlichen stagnieren die Zahlen auf höherem Niveau. Das zeigt das BMI-Monitoring der

schulärztlichen Dienste. Auf der Grundstufe sind 8,7% übergewichtig und 3,7% adipös, auf der Mittelstufe 13,9% und 3,5%, auf der Oberstufe sind es 16,6% und 4,8% (Stamm et al. 2021).

Gemäss der HBSC-Studie von 2018 erfüllten nur 14% der 11- bis 15-Jährigen die Bewegungsempfehlung von mindestens 60 Minuten moderater bis intensiver **Bewegung** pro Tag. Weniger als die Hälfte war an mindestens fünf Tagen pro Woche körperlich aktiv. Mädchen sind durchs Band weniger aktiv als Jungen. Und die Bewegung nimmt mit dem Alter kontinuierlich ab: Während im Alter von 6 bis 7 Jahren praktisch alle Kinder die Bewegungsempfehlungen erfüllen, sind es im Alter von 14 bis 16 Jahren gerade noch 22%. Diese Entwicklung setzt sich bis ins junge Erwachsenenalter fort (Hardie et al. 2017).

Gemäss der HBSC-Studie von 2018 hielten sich weniger als 20% der 11- bis 15-Jährigen an die Empfehlung, täglich mindestens fünf Portionen **Obst und Gemüse** zu konsumieren. Etwa die Hälfte der Befragten trank mehr als einmal pro Woche und 11% mehrmals täglich zuckerhaltige Getränke (Delgrande et al. 2020).

In der Schweiz gibt es kaum repräsentative Daten zur **psychischen Gesundheit** von Kindern und Jugendlichen. Im Gesundheitsbericht 2020 wird auf einen starken Anstieg der Fallzahlen in der Kinder- und Jugendpsychiatrie hingewiesen. Aufgrund der Corona-Pandemie haben die Fallzahlen weiter zugenommen. Rund ein Drittel (35,2%) der Kinder und Adoleszenten im Alter von 12 bis 17 Jahren wiesen in einem Screening im Jahr 2020, nach dem ersten Lockdown, eine psychische Erkrankung auf. Zudem zeigten 30,1% dieser Altersgruppe eine problematische Internetnutzung (Werling et al. 2021). Im Jugendalter kommen weitere psychische Störungen, wie zum Beispiel Essstörungen, Suchterkrankungen und Schizophrenie immer häufiger vor.

3.1.4 Nationale Strategien

Mit Gesundheit2030, der gesundheitspolitischen Strategie des Bundesrats 2020–2030, soll den Menschen ein möglichst gesundes Leben und der Zugang zur Gesundheitsversorgung ermöglicht werden (BAG, 2019). Die Stossrichtung 4.2 hält fest: «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.» (BAG, 2019, S. 20).

Weiter ist die Nationale Strategie zur Prävention nichtübertragbarer Krankheiten (NCD-Strategie) eine Priorität in der Agenda Gesundheit2030. Damit soll die Eigenverantwortung der Menschen gestärkt und ihre Gesundheitskompetenz gefördert werden. Menschen sollen, in Kenntnis der Risiken und möglichen Folgen, gute Entscheide für ihre Gesundheit treffen können. Die Aufgabe einer wirksamen Gesundheitsförderung und Prävention ist es deshalb, die Gesundheitskompetenz zu stärken und die Umwelt so zu gestalten, dass gesundes Verhalten für alle möglich wird (BAG und GDK, 2016).

3.1.5 Handlungsbedarf aus Sicht von Gesundheitsförderung Schweiz

Die internationalen und nationalen Daten zeigen auf, wie wichtig es ist, die Bemühungen für ausgewogene Ernährung, genügend Bewegung und die psychische Gesundheit fortzusetzen. Damit können ein gesundes Körpergewicht und die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen gefördert sowie ein Grundstein für einen gesundheitsbewussten Lebensstil im Erwachsenenalter gelegt werden. Insbesondere bei den über 16-Jährigen zeigt sich ein klarer Handlungsbedarf. Wirksame Projekte für diese Altersklasse fehlen jedoch weitgehend. Ein zentraler Faktor für wirkungsvolle Massnahmen ist ihre chancengleiche Ausgestaltung. Besonders in Bezug auf die psychische Gesundheit von Jugendlichen und jungen Erwachsenen zeigen sich grosse Unterschiede nach Geschlecht, Geschlechtsidentität und sexueller Orientierung. Es ist deshalb unerlässlich, die Zielgruppe zu differenzieren und Massnahmen zielgruppenspezifischen Merkmalen anzupassen.

Die primären Lebenswelten von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen sind neben der Familie und der Nachbarschaft auch die ausserfamiliären Betreuungsinstitutionen (Kitas), die Schule, Vereine und der mediale und öffentliche Raum. Entsprechend sind verschiedene Sektoren für die gesundheitsförderliche Gestaltung ihrer Lebenswelten zuständig.

Die Themengebiete Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit hängen eng zusammen und begünstigen sich gegenseitig. Es ist daher wichtig, ihr Zusammenspiel zu berücksichtigen. Zudem geht es darum, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene darin zu unterstützen, ein positives Körperbild zu entwickeln (Delgrande et al., 2020). Das positive Körperbild ist sowohl eine Folge wie auch eine Ressource für einen gesundheitsbewussten Lebensstil und psychisches Wohlbefinden. Auch die Selbstwirksamkeit ist ein Schlüssel zur Gesundheit. Denn die Überzeugung einer Person, dass sie ihr Leben selbstbestimmt gestalten kann, beeinflusst das gesundheitsförderliche Verhalten massgeblich und ist absolut zentral für die psychische Gesundheit.

Die Adoleszenz beinhaltet viele herausfordernde Übergänge, wie zum Beispiel der Start einer weiterführenden Schule oder Lehre, körperliche Veränderungen oder die Unabhängigkeit von Erwachsenen. Es ist eine Chance, Jugendliche und junge Erwachsene in diesen Übergängen zu erreichen und in ihrer wachsenden Verantwortung für die eigene Gesundheit zu stärken (GFCH, 2022).

3.2 Kantonale Ausgangslage

3.2.1 Epidemiologische Ausgangslage

Die Entwicklungen auf nationaler und internationaler Ebene finden ihre Entsprechung auch auf kantonaler Ebene.

BMI-Monitoring Graubünden

Seit 2008 führt das Gesundheitsamt alle vier Jahre ein BMI-Monitoring durch. Die Resultate der fünften kantonalen Studie (BMI-Monitoring GR, Gesundheitsamt, 2024) zeigen, dass der Anteil übergewichtiger Schulkinder im Kanton Graubünden 17.8 Prozent beträgt und ist damit gegenüber der Bündner Erhebung 2019/20 (18.5%) leicht gesunken ist. Der Anteil stark übergewichtiger Kinder und Jugendlicher beläuft sich auf 4.5 Prozent und liegt damit ebenfalls unter dem Messwert von 2019/20 (4.7%) jedoch über den Werten aus den vorherigen Erhebungen.

Wie in anderen Regionen der Schweiz sind die Unterschiede nach Staatsangehörigkeit sehr ausgeprägt: Während 15 % der Schweizer Schülerinnen und Schüler übergewichtig oder adipös sind, beläuft sich dieser Anteil bei den ausländischen Kindern und Jugendlichen auf 26 %. Dabei gilt es jedoch festzuhalten, dass der Anteil der übergewichtigen Kinder mit Migrationshintergrund über die letzten Jahre kontinuierlich abgenommen hat, während er bei den Schweizerinnen und Schweizern ungefähr stabil geblieben ist.

Fazit: Es lohnt sich, weiterhin in die Bewegungsförderung und Förderung ausgewogener Ernährung zu investieren. Neben der Sensibilisierung der Familien, braucht es weiterhin Konzept in Kitas, Schulen und Gemeinden

Gesundheitsbericht Kanton Graubünden

Der Gesundheitsreport Kanton Graubünden mit den standardisierten Auswertungen der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2017 und weiterer Datenbanken (Obsan Bericht 06/2019) zeigt folgendes Bild:

Das Energie- und Vitalitätsniveau der Bündner Bevölkerung ist im schweizweiten Vergleich leicht höher (GR: 54%, CH: 48.7%) und psychische Belastungen leicht tiefer, dies auch bei den jungen Erwachsenen (15-34-jährige GR: 10.4%, CH: 14.9%). Dasselbe Bild zeigt sich auch bei den depressiven Symptomen.

Bei den Gesundheitsressourcen ergibt sich ebenfalls ein erfreuliches Bild. Die Kontrollüberzeugung, also die Überzeugung, einen Einfluss auf das eigene Leben zu haben, ist auch im schweizweiten Vergleich höher. Bei der sozialen Unterstützung, mit der eine Person aus ihrem Umfeld rechnen kann, liegt Graubünden in etwa im Schweizer Durchschnitt. Einsamkeitsgefühle kennen Bündnerinnen und Bündner ebenfalls weniger oft als die Durchschnittschweizer (15-34-jährige GR: 39.9%, CH: 44.6%).

Eine psychische Erkrankung ist ein wesentlicher Risikofaktor für einen Suizid. Die Mehrheit der Personen, die Suizid begehen leiden unter einer psychischen Erkrankung, wobei Depressionen, Schizophrenien, Alkoholerkrankungen und Persönlichkeitsstörungen eine bedeutende Rolle spielen. In Graubünden ist die jährliche Suizidrate, exkl. Suizidhilfe (Mittelwert 2014-2018) mit 11.7 praktisch beim Schweizer Durchschnitt von 12.6 Suiziden pro 100'000 Einwohner/-innen.

Fazit: Die Ergebnisse der Gesundheitsbefragung 2017 sind erfreulich, täuschen aber nicht über die Tatsache hinweg, dass auch in Graubünden Handlungsbedarf besteht und die Förderung der psychischen Gesundheit und Prävention psychischer Erkrankungen der Bevölkerung und insbesondere der Kinder und Jugendlichen ganz wichtige Investitionen in die Zukunft sind. Die Daten der Befragung 2022 werden im Sommer 2025 publiziert.

Studie zur Gesundheit von Schulkindern (HBSC – Studie)
Gemäss der HBSC-Studie 2022 geht es der Mehrheit der Jugendlichen in Graubünden recht gut (ca. 85%, GR: 86.5%), jedoch hat sich der Anteil von Mädchen und Jungen mit schlechtem Wohlbefinden vergrössert. Besondern betroffen sind 13- bis 15-jährige Mädchen. Etwa ein Drittel (CH: 34%, GR: 27%) der 11- bis 15-Jährigen fühlten sich durch die Arbeit für die Schule einigermassen oder sehr gestresst, wobei die älteren Schülerinnen und Schüler mehr Stress empfanden als die jüngeren. Dieser Anteil war 2022 stark zunehmend, wohingegen in vorgängigen Studien der Anteil relativ stabil war.

Ähnlich sieht es mit den psychoaffektiven Symptomen aus, wobei auch hier die Mädchen stärker betroffen sind als die Jungs. Ca. 47% (GR: 42.9%) der 11- bis 15-Jährigen (J: ca. 35%; M: ca. 58%) berichteten 2022, dass sie mindestens zwei wiederkehrende oder chronische psychoaffektive Symptome erlebt hätten. Etwa 7% der 11- bis 15-Jährigen weisen eine problematische Nutzung sozialer Netzwerke auf. Ca. 15% haben sich in den letzten 12 Monaten meistens oder immer einsam gefühlt, wobei der Anteil der Mädchen (ca. 21%) deutlich höher liegt als der der Jungen (ca. 9%). Das häufige Erleben solcher Gefühle nimmt bei den Mädchen zwischen dem 11. und 15. Lebensjahr stark zu, bei den Jungen jedoch nicht.

Fazit: Auch, wenn sich ein Grossteil der Kinder, Jugendliche und jungen Erwachsenen in Graubünden gesund fühlt, sind genannte Belastungen und den durch Umfragen festgehaltenen psychoaffektiven Symptomen Beachtung zu schenken. Sie sind Warnzeichen möglicher zukünftiger psychischer Probleme. Durch die Stärkung der Ressourcen von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen sind diesen frühzeitig entgegenzuwirken.

3.2.2 Kantonale Rahmenbedingungen

In Graubünden sind die Gemeinden zuständig für die Gesundheitsförderung und Prävention. Das Gesundheitsamt ist zuständig für kantonsweite Kampagnen und Programme, für gemeindeübergreifende Aufgaben; die fachliche Unterstützung von Gemeinden und die Koordination der Aktivitäten der Gemeinden.

Das KAP Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen wurde im Jahr 2008 mit dem Schwerpunkt Bewegung und Ernährung vom Gesundheitsamt und dem Amt für Volksschule und Sport in Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz lanciert. Ab 2017 wurden Massahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen integriert. Die langjährige Kooperation mit graubündenSport dient dem Bereich Bewegungs- und Sportförderung im Sinne des kantonalen Sportförderungskonzepts (2021).

Die schulbezogenen gesetzlichen Grundlagen (u. a. Schulgesetzt, Verordnung zum Gesundheitsgesetz) und der Lehrplan 21 unterstützen die ganzheitliche Entwicklung der Kinder und Jugendlichen in ihrem Wohlbefinden. Durch das KAP konnte das Gesundheitsamt und das Amt für Volksschule und Sport im Jahr 2022 dem nationalen Schulnetz21 für gesundheitsfördernde Schulen beitreten und die Koordinationsstelle Schulnetz21-GR beim Gesundheitsamt etabliert. Sie dient Schulleitenden und Lehrpersonen als erste Anlaufstelle bei Fragen zur Gesundheitsförderung und Prävention. Sie stellt die Information zu den Bündner Schulen sicher, organisiert für interessierte Schulen Beratungen und sichert den jährlichen Fachaustausch unter den Schulen. Für die Beratung der Schulen konnte eine Zusammenarbeit mit der Pädagogischen Hochschule Graubünden (phGR) vereinbart werden.

Mit der Unterstützung von Gemeinden/Regionen bei der Erarbeitung von Konzepten zur Frühen Kindheit konnte im Sinne der kantonalen Strategie Frühe Förderung wichtige Grundlagenarbeit geleistet werden.

Im Regierungsprogramm 2025-2028 wird der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen ebenfalls Rechnung getragen. Im ES 5.1 "Gesellschaftlicher Zusammenhalt" besteht die Zielsetzung, dass eine gesetzliche Grundlage für die Kinder- und Jugendpolitik vorgelegt wird. Der ES 5.1 baut auf dem kantonalen Programm der Kinder- und Jugendpolitik 2020-2023 auf, welches im Lead des SOA erarbeitet wurde. Im ES 10.1 "Sicherstellung der Gesundheitsversorgung im ganzen Kanton" ist die Überführung des Frühförderprogramms «PAT – Mit Eltern Lernen Graubünden» in die Regelstrukturen geplant.

Weiter braucht es den Blick auf Kinder, Jugendliche mit Migrationshintergrund. Die Vernetzung mit der Fachstelle Integration soll gewährleisten, dass die Massnahmen der Gesundheitsförderung auch mit den Massnahmen zur Integration koordiniert sind und Synergien genutzt und/oder geschaffen werden.

3.3 Ergebnisse der Programmphase 2022-2025 und Schlussfolgerungen

Die Ergebnisse der operativen Umsetzung bis Ende 2024 sind erfreulich. In allen drei Sprachregionen profitieren Kinder und Jugendlichen von den Angeboten des KAP's. Die Zahl der erreichten Kinder und deren Familien wächst von Jahr zu Jahr. In der Folge sind die Kennzahlen der Teilprojekte der Zeitspanne 2022-2024 und Empfehlungen für die Weiterentwicklung aufgeführt.

Ziel 1 Information und Sensibilisierung
Die Bündner Bevölkerung ist in ihren Ressourcen/Lebenskompetenzen gestärkt, indem sie für die Themen Ernährung, Bewegung und psychischen Gesundheit sensibilisiert und über entsprechende Angebote informiert ist und diese genutzt werden.

Beschreibung der Massnahmen	**Ergebnisse 2022 – Ende 2024/Zielerreichung**
Gesundheitsinformationen breite Bevölkerung (Ö1)	**erreicht**
Das GA sensibilisiert die Öffentlichkeit (insb. Eltern und Jugendliche) mit Informationen, Websites, Apps, Motivationsartikel für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil. Für die Verbreitung der Informationen werden Multiplikatoren genutzt.	- bischfit.ch wurde durch gr.ch/gf abgelöst - Ratgeberserie (somedia): ca. 8 Artikel pro Jahr zu GF Themen für die Zielgruppe Eltern - App parentu wurde als die App für Eltern (im Vorschulalter) zu GF und Entwicklungsthemen via Multiplikatoren bekannt gemacht (aktive Nutzer: 2022: 1566, 2023: 1320, 2024: 1610) - gr.feel-ok.ch wurde als die Plattform für Jugendliche und Eltern zu GF Themen via Multiplikatoren bekannt gemacht. (Sitzungen 2022: 9965, 1.10.22-30.9.23: 9123) - Znüni Flyer wurde neu erstellt und via Multiplikatoren an Eltern abgegeben. Den Znüni-Flyer gibt es in 23 verschiedenen Sprachen. (Ausgang 2024: 2386 Stk.) - Give Aways wie Gymbags (Ausgang 2024: 853 Stk.) und Trinkflaschen (Ausgang 2024: 410 Stk. + 1544 Stk.), Znüniböxli (Ausgang 2024: 1020 Stk.) wurden via Multiplikatoren verteilt. Alle bischfit.ch Artikel sind aufgebraucht.
Kampagne Bewegung und Ernährung (Ö2-B)	**erreicht**
Die Bevölkerung, insbesondere Jugendliche und junge Erwachsene sowie Familien mit Kindern im Vor- und Schulalter, werden gezielt sensibilisiert, körperlich aktiv zu sein und sich gesund zu ernähren.	- Die Angebote von GORILLA.ch für Jugendliche wurden besser mit den schulischen Angeboten verknüpft. Durch finanzielle Beiträge an Schulen und ein optimiertes Angebot werden die GORILLA-Workshops für Bündner Schulen zugänglicher gemacht. Der GORILLA Znüni-Zvieri-Flyer steht ab 2025 den Bündner Schulen zur Verfügung (Zielgruppe Jugendliche DE, RM, IT) - Das Parlament en moviment wurde jährlich durchgeführt. Jeweils ca. 30 Bündner Grossrätinnen und –räte nahmen teil und kennen die wichtigsten Botschaften für die Sport- und Bewegungsförderung.
Kampagne «Wie geht's dir?» (Ö2-W)	**erreicht**
Zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Schweiz finanziert und steuert GFCH die Deutschschweizer Kampagne «Wie geht's dir?». Das GA verstärkt die Kampagne in GR mit geeigneten Massnahmen.	- Die Deutschschweizer Kampagne wurde jährlich in ländlich, romanisch und italienischsprechenden Gebieten mit Grossplakaten, Werbung im ÖV und auf Social Media verstärkt. - Fachpersonen/Organisationen Gesundheit, Soziales und Bildung sowie verschiedene Arbeitgeber (RHB, Hamilton, KSGR, Repower, Zindel AG) wurden mit WGD Infomaterialien beliefert und unterstützt. (Veranstaltungen, Shop-Bestellungen) - 80 gelbe «Wie geht's dir?» Bänkli mit einer «Flyerbox» stehen in 42 Gemeinden und wurden regelmässig mit Infomaterialien für die Bevölkerung beliefert. - «Wie geht's dir?» an FIUTSCHER 2023: 1110 Jugendliche, 200 Eltern/ Erziehungs-berechtigte und 100 Lehrpersonen/ Berufsbildner wurden erreicht.
Aktionstage Psychische Gesundheit GR (Ö2-A)	**erreicht**
Das GA führt die alle zwei Jahre stattfindende Veranstaltungsreihe Aktionstage Psychische Gesundheit partnerschaftlich mit verschiedenen Akteuren durch. Die Bevölkerung, insb. Jugendliche, Eltern und ältere Menschen, werden dabei für das Thema psychische Gesundheit sensibilisiert.	- Aktionstage Psychische Gesundheit 2022 ➢ 25 Veranstaltungen ➢ 38 Partner ➢ 1200 Besuchende ➢ 12 Medienberichte - Aktionstage Psychische Gesundheit 2024 ➢ 24 Veranstaltungen ➢ 28 Partner

	➢ 811 Besuchende ➢ 26 Medienberichte
Find-help GR (Ö3)	**mehrheitlich erreicht**
Das GA stellt in Partnerschaft mit dem Kanton SG das Online-Verzeichnis Find-help GR Bündnern Anbietern zur Verfügung. Es beinhaltet Beratungs- und Unterstützungsangebote aus den Bereichen Gesundheit und Soziales. Das GA sichert die Datenqualität und macht Find-help GR bekannt.	- Weiterführung Kooperation mit Kt. St. Gallen und SOA bezüglich der Plattform find-help GR, stete Weiterentwicklung und Optimierung im 2024 - Jährliche Datenüberprüfung, Erfassung von neuen Angeboten i. Z. m. SOA - Produktion von Werbematerialien: Karten, Plakate, Nastüechli, Post-its - Bekanntmachung bei Multiplikatoren: Briefversand (2022), jährlicher Mailversand, 3 Kurzschulungen (2022, 42 TN), Präsenz an Veranstaltungen, Tagungen, etc. - Bekanntmachung bei Bevölkerung direkt: Plakataushang in Gemeinden (2022), Buswerbung und Social Media/Google Ads Kampagne (seit 2024 gemeinsamer Auftritt mit Kt. St. Gallen) - Seitenaufrufe find-help.gr.ch (2022: 6501, 2023: 5578, 2024: 11698) - Für die italienisch sprachigen Gebieten ist Find-help GR nicht umgesetzt.

Empfehlungen für die Weiterentwicklung der Massnahmen im Bereich Information und Sensibilisierung für die Programmphase 2026-2029

- Die Massnahmen gezielter für BtoC und BtoB entwickeln (bezüglich Ö1 und Ö2-B).
- Kampagne "Wie geht's dir?" weiterhin in GR verstärken mit Fokus ländliche Gebiete und Multiplikatoren.
- Find-help GR in Kooperation mit dem Kt St. Gallen für weitere 4 Jahre weiterführen, KI Entwicklung diesbezüglich im Auge behalten. Pragmatische Lösung für italienischsprachiges GR finden.
- Aktionstage Psychische Gesundheit konzeptuell überprüfen, personeller und finanzieller Aufwand ist sehr gross.

Ziel 2 Vorschulalter

Der Kanton GR unterstützt die Gemeinden, familienergänzende Betreuungseinrichtungen sowie Fachpersonen im Vorschulbereich (inkl. Schwangerschaft) damit Rahmenbedingungen gestärkt werden, welche Bewegung fördern, zu gesunder Ernährung motivieren und die psychische Gesundheit (Lebenskompetenzen) stärken. Die Beteiligten sind vernetzt, nutzen Synergien und triagieren bei Bedarf.

Anmerkung: Die Lebensphase Kinder- und Jugendalter (ausserschulische Settings) war nicht Teil der Planung des Programms 2022-2025. Aufgrund verschiedener Bedürfnissen aus den Gemeinden heraus, besorgniserregenden Studiendaten bezüglich psychischer Gesundheit bei Jugendlichen und dem starken Anstieg der Fälle in der Kinder- und Jugendpsychiatrie, haben wir diese Lebensphase nachträglich im I6 mitberücksichtigt und das Pilotprojekt Psychische Gesundheit Jugend – Bisch OK? lanciert.

Beschreibung der Massnahmen	**Ergebnisse 2022 – Ende 2024/Zielerreichung**
I6 Strategieprozesse/Projekte in Gemeinden	**erreicht**
Das GA berät und begleitet Gemeinden bei der Planung und Umsetzung von wirkungsvollen Projekten und Strategieprozessen.	22 Gemeinden und ein Verein erhielten Beratung und Unterstützung: - Thusis, Poschiavo, Bregaglia haben eine Strategie Frühe Förderung erarbeitet - Chur überprüfte ihre Strategie Frühe Kindheit 2021-2024, Verlängerung ist Anfangs 2025 geplant - Oberengadin (9 Gemeinden) und Schiers befinden sich in der Entwicklung der Strategie Frühe Förderung, voraussichtlicher Abschluss im 2025 - Unterengadin/Val Müstair (5 Gemeinden) befinden sich in der Entwicklung eines Kinder- und Jugendpolitischen Konzepts - Arosa entschied, mit der Entwicklung einer Strategie Frühe Förderung im 2025 zu starten - Sils i. E. entschied, 2025 ein Jugend- und Alterskonzept zu entwickeln - Chur, Lumnezia und Familien Rat Davos erhielten Unterstützung bei der Umsetzung von Projekten im Bereich Frühe Förderung
I15 Psychische Gesundheit Jugend – Bisch OK?	**Neu ab 2024**
Das Pilotprojekt zielt darauf ab, familiäre Bezugspersonen, Personen aus dem sozialen Umfeld der Jugendlichen und kommunale Entscheidungsträger über das Thema psychische Gesundheit bei Jugendlichen zu informieren und sensibilisieren.	- Das Projekt "Bisch OK?" wurde zusammen mit dem Dachverband jugend.gr 2024 lanciert. Das Konzept ist erstellt, die Ausschreibung an Gemeinden erfolgt. - voraussichtlich werden bis zu fünf Pilotgemeinden Projekt im 2025 umsetzen.
I8 Beratung Spielgruppen / Kitas	**erreicht**
Spielgruppen und Kitas können sich in den Themen Bewegung, Ernährung und Lebenskompetenzen/Ressourcenstärkung weiterbilden und/oder werden bedürfnisorientiert beraten.	- 36 Spielgruppen sind im Projekt "Bisch fit?-Spielgruppe" aktiv, total 6 Weiterbildungen und 9 Austauschtreffen haben stattgefunden - 3 Staffeln "Purzelbaum Kita rundum stark" mit total 23 Kitas wurden umgesetzt - 1 Kita wurde bedürfnisorientiert beraten - Jährliches Weiterbildungsangebot (bis zu 6 Angebote) i. Z. m. dem Bildungszentrum für Soziales (BGS) fix installiert

I9 Rund um die Geburt	**teilweise erreicht**
Fachpersonen rund um die Geburt werden gezielt mit einheitlichen Infomaterialien zu den Themen Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit unterstützt. Weiter wird ein Pilotprojekt Schwangerschaftsbegleitung von Frauen mit psychosozialen Belastungen und Migrationshintergrund umgesetzt.	- Pilot-Projekt "Schwangerschafts- und Geburtsbegleitung" wurde erfolgreich aufgebaut und wird seit 2024 bei adebar in der Regelstruktur als Ergänzung zu deren Grundangebot verankert. - Informationsmaterial: Zusammenstellung von Miapas auf Homepage aufgeschaltet. Gezielte Info von Fachpersonen hat aus Zeitgründen nicht stattgefunden.
I20 PAT – Mit Eltern Lernen (Pilotprojekt)	**erreicht**
Mit dem Frühförderprogramm PAT – Mit Eltern Lernen werden mehrfachbelastete Familien ab der Schwangerschaft während drei Jahren präventiv begleitet. Mit 1 bis 3 Bündner Gemeinden/ Regionen soll das Programm PAT als Pilotprojekt in GR umgesetzt werden und eine langfristige kantonale Verankerung geprüft werden.	- Chur und Davos (seit 2022) sowie Felsberg, St. Moritz, Pontresina, Celerina und Sils i. E. (seit 2023) beteiligen sich am Pilotprojekt «PAT – Mit Eltern Lernen Graubünden» - 2 Familien durchliefen das Programm 40 Familien sind aktiv im Programm 4 Familien sind während dem Programm aus GR gezogen 6 Familien brachen Programm ab - Erarbeitung einer gesetzlichen Grundlage für die kantonsweite Einführung ist eine Massnahme im RP 2025 – 2028 - Landquart entschied, sich ab 2025 am Pilotprojekt zu beteiligen (Betrag budgetiert)
P1 Kantonale Strategie Frühe Förderung	**erreicht**
Das GA arbeitet bei der Entwicklung und Umsetzung der kantonalen Strategie Frühe Förderung mit (Lead: Sozialamt) und übernimmt in den Bereichen GF und P eine aktive Rolle in der Umsetzung der Strategie.	- GA war bei der Erarbeitung der Strategie in Steuer- und Projektgruppe vertreten und konnte GF + P aktiv einbringen - GA ist zuständig für Beratung von Gemeinden und Unterstützung von GF Projekten - GA beteiligt sich aktiv bei der Kantonalen Koordinationsgruppe Frühe Förderung
V1 Vernetzung im Vorschulbereich	**erreicht**
Das GA vermittelt Grundlagenwissen und Information über wirkungsvolle Massnahmen im Vorschulbereich. Der Austausch und Synergien unter Gemeinden zum Thema Frühe Kindheit wird aktiv gefördert.	- 8 regionale Informations- und Vernetzungstreffen mit Fokus Frühe Förderung: 119 TN (99 Gemeindevertretende, 20 Fachpersonen). 72 Gemeinden nahmen mit mind. einer Vertretung teil - 5.6.2023: Vernetzungsanlass i. Z. m. Chur zum Thema Familienzentrierte Vernetzung - 3.10.2023: Fachinput Tagung "Zukunft Berggebiet" - 27.5.2024: Mitorganisation Fachtagung Gewaltfreie Erziehung (Lead Elternberatung) - 20.8.2024: Fachinput an LBS-Netzwerktagung
V1 Femmes und Männer Tische	**erreicht**
Das nationale Programm Femmes-Tische und Männer-Tische hat zum Ziel, Themen aus Familie, Gesundheit und Prävention in Familien mit Migrationserfahrung zu fördern. Das GA ist verantwortlich für die Führung und Weiterbildungen der Moderationspersonen und für die Durchführung von Gesprächsrunden zu Themen Aufwachsen, Erziehung und eigenes Wohlbefinden.	Die Massnahme wurde ab 2024 vom Kantonalen Integrations Programm (KIP) ins kantonalen Gesundheitsförderungsprogramme (KAPs) überführt und wird im gleichen Rahmen fortgesetzt. Im 2024 fanden statt: - 98 Gesprächsrunden zu den Themen Aufwachsen, Erziehung und eigenes Wohlbefinden - 590 teilnehmende Migrantinnen und Migranten an den Gesprächsrunden

Empfehlungen für die Weiterentwicklung der Massnahmen im Bereich Vorschulalter für die Programmphase 2026-2029

- Bewährte Massnahmen in der Lebensphase Frühe Kindheit für die Settings Familie, Gemeinde und Betreuung weiterführen, aber auch für die anschliessenden Lebensphasen Kindheit und Jugend öffnen (so wie es seit 2024 auch angewendet wird).
- Das Thema Psychische Gesundheit im Jugendalter als Schwerpunkt im Programm berücksichtigen, dabei unter anderen die digitale Gesundheitskompetenz und Suizidprävention berücksichtigen.

Ziel 3 Schulalter
Gesundheitsförderliche Rahmenbedingungen und Angebote im Schulbereich stärken
Der Kanton GR unterstützt Schulen und schulergänzende Betreuungsangebote damit Rahmenbedingungen, welche Bewegung fördern, zu gesunder Ernährung motivieren und die psychische Gesundheit (Lebenskompetenzen) stärken, optimiert werden und gesundheitsförderliche Angebote genutzt werden. Die beteiligten Akteure sind vernetzt und nutzen Synergien.

Beschreibung der Massnahmen	**Ergebnisse 2022 – Ende 2024/Zielerreichung**
I17 Purzelbaum Kindergarten	**mehrheitlich erreicht**
Im Setting Kindergarten wird "Purzelbaum" zur Bewegungsförderung und Verankerung gesunder Ernährung angeboten. Lehrpersonen profitieren von Weiterbildungen, zahlreichen Praxisideen und finanzieller Unterstützung. Für umsetzende Purzelbaum Kindergarten gibt es zusätzlich das Modul "Rundum stark", zur Stärkung der psychischen Gesundheit.	- Zwei neue Staffeln Purzelbaum Kindergarten wurden durchgeführt und 46 neue Lehrpersonen/Kindergarten erreicht - Eine Staffel Purzelbaum Rundumstark wurde durchgeführt (14 Teilnehmende) und per November 2024 startet die zweite Staffel (Total 25 Lehrpersonen) - Es wurden jährlich 6-8 regionale Austauschtreffen für bestehende Purzelbaum Kindergarten durchgeführt. - Die Zusammenarbeit mit den Purzelbaum Botschafterinnen ist noch nicht fertig definiert, wünschenswert wären zudem zwei weitere Botschafterinnen. - Verankerung in der Ausbildung der PHGR ist schwierig, wird Schrittweise angegangen.
I12 Bewegte Schule	**erreicht**
Bewegung ist ein wesentliches Element der gesunden Schulkultur und der aktiven Schulentwicklung. Das Programm "Bewegte Schule" (2024: 85 Schulen machen mit) begleitet Lernen und Lehren mit Bewegung und fördert die gesunde Esskultur an Schulen. Die Kinder brauchen genügend Raum, ihren natürlichen Bewegungsdrang auszuleben.	- Seit 2022 sind vier neue Schulen in das Projekt «Bewegte Schule» eingestiegen. - Es wurden jährlich zwei bis vier regionale Austauschtreffen mit den im Projekt aktiven Schulen durchgeführt (das letzte Mal 2023). - Bewegte Schulen wurden mit verschiedenen Mitmachaktionen und finanziellen Beiträgen für Schulprojekte zur Bewegungsförderung und gesunden Ernährung unterstützt. - 2023 und 2024 gab es je einen Refresher-Kurs mit Pädi Fust, offen für alle Interessierten von «Bewegten Schulen» - Das Angebot «Bewegte Schule» wird ins schulnetz21 graubünden integriert, aktive Schulen ins Netzwerk überführt. - Viele Promotorinnen und Promotoren «Bewegte Schule» haben am Austauschtreffen schulnetz21 im November 2024 teilgenommen.

I5 Lebenskompetenzen Programme	**Teilweise erreicht**
Mit erprobten und wissenschaftlich fundierten Programmen zur Förderung der Lebenskompetenzen (z. B. MindMatters) werden Schulen unterstützt die Schülerinnen und Schüler zu stärken. Die Programme beziehen die ganze Schule ein und setzen beim Bildungsauftrag an. Die Programme umfassen stufenspezifische Lehrmittel, Weiterbildungen und eine Begleitung der Schulen vor Ort.	- Drei Bündner Schulen arbeiten mit dem Programm «MindMatters». - Auf nationaler Ebene hat es ein erstes Vernetzungstreffen gegeben mit Bündner Beteiligung. - #stand up – Initiative gegen Mobbing eröffnet den Bündner Schulen einen Themenspezifischen Zugang zu «MindMatters». Drei Mitarbeitenden der Sozialpädagogischen Fachstelle SGh haben bei Radix ein Coaching gemacht. Der neue Zugang ist ab 2025 für Bünder Schulen möglich. - Themenspezifische Weiterbildungen wurden über die PHGR angeboten (siehe I14) - Mitmachaktionen und online-Schulungen wurden über den Newsletter beworben. - Lehrmittel zur Stärkung der Psychischen Gesundheit wurden bekannt gemacht (z.B. WGD-Unterrichtsmaterial, TinaToni.ch) - Individuelle Schulprojekte zur Stärkung der Lebenskompetenzen (z.B. ein Koffer zu dir, Chili, Respect-Selbstbehauptung) wurden finanziell unterstütz.
I13 Beratung "Verpflegung in Tagesstrukturen" / Fourchette Verte	**erreicht**
Der gesunde Mittagstisch: Ausgewogene, nachhaltige Mittagessen und eine pädagogisch sinnvolle Tischkultur für Kinder und Jugendliche sind ein wichtiger Teil der Tagesstruktur. *«Fourchette verte» fördert eine ausgewogene Ernährung in Einrichtungen zur Gemeinschaftsverpflegung (Kinderkrippen, ausserschulische Einrichtungen, Universitäten, Betriebsrestaurants, Alters- und Pflegeheime usw.), die sich auf die Schweizer Ernährungsempfehlungen des BLV und der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung stützt.*	- Total gibt es 12 ausgezeichnete Mittagstische in Kitas und schulischen Tagesstrukturen - Seit Mitte 2024 ist der Kanton Graubünden bei Fourchette Verte mit dabei. Somit wird neu das nationale Label an Mittagstische vergeben. - Erste Rezertifizierungen unter Fourchette Verte finden ab 2025 statt. Für die bereits ausgezeichneten Mittagstische hat das neue Label keine Konsequenzen, die Kriterien sind dieselben.
I14 Weiterbildungen zu psychischer Gesundheit, Bewegung & Ernährung	**erreicht**
Fakultative Weiterbildungen zu psychosozialen Themen, zur Bewegungsförderung und Förderung von ausgewogener Ernährung für Schlüsselpersonen im Setting Schule werden im Rahmen des phGR – Programms (freiwillig Kurse) angeboten/sichergestellt.	- Pro Jahr wurden 10-12 Weiterbildungen an der PHGR angeboten und durchgeführt. (TN 2022: ca. 200, 2023: ca 150, 2024: ca. 170) - Zusätzlich wurden verschiedene Weiterbildungstage begleitet (Inscunters "Vitamin G"2022-24, Aggiornamento Professionale 2023, Schulleitungsforum 2024, Schulsportkongress 2022 und 2024)

Beschreibung der Massnahmen	Ergebnisse 2022 – Ende 2024/Zielerreichung
I18 Schule handelt – Stressprävention am Arbeitsplatz	**erreicht**
"Schule handelt" ist ein Schulentwicklungsprozess, der die Stärkung der Gesundheit aller Mitarbeitenden zum Ziel hat und Schulen ermöglicht, systematische betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) zu etablieren. *Der Entwicklungsprozess wird von akkreditierten Schulberater/-innen begleitet. Das Gesundheitsamt ist kantonale Koordinationsstelle.*	- Mit der Schule Lostallo hat sich eine Bündner Schule als Pilotschule für die Italienische Version zur Verfügung gestellt und hat den Prozess durchgeführt. - Mit der Schule Trimmis hat eine weitere Schule den "Schule handelt"-Prozess durchgeführt und abgeschlossen. - Zwei weitere Schulen starten per Ende 2024 in den Beratungsprozess (Schule Herold und Schule Barblan, beide Chur) - Drei weitere Schulen zeigen Interesse noch im 2025 damit zu starten (Klosters, Scharans, Zuoz) - Mit Tina Hitz von der PHGR gibt es eine weitere akkreditierte Beratungsperson für den Kanton Graubünden (bisherig: Roland Schaad (IT), Marcel Frei, Silvio Dietrich)
P15/V2 schulnetz21 Graubünden	**erreicht**
Der Kanton beschliesst den Beitritt zum Schulnetz21 und unterstützt Schulen in der Gestaltung von gesunden und nachhaltigen Lern-, Lebens- und Arbeitsräumen. Es bietet Erfahrungsaustausch, Weiterbildung, Begleitung, Instrumente usw. zu Themen der Gesundheitsförderung und der Bildung für nachhaltige Entwicklung an. *Basierend auf den Grundlagen des nationalen schulnetz21 bauen das Amt für Volksschule und Sport und das Gesundheitsamt Graubünden das kantonale Netzwerk auf. Die Kantonale Koordinationsstelle ist beim Gesundheitsamt angegliedert, PH Graubünden unterstützt in der Umsetzung und direkten Begleitung der Schulen.*	- 2022 wurde der Beitritt des Kantons Graubünden zum schulnetz21 beschlossen. - Konzept und Prozessablauf wurde mit der PHGR erarbeitet und wird stetig optimiert. - Aktuell zählt das Netzwerk schulnetz21 graubünden I grischun I grigioni 5 Mitgliedschulen. Weitere sind interessiert. - 2024 hat ein erstes Austauschtreffen stattgefunden (50 TN) - EMS Schiers ist die erste Mittelschule, welche mit dem schulnetz21 auf den Weg zur gesundheitsfördernden Schule ist. Weitere Mittelschulen haben sich bereits für das schulnetz21 interessiert und sind mit uns im Gespräch (BKS, Academia Engiadina)

Empfehlungen für die Weiterentwicklung der Massnahmen im Bereich Schulalter für die Programmphase 2026-2029

Gesundheitsförderung in der Schule ganzheitlich angehen und Schulen auf ihrem Weg zur gesundheitsfördernden (und nachhaltigen) Schule mit verschiedenen und flexiblen Angeboten unterstützen:

- Schulnetz21 graubünden weiter ausbauen und Beratungsangebot weiterentwickeln
- Kooperation mit PHGR weiterführen (u.a. Weiterbildungsangebot mit Bezug schulnetz21 optimieren)
- AHB (Amt für Höhere Bildung) miteinbeziehen, Angebot für Mittelschulen ausbauen (v. a. Interesse für Vernetzung scheint gegeben).

Bewährtes beibehalten:

- Purzelbaum Kindergarten wird wie bisher weitergeführt, Zusammenarbeit mit den Botschafterinnen weiter gefestigt/ausgebaut, Verankerung in der Ausbildung der PHGR vorangetrieben
- Schule handelt: BGF in den Bündner Schulen weiterbringen und Schulen darin unterstützen den Prozess im Schulprogramm zu verankern.
- MindMatters weitere Beratungsperson ausbilden lassen, damit die Schulbegleitung weiterhin gewährleistet werden kann (JE geht auf die Pension zu).
- «Bewegte Schule» bleibt ein Angebot um Schulen für Bewegungsförderung und gesunde Ernährung im Schulalltag zu sensibilisieren.

Ziel 4 Bewegungs- und Begegnungsräume
Förderung von Bewegungs- und Begegnungsräumen
Gemeinden und Schulen setzen sich für attraktive, sichere Bewegungs- und Begegnungsräume im öffentlichen Raum und im schulischen Umfeld ein. Die beteiligten Akteure sind vernetzt und nutzen Synergien.

Beschreibung der Massnahmen	**Ergebnisse 2022 – Ende 2024/Zielerreichung**
I16 Förderung von Bewegungs- und Begegnungsräumen	**mehrheitlich erreicht**
Das GA berät und begleitet Gemeinden und Schulen bei der Gestaltung von kinderfreundlichen, sicheren Bewegungs- und Begegnungsräumen. Dabei sollen alle Generationen in den Gemeinden einen Mehrwert erfahren. Die Beschreibung dazu findet sich im Wegweiser "Attraktiver Raum für Bewegung und Begegnung". *Das GA schafft durch die Vernetzungsarbeit mit den relevanten Partnern einen wirksamen Wissens- und Erfahrungsaustausch in Graubünden. Weiter arbeitet das GA im interkantonalen Austausch an der Entwicklung von Beratungsinstrumenten zur Förderung der Bewegungsräume.*	In 10 Schulen wurden Beratung Pausenplatzgestaltung erfolgreich durchgeführt. In den Gemeinden wurden: - 2 Parc da Moviment realisiert (Zizers und Churwalden) - 6 erfolgreiche Sommeraktionen mit dem BalanceKreuz durchgeführt - keine Beratung zu Bewegungs- und Begegnungsräume in Gemeinden Vernetzung: - Aktive Teilnahme an der Strategie Langsamverkehr in Graubünden - Regelmässige Teilnahme an 3 innerkantonalen Austausch-Gefässen (KOBRA, B+B+Ö, OKR-Workshop) - Teilnahme an jährlich 2-4 nationalen und überkantonalen Fachtagungen / Vernetzungstreffen

Empfehlungen für die Weiterentwicklung der Massnahmen im Bereich Bewegungs- und Begegnungsräume für die Programmphase 2026-2029

- Die Pausenplatzberatung weiterführen, der Prozess im Bereich Partizipation ausbauen und die Zusammenarbeit mit den Fachpersonen verstärken.
- Das Beratungsangebot für Gemeinden mit nationalen Angeboten (Quartierbegehung und Sitzbankkonzept) attraktiver gestalten.
- Verstärkte Sensibilisierung und Information von Gemeinden/Behörden und Akteuren über die Wirkung des öffentlichen Raums auf die Gesundheit.
- Durchführung von weiteren Sommeraktionen prüfen (z.B. Pop-up Spielplätze)
- Die Vernetzungsarbeit innerhalb des Kantons, aber auch mit anderen relevanten Partnern weiterführen.
- Das Angebot Parc da moviment wird aufgrund der geringen Nachfrage nicht weitergeführt und ab 2024 wie normale Spielplätze über den Sportfonds unterstützt.

Tabelle 1: Ausgewählte Kennzahlen der Programmphase 2022-2025, Stand Januar 2025

3.4 Programmbegründung

Die skizzierte epidemiologische Ausgangslage und die bisherigen Erfahrungen und Ergebnisse begründen den Bedarf, das KAP im Zeitraum 2026-2029 weiterzuführen. Damit kann die gesunde Entwicklung von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen gefördert sowie ein Grundstein für einen gesundheitsbewussten Lebensstil im Erwachsenenalter gelegt werden. Das Kinder- und Jugendalter ist wesentlich für die Gesundheit in späteren Lebensphasen. Prägungen finden bereits während der Schwangerschaft und im Kleinkindalter statt. Das Stresserleben kann bereits im Kindes- und Jugendalter ausgeprägt sein. Ein frühes Ansetzen bei Kindern und ihrem Umfeld schafft Grundlagen für eine günstige, soziale, kognitive und motorische Entwicklung. In den verschiedenen Lebensbereichen, in denen sich Kinder und Jugendliche aufhalten, wie die Familie, die Schule oder der Freizeitbereich liegt viel Potential für die Prävention von nichtübertragbaren Krankheiten.

Für die Fokussierung auf die Zielgruppe Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene sprechen folgende Punkte (Grundlagenberichte Gesundheitsförderung Schweiz 2022):

- Ein gesunder Start ins Leben wirkt sich positiv auf das Erwachsenenleben aus (Return on Investment ROI)
- Die meisten Kinder sind bei der Geburt gesund und ihr Gesundheitsverhalten ist noch nicht festgelegt.
- Kinder haben eine hohe Lernbereitschaft und -fähigkeit.
- Der Stoffwechsel von Kindern wird nachhaltig im frühen Alter geprägt.
- Eltern, Pflegende, Betreuende interessieren sich für das Wohlergehen der Kinder.
- Die Kindheit bis hin zum jungen Erwachsenenalter bieten ein «window of opportunities» (Chancen für gesundheitsförderliche Impulse).

Die Verringerung von nichtübertragbaren Krankheiten wie Übergewicht und psychische Beschwerden sind aufgrund möglicher Folgewirkungen sowohl für das einzelne Kind als auch gesamtgesellschaftlich wichtig. Neben dem Leid für die Betroffenen und ihr Umfeld sind sie mit hohen gesellschaftlichen Kosten verbunden. Sie machen gemäss Bundesamt für Gesundheit (BAG) auf nationaler Ebene den grössten Teil der Gesundheitskosten aus. Klinikaufenthalte und Behandlungen bei psychischen Erkrankungen dauern in der Regel deutlich länger als bei anderen Erkrankungen oder Unfällen. Die Begleitfolgen psychischer Erkrankungen wie Suizid, Gewaltverhalten, Risikoverhalten und Komorbiditäten mit Suchterkrankungen tragen massgeblich zur Erhöhung der frühzeitigen Sterblichkeitsrate bei. Gesundheitsförderliche und

präventive Massnahmen im Bereich Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit sind hinsichtlich des volkswirtschaftlichen Nutzens lohnende Investitionen.

Das KAP GF im Kinder- und Jugendalter 2026-2029 ist abgestimmt mit den Ergebnissen des Programms der Kinder- und Jugendpolitik KJFG Art. 26 (kantonales Sozialamt Graubünden), insbesondere mit dem Leitbild Kinder- und Jugendpolitik im Kanton Graubünden (2021) mit der Strategie frühe Förderung Kanton GR 2022-2025 und mit dem Sportförderungskonzept und dem Volksschulbereich (Amt für Volksschule und Sport, 2021).

Bei der Konzeptentwicklung beteiligten sich Vertretende vom Amt für Volkschule und Sport, graubündenSport, der Fachstelle Integration, dem kantonalen Sozialamt, der Pädagogischen Hochschule Graubünden und Jugend.gr. Die Koordination und Zusammenarbeit ist auch in der Umsetzungsphase zentral. Entsprechend eine ämterübergreifende Programmorganisation vorgesehen.

4 Vision

Für das KAP ist folgende Vision formuliert:

Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene in Graubünden…

- sind in ihren Lebenskompetenzen, ihrer Selbstwirksamkeit und sozialer Teilhabe gestärkt und können mit belastenden Situationen umgehen.
- bewegen sich genügend und ernähren sich ausgewogen.

Dies soll langfristig dazu beitragen (Impact), dass

- der Anstieg von Gesundheitskosten, die durch NCDs (nichtübertagbare Krankheiten) und psychische Erkrankungen entstehen, gedämpft wird.
- sozial bedingte Unterschiede in der Gesundheit reduziert werden (Chancengerechtigkeit).

5 Programm-Ziele und Massnahmen 2026-2029

Den sieben Programm-Ziele werden wirksame Massnahmen zugeordnet. Massnahmen können auf verschiedene Ziele hinwirken (vergl. Wirkungsmodell im Anhang). Es sind Massnahmen die der Kanton aufgebaut und weiterentwickelt hat sowie Massnahmen, die von GFCH empfohlen werden und auf Graubünden adaptiert wurden.

5.1 Programm-Ziele und Massnahmen auf einen Blick

Ziele (Outcome im Wirkungsmodell)	**Massnahmen** (Output im Wirkungsmodell)
Ebene Kanton	
(Z1) Kantonale Dienststellen … • sind fürs Querschnittsthema Gesundheitsförderung sensibilisiert. • der Sektoren Bildung, Sport, Soziales, Integration, Verkehrs- und Raumplanung setzen sich für gesundheitsförderliche Rahmenbedingungen für Kinder und Jugendliche ein.	V1 Vernetzung und Zusammenarbeit inner- und überkantonal
	P1 Gesetzliche Grundlagen PAT – Mit Eltern Lernen Graubünden (ES 10.1 RP 2025-2028)
Ebene für elterliche Bezugspersonen direkt	
(Z6) Elterliche Bezugspersonen … • sind sensibilisiert und befähigt die Lebenskompetenzen, soziale Teilhabe, psychische Gesundheit, ausgewogene Ernährung und genügend Bewegung ihrer Kinder zu fördern. • sind in ihren eigenen Ressourcen gestärkt und nutzen für sie relevante Angebote.	I1 Beratung Schwangerschaft und Geburt
	I2 Femmes und Männer Tische
	Ö2 Find help GR (Z6 und Z7)
Ebene für Gemeinden, Organisationen und Fachpersonen	
(Z2) Gemeinden … • betreiben eine aktive, zielorientierte und langfristige Kinder- und Jugendpolitik. • stärken Angebote im Vorschul-, Kinder- und Jugendalter mit günstigen Rahmenbedingungen. • schaffen ein gesundheitsförderndes Umfeld für Kinder, Jugendliche und deren Familien.	Ö1 Webseite und Publikationen (B2C/B2B) (Z2 und Z4)
	I3 Strategieprozesse und Projekte in Gemeinden mit Fokus Gesundheitsförderung
	I4 Bewegungs- und Begegnungsräume in Gemeinden
(Z3) Organisationen und Fachpersonen aus den Bereichen Gesundheit und Soziales… • sind über wichtige Themen der Gesundheitsförderung sensibilisiert und nutzen Informationsmaterialien. • vernetzen sich untereinander, nutzen Synergien, kennen die Angebotslandschaft und triagieren bei Bedarf an passende Angebote. • setzen Massnahmen zur Stärkung der psychischen Gesundheit, ausgewogener Ernährung und genügend Bewegung bei Kindern und Jugendlichen um.	I5 Psychische Gesundheit Jugend – BischOK?
	I6 Weiterbildungen Rund um die Geburt
	I7 GF in Spielgruppen und Kitas
	I8 Fourchette verte (neu)
	V2 Vernetzung Gemeinden und Organisationen/Fachpersonen
Ebene für Jugendliche und ihre Bezugspersonen	
(Z7) Jugendliche, junge Erwachsene und ihre Bezugspersonen … • sind sensibilisiert zur Psychischen Gesundheit und wissen, wie das eigene Wohlbefinden gestärkt werden kann. • entwickeln ein Bewusstsein für die Bedeutung von regelmässiger körperlicher Aktivität und ausgewogener Ernährung. • nutzen für sie relevante Beratungs- und Unterstützungsangebote.	Ö2 Find help GR (Z6 und Z7)
	Ö3 Kampagne «Wie geht's dir?»
	Ö4 Suizidprävention junge Erwachsene (Ressourcenstärkung) (neu)
Ebene für Schulen	
(Z4) Schulleitende, Lehrpersonen und weitere schulische Mitarbeitende … • sind über wichtige Themen der Gesundheitsförderung sensibilisiert. • integrieren die Stärkung der psychischen Gesundheit, Bewegung und Ernährung im Schulalltag und im Unterricht.	Ö1 Webseite und Publikationen (B2C/B2B) (Z2 und Z4)
	I10 Purzelbaum Kindergarten
	I11 GORILLA
	I14 Weiterbildungen LP und SL

• wissen, wie sie einen gesunden Lebensstil pflegen und Lebensphasenübergänge sowie kritische Lebensereignisse selbstwirksam meistern können. • kennen und nutzen bei Bedarf niederschwellige Beratungs- und Unterstützungs-angebote.	I15 Ensa Kurse
	I16 Unterstützende Instrumente SL und LP
	I17 Gesunde Jugend SEK II (neu)
(Z5) Schulträgerschaften … • verankern die Gesundheitsförderung zielorientiert und langfristig im Schulbetrieb. • Allen an der Schule Beteiligten stehen Angebote und Strukturen zur Verfügung, die den gesunden Lebensstil fördern und zum Erhalt der Gesundheit und Leistungsfähigkeit beitragen.	V3 schulnetz21 gr
	I9 Pausenplatzgestaltung
	I12 Bewegte Schule GR
	I13 MindMatters
	I18 Schule handelt

Legende: I = Intervention / P = Policy / V = Vernetzung / Ö = Öffentlichkeitsarbeit

5.2 Massnahmenbeschriebe

Ebene Kanton

V1 Vernetzung und Zusammenarbeit inner- und überkantonal

Beschreibung:
Die Fachstelle Gesundheitsförderung fördert den Erfahrungsaustausch in Bezug auf wirksame Massnahmen, Angebote und Materialien im Bereich Gesundheitsförderung unter kantonalen Dienststellen, Schlüsselpersonen sowie überkantonal. Die Fachstelle Gesundheitsförderung ist dabei stets bemüht bestehende Gefässe zu nutzen. Kantonale Programme (z.B. KAP K/J, KAP Alter, Programm Sucht, KIP) sowie weitere kantonale Massnahmen (z.B. Gesetzgebungsverfahren Kinder- und Jugendfördergesetz und PAT) sind gut aufeinander abgestimmt und Synergien werden genutzt.

Outcome-Indikator:

- Teilnahme an/Organisation von 3 Austauschtreffen pro Jahr mit relevanten kantonalen Dienststellen, wobei konkrete Zusammenarbeit entsteht oder besprochen wird (z.B. Gesundheitsamt (Versorgung), graubündenSport, SOA, AfM/FI, ANU, ARE, TBA, KOBRA, PDGR)
- Teilnahme an /Organisation von mind 1 Sensibilisierungsanlass (z.B. parlament en movenment) pro Jahr
- Organisation einer kantonalen Tagung zum Thema gesundheitsförderliche Wirkung des öffentlichen Raumes in Kooperation mit Partnern (z.B. Fussverkehr Schweiz) per Ende 2029
- Teilnahme an mind. vier überkantonalen Tagungen oder Austauschtreffen (Z.B. GFCH Tagung, interkantonaler Austausch Suizidprävention) pro Jahr

P1 Gesetzliche Grundlage für PAT – Mit Eltern Lernen Graubünden

Beschreibung:
Qualifiziertes Fachpersonal begleitet Familien mit herausfordernden Startbedingungen auf Hausbesuchen und in Gruppenangeboten mit dem Frühförder- und Elternbildungsprogramm «PAT – Mit Eltern Lernen». Das Programm beginnt schon während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt und dauert 3 Jahre. Es ist ein lizenziertes Programm, Lizenzgeber ist der Schweizer Dachverband PAT - Mit Eltern Lernen.

Kantonale Beschreibung:

Das Programm PAT wird im Rahmen des Regierungsprogramms 2025 - 2028 unter dem Entwicklungsschwerpunkt 10.1 «Sicherstellung der Gesundheitsversorgung im Kanton» als Massnahme angegangen. Dabei soll das Programm PAT in die Regelstrukturen überführt und auf den ganzen Kanton ausgeweitet werden. Dafür sind gesetzliche Anpassungen und eine Abstimmung mit der Weiterentwicklung der Elternberatung GR notwendig. Die Fachstelle Gesundheitsförderung sichert für die Übergangszeit ab 2025 bis maximal 2028 die Finanzierung und schafft eine gesetzliche Grundlage.

Outcome-Indikator:

- Gesetzliche Grundlage für eine kantonale Ausweitung des Programms per Ende 2029

Ebene für elterliche Bezugspersonen direkt (frühe Kindheit bis Jugend)

Ö2 Findhelp GR

Beschreibung:
Die Fachstelle Gesundheitsförderung koordiniert zusammen mit dem Sozialamt Graubünden das Online-Verzeichnis «findhelp.gr.ch». Das Online-Verzeichnis beruht auf einer Mitnutzung des Online-Tools «find-help» des Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit. Die Koordination beinhaltet:

- Die Datenqualität für die Beratungs- und Unterstützungsangebote in GR sicherstellen,
- «findhelp.gr.ch» bei Bedarf in Webseite von Organisationen und Gemeinden einbinden,
- Organisationen und Fachpersonen bezüglich Nutzung und Multiplikation von «findhelp.gr.ch» informieren,
- «findhelp.gr.ch» bei der Bevölkerung bekannt machen.

Outcome-Indikator:

- 50 Fachpersonen, die mit elterlichen Bezugspersonen, Kindern, jugendlichen oder jungen Erwachsenen in Kontakt sind, werden jährlich erreicht (z.B. Input an Veranstaltung, Beratungsgespräche, Bestellungen durch Fachpersonen)
- 8 neue Gemeinden/ Organisationen binden das Widget find-help GR bis 2028 in ihre Webseite ein
- Jährliche Überprüfung der Datenqualität
- Jährliche Zunahme der NutzerInnen (Seitenaufrufe) um mind. 5% (2024: 11'698 Seitenaufrufe)

I1 Beratung Schwangerschaft und Geburt

Beschreibung:
Das bewährte Projekt «Schwangerschafts- und Geburtsbegleitung bei Migrantinnen» wird weitergeführt und soll auf weitere Regionen ausgeweitet werden. Mehrfach belastete und kaum vernetzte Frauen werden dabei durch eine Fachperson für die Zeit rund um Schwangerschaft und Geburt begleitet und gestärkt. Die primäre Ziel dabei ist, dass die begleiteten Frauen während der Schwangerschaft, der Geburt und dem Wochenbett gesundheitsförderliche Entscheidungen für sich und ihr Kind treffen und dabei (emotional) unterstützt werden. Nationale Empfehlungen für Ernährung, Bewegung und Psychische Gesundheit fliessen in die Beratungen der Frauen ein. Der Zugang zu allgemeinen Beratungs- und Unterstützungsangeboten wird dabei sichergestellt, die Finanzierung und der Beizug von Dolmetschenden ermöglicht.
Das Projekt wird hinsichtlich der Wirkung und der langfristigen Verankerung evaluiert.

Outcome-Indikator:

- bis Ende 2029 werden 16 Frauen während der Schwangerschaft / Geburt begleitet.
- die Ausweitung des Projekts auf eine zweite Region ist erfolgt.
- eine Evaluation des Projekts liegt bis Ende 2028 vor.

I2 Femmes und Männer Tische

Beschreibung:
Das nationale Programm Femmes-Tische und Männer-Tische hat zum Ziel, Themen aus Familie, Gesundheit und Prävention im Familiensetting zu fördern. Im Fokus stehen Frauen und Männer mit Migrationserfahrung, die:
- vom Regelangebot kaum angesprochen werden,
- über geringe Kenntnisse der lokalen Sprache verfügen,
- isoliert leben oder sich einsam fühlen,
- sozioökonomisch benachteiligt sind,
- über geringe gesundheitliche Ressourcen verfügen,
- noch nicht lange in der Schweiz leben.

In niederschwelligen Gesprächsrunden diskutieren Männer und Frauen in ihrer Erstsprache, in der Regel in getrennten Gruppen, Themen zur Stärkung der psychischen Gesundheit, zu gesunder Ernährung, Bewegungsförderung usw. Gesprächsrunden für ältere Migrantinnen und Migranten (Modul 55+) werden ebenfalls angeboten. Die Teilnehmenden erhalten Zugang zu wichtigen Informationen, vernetzen sich und wissen, wo sie sich weiterführende Unterstützung oder Beratung holen können.

Kantonale Beschreibung:
Die Fachstelle Gesundheitsförderung ist Träger in Graubünden und ist verantwortlich für die Führung und Weiterbildungen von max. 14 Moderatorinnen und Moderatoren und die Durchführung von rund 120 Gesprächsrunden jährlich über alle Zielgruppen und Themen. Rund 3/4 der Gesprächsrunden adressieren Eltern bzw. elterliche Bezugspersonen und handeln um Themen rund um Auwachsen, Erziehung und eigenes Wohlbefinden.

Outcome-Indikatoren:
- mind. 90 Gesprächsrunden rund um Aufwachsen, Erziehung und eigenes Wohlbefinden werden jährlich durchgeführt

Ebene für Gemeinden, Organisationen und Fachpersonen

Ö1 Webseite und Publikationen (B2C/B2B): gesundheitsförderung.gr.ch, App Parentu, gr.feel-ok.ch, Give Aways, Infomaterialien

Beschreibung:
Die Fachstelle Gesundheitsförderung sensibilisiert die Öffentlichkeit (insb. Eltern und Jugendliche), Gemeinden, Schulen, Organisationen und Fachpersonen mit evidenzbasierten Informationen für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil (physisch, psychisch und sozial) und wichtige Themen der Gesundheitsförderung via die Webseite gesundheitsfoerderung.gr.ch sowie anderer Kanäle, z.B. Newsletter, Bündner Woche, Schulblatt Graubünden. Dafür stellt die Fachstelle Gesundheitsförderung einheitliche Grundlagen, Empfehlungen und Botschaften zur Verfügung. Das Ziel dabei ist, ein "Grundrauschen" zu gesundheitsörderlichen Themen bei der Bevölkerung und Fachpersonen zu generieren. Wo vorhanden, werden dabei auf bestehende Informationsmaterialien (z.B. Miapas), Kampagnen (z.B. Wie geht's dir?), Plattformen (z.B. gr.feel-ok.ch), Apps (z.B. parentu App) aufmerksam gemacht. Wo sinnvoll produziert die Fachstelle Gesundheitsförderung eigene Informationsmaterialien (z.B. Znüniflyer) und Give Aways. Weiter informiert die Fachstelle Gesundheitsförderung Schulen, Organisationen und Fachpersonen, wie sie die Informationsmaterialien, Kampagnen, Plattformen und Apps in ihrem Tätigkeitsbereich einsetzen können.

Outcome-Indikator:

- Ca. 5 Themenartikel in Bündner Medien pro Jahr
- Erhöhung der Nutzerzahlen von gr.feel-ok.ch
- Erhöhung der Nutzerzahlen der App parentu
- Laufende Aktualisierung der Website gesundheitsförderung.gr.ch, Social Media Posts
- Jährlich aktualisierte Empfehlungslisten für Organisationen und Fachpersonen mit aktuellen Informationsmaterialien, Kampagnen, Plattformen, Apps für die verschiedenen Zielgruppen

I3 Strategieprozesse und Projekte in Gemeinden mit Fokus Gesundheitsförderung

Es ist eine öffentliche Aufgabe, Rahmenbedingungen zu schaffen, damit qualitativ hochstehende gesundheitsfördernde Angebote im Bereich Frühe Kindheit, Kindheit und Jugend entstehen, die für alle erschwinglich und zugänglich sind. Sie orientieren sich an den Bedürfnissen der Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen sowie ihren Bezugspersonen und erhöhen die Chancengerechtigkeit. Die Fachstelle Gesundheitsförderung berät und begleitet Gemeinden/Regionen bei der Planung und Umsetzung von partizipativen Strategieprozessen mit Fokus Gesundheitsförderung. In Vorgesprächen mit Gemeindevertretenden werden die wichtigsten Eckpunkte des kommunalen/regionalen Strategieprozesses besprochen und definiert. Wichtige Eckpunkte sind die kommunale/regionale Ausgangslage, gewünschte Wirkung, Ziele, Zielgruppe(n), mögliche Kooperationen, finanzieller und zeitlicher Rahmen. Es wird darauf geachtet, dass die Gesundheitsförderung im Fokus bleibt, speziell die Themen psychische Gesundheit, Bewegung und Ernährung, dass Kooperationen mit anderen Gemeinden geprüft werden und bei Ausweitung der Zielgruppen oder Themen eine Zusammenarbeit mit entsprechenden kantonalen Stellen entsteht. Aspekte wie sozioökonomische Situation oder Herkunft der Zielgruppe fliessen in die Planung der Strategieprozesse ein.
Die fachlichen Grundlagen für die Strategieprozesse sind das Modell Primokiz von RADIX oder der Leitfaden zur Entwicklung einer kommunalen Kinder- und Jugendpolitik der FHNW. Die kantonalen Grundlagen dafür sind das Leitbild Kantonale Kinder- und Jugendpolitik und die Kantonale Strategie Frühe Förderung, welche während der letzten Programmphase durch das kantonale Sozialamt unter Mitwirkung der Fachstelle Gesundheitsförderung erarbeitet wurden.
Nach erfolgreicher Umsetzung von Strategieprozessen mit Fokus Gesundheitsförderung in Gemeinden/Regionen bietet die Fachstelle Gesundheitsförderung weitere Beratung und Anschubfinanzierung für wirkungsvolle gesundheitsfördernde Projekte (aus der Orientierungsliste KAP) sowie Begleitung zur Überprüfung der gesetzten Ziele in den kommunalen/regionalen Konzepten Frühe Kindheit, Kindheit und Jugend mit Fokus Gesundheitsförderung.

Outcome-Indikatoren:

- Ca. 4 neue Gemeinden/ Nachbarsgemeinden/ Regionen werden per Ende 2029 bei einem Strategieprozess mit Fokus Gesundheitsförderung begleitet
- Ca. 4 neue Gemeinden/ Nachbarsgemeinden/ Regionen setzen per Ende 2029 je ein wirkungsvolles gesundheitsförderndes Projekt um
- 1 Gemeinde wird per Ende 2029 bei der Überprüfung der gesetzten Strategieziele begleitet

I4 Bewegungs- und Begegnungsräume in Gemeinden

Beschreibung:
Als Orte der Bewegung, der Begegnung und der Erholung, beeinflussen attraktive und qualitative öffentliche Freiräume das Wohlbefinden der Bevölkerung positiv und tragen massgeblich zur Lebensqualität in der Gemeinde bei. Die Fachstelle Gesundheitsförderung berät, begleitet und befähigt Gemeinden in der Gestaltung von kinder- und jugendfreundlichen sowie sicheren Bewegungs- und Begegnungsräumen (z.B. offene Turnhallen, Quartiersbegehungen, generati-

onenverbindende Spielplätze, Schulwege, Veloförderung). Dabei werden passende Good-Practice Angebote und entsprechende Fachpersonen vermittelt. Möglichst alle Generationen in den Gemeinden sollen einen Mehrwert erfahren. Die Massnahme wird daher angepasst auch im KAP Alter (KAP GR, Lebensphase III, 2025-28) umgesetzt. Um die Bedürfnisse der Zielgruppe(n) abzuholen, wird deren partizipativer Einbezug bewusst gefördert.

Outcome-Indikator:

- Ausarbeitung von 2 neuen Angeboten in Kooperation mit nationalen Partnern für Gemeinden (Multiplikation)
- Schlüsselpersonen aus den rund 100 Gemeinden werden für kinderfreundliche und sichere Bewegungs- und Begegnungsräume sensibilisiert per Ende 2029
- 2-3 Gemeinden werden per Ende 2029 bei der bewegungsfreundlichen Gestaltung des öffentlichen Raumes unterstützt und begleitet (mit Fokus Lebensphase Kinder und/oder Jugendliche)
- 5 -10 Gemeinden werden bei der Umsetzung von offenen Turnhallen für Kinder unterstützt

I5 Psychische Gesundheit Jugend – BischOK?

Beschreibung:
Die psychische Gesundheit bei Jugendlichen kann gestärkt werden, wenn familiäre Bezugspersonen, Personen aus dem sozialen Umfeld der Jugendlichen und kommunale Entscheidungsträger bezüglich dem Thema «Psychische Gesundheit bei Jugendlichen» informiert und gestärkt werden. In den Jahren 2024-2025 wird das Pilotprojekt «Psychische Gesundheit Jugend - BischOK?» umgesetzt und evaluiert. Dabei werden Pilotgemeinden unterstützt, in einem partizipativen Verfahren Massnahmen zur Sensibilisierung und Stärkung der Personen aus dem Umfeld der Jugendlichen zu entwickeln und umzusetzen. Auf der Grundlage der Evaluation des Pilotprojekts wird das Vorgehen zur Erreichung der oben beschriebenen Zielgruppe überprüft und das Projekt entsprechend weiterentwickelt. Die Umsetzung dieser Massnahme wird dem Dachverband Kinder- und Jugendförderung Graubünden (jugend.gr) übertragen.

Outcome-Indikator:

- In mind. 3 Gemeinden/ Nachbarsgemeinden/ Regionen werden per Ende 2029 gemäss dem weiterentwickelten Konzept des Projekts «BischOK? 2024-2025» Personen aus dem Umfeld der Jugendlichen hinsichtlich Psychischer Gesundheit informiert und gestärkt.

I6 Weiterbildungen Rund um die Geburt

Beschreibung:
Die Fachstelle Gesundheitsförderung fördert die Wissenserweiterung, den Austausch sowie die Vernetzung unter Fachpersonen, welche Familien rund um die Zeit der Schwangerschaft, Geburt und ersten Lebensjahre begleiten. Diese Fachpersonen (z.B. Gynäkologinnen/Gynäkologen, Hebammen, Elternberaterinnen, PAT Elterntrainerinnen, Spielgruppen- und Kitaleitende) werden zu Weiterbildungen, Austausch- und Vernetzungstreffen auf regionaler und kantonaler Ebene eingeladen. Dabei wird ein jährliches Schwerpunktthema aus den Themen der Gesundheitsförderung in den Fokus gestellt. Die Fachpersonen werden bezüglich Wahl des Schwerpunktthemas konsultiert. Bestehende Weiterbildungen, Austausch- und Vernetzungstreffen der Verbände, Gemeinden und Regionen werden mitberücksichtigt. Das Projekt wird in Co-Leitung mit der Koordinatorin Elternberatung durchgeführt.

Outcome-Indikator:

- mind. 6 Weiterbildungen, Austausch- und Vernetzungstreffen zu verschiedenen Schwerpunktthemen haben per Ende 2029 stattgefunden.

I7 Gesundheitsförderung in Spielgruppen und Kitas

Beschreibung:
Mitarbeitende von Spielgruppen und Kitas können sich in den Themen Bewegung, Ernährung und Lebenskompetenzen/Ressourcenstärkung weiterbilden. Spielgruppen und Kitas als Organisationen werden in ihrem Bestreben, den Spielgruppen-, resp. Kitaalltag gesundheitsfördernd zu gestalten, beraten. Dabei liegt der Fokus auf einer langfristigen und nachhaltigen Integration der von ihnen gewählten Themen im Spielgruppen, resp. Kitaalltag. Es wird zudem geprüft, Beratung und Weiterbildungen für Spielzeugfreie Kita/Spielgruppe und Gartenprojekte anzubieten. Das Spielgruppenprojekt (ehemals Bischfit? Spielgruppen) wird im gleichen Rahmen mit jährlich 1-2 Weiterbildungen und 2 Austauschtreffen weitergeführt.

Outcome-Indikator:
- 4-6 Kitas und Spielgruppen werden per 2029 zu den Themen Bewegung, Ernährung oder Lebenskompetenzen beraten
- im Spielgruppen-Projekt werden bis 2029 6-8 Weiterbildungen und 6-8 Austauschtreffen durchgeführt.
- bis Ende 2029 werden in Zusammenarbeit mit dem BGS, anderen Institutionen oder von der Fachstelle selbst organisiert 4-6 öffentliche Weiterbildungen angeboten (nicht im Rahmen eines Projekts).

I8 Fourchette verte – Ama terra

Beschreibung:
Fourchette verte fördert eine ausgewogene Ernährung in Einrichtungen zur Gemeinschaftsverpflegung (Kindertagesstätten, ausserschulische Einrichtungen, Universitäten, Betriebsrestaurants, Alters und Pflegeheime usw.), die sich auf die Schweizer Ernährungsempfehlungen des BLV und der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung stützt. Da die menschliche Gesundheit eng mit der Gesundheit der Umwelt verbunden ist, ermutigt Fourchette verte die Fachpersonen in der Gemeinschaftsgastronomie, besonders auf die Herkunft, die Saisonalität und die Produktionsweise der Lebensmittel, die Häufigkeit des Konsums von tierischen Produkten und die Lebensmittelverschwendung zu achten. Die Labels Fourchette verte und Ama Terra können von Gastronominnen und Gastronomen erworben werden, wenn sie ausgewogene und nachhaltige Tagesgerichte servieren. Diplomierte Ernährungsberaterinnen und -berater (HF/FH) aus der Region bieten Unterstützung und spezialisierte Beratung, um den Gastronominnen und Gastronomen das nötige Rüstzeug für die Zubereitung von ausgewogenen und ressourcenschonenden Mahlzeiten zu vermitteln.
Kantonale Beschreibung:
Die Fachstelle Gesundheitsförderung sichert die Beratung und Labelvergabe in Graubünden. Alle bisherigen "ausgezeichneten Mittagstische" (ehemalige Zertifizierung in GR) erhalten nach erfolgreicher Zertifizierung das FV-Label. Die Beratung und Begleitung wird neben Kita's und schulischen Mittagstischen auch für Mensen an Mittelschulen geprüft.

Outcome-Indikator:
- Rezertifizierungen der bisherigen "ausgezeichneten Mittagstischen" (10)
- Pro Jahr 1-3 Neuzertifizierungen

V2 Vernetzung Gemeinden und Organisationen/Fachpersonen

Beschreibung:
Die Fachstelle Gesundheitsförderung fördert das Wissen bei und den Erfahrungsaustausch unter Gemeinden, Organisationen und Fachpersonen in Bezug auf Strategieprozesse, wirksame Massnahmen, Angebote, Prinzipien der Gesundheitsförderung (z.B. Partizipation, Chancengerechtigkeit) und Materialien im Bereich Gesundheitsförderung. Die Fachstelle Gesundheitsförderung ist dabei stets bemüht bestehende Gefässe zu nutzen und Kooperationen einzugehen, um die Anliegen der Gesundheitsförderung den Gemeinden, Organisationen und Fachpersonen näher zu bringen.

Outcome-Indikator:

- Ca. 3 Regionale Informations- und Vernetzungstreffen zum Fokusthema Psychische Gesundheit im Jugendalter per 2029
- 1 Vernetzungstreffen für Gemeinden/Regionen mit bestehenden Strategien Frühe Förderung oder Kinder- und Jugendpolitischen Konzepten per 2029
- Teilnahme/Organisation an mind. 2 Treffen pro Jahr mit Gemeinden oder Organisationen, bei welchen Anliegen des Programms eingebracht werden können

Ebene für Jugendliche und ihre Bezugspersonen direkt

Ö3 Kampagne «Wie geht's dir?»

Im Rahmen der Kampagne «Wie geht's dir?» haben die Träger-Kantone und Pro Mente Sana unzählige Massnahmen entwickelt, die Kampagne kantonal zu verstärken und zu multiplizieren. Damit tragen sie zur Bekanntmachung von Massnahmen zur Ressourcenstärkung (z. B. Impulse) und der Hilfsangebote bei. Ausserdem helfen sie, das Thema Psychische Gesundheit weiter zu enttabuisieren.

Kantonale Beschreibung:
Die Fachstelle Gesundheitsförderung verstärkt die Kampagne «Wie geht's dir?», indem sie die Kampagne wo sinnvoll mitkommuniziert, Kampagnenmaterialien über Fachpersonen an die Bevölkerung bringt und öffentliche Kanäle in Graubünden bespielt. Dabei wird die Dreisprachigkeit des Kantons berücksichtigt. Die nationale Kampagne sowie deren Schwerpunkte bilden die Basis für die kantonalen Aktivitäten.

Outcome-Indikatoren:

- 50 Gemeinden (50%) verstärken die Kampagne aktiv z.B. mittels WGD Bänkli, Plakataushang, Webseiteverlinkung
- 50 Fachpersonen werden jährlich mit Kampagnenmaterialien erreicht (Bestellungen durch Fachpersonen, Beratungsgespräche)
- Kampagne «Wie geht's dir?» ist in allen drei Sprachregionen Graubündens über öffentliche Kanäle präsent

Ö4 Suizidprävention junge Erwachsene (Ressourcenstärkung)

Die Fachstelle Gesundheitsförderung sensibilisiert junge Erwachsene und ihr Umfeld über das Thema Suizidalität und über die Möglichkeiten der Prävention durch Stärkung der personalen und sozialen Ressourcen. Die Sensibilisierungsmassnahmen sollen zur Enttabuisierung und Entstigmatisierung von Suizidalität beitragen, stellen das erfolgreiche Überwinden von Krisen in

den Mittelpunkt der Kommunikation und informieren über niederschwellige Anlaufstellen (Beratungsangebote und Notfallnummern). Dabei werden bestehende Plattformen (z.B. 147, Reden kann retten, Find help GR) und Initiativen (z.B. Weltsuizidpräventionstag, die Kampagne "Wie geht's dir?") berücksichtigt. Die Projektleiterin übernimmt die Koordination und fungiert als Wissensträgerin im Bereich Suizidprävention. Sie stellt spezifisches Fachwissen, Materialien und Angebote bereit und sorgt für die Bekanntmachung über Multiplikatoren. Die Massnahme werden mit den relevanten Partnern koordiniert: insbesondere mit dem AVS (Schulpsychologischer Dienst), dem AHB, AfB, der PDGR oder Polizei.

Outcome-Indikatoren:

- 1-2 Medienberichte zum Thema Suizidprävention pro Jahr
- mind. 60% der Jugendlichen und jungen Erwaschsenen, die eine Sek II Schule besuchen, werden per Ende 2029 mit Informationen zu niederschwelligen Hilfsangeboten erreicht

Ebene für Schulen

V3 schulnetz21 graubünden in Kooperation mit AVS

Beschreibung:
Das Schulnetz21 unterstützt Schulen in der Gestaltung von gesunden und nachhaltigen Lern-, Lebens- und Arbeitsräumen. Es bietet Erfahrungsaustausch, Weiterbildung, Begleitung, Instrumente usw. zu Themen der Gesundheitsförderung und der Bildung für nachhaltige Entwicklung an. Die Voraussetzung für eine hohe Wirksamkeit sind:

- Das Commitment der Schulbehörde, der Schulleitung und des Schulteams für die Mitgliedschaft im Netzwerk.
- Die Ernennung einer schulinternen Kontaktperson mit einem entsprechenden Mandat.
- Ein Monitoring jeder Mitgliedsschule zur Umsetzung ihrer Massnahmen sowie klare Zuständigkeiten.

In einer gesundheitsfördernden und nachhaltigen Schule ist es ein Ziel, die Entwicklung der Handlungskompetenz aller Schulakteurinnen und -akteure zu fördern, damit alle ihr Wissen, ihre Fähigkeiten und ihre Fertigkeiten für ihre Gesundheit und für eine nachhaltige Entwicklung anwenden können. Der ganzheitliche Ansatz und der Erfahrungsaustausch sind wichtige Aspekte von Schulnetz21. Die Massnahme ist auf die Förderung gesundheitlicher Chancengleichheit ausgerichtet.

Kantonale Beschreibung:
Im Kanton Graubünden bauen das Amt für Volksschule und Sport und das Gesundheitsamt basierend auf den nationalen Grundlagen das kantonale Netzwerk auf. Für die Beratung und Begleitung der Schulen wurde der PH Graubünden (PHGR) ein Dienstleistungsauftrag vergeben. Die Beratung und Begleitung (Erstgespräch und Schulinterne Weiterbildung zur Standortbestimmung, Arbeitsgruppe und Planung, Vereinbarung,) durch die PHGR ist für Schulen kostenlos und wird von der Fachstelle Gesundheitsförderung getragen. Je nach Zielsetzung und Massnahmen, welche die Schule umsetzt, profitiert sie von weiterer (finanzieller) Unterstützung.

Outcome-Indikator:

- Jährlich ein kantonales Austauschtreffen für Bündner Schulen
- Teilnahme an nationalen Gefässen (Impulstagung, Koordinatoren-Erfa)
- 20 Mitgliedschulen bis 2029

I9 Beratungsangebot für bewegungsfreundliche und altersgerechte Pausenplätze

Beschreibung:
Altersgerechte und bewegungsfreundliche Plätze regen zu mehr Bewegung an, beeinflussen das psychische Wohlbefinden positiv und fördern die Selbstwirksamkeit. Die Fachstelle Gesundheitsförderung unterstützt Schulen sowie Kindergärten in Graubünden bei der Gestaltung von bewegungsfreundlichen und altersgerechten Pausenplätzen finanziell und beratend. Die Projektphase dauert rund 1.5 bis 2 Jahre. Nach einem ersten Informationsgespräch, definiert die Schule eine Arbeitsgruppe, die aktiv am Prozess teilnimmt. Es folgt eine Kick-off Sitzung und Bedürfnisanalyse sowie eine Begehung vor Ort zusammen mit einer Fachperson aus der Raumplanung. Daraufhin wird durch die Fachperson eine Konzeptskizze mit Budgetvorschlag ausgearbeitet. Die Umsetzungsphase mit Budgeteingabe und Baubewilligung führt die Schule eigenständig durch. Ziel ist die Förderung von attraktiven, altersgerechten und bewegungsfreundlichen Pausenplätzen durch Beratung und Prozessbegleitung. Das Projekt "naturnahe Spielplätze" von Radix (und Roger Federer Foundation) ist der Fachstelle Gesundheitsförderung bekannt und wird bei Bedarf bereits zu Beginn ins Spiel gebracht.

Outcome-Indikator:
- Bis Ende 2029 haben sich 6-10 Schulen mit dem Angebot "Pausenplatzgestaltung" beraten lassen mit einer Umsetzungsquote von mindestens 60%
- Der Beratungsprozess wird stetig optimiert, vor allem die partizipative Einbringung der Zielgruppe (Schülerinnen und Schüler inkl. Lehrpersonen) ist dabei ein wichtiger Aspekt

I10 Purzelbaum Kindergarten «Mehr Bewegung und gesunde Ernährung im Kindergarten» und «rundum stark»

Beschreibung:
Purzelbaum verankert mit einfachen und praxisnahen Mitteln vielseitige Bewegung, ausgewogene Ernährung sowie ressourcenstärkende Angebote im Alltag von Kindergärten. Es unterstützt die im Lehrplan 21 geforderte Kompetenzorientierung und fördert die Selbststeuerung der Schülerinnen und Schüler durch vielfältige und häufige Bewegung im Unterricht.
Das Modul Purzelbaum «rundum stark» baut auf den Erfahrungen des Basisangebots Purzelbaum auf und vertieft das Thema psychische Gesundheit. Mit einfachen und praxisnahen Angeboten werden die gesundheitswirksamen Ressourcen im Kindergartenalltag gefördert und die Kinder in ihrer gesunden Entwicklung unterstützt. Purzelbaum «rundum stark» unterstützt die im Lehrplan 21 geforderte Kompetenzorientierung. Die Lehrpersonen können von Weiterbildungen sowie zahlreichen Praxisideen profitieren und sie erhalten finanzielle Unterstützung bei der bewegungsfreundlichen Umgestaltung des Kindergartens. Regelmässiger Erfahrungsaustausch unter den Lehrpersonen der Purzelbaum Kindergärten unterstützt sie bei der Umsetzung der Massnahmen.

Kantonale Beschreibung:
Im Kanton Graubünden wird Purzelbaum Kindergarten von graubündenSport (Kompetenzzentrum für Sportförderung, Amt für Volksschule und Sport) umgesetzt.

Outcome-Indikator:
- laufende Staffel Purzelbaum (Herbst 2025-2026) wird abgeschlossen
- eine weitere Staffel Purzelbaum sowie eine Staffel Purzelbaum Rund um stark wird angeboten
- Verankerung in Ausbildung der PHGR wird angestrebt

I11 GORILLA Schulprogramm

Beschreibung:
GORILLA ist das mehrfach ausgezeichnete nationale Programm zur Gesundheitsförderung der Schtifti Foundation. Es motiviert Kinder und Jugendliche im Alter von 9 bis 25 Jahren unter den Gesichtspunkten der körperlichen und psychischen Gesundheit, sich ausreichend zu bewegen, ausgewogen zu ernähren und bewusst zu konsumieren. Zum Programm von GORILLA gehören kleinere Workshops genauso wie die Tagesworkshops, an welchen die GORILLA-Botschafterinnen und Botschafter den Jugendlichen die Basics verschiedener Freestylesportarten wie Breakdance, Skateboard und Parkour zeigen. Ernährungsprofis betreuen das Znüni- und Lunch-Buffet und erklären die Grundzüge einer ausgewogenen Ernährung anhand der Lebensmittelpyramide. Genauso stehen aber auch Themen wie Nachhaltigkeit und psychische Gesundheit im Mittelpunkt verschiedener Ateliers am Nachmittag. Neben den Workshops hat GORILLA ein Schulprogramm, welches den Lehrpersonen über 100 fixfertige Unterrichtseinheiten und spannende Tipps und Tricks rund um die GORILLA-Themen gratis zur Verfügung stellt. Auf Instagram und unter http://www.gorilla.ch gibt es Inhalte, die für die Zielgruppe Jugendliche zugeschnitten sind. Zudem stehen viele Lernvideos und ein Kochbüchlein zur Verfügung.

Kantonale Beschreibung:
GORILLA lanciert mit dem neuen Schulprogramm ein Pilotprojekt, wobei sie Schulen (Zyklus 3) während zwei Jahren enger begleiten. Die Fachstelle Gesundheitsförderung unterstützt die Teilnahme von zwei Bündner Schulen (je ca. 100 SuS) während den Schuljahren 2025/26 und 2026/27 mit einem finanziellen Beitrag. Eine Weiterführung ab Schuljahr 2027/28 wird geprüft. Unabhängig von den zwei Pilotschulen, nutzen weitere Bündner Lehrpersonen die Bildungsplattform von GORILLA (Gorilla forTeachers).

Outcome-Indikator:
- Zwei Bündner Schulen nehmen aktiv am GORILLA Schulprogramm teil
- Rund 200 Jugendliche sammeln während den zwei Schuljahren Erfahrungen zu einem gesunden Lebensstil und entwickeln ein Bewusst sein für den Einfluss von Bewegung und Ernährung auf ihr Wohlbefinden
- Weitere 10 Lehrpersonen registieren sich für GORILLA forTeachers

I12 Bewegte Schule Graubünden

Beschreibung:
Bewegung ist ein wesentliches Element der gesunden Schulkultur und der aktiven Schulentwicklung. Das Programm «Bewegte Schule» begleitet Lernen und Lehren mit Bewegung und fördert die gesunde Esskultur an Schulen. Die Kinder brauchen genügend Raum, ihren natürlichen Bewegungsdrang auszuleben. Schulen erhalten bedürfnisorientierte Unterstützung und Begleitung bei der Projektumsetzung (Bewegungsfreundliche Gestaltung der Schulzimmer, einfacher Zugang zu Bewegungsmaterialien/Geräte in den Pausen, Sensibilisierung für ausgewogene Znünis/Zvieris, Einführung von Bewegtem Unterricht/Bewegungspausen, freiwilligem Schulsport, etc.). Schulen erhalten zudem finanzielle Unterstützung für die Anschaffung von Bewegungsmaterialien.

Outcome-Indikator:
- Bis Ende 2029 setzen sich mindestens 2 weitere Schulen mit «Bewegten Schulen» für mehr Bewegung im Schulalltag ein
- Bis Ende 2029 frischt die Hälfte der bestehenden «Bewegten Schulen» ihr Commitment auf und beteiligt sich am Netzwerk (schulnetz21)

- Bis Ende 2029 verfügen über 2/3 der «Bewegten Schulen» über ein ergänzendes Angebot an freiwilligem Schulsport

I13 MindMatters – Schule durch psychische Gesundheit stärken

Beschreibung:
MindMatters ist ein wissenschaftlich begleitetes und in der Praxis erprobtes Programm zur Förderung der psychischen Gesundheit in den Zyklen I, II und III, sowie Übergangsjahre wie Brückenangebote und Berufsvorbereitungsjahre. Es basiert auf dem Konzept der „Gesundheitsfördernden Schule“ und dem Setting-Ansatz. Mit den Modulen zu Unterricht und Schulentwicklung hilft MindMatters Schulen dabei, das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern sowie von Lehrpersonen zu fördern. MindMatters leistet damit einen Beitrag zur Verbesserung der Schulqualität und der Lehr- und Lernergebnisse. Eine Projektgruppe, bestehend aus Schulleitung, Lehrpersonen und Schulsozialarbeit, nimmt an der Schulbegleitung teil und setzt sich mit MindMatters auseinander. Zusätzlich wird aus der Projektgruppe ein Mitglied als Themenhütenden und als Kontaktperson für Kanton und nationale Leitung bestimmt.
Kantonale Beschreibung:
Im Kanton Graubünden haben Schulen die Wahl zwischen verschiedenen Zugängen von MindMatters: «Sozial-emotional stark» (Zyklus 1 und 2), «Stark fürs Leben» (Zyklus 3) oder «#standup - Initiative gegen Mobbing» (Zyklus 1-3). Wobei die Beratung und Begleitung durch Fachpersonen der Sozialpädagogischen Fachstelle der Stiftung Gotthilft oder der PHGR angeboten werden. Die Koordination läuft über die Fachstelle Gesundheitsförderung.

Outcome-Indikator:
- Bis Ende 2029 setzen mindestens vier weitere Schulen MindMatters aktiv als Ressource ein. (Commitment, Schulinterne Weiterbildung zur Einführung von MindMatters, Arbeitsgruppe erarbeitet ein Konzept zum Einsatz von MindMatters an der Schule, welches vom Kollegium getragen wird)

I14 Kurse und Weiterbildungen für Schulleitungen, Lehrpersonen und weitere an der Schule Beteiligte

Beschreibung:
Fakultative Weiterbildungen zu psychosozialen Themen, zu Bewegungsförderung und Förderung von ausgewogener Ernährung für Schlüsselpersonen im Setting Schule (Volksschule, Zyklus 1-3) werden im Rahmen des Kursprogramms der Pädagogische Hochschule Graubünden angeboten und sichergestellt. Bei Bedarf unterstützt die Fachstelle Gesundheitsförderung die PH Graubünden mit Inputs (Referat, Workshops) im Rahmen der Ausbildung für angehende Lehrpersonen.

Outcome-Indikator:
- Pro Jahr werden 8-12 Kurse angeboten und durchgeführt

I15 ensa – Erste-Hilfe-Kurse für psychische Gesundheit

Beschreibung:
Praxisnah vermitteln ensa Erste-Hilfe-Kurse und ensa Erste-Hilfe-Gespräche Basiswissen über die häufigsten psychischen Krankheiten und Krisen. Die Teilnehmenden lernen, Probleme rechtzeitig zu erkennen, wertfrei anzusprechen sowie Betroffene zu professioneller Hilfe zu ermutigen. Es gibt zwei Erste-Hilfe Kurse: Im Erste-Hilfe-Kurs mit Fokus Erwachsene lernen Erwachsene (Laien) in 12h (Präsenz) oder 14h (Webinar) anderen Erwachsenen Erste Hilfe zu leisten. Im

Erste-Hilfe-Kurs mit Fokus Jugendliche lernen Erwachsene (Laien), denen Jugendliche anvertraut sind (Eltern, Lehrpersonen, Schulsozialarbeitende, Berufsbildende, Jugend- und Sportgruppenleitende), in 14h (Präsenz) oder 16h (Webinar) Jugendlichen Erste Hilfe zu leisten. Erste-Hilfe-Gespräche gibt es drei: Im Erste-Hilfe-Gespräch über Suizidgedanken lernen Erwachsene (Laien) in einem halben Tag (Präsenz oder Webinar) die 3 Schritte der Ersten Hilfe für Menschen mit Suizidgedanken. Im Erste-Hilfe-Gespräch über selbstverletzendes Verhalten ohne Suizidabsicht lernen Erwachsene (Laien), denen Jugendliche anvertraut sind, in einem halben Tag (Präsenz oder Webinar) die 3 Schritte der Ersten Hilfe bei selbstverletzendem Verhalten (in der Regel von Jugendlichen). Im Erste-Hilfe-Gespräch für Führungskräfte lernen diese, auf die psychische Gesundheit ihrer Mitarbeitenden zu achten, Veränderungen frühzeitig wahrzunehmen und darauf zu reagieren. Ab 2023 wird zudem ensa Teens angeboten: In diesem Kurs lernen Jugendliche, wie sie psychische Probleme bei Gleichaltrigen erkennen und ansprechen und wie sie kompetente Erwachsene involvieren.

Kantonale Beschreibung:

Die Fachstelle Gesundheitsförderung bewirbt die Ensa-Kurse (Fokus Jugendliche, Teens, Suizidgedanken, Selbstverletzendes Verhalten) in verschiedenen Massnahmen im KAP GR, Lebensphase I, 2026-29 (z.B. Bischok?, Weiterbildungen für Lehrpersonen, etc.). Je nach Bedarf, kommt es zu Durchführungen in Gemeinden oder an Schulen. Die Umsetzungen werden durch die Fachstelle Gesundheitsförderung finanziell Unterstützt.

Outcome-Indikator:

- 2-4 Schulen/Gemeinden/Institutionen führen bis 2029 einen Ensa-Kurs durch (ca. 20 Teilnehmende pro Kurs)

I16 Unterstützende Instrumente für Schulleitende, Lehrpersonen und weitere Mitarbeitenden an den Schulen

Beschreibung:

Die Fachstelle Gesundheitsförderung kennt, prüft und multipliziert unterstützende Instrumente für Schulen, um Gesundheitsförderung im Schulalltag zu integrieren sowie als Handreichung zur Umsetzung der im Lehrplan 21 geforderten (Gesundheits-)Kompetenzen und koordiniert diese mit dem AVS (Amt für Volksschule und Sport). Schulische Mitarbeitende werden informiert über neue und bestehende unterstützende Instrumente wie Unterrichtsmaterialien (z.B. VeloLAB, befreelance), inspirierende Plattformen (z.B. schulebewegt.ch, tinatoni.ch, GORILLA Bildungsplattform), Kampagnen mit Material für den Unterricht (z.B. wie-gehts-dir.ch), Mitmachaktionen (z.B. walktoschool.ch, DefiVelo) sowie evidenzbasierte Informationsplattformen und -materialien (z.B. gr.feel-ok.ch, Znüni-Flyer). Insbesondere Lehrpersonen werden motiviert diese im Unterricht und/oder in der Elternarbeit einzusetzen, um ihre Schülerinnen und Schüler sowie deren Erziehungsberechtigten für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil zu sensibilisieren. Die Fachstelle Gesundheitsförderung und das AVS prüfen und koordinieren den Infofluss zu den Volksschulen gemeinsam.

Outcome-Indikator:

- FOCUS (Newsletter AVS) wird 3-4 Mal pro Jahr gezielt mit einem Beitrag aus GF ergänzt
- Newsletter «Gesundheitsförderung in der Schule» wird mindestens 3 Mal pro Jahr an interessierte SL, LP und Mitarbeitende von Schulen verschickt

I17 Gesunde Jugend SEK II (Arbeitstitel)

Beschreibung:

Um Jugendliche, deren Erziehungsberechtigten, Lehrpersonen und Bezugspersonen zu Themen der psychischen Gesundheit besser zu erreichen, wird ein neuer Ansatz für Bündner

Schulen der Sekundarstufe II entwickelt. Erfahrungen aus den Aktionstagen Psychische Gesundheit, Impulsveranstaltungen sowie schulischen Veranstaltungen in 2025 fliessen mit ein. Die Fachstelle Gesundheitsförderung fördert in diesem Zusammenhang Präventionsangebote, die sowohl Unterrichtsmaterialien für Schülerinnen und Schüler (Sekundarstufe II) als auch Weiterbildungs- und Sensibilisierungsangebote für Lehrpersonen, Erziehungsberechtigte und Bezugspersonen umfassen. Sie stellt Trägerschaften von Schulen der Sekundarstufe II (insbesondere Gymnasien) sowie Brückenangeboten, bestehende Sensibilisierungsprojekte und Angebote zur Verfügung, berät bei der Planung und Umsetzung und beteiligt sich an der Finanzierung. Im Fokus der Massnahme steht die Stärkung der psychischen Gesundheit, wobei diesbezüglich die Bedeutung von regelmässiger Bewegung und ausgewogener Ernährung ebenfalls einfliessen kann/soll.

Outcome-Indikator:

- Angebot/ Präventionsprogramm allen relevanten Schulen auf Sekundarstufe 2 (insbesondere Brückenangebote) bekannt machen
- Jährlich eine neue Schule fürs Angebot gewinnen (Anzahl erreichter Schülerinnen und Schüler, sowie erreichter Eltern wird, falls nicht genau erfasst, geschätzt.)

I18 Kurse und Weiterbildungen für Schulleitungen, Lehrpersonen und weitere an der Schule Beteiligte

Beschreibung:

«Schule handelt – Stressprävention am Arbeitsort» ist ein umfassendes Angebot für die Umsetzung von systematischer Betrieblicher Gesundheitsförderung und richtet sich an alle Schulstufen. Es ermöglicht eine Analyse des Ist-Zustandes sowohl auf Verhältnis- wie auch auf Verhaltensebene und erlaubt den Verantwortlichen, gemeinsam mit den Mitarbeitenden passgenaue und zielgerichtete Massnahmen zu entwickeln. Das Ziel ist, die Gesundheit von Schulleitungen, Lehrpersonen und weiteren Mitarbeitenden zu stärken. Entscheidend für die erfolgreiche Durchführung des Programms sind die Beteiligung des Schulteams, das Engagement der Schulleitung und die Begleitung durch akkreditierte Schulberatungspersonen. Erst im Dialog von Schulleitung, Lehrpersonen und Schulberatungspersonen können sinnvolle Massnahmen abgeleitet werden. Das Engagement der Schulleitung zeigt gegenüber den Lehrpersonen, dass die Schulleitung gewillt ist, Massnahmen zu ergreifen. Wichtig ist, dass der Kontakt zwischen Schulleitung und Schulberatungspersonen bereits frühzeitig hergestellt wird, damit die Durchführung optimal geplant werden kann. Bei stark belasteten Schulen soll der Entscheid für oder gegen die Durchführung des Programms gemeinsam mit den Schulberatungspersonen gefällt werden. Schule handelt ist ein Präventionsprogramm und kein Kriseninterventionsprogramm.

Kantonale Beschreibung:

Im Kanton Graubünden koordiniert die Fachstelle Gesundheitsförderung das Angebot «Schule handelt». Bei einem Erstgespräch wird die Ausgangslage der Schule angehört, ein grober Ablauf besprochen, auf mögliche akkreditierte Beratungspersonen hingewiesen und die Finanzierung geklärt. Bündner Schulen profitieren von einem Beitrag (aktuell CHF 2000) an den Beratungsprozess (inkl. Befragungstool) durch die Fachstelle Gesundheitsförderung. Bei einer 1/2-tägigen Kick-off Veranstaltung (Schulinterne Weiterbildung) wird das Kollegium sensibilisiert (u.A. Argumentarium stärkt Bildung) und auf den Prozess sowie die Befragung vorbereitet. Die detaillierte Planung findet zwischen der akkreditieren Beratungsperson und der Schulleitung/Projektteam statt. Nach Möglichkeit wird die Fachstelle Gesundheitsförderung beim Abschlussgespräch nochmals mit ins Boot geholt, um die Umsetzung der Massnahmen mitzutragen.

Outcome-Indikator:

- Bis Ende 2029 führen mindestens acht weitere Schulen den «Schule handelt»-Prozess durch

6 Programmorganisation

Die Gesamtverantwortung für die planmässige Umsetzung des kantonalen Programms obliegt dem Gesundheitsamt in Kooperation mit dem Amt für Volksschule und Sport.

Das kantonale Sozialamt und die Fachstelle Integration (KIP) sind in eine ämterübergreifende Koordinationsgruppe eingeladen. Die Projektleitenden stellen die Detailplanung und Umsetzung der ihnen zugewiesenen Projekte sicher. Das Programm ist wie folgt organisiert:

Auftraggeber	Regierung des Kantons Graubünden Departement für Justiz, Sicherheit und Gesundheit
Co-Finanzierung	Gesundheitsförderung Schweiz
Kantonale Trägerschaft KAP	Gesundheitsamt Graubünden, R. Leuthold, Leiter (Hauptverantwortung) Amt für Volksschule und Sport, C. Marti, Leiterin
Strategische Programmleitung	D. Rudin, Leiterin Fachstelle Gesundheitsförderung, Gesundheitsamt
Koordinationsgruppe KAP (ämterübergreifend, 1x/Jahr)	T. Jeanneret, Leiter graubündenSport, AVS R. Cantieni, Leiter Stab Volksschule, AVS B. Hatz, Leiter Fachbereich Familie, Kinder und Jugendliche, SOA F. Birchler, Leiter Fachstelle Integration, AMZ + V. Ciocco, S. Bachmann, Co- Programmleitende

Koordinations-Teilgruppen 1-2x/J		
Gruppe GF und P in der Schule: S. Bachmann, D. Rudin GA und R. Cantieni, AVS (sichert Schnittstelle zu: Schulpsychologischem Dienst, Schulinspektoren) Abstimmung Kommunikation und Mandate an Dritte	Gruppe Kinder- und Jugend Ausserschulisch: V. Ciocco, D. Rudin GA B. Hatz, SOA und F. Birchler, FI Abstimmung mit Massnahmen KIP und KAP, Abgleich zu Gesetzesprozessen/ES 5.1 und 10.1 aus RP 2025-2028	Gruppe Bewegungs- und Sportförderung: R. Keller, C. Ruggli (GF im Alter), D. Rudin, GA und T. Jeanneret, graubündenSport
Co-Programmleitung V. Ciocco und S. Bachmann, Gesundheitsamt Projekte und Massnahmen mit Teilprojektleitenden		

Bestehenden Koordinationsgruppen:	- Find help GR, K. Meier > Steuergruppe Find help, GA und SOA (P. Caminada) - PAT – Mit Eltern Lernen GR > Begleitgruppe PAT GR, GA, SOA, FI, Pro Junior GR, Chur, Davos
Weitere Kant. Gefässe	- KOBRA – Langsamverkehr, TBA - Koordinationssitzung Frühe Kindheit, SOA - Interne Gemeindesitzung GF, GA 4xJ, mit Sabine Neuwirth (LBS)
MultiplikatorInnen	Akteure der frühen Kindheit, Schule, kommunale Akteure mit Zugang zu den Zielgruppen Kinder und Jugendliche sowie zu deren Bezugspersonen.

Abb.3: Organisationsstruktur KAP 2026-2029

Aufgaben Koordinationsgruppe KAP

Die ämterübergreifende Koordinationsgruppe trifft sich einmal im Jahr. Die strategische Programmleitung lädt zu den Sitzungen ein. Die Teilnehmenden:

- haben Kenntnis von der Planung;
- können mit den eigenen Fachbereichen koordinieren und nutzt Synergien;
- nehmen die Berichterstattung zum Arbeitsfortschritt (Zwischenbericht) und die Selbstevaluationen sowie Jahresplanungen zur Kenntnis;
- geben Empfehlungen zur Weiterentwicklung.

Aufgabe der Koordinations-Teilgruppen

Mit den Teilgruppen soll die vertiefte Koordination der Themen- und Lebensweltenbezogenen Massnahmen erfolgen Die Mitglieder treffen sich ca. 1-2/Jahr für eine vertiefte Koordination. Die Co-Programmverantwortliche laden ein. Die Teilnehmenden:

- pflegen den Informationsaustausch, begleiten die Umsetzung und klären Aufgaben, Verantwortung, Kompetenzen in den Projekten;
- koordinieren die Kommunikation zu den Schulen und weiteren Gruppen;
- entscheiden wo es Weiterentwicklungen braucht.

Aufgaben der Co-Programmleitung

- Sie koordinieren das KAP und sind für dessen planmässige Umsetzung verantwortlich; sie arbeiten in der Linie des Gesundheitsamts, Fachstelle Gesundheitsförderung;
- Sie führen Projektleiter-/innen und externe Umsetzungspartner;
- Sie sind für das Budget und die Rechnung verantwortlich;
- Sie planen und leitet die Sitzungen mit den Koordinations-Teilgruppen;
- Sie stellen die interne und externe Kommunikation sicher;
- Sie sind zuständig für die nationale, kantonale und kommunale Vernetzung des Programms;
- Sie stellen das inhaltliche und finanzielle Reporting sicher; auch an Gesundheitsförderung Schweiz.

Projektleiter/-innen und externe Auftragnehmer/-innen

- die Projektleiter/-innen der Fachstelle Gesundheitsförderung (GA) und von graubünden-Sport sind für die Umsetzung der ihnen zugeteilten Projekte verantwortlich;
- Für die Umsetzung von bestimmten Aufgaben können Aufträge an geeignete Dritte übertragen werden.

Multiplikatoren/-innen

Eine erfolgreiche Umsetzung der Programmmassnahmen bedingt den Einbezug von Umsetzungspartnern, die als Multiplikatoren zur Endzielgruppe wirken können. Dies sind insbesondere:

- die Beauftragten für Gesundheitsförderung und Prävention auf Gemeinde- und Schulstufe (BGP) sowie die Sportkoordinatoren in den Gemeinden
- die Schulleitungen und deren Lehrpersonen, Mitarbeitende von schulergänzenden Angeboten
- die Kitamitarbeitenden und die Spielgruppenleitenden
- die Sportvereine und deren Verbände
- die Fachpersonen aus der frühen Kindheit: Elternberaterinnen, Hebammen, Ärzte, usw.
- Akteure im Bereich Gesundheit und Soziales (u. a. jugend.gr, PDGR, Pro Infirmis, Aids Hilfe, Blaues Kreuz)
- kantonale Dienststellen (u.a. Amt für Berufsbildung, Amt für Höhere Bildung, Amt für Natur und Umwelt, Tiefbauamt mit Fachstelle für Langsamverkehr, Fachstelle Integration, Sozialamt, Amt für Raumplanung, Amt für Wirtschaft und Tourismus, das Landwirtschaftliche Bildungs- und Beratungszentrum Plantahof, Verkehrssicherheit der Kantonspolizei)

Die konkrete Zusammenarbeit zwischen dem Kanton und den Umsetzungspartnern wird im Rahmen der Feinplanung der Teilprojekte geschärft.

7 Zeitplan, Meilensteine und Evaluation

Ein Zeitplan mit Meilensteinen wird vor dem Programmstart durch das Gesundheitsamt erstellt. Die Umsetzung wird über die Jahres- und Budgetplanungen sowie Selbstevaluationen geführt.

- Erarbeiten Jahresplanungen und Budget (November 2025, 2026, 2027, 2028)
- Verfassen Selbstevaluation und Rechnung (Januar 2027, 2028, 2029, 2030)

Das Controlling von Gesundheitsförderung Schweiz erfolgt über die Plattform promotiondigitale.ch (E-KAP).

Evaluation

Die Programmleiter/-innen überprüfen den Fortschritt der Arbeiten zur Umsetzung der Massnahmen mit einer Selbstevaluation. Ziel der Selbstevaluation ist, die Leistungen und Wirkungen des Programms zu bewerten, notwendige Korrekturen vorzunehmen und entsprechend die detaillierte Planung für das Folgejahr vorzunehmen. Die Selbstevaluation ist die Grundlage für die Berichterstattung an Gesundheitsförderung Schweiz. Die Ergebnisse und Kenndaten werden in dem von GFCH zur Verfügung gestellten Plattform promotiondigitale.ch (E-KAP) elektronisch erfasst.

8 Budget und Finanzierung

Für die plangemässe Umsetzung der Massnahmen des KAP Gesundheitsförderung im Kinder- und Jugendalter werden Sachkosten von jährlich 436'000 Franken budgetiert. Die Finanzierung der vom Kanton Graubünden zu tragenden Kosten erfolgt über das Gesundheitsamt und das Amt für Volksschule und Sport. Die Aufwendungen sind im Finanzplan ab 2026 bereits berücksichtigt. Gesundheitsfördernde Projekte in Schulen und Gemeinden können zusätzlich gefördert werden (max. 45'000 Franken, Gesundheitsamt Kto. 363660.01).

Die personellen Ressourcen für die operative Umsetzung des Programms für die Jahre 2026-2029 entsprechen den bisherigen dafür eingesetzten personellen Ressourcen. Es sind dies 250 Stellenprozente beim Gesundheitsamt für die Programm- und Projektleitungen sowie 30 Stellenprozente bei graubündenSPORT.

Gesundheitsförderung Schweiz beteiligt sich gemäss Anzahl Kinder und Jugendliche in Graubünden mit einem jährlichen Beitrag von 237'000 Franken, das ist eine Erhöhung um 2000 Franken gegenüber der letzten Programmphase.

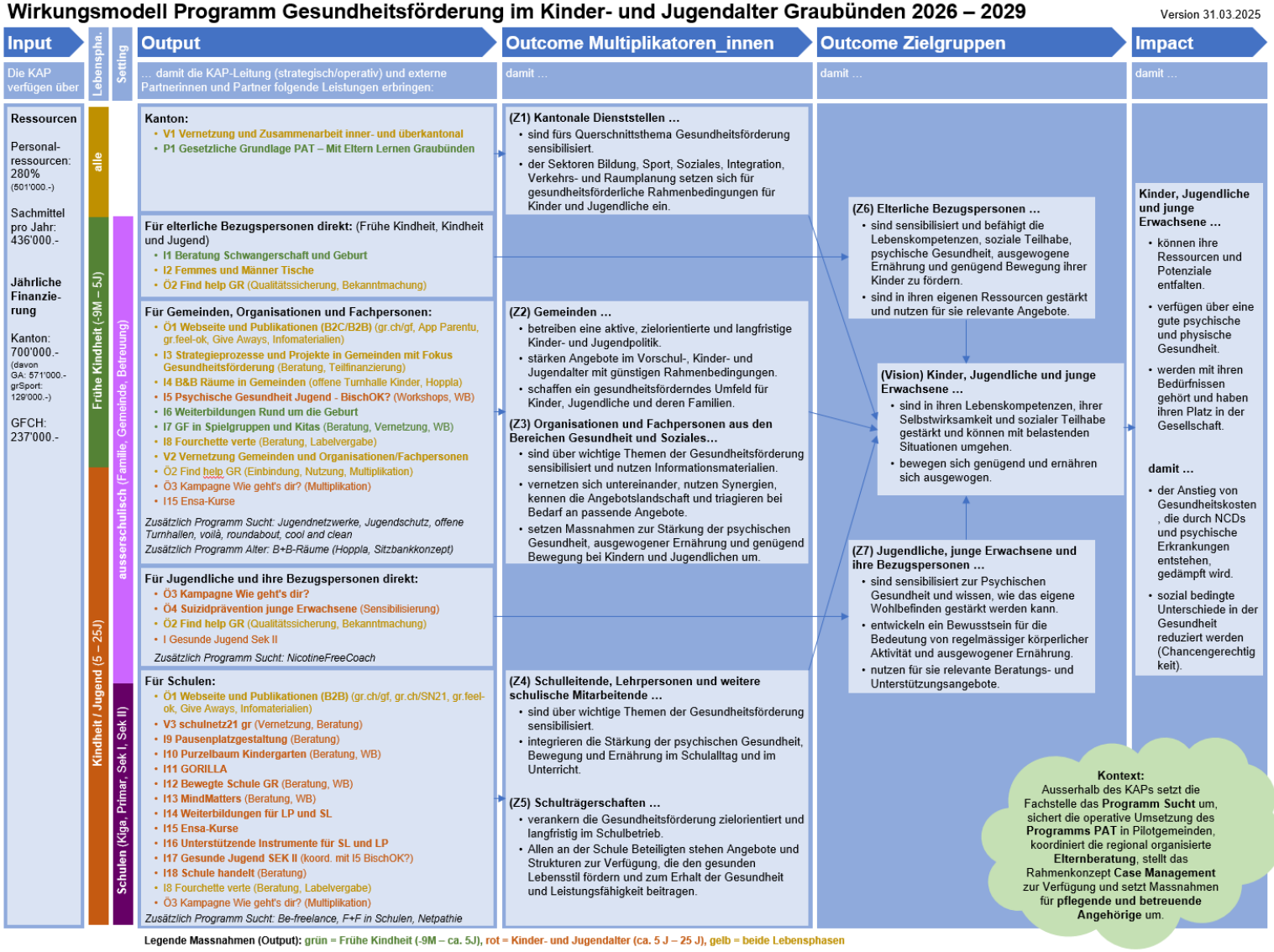
Die Aufteilung der Kosten ist in der nachstehenden Tabelle ersichtlich:

Konto	**2026**	**2027**	**2028**	**2029**	**Total**
Personalkosten kalkulatorisch					
Gesundheitsamt *Modul A und C: Programmmanagement und Umsetzung Teilprojekte inkl. sämtliche Nebenkosten; entspricht ca. 250 Stellen%, davon 65 Stellen% befristet beitragsfinanziert*[1)]	447'000	447'000	447'000	447'000	1'788'000
Amt für Volksschule und Sport *Umsetzung Teilprojekte graubündenSPORT entspricht ca. 30 Stellen%*	54'000	54'000	54'000	54'000	216'000
Total Personalkosten	*501'000*	*501'000*	*501'000*	*501'000*	***2'004'000***
Sachkosten					
Gesundheitsamt/Anteil Gesundheitsförderung und Prävention (3212.313012)	361'000	361'000	361'000	361'000	1'444'000
Amt für Volksschule und Sport/ Diverse Bilanzkonto des Amts für Volksschule und Sport (4210.313001).	75'000	75'000	75'000	75'000	300'000
Total Sachkosten	*436'000*	*436'000*	*436'000*	*436'000*	***1'744'000***
Total Bruttoaufwand					**3'748'000**
Gesundheitsamt/ 3212.463611 Beitrag Gesundheitsförderung Schweiz [2)]	237'000	237'000	237'000	237'000	**948'000**
Total Nettoaufwand					**2'800'000**

1) Berechnung Personal-Vollkosten Kanton Graubünden: CHF 178'795.-/Jahr, 100.-/h, inkl. Zuschlag (Stufe 18, Verrechnungsansätze ab 1. Januar 2025)

2) Beitrag gemäss Anzahl Kinder und Jugendliche im Kanton Graubünden

Finanzierung

	jährliche Finanzierung		Finanzierung 2026 - 2029	
Beitrag von Gesundheitsförderung Schweiz	**237'000**	**25%**	**948'000**	**25%**
Beitrag Gesundheitsamt, Sach- und Personalkosten	571'000	61%	2'284'000	61%
Beitrag AVS, graubündenSport, Sach- und Personalkosten	129'000	14%	516'000	14%
Beitrag Kanton	**700'000**	**75%**	**2'800'000**	**75%**
Total	**937'000**	**100%**	**3'748'000**	**100%**

9 Anhang 1 - Wirkungsmodell