



GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Lust auf Volksmusik und Radfahren

Auf der Freizeit-Radfahrt „Tour de Ländle“ in Baden-Württemberg hat Sportwissenschaftlerin **Sina Schlickum** beobachtet: Prävention macht Spaß und bewegt die Massen. Sogar diejenigen, von denen es sonst heißt, sie säßen lieber mit einem Bier vor dem Fernseher, als sich um ihre Gesundheit zu kümmern.

Gesundheitsförderung mit Kult-Status: Bei der „Tour de Ländle“ radeln Jahr für Jahr rund 25.000 Teilnehmer insgesamt 700 Kilometer durch Baden-Württemberg. 750 Dauerteilnehmer bewältigen alle neun Etappen. 2.000 bis 3.000 Tagessteilnehmer fahren jeweils eine Teilstrecke. Zwei Drittel der Tour-Teilnehmer haben einen Hauptschulabschluss und werden von üblichen Präventions-Angeboten, die hauptsächlich den Intellekt ansprechen, nur schwer erreicht. Eine kürzlich veröffentlichte Doktorarbeit ist dem Phänomen „Tour de Ländle“ wissenschaftlich nachgegangen.

Die Tour verbindet ein sportliches Gemeinschaftserlebnis mit einem geselligen und kulturellen Angebot. Das Begleitprogramm bietet ein „Rundum-Sorglos-Paket“, zu dem Aufwärmgymnastik, Streckenverpflegung, Massage, Reparatur-Angebote, ein „Besenwagen“ für schwächelnde Radler, Gepäcktransport, Kultur und Volksmusik gehören. Begleitende Ordner geben Tipps zum Radfahren. Ankommen ist alles, ganz gleich in welcher Geschwindigkeit. Die Hauptveranstalter der Tour sind das Radioprogramm SWR4 und das Südwestfernsehen sowie die Energie Baden-Württemberg (EnBW). SWR4 wirbt für das „Volksfest auf Rädern“ in einer vernetzten Kampagne. Die AOK Baden-Württemberg unterstützt die Tour de Ländle personell und in der Kommunikation.

Zur Bewegung motivieren: Aufgrund verhaltensbedingter Risikofaktoren erkranken Angehörige der sozialen Unterschicht häufiger und haben eine geringere Lebenserwartung. Sie bewegen sich beispielsweise zu wenig. Bewegungsmangel ist eine Ursache für Herz-Kreislauferkrankungen. Die Tour de Ländle motiviert Menschen zur Bewegung. Und das zum Teil unter erschwerten Bedingungen: Manche Teilnehmer haben

Räder ohne Gangschaltung und müssen sich wegen ihres Übergewichts stärker anstrengen, um die Berge zu überwinden. Sportliche Herausforderungen sind ihnen sonst eher fremd. Die Tour de Ländle zeigt, dass eine zielgruppenspezifische Gestaltung von Präventionskampagnen und -programmen auch die „präventionsresistenten“ Angehörigen der sozialen Unterschicht zur Gesundheitsvorsorge bewegen kann. Unter diesem Gesichtspunkt wurden neben der Tour de Ländle zwei weitere präventive Events untersucht: der wöchentliche AOK-Radtreff und der eintägige AOK-Radsonntag, beides Gemeinschaftsaktionen der AOK und der Radsportverbände in Baden-Württemberg.

Geselligkeit statt Gesundheitsapelle: Mit insgesamt 1.837 Fragebögen wurden unter den Teilnehmern der drei Radsport-Veranstaltungen soziodemographische Daten, Lebensstildaten, Gesundheitsstatus und Gesundheitsverhalten von Juni 2000 bis März 2002 erfasst. Die Teilnehmer der Radsport-Events lassen sich in drei soziale Schichten einteilen und jeder konnte eine bestimmte lebensstiltypische Gruppe zugeordnet werden.

Der Lebensstil der Angehörigen der sozialen Unterschicht ist durch ein „Trivialschema“ aus Volkstümlichkeit, Passivität und Harmoniebedürfnis geprägt. Die Kampagne zur Tour de Ländle rückt diese breitenwirksamen Aspekte wie Geselligkeit, Spaß und Unterhaltung in den Vordergrund. Gesundheitsappelle treten in den Hintergrund. Die AOK Baden-Württemberg stellt zwar einen inhaltlichen Bezug zwischen Radfahren und Gesundheit her. Im AOK-Mitgliedermagazin „Bleib gesund“ werden jedoch das zwanglose Radeln und die Gemeinschaftserlebnisse betont – die sozusagen in der Nebenwirkung die Gesundheit verbessern. Mit sparsam

Foto: AOK Baden-Württemberg

moderierten, bevorzugt deutschsprachigen und volkstümlichen Musiktiteln erreicht SWR4 vor allem Hörer im Alter über 50 mit häuslichen Interessen. Die soziodemographischen und Lebensstil-Merkmale der von SWR4 definierten Zielhörererschaft weisen eine hohe Übereinstimmung mit dem Trivialschema auf. Die Dauerteilnehmer spiegeln die SWR4-Zielgruppe hinsichtlich der soziodemographischen Merkmale Alter (Durchschnitt: 60 Jahre) und Bildung (70 Prozent mit Volksschulabschluss) nahezu vollständig wider. Für diese Zielgruppe spielt der bei der Tour erlebbare kollektive Aspekt eine bedeutende Rolle. Bei der Tour de Ländle treffen sich eine Vielzahl Gleichgesinnter, die sich beim Radfahren, beim geselligen Beisammensein und bei der Übernachtung in der Gemeinschaftsunterkunft stets in der Masse bewegen.

Auf die Zielgruppe zugeschnittene Kampagnen wirken: Weil sich die Kampagne zur Tour de Ländle nicht mit Gesundheitsappellen an die Zielgruppe richtet, befindet sich unter den Dauerteilnehmern ein höherer Anteil der als präventionsresistent geltenden Personen niedrigeren sozialen Status als bei üblichen Präventionsprogrammen. Das bestätigt ein Vergleich der Schichtverteilung der Dauerteilnehmer mit der Bevölkerungsstatistik des Bundesgesundheits-surveys von 1998 sowie mit Freizeit- und Nichtsportlern der Studie „Sport in Hessen“ (siehe Abbildung „Radtour mit Breitenwirkung“). Mit 32 Prozent sind nicht nur mehr Unterschichtangehörige unter den Dauerteilnehmern der Tour anzutreffen als in der Gesamtbevölkerung und unter Freizeitsportlern. Gegenüber den Angehörigen der sozialen Oberschicht (18 Prozent) sind sie zudem deutlich überrepräsentiert und ähneln bezüglich der Schichtverteilung den üblichen Nichtsportlern.

Auch die beiden Vergleichsveranstaltungen, der AOK-Radsonntag und der AOK-Radtref, sprechen jeweils bestimmte Zielgruppen an. Der AOK-Radsonntag bringt einmal jährlich anlässlich der Aktion „Mobil ohne Auto“ dezentral über 40.000 Menschen in Baden-Württemberg aufs Fahrrad. Die Kampagne legt den Schwerpunkt auf die Botschaft, mit dem Verzicht auf das Auto gleichzeitig etwas für die Umwelt und die eigene Gesundheit zu tun. Dadurch werden vor allem Menschen mit am „Hochkulturschema“ orientierten Vorlieben angesprochen: Ein Drittel der Radsonntag-Teilnehmer kommt aus der Oberschicht, lediglich 17 Prozent aus der Unterschicht. Der AOK-Radtref findet dagegen wöchentlich statt und dient der Institutionalisierung körperlicher Aktivität. Die AOK Baden-Württemberg wirbt für den Radtreff vor allem unter ihren eigenen Mitgliedern. Die Kampagne betont, ähnlich wie bei der Tour de Ländle, neben einer positiven Gesundheitswirkung vor allem den Erlebnischarakter des Radfahrens. Unter den AOK-Versicherten sind im Vergleich zur Gesamtbevölkerung Menschen mit niedrigem sozialen Status überrepräsentiert. Die Teilnehmer des AOK-Radtref kommen zu 32 Prozent aus der sozialen Unterschicht. Nur 14 Prozent gehören der Oberschicht an.

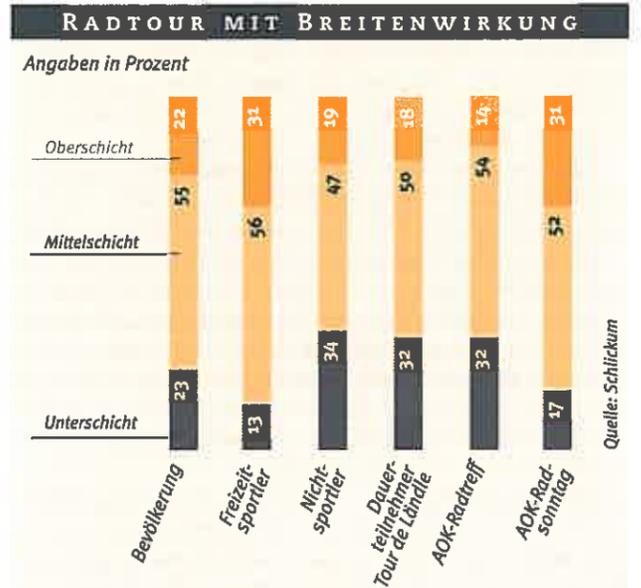
Kein schichtspezifisches Gesundheitsgefälle: Erwartungsgemäß kann den Mittel- und Oberschichtangehörigen des AOK-Radsonntags eine gesündere Lebensweise bescheinigt

werden. Ein umgekehrtes Bild ergibt sich jedoch bei den Tour de Ländle-Dauerteilnehmern sowie den AOK-Radtref-Teilnehmern: Unter ihnen verhalten sich Angehörige aus einfachen sozialen Verhältnissen im Vergleich zu den Angehörigen höherer sozialer Schichten gesünder.

Die Untersuchung der drei Radsport-Events hat außerdem gezeigt, dass die hinsichtlich der Erkrankungen und der Lebenserwartung als Risikogruppe Nummer Eins geltenden Männer und Älteren bei der Tour de Ländle beziehungsweise dem AOK-Radtref zahlreich vertreten sind. Darüber hinaus wurde unter Berücksichtigung der aus drei Messzeitpunkten (vor, während, nach der Tour) bestehenden Daten der Dauerteilnehmer eine kurzfristige Verbesserung aller Gesundheitsmerkmale vor der Tour und teilweise sogar währenddessen festgestellt. Das körperliche Training vor der Tour und die Vorfreude auf das „Volksfest auf Rädern“ wirken sich günstig auf den Gesundheitszustand aus. Erst nach der Tour fielen die Werte aller Gesundheitsmerkmale wieder annähernd auf das – bereits gesunde – Ausgangsniveau ab. Zwar bewegen sich die Tour-Teilnehmer im Alltag nicht mehr als vor der Tour, doch sie essen gesünder und trinken weniger Alkohol.

Ein gravierendes schichtspezifisches Gefälle im Gesundheitsstatus und beim Gesundheitsverhalten hat unter den Teilnehmern der Tour de Ländle und des AOK-Radtref demnach nicht bestanden. Als zentrales Ergebnis bleibt daher festzuhalten, dass die Teilnehmer dieser Präventionsangebote keine sozial bedingten Nachteile bei den Gesundheitschancen erfahren. ♦

Sina Schlickum ist Sportwissenschaftlerin und hat sich als Stipendiatin des DFG-Graduiertenkollegs „Lebensstile, soziale Differenzen und Gesundheitsförderung“ der Universität Tübingen mit dem Thema „Präventionsprogramme für sozial differente Lebensstilgruppen“ beschäftigt.



Den Geschmack der Masse treffen: Rund ein Drittel der Teilnehmer der Tour de Ländle und des AOK-Radtref kommen aus der Unterschicht.