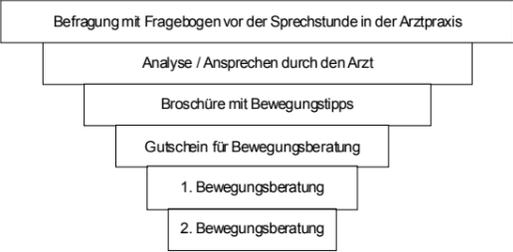


**Evaluationsmatrix zur Evaluation der Strategien und Massnahmen**

Z#	Massnahmen	Operative Ziele (Sollwert)	Geleistet / Erreicht	Kommentar
Z1	Entwicklung eines bedürfnisorientierten Beratungs- und Anreizmodells (Bedürfnisabklärung & Test des Modells)	Modell zur Bewegungsberatung, das von potenziellen BeraterInnen getragen wird	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analyse bestehender Projekte und Erfahrungen (national &amp; international)</li> <li>Interviews mit 3 ÄrztInnen und 2 PhysiotherapeutInnen</li> <li>Definition der Features des Interventions-Modells (Walk21-Paper)</li> <li>Pilottest in 2 Arztpraxen</li> </ul>	
Z2	Bewerbung des Projekts bei HausärztInnen und PhysiotherapeutInnen in Ärztezirkeln o.ä. Netzwerken (Direct Marketing), sowie ggf. Ärztezeitschriften oder Mailing	Ausbildung von ca. 25 Leistungserbringern zu BewegungsberaterInnen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Physiotherapeuten-Rekrutierung: Bewerbung in nationaler Verbandszeitschrift (fizio active, Januar 2004), auf der Internetseite des lokalen PhysiotherapeutInnen-Verbandes (Februar 2004) sowie an regionaler Verbandsversammlung März 2004, 3 Einführungs-/Infoabende</li> <li>ÄrztInnen-Rekrutierung: Persönliches Ansprechen, Bewerbung/Bericht in Fachzeitschriften (Synapse/Oekoskop), Ärzte-Qualitäts-Zirkel Anwil, Allschwil, Gelterkinden, Liestal und Bubendorf, Konferenz: Medizinische Gesellschaft Basel, Vorstandssitzung der Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz, Mitgliederversammlung der Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz, Fortbildungstage Arosa</li> <li>Projekteinführung: 3 Einführungs-/Infoabende (15. April 2004, 10. Juni 2004, 18. August 2004) und bei ÄrztInnen zusätzlich persönliche Einführungen durch die ÄrztInnen des Projektvereins: 21 PhysiotherapeutInnen und 44 ÄrztInnen wurden eingeführt</li> <li>Website zur Unterstützung der Rekrutierung als Informationsplattform <a href="http://www.gesundbewegt.ch">www.gesundbewegt.ch</a></li> <li>Motivation und Ausbildung PraxisassistentInnen: Informations- und Instruktionsblatt, enge telefonische Betreuung während Befragungswochen, Entgelt 1.- Fr. pro Fragebogen, Unterlagen für Befragungen fixfertig, Checklisten für Fragebogen und Praxiskontrollblatt</li> <li>Motivation / Unterlagen ÄrztInnen: Auswahl zwischen Teilnahme als BeraterIn oder als DelegierendEr (nur PatientInnen-Befragung), Einführungsdossier mit Anleitung für Fragebogenanalyse, Informationen zum Projekt etc., Unterlagen für Befragungen fixfertig, individuelle Terminabsprachen, grossteils persönliche Projekteinführung in Praxen</li> <li>Ansprechender einheitlicher Auftritt des Projekts (CI): Briefpapier, Logo, Website <a href="http://www.gesundbewegt.ch">www.gesundbewegt.ch</a></li> </ul>	Zu Beginn des Projekts wurden vor allem beratende ÄrztInnen rekrutiert. Als das Projekt bei PhysiotherapeutInnen auf grosse Resonanz stiess, wurde der Fokus der Rekrutierung bei den ÄrztInnen auf Delegierende verschoben. Um eine ausreichende Auslastung der PhysiotherapeutInnen zu erreichen, wurde ein Mindestverhältnis zwischen delegierenden ÄrztInnen und beratenden PhysiotherapeutInnen von 2:1 angestrebt. Dies wurde von der Anzahl TeilnehmerInnen her erreicht; lediglich die regionale Verteilung ist teilweise etwas problematisch (→ unterschiedliche Auslastung der BeraterInnen). Insgesamt wurden bedeutend mehr TeilnehmerInnen rekrutiert als geplant, was als grosser Erfolg des Projekts gewertet werden kann.
	Zertifizierte internetbasierte Ausbildung und Ausbildungsworkshop zum Bewegungsberater	Theoretisches Wissen in Heimarbeit mit der internet-basierten Ausbildung „RatZurTat“ von Oliver Padlina / BASPO	<ul style="list-style-type: none"> <li>9 ÄrztInnen und 21 PhysiotherapeutInnen haben sich über Gesund bewegt bei RatZurTat registriert</li> <li>5 ÄrztInnen und 18 PhysiotherapeutInnen haben den Online-Test bestanden</li> </ul>	3 PhysiotherapeutInnen haben sich zwar bei RatZurTat registriert, sich jedoch schliesslich gegen die Ausbildung und die Teilnahme am Projekt entschieden.
		Praktische Ausbildung und Üben der Beratung in einem ganztägigen Workshop	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Workshops in Basel fanden statt am 29. April 2004 (9 PhysiotherapeutInnen, 1 Arzt) und am 21. Oktober (4 PhysiotherapeutInnen, 3 Ärzte), zusätzlich wurden 4 Personen in Workshops in Magglingen ausgebildet</li> <li>16 PhysiotherapeutInnen nahmen an BASPO-Ausbildungsworkshops teil</li> <li>5 ÄrztInnen nahmen an BASPO-Ausbildungsworkshops teil</li> </ul>	3 PhysiotherapeutInnen konnten nicht zertifiziert werden (zwei Personen haben den schriftlichen Test und eine Person den praktischen Teil des Workshops nicht bestanden). Allen drei Personen wurde angeboten, dennoch als BeraterInnen am Projekt teilzunehmen. Eine Physiotherapeutin nahm dieses Angebot an, konnte schliesslich jedoch mangels Überweisungen keine Beratungen durchführen.
		ggf. Zertifizierung der BeraterInnen	<ul style="list-style-type: none"> <li>PhysiotherapeutInnen: 13 zertifizierte BewegungsberaterInnen</li> <li>ÄrztInnen: 5 zertifizierte BewegungsberaterInnen</li> </ul>	
Z3	Befragung von 16-65 jährigen PatientInnen zum Bewegungsverhalten mittels Fragebogen	In wiederholten Befragungswochen (Zyklen) füllen die deutschsprachenden PatientInnen der Altersgruppe 16-65 Jahre einen Bewegungsfragebogen aus. Annahmen aufgrund bisheriger Daten: 32 ausgefüllte Fragebogen pro Arztpraxis und Woche. Nach 9 Zyklen: 9'000 (korrekt: 18'000) PatientInnen via Fragebogen angesprochen, 7'200 (korrekt: 15'000) ausgefüllte Fragebögen (=80% der Angesprochenen).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Durchführung von 8 zweiwöchigen Befragungszyklen in Arztpraxen</li> <li>PraxisassistentInnen registrierten in dieser Zeit 20'442 Arztbesuche</li> <li>7'455 (36%) qualifizierten sich für die Befragungen (16-65 Jahre, genügend Deutschkenntnisse, PatientInnen mit Arztkonsultation, Fragebogen noch nicht ausgefüllt)</li> <li>4'987 ausgefüllte Fragebogen</li> </ul>	Die Anzahl ausgefüllte Fragebogen fiel geringer aus als geschätzt. Die wichtigsten Gründe: Die durchschnittliche Teilnahme der befragenden ÄrztInnen lag tiefer als ursprünglich erwartet (lange Anlaufzeit, unregelmässige Teilnahme); 8 statt 9 Befragungszyklen; weniger Arztbesuche pro Woche (Schätzungen basierten auf stärker frequentierten Praxen)
	Inaktive werden vom Arzt angesprochen und erhalten Gutscheine für 2 Mal 30 Minuten Bewegungsberatung (Aktive erhalten ggf. Informationsmaterial durch Praxispersonal über weiterführende Sportangebote)	Ca. 70% der Inaktiven werden auf ihr Bewegungsverhalten angesprochen (Annahme: 30% Befragte inaktiv, d.h. 1500)	<ul style="list-style-type: none"> <li>4'621 Fragebogen werden vom Arzt analysiert (92.7%)</li> <li>1'049 PatientInnen werden vom Arzt als inaktiv beurteilt (22.7% der analysierten PatientInnen)</li> <li>929 Personen haben gemäss Einschätzung des Arztes kein Gesundheitsrisiko/PAR-Q (88.6% der Inaktiven)</li> <li>747 PatientInnen erhalten einen Gutschein und/oder Broschüre angeboten (80.4% der Inaktiven ohne Risiko), davon 439 in der Broschürewoche und 308 in der Gutscheinwoche.</li> <li>Annahmen (Broschüre) in der Broschürewoche: 370 (84.3% der PatientInnen mit Angebot nahmen Broschüre an).</li> <li>Annahmen (Broschüre bzw. Gutschein) in der Gutscheinwoche 261 (81.5% der PatientInnen mit Angebot haben Gutschein und/oder Broschüre angenommen): 136 Gutschein und Broschüre, 21 nur Gutschein, 94 nur Broschüre.</li> <li>Bei Interesse wurde Aktiven und Inaktiven ein Informationsblatt mit Bewegungsangeboten in der Region Basel abgegeben (jeweils aktualisiert).</li> </ul>	Mehrstufiges Interventionsmodell: Die Intervention beginnt mit der Abgabe des Fragebogens an den Patienten, geht über die Analyse/das Ansprechen durch den Arzt, das Angebot einer Broschüre bzw. eines Gutscheins bis hin zur ersten und zweiten Bewegungsberatung. 22.7% Inaktive vs. geschätzte 30% aufgrund der unterschiedlichen Beurteilungskriterien (vg. BASPO: inaktiv, teilaktiv, irregulär aktiv). Verluste aufgrund der Praxisrealität: vgl. Tabelle 6, Meilenstein 12/2005.
	Durchführung von 2 ca. 30-minütigen Beratungsgesprächen zur Integration von mehr Bewegung in den Alltag von Inaktiven im ärztlichen / physiotherapeutischen Alltag	ca. 1/3 nimmt an den Beratungen teil (500 Erstberatungen), 70%, d.h. 350 sind nachher bleibend aktiv.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Von 157 Gutscheinen wurden 48 für Erstberatungen eingelöst (30.6%)</li> <li>Durchgeführte Bewegungsberatungen: 48 Erstberatungen (davon 35 Inaktive in Broschürewoche ohne Risiko) 21 Zweitberatungen (davon 17 Inaktive in Broschürewoche ohne Risiko)</li> <li>37.2% der Inaktiven sind nach 12 Monaten aktiv. Sowohl die moderaten (+58.9 Minuten pro Woche) als auch die intensiven Aktivitäten (+34.5 Minuten pro Woche) wurden gemäss Angaben gesteigert</li> <li>20.3% der Aktiven sind nach 12 Monaten inaktiv</li> <li>Im Durchschnitt wurden die Inaktiven in ihrem Mobilitätsverhalten umweltfreundlicher. An Werktagen wurden pro Person im Schnitt - 2.8 km (pro Tag) weniger als Fahrer mit dem Auto gefahren. Die Unterwegszeiten zu Fuss und mit dem Velo erhöhten sich (+13 Minuten bzw. +9.8 Minuten). An Wochenenden wurde nur beim Velofahren eine statistisch signifikante Änderung von +15.2 Minuten pro Tag beobachtet. Insgesamt konnten mit den 630 vermiedenen Autokilometern pro Person und Jahr bei den 1'000 Inaktiven so knapp 150 Tonnen CO<sub>2</sub>-Äquivalent im vergangenen Jahr eingespart werden (fast doppelt so viel wie bei Projektstart angenommen).</li> <li>Bei den Aktiven konnten im Durchschnitt keine signifikanten Änderungen festgestellt werden. Insgesamt sind die Aktiven aber immer noch bis zu doppelt so lang gesundheitsförderlich unterwegs (zu Fuss oder mit dem Velo).</li> </ul>	Deutlich geringere Einlösequote als erwartet (30.6% bei den Erstberatungen, (vgl. Tabelle 6, Meilenstein 12/2005). Die Einlösequote in Praxen, in denen der Arzt selbst bzw. die Physiotherapie angegliedert ist, erscheint deutlich höher als bei übrigen delegierenden Praxen (38%). Trotz Gratis-Beratung scheinen Inaktive von der Bewegungsberatung offenbar keinen oder nur einen geringen Nutzen zu erwarten. 20.3% Aktive wurden inaktiv. Etwa 10% sind Spontanänderungen zuzuschreiben. Auch die unterschiedliche Befragungssituation (zu Hause und nicht vor der Arztkonsultation) kann zu „ehrlicheren“ Antworten geführt haben. In Bezug auf die Wirksamkeit der verschiedenen Interventionstypen auf das Bewegungsverhalten konnte kein signifikanter Unterschied festgestellt werden. Das Ansprechen des Themas und des persönlichen Aktivitätslevels durch den Arzt scheint bereits eine Verhaltensänderung auslösen können. Die Broschüre mit Bewegungstipps ist dabei ein gutes Instrument für die Gesprächsführung. Sie erscheint aber inhaltlich weniger relevant. Da ihr Inhalt nur von 12,5% der Personen erinnert und für nützlich befunden wurde.

Z4	Treffen der BewegungsberaterInnen im Netzwerk zum Erfahrungsaustausch	Durchführung von 4 Netzwerktreffen	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Netzwerktreffen am 27.10.2004 (7 PhysiotherapeutInnen, 1 delegierender Arzt, 2 beratende Ärzte)</li> <li>2. Netzwerk-/Abschlusstreffen am 9.11.2005 (6 PhysiotherapeutInnen)</li> <li>Enge Begleitung der beteiligten Arztpraxen durch das Projektmanagement über telefonisches Nachhaken während der Befragungswochen</li> </ul>	Seitens Ärzteschaft offenbar geringer Bedarf (1. Treffen 3 von 22 ÄrztInnen, 2. Treffen nur für PhysiotherapeutInnen organisiert). Aufgrund geringer Anzahl Beratungen war erst am Ende der Implementierungsphase ein Netzwerktreffen für den Erfahrungsaustausch angezeigt. Teilnehmende PhysiotherapeutInnen haben sich sehr positiv über die Möglichkeit des Austauschs geäußert.
Z5	Befragung in der Arztpraxis zum Bewegungsverhalten		<ul style="list-style-type: none"> <li>32 teilnehmende ÄrztInnen haben insgesamt 246 Befragungswochen während 8 Befragungszyklen durchgeführt (durchschnittlich 15 befragende ÄrztInnen/Befragungszyklus)</li> <li>Intervention in der Hausarztpraxis nach der Interventionspyramide (steigender Informationsgehalt): Fragebogen, ärztl. Gespräch, Broschüre, Bewegungsberatung</li> <li>Das Ansprechen durch den Hausarzt auf das Bewegungsverhalten wird von der Mehrheit der PatientInnen (92%) als positiv bis sehr positiv gewertet</li> <li>Positiver Nebeneffekt: Sensibilisierung und „Weiter“bildung der ÄrztInnen und PhysiotherapeutInnen zu den Zusammenhängen von Bewegung, Gesundheit und Umwelt: Es genügt moderate Bewegung, um einen Effekt auf die Gesundheit zu erzielen</li> <li>Auch ausserhalb der Befragungszyklen wird das Thema in Arztpraxen und Physiotherapiepraxen angesprochen (Nachhaltigkeit)</li> <li>Arztpraxen halten 2-3 organisierte Befragungen pro Jahr im normalen Praxisalltag für machbar</li> </ul>	
	Mündliche Weitergabe von Wissen & Zusammenhängen in der Beratung		<ul style="list-style-type: none"> <li>Bei 4'621 PatientInnen wurde vom Arzt das Bewegungsverhalten analysiert</li> <li>600 Bewegungsbroschüren wurden abgegeben: 370 in Broschürewoche, 230 in Gutscheinwoche</li> <li>Nur 12.5% der Nachbefragten konnten sich nach 12 Monaten an die Inhalte der Broschüre erinnern</li> <li>157 Gutscheine abgegeben</li> <li>48 Erstberatungen und 21 Zweitberatungen wurden eingelöst; davon 35 Erstberatungen und 17 Zweitberatung von Inaktiven der Broschürewoche ohne Gesundheitsrisiko</li> <li>Abgabe von Informationsmaterial an Aktive und Inaktive (aktuelle Bewegungsangebote in der Region Basel)</li> <li>Thematisierung im Praxisalltag von PhysiotherapeutInnen und ÄrztInnen über Befragungswochen und Projektdauer hinaus</li> <li>Finanzieller Wert der Beratung: Die Beratung ist zwar gratis, die Beratenden werden aber entsprechend entlohnt</li> </ul>	
	Berichterstattung für Öffentlichkeit und Fachpersonen		<ul style="list-style-type: none"> <li>Informationsbroschüre (Flyer) zum Projekt für die Öffentlichkeit, April 2003</li> <li>Prix Pegasus breite Resonanz: z.B. Bericht im Migrosmagazin, Juli 2003</li> <li>Synapse, Februar 2004</li> <li>PrixPegasus Pressemitteilung zur 2. Verleihung Mai 2004</li> <li>International Journal of Public Health / SPM, Nr. 6 Vol. 49 2004</li> <li>Basellandschaftliche Zeitung, Juli 2004</li> <li>Fisio Info, September 2004</li> <li>Bericht: Erfahrungen in der Umsetzung Oekoskop 2/2005</li> <li>Präsentation Forum für Nachhaltigkeit BL, März 2005</li> <li>Mitgliederversammlung MedGes Bericht 2005</li> <li>Präsenz des Projekts am NoSports!-Event in Riehen, Mai 2005</li> <li>Swiss Public Health Konferenz Präsentation und Workshop Juni 2005</li> <li>Präsentation Walk21 Konferenz Zürich, September 2005</li> <li>Präsentation des Projekts und erster Ergebnisse an der Delegiertenversammlung der Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz in Leukerbad, November 2005</li> <li>Präsentation und Workshop am Kongress der Schweizerischen Gesellschaft für Allgemeinmedizin (SGAM) mit dem Bundesamt für Sport Luzern, November 2005</li> <li>Mitgliederversammlung MedGes Bericht 2006</li> <li>Website Update und Umgestaltung zur allgemeinen Informationsplattform über das Projekt Sommer 2006</li> <li>Poster-Präsentation ECSS Konferenz Lausanne, Juli 2006</li> <li>Präsentation des Projekts bei action d/Helsana, Juli 2006</li> <li>Dissertation und Publikation eines Papers zur Praxistauglichkeit des getesteten Modells in Swiss Medical Weekly mit dem Titel „Patient and Physician Acceptance of a Campaign Approach to Promoting Physical Activity: The Move for Health Project“, eingereicht September 2006</li> <li>Poster-Präsentation European Public Health Conference Montreux, November 2006</li> <li>Präsentation am HEPA-Netzwerktreffen im BASPO, Magglingen Dezember 2006</li> <li>Info-Brief und Dank mit ersten Ergebnissen an teilnehmende Praxen</li> <li>Dissertation und Publikation eines Papers zu den Ergebnissen der Nachbefragung bzw. zu den Effekten der Intervention auf das Bewegungsverhalten, geplant Frühjahr 2007</li> </ul>	Das Projekt hat sich von einer Informationskampagne zu einem Interventionsforschungsprojekt entwickelt. Statt eines Fokus auf die Sensibilisierung der Öffentlichkeit wurde das Projekt stärker gegenüber einem Fachpublikum und wichtigen Akteuren bekannt gemacht und diskutiert.
	<b>Valorisation und Vernetzung</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Übersichtsarbeit zu Verbänden/Akteuren/Vereinen/Projekten im Bereich Bewegungsförderung → Information und gezielte Kontaktaufnahme</li> <li>Direkter Kontakt/Zusammenarbeit mit Projekten: Leben in Bewegung (Cebulla, Bewegungsposter), action d (Broschüre, Erfahrungstransfer), SOPRA, Interventionspalette in der ärztlichen Praxis (Kollegium für Hausarztmedizin/BASPO)</li> <li>Stellungnahmen/Austausch mit ExpertInnen: Gesundheitsförderung Baselland (Irene Renz), Gesundheitsförderung Schweiz (Denise Rudin), ISPM-BS (Oliver Thommen), Bundesamt für Sozialversicherung (Felix Gurtner), Sportamt Basel (Andrea Müller), Sportamt Baselland (Thomas Beugger)</li> <li>Aktive Teilnahme an Treffen der Counselling Gruppe des HEPA-Netzwerks (Health Enhancing Physical Activity)</li> <li>Networking und intensiver Erfahrungsaustausch mit dem Bundesamt für Sport (Eva und Brian Martin, Oliver Padlina, Rebekka Surbeck)</li> <li>Enge Zusammenarbeit bei Entwicklung und Einführung der Bewegungsberater-Ausbildung RatZurTat des Bundesamt für Sport (Oliver Padlina)</li> <li>Informationen, Material und Zusammenarbeit mit dem Kollegium für Hausarztmedizin, Krebsliga Schweiz</li> </ul>	Diese Vernetzungsarbeit nahm einen wichtigen Posten im Budget ein
	<b>Ethik und Nachhaltigkeit</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Antrag und Bewilligung des Projekts durch die Ethikkommission beider Basel (EKBB)</li> <li>Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Sport und dem Kollegium Hausarztmedizin mit dem Ziel Wissen und Erfahrungen zu einzubringen bei ähnlichen Projekten</li> <li>Diskussion und Präsentation des Projekts bei Krankenkassen (Finanzierung Beratung)</li> <li>Das Projekt wird in Zusammenarbeit mit dem Kanton Baselland ab Januar 2007 unter dem Titel „Gesund bewegt im Baselbiet“ weiterentwickelt</li> </ul>	