

# Nos investissements pour une alimentation équilibrée et une activité physique accrue

## Ce qui influence notre santé

Rendre notre mode de vie plus sain est l'objectif des mesures de promotion de la santé et de prévention. En effet, notre santé est déterminée à 50 % par notre mode de vie, par exemple par notre comportement en matière d'alimentation et d'activité physique. Les coûts de la santé s'élèvent à plus de 70 milliards de francs par année. En 2013, 2,2 % de cette somme ont été investis en Suisse dans des mesures de promotion de la santé et de prévention. Les autres 97,8 % étaient au bénéfice du domaine des soins. Les services médicaux ont pourtant une influence moindre sur notre santé (10–15 %).

## Comment investissons-nous nos moyens? Quelques exemples

En Suisse, chaque personne assurée verse chaque mois 40 centimes à Promotion Santé Suisse par l'intermédiaire de sa prime d'assurance-maladie de base. Grâce à ces ressources, nous soutenons les cantons pour la mise en œuvre des mesures de promotion de la santé destinées à leur population.

Ce soutien est déployé surtout par les programmes d'action cantonaux. Ces programmes nous permettent d'instaurer un cadre national uniforme, tout en prenant compte des spécificités régionales et culturelles.

### Exemple

Afin de promouvoir une alimentation équilibrée et une activité physique suffisante, nous avons investi plus de 3,5 millions de francs dans des programmes d'action cantonaux en 2016. En comptant la participation financière des cantons, plus de 10,5 millions de francs ont été investis conjointement.

Grâce à l'engagement des cantons, nous pouvons mettre en œuvre et multiplier régionalement des projets de qualité en matière de promotion de la santé et de prévention. Nous disposons aussi des moyens suffisants pour assurer la qualité à long terme de ces mesures, ainsi que leur coordination. Nos critères de qualité garantissent la qualité de ces projets. Ils nous aident à mettre en lumière leurs points forts et leurs points faibles afin de les

## FACTEURS D'INFLUENCE ET DÉPENSES POUR LA SANTÉ EN SUISSE

### Facteurs d'influence sur la santé

#### Environnement socio-économique, mode de vie

par ex. culture, formation, économie, alimentation

40–50 %



#### Prédispositions génétiques

20–30 %



#### Environnement, écosystème

par ex. conditions d'habitat

20 %



#### Soins de santé

10–15 %



### Dépenses pour la santé

#### Mesures de promotion de la santé et de prévention

2,2 %



#### Soins de santé

97,8 %



améliorer en conséquence. Nous évaluons régulièrement l'efficacité des projets que nous soutenons. Des exemples de projets sont répertoriés ci-après: ils sont promus en tant que projets de qualité et ont été intégrés dans les programmes d'action cantonaux. Les informations s'y rapportant datent de 2016.

### fit4future

Le projet fit4future propose du matériel de sport, des ateliers pratiques pour les élèves et des modules de formation continue destinés aux enseignant-e-s. Ces mesures favorisent l'activité physique variée et plaisante des enfants ainsi qu'un comportement alimentaire sain. Nous soutenons fit4future depuis 2011. Entre-temps, la portée du programme est passée de 108 000 à 150 000 enfants. [www.fit-4-future.ch](http://www.fit-4-future.ch)

#### DIFFUSION ET INVESTISSEMENTS



**26** cantons



**150 000**  
enfants atteints



**40 000**  
francs

Montant payé par Promotion Santé Suisse dans le cadre du **soutien de projets**

### Youp'là bouge (Purzelbaum en Suisse allemande)

Le projet Youp'là bouge est une formation continue permettant au personnel des garderies et aux enseignant-e-s d'acquérir des compétences de promotion de l'activité physique et de sensibilisation à l'alimentation équilibrée. Les parents sont eux aussi sensibilisés et des adaptations structurelles sont effectuées. Nous soutenons Youp'là bouge depuis 2010. Entre temps, le nombre d'enfants atteints a été multiplié par quatre et le nombre de cantons où Youp'là bouge a été mis en œuvre est passé de 13 à 20.

[www.youplabouge.ch](http://www.youplabouge.ch)

#### DIFFUSION ET INVESTISSEMENTS



**20** cantons

AG, BE, BL, BS, FR, GE, GR, JU, LU, NE, NW, OW, SG, SO, TG, UR, VD, VS, ZG, ZH



**53 000**  
enfants atteints



**434 300**  
francs

Montant payé par Promotion Santé Suisse dans le cadre des **programmes d'action cantonaux** et du **soutien de projets**

## Femmes-Tische

Dans le cadre du projet Femmes-Tische, des animatrices formées accompagnent des tables rondes portant sur des questions telles que l'éducation, le quotidien et la santé. Cette offre facile d'accès s'adresse aux femmes issues de l'immigration, et vise à améliorer l'égalité des chances en matière de santé. Nous soutenons Femmes-Tische depuis 2002. Entre-temps, le nombre de participantes est passé d'environ 4500 à 10800. Dans le même temps, les cantons qui soutiennent et mettent en œuvre ce projet sont passés de 2 à 17.

[www.femmestische.ch](http://www.femmestische.ch)

### DIFFUSION ET INVESTISSEMENTS



**17** cantons

AG, AR, BE, BS, GE, NE, NW, OW, SG, SO, SZ, TG, UR, VD, VS, ZG, ZH



**10 800**  
participantes



**65 700**  
francs

Montant payé par Promotion Santé Suisse dans le cadre des **programmes d'action cantonaux** et du **soutien de projets**

## Fourchette verte

Le projet Fourchette verte est un label santé et qualité décerné aux entreprises de restauration collective qui servent des repas au public général et plus spécifiquement aux tout-petits, aux enfants et aux adolescent-e-s. Nous soutenons le projet Fourchette verte depuis 2005. Jusqu'à aujourd'hui, le nombre d'entreprises labellisées et régulièrement contrôlées a triplé. Dans le même temps, le nombre de cantons où ce projet est mis en œuvre a doublé.

[www.fourchetteverte.ch](http://www.fourchetteverte.ch)

### DIFFUSION ET INVESTISSEMENTS



**16** cantons

AG, BE, BL, BS, FR, GE, JU, NE, SG, SO, TG, TI, UR, VD, VS, ZG



**1529**  
entreprises labellisées (tables de déjeuner au jardin d'enfant, crèches, cantines, restaurants, etc.)

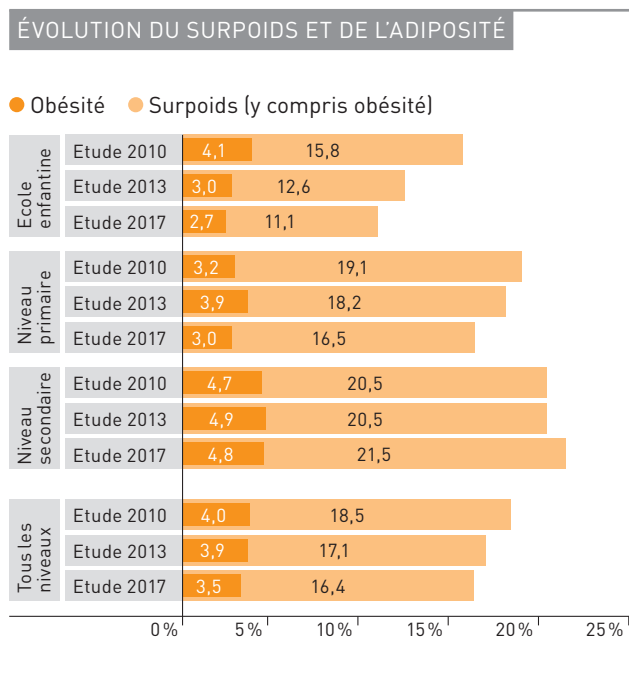


**550 400**  
francs

Montant payé par Promotion Santé Suisse dans le cadre des **programmes d'action cantonaux** et du **soutien de projets**

## Objectifs atteints

Le graphique ci-dessous montre l'évolution du surpoids et de l'obésité selon le niveau scolaire depuis 2010. La réduction du pourcentage d'enfants en surpoids et obèses est surtout significative au niveau de l'école enfantine. Ceci peut être vu comme un signe de l'efficacité des mesures de promotion de la santé et de prévention. Les données en notre possession ne permettent cependant pas de démontrer les causes du recul ou de la stabilisation de la prévalence de la surcharge pondérale. Il est néanmoins intéressant de constater que les mesures prises par Promotion Santé Suisse en faveur d'un poids corporel sain chez les enfants et les adolescent-e-s ciblent justement les premières années de vie.



## Références

- Office fédéral de la santé publique (2016). Les maladies non transmissibles: un défi, Stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles 2017–2024 (stratégie MNT), version courte.
- Office fédéral de la santé publique (2006). Programmes de prévention et synergies.
- Promotion Santé Suisse (2017). Monitoring comparatif des données relatives au poids des enfants et des adolescent-e-s en Suisse.

## Impressum

### Editrice

Promotion Santé Suisse

### Renseignements et informations

Promotion Santé Suisse  
Wankdorffallee 5, CH-3014 Berne  
Tél. +41 31 350 04 04  
office.bern@promotionsante.ch

© Promotion Santé Suisse, décembre 2017