



Überblick über Beispiele aus der Praxis

Das Projekt Miges Balù



Das Projekt **Miges Balù** wurde 2004 vom **Ostschweizerischen Verein für das Kind (OVK)**, dem Kanton St. Gallen und in Zusammenarbeit mit der Projektförderstelle Suisse Balance entwickelt und **via Caritas in weitere Regionen der Schweiz** verbreitet. Es handelt sich um ein Beratungsangebot der Mütter- und Väterberatung (MVB) zur Förderung einer ausgewogenen Ernährung und ausreichend Bewegung ab Geburt.

Die **Mütter- und Väterberatung (MVB)** stellt ein niederschwelliges Angebot dar, mit dem auch fremdsprachige Eltern gezielt informiert und in ihrer Aufgabe als Eltern sensibilisiert werden können.

Mit dem Projekt Miges Balù werden Mütter-Väter-Beratungsstellen darin unterstützt, **Familien mit Migrationshintergrund** besser zu erreichen, damit auch diese vom Beratungsangebot zu den Themen ausgewogene Ernährung und kindgerechte Bewegung profitieren können. Der Zugang zur bewährten Dienstleistung wird mit Hilfe von interkulturellen Vermittler/innen für alle Bevölkerungsgruppen erleichtert.

Mütter-Väter-BeraterInnen sowie interkulturelle VermittlerInnen werden ausserdem in ihrer Arbeit mit Migrationsfamilien z.B. zu den Themen transkulturelle Kompetenz, Ernährung und Bewegung im Säuglings- und Kleinkindalter, Körperwahrnehmung etc. weitergebildet.

Projektunterlagen (erhältlich auf Anfrage)

- Informationsblatt zum Projekt
- Leitfaden I zur Umsetzung (2009)
- Leitfaden II zur Umsetzung (2012)
- Projektberichte Luzern

Schlussberichte und Evaluationen (erhältlich auf Anfrage)

- Projektberichte St. Gallen
- Projektberichte Luzern

Videos und weiterführende Links zum Projekt

- [Video zum Projekt von Gesundheitsförderung Schweiz](#)
- [Praxisbeispiel vom TAK Dialog Integration](#)
- [Praxisbeispiel vom Kanton St. Gallen](#)

Verbreitung in der Schweiz

Die Erkenntnisse aus dem Pilotprojekt des [Ostschweizerischen Vereins für das Kind \(OVK\)](#) wurden über [Caritas](#) und die [kantonalen Aktionsprogramme](#) in weitere Regionen in der Schweiz transferiert. Caritas-Mitarbeitende boten dabei Mütter- und Väter-Beratungsstellen in den Kantonen St. Gallen, Luzern, Thurgau und Bern fachliche Unterstützung bei der Entwicklung und Durchführung des Projekts Miges Balù an.

[Gesundheitsförderung Schweiz](#) koordiniert das Projekt auf nationaler Ebene. Wir stehen als Erstkontakt für weitere interessierte Regionen zur Verfügung.

Links zu Regionen

- [Kanton Luzern / Mütter-Väter-Beratung Kanton Luzern](#)
- [Kanton St. Gallen / Ostschweizer Verein für das Kind OVK](#)
- [Kanton Thurgau / Mütter-Väter-Beratung Kanton Thurgau](#)
- [Kanton Bern / Mütter-Väter-Beratung Kanton Bern](#)
- [Kanton Appenzell-Ausserrhoden / Mütter-Väter-Beratung Kanton Appenzell-Ausserrhoden](#)

Kontakt

Gesundheitsförderung Schweiz

Wankdorfallee 5

3014 Bern

www.gesundheitsfoerderung.ch

Jessica De Bernardini

Projektleiterin Programmentwicklung

jessica.debernardini@promotionsante.ch

Tel. 021 345 15 12