



# Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz

## 29. Januar 2015, Luzern

Stand: Donnerstag, 6. November 2014

### **Werthaltungen, Lebensstile und Gesundheitsverhalten anhand der Sinus-Milieus**

**Christoph Müller**, MIS Trend SA, Lausanne

**Inhalt:** Der Wert einer guten Gesundheit lässt sich nicht genügend hoch einschätzen: Alle wollen gesund sein und bleiben. Gesundheit und Gesundheitsverhalten haben aber auch mit Werten zu tun. Gesundheit ist nicht gleich Gesundheit und Einstellungen beeinflussen deren Wahrnehmung, den Umgang mit dem eigenen Körper, sowie den Stellenwert, welcher den verschiedenen Aspekten der Gesundheit zugemessen wird. Ob Reparatur-Medizin oder ganzheitlich-präventiver Lebensstil, die Spanne an Verhaltensmöglichkeiten ist weit und hängt nicht nur von den sozioökonomischen Möglichkeiten, sondern auch stark von Wertorientierungen ab. Gerade bei Präventionsaktivitäten sind die erwünschten Verhaltensveränderungen dann erzielbar, wenn die Zielgruppen auf ihre ganz spezifische Art angesprochen werden. Die Sinus-Milieus bieten hierfür ein wissenschaftlich fundiertes und vor allem in der Gesundheitsförderung anwendbares Modell.