



KANTON
NIDWALDEN

GESUNDHEITS- UND
SOZIALDIREKTION

GESUNDHEITSFÖRDERUNG UND
INTEGRATION

Marktgasse 3, Postfach 1244, 6371 Stans
Telefon 041 618 75 90, www.nw.ch

Strategie 2026–2029

Gesundheitsförderung, Prävention und Integration



Stand: 5.5.2025

Inhalt

1	Zusammenfassung	3
2	Ausgangslage	4
3	Zweck und Verortung der Strategie	5
4	Gesetzliche Grundlagen und Grundlagendokumente	5
5	Strukturen und Arbeitsgebiete	6
6	Vision und Ziele	7
6.1	Vision	7
6.2	Ziele	8
6.2.1	Gesundheitsförderung (KAP 2026–2029)	8
6.2.2	Prävention	8
6.2.3	Integrationsförderung (KIP 2024–2027)	8
7	Thematische Schwerpunkte	9
7.1	Gesundheitsförderung	9
7.1.1	Ernährung und Bewegung	9
7.1.2	Psychische Gesundheit	9
7.2	Prävention	10
7.2.1	Suchtprävention.....	10
7.3	Spezifische Integrationsförderung.....	10
8	Handlungsprinzipien	11
8.1	Chancengerechtigkeit	11
8.2	Selbstwirksamkeit	11
8.3	Partizipation.....	12
8.4	Lebensphasen- und Settingansatz.....	12
9	Arbeitsweisen	13
9.1	Vernetzung und Synergien	13
9.2	Zusammenarbeit mit Gemeinden	13
9.3	Bedarfsgerechte Angebote und Projekte	14
9.4	Prozessorientierung und Nachhaltigkeit.....	14
10	Finanzierung: Kontinuität und umsichtiger Einsatz von Mitteln	14
11	Abschliessende Bemerkungen	15
12	Literatur	15

1 Zusammenfassung

Die Strategie «Gesundheitsförderung, Prävention und Integration 2026–2029» (GFI-Strategie 2026–2029) setzt die Rahmenbedingungen fest für die Gesundheitsförderung, die Prävention und die Integrationsförderung der kantonalen Abteilung für Gesundheitsförderung und Integration (GFI) in Nidwalden.¹ Sie bildet die Grundlage des kantonalen Aktionsprogramms zur Gesundheitsförderung (KAP) und des kantonalen Integrationsprogramms (KIP) und setzt die GFI-Strategie 2022–2025 fort. Die neue Strategie orientiert sich an gesetzlichen und fachlichen Grundlagen auf Bundes- und Kantonsebene.

Die **Vision** für die Strategieperiode 2026–2029 lautet:

«Die Bevölkerung des Kantons Nidwalden lebt in einer gesundheits- und integrationsfördernden Umwelt. Sie ist sensibilisiert und gestärkt betreffend ihre Gesundheitskompetenz und findet bei Bedarf Zugang zu passender Unterstützung.»

Im Rahmen der Vision stehen folgende **Kernziele** im Vordergrund: Sensibilisierung der Bevölkerung, Stärkung der Gemeinden und Vernetzung der relevanten Akteurinnen und Akteure, Unterstützung belasteter oder hohem Risiko ausgesetzter Gruppen sowie Entwicklung und Umsetzung neuer (ergänzenden) Angebote.

Die GFI ist **thematisch** in der Gesundheitsförderung (Ernährung und Bewegung, psychische Gesundheit), der Prävention und der spezifischen Integrationsförderung tätig. Sowohl in der Gesundheits- als auch in der Integrationsförderung und Prävention (insbesondere Sucht und digitale Medien) arbeitet sie lebensphasenspezifisch (frühe Kindheit, Kindheit/Jugend/junges Erwachsenenalter, ältere Personen).

Die Strategie hält auch die Grundprinzipien fest, die für Kooperationen, Initiativen und Angebote gelten (**Handlungsprinzipien**). Zu nennen sind hier vorrangig Chancengerechtigkeit, Selbstwirksamkeit, Partizipation sowie Lebensphasen- und Kontextbezug.

Die Strategie skizziert zudem die **Arbeitsweise und die Instrumente**, mit denen die KAP-, KIP- und Präventionsziele erreicht werden sollen: Sie reichen von Vernetzung über prozesshafte Zusammenarbeit mit lokalen Akteurinnen und Akteuren bis hin zu bedarfsgerechten und nachhaltigen Angeboten und Projekten.

Die **Massnahmen, Projekte und Kampagnen** werden in den separaten KIP- und KAP-Programmbeschreibungen detailliert umrissen. Schliesslich weist die Strategie auch den finanziellen und strukturellen Rahmen (u.a. Budget und Organigramm) des kantonalen Wirkens aus.

¹ Fach- und Insiderbegriffe werden im Verlauf der vorliegenden Strategie erklärt, bei ihrer ersten Erwähnung (nach Kapitel 1) oder in eigenen (Unter-)kapiteln.

2 Ausgangslage

Die GFI entwickelt und führt im Auftrag des Kantons Nidwalden zwei Vierjahresprogramme zur Umsetzung der neuen Strategie:

- Kantonales Aktionsprogramm Gesundheitsförderung und Prävention (KAP) mit der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz (GFCH) als Partnerin
- Kantonales Integrationsprogramm (KIP) mit dem Staatssekretariat für Migration (SEM) als Partner

Zudem ist die GFI für die Prävention zuständig (Schwerpunkt Sucht) und vertritt den Kanton auf nationaler Ebene.

Die vorliegende Strategie ist eine Weiterentwicklung der Strategie «Gesundheitsförderung, Prävention und Integration 2022–2025», für die die Abteilung Gesundheitsförderung und Integration (GFI) per Ende 2024 eine positive Bilanz gezogen hat. Besonders ist es gelungen, mittels des Lebensphasenkonzepts griffige Massnahmen zur psychischen und physischen Gesundheit in der frühen Kindheit, der Kindheit/Jugend/Adoleszenz² und im Alter umzusetzen, und zwar sowohl für Einheimische als auch die Migrationsbevölkerung.

Ein besonderer Fokus lag darauf, Familien mit Kleinkindern, insbesondere jene mit hohem Unterstützungsbedarf, zu erreichen. Das hierfür konzipierte Angebot «Guter Start ins Familienleben» (GUSTAF) wurde schweizweit zum Vorzeigemodell. GUSTAF wurde drei Jahre lang mit finanzieller Unterstützung der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz (GFCH) aufgebaut und evaluiert. Erfreulicherweise belegt die Evaluation neben der verbesserten interprofessionellen Zusammenarbeit, dass vulnerable³ Familien früher erreicht wurden. Die geförderte salutogene Haltung⁴, die Hilfsmittel (z.B. «interaktives Schema Kindwohl», Netzwerktreffen) und die eingerichteten Anlaufstellen tragen mittlerweile zur besseren Erreichbarkeit und Unterstützung vulnerabler Familien bei. In der nächsten Strategiephase soll das Angebot konsolidiert und weiterentwickelt werden.

Das auslaufende Konzept «Frühe Förderung im Kanton Nidwalden 2017–2024» wird im Rahmen der bestehenden GFI-Programme weitergeführt. In zwei Workshops haben Fachleute und kommunale und kantonale Ansprechpersonen das Erreichte analysiert und künftige Handlungsfelder und Massnahmen definiert. Ein Bericht wird noch darüber informieren.

Weiter wurde die Initiative «Gsund und zwäg is Alter» mit vier Gemeinden umgesetzt. Gemeinsam erarbeiteten sie massgeschneiderte Empfehlungen zur Steigerung der Altersfreundlichkeit und realisierten sie in der Praxis.

Ein weiteres Kernthema der Strategie betraf die psychische Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und Lehrpersonen. In Zusammenarbeit mit Schulen und Jugendarbeitsstellen wurden dazu Massnahmen erarbeitet (z.B. stärkere Vernetzung der Jugendarbeitenden oder die Umsetzung der Programme «MindMatters» und «Schule handelt» zur Stärkung der psychischen Gesundheit im Schulkontext).

Zudem wurden Integrations- und Gesundheitsförderungsmassnahmen enger miteinander verknüpft, was auch in der Strategiephase 2026–2029 fortgesetzt wird.

² Die Adoleszenz: beginnt ungefähr mit der Pubertät (10–12 Jahre) und endet mit der «vollständigen» Reifung des Gehirns (um Mitte 20).

³ «Vulnerabel» bedeutet besonders schutzbedürftig, sozial oder gesundheitlich benachteiligt, in prekärer Lebenslage, gefährdet usw. Damit sind Gruppen gemeint, die für (Gesundheits-)Risiken besonders anfällig sind, bspw. aufgrund von Armut, sozialer Isolation usw.

⁴ Die Salutogenese ist ein Konzept von Aaron Antonovsky, das sich mit der Entstehung, Entwicklung und Förderung von Gesundheit beschäftigt. Es fokussiert auf Ressourcen und Schutzfaktoren beziehungsweise darauf, was Menschen gesund erhält, obwohl sie Risiken und Belastungen ausgesetzt sind (Habermann-Horstmeier, 2017).

Weiter soll die Erreichbarkeit⁵ vulnerabler Gruppen (u.a. geringes Einkommen, tiefer Bildungsabschluss, psychische Vorerkrankungen, Migrationsgeschichten) auch künftig im Fokus stehen. Dabei ist auf eine verstärkte interprofessionelle, direktionsinterne sowie -übergreifende Zusammenarbeit zu achten. Durch Vernetzung lassen sich Synergien immer besser nutzen.

Seit 2024 verfolgt das Sozialamt im Rahmen des «Leitbilds Nidwalden 2025» die Stossrichtung, sich zu einem Kompetenzzentrum für Soziales und Gesellschaft weiterzuentwickeln. Die GFI wird sich dabei mit dem Fokus auf die Vorsorge einbringen können. Auch das Gesundheitsamt wird sie bei der Stärkung der Gesundheitskompetenz⁶ unterstützen können.

3 Zweck und Verortung der Strategie

Die GFI-Strategie konzentriert sich auf die Prävention von nichtübertragbaren Krankheiten (zum Beispiel chronischer oder psychischer Erkrankungen), sowie die Integration von Migrantinnen und Migranten. Sie definiert die Ziele, die Arbeitsweise und die Handlungsprinzipien. Auf dieser Grundlage werden die Gesundheitsförderungs- und Integrationsprogramme (KAP und KIP) sowie weitere Projekte und Massnahmen geplant. Die vorliegende Strategie verweist immer wieder auf spezifische KAP-, KIP- und Präventionsaktivitäten. Die online einsehbaren Programmbeschreibungen bieten hierzu detaillierte Informationen.

Verortung der GFI-Strategie 2026–2029

1. Ebene: Strategie	Strategie Gesundheitsförderung, Prävention und Integration 2026–2029 (GFI-Strategie)	
2. Ebene: Programme	Themen- und lebensphasenübergreifendes Programm zur Gesundheitsförderung und Prävention 2026–2029 (kantonales Aktionsprogramm, nachfolgend «KAP»)	Programm zur Integrationsförderung 2024–2027 und Programm zur Integrationsförderung 2028–2031 (kantonales Integrationsprogramm, nachfolgend «KIP»)
3. Ebene: Kampagne/ Projekte	Kampagne zur Förderung der psychischen Gesundheit, aus dem KAP abgeleitete Projekte und Massnahmen	Aus dem KIP abgeleitete Projekte und Massnahmen

Die GFI-Strategie zielt darauf ab, die Programme und Projekte aus den Bereichen Gesundheitsförderung, Prävention und Integration besser zu integrieren, aufeinander abzustimmen und Synergien zu nutzen. Die kantonale Beauftragte für Gesundheitsförderung und die Integrationsbeauftragte planen, koordinieren und überwachen dies.

4 Gesetzliche Grundlagen und Grundlegendokumente

Für die Strategie «Gesundheitsförderung, Prävention und Integration 2026–2029» (nachfolgend «GFI-Strategie») sind im Kanton Nidwalden folgende rechtliche und weitere Grundlagen relevant:

⁵ Erreichbarkeit vulnerabler Gruppen: Ihr Gesundheitsrisiko ist oft höher, und sie sind zugleich Einschränkungen ausgesetzt (Armut, Beeinträchtigung, soziale Isolation usw.). Für sie soll der Zugang zu öffentlichen Leistungen verbessert werden (ärztliche Behandlung, soziale Partizipation usw.).

⁶ Gesundheitskompetenz: Fähigkeit, Gesundheitsinformationen und -Angebote zu verstehen, in Anspruch zu nehmen und einen gesunden Lebensstil zu pflegen.

Gemäss Art. 66 des Gesetzes vom 30. Mai 2007 (Stand: 15. Januar 2020) zur Förderung und Erhaltung der Gesundheit (Gesundheitsgesetz; GesG; NG 711.1) ist für die Gesundheitsförderung und Prävention eine Strategie mit Zielen und Schwerpunkten zu formulieren. Der Regierungsrat legt sie in der Regel für die Dauer von vier Jahren fest.

NCD-Strategie⁷ 2017–2024 (verlängert bis 2028): Sie bildet die für die Gesundheitsförderung besonders relevante Stossrichtung dieser Gesamtstrategie ab.

Strategie «Gesundheit 2030»: Sie befasst sich mit den gesellschaftlichen Herausforderungen und Entwicklungen im Gesundheitsbereich und damit, wie der Bund damit umgehen will.

Von der Gesundheitsförderung Schweiz herausgegebene Rahmenbedingungen für ein kantonales Aktionsprogramm ab 2025/2026.

Strategie «Sucht 2017–2024» (verlängert bis 2028): Relevant für die GFI-Strategie ist der Pfeiler Prävention.

Das Bundesgesetz über die Ausländerinnen und Ausländer und über die Integration (AIG) vom 16. Dezember 2005 (Stand: 1. Januar 2025; SR 142.20) konkretisiert die Integrationsförderung.

Mit dem Einführungsgesetz vom 25. Juni 2008 (Stand: 1. Januar 2016) zum Bundesgesetz über die Ausländerinnen und Ausländer sowie zum Asylgesetz (EG zum Ausländerrecht; NG 122.2) werden Kanton und Gemeinden verpflichtet, für die Integration ihrer ausländischen Bevölkerung zu sorgen.

Integrationsförderung: Grundlagenpapier vom 19. Oktober 2022 für den Abschluss von Programmvereinbarungen nach Art. 20a SuG, herausgegeben vom Staatssekretariat für Migration (SEM) und von der Konferenz der Kantonsregierungen.

Das «Leitbild Kanton Nidwalden 2035» weist in verschiedenen Themenbereichen auf die Förderung des Wohlergehens der Bevölkerung hin (sozialer Zusammenhalt, Wohnen und Siedlungsentwicklung, Lebensraumgestaltung, Gesundheitsförderung und Prävention).

Der «OBSAN-Gesundheitsbericht Nidwalden» (2024) gibt über den Gesundheitszustand der ständigen Nidwaldner Bevölkerung Auskunft.

Die «Strategie Gesundheitsförderung, Prävention und Integration 2026–2029» löst die mit Regierungsratsbeschluss Nr. 393 am 29. Juni 2021 genehmigte Strategie 2022–2025 ab.

5 Strukturen und Arbeitsgebiete

Die GFI führt zwei Programme: das KIP und das KAP. Zusätzlich ist die Suchtprävention bei ihr angesiedelt. Die Vierjahresprogramme werden mit dem Staatssekretariat für Migration (SEM) und der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz (GFCH) erarbeitet. Indem alle Kantone an übergeordneten Schwerpunkten arbeiten und ein regelmässiger Austausch zwischen ihnen, bis hin zur Zusammenarbeit in gewissen Projekten, besteht – zumal zwischen den Zentralschweizer Kantonen – lassen sich Synergien nutzen. Kleinere Kantone wie Nidwalden sind

⁷ NCD = non-communicable diseases (dt. nichtübertragbare Krankheiten) wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebserkrankungen, chronische Atemwegserkrankungen, Diabetes, Muskuloskeletale (d.h. den Bewegungsapparat betreffende) Erkrankungen. Gesunde Ernährung, ausreichende Bewegung und weitere Lebensstil Anpassungen tragen zur Vorbeugung von NCD bei.

besonders auf Kooperationen angewiesen und profitieren vom grösseren Zentralschweizer Verbund.

Das folgende Organigramm zeigt die derzeit aktuellen Themen und Programme der GFI und veranschaulicht deren übergreifende Ausrichtung. Die GFI ist divers aufgestellt und legt Wert auf eine interprofessionelle personelle Zusammensetzung.

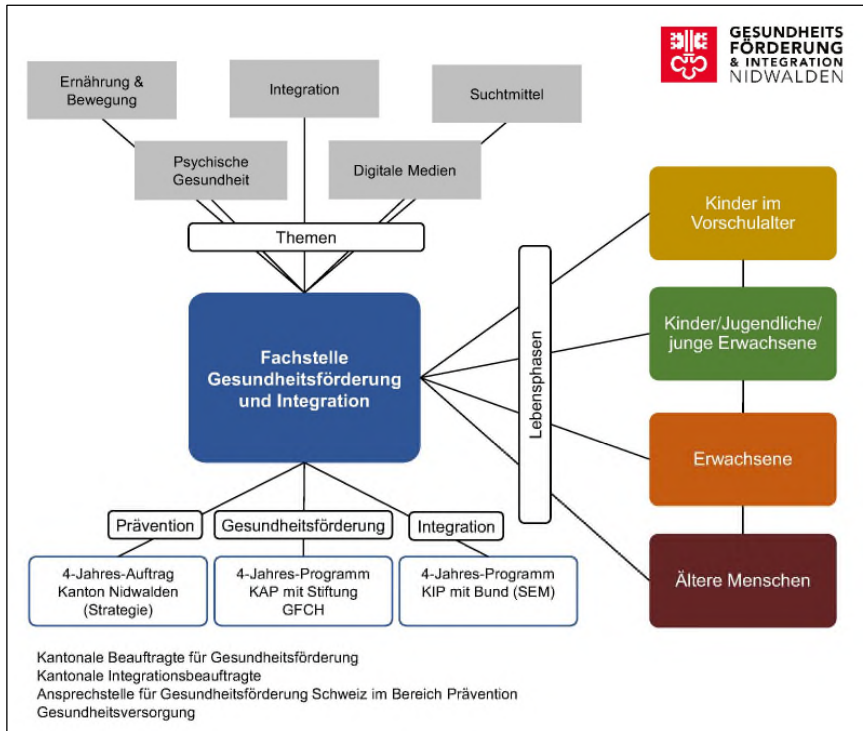


Abbildung 1: Organigramm GFI

6 Vision und Ziele

6.1 Vision

Die Welt wird komplexer, die Menschen benötigen immer mehr Kompetenzen, um in ihr zu bestehen. Die Vision ist, dass die ganze Kantonsbevölkerung am gesellschaftlichen Leben teilnehmen kann, integriert ist und sich gesund entwickelt. Dies soll besonders auch für folgende vulnerable Gruppen zutreffen: Alleinstehende, Familien mit kleinen Kindern, Jugendliche und ältere Menschen in finanziell prekären Verhältnissen und mit geringer sozialer Unterstützung, Personen mit niedrigen Bildungschancen und geringer Selbstwirksamkeit, Familien und Einzelpersonen mit Migrationshintergrund und Integrationsschwierigkeiten sowie Menschen mit einer psychischen Erkrankung. Die Vision lässt sich auf folgenden Nenner bringen:

«Die Bevölkerung des Kantons Nidwalden lebt in einer gesundheits- und integrationsfördernden Umwelt. Sie ist sensibilisiert und gestärkt betreffend ihre Gesundheitskompetenz und findet bei Bedarf Zugang⁸ zu passender Unterstützung.»

⁸ Zugänge schaffen: Angebote und Informationen möglichst so zu gestalten, dass sie für alle Menschen unabhängig von sozialen, finanziellen, kulturellen oder physischen Barrieren erreichbar, verständlich und nutzbar sind.

Damit der Kanton Nidwalden dieser Vision näherkommt und auf die kommenden Herausforderungen reagieren kann, setzt sich die GFI mit den Programmen KAP und KIP und im Bereich Prävention konkrete Ziele.

6.2 Ziele

Die KAP- und die KIP-Programme definieren die inhaltlichen Ziele der GFI. Im Folgenden werden deren übergreifende Ziele für die Strategieperiode 2026–2029 erläutert. Die separaten KAP- und KIP-Programmbeschreibungen umreißen die Ziele der Gesundheits- und spezifischen Integrationsförderung auch für einzelne Projekte und Massnahmen.

6.2.1 Gesundheitsförderung (KAP 2026–2029)

Bevölkerung sensibilisieren: Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene und ältere Menschen sowie deren Multiplikatorinnen und Multiplikatoren sind für die physische und psychische Gesundheit sensibilisiert.

Gemeinden und Akteure/Akteurinnen stärken: Die Gemeinden und weitere Akteure/Akteurinnen sind befähigt, ein gesundheitsförderndes Umfeld zu schaffen.

Zugang zu gesundheitsfördernden Angeboten sichern: Alle Altersgruppen durch ein gesundheitsförderndes Umfeld unterstützt und haben Zugang zu den einschlägigen Angeboten.

Akteure/Akteurinnen vernetzen: Relevante Akteure/Akteurinnen aus den Bereichen Gesundheit, Bildung, Soziales und Integration aus dem Kanton und der Region bilden Netzwerke zur koordinierten Gesundheitsförderung.

6.2.2 Prävention

Die Bevölkerung ist auf Präventionsthemen (z.B. Suchtprävention) sensibilisiert und in ihren Ressourcen⁹ gestärkt. Dazu wird sowohl die Verhaltensprävention (gesunder Lebensstil) als auch die Verhältnisprävention (gesundheitsrelevante Lebensbedingungen) gefördert.

Die GFI-Strategie und die GFI-Programme werden jeweils auf der Website der GFI publiziert.

6.2.3 Integrationsförderung (KIP 2024–2027)

Information/Beratung: Wer in die Schweiz zieht, soll sich möglichst rasch zurechtfinden, die hiesigen Regeln kennen und sich heimisch fühlen.

Sprache und Bildung: Migrantinnen und Migranten verfügen über angemessene Sprachkenntnisse, um sich im Alltag und Beruf gut verständigen zu können. Sie haben Zugang zu qualitativen Kursangeboten.

Frühe Kindheit: Migrantinnen und Migranten kennen die Angebote rund um die Gesundheits- und Integrationsförderung sowie die Familienunterstützung im Frühbereich, haben Zugang zu ihnen und sind über die Erwartungen zur Kindererziehung informiert.

Alle relevanten Akteure/Akteurinnen arbeiten engmaschig zusammen.

Zusammenleben: Migrantinnen und Migranten nehmen am gesellschaftlichen Leben teil. Ihre soziale Vernetzung und politische Partizipation werden gestärkt. Im Fall von Diskriminierung greifen Beratung und Unterstützung, und die Öffentlichkeit wird zu diesem Thema sensibilisiert.

⁹ Zu den Ressourcen werden im Zusammenhang mit GFI-Aktivitäten generell gezählt: *individuelle* (Wissen, Fähigkeiten, Kompetenzen), *soziale* (Unterstützung durch Familie, Freunde usw.) und «*materielle*» Ressourcen (gesundheitsfördernde Angebote, Anlauf- und Hilfsstellen, Umweltbedingungen wie lokale Luftqualität und Wälder).

7 Thematische Schwerpunkte

Im Rahmen ihrer Ziele orientiert sich die GFI im Bereich Gesundheitsförderung, Prävention und Integration an den Themenschwerpunkten nationaler Partner (Bundesamt für Gesundheit/BAG, Gesundheitsförderung Schweiz/GFCH und Staatssekretariat für Migration/SEM). Sie behält sich vor, bestehende und geplante Aktivitäten laufend an neue internationale, nationale und kantonale Erkenntnisse und Praxisempfehlungen anzupassen, sofern sie für den Kanton Nidwalden relevant sind.

7.1 Gesundheitsförderung

Die Gesundheitsförderung orientiert sich am salutogenetischen¹⁰ Ansatz und beschäftigt sich deshalb weniger mit der Entstehung von Krankheiten, sondern vielmehr mit der Frage: «Was hält Menschen gesund?» Ihr Ziel ist es, gesundheitsfördernde Lebensbedingungen zu schaffen und individuelle, soziale und strukturelle Gesundheitsressourcen und -potenziale zu stärken. Laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) unterstützt Gesundheitsförderung einen «Prozess, allen Menschen ein höheres Mass an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen» (WHO, 1986). Der Kanton Nidwalden führt seit 2017 das kantonale Aktionsprogramm «Gesundheitsförderung und Prävention» (KAP). In Zusammenarbeit mit den relevanten Akteurinnen und Akteuren werden gesundheitsfördernde Massnahmen in den Bereichen «Ernährung und Bewegung» und «psychische Gesundheit» erarbeitet und umgesetzt.

7.1.1 Ernährung und Bewegung

Mangelnde Bewegung und unausgewogene Ernährung haben einen zentralen Einfluss auf die Entstehung und den Verlauf nichtübertragbarer Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, bestimmter Krebsarten oder Diabetes. Der individuelle Lebensstil beeinflusst rund die Hälfte der nichtübertragbaren Krankheiten (NCD-Strategie, 2016). Ausgewogene Ernährung und regelmässige Bewegung wirken sich indirekt auch positiv auf die Psyche aus.

Schon in der frühen Kindheit sind eine ausgewogene Ernährung und genug Bewegung wichtig zur körperlichen, psychischen und sozialen Entwicklung und prägen das spätere Ess- und Bewegungsverhalten. Während der Schulzeit kommt Multiplikatorinnen und Multiplikatoren¹¹ wie Betreuenden im Schulhort oder in der Tagesstruktur Bedeutung zu. Sie unterstützen Kinder und Jugendliche dabei, gesunde (Ernährungs-)Gewohnheiten zu entwickeln. In Kombination mit ausreichender Bewegung hilft dies, Übergewicht und Adipositas vorzubeugen. Auch für das spätere Leben ist die frühzeitige Sensibilisierung auf das Thema entscheidend.

7.1.2 Psychische Gesundheit

Psychische Gesundheit ist ein wichtiger Bestandteil des allgemeinen Wohlbefindens. Wer sich psychisch gesund fühlt und zufrieden ist, kann generell besser mit den Herausforderungen des Lebens umgehen. Mit Prävention, Behandlungen und anderweitiger Unterstützung lässt sich bei psychischen Problemen und Krankheiten auch niederschwellig¹² oft viel erreichen.

Psychische Erkrankungen sind weit verbreitet und können das Leben der Betroffenen und ihres Umfeldes stark beeinträchtigen, im schlimmsten Fall gar zu Suizid führen. Für die Gesellschaft sind sie oft kostenintensiv. Eine Studie von Gesundheitsförderung Schweiz (2022a) zeigt, dass mehr als ein Viertel der Bevölkerung (27%) in der Schweiz im Verlauf eines Jahres an einer psychischen Erkrankung leidet.

¹⁰ Siehe Fussnote im Kapitel «Ausgangslage», Seite 4.

¹¹ Multiplikator/-innen: Personen, welche Informationen und Wissen an eine grössere Gruppe weitergeben können und mit den Zielgruppen (Kindern/Jugendlichen/jungen Erwachsenen/Älteren/Personen mit Migrationshintergrund) direkt in Kontakt stehen und diese unterstützen. Dazu gehören unter anderem Fachpersonen in Organisationen und Freiberufliche, Lehrpersonen, (Schul-)Sozialarbeitende, Vereins- und Gemeindevertretende sowie Freiwillige.

¹² Niederschwellig: einfach zugänglich, gratis oder kostengünstig, barrierefrei/barrierearm (bspw. rollstuhlgängig), unkompliziert, einladend, leicht verständlich usw.

Alle GFI-Projekte berücksichtigen und fördern die psychische Gesundheit. Dies verbessert oft die Resilienz¹³, Selbstwirksamkeit¹⁴, soziale Teilhabe und die Chancengerechtigkeit¹⁵ der Zielgruppen.

Seit 2018 setzt Nidwalden die Kampagne um und gesetzt und verstärkt sie mit kantonsspezifischen Massnahmen wie etwa den «Aktionstagen psychische Gesundheit».

7.2 Prävention

Prävention ist ein Kernelement der Gesundheitsförderung. Sie will Krankheiten verhindern, bevor sie entstehen, und das allgemeine Wohlbefinden der Bevölkerung verbessern. Prävention behandelt also nicht nur Symptome, sondern handelt proaktiv, um gesundheitliche Probleme zu vermeiden. Die Gesundheitsförderung kennt drei Hauptarten von Prävention:

- Primäre Prävention: Verhindert Krankheiten, bevor sie entstehen, etwa durch gesunde Ernährung, Bewegung und das Vermeiden von Risikofaktoren wie Rauchen.
- Sekundäre Prävention: Frühzeitige Erkennung von Krankheiten, zum Beispiel durch Vorsorgeuntersuchungen wie Blutdruckmessungen oder Mammografien.
- Tertiäre Prävention: Milderung der Auswirkungen bestehender Krankheiten, zum Beispiel durch Rehabilitationsmassnahmen.

Die GFI ist vor allem in der Primärprävention tätig.

7.2.1 Suchtprävention

Der Kanton Nidwalden engagiert sich für einen aktiven Jugendschutz. Jugendliche verhalten sich risikobereiter als Erwachsene, auch weil sie unerfahrener sind. Deshalb braucht es Bestimmungen, die junge Menschen vor einem zu frühen und übermässigen Alkohol- und Tabakkonsum schützen, zumal der Körper im Wachstum besonders sensibel reagiert. Je früher sich junge Menschen an den Konsum von Suchtmitteln gewöhnen, desto grösser ist das Risiko einer späteren Abhängigkeit. Die GFI führt Sensibilisierungs- und konkrete Massnahmen durch wie Beratung bei der Planung und Umsetzung des Jugendschutzes und organisiert auch Testkäufe.

In Zusammenarbeit mit dem kantonalen Suchtbeauftragten sollen weitere Massnahmen zur Prävention von Substanzmissbrauch und Abhängigkeit greifen. Eine davon ist zum Beispiel «cool and clean», das nationale Präventionsprogramm von Swiss Olympic. Es setzt sich für einen fairen und suchtmittelfreien Sport ein. Die kantonale Botschafterin ist Ansprechperson rund um Präventionsthemen bei Vereinen. Der Gesundheitsreport Kanton Nidwalden (Pahud, O., Zufferey, J. & Zumbrennen, O., 2024) gibt weitere Hinweise, welche präventiven Massnahmen angegangen werden sollen. Dies geschieht in Absprache mit dem Gesundheitsamt.

Auch der Einfluss der digitalen Medien auf das Suchtverhalten ist nach wie vor relevant. Ein kritischer Umgang mit ihnen ist eine zentrale Gesundheitskompetenz. Im Rahmen der Veranstaltungsreihe «Digitale Medien in unserem Alltag» führt die GFI regelmässig Sensibilisierungsanlässe durch.

7.3 Spezifische Integrationsförderung

Das KIP ist auf die *kantonsspezifische* Integrationsförderung ausgerichtet. Dies umfasst ergänzende, von Bund und Kantonen zu finanzierende Massnahmen, um Lücken in den Regelstrukturen zu schliessen (Schule, Berufsbildung und Gesundheitswesen). Die Massnahmen werden zwar auf Bundesebene definiert, aber stets in Zusammenarbeit mit den relevanten

¹³ Resilienz: die Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen, Stress oder Krisen zu bewältigen, sich davon zu erholen und als positiv bewältigte Erfahrung mitzunehmen.

¹⁴ Siehe Kapitel 8.2

¹⁵ Siehe Kapitel 8.1

kantonale Akteurinnen und Akteure umgesetzt, so auch in Nidwalden. Dies macht die kantonale Integrationsförderung überaus wirksam.

Integrationsförderung findet vor Ort in den Regelstrukturen statt, also Spielgruppen, Kitas, Schulen, beruflichen Grundausbildungen, im Arbeitsmarkt, Gesundheitswesen und in der sozialen Sicherheit. Im Rahmen des KIP werden die spezifischen Integrationsfördermassnahmen geplant und umgesetzt, und zwar sowohl für Zugewanderte als auch Einheimische. Indem Behörden und Institutionen unterstützen und beraten, soll das Zusammenleben von Einheimischen und Zugewanderten verbessert werden. Die Integrationsförderung ist zudem integraler Bestandteil des KAP.

Seit 2019 ist die «Integrationsagenda Schweiz» (IAS) ein Teilbereich des KIP. Mit ihr hat der Bund fünf Wirkungsziele im Flüchtlingsbereich formuliert. Im Kanton Nidwalden konkretisiert das Amt für Asyl und Flüchtlinge (AAF) die IAS und setzt sie um. Das AAF und die GFI tauschen sich regelmässig aus und nutzen Synergien in allen sich überschneidenden Themenbereichen.

8 Handlungsprinzipien

Die GFI orientiert sich an wissenschaftlichen und praxisbezogenen Erkenntnissen und wendet verschiedene Prinzipien an, um die Effektivität ihres Handelns zu steigern. Sie stützen sich auf jene des SEM und der GFCH. Je nach kantonalem Kontext werden sie unterschiedlich gewichtet und kommen nicht voll zum Zug.

8.1 Chancengerechtigkeit

Herkunft, Bildung und Einkommen haben Einfluss auf die Gesundheit. Wer sozial benachteiligt ist, leidet häufiger unter schlechter Gesundheit und hat eine tiefere Lebenserwartung. Chancengerechtigkeit soll die Voraussetzung schaffen, dass Armut in der Familie nicht vererbt wird und alle Menschen ein gesundes Leben führen und ihr Potenzial ausschöpfen können. Früherkennung und -interventionen bei belasteten oder vulnerablen Gruppen entlasten das Gesundheits- und Sozialsystem nachhaltig. Davon profitiert die ganze Bevölkerung, auch finanziell.

Im Kanton Nidwalden bestehen bereits viele Unterstützungsangebote. Zentral ist, dass der Zugang für Menschen in Belastungssituationen zu gesundheitsfördernden, präventiven und integrativen Angeboten niederschwellig ist. Insbesondere Menschen mit Mehrfachbelastungen haben Mühe bei der Inanspruchnahme von Hilfsangeboten. Deshalb ist wichtig, dass Fachleute sie kennen und unterstützen. Erleichtert wird dies unter anderem durch intersektorale Zusammenarbeit¹⁶, wie das zum Beispiel bei GUSTAF geschieht. Damit sozial belastete Menschen gestärkt werden können, sind niederschwellige und «aufsuchend arbeitende» Angebote wichtig. Die GFI arbeitet dafür mit Partnerinnen und Partnern wie der Mütter- und Väterberatung Nidwalden zusammen, deren Regelangebote niederschwellig zugänglich sind.

8.2 Selbstwirksamkeit

Selbstwirksamkeit stärkt nachweislich die Gesundheit und Resilienz. Besonders zur Bewältigung von Übergängen (z.B. vom Arbeitsleben in die Pension) oder kritischen Situationen (Erkrankung, Verlust Nahestehender usw.) ist es fundamental, sich als selbstkompetent und handlungsfähig zu erfahren. Selbstwirksame Menschen empfinden schwierige Aufgaben eher als zu meisternde Herausforderungen, denn als Bedrohung.

¹⁶ Intersektorale Zusammenarbeit bei der Gesundheits- und Integrationsförderung: Hierbei geht es besonders um die Zusammenarbeit in den Bereichen Bildung, Soziales, Gesundheit und öffentliche Verwaltung.

Ein vertrauensvolles Umfeld und Entscheidungsspielräume sind nötig, damit jemand Selbstwirksamkeit entwickeln kann. Deshalb sind soziale Teilhabe und die aktive Gestaltung des Lebensumfelds so zentral. Die Gesundheitsförderung will die Rahmenbedingungen zur Entwicklung und Stärkung des Selbstwirksamkeitsgefühls durch verschiedene Angebote und Massnahmen gezielt fördern (Gesundheitsförderung Schweiz, 2025).

Die GFI tut dies unter anderem mit dem Projekt «femmes tische». Es vernetzt Frauen mit Migrationshintergrund und stärkt sie durch gezielte Fachinputs (z.B. «Mein Kind und die Schule»). Die Teilnehmerinnen tauschen sich aus und unterstützen einander.

Gestärkt wird die Selbstwirksamkeit auch durch Prozessbegleitungen¹⁷ von Schulen, die die individuellen Gestaltungsfreiräume der Schülerinnen und Schüler sowie der Lehrpersonen ins Zentrum einer positiven Schulkultur stellen.

8.3 Partizipation

Partizipation bedeutet den Einbezug der Anspruchs- und Zielgruppen in die Planung, Umsetzung und Evaluation von Gesundheitsförderungsmassnahmen.

Denn Erfolg und Wirksamkeit von Projekten hängen wesentlich mit der Partizipation der Zielgruppe zusammen. Mitgestaltungs- und -entscheidungsspielraum als Kollektiv und individuell fördert das Selbstwirksamkeits- und Verantwortungsgefühl. Partizipative Interventionen sind auch deutlich nachhaltiger, zumal ihr prozesshafter Charakter selbstermächtigend wirkt und zufriedener macht, weil nicht nur das Ergebnis zählt (Ischer und Saas, 2019). Die Mitglieder einer Zielgruppe (z.B. Seniorinnen und Senioren) können unterschiedlich stark involviert werden: Denkbar sind etwa Rücksprachen, um Massnahmen abzustimmen, oder auch eine partielle Übertragung von Entscheidungskompetenz. Ein Beispiel dafür sind die Gemeindebegleitungs-Massnahmen «Gsund und zwäg is Alter» und «zämä handlä»: In Arbeitsgruppen und im Rahmen von öffentlichen Anlässen bringen Seniorinnen und Senioren ihre Bedürfnisse ein und tragen so zur Steigerung der Altersfreundlichkeit der Gemeinde bei.

Gemeinden, Schulen und andere Akteurinnen und Akteure profitieren von den methodischen GFI-Prozessbegleitungen, die sich an den Werten Gestaltungsfreiheit, Selbstbestimmung und Eigenverantwortung orientieren. Die GFI geht auf die Bedürfnisse der Organisationen ein, begleitet sie ergebnisoffen und stärkt ihre Ressourcen.

8.4 Lebensphasen- und Settingansatz

Die vorliegende GFI-Strategie gliedert die Lebensspanne in vier Phasen: frühe Kindheit, Kinder/Jugend/junge Erwachsene, Erwachsene und Alter. Settings bezeichnen Lebenswelten oder soziale Kontexte, in denen Menschen ihren Alltag verbringen.

1. Die frühe Kindheit erstreckt sich von der Schwangerschaft bis zum Eintritt in den Kindergarten mit zirka fünf Jahren. Das Setting rund um die Gesundheitsversorgung (familienergänzende Betreuungseinrichtungen usw.) und andere kommunale Dienstleistungen ist zentral in dieser Lebensphase.
2. Die zweite Lebensphase (Kinder/Jugend/junge Erwachsene) dauert von 5 bis etwa 25 Jahren. Hier sind die Settings Familie, Schule/Berufsbildung, Gemeinden, (über)regionale Organisationen zur Freizeitgestaltung, Vereine Arbeitsleben von Bedeutung.
3. Die dritte Lebensphase (Erwachsene) umfasst die Zeit ab zirka 25 Jahren bis zur Pensionierung. Hier spielen die Settings Familie, Arbeitsplatz und Gemeinde eine wichtige Rolle. Im Bereich Integration wird die Lebensphase Erwachsene direkt angegangen. Im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention werden vor allem die Bezugspersonen von Kindern, Jugendlichen, jungen Erwachsenen und älteren Personen miteinbezogen.

¹⁷ Prozessbegleitung: unterstützende und beratende Begleitung von Prozessen (z.B. wenn eine Gemeinde ihre Altersfreundlichkeit umfassend verbessern möchte) über eine bestimmte Dauer innerhalb von Institutionen, Gemeinden oder in einem bestimmten Arbeitskontext.

4. Die vierte Lebensphase (Alter) erstreckt sich von der Pensionierung bis zum Tod. Wesentliche Settings sind hier die Familie, die Gemeinde mit ihren öffentlichen Einrichtungen, die Spitex und Alterssiedlungen. Im Bereich Gesundheitsförderung geht es dabei um Menschen ab 65, welche selbständig oder mit Unterstützung resp. Betreuung im eigenen zuhause leben.

Gesundheits- und Integrationsförderung soll möglichst dort stattfinden, wo Menschen in soziale Systeme eingebunden sind, also an ihrem Wohn- und Lebensort, in der Schule und am Arbeitsplatz. Hier sollen die Zielgruppen einbezogen werden, um nachhaltige Verbesserungen zu erzielen. Deshalb arbeitet die GFI vorzugsweise mit Multiplikatorinnen und Multiplikatoren vor Ort zusammen, unterstützt und vernetzt sie. Dazu gehören das Schul- und Verwaltungspersonal, Fachleute aus Beratung und Betreuung, Vereinsmitglieder und Freiwillige.

9 Arbeitsweisen

Krisen verändern Menschen – auch im Kanton Nidwalden. Die Corona-Pandemie und der Ukraine-Krieg haben das eindrücklich aufgezeigt. Um adäquat auf die Komplexität der Probleme und Verhältnisse reagieren zu können, pflegt die GFI eine kooperative, flexible und vernetzte Arbeitsweise.

9.1 Vernetzung und Synergien

Zur Vernetzung benötigen Fachleute, Kanton und Gemeinden geeignete Plattformen. In Nidwalden wurden in den Bereichen frühe Kindheit und Alters bereits welche aufgebaut. Netzwerke sind für die intersektorale Zusammenarbeit, ein gemeinsames Verständnis und den Theorie-Praxis-Transfer zentral. Erfahrungsgemäss müssen sie gepflegt und bedarfsgerecht weiterentwickelt werden, um Synergien zu nutzen und die Ziele zu erreichen. Mitarbeitenden bieten sie die Chance, über den eigenen Tellerrand hinauszuschauen und interprofessionell zu arbeiten.

Damit Gesundheits- und Integrationsförderung auf allen Ebenen gelingt, müssen die Gesundheits-, Bildungs- und Sozialbehörden sowie die Fachstellen und Gemeinden zusammenarbeiten. Themen wie das Kindeswohl, die Unterstützung belasteter Familien und Einzelpersonen und Migration erfordern, dass die Schnittstellen zwischen den Akteurinnen und Akteuren und den Professionen geklärt und gepflegt werden. Nur so ziehen letztlich alle am selben Strick. Eine interdisziplinäre Arbeitsweise ist auch unverzichtbar, um Probleme früh zu erkennen, wirksam zu intervenieren und die Zielgruppe langfristig zu stärken. Eine eingespielte Zusammenarbeit und gute Vernetzung zwischen verschiedenen Professionen aus unterschiedlichen Sektoren sparen mittel- und langfristig Kosten.

Gesundheitsförderung und Integration sind Querschnittsaufgaben. Mit allen Ämtern der Gesundheits- und Sozialdirektion werden die Prozesse, Vernetzung und Synergien, sowie die Schnittstellen regelmässig definiert und geklärt. Auch die Synergien/Schnittstellen mit anderen Direktionen (bspw. Bildung) sollen bei gemeinsamen Projekten oder Themenbereichen definiert werden.

9.2 Zusammenarbeit mit Gemeinden

Gemeinden kennen ihre Bevölkerung und die lokalen Bedürfnisse am besten. Sie arbeiten mit lokalen Akteurinnen und Akteuren zusammen und sind bestrebt, die Einwohnerschaft in Entscheidungen einzubeziehen. Die Verwaltung fungiert als Anlaufstelle für sie. Auf strategischer Ebene sind die kommunalen Sozialvorstehenden wichtige Ansprechpartner der zuständigen Gemeindegremien. Aufgrund ihrer sozialen Vernetzung und Expertise sind Gemeinden auch die zentralen Partnerinnen der kantonalen Gesundheitsförderung. Gesundheits- und Integrationsförderung (im Alter wie in der frühen Kindheit) lässt sich nur in enger Zusammenarbeit mit

den Akteuren und Akteurinnen vor Ort realisieren. Die GFI fördert diese Zusammenarbeit und geht auf die spezifischen Bedürfnisse der elf Nidwaldner Gemeinden ein, die sich auch untereinander vernetzt haben. Sie fördert auch den Erfahrungsaustausch und die Synergien unter den Gemeinden im Kanton.

9.3 Bedarfsgerechte Angebote und Projekte

Im Kanton Nidwalden sind die Wege kurz. Die Akteurinnen und Akteure kennen sich, und Netzwerke erleichtern die Zusammenarbeit. Auch 2026–2029 will die GFI die interprofessionelle Kooperation stärken. Zuvorderst soll ein bedarfsgerechtes Angebot entwickelt werden, wobei der Regelstrukturansatz zu beachten ist. Wo möglich sollen die Angebote in bestehende Strukturen eingebunden werden. Dieser partizipative Ansatz stärkt die Zusammenarbeit mit den Multiplikatoren (Gemeinden, Institutionen, Vereinen usw.) und berücksichtigt die Bedürfnisse der lokalen Bevölkerung. Die regelmässig zu evaluierenden Angebote sollen primär Lücken schliessen und bedarfsgerecht sein.

9.4 Prozessorientierung und Nachhaltigkeit

Die GFI fördert insbesondere zukunftssträchtige Angebote und Strukturen mit Lokalbezug. Sie begleitet lokale Akteurinnen und Akteure von der Konzeption (z.B. Analyse oder Bedarfserhebung) bis hin zur Umsetzung, fördert die Mitbestimmung auch schwer erreichbarer Zielgruppen und eine hohe Prozess-, Partizipations- und Ergebnisqualität. Die Angebote sollen sowohl die Ansprüche der Akteurinnen und Akteure erfüllen als auch den Bedarf der Bevölkerung decken. Einmalige und kurzfristige Aktivitäten können zur Sensibilisierung und zum Experimentieren genutzt werden, sollten dabei aber nachhaltig sein. Der natürliche Lebensraum soll möglichst nicht belastet werden, weshalb der ressourcenschonende Umgang mit Material und Wiederverwertbarkeit Pflicht ist. Die GFI unterstützt auch Projekte zur gesundheitsfördernden Gestaltung des öffentlichen Raums.

Nachhaltige Ansätze im Bereich der Integration stärken die langfristige Stabilität, die Gesundheit und das Wohlbefinden, den sozialen Zusammenhalt sowie die Bildungs- und Arbeitsmarktchancen.

Statt auf kurzfristige Projekte setzt die GFI auf eine bedarfsorientierte, nachhaltige Prozessbegleitung. Ein besonderer Fokus liegt auf der Verankerung der Angebote in den Regelstrukturen der Gemeinden und Institutionen. Diese wird von Beginn weg in die Überlegungen aller Akteurinnen und Akteure (z.B. Sozialvorstehende und Schulleitungen) einbezogen. Zudem stellt die GFI umfassendes Wissen bereit und vermittelt Fachpersonen mit dem Ziel, das einschlägige Know-how dauerhaft in den Organisationen und Gemeinden zu verankern.

10 Finanzierung: Kontinuität und umsichtiger Einsatz von Mitteln

Der Auftrag der Abteilung Gesundheitsförderung und Integration umfasst die Erarbeitung und Umsetzung des «kantonalen Aktionsprogramms Gesundheitsförderung und Prävention» und des «kantonalen Integrationsprogramms» sowie die Suchtprävention.

Diese Aktivitäten werden im Sinne der Kontinuität mit den bewährten Partnerinnen und Partnern weitergeführt. Veränderungen werden vorgenommen, wo es sich aus fachlichen Gründen und infolge der eingangs beschriebener gesellschaftlicher Entwicklungen aufdrängt.

Wie bisher arbeiten wir auf einen möglichst effizienten Einsatz der finanziellen und personellen Ressourcen und eine ausgewogene Mischung verhältnis- und verhaltensorientierter Massnahmen hin. Die optimale Vernetzung und Zusammenarbeit mit den Gemeinden und weiteren Akteurinnen und Akteuren trägt dazu bei. Das schafft auch Synergien, die der Einwohnerschaft des Kantons Nidwalden und den Institutionen (Spielgruppen, Schulen, Alterssiedlungen usw.) zugutekommen und die gesetzlichen Aufgaben und das zivilgesellschaftliche Engagement (z.B. von Vereinen) ergänzen.

11 Abschliessende Bemerkungen

Die Lebensqualität im Kanton Nidwalden ist nach wie vor ausgezeichnet. Das ist auch dem Engagement des Kantons, der Gemeinden, der Akteurinnen und Akteure im Bildungs-, Gesundheits- und Sozialwesen sowie der Einwohnerschaft zu verdanken, die sich im Rahmen ihres zivilgesellschaftlichen Engagements für das Wohl der gesamten Bevölkerung einsetzt. Dennoch wird die Welt auch im Kanton Nidwalden komplexer, die Familiensysteme werden brüchiger. Dies gilt es vorausschauend zu bedenken. Die Abteilung Gesundheitsförderung und Integration des Sozialamtes Nidwalden freut sich darauf, auch in den kommenden Jahren ihr Fachwissen und ihr Engagement in den Dienst sozialer Teilhabe und gesellschaftlicher Innovation zu stellen. Die GFI-Strategie 2026–2029 bildet den Rahmen dazu. Die Durchführung erfolgt weiterhin mit Unterstützung bewährter nationaler Partner wie der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz, des Bundesamts für Gesundheit und des Staatssekretariats für Migration. Die Abteilung Gesundheitsförderung und Integration dankt für das Vertrauen und die Wertschätzung, die ihr von Seiten des Regierungsrates, der Institutionen und der Bevölkerung seit Jahren entgegengebracht werden. Leitung und Team der Abteilung sind überzeugt, diesem Vertrauen auch in der Periode der Strategie 2026–2029 gerecht zu werden.

12 Literatur

Bundesamt für Gesundheit (BAG) und Schweizerische Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren (GDK), 2016. *Nationale Strategie Prävention nichtübertragbarer Krankheiten (NCD-Strategie), 2017–2024, verlängert bis 2028*. Hrsg.: Bundesamt für Gesundheit (BAG) und Schweizerische Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren (GDK).

Gesundheitsförderung Schweiz, 2018. *Qualitätskriterien für Programm und Projekte der Gesundheitsförderung und Prävention. Übersicht über die Kriterien und Anwendungsmöglichkeiten auf www.quint-essenz.ch*. Hrsg.: Gesundheitsförderung Schweiz.

Gesundheitsförderung Schweiz, 2022. *Evaluationen und Monitoringstudien von Gesundheitsförderung Schweiz – Jahresbericht 2022*. Hrsg.: Gesundheitsförderung Schweiz.

Gesundheitsförderung Schweiz, 2022a. *Psychische Gesundheit in der Schweiz. Bestandesaufnahme und Handlungsfelder. Faktenblatt 7*. Hrsg.: Gesundheitsförderung Schweiz.

Gesundheitsförderung Schweiz (Hrsg.), 2025. *Selbstwirksamkeit*. URL: <https://gesundheitsfoerderung.ch/kantonale-aktionsprogramme/themen-und-publikationen/themen/selbstwirksamkeit> [14.03.2025].

Habermann-Horstmeier, L., 2017. *Gesundheitsförderung und Prävention. Kompakte Einführung und Prüfungsvorbereitung für alle disziplinären Studienfächer*. Bern: Hogrefe.

Ischer, P. & Saas, C., 2019. *Partizipation in der Gesundheitsförderung*. Arbeitspapier 48. Hrsg.: Gesundheitsförderung Schweiz.

Kanton Nidwalden, 2024. *Leitbild Nidwalden 2035*. Hrsg.: Regierungsrat Nidwalden.

Pahud, O., Zufferey, J. & Zumbrunnen, O., 2024. *Gesundheitsreport Kanton Nidwalden. Ergebnisse der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2022 (Obsan-Bericht 10/2024)*. Neuchâtel: Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.

Staatssekretariat für Migration (SEM), 2022. *Spezifische Integrationsförderung. Kantonales Integrationsprogramm KIP 3: 2024–2027. Grundlagenpapier vom 19. Oktober 2022 im Hinblick auf den Abschluss nach Art. 20a SuG*. Hrsg.: Staatssekretariat für Migration (SEM).

Weltgesundheitsorganisation (WHO), 1986. *Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung (deutsche Übersetzung)*.