

# In Gesundheitsfragen informiert entscheiden

MEHR ERFAHREN  
[careum.ch/gesundheitskompetenz](https://careum.ch/gesundheitskompetenz)



**Careum verfolgt das Ziel einer gesundheitskompetenten Schweiz. Als Zentrum für Gesundheitskompetenz widmet sich Careum dem Thema, wie Menschen mit gesundheitsrelevanten Informationen umgehen, diese nutzen und darauf gestützt Entscheidungen treffen, die sich positiv auf die eigene Gesundheit auswirken.**

## Orientierung schaffen

Das Gesundheitssystem ist in den letzten Jahren zunehmend komplexer geworden. Zugleich sind durch die Digitalisierung Gesundheitsinformationen allgegenwärtig. Diese Entwicklungen erschweren die Orientierung und Navigation im Gesundheitssystem und den Umgang mit Gesundheitsinformationen. Somit ist Gesundheitskompetenz ein zentraler Faktor der Gesundheit.

Gesundheitskompetenz steht dabei für das Wissen, die Motivation und die Kompetenzen von Menschen, sich gesundheitsrelevante Informationen zugänglich zu machen, zu verstehen, einzuschätzen und zu nutzen, um im Alltag Entscheidungen für die eigene Gesundheit treffen zu können. Gesundheitskompetenz ist ein Zusammenspiel aus den persönlichen Fähigkeiten des Einzelnen und den Anforderungen und Komplexitäten des Systems, der Organisationen und der jeweiligen Lebenswelten, in denen sich die Menschen bewegen.

## Grundlagen erarbeiten

Careum arbeitet gezielt an der Schaffung einer fundierten Datengrundlage zur Gesundheitskompetenz, sowohl auf Bevölkerungs- als auch Organisationsebene. So sammelt Careum beispielsweise im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) Daten zur Gesundheitskompetenz der Schweizer Bevölkerung. Solche empirischen Daten sind wesentlich, für die Erarbeitung evidenzbasierter Interventionsansät-

ze. Zudem lassen sich mit Verlaufserhebungen wichtige Entwicklungstendenzen zur Gesundheitskompetenz in der Bevölkerung bzw. von Organisationen ableiten, Wirkungen von Interventionsmassnahmen überprüfen und weitere Handlungsfelder ermitteln.

## Stärkung von Gesundheitskompetenz

Zur Stärkung der Gesundheitskompetenz sind Massnahmen und Ansätze erforderlich, die einerseits bei den persönlichen Fähigkeiten der Menschen und andererseits bei den situativen Anforderungen sowie den Komplexitäten der Systeme, Organisationen und Lebenswelten der Menschen ansetzen. Careum führt dazu Projekte in Kooperation mit verschiedenen Partnern durch. Ein Beispiel dafür ist das Programm «Gesundheitskompetenz Zürich», das gemeinsam mit dem Kanton Zürich durchgeführt wird: Mit Praxisprojekten und Kampagnen wird die Gesundheitskompetenz der Zürcher Bevölkerung und der Gesundheitsversorger gestärkt.

## Team

**Dr. sc. nat. Saskia Maria De Gani**

Leitung Careum Gesundheitskompetenz

**Dr. sc. nat. Daniela Nowak**

Wissenschaftliche Mitarbeiterin

**Fabian Berger**

Wissenschaftlicher Mitarbeiter

**Elena Guggiari**

Wissenschaftliche Mitarbeiterin

**Careum Gesundheitskompetenz**

Pestalozzistrasse 3, CH-8032 Zürich

T +41 43 222 50 00

[info@careum.ch](mailto:info@careum.ch), [careum.ch](https://careum.ch)