

An: media@bag.admin.ch

Betreff: **Vertiefungsarbeit Interview**

Inhalt:

Guten Tag,

Wir sind eine Gruppe von Lehrlingen, welche im nächsten Jahr abschliessen werden. Teil von unserem Abschluss ist die Vertiefungsarbeit. Wir haben uns sehr für Gesundheit interessiert und daher das Thema "**Alltagstauglicher gesunder Lebensstil**" gewählt.

Wir befassen uns darin, was alles wichtig dafür ist, ob man sich schnell und konstant daran (um-)gewöhnen kann und was die Auswirkungen davon sind. Ein Teil dieser Vertiefungsarbeit ist ein Interview mit Experten.

Uns würde es sehr weiterhelfen, wenn Sie uns folgende Fragen beantworten könnten:

1. Was sind Ihrer Meinung nach die Kernpunkte eines gesunden Lebensstils.
2. Wie finden Sie unsere Unterteilung des Themas?
 - Ernährung
 - Bewegung
 - Schlaf
 - Gewohnheiten
 - Zeitmanagement
3. Was für eine Rolle spielt die Ernährung bei einem gesunden Lebensstil?
4. Was für Probleme führt ein ungesunder Lebensstil mit sich?
5. Wie viel und was für Bewegung braucht man?
6. Gibt es eine Definition was "Gesund" ist? Wie verändert sich dies von Person zu Person?
7. Gibt es Unterschiede für gewisse Altersgruppen und wenn ja, welche?
8. Wieso ist ein gesunder Lebensstil in jungen Jahren (Kind/Jugendlich) schon wichtig?
9. Wie sieht es in der Gesellschaft aus? Lebt die Gesellschaft gesund genug?
10. Was unternimmt das BAG für die Gesundheit der Bevölkerung?
11. Haben sie Kampagnen, welche der Bevölkerung helfen soll sich mehr mit diesem Thema auseinanderzusetzen und wenn ja, was beinhalten diese?

Wir bitten um eine rasche Antwort, sollten wir uns bei der falschen Ansprechperson gemeldet haben.

Vielen Dank

Dario Grob, Bastian Büeler, Jonas Schultheiss

Informatik Lehrlinge der BBZBL