

Daten • Fakten • Aktuelles

Daten • Fakten • Akt

# Gesundheit und Prävention

Ergebnisse der Repräsentativen  
Bürgerumfrage 2007



**KGK**  
Kommunale  
Gesundheitskonferenz  
Mülheim an der Ruhr

Arbeitskreis Gesundheitsberichterstattung

## Impressum

Herausgegeben im Auftrag der Oberbürgermeisterin  
der Stadt Mülheim an der Ruhr  
August 2009

### Beteiligte Fachbereiche:

Gesundheitsamt Stabstelle 53-0  
Gesundheitsförderung und Gesundheitsberichterstattung  
Heinrich Melzer Strasse 3  
45468 Mülheim an der Ruhr  
Tel.: 0208/ 455 5362/ 5361  
E-Mail: [Damir.Puac@Stadt-MH.de](mailto:Damir.Puac@Stadt-MH.de)  
[Erdmuthe.Luhr-Antons@stadt-mh.de](mailto:Erdmuthe.Luhr-Antons@stadt-mh.de)

Referat V. 1/ Stadtforschung und Statistik  
Hans-Böckler-Platz 5  
45468 Mülheim an der Ruhr  
Tel.: 0208 / 455 6806  
E-Mail: [Harald.Trieb@stadt-mh.de](mailto:Harald.Trieb@stadt-mh.de)

Titelgestaltung:  
MST Mülheimer Stadtmarketing und Tourismus GmbH

© Nachdruck (auch auszugsweise) nur mit Quellenangabe

**Ziel der Befragung für diesen Gesundheitsbericht war es,** die Einstellung der Mülheimerinnen und Mülheimer zur Prävention und gesundheitsbezogenen Lebensführung im Alltag zu ermitteln. Im Mittelpunkt dabei standen Fragen zu den Risikofaktoren Rauchen, Alkoholkonsum, Ernährungsverhalten und Bewegungsmangel.

**Ziel der Veröffentlichung des Berichts ist es,** Handlungsfelder aufzuzeigen, die einen dringenden Bedarf an Intervention zur Gesundheitsprävention darstellen.

Gesundheitsamt der Stadt Mülheim an der Ruhr  
Gesundheitsberichterstattung - Gesundheitsförderung  
Mülheim, August 2009

Der Gesundheitsbericht ist als Abschnitt 6 im Gesamtbericht:  
„Ergebnisse der Repräsentativen Bevölkerungsumfrage 2007“ enthalten.

**Stadtforschung und Statistik- Alles über Mülheim:**

<http://www.stadt-mh.de/cms/index.php?action=auswahl&fuid=67045ff2a0d1d8c0898aa25114fda29f>

**repräsentative Bürgerumfragen:**

<http://www.stadt-mh.de/cms/index.php?action=auswahl&fuid=39c63a51c124c5301a8c875f863f0831>

**Gesundheitsbericht** <http://www.stadt-mh.de/cms/index.php?action=auswahl&fuid=f5cc8df0cc5a051a5c703247b1237d4c>



## **Inhaltsübersicht**

|                                                                                                                                              | Seite     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Wesentliche Ergebnisse</b>                                                                                                                | <b>7</b>  |
| <b>1. Zur Konzeption der Umfrage</b>                                                                                                         | <b>11</b> |
| <b>1.2 Fragestellung</b>                                                                                                                     | <b>11</b> |
| <b>1.3 Methodik</b>                                                                                                                          | <b>12</b> |
| <b>1.4 Rücklauf und Repräsentativität</b>                                                                                                    | <b>13</b> |
| <b>1.5 Auswertung der Ergebnisse und Veröffentlichungskonzept</b>                                                                            | <b>16</b> |
| <b>2. Gesundheitsgefährdung und Gesundheitsförderung im alltäglichen Leben –<br/>Prävention durch eine gesundheitsbezogene Lebensführung</b> | <b>17</b> |
| <b>2.1 Stellenwert gesunder Lebensweisen und die Rolle im alltäglichen Leben</b>                                                             | <b>18</b> |
| <b>2.2 Risikofaktor Rauchen</b>                                                                                                              | <b>20</b> |
| <b>2.3 Risikofaktor Alkohol</b>                                                                                                              | <b>27</b> |
| <b>2.4 Ernährungsverhalten</b>                                                                                                               | <b>32</b> |
| <b>2.5 Sport und Bewegung</b>                                                                                                                | <b>38</b> |
| <b>2.6 Inanspruchnahme verschiedener Präventionsmaßnahmen</b>                                                                                | <b>41</b> |
| <b>Tabellenanhang: Häufigkeitsauszählungen aller Antworten</b>                                                                               | <b>43</b> |
| <b>Fragebogen</b>                                                                                                                            | <b>59</b> |
| <b>Literaturverzeichnis</b>                                                                                                                  | <b>65</b> |



## Wesentliche Ergebnisse aus der Bevölkerungsumfrage 2007

Gesundheitliche Ungleichheit bezeichnet den Zusammenhang zwischen der Gesundheit und der sozialen Ungleichheit, der sich z. B. über den Bildungs- und Einkommensstatus ermitteln lässt.

Im Eröffnungsvortrag zum 14. ten Kongress „Armut und Gesundheit, Berlin 5.12.2008, konstatiert M.Marmot (Vorsitzender der WHO)“

*Die sozialen Determinanten wie Einkommen, Bildung, Wohnung, Arbeit, Umwelt und Ernährung haben einen großen Einfluss auf die Gesundheit. Von Ihnen hängt in größerem Maße der Grad der gesundheitlichen Chancengleichheit in einer Gesellschaft ab, als er durch individuelles Risikoverhalten und ungesunde Lebensstile einzelner Bevölkerungsgruppen erklärt werden könnte.“*

*Umgekehrt gilt, soziale Gerechtigkeit und die gleichberechtigte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben tragen entscheidend mit dazu bei, dass sich die individuellen Ressourcen für Gesundheit bei den Menschen nachhaltig entfalten können.*

In der repräsentativen Bevölkerungsumfrage 2007 lag ein Schwerpunkt des gesundheitsbezogenen Aspektes auf den Fragen zur allgemeinen Einschätzung und persönlichen Bereitschaft zur Gesundheitsvorsorge; darüber hinaus waren Fragen zur gesundheitsrelevanten Lebensführung, den Ernährungsgewohnheiten sowie zu den Risikofaktoren Rauchen und Alkohol weitere wesentliche Aspekte.

Die Verknüpfung mit den sozialen Determinanten ermöglicht Aussagen zu ausgewählten Personengruppen bzw. kleinräumige Zuordnungen wie z.B. dem Stadtteil.

Die Zusammenfassung der wesentlichen Ergebnisse konzentriert sich ausschließlich auf die Auswertung nach soziodemographischen Gesichtspunkten, bietet aber in den Ergebnissen Einblicke in gesundheitsrelevante, risikobehaftete Verhaltensweisen.

Die Aussagen zu den wesentlichen Ergebnissen begründen sich aus den Angaben der Befragten in der Bürgerbefragung 2007. Die Repräsentativität bezieht sich ausschließlich auf die Mülheimer Bevölkerung.

An dieser Stelle sei erwähnt, dass die hohe Antwortbereitschaft zu den gesundheitsrelevanten, auch sensiblen Fragen zum Risikoverhalten, das grundsätzliche Interesse der Mülheimer Bürger/innen zum Thema darlegt.

## Haushalte mit Kindern

**Kinder wachsen häufig in ungesunden Verhältnissen auf**

Kinder wachsen relativ häufig unter wenig gesundheitsförderlichen Bedingungen auf, vor allem in Alleinerziehenden Haushalten.

Dort wird selten gefrühstückt. Fast Food gehört zu den regelmäßig verzehrten Lebensmittel.

Prozentual leben mehr Kinder in Haushalten in denen geraucht wird, als in Nichtraucherhaushalten. Sogar wenn die Befragten selbst nicht rauchten, waren doch die Familienangehörigen aktive Raucher und die Kinder somit dem Passivrauch ausgesetzt.

## Jugendliche

**Jugendliche und junge Erwachsenen trinken häufig zu viel**

Im Vergleich zu den älteren Befragten greifen Jugendliche und junge Erwachsenen zwar seltener zur Flasche, trinken aber dann mehr als doppelt so viel.

Beinahe 3 von 4 jungen Menschen bis 25 Jahren trinken gelegentlich aber auch mehrmals in der Woche zu viel und

gehören damit zur Risikogruppe der Vieltrinker.

Insgesamt leben die jungen Erwachsenen deutlich ungesünder als die Älteren.

Sie sind in allen Risikogruppen deutlich überrepräsentiert.

## Senioren/innen

**Mit zunehmendem Alter steigt die Bereitschaft, gesundheitsbewusst zu leben**

Die Befragten verhalten sich im alltäglichen Leben eher dann besonders gesundheitsbewusst, wenn mit zunehmendem Alter die Wahrscheinlichkeit zu erkranken zunimmt.

Grundsätzlich wissen die Befragten aller Altersgruppen, dass nicht nur das theoretische Wissen um die gesunde Lebensweise, sondern auch die persönliche Vorbeugung wichtig ist. Auf das Wissen folgen aber nicht zwangsläufig Taten. Obwohl die Befragten sicher sind, dass eine gesunde Lebensweise Krankheiten vorbeugen kann, setzen sie das dafür notwendige Handeln nicht konsequent um.

Ältere Befragte über 65 Jahren sind auch dann diejenigen, die sich deutlich mehr um die persönliche Vorsorge bemühen und auch die Präventionsangebote stärker nutzen als jüngere Befragte.

Das tägliche Frühstück ist den meisten Senioren/innen sehr wichtig. Die gesamte Ernährung ist in diesem Alter überwiegend gesund und vielfältig.

Die deutliche Mehrheit der 65 bis 74 jährigen ist mehr als vier Stunden in der Woche bewegungsaktiv und gehört damit zu der agilsten Gruppe (ausgenommen nur die jüngsten Befragten von 16-24 Jahren). Obwohl die Mobilität mit zunehmendem Alter abnimmt, ist selbst jeder fünfte der über 75 jährigen noch deutlich bewegungsaktiv.



## Geschlecht

### Frauen leben gesundheitsbewusster als Männer

**Frauen** aller Altersgruppen erachten die persönliche Gesundheitsvorbeugung für wichtiger als die Männer. Angebote zu Präventionsmaßnahmen werden in erster Linie von Frauen in Anspruch genommen. Erst im fortgeschrittenen Alter ab 65 Jahren sind die **Männer** ebenfalls davon überzeugt, dass die Gesundheitsvorsorge sehr wichtig ist und setzen dies Wissen in die Tat um.

**Frauen** verhalten sich in allen Altersgruppen gesundheitsfördernder als Männer, allein das Rauchverhalten der unter 35-jährigen bestätigt diese These nicht.

### Alleinlebende Männer trinken deutlich zu viel Alkohol

**Ältere Männer** rauchen mehr und häufiger als die Frauen dieser Altersgruppe. Selbst unter den Nichtraucher hat jeder dritte Mann in der Vergangenheit geraucht. Bei den **Frauen** ist allerdings mit einer nachholenden Entwicklung zu rechnen. Die jungen Frauen (16 bis 24 Jahre) rauchen fast ebenso viel wie die gleichaltrigen jungen Männer.

**Männer** ernähren sich deutlich ungesünder. Sie trinken mehr und häufiger Alkohol als Frauen. Fast die Hälfte der **alleinlebenden Männer** gehört zur Risikogruppe der „Vieltrinker“.

Präventionsangebote werden von den Männern weit aus weniger in Anspruch genommen als von den Frauen.

## Menschen mit Zuwanderungsgeschichte

### Für die Gruppe der Migrant/-innen sind nur Tendaussagen möglich. Mit einer schriftlichen Befragung kann man Menschen mit Zuwanderungsgeschichte nur schlecht erreichen

Wegen der geringen Antwortbereitschaft sind die Ergebnisse für die Gruppe der Migrant/-innen nicht repräsentativ. Dennoch lassen sich aus den vorliegenden Rückläufen Tendaussagen ableiten:

Gesundheitsfördernde Maßnahmen werden von Befragten mit Zuwanderungsgeschichte weniger angenommen. Das Ernährungsverhalten ist deutlich weniger gesundheitsbewusst und regelmäßige Bewegung gehört seltener zum Alltag als bei deutschen Befragten.

Sowohl Frauen als auch Männer dieser Gruppe rauchen weitaus mehr als deutsche Befragte und sind zudem, wenn sie selbst nicht rauchen, im Haushalt häufiger dem Passivrauch ausgesetzt.

Der Alkoholkonsum ist deutlich niedriger als bei deutschen Befragten. Jeder dritte von ihnen gibt an, nie Alkohol zu trinken.

### Bildungsgrad

Mit zunehmendem sozialen Status wissen die Befragten um die Sinnhaftigkeit von gesunder Lebensweise. Allerdings lassen sie dem nicht zwangsläufig Taten folgen.

Die regelmäßigen, aktiven Raucher/innen sind in der Mehrheit Arbeiter/innen und Arbeitslose. Sie haben eine niedrige Schulbildung und gehören eher zu den Geringverdienern.

Mit abnehmendem Bildungsgrad sinkt die Bereitschaft sich regelmäßig zu bewegen und gesundheitsbewusst zu verhalten, dafür wird um so mehr Fast Food konsumiert.

Je geringer das Haushaltseinkommen, desto kleiner die Wahrscheinlichkeit, dass ausreichend gefrühstückt wird.

Der Bildungsgrad, der Erwerbsstatus und die Einkommensverhältnisse wirken sich eher auf die theoretische Bereitschaft zur Vorbeugung, und nur geringfügig auf das tatsächliche Verhalten aus.

### Stadtteile

**Gesundheitsriskantes Verhalten ist vermehrt in Styrum und Altsstadt I /II festzustellen**

In **Styrum und Bereichen der Altsstadt I und II** wohnen die meisten aktiven Raucher/innen. Die Bewohner ernähren sich relativ ungesund und trinken häufiger Alkohol als die Bewohner anderer Stadtteile. Damit häufen sich hier die gesundheitlichen Risiken. Mit einem schwachen Durchschnittseinkommen gehören sie eher zu den Geringverdienern.

In **Dümpten** ernähren sich relativ viele Befragte weniger gesund.

In **Broich** leben gesundheitsbewusste Bewohner, die jedoch nur selten zu Bioprodukten greifen. Dort wohnt mit einem durchschnittlichen Alter von etwa 60 Jahren die älteste Gruppe der Befragten. Im Haushalt leben keine Kinder (mehr) und das Durchschnittseinkommen der Broicher Befragten liegt eher unter dem Durchschnitt

Als „leicht gehetzt - viel Bio“ lassen sich die Bewohner aus **Heißen, Saarn** und Teilen der **Stadtmitte** bezeichnen. Sie frühstücken regelmäßig im Laufe des Vormittags, legen Wert auf Bioprodukte im Rahmen einer gesunden Ernährung und bewegen sich regelmäßig. Der Bildungsgrad dieser Gruppe ist hoch.

„ Potentiell kann mit der gesundheitsförderlichen Gestaltung von Lebensräumen auch der Einfluss der sozialen Determinanten von Gesundheit positiv verändert werden. Um gesundheitliche Ungleichheiten abzubauen, sind ressortübergreifende , gesamtgesellschaftliche Anstrengungen erforderlich, die mit dazu beitragen, die gleichberechtigte Teilhabe der Menschen am sozialen, politischen und gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen und damit ihre gesundheitlichen Chancen zu vergrößern“. Klaus Plümer, Akademie-öffentliches Gesundheitswesen- Düsseldorf, Blickpunkt öffentliche Gesundheit, Ausgabe 4/2008

## 1. Zur Konzeption der Umfrage

Die Sammlung „amtlicher Daten“ reicht zum Aufbau eines Informationssystems, wie es eine moderne Verwaltungssteuerung verlangt, längst nicht mehr aus. Sie wird in Mülheim an der Ruhr seit den achtziger Jahren des letzten Jahrhunderts mehr und mehr ergänzt durch unmittelbar vom Stab Kommunale Entwicklungsplanung und Stadtforschung durchgeführte oder fachlich unterstützte empirische Erhebungen und Umfragen. Dazu zählten in der jüngsten Vergangenheit zum Beispiel:

- die repräsentative Telefonumfrage, die als zentrales Instrument im Rahmen des Mülheimer KulturDialogs2 2007 bereits zum zweiten Male die breite Beteiligung der Bürgerschaft sicherstellte,
- die Kunden- und Mitarbeiterbefragungen im Rahmen der Projekte „Kundenorientierung“ im Ordnungs- und im Bürgeramt der Stadt (2006/2007),
- die groß angelegte Repräsentativerhebung 2007, auf deren Daten u. a. die Neufassung des Mietspiegels basiert

und nicht zuletzt

- die stark publizierte Bäderumfrage 2007 im Auftrag des Mülheimer Sport-Service.

Regelmäßig durchgeführt ist vor allem die Repräsentative Mehrthemen-Bürgerumfrage des Stabes Kommunale Entwicklungsplanung und Stadtforschung ein geeignetes Instrument, um Erkenntnisse über Erwartungen und Einstellungen der Mülheimerinnen und Mülheimer zu gewinnen, die Bürgerschaft stärker an den Entscheidungen zur Entwicklung der Stadt zu beteiligen und nicht zuletzt auch relativ schnell und zuverlässig Informationen über die Effektivität kommunalen Handelns zu erhalten. Dabei lassen sich die finanziellen Kosten und der Organisationsaufwand minimieren und Mehrfachbelastungen (sowohl der Verwaltung als auch der Bürgerschaft) vermeiden, weil hier verschiedene Themenkomplexe in einer „Mehrthemenbefragung“ zusammengefasst werden können.

Die aktuelle Bürgerumfrage umfasst folgende Themenfelder: Mitte 2007 beschloss die Kommunale Gesundheitskonferenz im Rahmen der Prävention und Gesundheitsförderung die Einstellung der Mülheimer zu gesundheitsbewusstem Verhalten im Alltag und zum Interesse an entsprechenden Vorbeugemaßnahmen zu erfragen. In Zusammenarbeit mit der Stadtkanzlei wurden im Rahmen der „Mülheimer Initiative für Klimaschutz“ Fragen zum Energieverbrauch, zu Einsparungsmöglichkeiten und zum Klimaschutz im Allgemeinen aufgenommen. Zu guter Letzt steuerte auch das Baudezernat noch einige Fragen zu Ruhrbania - und hier insbesondere zum Projekt der Ruhrpromenade - bei. Angesichts der bereits begonnenen Bauarbeiten sollte die derzeitige Einstellung der Mülheimer/-innen zu diesem für die Stadtentwicklung wichtigen Projekt festgestellt werden.

### 1.2 Fragestellung

Der Fragebogen wurde mit den beteiligten Verwaltungseinheiten und Gremien abgestimmt. Wie bereits 2003 wurden die Wohndauer, die Wohnform, eine eventuelle Umzugsabsicht sowie Gründe dafür abgefragt. Eine Einschätzung der aktuellen Lage in der Stadt, dem Stadtteil und dem Wohnviertel konnte abgegeben und akute Probleme benannt werden. Neu aufgenommen wurden Fragen nach der Mediennutzung bei der Informationsbeschaffung über lokale Themen und zur Bekanntheit und Nutzung von Beteiligungs- und Informationsangeboten der Stadt.

Zum zweiten Male nach 2003 wurden die Befragten gebeten, zentrale Ziele der Stadtentwicklung hinsichtlich ihrer Wichtigkeit einzuschätzen und die heutige Situation in Mülheim an der Ruhr diesbezüglich zu bewerten. Dadurch lassen sich Stärken und Schwächen der Stadt, nun auch im Zeitverlauf, darstellen. Erstmals wurde die Entwicklung der Ruhrpromenade im Rahmen des Ruhrbania-Projektes in den Katalog der zentralen Stadtentwicklungsziele aufgenommen.

Darüber hinaus wurde der Informationsstand über die Planungen der Ruhrpromenade abgefragt und die Befragten hatten die Möglichkeit, sich Argumenten, die für, aber auch die gegen das Projekt sprechen, anzuschließen. Nicht zuletzt boten die offenen Fragen zur Ruhrpromenade sowohl die Möglichkeit, „Dampf abzulassen“, als auch Wünsche und Erwartungen an dieses Projekt mit eigenen Worten zu formulieren. Dies zeigt, wie wichtig den Projektentwicklern die Wahrnehmung der Bürgerinnen und Bürger ist und soll Hinweise geben, was bei den weiteren Arbeiten zu berücksichtigen ist.

Bereits im November 2007 hatte die Oberbürgermeisterin Dagmar Mühlenfeld eine lokale Initiative für den Klimaschutz angestoßen, die parteiübergreifend, unabhängig und vor allem bürgernah sein soll und der der Rat der Stadt in einem Grundsatzbeschluss am 29.11.2007 zugestimmt hat. Welche Möglichkeiten sehen nun die Bürgerinnen und Bürger selbst zur Energieeinsparung, wen sehen sie in der Kommune gefordert. Sind sie auch bereit, eigene Beiträge zu leisten und wie können diese aussehen? Wie groß schätzen sie die Einsparpotentiale ein. Diese Fragen wurden in Zusammenarbeit mit der Stadtkanzlei formuliert und in die Repräsentativerhebung 2007 einbezogen. Die Ergebnisse sollen der Initiative als Arbeits- und Handlungsgrundlage dienen, um möglichst viele Bürger/-innen einzubeziehen.

Die Kommunale Gesundheitskonferenz fragte nach der Bereitschaft durch eine gesunde Lebensführung und entsprechende Präventionsmaßnahmen Krankheiten vorzubeugen. Die Fragen nach den Ess-, Trink- und Rauchgewohnheiten wurden wegen der hohen Sensibilität in enger Rückkoppelung mit den Experten aus dem Gesundheitsamt erarbeitet. Das gleiche gilt für die Fragen nach notwendigen Ansprechpartnern bei Suchtproblemen. In einer offenen Frage konnten bereits in Anspruch genommene Präventions-Angebote unterschiedlichster Institutionen benannt werden. Angesichts der Tatsache, dass Bewegungsmangel einen zusätzlichen Risikofaktor darstellt, wurde auch der Umfang von sportlichen Aktivitäten erfragt. Die Ergebnisse sollen helfen, das Engagement der Kommune auf ein geeignetes Angebot für Gesundheitsförderung und Prävention zielgenau auszurichten.

### 1.3 Methodik

Ende Oktober 2007 wurden aus einem aktuellen Abzug der Melderegisterdatei anhand eines mathematischen Zufallsverfahrens ca. 7.000 Einwohnerinnen und Einwohner ausgewählt. In die Stichprobenziehung waren alle Personen einbezogen, die mit Hauptwohnsitz in Mülheim an der Ruhr gemeldet und mindestens 16 Jahre alt waren, sofern sie nicht in einer Einrichtung untergebracht waren.

Der standardisierte Fragebogen (s. Anhang) wurde dem zufällig ausgewählten Personenkreis im November mit einem Anschreiben der Oberbürgermeisterin und dem portofreien Rücksendeumschlag zugesandt. Zurückkommende Fragebögen wurden in der abgeschoteten Statistikstelle, deren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in besonderer Weise dem Datenschutz verpflichtet sind, entgegengenommen und als Eingang registriert. Anfang Dezember 2007 wurden ca. 5.500 Befragte, die bis dahin noch nicht geantwortet hatten, noch einmal an die Aktion erinnert.

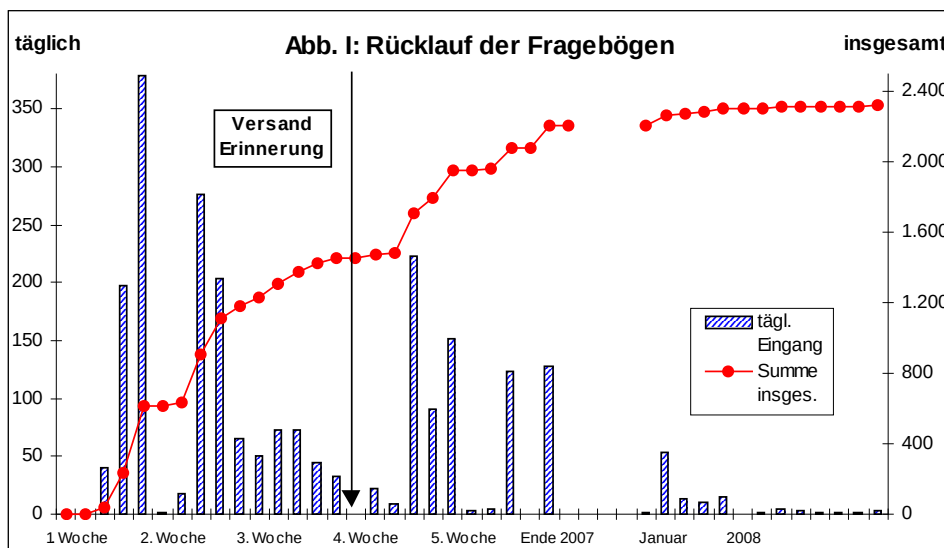
Parallel zum anhaltenden Rücklauf wurden die vorliegenden Fragebögen im Januar zur Erfassung an eine externe Firma übergeben. Die Ergebnisdatei wurde mit den erfassten Originalbögen an die Statistikstelle geliefert. Dort wurden die Daten auf Plausibilität geprüft und - wenn notwendig- nach Prüfung der Angaben in den Fragebögen bereinigt. Nur die nach dem 10. Januar 2008 bis Mitte Februar eingegangenen (21) Bögen wurden in der Statistikstelle manuell nacherfasst.

Auswertungen und Analysen wurden von den wissenschaftlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Stadtverwaltung, die nicht mit der Rücklaufkontrolle befasst waren, ausschließlich anhand der anonymisierten Datensätze durchgeführt. Dadurch war sichergestellt, dass der ausgefüllte Fragebogen zu keinem Zeitpunkt mit dem Namen der befragten Person in Verbindung kam. Statistische Ergebnisse liegen nur für Gruppen, nicht für Einzelpersonen vor. **Der Daten- und Persönlichkeitsschutz für die Befragten war also jederzeit vollkommen gewährleistet**, die Datenschutzbeauftragte der Stadt Mülheim an der Ruhr war von Anfang an in das Verfahren eingebunden.

### 1.4 Rücklauf und Repräsentativität

Von den 7.027 versandten Fragebögen kamen 124 als unzustellbar zurück. In weiteren 136 Fällen meldeten sich die Angesprochenen, deren Angehörige oder Mitbewohner/-innen und teilten mit, dass eine Beantwortung des Bogens unmöglich sei. Als Gründe dafür wurden häufig hohes Alter und Krankheit oder Behinderung, aber auch sprachliche Probleme sowie längere Abwesenheit vom Wohnort (z. Bsp. bei Auslandsaufenthalten) genannt.

Der Rücklauf wurde am 15. Februar 2008 abgeschlossen. Er umfasst 2.326 Sendungen (vgl. Abb. I), fast zwei Drittel davon waren bereits vor dem Versand der Erinnerung eingegangen. Bezogen auf alle versandten Bögen sind das 33,1 %. Berücksichtigt man die 260 Ausfälle,



die von der Post nicht zugestellt werden konnten bzw. telefonisch oder schriftlich darauf hingewiesen haben, nicht teilnehmen zu können oder zu wollen, und die Rücksendungen, die keine (2) oder ganz leere (14) Fragebögen enthielten, so liegt die Anzahl der auswertbaren

Fragebögen bei

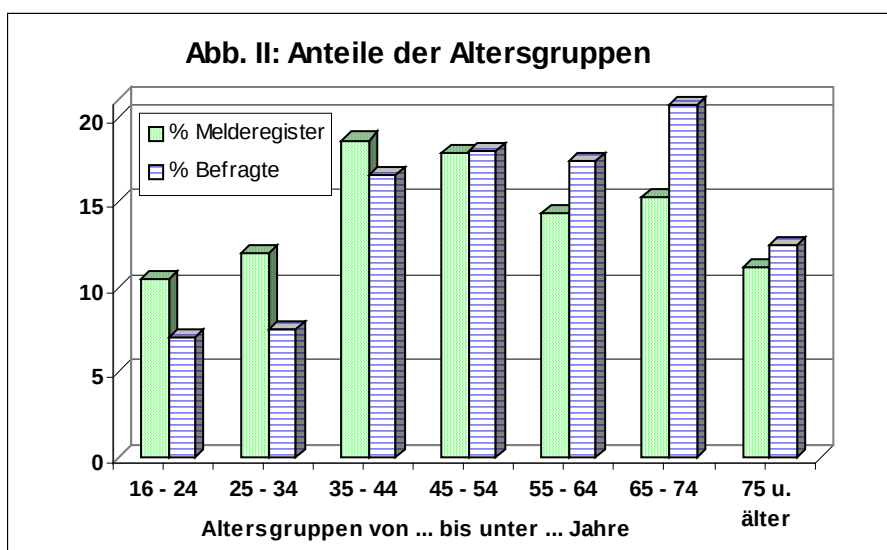
2.310. Die Netto-Rücklaufquote von 34,1 % liegt zwar deutlich unter der von 2003 (43,5 %), im Vergleich mit anderen aktuellen Umfragen ist das aber nach wie vor eine gute Quote.

Insgesamt ist bei allen Bürgerumfragen seit dem Anfang der neunziger Jahre ein Rückgang in der Beteiligung festzustellen, was auch auf den Anstieg von telefonischen und schriftlichen Umfragen unterschiedlichster Institutionen und Firmen zurückzuführen ist. Im Ergebnis liegt für 16 von 1.000 Einwohnern ab 16 Jahren ein auswertbarer Datensatz vor.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Bürgerumfrage entsprechen in ihrer demographischen Struktur weitgehend der deutschen Bevölkerung in Mülheim an der Ruhr. Die Abweichungen bestätigen Erfahrungen aus zurückliegenden Umfragen sowohl in unserer wie in anderen Städten. Die Geschlechter sind gut repräsentiert, wobei sich diesmal die Männer mit einer Rücklaufquote von 33,1 % etwas stärker beteiligt haben als die Frauen (32,7 %), so dass der Frauenüberschuss in der Erwachsenen-Bevölkerung (52,6 %) in der Umfrage mit 51,8 % etwas weniger stark zum Tragen kommt. Ausländerinnen und Ausländer, auch wenn sie eingebürgert sind, beteiligen sich deutlich weniger häufig als gebürtige Deutsche, was zum Teil auf deren unzureichende Sprachkompetenz zurückzuführen ist (vgl. hierzu auch die nebenstehende Abb. IV). Differenziertere Auswertungen für die Gruppe der Nicht-Deutschen sind aufgrund der geringen Zahl auswertbarer Bögen damit nicht möglich.

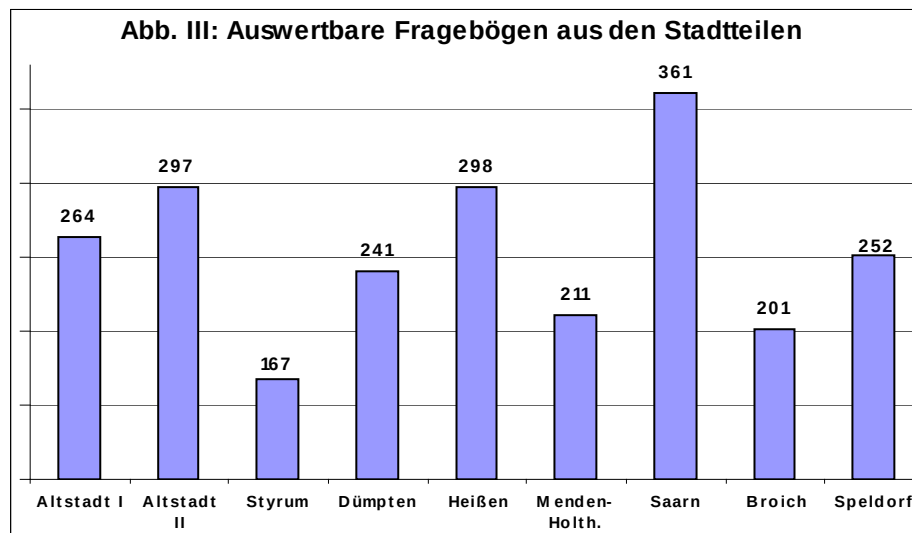
Die unterschiedlichen Rücklaufquoten der Altersgruppen erinnern, ebenso wie die Entwicklung der Teilnahmebereitschaft im Zeitvergleich, an die Beteiligung bei den allgemeinen politischen Wahlen. Von den Jüngeren unter 35-Jährigen antwortet nur gut jede/-r Fünfte, von den ab 55-Jährigen dagegen mehr als jede/ -r Dritte. Am stärksten beteiligt sich die Gruppe der 65- bis unter 75-Jährigen mit einer Rücklaufquote von 44,9 %. Im Ergebnis sind folglich die unter 45-Jährigen - bezogen auf ihren Anteil an der Gesamtbevölkerung -

unter-, die über 55-Jährigen überrepräsentiert (vgl. Abb. II). Der Anteil der 45- bis unter 55-Jährigen in der Umfrage entspricht annähernd dem in der Gesamtbevölkerung.



unter-, die über 55-Jährigen überrepräsentiert (vgl. Abb. II). Der Anteil der 45- bis unter 55-Jährigen in der Umfrage entspricht annähernd dem in der Gesamtbevölkerung.

Untersucht man die Beteiligung in den Stadtteilen, finden sich ähnliche Muster wie bei der Wahlbeteiligung. Styrum und Altstadt II (Nord mit Eppinghofen) sind mit weniger als 30 % Beteiligung unter-, Saarn und Menden-Holthausen mit Rücklaufquoten von fast 37 % überrepräsentiert. (vgl. Abb. III und IV)



# Gesundheitsberichterstattung: Ergebnisse der Bürgerumfrage 2007

**Abbildung IV: Auswertbare Fragebögen nach Bevölkerungsgruppen**

|                                              |                           | absolute<br>Anzahl | in % der<br>Gruppe | <b>Rücklauf<br/>in %</b> | Anteil der Gruppen an den<br>Befragten im Vergleich mit<br>der Bevölkerungsstruktur |
|----------------------------------------------|---------------------------|--------------------|--------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Befragte insgesamt</b>                    |                           | <b>2.310</b>       |                    | <b>32,9</b>              |                                                                                     |
| jeweils 1<br>Bogen nicht<br>zugeordnet       | Frauen                    | 1.197              | 51,8%              | 32,7                     | gut repräsentiert                                                                   |
|                                              | Männer                    | 1.112              | 48,2%              | 33,1                     | gut repräsentiert                                                                   |
|                                              | nur Deutsche              | 2.138              | 92,6%              | 35,8                     | leicht überrepräsentiert                                                            |
|                                              | nur Ausländer             | 66                 | 2,9%               | 20,6                     | deutlich unterrepräsentiert                                                         |
|                                              | Registerangabe Migrant    | 105                | 4,5%               | 14,4                     | deutlich unterrepräsentiert                                                         |
| <b>Altersgruppen</b>                         |                           |                    |                    |                          |                                                                                     |
| 2 Bögen nicht<br>zugeordnet                  | 16 bis 24 Jahre           | 164                | 7,1%               | 21,8                     | deutlich unterrepräsentiert                                                         |
|                                              | 25 bis 34 Jahre           | 175                | 7,6%               | 21,9                     | deutlich unterrepräsentiert                                                         |
|                                              | 35 bis 44 Jahre           | 384                | 16,6%              | 29,6                     | leicht unterrepräsentiert                                                           |
|                                              | 45 bis 54 Jahre           | 415                | 18,0%              | 32,3                     | gut repräsentiert                                                                   |
|                                              | 55 bis 64 Jahre           | 403                | 17,5%              | 39,4                     | deutlich überrepräsentiert                                                          |
|                                              | 65 bis 74 Jahre           | 479                | 20,8%              | 44,9                     | deutlich überrepräsentiert                                                          |
|                                              | 75 und älter              | 288                | 12,5%              | 35,7                     | leicht überrepräsentiert                                                            |
| <b>Stadtteil</b>                             |                           |                    |                    |                          |                                                                                     |
| 18 Bögen<br>nicht<br>zugeordnet<br>(0,8 %)   | Altstadt I (Zentrum/Süd)  | 264                | 11,5%              | 33,5                     | gut repräsentiert                                                                   |
|                                              | Altstadt II (Nord)        | 297                | 13,0%              | 29,3                     | leicht unterrepräsentiert                                                           |
|                                              | Styrum                    | 167                | 7,3%               | 26,0                     | deutlich unterrepräsentiert                                                         |
|                                              | Dümpten                   | 241                | 10,5%              | 30,4                     | gut repräsentiert                                                                   |
|                                              | Heißen                    | 298                | 13,0%              | 33,4                     | gut repräsentiert                                                                   |
|                                              | Menden-Holthausen         | 211                | 9,2%               | 36,7                     | leicht überrepräsentiert                                                            |
|                                              | Saarn                     | 361                | 15,8%              | 36,9                     | leicht überrepräsentiert                                                            |
|                                              | Broich                    | 201                | 8,8%               | 33,9                     | gut repräsentiert                                                                   |
|                                              | Speldorf                  | 252                | 11,0%              | 33,6                     | gut repräsentiert                                                                   |
| <b>Haushaltsform</b>                         |                           |                    |                    |                          |                                                                                     |
| 217 Bögen<br>nicht<br>zugeordnet<br>(9,4 %)  | Single-Haushalt           | 422                | 20,2%              |                          |                                                                                     |
|                                              | Mehrpersonen ohne Kind    | 1.190              | 56,9%              |                          |                                                                                     |
|                                              | mit Partner und Kind/ern  | 399                | 19,1%              |                          |                                                                                     |
|                                              | Alleinerziehend           | 82                 | 3,9%               |                          |                                                                                     |
| <b>Wohnform</b>                              |                           |                    |                    |                          |                                                                                     |
| 90 Bögen<br>nicht<br>zugeordnet<br>(3,9 %)   | Mieter (Mehrfamilienhaus) | 1.022              | 46,0%              |                          |                                                                                     |
|                                              | Mieter (1+2-Familienhaus) | 128                | 5,8%               |                          |                                                                                     |
|                                              | Eigentümer (Wohnung)      | 289                | 13,0%              |                          |                                                                                     |
|                                              | Eigentümer 1+2 F-Haus     | 781                | 35,2%              |                          |                                                                                     |
| <b>Schulabschluss</b>                        |                           |                    |                    |                          |                                                                                     |
| 299 Bögen<br>nicht<br>zugeordnet<br>(12,9 %) | ohne Abschluss            | 67                 | 3,3%               |                          |                                                                                     |
|                                              | Volks-/Hauptschule        | 617                | 30,7%              |                          |                                                                                     |
|                                              | Mittlere Schule           | 381                | 18,9%              |                          |                                                                                     |
|                                              | Fachhochschulreife        | 319                | 15,9%              |                          |                                                                                     |
|                                              | Abitur, Hochschulreife    | 627                | 31,2%              |                          |                                                                                     |
| <b>Erwerbsstatus</b>                         |                           |                    |                    |                          |                                                                                     |
| 287 Bögen<br>nicht<br>zugeordnet<br>(12,4 %) | Selbständig/Freiberufler  | 152                | 7,5%               |                          |                                                                                     |
|                                              | leitende Angestellte/B.   | 235                | 11,6%              |                          |                                                                                     |
|                                              | einf. Angestellte/Beamte  | 415                | 20,5%              |                          |                                                                                     |
|                                              | Arbeiter                  | 163                | 8,1%               |                          |                                                                                     |
|                                              | Arbeitslose               | 76                 | 3,8%               |                          |                                                                                     |
|                                              | Hausfrau/-mann            | 206                | 10,2%              |                          |                                                                                     |
|                                              | Rentner/Pensionär         | 733                | 36,2%              |                          |                                                                                     |
|                                              | Azubi/Schüler/Student     | 43                 | 2,1%               |                          |                                                                                     |
| <b>Haushalts-Einkommen</b>                   |                           |                    |                    |                          |                                                                                     |
| 508 Bögen<br>nicht<br>zugeordnet<br>(22,0 %) | unter 1.000 €             | 156                | 8,7%               |                          |                                                                                     |
|                                              | 1.000 bis unter 1.500 €   | 272                | 15,1%              |                          |                                                                                     |
|                                              | 1.500 bis unter 2.000 €   | 301                | 16,7%              |                          |                                                                                     |
|                                              | 2.000 bis unter 2.500 €   | 249                | 13,8%              |                          |                                                                                     |
|                                              | 2.500 bis unter 3.000 €   | 225                | 12,5%              |                          |                                                                                     |
|                                              | 3.000 bis unter 4.000 €   | 314                | 17,4%              |                          |                                                                                     |
|                                              | 4.000 € und mehr          | 285                | 15,8%              |                          |                                                                                     |

Dümpten liegt mit 30,4 % ebenfalls unter dem städtischen Durchschnitt. Die Beteiligung in Altstadt I, Heißen, Broich und Speldorf liegt zwischen 33 und 34 %, diese Stadtteile sind also entsprechend ihren Bevölkerungsanteilen in der Umfrage vertreten. Für alle Stadtteile - mit Ausnahme von Styrum - liegen mehr als 200 auswertbare Fragebögen vor, was differenzierte Auswertungen auf dieser räumlichen Ebene möglich macht.

Alles in allem sind die Übereinstimmungen zwischen der Struktur der Befragten und der deutschen Bevölkerung in Mülheim an der Ruhr so hoch, dass die Ergebnisse der Bürgerumfrage 2007 für diese Personengruppe als repräsentativ angesehen werden kann (vgl. hierzu die Übersicht zum Strukturvergleich mit den Melderegisterdaten in Abb. IV). Rückschlüsse auf die Gesamtheit der Mülheimerinnen und Mülheimer sind damit möglich.

### 1.5 Auswertung der Ergebnisse und Veröffentlichungskonzept

Die Analyse der Ergebnisse erfolgte zunächst mit dem Ziel, die Anforderungen der „Auftraggeber“ Stadtkanzlei, Baudezernat und Gesundheitskonferenz zu bedienen. Eine Abstimmung des Auswertungskonzeptes war darüber hinaus notwendig, um sicherzustellen, dass die Ergebnisse bei der praktischen Arbeit berücksichtigt werden können. Auf dieser Basis wurden die Ergebnisse im April 2008 sowohl im Verwaltungsvorstand als auch der Politik im Hauptausschuss vorgestellt. Durch die Information der Medien in einer Pressekonferenz wurden erste Ergebnisse dann auch direkt der Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Weitere Präsentationen in den zuständigen Fachausschüssen, Projektgruppen und Arbeitskreisen sind auf Anfrage möglich.

Die vorliegende Veröffentlichung fasst in einem mit Grafiken unterstützten kurzen Textteil die Hauptegebnisse der Umfrage, soweit sie die Gesundheitsfragen betreffen, zusammen. Ein umfangreicherer Tabellen-Anhang enthält die Antworten auf jede einzelne Frage, geordnet nach ihrer Nummer im Fragebogen.

Die Abbildung IV zeigt die Verteilung der auswertbaren Fragebögen auf die Vergleichsgruppen. Rücklaufquoten können nur für die Geschlechtsgruppen, für Deutsche und Ausländer, für die Altersgruppen und für die Stadtteile ermittelt werden, da die anderen Merkmale im Melderegister nicht geführt werden.

Die relativ geringe Anzahl vorliegender Antworten (unter 100 auswertbare Bögen) von Ausländer/-innen, Alleinerziehenden, Arbeitslosen und Auszubildenden (einschl. Schülern und Studenten) erlauben in der Regel für diese Gruppen keine weiter differenzierenden Auswertungen. Auf der gesamtstädtischen Ebene sind aber Vergleichsdaten auch für diese Bevölkerungsgruppen durchaus interessant.

Bei Bedarf können auf Anfrage weitere vertiefende Analysen zu einzelnen Fragestellungen durchgeführt werden, sofern die personellen und finanziellen Ressourcen verfügbar sind.



### **2. Gesundheitsgefährdung und Gesundheitsförderung im alltäglichen Leben - Prävention durch eine gesundheitsbezogene Lebensführung**

Nachdem die im Jahre 2005 geplante Telefonumfrage zur gesundheitlichen Versorgung der Mülheimer Bevölkerung nicht umgesetzt worden ist, beschloss der Arbeitskreis Gesundheitsberichterstattung der Kommunalen Gesundheitskonferenz im September 2007, im Rahmen der anstehenden repräsentativen Mehrthemen-Bürgerumfrage - wie bereits 2003 praktiziert - einen inhaltlichen Teilbereich aufzugreifen. Man verständigte sich darauf, die Einstellung der Mülheimerinnen und Mülheimer zur Prävention und die gesundheitsbezogene Lebensführung im Alltag zu erforschen. Im Mittelpunkt sollten dabei, neben den allgemeinen Fragen als Elemente einer besonders gesundheitsrelevanten Lebensführung, die Ernährungsgewohnheiten sowie die Risikofaktoren Rauchen, Alkoholkonsum und Bewegungsmangel stehen.

Alle gesundheitsbezogenen Fragestellungen sind hochsensibel. Insbesondere gilt dies für die Fragen nach den Risikofaktoren. Deshalb wurde die jeweilige Frageformulierung in enger Abstimmung mit den Experten aus dem Gesundheitsamt erarbeitet. Nicht nur die Teilnahme an der Umfrage, auch die Beantwortung jeder einzelnen Frage war freiwillig. Der Datenschutz war vollständig gewährleistet, da die ausgewerteten Antworten zu keiner Zeit mit dem Namen der Befragten in Verbindung gebracht werden konnten. Darauf wurde auf dem Bogen noch einmal explizit hingewiesen. Die hohe Antwortbereitschaft auch auf die einzelnen gesundheitsrelevanten Fragen ist damit bereits ein Qualitätsmerkmal der Repräsentativerhebung 2007. Dafür sprechen die geringen Verweigerungs-Quoten bei den Fragen nach den Ess-, Trink- und Rauchgewohnheiten. So wurde die Frage 29 nach dem Rauchverhalten von 98,4 % der Befragten beantwortet, die Frage 31 nach dem Alkoholkonsum von 97,0 % der Befragten. Die Frage 36 nach den Ernährungsgewohnheiten wurde lediglich von 31 Personen (1,3 %) nicht beantwortet, 2.279 Befragte haben hier Angaben gemacht.

Die Verknüpfung der gesundheitsrelevanten Ergebnisse mit den soziodemographischen Daten, die in der Bürgerumfrage an anderer Stelle erhoben werden, ermöglicht eine aussagekräftige Berichterstattung zu den sozialen Determinanten der Gesundheit, die eng mit der Thematik gesundheitlicher Ungleichheit verknüpft sind. Gesundheitliche Ungleichheit bezeichnet hierbei den Zusammenhang zwischen der Gesundheit und sozialen Ungleichheiten, wie sie sich beispielsweise über den Bildungs- oder Einkommensstatus vermitteln. In den letzten 25 Jahren hat die Forschung für diesen Zusammenhang in vielen Studien überzeugend dargelegt, dass die Sozialstruktur entscheidenden Einfluss auf die Gesundheit ausübt.

„Unsere Gesundheit wird in vielfältiger Weise zum einen durch individuelles Verhalten und zum anderen durch die Gefährdungen aus der Umwelt, der Arbeitswelt oder der sozialen Lage beeinflusst. Zu den wichtigen Aufgaben einer auf Förderung und Erhalt der Gesundheit ausgerichteten, vorbeugenden Gesundheitspolitik gehört es daher, das gesundheitliche Verhalten zu beeinflussen und Gesundheitsgefährdungen zu verringern oder zu beseitigen“, so die Gesundheitsberichterstattung des Bundes.

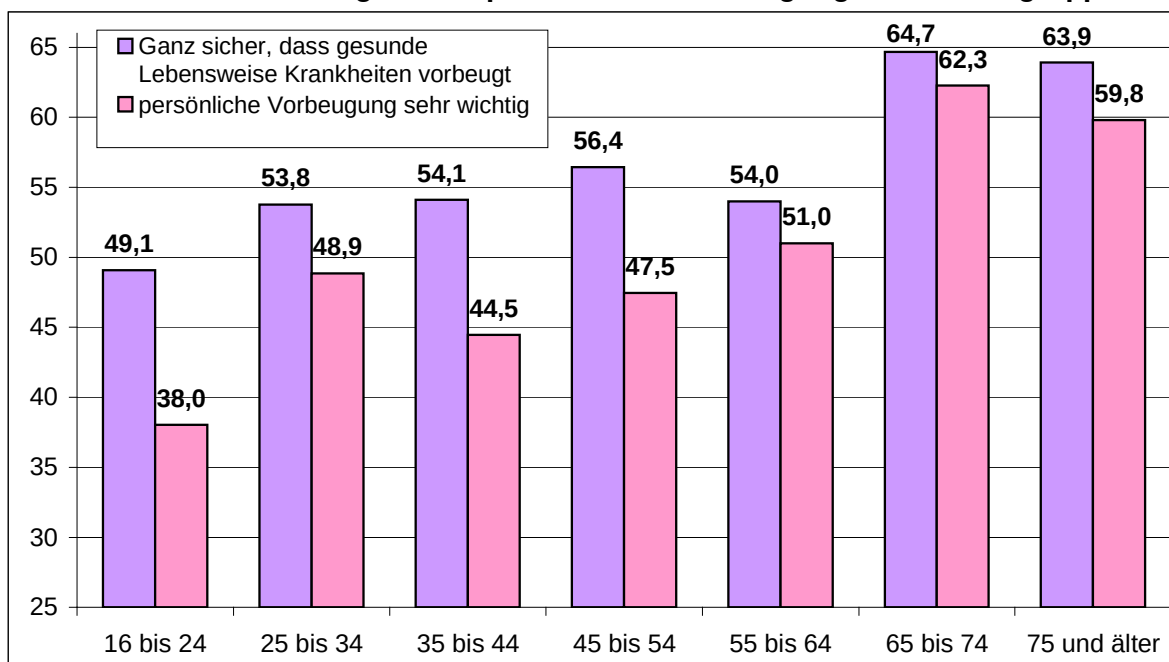
Es spricht also viel dafür, dass sich soziale Unterschiede auch auf die gesundheitsbezogene Lebensführung und die Nutzung verschiedener, durch das Gesundheitssystem bereitgestellter, Präventionsangebote auswirken. Die Umfrageergebnisse werden nach Hinweisen untersucht, welcher Personenkreis der in Mülheim lebenden Befragten möglicherweise Informationen und Unterstützung für den Zugang zu entsprechenden Angeboten benötigt und darüber hinaus, wo diese Menschen leben. So lassen sich passgenaue Angebote entwickeln, die eine zielgruppenorientierte Gesundheitsförderung ermöglichen.

## 2.1 Stellenwert gesunder Lebensweisen und die Rolle im alltäglichen Leben

Fast alle Befragten sind davon überzeugt, dass man durch eine gesunde Lebensweise Krankheiten vorbeugen kann. Mehr als die Hälfte ist „ganz sicher“, mehr als ein weiteres Drittel hält das für „wahrscheinlich“. Zusammen sind das 94,7 %. Nur 11 Personen (0,5 %) teilen diese Überzeugung „gar nicht“. Das gilt unabhängig vom Geschlecht. Die Überzeugung steigt mit zunehmendem Alter. Während sich bei den jüngsten Befragten unter 25 Jahren weniger als die Hälfte ganz sicher sind, liegt deren Anteil bei den über 65-Jährigen bei mehr als 60 %.

Noch etwas stärker nach dem Alter differiert allerdings die Bereitschaft, selbst persönlich Krankheiten vorzubeugen. Der Stellenwert ist für die jüngsten Befragten unter 25 Jahren noch geringer, für nicht einmal 40 % ist dies „sehr wichtig“. Auch in den mittleren Altersgruppen bis unter 55 Jahren halten weniger als die Hälfte die eigene Vorbeugung für „sehr wichtig“. Für alle diese Altersgruppen fällt auch die Diskrepanz zwischen dem Bewusstsein und der Bereitschaft zum Handeln mit ca. 10 %-Punkten größer aus als bei den Älteren. Bereits in der Altersdekade 55+ besteht dann aber ein eindeutiger Zusammenhang zwischen dem Glauben, dass eine gesunde Lebensweise Krankheiten vorbeugt und dem eigenen Handeln. Dies gilt ebenso für die Senior/-innen ab 65, die hier zu mehr als 60 % die größte Wichtigkeit zuordnen.

**Abbildung 1: Bewusstsein, dass gesunde Lebensweise Krankheiten vorbeugt, und Wichtigkeit der persönlichen Vorbeugung nach Altersgruppen**

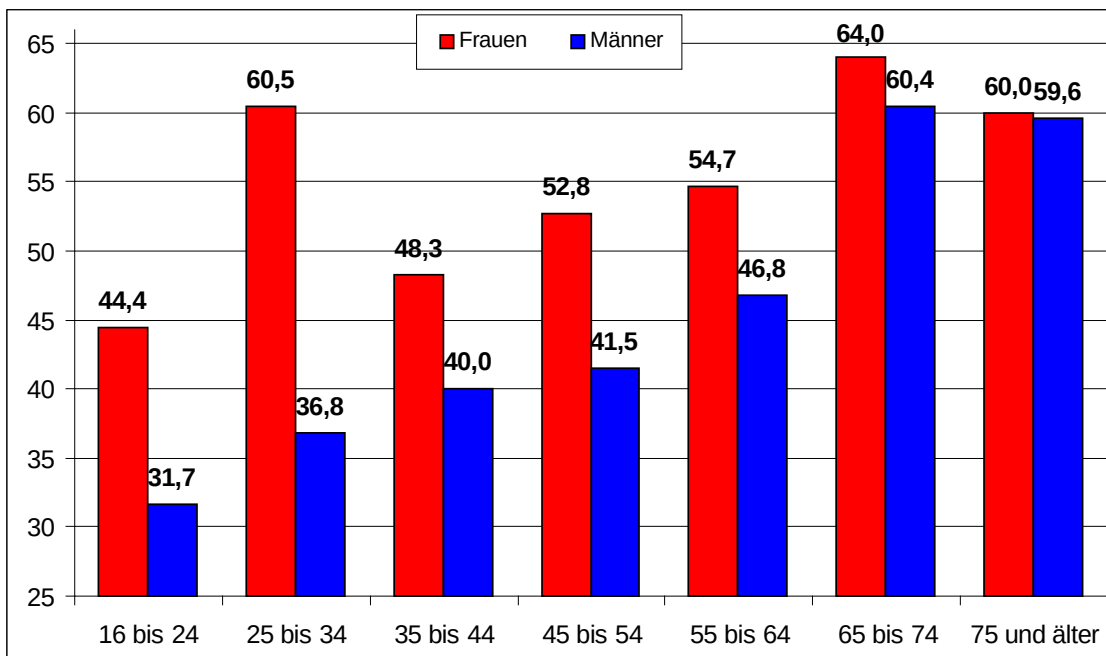


Die Befragten verhalten sich also im alltäglichen Leben eher dann besonders gesundheitsbewusst, wenn, z. Bsp. aufgrund des fortschreitenden Alters, die Wahrscheinlichkeit zu erkranken zunimmt. Auf das Wissen von gesundheitlichen Zusammenhänge und deren Auswirkungen auf die Gesundheit folgt dagegen nicht zwangsläufig auch ein entsprechendes gesundheitsförderndes Verhalten. Damit bestätigen die Mülheimer Befragungsergebnisse die Angaben des Robert Koch Instituts aus dem Jahre 1991 (Gesundheitssurvey).

Während die Senior/-innen sich bzgl. der Einschätzung der Wichtigkeit geschlechtsspezifisch ebenso wenig unterscheiden, wie beim Bewusstsein, legen die Frauen in allen Alters-

gruppen unter 65 Jahren ein deutlich stärkeres Gewicht auf die persönliche Vorbeugung als die gleichaltrigen Männer. Am größten fällt die Abweichung zwischen den 25- bis unter 35-jährigen Frauen und Männern aus. Die Altersgruppe, in der die Frauen die meisten ihrer Kinder zur Welt bringen, erachtet die persönliche Vorbeugung für ebenso wichtig wie die Gruppe der Seniorinnen.

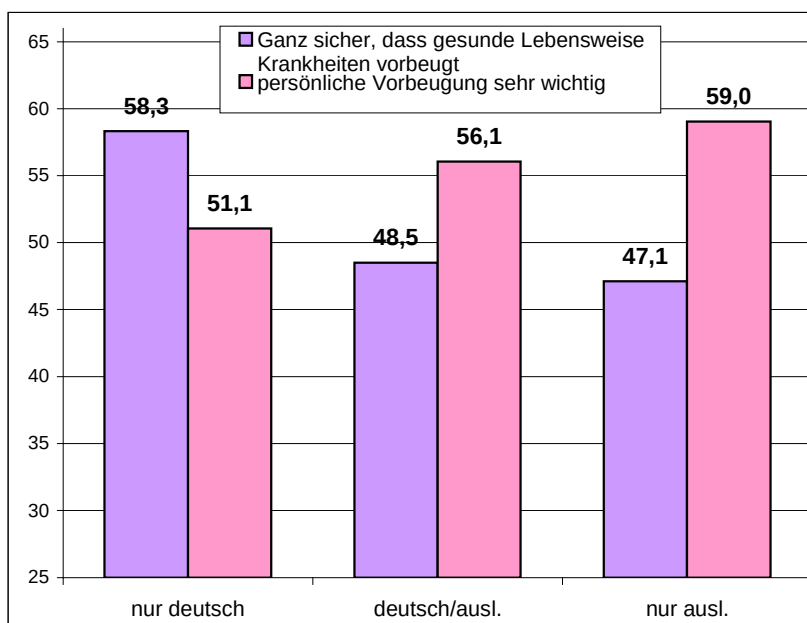
**Abbildung 2: Wichtigkeit der persönlichen Vorbeugung nach Altersgruppen und Geschlecht (Anteil der „sehr wichtig“-Einstufungen)**



Interessant ist, dass Befragte mit Migrationshintergrund zwar nicht so sicher sind, durch eine gesunde Lebensweise Krankheiten vorbeugen zu können, die Bereitschaft, persönlich darauf zu achten, in dieser Gruppe aber stärker ausgeprägt ist.

Der Bildungsgrad wirkt sich stärker auf die theoretische Einsicht als auf die persönliche Bereitschaft zur Vorbeugung aus. Das gleiche gilt für den Erwerbsstatus und die Einkommensverhältnisse. Das heißt, das Wissen um die Sinnhaftigkeit gesunder Lebensweisen steigt zwar

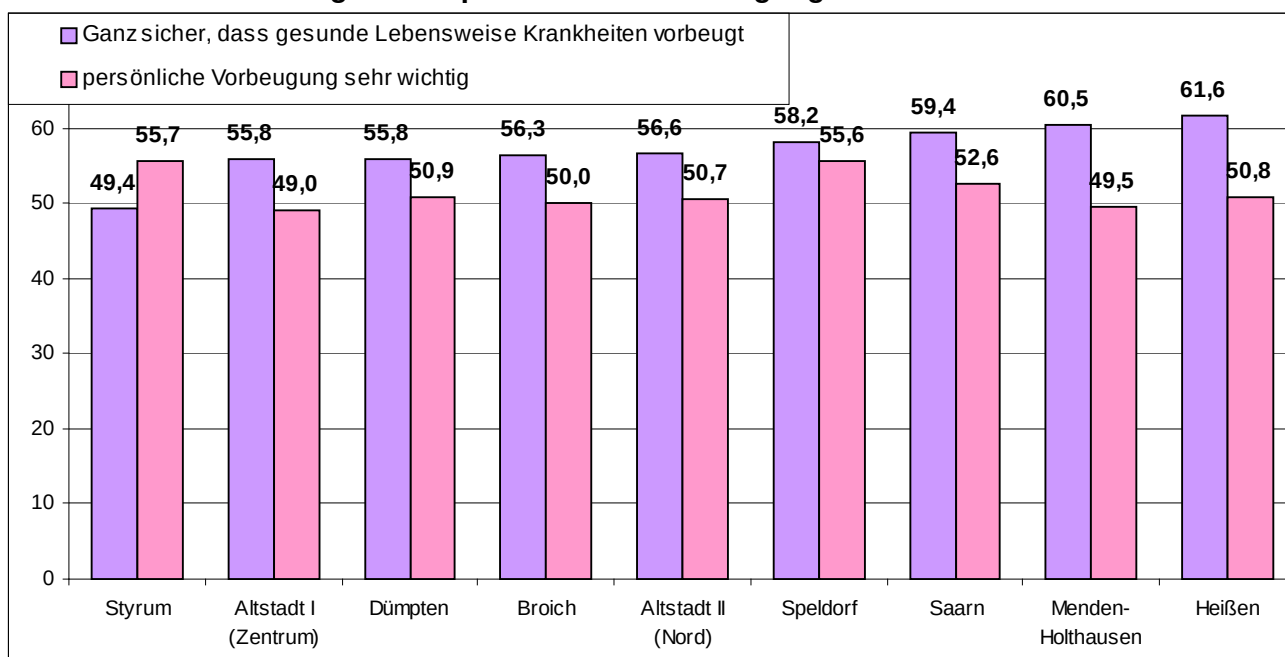
**Abbildung 3: Bewusstsein, dass gesunde Lebensweise Krankheiten vorbeugt, und Wichtigkeit der persönlichen Vorbeugung nach dem Migrationshintergrund**



mit zunehmendem sozialen Status, die Bereitschaft, dem auch persönlich Taten folgen zu lassen eher nicht.

Im Ergebnis lassen sich für die Bewohner der Mülheimer Stadtteile hinsichtlich des Bewusstseins zur gesunden Lebensweise doppelt so große Unterschiede feststellen wie beim tatsächlichen Verhalten dazu. Allein in Styrum, wo das Bewusstsein, dass durch eine gesunde Lebensweise Krankheiten wirklich vorgebeugt werden kann, mit Abstand am geringsten ausgeprägt ist, gleichzeitig aber die persönliche Vorbeugung -ebenfalls mit Abstand - den meisten „sehr wichtig“ ist, ist die zweite Gruppe mit der Bereitschaft zur persönlichen Vorbeugung größer als die erste. In allen anderen Stadtteilen ist das Verhältnis umgekehrt. Die stärkste Diskrepanz ist mit jeweils mehr als 10 %-Punkten bei den Befragten aus Menden-Holthausen und Heißen festzustellen.

**Abbildung 4: Bewusstsein, dass gesunde Lebensweise Krankheiten vorbeugt, und Wichtigkeit der persönlichen Vorbeugung in den Stadtteilen**



### 2.2 Risikofaktor Rauchen

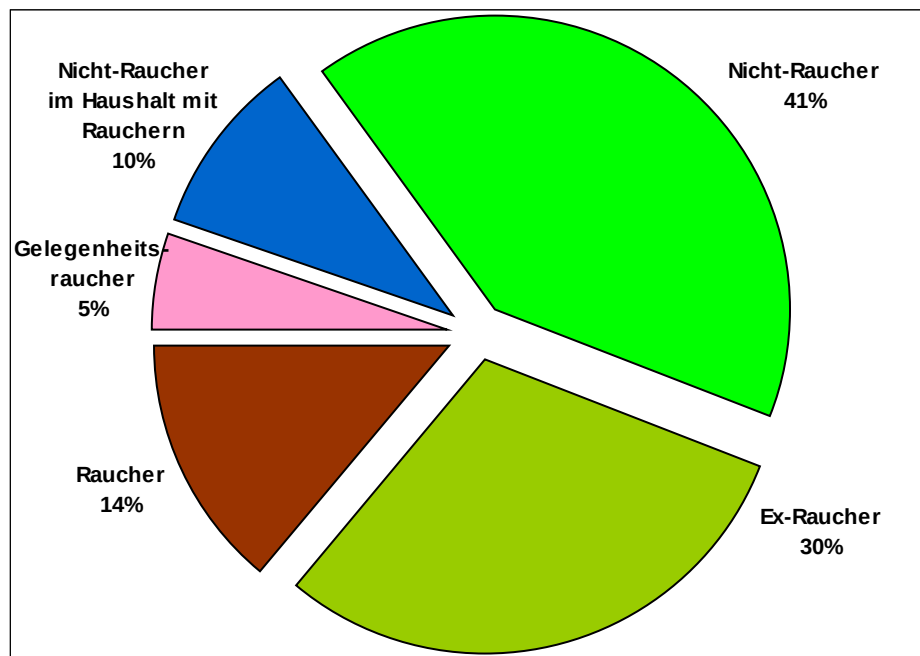
„Rauchen gefährdet die Gesundheit“ - so steht es auf allen Zigarettenspackungen in Deutschland. Tatsächlich gehören Tabakwaren, insbesondere Zigaretten, weltweit zu den legalen Drogen, die auch dann zu Gesundheitsschäden und tödlichen Krankheiten führen, wenn man sie „bestimmungsgemäß“ anwendet. Das in den Zigaretten enthaltene Nikotin ist für den menschlichen Organismus hochgiftig. Es gelangt durch die Lunge in den Körper und löst im Gehirn zunächst ein Gefühl angenehmer Stimulation aus. In höheren Konzentrationen zeigt sich ein entspannender Effekt. Dieser Effekt macht süchtig. Wer einmal mit dem Rauchen angefangen hat, muss die Sucht nach dem Nikotin befriedigen und nimmt die Gesundheitsgefahren dabei „gezwungenermaßen“ mit in Kauf.

Das Risiko an Krebs zu erkranken, steigt mit der Zahl der täglich gerauchten Zigaretten, der Anzahl der Jahre, die geraucht wurde, und dem Typ der gerauchten Zigaretten bzw. Zigarren und Pfeifen. Das Risiko beginnt sofort zu sinken, nachdem der Raucher den Tabakkon-

sum eingestellt hat. Etwa 15 Jahre nach dem Ende der „Raucherkarriere“ nähert sich dieses (Krebsrisiko) wieder dem eines Nichtraucher an. (Dr. Reiszig in: med-uni-jena.de)

Von daher ist zunächst einmal positiv festzustellen, dass in Mülheim an der Ruhr die Nicht-Raucher deutlich in der Mehrheit sind. Nicht einmal jede/-r Fünfte Befragte ist Raucher.

**Abbildung 5: Leben Sie im Haushalt mit Rauchern oder rauchen Sie selber?**



Aber nicht nur Raucher selbst, sondern auch Passivraucher sind gesundheitlich stark gefährdet. Passivrauchen ist das unfreiwillige und oft unbewusste Einatmen von Tabakrauch in geschlossenen Räumen. Experten schätzen, dass das Lungenkrebsrisiko für Passivraucher im Vergleich zu absoluten Nichtrauchern um bis zu 50 Prozent erhöht ist. Neuen Studienergebnissen zufolge verursacht Passivrauchen die gleichen akuten und chronischen Krankheiten wie Rauchen. An den Folgen des Passivrauchens sterben jährlich mehr als 3.300 Nichtraucher (davon 70% Frauen). Im europäischen Vergleich steht Deutschland damit mit an der Spitze der passivrauchbedingten Todesfälle.

Nach den Ergebnissen der Mülheimer Bürgerumfrage sind fast 30 % der Befragten als aktive oder passive Raucher diesen Gesundheitsgefährdungen permanent ausgesetzt. Wer zu Hause raucht, schadet damit also auch seinen nichtrauchenden Angehörigen.

Männer rauchen mit 20,8 % auch in Mülheim an der Ruhr nicht nur häufiger als Frauen (17,8 %), sie rauchen auch mehr. Denn das Verhältnis der regelmäßigen Raucher zu den Gelegenheitsrauchern beträgt bei den Männern 4:1, bei den Frauen weniger als 2:1. Daneben sind Männer auch deutlich häufiger Ex-Raucher, mehr als jeder dritte von ihnen ordnet sich dieser Gruppe zu, bei den Frauen gibt dies nur jede vierte an. Die Frauen haben dagegen entsprechend öfter noch nie geraucht. Keine geschlechtsspezifischen Unterschiede sind dagegen bei den Passivrauchern feststellbar.

Die Weltgesundheitsorganisation geht davon aus, dass in den Industrieländern mehr als die Hälfte der sozialen Unterschiede in den Sterberaten von Männern dem Rauchen zuzurechnen sind. (Schulze, Lampert 2005 und Lademann, Kolip 2005)

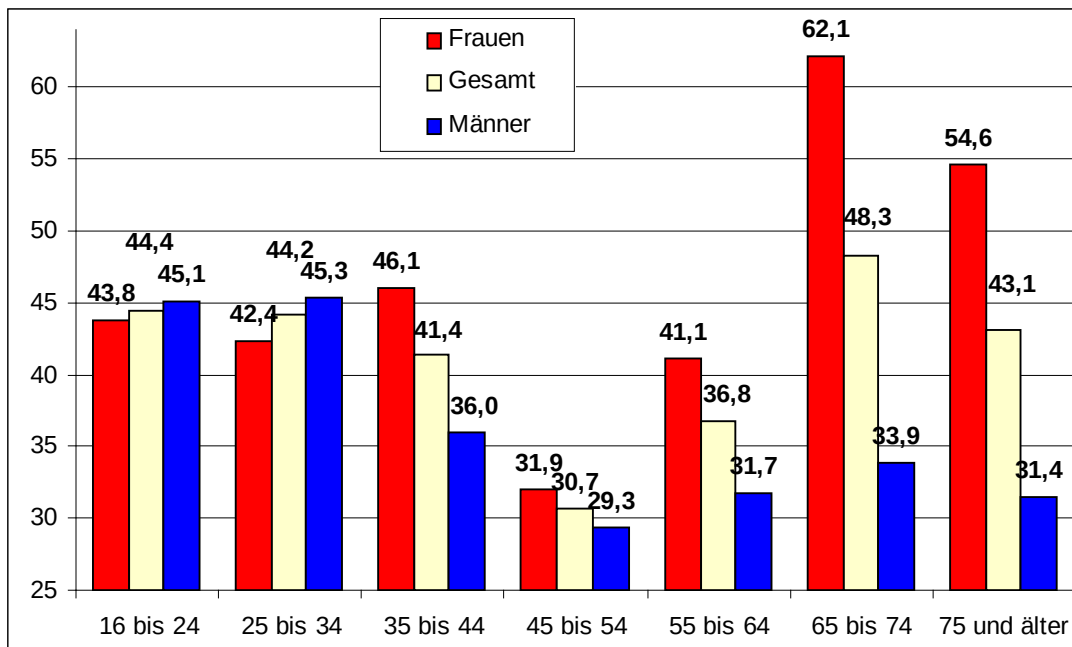
**Abbildung 6: Rauchverhalten nach dem Geschlecht**

Frage 29: Leben Sie im Haushalt mit Rauchern? nach dem Geschlecht

|                                         |                                              |                  | Geschlecht |          | Gesamt |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------|------------------|------------|----------|--------|
|                                         |                                              |                  | männlich   | weiblich |        |
| 29. Leben Sie im Haushalt mit Rauchern? | Ja, ich rauche selber täglich                | Anzahl           | 177        | 137      | 314    |
|                                         |                                              | % von Geschlecht | 16,2%      | 11,6%    | 13,8%  |
|                                         | Ja, ich rauche selber, aber nur gelegentlich | Anzahl           | 50         | 73       | 123    |
|                                         |                                              | % von Geschlecht | 4,6%       | 6,2%     | 5,4%   |
|                                         | Ja, aber ich selbst rauche nicht             | Anzahl           | 103        | 118      | 221    |
|                                         |                                              | % von Geschlecht | 9,4%       | 10,0%    | 9,7%   |
|                                         | Nein, ich war Raucher, habe aber aufgehört   | Anzahl           | 385        | 304      | 689    |
|                                         |                                              | % von Geschlecht | 35,3%      | 25,8%    | 30,3%  |
|                                         | Nein, ich war nie Raucher                    | Anzahl           | 377        | 548      | 925    |
|                                         |                                              | % von Geschlecht | 34,5%      | 46,4%    | 40,7%  |
| Gesamt                                  | Anzahl                                       | 1092             | 1180       | 2272     |        |
|                                         | % von Geschlecht                             | 100,0%           | 100,0%     | 100,0%   |        |

Je höher der Anteil der Jugendlichen liegt, die noch nie geraucht haben, desto wahrscheinlicher ist es, dass auch in der Zukunft weniger Personen mit dem Rauchen anfangen. Diese Aussage verknüpft die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung mit der Angabe, bei den Jugendlichen lasse sich eindeutig ein positiver Trend zum Nichtrauchen erkennen. Diesen Trend bestätigen Mülheimer Ergebnisse nicht eindeutig. Der Anteil derjenigen, die nie geraucht haben, entspricht allerdings mit über 44 % bei den unter 35-Jährigen eher den Werten der Senior/-innen ab 65 als denen der mittleren Altersgruppen. Am geringsten ist der Anteil der Nichtraucher in der Gruppe der 45- bis unter 55-Jährigen mit 30,7 %.

**Abbildung 7: %-Anteile der Nicht-Raucher nach Alter und Geschlecht**



Die in der Abbildung 7 dargestellten Ergebnisse der Mülheimer Bürgerumfrage bestätigen die These, dass „Für Frauen ... allerdings eine nachholende Entwicklung zu erwarten sei, da bei ihnen sowohl die Ausweitung des Tabakkonsums als auch die soziale Polarisierung der

Konsumgewohnheiten deutlich später einsetzen würde.“ (Schulze, Lampert 2005 und Lademann, Kolip 2005). Denn in den beiden jüngsten Altersgruppen liegt der Anteil derjenigen, die noch nie geraucht haben, annähernd auf gleicher Höhe, während mit zunehmendem Alter dieser Anteil bei den Frauen deutlich höher ausfällt als bei den Männern.

In allen 10-Jahres-Altersgruppen unter 65-Jahren liegen die Anteilswerte der regelmäßigen Raucher auf einem sehr ähnlichen Niveau zwischen 15,7 % und 18,9 %. Erst bei den älteren Befragten sinken sie deutlich.

Die Hälfte aller Kinder sind nach Angaben des Deutschen Krebsforschungszentrums (DKFZ) regelmäßig dem blauen Dunst ausgesetzt. Passivrauchen kann, wie aktives Rauchen, die Gesundheit insbesondere von Kindern, dauerhaft schädigen und schwerste Krankheiten mit Todesfolge verursachen. Zu diesen Krankheiten gehören der plötzliche Kindstod, Entwicklungsstörungen, Lungenkrebs, koronare Herzkrankheiten, Schlaganfall und chronisch-obstruktive Lungenerkrankung.

Erschreckenderweise sind auch in Mülheim an der Ruhr Haushalte, in denen Kinder leben, stärker von den Folgen des Rauchens betroffen als Haushalte ohne Kinder.

### Abbildung 8: Rauchverhalten in Haushalten mit und ohne Kindern

Frage 29. Leben Sie im Haushalt mit Rauchern? \* KIND im Haushalt

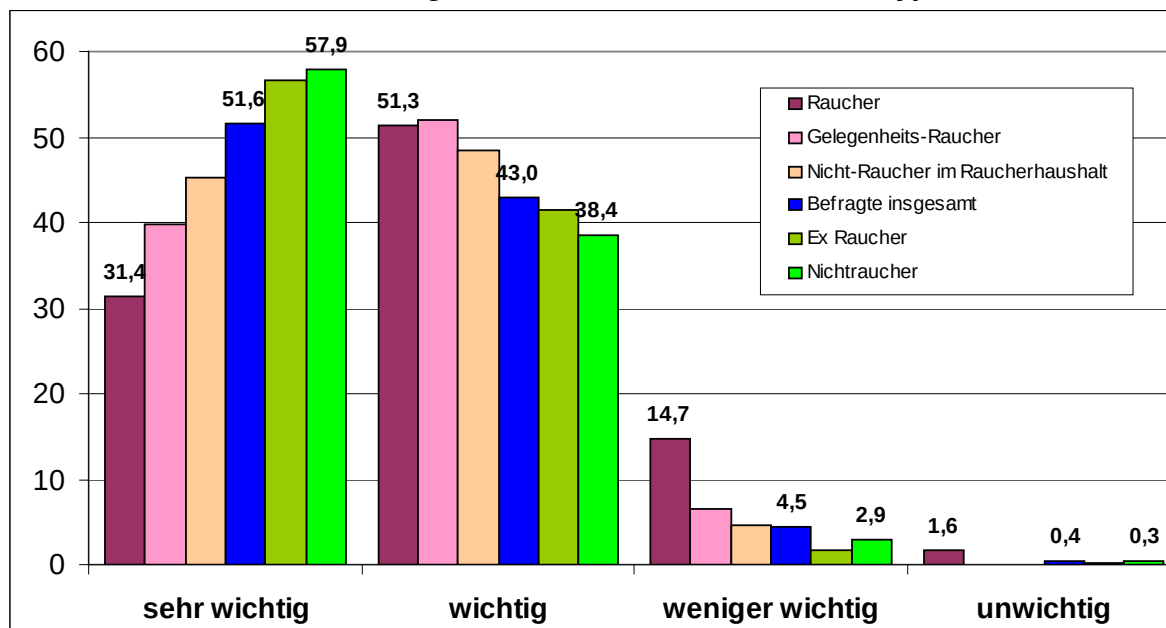
|                                         |                                              |        | Haushalt      |                | Gesamt         |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------|--------|---------------|----------------|----------------|
|                                         |                                              |        | mit Kind      | ohne Kind      |                |
| 29. Leben Sie im Haushalt mit Rauchern? | Ja, ich rauche selber täglich                | Anzahl | 67<br>14,1%   | 247<br>13,7%   | 314<br>13,8%   |
|                                         | Ja, ich rauche selber, aber nur gelegentlich | Anzahl | 36<br>7,6%    | 87<br>4,8%     | 123<br>5,4%    |
|                                         | Ja, aber ich selbst rauche nicht             | Anzahl | 65<br>13,7%   | 156<br>8,7%    | 221<br>9,7%    |
|                                         | Nein, ich war Raucher, habe aber aufgehört   | Anzahl | 112<br>23,6%  | 577<br>32,1%   | 689<br>30,3%   |
|                                         | Nein, ich war nie Raucher                    | Anzahl | 195<br>41,1%  | 731<br>40,7%   | 926<br>40,7%   |
| Gesamt                                  |                                              | Anzahl | 475<br>100,0% | 1798<br>100,0% | 2273<br>100,0% |

Befragte mit Migrationshintergrund rauchen nach eigenen Angaben offensichtlich stärker als die Deutschen und sind auch doppelt so oft als Passivraucher betroffen. Dabei ist überraschenderweise kein Unterschied für die Geschlechter feststellbar. Die geringe Anzahl vorliegender Antworten dieses Personenkreises lässt allerdings keine Verallgemeinerung des Ergebnisses zu.

Nikotinkonsum ist nach einer Befragung des Sozialwissenschaftlichen Institut für Grundlagen- und Programmforschung (GP-Forschungsgruppe) aus dem Jahre 1990 für jede/-n Dritte/-n ein Grund dafür, seine Lebensführung als nicht gesund zu bezeichnen. Andererseits betrachten gesundheitsbewusste Personen ihr Nichtrauchen als besonders gesundes Element ihrer Lebensführung. Entsprechend fallen die Antworten auf die Frage 28 nach der Wichtigkeit der Gesundheitsvorbeugung in der Mülheimer Bürgerumfrage aus. Den Nichtrauchern und den Ex-Rauchern ist diese häufiger persönlich „sehr wichtig“ als dem Durch-

schnitt der Befragten, während insbesondere die regelmäßigen Raucher dies relativ häufig als „weniger wichtig“ oder sogar „unwichtig“ einstufen.

**Abbildung 9: %-Anteile derjenigen, die die persönliche Gesundheitsvorbeugung als „sehr wichtig“ einstufen, nach den Raucher-Typen**



In Deutschland, wie auch in anderen Industrienationen, ist eine stark ausgeprägte soziale Polarisierung des Rauchverhaltens zu konstatieren. Dass der soziale Status den Tabakkonsum beeinflusst, wird durch aktuelle Daten des Robert Koch-Instituts eindeutig belegt. (Lampert 2006; Lampert/Burger 2005)

**Abbildung 10: Rauchverhalten nach der Schulbildung**

Frage 29: Leben Sie im Haushalt mit Rauchern? nach der Schulausbildung

|                                         |                                              |        | Schulausbildung            |                          |                    |                        |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------|--------|----------------------------|--------------------------|--------------------|------------------------|
|                                         |                                              |        | Volks-/Hauptschulabschluss | mittlerer Schulabschluss | Fachhochschulreife | Abitur, Hochschulreife |
| 29. Leben Sie im Haushalt mit Rauchern? | Ja, ich rauche selber täglich                | Anzahl | 90                         | 57                       | 47                 | 72                     |
|                                         |                                              |        | 14,8%                      | 15,2%                    | 14,9%              | 11,6%                  |
|                                         | Ja, ich rauche selber, aber nur gelegentlich | Anzahl | 21                         | 25                       | 25                 | 34                     |
|                                         |                                              |        | 3,4%                       | 6,6%                     | 7,9%               | 5,5%                   |
|                                         | Ja, aber ich selbst rauche nicht             | Anzahl | 51                         | 39                       | 30                 | 54                     |
| Gesamt                                  |                                              |        | 8,4%                       | 10,4%                    | 9,5%               | 8,7%                   |
|                                         | Nein, ich war Raucher, habe aber aufgehört   | Anzahl | 213                        | 109                      | 100                | 176                    |
|                                         |                                              |        | 34,9%                      | 29,0%                    | 31,6%              | 28,3%                  |
|                                         | Nein, ich war nie Raucher                    | Anzahl | 235                        | 146                      | 114                | 286                    |
|                                         |                                              |        | 38,5%                      | 38,8%                    | 36,1%              | 46,0%                  |
| Gesamt                                  |                                              |        | 610                        | 376                      | 316                | 622                    |
|                                         |                                              |        | 100,0%                     | 100,0%                   | 100,0%             | 100,0%                 |

Der höhere Tabakkonsum in sozial benachteiligten Gruppen bedeutet somit für diese einen überproportionalen Verlust an Lebenszeit und Lebensqualität. Mehr als die Hälfte der Unterschiede in den Sterberaten zwischen niedrigster und höchster sozialer Schicht bei Männern



in Industrieländern wird durch das Rauchen verursacht. (Deutsches Krebsforschungszentrum: Rauchen und Armut, 2004)

Nach den Ergebnissen der Mülheimer Bürgerumfrage unterscheiden sich die Befragten mit einfachen und mittleren Schulabschlüssen bzgl. des Rauchverhaltens kaum voneinander. Die Gelegenheitsraucher sind in der Gruppe mit mittleren Abschlüssen sogar stärker vertreten. Dagegen sind die Befragten mit Hochschulreife/Abitur in der Gruppe der Nichtraucher stärker und in der Gruppe der regelmäßigen Raucher unterdurchschnittlich vertreten.

## Abbildung 11: Rauchverhalten nach der Berufsgruppe

Frage 29: Leben Sie im Haushalt mit Rauchern? nach der Stellung im Beruf

|                                               |                                                 |        | Selbständige<br>und<br>Freiberufler | Angestellte/<br>Beamte in<br>gehobener<br>Position | einfache<br>Angestellte<br>/ Beamte | Arbeiter      | Arbeitslose  |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------|-------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------|--------------|
| 29. Leben Sie<br>im Haushalt<br>mit Rauchern? | Ja, ich rauche selber<br>täglich                | Anzahl | 26<br>17,4%                         | 32<br>13,7%                                        | 63<br>15,3%                         | 45<br>28,0%   | 26<br>34,7%  |
|                                               | Ja, ich rauche selber,<br>aber nur gelegentlich | Anzahl | 9<br>6,0%                           | 19<br>8,1%                                         | 33<br>8,0%                          | 8<br>5,0%     | 4<br>5,3%    |
|                                               | Ja, aber ich selbst rauche<br>nicht             | Anzahl | 21<br>14,1%                         | 13<br>5,6%                                         | 43<br>10,4%                         | 30<br>18,6%   | 5<br>6,7%    |
|                                               | Nein, ich war Raucher,<br>habe aber aufgehört   | Anzahl | 48<br>32,2%                         | 72<br>30,8%                                        | 107<br>25,9%                        | 31<br>19,3%   | 22<br>29,3%  |
|                                               | Nein, ich war nie Raucher                       | Anzahl | 45<br>30,2%                         | 98<br>41,9%                                        | 167<br>40,4%                        | 47<br>29,2%   | 18<br>24,0%  |
| Gesamt                                        |                                                 | Anzahl | 149<br>100,0%                       | 234<br>100,0%                                      | 413<br>100,0%                       | 161<br>100,0% | 75<br>100,0% |

## Abbildung 12: Rauchverhalten nach dem Einkommen

Frage 29: Leben Sie im Haushalt mit Rauchern? nach Einkommensgruppen

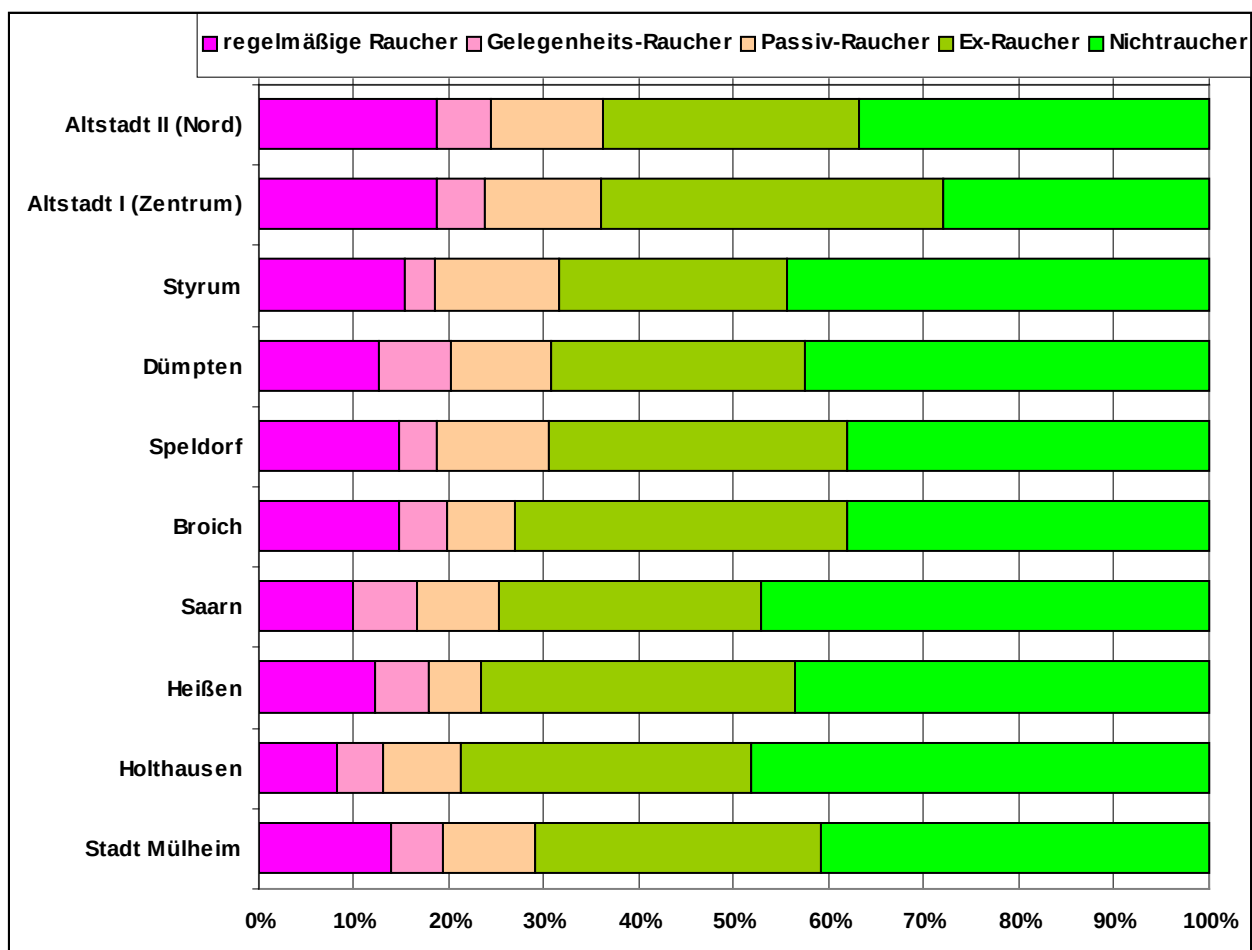
|                                               |                                                 |        | sehr<br>niedrig | niedrig       | unter-<br>durch-<br>schnittlich | durch-<br>schnittlich | über-<br>durch-<br>schnittlich | hoch          |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------|-----------------|---------------|---------------------------------|-----------------------|--------------------------------|---------------|
| 29. Leben Sie<br>im Haushalt<br>mit Rauchern? | Ja, ich rauche selber<br>täglich                | Anzahl | 23<br>20,2%     | 50<br>17,3%   | 50<br>13,8%                     | 56<br>13,0%           | 35<br>11,6%                    | 33<br>13,3%   |
|                                               | Ja, ich rauche selber,<br>aber nur gelegentlich | Anzahl | 8<br>7,0%       | 19<br>6,6%    | 18<br>5,0%                      | 17<br>3,9%            | 22<br>7,3%                     | 14<br>5,6%    |
|                                               | Ja, aber ich selbst rauche<br>nicht             | Anzahl | 22<br>19,3%     | 31<br>10,7%   | 46<br>12,7%                     | 35<br>8,1%            | 23<br>7,6%                     | 16<br>6,4%    |
|                                               | Nein, ich war Raucher,<br>habe aber aufgehört   | Anzahl | 21<br>18,4%     | 90<br>31,1%   | 106<br>29,2%                    | 147<br>34,1%          | 97<br>32,1%                    | 76<br>30,5%   |
|                                               | Nein, ich war nie Raucher                       | Anzahl | 40<br>35,1%     | 99<br>34,3%   | 143<br>39,4%                    | 176<br>40,8%          | 125<br>41,4%                   | 110<br>44,2%  |
|                                               | Gesamt                                          | Anzahl | 114<br>100,0%   | 289<br>100,0% | 363<br>100,0%                   | 431<br>100,0%         | 302<br>100,0%                  | 249<br>100,0% |

Arbeiter und Arbeitslose sind, verglichen mit allen anderen Berufsgruppen, extrem häufig regelmäßige Raucher und entsprechend selten in der Gruppe derjenigen zu finden, die nie geraucht haben. Selbst nichtrauchende Arbeiter sind häufiger den Gefahren des Passivrauchens ausgesetzt. Angestellte und Beamte bezeichnen sich dagegen leicht überdurchschnittlich als Gelegenheitsraucher. Der Gruppe der ehemaligen Raucher ordnen sich häufig Personen in gehobener Stellung, Selbstständige und Freiberufler, aber auch Arbeitslose zu.

Die Frage nach dem Rauchverhalten in Korrelation zum Einkommen zeigt deutlich, dass die Geringverdiener am häufigsten aktiv rauchen. Die nichtrauchenden Befragten dieser Einkommensgruppe sind ebenfalls häufiger vom Passivrauch betroffen. Dagegen steigt der Anteil derjenigen, die nie geraucht haben und auch nicht mit Rauchern im Haushalt leben, mit zunehmendem Einkommen.

Experten fordern mit Blick auf die soziale Polarisierung des Rauchens Maßnahmen zur Reduzierung des Tabakkonsums so zu spezifizieren, dass sie auch sozial benachteiligte Bevölkerungsgruppen erreichen. Verbraucherinformationen und die Botschaften von Aufklärungskampagnen müssen eindeutig und allgemein verständlich sein, damit sie unabhängig vom Bildungsniveau und kulturellen Hintergrund verstanden werden. Die folgende Abb. 13 zeigt die Verteilung der Befragten nach dem Rauchverhalten in den Stadtteilen, sortiert nach den Prozentanteilen der Befragten, die selber rauchen oder im Haushalt mit Rauchern zusammenleben.

**Abbildung 13: Rauchverhalten in den Stadtteilen**



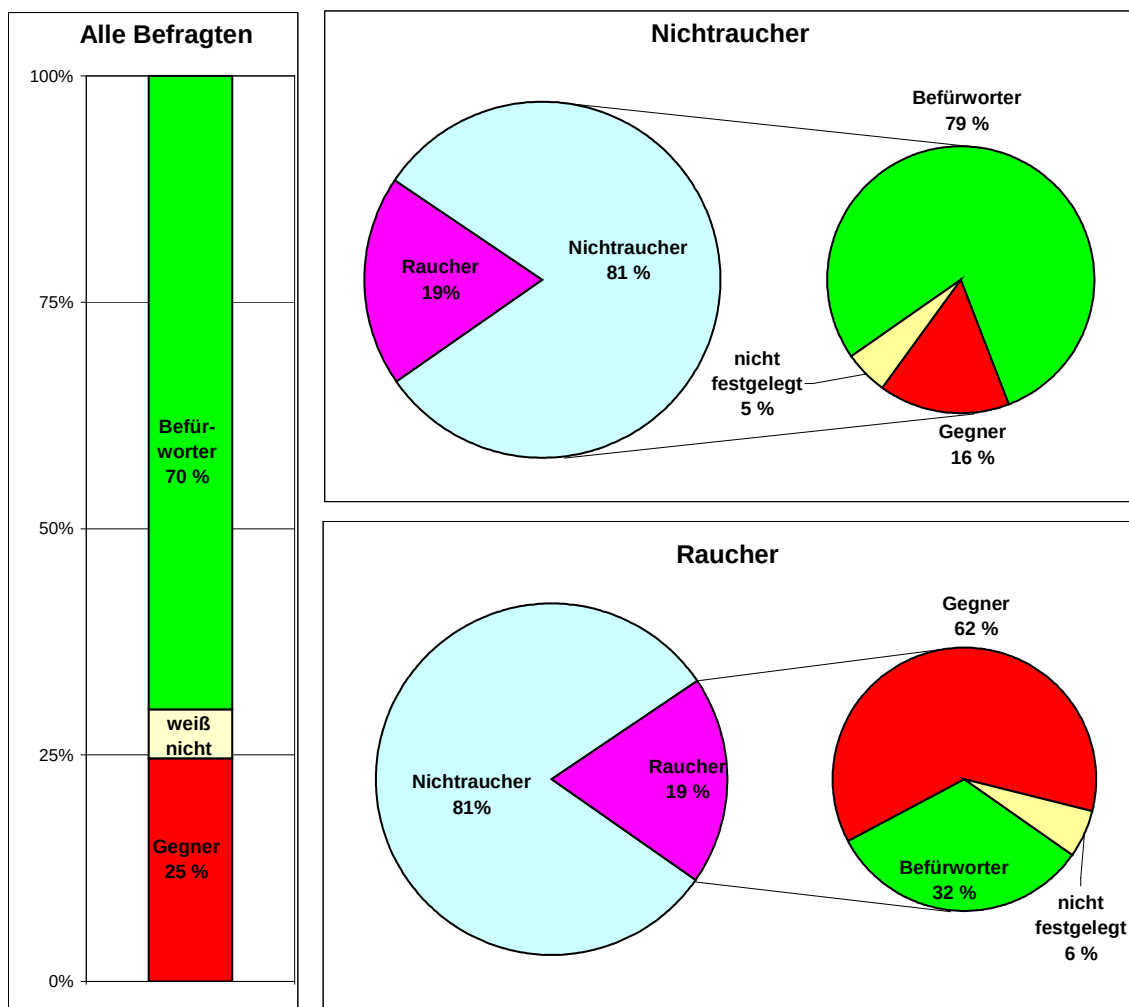
Dabei zeigt sich die stärkste Betroffenheit in den innerstädtischen Stadtteilen, wo deutlich mehr als ein Drittel der Befragten selbst rauchen oder mit Rauchern zusammenleben. Am geringsten sind die Befragten aus Menden-Holthausen belastet, hier leben sowohl die wenigsten regelmäßigen Raucher als auch die meisten Nichtraucher.

Am stärksten sind Nichtraucher dem Passivrauchen in der außerhäuslichen Freizeit ausgesetzt, wie z.B. in Cafés, Restaurants, öffentlichen Einrichtungen, bei Freunden und bei Bekannten. Angesichts der Diskussion um die Einführung eines gesetzlichen Rauchverbotes in

öffentlichen Gebäuden und in Gaststätten wurden die Befragten nach ihrer Haltung zu diesem Vorhaben des Landesgesetzgebers gefragt.

Insgesamt befürwortet die deutliche Mehrheit der Befragten ein solches Rauchverbot. Nicht einmal jede/-r Vierte spricht sich dagegen aus. 5,4 % können oder wollen sich nicht festlegen. In der Gruppe derjenigen, die selbst nicht rauchen, befürworten sogar 79 % das Rauchverbot. In der Gruppe der Raucher ist es nur jeder Dritte.

**Abbildung 14: Haltung zum gesetzlichen Rauchverbot in öffentlichen Gebäuden und Gaststätten – differenziert nach Rauchern und Nichtrauchern**



### 2.3 Risikofaktor Alkohol

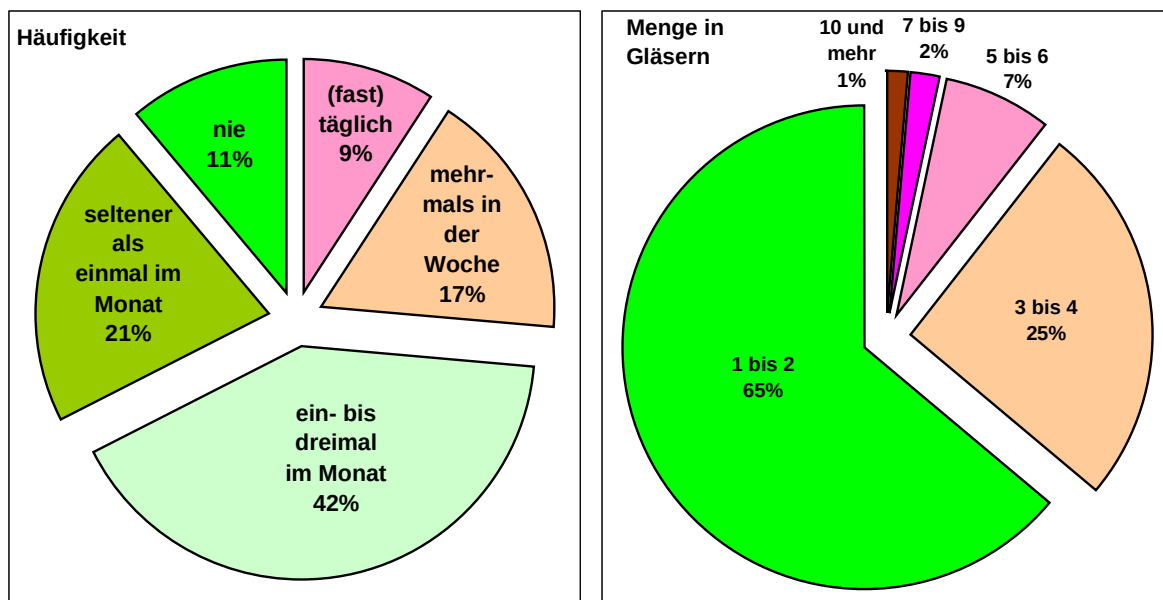
„Alle Dinge sind Gift und nichts ist ohne Gift; allein die Dosis macht, dass ein Ding ein Gift ist.“ (Paracelsus)

Mäßiger, auch regelmäßiger Alkoholkonsum muss nicht als gesundheitsgefährdend eingestuft werden. Was aber ist, wenn aus einer Flasche Flaschen oder aus einem Glas Gläser werden. Wo beginnt der Missbrauch, wo die Abhängigkeit? Die Grenzen zwischen Genuss, Gewohnheit, Missbrauch und Sucht sind nach Aussage von Medizinern fließend und eine Frage von Art, Dauer und Menge des Konsums. So konstatieren die Greifswalder Epide-

miologen Dr. Christian Meyer und Professor Dr. Ulrich John im "Jahrbuch Sucht 07" der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS, Hamm): "Eine aktuelle Analyse für Deutschland kommt zu dem Schluss, dass die Grenzen für einen gesundheitlich tolerierbaren Alkoholkonsum bei einem täglichen Konsum von 10 bis 12 Gramm (entsprechend etwa einem kleinen Glas Wein, 0,125 l) für Frauen und 20 bis 24 Gramm für Männer (entsprechen etwa einer Flasche Bier, 0,5 l) liegen." Für die verschiedenen hohen Grenzwerte sind biologische Ursachen verantwortlich. Im Gegensatz zur männlichen Leber mangelt es dem weiblichen Organ an ausreichendem Enzym zum Abbau von Alkohol.

Bei der Mülheimer Bevölkerungsumfrage 2007 stand für die Frage nach dem Alkoholkonsum im Vordergrund, die Tendenz des regelmäßigen Konsums der gesellschaftlich tolerierten Droge aufzuzeigen. Keineswegs war beabsichtigt oder möglich, diagnostischen Verfahren vorzugreifen oder Suchterkrankungen detailgenau zu ermitteln. Die realistische Erfassung und Untersuchung von potentiellen Suchterkrankungen stellt ein schwieriges Problem dar. Situationsbedingt fallen die Antworten der Befragten von „tatsächlich wahr,,, „leicht geschönt,, bis „unrealistisch“ aus. So sind die Fragebögen der Suchtexperten, Ärzte und Therapeuten zur Abklärung einer Alkoholerkrankung vielfach sehr umfangreich, eher fachbezogen und themenspezifisch orientiert.

**Abbildung 15: Häufigkeit des Alkoholkonsums und Menge der Getränke in Gläsern**



Die Frage nach der Anzahl der konsumierten Getränke war hier bewusst ohne Bezeichnung der Alkoholika gewählt. Der/die Befragte, der/die erklärt, regelmäßig mehr als zwei alkoholische Getränke zu sich zu nehmen und dies mehrmals im Monat, gilt in Expertenkreisen bereits als Konsument mit riskantem Alkoholkonsum. Entsprechend sind die farblichen Abstufungen in der Abbildung 15 von grün bis dunkelrot gewählt, um das zunehmende Risiko eines missbräuchlichen Alkoholkonsums sichtbar zu machen. Denn Alkohol stellt hierzulande neben Tabak das Suchtproblem Nummer 1 dar. Gesteigerter und chronischer Alkoholkonsum kann zu einer Vielzahl von Gesundheitsstörungen und Krankheiten führen. Die Gefährdung ist im wesentlichen über den Alkoholmissbrauch gegeben, der über eine akute Vergiftung hinausgeht. Bei der Alkoholabhängigkeit müssen nachweisbare Symptome hinzukommen. Maßgeblich sind die Volumenprozent der regelmäßig konsumierten Alkoholika. "Die Substanz Alkohol und nicht der Typ des alkoholischen Getränks ist für dieses vermehrte Krebsrisiko (im oberen Rachen- und Verdauungstrakt) verantwortlich." (Professor Seitz in: Ärztliche Mitteilungen, 1-2008)

Zunächst ist festzustellen, dass mehr als jede/-r Vierte täglich oder mehrmals in der Woche alkoholische Getränke zu sich nimmt. Aber zwei Drittel von allen Befragten belassen es dabei in der Regel bei 1 bis 2 Gläsern, nur ein Drittel konsumiert größere Mengen. Von daher sind beide Werte in Beziehung zu setzen, um festzustellen, wie häufig regelmäßig größere Mengen konsumiert werden.

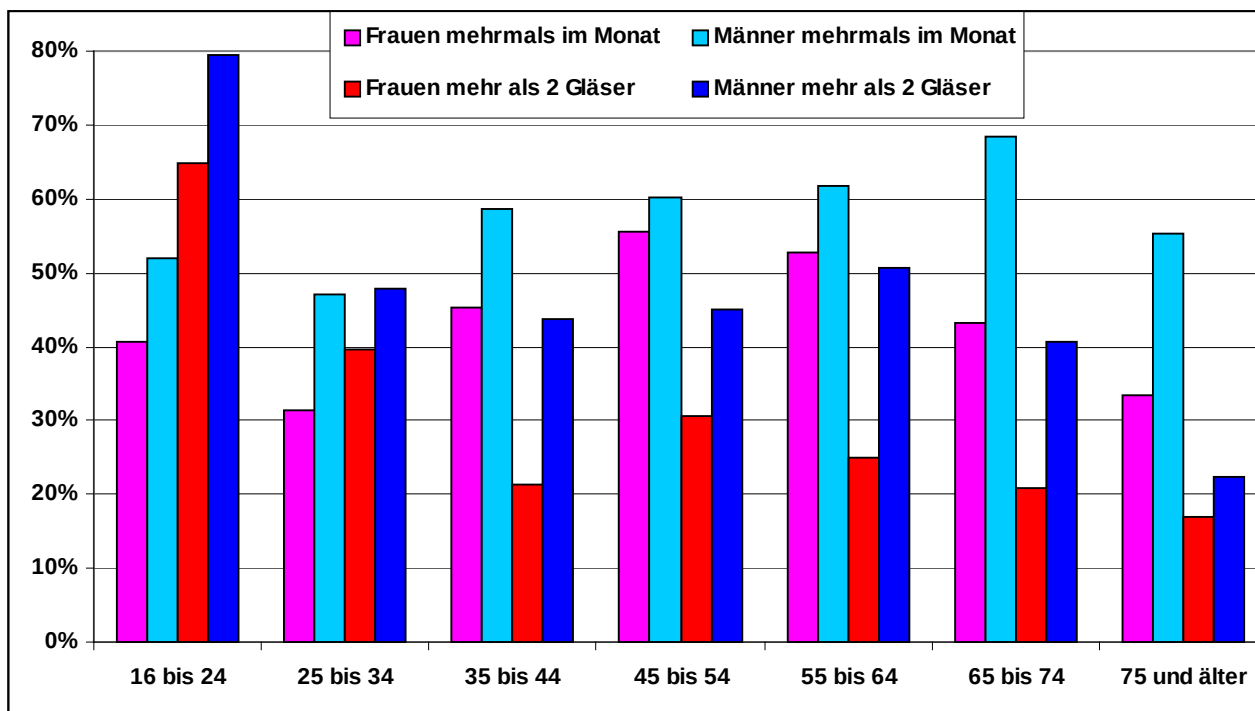
**Abbildung 16: Häufigkeit des Alkoholkonsums nach der Menge der Getränke**

Häufigkeit des Alkoholkonsum nach der Menge der Getränke!

|                                                       |                              | 32. wie viele Getränke nehmen Sie dann zu sich? |              |             |            |             |
|-------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------------------------------|--------------|-------------|------------|-------------|
|                                                       |                              | 1 bis 2                                         | 3 bis 4      | 5 bis 6     | 7 bis 9    | 10 und mehr |
| 31. Wie häufig konsumieren Sie alkoholische Getränke? | fast täglich                 | 131<br>64,5%                                    | 54<br>26,6%  | 15<br>7,4%  | 1<br>.5%   | 2<br>1,0%   |
|                                                       | mehr als einmal in der Woche | 239<br>63,9%                                    | 103<br>27,5% | 20<br>5,3%  | 8<br>2,1%  | 4<br>1,1%   |
|                                                       | mehrmals im Monat            | 309<br>54,6%                                    | 176<br>31,1% | 56<br>9,9%  | 16<br>2,8% | 9<br>1,6%   |
|                                                       | ca. einmal im Monat          | 206<br>61,9%                                    | 83<br>24,9%  | 30<br>9,0%  | 10<br>3,0% | 4<br>1,2%   |
|                                                       | seltener als einmal im Monat | 342<br>75,8%                                    | 78<br>17,3%  | 21<br>4,7%  | 5<br>1,1%  | 5<br>1,1%   |
| Gesamt                                                |                              | 1248<br>64,0%                                   | 496<br>25,4% | 142<br>7,3% | 40<br>2,1% | 24<br>1,2%  |

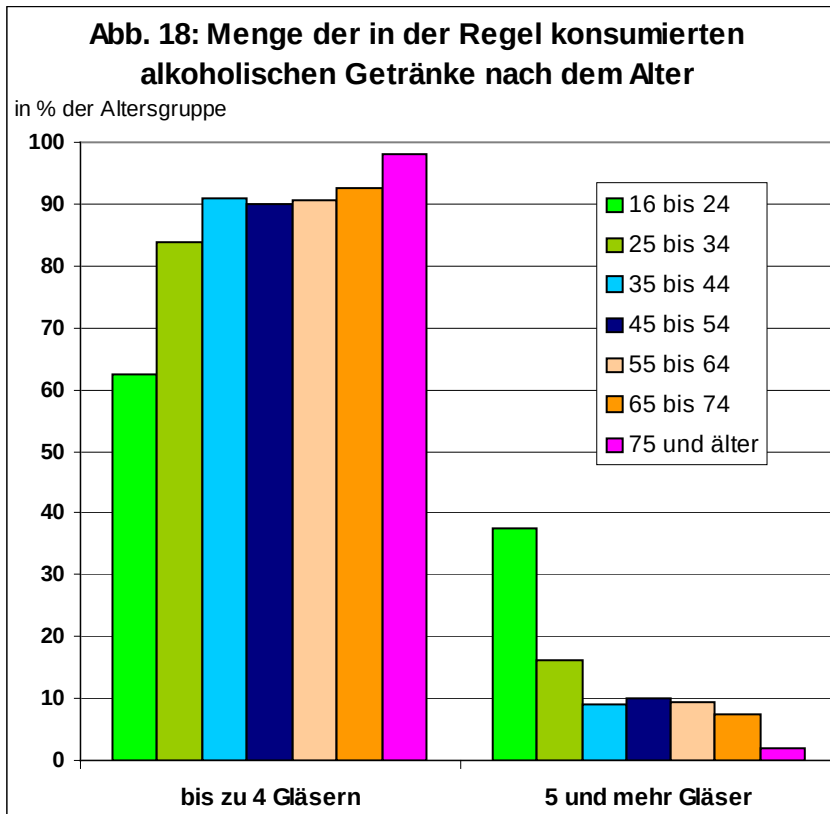
Es zeigt sich, dass diejenigen, die nicht so häufig, aber regelmäßig Alkoholika verzehren, im Schnitt größere Mengen konsumieren. Aber auch von denen, die mehrmals in der Woche Alkohol trinken, nehmen mehr als ein Drittel dabei jeweils mehr als 2 Gläser zu sich. Frauen trinken sowohl seltener als auch weniger Alkohol als die männlichen Befragten. Das gilt über alle Altersgruppen, wie die jeweiligen Säulenpaare in der Abbildung 17 zeigen. Ein wachsender Frauenanteil lässt sich nach dieser Umfrage für Mülheim nicht bestätigen.

**Abbildung 17: Trinkverhalten von Frauen und Männern nach Altersgruppen**



Kinder und Jugendliche gelten als besonders gefährdet. Alkoholtrinken in jungen Jahren führt zu Konsummustern, die sich verfestigen und neben den kurz- und mittelfristigen psychischen und sozialen

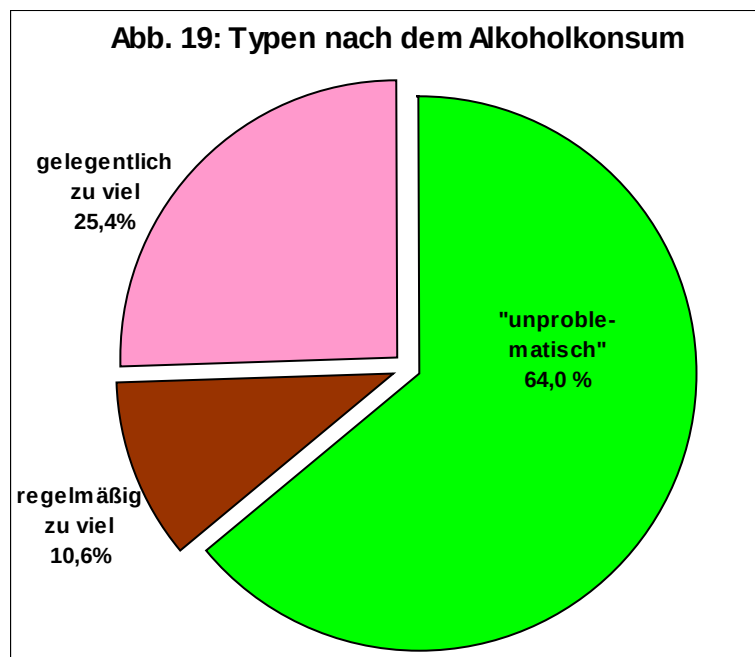
Entwicklungsstörungen die weitere Lebensführung prägen können (Gesundheitsbericht Deutschland 1998). Das Trinkverhalten kann hier erst für die ab 16-Jährigen geprüft werden. Die Grafik in Abbildung 17 zeigt zunächst, dass die jüngste befragte Altersgruppe zwar seltener „zur Flasche greift“, als die 35- bis unter 75-Jährigen, dabei aber auch häufig mehr trinkt als die Älteren. Allein bei den Jüngsten gibt mehr als jede/-r Dritte (37,6 %) sogar an, jeweils mehr als 5 Gläser zu trinken. Das sind mehr als doppelt so viele, wie bei den 25- bis unter 35-Jährigen und mehr als viermal so



viele wie im Gesamtdurchschnitt (vgl. Abb. 18).

Damit lassen sich zwei Gruppen bzgl. ihres Alkoholkonsums als „problematisch“ bezeichnen, nämlich „regelmäßige“ und „gelegentliche Vieltrinker“. Um den Anteil der Risikogruppen in

Mülheim aus den Antworten auf die Bürgerumfrage zu bestimmen, wurden die Befragten bei einem Verzehr von in der Regel mehr als zwei Gläsern den „Problem-Gruppen“ zugeordnet (vgl. hierzu Abb. 19). Danach zeigt mehr als jede/-r Dritte einen „problematischen“ Alkoholkonsum, wobei diejenigen, die „nur“ gelegentlich zu viel trinken, deutlich stärker vertreten sind als diejenigen, die mehrmals in der Woche ein gesundheitsgefährdendes Trinkverhalten aufweisen.



Bei der Zuordnung zu den „Problemgruppen“ bestätigt sich die besondere Betroffenheit der Jugendlichen und jungen Er-

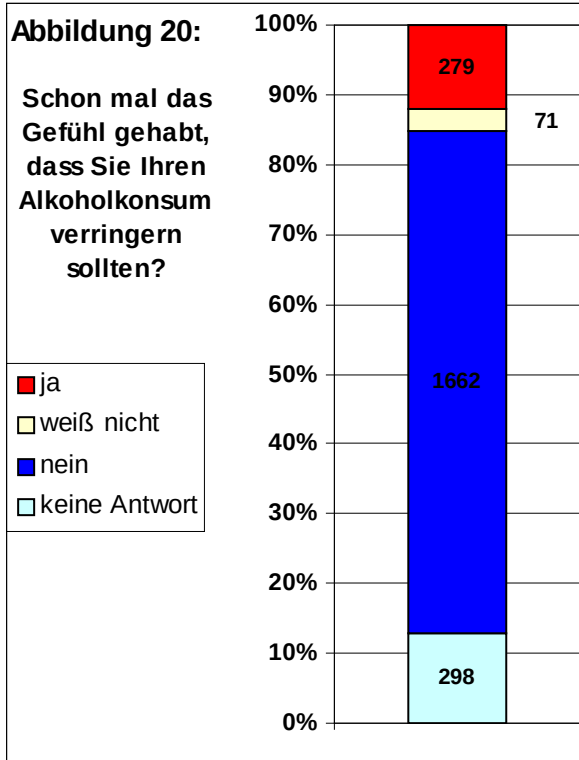
wachsenen unter 25 Jahren, von denen 61,9 % gelegentlich und weitere 10,1 % sogar mehrmals in der Woche zu viel trinken. Das Risikopotential in dieser Altersgruppe liegt also bei beachtlichen 72 %. Mit zunehmendem Alter sinkt dann der Anteil der „gelegentlichen Zuvieltrinker“ deutlich, während der Prozentanteil der „regelmäßigen Zuvieltrinker“ zunächst bei den 25- bis unter 35-Jährigen auf 5,7 % zurückgeht, um dann bis zur Altersgruppe der 65- bis unter 75-Jährigen kontinuierlich auf 15,1 % zunimmt.

Fast die Hälfte der alleinlebenden Männer ist den beiden Risikogruppen zugeordnet. Mit 17,3 % ist der Anteil der „regelmäßigen Vieltrinker“ in dieser Haushaltsform am höchsten. Besser gebildete Befragte verzehren zwar häufiger alkoholische Getränke als diejenigen mit schwächeren Schulabschlüssen, zählen aber nicht häufiger zu den Problemgruppen. Mit zunehmendem Einkommen steigt der Anteil der „regelmäßigen Zuvieltrinker“, parallel dazu sinkt der Anteil der „gelegentlichen Zuvieltrinker“. Unter allen Berufsgruppen geben von den Selbständigen und Freiberuflern mit 18,2 % relativ viele (fast) täglichen Alkoholkonsum an. Entsprechend häufig sind sie auch der Risikogruppe, die regelmäßig zu viel trinkt, zugeordnet. Dagegen werden Arbeiter (40,7 %) und Arbeitslose (32,2 %) relativ häufig der Problemgruppe der gelegentlich zu viel trinkenden zugeordnet.

Befragte mit Migrationshintergrund greifen deutlich seltener zu alkoholischen Getränken als die Deutschen. In der Gruppe der Ausländer liegt der Anteil derjenigen, die angeben nie Alkohol zu trinken, mit 43,1 % mehr als viermal so hoch wie bei den Deutschen.

Der Fragebogen wurde ergänzt um zwei weitere Fragen, die sich auf das Verhalten bei einem bereits riskanten Alkoholkonsums beziehen. Immerhin 12,1 % von allen Befragten hatten schon einmal das Gefühl, dass sie ihren Alkoholkonsum verringern sollten. Allein bei den Jüngsten ist dieses Problembewusstsein unterdurchschnittlich ausgeprägt (7,3 %). Wer mit Partner und Kind/ern im Haushalt lebt, hat sich mit dieser Frage dagegen schon eher auseinander gesetzt (16,4 %). Das Problembewusstsein steigt auch mit zunehmendem Bildungsgrad, dem Einkommen und der Stellung im Beruf. Während diejenigen, die gelegentlich zu viel trinken, nicht häufiger über diese Frage nachdenken, wie auch der Durchschnitt der Befragten, ist das Gefühl bei denen die mehrmals in der Woche (zu) viel Alkohol konsumieren bei 45 % bekannt.

Unabhängig davon, ob die Befragten in ihrem eigenen Alkoholkonsum schon einmal ein Problem gesehen haben, wurden alle danach gefragt, an wen man sich bei Alkoholproblemen wenden würde. Am häufigsten genannt werden der Hausarzt oder ein Therapeut, besonders auch von denjenigen, die sich schon einmal mit der Problematik auseinandergesetzt haben. Suchtberatungsstellen folgen an zweiter Stelle. Betroffene würden dagegen eher versuchen, das Problem alleine zu lösen oder die Familie bzw. Freunde einbeziehen. Auch Selbsthilfegruppen werden von den Betroffenen seltener genannt als von der Gesamtheit der Befragten. (s. hierzu Abb. 21)





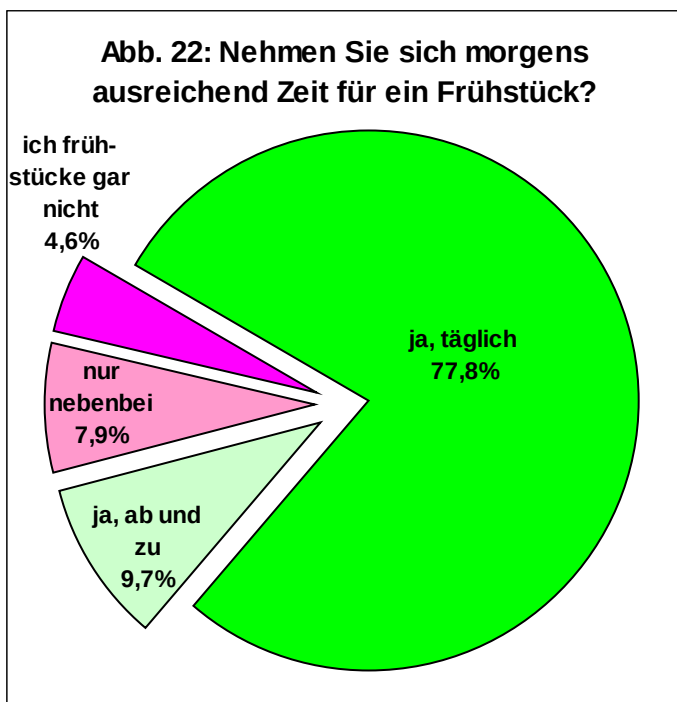
**Abbildung 21: Potentielle Anlaufstellen bei Alkoholproblemen**

| Anlaufstelle         | alle Befragte |       | von denen, die schon einmal Probleme gesehen haben |       |
|----------------------|---------------|-------|----------------------------------------------------|-------|
|                      | absolut       | in %  | absolut                                            | in %  |
| Hausarzt/Therapeut   | 877           | 38,0% | 117                                                | 41,9% |
| Suchtberatungsstelle | 700           | 30,3% | 74                                                 | 26,5% |
| Familie/Freunde      | 642           | 27,8% | 85                                                 | 30,5% |
| keine, alleine lösen | 401           | 17,4% | 94                                                 | 33,7% |
| Selbsthilfegruppen   | 371           | 16,1% | 33                                                 | 11,8% |
| weiß nicht           | 156           | 6,8%  | 11                                                 | 3,9%  |
| sonstige             | 79            | 3,4%  | 8                                                  | 2,9%  |

## 2.4 Ernährungsverhalten

"Ernährung" ist eher von Wissen und Vernunft bestimmt, "Essen" eher von Gefühlen.

Jeder Mensch braucht morgens genügend Energie, um am Arbeitsplatz oder in der Schule leistungsfähig zu sein. Menschen, die frühmorgens keinen Bissen herunterbringen, sollten darauf achten, ein Frühstück im Verlaufe des Vormittags einzunehmen und nicht erst bis zum Mittag mit der ersten Nahrungsaufnahme warten. Da der Körper frühmorgens den Flüssigkeitsverlust der Nacht ausgleichen muss, ist ausreichendes (mind. 0,5 l) Trinken von geeigneter Flüssigkeit wichtig, auch wenn das eigentliche Frühstück später stattfindet. Zeitmangel sollte grundsätzlich kein Grund sein, diese wichtige Mahlzeit des Tages ausfallen zu lassen, denn Frühstück schützt vor zahlreichen Erkrankungen. Eine Untersuchung des US-Mediziners Mark A. Pereira vom Bostoner Children's Hospital hat ergeben: wer morgens regelmäßig ein Frühstück verzehrt, reduziert das Risiko von Diabetes und Übergewicht, auch das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen sinkt. Nach einer Untersuchung der US-Harvard Medical School an 86.000 Männern verringert ein ballaststoffreiches Frühstück sogar das Auftreten sämtlicher Erkrankungen.



Ein mindestens 10-minütiges Frühstück an normalen Werktagen nehmen täglich mehr als drei Viertel der Befragten zu sich. Weitere 9,7 % haben wenigstens ab und zu die Zeit dazu. Dieses auf den ersten Blick erfreuliche Ergebnis erklärt sich aber daraus, dass sich die Senior/-innen ab 65 Jahre, die bereits im Ruhestand sind, fast alle täglich die ausreichende Zeit und Ruhe für ihr Frühstück nehmen, während in den jüngeren Altersgruppen unter 45 Jahren nur weniger als 60 % dies täglich schaffen.

Von den Befragten, die mit Partner und Kind/-ern zusammenleben, nehmen sich immerhin zwei Drittel



täglich die Zeit für das Frühstück. Von den Alleinerziehenden kommen dagegen 13,6 % nie dazu. Bei allen Befragten, die mit Kind/-ern im Haushalt leben, besteht ein Zusammenhang mit dem Einkommen. Je höher das Haushaltseinkommen ausfällt, umso größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass morgens ein ausreichendes Frühstück eingenommen wird. Zahlreiche Mülheimer Schulen beklagen die Tatsache, dass Kinder hungrig im Unterricht erscheinen. Aktionen wie „Frühstück für alle“ oder „jedem Kind ein Apfel“ tragen dem Problem der mangelhaften und fehlerhaften Frühstücksgewohnheiten von Schulkindern Rechnung.

**Abbildung 23: Haushalte mit und ohne Kind/-ern in den Stadtteilen, die üblicherweise 10 Minuten Zeit für das Frühstück haben**

|                    |                    |                      |                      | 35. normale Werktage: üblicherweise 10 Minuten Zeit für Frühstück? |               |                                                             |                                                           | Gesamt         |
|--------------------|--------------------|----------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------|
|                    |                    |                      |                      | Ja, täglich                                                        | Ja, ab und zu | Nein, in der Regel keine Zeit, ich frühstücke neben anderen | Nein, ich verzichte für gewöhnlich ganz auf das Frühstück |                |
| Haushalt mit Kind  | ST_TEIL            | Altstadt I (Zentrum) | Anzahl               | 31<br>75,6%                                                        | 3<br>7,3%     | 5<br>12,2%                                                  | 2<br>4,9%                                                 | 41<br>100,0%   |
|                    |                    | Altstadt II (Nord)   | Anzahl               | 40<br>66,7%                                                        | 8<br>13,3%    | 9<br>15,0%                                                  | 3<br>5,0%                                                 | 60<br>100,0%   |
|                    |                    | Styrum               | Anzahl               | 21<br>55,3%                                                        | 8<br>21,1%    | 6<br>15,8%                                                  | 3<br>7,9%                                                 | 38<br>100,0%   |
|                    |                    | Dümpten              | Anzahl               | 21<br>47,7%                                                        | 13<br>29,5%   | 9<br>20,5%                                                  | 1<br>2,3%                                                 | 44<br>100,0%   |
|                    |                    | Heißen               | Anzahl               | 39<br>65,0%                                                        | 6<br>10,0%    | 9<br>15,0%                                                  | 6<br>10,0%                                                | 60<br>100,0%   |
|                    |                    | Holthausen           | Anzahl               | 39<br>67,2%                                                        | 11<br>19,0%   | 5<br>8,6%                                                   | 3<br>5,2%                                                 | 58<br>100,0%   |
|                    |                    | Saarn                | Anzahl               | 64<br>72,7%                                                        | 8<br>9,1%     | 10<br>11,4%                                                 | 6<br>6,8%                                                 | 88<br>100,0%   |
|                    |                    | Broich               | Anzahl               | 23<br>65,7%                                                        | 7<br>20,0%    | 4<br>11,4%                                                  | 1<br>2,9%                                                 | 35<br>100,0%   |
|                    |                    | Speldorf             | Anzahl               | 30<br>65,2%                                                        | 9<br>19,6%    | 5<br>10,9%                                                  | 2<br>4,3%                                                 | 46<br>100,0%   |
|                    |                    | Gesamt               | Anzahl               | 308<br>65,5%                                                       | 73<br>15,5%   | 62<br>13,2%                                                 | 27<br>5,7%                                                | 470<br>100,0%  |
|                    | Haushalt ohne Kind | ST_TEIL              | Altstadt I (Zentrum) | Anzahl                                                             | 170<br>78,0%  | 19<br>8,7%                                                  | 19<br>8,7%                                                | 10<br>4,6%     |
| Altstadt II (Nord) |                    |                      | Anzahl               | 185<br>80,8%                                                       | 21<br>9,2%    | 14<br>6,1%                                                  | 9<br>3,9%                                                 | 229<br>100,0%  |
| Styrum             |                    |                      | Anzahl               | 101<br>82,8%                                                       | 7<br>5,7%     | 5<br>4,1%                                                   | 9<br>7,4%                                                 | 122<br>100,0%  |
| Dümpten            |                    |                      | Anzahl               | 150<br>79,8%                                                       | 22<br>11,7%   | 8<br>4,3%                                                   | 8<br>4,3%                                                 | 188<br>100,0%  |
| Heißen             |                    |                      | Anzahl               | 195<br>84,1%                                                       | 12<br>5,2%    | 20<br>8,6%                                                  | 5<br>2,2%                                                 | 232<br>100,0%  |
| Holthausen         |                    |                      | Anzahl               | 124<br>82,7%                                                       | 10<br>6,7%    | 9<br>6,0%                                                   | 7<br>4,7%                                                 | 150<br>100,0%  |
| Saarn              |                    |                      | Anzahl               | 219<br>80,5%                                                       | 19<br>7,0%    | 22<br>8,1%                                                  | 12<br>4,4%                                                | 272<br>100,0%  |
| Broich             |                    |                      | Anzahl               | 125<br>77,6%                                                       | 21<br>13,0%   | 7<br>4,3%                                                   | 8<br>5,0%                                                 | 161<br>100,0%  |
| Speldorf           |                    |                      | Anzahl               | 168<br>83,2%                                                       | 13<br>6,4%    | 12<br>5,9%                                                  | 9<br>4,5%                                                 | 202<br>100,0%  |
| Gesamt             |                    |                      | Anzahl               | 1437<br>81,0%                                                      | 144<br>8,1%   | 116<br>6,5%                                                 | 77<br>4,3%                                                | 1774<br>100,0% |

Zwar ist die Datenbasis für eine Untersuchung der neun Stadtteile an dieser Stelle sicherlich wage, es scheint aber in bestimmten Stadtteilen Haushalte mit Kindern zu geben, in denen überdurchschnittlich häufig nicht gefrühstückt wird.

Durch den Bundes-Gesundheitssurvey 1998 und den daran angeschlossenen Ernährungssurvey liegen umfangreiche Daten zum Ernährungsverhalten der Deutschen vor. Demnach verzehren die Deutschen inzwischen mehr frisches Obst und Gemüse, mehr ballaststoff- und kohlenhydratreiche Kost sowie mehr nichtalkoholische Getränke als Ende der 1980er Jahre. Gleichwohl nehmen weiterhin nur etwa die Hälfte der Männer und Frauen die empfohlene Tagesmindestmenge von 400 Gramm Obst und Gemüse zu sich.

Produkte mit dem Biosiegel haben in jedem Lebensmittelgeschäft Einzug gehalten. Waren es in der Vergangenheit ausschließlich Spezialgeschäfte, die biologisch angebaute Waren anboten, verfügt heute beinahe jeder Discounter über eine große Angebotspalette von Bio-Produkten. Immer mehr Menschen greifen bewusst zu Produkten des ökologischen Landbaus, weil sie sich für qualitativ hochwertige Produkte, eine gesunde Ernährung sowie den Schutz von Tieren und Umwelt entschieden haben. Mit dem Erwerb eines Bioproduktes verbindet der Käufer ein gesundes Lebensmittel, frei von Schadstoffen, gut für den Körper und die Gesundheit. Ein ernüchterndes Ergebnis der Stiftung Warentest zur Prüfung der Lebensmittel mit dem Biosiegel ergab: Lebensmittel mit dem Biosiegel sind den konventionellen Produkten nicht überlegen. Der Verwendung von Lebensmitteln aus biologischem Anbau garantiert also nicht zwangsläufig den besseren ernährungsphysiologischen Wert.

Unterdessen ist der Verzehr von Fast Food und Tiefkühlkost deutlich gestiegen. Lebensmittel, die eine Ersparnis von Zeit und Arbeit mit sich bringen sollen, werden als Convenience – Produkte bezeichnet. Dazu gehören vorgefertigte Waren wie Tiefkühlkost, Mischsalate, Fertiggerichte und Konserven sowie Produkte von Imbissbuden und Heimpliefdiensten. Auch der vermehrte Konsum von Fast Food ist Teil des Convenience - Trends. Wie ungesund Fast Food wirklich ist, hängt von der Häufigkeit des Fast Food Konsums ab, und von der Gestaltung der übrigen Ernährung. Im Rahmen einer gesunden, vollwertigen Ernährung ist der gelegentliche Verzehr von Fast Food Produkten unbedenklich.

Im Trend liegen auch funktionelle Lebensmittel wie ACE-Drinks und probiotische Joghurts sowie Nahrungsergänzungspräparate, obwohl diese für einen Großteil der Bevölkerung nicht notwendig sind. ACE-Produkte, meist als Getränke im Handel erhältlich, wird eine gesundheitsfördernde Wirkung zugesprochen. Sie haben einen hohen Gehalt an Vitamin A (bzw. Beta-Carotin als Vitamin-A-Vorstufe), C und E. Vielfach sind sie jedoch mit Vitaminzusätzen angereichert.

**Abbildung 24: Verzehr bestimmter Lebensmittel nach der Häufigkeit**

| Frage 36:                    | Wie häufig essen Sie...? |        |       |              |               |
|------------------------------|--------------------------|--------|-------|--------------|---------------|
| Angaben in Prozent           | Obst                     | Gemüse | Fisch | Bio-Produkte | sog. Fastfood |
| mehrmals pro Woche           | 84,5                     | 88,2   | 15,2  | 32,3         | 3,3           |
| ca. einmal pro Woche         | 11,0                     | 10,6   | 54,6  | 22,8         | 15,8          |
| ca. einmal pro Monat         | 3,1                      | 0,8    | 20,7  | 15,4         | 26,3          |
| weniger als einmal pro Monat | 1,1                      | 0,2    | 4,9   | 15,0         | 31,9          |
| nie                          | 0,3                      | 0,2    | 4,5   | 14,5         | 22,7          |

In diesem Sinne wurde danach gefragt, wie häufig bestimmte eher gesunde bzw. eher ungesunde Lebensmittel auf der Speisekarte der Mülheimerinnen und Mülheimer stehen. Die Anteile enthält die tabellarische Übersicht in der Abbildung 24.

Obst und Gemüse essen Frauen noch häufiger als Männer, auch Bio-Produkte erfreuen sich bei Frauen höherer Beliebtheit. Allein beim Verzehr von Fastfood liegen die Männer vorne. Frauen gelingt es also auch in Mülheim häufiger, sich gesundheitsbewusst zu ernähren. Ältere Menschen achten stärker auf eine ausgewogene und gesunde Ernährung als jüngere (GP Forschungsgruppe, 1990). Dies bestätigen auch die Ergebnisse der Mülheimer Bürgerumfrage. Die Beliebtheit von Obst, Gemüse und Fisch steigt mit zunehmendem Alter. Genau umgekehrt sieht es beim Verzehr von Fastfood aus. In den jüngeren Altersgruppen bestehen also die größten Defizite bei der gesundheitsfördernden Ernährung.

In den höheren Einkommensgruppen werden häufiger Bio-Produkte verzehrt, in den unteren häufiger Fastfood-Angebote.

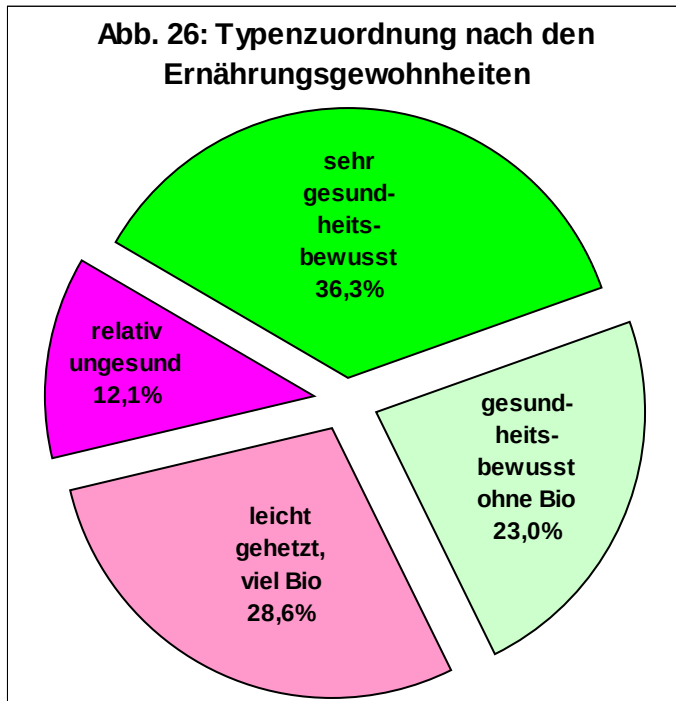
Zwischen gesunder Ernährung und einem hohen Gesundheitsbewusstsein besteht ein enger Zusammenhang. Wer stärker auf seine Gesundheit achtet, isst häufiger Obst, frisches Gemüse und Salate, achtet auf vitaminreiche Kost, lebt kalorienbewusst und nimmt über den Tag verteilt fünf Mahlzeiten zu sich. (GP Forschungsgruppe, 1990). Gesundes Verhalten wird von einer Reihe unterschiedlicher Faktoren beeinflusst. Eine wichtige Rolle spielt dabei das kulturelle und soziale Umfeld eines Menschen, vor allem das Verhalten von Bezugsgruppen, an denen er sich ausrichtet. Entsprechend wichtig ist das Ernährungsverhalten in Haushalten mit Kindern. Obst und Gemüse stehen auch dort in der Regel fast täglich auf der Speisekarte, Bio-Produkte gibt es sogar häufiger als im Durchschnitt. In den Haushalten von Alleinerziehenden wird seltenerer Fisch, aber deutlich häufiger Fastfood verzehrt.

Um nun eine Typisierung der Befragten nach den Ernährungsgewohnheiten zu erreichen, wurde eine Cluster-Analyse durchgeführt. Anhand der Fragen nach dem ausreichenden Frühstück und nach der Häufigkeit des Verzehrs der verschiedenen Lebensmittel wurden Gruppen gebildet, die sich in ihrem Antwortverhalten auf diese Fragen ähneln. Dabei kam es zu vier verschiedenen Gruppierungen, die sich untereinander deutlich unterscheiden. In der Abbildung 25 sind die Durchschnittswerte für die Typisierungsvariablen dargestellt. Je kleiner die Werte ausfallen, umso häufiger steht täglich ausreichend Zeit für ein Frühstück zur Verfügung und umso häufiger stehen die entsprechenden Lebensmittelgruppen auf dem Speiseplan.

**Abbildung 25: Durchschnittswerte der Typisierungs-Variablen für die Ernährungsgewohnheiten**

| Typisierung nach den Ernährungsgewohnheiten | Häufigkeit | % -Anteile         |                        | Durchschnittswerte der Typisierungs-Variablen |                     |                          |                      |                                  |                              |
|---------------------------------------------|------------|--------------------|------------------------|-----------------------------------------------|---------------------|--------------------------|----------------------|----------------------------------|------------------------------|
|                                             | absolut    | an allen Befragten | der zugeordneten Fälle | Frühstücks-<br>gewohn-<br>heiten              | Verzehr<br>von Obst | Verzehr<br>von<br>Gemüse | Verzehr<br>von Fisch | Verzehr<br>von Bio-<br>Produkten | Verzehr<br>von Fast-<br>Food |
| sehr gesundheitsbewusst                     | 736        | 31,9               | 36,3                   | 1,09                                          | 1,08                | 1,04                     | 1,95                 | 1,81                             | 4,13                         |
| gesundheitsbewusst ohne Bio                 | 466        | 20,2               | 23,0                   | 1,31                                          | 1,10                | 1,10                     | 2,26                 | 4,30                             | 4,21                         |
| leicht gehetzt, viel Bio                    | 579        | 25,1               | 28,6                   | 1,67                                          | 1,26                | 1,15                     | 2,57                 | 1,52                             | 2,80                         |
| relativ ungesund                            | 245        | 10,6               | 12,1                   | 2,00                                          | 1,86                | 1,45                     | 2,90                 | 4,09                             | 2,29                         |
| Gesamt                                      | 2026       | 87,7               | 100                    |                                               |                     |                          |                      |                                  |                              |
| nicht zugeordnet                            | 284        | 12,3               |                        | 1,20                                          | 1,12                | 1,14                     | 2,04                 | 2,34                             | 3,65                         |
| Alle Befragten                              | 2310       | 100                |                        | 1,39                                          | 1,22                | 1,14                     | 2,29                 | 2,57                             | 3,55                         |

In der Abbildung 27 werden für die vier Gruppen die sozio-demografischen Unterschiede dargestellt. Abbildung 28 zeigt dann das Antwortverhalten dieser Gruppen auf die anderen Gesundheitsfragen und ordnet ihnen folglich Risikofaktoren zu. Der Faktor für die Frage 38 bezeichnet die durchschnittliche Anzahl der Angebote, die diejenigen, die überhaupt Präventionsangebote genutzt haben, angeben.



Mehr als ein Drittel der Befragten zeigen sich in ihrem Ernährungsverhalten **sehr gesundheitsbewusst**. Sie haben fast alle täglich Zeit für ein ausreichendes Frühstück und essen mehrmals in der Woche Obst und Gemüse. Fisch und Bioprodukte stehen im Schnitt wöchentlich auf dem Speiseplan. Fastfood wird weniger als einmal im Monat verzehrt. Es handelt sich dabei eher um ältere Befragte, die ohne Kinder im Haushalt leben. Sie sind in der Regel gut situiert und wohnen häufiger im Eigentum. Frauen und Deutsche sind in dieser Gruppe stärker vertreten als im Schnitt. Sie sind überwiegend davon überzeugt, dass man durch eine gesunde Lebensweise Krankheiten vorbeugen kann. Die persönliche Vorbeugung ist ihnen eher sehr

wichtig. Viele von ihnen haben schon mehrere Präventionsangebote wahrgenommen. Raucher sind seltener vertreten. Sie trinken relativ häufig, aber mäßig Alkohol. Sie treiben regelmäßig Sport oder bewegen sich anderweitig in ihrer freien Zeit.

**Abbildung 27: Ernährungsgewohnheiten nach sozio-demographischen Strukturen**

| Typisierung nach den Ernährungsgewohnheiten | % -Anteile der zugeordneten Fälle | nach demographischen und sozialen Strukturen |         |                            |                           |              |                       |                        |
|---------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------------|---------|----------------------------|---------------------------|--------------|-----------------------|------------------------|
|                                             |                                   | Geschlecht                                   | Ø-Alter | Deutsch / Migrant          | Single / Paare / mit Kind | Bildungsgrad | Mieter / Eigentümer   | Ø-Einkommen            |
| sehr gesundheitsbewusst                     | 36,3                              | eher weiblich<br>57,8 / 42,2                 | 59,5    | eher Deutsch<br>94,6 / 5,3 | eher Paare ohne Kind      | normal       | eher Eigentum<br>56,8 | guter Durchschnitt     |
| gesundheitsbewusst ohne Bio                 | 23,0                              | 53,5 / 46,8                                  | 59,8    | 92,1 / 7,9                 | eher Paare ohne Kind      | eher niedrig | 57,1 / 42,9           | unter Durchschnitt     |
| leicht gehetzt, viel Bio                    | 28,6                              | 51,5 / 48,5                                  | 44,0    | 91,9 / 8,1                 | eher mit Kind             | eher hoch    | 51,1 / 48,9           | guter Durchschnitt     |
| relativ ungesund                            | 12,1                              | eher männlich<br>39,6 / 60,4                 | 38,6    | eher Migra<br>85,7 / 14,3  | eher Single + mit Kind    | eher mittel  | eher Mieter<br>63,1   | schwacher Durchschnitt |

Fast ein Viertel der Befragten zeigen sich in ihrem Ernährungsverhalten **gesundheitsbewusst, verzichten aber auf Bio-Produkte**. Sie haben fast täglich Zeit für ein ausreichendes Frühstück und essen mehrmals in der Woche Obst und Gemüse. Fisch steht zwar nicht jede Woche, aber mehrmals im Monat auf dem Speiseplan. Bio-Produkte und Fastfood-Angebote werden fast gar nicht verzehrt.

Es handelt sich ebenfalls eher um ältere Befragte die ohne Kinder im Haushalt leben. Sie haben im Schnitt niedrigere Schulabschlüsse und verfügen in der Regel über unterdurchschnittliche Einkommen. Sport oder Bewegung in der Freizeit ist in dieser Gruppe weniger

verbreitet. Auch Präventionsangebote hat bisher nur jede/-r Vierte von ihnen genutzt. Dieses Viertel hat dann aber im Schnitt bereits mehrere dieser Angebote angegeben.

**Abbildung 28: Ernährungsgewohnheiten, Bereitschaft zur persönlichen Vorbeugung und Risikofaktoren**

| Typisierung nach den Ernährungsgewohnheiten | %Anteile der zugeordneten Fälle | nach den anderen Gesundheitsfragen                     |                            |                        |                                |                    |                      |                        |
|---------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------|------------------------|--------------------------------|--------------------|----------------------|------------------------|
|                                             |                                 | Frage 27: Bewusstsein                                  | 28: persönliche Vorbeugung | Raucher / Nichtraucher | Alkoholkonsum Häufigkeit Menge | Frage 37: Bewegung | Frage 38: Prävention |                        |
| sehr gesundheitsbewusst                     | 36,3                            | eher ganz sicher 64,2                                  | eher sehr wichtig 60,9     | selten Raucher 13,8    | relativ häufig                 | eher gering        | wenig keine 14,2     | häufig 40,5 Faktor 2,3 |
| gesundheitsbewusst ohne Bio                 | 23,0                            |                                                        |                            | 18,6                   |                                |                    | eher nicht 24,3      | 27,0 Faktor 2,2        |
| leicht gehetzt, viel Bio                    | 28,6                            | höchste Diskrepanz: ganz sicher 60,1:47,8 sehr wichtig |                            | 22,5                   |                                |                    | 18,8                 | 29,8 Faktor 1,9        |
| relativ ungesund                            | 12,1                            | selten ganz sicher 36,4                                | selten sehr wichtig 26,6   | häufig Raucher 31,5    |                                | eher viel          | häufig nie 29,2      | selten 18,5 Faktor 1,0 |

Mehr als ein Viertel der Befragten zeigen sich in ihrem Ernährungsverhalten **leicht gehetzt und greifen dabei relativ häufig zu Bio-Produkten**. Mehr als ein Drittel von ihnen hat bestenfalls ab und zu Zeit für ein ausreichendes Frühstück. Sie essen meist noch mehrmals in der Woche Obst. Herkömmliches Gemüse kommt aber im Schnitt seltener auf den Tisch als Bio-Produkte. Fastfood-Angebote werden mehrmals im Monat verzehrt.

Dieser Gruppe sind mehr Männer zugeordnet als Frauen. In den betroffenen Haushalten leben oft Kinder. Die Befragten sind jünger als der Schnitt. Sie haben eher bessere Schulabschlüsse, die höheren Einkommensgruppen sind dieser Gruppe am häufigsten zugeordnet. Bei den als leicht gehetzt eingestuften Befragten ist die Diskrepanz zwischen dem Glauben, durch eine gesundheitsfördernde Lebensführung Krankheiten vorbeugen zu können und der persönlichen Bereitschaft zur Vorbeugung am höchsten.

Mehr als jeder achte Befragte wird der Gruppe derjenigen zugeordnet, deren Ernährungsverhalten als **relativ ungesund** einzustufen ist. Sie haben bestenfalls ab und zu Zeit für ein ausreichendes Frühstück. Sie essen mehrmals in der Woche Obst. Fastfood-Angebote werden mehrmals im Monat verzehrt.

Männer sind mit einem Anteil von über 60 % stark überrepräsentiert. Die Befragten sind deutlich jünger als der Schnitt. Kinder leben ähnlich häufig im Haushalt dieser Personengruppe, die sich relativ ungesund ernährt, wie in der Gruppe der „leicht gehetzten“. Migranten sind stärker vertreten als in den anderen Gruppen. Die Schulabschlüsse entsprechen durchaus dem Durchschnitt, wenn auch mittlere Abschlüsse leicht häufiger vertreten sind. Die Einkommen sind eher niedrig.

Der Glauben, durch eine gesundheitsfördernde Lebensführung Krankheiten vorbeugen zu können, ist in dieser Gruppe am geringsten ausgeprägt, ebenso wie die persönliche Bereitschaft zur Vorbeugung. Präventionsangebote werden entsprechend seltener wahrgenommen. Fast ein Drittel zählt auch zu den aktiven Rauchern. Mehr als ein Drittel der sich relativ ungesund Ernährenden konsumiert gelegentlich größere Mengen an Alkoholika, weitere 5,3 % zählen zu der Risikogruppe, die regelmäßig zu viel Alkohol trinkt. Vergleichsweise viele dieser Gruppe treiben auch nie Sport oder bewegen sich anderweitig in der Freizeit.

In der Abbildung 29 sind die Ernährungstypen auf die neun Stadtteile verteilt dargestellt. Sehr gesundheitsbewusst ernähren sich die Hälfte der Befragten aus Menden-Holthausen. Die Gesundheitsbewussten, die auf Bio-Produkte eher verzichten, sind am stärksten in Broich vertreten. Die Gruppe der leicht gehetzten, die viele Bio-Produkte einsetzen, sind im Stadtzentrum, in Heißen und in Saarn überdurchschnittlich stark vertreten. Relativ ungesund

ernähren sich vergleichsweise viele Befragte in Styrum und in Dümpten, aber auch in der Altstadt II (Nord).

**Abbildung 29: Typen nach Ernährungsgewohnheiten in den Stadtteilen**

|                      |        | Typ Ernährungsgewohnheiten |                             |                          |                  | Gesamt |
|----------------------|--------|----------------------------|-----------------------------|--------------------------|------------------|--------|
|                      |        | sehr gesundheitsbewusst    | gesundheitsbewusst ohne Bio | leicht gehetzt, viel Bio | relativ ungesund |        |
| Altstadt I (Zentrum) | Anzahl | 91                         | 40                          | 81                       | 28               | 240    |
|                      |        | 37,9%                      | 16,7%                       | 33,8%                    | 11,7%            | 100,0% |
| Altstadt II (Nord)   | Anzahl | 85                         | 62                          | 73                       | 36               | 256    |
|                      |        | 33,2%                      | 24,2%                       | 28,5%                    | 14,1%            | 100,0% |
| Styrum               | Anzahl | 44                         | 38                          | 37                       | 25               | 144    |
|                      |        | 30,6%                      | 26,4%                       | 25,7%                    | 17,4%            | 100,0% |
| Dümpten              | Anzahl | 58                         | 53                          | 56                       | 34               | 201    |
|                      |        | 28,9%                      | 26,4%                       | 27,9%                    | 16,9%            | 100,0% |
| Heißen               | Anzahl | 88                         | 63                          | 84                       | 28               | 263    |
|                      |        | 33,5%                      | 24,0%                       | 31,9%                    | 10,6%            | 100,0% |
| Holthausen           | Anzahl | 91                         | 33                          | 52                       | 12               | 188    |
|                      |        | 48,4%                      | 17,6%                       | 27,7%                    | 6,4%             | 100,0% |
| Saarn                | Anzahl | 125                        | 68                          | 100                      | 39               | 332    |
|                      |        | 37,7%                      | 20,5%                       | 30,1%                    | 11,7%            | 100,0% |
| Broich               | Anzahl | 61                         | 53                          | 36                       | 21               | 171    |
|                      |        | 35,7%                      | 31,0%                       | 21,1%                    | 12,3%            | 100,0% |
| Speldorf             | Anzahl | 86                         | 53                          | 56                       | 21               | 216    |
|                      |        | 39,8%                      | 24,5%                       | 25,9%                    | 9,7%             | 100,0% |
| Gesamt               | Anzahl | 729                        | 463                         | 575                      | 244              | 2011   |
|                      |        | 36,3%                      | 23,0%                       | 28,6%                    | 12,1%            | 100,0% |

### 2.5 Sport und Bewegung

Als Bewegungsmangel wird ein Zivilisationsphänomen bezeichnet, das in erster Linie durch Veränderungen im Berufs- und Arbeitsleben mit dem Trend zu überwiegend sitzender Tätigkeit hervorgerufen wird. Die Weltgesundheitsorganisation spricht mittlerweile von einer „Epidemie der Bewegungsarmut“.

Nach Auffassung von Experten gehören regelmäßige sportliche Betätigung und Bewegung an der frischen Luft zu den zentralen Elementen einer gesunden Lebensführung. Bewegung fördert die seelische Ausgeglichenheit, verhindert Gewichtszunahme und Fettleibigkeit und verringert das Risiko degenerativer Erkrankungen im Alter. Jede regelmäßige sportliche Betätigung fördert das Wohlbefinden im Alltag und erhält langfristig die Gesundheit.

Sportmediziner betonen, dass die regelmäßige Aktivität kein Leistungssport sein muss. Bereits geringe Anstrengungen reichen aus, um einen positiven Effekt zu erzielen. Maßgeblich sei die Regelmäßigkeit und Dauer der körperlichen Belastung, so Professor Thomas Wendt (Kardiologe und Sportmediziner). Der positive Effekt für die Gesundheit setzt nach 10 Minuten ein. Der Sport sollte den Körper allerdings nicht überfordern und vor allem Spaß bereiten.

Frauen wie Männer, unabhängig vom Alter, sollten in der Woche 2000 Kilokalorien in Bewegung umsetzen. Treppensteigen, kleinere Einkäufe zu Fuß, Gartenarbeit und weitere alltägliche Möglichkeiten zur Bewegung genügen allerdings nicht. In der Woche sollte noch drei- bis viermal eine regelmäßige sportliche Aktivität von bis zu 30 Minuten hinzu kommen. (Deutsche Gesellschaft für Gesundheitsmedizin und Prävention)

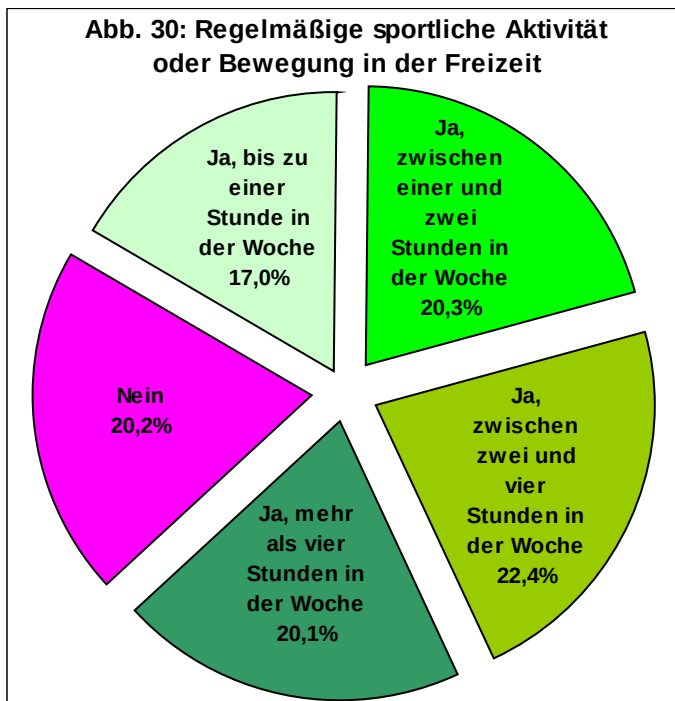
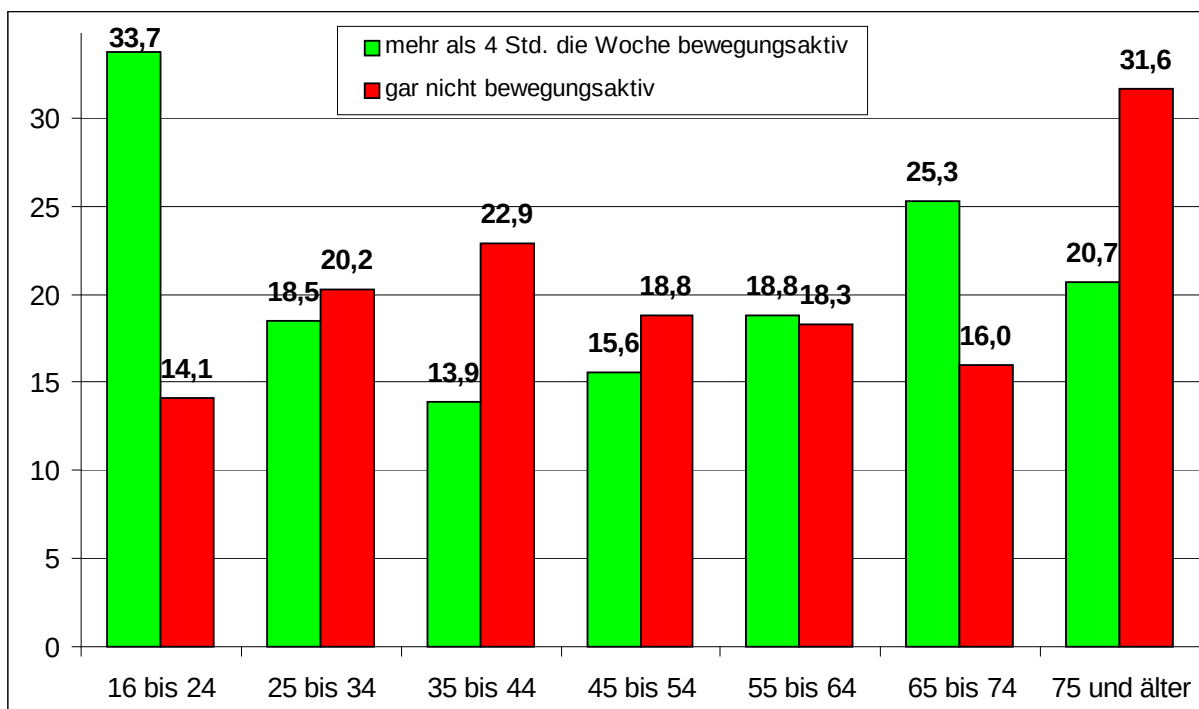


Abbildung 30 zeigt, dass ca. 80 % der Befragten entsprechende regelmäßige Aktivitäten angeben und damit ein durchaus gesundheitsförderndes Bewegungsverhalten aufweisen. Allein jede/-r Fünfte treibt in seiner Freizeit nicht regelmäßig Sport oder bewegt sich anderweitig und ist damit der Risikogruppe „Bewegungsarmut“ zuzuordnen.

Der Anteil dieser Risikogruppe steigt keineswegs mit zunehmendem Alter. Erst bei den 75-Jährigen und Älteren scheint die Mobilität für 31,6 % so weit eingeschränkt, dass sie sich nicht mehr regelmäßig durch Bewegung fit halten können. Aber in dieser Gruppe der Hochaltigen ist gleichzeitig der Anteil derjenigen, die noch mehr als vier

Stunden in der Woche bewegungsaktiv sind, mit 20,7 % höher als in allen Altersgruppen zwischen 25 und unter 65 Jahren.

**Abbildung 31: Bewegungsaktivität nach Altersgruppen**



Damit liegt die Vermutung nahe, einen Zusammenhang mit dem Erwerbsstatus herzustellen. Dieser lässt sich insofern bestätigen, als Berufstätige seltener viel Zeit für Sport und/oder andere Bewegungsaktivitäten aufwenden. Aber gerade in der Gruppe der Angestellten und Beamten, insbesondere in gehobenen Positionen (12,1 %), ist der Anteil der gar nicht Aktiven vergleichsweise gering. Dieser ist bei Arbeitern mit 34,4 % und bei Arbeitslosen mit 25,3 % dagegen überdurchschnittlich hoch. Der Anteil der Bewegungsarmen sinkt mit zunehmendem Bildungsgrad und Einkommen. Befragte mit Migrationshintergrund sind in der gar nicht aktiven Gruppe mit 27,9 % ebenfalls überrepräsentiert.

**Abbildung 32: Bewegungsaktivität nach dem Bewusstsein, dass eine gesunde Lebensweise Krankheiten vorbeugt**

|                                                                    |                      |        | 37. regelmäßig Sport / bewegen in Ihrer freien Zeit? |                                                  |                                                 |                                        |       | Gesamt |
|--------------------------------------------------------------------|----------------------|--------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------|-------|--------|
|                                                                    |                      |        | Ja, bis zu einer Stunde in der Woche                 | Ja, zwischen einer und zwei Stunden in der Woche | Ja, zwischen zwei und vier Stunden in der Woche | Ja, mehr als vier Stunden in der Woche | Nein  |        |
| 27. Durch eine gesunde Lebensweise kann man Krankheiten vorbeugen? | ganz sicher          | Anzahl | 200                                                  | 272                                              | 314                                             | 292                                    | 201   | 1279   |
|                                                                    |                      |        | 15,6%                                                | 21,3%                                            | 24,6%                                           | 22,8%                                  | 15,7% | 100,0% |
|                                                                    | wahrscheinlich       | Anzahl | 158                                                  | 163                                              | 164                                             | 132                                    | 211   | 828    |
|                                                                    |                      |        | 19,1%                                                | 19,7%                                            | 19,8%                                           | 15,9%                                  | 25,5% | 100,0% |
|                                                                    | kaum                 | Anzahl | 16                                                   | 15                                               | 16                                              | 13                                     | 24    | 84     |
|                                                                    |                      |        | 19,0%                                                | 17,9%                                            | 19,0%                                           | 15,5%                                  | 28,6% | 100,0% |
|                                                                    | so gut wie gar nicht | Anzahl | 1                                                    | 1                                                | 1                                               | 3                                      | 4     | 10     |
|                                                                    |                      |        | 10,0%                                                | 10,0%                                            | 10,0%                                           | 30,0%                                  | 40,0% | 100,0% |
|                                                                    | weiß nicht           | Anzahl | 3                                                    | 5                                                | 5                                               | 4                                      | 6     | 23     |
|                                                                    |                      |        | 13,0%                                                | 21,7%                                            | 21,7%                                           | 17,4%                                  | 26,1% | 100,0% |
| Gesamt                                                             |                      | Anzahl | 378                                                  | 456                                              | 500                                             | 444                                    | 446   | 2224   |
|                                                                    |                      |        | 17,0%                                                | 20,5%                                            | 22,5%                                           | 20,0%                                  | 20,1% | 100,0% |

Ein eindeutig positiver Zusammenhang besteht sowohl mit dem Bewusstsein, dass man durch eine gesunde Lebensweise Krankheiten vorbeugen kann (Abb. 32), und noch stärker mit der Bereitschaft zur persönlichen Vorbeugung (Abb. 33). 29,2 % derjenigen, die sich relativ ungesund ernähren, gleichen dieses Defizit nicht durch regelmäßige Bewegungsaktivitäten aus. Und sogar mehr als ein Drittel der regelmäßigen Raucher (35,6 %) bewegen sich in ihrer Freizeit so gut wie gar nicht. Dagegen besteht kaum ein Zusammenhang mit dem Alkoholkonsum.

**Abbildung 33: Bewegungsaktivität nach der Wichtigkeit, die einer persönlichen Vorbeugung beigemessen wird**

|                                                              |                 |        | 37. regelmäßig Sport / bewegen in Ihrer freien Zeit? |                                                  |                                                 |                                        |       | Gesamt |
|--------------------------------------------------------------|-----------------|--------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------|-------|--------|
|                                                              |                 |        | Ja, bis zu einer Stunde in der Woche                 | Ja, zwischen einer und zwei Stunden in der Woche | Ja, zwischen zwei und vier Stunden in der Woche | Ja, mehr als vier Stunden in der Woche | Nein  |        |
| 28. Wichtigkeit der persönlichen Vorbeugung von Krankheiten? | sehr wichtig    | Anzahl | 193                                                  | 235                                              | 289                                             | 264                                    | 173   | 1154   |
|                                                              |                 |        | 16,7%                                                | 20,4%                                            | 25,0%                                           | 22,9%                                  | 15,0% | 100,0% |
|                                                              | wichtig         | Anzahl | 170                                                  | 204                                              | 195                                             | 162                                    | 229   | 960    |
|                                                              |                 |        | 17,7%                                                | 21,3%                                            | 20,3%                                           | 16,9%                                  | 23,9% | 100,0% |
|                                                              | weniger wichtig | Anzahl | 16                                                   | 16                                               | 14                                              | 16                                     | 39    | 101    |
|                                                              |                 |        | 15,8%                                                | 15,8%                                            | 13,9%                                           | 15,8%                                  | 38,6% | 100,0% |
|                                                              | unwichtig       | Anzahl | 1                                                    | 2                                                |                                                 | 1                                      | 5     | 9      |
|                                                              |                 |        | 11,1%                                                | 22,2%                                            |                                                 | 11,1%                                  | 55,6% | 100,0% |
|                                                              | weiß nicht      | Anzahl | 1                                                    | 1                                                | 5                                               | 6                                      | 1     | 14     |
|                                                              |                 |        | 7,1%                                                 | 7,1%                                             | 35,7%                                           | 42,9%                                  | 7,1%  | 100,0% |
| Gesamt                                                       |                 | Anzahl | 381                                                  | 458                                              | 503                                             | 449                                    | 447   | 2238   |
|                                                              |                 |        | 17,0%                                                | 20,5%                                            | 22,5%                                           | 20,1%                                  | 20,0% | 100,0% |



## 2.6 Inanspruchnahme verschiedener Präventionsmaßnahmen

Das ein großer Teil der Bevölkerung einer durchaus positiven Einstellung zur Gesundheit nicht unbedingt Taten folgen lässt (vgl. oben, Abb. 1), zeigt sich auch daran, dass nur 30,2 % der Befragten präventive Leistungen angeben, die sie selbst schon in Anspruch genommen haben. Dabei lässt sich feststellen, dass zwei Drittel derjenigen, die derartige Angebote nutzen, dies durchaus mehrmals tun.

**Abb. 34: Haben Sie selbst schon einmal Präventionsangebote in Anspruch genommen?**

|                           | Häufigkeit   | Prozent     | Gültige % |
|---------------------------|--------------|-------------|-----------|
| <b>Ja, einmal</b>         | <b>231</b>   | <b>10,0</b> | 10,3      |
| <b>Ja, schon mehrmals</b> | <b>466</b>   | <b>20,2</b> | 20,8      |
| Nein                      | 1.486        | 64,3        | 66,2      |
| weiß nicht                | 61           | 2,6         | 2,7       |
| <b>alle Antworten</b>     | <b>2.244</b> | <b>97,1</b> | 100       |
| keine Antwort             | 66           | 2,9         |           |
| alle Befragten            | 2.310        | 100         |           |

Bei den Nutzern der Präventionsangebote sind Frauen deutlich überrepräsentiert. Die Inanspruchnahme derartiger Angebote steigt mit zunehmendem Alter. Befragte mit Migrationshintergrund nehmen die Angebote nur halb so häufig wahr wie Deutsche.

580 Befragte haben in einer offenen Antwortmöglichkeit die von ihnen genutzten Maßnahmen mit einem Stichwort beschrieben. Jeweils mehr als ein Drittel derjenigen, die an dieser Stelle Stichworte genannt haben, bezieht sich auf Maßnahmen gegen Erkrankungen des Skelett- und Muskelsystems, in erster Linie Rückenerkrankungen, oder auf Aktivitäten zur Aufrechterhaltung der allgemeinen Fitness. Jeweils mehr als jede/-r Zehnte bezieht sich auf Angebote zur Ernährungsberatung oder zur physischen und psychischen Entspannung.

**Abbildung 35: Bereits in Anspruch genommene Präventionsangebote**

| <b>genutzte<br/>Präventionsmaßnahmen</b>      | <b>in % der<br/>Antwortenden</b> | <b>insgesamt</b> | <b>in % der<br/>Angaben</b> | <b>erste<br/>Nennung</b> | <b>zweite<br/>Nennung</b> | <b>dritte<br/>Nennung</b> |
|-----------------------------------------------|----------------------------------|------------------|-----------------------------|--------------------------|---------------------------|---------------------------|
| Allgemeine Fitness                            | 38,3%                            | 222              | 28,6%                       | 155                      | 53                        | 14                        |
| Erkrankungen Skelett/<br>Muskelsystem         | 34,8%                            | 202              | 26,0%                       | 171                      | 29                        | 2                         |
| Entspannung                                   | 11,6%                            | 67               | 8,6%                        | 46                       | 15                        | 6                         |
| Ernährung                                     | 11,4%                            | 66               | 8,5%                        | 42                       | 19                        | 5                         |
| Expertenkontakt: Ärzte<br>Therapeuten         | 10,3%                            | 60               | 7,7%                        | 41                       | 13                        | 6                         |
| Internet/Fachvorträge/<br>Infoveranstaltungen | 8,3%                             | 48               | 6,2%                        | 35                       | 9                         | 4                         |
| Diabetes                                      | 6,9%                             | 40               | 5,1%                        | 39                       | 0                         | 1                         |
| Herz-Kreislauf /<br>Atemwegserkrankungen      | 5,3%                             | 31               | 4,0%                        | 24                       | 5                         | 2                         |
| Rehabilitationsmaßnahmen                      | 2,8%                             | 16               | 2,1%                        | 13                       | 2                         | 1                         |
| Sonstiges                                     | 4,3%                             | 25               | 3,2%                        | 14                       | 6                         | 5                         |
| <b>Gesamt</b>                                 |                                  | <b>777</b>       |                             | <b>580</b>               | <b>151</b>                | <b>46</b>                 |



## **Tabellenanhang: Häufigkeitsauszählungen aller Antworten**

Fragen 27 bis 38: Gesundheitsgefährdung und Gesundheitsförderung  
im alltäglichen Leben – Prävention durch eine  
gesundheitsbezogene Lebensführung

Statistische Angaben für die Zuordnung zu unterschiedlichen  
Haushalts- und Personengruppen



**Fragen 27 bis 38: Gesundheitsgefährdung und Gesundheitsförderung im alltäglichen Leben – Prävention durch eine gesundheitsbezogene Lebensführung**

**27. durch eine gesunde Lebensweise Krankheiten vorbeugen**

|         |                      | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|----------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | ganz sicher          | 1303       | 56,4    | 57,5                | 57,5                   |
|         | wahrscheinlich       | 843        | 36,5    | 37,2                | 94,7                   |
|         | kaum                 | 87         | 3,8     | 3,8                 | 98,5                   |
|         | so gut wie gar nicht | 11         | ,5      | ,5                  | 99,0                   |
|         | weiß nicht           | 23         | 1,0     | 1,0                 | 100,0                  |
|         | Gesamt               | 2267       | 98,1    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System               | 43         | 1,9     |                     |                        |
| Gesamt  |                      | 2310       | 100,0   |                     |                        |

**28. Wichtig: eine Vorbeugung von Krankheiten?**

|         |                 | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|-----------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | sehr wichtig    | 1176       | 50,9    | 51,6                | 51,6                   |
|         | wichtig         | 980        | 42,4    | 43,0                | 94,5                   |
|         | weniger wichtig | 102        | 4,4     | 4,5                 | 99,0                   |
|         | unwichtig       | 9          | ,4      | ,4                  | 99,4                   |
|         | weiß nicht      | 14         | ,6      | ,6                  | 100,0                  |
|         | Gesamt          | 2281       | 98,7    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System          | 29         | 1,3     |                     |                        |
| Gesamt  |                 | 2310       | 100,0   |                     |                        |

**29. Leben Sie im Haushalt mit Rauchern?**

|         |                                              | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|----------------------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | Ja, ich rauche selber täglich                | 314        | 13,6    | 13,8                | 13,8                   |
|         | Ja, ich rauche selber, aber nur gelegentlich | 123        | 5,3     | 5,4                 | 19,2                   |
|         | Ja, aber ich selbst rauche nicht             | 221        | 9,6     | 9,7                 | 28,9                   |
|         | Nein, ich war Raucher, habe aber aufgehört   | 689        | 29,8    | 30,3                | 59,3                   |
|         | Nein, ich war nie Raucher                    | 926        | 40,1    | 40,7                | 100,0                  |
|         | Gesamt                                       | 2273       | 98,4    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                                       | 37         | 1,6     |                     |                        |
| Gesamt  |                                              | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 30. Befürworten Sie ein solches Rauchverbot?

|         |            | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | Ja         | 1579       | 68,4    | 70,0                | 70,0                   |
|         | Nein       | 556        | 24,1    | 24,6                | 94,6                   |
|         | weiß nicht | 122        | 5,3     | 5,4                 | 100,0                  |
|         | Gesamt     | 2257       | 97,7    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System     | 53         | 2,3     |                     |                        |
| Gesamt  |            | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 31. Wie häufig konsumieren Sie alkoholische Getränke?

|         |                                 | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|---------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | fast täglich                    | 208        | 9,0     | 9,3                 | 9,3                    |
|         | mehr als einmal in<br>der Woche | 383        | 16,6    | 17,1                | 26,4                   |
|         | mehrmals im Monat               | 576        | 24,9    | 25,7                | 52,1                   |
|         | ca. einmal im Monat             | 343        | 14,8    | 15,3                | 67,4                   |
|         | seltener als einmal<br>im Monat | 479        | 20,7    | 21,4                | 88,8                   |
|         | nie                             | 251        | 10,9    | 11,2                | 100,0                  |
|         | Gesamt                          | 2240       | 97,0    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                          | 70         | 3,0     |                     |                        |
| Gesamt  |                                 | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 32. wie viele Getränke nehmen Sie dann zu sich?

|         |             | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|-------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | 1 bis 2     | 1257       | 54,4    | 63,9                | 63,9                   |
|         | 3 bis 4     | 500        | 21,6    | 25,4                | 89,4                   |
|         | 5 bis 6     | 143        | 6,2     | 7,3                 | 96,6                   |
|         | 7 bis 9     | 41         | 1,8     | 2,1                 | 98,7                   |
|         | 10 und mehr | 25         | 1,1     | 1,3                 | 100,0                  |
|         | Gesamt      | 1966       | 85,1    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System      | 344        | 14,9    |                     |                        |
| Gesamt  |             | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 33. schon einmal Gefühl gehabt, Alkoholkonsum zu verringern

|         |            | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | Ja         | 279        | 12,1    | 13,9                | 13,9                   |
|         | Nein       | 1662       | 71,9    | 82,6                | 96,5                   |
|         | weiß nicht | 71         | 3,1     | 3,5                 | 100,0                  |
|         | Gesamt     | 2012       | 87,1    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System     | 298        | 12,9    |                     |                        |
| Gesamt  |            | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 34. Bei Alkoholproblemen an wen wenden: Familie/Freunde

|                | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|----------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig    nein | 1668       | 72,2    | 72,2                | 72,2                   |
| ja             | 642        | 27,8    | 27,8                | 100,0                  |
| Gesamt         | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## 34. Bei Alkoholproblemen wenden an: Suchtberatungsstellen

|                | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|----------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig    nein | 1610       | 69,7    | 69,7                | 69,7                   |
| ja             | 700        | 30,3    | 30,3                | 100,0                  |
| Gesamt         | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## 34. Bei Alkoholproblemen wenden an: keine dieser Stellen, würde versuchen das Problem selbst zu lösen

|                | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|----------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig    nein | 1909       | 82,6    | 82,6                | 82,6                   |
| ja             | 401        | 17,4    | 17,4                | 100,0                  |
| Gesamt         | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## 34. Bei Alkoholproblemen wenden an: sonstiges

|                | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|----------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig    nein | 2231       | 96,6    | 96,6                | 96,6                   |
| ja             | 79         | 3,4     | 3,4                 | 100,0                  |
| Gesamt         | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## 34. Bei Alkoholproblemen wenden an: Hausarzt/Therapeuten

|                | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|----------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig    nein | 1433       | 62,0    | 62,0                | 62,0                   |
| ja             | 877        | 38,0    | 38,0                | 100,0                  |
| Gesamt         | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## 34. Bei Alkoholproblemen wenden an: Selbsthilfegruppen

|                | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|----------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig    nein | 1939       | 83,9    | 83,9                | 83,9                   |
| ja             | 371        | 16,1    | 16,1                | 100,0                  |
| Gesamt         | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## 34. Bei Alkoholproblemen wenden an: weiß nicht

|        | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|--------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig |            |         |                     |                        |
| nein   | 2154       | 93,2    | 93,2                | 93,2                   |
| ja     | 156        | 6,8     | 6,8                 | 100,0                  |
| Gesamt | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## 35. normale Werktage: üblicherweise 10 Minuten Zeit für Frühstück?

|                                                                   | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|-------------------------------------------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig                                                            |            |         |                     |                        |
| Ja, täglich                                                       | 1760       | 76,2    | 77,8                | 77,8                   |
| Ja, ab und zu                                                     | 219        | 9,5     | 9,7                 | 87,5                   |
| Nein, in der Regel keine<br>Zeit, ich frühstücke<br>neben anderen | 178        | 7,7     | 7,9                 | 95,4                   |
| Nein, ich verzichte für<br>gewöhnlich ganz auf das<br>Frühstück   | 104        | 4,5     | 4,6                 | 100,0                  |
| Gesamt                                                            | 2261       | 97,9    | 100,0               |                        |
| Fehlend                                                           | System     | 49      | 2,1                 |                        |
| Gesamt                                                            | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 36. Wie häufig essen Sie Obst

|                                 | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig                          |            |         |                     |                        |
| mehrmals pro Woche              | 1912       | 82,8    | 84,5                | 84,5                   |
| ca. einmal pro Woche            | 248        | 10,7    | 11,0                | 95,4                   |
| ca. einmal pro Monat            | 71         | 3,1     | 3,1                 | 98,6                   |
| weniger als einmal<br>pro Monat | 25         | 1,1     | 1,1                 | 99,7                   |
| nie                             | 7          | ,3      | ,3                  | 100,0                  |
| Gesamt                          | 2263       | 98,0    | 100,0               |                        |
| Fehlend                         | System     | 47      | 2,0                 |                        |
| Gesamt                          | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 36. Wie häufig essen Sie Gemüse

|                                 | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig                          |            |         |                     |                        |
| mehrmals pro Woche              | 1996       | 86,4    | 88,2                | 88,2                   |
| ca. einmal pro Woche            | 240        | 10,4    | 10,6                | 98,8                   |
| ca. einmal pro Monat            | 19         | ,8      | ,8                  | 99,6                   |
| weniger als einmal<br>pro Monat | 5          | ,2      | ,2                  | 99,8                   |
| nie                             | 4          | ,2      | ,2                  | 100,0                  |
| Gesamt                          | 2264       | 98,0    | 100,0               |                        |
| Fehlend                         | System     | 46      | 2,0                 |                        |
| Gesamt                          | 2310       | 100,0   |                     |                        |



## 36. Wie häufig essen Sie Fisch

|         |                                 | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|---------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | mehrmals pro Woche              | 341        | 14,8    | 15,2                | 15,2                   |
|         | ca. einmal pro Woche            | 1223       | 52,9    | 54,6                | 69,9                   |
|         | ca. einmal pro Monat            | 464        | 20,1    | 20,7                | 90,6                   |
|         | weniger als einmal<br>pro Monat | 110        | 4,8     | 4,9                 | 95,5                   |
|         | nie                             | 100        | 4,3     | 4,5                 | 100,0                  |
|         | Gesamt                          | 2238       | 96,9    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                          | 72         | 3,1     |                     |                        |
| Gesamt  |                                 | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 36. Wie häufig essen Sie Bio-Produkte

|         |                                 | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|---------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | mehrmals pro Woche              | 686        | 29,7    | 32,3                | 32,3                   |
|         | ca. einmal pro Woche            | 483        | 20,9    | 22,8                | 55,1                   |
|         | ca. einmal pro Monat            | 327        | 14,2    | 15,4                | 70,5                   |
|         | weniger als einmal<br>pro Monat | 319        | 13,8    | 15,0                | 85,5                   |
|         | nie                             | 307        | 13,3    | 14,5                | 100,0                  |
|         | Gesamt                          | 2122       | 91,9    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                          | 188        | 8,1     |                     |                        |
| Gesamt  |                                 | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 36. Wie häufig essen Sie sog. Fastfood

|         |                                 | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|---------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | mehrmals pro Woche              | 71         | 3,1     | 3,3                 | 3,3                    |
|         | ca. einmal pro Woche            | 342        | 14,8    | 15,8                | 19,1                   |
|         | ca. einmal pro Monat            | 567        | 24,5    | 26,3                | 45,4                   |
|         | weniger als einmal<br>pro Monat | 688        | 29,8    | 31,9                | 77,3                   |
|         | nie                             | 491        | 21,3    | 22,7                | 100,0                  |
|         | Gesamt                          | 2159       | 93,5    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                          | 151        | 6,5     |                     |                        |
| Gesamt  |                                 | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 37. regelmäßig Sport / bewegen in Ihrer freien Zeit?

|         |                                                  | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|--------------------------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | Ja, bis zu einer Stunde in der Woche             | 384        | 16,6    | 17,0                | 17,0                   |
|         | Ja, zwischen einer und zwei Stunden in der Woche | 458        | 19,8    | 20,3                | 37,4                   |
|         | Ja, zwischen zwei und vier Stunden in der Woche  | 505        | 21,9    | 22,4                | 59,8                   |
|         | Ja, mehr als vier Stunden in der Woche           | 452        | 19,6    | 20,1                | 79,8                   |
|         | Nein                                             | 454        | 19,7    | 20,2                | 100,0                  |
|         | Gesamt                                           | 2253       | 97,5    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                                           | 57         | 2,5     |                     |                        |
| Gesamt  |                                                  | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 38. selbst schon einmal solche Angebote in Anspruch genommen?

|         |                    | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|--------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | Ja, einmal         | 231        | 10,0    | 10,3                | 10,3                   |
|         | Ja, schon mehrmals | 466        | 20,2    | 20,8                | 31,1                   |
|         | Nein               | 1486       | 64,3    | 66,2                | 97,3                   |
|         | weiß nicht         | 61         | 2,6     | 2,7                 | 100,0                  |
|         | Gesamt             | 2244       | 97,1    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System             | 66         | 2,9     |                     |                        |
| Gesamt  |                    | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## genutzte Präventionsmaßnahme 1

|         |                                           | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|-------------------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | Diabetes                                  | 39         | 1,7     | 6,7                 | 6,7                    |
|         | Expertenkontakt: Ärzte<br>Therapeuten     | 41         | 1,8     | 7,1                 | 13,8                   |
|         | Ernährung                                 | 42         | 1,8     | 7,2                 | 21,0                   |
|         | Entspannung                               | 46         | 2,0     | 7,9                 | 29,0                   |
|         | Allgemeine Fitness                        | 155        | 6,7     | 26,7                | 55,7                   |
|         | Erkrankungen<br>Skelett/Muskelsystem      | 171        | 7,4     | 29,5                | 85,2                   |
|         | Fachvorträge/Infoveranstaltungen/Internet | 35         | 1,5     | 6,0                 | 91,2                   |
|         | Rehabilitationsmaßnahmen                  | 13         | ,6      | 2,2                 | 93,4                   |
|         | Herz-Kreislauf /<br>Atemwegserkrankungen  | 24         | 1,0     | 4,1                 | 97,6                   |
|         | Sonstiges                                 | 14         | ,6      | 2,4                 | 100,0                  |
|         | Gesamt                                    | 580        | 25,1    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                                    | 1730       | 74,9    |                     |                        |
| Gesamt  |                                           | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## genutzte Präventionsmaßnahme 2

|         |                                           | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|-------------------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | Expertenkontakt: Ärzte<br>Therapeuten     | 13         | ,6      | 8,6                 | 8,6                    |
|         | Ernährung                                 | 19         | ,8      | 12,6                | 21,2                   |
|         | Entspannung                               | 15         | ,6      | 9,9                 | 31,1                   |
|         | Allgemeine Fitness                        | 53         | 2,3     | 35,1                | 66,2                   |
|         | Erkrankungen<br>Skelett/Muskelsystem      | 29         | 1,3     | 19,2                | 85,4                   |
|         | Fachvorträge/Infoveranstaltungen/Internet | 9          | ,4      | 6,0                 | 91,4                   |
|         | Rehabilitationsmaßnahmen                  | 2          | ,1      | 1,3                 | 92,7                   |
|         | Herz-Kreislauf /<br>Atemwegserkrankungen  | 5          | ,2      | 3,3                 | 96,0                   |
|         | Sonstiges                                 | 6          | ,3      | 4,0                 | 100,0                  |
|         | Gesamt                                    | 151        | 6,5     | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                                    | 2159       | 93,5    |                     |                        |
| Gesamt  |                                           | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## genutzte Präventionsmaßnahme 3

|         |                                           | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|-------------------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | Diabetes                                  | 1          | ,0      | 2,2                 | 2,2                    |
|         | Expertenkontakt: Ärzte<br>Therapeuten     | 6          | ,3      | 13,0                | 15,2                   |
|         | Ernährung                                 | 5          | ,2      | 10,9                | 26,1                   |
|         | Entspannung                               | 6          | ,3      | 13,0                | 39,1                   |
|         | Allgemeine Fitness                        | 14         | ,6      | 30,4                | 69,6                   |
|         | Erkrankungen<br>Skelett/Muskelsystem      | 2          | ,1      | 4,3                 | 73,9                   |
|         | Fachvorträge/Infoveranstaltungen/Internet | 4          | ,2      | 8,7                 | 82,6                   |
|         | Rehabilitationsmaßnahmen                  | 1          | ,0      | 2,2                 | 84,8                   |
|         | Herz-Kreislauf /<br>Atemwegserkrankungen  | 2          | ,1      | 4,3                 | 89,1                   |
|         | Sonstiges                                 | 5          | ,2      | 10,9                | 100,0                  |
|         | Gesamt                                    | 46         | 2,0     | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                                    | 2264       | 98,0    |                     |                        |
| Gesamt  |                                           | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## Statistische Angaben für die Zuordnung zu unterschiedlichen Haushalts- und Personengruppen

### 1a. Geschlecht 1. Sie selbst

|         |          | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|----------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | männlich | 999        | 43,2    | 48,4                | 48,4                   |
|         | weiblich | 1066       | 46,1    | 51,6                | 100,0                  |
|         | Gesamt   | 2065       | 89,4    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System   | 245        | 10,6    |                     |                        |
| Gesamt  |          | 2310       | 100,0   |                     |                        |

### Geschlecht (Register)

|         |          | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|----------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | männlich | 1112       | 48,1    | 48,2                | 48,2                   |
|         | weiblich | 1197       | 51,8    | 51,8                | 100,0                  |
|         | Gesamt   | 2309       | 100,0   | 100,0               |                        |
| Fehlend | System   | 1          | ,0      |                     |                        |
| Gesamt  |          | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## Altersgruppen

|         |                 | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|-----------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | unter 25        | 164        | 7,1     | 7,1                 | 7,1                    |
|         | 25 bis unter 35 | 175        | 7,6     | 7,6                 | 14,7                   |
|         | 35 bis unter 45 | 384        | 16,6    | 16,6                | 31,3                   |
|         | 45 bis unter 55 | 415        | 18,0    | 18,0                | 49,3                   |
|         | 55 bis unter 65 | 403        | 17,4    | 17,5                | 66,8                   |
|         | 65 bis unter 75 | 479        | 20,7    | 20,8                | 87,5                   |
|         | 75 und älter    | 288        | 12,5    | 12,5                | 100,0                  |
|         | Gesamt          | 2308       | 99,9    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System          | 2          | ,1      |                     |                        |
| Gesamt  |                 | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## Personen im Haushalt

|         |        | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|--------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | 1,00   | 422        | 18,3    | 19,3                | 19,3                   |
|         | 2,00   | 1027       | 44,5    | 47,1                | 66,4                   |
|         | 3,00   | 346        | 15,0    | 15,9                | 82,3                   |
|         | 4,00   | 297        | 12,9    | 13,6                | 95,9                   |
|         | 5,00   | 72         | 3,1     | 3,3                 | 99,2                   |
|         | 6,00   | 13         | ,6      | ,6                  | 99,8                   |
|         | 7,00   | 3          | ,1      | ,1                  | 100,0                  |
|         | 8,00   | 1          | ,0      | ,0                  | 100,0                  |
|         | Gesamt | 2181       | 94,4    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System | 129        | 5,6     |                     |                        |
| Gesamt  |        | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## Haushaltsform

|         |                                       | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|---------------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | Single                                | 422        | 18,3    | 20,2                | 20,2                   |
|         | mit Partner ohne<br>Kind/ern unter 18 | 1063       | 46,0    | 50,8                | 71,0                   |
|         | sonstige ohne Kind/er                 | 128        | 5,5     | 6,1                 | 77,1                   |
|         | mit Partner mit<br>Kind/ern unter 18  | 398        | 17,2    | 19,0                | 96,1                   |
|         | Alleinerziehend                       | 82         | 3,5     | 3,9                 | 100,0                  |
|         | Gesamt                                | 2093       | 90,6    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                                | 217        | 9,4     |                     |                        |
| Gesamt  |                                       | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 3. Besitzen Sie die deutsche Staatsangehörigkeit?

|                | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|----------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig Ja      | 2084       | 90,2    | 96,1                | 96,1                   |
| Nein           | 85         | 3,7     | 3,9                 | 100,0                  |
| Gesamt         | 2169       | 93,9    | 100,0               |                        |
| Fehlend System | 141        | 6,1     |                     |                        |
| Gesamt         | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## Migrationstyp Register

|                      | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|----------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig deutsch       | 2138       | 92,6    | 92,6                | 92,6                   |
| deutsch/nichtdeutsch | 66         | 2,9     | 2,9                 | 95,5                   |
| nichtdeutsch         | 105        | 4,5     | 4,5                 | 100,0                  |
| Gesamt               | 2309       | 100,0   | 100,0               |                        |
| Fehlend System       | 1          | ,0      |                     |                        |
| Gesamt               | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 5. höchster Bildungsabschluss

|                                                                                                                        | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig noch Schüler/in, besuche zur Zeit eine allgemein bildende Vo                                                    | 35         | 1,5     | 1,7                 | 1,7                    |
| noch Schüler/in, besuche zur Zeit eine berufsorientierte Auf von der Schule abgegangen ohne Volks-/Hauptschulabschluss | 8          | ,3      | ,4                  | 2,1                    |
| Volks-/Hauptschulabschluss oder Polytechnische Oberschule 8.                                                           | 67         | 2,9     | 3,2                 | 5,3                    |
| Realschule oder Polytechnische Oberschule 10. Klasse                                                                   | 617        | 26,7    | 29,9                | 35,2                   |
| Fachhochschulreife, Abschluss einer Fachoberschule                                                                     | 381        | 16,5    | 18,5                | 53,7                   |
| Abitur, Hochschulreife (EOS)                                                                                           | 319        | 13,8    | 15,5                | 69,1                   |
| anderer Schulabschluss                                                                                                 | 627        | 27,1    | 30,4                | 99,5                   |
| Gesamt                                                                                                                 | 10         | ,4      | ,5                  | 100,0                  |
| Gesamt                                                                                                                 | 2064       | 89,4    | 100,0               |                        |
| Fehlend System                                                                                                         | 246        | 10,6    |                     |                        |
| Gesamt                                                                                                                 | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## Schulausbildung

|         |                            | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|----------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | ohne Abschluss             | 67         | 2,9     | 3,3                 | 3,3                    |
|         | noch Schüler/-in           | 43         | 1,9     | 2,1                 | 5,4                    |
|         | Volks-/Hauptschulabschluss | 617        | 26,7    | 30,0                | 35,4                   |
|         | mittlerer Schulabschluss   | 381        | 16,5    | 18,5                | 53,9                   |
|         | Fachhochschulreife         | 319        | 13,8    | 15,5                | 69,5                   |
|         | Abitur, Hochschulreife     | 627        | 27,1    | 30,5                | 100,0                  |
|         | Gesamt                     | 2054       | 88,9    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                     | 256        | 11,1    |                     |                        |
| Gesamt  |                            | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## Erwerbsstatus1

|         |                                          | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|------------------------------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | Selbständige und Freiberufler            | 152        | 6,6     | 7,5                 | 7,5                    |
|         | Angestellte/Beamte in gehobener Position | 235        | 10,2    | 11,5                | 19,0                   |
|         | einfache Angestellte/Beamte              | 415        | 18,0    | 20,4                | 39,4                   |
|         | Arbeiter                                 | 163        | 7,1     | 8,0                 | 47,4                   |
|         | Arbeitslose                              | 76         | 3,3     | 3,7                 | 51,2                   |
|         | Hausfrau/mann                            | 206        | 8,9     | 10,1                | 61,3                   |
|         | Rentner/Pensionär                        | 733        | 31,7    | 36,0                | 97,3                   |
|         | in Ausbildung                            | 43         | 1,9     | 2,1                 | 99,4                   |
|         | Sonstiges                                | 12         | ,5      | ,6                  | 100,0                  |
|         | Gesamt                                   | 2035       | 88,1    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                                   | 275        | 11,9    |                     |                        |
| Gesamt  |                                          | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## 7. Personen Vollzeit in Mülheim

|        |        | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|--------|--------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig | 0      | 1688       | 73,1    | 73,1                | 73,1                   |
|        | 1      | 478        | 20,7    | 20,7                | 93,8                   |
|        | 2      | 131        | 5,7     | 5,7                 | 99,4                   |
|        | 3      | 11         | ,5      | ,5                  | 99,9                   |
|        | 4      | 2          | ,1      | ,1                  | 100,0                  |
|        | Gesamt | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## 7. Personen Teilzeit in Mülheim

|          | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|----------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig 0 | 1979       | 85,7    | 85,7                | 85,7                   |
| 1        | 315        | 13,6    | 13,6                | 99,3                   |
| 2        | 15         | ,6      | ,6                  | 100,0                  |
| 3        | 1          | ,0      | ,0                  | 100,0                  |
| Gesamt   | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## 7. Personen Vollzeit außerhalb

|          | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|----------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig 0 | 1689       | 73,1    | 73,1                | 73,1                   |
| 1        | 486        | 21,0    | 21,0                | 94,2                   |
| 2        | 121        | 5,2     | 5,2                 | 99,4                   |
| 3        | 10         | ,4      | ,4                  | 99,8                   |
| 4        | 4          | ,2      | ,2                  | 100,0                  |
| Gesamt   | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## 7. Personen Teilzeit außerhalb

|          | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|----------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig 0 | 2159       | 93,5    | 93,5                | 93,5                   |
| 1        | 147        | 6,4     | 6,4                 | 99,8                   |
| 2        | 4          | ,2      | ,2                  | 100,0                  |
| Gesamt   | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## Anzahl Vollzeit-Beschäftigte je Haushalt

|            | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig ,00 | 1212       | 52,5    | 52,5                | 52,5                   |
| 1,00       | 718        | 31,1    | 31,1                | 83,5                   |
| 2,00       | 319        | 13,8    | 13,8                | 97,4                   |
| 3,00       | 45         | 1,9     | 1,9                 | 99,3                   |
| 4,00       | 16         | ,7      | ,7                  | 100,0                  |
| Gesamt     | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## Anzahl Teilzeit-Beschäftigte je Haushalt

|            | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig ,00 | 1837       | 79,5    | 79,5                | 79,5                   |
| 1,00       | 446        | 19,3    | 19,3                | 98,8                   |
| 2,00       | 25         | 1,1     | 1,1                 | 99,9                   |
| 3,00       | 1          | ,0      | ,0                  | 100,0                  |
| 4,00       | 1          | ,0      | ,0                  | 100,0                  |
| Gesamt     | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |



## Anzahl in MH Beschäftigte je Haushalt

|            | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig ,00 | 1513       | 65,5    | 65,5                | 65,5                   |
| 1,00       | 507        | 21,9    | 21,9                | 87,4                   |
| 2,00       | 254        | 11,0    | 11,0                | 98,4                   |
| 3,00       | 30         | 1,3     | 1,3                 | 99,7                   |
| 4,00       | 6          | ,3      | ,3                  | 100,0                  |
| Gesamt     | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## Anzahl ausserhalb MHs Beschäftigte je Haushalt

|            | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig ,00 | 1627       | 70,4    | 70,4                | 70,4                   |
| 1,00       | 463        | 20,0    | 20,0                | 90,5                   |
| 2,00       | 198        | 8,6     | 8,6                 | 99,0                   |
| 3,00       | 18         | ,8      | ,8                  | 99,8                   |
| 4,00       | 4          | ,2      | ,2                  | 100,0                  |
| Gesamt     | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## Anzahl Beschäftigte je Haushalt

|            | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig ,00 | 1093       | 47,3    | 47,3                | 47,3                   |
| 1,00       | 524        | 22,7    | 22,7                | 70,0                   |
| 2,00       | 578        | 25,0    | 25,0                | 95,0                   |
| 3,00       | 83         | 3,6     | 3,6                 | 98,6                   |
| 4,00       | 31         | 1,3     | 1,3                 | 100,0                  |
| 5,00       | 1          | ,0      | ,0                  | 100,0                  |
| Gesamt     | 2310       | 100,0   | 100,0               |                        |

## HH-Einkommen in Euro

|                       | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|-----------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig unter 1.000    | 156        | 6,8     | 8,7                 | 8,7                    |
| 1.000 bis unter 1.500 | 272        | 11,8    | 15,1                | 23,8                   |
| 1.500 bis unter 2.000 | 301        | 13,0    | 16,7                | 40,5                   |
| 2.000 bis unter 2.500 | 249        | 10,8    | 13,8                | 54,3                   |
| 2.500 bis unter 3.000 | 225        | 9,7     | 12,5                | 66,8                   |
| 3.000 bis unter 4.000 | 314        | 13,6    | 17,4                | 84,2                   |
| 4.000 und mehr        | 285        | 12,3    | 15,8                | 100,0                  |
| Gesamt                | 1802       | 78,0    | 100,0               |                        |
| Fehlend System        | 508        | 22,0    |                     |                        |
| Gesamt                | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## klassifiziertes Pro-Kopf-Einkommen

|         |                       | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|-----------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | sehr niedrig          | 142        | 6,1     | 7,9                 | 7,9                    |
|         | niedrig               | 309        | 13,4    | 17,3                | 25,2                   |
|         | unterdurchschnittlich | 455        | 19,7    | 25,4                | 50,6                   |
|         | durchschnittlich      | 399        | 17,3    | 22,3                | 72,9                   |
|         | überdurchschnittlich  | 277        | 12,0    | 15,5                | 88,3                   |
|         | hoch                  | 209        | 9,0     | 11,7                | 100,0                  |
|         | Gesamt                | 1791       | 77,5    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                | 519        | 22,5    |                     |                        |
| Gesamt  |                       | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## klassifiziertes Äquivalenz-Einkommen

|         |                       | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|-----------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | sehr niedrig          | 114        | 4,9     | 6,5                 | 6,5                    |
|         | niedrig               | 292        | 12,6    | 16,6                | 23,0                   |
|         | unterdurchschnittlich | 364        | 15,8    | 20,6                | 43,7                   |
|         | durchschnittlich      | 438        | 19,0    | 24,8                | 68,5                   |
|         | überdurchschnittlich  | 306        | 13,2    | 17,3                | 85,8                   |
|         | hoch                  | 250        | 10,8    | 14,2                | 100,0                  |
|         | Gesamt                | 1764       | 76,4    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System                | 546        | 23,6    |                     |                        |
| Gesamt  |                       | 2310       | 100,0   |                     |                        |

## ST\_TEIL

|         |                      | Häufigkeit | Prozent | Gültige<br>Prozente | Kumulierte<br>Prozente |
|---------|----------------------|------------|---------|---------------------|------------------------|
| Gültig  | Altstadt I (Zentrum) | 264        | 11,4    | 11,5                | 11,5                   |
|         | Altstadt II (Nord)   | 297        | 12,9    | 13,0                | 24,5                   |
|         | Styrum               | 167        | 7,2     | 7,3                 | 31,8                   |
|         | Dümpten              | 241        | 10,4    | 10,5                | 42,3                   |
|         | Heißen               | 298        | 12,9    | 13,0                | 55,3                   |
|         | Holthausen           | 211        | 9,1     | 9,2                 | 64,5                   |
|         | Saarn                | 361        | 15,6    | 15,8                | 80,2                   |
|         | Broich               | 201        | 8,7     | 8,8                 | 89,0                   |
|         | Speldorf             | 252        | 10,9    | 11,0                | 100,0                  |
|         | Gesamt               | 2292       | 99,2    | 100,0               |                        |
| Fehlend | System               | 18         | ,8      |                     |                        |
| Gesamt  |                      | 2310       | 100,0   |                     |                        |

Lieber Mitbürger, liebe Mitbürgerinnen,

alle Ihre Angaben sind freiwillig. Der Fragebogen wird in der sog. „abgeschotteten Statistikstelle“, deren Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in besonderer Weise dem Datenschutz verpflichtet sind, entgegengenommen. Die anonymisierten Datensätze werden nur dort ausgewertet. Die fortlaufende Nummer unten auf dem Fragebogen dient allein der Rücklaufkontrolle und der räumlichen Zuordnung. Sie wird nicht mit Ihrem Namen oder mit Ihren Angaben verknüpft. Ihre Anonymität ist also jederzeit vollkommen sichergestellt.

Bei Rückfragen helfen Ihnen Ulrich Pickert (Tel.: 02 08 / 4 55 68 00) oder Harald Trieb (Tel.: 02 08 / 4 55 68 06) gerne weiter.

Mit der herzlichen Bitte um Ihre Mitwirkung

  
 Dagmar Mühlenfeld

Oberbürgermeisterin der Stadt Mülheim an der Ruhr

## 1. a) Wie gefällt Ihnen Ihr Wohnort?

Bitte vergeben Sie jeweils eine Schulnote von „1 = sehr gut“ bis „6 = ungenügend“

- ☐ für die Stadt Mülheim an der Ruhr  
☐ für Ihren Stadtteil  
☐ für Ihr Wohnviertel

b) Falls es in diesen Bereichen ein akutes Problem gibt, das aus Ihrer Sicht dringend angegangen werden muss, nennen Sie dieses bitte mit jeweils einem Stichwort!

## 2. Seit wann (Jahr) wohnen Sie ununterbrochen in...?

- ☐☐☐☐ ... Mülheim an der Ruhr  
☐☐☐☐ ... dieser Wohnung

## 3. Ich wohne hier als... (Bitte kreuzen Sie Zutreffendes an!)

- ☐ Mieter/in dieser Wohnung    ☐ Eigentümer/in dieser Wohnung  
☐ Mieter/in dieses Hauses    ☐ Eigentümer/in dieses Hauses

## 4. Mit wie vielen Parteien wohnen Sie im Haus?

- ☐ Ich / Wir wohne/n hier alleine  
☐ Es wohnt noch eine Partei im Haus  
☐ Es wohnen noch zwei bis fünf Parteien im Haus  
☐ Es wohnen noch mehr als fünf Parteien im Haus

## 5. Planen Sie einen Umzug?

- ☐ Nein    >> direkt zu Frage 9  
☐ Ja, innerhalb von zwei Jahren  
☐ Ja, in mehr als zwei Jahren

## 6. Wo wollen Sie dann hinziehen?

- ☐ Ich bleibe hier im Stadtteil  
☐ In einen anderen Mülheimer Stadtteil, nämlich \_\_\_\_\_  
☐ Ich werde Mülheim verlassen  
☐ Weiß ich noch nicht

## 7. Wie möchten Sie dann wohnen? Als...

- ☐ Mieter/in einer Wohnung    ☐ Eigentümer/in einer Wohnung  
☐ Mieter/in eines Hauses    ☐ Eigentümer/in eines Hauses  
☐ Das weiß ich noch nicht

## 8. Falls es einen Hauptgrund für Ihren Umzug gibt, nennen Sie diesen bitte mit einem Stichwort!

## 9. Welche Medien nutzen Sie zur Information über lokale Themen? (Mehrfachnennungen sind möglich!)

- ☐ Lokalteil der WAZ  
☐ Lokalteil der NRZ  
☐ Überregionale Tageszeitungen  
☐ frei verteilte lokale Wochenzeitungen  
☐ Lokalradio  
☐ andere Radiosender  
☐ Fernsehen  
☐ Internet... über welche Seite? \_\_\_\_\_  
☐ Sonstiges, und zwar \_\_\_\_\_

## 10. Welche der aufgeführten Beteiligungs- und Informationsangebote der Stadt kennen und nutzen Sie?

- | ist mir bekannt          |                                                 | damit hatte ich bereits zu tun |
|--------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | << Bürgeragentur >>                             | <input type="checkbox"/>       |
| <input type="checkbox"/> | << KommunikationsCenter >>                      | <input type="checkbox"/>       |
| <input type="checkbox"/> | << ServiceCenter Bauen >>                       | <input type="checkbox"/>       |
| <input type="checkbox"/> | << Info-Center Rathausfoyer >>                  | <input type="checkbox"/>       |
| <input type="checkbox"/> | << Städtische Internetseite >>                  | <input type="checkbox"/>       |
| <input type="checkbox"/> | << Centrum für bürgerschaftliches Engagement >> | <input type="checkbox"/>       |
| <input type="checkbox"/> | << Sonstige, und zwar _____ >>                  | <input type="checkbox"/>       |

11.

Wie wichtig sind Ihnen die nachfolgend aufgeführten stadtentwicklungspolitischen Ziele?! Beurteilen Sie bitte auch die heutige Lage in Mülheim an der Ruhr in Bezug auf das entsprechende Ziel!

Bitte kreuzen Sie jeweils links den Grad der Wichtigkeit und rechts Ihre Beurteilung Mülheims an.

| Wichtigkeit              |                          |                          |                          |                                                                                                                   | Beurteilung              |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| sehr wichtig             | weniger wichtig          | wichtig                  | unwichtig                |                                                                                                                   | sehr gut                 | gut                      | weniger gut              | schlecht                 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Attraktiver Wohnstandort                                                                                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Ausreichendes Angebot an Ausbildungsplätzen                                                                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Ausreichendes Arbeitsplatzangebot                                                                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Besucherfreundliche Stadt mit touristischen Angeboten                                                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Beteiligung der Bürger/innen an der Entwicklung der Stadt                                                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Busse und Bahnen gewährleisten die Erreichbarkeit in der Stadt                                                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Die Innenstadt als Zentrum für alle Mülheimer/innen mit hoher Aufenthaltsqualität und guten Einkaufsmöglichkeiten | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Entwicklung der Ruhrpromenade im Rahmen von Ruhrbania                                                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Freiwilliges Engagement der Bürger/innen                                                                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Integration zugewanderter Bevölkerungsgruppen                                                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Kinder- und familienfreundliche Stadt                                                                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Kundenorientierte Verwaltung                                                                                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Mobilität im Straßenverkehr sichern                                                                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Mülheim soll seinen Charakter bewahren                                                                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Raum für sportliche Aktivitäten                                                                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Schulden abbauen, Haushalt ausgleichen                                                                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Seniorenrechtliche Stadt                                                                                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Sicherheit und Sauberkeit gewährleisten                                                                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Sicherstellung gesunder Lebensverhältnisse durch Umwelt- und Naturschutz                                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Stärkung der kommunalen Kulturorte und der Kulturinstitute in Blick auf das Kulturhauptstadtjahr 2010             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Stadt für alle Generationen                                                                                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Stadt mit allgemein zugänglichen, umfassenden Bildungsangeboten                                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Stadt mit attraktiven Naherholungsmöglichkeiten                                                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Wissenschafts- und Technologiestandort                                                                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Zukunftsfähiger Wirtschaftsstandort                                                                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Sollten wir in dieser Liste ein für Sie zentrales stadtentwicklungspolitisches Ziel vergessen haben, ergänzen Sie dieses bitte und beurteilen Sie auch diesbezüglich die heutige Situation in Mülheim an der Ruhr:

| sehr gut                 | gut                      | weniger gut              | schlecht                 |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**12.** Wenn Sie den Begriff Ruhrbania hören, was fällt Ihnen dazu – ganz spontan – ein?  
Bitte notieren Sie mit bis zu drei Stichwörtern das aus Ihrer persönlichen Sicht Wichtigste zu dem Stadtentwicklungsprojekt Ruhrbania!

1. \_\_\_\_\_ 2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_ ☐ der Begriff ist mir unbekannt

**13.** Im Rahmen des Stadtentwicklungsprojektes Ruhrbania entsteht in der Stadtmitte die Ruhrpromenade. Im Folgenden sind einige Pro- und Contra-Argumente zu dem Projekt aufgeführt. Bitte kreuzen Sie alle Argumente an, denen Sie sich anschließen!

- |                                                                                                                            |                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Die Ruhrpromenade verbindet Ruhrufer und Innenstadt                                               | <input type="checkbox"/> Die historische Parkstruktur gegenüber der Stadthalle geht verloren                                             |
| <input type="checkbox"/> Die Innenstadt wird belebt, weil dort mehr Menschen arbeiten und wohnen                           | <input type="checkbox"/> Die Ruhrpromenade trägt nicht zur Belebung der Innenstadt bei                                                   |
| <input type="checkbox"/> Attraktiver und zentral gelegener Wohnraum wird geschaffen                                        | <input type="checkbox"/> In der Innenstadt gibt es genug Wohnraum                                                                        |
| <input type="checkbox"/> Ein Anziehungspunkt mit überregionaler Ausstrahlung entsteht, nicht zuletzt durch das Hafenbecken | <input type="checkbox"/> Das geplante Hafenbecken neben dem ehem. Stadtbad bringt eher Probleme, als dass es Menschen nach Mülheim lockt |
| <input type="checkbox"/> Neue Arbeitsplätze entstehen an der Ruhrpromenade                                                 | <input type="checkbox"/> Büroimmobilien stehen an anderen Stellen der Stadt ausreichend zur Verfügung                                    |
| <input type="checkbox"/> Verbesserung der Verkehrsführung für alle Verkehrsteilnehmer                                      | <input type="checkbox"/> Durch die geplante Verkehrsführung verschlechtert sich die Situation eher, insbesondere für Autofahrer          |

Sollte das für Sie wichtigste Argument fehlen, können Sie dieses hier ergänzen:

\_\_\_\_\_

**14.** Fühlen Sie sich über die Planungen der Ruhrpromenade seitens der Stadt ausreichend informiert?

- ☐ Ja ☐ Nein, aber bei Interesse wüsste ich, wo ich Informationen bekomme  
☐ Nein, ich vermisse Informationen

**15.** Was wünschen Sie sich persönlich bei der Realisierung der Ruhrpromenade?  
Bitte beschreiben Sie Ihre wichtigsten Erwartungen mit bis zu drei Stichwörtern!

1. \_\_\_\_\_ 2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_

Der fortschreitende Klimawandel verstärkt die Forderung nach Maßnahmen zum Klimaschutz. Die Stadt Mülheim an der Ruhr will deshalb lokal eine nachhaltige und umweltverträgliche Energieversorgung fördern und damit die Lebensqualität und Standortattraktivität langfristig sichern. Gleichzeitig sollen alle Akteure dabei unterstützt werden, Möglichkeiten der Energieeinsparung zu nutzen.

**16.** Wie schätzen Sie persönlich Ihren Überblick über Möglichkeiten der Energieeinsparung ein?

- ☐ sehr gut ☐ gut ☐ weniger gut ☐ schlecht ☐ weiß nicht

**17.** Auf welchen Wegen informieren Sie sich über Möglichkeiten, selbst Energie einzusparen?  
Bitte kreuzen Sie alle Quellen an, die Sie persönlich nutzen!

- |                                                                  |                                                                  |
|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Berichte in Zeitungen und Zeitschriften | <input type="checkbox"/> Fernsehsendungen bzw. Berichte im Radio |
| <input type="checkbox"/> gezielte Suche im Internet              | <input type="checkbox"/> Gespräche mit Freunden und Bekannten    |
| <input type="checkbox"/> Informationen der Anbieterfirmen        | <input type="checkbox"/> öffentliche Beratungsstellen            |

Wenn eine für Sie wichtige Informationsquelle fehlt, können Sie dies hier ergänzen:

\_\_\_\_\_

**18.** Worauf achten Sie persönlich im täglichen Leben, um den Energieverbrauch gering zu halten?  
Bitte kreuzen Sie links an, worauf Sie in Ihrem Wohnumfeld achten, und rechts, worauf Sie am Arbeitsplatz achten!

in der eigenen Wohnung

☐  
☐  
☐  
☐  
☐

- < Licht ausschalten beim Verlassen der Räume >  
< Heizung niedrig oder ausschalten >  
< Lüftungsverhalten >  
< Geräte nach dem Gebrauch ganz ausschalten >  
< Erwerb / Einsatz stromsparender Geräte >

am Arbeitsplatz

☐  
☐  
☐  
☐  
☐

**18a)** Nutzen Sie nach Möglichkeit umweltfreundliche Verkehrsmittel (Fahrrad, Bus, Bahn)?

- ☐ Ja ☐ Nein

Gibt es andere Maßnahmen, durch die Sie im Alltag Energie sparen?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**19.** Wie schätzen Sie selbst Ihre Gewohnheiten beim Energieverbrauch ein?  
Ordnen Sie sich bitte auf der folgenden Skala von 1 = „sehr sparsam“ bis 5 = „verschwenderisch“ ein!

☐ 1      ☐ 2      ☐ 3      ☐ 4      ☐ 5

**20.** In welchen Energie-Bereichen sehen Sie für Bürger und Bürgerinnen Einsparpotenziale?

☐ Licht / Strom      ☐ Gebäudesanierung / energiesparende Bauweise  
☐ Heizung / Wärme      ☐ Mobilität / Fahrzeugnutzung

Wenn ein aus Ihrer Sicht wichtiger Bereich fehlt, können Sie diesen hier ergänzen:

**21.** Um einen eigenen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten, wären Sie bereit,...?

|                                                                                         |                             |                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|
| sich über Handlungsmöglichkeiten zum Energiesparen zu informieren                       | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nein |
| Ihre persönlichen Gewohnheiten zu verändern, um im alltäglichen Leben Energie zu sparen | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nein |
| mehr Geld für Energie zu bezahlen                                                       | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nein |
| auf Ökostrom umzusteigen                                                                | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nein |
| auf ein kleineres, sparsameres Auto umzusteigen                                         | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nein |
| im alltäglichen Verkehr häufiger auf das Auto zu verzichten                             | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nein |
| sich in kommunalen Klimaschutzprojekten/-aktivitäten zu engagieren                      | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nein |
| kommunale Klimaschutzprojekte/-aktivitäten finanziell zu unterstützen                   | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nein |
| in einen lokalen Energie-Fond als Kapitalanlage zu investieren                          | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nein |

Wenn ein aus Ihrer Sicht wichtiger Bereich fehlt, können Sie diesen hier ergänzen:

**22.** Wer kann Ihrer Meinung nach in Mülheim an der Ruhr effiziente Beiträge zum Klimaschutz leisten? Mehrfachnennungen sind möglich!

☐ Stadt / Kommune      ☐ lokale Unternehmen / Wirtschaft  
☐ Umweltorganisationen      ☐ Bürgerinnen und Bürger  
☐ andere, und zwar \_\_\_\_\_

**23.** Sollte Ihrer Meinung nach die Stadt Mülheim an der Ruhr mehr tun, um den Klimaschutz zu fördern? Mehrfachnennungen sind möglich!

|                          |                                                                                                  |                                                                                               |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ja, sie könnte...</b> | <input type="checkbox"/> mehr / besser informieren                                               | <input type="checkbox"/> eine Vorbildfunktion übernehmen und selber mehr Energie sparen       |
|                          | <input type="checkbox"/> der Wirtschaft Auflagen machen                                          | <input type="checkbox"/> mehr Geld für Fördermittel in diesem Bereich bereitstellen           |
|                          | <input type="checkbox"/> den öffentlichen Personennahverkehr ausbauen                            | <input type="checkbox"/> bes. betroffene Bereiche der Stadt für schädliche Fahrzeuge sperren  |
|                          | <input type="checkbox"/> das Radwegenetz ausbauen und verbessern                                 | <input type="checkbox"/> Bürger und Bürgerinnen verpflichten, einen Beitrag zu leisten        |
|                          | <input type="checkbox"/> eine unabhängige Organisation gründen, um gezielte Maßnahmen umzusetzen |                                                                                               |
| <b>Nein,...</b>          | <input type="checkbox"/> die bisherigen Aktivitäten reichen aus                                  | <input type="checkbox"/> durch lokale Aktivitäten ist das Klima nicht wirksam zu beeinflussen |
|                          | <input type="checkbox"/> es wird schon zu viel dafür getan                                       |                                                                                               |
|                          | <input type="checkbox"/> Das kann ich nicht beurteilen                                           |                                                                                               |

**24.** Glauben Sie, dass ein verstärkter Einsatz der Stadt Mülheim an der Ruhr für den Klimaschutz Auswirkungen für Sie persönlich hätte?

☐ Ja      ☐ Nein      ☐ weiß nicht

Nennen Sie bitte stichwortartig bis zu vier denkbare Auswirkungen!

1. \_\_\_\_\_ 2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_ 4. \_\_\_\_\_

**25.** Wie hoch schätzen Sie Ihr persönliches Einsparpotenzial beim Energieverbrauch ein, ohne dass Ihre Lebensqualität beeinträchtigt wird?  
Ordnen Sie sich bitte auf der folgenden Skala von 1 = „sehr hoch“ bis 5 = „gar kein Einsparpotenzial“ ein!

☐ 1      ☐ 2      ☐ 3      ☐ 4      ☐ 5

**26.** Wie schätzen Sie insgesamt die Umweltqualität ein, und zwar...?

|                                   | sehr gut                 | gut                      | weniger gut              | schlecht                 | weiß nicht               |
|-----------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| in Mülheim an der Ruhr            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| im Ruhrgebiet                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| in der Bundesrepublik Deutschland | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| in der europäischen Gemeinschaft  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| weltweit                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



**27.** Glauben Sie ganz allgemein, dass man durch eine gesunde Lebensweise Krankheiten vorbeugen kann?

☐ ganz sicher ☐ wahrscheinlich ☐ kaum ☐ so gut wie gar nicht ☐ weiß nicht

**28.** Wie wichtig ist Ihnen persönlich eine Vorbeugung von Krankheiten?

☐ sehr wichtig ☐ wichtig ☐ weniger wichtig ☐ unwichtig ☐ weiß nicht

**29.** Leben Sie im Haushalt mit Rauchern?

☐ Ja, ich rauche selber täglich ☐ Nein, ich war Raucher, habe aber aufgehört  
☐ Ja, ich rauche selber, aber nur gelegentlich ☐ Nein, ich war nie Raucher  
☐ Ja, aber ich selbst rauche nicht

**30.** Auch in Nordrhein-Westfalen soll ab dem 1.1.2008 ein gesetzliches Rauchverbot in öffentlichen Gebäuden sowie in Gaststätten gelten. Befürworten Sie ein solches Rauchverbot?

☐ Ja ☐ Nein ☐ weiß nicht

**31.** Wie häufig konsumieren Sie alkoholische Getränke?

☐ fast täglich ☐ mehrmals im Monat ☐ seltener als einmal im Monat  
☐ mehr als einmal in der Woche ☐ ca. einmal im Monat ☐ nie

**32.** Wenn Sie Alkohol trinken, wie viele Getränke nehmen Sie dann zu sich? (z.B. Gläser Bier / Wein / Likör oder Vergleichbares)

☐ 1 bis 2 ☐ 3 bis 4 ☐ 5 bis 6 ☐ 7 bis 9 ☐ 10 und mehr

**33.** Haben Sie schon einmal das Gefühl gehabt, dass Sie Ihren Alkoholkonsum verringern sollten?

☐ Ja ☐ Nein ☐ weiß nicht

**34.** Wenn Sie bei einem Alkoholproblem Hilfe suchen würden, an wen wenden Sie sich dann? *Mehrfachnennungen sind möglich!*

☐ Familie / Freunde ☐ Hausarzt / Therapeuten  
☐ Suchtberatungsstellen ☐ Selbsthilfegruppen  
☐ keine dieser Stellen. Ich würde versuchen, das Problem selbst zu bewältigen ☐ weiß nicht  
☐ Sonstiges, und zwar \_\_\_\_\_

**35.** Nehmen Sie sich an normalen Werktagen im Laufe des Vormittags üblicherweise mindestens 10 Minuten Zeit für Ihr Frühstück?

☐ Ja, täglich ☐ Nein, in der Regel habe ich dafür keine Zeit, ich frühstücke neben anderen Tätigkeiten  
☐ Ja, ab und zu ☐ Nein, ich verzichte für gewöhnlich ganz auf das Frühstück

**36.** Wie häufig essen Sie...

|                                                    | mehrmals pro Woche       | ca. einmal pro Woche     | ca. einmal pro Monat     | weniger als einmal pro Monat | nie                      |
|----------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------------------------|--------------------------|
| Obst                                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> |
| Gemüse                                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> |
| Fisch                                              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> |
| Bio-Produkte                                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> |
| sog. Fastfood (z. B. Burger, Pommes, Döner, Pizza) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> |

**37.** Treiben Sie regelmäßig Sport oder bewegen Sie sich in Ihrer freien Zeit?

☐ Ja, bis zu einer Stunde in der Woche ☐ Nein  
☐ Ja, zwischen einer und zwei Stunden in der Woche  
☐ Ja, zwischen zwei und vier Stunden in der Woche  
☐ Ja, mehr als vier Stunden in der Woche

**38.** Zur Prävention, also zur Vorbeugung von Krankheiten, werden von unterschiedlichen Institutionen Kurse, Beratungen oder Ähnliches angeboten. Haben Sie selbst schon einmal solche Angebote in Anspruch genommen?

☐ Ja, einmal ☐ Nein  
☐ Ja, schon mehrmals ☐ weiß nicht

Wenn ja, in welchem Bereich?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Zum Schluss bitten wir Sie noch um einige statistische Angaben, die Auswertungen für unterschiedliche Haushalts- und Personengruppen ermöglichen:**

**1.**

Tragen Sie bitte in die folgende Liste das Geschlecht und das Alter aller Personen ein, die heute zu Ihrem Haushalt gehören.

|               | männlich                 | weiblich                 | Alter                      |
|---------------|--------------------------|--------------------------|----------------------------|
| 1. Sie selbst | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> Jahre |
| 2. Person     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> Jahre |
| 3. Person     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> Jahre |
| 4. Person     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> Jahre |
| 5. Person     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> Jahre |
| 6. Person     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> Jahre |
| 7. Person     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> Jahre |

Anzahl weiterer Personen

**2.**

Gehört Ihr Lebensgefährte / Ihre Lebensgefährtin zu Ihrem Haushalt? ☐ Ja ☐ Nein

**3.**

Besitzen Sie die deutsche Staatsangehörigkeit? ☐ Ja ☐ Nein

**4.**

In welchem Land sind Sie geboren?  
Geben Sie bitte das entsprechende internationale Kraftfahrzeugkennzeichen an

**5.**

Kreuzen Sie bitte Ihren höchsten Bildungsabschluss an!

- ☐ noch Schüler/in, besuche zur Zeit eine allgemein bildende Vollzeitschule
- ☐ noch Schüler/in, besuche zur Zeit eine berufsorientierte Aufbauschule
- ☐ von der Schule abgegangen ohne Volks-/Hauptschulabschluss
- ☐ Volks-/Hauptschulabschluss oder Polytechnische Oberschule 8./9. Klasse
- ☐ Realschule oder Polytechnische Oberschule 10. Klasse
- ☐ Fachhochschulreife, Abschluss einer Fachoberschule
- ☐ Abitur, Hochschulreife (EOS)
- ☐ anderer Schulabschluss, und zwar \_\_\_\_\_

**6.**

Falls Sie nicht mehr in der Ausbildung sind, sind Sie zur Zeit...

- ☐ selbständig oder freiberuflich tätig
- ☐ Angestellte(r)/Beamter/Beamtin in einfacher oder mittlerer Position
- ☐ Angestellte(r)/Beamter/Beamtin in gehobener oder leitender Position
- ☐ Facharbeiter(in)
- ☐ un-/angelernte(r) Arbeiter(in)
- ☐ arbeitslos
- ☐ Hausfrau/-mann
- ☐ Rentner(in)/Pensionär(in)
- ☐ Sonstiges, und zwar \_\_\_\_\_

**7.**

Wie viele Personen Ihres Haushalts sind berufstätig oder haben einen Ausbildungsplatz?

Tragen Sie bitte die jeweilige Anzahl differenziert nach Voll- und Teilzeitbeschäftigten und nach dem Arbeitsort ein!

Vollzeit in Mülheim  Person(en)      Vollzeit außerhalb  Person(en)  
Teilzeit in Mülheim  Person(en)      Teilzeit außerhalb  Person(en)

**8.**

Wie hoch ist das monatliche Nettoeinkommen aller Haushaltsmitglieder zusammen?

- ☐ unter 500 €
- ☐ 500 bis unter 1.000 €
- ☐ 1.000 bis unter 1.500 €
- ☐ 1.500 bis unter 2.000 €
- ☐ 2.000 bis unter 2.500 €
- ☐ 2.500 bis unter 3.000 €
- ☐ 3.000 bis unter 3.500 €
- ☐ 3.500 bis unter 4.000 €
- ☐ 4.000 € und mehr

**Soweit unsere Fragen. Vielen Dank fürs Mitmachen!**



## Literatur – und Quellenangaben - Internetverweise

**Abel, T.; Broer, M.; Siegrist, J.** (1992): Gesundheitsverhalten bei jungen Erwachsenen. Empirische Analyse komplexer Verhaltensmuster und ihre Determinanten. Sozial- und Präventivmedizin 37, S. 293 bis 300

**Angestelltenkammer Bremen** (1993): <http://www.arbeitnehmerkammer.de/>

**Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz** (2005): Nr. 48: 1231-1241

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)**: <http://www.bzga.de/>

Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2004, Teilband Rauchen

Auf dem Weg zur Rauchfreien Schule, Inhaltsstoffe des Zigarettenrauchs, 2003

**Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin (Gesundheitsmedizin) und Prävention**: <http://www.dgsp.de/>

**Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen**: DHS Jahrbuch Sucht 2005. Tabak – Zahlen und Fakten zum Konsum

**Deutsches Institut für Entwicklungspolitik**: <http://die-gdi.de>

**Deutsche Krebsgesellschaft**: [www.krebsgesellschaft.de/](http://www.krebsgesellschaft.de/) Rauchen und Gesundheit

**Deutsches Krebsforschungszentrum**:

WHO-Kollaborationszentrum für Tabakkontrolle, [www.tabakkontrolle.de](http://www.tabakkontrolle.de)

„Rauchen und Armut“, in Publikation: „Rauchen und soziale Ungleichheit, Konsequenzen für die

Tabakkontrollpolitik“ Heidelberg, 2004, [who-cc@dkfz.de](mailto:who-cc@dkfz.de)

**Diedrichsen, I.** (1990): Ernährungspsychologie

**Ernährung im Focus**: Verbraucherschutz, Ernährung, Landwirtschaft, <http://www.aid.de/fachzeitschriften/eif/eif.php>

**Forschungszentrum für Umwelt und Gesundheit**: <http://www.helmholtz-muenchen.de>

**Grobe, T.; Schwartz, F.** (2003): Arbeitslosigkeit und Gesundheit.

**Gesundheitsbericht für Deutschland** (1998): Gesundheitsberichterstattung des Bundes, [www.gbe-bund.de](http://www.gbe-bund.de)

**Grundlagen - und Programmforschungsgruppe** (1990): *Repräsentative Untersuchung zur Motivation für gesundheitsbewusste Lebensführung und zur Inanspruchnahme von Vorsorgeleistungen*

**Helfferrich, C.; Hendel-Kramer, A.; Klindworth, H.** (2003): Gesundheit alleinerziehender Mütter und Väter

**Helmert, U.; Maschewsky-Schneider, U.** (1998): Zur Prävalenz des Tabakrauchens bei Arbeitslosen und Armen

**Korczak, D.** (1987): Die betäubte Gesellschaft - Süchte: Ursachen, Formen, Therapien

**Korczak, D.** (1994): Der Einfluss des Sozialmilieus auf das Gesundheitsverhalten. In: Mielck, A. (Hrsg.) (1994):

**Lademann, J.; Kolip, P.** (2005): Gesundheit von Frauen und Männern im mittleren Lebensalter

**Lampert, T.; Burger, M.** (2004): Rauchgewohnheiten in Deutschland – Ergebnisse des telef. Gesundheitssurveys 2003

**Lampert, T.; Burger, M.** (2005): Verbreitung und Strukturen des Tabakkonsums in Deutschland

**Lampert, T.** (2006): Schichtspezifische Unterschiede im Gesundheitszustand und Gesundheitsverhalten

**Schulze, A.; Lampert, T.** (2005): Soziale Ungleichheit des Rauchverhaltens und der Passivrauchbelastung

**Lampert, T. et al.** (2005): „Armut, soziale Ungleichheit und Gesundheit. Expertise des Robert Koch-Instituts zum 2. Armuts- und Reichtumsbericht der Bundesregierung. Berlin

**Lampert, T.; Richter, M.** (2006): Gesundheitliche Ungleichheit bei Kindern und Jugendlichen. In: Richter, Matthias; Hurrelmann, Klaus (Hrsg.), Gesundheitliche Ungleichheit– Grundlagen, Probleme, Konzepte. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, S.199-220

**Lampert, T.; Richter, M.; Klocke, A.** (2006): Kinder und Jugendliche  
Ungleiche Lebensbedingungen, ungleiche Gesundheitschancen. Das Gesundheitswesen 68:94-100

**Lampert, T.** (2007): Einfluss der sozialen Lage auf das Rauchverhalten von Männern und Frauen Gesundheit Berlin (Hrsg.): Dokumentation 12. bundesweiter Kongress Armut und Gesundheit, Berlin 2007

**Pereira, Mark** (2007): „Breakfast frequency and quality in the etiology of adult obesity and chronic diseases. Nutrition Reviews 2007;65:268-81.

**Pudel, V.; Westenhöfer, J.** (1991): Ernährungspsychologie . Göttingen: Hogrefe

**ReiBig, A.:** Bronchialkarzinom, [www.med.uni-jena.de/klinikmagazin/archiv/](http://www.med.uni-jena.de/klinikmagazin/archiv/)

**Robert Koch Institut** : Arbeitslosigkeit und Gesundheit (2003): Reihe Gesundheitsberichterstattung des Bundes, Heft 13,

Alkoholkonsum und alkoholbezogene Störungen(2008): Heft 40, Körperliche Aktivität(2005): Heft 26, [www.rki.de](http://www.rki.de)

**Troschke von, J.** (1986): Gesundheitsbildung. In: Blohmke, M. (Hrsg.) [1986]: *Sozialmedizin* . Enke, S. 101 bis 114

**Schlieper C.; Lindner, G.; Robitzka, C.** (1999): Richtige Ernährung. Ernährungslehre, Lebensmittel- und Diätkunde

**Seitz, Helmut** :ärztliche Mitteilungen – Universität Heidelberg, (1-2008 , 6-2005, 7-2008) und

[http://www.krebsgesellschaft.de/download/dkg-newsletter\\_september\\_2005.pdf](http://www.krebsgesellschaft.de/download/dkg-newsletter_september_2005.pdf)

**Stiftung Warentest**: Biologisch angebaute Lebensmittel

<http://www.test.de/themen/essen-trinken/meldung/-Biolebensmittel/1532489/1532489/1528586/>

**Wendt, Thomas**: Innere Medizin/Kardiologie, Physikalische und Rehabilitative Medizin, Sportmedizin, Mitglied im wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung

<http://www.medizinauskunft.de/schwerpunkt/hypertonie/vorbeugen/bewegung.php>

GMS German Medical Science — an Interdisciplinary Journal

<http://www.egms.de/de/meetings/sportmed2004/04sportmed1.shtml#Rehabilitation>