



---

## E-Newsletter Juni / Juli 2007

### Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz hepa.ch

---

#### **Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz hepa.ch**

##### **Neue Informationsbroschüre hepa.ch**

Seit Mai 2007 steht unsere neue Informationsbroschüre auf der Website zum Download bereit. Sie stellt das Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz hepa.ch vor, informiert über Struktur und Aufbau sowie Ziele, Zielgruppen und Dienstleistungen des Netzwerkes. Die Trägerschaft setzt sich neu zusammen aus Bundesamt für Sport BASPO, Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz, Bundesamt für Gesundheit BAG und Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu. [www.hepa.ch](http://www.hepa.ch)

#### **Themenkreise**

##### **Gesundes Körpergewicht bei Kindern und Jugendlichen in der Westschweiz**

Am 5.6.2007 fand das zweite Treffen des Themenkreises "Gesundes Körpergewicht bei Kindern und Jugendlichen" in der Westschweiz statt. Das Centre sportif universitaire, das ISSEP (Institut des sciences du sport et de l'éducation physique, [www.unil.ch](http://www.unil.ch)) in Lausanne sowie die Schifti ([www.schifti.ch](http://www.schifti.ch)) stellten sich vor. Aktuelle Studien zum Thema gesundes Körpergewicht bei Kindern und Jugendlichen wurden präsentiert. Das nächste Treffen der "Groupe francophone" findet am **11. Dezember 2007** in Genf statt. Interessenten melden sich bei [info@hepa.ch](mailto:info@hepa.ch).

#### **Rückblick**

##### **ALPISSIMO 2007 Mont-Ventoux - Mont-Blanc vom 24. bis 30 Juni 2007**

16 Velofahrer haben die Alpen auf 1000 km zugunsten von Sportsmile durchquert. Sportsmile ist eine Stiftung, die Bewegung und Sport für Kinder und Jugendliche mit chronischen Krankheiten und Übergewicht fördert zwecks Verbesserung von Gesundheit, Lebensqualität und Integration. [www.sportsmile.ch](http://www.sportsmile.ch)

##### **Frauenfeld: Eidgenössischen Turnfest: 14.-24. Juni 2007**

Mit einer farbenprächtigen Schlussfeier ist am Sonntag 24.6.2007 in Frauenfeld das Eidg. Turnfest 2007 mit über 56'000 Aktiven zu Ende gegangen. [www.etf07.ch](http://www.etf07.ch)

##### **Nationale Tagung Umwelt und Gesundheit APUG vom 6. Juni 2007**

Die Zusammenfassung der Tagung und Kommentare liegen vor. [www.apug.ch](http://www.apug.ch)

##### **Sport bewegt Schweizer Parlament: 6. Parlamotion-Lauf vom 21. Juni 2007**

Rund dreissig Parlamentarierinnen und Parlamentarier haben an der 6. «Parlamotion» rennend, wankend oder rollend ihre Runden beim Bundeshaus gezogen. Sie haben damit gezeigt, wie Bewegung in den Alltag integriert werden kann. [www.baspo.admin.ch](http://www.baspo.admin.ch)

### **Bravo: die Schweiz setzt auf weniger Rauch und mehr Gesundheit**

Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) lancierte am 21.05.2007 die neue Tabakpräventionskampagne «BRAVO - weniger Rauch, mehr Leben». Firmen, Vereinen und Organisationen, die den Wandel zum rauchfreien Betrieb vollzogen haben, wird auch dieses Jahr ein BRAVO ausgesprochen. Eine Kampagnenidee, die einer grossen Mehrheit (86%) der Schweizer Bevölkerung gefällt, wie die Begleituntersuchung des Tabakmonitorings zeigt. Insgesamt war die Tabakprävention auch 2006 erfolgreich - der Anteil der Rauchenden ist weiter zurückgegangen. [www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch)

### **Aktuelles**

#### **Innovationsfonds Suisse Balance: Anträge auf Unterstützung von Projekten**

Es können bei Suisse Balance wieder Anträge auf Unterstützung von Projekten im Rahmen des Innovationsfonds zu drei ausgewählten Themen eingereicht werden. Die Themen sind inhaltlich unter dem Aspekt der kombinierten Ansätze von Ernährung und Bewegung wie folgt definiert:

- Thema I: Suisse Balance unterstützt Projekte zum Thema Chancengleichheit:  
Zielgruppe sind Familien mit Migrationshintergrund sowie sozioökonomisch benachteiligte Kinder und Jugendliche
- Thema II: Suisse Balance unterstützt Projekte für Kinder und Jugendliche in Institutionen mit Tagesangeboten
- Thema III: Suisse Balance unterstützt Projekte, welche sich an die Zielgruppe Schwangere sowie Säuglinge und Kleinkinder im Alter von 0 bis 3 Jahren richten

**Einsendeschluss 31. Juli 2007.** [www.suissebalance.ch](http://www.suissebalance.ch)

#### **Netzbrief b+g Nr. 4: Arbeit in der Schule: wirksam sein, gesund bleiben**

Der Netzbrief b+g informiert kostenlos zweimal jährlich zweisprachig über Aktualitäten aus dem Programm bildung und gesundheit Netzwerk Schweiz. Alle Partner des Netzwerks stellen darin laufende Projekte und Angebote vor. [www.bildungundgesundheit.ch](http://www.bildungundgesundheit.ch)

#### **Neue Broschüre Osteoporose**

Der Osteoporose kann man aktiv begegnen. Eine neue Broschüre der Rheumaliga Schweiz zeigt auf, wie man den Knochenschwund mit einfachen Untersuchungsmethoden rechtzeitig feststellen kann. [www.rheumaliga.ch](http://www.rheumaliga.ch)

#### **Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten von jungen Tessinerinnen und Tessinern im Alter von 11 bis 15 Jahren**

Der Artikel "Abitudini alimentari e di movimento dei giovani ticinesi" stützt sich auf Quellenangaben aus der HBSC-Umfrage 2006, unterstützt und koordiniert durch das Institut für Alkohol- und Suchtprävention SFA. [www.ti.ch](http://www.ti.ch)

#### **"mobile" die Fachzeitschrift für Sport: Ausgabe 3/2007**

Seit Anfang 2006 werden angehende Soldaten anhand eines neu erarbeiteten Instruments beurteilt, dem «Test Fitness Rekrutierung». Um sportliche Aktivitäten in der Natur geht es im Dossier. Ob beim Wandern in Gebieten, in denen Wildtiere leben oder beim Downhillen über einen Trial: Konflikte mit der Natur können überall entstehen. Wir liefern Ihnen Lösungsvorschläge für ausgewählte Aktivitäten. Damit diese ausgeführt werden können, braucht es "Ausdauer". [www.mobile-sport.ch](http://www.mobile-sport.ch)

#### **Stadt in Bewegung: Die Fortbewegung aus eigener Muskelkraft in zwei Zürcher Stadtquartieren**

Vor dem Hintergrund des weit verbreiteten Bewegungsmangels interessiert sich die Bewegungsförderung immer mehr für die alltägliche Fortbewegung durch eigene Muskelkraft, deren gesundheitswirksamer Charakter durch zahlreiche Studien belegt ist. Da unser Mobilitätsverhalten stark von räumlichen Aspekten mitbestimmt wird, entstand in den letzten Jahren eine interdisziplinäre Forschungsrichtung, die zu verstehen sucht, wie sich die Merkmale der städtischen, gebauten Umwelt auf die Bewegung in Form von Alltagsmobilität auswirkt. [www.stadt-zuerich.ch](http://www.stadt-zuerich.ch)

#### **Meet2Move - sich mit Gleichgesinnten zu treffen, um gemeinsam Sport zu treiben**

Meet2Move ist eine Sport Community-Plattform mit zwei wichtigen Funktionalitäten. Die eine ist die ausgewählte Online-Information über diverse Sportarten. Dieser Bereich ist für jedermann zugänglich und liefert eine Menge an Wissenswertem und Tipps für Anfänger und Fortgeschrittene. Die zweite Funktionalität ist die ganz einfache Vernetzung von gleichgesinnten Sportlern - egal ob Anfänger oder fortgeschritten. [www.meet2move.com](http://www.meet2move.com)

### **Internetplattform memberYou - Freizeitgestaltung nach Lust und Laune**

Über memberYou gleichgesinnte Personen finden, Sportinteressen teilen, Teammitglieder finden. MemberYou ist eine kostenlose Dienstleistung und frei von Verpflichtungen. [www.memberyou.com](http://www.memberyou.com)

### **power2move – ein multidisziplinäres Programm für übergewichtige Jugendliche zwischen 11 und 16 Jahren und deren Eltern.**

Power2move startet im Oktober 2007 in den Städten Bern, Zürich und Luzern in die einjährige Pilotphase. Mehr Informationen über die Zulassungsbedingungen für interessierte Beraterteams finden Sie auf der Homepage des Schweizerischen Fachvereins Adipositas im Kindes- und Jugendalter (akj) unter [www.akj-ch.ch](http://www.akj-ch.ch)

### **Sechs Herztipps für die Ferien**

Ferienpläne schmieden – ein Vergnügen! Doch Menschen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen stehen oft vor der Frage: Was darf ich mir zumuten? Im Hinblick auf die Reisezeit hat die Schweizerische Herzstiftung ein Set mit drei nützlichen Informationsmitteln zusammengestellt. [www.swissheart.ch](http://www.swissheart.ch)

### **Bergwanderungen und -touren in Zeiten der Klimaerwärmung**

Wenn gewisse Vorkehrungen getroffen und einige Regeln eingehalten werden, dann sind wunderbare Bergerlebnisse auch weiterhin möglich. Der Schweizer Alpen-Club SAC, die Schweizer Wanderwege, der Schweizer Bergführerverband SBV und die Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu sagen wie. [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch). Tourenplanungsinstrumente: [www.sac-cas.ch](http://www.sac-cas.ch), [www.basislager.ch](http://www.basislager.ch)

### **Richtiges Verhalten am und im Wasser**

Die bfu unterstützt das SLRG-Kindergartenprojekt „Das Wasser und ich“: Ziel ist, Kinder im Vorschulalter mit den Risiken vertraut zu machen und gleichzeitig ihr Interesse am Schwimmen zu wecken sowie die Freude am Wasser zu fördern [www.das-wasser-und-ich.ch](http://www.das-wasser-und-ich.ch). Die bfu-Broschüre „Im Wasser“ informiert umfassend über das richtige Verhalten beim Wassersport. <http://shop.bfu.ch>

### **«Moving Lifestyle» Bewegungsförderung auf der Mittelstufe**

Zusammen mit Suisse Balance, der Ernährungsbewegung des Bundesamtes für Gesundheit, und der Gesundheitsförderung Schweiz setzt der Schulärztliche Dienst von Zürich das Projekt «Moving Lifestyle» zur Förderung einer ausgewogenen Ernährung und ausreichend täglicher Bewegung mit 20 Mittelstufenklassen der Stadt Zürich um. [www.stadt-zuerich.ch](http://www.stadt-zuerich.ch)

### **Erste "Kindersportschule" der Schweiz**

Die Kindersportschule ermöglicht Kindern im Kindergarten- und Primarschulalter unter fachlicher und qualifizierter Betreuung vielseitige und gezielte Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote wahrzunehmen. [www.kindersportschule.ch](http://www.kindersportschule.ch)

### **Neue Broschüre "Basel kapiert's"**

Die Kampagne „Alles Gute. Gesundheitsdepartement Basel-Stadt“ informiert mit einfachen Ratschlägen und Tipps über gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung. [www.allesgutebasel.bs.ch](http://www.allesgutebasel.bs.ch)

## **Internationales**

### **HEPA Europe: Collaboration between physical activity promotion and the transport sector**

48 case studies from 11 countries have been selected and analyzed to make available and share the lessons learnt from them. This project, coordinated by the Institute for Social and Preventive Medicine (ISPM) at the University of Basel, Switzerland, aimed at producing an overview of European experiences of cooperation among the two sectors. It also contributes to the promotion of safe walking and cycling in urban areas, one of the priority issues within the pan-European programme on transport, health and environment (THE PEP). [www.euro.who.int/hepa](http://www.euro.who.int/hepa)

### **Förderung gesunder Ernährung und ausreichender körperlicher Bewegung wird zu einem Top-thema der EU-Gesundheitspolitik**

Die EU-Kommission will verstärkt gegen Übergewicht und Adipositas vorgehen. Dazu hat sie in einem Weißbuch Vorschläge zur Förderung von gesunder Ernährung und körperlicher Bewegung vorgelegt. [www.talkingfood.de](http://www.talkingfood.de)

## Bildung

### **Spielend lernen - Schulagenda 2007/2008 mit Bewegungstipps**

Die Postdinos leiten mit wöchentlichen Bewegungstipps durch die lustige Schulagenda. Die Dartfitscheibe wird von schulebewegt.ch vorgestellt. Die Schulagenden sind sowohl in Deutsch, Französisch als auch (mit kleinerer Auflage) in Italienisch erhältlich. Die Schulagenden sind gratis erhältlich bei: Die Schweizerische Post, PostDoc Schulservice, Postfach 934, 3000 Bern 9, e-mail [postdoc@post.ch](mailto:postdoc@post.ch)

### **IQES online**

IQES online ist die neue Web-Plattform für Qualitätsentwicklung und Selbstevaluation in Schulen. Das erste umfassende Qualitätshandbuch für gute und gesunde Schulen und solche, die es werden wollen, ist ab Juni 2007 im Buchhandel erhältlich. [www.igesonline.net](http://www.igesonline.net)

### **Wissenschaftliche Studien bzgl. Bewegungsverhalten von Schulkindern in der Schweiz**

Die neuste Ausgabe der Schweizerischen Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie, Nr. 55 (2)/2007 liefert umfassende Informationen zu neusten Erkenntnissen. [www.ssms.ch](http://www.ssms.ch)

## Veranstaltungen

### **Solothurner Triathlon - Duathlon - Walkathlon: 22. Juli 2007**

Walking nordic hat sich in den letzten Jahren, u.a. nebst Schwimmen, zu einer beliebten und gesundheitsfördernden Disziplin für Jedermann entwickelt. Die Kombination im Rahmen des Solothurner Triathlon dürfte weitere Bewegungsbegeisterte motivieren, an einem attraktiven und gut betreuten Anlass teilzunehmen. Angesprochen sind Frauen und Männer, die die Wettkampfatmosphäre auch ohne intensive Belastung geniessen möchten. [www.so-tri.ch](http://www.so-tri.ch) und [www.so-tri.ch/club](http://www.so-tri.ch/club)

### **slowUp Basel-Dreiland: Sonntag, 16. September 2007**

Am Sonntag, 16. September 2007 von 10 bis 17 Uhr können alle, die sich nicht motorisiert bewegen wollen, auf der 45 km langen Route durch das Dreiland bewegen. Die Route hat die Form einer Acht. Jede der beiden Schlaufen kann auch einzeln gefahren werden. Die Route führt fünfmal über die Grenze und viermal über den Rhein. [www.basel-dreiland.ch](http://www.basel-dreiland.ch)

### **Schtifti Freestyle Tour 2007 Deutschschweiz: vom 20.08.2007 bis 31.08.2007**

Die fünfte Schtifti Freestyle Tour der Stiftung für soziale Jugendprojekte zur Förderung von körperlicher Aktivität und einer ausgewogenen Ernährung bei Kindern und Jugendlichen. Mit Freestyle-Sportarten und jungen Köchen zeigen wir Jungen, dass gesundes Essen und Bewegung Spass macht. [www.schtifti.ch](http://www.schtifti.ch)



## Agenda

Die 5. International Conference Movement and Health findet vom **14. November 2007** bis **17. November 2007** in Olomouc, Tschechische Republik, statt. <http://mandh2007.upol.cz>

Termine finden Sie auf unserer Website [www.hepa.ch](http://www.hepa.ch) > Agenda