



<http://www.hepa.ch>

## Neuigkeiten für Interessenten Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz JULI / AUGUST 2005

Unterstützt von:



Zusammenarbeit  
mit:



### Everyday Walking Culture

Das Zufussgehen bedeutet körperliche Aktivität und fördert die Gesundheit. Voraussetzung dafür ist eine zielgerichtete, umfassende und interdisziplinäre Organisation des Langsamverkehrs. Die Walk21-Konferenz vom 22./23. September 2005 in Zürich bringt Experten aus dem Gesundheits- und Fitnessbereich mit Fachleuten aus dem Stadt- und Verkehrsplanungswesen zusammen. Gemeinsam wird nach Möglichkeiten zur Förderung des Fussverkehrs gesucht. Detaillierte Informationen zur Walk21-Konferenz in Zürich <http://www.walk21.ch> und zum Satellitensymposium in Magglingen <http://www.walk21satellite.ch>

### Auf den Wegen des Langsamverkehrs

Die Ausgabe „equiterre info Juni 2005“ informiert über Potential und Hindernisse des Langsamverkehrs. Download von „equiterre info“ und weitere Informationen zu equiterre, Partnerin für nachhaltige Entwicklung <http://www.equiterre.ch>

### Toolbox "Veloförderung im Betrieb"

Die IG Velo Schweiz hat ihr ganzes Know-How zur Veloförderung im Betrieb gesammelt und macht dies in Form einer Toolbox für Betriebe nutzbar. Die Toolbox ist sowohl ein Arbeitsinstrument als auch ein Hilfsmittel und Ideengeber. Sie enthält eine Sammlung von Massnahmen, Tipps und Informationen zur Planung und Umsetzung der Veloförderung im Betrieb. Mehr Informationen beim Projektleiter Veloförderung im Betrieb [gregor.zimmermann@igvelo.ch](mailto:gregor.zimmermann@igvelo.ch) und auf der Website (unter Publikationen) <http://www.igvelo.ch>

### Einheitliche Signalisation zur Förderung des Langsamverkehrs

Das Bundesamt für Strassen (ASTRA) will eine neue, leicht verständliche Signalisation der Langsamverkehrsnetze einführen. Rund 60'000 Kilometer Wanderwege und über 20'000 Kilometer Velo- und Mountainbikewege sollen darum schrittweise, schweizweit einheitlich und somit kundengerecht signalisiert werden, um dem zurzeit starken Wachstum in diesem Sektor gebührend Rechnung zu tragen. <http://www.astra.admin.ch/html/de/news/index.php?aktion=singleview&id=587>

### SchweizMobil

Die Schweiz will sich als führende Destination für Human Powered Mobility-Erlebnisreisen profilieren. Unter dem Projektdach SchweizMobil entwickeln Kantone, Bundesämter und private Organisationen aus Tourismus, Verkehr und Sport Angebote für Wanderer, Mountainbiker, Velofahrer, Skater und Paddler. Weitere Informationen <http://www.schweizmobil.ch>

### Veloland Schweiz

Das Internetportal von Veloland Schweiz wird zurzeit im Rahmen der Projekte „Veloland Regional“ und „MobilNet“ von SchweizMobil in Zusammenarbeit mit Schweiz Tourismus ausgebaut. Ab Mitte 2005 werden auch Informationen zu den regionalen Routen von Veloland Schweiz verfügbar sein. <http://www.veloland.ch>

### Begegnungszonen

Die Begegnungszone ist ein Verkehrsregime, das seit 1.1.2002 in der Schweiz in Kraft ist. Sie löste die Wohnstrasse ab. In Begegnungszonen gilt Tempo 20, Fussgänger haben Vortritt. Fussverkehr Schweiz hat eine Übersicht über die realisierten Begegnungszonen geschaffen <http://www.begegnungszonen.ch>

### Sportlich zum Sport - Der Weg ist der Sport

Sport treiben steht für Fitness, Gesundheit und Spass. Schon der Weg zum Sport kann sportlich sein. Unterstützt vom Bund fördert der Kanton Bern eine aktive Mobilität, die kürzere Strecken mit Velos, Skates oder zu Fuss zurücklegt, den Öffentlichen Verkehr nutzt oder Auto-Fahrgemeinschaften bildet. Weitere Informationen <http://www.sportlichzumSport.ch>

### Das lokale Bewegungs- und Sportnetz LBS

Der Bund unterstützt Gemeinden, Städte und Regionen, die ein lokales Bewegungs- und Sportnetz (LBS) aufbauen und sich als Modelle zur Verfügung stellen. Die Idee der LBS ist Teil des sportpolitischen Konzepts des Bundesrates. Am 22. September 2005 findet die dritte Tagung Innovative Kommunale Sportpolitik zum Thema „Sportanlagen und Bewegungsräume“ in Basel statt. Weitere Informationen <http://www.sportnetz.ch>

## Neuigkeiten für Interessenten Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz JULI / AUGUST 2005

### **Onlinewissen zur nachhaltigen Entwicklung**

138 Schweizer Gemeinden führen bereits eine Lokale Agenda 21 (LA 21) - einen Aktionsplan für die Umsetzung der nachhaltigen Entwicklung. Sich in der Fülle von Ratgebern und Handbüchern zu diesem Thema zu orientieren, ist schwierig. An der Universität Bern wurde deshalb ein Internet-Handbuch entwickelt, in dem wissenschaftliches Wissen zum Thema strukturiert aufbereitet und vernetzt ist. Mehr Informationen <http://www.planet21.ch/>

### **Herausforderungen auf Schritt und Tritt**

Seit 1986 organisieren der Verein Marchethon CF/Lausanne und die Schweizerische Gesellschaft für Cystische Fibrose (CFCH) die „marchethons CF“ jeweils am letzten Samstag im Oktober. Der Sponsorenlauf findet in den Städten Bern, Davos, Fribourg, La Chaux-de-Fonds, Lausanne, St. Léonard und Zürich statt. <http://www.marchethon.ch>

### **Swiss School of Public Health (SSPH+)**

Die Universitäten Basel, Bern, Genf, Lausanne, Lugano und Zürich haben am 1. Juli 2005 die Swiss School of Public Health (SSPH+) gegründet. Sie soll die universitäre Weiterbildung von Fachleuten des Gesundheitsbereichs sicherstellen. Die Weiterbildungskurse richten sich an Personen, die im Bereich Public Health und Gesundheitsökonomie arbeiten. <http://www.network-ph.ch/strukturierungsprozess.htm>

### **Belohnung für "schweiz.bewegt"-Gemeinden**

Unter allen teilnehmenden Gemeinden der Aktion "schweiz.bewegt" wurde Ende Juli am Bundesamt für Sport die Verlosung der Preise vorgenommen. Mehr Informationen zur Aktion "schweiz.bewegt" und zu den Preisgebern unter <http://www.sport2005.ch/gemeinden>

### **Sport rauchfrei: Die Gewinner sind ausgelost!**

Über 800 Vereine haben ihr Engagement für einen rauchfreien Sport mit der Unterzeichnung der Charta Sport rauchfrei dokumentiert. Unter diesen Teilnehmern sind die 60 Gewinner ausgelost worden. Neu wird Sport rauchfrei in das Präventionsprogramm «cool and clean» von Swiss Olympic integriert. «cool and clean» richtet sich besonders an die jungen Sporttreibenden und deren Umfeld. Die nächste Wettbewerbsstaffel ist für den Januar 2006 geplant. <http://www.fairplay.ch>

### **OsteoSwiss - das neue Schweizer Osteoporose-Portal**

Das Schweizer Osteoporose-Portal Osteoswiss ist eine Non-Profit-Plattform und aus der Zusammenarbeit von Pro Senectute Schweiz, donna mobile und Novartis Consumer Health Schweiz AG entstanden. Auf diesem Portal finden Sie umfassende Informationen, Selbsttests und Prophylaxe-Tipps rund ums Thema Osteoporose. <http://www.osteoswiss.ch/>

### **Treffpunkt Herz**

3'800 Personen in zehn Schweizer Städten haben an der ersten Tour der Aktion „Treffpunkt Herz“ der Schweizerischen Herzstiftung teilgenommen. Am 22. August startet die zweite Tour und führt in neun weitere Schweizer Städte. Am Vortragsanlass „Cholesterin & Co. - Wegbereiter der Arteriosklerose“ wird über Herz-Kreislauf-Risikofaktoren und herzgesundes Essen informiert. Im Herzbus kann das Herzinfarktrisiko getestet werden. Weitere Informationen <http://www.swissheart.ch/d/service/veranstaltungenkalender.shtm>

### **Allez Hop au Comptoir**

Die grösste Publikumsmesse der Westschweiz vom 16. bis 25. September 2005 in Lausanne wird dieses Jahr von Allez Hop begleitet. An verschiedenen Standorten erhalten die Besucher Informationen zum Thema Bewegung und bei einem Parcours werden sie mit gezielten Massnahmen für die Bewegung sensibilisiert. Weitere Informationen bei der Projektleiterin [Anouck.Luini@fvls.vd.ch](mailto:Anouck.Luini@fvls.vd.ch)

### **10 Tipps**

Körperliche Bewegung, Ausdauer- und Krafttraining können in jedem Lebensalter begonnen werden und haben einen positiven Einfluss auf die Leistungsfähigkeit, Fitness, Gesundheit und Lebensqualität. In den drei neuen Broschüren der EHSM Magglingen gibt es Tipps für Einsteiger, Fortgeschrittene und leistungsorientierte Ausdauersportler. Bestellung und weitere Informationen <http://www.baspo.admin.ch/internet/baspo/de/home/dienst00/dienst001/dienst0011/dienst001g.html>

### **Die Lungenliga baut ihr Angebot für Kinder und Jugendliche aus**

Die Schweizerische Elternvereinigung asthma- und allergiekranker Kinder SEAAK wurde per 1. Juli 2005 in die Lungenliga Schweiz integriert. Die Lungenliga bietet den Familien mit asthma- und allergiekranken Kindern ein flächendeckendes Angebot und will den Bedürfnissen von Kindern und Jugendlichen in Zukunft verstärkter Rechnung tragen. Weitere Auskünfte <http://www.lungenliga.ch>

## Neuigkeiten für Interessenten Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz JULI / AUGUST 2005

### «mobile» 4/05: Adoleszenz

Oft entscheidet sich zwischen 10 und 18 Jahren, ob die Schüler oder Juniorinnen mit positiven und motivierenden Bewegungserlebnissen dem Sport ein Leben lang treu bleiben oder die Turnschuhe ein für alle Mal an den Nagel hängen. Damit letzteres nicht geschieht, müssen Sportlehrerinnen und Trainer wissen, welche Themen Jugendliche in diesem Lebensabschnitt beschäftigen und welche Hürden zu bewältigen sind. In diesem Sinne sollte mit dieser Ausgabe von «mobile» ein Wissensvorsprung möglich sein! Mehr dazu: <http://www.mobile-sport.ch>



## Veranstaltungen

Veranstaltungskalender Internationales Jahr des Sports <http://www.sport2005.ch/content.cfm?site=44>

Impulstagung: „Kompetent und selbstständig bis ins hohe Alter“ - Visionen für das Gesundheitswesen am **2. September 2005** in Bern <http://www.pro-senectute.ch>

Am Comptoir Suisse 05 vom **16. bis 25. September 2005** wird Allez Hop mit einem speziellen Parcours die Besucher zu mehr Bewegung animieren. Mehr Informationen bei [Anouck.Luini@fvls.vd.ch](mailto:Anouck.Luini@fvls.vd.ch)

Wissenschaftliches Satelliten-Symposium zur Walk21-Konferenz. Thema: „Transport-related physical activity and health“ vom **18. bis 20. September 2005** am Bundesamt für Sport BASPO in Magglingen <http://www.walk21satellite.ch>

Die 6. internationale Walk21-Konferenz im 21. Jahrhundert findet unter dem Motto "Everyday Walking Culture/ Kultur des Zufussgehens im Alltag" vom **21. bis 24. September 2005** in Zürich statt. <http://www.walk21.ch>

3. Tagung Innovative Kommunale Sportpolitik zum Thema "Sportanlagen und Bewegungsräume" am **22. September 2005** in Basel. Weitere Informationen und Anmeldeformular <http://www.sportnetz.ch>

The 23<sup>rd</sup> Pediatric Work Physiology Meeting, Children and Exercise XXIII, **22<sup>nd</sup> - 25<sup>th</sup> September 2005**, Gwatt Center Thun. Program and registration <http://www.bbscongress.ch>

Die nächste **Netzwerktagung** findet am **27. September 2005** in Magglingen in Zusammenarbeit mit Nutrinet, Netzwerk Ernährung und Gesundheit, zum Thema: „Bewegung, Kraft, Ernährung im Alter“ statt. Weitere Information ab Ende August unter <http://www.hepa.ch/tagung>

Zürich hat mit seiner Mobilitätsstrategie neue Ziele im Bereich Fussverkehr gesetzt. „Zugang für alle“ umfasst die hindernisfreie Gestaltung des öffentlichen Raums und sucht Lösungen sowohl für Leute mit und ohne Behinderungen. Am **29. September 2005** zeigen Fachleute den Stand des Wissens und ermöglichen einen Einblick in die Umsetzungsarbeit. <http://www.fussverkehr.ch/news.php>

„The World Ageing and Generations Congress“ findet vom **29. September bis 1. Oktober 2005** an der Universität St. Gallen statt. <http://www.pro-senectute.ch>

An der S-DEV Geneva 05, der internationalen Plattform für nachhaltige städtische Entwicklung, treffen sich vom **11. bis 13. Oktober 2005** in Genf, 25 Städte aus der ganzen Welt, um ihre konkreten Anstrengungen in Richtung Nachhaltigkeit zu präsentieren. <http://www.s-dev.org>

Am Kongress "Alter schützt vor Weisheit nicht" vom **22./23. Oktober 2005** im Kongresszentrum in Basel werden bekannte Persönlichkeiten über Altersweisheit sprechen. Die Veranstaltung steht unter dem Patronat von Pro Senectute Schweiz. <http://www.herbstfarben.ch>

8. Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz, **26. bis 27. Januar 2006** in Aarau (AG). Thema: Herausforderung „Gesundes Körpergewicht“ und „Psychische Gesundheit – Stress“. Ab sofort können Sie sich anmelden <http://www.gesundheitsfoerderung.ch>