



E-Newsletter Februar 2008

Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz hepa.ch

Netzwerk und Themenkreise

« **Gesundes Körpergewicht** », Westschweiz

Das nächste Treffen der Groupe francophone findet am **14. März 2008** in **Sion, VS** statt.
www.hepa.ch Der Link zum Veranstaltungsprogramm: www.hepa.ch > [Themenkreise](#)

Neue Vertretung der Mitglieder im Steuerungsausschuss hepa.ch

Es haben sich zahlreiche national tragende Organisationen mit bestens ausgewiesenen Fachpersonen für eine Mitarbeit im Steuerungsausschuss interessiert. Herzlichen Dank!

Anlässlich der Steuerungsausschusssitzung vom 7. Februar 2008 wurden als Vertreter der hepa.ch-Mitglieder in den Steuerungsausschuss gewählt:

- Dr. Per Bo Mahler, Service de Santé de la Jeunesse Genève (Kategorie Wissen/Grundlagen)
- Daniela Brönnimann, Schweizerischer Turnverband STV (Kategorie NGO)
- Ricarda Seidel, Helsana Versicherungen AG (Kategorie Privatwirtschaft)

Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit und auf einen ergiebigen Erfahrungsaustausch innerhalb des Steuerungsausschusses von hepa.ch.

Lokale Sport- und Bewegungsförderung

ewz training days 2008 – Trainieren mit Profis

Nutzen Sie die Gelegenheit, kostenlos Einblick in die Welt des Ausdauersports zu erhalten. An den "ewz training days 2008" haben Sie die Möglichkeit, mit Spitzenathletinnen und -athleten zu trainieren und praktische Tipps zu bekommen. Die Trainings sind kostenlos und finden in Zürich statt.

www.ewztrainingdays.ch

«schweiz.bewegt - Fit für die Euro» – Spannende Duelle und Wetteinsätze

Für 160 Gemeinden aus der Deutschschweiz, 25 Gemeinden aus der Romandie und 7 Gemeinden aus dem Tessin beginnt nun die Detailplanung. Wo führen sie den Parcours durch? Um welchen Wetteinsatz duellieren sie mit ihrer Partnergemeinde? Wie bringen sie möglichst viele Leute dazu, sich auf ihrem Parcours zu bewegen? Mit diesen Fragen werden sich die Verantwortlichen der 200 "Fit für die Euro"-Gemeinden in nächster Zeit auseinandersetzen. Einige Paarungen versprechen Hochspannung - nicht nur auf sportlicher, sondern auch auf gesellschaftlicher Ebene.

www.schweizbewegt.ch

SEB- Schule für Entspannung und Bewegung

Fitness, Gesundheit und Spass verbinden. Das Angebot der SEB ist vielseitig, östlich und westlich orientiert und für jeden geeignet. Im Angebot: Taiji Quan, Qigong, China-Fitness, Wirbelsäulen & Rückenschule, Kindertraining, Ballett Gymnastik und vieles mehr. Im Hürlimann Areal, Zürich. www.seb-schule.ch

Diverses

«bike to work» zum Dritten

„bike to work“, die nationale Mitmach-Aktion für Betriebe und ihre Mitarbeitenden, findet vom 1. – 30. Juni 2008 zum dritten Mal statt. Melden Sie Ihren Betrieb jetzt an und ermöglichen Sie ihren Mitarbeitenden die Teilnahme. Anmeldefrist: 22. März 2008. www.pro-velo.ch

Neu: Lebensmittelpyramide für Sportlerinnen und Sportler

Anlässlich der 3. Internationalen Tagung für Angewandte Sporternährung in Zürich wurde die Lebensmittelpyramide für Sportlerinnen und Sportler präsentiert. Diese Pyramide steht als PDF-Dokument in vier Sprachen (D/F/I/E) zur Verfügung: www.sfsn.ethz.ch

«minu-fit»-Trainerin und -Trainer: Neuer Kurs im Frühling 2008

Die Zusatzausbildung zur «minu-fit»-Trainerin, zum «minu-fit»-Trainer (Migros-Kulturprozent) beginnt Ende Mai 2008. Diese Weiterbildung bietet Fachleuten das notwendige Wissen, um Bewegungskurse für übergewichtige Kinder und Jugendliche anzubieten. Anmeldeschluss: 30. März 2008. www.kulturprozent.ch oder www.minuweb.ch

Gesunde KiTas – starke Kinder

Mit ihrem KiTa-Projekt unterstützt die Plattform Ernährung und Bewegung Kindertageseinrichtungen dabei, ganzheitliche Gesundheits- und Bildungsförderung in ihren Alltag zu integrieren. Dabei werden die gesundheitsfördernden Aspekte von ausgewogener Ernährung, ausreichend Bewegung sowie Stressbewältigung systematisch mit dem Bildungs- und Erziehungsauftrag der teilnehmenden KiTas verknüpft. www.ernaehrung-und-bewegung.de

Publikationen, Broschüren, Lehrmittel

Buchneuheit: «Müesli und Muskeln – Essen und Trinken im Sport»

Das neue Buch «Müesli und Muskeln – Essen und Trinken im Sport» von Corinne Spahr und Christof Mannhart erklärt Sporternährung einfach und klar. Es richtet sich an (Leistungs-) Sportlerinnen und Sportler, an Trainerinnen und Trainer sowie an Eltern von Nachwuchssportlerinnen und -sportlern. «Müesli und Muskeln – Essen und trinken im Sport» ist via BASPO unter www.basposhop.ch für CHF 37.– erhältlich. www.baspo.admin.ch

Interessante und neue Publikationen zu den Themen Sport-, Bewegungs- und Gesundheitsförderung finden Sie auf unserer Webseite: www.hepa.ch > Produkte und www.hepa.ch > Links

Termine und Veranstaltungen

Spannende Veranstaltungen, Kongresse und Tagungen aus dem Bereich der Sport-, Bewegungs- und Gesundheitsförderung finden Sie auf www.hepa.ch > Agenda