KANTON AARGAU

gsund und zwäg im aargau

Gesundheitsförderung und Prävention findet in Ihrer Gemeinde statt – wir unterstützen Sie dabei

Auf der nächsten Seite finden Sie Angebote für Gross und Klein zu unterschiedlichen Themen – ganz nach dem Motto «gsund und zwäg im aargau».

Bei Fragen und für weitere Auskünfte sind wir gerne für Sie da:
gesundheitsfoerderung@ag.ch | Telefon 062 835 29 60 | → www.ag.ch/gsundundzwäg

Gesundheitsförderung und Prävention in der Gemeinde

→ Bewegung und Ernährung bei Kindern und Jugendlichen

Folgende Angebote stehen Gemeinden offen:

- Offene Turnhallen für Kinder und Jugendliche:
  0–5 Jahre: → **Ä Halle wo's fägt**
  5–12 Jahre: → **OpenSunday**
  13–17 Jahre: → **MidnightSports**
- → **Label Fourchette verte** für schulische Mittagstische: ein Label für gesunde und ausgewogene Ernährung
- Beratungen für naturnahe Spielplätze durch → **Spielplatz Aargau**
- Projekt → **Purzelbaum Kindergarten** für mehr Bewegung im Kindergarten
- Motivation der Schülerinnen und Schüler zum Velofahren durch → **Bike2school**
- → **FunFit:** ein neuer Sportförderansatz für die weniger leistungsstarken Schülerinnen und Schüler

→ Psychische Gesundheit über die ganze Lebensspanne

- Helfen Sie mit, kantonale Kampagnen und Aktionen in Ihrer Gemeinde bekannt zu machen: → **Aktionstage Psychische Gesundheit,** → **Kampagne «Wie geht's dir?»,** → **10 Schritte für Psychische Gesundheit.**
- Über 50 kantonale Fachorganisationen setzen sich als → **Netzwerk Psychische Gesundheit Kanton Aargau** für die psychische Gesundheit in Ihrer Gemeinde ein.
- Im Bereich psychische Gesundheit und Suizidprävention organisieren Fachorganisationen → **Schulungen** für Mütter- und Väterberatung, Jugendarbeitende, Spitex-Mitarbeitende und weitere Berufsgruppen.

→ Gesundheitsförderung im Alter

Folgende Angebote stehen Gemeinden offen:

- Die Gemeinde aus Sicht der Seniorinnen und Senioren → **Gemeindebegehung**
- Bewegung und Spass in der Gemeinde → **Active City**
- Generationenübergreifende Bewegungslektionen → **Hopp-la Fit**
- Entdeckungs- und Bewegungsparcours → **FriActiv**
- E-Learning → **Bewegungs- und begegnungsfreundliche Gemeinde**
- Referat zum Thema → **Sturzprävention** oder → **Ernährung im Alter**

→ Schule

- → **«gsund und zwäg i de schuel»** unterstützt die Schule in Ihrer Gemeinde zur Gesundheitsförderung.
- Die Plattform → **Gesund durch die Schulzeit** bietet vielfältige Informationen und Tipps für Eltern.

→ Sexuelle Gesundheit

- Die Beratungsstelle → **Seges Aargau** beantwortet Fragen zu Familienplanung, Schwangerschaft, sexuell übertragbaren Krankheiten und sexueller Bildung.

→ Suchtprävention und Suchtberatung

- Süchtiges Verhalten früh erkennen oder verhindern? → **Suchtprävention Aargau** berät und unterstützt Sie mit massgeschneiderten Interventionen.
- Die Suchtberatungsstellen → **Aargauische Suchthilfe ags** und → **Beratungszentrum Baden BZBplus** beraten Ihre Gemeinde bei Suchtfragen.
- Das → **Tabakpräventionsprogramm des Kantons Aargau** umfasst tabakpräventive Angebote für Familien, Schulen, Betriebe und für den Freizeitbereich.

→ Betriebliche Gesundheitsförderung

- Der Verein → **Forum BGM Aargau** unterstützt kleine bis grosse Betriebe sowie Gemeinden im Kanton Aargau in betrieblichem Gesundheitsmanagement.
- Das Forum BGM vernetzt Aargauer Arbeitgebende und vermittelt Wissen rund um das Thema → **Gesundheit am Arbeitsplatz.**

→ Materialsammlung

- Unter → **www.ag.ch/materialgfp** finden Sie Material zum Herunterladen und zur kostenlosen Bestellung.