

Projekträger:
Verein Bewegungsförderung
Ärztinnen und Ärzte für
Umweltschutz
c/o Dr. Max Handschin
Mühlegasse 7, 4460 Gelterkinden

Projektmanagement:
ecos, Elisabethenstrasse 22
4051 Basel
Meltem Kutlar Joss
Tel. 061 205 10 10
meltem.kutlar@ecos.ch

B G E S U N D
B E W E G T D



Medienmitteilung vom 20. August 2008

Gesund bewegt im Baselbiet

Am 8. September startet wieder die Kampagne „Gesund bewegt – im Baselbiet“ in rund 30 Hausarzt- und Physiotherapiepraxen der Region. Die Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz der Sektion beider Basel setzen sich mit Unterstützung des Sportamts Baselland für einen gesundheitsförderlichen und umweltschonenden Lebensstil ein. Ärzte und Physiotherapeuten befragen in den folgenden Tagen die Patienten nach ihrem Bewegungsverhalten und geben Tipps, wie sie mehr Bewegung in den Alltag integrieren können. Zum Beispiel öfter mal die Treppe oder das Velo nehmen. 37% der Schweizer Bevölkerung bewegen sich zu wenig. Das heisst, sie kommen am Tag weniger als 30 Minuten durch Bewegung ins Schnaufen. Bewegung senkt das Risiko für Herz-Kreislauf-Krankheiten, Altersdiabetes und Übergewicht. Bewegung im Alltag ist zusätzlich noch gut für das Klima. Denn wer ab uns zu das Velo oder die Füsse statt das Auto nimmt, schont auch das Klima: Mobilität beginnt im Kopf. „Gesund bewegt“ setzt sich seit 2004 für einen bewegteren Alltag ein.

Weitere Auskünfte:

Meltem Kutlar Joss
Projektmanagerin Gesund bewegt
c/o ecos
Elisabethenstrasse 22
4051 Basel
Tel. 061 205 10 10
meltem.kutlar@ecos.ch

www.gesundbewegt.ch

www.bl.ch/sportamt/

www.active-online.ch

Ein Projekt zusammen mit dem

