



Gut besucht: «Kinder im Gleichgewicht» an der Expo 08

Sonderschau in Rapperswil-Jona

Kinder im Gleichgewicht an der «Expo»

Die Expo Rapperswil-Jona, Wirtschaftsmesse der inzwischen zweitgrössten Stadt im Kanton St. Gallen, fand im April dieses Jahres zum ersten Mal nach der Vereinigung der beiden Ortschaften unter dem neuen Namen statt. Vor diesem Hintergrund präsentierte sich die neue Stadt im Rahmen einer Sonderschau, bei der auch die Ausstellung *Kinder im Gleichgewicht* gezeigt wurde. Mit der Umsetzung von Massnahmen aus dem kantonalen Programm *Kinder im Gleichgewicht* leistet die Stadt einen wichtigen Präventionsbeitrag.



«Ein gesundes Umfeld für Kinder ist wichtig. Wir als Stadt sind dabei auch verpflichtet, uns im öffentlichen Raum zu engagieren.»

Rahel Würmli, Stadträtin Rapperswil-Jona

«Rapperswil-Jona hat bereits im Herbst 2007 als Pilotgemeinde begonnen, *Kinder im Gleichgewicht* umzusetzen», sagt Miriam Reber, Projektberaterin bei ZEPRA St.Gallen und Ansprechperson für die Gemeinden. Es wurde zunächst eine Arbeitsgruppe mit vielen Akteurinnen und Akteuren der Stadt ins Leben gerufen und gemeinsam erarbeitet, wie das Programm – sozusagen als Kick-off für die Bevölkerung – an der Expo präsentiert werden

kann. «Wir sind der Meinung, dass Mädchen und Jungen in ihrem Gesundheitsbewusstsein gestärkt werden sollen», sagt Rahel Würmli, Stadträtin mit dem Ressort Gesundheit und Alter, und ergänzt: «Sie sollen in ihrem täglichen Leben bewusst und immer öfter die «gesunde Wahl» treffen, wenn es um Essen, Trinken und Bewegen geht. Wir wollten deshalb auf der Sonderschau zeigen, welche vielfältigen Angebote es bereits gibt und wie – oft ganz einfach – die Lust auf Bewegung und gesunde Kost erhalten und gefördert werden kann.»

Vier Tage, vier Schwerpunkte ■ Jeder Tag der viertägigen Sonderschau wurde einem besonderen Schwerpunkt gewidmet. Am ersten Tag zeigten Hebammen, Still- und Mütterberaterinnen anhand praktischer Beispiele wie eine ausgewogene Ernährung vor und während

der Schwangerschaft die beste Voraussetzung für einen gesunden Start ins Leben ist. Innerhalb der Sonderschau wurde überdies eine Stillecke eingerichtet, denn auch Stillen gilt als bewährte Übergewichtsprävention. Zusammen mit Ernährungsberaterinnen und Ärzten fanden ergänzend am frühen Abend Gesprächsrunden statt. Der zweite Tag gehörte den Kindern im Vorkindergartenalter. Das *FamilienForum* als Plattform für junge Familien und Alleinerziehende und die Spielgruppe Muulwürfli präsentierten sich, es gab Tipps und Tricks für den gesunden Znüni und es war für Spiel und Bewegung gesorgt. Kinder von 4 bis 6 Jahren bildeten den Schwerpunkt des dritten Tages. Kinderturnen war angesagt, am *Pausenkiosk* offerierten Schulkinder coole und schmackhafte Zwischenverpflegungen, es gab BMI- und Fussgrössenmessungen und verschiedene Studien wurden präsentiert.

Stadt trägt Mitverantwortung für einen gesunden Lebensraum

Das Quartier als eine wichtige Lebenswelt für Kinder und Familien stand am vierten Tag mit dem Thema «Familie und Kinderfreundlichkeit der Stadt» im Zentrum. Daran beteiligten sich die Quartiervereine, die Naturspielgruppe und der Naturkindergarten stellten sich vor und die Stadt konnte die Möglichkeiten zur Bewegung und Entspannung im Naherholungsgebiet rund um die Stadt und auf den zahlreichen Spielplätzen aufzeigen. «Wir wollten ganz bewusst auch die Diskussion um

die Mitverantwortung der Stadt für einen gesunden Lebensraum führen», sagt Frau Würmli weiter. Deshalb gab es zum Abschluss der Ausstellung auch eine engagiert geführte Podiumsdiskussion mit Dr. Gaudenz Bachmann, dem kantonalen Präventivmediziner und Leiter des Programms *Kinder im Gleichgewicht*, der Stadträtin Rahel Würmli, dem Kinderarzt, Dr. Moreno Malosti und dem Allgemeinarzt Dr. Christoph Gsteiger.

Bevölkerung bringt sich ein ■ «Wir haben an der Expo auch versucht, sehr

niederschwellig die Bevölkerung mit in unsere Überlegungen einzubeziehen», schildert Rahel Würmli die weiteren Überlegungen. Ein Flipchart stand an allen Tagen offen am Stand zur Verfügung, und man konnte notieren, was bereits gut ist, wo man Verbesserungspotenzial sieht, wo man Handlung erwartet.

Gelungener Start ■ Die viertägige Expo war für die Stadt ein Erfolg und für *Kinder im Gleichgewicht* ein gelungener und breit verankerter Start in Rapperswil-Jona.

Sonderschau Kinder im Gleichgewicht (KIG) an der OFFA

Aktive Kinder für eine gesunde Zukunft

An der Ostschweizer Frühlings- und Trendmesse St. Gallen OFFA im April 2008 war das Gesundheitsdepartement des Kantons St. Gallen im Rahmen seines Programms *Kinder im Gleichgewicht (KIG)* wiederum mit einer Sonderschau zu gesundem Körpergewicht bei Kindern präsent.

Wie in den vergangenen Jahren wurde der Stand von ZEPRA St. Gallen gemeinsam mit Still- und Mütterberaterinnen betreut. Neu dabei waren die Fachfrauen des Projekts *Purzelbaum* der Stadt St. Gallen, das auf mehr Bewegung im Kindergarten abzielt. So lag auch der Schwerpunkt der KIG-Sonderschau bei der Gestaltung einer bewegungsfreundlichen Umgebung für Kinder. Blickfang am Stand war ein mit Klettergeräten aus Naturmaterialien und diversem Spielzeug ausgestatteter Spielplatz. Er regte die Bewegungsfreude der Kinder an und animierte

sie dazu, sich zu bewegen, zu klettern, zu springen, zu balancieren, zu entdecken, alleine und miteinander. Im Weiteren gaben Modelle von Spielplätzen einen Eindruck von der Vielfalt der Möglichkeiten, Spielplätze attraktiv zu gestalten.

Politik war eingeladen ■ Auf Einladung von Frau Regierungsrätin Heidi Hanselmann kamen Gemeindepolitiker und -politikerinnen an einem Abend zu einem Apéro an den Stand und nahmen die Gelegenheit wahr, sich mit dem Thema Übergewichtsprävention bei Kindern



Blickfang: Spielplatz aus Naturmaterial

und den Umsetzungsmöglichkeiten auf Gemeindeebene auseinander zu setzen.

Positives Resümee ■ Die Besucherzahl und die Rückmeldungen waren sehr zufriedenstellend. Nicht nur der Spielplatz zog Eltern und ihre Kinder an: «Viele Interessierte nutzten das Angebot, Informationen der Fachfrauen aus erster Hand zu erhalten», zieht Franziska Güttinger, Projektleiterin KIG, eine positive Bilanz der Messepräsenz.