

# aktivgsund

## Gesundheitsförderung und Prävention Wohlfühlregion Aare- und Kiesental

---

### Verein

- gegründet am 29.1.2010
- 23 Mitglieder (Stand 22.4.2010)
- Projekt der Regionalpolitik Bern-Mittelland / finanzielle Unterstützung (Starthilfe) während mind. 3 Jahren
- Vorstand:

<i>Esther Ammann</i>	Präsidentin	Tanz- und Bewegungstherapie	Grosshöchstetten
<i>Nicole Duc</i>	Mitglied	Körpertherapie	Signau
<i>Diana Wälti</i>	Mitglied	Fussreflexzonentherapie	Arni
<i>Olivier Wälti</i>	Mitglied	allgemeine Medizin und Komplementärmedizin	Gerzensee
<i>Elisabeth Zaugg</i>	Mitglied	Fitnessstraining	Grosshöchstetten

- Geschäftsstelle:

Agnes Mathys  
Niesenstrasse 7  
3510 Konolfingen

031) 790 39 35 [info@aktivgsund.ch](mailto:info@aktivgsund.ch) [www.aktivgsund.ch](http://www.aktivgsund.ch)

### Ausgangslage

Gesundheit ist immer mehr ein Zeugnis für ein erfolgreiches Leben. Damit wird Gesundheit zu einem neuen Statussymbol. Sich gesund zu erhalten wird zur lohnenden Herausforderung und motiviert die Menschen, krankmachende Faktoren und Verhaltensweisen zu erkennen und zu verändern. Der Aufwand, mithalten zu können, steigt mit dem Alter. Regionen, die sich mit entsprechenden Angeboten frühzeitig positionieren können, profitieren nicht nur von arbeitsintensiven Dienstleistungen im Gesundheitsbereich, sondern erhöhen damit auch ihre Standortattraktivität für Wohnen und Arbeiten. Im südlichen und östlichen Bern-Mittelland (Aare- und Kiesental) gibt es eine grosse Zahl und Vielfalt von Angeboten im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention, die allerdings heute erst in geringem Masse zusammenarbeiten.

## Vision

Anbieterinnen und Anbieter in den Regionen Aare- und Kiesental tragen dem steigenden Gesundheitsbewusstsein Rechnung, indem sie entsprechende Dienstleistungen vernetzen, bündeln, vermarkten und ausbauen.

Gesundheits- und Wohlfühlangebote in den Regionen Aare- und Kiesental entwickeln sich zu einem wichtigen Dienstleistungsschwerpunkt.

Die Anbieterinnen und Anbieter streben nach Zusammenarbeit mit politischen Entscheidungsträgern, regionalen Betrieben und Schulen. Sie fördern eigenverantwortliches, gesundheits- und umweltbewusstes Verhalten.

Sie erbringen neben bekannten auch viele neue Angebote und unterstützen damit die Bedürfnisse der Kundschaft im Berner Mittelland nach immateriellen Werten. Sie bilden ihre eigenen Fähigkeiten weiter aus und schaffen damit Voraussetzungen, ihre Kunden optimal zu informieren und zu betreuen.

Sie haben das Fernziel, dass Aare- und Kiesental erkannt werden als die Wohnregion mit klarem Profil und der Identität Wohlfühlregion.

## Leitbild

Wir sind im Gesundheitsbereich aktiv und verantwortungsvoll tätig und verfügen über fundierte Erfahrungen.

Wir erbringen in erster Linie einen Nutzen für unsere Kundschaft und sensibilisieren diese für eine vernünftige Gesundheitsförderung und Prävention. Unsere Motivation ist es, im Rahmen eines Projektes Informationslücken und Berührungängste gegenüber unserer beruflichen Tätigkeit abzubauen, uns gegenseitig zu unterstützen sowie partnerschaftlich und konstruktiv zusammenzuarbeiten.

Wir grenzen nicht aus, sondern schlagen Brücken zwischen Schul- und Komplementärmedizin und nutzen Synergien der Zusammenarbeit. In unserem Projekt finden Angebote ohne jeglichen gesundheitsfördernden oder therapeutischen Hintergrund keinen Platz.

Wir beabsichtigen, die Zusammenarbeit unter den verschiedenen Anbietern zu verbessern, ohne die erforderliche Flexibilität preiszugeben.

Wir gehen beispielhaft voraus, suchen neue Formen und Inhalte um die verschiedenen Fachrichtungen sinnvoll zu vernetzen und zu ergänzen, sodass die Kunden optimale Informationen zur Nutzung erhalten (z.B. Therapieführer, Leitfaden).

Unsere Kundschaft sind sowohl neugierige Menschen aller Altersklassen und sozialer Schichten, die Verantwortung für ihre Gesundheit übernehmen mit Präventivmassnahmen ihr Leben optimal gestalten wollen, wie auch Menschen mit einem (noch) geringen Gesundheitsbewusstsein, die entsprechend zu sensibilisieren sind (z. B. Jugendliche, Übergewichtige, chronische Fastfood Esser ...).

Wir treten gemeinsam, qualitätsbewusst und professionell gegen aussen auf, ohne die Individualität unserer Angebote aufzugeben. Unser Auftritt ist persönlich und freundlich, wir sind gut erreichbar und nehmen uns Zeit für unsere Kundschaft. Wir sehen den Menschen als Ganzes in seiner individuellen Lebenssituation.

## Ziele

Wir

- ... sprechen eine neue Kundschaft an, auch in der Agglomeration Bern;
- ... verstärken die Zusammenarbeit, um neue Qualitäten im Angebot zu erzielen und dieses auch auszubauen;
- ... koordinieren unsere Dienstleistungen untereinander und verbessern die Beratung der Kundschaft;
- ... machen unsere Angebote einem breiten Publikum bekannt;
- ... verfolgen neue Formen und Inhalte, um unsere Kundschaft anzusprechen;
- ... beraten unsere Kundschaft neutral und umfassend;
- ... sprechen auch Firmen, Schulen, Heime und Spitäler an;
- ... entwickeln uns zu einer Anlaufstelle und laden laufend weitere Akteure ein, sich dem Verein anzuschliessen und mitzuarbeiten;
- ... verbinden unsere Werbemassnahmen mit Erlebnissen (z.B. Schnupperangebote, gemeinsame öffentliche Aktivitäten).

## Massnahmen

### ⇒ Aktivitäten und Veranstaltungen

- Kooperationsprojekte mit verschiedenen Organisationen, bspw. „schweiz.bewegt“
- Aufbau Gesundheits-/Wohlfühlzentrum Schloss Wyl in Schlosswil: verschiedene Therapieangebote und Kurse unter einem Dach
  - verschiedene Behandlungsformen gut erreichbar unter einem Dach
  - Anlaufstelle für Information und Beratung für Kunden und Interessenten
  - Kontakt- und Aussprachemöglichkeit unter Anbietenden vor Ort
  - gemeinsame Infrastruktur (Empfang, Telefondienst, Sekretariat, Rechnungswesen....)
  - Zentrum für Kurse, Aus- und Weiterbildung im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention
- dialog-gesundheit Schweiz: Forum gründen und regelmässig durchführen als Plattform für Diskussionen über Gesundheitsthemen unter der Moderation/Leitung von einem in der Region verankerten Hausarzt
- Gesundheitsausstellung mit Schnupperangeboten, Referaten, Präsentationen, Workshops etc.

- Zusammenarbeit / Projektwochen mit Schulen (effizientes Lernen, Sinne wahrnehmen, Entspannung), auch in Projektwochen oder während Ferienprogrammen

#### Weitere Aktivitäten

- Gemeinsame Veranstaltungen und Projekte mit Organisationen, welche Raum für Synergien öffnen: Gesundheitsförderung Schweiz, Verein Berner Gesundheit, Jugendfachstellen, Volkshochschule Aare- Kiesental, Vereine Erwachsenen-bildung, Bibliotheken, Pro Senior, Pro Senectute, Samaritervereinen

#### ⇒ **Gemeinsamer PR- und Werbeauftritte**

- Grundsatzüberlegungen Corporate Identity und Corporate Design
- Gesundheitsführer
- Internet-Plattform inkl. Veranstaltungskalender
- Ratgeber dialog-gesundheit Schweiz: „Für gesunde und kranke Tage“ mit integrierter Übersicht sämtliche Angebote im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention in den Regionen Aare- und Kiesental

#### Weitere Aktivitäten

- Informationsstand und Schnupperangebote an Grossveranstaltungen (Feste, Märkte ...)

#### ⇒ **Zusammenarbeit und Erfahrungsaustausch**

- QS-Massnahmen (Controlling)
- Veranstaltungen Erfahrungsaustausch
- Zusammenarbeit in administrativen und organisatorischen Belangen

#### ⇒ **Plattform für neutrale Beratung und Kooperationen**

- Kooperationen mit verwandten Angeboten in der Region
- Aufbau Info-Point in der Region Aare- und Kiesental

#### ⇒ **Ausbildungsangebote**

- Kursangebote für Gesundheitsförderung / Selbstbehandlung
- (z.B. Erlernen von einfachen Selbstbehandlungsmethoden)
- Personal Trainer
- u.w. entsprechend der Nachfrage