

# «I like my bike» – hawa engagiert sich konkret für Gesundheitsförderung

hawa (Hausärzte Winterthur und Andelfingen) ist ein Ärztenetzwerk mit 100 Haus- und KinderärztInnen. Als Partner im Bereich Fitness/Care hat hawa den längsten Velowettbewerb in Winterthur und Umgebung nachhaltig unterstützt. Ein solches Projekt fördert den Bekanntheitsgrad eines Ärztenetzes in der Öffentlichkeit und kann nur durch eine grosse, regional gut vernetzte Ärztegruppierung mit einer professionellen Betriebsgesellschaft (hier hawadoc) realisiert werden.

«I like my bike» wurde erstmals im Jahr 2007 als Pilotprojekt durchgeführt, mit der Stadt Winterthur als Trägerschaft. Dank guter Resonanz ist das Projekt auch 2008 wieder gut gestartet. Ziel ist es, möglichst viele Bewohnerinnen und Bewohner in der Region Winterthur zur Bewegung zu motivieren, die, versehen mit einem Velocomputer, so viele Kilometer wie möglich sammeln sollen. Am Ende des Wettbewerbs winken für die

Fleissigsten attraktive Preise. Über 420 Personen hatten im Jahr 2007 während der Monate Juni bis September insgesamt 146 410 Kilometer zurückgelegt.

## In 90 Tagen 3,65-mal um die Welt!

Das hawa-Ärztenetz engagierte sich mit einigen spannenden Events an dieser Kampagne. Dies war eine gute Gelegenheit, um auf die wichtige Rolle der Haus-

und Kinderärzte aufmerksam zu machen, das Ärztenetz vorzustellen und das Hausarztmodell zu bewerben.

Der hawa-Stand war je nach Anlass unterschiedlich besetzt, sei es mit Ärzten, MPA oder Mitarbeitern der Betriebsgesellschaft hawadoc. Mit dem Fitnessstest nach R-GYM konnte die persönliche Leistungsfähigkeit getestet werden. Wie an der Winterthurer Messe durfte auch das Glücksrad nicht fehlen. Für spezifische Diabetes-Typ-II-Prävention wurde ein Risikotest und auf Wunsch eine ärztliche Beratung vor Ort angeboten.

Das Projekt brachte dem hawa vor allem eine bessere Vernetzung mit und einen höheren Bekanntheitsgrad bei den beteiligten Partnerorganisationen wie der Stadtpolizei Winterthur, der Stadt Winterthur und der Presse. Auch die Resonanz aus der Bevölkerung war durchwegs positiv.



Startevent – wie man sieht, waren jedwelche Zweiräder zugelassen. Hier Markus Wieser als Vertreter des hawa vor Ort.



Startevent – anstehen und Montage der Velocomputer.





Startevent – um am Glücksrad zu drehen, mussten die Besucherinnen und Besucher ihren Haus- oder Kinderarzt auf der hawa-Ärzteliste finden und auf seine Nummer setzen.



Einkaufszentrum Rosenberg – so einige wollten es genauer wissen und testeten unter medizinischer Begleitung von Christine Chiffelle ihre Fitness.



Schlussevent – hier Georg Stoffel in einem Beratungsgespräch mit einem Besucher zum Thema Diabetes Typ II.



Mit grossem Interesse wurde den Ausführungen des Sportvortrags von Urs Gehrig gefolgt. In Wort und Bild zeigte er die gesundheitliche Bedeutung einer regelmässigen körperlichen Aktivität auf.



Im Verkehrsgarten Winterthur wurde ein Sicherheits- und Geschicklichkeitsparcours durchgeführt. Neben der Stadtpolizei Winterthur und dem Umwelt- und Gesundheitsschutz Winterthur waren auch Ärzte des hawa mit dem Notfallkoffer zugegen, die nach einem Sturz kleinere Blessuren versorgten. Viele Kinder haben den Parcours durchfahren.



Schautafeln mit Tipps für die Gesundheit rund ums Velofahren. Diese Tafel zeigt einfache Ratschläge, damit ein Veloausflug nicht zu einem gesundheitlichen Risiko wird. Die aufgeführten Gesundheitstipps bildeten die Grundlage für eine mehrteilige Artikelserie, die während der Sommermonate publiziert wurde.



Schlussevent – Gross und Klein hatten ihren Spass am Schlussevent.



Verkehrsgarten Winterthur – der Geschicklichkeitsparcours hatte es in sich und machte Spass. Hier Markus Sturzenegger (Past-Präsident des hawa) und Fredi Rösli (Präsident des Verwaltungsrates hawadoc).

# hawa- Ärztinnen und -Ärzte in Aktion

.....  
*Isabelle Reinecke*  
 Kadermitarbeiterin Managed Care  
 hawadoc AG, Winterthur  
 E-Mail: [isabelle.reinecke@hawadoc.ch](mailto:isabelle.reinecke@hawadoc.ch)