

Gemeindenaher Prävention der Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt»

10 Jahre Aktivitäten 1977-1987
Rückblick und Ausblick

Rolf Gamp/Max Buser

Kantonsärztlicher Dienst des Gesundheitsdepartementes des Kantons Aargau
Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt», Aktionskomitee

Einleitung

Im Leben des Menschen sind die ersten 10 Jahre eine kurze - entwicklungsphysiologisch und -psychologisch aber eine ganz wesentliche Zeitspanne. Dies gilt auch für Institutionen zur Vornahme einer Standortbestimmung mit Rückblick und Ausblick.

In der folgenden Arbeit sollen die Aktionen der Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt» durch belegbare Zahlen und durch eine Meinungsumfrage beurteilt und Zielvorstellungen für die zukünftigen Tätigkeiten abgeleitet werden.

Das Nationale Forschungsprogramm 1A «Prophylaxe von Herz- und Kreislauferkrankungen in der Schweiz»

Die gemeindenaher oder gemeindeorientierte Prävention bekommt in der Schweiz eine immer grössere Bedeutung. Gesundheitserzieherische Überlegungen und Massnahmen sind damit eng verbunden.

Die Autorengruppe F. Gutzwiller, B. Junod, F. H. Epstein, O. Jeanneret und W. Schweizer hat im Rahmen des Nationalen Forschungsprogrammes NFP 1, das von 1977-1980 dauerte, eingehend darüber gearbeitet [1].

In diesem Programm wurden die Häufigkeit und Verteilung der kardiovaskulären Risikofaktoren in den Städten Aarau, Nyon, Solothurn und Vevey ermittelt.

In einem anschliessenden Interventionsprogramm wurde versucht, diese Risikofaktoren anzugehen und eine Verhaltensänderung herbeizuführen.

Aarau und Nyon waren in diesem Forschungsprogramm die Gemeinden, in denen ein dreijähriges gesundheitserzieherisches Interventionsprogramm durchgeführt wurde. Solothurn und Vevey waren die Vergleichsgemeinden ohne besondere gesundheitserzieherische Angebote.

Die Resultate des Nationalen Forschungsprogrammes NFP 1 wurden Ende März 1982 veröffentlicht; es konnten folgende 5 Schlussfolgerungen gezogen werden [2, 3]:

1. Die Bevölkerung macht mit und kann tatsächlich für eine Änderung des Gesundheitsverhaltens gewonnen werden.
2. Das Präventivprogramm war wirksam: Die Schlussuntersuchung zeigte bei denjenigen, die zum zweiten Mal untersucht wurden, in Aarau und Nyon

eine deutlichere Senkung der Risikofaktoren als in den Vergleichsstädten Solothurn und Vevey.

3. Wichtigste Zielgruppe ist die Jugend: Die Anlage zu erhöhtem Blutdruck und Cholesterin ist schon früh erkennbar, weshalb die Vorbeugung in der Jugend einsetzen muss. Deshalb ist es notwendig, die ganze Familie in die Prävention einzubeziehen.
4. Präventivprogramme lohnen sich auch volkswirtschaftlich: Der durch Verringerung des Krankheitsrisikos in Aarau und Nyon errechenbare volkswirtschaftliche Nutzen dürfte doppelt so gross sein wie die Kosten, welche für das 3 Jahre dauernde Programm in den beiden Städten aufgewendet werden musste.
5. Die Förderung der Prävention ist dringend: Es gibt heute Mittel und Wege, die Herz- und Kreislauferkrankungen wirksam zu bekämpfen durch Veränderung des Gesundheitsverhaltens des Einzelnen. Ebenso notwendig ist aber auch, die Anstrengungen von öffentlichen und privaten Institutionen zu verstärken, um solche Verhaltensänderungen zu erzielen.

Die Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt»

Die Ergebnisse des Nationalen Forschungsprogrammes NFP 1 hatten

- eine wissenschaftliche Auswirkung: Eingehendere zahlenmässige Erfassungen von Risikofaktoren ergaben neue Erkenntnisse über das Gesundheitsverhalten. Theorien der Gesundheitserziehung wurden in die Praxis umgesetzt. Gut dokumentierte gesundheitserzieherische Aktionen konnten der Bevölkerung angeboten werden.
- eine gesellschaftliche Auswirkung: Die Bevölkerung wurde auf breiter Ebene zur Mitwirkung aufgerufen. Sie wurde erstmalig mit dem Phänomen der Massenbewegung im Dienste der Gesundheitsförderung konfrontiert.
- eine politische Auswirkung: Zur Fortführung der erfolgreichen Tätigkeit des Nationalen Forschungsprogrammes war es unumgänglich, öffentliche Mittel frei zu bekommen. Der Politiker im Stadtparlament und der Gemeindebewohner als politisch denkender Bürger hatten zur Frage der Gesundheitsförderung öffentlich Stellung zu nehmen; sie mussten

kundtun, wieviel ihnen Gesundheitsvorsorge wert ist.

Ende Oktober 1980 wurde durch die Aarauer Stimmbürgerinnen und Stimmbürger ein Kredit bewilligt, der die Voraussetzung zur Gründung der Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt» bildete.

Die Stiftungsaktivitäten sind in der Stiftungsurkunde der beiden Stifter – Einwohnergemeinde Aarau und Aargauische Krebsliga – vom 27. Mai 1981 in Artikel 2, Absatz 1 folgendermassen umschrieben:

Ziel der Stiftung ist die Gesundheitsprophylaxe im

allgemeinen, im besonderen aber auf den Gebieten Ernährung, Blutdruck, Stress und Suchtmittel (Tabak, Alkohol, Drogen). Sie propagiert und führt Aktionen zur körperlichen Ertüchtigung sowie zur Verhütung und Reduktion aller beeinflussbaren Krankheits-Risikofaktoren durch. Sie betreibt eine Informationsstelle und bietet der Bevölkerung Anregung und Beratung durch Fachkräfte an.

Die Aktionen der Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt»

Die Schwerpunkte der Aktionen betreffen entsprechend dem Stiftungszweck die Bereiche «Ernährung», «Blutdruck», «Sport», «Sucht(mittel)», «Psychischer Ausgleich» und «diverse Aktionen» (vgl. Tabelle mit den Schwerpunkten der Aktionsprogramme).

Die Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt» hat am 1. Januar 1981 ihre Tätigkeit aufgenommen. Seither wurden in über 150 Aktionen die Bewohner von Aarau und Umgebung – einem Gebiet mit rund 60000 Einwohnern – mit gesundheitsfördernden Botschaften vertraut gemacht und zum Mitmachen eingeladen [4].

Die Aktionen der Jahre 1983–1986

Im folgenden sind die Aktionen der Jahre 1983–1986, einer gut überschaubaren einheitlichen Zeitperiode, zusammengestellt.

Sie geben Aufschlüsse über den Umfang der Aktivitäten, zeigen Entwicklung und Tendenzen in den einzelnen Bereichen der Risikofaktoren auf und weisen auf Schwierigkeiten und Misserfolge hin.

Insgesamt standen 1983–1986 123 Aktionen im Aktionsplan.

Der Hauptanteil, fast die Hälfte der Aktivitäten, entfällt auf den Bereich «Sport», über ein Viertel auf den Bereich «Ernährung», die restlichen Anteile auf die Bereiche «Sucht(-mittel)» und «Psychischer Ausgleich». Etwa 10 betreffen «Diverse Aktionen», die nicht mehr alle direkt einem Risikofaktoren-Bereich zugeordnet werden können.

Die zahlenmässige Verteilung ist über die vier Jahre recht konstant geblieben. Eine Steigerung des Angebotes im Jahre 1986 ist aber unverkennbar – und letztlich auch angestrebt. Es wurden gegenüber 1985 11 zusätzliche Aktionen durchgeführt.

Von den 123 Aktionen der Jahre 1983–1986 blieben 6

Tab. 1. Schwerpunkte der Aktionsprogramme.

Thema	Ziele	Aktivitäten
Ernährung	- Zusammenstellung einer gesunden Ernährung	- Kurse zur Gewichtsabnahme
	- Ausgleich von Kalorieneinnahme und -verbrauch	- Gesunde Kleinkinderernährung
	- Reduktion des Konsums von Cholesterin, gesättigten Fettsäuren und Zucker	- Brot- und Käsemarkt
	- Gewichtsabnahme bei Risikoträgern	- Kochkurs - Konservieren ohne Zucker - «Zäme zmörgele» - Apfelabgabe - Znüni-Egge
Blutdruck	- Seinen Blutdruck kennen	- Messungen in der Info-Stelle
	- Reduktion des Salzkonsums	- Messungen am Markt
	- regelmässige Kontrollen	- Aarauer Gewerbetreibender (4 Tage)
Sport	- Freude an körperlicher Aktivität	- Jugendsportwoche
	- Förderung der Ausdauersportarten	- Fussball-/Eishockeyturnier
	- Möglichkeiten des Wiedereinstiegs	- Eislaufen
	- Vermehrte Bewegung, zweimal pro Woche mindestens 20 Minuten	- Joggingkurse
		- Laufträfts
		- Mini-Triathlon
		- Tenniskurse
	- Schwimmschule für Kinder	
Suchtmittel	- Umgang mit Suchtmitteln	- Velotag
	- Förderung des Nichtraucher-Images	- Administration Schulsport
	- Nicht anfangen – aufhören	- Pausenplätze bemalen
		- Nichtraucherkurse
		- Nichtraucher-Ecke
Diverse Aktionen	- Entspannung Lebensstil	- «Sucht ist menschlich»
	- Stress-Verarbeitung	- Tag des Nichtrauchens
	- Umweltschutz	- Alkohol-Knigge
	- Gesundheit als etwas Unteilbares darstellen	- Unterlagen für die Schule
		- Antistress-Set
		- Atemgymnastik/ autogenes Training
	- «Beim Halten Motor abschalten»	
	- Vorträge	
	- Haltungsturnen	

Tab. 2. Verteilung der Aktionen in den einzelnen Risikofaktoren-Bereichen, in den Jahren 1983–1986.

Aktionen	(absolute Zahlen)					
	absolut	%	1986	1985	1984	1983
Sport	56	46	17	13	14	12
Ernährung	35	28	10	9	9	8
Sucht(-mittel)	16	13	6	4	4	2
psychischer Ausgleich	4	3	2	-	2	-
diverse Aktionen	12	10	4	2	2	4
Total	123	100	39	28	31	26

in der Planungsphase stecken und wurden nicht durchgeführt (Abb. 2).

Von den 117 durchgeführten Aktionen zeigten 95 (81%) einen guten, 13 (11%) einen mässigen Erfolg, 9 (8%) waren mehr oder weniger erfolglos und mussten zum Teil aus dem Angebot gestrichen oder gänzlich überarbeitet werden.

Die grössten Schwierigkeiten verzeichneten der Bereich der «Sucht(-mittel)» mit 6 mässig erfolgreichen Aktionen – bei insgesamt 16 Aktionen – und der Bereich «Psychischer Ausgleich» mit 1 geplanten und nicht durchgeführten Aktion sowie 1 Aktion mit fraglichem Erfolg – bei immerhin 2 Aktionen mit gutem Erfolg!

Tab. 3. Aktionen 1983–1986 entsprechend ihrem Erfolg.

Aktionen	Total	Sport	Ernährung	Sucht(-mittel)	Psychischer Ausgleich	Diverse Aktionen
1983–1986						
- Geplant aber nicht durchgeführt	6	3	2		1	
- Durchgeführt mit gutem Erfolg	95	43	28	10	2	12
mit mässigem Erfolg	13	5	2	6		
mit fraglichem Erfolg	6	4	1		1	
ohne Erfolg	3	1	1			

Rückblickend lassen sich aus den durchgeführten Aktionen folgende Schlussfolgerungen ziehen:

1. Sport und Ernährung stehen im Vordergrund: nahezu die Hälfte der Aktivitäten wurde in den Bereich «Sport» investiert. Mit wesentlich geringerem Anteil folgen die Aktivitäten im Bereiche «Ernährung».
2. Risikofaktoren sind nicht alles: Das Präventivkonzept mit dem Risikofaktoren-Ansatz hat sich grundsätzlich bewährt. Dieses Konzept wird auch von der Bevölkerung gut verstanden. Für einige Aktionen aber wirkt sich der Rahmen der Risikofaktoren eher beengend aus. Eine Erweiterung des Präventionsangebotes ist unumgänglich.
3. Es stellt sich ein innovatives Problem: Aktionen, die immer wieder angeboten werden, verlieren mit der Zeit ihren Anreiz und ihre Zugkraft und müssen dann – obwohl sie einmal gut gewesen sind – wegen fehlenden Interesses und mangelnder Beteiligung abgesetzt werden. Die Planung neuer Aktionen verlangt viel geistige Beweglichkeit, Kreativität und entsprechende Investitionen.

«Aarau eusi gsund Stadt» im Urteil der Bevölkerung. Ergebnisse einer Telefonumfrage

Um die bisherigen Aktivitäten kritisch zu analysieren und Hinweise für die Zukunft zu erhalten, wurde durch das Institut für praxisorientierte Sozialforschung «IPSO» in Zürich eine Repräsentativ-Umfrage unter 301 Aarauerinnen und Aarauern im Alter von 20–69 Jahren durchgeführt.

Die Befragung erfolgte aufgrund eines ausführlichen Fragebogens und dauerte vom 11.–23. September 1986.

Zusammenfassung der Ergebnisse [5]:

1. Bekanntheitsgrad hervorragend: 95% aller Aarauerinnen und Aarauer kennen «Aarau eusi gsund Stadt», nur ganz wenige von ihnen bloss dem Namen nach. Mit Abstand am bekanntesten sind die sportlichen Aktionen, an die sich drei Viertel der Befragten erinnern, gefolgt von den Aktivitäten zum Thema «Gesunde Ernährung», die von der Hälfte der Befragten genannt werden. Die Stiftung ist in einem kaum mehr zu steigenden Mass bekannt und in ihrer Tätigkeit praktisch unbestritten.
2. Nicht nur bekannt – auch anerkannt: Auf die Frage nach einer sinnvollen oder überflüssigen Institution gaben 89% der Befragten eine positive, anerkennende Antwort, wobei Neuzuzüger die Stiftung noch sinnvoller halten als die Alteingesessenen. «Aarau eusi gsund Stadt» gilt bei der Bevölkerung als unbestrittener Bestandteil des öffentlichen Lebens.
3. Jede(r) Dritte machte schon mit: Jede dritte Aarauerin bzw. jeder dritte Aarauer hat selber bei einer oder mehreren Aktionen schon mitgemacht. Besonders gut blieben die verschiedenen Jogging-Kurse, der legendäre «Lauf um d'Wält» und die seit 10 Jahren ununterbrochen durchgeführten Blutdruckmessungen in Erinnerung. Dicht aufgeschlossen folgten die Angebote zum Erlernen einer gesünderen Ernährungsweise, die Aktionen im Schwimmbad und die Raucherentwöhnungskurse.
4. Wer mitmacht, lebt gesünder: Das Gesundheitsbewusstsein der Aarauerinnen und Aarauer ist beachtlich, denn 82% finden richtigerweise, man könne selbst viel zum eigenen Gesundheitszustand beitragen. Leute, die an Aktionen der Stiftung mitmachen, leben gesünder und ändern ihr Gesundheitsverhalten im positiven Sinne: 63% treiben mindestens einmal wöchentlich Sport (gegenüber nur 52%, die nicht bei Aktionen mitmachen). 25% sind körperlich aktiver als noch vor 3 Jahren (gegenüber 14%). 74% lassen beim Essen das sichtbare Fett weg (gegenüber 66%). Lediglich 25% sind Raucher (gegenüber 37%, die nicht bei Aktionen teilgenommen haben). Erfolge

bei der Raucher-Entwöhnung liegen aber auch in einem starken allgemeinen Trend zum Nichtrauchen.

Was soll die Stiftung in Zukunft tun?

Die Antworten sind eindeutig:

- Über 80% der Aarauerinnen und Aarauer plädieren für Aktivitäten zu einer gesunden Ernährungsweise, zu körperlicher Bewegung und zugunsten des Nichtrauchens.
- 70% wünschen Aktionsthemen über Alkohol, Drogen, Umwelt und psychische Gesundheit.

Schlussfolgerungen aus der Umfrage:

- Die Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt» ist in einem kaum noch zu überbietenden Masse bekannt. Ihre Tätigkeit ist praktisch unbestritten.
- Sie wird vor allem mit Sport in Verbindung gebracht. Die anderen Tätigkeitsschwerpunkte sind in der Bevölkerung wesentlich schwächer verankert. Auf der Wunschliste bezüglich künftiger Aktivitäten steht hinter Fragen der Ernährung der Sport an zweiter Stelle.
- Presse- und Werbekampagnen werden ordentlich beachtet. Die Möglichkeiten, insbesondere über Pressemitteilungen, scheinen allerdings noch nicht ganz ausgeschöpft.

Ein Ausblick

Die Ergebnisse der 10jährigen Tätigkeit auf dem Gebiete der gemeindeorientierten Prävention, insbesondere auch die Resultate der Umfrage in der Bevölkerung haben die Aufgaben für die Zukunft festgelegt:

1. An Bewährtem festhalten und es nach Möglichkeit noch verbessern:

Die Umfrage hat die Schwerpunkte der zukünftigen Aufgaben herausgeschält und in Empfehlungen umschrieben:

- Die vergangenen 10 Jahre des Wirkens von «Aarau eusi gsund Stadt» dürfen als erfolgreich angesehen werden. Eine Kurskorrektur drängt sich nicht auf.
- Die Spitzenstellung des Sportes bei den erinnernten und den gewünschten Aktivitäten legt den Schluss nahe, auch bei Aktionen zu andern Themen den Sport als Aufhänger zu benützen.
- Eine Verbesserung der Beachtung der Presse- und Werbekampagnen kann kaum mehr über die Bekanntheit, wohl aber eine intensivere, auch gefühlsmässig zu verankernde Bindung der Bevölkerung an die Stiftung und ihre Aktivitäten erreicht werden.
- Das Zielpublikum künftiger Aktionen hängt von der präventiven Botschaft ab. Es muss gezielt angegangen werden.

2. Das Erreichte weitertragen. Breitere Bevölkerungsschichten mit vermehrten, vielfältigeren Angeboten ansprechen:

- Ausweitung im Bereiche der Zielgruppen: jene Bevölkerungsschichten müssen angesprochen

werden, die von sich aus wenig Verständnis und Motivation für gesundheitserzieherische Belange aufbringen.

- Ausweitung auf dem Gebiete der Zusammenarbeit: im Sinne der Integration muss versucht werden, die Zusammenarbeit mit andern Institutionen und Organisationen auf dem Gebiete der Gesundheitsförderung zu optimieren. Koordination sollte anstelle der Konkurrenz treten.
- Ausweitung auf regionaler Ebene: die umliegenden Gemeinden der Region Aarau sollten vollzählig in die Aktivitäten der Stiftung einbezogen werden – unter voller Berücksichtigung ihrer Gemeindeautonomie. In der regionalen Gesundheitsförderung kann «Aarau eusi gsund Stadt» eine zentrale koordinierende Rolle übernehmen.
- Ausweitung über die Gemeindegrenzen hinaus: Die Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt» hat in der ganzen Schweiz und im benachbarten Ausland wegweisend gewirkt und verschiedene Folgeunternehmungen gefördert. Sie kann auch als Vorbild für andere Aargauer Gemeinden dienen und im Kanton da und dort Schwerpunkte der gemeindeorientierten Prävention ausbilden.

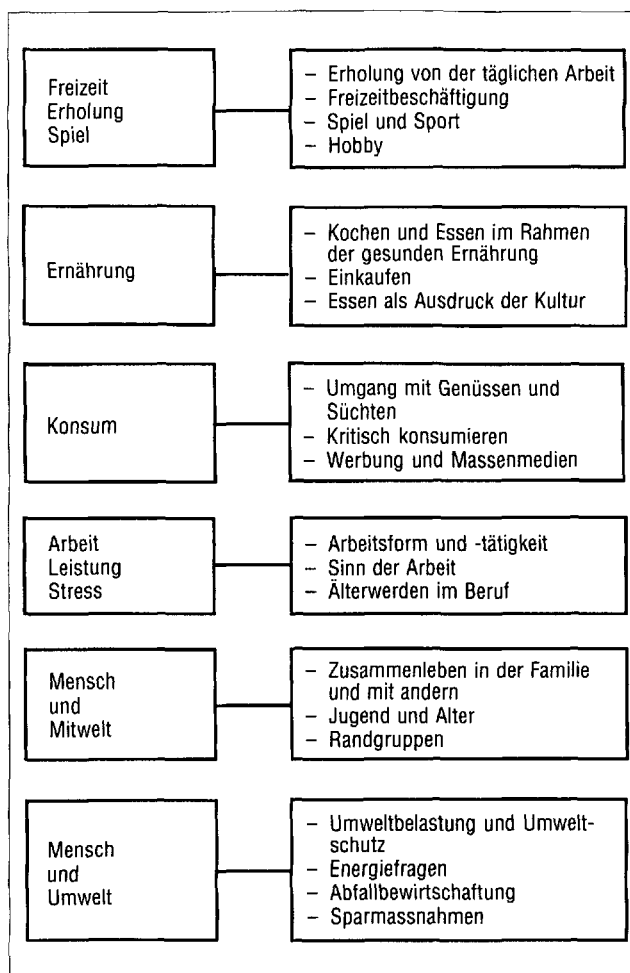


Abb. 1. Themenkreise und Zielvorstellungen.

3. Neues wagen:

Ausweitung bedeutet auch Erweiterung auf thematischem Gebiet, heisst zum Beispiel auch Sprengung des kardiovaskulären Risikofaktoren-Konzeptes.

Eine Möglichkeit dazu bietet der Ansatz über die verschiedenen Themenkreise – in Anlehnung an das Konzept der «Gesundheitserziehung in den Schulen des Kantons Aargau» –, in denen die gesundheitsrelevanten Probleme behandelt werden können [6].

6 Themenkreise decken nahezu den ganzen Bereich der menschlichen Beziehungen zum Ich, zu den Mitmenschen und zur natürlichen und sozialen Umwelt ab. Diese 6 Themenkreise können die Rahmen abgeben, die unsere präventiven «Botschaften» umschliessen, und alle unsere Zielvorstellungen aufnehmen. In ihnen können Risikofaktoren und menschliche Verhaltensweisen mit ihren gesundheitlichen Auswirkungen lebensnah dargestellt werden.

Das Modell der Themenkreise stellt somit nicht mehr die Risikofaktoren, die aber nach wie vor ein wesentliches Anliegen sind, in den Mittelpunkt, sondern unsere Einstellung, unser Verhalten zu den alltäglichen Problemen der Mitwelt und Umwelt.

Dieses Präventionskonzept ist Grundlage der Broschüre «Prävention in der Gemeinde» – ein Leitfaden zur Gesundheitsförderung, welche sich an Gemeindebehörden, interessierte Einzelpersonen und Vereine richtet, und ihnen mit Beispielen und Tips zeigt, wie gemeindenah Prävention umfassend und praxisnah betrieben werden kann [7].

Diese Broschüre wurde vom Kantonsärztlichen Dienst des Kantons Aargau in Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Institut für Gesundheits- und Krankenhauswesen SKI geschaffen und basiert zu einem grossen Teil auf den 10jährigen Erfahrungen der Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt» auf dem Gebiete der gemeindenahen Prävention.

6. Schlussbemerkungen

Die Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt» hat das Erbe des erfolgreichen Nationalen Forschungsprogrammes NFP 1 sorgsam verwaltet und gezeigt, dass Aktivitäten im Bereiche der Gesundheitsvorsorge über längere Zeit durchgeführt werden können.

Die Bilanz der 10jährigen präventiven Tätigkeit kann – was die durchgeführten Aktionen und auch was die Meinung der Bevölkerung anbetrifft – als rundweg positiv bezeichnet werden.

Gelegentliche Misserfolge und Schwierigkeiten wurden erkannt und entsprechend behandelt.

Die positive Bilanz und der Widerhall aus dem In- und

Ausland mögen einen – berechtigten – Stolz wecken, dürfen aber nicht dazu verleiten, mit dem Erreichten zufrieden zu sein, sondern müssen verpflichten, vermehrt und vertieft die Aufgaben der gemeindenahen Prävention wahrzunehmen.

Zusammenfassung

1987 konnte die Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt» (eingeschlossen die Aktivitäten im Rahmen des Nationalen Forschungsprogrammes NFP 1) das 10jährige Bestehen ihrer Tätigkeit auf dem Gebiete der gemeindenahen Prävention feiern.

Aus einer Zusammenstellung der Aktionen der letzten 4 Jahre und einer Repräsentativ-Umfrage unter der Aarauer Bevölkerung wurde Bilanz gezogen und daraus ein mögliches Vorgehen für die zukünftige Tätigkeit abgeleitet.

Résumé

Prévention communautaire: 10 ans du programme

«Aarau – ville saine»

En 1987 la fondation «Aarau – ville saine» a pu célébrer le 10^e anniversaire de ses activités dans le domaine de la prévention communautaire (y incluant les activités pendant le Programme National de Recherche No 1 PNR 1).

Le présent article démontre l'ensemble des activités des quatre dernières années, discute les résultats d'une enquête représentative auprès de la population d'Aarau et en tire les conclusions pour le futur.

Summary

Community-oriented Prevention: 10 Years of the Program

«Aarau – healthy city»

In 1987, the foundation «Aarau – healthy city» celebrated the 10th anniversary of its activities in community-oriented prevention (including the National Research Program No. 1 NRP 1).

This article presents the prevention activities within the last four years, discusses the results of a random sample survey among the Aarau population and draws conclusions for the future.

Literatur

- [1] Gutzwiller F., Junod B., Epstein F.H., Jeanneret O., Schweizer W.: Gemeindeorientierte Prävention. Soz. Präventivmed 1980; 25: 239-306
- [2] Gutzwiller F. und Mitarbeiter: Prophylaxe von Herz-Kreislaufkrankheiten in der Schweiz. Schweiz. Nationalfonds Band 11. Verlag Paul Haupt, Bern und Stuttgart, 1982
- [3] Gutzwiller F., Junod B., Schweizer W.: Wirksamkeit der gemeindeorientierten Prävention kardiovaskulärer Krankheiten, Verlag Hans Huber, Bern, Stuttgart, Toronto, 1985
- [4] Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt». Jahresberichte ab 1981
- [5] Bretscher G.: Pressemitteilung, Januar 1987
- [6] Rothenfluh E.: Gesundheitserziehung in den Schulen des Kantons Aargau. Lehrerhandbuch (unveröffentlicht), Schlussbericht, 1986
- [7] Gamp R., Bretscher G.: Prävention in der Gemeinde – ein Leitfaden zur Gesundheitsförderung. Gesundheitsdepartement des Kantons Aargau, 1987

Korrespondenzadresse:
Geschäftsstelle der Stiftung
«Aarau eusi gsund Stadt»
Metzgergasse 2, 5000 Aarau