



## **Medienmitteilung**

St.Gallen, im April 2022

### **«eifach gsund» an der OFFA in Halle 9.1**

**Mit der Sonderschau «eifach gsund» präsentiert das Amt für Gesundheitsvorsorge in Kooperation mit verschiedenen Partnern wertvolle Informationen, spannende Tipps und Spiele für Jung und Alt.**

Das physische und psychische Wohlergehen hängt von verschiedenen Elementen ab. Einen grossen Teil der relevanten Faktoren wie Ernährung, Bewegung, dem Alter entsprechende Stimulation und psychische Regeneration kann man selbst direkt beeinflussen.

Die Sonderschau «eifach gsund» präsentiert dazu auf einem Erlebnisweg wertvolle Informationen, spannende Tipps und kurzweilige Spiele für Jung und Alt. Besucherinnen und Besucher können ihre körperliche Balance testen und Wissenswertes über eine ausgewogene Ernährung und psychische Gesundheit erfahren. Neben kurzweiligen Spielen, einer kleinen Zwischenverpflegung und einem spannenden Wettbewerb stehen Expertinnen und Experten für die Beantwortung individueller Fragen zur Verfügung.

«eifach gsund» ist eine Sonderschau des Amtes für Gesundheitsvorsorge und weiteren Kooperationspartnern:

Berufsverband Schweizerischer Still- und Laktationsberaterinnen  
Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit  
Ostschweizer Kinderspital  
Ostschweizer Verein für das Kind  
Verein Spielgruppen St.Gallen/Appenzell

#### **Kontakt für Medienschaffende:**

Stefan Christen, Amt für Gesundheitsvorsorge, Leiter ZEPRA,  
T 058 229 87 61 / [stefan.christen@sg.ch](mailto:stefan.christen@sg.ch)