



Per E-Mail

An die
akkreditierten Medien

Steinhausen, 3. Mai 2024

MEDIENMITTEILUNG

«Hey Zug» – Kanton Zug startet weitere Kampagne zur Gesundheitsförderung

Aller guten Dinge sind drei! Nach zwei erfolgreichen Hey Zug Kampagnen in den letzten Jahren lanciert das Amt für Sport und Gesundheitsförderung eine weitere kantonale Kampagne. Mit «Hey Zug - los geht's!» soll die Bewegung im Alltag gefördert werden.

Zu einem gesunden Lebensstil gehört körperliche Aktivität. Dabei geht es nicht nur Sport an sich, sondern viel mehr Bewegung im Alltag. Sei es der Spaziergang mit dem Hund, Rasenmähen oder der Weg zur Arbeit mit dem Fahrrad – jede Bewegung zählt. Denn jeder Schritt im Alltag ist wichtig für die Gesundheit. Mit dem Slogan «Challenge dich, bewege dich, freue dich!» motiviert und animiert das Amt für Sport und Gesundheitsförderung passend zum Frühlingsbeginn zu mehr körperlicher Aktivität im Alltag.

Verschiedene «Challenges» animieren zum Mitmachen

In den kommenden Wochen sind die Zugerinnen und Zuger dazu aufgerufen, an verschiedenen «Challenges» teilzunehmen. Die Challenges sollen die individuelle Freude an Bewegung fördern und das Bewusstsein für die Wichtigkeit von Bewegung im Alltag stärken. Wer teilnimmt, hat die Möglichkeit, Teil einer kantonalen Bewegung für mehr Alltagsbewegung zu werden.

Erste Challenge: Auf Schritt und Tritt im Kanton Zug

Mit dem Startschuss der Kampagne wird die Zuger Bevölkerung angehalten im Alltag in die Pedalen zu treten und vermehrt zu Fuss unterwegs zu sein. Ganz nach dem Motto «Jeder Schritt und jeder Tritt zählt» sammelt das Amt auf der Webseite www.hey-zug.ch die schönsten Velo- und Fusswege im Kanton Zug. Wer seine liebste Strecke einreicht, nimmt automatisch am Gewinnspiel teil. Als Motivation und Gewinn lockt ein Hey-Zug-Fahrrad. Auf den verschiedenen Social-Media-Kanälen können zudem Eindrücke und Erlebnisse mit dem Hashtag #HeyZug geteilt werden.

Weitere Aktionen folgen

Die nächsten Challenges und Aktionen der kommenden Wochen und Monate sind bereits geplant. Die aktuellen Informationen sind jeweils auf www.hey-zug.ch zu finden. Darüber hinaus

Seite 2/2

berichtet das Amt für Sport und Gesundheitsförderung auf Instagram und Facebook (Hey Zug) über die Kampagne sowie die Challenges.

Kontakt

Amt für Sport und Gesundheitsförderung
Sarah Müller, Wissenschaftliche Mitarbeiterin
T +41 41 594 38 62
sarah.mueller@zg.ch

Beilagen

- Bildmaterial (Keyvisual) zur Kampagne
- QR-Code zur Kampagnenwebseite

Weiterführende Informationen

[Hey Zug Kampagne](#)