

Medienmitteilung

St.Gallen, 13. April 2026

«eifach gsund»: drei Kantone gemeinsam an der OFFA

Die Kantone Appenzell Ausserrhoden, Appenzell Innerrhoden und St.Gallen treten an der OFFA gemeinsam auf. Mit der Sonderschau «eifach gsund» machen sie ihr Engagement für die Gesundheit der Bevölkerung sichtbar. Besucherinnen und Besucher können an sechs Ständen erleben, wie sich Bewegung, Ernährung und psychisches Wohlbefinden einfach in den Alltag integrieren lassen – praxisnah, interaktiv und generationenübergreifend.

Die Sonderschau ist das Ergebnis einer engen Zusammenarbeit der drei Kantone. Im gemeinsamen Aktionsprogramm zur Gesundheitsförderung und Prävention bündeln sie ihre Kräfte in den Bereichen Bewegung, Ernährung und psychische Gesundheit. Mit «eifach gsund» erhält dieses Engagement an der OFFA eine konkrete und erlebbare Form. Die Sonderschau in der Halle 9.1A lädt dazu ein, Gesundheit mit allen Sinnen zu entdecken. An sechs interaktiven Ständen erhalten die Besucherinnen und Besucher konkrete Impulse, wie sich Bewegung, ausgewogene Ernährung und seelisches Wohlbefinden unkompliziert in den Alltag integrieren lassen.

Mitmachen ist ausdrücklich erwünscht! Ob beim Balancieren auf der Slackline, beim Testen der eigenen Beinkraft oder beim Ertasten verschiedener Untergründe auf dem Barfuss-Naturpfad: Besucherinnen und Besucher aller Generationen können Gesundheit ganz direkt erleben. Fachpersonen vermitteln Wissen, geben praktische Tipps und stehen für Fragen zur Verfügung. Wer es ruhiger mag, geniesst eine Kaffeepause, während Kinder ihrer Kreativität beim Malen oder Töpfern freien Lauf lassen.

Umgesetzt wird das Angebot zusammen mit dem Ostschweizer Kinderspital, dem Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit, der Mütter- und Väterberatung Ost sowie der Fachstelle Spielgruppen St.Gallen/Appenzell.

Hinweise an die Redaktionen:

Weitere Auskünfte erteilen heute zwischen 11 und 12 Uhr

- Appenzell Ausserrhoden:
Viviane Mainberger, Leitung Abteilung Gesundheitsförderung, Tel. 071 353 68 71
- Appenzell Innerrhoden:
Andrea Niederhauser, Projektleiterin Gesundheitsamt, Tel. 071 788 92 45
- St.Gallen:
Stefan Christen, Leiter ZEPRA, Prävention und Gesundheitsförderung
Tel. 058 229 87 61