

Zeitschrift: Aarauer Neujahrsblätter
Herausgeber: Ortsbürgergemeinde Aarau
Band: 97 (2023)

Artikel: "Aarau eusi gsund Stadt"
Autor: Naegele, Verena
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1030246>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 09.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



«Aarau eusi gsund Stadt»

Verena Naegle

Das Label «Aarau eusi gsund Stadt» ist im Gedächtnis geblieben, auch wenn die Stiftung nach 35 Jahren ihres Bestehens 2016 aufgelöst wurde. Sie gilt als Pionierin der Präventivmedizin, ihr Augenmerk galt gleichermaßen der Gesundheit durch Sport, Ernährung und Suchtprävention.

«Aarau eusi gsund Stadt»

123

Eine Formulierung im Editorial zum Jahresbericht 2008 der Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt» vom Gesundheitsdirektor des Kantons Aargau, Ernst Hasler, wirkt wie eine Vorahnung des Kommenden: «Wo soll der Staat, wo sollen private Organisationen ansetzen, um eine nachhaltige Gesundheitsförderung in einem umfassenden Sinn überhaupt anzugehen. Und wann muss jeder von uns seine Gesundheit selbst an die Hand nehmen? Gesundheit ist weniger ein Zustand als eine Haltung.»¹ Die Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt», die seit ihrer Gründung 1981 so vieles angeregt hatte – sie war auf gutem Weg, sich überflüssig zu machen.

Hasler brachte dezidiert auf den Punkt, wie sich die Gesellschaft in den über 25 Jahren seit der Gründung weiterentwickelt hatte: weg von den durch die Stiftung angeregten kollektiven Fitnessprogrammen hin zu einem individuellen Verständnis der eigenen Gesundheit. Was in den Anfängen noch als exotisch galt, war nun zum Allgemeingut mutiert. Die Gesundheit soll individuell mit Sport und Fitness, mit gesunder Ernährung, wenig Alkohol und ohne Rauchen gewährleistet werden. Das Zauberwort heisst in gutem Neu-deutsch «Work-Life-Balance». An dieser Entwicklung war die Stadt Aarau und ihre Bevölkerung nicht ganz unbeteiligt.

¹ Die Jahresberichte befinden sich im Stadtarchiv Aarau.

← «Aarau bewegt» seit 2013 unter der Federführung der Stadt und der Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt». (Bild: Andreas Ott)

Ein Forschungsprojekt des Nationalfonds

Alles begann 1977 mit einem dreijährigen Nationalen Forschungsprojekt zur «Prophylaxe von Herz-Kreislauf-Krankheiten in der Schweiz», an dem Aarau und Nyon als «Interventionsgemeinden» teilnahmen. Das Resultat war verblüffend, wie in der Studie zu lesen ist. Das Präventivprogramm zeigte in Aarau Wirkung: So gaben zum Beispiel 26 Prozent der beteiligten Rauchenden ihr Laster auf. Präventivprogramme halfen also auch dabei, das Krankheitsrisiko zu minimieren. Vor allen Dingen war die Bevölkerung von Stadt und Umland bereit, bei entsprechenden Anregungen ihr Verhalten zu ändern. Die Schlussfolgerung der Studie war klar «Die Förderung der Prävention ist dringend!».²

Felix Gutzwiller, 25 Jahre lang Institutsleiter für Sozial- und Präventivmedizin an der Universität Zürich, gehörte damals als junger Wissenschaftler zum Studienteam. Rückblickend hält er fest: «Im Kern ging es um die Frage, ob die erstmalige Testung eines Präventions-Ansatzes, der nicht nur individuell auf einzelne Personen, sondern auf ganze Bevölkerungsgruppen ausgerichtet ist, Erfolg haben könnte (Community Orientation).»³ Die Studie bejahte diese Frage nicht nur, Aarau sorgte auch dafür, dass ihre Erkenntnisse nicht im Sand verliefen, sondern dass sie durch die Gründung der Stiftung «Aarau eusi gsund Stadt» in die Gesellschaft getragen wurden. Der Einwohnerrat bewilligte am 25. August 1980 trotz Gegenwind ein Kreditbegehren von 165 000 Franken mit erstaunlichen 26 gegen 8 Stimmen. Weitere Geldgeber waren der Kanton Aargau mit 50 000 Franken und die Aargauische Krebsliga mit 10 000 Franken. Die Abstimmung an der Urne vom 28. September desselben Jahres machte den Weg frei für die Stiftungsgründung. Retrospektiv hält Gutzwiller fest: «Die Stiftung hat gezeigt, dass aus einem wissenschaftlichen Ansatz eine konkrete präventive und soziale Aktion entstehen kann, die nachhaltig ganze Bevölkerungsgruppen erreicht.»

Nicht nur der Sport stand bei den 1981 anlaufenden Aktivitäten im Fokus, sondern ganzheitlich auch der Aspekt des Sozialen, des Gemeinsamen, der physischen und psychischen Gesundheit. Für solche Bemühungen standen etwa die Gruppenkurse «mitenand goht's besser», in denen mit Hilfe einer Ernährungswissenschaftlerin ein Programm zum Abnehmen erarbeitet wurde, das grossen Anklang fand. Flapsige Formulierungen von Vorträgen wie «Es gibt noch zu viele Bäuchlein» oder «Von Joggern und Hunden» sorgten für den Abbau von Hemmschwellen, und das Lancieren des «Aar(gauer) Mini-Triathlon» rief neue Sportbegeisterte auf den Plan. Nicht weniger als 522 Teilnehmende kämpften sich bereits bei der ersten Austragung 1985 durch 500 Meter

**Jedes Jahr ein Kilo
mehr auf der Waage
ist nicht Schicksal**



Unsere neueste Aktion vermittelt Tips und praktische Ratschläge, wie auch Sie Ihr Gewicht halten können. Für immer. Und ohne Diät.

Mehr darüber diese Woche im Aargauer Kurier.
Informationsstelle Aarau eusi gsund Stadt, Metzgergasse 2, Aarau, Telefon 064/22 32 61

↑ Erfolgreiche Kampagne
zur gesunden Ernährung,
Inserat im Aarauer Kurier
1983.

Schwimmen, 22,5 Kilometer Velofahren und 5 Kilometer Joggen. Es war eine Erfolgsstory, die eine jährliche Wiederholung nach sich zog.

Nicht nur der Sport stand im Fokus, sondern auch der Aspekt des Sozialen, der physischen und psychischen Gesundheit.

Daneben baute die Stiftung ein breites Aktionsprogramm an Kursen und Veranstaltungen auf, zu denen auch der Umgang mit Suchtmitteln oder Stress gehörten. Die Anstrengungen zeigten Wirkung, wie eine 1987 durchgeführte Telefonumfrage ergab: 95 Prozent aller Aarauerinnen und Aarauer kannten die Stiftung dem Namen nach, die Meisten hatten an Sportanlässen teilgenommen, gefolgt von Kursen zur Ernährung, die 50 Prozent der Befragten besucht hatten. Über 80 Prozent plädierten für noch mehr Stiftungsaktivitäten zur gesunden Ernährungsweise und körperlichen Bewegung sowie zugunsten des Nichtrauchens.⁴

Popularität mit einem Fussballschiedsrichter

Mit zu dieser Popularität beigetragen hatte auch der Geschäftsführer der Stiftung, Kurt Röthlisberger. Durch seine in den 1980er-Jahren gestartete Karriere als internationaler Fussballschiedsrichter avancierte er zum medienwirksamen Gesicht von «Aarau eusi gsund Stadt», und mit der gelernten Arzthelferin Rita Wegmüller hatte er die ideale Sekretärin an seiner Seite. Die Geschäftsstelle der Stiftung befand sich mitten in der Stadt an der Metzgergasse 2, wo stets Informationen zu Themen wie Ernährung, Sport, Suchtmittel und Blutdruck erhältlich waren. In deren Räumen fanden zudem diverse Kurse statt, und man konnte sich den Blutdruck messen lassen.

Das Wachstum der Stiftung und damit die Zunahme an Aktivitäten hatten allerdings auch ihren Preis. So stieg der finanzielle Aufwand bis 1993 auf 317 000 Franken, trotz viel ehrenamtlicher Arbeit wie derjenigen des neunköpfigen Aktionskomitees unter Leitung des Kantonsarzts Max Buser, der die geplanten Kurse und Events jeweils initiieren oder bewilligen musste.⁵ Unermüdlich und mit nie erlahmendem Elan setzte sich die Stiftung mit Kurt Röthlisberger als Zugpferd für ihre «gsund Stadt» ein, wozu im selben Jahr unter Stiftungspräsident und Aarauer Stadtrat Andres Basler ein neues Leitbild erarbeitet wurde. In einer daran anschlies-

² Buser Max: Aarau als Standort wichtiger Institutionen des schweizerischen Gesundheitswesens, in ANB 1992, S. 87–114, Zitat S. 89.

³ Alle Statements von Gutzwiller in diesem Text beruhen auf einem schriftlich geführten Interview der Autorin.

⁴ Jahresbericht 1987.

⁵ Information von Dr. med. Verena Hertig-Müller, die von 1984 bis 1994 Mitglied des Ausschusses war.

senden Tagung überlegten Arbeitsgruppen, «wie man in den Bereichen Sport, Ernährung, Suchtmittel, psychisches Wohlergehen und Umwelt neue Akzente setzen könnte».⁶

Der moderne Wind war sogleich spürbar, etwa im Kurs «Die neue Lust – Nichtrauchen», sowie in einer Ausstellung im Kasinopark zum Thema «Die Seele braucht Zeit – sonst schrumpft sie» mit Schautafeln für die «Fitness der Seele». Und plötzlich hiess es, «niemand ist zu alt, um Sport zu treiben», womit man in Zusammenarbeit mit der Pro Senectute die Generation «50 plus» zur Bewegung animieren wollte. Als Gegenentwurf wurde auch den Kindern mehr Aufmerksamkeit geschenkt, etwa ab 1995 in einem dreijährigen Pilotprojekt, bei dem sieben Schulklassen der Stadt mit 170 Schülerinnen und Schülern teilnahmen. Die Kinder erhielten bei ihren Besuchen auf der Geschäftsstelle spielerisch verpackte Informationen zu Ernährung, Bewegung und Suchtmittel.



6 Jahresbericht 1993.

7 Aarauer Nachrichten,
25. November 2016.

8 NZZ, 7. März 2008.

← Breite Kampagne
gegen das Rauchen
auch mit bildlichen Mit-
teln, Inserat in diversen
Zeitung 1997.

Es war gerade diesem breitgefächerten Angebot zu verdanken, dass «Aarau eusi gsund Stadt» nicht einfach zu einem Eventclub für Sportanlässe wurde. Felix Gutzwiller bringt es auf den Punkt, wenn er bilanziert: «Die Stiftung hat die in der Mitte des letzten Jahrhunderts erfolgte Erweiterung des Gesundheitsbegriffs der Weltgesundheitsorganisation WHO erstmals in der Schweiz in konkrete Aktionen und Angebote für die Bevölkerung umgesetzt. Mittlerweile ist dieser Ansatz breit akzeptiert und kommt in vielen lokalen oder nationalen Kampagnen zum Einsatz.»

Dazu passt, dass sich die Stiftung 1994 der Initiative von «Nez Rouge» anschloss, was zum eigentlichen «Baby» von Kurt Röthlisberger wurde, wie er einmal sagte.⁷ Röthlisberger präsidierte «Nez Rouge» 23 Jahre lang und half unter anderem dabei, alkoholisierte Personen über die Weihnachtstage freiwillig nach Hause zu chauffieren. Allerdings geriet

Röthlisberger ins Visier der Justiz, «weil er Adressen der freiwilligen Fahrer verwendete, um an Tickets der Fussball-Euro-08 zu kommen», was ihm einen Verweis eintrug.⁸

Vorstoß in neue Dimensionen

1997 war für «Aarau eusi gsund Stadt» ein Jahr neuer finanzieller Dimension, knackten die Jahresausgaben der Stiftung doch die Grenze von einer halben Million Franken. Das Kursangebot umfasste nun 47 Kurse «Bewegung und Sport», 11 Kurse «Essen und Trinken», 30 Kurse «Entspannung und Stress» und ein Seminar zu «Tabak und Alkohol» mit 55 Teilnehmenden, dazu kamen Sportveranstaltungen. Um die erreichte neue Grösse auch optisch zu dokumentieren, wurde nun der Jahresbericht grafisch professionell gestaltet und im Grossformat gedruckt.

Wie erfolgreich die Stiftung in Aarau wirkte, zeigte eine Studie des Magazins «Facts», die im Jahr 2000 publiziert wurde. «Facts» hatte in einem breit angelegten Test die Sportfreundlichkeit von Städten evaluiert, Aarau landete hinter Lausanne und Winterthur auf dem 3. Platz. Gelobt wurde die im Vergleich zu ihrer Einwohnerzahl ausgezeichnete Infrastruktur und die pionierhaften Leistungen von «Aarau eusi gsund Stadt». In keiner anderen Stadt waren derart viele Menschen in einem Sportverein aktiv wie in Aarau, so das «Facts»-Fazit.

↑ Kurt Röthlisberger und Rita Wegmüller. (Bild: Andreas Ott)

↓ In einer Jugendsportwoche lernten Kinder im Herbst 2002 neue Sportarten kennen: Lucia, Lisa, Loreana und Fabian (v.l.) haben Spass am Tennis. (Bild: Rahel Plüss/AZ)

2002 übernahm der frisch gewählte Stadtrat für Soziales, Michael Ganz, von seiner Vorgängerin Judith Jean-Richard das Präsidium von «Aarau eusi gsund Stadt». Ganz startete mit einem Paukenschlag, stiegen die Ausgaben im ersten Amtsjahr doch um über 250 000 Franken auf satte 751 000 Franken. Trotzdem resultierte kein Defizit, die Stadt hatte den Beitrag auf 185 000 Franken, die Krebsliga auf 30 000 Franken aufgestockt, der Kanton zahlte nun projektbezogen und die Kursgelder flossen in Strömen. Mit ihrem allumfassenden Anspruch als Gesundheitsförderin traf die Stiftung den Nerv der Zeit.



In keiner anderen Stadt waren derart viele Menschen in einem Sportverein aktiv wie in Aarau.

«S'goldige Rüebli» zeichnete nun Restaurants in Aarau und Umgebung für ihr Angebot von gesunden und portionengerechten Menüs aus, es wurden sogenannte Umweltwochen organisiert, die für weniger Abfall sensibilisierten, und mit Erfolg bot man «Monday Night Skates» an, um Inline-Skating als Breitensport zu etablieren. Die «Tour d'Argovie» stillte den Hunger nach Sport, Bewegung und Spass mit fünf abwechslungsreichen Velotouren und Routen zum Wandern, Joggen und Nordic Walking. Einen Tiefschlag erlebte die Stiftung allerdings 2006 beim Versuch, mit «Rauchstopp – der Event im Kiff» die Jugend anzusprechen, denn obwohl im Vorfeld sehr viel Werbung dafür gemacht wurde, verirrte sich keine einzige Person ins KIFF!⁹

Die Auflösung

Trotzdem konnte 2007 mit einem Grossanlass im Kultur und Kongresshaus das 25-Jahr-Jubiläum gefeiert werden. Als Unterhalter trat Peach Weber auf, «der allerdings nicht ganz den Vorstellungen zum Bodymass-Index der Stiftung entsprach», wie Hermann Rauber launig in der AZ festhielt.¹⁰ Dennoch hatte «Aarau eusi gsund Stadt» ihren Zenit überschritten. Rauchprävention war längst zur Staatssache geworden, Aquafit, Aerobic und Jogging, Yoga und Qi Gong gehörte ebenso zum Mainstream wie gesundes Essen. Ein Postulat von EVP, Grünliberalen und Pro Aarau zum Streichen der Subvention leitete 2011 den Anfang vom Ende mit dem Argument ein, es sei inzwischen ein «Gesundheitsmarkt» entstanden, der geradezu um die «Aarauer Bevölkerung buhle», mit anderen Worten, die Aufgaben von «Aarau eusi gsund Stadt» würden «aktuell von der Privatwirtschaft erfolgreich wahrgenommen».

Noch sollte es fünf Jahre bis zur endgültigen Auflösung der Stiftung dauern, doch deren Ende war unausweichlich. Es war dem umsichtigen Wirken der letzten Präsidentin der Stiftung, Angelica Cavegn Leitner, zu verdanken, dass die Auflösung nach dem diesbezüglichen Einwohnerratsentscheid vom September 2015 sanft und ohne Nachwehen abgewickelt werden konnte. Davon zeugt der Aarauer Altstadtlauf, den die Stiftung im letzten Jahr ihrer Existenz mit Kurt Röthlisberger als Präsidenten durchführte, damals mit



↗ Kids-Gigathlon im Juni 2015, durchgeführt in Zusammenarbeit mit den Schulen, an dem 1200 Kinder teilnahmen. (Bild: Hubert Keller/AZ)

→ Schwimmkurs im Hallenbad Telli im Frühling 2012. (Bild: Sabine Kuster/AZ)

9 Jahresbericht 2006.

10 AZ, 4. Juni 2007.



415 Teilnehmenden. Inzwischen sind die Zahlen längst auf über 1000 gestiegen. Und bei «aarau info» sind nun in Kleinstform gesundheitsfördernde Tipps zu bekommen. «Eusi gsund Stadt» ist längst etabliert.

Die Autorin

Verena Naegele ist promovierte Historikerin und Musikwissenschaftlerin und arbeitet als Kuratorin, Publizistin und Dozentin. Sie hat etliche Bücher geschrieben, arbeitet beim argovia philharmonic in der Dramaturgie und lebt in Rombach.