

# Gsünder Basel

**Gesundheitsförderung, die wirkt.  
Für alle zugänglich.**



**Gsünder Basel** macht Gesundheit zum festen Bestandteil des Alltags.

Seit über 35 Jahren motivieren wir Menschen zu Bewegung, Entspannung und ausgewogener Ernährung – und schaffen Räume für echte Begegnungen.

Unsere Angebote sind niederschwellig, alltagsnah und offen für alle.

Als gemeinnütziger Verein leisten wir einen nachhaltigen Beitrag zur Gesundheit und zum gesellschaftlichen Zusammenhalt.

## **Warum unsere Arbeit wichtig ist:**

- verbessert die Lebensqualität
- fördert gesundes Verhalten
- reduziert gesundheitliche Ungleichheiten
- stärkt soziale Verbundenheit und Integration

### Unsere Wirkung in Zahlen

- 1 100 Teilnehmende pro Woche in Kursen
- 8 600 Teilnahmen pro Jahr in kostenlosen Angeboten
- Menschen aus über 40 Nationen
- Zusammenarbeit mit 30 Unternehmen pro Jahr
- Beratung von 60 Kitas und Mittagstischen pro Jahr
- 4 500 persönliche Gespräche pro Jahr mit Menschen im Alltag

### Was uns besonders macht


- Niederschwellig und für alle zugänglich
- Praxisnah und persönlich
- Regional verankert und vernetzt
- Wissenschaftlich fundiert und wirksam im Alltag


**Gestalten Sie mit uns eine gesündere und sozial verbundene Region Basel.**


### Was wir konkret tun


- Kurse zu Bewegung, Entspannung & Ernährung
- Kostenlose Angebote im öffentlichen Raum
- Integrative Gesundheitsprojekte
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Soziale Projekte (z.B. Plauderkasse)

### Kontakt

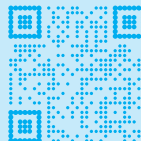
 [info@gsuenderbasel.ch](mailto:info@gsuenderbasel.ch)

 +41 61 551 01 20

 [www.gsuenderbasel.ch](http://www.gsuenderbasel.ch)

 Güterstrasse 141, 4053 Basel

Gsünder Basel  
Website



Gsünder Basel  
Newsletter

