

Démences: on pourrait faire baisser le risque de tomber malade

Réduire le risque d'Alzheimer et de démence vasculaire à l'âge avancé, c'est possible en adoptant une bonne hygiène de vie: davantage d'activité physique, une alimentation équilibrée, moins de tabac et d'alcool, des contacts sociaux. Ces mesures réduisent par la même occasion le risque de maladie cardio-vasculaire ou d'accident vasculaire cérébral. Ce message porteur d'espoir issu d'un consensus d'experts, est publié conjointement par le Health Forum britannique et Public Health England. Quelque 60 organisations et experts ont participé à l'élaboration de ce consensus.

(Association Alzheimer Suisse)

MS-Walkathon in Fehraltorf

Laufen, Walken, Wandern und Inlineskaten für einen guten Zweck: Am Sonntag, 7. September 2014, findet in Fehraltorf im Zürcher Oberland zum fünften Mal der MS-Walkathon statt. Für Nordic Walker, Wanderer, Spaziergänger, Rollstuhlfahrer oder Inlineskater stehen zwei wunderschöne Wanderstrecken über 5 oder 11 Kilometer zur Auswahl. Für Rollstühle gibt es eine eigene Rundstrecke, ebenfalls für Inlineskater. Gestartet wird beim Heiget-Huus in Fehraltorf, von 7–13 Uhr. Weitere Informationen und Anmeldung unter www.multiplesklerose.ch → Aktuelles und Veranstaltungen.

(Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft)



Brasilien: Weltmeister in sozialer Ungleichheit

Mit der Fussball-WM möchte Brasilien sein Bild in der Welt als aufstrebende Wirtschaftsmacht stärken. Doch die sozialen Ungleichheiten im Land sind gravierend. Nach wie vor herrscht grosse Armut: 13 Millionen Menschen haben weniger als einen Dollar pro Tag zur Verfügung. Im ländlichen Raum ist Analphabetismus verbreitet, viele Haushalte sind weder an das Abwassersystem noch an die Stromversorgung angeschlossen. Brasilien ist in Wahrheit ein Weltmeister in sozialer Ungleichheit. Hunderttausende Kinder leben auf der Strasse und finden dort oft, wovor sie von zuhause geflüchtet sind: Gewalt, Sexueller Missbrauch, Kinderarbeit und Drogenkonsum sind ihr Alltag. Um das Stadtbild wäh-



Um das Stadtbild während der Fussball-WM nicht zu stören, sollen Strassenkinder in Heime eingewiesen werden.

rend der Fussball-WM nicht zu stören, wurden sie kurzerhand in Heime eingewiesen. Ein unhaltbarer Zustand.

(Caritas)

«Ne regrette rien» – la nouvelle campagne VIH



La nouvelle campagne rappelle que: se protéger sciemment des infections sexuellement transmissibles offre des avantages.

Conjointement avec l'«Aide suisse contre le sida» et «Santé sexuelle Suisse», l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) lance la nouvelle campagne contre le VIH et les infections sexuellement transmissibles (IST), intitulée «Love life – ne regrette rien». Celle-ci montre que se protéger sciemment des IST offre bien des avantages. Trois messages sous-tendent le manifeste, clef de voûte de la campagne Love life: «J'aime ma vie. J'en prends soin.», «J'aime mon corps. Je le protège.» et «Je ne regrette rien. J'y veille.» «Love life – ne regrette rien» table sur l'engagement individuel. Les personnes qui se promettent à elles-mêmes d'incarner les principes du manifeste peuvent anonymement donner leur accord sur le site www.lovelife.ch.

(OFSP)

Rat für Angehörige von Herzkranken

Ein Herzinfarkt oder eine grosse Herzoperation verändern den Alltag auch für die Angehörigen einer Patientin oder eines Patienten. Auch sie haben Angst, sind unsicher oder fühlen sich überfordert. Die neue Broschüre «Herzkrank – auch Partner und Angehörige trifft es» der Schweizerische Herzstiftung bietet Rat und Informationen an. Sie informiert kurz und einfach über den Herzinfarkt und andere Herzerkrankungen und stellt die mögliche Situation nach dem Spitalaufenthalt vor. Die Mitbetroffenen erfahren anhand von vier realen Patientenbeispielen mehr über das mögliche Auf und Ab der Gefühle und finden Strategievorschläge für den Alltag. Sie werden ermuntert, nicht zu stark in die Rolle von Co-Therapeuten zu schlüpfen und stattdessen mit gutem Gewissen auch sich selber zwischendurch Entlastung zu erlauben.

(Schweizerische Herzstiftung)

Herzkrank – auch Partner und Angehörige trifft es



Gegen Angst und Unsicherheit: Strategievorschläge für den Alltag nach einem Herzinfarkt.