

# Limmattaler 2-Stunden-Lauf

Samstag, 8. September 2012 in Urdorf; Start: 14 Uhr

Der Lauf für die anderen

12.  
LAUF

MIT  
ANMELDE-  
KARTE

MACH  
AU MIT!



Eine Aktion der 7 reformierten  
Limmattaler Kirchgemeinden

# INFOS ZUM LAUF

## TEILNEHMERINNEN \_\_\_\_\_

Am Lauf können alle teilnehmen (Kinder, Jugendliche, Erwachsene und die Kleinsten können auch mit dem Kinderwagen mitgeschoben werden).

## DATUM \_\_\_\_\_

Samstag, 8. September 2012, 14.00 Uhr

## START UND ZIEL \_\_\_\_\_

Schulhaus Weihermatt  
Weihermattstrasse 50  
8902 Urdorf

## STRECKE \_\_\_\_\_

Rundkurs von ca. 2,3 km im Gebiet Weihermatt/Bärenweiher (genauer Streckenplan im Internet und wird zudem nach der Anmeldung zugestellt). Die Laufroute ist auch kinderwagen- und rollstuhlgängig.

## GARDEROBE/DUSCHE \_\_\_\_\_

Schulhaus Weihermatt in Urdorf

## ANMELDUNG \_\_\_\_\_

Am besten noch heute mit der Anmeldekarte in diesem Prospekt oder gratis unter

[www.limmattaler2hlauf.ch](http://www.limmattaler2hlauf.ch). Dann haben Sie genug Zeit für die Sponsorensuche.

## VERSICHERUNG \_\_\_\_\_

ist Sache der Teilnehmenden

## STARTNUMMERAUSGABE \_\_\_\_\_

von 12 bis 14 Uhr im Start-/Zielgelände

## NACHMELDUNGEN \_\_\_\_\_

ab 12 Uhr im Start-/Zielgelände

## ABSCHLUSS/RESULTATE \_\_\_\_\_

nach dem Lauf im Start-/Zielgelände

## VERPFLEGUNG \_\_\_\_\_

im Start-/Zielgelände und entlang der Strecke

## SPONSORINGUNTERLAGEN \_\_\_\_\_

erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung. Diese erhalten auch eine Unterlage zum Eintragen der Ihnen zugesagten Beiträge.

## SPONSORINGBEITRÄGE \_\_\_\_\_

und Spenden können nach dem Lauf auf PC 80-64132-3, Limmattaler 2-Stunden-Lauf, einbezahlt werden.

Das unterstützte Projekt des YWCA Bangladesch hat zum Ziel, die Lebensqualität der am meisten benachteiligten Schichten - insbesondere diejenige von Frauen und jungen Mädchen - ungeachtet ihrer Herkunft, Kultur oder Glaube zu verbessern. Das OK des Limmattaler 2-Stunden-Laufs, sämtliche reformierten Kirchgemeinden des Limmattals, sind überzeugt, dass unser gemeinsames Engagement neuen Mut und eine nachhaltige Verbesserung der Lebensbedingungen bewirken wird. Der Lauf soll ein Zeichen setzen gegen die Gleichgültigkeit. Wir stehen für eine Welt ein, in der Solidarität gelebt wird.



UNTERSTÜTZT VON:



# DAS PRINZIP

Als Läufer/in suchen Sie sich vor dem Lauf möglichst viele «Sponsoren» bei Freunden und Freundinnen, Verwandten, Nachbarn, Firmen und Vereinen, die Ihnen für jeden innert zwei Stunden gelaufenen Kilometer einen bestimmten Geldbetrag zusagen. Am Lauf entscheiden Sie selber, wie viele Kilometer Sie zurücklegen. Der ideale Rundkurs um das Weihermatt- und Bärenweihergebiet beträgt 2,3 Kilometer und ist während zwei Stunden geöffnet. Sie dürfen Ihren Lauf jederzeit unterbrechen oder frühzeitig beenden. Je weiter Sie laufen oder marschieren, umso mehr Geld kann zur Realisierung des Projektes eingesetzt werden. Das von Ihnen erlaufene Geld kommt zu 100 Prozent dem Projekt in Bangladesch zu Gute. Am Lauf können alle mitmachen. Ob Spaziergänger, Familien mit Kindern, Nordic WalkerInnen, Fitnessfreaks oder Leistungssportler: Was zählt, ist Ihre Teilnahme und die finanzielle Unterstützung, die sie einbringt. Am letzten Lauf im Jahr 2010 konnten für ein Projekt in Kolumbien rund 60'000 Franken gesammelt werden!



**horyzon**  
POWER TO THE YOUNG PEOPLE

Internationale Zusammenarbeit des Cevi Schweiz  
Entraide internationale des Unions Chrétiennes Suisses

# ALLTAG IN BANGLADESCH

Bangladesch ist arm. Rund 78 Prozent der Bevölkerung verdienen weniger als zwei US-Dollar pro Tag, davon 44 Prozent sogar weniger als einen Dollar pro Tag.

In einem Land mit über 142 Millionen EinwohnerInnen, wo beinahe drei Viertel aller Kinder unterernährt sind, wo 85 Prozent der Geburten zu Hause und ohne Hilfe von Hebammen stattfinden und wo beinahe drei Viertel der Menschen über keinen Zugang zu ausreichenden sanitären Anlagen verfügen, ist es unwahrscheinlich, dass die Menschen gesund sind. Die Alphabetisierungsrate wird unter den ärmsten Menschen in den Städten Bangladeschs auf geringer als 20 Prozent geschätzt, in ländlichen Gebieten sogar unter 10 Prozent, dies im Gegensatz zur offiziell deklarierten Alphabetisierungsrate von 62 Prozent der Regierung.

Auch wenn sich die humanitäre Lage in Bangladesch in den letzten 30 Jahren verbessert hat, bedrohen doch immer wieder schlimme Naturkatastrophen wie Wirbelstürme und massive Überschwemmungen die noch fragile Wirtschaft und vor allem die Ärmsten in der Gesellschaft. Schlägt die Natur zu, müssen gerade diese Menschen wieder ganz von vorne anfangen.



# DAS PROJEKT

Das Gesundheits- und Quartierentwicklungsprogramm des YWCA Bangladesch hat zum Ziel, die Lebensqualität der am meisten benachteiligten Schichten – insbesondere von Frauen und jungen Mädchen - ungeachtet ihrer Herkunft, Kultur oder Glaube zu verbessern. Mit der Unterstützung in den Bereichen Gesundheit, nonformelle Bildung sowie Einkommensbeschaffung verwendet der YWCA Bangladesch einen ganzheitlichen Ansatz.

Im Gesundheitsprogramm lernen die Frauen auf vielfältige Art und Weise, sich und ihre Kinder gesund zu erhalten. Dazu gehören Ernährungslehre, Gesundheitsberatung, Impfprogramme, Unterstützung durch einfache medizinische Versorgung, Ausbildung von traditionellen Geburtshelferinnen, Schwangerschaftskontrollen, Sensibilisierung für Krankheiten wie HIV/Aids, Unterstützung beim Bau von Latrinen und Brunnen.

Junge Frauen, die in ihrer Kindheit nicht oder kaum einen Unterricht besuchen konnten, werden so geschult, dass sie Zeitungen lesen, Briefe schreiben und einfache Rechenaufgaben lösen können. Mit Hilfe eines Mikrokredits des

YWCA können Frauen ein eigenes Geschäft (z.B. ein Nähatelier) aufbauen.

Dabei berät der YWCA die Frauen in der Wahl

der möglichen Tätigkeiten und hilft bei der Vermarktung der Produkte mit. Damit verhilft er Frauen und ihren Familien zu wirtschaftlicher Selbständigkeit und Anerkennung.



# ANMELDUNG / RAHMENPROGRAMM

## INFO UND ANMELDUNG

Ref. Kirchgemeinde Dietikon  
OK Limmattaler 2-Stunden-Lauf  
Peter Bamert  
Poststrasse 50  
8953 Dietikon

Telefon: 044 745 59 50  
Internet: [www.limmattaler2hlauf.ch](http://www.limmattaler2hlauf.ch)

## ORGANISATION

Verein Limmattaler 2-Stunden-Lauf

## PATRONAT

Reformierte Kirchgemeinden Limmattal

## PROSPEKT-SPONSOREN

Fairdruck AG, Sirnach  
Mettier Werbung + Kommunikation, Urdorf

Das Projekt ist vom Bund anerkannt und wird von der Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit (DEZA) mitfinanziert. HorYzon, die internationale Zusammenarbeit des Cevi Schweiz, ist von der ZEWO als gemeinnützig anerkannt.

## RAHMENPROGRAMM

VON 12.00 BIS CA. 20.00 UHR

Ein attraktives Rahmenprogramm mit einer Festwirtschaft fürs Zusammensitzen und mit diversen Attraktionen wie einer Velo-Verlosung unter allen Teilnehmern, Massage, Einturnen etc. wird für Sie organisiert. Nehmen Sie sich Zeit, um all die Angebote für jung und alt geniessen zu können. Nutzen Sie die Gelegenheit, mit für Sie bereitgestellten kulinarischen Köstlichkeiten und Getränken den Tag ausklingen zu lassen. Kommen Sie mit ihrer Familie, mit Freunden und Bekannten, um diesen Tag gemeinsam zu verbringen und feiern Sie mit uns gemeinsam die 12. Austragung des «Lauf für die Anderen».

An der Veranstaltung werden Fotos gemacht, die anschliessend auf unserer Website [www.limmattaler2hlauf.ch](http://www.limmattaler2hlauf.ch) veröffentlicht werden.



# ANMELDEKARTE

LIMMATTALER 2-STUNDEN-LAUF 2012 \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Zutreffendes bitte ankreuzen:

Damen       Herren       Kinder bis Jahrgang 1998

Gruppe/Verein/Klasse \_\_\_\_\_

Senden Sie mir bitte weitere \_\_\_\_\_ Prospekte  
die ich an Freunde und Bekannte weiterleiten werde.

Nach Eingang dieser Anmeldekarte erhalten Sie:

- Sponsorenformular
- Streckenplan und Informationen
- Einzahlungsschein



# LIMMATTALER 2-STUNDEN-LAUF

## SAMSTAG, 8. September 2012

044 745 59 50 oder [www.limmattaler2hlauf.ch](http://www.limmattaler2hlauf.ch)

bitte  
frankieren  
oder gratis im Internet  
anmelden

**Ref. Kirchgemeinde Dietikon**  
**OK Limmattaler 2-Stunden-Lauf**  
Peter Bamert  
Poststrasse 50  
8953 Dietikon