



## ZUR STIFTUNG

# Die Zusammenarbeit mit Partner:innen verbessern

Die Stiftung Hopp-la hat seit ihrem Bestehen schweizweit vieles bewirkt. Themen wie «attraktive Freiräume für alle» oder «generationenverbindende Bewegungsförderung» finden breite Anerkennung. Damit wir künftig die Projektträger:innen in Gemeinden, Städten oder zivilen Organisationen noch individueller begleiten können, wollen wir unser Konzept für eine Beratung und Begleitung flexibler gestalten. Seien es Freiräume für alle Generationen oder intergenerative Kurse und Aktivitäten: wir lockern die Bedingungen für eine Zusammenarbeit mit unseren Partner:innen frei nach dem Motto «jede generationenverbindende Massnahme zählt».

Die Stiftung Hopp-la fördert die generationenverbindende Bewegung und Begegnung und leistet so einen Beitrag zur physischen, psychischen und sozialen Gesundheit von Kindern und Senior:innen. Wir entwickeln Massnahmen, die sowohl die Lebensbedingungen als auch das Verhalten der Zielgruppen anspricht. Für die generationenverbindende Bewegungsförderung gibt es folgende Ansätze:

- Aussenräume generationengerecht, verbindend und bewegungsfördernd gestalten

- Die nachhaltige Nutzung von Aussenräumen fördern
- Generationenverbindende Bewegungskurse anbieten.

Jung bis Alt sollen durch Aktivitäten dazu animiert werden, Bewegungsräume gemeinsam zu nutzen und dort, wo es keine verbindende Infrastruktur gibt, den Austausch und die gemeinsame Bewegung zwischen den Generationen zu pflegen. So ist das Ziel der generationenverbindenden Bewegungsförderung erfüllt.



### Zielgruppe Kinder

Je nach Alter unterscheiden sich Kinder in ihren physischen und kognitiven Voraussetzungen stark voneinander. Dies ist uns in der Beratung so-

wie in der Ausbildung von Kursleiter:innen bewusst. Projektleitende sollten die unterschiedlichen Altersklassen kennen, damit sie alters- und zielgruppengerechte Entscheidungen bezüglich Infrastruktur und Bewegungsaktivitäten treffen können. In der Ausbildung sollen angehende Kursleiter:innen dafür sensibilisiert werden, ihre Bewegungskurse an Kinder diverser Altersklassen anzupassen.



Wir unterscheiden die Zielgruppe Kinder folgendermassen:

- a) Vorschulkinder (3 – 4 Jahre)
- b) Kindergartenkinder (4 – 6 Jahre)
- c) Primarschulkinder (6 – 12 Jahre)

Diese Unterteilung hat vor allem einen strukturellen Grund. Die Entwicklung der Kinder innerhalb der Gruppen kann sich stark unterscheiden. Dies gilt insbesondere bei der Durchführung von Aktivitäten.

### Zielgruppe Senior:innen

Auch Senior:innen haben unterschiedliche physische und kognitive Voraussetzungen, die jedoch nicht nur auf das Alter zurückzuführen sind. So gibt es in jeder Altersklasse Differenzen in der Mobilität und in der Kognition. Kursleitende sollten das theoretische Rüstzeug und die nötigen Praxisideen innehaben, so dass sie Senior:innen mit unterschiedlichen Einschränkungen und Bedürfnissen in ihre Bewegungsstunden integrieren können.

So sollten Sie sich beispielsweise überlegen, welche Senior:innen sie in ihre Planung miteinschliessen sollten. Und speziell im Fall von Alterseinrichtungen sollten sich die Aktivierungsfachpersonen überlegen, wer alles den Generationenspielplatz nutzen soll? Wo steht der Bewegungsraum für alle Generationen? Wie kann ein Bewegungsraum auch für weniger mobile Menschen attraktiv gestaltet werden, damit auch Menschen, die sonst eher zurückgezogen leben wieder im Dorf und in der Gemeinschaft integriert werden können.

### Begriffe und ihre Bedeutung

#### Generationengerecht

Ein Raum, eine Aktivität oder ein Gerät sind so gestaltet, dass alle Generationen den Raum gerne aufsuchen, das Gerät gerne nutzen bzw. gerne an der Aktivität teilnehmen.

#### Verbindend

Was meint Hopp-la mit verbindend? Die Übung oder das Gerät sollen von zwei oder mehr Personen durchgeführt bzw. genutzt werden, um das Hauptziel / die Hauptidee gewährleisten zu können.

#### Generationenverbindend

Mindestens zwei Generationen nutzen ein Gerät oder führen eine gemeinsame Übung mit einem gemeinsamen Ziel durch.

*Ishbel Ingram & Ben Kesselring*