

Sarah Ruckstuhl
Birkenweg 1
6144 Zell
Matrikelnummer: 14-061-485

Leitfaden für die Planung und Umsetzung des intergenerativen Projekts „Bewegte Adventszeit“ der Stiftung Hopp-la

Bachelorarbeit
Vorgelegt am Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit
der Universität Basel zur Erlangung des Bachelor-Zertifikats
im Rahmen des Studiengangs Sport, Bewegung und Gesundheit

Projekt zur Bachelorarbeit:
Organisation und Umsetzung des intergenerativen Projekts „Bewegte Adventszeit“ 2016 der
Stiftung Hopp-la

Erstgutachter: Prof. Dr. phil. Lukas Zahner

Basel, den 06.06.2017

DANKSAGUNG

An erster Stelle möchte ich meinen Dank an meine Betreuerin und Zweitgutachterin Debora Wick richten. Ihr Elan und riesen Engagement für die Stiftung hat mich von Anfang an fasziniert. Für mich ist es eine grosse Bereicherung, dass ich bei Hopp-la nun seit bereits fast zwei Jahren Erfahrungen in der intergenerativen Bewegungsförderung sammeln darf.

Ein weiteres Dankeschön geht an Valeria Vitti, welche mich bei der Umsetzung der «Bewegten Adventszeit» 2016 tatkräftig unterstützt hat. Auch beim Verfassen dieser Bachelorarbeit stand sie mir immer mit Rat und Tat zur Seite.

Mein Dank gilt auch meinem Erstgutachter Prof. Dr. phil. Lukas Zahner, welcher mir eine Bachelorarbeit am DSBG und bei der Stiftung Hopp-la erst ermöglicht hat.

Des Weiteren bedanke ich mich herzlich bei der ganzen Projektgruppe der „Bewegten Adventszeit“ 2016 (Angelina Koch, Alena Nisius, Guido Morselli, Johanna Gloor-Bär) für die tolle und erfolgreiche Zusammenarbeit.

Hinweis an den Leser/die Leserin:

Aus Gründen der Übersichtlichkeit und Lesbarkeit wird in dieser Arbeit lediglich die männliche Schreibweise verwendet. Selbstverständlich sind damit jeweils beide Geschlechter angesprochen.

INHALTSVERZEICHNIS

Danksagung	1
Abbildungsverzeichnis	4
Tabellenverzeichnis	4
Zusammenfassung	5
1 Einleitung	6
2 Theoretischer Hintergrund.....	7
2.1 Intergenerative Projektarbeit.....	7
2.2 Initiieren von Generationenprojekten	9
2.3 Planung eines Generationenprojekts.....	10
2.3.1 Ausgangslage.....	10
2.3.2 Zielgruppe.....	10
2.3.3 Ziele	11
2.3.4 Methodisches Vorgehen	11
2.3.5 Rahmenbedingungen	12
2.4 Umsetzung eines Generationenprojekts.....	13
2.5 Evaluation eines Generationenprojekts.....	14
3 Methode	15
4 Leitfaden für das Projekt „Bewegte Adventszeit“.....	16
4.1 Initiierung.....	16
4.2 Planung	17
4.2.1 Ausgangslage.....	17
4.2.2 Zielgruppe.....	17
4.2.3 Ziele	18
4.2.4 Vorgehen und Arbeitskoordination	18
4.2.5 Rahmenbedingungen	21
4.3 Umsetzung	24
4.4 Evaluation	25
4.5 Anhang Leitfaden	27

4.5.1	Projektdossier 2016	27
4.5.2	Musterbeispiele für die Öffentlichkeitsarbeit	33
4.5.3	Info-Sheet 2016 für extern Mitwirkende	36
4.5.4	Musterbeispiel Einstiegstext.....	37
4.5.5	Check-Liste 2016 für Hilfsleiter.....	38
4.5.6	Musterbewegungslektionen	40
4.5.7	Vorlagen für Evaluation	42
5	Diskussion	49
5.1	Durchführung „Bewegte Adventszeit“ 2016	49
5.2	Reflexion der Theorie in Bezug auf die Leitfadenerstellung.....	53
	Literaturverzeichnis	56
	Erklärung und Autorenrechte	59

ABBILDUNGSVERZEICHNIS

Abb. 1: Adventskalender 2016	20
------------------------------------	----

TABELLENVERZEICHNIS

Tab. 1: Aktuelle Literatur und bereits bestehende Leitfäden zum Thema Generationenprojekte	7
Tab. 2: Projektablaufplan „Bewegte Adventszeit“	24

ZUSAMMENFASSUNG

Hintergrund: Die Stiftung Hopp-la reagiert mit ihrem Angebot auf den demografischen Wandel, die Inaktivität, den Fitnessmangel bei Kindern und Senioren und die Sturzproblematik, welche alle wesentliche Themen der heutigen Gesellschaft sind. Eingebettet in das im Basler Schützenmattpark stattfindende Bewegungsförderungsprojekt der Stiftung Hopp-la, wurde das Generationenprojekt „Bewegte Adventszeit“ bereits zwei Mal erfolgreich durchgeführt. Im Fokus steht das Zusammenführen von verschiedenen Generationen und Kulturen durch gemeinsame Bewegung und kreative Aktivitäten. Mit Hilfe von lokalen Vereinen und Organisationen wird eine Begegnungszone geschaffen, wo neben der körperlichen Aktivität vor allem der soziale Aspekt im Vordergrund steht.

Zielsetzung: Das Ziel der vorliegenden Bachelorarbeit besteht darin, einen Leitfaden für das intergenerative Gesundheitsförderungsprojekt „Bewegte Adventszeit“ der Stiftung Hopp-la zu verfassen.

Methode: Die Grundlagen für den Entwurf des Leitfadens sind die Erfahrungen, welche aus den ersten zwei Projektdurchführungen 2015 und 2016 in Basel gewonnen wurden. Weitere wichtige Anhaltspunkte für die Durchführung eines Generationenprojekts lieferte die Literaturrecherche.

Resultate: Das Produkt ist ein Leitfaden für die Planung und Umsetzung der „Bewegten Adventszeit“.

Schlussfolgerung: Der Leitfaden richtet sich sowohl an zivilgesellschaftliche Organisationen und Privatpersonen als auch an die öffentliche Hand. Dieser ist sowohl für die Etablierung des Projekts „Bewegte Adventszeit“ in Basel als auch für die Multiplikation in anderen Städten/Gemeinden wichtig. Denn schlussendlich soll der innovative Ansatz - Begegnung durch Bewegung - schweizweit verbreitet und gefestigt werden.

1 EINLEITUNG

Eingebettet in das im Basler Schützenmattpark stattfindende Bewegungsförderungsprojekt der Stiftung Hopp-la, wurde im Dezember 2016 in Kooperation mit verschiedenen Partnern das Projekt „Bewegte Adventszeit“ zum zweiten Mal umgesetzt. Dank der gelungenen Durchführung im Jahr 2015 haben Befragungen ergeben, dass die externen Partner sowie auch die Besucher einen weiteren bewegten Adventskalender sehr schätzen würden.

Das Projekt soll durch gemeinsame Bewegung und kreative Aktivitäten verschiedene Generationen und Kulturen zusammenführen. Es soll eine Begegnungszone für Kinder, Familien, Erwachsene, Senioren und Seniorinnen geschaffen werden, wobei sowohl die körperliche Aktivität, wie auch der soziale Aspekt im Vordergrund steht. Zudem bietet es lokalen Vereinen und Institutionen eine Plattform, wodurch sie ihr Angebot im Quartier präsentieren und bekannt machen können.

Die Stiftung Hopp-la hat das Ziel, die generationenübergreifenden Aktivitäten, welche im Rahmen des Pilotprojekts „Begegnung durch Bewegung“ entwickelt werden, in Basel zu etablieren. Zudem möchte die Stiftung ihre Vision „Generationen in Bewegung“ schweizweit verbreiten. Im Rahmen dieser Bachelorarbeit wird daher folgendes Produkt erstellt: **Leitfaden für die Planung und Umsetzung des intergenerativen Projekts „Bewegte Adventszeit“ der Stiftung Hopp-la.**

2 THEORETISCHER HINTERGRUND

2.1 INTERGENERATIVE PROJEKTARBEIT

Ausgangslage

Unsere Gesellschaft befindet sich in einem demographischen Wandel (Miller, 2012). Während der Anteil der älteren Bevölkerungsgruppe wächst, schrumpft der der jüngeren (BFS Aktuell, 2015). Die altersspezifischen Sondereinrichtungen verursachen eine räumliche Trennung von Jung und Alt, welche spontane Alltagsbegegnungen erschwert und zu einer Entfremdung der Generationen führt (Petricic, 2011). Besonders ältere Personen leiden oft unter sozialer Isolation (Miller, 2012).

Sowohl Kinder im Vor- und Grundschulalter als auch ältere Personen bewegen sich oft zu wenig (Donath, Faude, Hagmann, et al., 2015; Tiedemann, Hassett, & Sherrington, 2015). Da die kognitiven Fähigkeiten beim Kind noch nicht ausgereift sind und mit zunehmendem Alter abnehmen, haben beide Altersgruppen ähnliche Probleme in den Bereichen Gleichgewicht und Reaktion. Bei einem Kind ist die Muskulatur noch nicht maximal entwickelt und im Alter kommt es zu einem natürlichen Muskelschwund, weshalb beide muskulär schwach sind (U. Granacher, Muehlbauer, Gollhofer, Kressig, & Zahner, 2011a). Die genannten Defizite führen sowohl bei Alt als auch Jung zu einer verminderten posturalen Kontrolle und oftmals zu Stürzen (Donath, van Dieën, et al., 2015; Schlag, 2006).

Tab. 1 bietet einen Überblick über die berücksichtigte Literatur, welche wichtige Anhaltspunkte bei der Erstellung des Leitfadens für ein Generationenprojekt bietet.

Tab. 1: Aktuelle Literatur und bereits bestehende Leitfäden zum Thema Generationenprojekte

Titel und Quelle	Inhalt
Vademecum - Begleitheft für Generationenprojekte im Museum, verfasst von der Projektwerkstatt (Dürr & Hangartner, 2015)	Teilnehmer der Projektwerkstatt 2015 von „GiM-Generationen im Museum“, eine Initiative des Migros-Kulturprozent, haben basierend auf ihren Erfahrungen Besonderheiten von Generationen-Begegnungen zusammengetragen. Entstanden ist ein Leitfaden für die Verwirklichung von Generationenprojekten.
Begegnungen der Generationen - Leitfaden für intergenerative Projekte in Österreich (Findenig, 2015)	Aufbauend auf der Expertise von rund 160 bestehenden Generationenprojekten in Österreich analysiert dieser Leitfaden inhaltliche und strukturelle Rahmenbedingungen und liefert Empfehlungen für die Schaffung von neuen und innovativen Projekten.
Intergenerational Learning in Europe - Policies, Programmes & Practical Guidance (Fischer & Kugemann, 2008)	Diese Publikation fasst die Resultate des Projekts „European Approaches to Inter-Generational Lifelong Learning in Europe“ oder EAGLE zusammen. Das

	Projekt beobachtete, analysierte, testete und verbreitete intergenerationales Lernen in Europa im Zeitraum 2006 bis 2008.
Impulse für Generationenprojekte (Graf & Schnelle, 2014)	Ergebnisse des ersten trinationalen Workshops Generationenprojekte vom 30./31. Mai 2013 in Zürich, ergänzt mit Erfahrungen aus der praktischen Arbeit in der Generationenakademie.
Erfolgsfaktoren für den intergenerativen Austausch in einem sportorientierten Kontext (Hausammann, 2012)	Mittels einer Analyse des Austausches zwischen der ersten und der dritten Generation im Kontext von Bewegung und Sport wurden Determinanten bestimmt, die das Miteinander von Jungen und Älteren erfolgreich gestalten.
Generation Hand in Hand - Intergenerative Tagesbetreuung von Kindern und SeniorInnen (Miller, 2012)	Anhand von empirischen Erhebungen (Befragung von Leitern intergenerativer Projekte und Fachpersonal aus den Bereichen Kinder- und Altenbetreuung) wurde ein Konzept für intergenerative Arbeit für die Gemeinde Hinterstoder erstellt.
Generationen-Campus: intergenerative Bewegungsförderung (Nerouz & Suter, 2010)	Es wurde ein Konzept der intergenerativen Bewegungsförderung entwickelt und zur Realisierung zwei Lehrmittelbroschüren sowie ein Leitfaden erarbeitet. Das Konzept konnte im zehnwöchigen Projekt „Generationen-Campus“ im Generationenhaus Neubad in Basel erfolgreich angewendet werden.
Intergenerative Projekte in NRW - Bestandesaufnahme, Bewertung, Vernetzung und Qualifizierungsbedarf (Suck & Tinzmann, 2005)	Intergenerative Projekte in NRW im Zeitraum 2003 bis 2005 wurden analysiert. Basierend darauf wurden Handlungsempfehlungen zur Förderung solcher Projekte formuliert. In Form von standardisierten Projektmasken werden good-practise Beispiele detailliert vorgestellt.
Prozessmodell PROXI - Leitfaden zur Projektgestaltung in der sozialen Arbeit (Werner & Hess, 2017)	PROXI ist ein Prozessmodell zur dialogischen Praxis- und Wissensentwicklung. Es dient der Bearbeitung von Frage- und Problemstellungen für Projekte unterschiedlicher Reichweite und wurde speziell für die Soziale Arbeit entwickelt.
Introducing Standards and Guidelines (Larkin & Rosebrook, 2003)	Richtlinien für die Entwicklung von intergenerativen Projekten und Verbesserung der Berufspraxis.
Begegnungen - ein Projekt mit hochbetagten Menschen und Vorschulkindern (Weltzien et al., 2013)	Handreichung für die Umsetzung dieses konkreten intergenerativen Projekts in der Praxis.

2.2 INITIIEREN VON GENERATIONENPROJEKTEN

Träger

Initianten von Generationenprojekten sind oftmals regionale Träger oder eigene Vereine, welche aus einer Generationeninitiative heraus entstanden sind (Findenig, 2015). Verbreitet ist auch, dass altersspezifische Sondereinrichtungen wie Altersheime oder Seniorenzentren zusammen mit Schulen ein intergeneratives Projekt in die Wege leiten (Suck & Tinzmann, 2005).

Projektgruppe

Den verfügbaren personellen Ressourcen entsprechend wird eine Projektgruppe zusammengestellt. Die Aufgaben und Verantwortungen werden anschliessend passend zu den Kompetenzen unter den Beteiligten aufgeteilt (Dürr & Hangartner, 2015).

Neben ein bis zwei Generationenkursleiter sollte je eine Betreuungsperson pro Generation (Fachkräfte), ein Supervisor für die Evaluation und ein Gemeindemitarbeiter (Kontaktperson zu Gemeinderat) für die Pressearbeit Teil der gemischtgeschlechtlichen Projektgruppe sein (Nerouz & Suter, 2010)

Die Generationenkursleiter sollten über folgende Kompetenzen verfügen (Larkin & Rosebrook, 2003; Nerouz & Suter, 2010):

- Selbstkompetenz: Vorbildfunktion; Selbstreflexion; solides Selbstvertrauen; Engagement
- Sozialkompetenz: Motivation; Geduld; Empathie; respektvoller Umgang; Teamfähigkeit; Kommunikationsfreude; integrierende, positive Grundhaltung
- Methodenkompetenz: Flexibilität; Einsatz von multisensorischen, interaktiven Lernformen; zielgruppenorientierte Lektionsplanung; Förderung und Moderation des intergenerativen Kontakts
- Fachkompetenz: Wissen über menschliche Entwicklung; Kennen von unterschiedlichen physischen und psychischen Voraussetzungen und Grenzen der Generationen, sowie deren Konsequenzen

In einer Organisationsstruktur sind zudem Kommunikations- und Entscheidungswege festgelegt (Dürr & Hangartner, 2015). Es ist wichtig, unterschiedliche Erwartungen der Beteiligten regelmässig zu thematisieren (Fischer & Kugemann, 2008). Zudem soll jeder genügend Zeit und Raum haben, um eigene Ideen und Vorstellungen einbringen zu können.

Zur Unterstützung der Projektgruppe sind Generationenprojekte oftmals auf freiwillige Helfer angewiesen, deren Engagement immer wieder anerkannt, gelobt und geschätzt werden sollte (Graf & Schnelle, 2014). Am besten sind auch die Freiwilligen verschieden alt und unterschiedlichen Geschlechts. Zudem sollten sie von Fachkräften angeleitet, begleitet und weitergebildet werden (Hausammann, 2012).

Kooperationspartner

Da die Vernetzung den Bekanntheitsgrad des Projekts steigert und somit ein wichtiger Erfolgsfaktor ist (Graf & Schnelle, 2014), sollten Projekte nicht im Alleingang durchgeführt werden, sondern in Beziehungsarbeit investiert und verschiedene Partner unterschiedlichen Alters gesucht werden (Fischer & Kugemann, 2008). Eine Stakeholderanalyse gibt Auskunft darüber, wer alles vom Projekt betroffen ist, oder daran interessiert sein könnte (Graf & Schnelle, 2014).

Ideale Kooperationspartner für Generationenprojekte sind kulturelle und soziale Institutionen wie Organisationen der Jugend- und Altenarbeit, Quartiertreffs, Wohngenossenschaften, Bildungseinrichtungen, Freiwilligenzentren, Pfarreien oder Vereine (Findenig, 2015). Im Hinblick auf die wissenschaftliche Recherche und Evaluation kann auch eine Zusammenarbeit mit einer Universität oder Fachhochschule hilfreich sein (Graf & Schnelle, 2014). Vor allem die Vernetzung mit Initianten ähnlicher Projekte ermöglicht einen sehr wertvollen Austausch von Erfahrungsschätzen (Suck & Tinzmann, 2005). Aber auch das Miteinbeziehen und Informieren der Eltern der Kinder sowie der Angehörigen der Senioren ist von zentraler Bedeutung (Nerouz & Suter, 2010). Die Kooperation beginnt mit der gemeinsamen Konzeption und endet frühestens nach der Evaluation. Das gegenseitige Kennenlernen der Kooperationspartner braucht Zeit, weshalb Pilotprojekte hilfreich sein können (Dürr & Hangartner, 2015).

2.3 PLANUNG EINES GENERATIONENPROJEKTS

2.3.1 AUSGANGSLAGE

Die Ausgangslage beschreibt den Anlass für das Projekt sowie das Zustandekommen der Kooperation mit den verschiedenen Partnern. Alle Beteiligten sollen begeistert sein von der Idee und die Projektrealisierung soll stets einen Mehrwert für die Gesellschaft mit sich bringen (Dürr & Hangartner, 2015). Das allgemeine Thema/Problem sowie die Fragestellung werden notiert. Allenfalls wird das Angebot/Produkt beschrieben (Hausammann, 2012).

2.3.2 ZIELGRUPPE

In einem weiteren Schritt geht es darum, die gewünschten Zielgruppen möglichst genau zu charakterisieren. Deren teils verschiedenen Bedürfnisse sollten bekannt sein oder erhoben werden (Graf & Schnelle, 2014).

Um verschiedene Kulturen integrieren zu können, sollten die Auswirkungen eines multikulturellen Ansatzes klar sein, und Vorbereitungen für allfällige Sprachbarrieren getroffen werden (Fischer & Kugemann, 2008). Da sich Generationenprojekte heutzutage oftmals nur auf Kinder und Senioren fokussieren, sollte der Ansatz von intergenerativ zu multigenerativ erweitert werden (Fischer & Kugemann, 2008). Das Einbeziehen von vor allem 15- bis 25-Jährigen kann das Auseinanderdriften der jüngeren und älteren Altersgruppe auffangen (Suck & Tinzmann, 2005).

2.3.3 ZIELE

Das SMART-Prinzip ist hilfreich bei der Formulierung und Festhaltung von spezifischen, messbaren, attraktiven, realistischen und terminierbaren Projektzielen (Werner & Hess, 2017).

Im Rahmen von intergenerativen Bewegungsprojekten werden Begegnungsräume geschaffen, wo Jung und Alt gemeinsam körperlich aktiv sein können. Dadurch soll die Bewegungszeit beider Generationen erhöht und die Motivation zum selbständigen Bewegen gestärkt werden (Nerouz & Suter, 2010). Die Schulung der koordinativen Fähigkeiten sowie der Kraft dienen als Sturzprophylaxe (U. Granacher, Muehlbauer, et al., 2011b). Die Leistungsfähigkeit im Alter soll erhalten werden, was vielbedeutend für Alltagsaktivitäten, Selbständigkeit und Lebensqualität ist (Franco, Tong, et al., 2015).

Wie auch in anderen Generationenprojekten, soll der Kontakt zwischen verschiedenen Generationen verbessern und deren Häufigkeit erhöht werden (Fischer & Kugemann, 2008). Erfahrungen und Erlebnisse sollen ausgetauscht werden, was das gegenseitige Verständnis fördert (Graf & Schnelle, 2014). Alt und Jung bekommen die Möglichkeit, voneinander zu lernen (Miller, 2012). Zudem bieten intergenerative Hilfeleistungen eine willkommene ausserfamiliäre Unterstützung (Graf & Schnelle, 2014).

2.3.4 METHODISCHES VORGEHEN

Die Massnahmen/Interventionen, die zur Zielerreichung gewählt werden, sollten der Zielgruppe angepasst, mit den verfügbaren Ressourcen realisierbar und wirksam sein. In einem Projektablaufplan werden die geplanten Massnahmen/Interventionen anschliessend in eine zeitliche Abfolge gebracht und übersichtlich dargestellt. Meilensteine markieren dabei wichtige Etappen der Projektumsetzung (Werner & Hess, 2017).

Sensibilisierungsmassnahmen / Marketing

In einem Marketingkonzept wird die Werbung, die Öffentlichkeitsarbeit und der Vertrieb von Werbematerial geplant (Hausammann, 2012). Mögliche Arten der Öffentlichkeitsarbeit sind (Findenig, 2015): eigene Homepage; Flyer, Broschüren und Plakate; Zeitungsberichte; Radio- und Fernsehbeiträge; Posts in sozialen Netzwerken wie Facebook oder Twitter; Informationsveranstaltungen.

Teilnehmer für Generationenprojekte können am besten durch eine persönliche Ansprache und Herstellung eines persönlichen Bezuges gewonnen werden (Findenig, 2015). Es hat sich bewährt, ältere Menschen und Kooperationspartner als Botschafter fungieren zu lassen, die Leute aus ihrer Nachbarschaft beziehungsweise ihren Kreisen zur Teilnahme an den Aktivitäten motivieren können (Fischer & Kugemann, 2008). Die Öffentlichkeitsarbeit an und für sich bringt nicht wirklich mehr Teilnehmer, ist aber wichtig, um die Gesellschaft auf Generationenarbeit zu sensibilisieren und das Projekt bekannt zu machen (Dürr & Hangartner, 2015).

Prinzipien der intergenerativen Arbeit

In Generationenprojekten hat die Freiwilligkeit oberste Priorität (Miller, 2012). Die Teilnehmer sollen jedes Mal aufs Neue entscheiden dürfen, ob sie zum Treffen erscheinen, und auch, ob sie an der einzelnen Aufgabe teilnehmen oder nur zuschauen (Weltzien, Rönna-Böse, Klie, & Pankratz, 2013).

In der möglichst geschlechtergemischten Gruppe sollte das Verhältnis von Senioren und Kinder idealerweise 1:1 sein (Hausammann, 2012). Die Gruppengröße sollte stets der Aktivität angepasst werden, wobei es zu beachten gibt, dass die Tiefe der aufgebauten intergenerativen Beziehungen mit zunehmender Anzahl Teilnehmer abnimmt. Für Aktivitäten wie Basteln, Singen und Bewegen eignet sich eine Gruppengröße von 10 bis 16 Teilnehmer und das Vorortsein von mindestens zwei Betreuungspersonen (Nerouz & Suter, 2010).

Damit alle Teilnehmer auch wirklich vom Projekt profitieren können, sollten sich die unterschiedlichen Altersgruppen vor der ersten intergenerativen Aktivität zuerst einmal separat treffen. In diesem Rahmen sollten Erwartungen an die andere Generation, deren Eigenschaften und auch mögliche Grenzen besprochen und diskutiert werden, damit es danach zu einem respektvollen Umgang kommt (Fischer & Kugemann, 2008). Während Einzelaufgaben dem individuellen Arbeitstempo gerecht werden, fördern Partneraufgaben besonders den intergenerativen Austausch und Gruppenaufgaben tragen am meisten zur Entstehung eines Wir-Gefühls bei (Nerouz & Suter, 2010). Alle Teilnehmer sollen gleichberechtigt und als Individuum wahrgenommen werden und nicht als Vater, Grossmutter, Senior, Sohn, Kind etc. (Suck & Tinzmann, 2005).

2.3.5 RAHMENBEDINGUNGEN

Zusätzlich zu den personellen (siehe Kapitel 4.1 „Projektgruppe“) müssen vor dem Projektstart auch die finanziellen, räumlichen, materiellen und zeitlichen Ressourcen abgeklärt werden (Miller, 2012). Die zu erwartenden Kosten und Finanzierungsquellen werden in einem Projektbudget dargelegt.

Finanzielle Ressourcen

Finanzielle Mittel für Generationenprojekte müssen oft von Privatpersonen oder durch die öffentliche Hand bereitgestellt werden (Graf & Schnelle, 2014). Falls es zu einer finanziellen Unterstützung kommt, geht diese oft von Organisationen / Institutionen des kulturellen oder sozialen Bereichs aus (Dürr & Hangartner, 2015).

Räumliche Ressourcen

Der Weg zum Begegnungsort sollte für alle Teilnehmer möglichst kurz sein, weshalb sich Räumlichkeiten in Mehrgenerationenhäusern besonders gut eignen. Da die intergenerative Bewegungsaktivität genügend Platz braucht, findet sie idealerweise in einer Turnhalle oder einem Mehrzweckraum statt (Nerouz & Suter, 2010). Genügend Sitzmöglichkeiten und Zugang zu einer Behindertentoilette sollten gewährleistet sein (Miller, 2012). Der Boden sollte

eben und nicht hart und der Raum hell, freundlich, gut durchlüftet und rollstuhlgängig sein (Nerouz & Suter, 2010).

Materielle Ressourcen

Folgendes Material eignet sich besonders gut für die Gestaltung von intergenerativen Bewegungsaktivitäten (Nerouz & Suter, 2010): Ballon, Doppelklöppel, Musik (vor allem bekannte, beliebte Oldies), Plastikreifen, Fallschirmtuch, Chiffontücher, weiche Bälle, Tennisringe, Reissäckchen, Alltagsobjekte.

Zeitliche Ressourcen

Die Generationen sollten regelmässig und mindestens einmal pro Woche miteinander in Kontakt kommen. Zudem muss jeweils genügend Zeit für die Vorbereitung und Nachbesprechung der Treffen eingeplant werden (Miller, 2012). Die Bewegungslektion sollte frühestens zwei Stunden nach einer Hauptmahlzeit stattfinden (Nerouz & Suter, 2010) und circa eine Stunde dauern (Hausammann, 2012).

2.4 UMSETZUNG EINES GENERATIONENPROJEKTS

Während der Umsetzungsphase dient der erstellte Projektablaufplan als Orientierung, damit der Zeitplan eingehalten wird (Werner & Hess, 2017).

Gestaltung von intergenerativer Bewegungsaktivität

Der Fokus sollte stets auf der Bewegung liegen, welche eine Begegnung der verschiedenen Generationen auf emotionaler und körperlicher Ebene ermöglicht (Nerouz & Suter, 2010). Damit dieser intergenerative Austausch zu Stande kommt, braucht es genügend Raum, Zeit und Vertrauen (Dürr & Hangartner, 2015).

Begrüssungsrituale (zum Beispiel ein Lied, Tanz), welche Bestandteil von jedem Treffen sein sollten, dienen zur Einstimmung, zum Abbau von Berührungsängsten, zum Aufwärmen/Mobilisieren der wichtigsten Körperteile und zur Orientierung der Teilnehmer (Miller, 2012). Im darauffolgenden Hauptteil werden in einer vielfältigen, spielerischen Art vor allem die Koordination und Kraftausdauer trainiert. Es sollte stets mit einer einfachen, auch im Alltag anwendbaren Übung begonnen werden, welche im Weiteren durch beliebige Veränderungen erschwert und an die unterschiedlichen Leistungsvoraussetzungen angepasst werden kann. Die Bewegungsausführung kann mittels Variation der Ausgangs- und/oder Endstellung, der Bewegungsrichtung, des Bewegungstempos, des Bewegungsumfangs, des Krafteinsatzes, der Seitigkeit oder des Rhythmus verändert werden. Auch können die Übungsbedingungen wie Raumgrösse, Zielgrösse, Abstände, Bewegungskontrolle, verfügbare Sinne, Geräteaufbau, Stützfläche und Partner unterschiedlich gewählt werden. Die Kraftübungen sollten in erster Linie grosse Muskelgruppen sowie die Haltemuskulatur stärken. Es eignen sich 15-20 Wiederholungen pro Übung, wobei jede Übung 2-3 Mal wiederholt wird (Nerouz & Suter, 2010). Allgemein gilt, dass sich die unterschiedlichen Generationen beim gemeinsamen Bearbeiten

einer für alle attraktiven und offenen Aufgabenstellung begegnen sollen (Weltzien et.al., 2013). Durch Mut zur Lücke in der Planung und Raum für Kreativität sollen die Teilnehmer stets die Möglichkeit zur Mitbestimmung haben (Findenig, 2015). Am Schluss jeder Lektion wird das Herzkreislaufsystem wieder heruntergefahren, wofür sich Entspannungs-, Atem- oder Körperwahrnehmungsübungen eignen (Nerouz & Suter, 2010).

2.5 EVALUATION EINES GENERATIONENPROJEKTS

Evaluation

Bereits vor Beginn sollte entschieden werden, wie der Erfolg des Projekts gemessen wird (Fischer & Kugemann, 2008). Es empfiehlt sich, bereits während der Umsetzung regelmässig zu reflektieren, ob die Ziele erreicht werden (Hausammann, 2012). Damit die Begegnungen laufend optimiert werden können, eignet sich zum Beispiel das Einholen von schriftlicher und mündlicher Rückmeldung der Teilnehmer und Betreuungspersonen am Anschluss an eine Lektion (Findenig, 2015).

Mittels einer summativen Evaluation werden die Ergebnisse und der Prozess des Projekts schlussendlich überprüft und reflektiert (Werner & Hess, 2017). Wurden die Ziele des Projekts tatsächlich und zufriedenstellend erreicht? Was müsste bei einer Wiederdurchführung anders ablaufen (Fischer & Kugemann, 2008)? Wichtig ist, dass dieser Schritt in Zusammenarbeit mit allen Beteiligten geschieht (Suter, 2010). Hier ein paar Methoden als Beispiel (Fischer & Kugemann, 2008): Fragebogen, Teilnehmerstatistik, Beobachtungsbogen, Feedback-Bogen.

Nach abgeschlossener Umsetzung und Evaluation werden die Ergebnisse, Produkte und Wissenserkenntnisse des Projekts nun in einer Projektdokumentation schriftlich festgehalten und veröffentlicht. Zusätzlich kann es zu einer Präsentation in Form von Referaten, Zeitschriftenartikel oder Ähnlichem kommen (Werner & Hess, 2017).

Etablierung

Die publizierten Erkenntnisse sind wichtig für die Forschung und Lehre und bilden die Basis für weitere Projekte (Werner & Hess, 2017). Es gilt, den Ansatz von intergenerativer Aktivität auf nationaler sowie auch internationaler Ebene zu verbreiten (Fischer & Kugemann, 2008). Unterschiedliche Regierungsdepartemente und Initianten von Generationenprojekten sollten sich regelmässig austauschen und vermehrt zusammenarbeiten (Dürr & Hangartner, 2015). Einzelne Projekte sollten vor allem über einen nachhaltigen Finanzplan und Vernetzung mit unterschiedlichen, lokal einflussreichen Partnern verfügen (Findenig, 2015).

3 METHODE

Basierend auf der Analyse der „Bewegten Adventszeit“ 2015 wurde die erneute Durchführung im Jahr 2016 vorbereitet und koordiniert. Mit Unterstützung eines Organisationskomitees wurde alles Notwendige geplant.

Im Dezember 2016 wurde das Projekt aus diversen Perspektiven beobachtet (passive Projektleitung, Teilnehmer, Leiterin, Assistierende). Mit Hilfe eines Fragebogens wurden Rückmeldungen von den mitwirkenden Vereinen und Organisationen eingeholt, es wurde eine Teilnehmerstatistik geführt, und Aussenstehende bewerteten einzelne Aktivitäten durch Ausfüllen eines Beobachtungsbogens. Jede Adventsaktivität wurde auch mittels Selbstevaluation Hopp-la intern ausgewertet. Dazu füllte der Hopp-la Leiter jeweils im Anschluss an die Lektion ein Raster (Positives, Negatives, Schwierigkeiten) aus. Abschliessend traf sich das ganze Organisationskomitee im neuen Jahr zu einem Reflexionstreffen. In einem Abschlussbericht zur „Bewegten Adventszeit“ 2016 hielten die Autorin und Hopp-la Mitarbeiter alle Erfahrungen und Ergebnisse der Evaluation fest.

Basierend auf den Erkenntnissen der „Bewegten Adventszeit“ 2015/2016 und der Literaturrecherche wurde schlussendlich ein Leitfaden erstellt. Die Berichte der „Bewegten Adventszeit“ 2015 und 2016 können bei der Stiftung Hopp-la bezogen werden.

4 LEITFADEN FÜR DAS PROJEKT „BEWEGTE ADVENTS-ZEIT“

Dieser Leitfaden zum Gesundheitsförderungsprojekt „Bewegte Adventszeit“ ist sowohl für die Etablierung des Projekts in Basel als auch die Multiplikation in anderen Städten/Gemeinden wichtig. Er richtet sich an zivilgesellschaftliche Organisationen, Privatpersonen und an die öffentliche Hand. Es wird einerseits spezifisch auf die Ausgangslage in Basel eingegangen, andererseits aber auch aufgezeigt, wie das Projekt an anderen Standorten umgesetzt werden könnte. Wie die Bewegungsinseln oder das Kursangebot bietet auch die „Bewegte Adventszeit“ eine Möglichkeit, generationsübergreifende Bewegungs- und Begegnungszonen im öffentlichen und privaten Raum zu kreieren und die gemeinsame Aktivität von Jung und Alt zu fördern.

4.1 INITIIERUNG

Träger

Für eine nachhaltige Umsetzung des Projekts sollte ein Träger gefunden werden. Im Fall Basel ist Hopp-la sowohl Träger als auch Projektleitung. Mögliche Träger an anderen Standorten wären Vereine, Gemeinden, Quartierbüros, Stadtteilsekretariate, Institutionen im Bereich Kinder-, Jugend- oder Seniorenarbeit.

Projektgruppe

Es empfiehlt sich, ein möglichst gemischtgeschlechtliches Organisationskomitee bestehend aus 4 Personen unterschiedlichen Alters zusammenzustellen. Unter ihnen werden dann die Arbeitspakete den Kompetenzen entsprechend aufgeteilt. Als Projektleitung, welche für die Gesamtkoordination zuständig ist, eignet sich ein Mitarbeiter von Hopp-la oder eine andere Person, welche mit Generationenprojekten vertraut ist. Die Projektleitung kann auch beim Träger liegen. Den Bereich Marketing übernimmt am besten ein Gemeinde- oder Quartierverein-Mitarbeiter, der bereits über viele lokale Kontakte verfügt. Als Verantwortlicher für die Advents-Aktivitäten fungiert idealerweise eine Fachkraft aus dem Bereich der Kinder- oder Altenbetreuung. Was die Evaluation anbelangt, kann eine Zusammenarbeit mit einer Universität oder Fachhochschule hilfreich sein. Falls dies nicht möglich ist, sollte dieses Arbeitspaket einer Person zugeteilt werden, welche sich mit der statistischen Auswertung von Fragebögen bereits ein bisschen auskennt. Die Kooperation beginnt mit der gemeinsamen Konzeption und endet frühestens nach der Evaluation.

Extern Mitwirkende

Da die Vernetzung unter anderem den Bekanntheitsgrad des Projekts steigert und somit ein wichtiger Erfolgsfaktor ist, sollte in Beziehungsarbeit investiert und verschiedene extern Mitwirkende gesucht werden. Sie dienen als Unterstützung der Projektgruppe, indem sie die Planung und Hauptleitung einer oder bei Interesse sogar mehrerer Advents-Aktivität übernehmen.

Hilfsleiter

Am besten sind auch die Hilfsleiter verschieden alt und unterschiedlichen Geschlechts. Nebst dem Hauptleiter sollten pro Lektion immer mindestens zwei Personen vor Ort sein, die dem Hauptleiter assistieren und vor allem Senioren und kleine Kinder unterstützen und betreuen können.

4.2 PLANUNG

4.2.1 AUSGANGSLAGE

Im Basler Schützenmattpark wird ein intergeneratives Bewegungs- und Gesundheitsförderungsprojekt der Stiftung Hopp-la zusammen mit verschiedenen Partnern* als Pilot umgesetzt und fortlaufend evaluiert. Hierfür wurden neue Spiel- und Bewegungsgeräte realisiert, die von Erwachsenen und Kindern gemeinsam genutzt werden können. Zusätzlich finden in Kooperation mit lokalen Organisationen Kursangebote und Bewegungsaktivitäten für alle Altersgruppen statt.

Weitere Informationen: www.hopp-la.ch

* Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit der Universität Basel, Sportamt Basel-Stadt, Stadtgärtnerei

Die Stiftung Hopp-la hat zum Ziel, die generationenübergreifenden Aktivitäten, welche im Rahmen des Pilotprojekts „Begegnung durch Bewegung“ entwickelt werden, in Basel zu etablieren. Zudem möchte die Stiftung ihre Vision „Generationen in Bewegung“ schweizweit verbreiten. Dazu wurde dieser Leitfaden für die Planung und Umsetzung des intergenerativen Gesundheitsförderungsprojekts „Bewegte Adventszeit“ der Stiftung Hopp-la erstellt. Er soll Interessenten dazu dienen, dieses Projekt auch in ihrer Stadt/Gemeinde mit lokalen Kooperationspartnern durchführen zu können.

4.2.2 ZIELGRUPPE

Die „Bewegte Adventszeit“ soll möglichst viele Menschen, ob Jung oder Alt, im Rollstuhl, mit Rollator oder zu Fuss und mit unterschiedlicher Herkunft sozioökonomischen Voraussetzungen, mobilisieren.

4.2.3 ZIELE

Das Projekt soll durch gemeinsame Bewegung und kreative Aktivitäten verschiedene Generationen und Kulturen zusammenführen. Es soll eine Begegnungszone für Kinder, Familien und Senioren werden. Dabei stehen sowohl die körperliche Aktivität, wie auch der soziale Aspekt im Vordergrund. Zudem soll die Bevölkerung dazu motiviert werden, auch in den kälteren Monaten nach draussen zu gehen. Darüber hinaus sollen Quartierorganisationen, umliegende Vereine und Institutionen die Möglichkeit haben, sich am Projekt zu beteiligen und den bewegten Adventskalender mitzugestalten.

4.2.4 VORGEHEN UND ARBEITSKOORDINATION

Innerhalb des Organisationskomitees sollten folgende Arbeitspakete verteilt werden: Projektleitung, Marketing, Advents-Aktivitäten, Evaluation.

Projektleitung

Koordination

Es ist Aufgabe des Projektleiters, das Organisationskomitee zusammenzustellen, zu führen, dessen Sitzungen zu leiten und die interne Kommunikation festzulegen. Es empfiehlt sich, Besprochenes jeweils in einem Sitzungsprotokoll festzuhalten. Damit ein Projekt wie die „Bewegte Adventszeit“ durchgeführt werden kann, müssen Bewilligungen bei der Gemeinde und dem Verwalter des Durchführungsorts, z.B. im Falle eines Stadtparks bei der Stadtgärtnerei, rechtzeitig eingeholt werden.

Organisation von Hilfsleitern

Die „Bewegte Adventszeit“ ist auf die Unterstützung von freiwilligen Helfern angewiesen. In Basel konnten durch die Zusammenarbeit mit der Universität glücklicherweise studentische Hilfskräfte rekrutiert werden. Bereitschaft zu freiwilligem Engagement findet sich aber auch in Quartierorganisationen, umliegenden Vereinen, Institutionen oder Betreuungs-/Bildungsstätten.

Finanzen

Bereits vor dem Projektstart sollte ein Projektbudget zusammengestellt werden (siehe Kapitel 4.2.5 „Finanzielle Ressourcen“). Finanzielle Unterstützung kommt am ehesten von Organisationen / Institutionen des kulturellen oder sozialen Bereichs. Diese möglichen Sponsoren werden idealerweise persönlich angefragt und erhalten das Projektdossier zur Information (siehe Vorlage im Anhang). Weitere Anregungen in Sache Sponsoring sind dem Kapitel „Finanzielle Ressourcen“ zu entnehmen.

Bedankung

Es empfiehlt sich, alle Sponsoren, extern Mitwirkende und Hilfsleiter am 1. Dezember im Anschluss an die Advents-Aktivität zu einem Apéro einzuladen. Nach Projektende sollte die Dankbarkeit für die Zusammenarbeit bei all diesen Beteiligten mit einem Dankeschreiben, und bei den extern Mitwirkenden und Mitgliedern des Organisationskomitees zusätzlich mit einem kleinen Präsent geäußert werden.

Marketing und Kommunikation

Öffentlichkeitsarbeit

Die Öffentlichkeitsarbeit ist nicht nur wichtig, um das Projekt bekannt zu machen und für Teilnehmer zu werben, sondern auch, um die Gesellschaft für Generationenarbeit zu sensibilisieren. In Basel wurde dazu die Homepage von Hopp-la, Flyer, Plakate, Berichte in Quartierzeitungen, Posts auf der Facebook-Seite von Hopp-la verwendet. Weitere mögliche Arten wären Radio- und Fernsehbeiträge oder Informationsveranstaltungen.

(Musterbeispiele für Flyer, Plakat und Inserat befinden sich im Anhang. Digitale Versionen können bei Hopp-la angefordert werden.)

Teilnehmer rekrutieren

Teilnehmer für Generationenprojekte können am besten durch eine persönliche Ansprache und Herstellung eines persönlichen Bezuges gewonnen werden. Es hat sich bewährt, ältere Menschen, Kooperationspartner und extern Mitwirkende als Botschafter fungieren zu lassen. Diese können dann nämlich Leute aus ihrer Nachbarschaft beziehungsweise ihren Kreisen persönlich zur Teilnahme an den Aktivitäten motivieren.

Extern Mitwirkende

Lokale kulturelle und soziale Institutionen wie Organisationen der Jugend- und Altenarbeit, Quartiertreffs, Wohngenossenschaften, Bildungseinrichtungen, Freiwilligenzentren, Pfarreien oder Vereine sollten kontaktiert werden. Bestenfalls geschieht dies telefonisch und ansonsten per Mail. Sie sollten über das Projekt und die Möglichkeit, eine eigene Advents-Aktivität zu gestalten, informiert werden. Der bewegte Adventskalender kann für sie nämlich auch eine Plattform sein, welche ihnen zu mehr lokaler Bekanntheit verhilft. Am besten werden ein Info-Sheet und das Projektdossier geschickt (für Beispiele aus Basel siehe Anhang).

In Basel dienten das lokale Vereinsverzeichnis, umliegende Betreuungs-/Bildungsstätten sowie Gastronomiebetriebe als Orientierung bei der Kontaktaufnahme. Schlussendlich haben zum Beispiel folgende externe Mitwirkende jeweils eine Advents-Aktivität gestaltet: Schweizer Kubbverband, Vitalina, Judo Schule Nippon, Sprachhaus M, Caroline's school of life, Robi-Spiel-Aktionen, Tagesstruktur Gotthelf, Kendo Club Basel Kenyukan, Alterszentrum Holbeinhof, Alterszentrum Weiherweg, Cricket Club Basel, ASK Basel, Leiter einer Parcours Gruppe Basel, Psychomotorik Therapeutin.

Im Falle einer Zusage sollten die extern Mitwirkenden für weitere Absprachen an die Person weitergeleitet werden, welche für die Advents-Aktivitäten zuständig ist.

Advents-Aktivitäten

Materialverwaltung

Eine Teilaufgabe ist die Gestaltung des Adventskalenders. Wie dieser schlussendlich aussieht, ist der jeweiligen Projektgruppe überlassen. In Basel zum Beispiel hat sich der Adventskalender aus Ikea Regalen bewährt. Für dessen Herstellung werden an der Unterseite von zwei Ikea-Regalen Lenkrollen montiert und die Fächer mit verschiedenen Zahlendeckblättern abgedeckt. Jedes Fach repräsentiert ein Adventsfenster und wird von dem jeweiligen Hauptleiter zur Tagesaktivität passend geschmückt. Als Anschauungsbeispiel ist unten eine Bildstrecke der Entstehung des 2016 verwendeten Adventskalenders zu sehen:



Abb. 1: Adventskalender 2016

Zu jeder Lektion sollte ein Einstiegstext verfasst werden. Grafisch schön verpackt (siehe Anhang für Musterbeispiel) wird dieser dann in Form einer Schriftrolle ins jeweilige Adventsfenster gelegt.

Eine weitere wichtige kreative Aufgabe ist die Gestaltung des grossen Adventskranzes.

Koordination Aktivitäten

Nachdem die extern Mitwirkenden zugesagt haben, kommt es zur Terminfindung. In einem Einsatzplan sollte schlussendlich festgehalten werden, wer an welchem Tag die Hauptleitung übernimmt und was das Thema der jeweiligen Lektion ist. Diese Übersicht wird vom Projektleiter mit der Zuteilung der Hilfsleiter ergänzt.

Bei der ersten Durchführung empfiehlt sich ein ausführliches, persönliches Briefing aller extern Mitwirkenden. Diese Informationsveranstaltung zur Lektionsgestaltung wird bestenfalls von einer Fachperson durchgeführt, welche Ideen zur Förderung von intergenerativen Begegnungen gibt und aufzeigt, was bei so einer heterogenen Zielgruppe speziell zu beachten ist.

Die verschiedenen als Hilfsleiter fungierenden Personen sollten vor Adventsbeginn instruiert werden über den täglichen Lektionsablauf und ihren Aufgaben. Das Kreieren und Aushändigen einer Check-Liste hat sich bewährt (siehe Anhang).

Lektionsgestaltung

Der Fokus sollte bei Hopp-la Lektionen stets auf der gemeinsamen Bewegung liegen (für bewährte Musterlektionen siehe Anhang). Dank den bewegungsorientierten Begegnungen profitieren Jung und Alt auf unterschiedlichen Ebenen (sozial, emotional, physisch etc.). Durch Mut zur Lücke in der Planung und Raum für Kreativität sollen die Teilnehmer stets die Möglichkeit zur Mitbestimmung haben. Folgende Themen eignen sich gut als roter Faden einer Bewegungslektion: Weg des kleinen Eisbär Lars zum Nordpol, Schwungtuch, Samichlaus, kleine Glocken, Weihnachtsbaum schmücken, Weihnachtskugel, spanische Nüssli, Kerzen, Sterne, Tiere des Waldes, Reise nach Betlehem.

Vor allem extern Mitwirkende haben aber auch diverse andere Aktivitäten im Rahmen der „Bewegten Adventszeit“ realisiert. Hier einige Ideen:

Weitere Bewegungsaktivitäten: Chi Gong, Judo, Cricket, Kubb-Spiel, Zirkuslektion, Tanz, Spiel-Parcours, Ballspiele, Schach, Kreisspiele

Basteln / kreative Aktivitäten: Lampion, Lebkuchen dekorieren, Adventskranz schmücken, Teelichter bemalen, Baumschmuck basteln

Singen / Geschichten: Märchenstunde, gemeinsames Musizieren, Winterlieder singen, Hörspiel

Was die konkrete Gestaltung der ungefähr halbstündigen Aktivität anbelangte, haben die extern Mitwirkenden viel Freiraum. Die Aktivität sollte für alle Generationen ansprechend und auf verschiedene Voraussetzungen flexibel anpassbar sein. Vor allem das Miteinander der Generationen soll gefördert werden. Zudem können alle Aktivitäten auf irgendeine Art und Weise (z.B. rhythmische Bewegungen während dem Singen, Bastelmaterial als Staffettenform sammeln) mit Bewegung gekoppelt werden. Dies ist wichtig, da zum einen Bewegung Fokus der „Bewegten Adventszeit“ ist und zum anderen vielfach auch kalten Temperaturen entgegengewirkt werden muss.

4.2.5 RAHMENBEDINGUNGEN

Neben den personellen (siehe Kapitel 4.1 „Initiierung“) sollten vor dem Projektstart folgende Ressourcen abgeklärt werden.

Finanzielle Ressourcen

Finanzielle Mittel für Generationenprojekte müssen oft von Privatpersonen oder durch die öffentliche Hand bereitgestellt werden. Die zu erwartenden Kosten und Finanzierungsquellen sollten in einem Projektbudget dargelegt werden. In Basel konnten die Kosten auf Grund von hauptsächlich freiwilligem Engagement und der Mitwirkung von Studierenden tief gehalten werden.

Mit mehrheitlich ehrenamtlichem Engagement lässt sich der bewegte Adventskalender theoretisch mit einem finanziellen Aufwand von ca. CHF 1000 – 1500 umsetzen. Die Kosten im Bereich Material (ca. CHF 300.-) können tief gehalten werden, wenn die extern Mitwir-

kenden ihr eigenes Material mitnehmen. Auch sinnvoll ist, spezifisch Sponsoren zu suchen wie z.B. Papeterien für das Bastelmaterial oder ein Möbelgeschäft für die Regale (Kalender). Die Ausgaben für die Werbung (ca. CHF 400 – 800) hängen stark von den gewählten Medien ab. Das zusätzliche Aufstellen von A0 Plakaten zum Beispiel wäre ein grosser Kostenpunkt. Des Weiteren sollten ca. CHF 200 – 700 für Verschiedenes wie Spesen, Dankeschreiben oder Apéro einkalkuliert werden. Wichtig ist, dass vorgängig abgeklärt wird, ob alle Beteiligten ehrenamtlich mitwirken. Für das Apéro lohnt sich, lokale Bäckereien als Sponsor anzufragen, oder es selbst zu erstellen.

Räumliche Ressourcen

Parkanlagen eignen sich besonders gut als Durchführungsort. Im Idealfall hat es unterschiedliche Bereiche wie eine grosse Wiese mit Bäumen, einen Asphaltplatz und einige Spielgeräte, damit abwechslungsreiche Lektionen gestaltet werden können. Ein zusätzlicher, gedeckter Platz ist vor allem bei Regen oder Schneefall optimal. Einige Tische als Ablage-/Arbeitsfläche und Stühle als Sitzgelegenheiten für Senioren (beispielsweise von einem ortsnahen Café) sollten vorhanden sein.

Materielle Ressourcen

Optional: Für den grossen Adventskalender aus Basel ist folgendes (oder ähnliches) Material von Nöten: 2 Ikea KALLAX-Regale (1x 16 Fächer, 1x 8 Fächer), 8 Lenkrollen, farbige Zahlendeckblätter 1-24 (33x33cm) und diverses Dekorationsmaterial.

Das Kreieren eines Adventskranzes braucht einen grossen Kranz (Durchmesser ca. 40cm), Tannenäste, eine Baumschere, Draht, 4 Kerzen, Dekorationsmaterial.

Für intergenerative Bewegungsaktivitäten eignet sich folgendes Material besonders gut: Ballon, Doppelklöppel, Musik (vor allem bekannte, beliebte Oldies), Plastikreifen, Fallschirmtuch, Chiffontücher, weiche Bälle, Tennisringe, Reissäckchen oder Alltagsobjekte.

Je nach Durchführungsort braucht es Pavillons oder Ähnliches, die bei Regen oder Schneefall Unterstand bieten.

Optional: Falls Tee angeboten werden möchte, braucht es für den Ausschank verschiedene Teesorten (Beutel), Zucker, Rührstäbe und Pappbecher. Das heisse Wasser kann idealerweise bei einem ortsnahen Restaurant bezogen werden. In Basel wurden täglich zwei Thermoskrüge mit heissem und eine Pet-Flasche mit kaltem Wasser verwendet, damit die Temperatur reguliert werden konnte. Allenfalls würde sich aber auch eine Aufbewahrung des heissen Wassers in Chromstahlkrügen eignen.

Zeitliche Ressourcen

Vom 1. Dezember bis 24. Dezember wird täglich eine Adventslektion durchgeführt (in Basel hat sich 16:00 Uhr als geeignet herausgestellt). Für die jeweilige Vorbereitung sollten ungefähr 30 - 40 Minuten eingeplant werden. Die nach dem täglichen Ritual folgende Aktivität

dauert in der Regel zwischen 20 und 30 Minuten, je nach Kälteempfinden und Motivation der Teilnehmer. Anschliessend folgt das gesellige Beisammensein (evt. Teetinken) vor Ort.

4.3 UMSETZUNG

Projekttablaufplan

Tab. 2: Projekttablaufplan „Bewegte Adventszeit“

Nr.	Arbeitspaket	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember	Januar
1	Projektleitung							
1,1	Bewilligungen							
1,2	erste Kontaktaufnahme mit OK-Mitgliedern		• 01.08.					
1,3	erste OK-Sitzung -> Verteilung Arbeitspakete, Durchführungszeit & -ort bestimmen		• 15.08.					
1,4	Sponsorsuche							
1,5	zweite OK-Sitzung -> Detailplanung				• 15.10.			
1,6	Organisation Hilfsleiter							
1,7	Dankeschreiben							
1,8	OK-Reflektionstreffen							• 31.01.
2	Marketing							
2,1	Inseratanfrage an Zeitungen, Webseiten							
2,2	Kontaktaufnahme mit pot. extern Mitwirkenden							
2,3	Druck Werbematerial					• 01.11.		
2,4	Teilnehmer rekrutieren, Werbematerial verteilen							
3	Advents-Aktivitäten							
3,1	Erstellung Einsatzplan							
3,2	Planung der eigenen Lektionen							
3,3	Instruktion extern Mitwirkende					• 01.11.		
3,5	Gestaltung Adventskalender + Adventskranz					• 15.11.		
3,6	Instruktion Hilfstleiter					• 25.11.		
4	Durchführung							

Lektionsablauf

Ein besonderes Augenmerk wird auf das Kreieren von intergenerativen Begegnungen gelegt. Darum sollten vor jeder Lektion besonders ältere Personen vor Ort spontan zur Teilnahme an den Aktivitäten motiviert werden.

Als roter Faden des Adventsprojekts dient ein Einstiegsritual, welches an jedem Tag von einem Hilfsleiter durchgeführt wird. Dies beinhaltet ein akustisches Signal (Bsp. Glocke, Lied), Begrüßen der Teilnehmer, kurzes Vorstellen des Projekts, Anzünden der Kerzen auf dem Adventskranz, Öffnen des Adventsfensters, Vorlesen des Einstiegstextes und Bekanntgabe der Tagesaktivität. Bei der Ansprache sollte betont werden, dass man sich freuen würde, wenn

alle bis zum Schluss (und allenfalls Teetinken) bleiben würden. Anschliessend werden, falls vor Ort, die extern Mitwirkenden vorgestellt und ihnen die Leitung übergeben. Es ist wichtig, dass vor Beginn der eigentlichen Aktivität deren Dauer und Ablauf gut erklärt wird. Im Hauptteil sollen sich die unterschiedlichen Generationen nun beim gemeinsamen Bearbeiten einer für alle attraktiven und offenen Aufgabenstellung begegnen können.

Nach einem gemeinsamen Abschluss vor dem Adventskalender und der Bedankung bei den extern Mitwirkenden, empfiehlt es sich, die Lektion mit einem Angebot zu beenden, welches den sozialen Austausch und ein geselliges Beisammensein fördert. In Basel wurde dazu im Anschluss jeweils ein warmer Tee offeriert.

4.4 EVALUATION

Besucherstatistik

In der Statistiktable (siehe Anhang) werden die Komponenten Teilnehmeranzahl und -zusammensetzung, das Wetter und die Temperatur vermerkt. Es wird auch festgehalten, ob die Teilnehmer absichtlich für das Adventsprojekt kamen. Die Hilfsleiter füllen die Tabelle jeweils zu Beginn der Lektion aus.

Feedbacktabelle

Eine leere Feedbacktabelle (siehe Ausschnitt aus Word-Datei im Anhang) wird vor Beginn des Projekts für alle Hilfsleiter zugänglich gemacht (zum Beispiel via Dropbox). Die Feedbacktabelle dient zur Erhebung positiver und negativer Aspekte der Lektion. Zusätzlich sollen Schwierigkeiten aufgezeigt und weitere Anmerkungen zur Optimierung des Projekts festgehalten werden. Die Rückmeldungen werden jeweils vom Hilfsleiter gegeben, indem er im Anschluss an die Aktivität die Tabelle ausfüllt.

Beobachtungsbogen

Das Geschehen sollte auch ein paar Mal aus der Aussenperspektive betrachtet werden. Einer der Hilfsleiter sollte ein paar Mal als Aussenstehender vor Ort sein und sich anhand des Beobachtungsbogens (siehe Anhang) Notizen zu den Adventslektionen machen. Der Fokus liegt auf dem Verhalten der Teilnehmer, dem Charakter der Aktivität und der allgemeinen Organisation.

Fragebogen extern Mitwirkende

Die extern Mitwirkenden sollten zehn Tage nach Durchführung der Aktivität ein Dankesmail mit angehängtem Fragebogen (siehe Vorlage im Anhang) erhalten. Darin wird ihre Rückmeldung zur Vorbereitung, der Tagesaktivität und allgemein zum Projekt eingeholt. Ausblickend werden auch Fragen zu einer allfälligen Mitwirkung in Folgejahren gestellt.

OK-Reflexionstreffen

Ende Januar sollte eine Abschlusssitzung des Organisationskomitees stattfinden. Rückblickend werden diverse Themen wie die Anzahl der Sitzungen, Werbung, Aufgabenteilung, Zeit und Dauer der Lektionen und Teeausschank besprochen. Es findet ein Austausch über allgemeine Eindrücke zur „Bewegten Adventszeit“ statt und Verbesserungsvorschläge für Folgejahre werden zusammengetragen.

Abschlussbericht

Nach abgeschlossener Umsetzung und Evaluation werden die Ergebnisse, Produkte und Wissenserkenntnisse des Projekts nun in einer Projektdokumentation schriftlich festgehalten und veröffentlicht. Zusätzlich kann es zu einer Präsentation in Form von Referaten, Zeitschriftenartikel oder Ähnlichem kommen.

4.5 ANHANG LEITFADEN

4.5.1 PROJEKTDossier 2016



PROJEKTDossier

Bewegte Adventszeit im Schützenmattpark Basel 2016

Stiftung Hopp-La in Kooperation mit verschiedenen Partnern

hopp-La
Generationen in Bewegung

Organisationspartner



INHALTSVERZEICHNIS

1. STIFTUNG HOPP-LA	3
2. ADVENTSPROJEKT IM SCHÜTZENMATTPARK	3
ALLGEMEINE ANGABEN	3
PROJEKTBE SCHREIBUNG	4
ZIEL.....	4
UMSETZUNG.....	4
PROJEKTBEGRÜNDUNG.....	5

ÜBERSICHT: STIFTUNG UND PROJEKT

1. STIFTUNG HOPP-LA

Die Stiftung Hopp-la setzt sich für generationsübergreifende Bewegungs- und Begegnungszonen im öffentlichen und privaten Raum ein und fördert die gemeinsame Aktivität von Jung und Alt. Es sollen gesundheitsförderliche Lebenswelten für die Bevölkerung geschaffen werden. Zudem möchte die Stiftung Anreize geben, damit sich die unterschiedlichen Generationen wieder vermehrt im Freien bewegen. Im Fokus der gemeinsamen Aktivität von Jung und Alt stehen Bewegung, Spiel und Spass.

Im Basler Schützenmattpark wird ein intergeneratives Bewegungs- und Gesundheitsförderungsprojekt der Stiftung Hopp-la zusammen mit verschiedenen Partnern* als Pilot umgesetzt und fortlaufend evaluiert. Hierfür wurden neue Spiel- und Bewegungsgeräte realisiert, die von Erwachsenen und Kindern gemeinsam genutzt werden können. Zusätzlich finden in Kooperation mit lokalen Organisationen Kursangebote und Bewegungsaktivitäten für alle Altersgruppen statt.

Weiter Informationen: www.hopp-la.ch

* Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit der Universität Basel, Sportamt Basel-Stadt, Stadtgärtnerei

2. ADVENTSPROJEKT IM SCHÜTZENMATTPARK

ALLGEMEINE ANGABEN

Projekttitel	„Bewegte Adventszeit“ im Schützenmattpark Gemeinsam durch die kalte Winterzeit mit Bewegung, Spiel und Spass.
Stichworte	Public Health: Sport, Bewegung und Gesundheit Soziales: Generationenbeziehungen, Begegnungen
Durchführung	Basel-Stadt (Schützenmattpark)
Zeitlicher Ablauf	<ul style="list-style-type: none"> • 1. - 24. Dezember 2016 • Täglich von 16.15 – 16.45 Uhr • Eröffnungspéro am 1. Dezember • „Santichlaus-Spezial“ am 6. Dezember

PROJEKTDESCHEIBUNG

Eingebettet in das im Basler Schützenmattpark stattfindende Bewegungsförderungsprojekt der Stiftung Hopp-la, wird im Dezember in Kooperation mit verschiedenen Partnern ein Adventsprojekt umgesetzt. Dieses soll die Quartierbevölkerung mit Bewegung, Spiel und Spass durch die dunkle und kalte Winterzeit begleiten. Ab dem 1. Dezember finden jeden Tag von 16.15 – 16.45 Uhr Aktivitäten für Jung und Alt statt. Hierfür wird an jedem Adventstag ein Kalenderfenster geöffnet. Der Adventskalender im Schützenmattpark überrascht mit bewegten und kreativen Aktivitäten und ermöglicht neue Begegnungen. Es wird gemeinsam geturnt, gelacht, gebastelt, gesungen und vieles mehr. Die täglich angebotenen Adventsaktionen finden unter professioneller Leitung der Stiftung Hopp-la und ihren Partnern statt.

ZIEL

Das Projekt soll durch gemeinsame Bewegung und kreative Aktivitäten verschiedene Generationen und Kulturen zusammenführen. Das Quartier und der Schützenmattpark sollen zur Begegnungszone für Kinder, Familien, Senioren und Seniorinnen werden. Dabei stehen sowohl die körperliche Aktivität, wie auch der soziale Aspekt im Vordergrund. Zudem möchten wir die Bevölkerung motivieren, den Schützenmattpark auch in den kälteren Monaten aufzusuchen. Darüber hinaus sollen ortsansässige Geschäfte und Quartierorganisationen die Möglichkeit haben, sich an dem Projekt zu beteiligen und den bewegten Adventskalender mitzugestalten.

Umsetzung

- Gemeinsames Öffnen des Adventsfensters und Durchführung der entsprechenden Tagesaktivität
- Tägliche Aktion durchgeführt von der Stiftung Hopp-la und den mitwirkenden Organisationen
- Im Anschluss an die Aktivität gemütliches Beisammensein bei einem warmen Getränk

PROJEKTBEGRÜNDUNG

Die folgende Projektbegründung basiert auf der Evaluation der Durchführung im Dezember 2015.

Mit der ersten Durchführung des Adventsprojekts waren die internen und externen Akteure sowie die vielen Besucher sehr zufrieden. Es konnten erfreulicherweise zahlreiche positive Feedbacks der Teilnehmer, wie auch der Mitwirkenden, gesammelt werden. Die geglückte Durchführung zeigte sich auch in der Teilnehmerzahl. Gemäss Statistik waren jeweils 20 bis 48 Teilnehmer anwesend. Weitere Informationen zur statistischen Auswertung der letztjährigen Durchführung können bei der Stiftung Hopp-la eingeholt werden. Letztes Jahr konnten die Aktivitäten mehrheitlich planmässig durchgeführt werden. Jedoch brachte die Umsetzung vor Ort mehr Aufgaben mit sich als vorgestellt. Die hohe Teilnehmerzahl und die altersdurchmischte Gruppe benötigte mehr Betreuung als erwartet.

Für die Planung und Durchführung wurden verschiedene Institutionen und Vereine miteinbezogen, was die Zusammenarbeit im Quartier fördert. Dank dem wertvollen Einsatz der Mitwirkenden konnte ein abwechslungsreicher bewegter Adventskalender realisiert werden. Dies war eine Bereicherung für das Quartierleben rund um den Schützenmattpark. Die Verantwortung über die Lektion wurde den externen Akteuren übergeben und verlief tadellos. Sie wurden während der Planung von den Organisatoren der Stiftung Hopp-la beraten und während der Durchführung von ihnen unterstützt.

Dank der gelungenen letztjährigen Durchführung des Adventsprojekts haben Befragungen ergeben, dass die externen Partner wie auch die Besucher einen weiteren bewegten Adventskalender sehr schätzen würden. Da letztes Jahr die Mitgestaltung des Adventskalenders durch die externen Institutionen und Vereine ein positives Echo ergeben hat, sollen dieses Jahr noch mehr Mitwirkende eingebunden werden. Die Stiftung Hopp-la hat sich dieses Jahr zum Ziel gesetzt, sich noch mehr für das Quartierleben der Schützenmatten einzusetzen. Der bewegte Adventskalender soll eine Plattform für Basler Vereine und Institutionen bieten und ihnen so die Möglichkeit geben, ihr Angebot im Quartier zu präsentieren und bekannt zu machen.

Erfreulich ist, dass für dieses Jahr bereits folgende Partner für die eigene Gestaltung einer Aktivität zugesagt haben (weitere Anfragen sind noch offen):

- Schweizer Kubbverband
- Vitalina
- Judo Schule Nippon
- Sprachhaus M
- Caroline's school of life
- Robi-Spiel-Aktionen / Tagesstruktur Gotthelf
- Kendo Club Basel Kenyukan
- Alterszentrum Holbeinhof
- Alterszentrum Weiherweg
- Cricket Club Basel
- ASK Basel
- Leiter einer Parcours Gruppe Basel
- Psychomotorik Therapeutin

Es wird erneut eine hohen Teilnehmerzahl sowie eine altersdurchmischten Gruppe erwartet. Dies weil die Parkbesucher aufgrund der letztjährigen Durchführung sensibilisiert sind und die Stiftung Hopp-la den Parkbesuchern bekannt ist. Zudem wird die Mitwirkung der verschiedenen externen Partner die Quartierbevölkerung noch mehr anziehen. Dies fordert für dieses Jahr eine Optimierung der Anzahl des Personals. Geplant ist, dass täglich mindestens zwei Personen von Hopp-la vor Ort sein werden. Des Weiteren wurde die Schlechtwettervariante überdenkt. Für die regnerischen Tage stellt das Jugendzentrum Neubad Zelte zum Gebrauch bereit.

PROJEKTORGANISATION

Die Projektplanung und -koordination wird von Seiten der Stiftung Hopp-la als kostenloses Dienstleistungsangebot übernommen. Zudem unterstützen Studierende des Departements für Sport, Bewegung und Gesundheit der Universität Basel im Rahmen von Learning Contracts und einer Bachelorarbeit die Stiftung. Ihre Arbeitsstunden werden nicht ausbezahlt sondern mit Kreditpunkten entgeltet. Nebst der Projektplanung und -koordination sind sie für die Evaluationen (statistische Erfassung der Teilnehmerzahl, Zufriedenheit der Teilnehmer, Inhalte der Aktivitäten usw.) verantwortlich.

4.5.2 MUSTERBEISPIELE FÜR DIE ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

Flyer

Bewegte Adventszeit
im Schützenmattpark

hopp-La

Ab 1. Dezember täglich um 16.15 Uhr

hopp-La
Generationen in Bewegung

Die Stiftung Hopp-la mit Partnern lädt Sie zu einer **bewegten Adventszeit** ein. Kommen Sie vorbei, wenn täglich ein Fenster des Bewegungsadventskalenders geöffnet wird und nehmen Sie an der gemeinsamen Aktivität teil (kostenlos und ohne Anmeldung).

Jeweils im Anschluss (ca. 16.45 Uhr) offerieren wir Ihnen ein warmes Getränk.

Wo Schützenmattpark Basel

Wann 1. bis 24. Dezember 2016, täglich um 16.15 Uhr

Was Es wird gemeinsam geturnt, gelacht, gebastelt, gesungen und vieles mehr

Wer Alle Generationen von Jung bis Alt

www.hopp-la.ch Hier finden Sie weitere Informationen.

Ein Angebot der Stiftung Hopp-la mit Partnern: Jugendzentrum Neubad, MIKADO, Caroline's school of life, Basel City Kubb, Frauenturnverein St. Marien, Robi-Spiel-Aktionen, Cricket Club Basel, Pflegeheim Holbeinhof, HEKS: Vitalina, e9: Jugend & Kultur, Judo Schule Nippon Basel, ParkourONE, Sprachhaus M, ASK Basel, Die Schulschachprofis, Alterszentrum Weiherweg, GTV Basel

DSBG
Dachverband für Sport, Bewegung und Gesundheit

40
Stadtssekretariat
BASEL-WEST

mittagstisch
basel-west

NQVB-H
NEUTRALER
QUARTIERVEREIN
BACHLETTEN-HOLBEIN

Plakat

Bewegte Adventszeit
im Schützenmattpark

hopp-La
Generationen in Bewegung

Wo Schützenmattpark Basel
Wann 1. bis 24. Dezember 2016, täglich um 16.15 Uhr
Was Es wird gemeinsam geturnt, gelacht, gebastelt, gesungen und vieles mehr
Wer Alle Generationen von Jung bis Alt

Jeweils im Anschluss (ca. 16.45 Uhr) offerieren wir Ihnen ein warmes Getränk.

Die Stiftung Hopp-la mit Partnern lädt Sie zu einer bewegten Adventszeit ein. Kommen Sie vorbei, wenn täglich ein Fenster des Bewegungsadventskalenders geöffnet wird und nehmen Sie an der gemeinsamen Aktivität teil (kostenlos und ohne Anmeldung).

www.hopp-la.ch Hier finden Sie weitere Informationen.

Ein Angebot der Stiftung Hopp-la mit Partnern: Jugendzentrum Neubad, MIKADO, Caroline's school of life, ASK Basel, BaselCity Kubbe, Frauenturnverein St. Marien, Robi-Spiel-Aktionen, Cricket Club Basel, HEKS: Vitalina, e9: Jugend & Kultur, Judo Schule Nippon Basel, ParkourONE, Sprachhaus M, Pflegeheim Holbeinhof, Die Schulschachprofis, Alterszentrum Weiherweg, GTV Basel

DSBG
Department für Sport, Bewegung und Gesundheit

40
Stadtssekretariat
BASEL-WEST

mittagstisch
basel-west

NQVB-H
NEUTRALER
QUARTIERVEREIN
BACHLETTEN-HOLBEIN



«hopp-la», ein Adventskalender

Der Winter ist einladend. Vor allem für Stubenhocker. Wenn die Luft klirrt, die Bäume knarren und der Atem haucht, dann ist Winterzeit. Wenn die Lichter locken, die Kinderaugen leuchten und der Glühwein wärmt. Dann ist Adventszeit. Zeit für etwas Bewegung und Begegnung im Schützenmattpark. Zum Beispiel. Dort wird geturnt, gelacht, gebastelt und gesungen. Hopp-la?

Seit im Schützenmattpark beim Spielplatz vor dem Pavillon diese neuen, lustigen und sehr beweglichen Geräte aufgebaut sind, werden auch Bewegungskurse für alle Generationen angeboten. Die Stiftung hopp-la wurde durch dieses Pilotprojekt, eine Masterarbeit, überhaupt erst gegründet. Massgeblich hat die ehemalige Sportstudentin Debora Wick sich von Professor Zahner und seiner Begeisterung für die generationsübergreifenden Bewegungsmöglichkeiten anstecken lassen. Und solche Ansteckungen sind sehr positiv zu bewerten. Schliesslich führen diese Symptome zu grandiosen Projekten.

Die bewegte Adventszeit

Die Vorweihnachtszeit hält ein paar trickreiche Versuche bereit. Zum Beispiel diese hervorragend schmeckenden Mailänderli, Brunzli, Spitzbuebe und andere Leckereien. Dagegen gibt es fast kein Mittel, um diesen Verführungen zu entgehen. Aber es gibt ein Mittel gegen ein schlechtes Gewissen und Kilos. Jawoll. Die Stiftung «hopp-la» hat sich nämlich mit Partnern eine Aktion überlegt, die «bewegte Adventszeit» heisst. Wie der Name schon sagt, soll sich da irgendjemand bewegen. Aber wohin? Ach, in den Schützenmattpark?

Wo	Schützenmattpark Basel
Wann	1. bis 24. Dezember, täglich um 16.00 Uhr
Was	Es wird gemeinsam geturnt, gelacht, gebastelt, gesungen und vieles mehr
Wer	Alle Generationen von Jung bis Alt, alleine oder in Begleitung

Adventskalender in Bewegung

Vom 1. bis zum 24. Dezember wird täglich um 16 Uhr ein Türchen geöffnet. Und zwar ein Bewegendes. Immer um 16 Uhr geht es los mit dem gemeinsamen Turnen, Lachen und Basteln. Es kann und wird auch gesungen werden. Denn da, wo die Alten singen, ist auch Platz für die Jungen. Zudem wird ab halb sechs ein wärmendes Getränk spendiert. Dies ist doch eine echt erwärmende und bewegende Aktion, die kaum jemand ausschlagen will. Oder kann. Na dann, hopp-la und los!

www.hopp-la.ch

Christian Wehrli

4.5.3 INFO-SHEET 2016 FÜR EXTERN MITWIRKENDE



Basel, 08.05.2017

Info-Sheet

Liebe Mitwirkende der bewegten Adventszeit

Die Adventszeit rückt näher und wir freuen uns bereits riesig darauf, den Bewegungsadventskalender mit Euch zusammen umsetzen zu können!

Zur Übersicht eine kurze Beschreibung des täglichen Ablaufs:

Zeit	Wer / Was	Ablauf / Organisation
15:45	Vorbereitung: (durch Hopp-la)	- Hopp-la Fahne aufstellen - Kalender (aus Ikea-Regal gebastelt) & Material für Lektion vorbereiten - Flyer auflegen (kleiner Tisch)
16:15	Hopp-la: Begrüssung, Einstieg → Kalender-Ritual (Tagesaktivität bekannt geben)	- Zusammenkommen beim Adventskalender (vor dem Pavillon) - Vorstellung der Personen & des Projekts/Begrüssung - Adventsfenster öffnen & Einstiegstext vorlesen (Ritual) - Mitwirkende vorstellen und Übergabe der Leitung
Ca. 16.20	Mitwirkende: Durchführung der Aktivität	- Gruppe organisieren (gesamte Gruppe zusammen oder allenfalls mehrere Gruppen machen). Kinder und Erwachsene möglichst „mischen“
16:45	Schluss: Einladung zum Tee trinken	- Alle beim Kalender zusammenkommen - Gemeinsames Teetrinken im Park (von Hopp-la organisiert)

Hier noch einige Punkte, die Ihr bei der Planung Eurer Aktivität berücksichtigen solltet:

- Dauer der Aktivität: ca. 30 Minuten. Bei kaltem und/oder nassem Wetter die Aktivität auf 20min verkürzen.
- Aktivität muss für alle Generationen geeignet und ansprechend sein und auf verschiedene Voraussetzungen angepasst werden können (Kinder, Senioren, Familien, Gruppen, Einzelpersonen etc.).
- Die Aktivität sollte möglichst das Miteinander der Generationen fördern (gemeinsames Ausführen einer Aufgabe/Aktivität)
- Flexibilität, da wir keine Teilnehmerzahl wissen
- Bei sehr schlechter Witterung besteht die Möglichkeit, Pavillons der JuAr Basel (2 Stck. à 3x3m) aufzubauen. Grundsätzlich besteht das Ziel jedoch darin, draussen aktiv zu sein.
- Passend zu Eurer Aktivität dürft Ihr das zugehörige Adventsfenster (Fach im Ikea-Regal) gestalten. Die Abdeckung mit der entsprechenden Zahl wird von Hopp-la organisiert. Für alle weiteren Deko-Materialien seid Ihr selbst verantwortlich.

Das Projekt wird mit A6-Flyern beworben, auf welchen Ihr namentlich aufgeführt werdet (sofern die Zusage rechtzeitig erfolgt). Euer Logo wird auf unserer Website, www.hopp-la.ch, aufgeführt.

An dieser Stelle möchten wir Euch herzlich einladen, am **1. Dezember** an unserer ersten Aktivität und dem anschliessenden **Apéro** teilzunehmen.

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit und bedanken uns schon jetzt für Eure Mithilfe!

Stiftung Hopp-la – Mittlere Allee 18 – 4052 Basel
E-Mail: info@hopp-la.ch – Telefon: +41 76 545 81 27 – www.hopp-la.ch
IBAN: CH48 0483 5253 0376 7100 0

9. Dezember 2016

Hochverehrts Publikum,
de Vorhang god gli uf.
D' Trommelwirbel ghört me scho,
jetz passet guet uf.

Wöu mer gönd höt in Zirkus!



hopp-La
Generationen in Bewegung

**rob
aktlonen**
sp^{el}

4.5.5 CHECK-LISTE 2016 FÜR HILFSLEITER



Basel, 01.12.2016

Check-Liste für Leiterperson Hopp-la

Beschreibung des täglichen Ablaufs:

Zeit	Was	Ablauf / Organisation
15:45	Vorbereitung	<ul style="list-style-type: none"> - (bei schlechtem Wetter beide 3x3 Pavillons aufstellen) - Hopp-la Fahne aufstellen - 2 kleine + 1 grosser Tisch aufstellen (Schlüssel bei Lucio) - Kalender & Adventskranz rechts vor dem Pavillon aufstellen - Flyer (Hopp-la Fit + Adventskalender) & Interessententabelle auf den einen, Kranz auf den anderen kleinen Tisch (Zeitung als Kratz-Schutz unterlegt) - 3 Thermoskannen mit heissem Wasser (vom Pavillon) füllen - Becher, Teebeutel (versch. Auswahl), Zucker, Rührstäbli, Abfallbehälter bereitlegen
16:00	Eintreffen Mitwirkende	<ul style="list-style-type: none"> - Die Mitwirkenden dekorieren Kalenderfenster von diesem Tag - allenfalls Material für Lektion vorbereiten
16:10	Animieren	<ul style="list-style-type: none"> - Rundgang durch den Park. Leute spontan zum Mitmachen auffordern
16:15	Begrüssung, Einstieg	<ul style="list-style-type: none"> - Zusammenkommen beim Adventskalender - Begrüssung / sich selbst & das Projekt vorstellen - Kerzen auf Kranz anzünden - Erwähnen, dass Pilotprojekt von Uni evaluiert wird und daher Frage stellen: „Wie viele von Euch wussten davon und sind mit Absicht in den Park gekommen bzw. wer ist zufällig hier?“ -> Handzeichen - Ritual: Adventsfenster öffnen, Einstiegstext vorlesen/zeigen, Tagesaktivität bekannt geben - Mitwirkende vorstellen und Ihnen die Leitung übergeben
Ca. 16.20	Tagesaktivität	<p>Mitwirkende:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gruppe organisieren (gesamte Gruppe zusammen oder allenfalls mehrere Gruppen machen). Kinder und Erwachsene möglichst „mischen“ - Durchführung der Aktivität - Dauer 30 min. (bei schlechtem Wetter kürzen) <p>Hopp-la:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Teeausschank auf dem grossen Tisch anrichten - Besucherstatistik ausfüllen - Foto der Tagesaktivität machen -> Personen dürfen nicht erkennbar sein - den Mitwirkenden bei der Durchführung assistieren

Zeit	Was	Ablauf / Organisation
16:45	Abschluss	- Alle beim Kalender zusammenkommen - Bedankung bei Mitwirkenden - Teilnehmer zum gemeinsamen Teetrinken einladen
	Teetrinken	- den Mitwirkenden Merci-Schoggi (ist in der Kiste deponiert) als Dankeschön überreichen
Ca. 17:15	Aufräumen	- Kalender: Deckblatt (Zahl) im Fächli an der Rückwand befestigen, Einstiegstext an Seitenwand oder auf Boden kleben - in Kiste: Fahne, Teekannen & -utensilien, Mäppli mit Unterlagen (Flyer, Interessentenliste, Statistik) - auf Pavillonrückseite an Fensterfront: Adventskalender, Kranz - Tische allenfalls putzen, wieder zurückstellen & abschliessen - Garage Jugl (Schlüssel in Hopp-la Kiste): Pavillons
Zu Hause	Feedback	- allgemeine Beobachtungen im internen Feedbackbogen auf der Dropbox festhalten

Hier noch einige allgemeine Punkte:

- Bei sehr **schlechter Witterung** bitte spätestens um **15:30** im Park sein, damit ihr genug Zeit habt, die Pavillons aufzustellen und alles vorzubereiten.
- Siehe Fotos auf Dropbox zur Illustration von Auf- & Abbau
- Kontakt bei Unklarheiten oder Zwischenfällen:
Valeria 078 717 13 18
Sarah 079 818 42 58
(Debora 076 545 81 27)

Bereits jetzt herzlichen Dank für eure Mithilfe und viel Vergnügen bei der Durchführung!

4.5.6 MUSTERBEWEGUNGSLEKTIONEN

Schwungtuch

Bewegte Adventszeit				
Bastel-/Bewegungsstunde: Schwungtuch				
Datum:		Zeit:	Hauptleiter:	Hilfsleiter: -
Zeit	Lektionsphase	Ablauf/Organisation	Inhalt	Material
7'	Begrüßung, Einstieg	Zusammenkommen vor Adventskalender, Vorstellung der Personen & Projekt, Adventsfenster öffnen, Einstiegstext vorlesen. Personen auf verschiedene Tücher verteilen	Begrüßung, Ablauf erklären	Gegenstand Adventsfenster
5'	Hauptphase Schwungtuch	In der Gruppe (ca. 6 Personen pro Schwungtuch) Generationsen durchmischen, sprich Kinder und Senioren gleichermaßen auf Schwungtuch verteilen	Fliegenpilz: alle halten das Schwungtuch in der Hand. ST möglichst hoch schwingen und wieder senken lassen. Variation: – Tuch am höchsten Punkt loslassen und wieder auffangen. – Tuch am höchsten Punkt loslassen und einmal in die Hände klatschen	4 Schwungtücher, 4 Tennisbälle, 4 Fussbälle,
5'			Plätze tauschen: vorher bestimmte Personen versuchen unter dem ST die Plätze zu tauschen. Kinder tauschen Plätze bei „Post“ Erwachsene bei „Auto“	Lied Parkingmeter Böxli!
5'			Ball rollen und springen lassen: den Ball auf dem ST rollen und springen lassen ohne das der Ball vom Tuch fällt. Variation: – zwei Schwungtücher zusammen. Ball hin und her geben	
5'			Ball in der ganzen Gruppe übergeben: alle ST bilden einen Kreis. Distanz so wählen, dass der Ball vom einen ST zum anderen übergeben werden kann. Ball im Kreis übergeben. Variation: – überkreuz – 2 Bälle auf einmal	
			Weiter Möglichkeiten (je nach Zeit) • Mini Farb und dini: Singen und bewegen • Tuch spannen und im Kreis weitergeben • Tennisbälle durch das Loch in der Mitte versenken • Aufträge geben: Alle, die im Januar Geburtstag haben, rennen 1x um das Tuch etc.	Mini Farb und dini, das git zäme zwe, wärets drü vier füüf sächs sibe, wo gern wettet zäme blibe gits en Rägeboge wo sich cha lo gseh, gits en Rägeboge wo sich cha lo gseh.
3'	Schlussphase	Alle zusammenkommen, Info weiterer Verlauf	Einladung zum Teee	

Samichlaus

Bewegte Adventszeit

Bastel-/Bewegungsstunde: Geräte, Postenlauf

Datum:

Zeit:

Hauptleiter:

Hilfsleiter:

Zeit	Lektionsphase	Ablauf/Organisation	Inhalt	Material
5'	Begrüssung	Zusammenkommen vor Adventskalender, Leiter vorstellen, Adventsfenster öffnen, Einstiegstext vorlesen, Ablauf erklären. Jeder Person ein Säckli verteilen.	Begrüssung, Ablauf erklären 3 Posten, wobei man Schoggi, Manderinli und Nüssli einsammeln kann.	Adventsgegenstand, Einstiegstext
10'	Hauptphase	2 Gruppen. Beide Gruppen beginnen mit „Wo isch de Samichlaus“. Dann eine Gruppe beginnt mit Stafette andere Gruppe mit Würfelspiel. Nach 10' min wechseln.	Postenlauf 1. Wo isch de Samichlaus? Zu dritt zusammen. Person A steckt Samichlaus in die Erde. Person B hat die Augen verbunden und sucht den Samichlaus. Person C führt Person A zum Samichlaus mit Angaben wie geradeaus, rechts, links etc. Wechseln.	Samichlaus-Schoggi-Lolli, Tuch (Augen verbinden)
7'			2. Schoggi-/Manderinli-Stafette 4-6 Personen zusammen. Stafette mit Schoggi und Manderinli einsammeln. Wer hat zuerst alles eingesammelt? 3. Würfelspiel	Schoggiplättli, Manderinli

7'			je nach gewürfelter Zahl, Ring/Ball/ Indijacka/Tannenzapfen mal 2 passen. Die Zahl, welche gewürfelt wurde, entspricht der Anzahl Nüssli, welche man erhält. Bsp. Es wird die 5 gewürfelt. Dann mal 2 = 10 Pässe. 5 Nüssli pro Person dürfen eingesammelt werden. Würfel, Zahl: 1 Ring rollen 2 Indijacka werfen 3 Tannenzapfen werfen 4 Ball mit Fuss passen 5 Ring werfen 6 Ball werfen	
1'	Schlussphase	Zusammen kommen	Einladung Tee trinken	

4.5.7 VORLAGEN FÜR EVALUATION

Besucherstatistik

Datum	Anzahl Kinder	Anzahl Erwachsene/ Eltern	Anzahl Senioren	Teilnehmer (total)	# Gruppen (Grösse der Gruppe auch angeben)	vom Total sind wie viele Pers. mit Absicht gekommen?	Wetter trocken? Ja / nein	Temperatur (°C)
1.12.								
2.12.								
3.12.								
4.12.								
5.12.								
6.12.								
7.12.								
8.12.								
9.12.								
10.12.								
11.12.								
12.12.								
13.12.								
14.12.								
15.12.								
16.12.								
17.12.								
18.12.								
19.12.								
20.12.								
21.12.								
22.12.								
23.12.								
24.12.								

Ausschnitt aus Feedbacktabelle 2016

Bewegte Adventszeit 2016

Feedbacks (Ablauf, Organisation, Umsetzung, Rückmeldungen TN etc.)

Bitte macht jeweils kurz eine Notiz, wie gut sich die Hopp-la Philosophie „Begegnungen zwischen den Generationen zu schaffen“ umsetzen liess. Was war diesbezüglich gut und was eher schwierig und warum.

Datum	Positives	Negatives	Schwierigkeiten	Allgemeine Anmerkungen
Do 1.12	<ul style="list-style-type: none"> - Grosse, altersdurchmischte Gruppe - Musik ist ein sehr gutes Mittel, um Menschen in Bewegung zu bringen - Gute Stimmung - Jeder konnte irgendwie mitmachen - Viele positive Feedbacks - Keine Sitzgelegenheiten für Senioren - Gewisse Übungen (bei Musikstopp gemeinsam auf einen Ring stehen) waren gut geeignet, um intergenerative Kontakte zu schaffen 	<ul style="list-style-type: none"> - Einige sind während Ansprachen gegangen - Einige sind gleich nach der Aktivität gegangen → Gut herausspüren, wann Aktivität beendet werden sollte - Die Ansprachen waren nicht hörbar. - Den intergenerativen Kontakt könnte man noch bewusster schaffen (siehe Anmerkungen) 		<p>Ansprachen möglichst kurz halten</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hopp-la (Debi) - NQVB-H (Johanna) - Jugli (Alena) <p>Erhöht stehen oder mit Mikrofon.</p> <p>Versuchen einen intergenerativen Schwerpunkt setzen. Z. B.: den Ball sollte immer von einem Kind zu einem Erwachsenen bzw. von einem Erwachsenen zu einem Kind gepasst werden. Genug Sitzgelegenheiten vorbereiten und darauf aufmerksam machen.</p>
Fr 2.12	<ul style="list-style-type: none"> -Mikado -Grosse, altersdurchmischte Gruppe -Motivation 10 min vor Aktivitätsbeginn hat noch viele spontan mitzumachen angeregt -Gute Stimmung, gutes Wetter -Erstaunlich wie «fremde» Leute gemeinsam Schaufensterbilder gestalten können -viele sind zum Tee geblieben 	<ul style="list-style-type: none"> -Das Adventsfenster wurde nicht dekoriert (nur ein Brief mit «Mikado» drauf) 	<ul style="list-style-type: none"> -Teewasser war sehr heiss -> Habe es noch ein wenig «Auskühlen» lassen 	

Beobachtungsbogen

Basel 3.12.16

Beobachtungsbogen «Bewegte Adventszeit»

Skala: 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 4 (trifft voll und ganz zu)

Teilnehmer

Die Teilnehmer haben Spass.

Es kommt zu Interaktionen zwischen verschiedenen Generationen.

Die Senioren nehmen aktiv teil.

Die Erwachsenen nehmen aktiv teil.

Die Kinder nehmen aktiv teil.

Die Teilnehmer bleiben die ganzen 30min der Aktivität.

Die Teilnehmer bleiben zum anschliessenden Teetrinken.

Tagesaktivität

Die Aktivität ist dem Niveau der jungen Teilnehmer angepasst.

Die Aktivität ist dem Niveau der älteren Teilnehmer angepasst.

Die Aktivität scheint für die Teilnehmer attraktiv zu sein.

Die Aktivität ist für die jüngeren Teilnehmer herausfordernd.

Die Aktivität ist für die älteren Teilnehmer herausfordernd.

Die Aktivität ist generationengerecht (Kooperation/Interaktion gefragt, dem Niveau aller entsprechend, hoher Aufforderungscharakter/ spassig).

(Insbesondere bei den Älteren) waren Hemmschwellen vorhanden.

Organisation

Die Durchführung (Ablauf etc.) hat gut funktioniert.

Die Instruktion war für die Teilnehmenden auf Anhieb verständlich.

Die Aktivität war für gewisse Teilnehmer aus sicherheitstechnischen Gründen problematisch.

Bemerkungen (Feedbacks/Äusserungen der Teilnehmer, Schlüsselerlebnisse)

Fragebogen extern Mitwirkende

Basel, 09.05.2017



Evaluation «Bewegte Adventszeit»

Liebe Mitwirkende der bewegten Adventszeit

Damit der Leitfaden für eine erneute Durchführung des Projekts allen Beteiligten gerecht wird, sind wir dankbar für Ihre Rückmeldung. Bitte füllen Sie daher folgenden Fragebogen aus und retournieren Sie ihn uns per Mail (oder Post). Vielen Dank!

.....

Name:

Code/ID:

Organisation / Stiftung / Verein:

Adventsfenster (Tag / Aktivität):

Bitte beantworten Sie nachfolgende Fragen nach diesem Raster:

- a: trifft überhaupt nicht zu
- b: trifft eher nicht zu
- c: trifft eher zu
- d: trifft voll und ganz zu

Vorbereitungen

1	Die erste Kontaktaufnahme mit Projektdossier und Info-Sheet war ausreichend informativ und ansprechend.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d
2	Anhand des Info-Sheets wusste ich, was genau meine Aufgaben sein werden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d
3	Der Ablauf: Erste Kontaktaufnahme durch Valeria Vitti, Zusage, Terminfindung und weitere Absprache mit Sarah Ruckstuhl war für mich gut verständlich und angenehm.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d
4	Das namentliche Erwähnen auf dem Flyer/Plakat und die Möglichkeit, das eigene Logo auf der Hopp-la Webseite hochschalten zu lassen, war für mich eine angemessene Publikation der Zusammenarbeit.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d

Stiftung Hopp-la – Mittlere Allee 18 – 4052 Basel
E-Mail: info@hopp-la.ch – Telefon: +41 76 545 81 27 – www.hopp-la.ch
IBAN: CH48 0483 5253 0376 7100 0

Tagesaktivität

5	Ich fühlte mich vor der Aktivität gut informiert, alles war klar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d
6	Das eigene Gestalten des zugehörigen Adventsfensters war für uns eine gute und passende Möglichkeit, um zusätzlich auf uns aufmerksam zu machen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d
7	Die Durchführungszeit (16:15) war angemessen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d
8	Die Dauer der Aktivität (30min) war angemessen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d
9	Die Infrastruktur (draussen im Park, bei Regen unter einem Zelt) war geeignet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d
10	Es war für mich hilfreich, dass sich die Leitperson von Hopp-la um die tägliche Vorbereitungen und das Rahmenprogram gekümmert hat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d
11	Es ist nicht zwingend notwendig, dass jemand von Hopp-la vor Ort ist. Wir hätten die Adventsaktion auch alleine durchführen können.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d
12	Das Durchführen der Tagesaktivität mit Jung & Alt hat mir Freude bereitet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d
13	Das anschliessende Beisammensein inkl. Teetrinken würde ich auch in einem Folgejahr beibehalten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		a	b	c	d

14) War es für Sie schwierig, unseren Ansprüchen gerecht zu werden (möglichst intergenerative Begegnungen fördern, Aktivität für alle Altersgruppen durchführbar etc.)? Was waren die grössten Herausforderungen?

Ausblick

15) Ich könnte mir vorstellen, bei einer erneuten Durchführung wieder a b c d mitzuwirken.

Falls Sie erneut mitwirken möchten (Antwort 15c oder 15d): Wäre dies in einer ähnlichen Form, oder würden Sie etwas anders machen?

Falls Sie sich eine erneute Teilnahme nicht vorstellen können (Antwort 15a oder 15b): Was sind die Gründe dafür?

16) Die erste Kontaktaufnahme bezüglich einer erneuten Mitwirkung wäre für mich zu folgendem Zeitpunkt (Monat) ideal:

Allgemein

Wie oft haben Sie selber teilgenommen?

Wie haben sie die bewegte Adventszeit wahrgenommen (Feedbacks von (Vereins-) Mitgliedern, Teilnehmern, Bekanntheit im Quartier etc.)?

Das fiel mir besonders positiv auf:

Das fiel mir besonders negativ auf:

Sonstige Bemerkungen (Verbesserungsvorschläge etc.):

5 DISKUSSION

Durch die Literaturrecherche tauchten einige wichtige Punkte in Bezug auf Generationenprojekte auf, die bei den ersten zwei Durchführungen zu wenig beachtet wurden. Der entstandene Leitfaden basiert somit auf den Erfahrungen aus der „Bewegten Adventszeit“ 2015 und 2016, welche mit den Erkenntnissen aus der Literaturrecherche ergänzt wurden. Die ersten zwei Durchführungen des Projekts „Bewegte Adventszeit“ in Basel waren alles in allem ein Erfolg. Es durften viele positive Rückmeldungen von Seiten der Kooperationspartner und der Bevölkerung entgegengenommen werden. Dies garantiert jedoch nicht, dass das Projekt auch in anderen Städten Anklang finden wird. Falls grundsätzlich Interesse an einer Durchführung vorhanden ist, muss der allgemeine Leitfaden vielleicht ortsspezifisch an die dort limitierenden Ressourcen weiter angepasst werden.

In einem ersten Schritt wurde die Durchführung und Evaluation der „Bewegten Adventszeit“ im Jahr 2016 kritisch reflektiert und die daraus gewonnenen Erkenntnisse festgehalten (Kapitel 5.1). Für die weitere Diskussion des Projekts (Kapitel 5.2) wurden die Ergebnisse der Literaturrecherche zum Thema Generationenprojekte (Kapitel 2) hinzugezogen. Somit resultierte im Rahmen dieser Bachelorarbeit schlussendlich ein Leitfaden für die Planung und Umsetzung der „Bewegten Adventszeit“ (Kapitel 4).

5.1 DURCHFÜHRUNG „BEWEGTE ADVENTSZEIT“ 2016

Initiierung

Das Zusammenstellen der Projektgruppe war einfach, da die Mitglieder der ersten Durchführung auch dieses Mal wieder mit dabei waren und mehrheitlich die gleichen Aufgaben übernahmen wie im Jahr 2015. Erfreulich ist auch, dass alle im August 2017 wieder für eine erneute Mitwirkung kontaktiert werden dürfen. Ein weiterer Vorteil war, dass auf die Unterstützung von zwei Studentinnen gezählt werden durfte, welche bereits bei der Planung und Durchführung der ersten „Bewegten Adventszeit“ dabei waren. Zudem brauchte es tendenziell weniger Hilfsleiter, da Hopp-la nur fünf Lektionen selbst gestaltete.

Vorgehen und Arbeitskoordination

Im Aufgabenbereich der Projektleitung konnten folgende Aspekte beobachtet werden: Dieses Jahr kümmerten sich vor allem zwei Personen, in regelmässiger Absprache mit der Geschäftsführerin, um die Planung und Durchführung der „Bewegten Adventszeit“. Dabei übernahm die eine die Hauptkoordination und delegierte Aufgaben an die andere ab. Dies erleichterte die Hopp-la interne Koordination und den Informationsaustausch enorm. Da das Organisationskomitee aus denselben Mitgliedern wie im Vorjahr bestand, waren dort nicht mehr viele Absprachen notwendig. Eine OK-Sitzung vor der Umsetzung und gelegentlicher

Mailkontakt mit der Projektleiterin reichte, um die definitiven Anpassungen des Projektablaufs und Aufgabenverteilung zu bestimmen. Für die nächste Durchführung empfiehlt sich, Anfangs September eine erste OK-Sitzung durchzuführen, an der die für die Werbung notwendigen Eckdaten (Datum, Ort, Zeit) und die Sponsorsuche besprochen werden können. Die Sponsorsuche und die Verfassung des Projektdossiers gestaltete sich bei der zweiten Durchführung in Basel natürlich deutlich einfacher und nahm wenig Zeit in Anspruch, da sehr vieles aus dem Vorjahr übernommen werden konnte. Durch die erneute interne Organisation des Apéros, konnten die Kosten tief gehalten und den Teilnehmern, Sponsoren und Mitwirkenden ein Dankeschön dargebracht werden.

In Bezug auf Marketing und Kommunikation ist folgendes zu erwähnen:

Das Verwenden des gleichen Flyers sorgte für einen wünschenswerten Wiedererkennungswert. Jedoch sollte in Zukunft die Projekt-Version allenfalls nummeriert (Bsp. „Bewegte Adventszeit 3“) oder die Hintergrundfarbe auf Flyer/Plakat geändert werden, damit die Bevölkerung nicht den Eindruck bekommt, dass das Programm genau das gleiche wie im Vorjahr ist. Im Dezember 2016 haben vereinzelt erwachsene und ältere Teilnehmer geäußert, dass sie die „Bewegte Adventszeit“ mit dem täglichen Öffnen eines Adventsfensters, den Überraschungsaktivitäten und dem kindlichen Charakter (vor allem Zeichnung) des Werbematerials eher als ein Projekt für Kinder aufgenommen haben. Und dies, obwohl sie durchaus wussten, dass hinter Hopp-la der generationsübergreifende Leitgedanke steckt. Es wäre interessant zu wissen, ob es auch anderen so geht. Die Art und Weise der Ausschreibung / Formulierungen für Folgejahre sollte überdenkt werden. Die generationsübergreifende Vorstellung könnte in die Zeichnung integriert werden, indem zum Beispiel noch eine Grossmutter, ein Jugendlicher und ein Kleinkind neben den Adventskalender gemalt werden. Schliesslich sollte sich wirklich die ganze Zielgruppe beziehungsweise alle Generationen angesprochen fühlen. Zudem sollte im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit vermehrt auch der Nutzen des Projekts verbreitet werden. Auch in diesem Jahr nahmen kaum Jugendlichen an den Advents-Aktivitäten teil. Eventuell könnten diese durch Werben auf Instagram, Twitter oder anderen in diesem Alter verwendeten sozialen Netzwerken zur Teilnahme animiert werden. Dass Hopp-la in Basel bereits vernetzt ist, war auch bei der Suche von extern Mitwirkenden von Vorteil. Diejenigen der ersten Durchführung konnten wieder kontaktiert werden. Dadurch, dass potentielle extern Mitwirkende zuerst von einer Person angefragt und nach Zusage für die Terminfindung und alle weiteren Absprachen zu einer anderen Person weitergeleitet wurden, kam es zu einer guten und klaren Betreuung. Fast alle extern Mitwirkenden des Jahres 2016 würden sich freuen, im Oktober / November 2017 bezüglich einer erneuten Mitarbeit kontaktiert zu werden.

Auch im Aufgabenbereich „Advents-Aktivitäten“ gab es einige Auffälligkeiten:

Da der grosse Adventskalender aus dem Jahre 2015 übernommen werden konnte, fiel ein grosser Punkt der Vorbereitungsarbeit weg. Die Rollen gingen jedoch gegen Ende Dezember kaputt, weshalb für die Zukunft eine stabilere Lösung gesucht werden muss. Schliesslich wird der Kalender vor allem bei Einlagerung in der Spielkiste oft weit gestossen. Von einigen ex-

ternen Mitwirkenden wurde das Adventsfenster gar nicht oder nicht nachhaltig dekoriert. Vermutlich konnten sich die Mitwirkenden, welche das erste Mal teilnahmen, nichts darunter vorstellen und/oder es wurde nicht deutlich genug vermittelt und/oder die Mitwirkenden haben sich nicht genug damit befasst. Für Folgejahre könnte ein Foto des Adventskalenders (Regal) und ein Bild eines Muster-Adventsfensters im Info-Sheet hilfreich sein. Zudem sollte deutlich gemacht werden, dass das Fenster nachhaltig (bis 24.12.) dekoriert sein sollte. Es hat sich gezeigt, dass es enorm wichtig ist, die Hilfsleiter zusätzlich zur Check-Liste auch persönlich einzuführen, damit sie Hopp-la gut repräsentieren, ihre Aufgaben kennen, die Rituale korrekt durchführen und die Teilnehmer verständlich durch die Lektion leiten. Wie bereits bei der ersten Durchführung war auch dieses Jahr die Organisation einer Advents-Aktivität am 24.12. problematisch. Hier muss noch eine Lösung, zum Beispiel ganz Weglassen dieses Tages, für Folgejahre gefunden werden. Die Ideen und die Leitung der extern Mitwirkenden waren in den meisten Fällen sehr lobenswert. Für viele externe Mitwirkende war es jedoch eine grosse Herausforderung, flexible Aktivitäten mit Übungen für Jung und Alt bzw. für Kinder und Erwachsene zu planen und durchzuführen. Oftmals wurden dann nicht alle Altersklassen miteinbezogen, sondern die Übungen waren nur für Erwachsene oder nur für Kinder geeignet. Es empfiehlt sich somit, vor Dezember eine Informationsveranstaltung für alle extern Mitwirkenden zu organisieren. Auf diese Weise kann ihnen eine Fachperson die methodischen Kernpunkte der intergenerativen Kontaktförderung (Übungen, die von mehr als einer Person durchgeführt werden müssen und bei denen das Miteinander von Jung und Alt im Vordergrund steht) vermitteln. Es wird zwar schwierig und fast unmöglich sein, in der Vorweihnachtszeit allen extern Mitwirkenden terminlich gerecht zu werden. Aber die Wissensvermittlung in Form eines solchen Treffens ist von viel grösserer Qualität als wenn über die Anforderungen lediglich mittels Info-Sheet und Telefonkontakt informiert wird.

Rahmenbedingungen

Der Schützenmattpark als Durchführungsort stach mit seinem generationsübergreifenden Charakter vorbildlich heraus. Es ist definitiv besser für die Teilnehmerzahl, wenn alle Aktionen im Schützenmattpark stattfinden anstatt in den Räumlichkeiten der jeweiligen extern Mitwirkenden.

In Zukunft sollte darauf geachtet werden, dass sicher immer genügend Sitzgelegenheiten für vor allem Senioren zur Verfügung stehen. Diese notwendigen Stühle und auch Tische konnten zwar oft beim Restaurant Pavillon ausgeliehen werden. Jedoch muss noch eine Lösung gefunden werden für den Zeitraum, wenn das Restaurant Betriebsferien hat. In der Kiste sollten immer ein paar unterschiedlich grosse Hopp-la T-Shirts bereit liegen. Wenn nämlich die Hilfsleiter diese jeweils überziehen, ist dies ein optisches Wiedererkennungsmerkmal. Auch im Jahre 2016 hatten wir wieder enormes Wetterglück, weshalb es gar nie zum Aufbau der Zelt pavillons kam. Aber auch für nächstes Jahr braucht es wieder eine Schlechtwetteralternative. Es ist jedoch fraglich, ob sich der Aufwand der Zeltorganisation und des Aufbaus

lohnt, da bei schlechtem Wetter wahrscheinlich sowieso wenige Personen in den Park kommen werden.

Durch das Verschieben der Durchführungszeit auf 16:15 Uhr haben trotzdem nicht mehr Schulkinder an den Aktivitäten teilgenommen. Um diese zu rekrutieren, müsste wahrscheinlich mehr im Elternrat geworben werden. Auch drängte beim Aufräumen oftmals das Restaurant, da es schliessen wollte und das Materialversorgen bei Dunkelheit war auch nicht optimal. Deshalb sollten in Zukunft die Aktivitäten besser wieder um 16:00 Uhr starten.

Umsetzung

Die beobachtete tiefe Anzahl Parkbesucher lässt sich nebst dem aktiven Werben für die „Bewegte Adventszeit“ nicht beeinflussen und ist häufig auch wetterabhängig. Das spontane Animieren ca. 5-10 min vor der Aktion ist deshalb sehr notwendig. Erfreulich war, dass je länger die Durchführung dauerte, desto mehr Teilnehmer speziell für die „Bewegte Adventszeit“ in den Park kamen. Sie versammelten sich schon vor Beginn vor dem Kalender, bewunderten die dekorierten Adventsfenster und nahmen sogar an mehreren Advents-Aktivitäten teil.

In Zukunft sollte sowohl beim Begrüssungsritual als auch beim Aktivitätseinstieg vermehrt auf eine laute Stimme und kurze, klare Formulierungen geachtet werden. Denn ansonsten gehen vor allem bei grossen Gruppen und komplexeren Aktivitäten bereits bei der Ansprache viele Teilnehmer verloren indem sie wieder weggehen. Bei der Eröffnung am 1. Dez. wären allenfalls ein Mikrofon und ein kleines Podest sinnvoll. Dass sowohl der Einstieg als auch der Abschluss ritualähnlich sind und von einem Hilfsleiter durchgeführt werden, entlastet die extern Mitwirkenden und gibt dem ganzen Projekt einen roten Faden. Es konnte über die ganze bewegte Adventszeit eine gute Stimmung festgestellt werden. Von den zahlreichen Teilnehmern kamen auch sehr viele positive Rückmeldungen. Vor allem der Einsatz von Musik, sei dies in Form eines Tanzes oder gemeinsamem Singen, verbreitete grosse Freude. Einige externe Mitwirkende hatten Zeitmanagementprobleme. Es kam vor, dass die Aktivität zu kurz oder zu lang war und abgebrochen werden musste. Grundsätzlich waren die Mitwirkenden diesbezüglich informiert, aber eventuell wäre es hilfreich, wenn die Hilfsleiter hier noch mehr Unterstützung leisten würden. Sie könnten zum Beispiel darum bitten, zu einem Abschluss zu kommen, oder ein kurzes Spiel im Hinterkopf haben, mit dem sie eine zu kurze Aktivität verlängern könnten. Oftmals verhielten sich die Erwachsenen eher passiv oder gingen sogar während der Aktivität wieder weg. Bei der Ansprache sollte also klarwerden, dass die Stiftung Hopp-la für generationenübergreifende Aktivitäten steht, die folgende Aktivität für alle Altersklassen gedacht ist und alle zum Mitmachen und anschliessendem Teetrinken herzlich eingeladen sind. Und auch die Jüngsten sollten bei jeder Aktivität einbezogen werden. Sei dies mit der Verwendung von Ballonen, Bällen oder dem Verteilen von Rhythmusinstrumenten während die Erwachsenen singen. Vor allem bei kaltem, nassem Wetter sollte die Dauer der Aktivität flexibel gehalten werden und allenfalls Decken für die Senioren vor Ort

sein. Sobald die Teilnehmer anfangen zu frieren, ist der Übergang zum Teetrinken notwendig, denn sonst gehen sie weg.

Das anschliessende Teetrinken und die spannenden Gespräche wurde von vielen Teilnehmern geschätzt. Die Vorbereitung dessen gestaltete sich jedoch nicht immer einfach. Aufgrund der variablen Teilnehmerzahl konnte sehr schlecht abgeschätzt werden, wie viel Teewasser vorbereitet werden musste. Zudem war der Tee durch die Aufbewahrung in Thermoskrügen vor allem für die Kinder zu heiss. Es empfiehlt sich, in Zukunft zwei Krüge mit Tee, ein Krug mit nur heissem Wasser und eine Pet-Flasche kaltes Wasser bereit zu stellen. Allenfalls wäre es sinnvoll, Chromstahlkrüge anstelle von Thermoskrügen zu verwenden. Dann könnte der Tee während der Aktion ein bisschen abkühlen und wäre danach immer noch warm genug.

Evaluation

Bei der Auswertung des internen Feedbackbogens wurde klar, dass auf diese Art zwar wertvolle Rückmeldungen festgehalten werden können. Jedoch ist das anschliessende Zusammenfassen und Formulieren von Schlussfolgerungen fast nicht möglich. Allenfalls sollte das interne Feedback in Zukunft also auch mit Hilfe eines Fragebogens ähnlich dem für extern Mitwirkende erhoben werden. Das Eintreiben aller Fragebögen von den extern Mitwirkenden war zwar aufwendig, lässt sich aber wahrscheinlich nicht einfacher gestalten. Es wäre zu überlegen, ob zusätzlich zum elektronisch versendeten Exemplar bereits am Tag der Aktivität eines in Papierform ausgehändigt werden sollte. Zudem sind Templates zu jedem Fragebogen empfehlenswert, da sie die Auswertung merklich erleichtern.

5.2 REFLEXION DER THEORIE IN BEZUG AUF DIE LEITFADENERSTELLUNG

Initiierung

Ein wichtiger Punkt, dem in Basel zu wenig Beachtung geschenkt wurde, ist, dass Projekte für unterschiedliche Altersgruppen auch bereits in Zusammenarbeit mit unterschiedlichen Altersgruppen geplant werden sollten (Fische & Kugemann, 2008). Die Projektgruppe sollte also so alters- und geschlechterdurchmischte wie möglich sein. Da die Bereitschaft zu freiwilligem Engagement schwer zu finden ist und ein regelmässiger Austausch stattfinden sollte, empfiehlt es sich, nicht mehr als vier Leute in die Projektgruppe aufzunehmen (Suck & Tinzmann, 2005; Dürr & Hangartner, 2015; Nerouz & Suter, 2010). Hopp-la Mitarbeitende sind geeignete Generationenkursleiter, da sie über ein breites Wissen zur intergenerativen Bewegungsförderung verfügen. Da es sich aber empfiehlt, für jede Altersgruppe auch spezifische Betreuungspersonen zu haben, wäre es sinnvoll, Fachkräfte aus einer Kinderkrippe, Seniorenheim oder dergleichen in die Projektgruppe aufzunehmen oder zumindest als Hilfsleiter zu gewinnen (Nerouz & Suter, 2010). Gleiches gilt auch für die Jugendlichen. In Basel waren wir hierzu mit Mitarbeitern des Jugendzentrums gut bedient. Durch die bisherigen Tätigkeiten von Hopp-la

und die Mitwirkung einer bereits sehr vernetzten Angestellten des Stadtteilsekretariats, konnte auch der wichtige Erfolgsfaktor von vielen lokalen Kontakten gewährleistet werden (Graf & Schnelle, 2014).

Planung

Da die „Bewegte Adventszeit“ jedermann, also auch verschiedene Kulturen ansprechen möchte, sollten zukünftig auch Vorbereitungen für allfällige Sprachbarrieren getroffen werden (Fischer & Kugemann, 2008). Die Ziele der „Bewegten Adventszeit“ entsprechen mehr denen eines allgemeinen Generationenprojekts, als denen eines intergenerativen Bewegungsprojekts. Somit soll vor allem der Kontakt zwischen verschiedenen Generationen verbessert, dessen Häufigkeit erhöht und das gegenseitige Verständnis gefördert werden (Fischer & Kugemann, 2008; Graf & Schnelle, 2014). Es sollte aber allenfalls überdenkt werden, ob die formulierten Ziele der „Bewegten Adventszeit“ tatsächlich spezifisch, messbar, attraktiv, realistisch und terminierbar sind (Werner & Hess, 2017).

Für zukünftige Durchführungen sollten die geplanten Massnahmen/Interventionen in einem Projektablaufplan in eine zeitliche Abfolge gebracht und übersichtlich dargestellt werden (Werner & Hess, 2017). Öffentlichkeitsarbeit wurde zwar aktiv betrieben und die extern Mitwirkenden wurden aufgefordert, in ihren Kreisen zu werben. Jedoch bräuchte es auch Jugendliche und Senioren, die als Botschafter fungieren. Auch Besuche von Quartiertreffs, Spielplätzen, Schulen, Seniorentreffs und dergleichen sind notwendig im Rahmen der persönlichen Rekrutierung von Teilnehmern (Findenig, 2015). Damit die bei Generationenprojekten sehr wichtige Freiwilligkeit gewährleistet werden kann, müssen sich die Teilnehmer der „Bewegten Adventszeit“ nicht anmelden, sondern können jeden Tag aufs Neue entscheiden, ob sie zur Aktivität erscheinen oder nicht (Miller, 2012). Diese Regelung führte bis jetzt zu sehr variablen Teilnehmerzahlen mit einem grossen Kinderanteil. Es ist somit nicht möglich, das empfohlene 1:1 Verhältnis zwischen Senioren und Kindern zu gewährleisten (Hausammann, 2012). Auch können die unterschiedlichen Altersgruppen vor Projektstart leider nicht zuerst separat versammelt und auf den Kontakt mit der anderen Generation vorbereitet werden (Fischer & Kugemann, 2008).

Es muss unbedingt darauf geachtet werden, dass während der Aktivität immer genügend Sitzmöglichkeiten vor Ort sind (Miller, 2012). Durch den Zugang zu den Materialkisten von Hopp-la, in denen sich diverse Bälle, Seile, Ballone, Fallschirmtücher, Ringe, Reifen und vieles mehr befinden, standen jederzeit geeignete Utensilien für intergenerative Lektionen zur Verfügung (Nerouz & Suter, 2010).

Umsetzung

Durch die variable Teilnehmerzahl und die vielen unterschiedlichen Hauptleiter ist es nicht realistisch, im Rahmen der „Bewegten Adventszeit“ strukturierte typische intergenerative Bewegungslektionen, wie sie von Nerouz & Suter (2010) empfohlen werden, durchzuführen. Die

Hauptleiter sind nicht immer Experten auf diesem Gebiet. Und zudem geht es bei der „Bewegten Adventszeit“ in erster Linie um die Begegnung, Spiel und Spass und erst in zweiter um die Bewegung. Bewegungsspiele für alle Generationen sind also viel passender als der trainingswissenschaftliche Ansatz. Das Begrüssungs- und Abschlussritual vor dem Adventskalender dient zudem als gute Orientierung für die Teilnehmer (Miller, 2012).

Evaluation

Das Einholen von Rückmeldungen aller Mitwirkenden der „Bewegten Adventszeit“ in Form von Fragebögen oder Reflexionstreffen, das Erheben einer Teilnehmerstatistik und das Beobachten der Aktivitäten aus der Aussenperspektive sind alles sehr vorbildliche Evaluationsinstrumente (Fischer & Kugemann, 2008). Auch, dass nach abgeschlossener Umsetzung und Evaluation die Ergebnisse, Produkte und Wissenserkenntnisse der „Bewegten Adventszeit“ jeweils in einem Abschlussbericht schriftlich festgehalten werden, ist sehr wertvoll (Werner & Hess, 2017).

Etablierung

Das Verfassen und zur Verfügung Stellen eines Leitfadens zur „Bewegten Adventszeit“ hilft, den Ansatz von intergenerativer Aktivität auf nationaler Ebene verbreiten zu können (Fischer & Kugemann, 2008).

LITERATURVERZEICHNIS

- BFS Aktuell. (2015). *Szenarien zur Bevölkerungsentwicklung der Schweiz 2015-2045*. Neuchâtel.
- Donath, L., van Dieën, J., & Faude, O. (2015). Exercise-Based Fall Prevention in the Elderly: What About Agility? *Sports Medicine (Auckland, N.Z.)*.
- Donath, L., Faude, O., Hagmann, S., Roth, R., & Zahner, L. (2015). Fundamental movement skills in preschoolers: a randomized controlled trial targeting object control proficiency. *Child: Care, Health and Development*.
- Dürr, F., Hangartner, J. (2015). *vademecum - Begleitheft für Generationenprojekte im Museum*. Zugriff am 21. März 2017 unter http://www.generationen-imumuseum.ch/Media/Fachaustausch/Publikationen/GiM_Vademecum_Web.pdf
- Findenig, I. (2015, August). *Begegnungen der Generationen. Leitfaden für intergenerative Projekte in Österreich*. Wien: Sozialministerium.
- Fischer, T., & Kugemann, W. (2008). *Intergenerational Learning in Europe. Policies, Programmes & Practical Guidance*. Erlangen: University of Erlangen-Nuremberg, Institute for Innovation in Learning. Zugriff am 31. März 2017 unter www.eagle-project.eu
- Franco, M. R., Tong, A., Howard, K., Sherrington, C., Ferreira, P. H., Pinto, R. Z., & Ferreira, M. L. (2015). Older people's perspectives on participation in physical activity: a systematic review and thematic synthesis of qualitative literature. *British Journal of Sports Medicine*, 1–9.
- Graf, M., & Schnelle, J. (2014). *Impulse für Generationenprojekte*. Zürich: Migros-Kulturprozent und SAGW. Zugriff am 21. März 2017 unter

http://www.sagw.ch/dms/sagw/laufende_projekte/generationen/publisGenerationen/impulse-gp/Impulse%20f%C3%BCr%20Generationenprojekte.pdf

- Granacher, U., Muehlbauer, T., Gollhofer, A., Kressig, R. W., & Zahner, L. (2011a). An intergenerational approach in the promotion of balance and strength for fall prevention - A Mini-Review. *Gerontology*, *57*(4), 304–315.
- Granacher, U., Muehlbauer, T., Gollhofer, A., Kressig, R. W., & Zahner, L. (2011b). Evidence-based and evidence-inspired: an intergenerational approach in the promotion of balance and strength for fall prevention. *Gerontology*, *57*(5), 424–426.
- Hausammann, M. (2012, März 24). *Erfolgsfaktoren für den intergenerativen Austausch in einem sportorientierten Kontext*. Deutsche Sporthochschule Köln. Zugriff am 30. März unter <http://esport.dshs-koeln.de/308/>.
- Larkin, E., & Rosebrook, V. (2003). Introducing Standards and Guidelines. *Journal of Intergenerational Relationships*, *1*(1), 133-144.
- Miller, D. (2012, Oktober 7). *Generation Hand in Hand. Intergenerative Tagesbetreuung von Kindern und SeniorInnen*. Hinterstoder: FH Oberösterreich.
- Nerouz, S., & Suter, B. (2010). *"Generationen-Campus": intergenerative Bewegungsförderung*. Basel: Universität Basel, Institut für Sport und Sportwissenschaften.
- Petricic, I. N. (2011). *Zur Bedeutung generationsübergreifender Projekte in der heutigen Gesellschaft: Diplomarbeit*. Norderstedt: GRIN.
- Schlag, B. (2006). *Kinderunfälle : Ursachen und Prävention* (1. Aufl.). Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften.
- Suck, S., & Tinzmann, B. (2005). *Intergenerative Projekte in NRW. Bestandsaufnahme, Bewertung, Vernetzung und Qualifizierungsbedarf*. Dortmund: Universität Dortmund,

Institut für Gerontologie. Zugriff am 31. März 2017 unter <http://www.awo-lemgo.de/wp-content/uploads/2014/01/studieNRW.pdf>

Tiedemann, A., Hassett, L., & Sherrington, C. (2015). A novel approach to the issue of physical inactivity in older age. *Preventive Medicine Reports* 2, 595–597.

Weltzien, D., Rönna-Böse, M., Klie, T., & Pankratz, N. (2013). *Begegnungen. Ein Projekt zwischen hochbetagten Menschen und Vorschulkindern*. Freiburg: FEL-Verlag. Zugriff am 29. März 2017 unter https://intergenerative-begegnungen.ehfreiburg.de/inc/template/ehfreiburg/de/Pdf/Forschen/intergenerative-begegnungen/Begegnungen_Handreichung-fuer-die-Praxis_EH-Freiburg.pdf

Werner, K., & Hess, J. (2017). *Prozessmodell PROXI - Leitfaden zur Projektgestaltung in der sozialen Arbeit*. Zürich: ZHAW, Departement Soziale Arbeit.

ERKLÄRUNG UND AUTORENRECHTE

Ich versichere hiermit, dass ich die vorgelegte Arbeit selbstständig angefertigt und keine anderen als die in der Arbeit angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Alle Stellen, die wörtlich oder sinngemäss aus Quellen entnommen wurden, habe ich als solche gekennzeichnet. Darüber hinaus bestätige ich, dass die vorgelegte Arbeit nicht an einer anderen Hochschule als Abschluss-, Seminar- oder Projektarbeit oder als Teil solcher Arbeiten eingereicht wurde. Ich bin mir bewusst, dass Plagiate gemäss § 22 der Ordnung für das Bachelorstudium «Sport, Bewegung und Gesundheit» an der Medizinischen Fakultät der Universität Basel vom 21. Oktober 2013 als unlauteres Prüfungsverhalten gewertet werden und kenne die Konsequenzen eines solchen Handelns.

Hiermit bestätige ich, dass die Publikation der vorliegenden Bachelorarbeit oder Teile des Inhalts – auch in Auszügen bzw. als Zusammenfassungen oder in Rohdatenform – sowie die Abgabe der Autorenrechte (auch unentgeltlich) an Verlage oder Dritte stets der Einwilligung des Gutachters bedarf.

6. Juni 2017



Sarah Ruckstuhl