



ACTIVECITY

Konzept

Februar 2022

Trägerschaft

RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung
Pfungstweidstrasse 10
8005 Zürich

Projektleitung

Gabriela Widmer
widmer@radix.ch
044 575 67 72

Inhalt

Projektbeschreibung	3
– Zielgruppen	4
– Projektziele	4
– Wirkungsmodell	5
– Projektpartner	7
– Multiplikation	7
Umsetzung auf lokaler Ebene	8
– Umsetzungsmodelle	8
– Kommunikation	8
– Sicherheit	8
– Kostenstruktur	8
– Pilotphase	9
– Weiterführende Umsetzung	11
– Evaluation	11

Projektbeschreibung

Sport und Spass für alle: draussen, gemeinsam, kostenlos und ohne Anmeldung. Unter diesem Motto schafft Active City ein Sport- und Bewegungsangebot im öffentlichen Raum, das sich an die gesamte Bevölkerung richtet. Alle sind willkommen, unabhängig von Alter und Fitnessniveau.

Weiterhin ist etwa ein Viertel der Schweizer Bevölkerung nicht genügend aktiv. Das Bedürfnis nach Sportmöglichkeiten mit hoher Flexibilität und wenigen Verpflichtungen steigt. Neue Sportformen und -anbieter aber auch bewährte Vereinsaktivitäten richten sich zunehmend danach aus. Mit Active City setzt die Gemeinde ein starkes Zeichen, um diesen gesellschaftlichen Entwicklungen der Sportförderung gerecht zu werden und einen aktiven Lebensstil nachhaltig zu fördern.

An den Active City Standorten wird während mehreren Wochen in enger Zusammenarbeit mit lokalen Sportvereinen und -anbietern ein attraktives und professionell begleitetes, polysportives Kursprogramm durchgeführt. Active City kann in jeder Gemeinde umgesetzt werden – unabhängig von der Bevölkerungsanzahl. Sowohl die Anzahl Kurse als auch die Dauer von Active City werden auf die Bedürfnisse und Ressourcen der Gemeinde abgestimmt.

Active City weckt die Begeisterung für Sport und Bewegung, fördert die sozialen Kontakte unter den Teilnehmenden und stärkt die Identifikation mit der Wohngemeinde.

**SPORT IST NICHT NUR
BEWEGUNG SONDERN SPASS,
FREUNDSCHAFT, MOTIVATION
UND GESUNDHEIT.**

www.activecity.ch

Zielgruppen

Active City soll mit einem polysportiven Kursangebot die gesamte Bevölkerung einer Gemeinde - von jung bis alt - erreichen. Die Standorte können zusätzlich einen Fokus auf spezifische Zielgruppen (z.B. Jugendliche oder ältere Menschen) legen, indem sie attraktive Sportarten für diese im Programm aufnehmen.

Eine weitere Zielgruppe von Active City sind lokale Sportvereine, -anbieter und weitere Anbieter von Bewegungskursen. Sie erhalten eine Plattform, um sich vorzustellen und neue Mitglieder zu gewinnen.

Active City richtet sich zudem an die kommunale Politik und Verwaltung, indem die strukturellen Rahmenbedingungen verbessert werden, damit die Bewegung und Gesundheit der gesamten Bevölkerung gefördert werden.

Projektziele

Active City hat sich nachfolgende Ziele gesetzt, um einen grösstmöglichen Impact zu erreichen.

Förderung eines gesunden Lebensstils

Die Sport- und Bewegungsförderung hat eine starke und effiziente Wirkung auf das bio-psycho-soziale Wohlbefinden der einzelnen Personen. Mit Active City setzt die Gemeinde ein starkes Zeichen für die Gesundheitsförderung, indem sie ein bewegungsfreundliches Umfeld schafft, Begegnungen über Generationen hinweg ermöglicht und einen aktiven Lebensstil fördert.

- Umsetzung eines attraktiven Kursprogramms.
- Die Teilnehmenden steigern dank Active City ihre Bewegungsaktivität.
- Die Teilnehmenden lernen ein neues Sport- oder Bewegungsangebot kennen.

Stärkung der Identifikation mit der Gemeinde

Der öffentliche Raum wird nicht nur zum Spaziergehen und Verweilen, sondern immer mehr auch zum Sporttreiben und Bewegen aufgesucht. Mit dem niederschweligen, kostenlosen und polysportiven Angebot wird die Gemeinde dem Bedürfnis der Bevölkerung nach flexiblen, sportlichen Aktivitäten gerecht. Dank diesem Engagement in der Sport- und Bewegungsförderung steigert die Gemeinde ihre Attraktivität und die Identifikation mit dem Wohnort wächst.

- Die Teilnehmenden von Active City schätzen das Engagement der Gemeinde.

Stärkung der sozialen Vernetzung durch neue Bekanntschaften

Die Freude am Sport verbindet Menschen unabhängig von Alter und Herkunft. Die gemeinsamen Erlebnisse über Generationen hinweg steigern das Gemeinschaftsgefühl und den Zusammenhalt in der Gemeinde.

- Die Teilnehmenden von Active City knüpfen soziale Kontakte.

Stärkung der Position der lokalen Akteure aus den Bereichen Bewegung und Sport

Die Active City Kurse werden von lokalen Vereinen und Sportanbietern durchgeführt. Sportvereine sind eine treibende Kraft in der Bewegungsförderung und Sozialisation. Auch private Sportanbieter leisten einen wichtigen Beitrag für die körperliche Aktivität und decken oft neue Bewegungsbedürfnisse spezifisch ab. Die lokalen Akteure erhalten bei Active City eine attraktive Plattform, um für ihre Angebote zu werben und neue Mitglieder zu gewinnen.

- Die Teilnehmenden gedenken nach Active City einem Verein beizutreten oder neu ein Sportangebot wahrzunehmen.

Wirkungsmodell

Das folgende Wirkungsmodell zeigt auf, welche Veränderungen bei den verschiedenen Zielgruppen angestrebt werden (Outcomes). Zudem wird die gewünschte längerfristige Gesamtwirkung aufgezeigt (Impact).

Zielgruppe	Outcomes	Impact
Bevölkerung	<ul style="list-style-type: none">• Steigerung der Bewegungsaktivität• Kennenlernen neuer Sportarten• Knüpfung von sozialen Kontakten• Vernetzung mit lokalen Sportangeboten• Wissensvermittlung	<ul style="list-style-type: none">• Die Begeisterung von Sport und Bewegung wird bei den Teilnehmenden nachhaltig geweckt. Dadurch wird der gesunde Lebensstil gestärkt. Dieser hat wiederum einen positiven Effekt auf das bio-psycho-soziale Wohlbefinden. Die Teilnehmenden stärken somit sowohl ihre mentale als auch körperliche Gesundheit.• Die Teilnehmenden nehmen vermehrt lokale Sport- und Bewegungsangebote in Anspruch.• Sportliche Aktivitäten ermöglichen den Teilnehmenden neue Freundschaften, steigern den sozialen Zusammenhalt und die Lebensqualität. Sie fühlen sich stärker mit der Wohngemeinde verbunden.
Kursleitende	<ul style="list-style-type: none">• Professionelle Umsetzung der Kursangebote• Wertschätzende Grundhaltung (alle Teilnehmenden fühlen sich willkommen)• Bekanntmachung der lokalen Vereine bzw. Sportangebote	<ul style="list-style-type: none">• Die lokalen Sport- und Bewegungsanbieter gewinnen dank Active City neue Kunden oder Vereinsmitglieder.• Die Position der lokalen Akteure aus den Bereichen Sport und Bewegung ist gestärkt.• Die Kursleitenden fühlen sich stärker mit ihrer Wohngemeinde verbunden.

<p>Gemeinde</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Umsetzung eines attraktiven Kursprogramms • Einbindung kommunaler Angebote und Akteure • Erreichung der Bevölkerung 	<ul style="list-style-type: none"> • Die strukturellen Rahmenbedingungen in der Gemeinde sind so gestaltet, dass die gesamte Wohnbevölkerung Zugang zu Sport- und Bewegungsangeboten hat – unabhängig vom sozio-ökonomischem Status, dem Alter oder dem Fitnessniveau. • Gesundheitspräventive Massnahmen und ein bewegungsfreundliches Umfeld tragen zur Stärkung der mentalen und körperlichen Gesundheit der gesamten Bevölkerung bei. • Dank den guten Rahmenbedingungen zur Förderung eines gesunden Lebensstils und der Umsetzung von Active City für die Bevölkerung steigert die Gemeinde ihre Attraktivität. • Die Gemeinde schafft Raum für Begegnungen. Die gemeinsamen Erlebnisse bei Active City über Generationen und Kulturen hinweg steigern das Gemeinschaftsgefühl und den Zusammenhalt in der Gemeinde.
-----------------	---	--

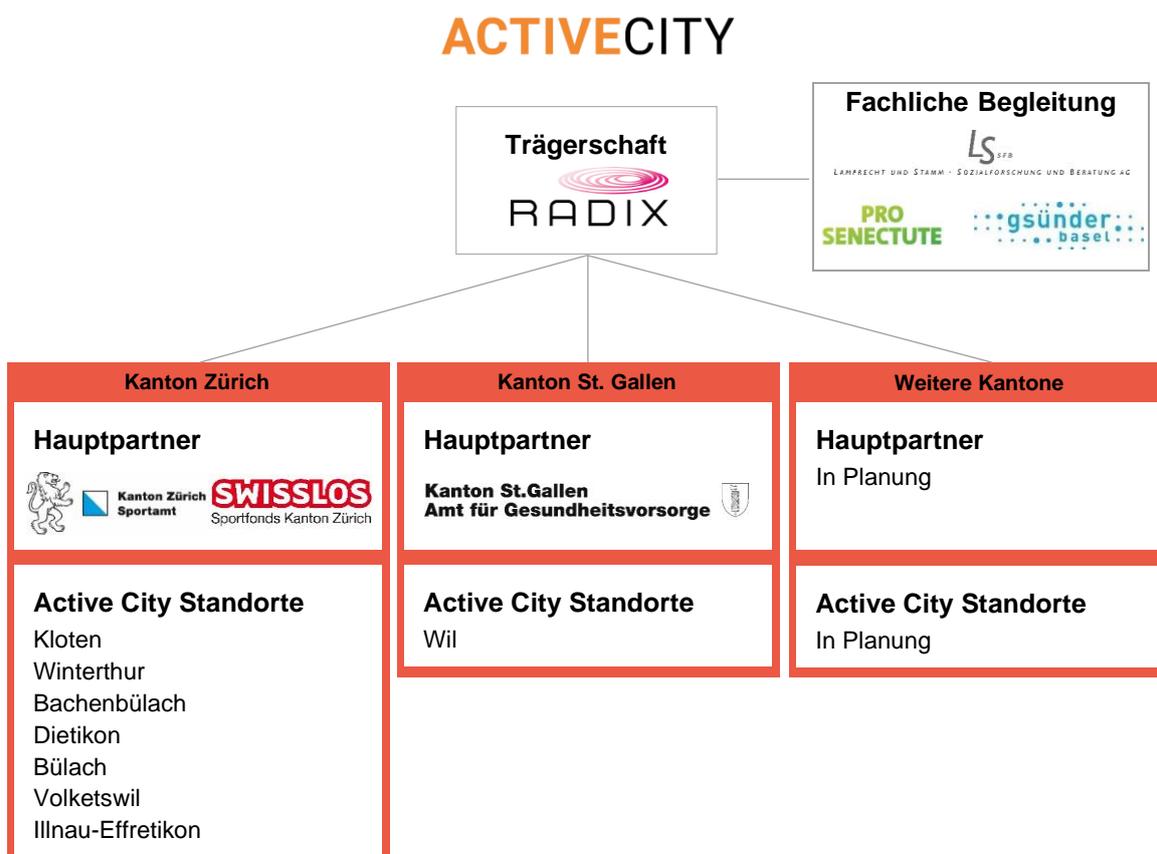


Projektpartner

Active City wird gemeinsam mit lokalen, kantonalen und nationalen Partnern unter der Trägerschaft der Schweizerischen Gesundheitsstiftung RADIX umgesetzt.

Die Trägerschaft unterstützt die Gemeinde bei der Implementierung und Umsetzung von Active City. Die ersten zwei Durchführungsjahre (Pilotphase) werden dank Förderpartnern mitfinanziert. Auf lokaler Ebene wird Active City gemeinsam mit weiteren Partnern umgesetzt. So werden beispielsweise die Sportkurse von Sportvereinen und -anbietern geleitet.

Das nachfolgende Organigramm stellt eine Momentaufnahme dar.



Multiplikation

Zwischen 2022 und 2026 soll die nationale Verbreitung des Angebots vorangetrieben werden. Ein wichtiger Meilenstein besteht dabei in der Adaption von Active City für die Romandie. Erstgespräche mit nationalen und kantonalen Partnern, Sportverbänden und Fachorganisationen finden statt. Interessierte Kantone und Gemeinden werden regelmässig über den Projektstand informiert und in die Weiterentwicklung des Angebots miteinbezogen.

Umsetzung auf lokaler Ebene

Umsetzungsmodelle

Die untenstehenden Modelle zeigen beispielhaft verschiedene Umsetzungsmöglichkeiten in den Gemeinden oder Städten auf. Diese Modelle können je nach Bedürfnis und Ressourcen des Standorts in Ansprache mit der Trägerschaft angepasst werden.

	Stadt	Grosse Gemeinde	Gemeinde / Quartier
Wohnbevölkerung	Ab 18'000	10'000 – 18'0000	Bis 10'000
Kurslektionen/Woche	5 – 8 Lektionen	4 – 8 Lektionen	4 Lektionen
Kurslektionen Total	40 – 100 Lektionen	40 – 60 Lektionen	20 – 40 Lektionen
Durchführungsdauer	4 – 10 Wochen	4 – 8 Wochen	4 – 8 Wochen

Kommunikation

Active City möchte die Einwohnerinnen und Einwohner einer Gemeinde erreichen. Dank lokalen Kommunikationsmassnahmen sollen folgende Ziele erreicht werden:

- Lokale Bekanntheit von Active City
- Aktive Teilnahme der lokalen Bevölkerung an den Active City Kursen
- Wissensvermittlung (z. B. Sport und Bewegung, Gesundheit, Sturzprävention)

Sicherheit

Die professionelle Vorbereitung der Umsetzung von Active City sowie die Zusammenarbeit mit lokalen Kursleitenden reduzieren die Unfall-Risiken. Die Kranken- und Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Die Einhaltung der Massnahmen zur Bekämpfung des Corona-Virus werden in den Kursen den Vorgaben des Bundes entsprechend eingehalten.

Kostenstruktur

Active City ist non-profit orientiert. Die Kursteilnahme ist für die Bevölkerung kostenlos. Die Gemeinde stellt die personellen Ressourcen für die Projektleitung zur Verfügung. Die weiteren durch Active City vor Ort entstehenden Sach- und Honorarkosten werden durch den Active City Standort sowie je nach Kanton durch weitere Förderpartner gedeckt. Dazu zählen unter anderem:

- Sachkosten (Flyer- und Plakatdruck, Suisagebühren etc.)
- Honorare für Kursleitende pro Kurslektion (Richtwert CHF 65.- pro Lektion)
- Honorare für Kursleitende für die Teilnahme an einem Infoanlass (Richtwert CHF 65.-)

Pilotphase

Während der zweijährigen Pilotphase unterstützt RADIX den Projektstandort beim Standortaufbau und der Umsetzung von zwei Active City Durchführungen.

Erstes Durchführungsjahr

RADIX übernimmt während dem ersten Durchführungsjahr die Hauptverantwortung für die Umsetzung. Die lokale Projektleitung unterstützt die Trägerschaft.

Zu den Aufgaben des Projektstandorts gehören:

- Bereitstellung der Ressourcen für die lokale Projektleitung
- Unterstützung bei der Ausarbeitung des Feinkonzepts
- Unterstützung bei der Abklärung nach einem geeigneten Austragungsstandort
- Bewilligung für die Nutzung der öffentlichen Infrastruktur
- Unterstützung bei der Akquise und Schulung der Kursleitenden (lokale Sportvereine und -anbieter)
- Unterstützung bei der Koordination des Kursprogramms
- Unterstützung bei der Erstellung der Kommunikationsmittel (Flyer, Website-Inhalte, Plakate etc.)
- Koordination der Bekanntmachung vor Ort (Lokalzeitung, Werbeflächen, Webseite etc.)
- Durchführung allfälliger Eröffnungsveranstaltung
- Sicherstellung der Umsetzung der Active City Kurse
- Administration der Kursleitenden

Zu den Aufgaben von RADIX gehören:

- Fachliche Beratung und Begleitung des Projektstandorts
- Koordination und Leitung der Treffen mit dem Projektstandort
- Erstellung der Kommunikationsmittel (Flyer, Plakate, Website etc.)
- Akquise und Schulung der Kursleitenden (lokale Sportvereine und -anbieter)
- Koordination des Kursprogramms
- Unterstützung bei allfälliger Eröffnungsveranstaltung
- Sicherstellung der Umsetzung der Active City Kurse
- Unterstützung bei der Administration der Kursleitenden

Zweites Durchführungsjahr

Die lokale Projektleitung übernimmt ab dem zweiten Durchführungsjahr die Hauptverantwortung für die Umsetzung. RADIX unterstützt die Projektleitung.

Zu den Aufgaben des Projektstandorts gehören:

- Bereitstellung der Ressourcen für die lokale Projektleitung
- Bewilligung für die Nutzung der öffentlichen Infrastruktur
- Sicherstellen der Finanzierung der Sach- und Honorarkosten
- Akquise und Schulung der Kursleitenden (lokale Sportvereine und -anbieter)
- Koordination des Kursprogramms
- Erstellung der Kommunikationsmittel (Website, Flyer und Plakate etc.)
- Koordination der Bekanntmachung vor Ort (Lokalzeitung, Werbeflächen, Webseite etc.)
- Durchführung allfälliger Eröffnungsveranstaltung
- Sicherstellung der Umsetzung der Active City Kurse
- Administration der Kursleitenden

Zu den Aufgaben von RADIX gehören:

- Fachliche Beratung und Begleitung des Projektstandorts
- Koordination und Leitung der Treffen mit dem Projektstandort
- Unterstützung bei der Erstellung der Kommunikationsmittel (Bereitstellung von Vorlagen für Flyer, Plakate etc.)
- Mitarbeit bei der Koordination des Kursprogramms

Nach Beendigung der zweijährigen Pilotphase zieht sich die Trägerschaft aus der operativen Umsetzung von Active City in der Gemeinde zurück.



Weiterführende Umsetzung

Der Projektstandort führt Active City ab dem dritten Umsetzungsjahr selbständig weiter. Eine Nutzungsvereinbarung zwischen dem Projektstandort und RADIX regelt die weiterführende Umsetzung, die Einhaltung der Qualitätsstandards und die weitere fachliche Begleitung. Eine jährliche Nutzungsgebühr wird dafür von RADIX erhoben.

Folgende Leistungen stehen dem Standort nach Unterzeichnung der Nutzungsvereinbarung zur Verfügung:

- Beratung durch die Anlaufstelle von Active City
- Bereitstellung und Hosting der Active City Website
- Bereitstellung und Weiterentwicklung von Instrumenten (Leitfäden, Vorlagen, interner Bereich, etc.)
- Bereitstellung und Weiterentwicklung von Kommunikationsmitteln (InDesign-Vorlagen für Plakate, Flyer, Sponsoringdossiers, etc.)
- Qualitätssicherung von Active City an allen Standorten
- Übergeordnete Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit von Active City
- Zurverfügungstellung und Sicherung des Brands von Active City

Evaluation

Active City wird während der Pilotphase evaluiert. In der Selbstevaluation werden verschiedene Ebenen berücksichtigt: Teilnehmende, Kursleitende, Umsetzungsstandort.

Befragung aller Kursleitenden

- Reporting im Online-Monitoring (Anzahl Teilnehmende pro Lektion, Alterskategorie, Einflussfaktoren etc.)
- Onlinebefragung nach Abschluss von Active City (qualitativ und quantitativ)

Befragung der Kursteilnehmenden

- Online-Fragebögen zum Ausfüllen auf dem Handy (qualitativ und quantitativ)

Die Kursleitenden machen während den letzten zwei Wochen der Durchführung nach jeder Lektion auf die Evaluation aufmerksam und bitten die Teilnehmenden um ihre Unterstützung.

Befragung der lokalen Projektleitung

- Auswertungsgespräch

Die Resultate des Online-Monitorings und der Online-Fragebögen werden den Standorten zur Auswertung zur Verfügung gestellt.