

Wir suchen die bewegtesten Gemeinden der Schweiz!

Die Schweiz bewegt sich im Rahmen des «Coop Gemeinde Duell von schweiz.bewegt» jedes Jahr im Frühling.

Idee

Das ursprünglich vom BASPO initiierte «Coop Gemeinde Duell von schweiz.bewegt» ist das grösste nationale Förderprogramm für mehr Bewegung in den Gemeinden. Vom 1. Mai – 20. Juni 2021 haben die Gemeinden die Möglichkeit, Sport- und Bewegungsangebote für die ganze Bevölkerung zu organisieren und ein sportliches Gemeinde Duell zu starten. Sie werden dabei durch die zentrale Projektleitung von «schweiz.bewegt» ideell, materiell, logistisch und kommunikativ massgeblich unterstützt. Die Bevölkerung kann bestehende und neue Sport- und Bewegungsangebote kennenlernen, **mit dem Ziel möglichst viele Bewegungsminuten für die Gemeinde zu sammeln.**

Es wird bewusst die Bewegungszeit und nicht die effektive Leistung der Teilnehmenden gemessen. Somit ist der Zugang für alle Alterskategorien ohne Leistungsdruck möglich. Die bewegtesten Gemeinden werden prämiert.

Die teilnehmende Gemeinde übernimmt die Organisation vor Ort und bestimmt selbst, an wie vielen Tagen und zu welcher Zeit welche Bewegungsangebote stattfinden.

Mögliche Bewegungsaktivitäten in den Gemeinden

Je mehr Bewegungsangebote organisiert sind, desto mehr Bewegungsminuten können gesammelt werden. Dabei ist vieles möglich und denkbar, was körperliche Aktivität verlangt und fördert. Hier ein paar Beispiele:

- Schnupperstunden und offene Trainings (praktisch kein Mehraufwand für die Vereine)
 - Spielturniere z.B. für Ballsportarten
 - Rundstrecke für zum Joggen / Wandern oder Velo fahren
 - Postenläufe durch die Gemeinde / mehrere Gemeinden
 - Gemeinsame Wanderungen zur Nachbargemeinde / um die eigene Gemeinde etc.
 - Bewegungstag: Verschiedene Bewegungsangebote von Vereinen auf einem Sportplatz / einer Wiese / in einer Halle
 - Schulsporttag
 - Fitness Stationen, Vitaparcours, Übungsstationen durchs Dorf
 - Öffentliche Putzaktionen (gemeinsames Auto waschen oder Abfallsammelaktion im Wald, etc.)
 - Gemeinsame Hunde- / oder Kinderwagenspatziertgänge
 - **Weitere Programmmöglichkeiten: siehe Module**
- Wichtig:
- Die Bewegungsangebote müssen **kostenlos** sein.

Darum lohnt es sich mitzumachen

- Bewegungsfest für die ganze Bevölkerung
- Belebt das Vereinsleben / Möglichkeit, neue Mitglieder zu gewinnen
- Teilnahme an einem Nationalen Projekt
- Positives Engagement für nachhaltig mehr Bewegung und ausgewogene Ernährung
- Synergien innerhalb der Gemeinde nutzen, mit dem Ziel, ein langfristiges Bewegungs- und Sportnetz aufzubauen
- Menschen mit verschiedenen körperlichen Voraussetzungen, Nationalitäten und aus unterschiedlichen Bevölkerungsschichten machen etwas gemeinsam in ihrer Gemeinde
- Attraktive Angebote der schweiz.bewegt-Sponsoren und -Partner

Wir suchen die bewegtesten Gemeinden der Schweiz!

Alle teilnehmenden Gemeinden messen sich im Nationalen Vergleich, um den Titel «Bewegteste Gemeinde der Schweiz» zu gewinnen. Beim schweizweiten Vergleich werden die Gemeinden in vier Kategorien eingeteilt (je nach Einwohnerzahl). Pro Kategorie werden die drei bewegtesten Gemeinden gesucht (Gemeinden mit den meisten Bewegungsminuten vom 1. Mai – 20. Juni). Die Gewinner-Gemeinden erhalten einen Geldbetrag, welcher wiederum in die Sportförderung in der Gemeinde investiert werden kann.

Unterstützung für die Gemeinden

Die teilnehmenden Gemeinden werden von der Projektleitung von «schweiz.bewegt» umfangreich unterstützt:

- Kostenloses «schweiz.bewegt»- Material bspw. Beachflags, Zelte, Banden, Staff Shirts usw.
- Exklusive Angebote von Sponsoren und Partnern Gratisprodukte und attraktive Dienstleistungen
- Kostenloses Zeiterfassungs-Set mit Software, Timing Badges, App
- Informationsunterlagen und Vorlagen
- Unterstützung bei der Kommunikations-/Medienarbeit für die Mobilisierung der Bevölkerung
- Werbung für das Nationale Projekt

Zusätzliche Bewegungsminuten sammeln via App

- Mit der «Teilnehmer-App» kann die Bevölkerung vom 1. Mai – 20. Juni individuell weitere Bewegungsminuten für die Gemeinde sammeln (unabhängig vom offiziellen Programm der Gemeinde).
- Die gesammelte Bewegungszeit wird der gewünschten Gemeinde, wie auch dem Konto des Teilnehmenden gut geschrieben.

Bewegungs-Challenge:

- Die Teilnehmenden können via App ihre eigene Bewegungs-Challenge gegen Familienmitglieder, Freunde, Vereinskollegen etc. starten. Durch diese «Challenge» wird die Bevölkerung noch mehr motiviert, sich zu bewegen.

Kontakt schweiz.bewegt (Projektleitung)

schweiz.bewegt
 Isabel Schnüriger
 Max-Högger-Strasse 6
 8048 Zürich
 Tel.: 044 444 29 93
 E-Mail: i.schnueriger@schweizbewegt.ch
www.schweizbewegt.ch

