

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Zürcher Präventionstag

Massnahmen aus dem Bereich Sport

Fachstelle Sport
045 Kanton Zürich
Neumühlweg 8
8050 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

**Parallelveranstaltung
'Projekte aus dem Bereich Sport'**

ReferentInnen:

Sibylle Brunner, Geschäftsführerin akj
Martina Kropf, Mitarbeiterin Sportförderung Fachstelle Sport
Dr. Stephan Wild-Eck, stv. Chef Fachstelle Sport

Fachstelle Sport
045 Kanton Zürich
Neumühlweg 8
8050 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

**Parallelveranstaltung
'Projekte aus dem Bereich Sport'**

anwesende Organisationen

- Fachstelle Sport, Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
- Fachverband für Adipositas im Kindes- und Jugendalter – akj

erwähnte Partnerorganisationen

- Bundesamt für Sport (BASPO)
- ZKS – Zürcher Kantonalverband für Sport
- Förderverein Midnight Projekte Schweiz
- ZKB ZüriLaufCup
- okaj - Kantonale Kinder- und Jugendförderung

Fachstelle Sport
045 Kanton Zürich
Neumühlweg 8
8050 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Inhalt Parallelveranstaltung

- Einleitung : Gesundes Körpergewicht durch Massnahmen bezüglich Bewegung und Sport
- Vorstellung von 7 Projekten der Fachstelle Sport und ihrer PartnerInnen

Fachstelle Sport
045 Kanton Zürich
Neumühlweg 8
8050 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

**Gesundes Körpergewicht durch Bewegung und Sport:
Einleitende Überlegungen**

- Bewegung und Sport alleine garantieren kein gesundes Körpergewicht
- Bewegung und Sport haben beträchtliches Potenzial hinsichtlich Ziel gesundes Körpergewicht
- Potenzial ist nur erschliessbar, wenn Sport neue Netzwerke spannt

Fachstelle Sport
045 Kanton Zürich
Neumühlweg 8
8050 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

J+S-Fortbildungskurs

- Interdisziplinäres Modul: Sport mit übergewichtigen Kindern und Jugendlichen
- Für J+S- und J+S-Kids-Leitende aus allen Sportarten
- eintägiger Pilot-Kurs mit Theorie und Praxis

Fachstelle Sport
045 Kanton Zürich
Neumühlweg 8
8050 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Inhalt (J+S-Fortbildungskurs)

- Grundlagenwissen über Energieaufnahme und –verbrauch sowie Trainingslehre
- Praktische Tipps für Sportgruppen mit normal- und übergewichtigen Kindern und Jugendlichen

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumünstlerstr. 8
8000 Zürich
Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Leiterausbildung im Bereich Erwachsenensport

„Sport mit Übergewichtigen“

Zielgruppe

Leitende aus Zürcher Vereinen, welche Sportkurse mit Erwachsenen durchführen

Durchführung und Organisation

ZKS Zürcher Kantonalverband für Sport im Mai 2010

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumünstlerstr. 8
8000 Zürich
Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Unterstützung von Breitensportserien

- **Zielgruppe**
wettkampforientierte Kinder, Jugendliche und Erwachsene (rund jede 5. sportlich aktive Person im Kanton)
- **Motiv**
nachhaltige Wirkung von Serien bezüglich sportlicher Aktivierung
- **aktueller Stand**
Vereinbarung zwischen Kanton Zürich (Sicherheitsdirektion) und Zürcher Kantonalbank betreffend Unterstützung und Zusammenarbeit beim ZKB ZüriLaufCup
- **Zukunftsperspektive:**
Unterstützung weiterer Wettkampferien in Lifetime-Sportarten

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumünstlerstr. 8
8000 Zürich
Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Unterstützung von Midnight- bzw. Open Sunday-Projekten

- Absicht der Sicherheitsdirektion zumindest 2008 und 2009 Pilotphasen von Midnight- und Open Sunday-Projekten finanziell mit Mitteln des Sportfonds zu unterstützen
- bisher acht Pilote mit Beiträgen zwischen Fr. 5'000 und Fr. 8'000 unterstützt
- Abwicklung über Förderverein Midnight Projekte Schweiz (Qualitätssicherung)
- Zusammenarbeit mit Fachstelle für Integrationsfragen

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumünstlerstr. 8
8000 Zürich
Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Offene Turnhallen Midnight Sports & Open Sunday

<h3>Midnight</h3> <ul style="list-style-type: none"> • Jeden Samstag ab ca. 21.00 bis 23.30 Uhr • Zielgruppe: Jugendliche von 13 bis 18 Jahren (nicht vereinsgebundene J.) 	<h3>Open Sunday</h3> <ul style="list-style-type: none"> • Jeden Sonntag Nachmittags von 13.30 bis 16.30 Uhr • Zielgruppe: Kinder im Primarschulalter
--	--

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumünstlerstr. 8
8000 Zürich
Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Wichtigste Punkte

Regelmässigkeit und Mitarbeit

- Die Sportveranstaltungen finden jede Woche statt.
- Die Jugendlichen arbeiten bei der Planung und Leitung mit.
- Die lokale Trägerschaft ist breit vernetzt.
- In der Projektgruppe arbeiten Fachleute (MPCH, Jugendarbeit, Schule) und Private eng zusammen.

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumünstlerstr. 8
8000 Zürich
Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Kanton Zürich
Auch kleine Gemeinden

- **Midnight Sports Projekte gibt es im Kt. Zürich seit 1999, Open Sunday seit 2006.**
- **Die höchste durchschnittliche Teilnehmerzahl gibt es nicht in den Städten Zürich oder Winterthur, sondern in Niederweningen.**
- **Die Grundidee ist überall ähnlich, in der lokalen Umsetzung gibt es beträchtliche Unterschiede.**

Stand: Feb 2009

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumühlequai 8
8000 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

In der Gemeinde abzuklären
Hallen, Interesse und Finanzierung

- **Ist der Hauswart und die Schule bereit, über die Nutzung der Halle zu diskutieren.**
- **Kann die Gemeinde nicht nur einen Pilot, sondern bei Erfolg auch die Weiterführung finanzieren (ca. 20'000.-/Jahr).**
- **Gibt es unter den lokalen Organisationen (Schule, Kirchen, Jugendarbeit, Eltern- und Quartierorganisationen) ein Interesse am Projekt.**

-> Bei Information, Klärung, Vernetzung und Vorbereitung kann die Gemeinde mit MPCH zusammenarbeiten.

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumühlequai 8
8000 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Breite Finanzierung
Gemeinden, Kantone, Bund, Private

Aufwand 2008

Kategorie	Anteil
Personal	80.3%
Infrastruktur	9.2%
Projektmaterial	10.5%

Finanzierung 2008

Kategorie	Anteil
Eigenleistungen	9.2%
Beiträge Gemeinden	19.8%
KL und lokale Beiträge	13.4%
Bundesbeiträge	45.0%
Allg. Fundraising	9.2%

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumühlequai 8
8000 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Förderverein
Midnight Projekte Schweiz

Kontakt: www.mb-network.ch

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumühlequai 8
8000 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Bewegungsförderung in der offenen Jugendarbeit

- verantwortlich: okaj, noch nicht ausformuliertes Projekt
- Zielgruppe: Jugendliche, welche durch die offene Jugendarbeit erreicht werden

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumühlequai 8
8000 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Jugendsportcamp ZACK

- Jugendsportcamp für übergewichtige Kinder
- Durchführung Pilot im Frühling 2009
- max. 24 Kinder mit Jahrgängen 1996-1998

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumühlequai 8
8000 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Organisation


- Projektleitung und Organisation durch Fachstelle Sport
- Zusammenarbeit mit dem Fachverband akj in der Konzeption des Lagers und im Fachbereich Ernährung
- Zusammenarbeit mit Dr. med. F. Dinkelmann, Leiter Schulärztlicher Dienst Kt ZH, für die Rekrutierung der Teilnehmenden

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumünstliweg 8
8000 Zürich

Telefon 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Ziele



- Es ist nicht primäres Ziel während des Lagers eine Gewichtsreduktion zu erreichen
- Ziel ist es das Bewegungs- und Ernährungsverhalten positiv zu beeinflussen

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumünstliweg 8
8000 Zürich

Telefon 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Ziele




- Freude an Bewegung und Sport vermitteln
- Sensibilisierung für die positive Wirkung von Sport und Bewegung für Gesundheit und Wohlbefinden

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumünstliweg 8
8000 Zürich


Telefon 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Ziele



- Wissen über (gesunde) Nahrungsmittel vermitteln, bewusstes Essen fördern, alltagstaugliche Essstrategien aufzeigen
- Kochwissen vermitteln und Erfahrungen ermöglichen



Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumünstliweg 8
8000 Zürich

Telefon 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Ziele

- Selbstvertrauen stärken, Umgang mit Stress und Konflikten verbessern
- Eigenverantwortung fördern, Verhaltensänderungen initiieren
- Austausch mit und Motivation durch gleichaltrige Betroffene

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumünstliweg 8
8000 Zürich

Telefon 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Leiterteam

- 2 Sportlehrerinnen, 2 erfahrene J+S-Leiter
- 1 Ernährungsberaterin HF (akj), eine ernährungspsychologische Beraterin
- Psychologin für Gruppengespräche
- Hauptleitung Martina Kropf

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumünstliweg 8
8000 Zürich

Telefon 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Ablauf






- 18. April Start mit einem Familien Event im kantonalen Sportzentrum Kerenzlerberg
- 19. April Weiterreise nach Davos
- 20. bis 24. April Tagesprogramm in Davos
- 25. April Lagerabschluss und Heimreise

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumattweg 8
8050 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Programm


- täglich 4 Stunden Sport 
- jeweils eine Gruppe ist für die Mahlzeiten zuständig 
- Gruppengespräche mit der Psychologin 

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumattweg 8
8050 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Specials

- Miteinbezug der Eltern
- Bewegungsmessgerät ActiSmile 
- medizinischer Check

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumattweg 8
8050 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Familien Event

- Kinder und Eltern verbringen gemeinsam den ersten Lagertag
- Lektionen im Bereich Sport und Ernährung und medizinischer Check
- Vermittlung von Basiswissen zu gesunder Ernährung, Animation zu mehr Bewegung im Familienalltag, gemeinsam Sport machen

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumattweg 8
8050 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Abschlussgespräch

- Mit jeder Familie wird ein individuelles Abschlussgespräch geführt
- Mit Vertretern von akj und der Fachstelle Sport
- Beratung, Information, Unterstützung, Auswertung

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumattweg 8
8050 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Fachstelle Sport

Evaluation

- Erfassung von Sportaktivität, Bewegungs- und Ernährungsgewohnheiten
- Erfahrungen der Teilnehmenden
- Konzeption und Organisation

Fachstelle Sport
043 Kanton Zürich
Neumattweg 8
8050 Zürich

Tel 043 259 52 52
Fax 043 259 52 80
www.sport.zh.ch
info@sport.zh.ch

Kontaktadressen

- www.sport.zh.ch
- www.akj-ch.ch
- www.zks-zuerich.ch
- www.zuerilaufcup.ch
- www.midnight-network.ch
- www.open-sunday.ch