



schweiz.bewegt ***suisse.bouge*** ***svizzera.muove***

- Das Bundesamt für Sport BASPO hat im Auftrag des Bundesrates 2005 das Sportförderprogramm «schweiz.bewegt» initiiert.
- Bei schweiz.bewegt ist der Zugang für die ganze Bevölkerung (jung&alt, trainiert&untrainiert, weiblich&männlich, Familien, Firmen etc.) ohne Leistungsdruck uneingeschränkt möglich.
- Die Projekte von «schweiz.bewegt» setzen bei den gesellschaftsrelevanten Themen «Bewegungsförderung» und «Gesunder Ernährung» und damit bei zwei wesentlichen Faktoren der «Volksgesundheit» an.

DIE IDEE VOM GEMEINDE DUELL

- Das «Coop Gemeinde Duell» ist das nationale Programm zur **Förderung von mehr Bewegung und möglichst gesunder Ernährung in den Gemeinden.**
- Die Gemeinden organisieren **in Zusammenarbeit mit Vereinen, Schulen und Privaten** Sport- und Bewegungsangebote für die Bevölkerung. Das Projekt soll Vereinen auch als Plattform dienen, sich der Bevölkerung zu präsentieren und neue Mitglieder zu gewinnen.
- Ziel für die teilnehmenden Personen ist es, möglichst viele **Bewegungsminuten** für die Gemeinde zu sammeln. Dabei wird bewusst die Bewegungszeit und nicht die Leistung gemessen, um ein Mitmachen für alle Alterskategorien, ohne Leistungsdruck zu gewährleisten. **Gesucht sind die bewegtesten Gemeinden der Schweiz!**
- Die Bewegungsminuten werden über eine **App** erfasst.
- Die Gemeinden werden durch die zentrale Projektleitung von «**schweiz.bewegt**» **ideell, materiell, logistisch und kommunikativ unterstützt.**
- **Die Gemeinden übernehmen die Trägerschaft des Anlasses.** Sie sind in Zusammenarbeit mit Vereinen, Schulen und Privaten verantwortlich für die Konzeption, Kommunikation, Vorbereitung und Durchführung.

WARUM ES SICH FÜR DIE GEMEINDE LOHNT, MITZUMACHEN

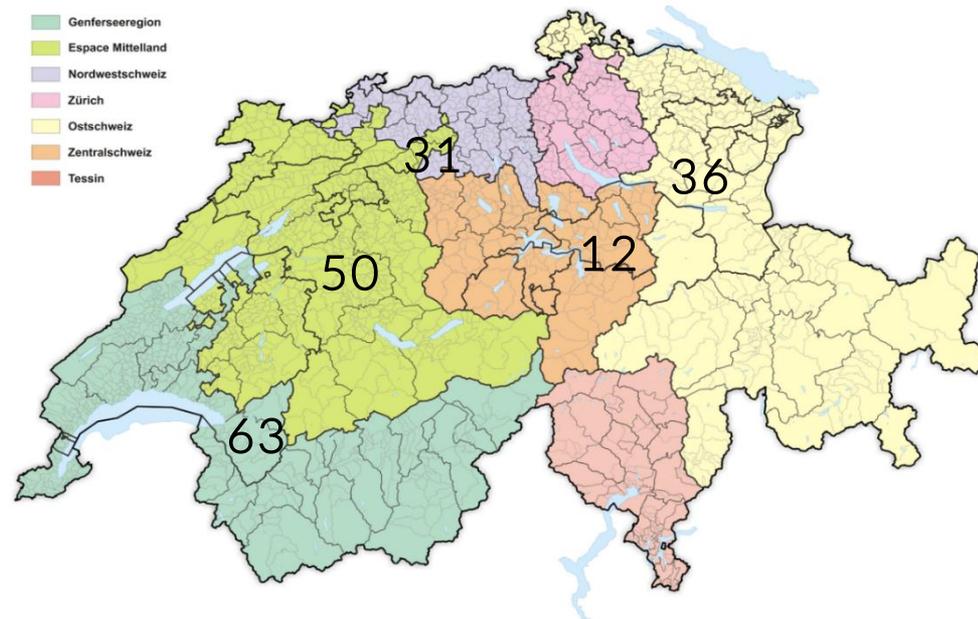
- Das Projekt ist ein **Bewegungsfest** für die ganze Bevölkerung. Diese kann das **Sport- und Bewegungsangebot** in der Gemeinde kennenlernen und wird zu mehr Bewegung motiviert.
- Das Projekt belebt das Vereinsleben. Es soll **Vereinen als Plattform dienen**, sich der Bevölkerung zu präsentieren und neue Mitglieder zu gewinnen. Auch "Nicht-Sport-Vereine" können beim Projekt mitmachen (siehe Umsetzungsbeispiele weiter unten).
- Nebst der Bewegungsförderung, soll die Teilnahme das **“Wir-Gefühl“** in der Gemeinde fördern. Beim «Coop Gemeinde Duell» finden Personen **verschiedenster Nationalitäten und Bevölkerungsschichten** zusammen. Die Aktivitäten sind somit für jedermann gedacht und es können Personen mit verschiedenen körperlichen Voraussetzungen teilnehmen.
- Die Gemeinde kann selbst bestimmen, **an wie vielen Tagen und zu welcher Zeit welche Bewegungsangebote stattfinden** (zwischen dem 1. Mai – 2. Juni).
- Die Teilnahme ist ein **Engagement für nachhaltig mehr Bewegung**. Auch Synergien innerhalb der Gemeinde können genutzt und somit langfristig ein Bewegungs- und Sportnetz ausgebaut werden.

RÜCKBLICK 2023

TEILNEHMENDE GEMEINDEN MAI 2023	
	Anzahl Gemeinden
	192
Split nach Regionen	
Genferseeregion/Wallis (GE/VD/VS)	63
Espace Mittelland (BE/FR/NE/JU)	50
Nordwest-CH (BL/AG/SO)	31
Zentral-CH (LU/NW/OW/SZ/UR/GL)	12
Ost-CH/Zürich (GR/SG/TG/AR/SH//ZH)	36
Tessin	0

> 60 Millionen Bewegungsminuten

> 450'000 Teilnehmende



DIE RAHMENBEDINGUNGEN

- Teilnehmen können Städte und Gemeinden aus der ganzen Schweiz
- Zeitraum: 1. Mai – 2. Juni 2024
- Um die «bewegtesten» Gemeinden zu finden, werden die Bewegungsminuten der Teilnehmenden erfasst. Die Gemeinde nimmt automatisch an einem nationalen Vergleich teil.
- 4 Kategorien, Prämierung der drei Gemeinden / Kategorie mit den meisten Bewegungsminuten
 - Kategorie A: 0 – 2'000 Einwohner
 - Kategorie B: 2'001 – 5'000 Einwohner
 - Kategorie C: 5'001 – 10'000 Einwohner
 - Kategorie D: ab 10'001 Einwohner
- Während dem Duell ist auf der Webseite die aktuelle Rangliste / Kategorie aufgeschaltet (wird laufend aktualisiert).

GEMEINDEN MIT EINER EINWOHNERZAHL ZWISCHEN 0 UND 2000



Pos	Gemeinde	Minuten
4	CUDREFIN	413'222 MINUTEN
5	AMLIKON-BISSEGG	295'782 MINUTEN
6	TOBEL-TÄGERSCHEN	293'704 MINUTEN
7	FLÜHLI	257'712 MINUTEN
8	RECHERSWIL	250'928 MINUTEN
9	TENNIKEN	201'559 MINUTEN
10	HÄRKINGEN	173'966 MINUTEN
11	MASSONNENS	173'678 MINUTEN
12	CREMINES	128'160 MINUTEN
13	ABTWIL	118'359 MINUTEN

DUELLFORMEN

Alle Gemeinden treten im **schweizweiten Vergleich** gegeneinander an. Es werden die bewegtesten Gemeinden der Schweiz gesucht.

Schweizweiter Vergleich

Gemeinde A in ihrer Kategorie gegen die Schweiz



Zusätzlich können Gemeinden – wenn sie möchten – ein weiteres Duell lancieren:

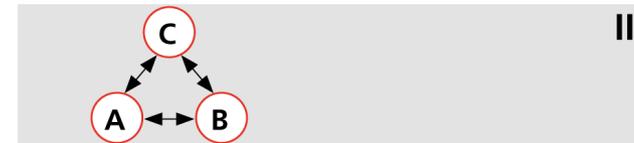
Standard Gemeinde Duell

Gemeinde A gegen Gemeinde B



Multi Gemeinde Duell

A : B : C (drei oder mehr Gemeinden gegeneinander)



Internes Gemeinde Duell

Gemeindeinternes Duell (z.B. Männer gegen Frauen, U30 gegen Ü30 etc.)

Gemeinde gegen eigene Minuten vom Vorjahr

Gemeinde möchte die Minuten vom Vorjahr übertreffen

KOSTEN

Dank unseren Projektpartnern ist die Teilnahme für alle Gemeinden **kostenlos**.

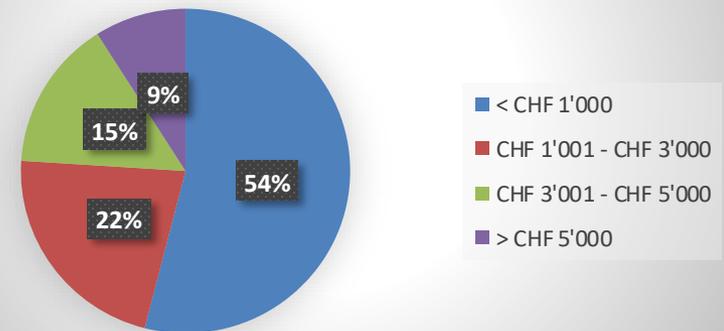
Teilnehmende Gemeinden werden von schweiz.bewegt zudem umfangreich mit **kostenlosem Material** unterstützt:

- Eventmaterial (Zelt, Plakate, Banden, Beachflag, Staff Shirts, etc.)
- Tolle Produkte zur Abgabe an die Teilnehmenden (Getränke, Snacks, etc.)
- Zeiterfassungs-Tool
- Eigene Gemeinde-Webseite
- Informationsunterlagen und Vorlagen (Pendenzenlisten, Musterbriefe, Flyer, etc.)
- Ansprechperson schweiz.bewegt
- Profitieren Sie zudem von tollen kostenlosen Partnerangeboten. Coop beispielsweise stellt einigen Gemeinden über eine gewisse Zeit kostenlos eine Hüpfburg zur Verfügung.

Wir empfehlen den Gemeinden ein kleines Budget für die Kommunikation (Druck Flyer/Programmheft, Haushaltversand, Inserat, etc.) zu machen (siehe Diagramm rechts).

Viele Kantone unterstützen das Projekt über den Swisslos Sportfonds. Teilnehmende Gemeinden können beim Kanton finanzielle Unterstützung beantragen (siehe nächste Folie).

Finanzielle Aufwände seitens Gemeinde 2023



UNTERSTÜTZUNG - FINANZIERUNG

Folgende Kantone unterstützen die am Projekt teilnehmenden Gemeinden finanziell:

Aargau	Appenzell Ausserrhoden*
Baselland	Graubünden
Jura*	Luzern*
Nidwalden	Schaffhausen
Solothurn	Schwyz
Thurgau	Waadt
Zürich	Zug*
Glarus	

* *Entscheidung von Fall zu Fall*

MATERIAL



UMSETZUNGSBEISPIELE

- **Vereine oder Studios** machen ihre Trainings öffentlich / laden zum schnuppern ein
- **Schulen** organisieren Sporttage, bewegte Hausaufgaben, Frühturnen etc.
- **Private** (gemeinsamer Hundespaziergang, Kinderwagenspaziergang, Joggen, Velofahren etc.)
- **Sonstiges**
 - Spielturniere
 - Dorf-OL
 - Vitaparcours
 - Krimiwanderung / Vollmondspaziergang
 - Musikmarsch / “bewegte” Chorprobe
 - Dorf-Putzete / Clean-up Day
 - Online-Kurse, als Idee für zum Beispiel Tanzstudios, Fitness-Studios (Workouts), etc.
 - Feuerwehr-Plausch, als Idee für die Feuerwehr, mit ein paar Übungen?
 - Bewegter Gottesdienst

SCHNUPPERLEKTION / ÖFFENTLICHE TRAININGS



RUNDKURS / PARCOURS



SPIELTURNIERE



BEWEGUNGSTAG / POSTENLAUF



SONSTIGES



RÜCKMELDUNGEN AUS DEN GEMEINDEN



Bewegter Gottesdienst in Lindau/ZH

Das Duell hat die Gemeinde noch mehr zusammen geschweisst! Die Kindergarten-Eltern kamen ALLE zum Mitturnen!!! – OK Glarus Süd

«Die Kinder gehen jetzt zu Fuss zur Schule und wollen nicht mehr von den Eltern gefahren werden, damit sie Bewegungsminuten für unsere Gemeinde sammeln können.» – Schulleiter Menznau/LU

«Es gab nur noch dieses Thema im Dorf» - OK Dachsen

«Es ist ein geniales Projekt. Ich bin überwältigt, wie viele bei uns mitmachen und welches Echo es gibt.» – OK Uzwil/Oberuzwil

«In Bex freuen sich die Leute richtig auf die Bewegungswoche! Nicht nur wegen den vielen Sportmöglichkeiten, auch für das gemütliche und das gemeinsame Erlebnis» – OK Bex/VD

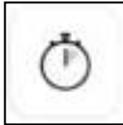


Spinning-Velos in der «Stammbeiz» in Isenthal/UR

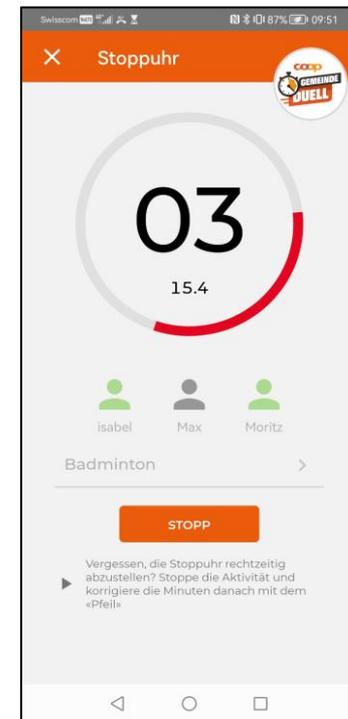
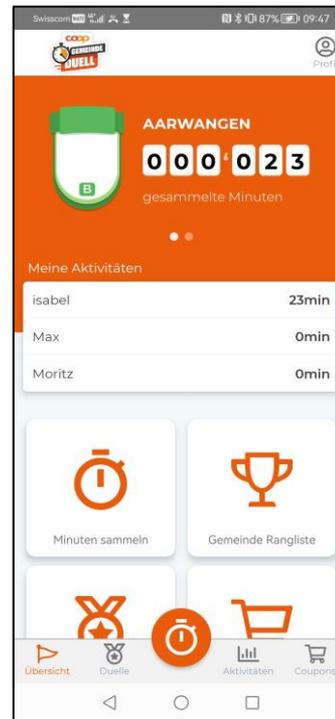
Beim freiwilligen Frühturnen in der Schule Menznau/LU waren anfangs Woche 12 Kinder dabei, am Donnerstag kamen bereits fast 50 freiwillige Morgenturnerinnen- und Turner.

BEWEGUNGSMINUTEN SAMMELN

- Gruppenaktivitäten bzw. Aktivitäten aus dem öffentlich ausgeschriebenen Coop Gemeinde Duell-Programm können in der «Operator-App» ganz einfach erfasst werden: bspw. Unihockey Turnier mit 90 Teilnehmenden à 90 Minuten



Individuelle Bewegungsminuten (unabhängig vom offiziellen Programm der Gemeinde) können mit der «Coop Gemeinde Duell-App» vom 1. Mai – 2. Juni gesammelt werden. Die Minuten gehen auch aufs Gemeinde-Minuten-Konto.



Wichtig: Für die Erfassung via Operator App müssen die Bewegungsangebote kostenlos sein. Zudem muss das Angebot öffentlich und/oder zusätzlich sein.

PARTNERSTRUKTUR

Dank unseren Projektpartnern können wir den Gemeinden das gesamte Event-Material, diverse Give-Aways, die Apps für die Zeiterfassung, Kommunikationsmöglichkeiten etc. kostenlos zur Verfügung stellen!

Titelsponsor

The logo for Coop, featuring the word "coop" in a lowercase, rounded font. The letters are colored in a gradient from orange to yellow.

Nationaler Partner

The logo for groupe mutuel, with "groupe" in a lowercase sans-serif font and "mutuel" in a lowercase sans-serif font with a yellow underline.

Produkte-/Offizielle Partner

The logo for suva, with the word "suva" in a bold, lowercase sans-serif font.The logo for sieber, with a blue arrow icon pointing right, followed by the word "sieber" in a lowercase sans-serif font and the tagline "the way of logistics" below it.The logo for tetesept, with the word "tetesept:" in a lowercase sans-serif font.The logo for TWERENBOLD, with a green leaf-like graphic and the text "TWERENBOLD" in a bold, uppercase sans-serif font. Below it is the tagline "Aussen in guter Gesellschaft" and a small Swiss flag icon.The logo for BRING PLASTIC BACK, with the text "BRING PLASTIC BACK" in a bold, uppercase sans-serif font and "sammelsack.ch" below it, all within a circular graphic.

**schweiz.bewegt würde sich freuen, auch
Ihre Gemeinde im 2024 mit Ihnen
«bewegen» zu dürfen.**