



WIR BEWEGEN ÄLTERE MENSCHEN UND KINDER GEMEINSAM

An einer Schweiz mitbauen, die sich bewegt und gesunde Menschen in jedem Alter vereint

Liebe Leserinnen und Leser, Liebe Weggefährten und Partner:innen,

Viele Sportarten werden durch eine Art Begrüssungsritual gestartet. In Teamsportarten ist dies oft ein "High Five", ein gemeinsames Klatschen und Anfeuern oder eine kurze Umarmung mit einem "Let's go" oder "Ready?". Michelle Obama hat unter dem Motto "Let's Move" in den USA eine Kampagne lanciert, die Kinder und Familien zu mehr Bewegung motivieren soll. Der Slogan Let's Move kann in diesem Sinne als Aufforderung und Begrüssung zugleich verstanden werden. "Vamos!" (Spanien) oder "Allons-y" (Frankreich) sind in beiden Ländern quasi Aufforderung zur Bewegung. Und die Maori begrüssen sich mit ei-

nem Ritual mit Nasenberührung, das oft vor gemeinsamen Aktivitäten bzw. Sport eingesetzt wird.

Was ist die Moral der Geschichte? Bewegungsaktivitäten wie auch Sportbetätigungen sind meist sehr verbindend, es findet eine Begegnung und ein Austausch statt. Auf diese Weise wirken sich Sport und Bewegung nicht nur auf der körperlichen Ebene aus, sie steigern auch das Wohlbefinden und die soziale Zugehörigkeit. Das ist, was uns an intergenerativen Aktivitäten, die ältere Menschen wie auch Kinder vereinen besonders gut gefällt.

Die Allianz Bewegung Sport Gesundheit, zu der Hopp-la ebenso gehört, hat die Vision, dass sich in der Schweiz alle Menschen genügend und als selbstverständlicher Teil des Alltags bewegen können. Damit dies nicht nur ein hehrer Wunsch ist, wurde eine Agenda für das Bewegungsland Schweiz erarbeitet. Im Zentrum der vorgeschlagenen Massnahmen steht die Erweiterung des heutigen Bundesamts für Sport (BASPO) zu einem Bundesamt für Sport und Bewegung. Lesen Sie in unserem Beitrag mehr zu diesem spannenden Thema. Sie blicken gerne über die Grenzen und schauen, wie andere Länder ge-

wisse gesellschaftliche Fragen angehen und welche Lösungen sie gefunden haben? Im Interview mit der Ethnologin Samira Hüsler erfahren Sie, wie in Japan die intergenerationelle Betreuung älterer Menschen organisiert wird und wie auf persönliche Initiative hin andere Generationen in die Altenbetreuung integriert werden, insbesondere Kinder.

Und Hopp-la? Wir organisieren anlässlich der Health Expo am 30. Mai 2026 im Aussenbereich der Messe Basel einen Generationentanz. Alle sollen mitmachen, von Jung bis Alt. Tanzvorkenntnisse sind nicht nötig. Eine Tanzpädagogin wird den Tanz orchestrieren und wir hoffen, dass sich mindestens 500 Menschen jeden Alters gleichzeitig bewegen werden. So entsteht der grösste GenerationenTANZ-Event, der in der Schweiz je stattgefunden hat. Wir freuen uns, wenn sich Kindertanzschulen anmelden, wenn Senior:innen den Weg an die Health Expo finden und wenn zahlreiche bewegungsfreudige Menschen sich an diesem Tag in einem gemeinsamen Tanz vereinen.

Herzlich
Lars Funk, Geschäftsführer Hopp-la

Lars Funk, Geschäftsführer