

Swiss Orienteering 3. November 2018

Dr. Max Stierlin

# Engagierte Mitglieder in Aufgaben und Ämtern im Verein

(Bei Gruppenbezeichnungen wie «Trainer» sind die Frauen natürlich mitgemeint)



Hoffnungsebene

Realitätsebene

*„Wenn der Wind des Wandels  
weht,*

*bauen die Einen Schutzmauern*

*... und die Andern Windmühlen.“*

Wir danken den Vereinen, die bei  
der Befragung mitgemacht  
haben.



**Einsteigen bitte  
für die Reise in die Zukunft  
Ihres Vereins**



Was wollen und wünschen sich Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Verein? Wie und warum wechseln sie in andere Vereine? Welche Erwartungen haben sie an die Übernahme von Ämtern in welchen Lebensetappen?

Die Antworten auf solche Fragen auf der Grundlage von Befragungen findet man im «Isebähnli» des ZKS.

*„Ein Verein ist der nie ganz  
erfolgreiche Versuch,  
das Chaos einigermaßen zu  
ordnen.“*

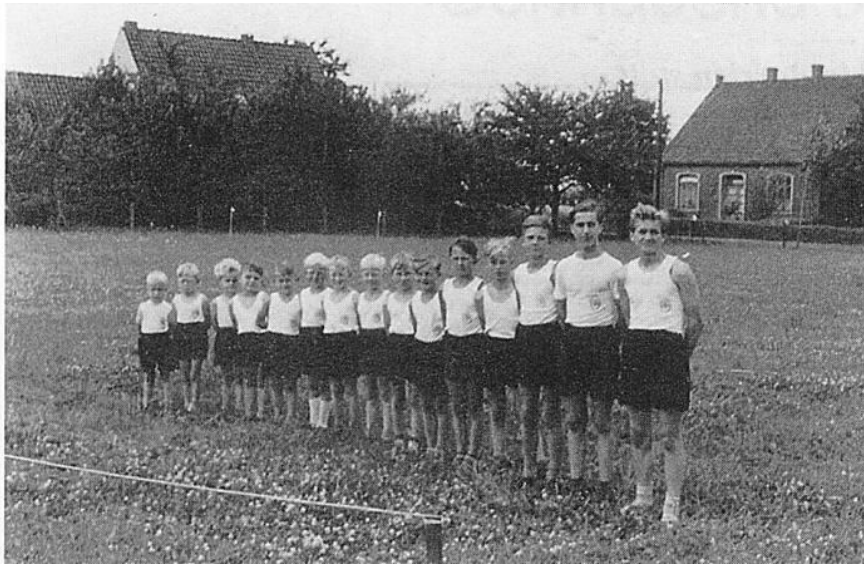
*Prof. Ansgar Thiel*

Im Verein hängt alles von **einzelnen**  
**Personen** ab,  
die den Vereinsalltag prägen.



Jeder Verein ist verschieden und eine eigene Welt für sich.

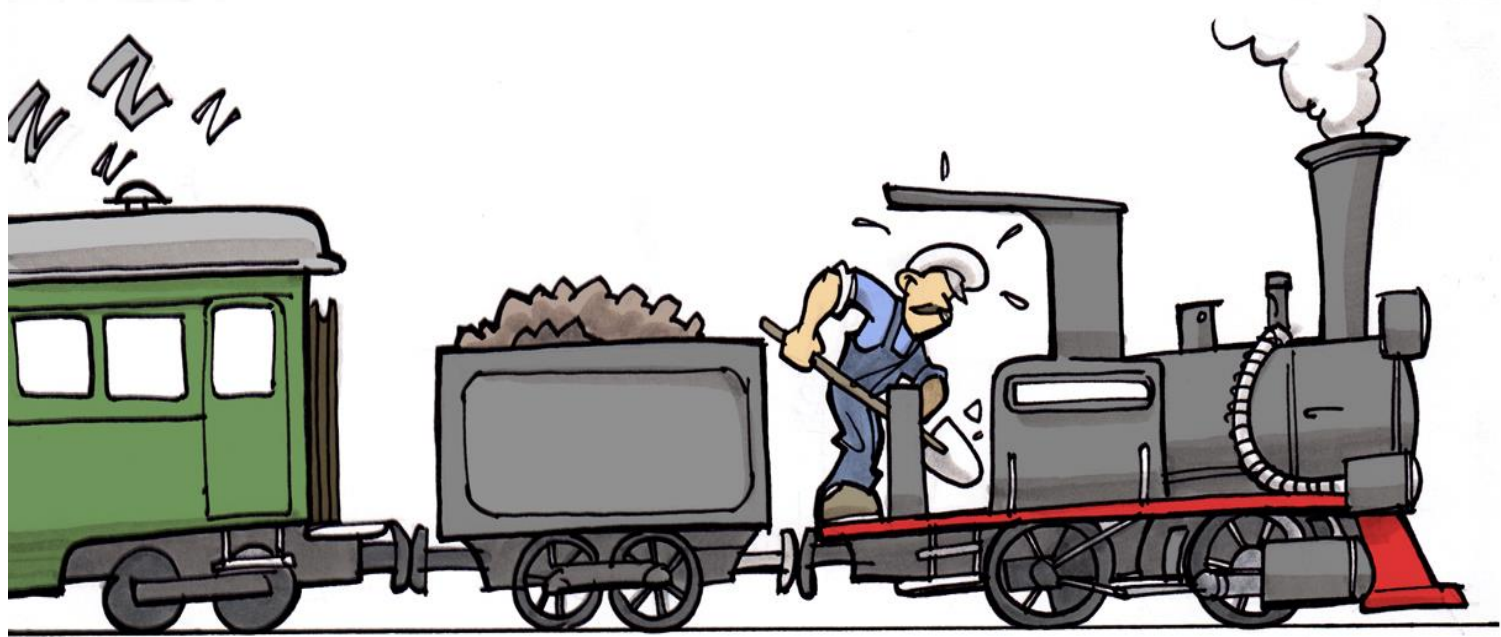




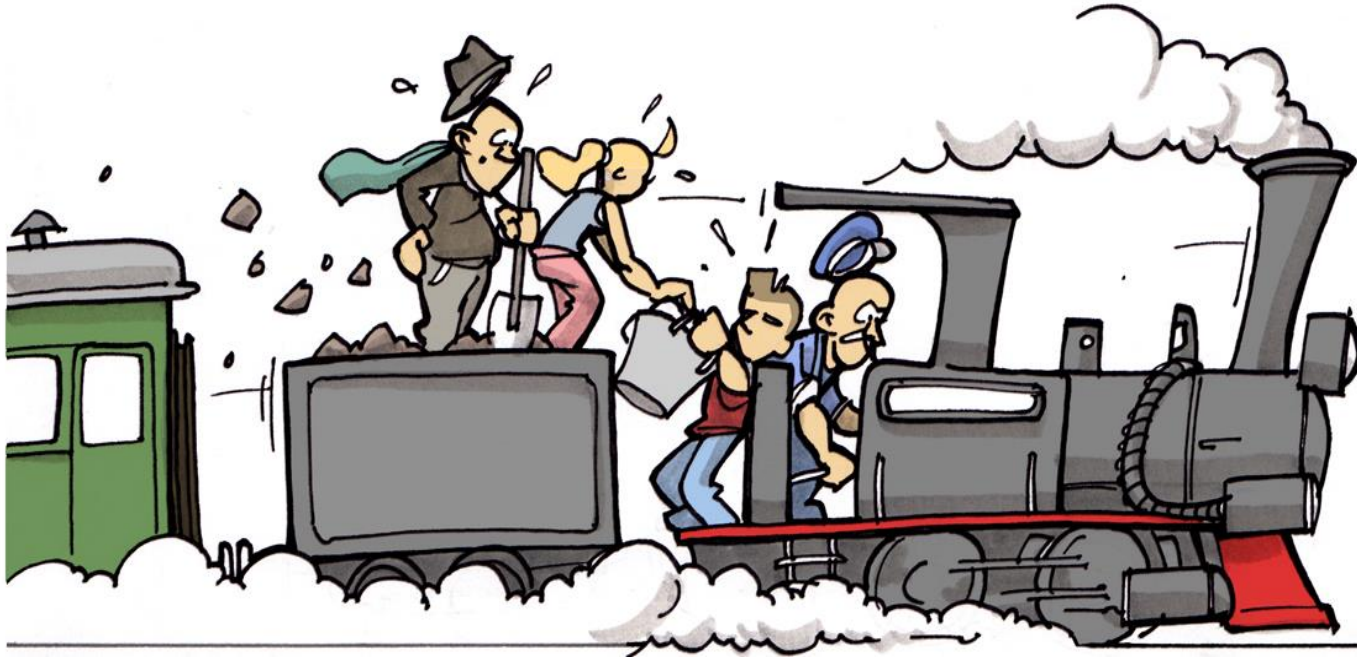
Die Sportvereine sind vielfältiger und farbiger geworden und haben mehr Angebote und mehr Leitungspersonen.



Vereine sind Gemeinschaften, die durch Solidarität und Leistungen ihrer Mitglieder die Voraussetzungen dazu schaffen, die gewählte Sportart zu erlernen und zu erleben.



Wenn die Passagiere im Wagen sitzen bleiben und nur der Heizer schaufelt, kommt man nur langsam vorwärts.



Erst wenn alle Mitglieder mit  
anpacken, kommt der Zug in Fahrt.

# Bevölkerungsentwicklung

Arbeit / Beruf

Freizeit

Gemeinsame Ziele

Sportarten/Turnen/Ausrichtung

Mitglieder

Ehrenamtliche

Kultur

Ambiente

Qualität

Helfende

Vorstände

Gemeinsame Werte-Basis

Mobilität

Längere Arbeits- und Schulwege

Wohnortwechsel

Familie / Partnerschaft

Längere Ausbildungszeiten

Neue Sportarten

Ausbildung, Wissen,  
Technik, Regeln

Finanzen, Anlagen,  
Ausrüstung

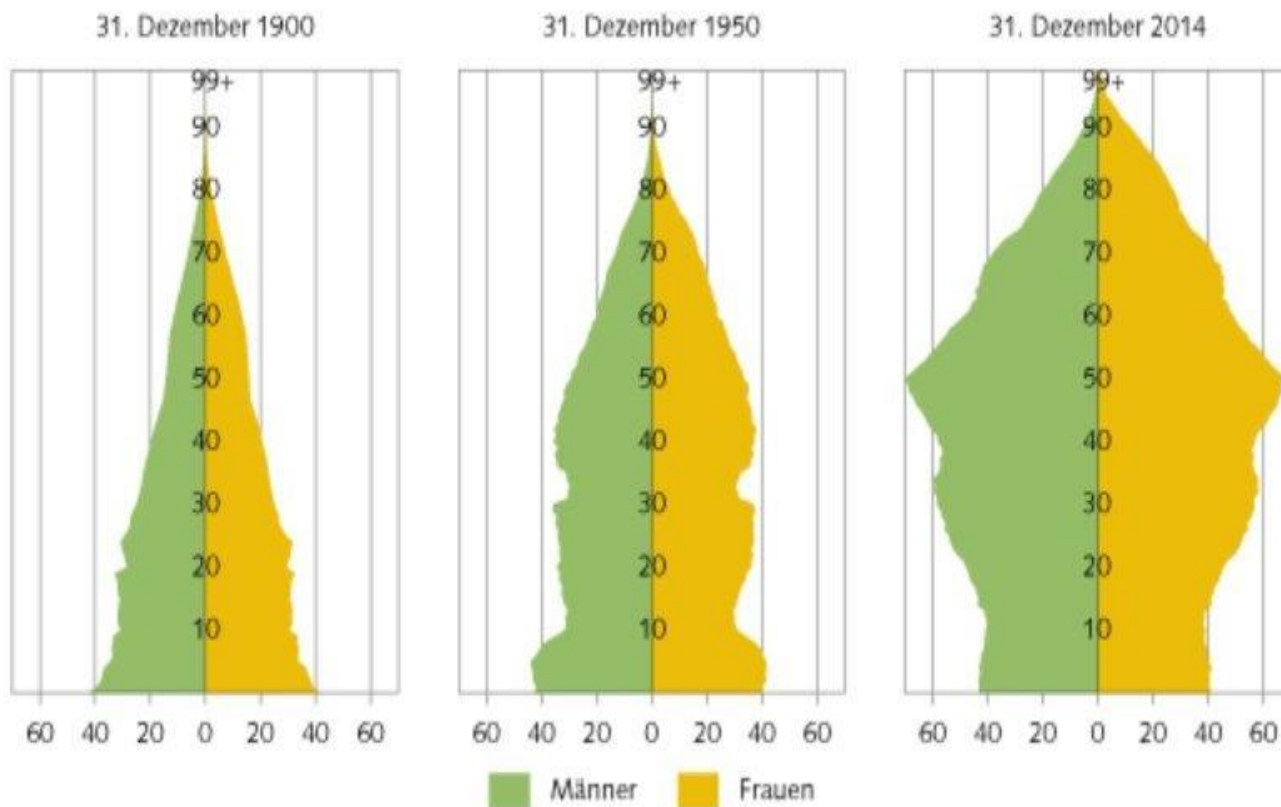
Länger aktiv selbst Sport treiben

Lebenslange Fortbildung

Altersgruppen

## Altersaufbau der Bevölkerung

Anzahl Personen in 1000



## Q1 Unser Verein ist mit seiner Situation zufrieden

ja	54%
teilweise	38%
nein	8 %



**Q 4 Die Mitglieder, welche sich für Vereinsaufgaben zur Verfügung stellen (können), nehmen ab.**

**ja**

**45 %**

**teilweise**

**26 %**

**nein**

**29 %**

**Sp**ass ist das beflügelnde Gefühl,  
dass dann entsteht,  
wenn man eine **selbst gewählte**  
**Herausforderung**  
mit **Einsatz seiner eigenen Fähigkeiten**  
erfolgreich **bewältigen** kann.

**Q 5 Für projektbezogene Aufgaben  
(Wettkämpfe...) gelingt es uns eher, engagierte  
Mitglieder zu gewinnen, als für langfristige  
Verpflichtungen (Vorstand...)**

**ja**

**56 %**

**teilweise**

**28%**

**nein**

**6%**

**Q 3 Wir haben eine Kultur der Wertschätzung und der Danksagung, die uns das Suchen nach neuen Vorstandsmitgliedern erleichtert.**

**ja**

**53%**

**teilweise**

**35%**

**nein**

12%

## Q 6 Wir verpflichten Mitglieder zur Mithilfe an Vereinsaktivitäten wie Wettkämpfen

ja	13%
Keine Verpflichtung	0%
Nein, wir finden genügend Helfer	<b>83%</b>
Weiss nicht	4%

Die Heinzelmännchen ..



.. ihre  
fleißigen  
Helfer.

Die Waage zwischen  
dem Einsatz von Zeit  
und Fähigkeiten...



... und dem  
erwarteten Nutzen  
muss im  
Gleichgewicht sein.





Ausübung und Übernahme von  
Verantwortung im Sport sind  
heute von den Herausforderungen  
in den Lebensetappen bestimmt.

# Sportgelegenheiten und Angebote für Kinder und Jugendliche

**Kinder und Jugendliche betreiben Sport in vielerlei Formen.** Dieses Modell zeigt die Angebote im Sport. Sportbiografien verlaufen in Etappen, denn Kinder und Jugendliche müssen oder wollen sich an Wegscheidungen neu orientieren.

START

Kinder probieren neugierig vieles aus

- Durch Bewegungserfahrungen erweitern sie ihre Fähigkeiten.
- Kinder wollen zunächst spielen und lernen dabei, gemeinsam Regeln zu setzen und einzuhalten.
- Eine kindergerechte Einführung in den Sport muss bis zu einer sicheren Fähigkeiten fördern und Einblick in mehrere Sportarten geben.

## Familie

## Freies Spielen

## Pfadi/Jungschar

## Verein

## Schule

Geschwister und Nachbarkinder sind die ersten Spielkameraden. Eltern führen ihre Kinder ins Ballspiel, Velofahren, Inlines, Skifahren usw. ein.

Zeit auf Spielplatz und Tschuttiwiese, Schulhof, Strassen, Märken und im Schwimmbad.

In der Pfadi oder Jungschar erleben Kinder vielfältige Spiele, Wandern und Abenteuer in der Natur. Das sind Grundlagen für Team- und Outdoor-Sportarten.

Kinder geraten meist zufällig in den ersten Sportverein. J+S-Kids führt sie ins Vereinsleben ein und bereitet sie auf die Wahl ihrer erköhligen Sportart vor.

Der Schulsport führt Kinder zur Freude an vielfältigem Spiel und Sport. J+S-Kids strebt mit zusätzlichen freiwilligen Lektionen die tägliche Sportstunde an.

Im Sportunterricht lernen alle Schülerinnen und Schüler die Grundtechniken für viele Sportarten und für das Sporterleben in Freizeit und Verein.

Im Sportverein treffen Jugendliche regelmässig ihren Kolleg\*innen. Die meisten wünschen ein Gleichgewicht zwischen ernsthaftem Sport, Spass und Zusammensein.

In Schülermeisterschaften, Feriensportwochen oder im Ferienpass lernen Jugendliche geeignete Sportarten und Leiterpersonen aus dem Verein kennen.

Die Angebote im freiwilligen Schulsport ergänzen und vertiefen den Sportunterricht. Sie sind eine Brücke zum Verein, weil viele hier ihren Sportart finden.

In bewegungsaktiven Cliquen auf der Strasse, der Skitouranlage und auf dem Schulhausplatz geben sich Jugendliche erfolgserhebende Tipps und Tricks weiter.

## Schule

## Sportverein

## Schülermeisterschaften und Feriensportwochen

## Freiwilliger Schulsport

## In der freien Zeit

Dank der Ausbildung in Schule und Verein können Jugendliche nun Sportaktivitäten selbständig organisieren, «adventures» bestehen oder Touren unternehmen.

Der Freizeitsport unter Kollegen ist oft auf Events und Contests ausgerichtet. Das bringt Spass, Herausforderungen und Gemeinschaftserlebnisse.

Als HfM- und Gruppenleiter engagieren sich viele in der Ausbildung und Betreuung der Jüngeren. Jeder sechste eines Jahrgangs besucht einen J+S-Leiterkurs.

Sportvereine müssen einserseits leistungsorientiertes Training und andererseits Spielgruppen mit Ausrichtung auf Geselligkeit, Spiel und Spass anbieten.

Der Sportunterricht vermittelt Tipps für einen verantwortbaren Umgang mit dem Körper und gibt Einblick in vorhandene Sportmöglichkeiten im Umfeld.

## Selbst entscheiden

- Mit 10–14 Jahren kennen Jugendliche ihre Fähigkeiten und Vorlieben besser.
- Viele bleiben bei der bisherigen, andere wechseln in eine für sie geeignetere Sportart.
- Diese Neuorientierung braucht Beratung und Einblick in andere Sportarten.
- Jugendliche gewinnen Kraft und Ausdauer und lernen rasch neue Fertigkeiten.
- Sie wollen sich im «richtigen» Sport bewähren.

## Neuorientierung

- Wenn mit 15–16 Jahren Berufslehre und Mittelschule mehr Zeitaufwand verlangen, müssen viele Jugendliche aus ihrem Trainingsteam ausscheiden.
- Doch ist regelmässiges Sporttreiben mit den Kollegen weiterhin gesucht.
- Dafür braucht es Angebote, in denen man das Erleben der gewünschten Sportart mit Ausbildung und Berufseinstieg vereinbaren kann.

## Selbstorganisiert

## Freizeitangebote

## Leitertätigkeit

## Sportverein

## Berufs-/Mittelschule

## Auf dem Weg zum lebenslangen Sport sollte man jetzt gelernt haben ...

- Altersangepasste sportliche Herausforderungen finden.
- Die Gewohnheit, täglich mit Bewegung, Spiel und Sport einen Ausgleich suchen.
- In der Familie und mit Partnern und Kollegen sportliche Freizeitaktivitäten anregen und (mit)organisieren.
- Aktiv in Vereinen mitmachen und Verantwortung übernehmen.

# Kinder und Jugendliche

Schule

Berufslehre

Gleichaltrigengruppen

Seine Fähigkeiten entdecken und die

Fortschritte vorzeigen

Sich bewähren

Stolz auf das eigene Können



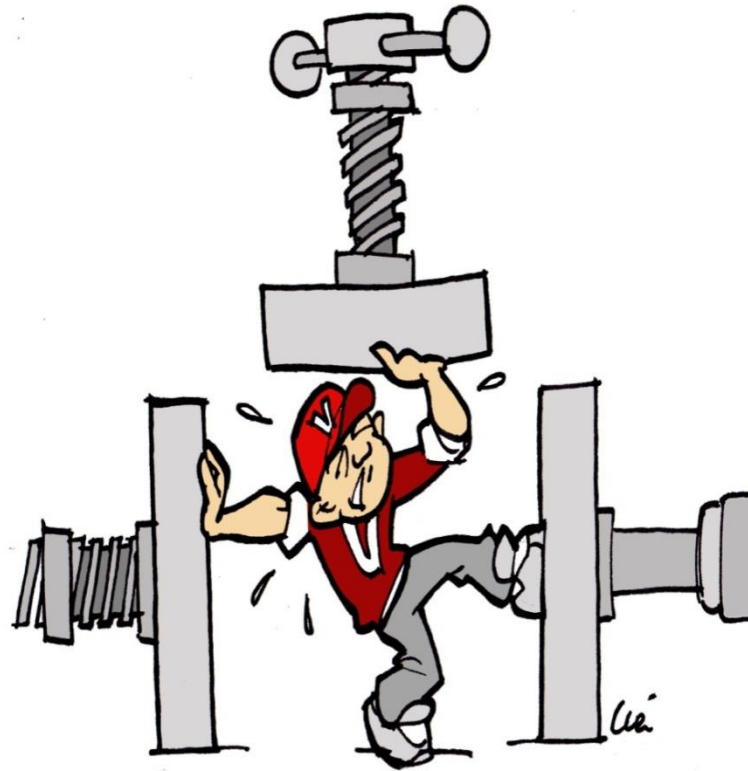
*„Jugendliche bleiben im Verein,  
wenn sie Wertschätzung erfahren,  
Freunde finden und sportlich  
mithalten können.“*

Eine selbstgewählte Aufgabe erfolgreich zu erledigen, bringt Jugendlichen Anerkennung und Selbstsicherheit.



Die wichtigste Nutzenerwartung der  
Gesellschaft an die Sportvereine  
ist heute

die Förderung von Mitwirkung und  
Mitverantwortung der Jugendlichen.



Jugendliche und junge Erwachsene sind von vielen Seiten unter Druck gesetzt.



Jugendliche springen von einem Zug auf den andern, um ja nichts zu verpassen.





Man muss die sozialen Talente ebenso fördern wie die sportlichen.

**Q9 Wir binden die Junioren in die Trainingsgestaltung und/oder die Wettkampfbegleitung ein**

**ja**

**66%**

**teilweise**

10%

**Weiss nicht**

**24%**

## Q14 Fördert Ihr Verein den Besuch von J+S-Leiterkursen durch Junioren

ja

**79%**

nein

**20%**

**Q16 Fördert (resp. würde) Dein Verein den Besuch von  
Verbandsausbildungen für Kartenaufnahme o.ä. für  
Junioren (fördern)**

**ja**

**79%**

**teilweise**

**20%**

**Q15 Wir fördern den Besuch von kantonalen  
Leiterausbildungen für 14-17jährige Junioren**

**ja**

**42%**

**nein**

**58%**

# Junge Erwachsene

Berufseinstieg

Weiterbildung

Studium

Auslandsemester

Gemeinschaft

Clique

Partnerschaft

Suche nach Herausforderungen



## Erwachsenen und Senioren im Sport

**Man muss die Erwachsenen heute in mehrere Altersgruppen unterteilen.** Diese unterscheiden sich nicht nur nach Aufgaben in Beruf und Familie, sondern auch nach Bedürfnissen und Vorlieben in der Freizeit und im Sportausüben. Die «rote Bahn» zeigt das – wenn auch stark vereinfacht – auf.

### Die Jungen Erwachsenen

Sie stehen zwischen dem Abschluss der Berufsausbildung oder Mittelschule und dem Berufseintritt und der Familiengründung. In diese Orientierungszeit fallen auch Zusatzausbildungen und Auslandsaufenthalte. Junge Erwachsene mit noch viel verfügbarer Zeit und Einkommen suchen vielfältige und herausfordernde Erlebnisse in Freizeit und Sport als Ausgleich zur Schule und Beruf. Sie treffen sich im Verein zu regelmässigem Sport und verabreden sich mit Partnern und Kollegen zu spontanem Spiel, Touren und Ausflügen.

### Mitmachen im Sportverein

### Verantwortung im Verein

### Mit Partnern und Kollegen

### Angebote wahrnehmen

### Fitnesszentren, Uni- und Firmensport

Teamsport unter Gleichtrigen ist bei vielen beliebt. Gesucht sind auch Teams mit niedrigerem Verpflichtungsgrad und Gruppen für Um- und Neueinsteiger.

Viele Junge Erwachsene sind in den Sportvereinen in der Ausbildung und Betreuung der Kinder und Jugendlichen, als Helfer und Schiedsrichter tätig.

Gleichtrige kennen lernen und Beziehungen erhalten ist ein wichtiges Ziel in der Freizeit. Gemeinsame sportliche Aktivitäten bringen Farbe in den Alltag.

Mit Kollegen trainieren und sich an offenen Contests bewähren, das setzt demspontanen Training Ziele und ermöglicht Freude über erbrachte Leistungen.

Diese zeitflexiblen Angebote passen auch in enge Zeitbudgets hinein. Die niederschwellige Verpflichtung kommt der phasenweisen Überlastung entgegen.

### Berufskarriere, Partnerschaft und Familie

Die aktiven Erwachsenen möchten neben Familienaufgaben weiterhin Sport treiben zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit. Berufseintritt und -karriere sowie Eingehen einer Partnerschaft und Kindererziehung verringern allerdings die verfügbare Zeit. Viele müssen ihren bisherigen Einsatz im Sport reduzieren oder sogar aufgeben. Individuelles Sportausüben oder der Besuch von Fitnesszentren ersetzen oft den Verein. Statt Wettkampf und Risiko sucht man eher Bestätigung und Gemeinschaft.

### In der Familie

### Sportverein/Verband

### Aufgaben und Ehrenamt

### Fitnesszentren und Sportferien

### Im Arbeitsumfeld

Eltern führen die eigenen Kinder in Bewegungsaktivitäten ein. Gemeinsam betriebener Sport ist für viele Familien eine beliebte Freizeitgestaltung.

Man will Beziehungen knüpfen und Leute am Wohnort kennen lernen. Oft begleiten Eltern ihre Kinder im Verein und helfen in der Betreuung und Leitung mit.

Viele engagieren sich als Trainer oder Helfer bei Anlässen, sowie im Vorstand des Vereins oder Verbandes und sichern so die Zukunft des Vereinssports.

Fitnesszentren ermöglichen zeitflexibles Training. Sportferien und Kurse versprechen Erlebnisse und Abwechslung. Viele nutzen die vielfältigen Angebote.

Berufstätige nutzen die Sportmöglichkeiten im Arbeitsumfeld vermehrt: Firmensport, Arbeitswege aus eigener Kraft, Nutzung von Firmensportanlagen.

### Wegzug der Kinder(50+) und Berufsaufgabe (65+)

Ältere Menschen fühlen sich heute aktiv und unternehmungslustig. Das wollen sie erhalten und trainieren bewusst Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Paare haben nach dem Wegzug der Kinder mehr Zeit für sich selbst und orientieren sich auch in Freizeit und Sport neu. Für ältere Erwachsene und besonders Pensionierte werden Gesunderhaltung, Abwechslung, regelmässig wiederkehrende Treffen, Pflege eines Beziehungsnetzes und Erhaltung der Selbstständigkeit zu wichtigen Motiven in der sportlichen Freizeitgestaltung.

### Grosskinder anleiten

### Sportwünsche realisieren

### Im Sportverein

### Gemeinsame Erlebnisse

### Aufgaben im Verein/Verband

Grosseltern führen als «erste Sportlehrer» die Enkel geduldig in die Anfänge vieler Sportarten ein. So kommen auch die Eltern selbst zum Sportausüben.

Nach dem Wegzug der Kinder können sich viele auf dem wachsenden Markt der vielfältigen Angebote in Freizeit und Sport umsehen und passende auswählen.

Ältere Erwachsene bevorzugen Vielfalt und Abwechslung. Regelmässiges Sich-treffen und Geselligkeit sind wichtiger als zielgerichtetes Üben auf Wettkämpfe.

Wanderungen und erlebnisreiche Ausflüge, kommerzielle Outdoor-Angebote, Skitouren mit Bergführer etc. machen mit Vereinskollegen mehr Spass.

Freiwilligendienste für Sportanlässe im Vereine und Verband sichern den Jungen gute Sporterlebnisse. Damit gibt man der Sportgemeinschaft etwas zurück.

### Was heisst lebenslanges aktives Sportausüben?

- In jeder Lebensphase altersgerechte sportliche Herausforderungen finden und annehmen.
- Die Gewohnheit, täglich mit Bewegung, Spiel und Sport einen Ausgleich suchen.
- In der Familie und mit Partnern und Kollegen sportliche Freizeitaktivitäten anregen und (mit)organisieren.
- Aktiv in Vereinen mitmachen und Verantwortung übernehmen.



Junge Erwachsene können ihre Zukunft nicht weit vorausplanen.



## Die Herausforderung für Vereine:

Ämter und Aufgaben realisierbar  
machen für junge Erwachsene  
mit knappem Zeitbudget und  
wenig Planungssicherheit.

# Durchschnittliche Einsatzdauer der Trainer

Vorbefragung Tagung Freiwillige BL 14. April 2018

<b>Bis 3 Jahre</b>	<b>18 Vereine</b>
<b>4-5 Jahre</b>	<b>16 Vereine</b>
<b>Mehr als 6 Jahre</b>	9 Vereine



Jede Aufgabe trägt sich  
im Team leichter. Und einer kann auch  
mal pausieren oder verhindert sein.



Im Tandem fährt sich besser,  
auch bei Gegenwind.

## Q17 Wir suchen aktiv schwergewichtig Leitende für das Vereinstraining im Alter von

14-17 Jahren	12%
18-35 Jahren	<b>21%</b>
36-50 Jahre	3%
51-65 Jahre	0
Ab 65 Jahren	0
Nur nach Verfügbarkeit	<b>64%</b>

# Aktive Erwachsene Eltern

Familie gründen

Kinder erziehen

Freizeit in der Familie

Berufswechsel

Mehrbelastung in der Arbeit



## Erwachsenen und Senioren im Sport

**Man muss die Erwachsenen heute in mehrere Altersgruppen unterteilen.** Diese unterscheiden sich nicht nur nach Aufgaben in Beruf und Familie, sondern auch nach Bedürfnissen und Vorlieben in der Freizeit und im Sportausüben. Die «rote Bahn» zeigt das – wenn auch stark vereinfacht – auf.

### Die Jungen Erwachsenen

Sie stehen zwischen dem Abschluss der Berufsausbildung oder Mittelschule und dem Berufseintritt und der Familiengründung. In diese Orientierungszeit fallen auch Zusatzausbildungen und Auslandsaufenthalte. Junge Erwachsene mit noch viel verfügbarer Zeit und Einkommen suchen vielfältige und herausfordernde Erlebnisse in Freizeit und Sport als Ausgleich zur Schule und Beruf. Sie treffen sich im Verein zu regelmässigem Sport und verabreden sich mit Partnern und Kollegen zu spontanem Spiel, Touren und Ausflügen.

### Mitmachen im Sportverein

### Verantwortung im Verein

### Mit Partnern und Kollegen

### Angebote wahrnehmen

### Fitnesszentren, Uni- und Firmensport

Teamsport unter Gleichtrigen ist bei vielen beliebt. Gesucht sind auch Teams mit niedrigerem Verpflichtungsgrad und Gruppen für Um- und Neueinsteiger.

Viele Junge Erwachsene sind in den Sportvereinen in der Ausbildung und Betreuung der Kinder und Jugendlichen, als Helfer und Schiedsrichter tätig.

Gleichtrige kennen lernen und Beziehungen erhalten ist ein wichtiges Ziel in der Freizeit. Gemeinsame sportliche Aktivitäten bringen Farbe in den Alltag.

Mit Kollegen trainieren und sich an offenen Contests bewähren, das setzt demspontanen Training Ziele und ermöglicht Freude über erbrachte Leistungen.

Diese zeitflexiblen Angebote passen auch in enge Zeitbudgets hinein. Die niederschwellige Verpflichtung kommt der phasenweisen Überlastung entgegen.

### Berufskarriere, Partnerschaft und Familie

Die aktiven Erwachsenen möchten neben Familienaufgaben weiterhin Sport treiben zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit. Berufseintritt und -karriere sowie Eingehen einer Partnerschaft und Kindererziehung verringern allerdings die verfügbare Zeit. Viele müssen ihren bisherigen Einsatz im Sport reduzieren oder sogar aufgeben. Individuelles Sportausüben oder der Besuch von Fitnesszentren ersetzen oft den Verein. Statt Wettkampf und Risiko sucht man eher Bestätigung und Gemeinschaft.

### In der Familie

### Sportverein/Verband

### Aufgaben und Ehrenamt

### Fitnesszentren und Sportferien

### Im Arbeitsumfeld

Eltern führen die eigenen Kinder in Bewegungsaktivitäten ein. Gemeinsam betriebener Sport ist für viele Familien eine beliebte Freizeitgestaltung.

Man will Beziehungen knüpfen und Leute am Wohnort kennen lernen. Oft begleiten Eltern ihre Kinder im Verein und helfen in der Betreuung und Leitung mit.

Viele engagieren sich als Trainer oder Helfer bei Anlässen, sowie im Vorstand des Vereins oder Verbandes und sichern so die Zukunft des Vereinssports.

Fitnesszentren ermöglichen zeitflexibles Training. Sportferien und Kurse versprechen Erlebnisse und Abwechslung. Viele nutzen die vielfältigen Angebote.

Berufstätige nutzen die Sportmöglichkeiten im Arbeitsumfeld vermehrt: Firmensport, Arbeitswege aus eigener Kraft, Nutzung von Firmensportanlagen.

### Wegzug der Kinder(50+) und Berufsaufgabe (65+)

Ältere Menschen fühlen sich heute aktiv und unternehmungslustig. Das wollen sie erhalten und trainieren bewusst Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Paare haben nach dem Wegzug der Kinder mehr Zeit für sich selbst und orientieren sich auch in Freizeit und Sport neu. Für ältere Erwachsene und besonders Pensionierte werden Gesunderhaltung, Abwechslung, regelmässig wiederkehrende Treffen, Pflege eines Beziehungsnetzes und Erhaltung der Selbstständigkeit zu wichtigen Motiven in der sportlichen Freizeitgestaltung.

### Grosskinder anleiten

### Sportwünsche realisieren

### Im Sportverein

### Gemeinsame Erlebnisse

### Aufgaben im Verein/Verband

Grosseltern führen als «erste Sportlehrer» die Enkel geduldig in die Anfänge vieler Sportarten ein. So kommen auch die Eltern selbst zum Sportausüben.

Nach dem Wegzug der Kinder können sich viele auf dem wachsenden Markt der vielfältigen Angebote in Freizeit und Sport umsehen und passende auswählen.

Ältere Erwachsene bevorzugen Vielfalt und Abwechslung. Regelmässiges Sich-treffen und Geselligkeit sind wichtiger als zielgerichtetes Üben auf Wettkämpfe.

Wanderungen und erlebnisreiche Ausflüge, kommerzielle Outdoor-Angebote, Skitouren mit Bergführer etc. machen mit Vereinskollegen mehr Spass.

Freiwilligendienste für Sportanlässe im Vereine und Verband sichern den Jungen gute Sporterlebnisse. Damit gibt man der Sportgemeinschaft etwas zurück.

### Was heisst lebenslanges aktives Sportausüben?

- In jeder Lebensphase altersgerechte sportliche Herausforderungen finden und annehmen.
- Die Gewohnheit, täglich mit Bewegung, Spiel und Sport einen Ausgleich suchen.
- In der Familie und mit Partnern und Kollegen sportliche Freizeitaktivitäten anregen und (mit)organisieren.
- Aktiv in Vereinen mitmachen und Verantwortung übernehmen.

## Q7 Wir verpflichten Eltern für Fahrdienste an Trainings oder Wettkämpfen

ja

4%

Keine Verpflichtung

0

Nein, wir finden genügend

77%

Weiss nicht

18%



## Q8 Wir verpflichten Eltern für Betreuungsaufgaben von Kindern in Trainings und Wettkämpfen

ja	6 %
Keine Verpflichtung	0
Nein	<b>73</b>
Weiss nicht	20%

# Senioren Rentner

Neuorientierung in Beruf und Freizeit Pensionierung  
Grosskinder  
Leistung erhalten  
Sein soziales Netz pflegen  
Freizeit gestalten



## Erwachsenen und Senioren im Sport

**Man muss die Erwachsenen heute in mehrere Altersgruppen unterteilen.** Diese unterscheiden sich nicht nur nach Aufgaben in Beruf und Familie, sondern auch nach Bedürfnissen und Vorlieben in der Freizeit und im Sportausüben. Die «rote Bahn» zeigt das – wenn auch stark vereinfacht – auf.

### Die Jungen Erwachsenen

Sie stehen zwischen dem Abschluss der Berufsausbildung oder Mittelschule und dem Berufseintritt und der Familiengründung. In diese Orientierungszeit fallen auch Zusatzausbildungen und Auslandsaufenthalte. Junge Erwachsene mit noch viel verfügbarer Zeit und Einkommen suchen vielfältige und herausfordernde Erlebnisse in Freizeit und Sport als Ausgleich zur Schule und Beruf. Sie treffen sich im Verein zu regelmässigem Sport und verabreden sich mit Partnern und Kollegen zu spontanem Spiel, Touren und Ausflügen.

### Mitmachen im Sportverein

### Verantwortung im Verein

### Mit Partnern und Kollegen

### Angebote wahrnehmen

### Fitnesszentren, Uni- und Firmensport

Teamsport unter Gleichtrigen ist bei vielen beliebt. Gesucht sind auch Teams mit niedrigerem Verpflichtungsgrad und Gruppen für Um- und Neueinsteiger.

Viele Junge Erwachsene sind in den Sportvereinen in der Ausbildung und Betreuung der Kinder und Jugendlichen, als Helfer und Schiedsrichter tätig.

Gleichtrige kennen lernen und Beziehungen erhalten ist ein wichtiges Ziel in der Freizeit. Gemeinsame sportliche Aktivitäten bringen Farbe in den Alltag.

Mit Kollegen trainieren und sich an offenen Contests bewähren, das setzt demspontanen Training Ziele und ermöglicht Freude über erbrachte Leistungen.

Diese zeitflexiblen Angebote passen auch in enge Zeitbudgets hinein. Die niederschwellige Verpflichtung kommt der phasenweisen Überlastung entgegen.

### Berufskarriere, Partnerschaft und Familie

Die aktiven Erwachsenen möchten neben Familienaufgaben weiterhin Sport treiben zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit. Berufseintritt und -karriere sowie Eingehen einer Partnerschaft und Kindererziehung verringern allerdings die verfügbare Zeit. Viele müssen ihren bisherigen Einsatz im Sport reduzieren oder sogar aufgeben. Individuelles Sportausüben oder der Besuch von Fitnesszentren ersetzen oft den Verein. Statt Wettkampf und Risiko sucht man eher Bestätigung und Gemeinschaft.

### In der Familie

### Sportverein/Verband

### Aufgaben und Ehrenamt

### Fitnesszentren und Sportferien

### Im Arbeitsumfeld

Eltern führen die eigenen Kinder in Bewegungsaktivitäten ein. Gemeinsam betriebener Sport ist für viele Familien eine beliebte Freizeitgestaltung.

Man will Beziehungen knüpfen und Leute am Wohnort kennen lernen. Oft begleiten Eltern ihre Kinder im Verein und helfen in der Betreuung und Leitung mit.

Viele engagieren sich als Trainer oder Helfer bei Anlässen, sowie im Vorstand des Vereins oder Verbandes und sichern so die Zukunft des Vereinssports.

Fitnesszentren ermöglichen zeitflexibles Training. Sportferien und Kurse versprechen Erlebnisse und Abwechslung. Viele nutzen die vielfältigen Angebote.

Berufstätige nutzen die Sportmöglichkeiten im Arbeitsumfeld vermehrt: Firmensport, Arbeitswege aus eigener Kraft, Nutzung von Firmensportanlagen.

### Wegzug der Kinder(50+) und Berufsaufgabe (65+)

Ältere Menschen fühlen sich heute aktiv und unternehmungslustig. Das wollen sie erhalten und trainieren bewusst Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Paare haben nach dem Wegzug der Kinder mehr Zeit für sich selbst und orientieren sich auch in Freizeit und Sport neu. Für ältere Erwachsene und besonders Pensionierte werden Gesunderhaltung, Abwechslung, regelmässig wiederkehrende Treffen, Pflege eines Beziehungsnetzes und Erhaltung der Selbstständigkeit zu wichtigen Motiven in der sportlichen Freizeitgestaltung.

### Grosskinder anleiten

### Sportwünsche realisieren

### Im Sportverein

### Gemeinsame Erlebnisse

### Aufgaben im Verein/Verband

Grosseltern führen als «erste Sportlehrer» die Enkel geduldig in die Anfänge vieler Sportarten ein. So kommen auch die Eltern selbst zum Sportausüben.

Nach dem Wegzug der Kinder können sich viele auf dem wachsenden Markt der vielfältigen Angebote in Freizeit und Sport umsehen und passende auswählen.

Ältere Erwachsene bevorzugen Vielfalt und Abwechslung. Regelmässiges Sich-treffen und Geselligkeit sind wichtiger als zielgerichtetes Üben auf Wettkämpfe.

Wanderungen und erlebnisreiche Ausflüge, kommerzielle Outdoor-Angebote, Skitouren mit Bergführer etc. machen mit Vereinskollegen mehr Spass.

Freiwilligendienste für Sportanlässe im Vereine und Verband sichern den Jungen gute Sporterlebnisse. Damit gibt man der Sportgemeinschaft etwas zurück.

### Was heisst lebenslanges aktives Sportausüben?

- In jeder Lebensphase altersgerechte sportliche Herausforderungen finden und annehmen.
- Die Gewohnheit, täglich mit Bewegung, Spiel und Sport einen Ausgleich suchen.
- In der Familie und mit Partnern und Kollegen sportliche Freizeitaktivitäten anregen und (mit)organisieren.
- Aktiv in Vereinen mitmachen und Verantwortung übernehmen.

Die Senioren sind heute das  
grösste Reservoir für ein  
Engagement im Verein.

Die Pflege der Kameradschaft ist  
ein Beitrag zum sozialen Netz,  
das heute jeder aktiv selbst  
knüpfen muss.

Freizeit und Sport ist bei Senioren heute genauso aktiv und vielfältig wie bei Jugendlichen.

Viele holen aufgeschobene Sportwünsche nach.

# Erwachsene und Senioren in Aufgaben und Ämtern

	Einfach	Braucht etwas Zeit und Mühe	Schwierig	Ko- Besetzungen möglich	Momentan vakant
<b>Präsident</b>	4	15	27	1	2
<b>Technischer Leiter</b>	5	21	14	1	6
<b>Verantwortliche für den Nachwuchs</b>	3	15	17	6	7
<b>Finanzen</b>	21	20	8	0	0
<b>Kommunikation (Vereinsheft, Social-Media, Website, ...)</b>	8	17	15	3	5
<b>Kartenchef</b>	5	25	12	0	5
<b>Mitgliederbetreuung</b>	10	17	8	1	9



Oft ein Tabuthema:  
Entschädigungen für Ämter im  
Verein

## Q11 Wir entschädigen Laufleitungen

ja

**42%**

nein

**58%**

## Q13 Wir entschädigen Kartenaufnehmer

ja

**90%**

nein

9%

## Q12 Wir entschädigen die Trainer für das Vereinstraining

ja

**51%**

Nur in besonderen Fällen

10%

nein

**39%**

**Q18 Wir geben die erhaltenen J+S-Beiträge an unsere Leitenden weiter**

**ja**

**51%**

**teilweise**

**26%**

**nein**

**23%**

## Q10 Wir entschädigen die Vorstandsarbeit

ja

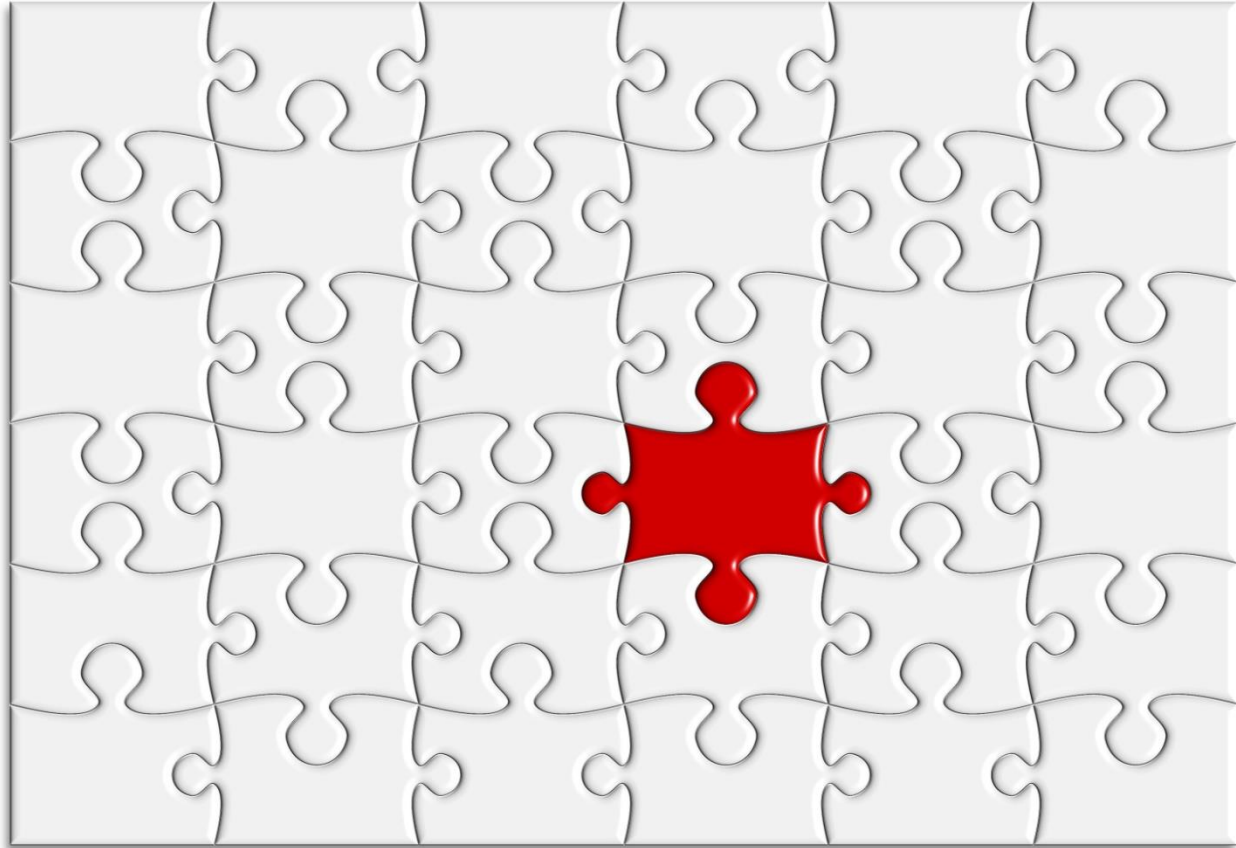
8%

Nur in besonderen Fällen

14%

nein

**78%**







**Q 2 Am meisten Mühe macht es uns, die  
Vorstandsämter zu besetzen.**

**ja**

**24%**

**teilweise**

**56%**

**nein**

**22%**

Gerade die prestigebeladenen Ämter  
haben eine Kehrseite:

*„Den Präsidenten muss man sich vorstellen wie  
eine Strassenlaterne ...*

*... oben leuchtet er ...*

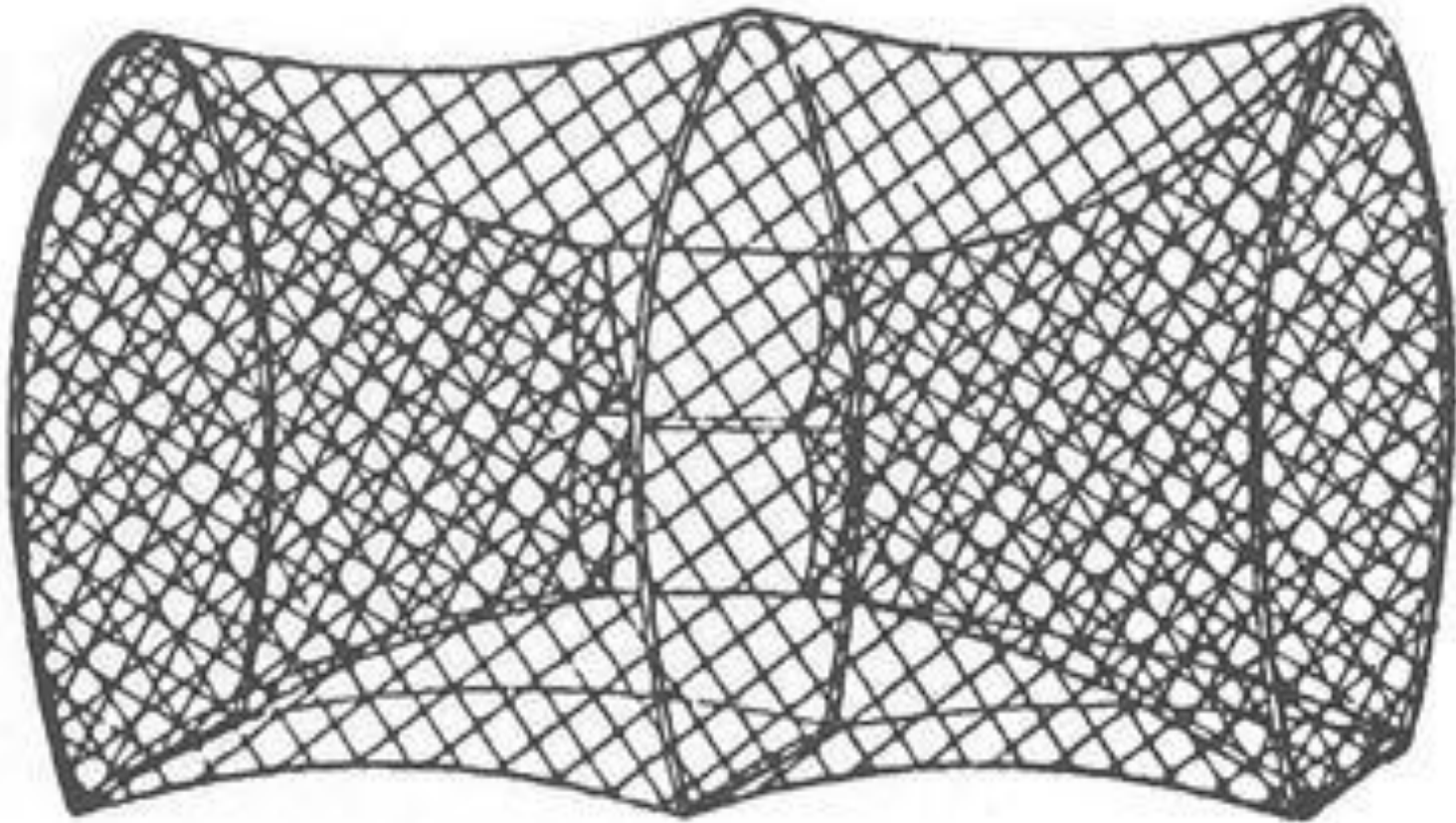




*... und unten wird er angepinkelt.“*

*Zitat Stadtrat Martin Vollenweider Zürich*

# La contractualisation



Ehrenämter sind oft wie Fischreusen:  
Man schwimmt nichtsahnend hinein – und kann nicht  
mehr raus!



Wer das Ende der Strecke abschätzen kann, macht sich eher auf den Weg.





Wenn der erfolgreiche Vorgänger  
einen langen Schatten wirft,

kann es eine Zeit dauern,  
bis sich jemand getraut,  
sein Nachfolger zu werden.

Das Neu-Justieren des Räderwerks im Verein braucht Abklärungen und Übereinkünfte. Und damit Zeit.

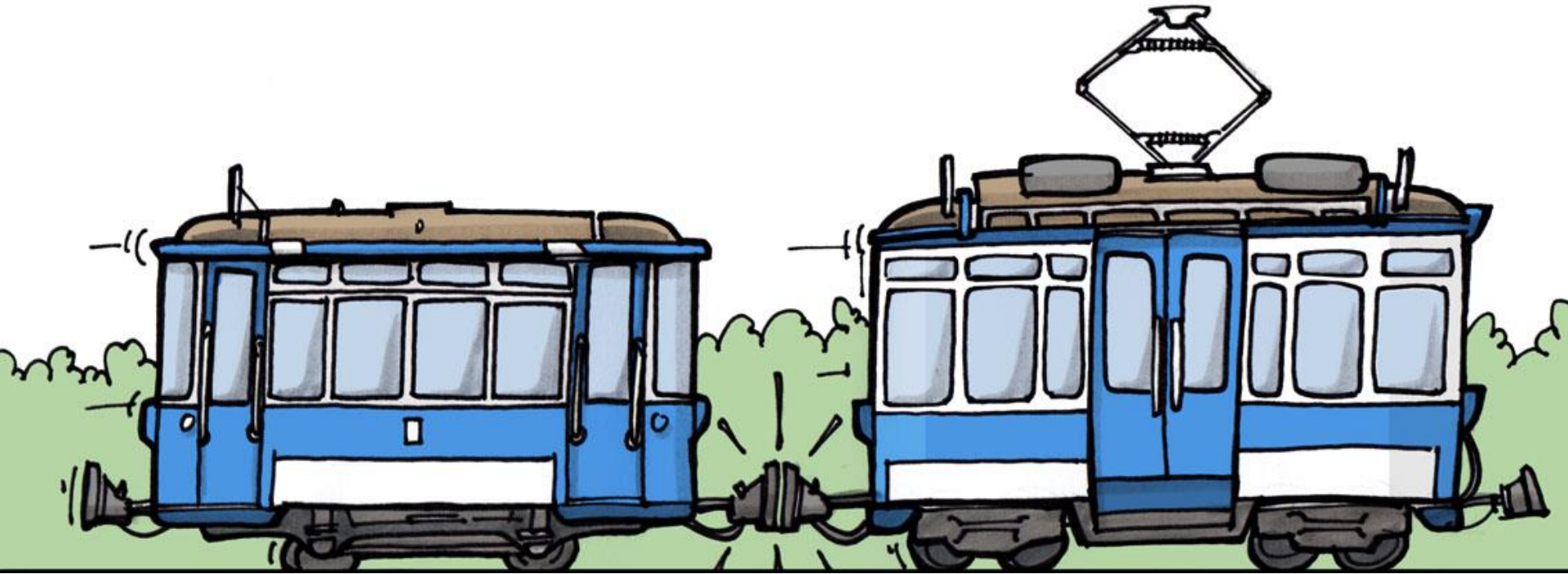


„vakant“ kann heissen:

„Bitte versteht, dass wir eine Zeit brauchen, um uns neu auszurichten – wir planen jetzt die Zukunft unseres Vereins.“

Und zum Schluss: welche Faktoren binden engagierte Mitglieder an den Verein?

Kultur ist der gemeinsame Kitt



Gute Stimmung beflügelt und reisst



# Sichtbare Qualität macht stolz auf den Verein







