

IDEE

SPORT

OpenSunday Hinterkappelen Saisonschlussbericht 2025/26



12. Saison, Sporthalle Kappelenfeld

Veranstaltungszeitraum: 19. Oktober 2025 bis 08. März 2026

Ein gemeinsames Projekt von: Gemeinde Wohlen bei Bern, Regionale Kinder- und Jugendarbeit Wohlen bei Bern, Elternrat Hinterkappelen, Reformierte Kirchgemeinde Wohlen bei Bern und der Stiftung IdéeSport

Kontakt: Celina Bühlmann, Projektmanagement
Celina.buehlmann@ideesport.ch, 062 286 01 37
Tannwaldstrasse 48, 4600 Olten

OpenSunday

IdéeSport öffnet mit dem Programm OpenSunday während der Wintermonate am Sonntagnachmittag Sporthallen und bietet kostenlosen Raum für Bewegung und Begegnung.

Die Veranstaltungen können von den Kindern ohne Anmeldung besucht werden. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung und an gemeinsamen Erlebnissen, frei von Leistungsorientierung. Die Veranstaltungen werden von jugendlichen Coachs organisiert und gestaltet. Sie werden dabei von jungen Erwachsenen, den Projektleiter*innen, unterstützt und begleitet. Die Veranstaltungen sind partizipativ: Teilnehmende und Coachs gestalten das Nachmittagsprogramm aktiv mit.



Inhaltsverzeichnis

Hallenbetrieb und Highlights	3
CoachProgramm	4
Ziele und Learnings	5
Kommunikation und Werbung	6
Statistische Ergebnisse	7
News aus der Stiftung	9
Wertvolle Zusammenarbeit	10
Anhang	11



Mehr zu OpenSunday unter
ideesport.ch/angebot/opensunday

Hallenbetrieb und Highlights

Die Sporthalle Kappelenfeld wurde vom Hallenteam Woche für Woche entsprechend der Wünsche der Teilnehmenden gestaltet. Ein besonderes Highlight war der Sportheldinnen-Event.

Jeden Sonntagnachmittag verwandelten sich die Sporthallen der Schule Kappelenfeld in einen abwechslungsreichen Bewegungsort. In der einen Halle konnten sich die Teilnehmenden mit tollen Bewegungslandschaften und kreativen Gruppenspielen vergnügen, in der anderen Halle hatten die Kinder meistens die Möglichkeit auf einen Ballsport wie Fussball. Das Hallenteam überraschte zudem die Teilnehmenden mit diversen selbstorganisierten Spezialveranstaltungen. Die drei unten beschriebenen Highlights geben einen Einblick dazu.

Chlousezvieri

Am 7. Dezember gab es passend zur Weihnachtszeit ein spezielles Chlousezvieri mit Mandarinen und Nüssli. Dies sorgte bei den Kindern für grosse Begeisterung.



Jonglierworkshop

Organisiert durch die Gesundheitspartnerin CSS entdeckten die Kinder mit einer professionellen Jongleurin die Welt des Jonglierens. Sie probierten Bälle, Tücher und Keulen aus und erhielten Tipps vom Profi.



Sportheldinnen-Event

Die Sportheldin Josi besuchte das OpenSunday und zeigte den Kindern ihre Sportart Leichtathletik. Dies sorgte bei den Kindern für viel Spass beim Ausprobieren der verschiedenen Übungen.



«Ich komme immer gerne hier spielen, weil es Spass macht und ich die Coachs gern habe.»

Lucinda, Teilnehmerin (6 Jahre)

«Die Veranstaltung war richtig gut und hat mega Spass gemacht. Die Kinder hatten gute Laune und alle haben voll motiviert mitgemacht.»

Roi, Coach (14 Jahre)

CoachProgramm

Insgesamt wurden 91 Coacheinsätze geleistet. Pro Nachmittag standen jeweils neben der Projektleitung ein*e erwachsene*r Seniorcoach und vier Juniorcoachs im Einsatz.

Das Hallenteam wurde von den Projektleiterinnen Suvetha Ruban und Thuvaraka Thureshwaran geführt. Unterstützt wurden sie dabei durch die Seniorcoachs Alisha De la Cruz, Eloisha Dias Kumbu und Joëlle Pontes Barros. Sie organisierten zusammen mit Juniorseniorcoachs Asmin Yesiltas und Marina Filipovic sowie den Juniorcoachs Aisa, Cengiz, Dua, Giulia, Josiane, Lucas, Marlon, Nalani und Rojmiran die abwechslungsreichen Nachmittage für die Teilnehmenden.



Übersicht absolvierte Kurse

- Das ganze Team absolvierte den Teamkurs mit Fokus auf Rollenverständnis, Aufgabenverteilung und den Teamzusammenhalt.
- Suvetha und Thuvaraka absolvierten das Kursmodul Vorfälle in der Halle.
- Thuvaraka absolvierte den Kurs für neue Projektleitende.
- Eloisha besuchte den Kurs für erfahrene Seniorcoachs.

«Mein persönliches Highlight war der konstruktive Austausch im Team sowie der wertschätzende und offene Kontakt mit den Teilnehmenden während der gesamten Saison.»

Joëlle, Seniorcoach (22 Jahre)

Coaching on the Job

Eine Kursleitung von IdeeSport begleitete das Hallenteam während der Veranstaltung am 15. Februar und gab den Coachs Tipps zur Hallengestaltung und der Eigeninitiative.



Mehr zum CoachProgramm unter ideesport.ch/angebot/coachprogramm

Ziele und Learnings

Für die Saison 2025/26 wurden die folgenden Ziele fokussiert. Diese, sowie deren Umsetzung werden nachfolgend beschrieben und reflektiert. Die Learnings helfen kommende Saison das Angebot und die Ziele zu optimieren.

Ziel	Stand	Umsetzung/Learning
Die Projektleiter*innen kennen das Interventionsschema und setzen es in schwierigen Situationen mit Teilnehmenden und Eltern ein.	●	<p>Das Interventionsschema von IdéeSport soll Orientierung bieten und Handlungsoptionen in herausfordernden Situationen im OpenSunday aufzeigen. In wenigen Situationen während der Saison nutzten die Projektleiter*innen das Schema als Orientierungshilfe, insbesondere bei Konflikten zwischen Teilnehmenden oder bei Unklarheiten in Gesprächen mit Eltern.</p> <p>Als Learning kann festgehalten werden, dass das Schema hilfreich ist und als Orientierung in schwierigen Situationen dient. Das Schema wird auch kommende Saison eingesetzt und vermehrt angewendet.</p>
Bewusstmachen der im CoachProgramm erworbenen Kompetenzen. Bei Nachbesprechungen und am Teamkurs darüber sprechen: Welche Kompetenzen haben die Coachs während der Veranstaltungen genutzt, erworben oder weiterentwickelt?	●	<p>Das Team setzte sich im Rahmen des Teamkurses sowie im Coaching on the Job mit den im CoachProgramm erworbenen Kompetenzen auseinander. Gemeinsam wurde reflektiert, welche Fähigkeiten während der Veranstaltungen eingesetzt und weiterentwickelt wurden. Zur Unterstützung diente das Kompetenz-Dokument des CoachProgramms.</p> <p>Als Learning zeigte sich, dass die regelmässige Auseinandersetzung mit den eigenen Kompetenzen das Bewusstsein und die Sicherheit der Coachs stärkte. Einige erkannten dabei neue Entwicklungsmöglichkeiten, insbesondere im Bereich Kommunikation und Verantwortungsübernahme.</p>
Das gesamte Hallenteam (PL, SC, JSC, JC) hat bis Ende Saison alle Challenges in der CondAct App gelöst. Zu diesem Ziel gibt es einen Wettbewerb unter allen Teams, welche das Ziel erreicht haben.	●	<p>Das Team hat sich im Rahmen der Teameinführung Zeit genommen, um die Challenges zu bearbeiten. Teilweise wurden die Challenges auch zuhause als «Hausaufgabe» gelöst.</p> <p>Das Team konnte den Wettbewerb gewinnen und hat damit das Ziel übertroffen.</p> <p>Als Learning zeigte sich, dass die Coachs klare Anweisungen seitens Projektleitung benötigen, um sich gezielt mit der CondAct App auseinanderzusetzen. Die Challenges werden auch in der kommenden Saison gelöst, damit das Thema aktuell bleibt.</p>

● Ziel erreicht

● Ziel teilweise erreicht

● Ziel nicht erreicht

Kommunikation und Werbung

Um das Projekt bei der Zielgruppe bekannt zu machen, wurden diverse Werbekanäle genutzt. Das wichtigste Medium war für das OpenSunday Hinterkappelen die Werbung über die Schulen.

Vor dem Saisonstart wurden 500 Flyer und 35 Plakate an Schulen, Elternräte sowie die Kinder- und Jugendarbeit verschickt und verteilt. Während der Saison wurden monatlich Berichte an alle Interessierten verschickt. Auf der Projektwebseite (ideesport.ch/de/angebot/opensunday/opensunday-hinterkappelen) sind alle Veranstaltungsdaten und aktuellen Infos zum Projekt ersichtlich.

Falls für die kommende Saison Interesse an den Monatsberichten besteht, können diese über die Projektwebseite abonniert werden.



OpenSunday Hinterkappelen

Für Kinder mit und ohne Behinderungen



**Sonntags
13.30–16.30 Uhr
19.10.2025–08.03.2026
Sporthalle Primarschule Kappelenfeld**

ideesport.ch

OpenSunday Hinterkappelen

Kindergarten bis 6. Klasse ohne Eltern Kostenlos ohne Anmeldung mit Zvieri	Daten 2025 Okt 19 / 26 Nov 02 / 09 / 16 / 23 / 30 Dez 07 / 14 Daten 2026 Jan 11 / 18 / 25 Feb 01 / 08 / 15 / 22 Mär 01 / 08
Turnhalle Kappelenfeld Kappelenring 36 3032 Hinterkappelen Mitnehmen Sportkleidung, Hallenschuhe, Telefonnummer der Eltern	 Aktuelle Informationen

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. In der Halle werden Fotos und Videos für Publikationen von IdeeSport gemacht. Diese werden nicht für kommerzielle Zwecke verwendet. Mit der Teilnahme des Kindes/Jugendlichen erklären sich die Erziehungsberechtigten einverstanden, dass IdeeSport Daten für anonymisierte Statistiken gemäss Datenschutzerklärung (ideesport.ch/datenschutz/) erhebt.

Ein gemeinsames Projekt von: Gemeinde Wohlen bei Bern, Primarschule Hinterkappelen und Partner Schulbezirke, Regionale Kinder- und Jugendarbeit Wohlen bei Bern, Schulsozialarbeit Hinterkappelen, Elternrat Hinterkappelen, Ref. Kirchgemeinde Wohlen bei Bern, Stiftung IdeeSport

Mit der Unterstützung von:

 Schweizerische Eidgenossenschaft Confédération suisse Confederazione Svizzera Confederaziun Svizra	 Bundesamt für Gesundheit BAG  Bundesamt für Sozialversicherungen BSV	 CSS
 Kanton Bern Canton de Berne	 Sozialhilfeschulung Schönen Praxisstelle Berner Hochschule Praxisstelle Berner Hochschule	 Bisham-Stiftung

Sowie weiteren Partner*innen: ideesport.ch/partnerschaften

Kontakt 062 286 01 00, bern@ideesport.ch   [stiftungideesport](https://www.instagram.com/stiftungideesport)

ideesport.ch

Statistische Ergebnisse

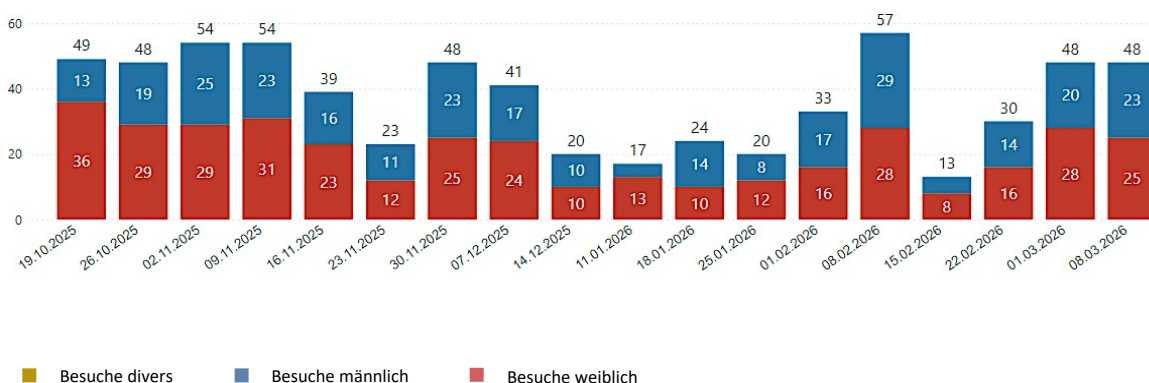
Vor dem OpenSunday trugen sich alle Teilnehmenden in das Teilnehmererfassungstool «Bienvenu» ein, sodass nachfolgend die erhobenen Daten statistisch ausgewertet werden können. Durch die Umstellung auf ein neues Statistikprogramm unterscheiden sich die Auswertungen und Darstellungen teilweise geringfügig von jenen der vergangenen Saison.

Allgemeine Daten

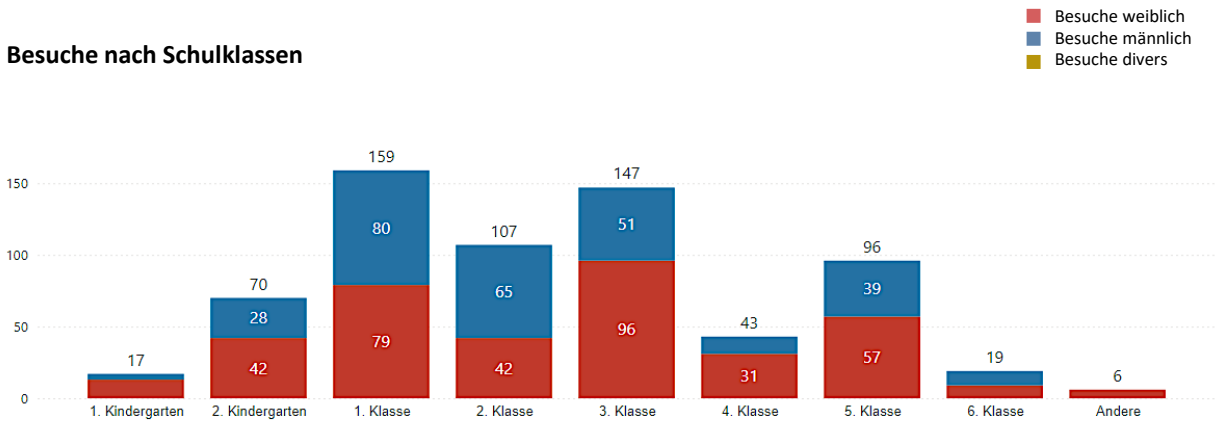
Saison	2023/24	2024/25	2025/26
Veranstaltungen	18	18	18
Erfasste Besuche			
gesamt	889	814	666
männlich	479	325	291
weiblich	410	489	375
divers	0	0	0
Anzahl Teilnehmende			
gesamt	213	200	168
männlich	115	95	79
weiblich	98	105	89
divers	0	0	0
Statistische Werte			
Durchschnitt pro Veranstaltung	49.4	45.2	37.0
Maximum	79	88	57
Minimum	33	23	13

Besuche pro Veranstaltung im Saisonverlauf

Durchschnittlich nahmen 37 Kinder pro Sonntag teil. Dieser Wert ist im Vergleich zur Vorsaison gesunken (2024/25: 45.2 Kinder), liegt jedoch immer noch über dem nationalen Durchschnitt (30.7 Kinder). Die Schwankungen unterliegen dem normalen Saisonverlauf, wobei stets zu Beginn der Saison am meisten Kinder teilnehmen und um die Ferienzeit die Anzahl Besuche tiefer ausfallen.

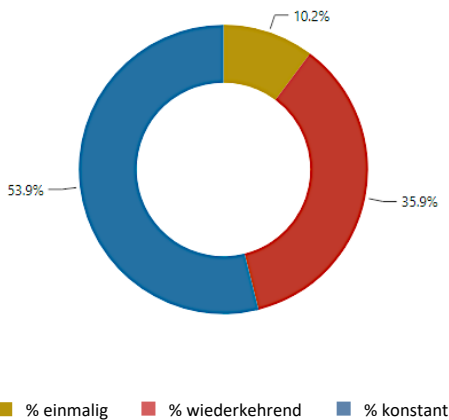


Besuche nach Schulklassen



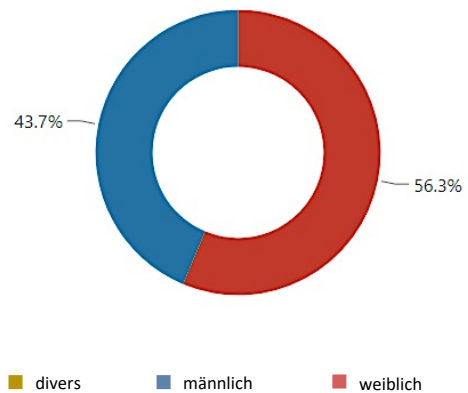
Am häufigsten wurden die Sonntagnachmittage von Kindern der 1. und 3. Klasse besucht. 6. Klässler*innen und Kinder im 1. Kindergarten waren am wenigsten vertreten. Der Mädchenanteil ist am höchsten bei den 3. Klässlerinnen, während der Anteil an Knaben bei den 1. Klässlern am höchsten ist.

Konstanz der Besuche



Die Grafik zeigt auf, wie der Anteil Besuche nach den Kategorien einmalig, wiederkehrend (weniger als 50 %) und konstant (mehr als 50 %) im Verhältnis zu allen Besuchen steht. Knapp 90 % aller Besuche entstanden somit durch mehrmalige Teilnahmen am OpenSunday. Kinder, die eine einzige Veranstaltung besuchten, sind für 10.2 % aller verzeichneten Besuche verantwortlich.

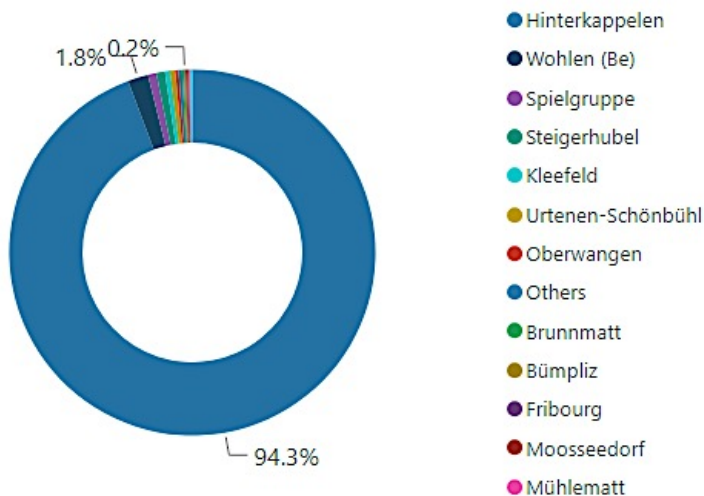
Geschlechterverteilung nach Besuchen



Die Verteilung zwischen Besuchen von weiblichen und männlichen Teilnehmenden war diese Saison fast ausgeglichen. 56.3 % machten Besuche von weiblichen Teilnehmerinnen aus, während 43.7 % männlich waren. Im Vergleich zu letzter Saison ist der Mädchenanteil leicht gesunken (2024/25: 60.1 %). Die ausgeglichene Geschlechterverteilung ist jedoch weiterhin erfreulich und zeigt, dass das Angebot verschiedene Interessen abdecken kann.

Besuche nach Schulhaus

Die grosse Mehrheit (94.3 %) der Besuche stammte von Kindern aus der Schule Hinterkappelen. Zudem gab es vereinzelte Besuche von Kindern der Schule Wohlen (BE).



Besuche von Kindern mit Behinderung

Das OpenSunday wird bewusst inklusiv gestaltet. Insgesamt nahm in Hinterkappelen ein Kind mit Behinderung am OpenSunday teil. Dieses Kind verzeichnete total 11 Besuche. Für die kommende Saison wird nochmals gezielter Werbung gemacht, damit mehr Kinder mit Behinderung das Angebot nutzen können.

Schweizweit wurden in der Saison 2025/26 in den 47 inklusiven OpenSunday Standorten der Stiftung IdéeSport 481 Besuche von total 100 Kindern mit Behinderung verzeichnet.

«Das Sportheldinnen-Leichtathletik-Event war für die Kinder mega spannend und sie hatten sehr viel Spass beim Ausprobieren der verschiedenen Übungen.»

Suvetha, Projektleiterin (22 Jahre)

News aus der Stiftung

Mit Stolz blicken wir auf eine vielseitige, dynamische und engagierte Saison 2025/26 zurück. Die Stiftung IdéeSport hat ihren Anspruch verwirklicht, noch mehr Menschen Chancen zu bieten. Einige Meilensteine des vergangenen Jahres werden nachstehend aufgeführt. Alle Informationen sind auch im Stiftungsbericht oder online zu finden.

Mädchen bewegen die Schweiz

Das Projekt «Sportheldinnen» machte im Frühjahr 2025 die beeindruckende Vielfalt des Frauen- und Mädchensports in der Schweiz sicht- und erlebbar. Das Mädchensportförderprojekt ermöglichte den gleichberechtigten Zugang zum Sport, baute geschlechterspezifische Stereotypen ab und sensibilisierte Bezugspersonen für mehr Diversität und Inklusion.

MidnightSports wirkt

Die Evaluation von Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG zeigt: MidnightSports fördert schweizweit Bewegung und soziale Interaktion, motiviert Jugendliche zu mehr Aktivität und erreicht auch weniger bewegungsaffine Teilnehmende, darunter viele mit Migrationshintergrund. Trotz oder gerade dank seines Alters bleibt das niederschwellige Angebot auch heute aktuell und relevant. Die Evaluation liefert wertvolle Erkenntnisse zur Weiterentwicklung des Angebots, mit besonderem Fokus auf die stärkere Einbindung von Mädchen.

Wir entwickeln uns weiter

Mit den Projekten «Sportheldinnen» und «FamilyWeek» haben wir unsere Zielgruppen erweitert – eine Entwicklung, die wir auch in Zukunft vorantreiben möchten. Wir stellen uns den Herausforderungen von morgen, analysieren gesellschaftliche Veränderungen und identifizieren Zielgruppen mit Potenzial für neue Projekte. In den kommenden Jahren setzen wir unseren Fokus auf Inklusion, psychische Gesundheit und gesellschaftlichen Zusammenhalt und entwickeln gezielt neue Angebote, die diese Werte stärken. IdéeSport schafft Strukturen für niederschwellige Innovation und reagiert schnell und konkret auf gesellschaftliche Herausforderungen.



Aktueller Stiftungsbericht unter
ideesport.ch/publikationen

Wertvolle Zusammenarbeit

Um ein solches Angebot langfristig zu ermöglichen, bedarf es diverser engagierter Personen und Institutionen. Ihre Unterstützung und ihr Wohlwollen haben entscheidend zur Durchführung vom OpenSunday Hinterkappelen beigetragen. An dieser Stelle möchte die Stiftung IdeeSport folgenden Akteur*innen danken:

Hallenteam

- Aisa, Cengiz, Dua, Giulia, Josiane, Lucas, Marlon, Nalani und Rojmiran (Juniorcoachs)
- Asmin und Marina (Juniorseniorcoachs)
- Alisha De la Cruz, Eloisha Dias Kumbu und Joëlle Pontes Barros (Seniorcoachs)
- Suvetha Ruban und Thuvaraka Thureshwaran (Projektleitung)

Projektgruppe

- Urban Nick, Stellenleiter Reg. Kinder- und Jugendarbeit
- Nicole Zürcher und Franziska Bühler, Schulleiter Kappelenfeld
- Rahel Tschannen, Vertretung Elternrat
- Aytaç Öztürk, Jugendarbeiter Standort Hinterkappelen
- Hannah Pudney, Vertreterin ref. Kirchgemeinde
- Suvetha Ruban und Thuvaraka Thureshwaran, Projektleitung

Weiteren Beteiligten und Unterstützer*innen

- Lars Freiburghaus, Hausdienst
- Pascal Riedo, Schulsozialarbeit Hinterkappelen
- Jost's Obst- und Süssmostverkauf
- Bäckerei-Konditorei Zingg Andreas



Kanton Bern
Canton de Berne



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Gesundheit BAG

Bundesamt für Sozialversicherungen BSV



Beisheim Stiftung

CSS



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

procap

Sowie weiteren Partner*innen: ideesport.ch/partnerschaften

06. Mai 2026, Olten

