

EINGABE FÜR DEN WETTBEWERB „ZKB-JUBILÄUMSDIVIDENDE“
PROJEKTVERFASSER: DANIEL STOTZ, EGLISAU

HOPP-LA! BEWEGUNG UND BEGEGNUNG FÜR ALLE GENERATIONEN



Wackelspiel



Partnertanz

WAS IST DIE IDEE HINTER DEN HOPP-LA PARKS?

Ein „Hopp-la Park“ ist ein Bewegungs- und Begegnungsraum, welcher den Bedürfnissen aller Generationen gerecht wird. Er soll einerseits eine hohe Aufenthaltsqualität bieten und zum Verweilen anregen, sodass Begegnungen zwischen den Generationen entstehen können. Zum anderen soll die Ausstattung für Jung und Alt einen Aufforderungscharakter für Spiel und Bewegung haben.

Eine wichtige Aufgabe des Gemeinwesens ist es, der grassierenden Bewegungsarmut entgegenzuwirken, die uns buchstäblich aus der Balance bringt. Die Sendung «Einstein» von SRF1¹ zeigte kürzlich, wie gross der Einfluss eines guten Gleichgewichts auf

¹ Ausgestrahlt am 9.12.2021

geistige Fitness und Wohlbefinden ist. Mangelnder Gleichgewichtssinn und Beweglichkeit führen zu mehr Stürzen, insbesondere im Alter.

Die Geräte und Einrichtungen, die für Hopp-la Parks auf wissenschaftlicher Basis entwickelt wurden, bringen ein neues Spiel- und Bewegungskonzept für Seniorinnen und Senioren, Erwachsene und Kinder zum Tragen. Sie fördern auf spielerische Art und Weise die Interaktion zwischen Jung und Alt, die Bewegungskoordination, die Kraft und das Gleichgewicht und wirken daher u.a. präventiv gegen Stürze.

In mehreren Gemeinden der Schweiz sind in den letzten Jahren solche intergenerationalen Bewegungsinseln und Spiel- und Begegnungsbereiche als Parks eingerichtet worden (Pilotprojekt Basel-Schützenmattpark; Lyss, Cham, Jonschwil). Die Stiftung Hopp-la (www.hopp-la.ch) unterstützt lokale Instanzen dabei, das Basler Pilotprojekt auf die regionalen Verhältnisse und die unterschiedlichen Settings anzupassen. Dadurch sollen die Voraussetzungen geschaffen werden, die Philosophie „Generationen in Bewegung“ in der Gesellschaft langfristig zu verankern.

WAS SOLL IN EGLISAU ENTSTEHEN?

Mit Mitteln aus der ZKB-Jubiläumsdividende soll in Eglisau die Initialzündung für die Realisierung eines dezentralen Hopp-la-Parks geschaffen werden. Um die Einrichtungen möglichst nah an die Nutzerinnen und Nutzer zu bringen, könnten die Bewegungs- und Begegnungsbereiche mit je drei bis vier unterschiedlichen Geräten an vier bis fünf Standorten dezentral eingerichtet werden. Sie würden so Teil des Eglisauer Konzepts für Quartierentwicklung. Die bestehenden Spielplätze „Burgwies/Alter Friedhof“² und „Frauenhag“ sowie evtl. das BGK Städtli und das Neue Sekundarschulhaus Schlafapfelbaum sollten einbezogen werden. Weitere mögliche Standorte in den Quartieren Seglingen und Stampfi könnten dazu kommen.

WIE FUNKTIONIERT EIN HOPP-LA PARK?

Anders als bei herkömmlichen Spielplätzen zählen bei Generationenspielplätzen nicht nur Kinder zum Zielpublikum. Damit sich auch die Erwachsenen und Senioren bewegen, fordert die Ausstattung des Spielplatzes alle Generationen auf. Bewegungselemente für das sanfte Training des Gleichgewichts und der Agilität sprechen auch ältere Menschen an.³

Die bisherigen Projekte zeigen, dass die in Zusammenarbeit mit der Firma Hinnen Spielplatzgeräte AG entwickelten Geräte sich in der Praxis bewähren.⁴ Zwei Beispiele seien kurz beschrieben (Textzitate von der Hopp-la-Webseite):

² Die Spielplätze wurden in den Umfragen zum Kinder-und-Jugend-Konzept oft negativ bewertet (eintönig, nur für kleine Kinder, „ein Trauerspiel“)

³ Vgl. das Forschungsprojekt «GIB» (Generationen in Bewegung) der Universität Basel in Kollaboration mit der Stiftung Hopp-la (<https://www.hopp-la.ch/forschung>)

⁴ Ausführliche Beschreibungen und Videos auf <https://www.hopp-la.ch/hopp-la-park/#geraete>

1. Partnertanz: Nur im Zusammenspiel funktioniert es. Mit Gewichtsverlagerung und Anheben der Beine wird eine Kugel ins Rollen gebracht. Unbewusstes Training für Gleichgewicht, Kraft und Koordination.

2. Wackelspiel: Ein bekanntes Spiel neu interpretiert. Interessantes Spiel für Konzentration und Koordination. Steht man dabei auf die instabilen Platten, werden gleichzeitig Kraft und Gleichgewicht trainiert.

Zum Angebot der Parks kommen Coachings, Fitnesslektionen und Animationen, die von Mitarbeitenden der Hopp-la-Stiftung oder von lokalen Fachpersonen sporadisch oder regelmässig ausgerichtet werden. Sie können in bestehende Angebote (Pro Senectute, Kinder- und Jugendarbeit, Verein Generation) integriert werden.

WAS KOSTET DER SPASS?

Die Kosten der soliden und auf Langlebigkeit ausgerichteten Geräte sind beträchtlich. Die ausgeklügeltsten unter ihnen kosten im Durchschnitt ca. 9000 Fr. für die Anschaffung ohne Montage (Partnertanz: 9000 Fr.; Wackelspiel 8330 Fr.; Blätterteppich 12'700 Fr.); einfachere Geräte wie Balancierschule oder Wackelseil sind für unter 4000 Fr. zu bekommen.

Wenn für eine dezentrale Einrichtung mit vier Standorten optiert wird und pro Standort drei bis vier Geräte veranschlagt werden, ist mit Gesamtkosten ohne Montage von ca. 104'000 Fr. zu rechnen ($2 \times 9000 + 2 \times 4000 = 26'000 \times 4$).⁵ Für die Installation werden ca. 75'000 Fr. veranschlagt, vorausgesetzt der Werkdienst der Gemeinde unterstützt die Arbeiten partiell.

Für die geschätzte Projektsumme von 180'000 Fr. werden aus dem ZKB-Jubiläumsfonds **60'000 Fr.** beantragt. Weitere 60'000 bis 80'000 Fr. sollen mit Sponsoring und Crowdfunding aufgebracht werden.⁶ Für den Restbetrag könnte die Gemeinde Eigenmittel aus dem Pool „Quartierentwicklung“ einstellen; ein Teil davon sollte als Arbeitsleistung von Freiwilligen erbracht werden.

WAS BRAUCHT ES FÜR DIE UMSETZUNG?

Für die Umsetzung des Projekts „Hopp-la! Bewegung und Begegnung für alle Generationen“ braucht es einen konzertierten Effort. Dies ist möglich, wenn sich die diversen Anspruchsgruppen engagieren: Seniorenrat (hat bereits Kontakt mit der Stiftung Hopp-la), BAPF, Verein Generation, Kommission öffentlicher Raum Kernzonen, VIVA Eglisau, Jugendarbeit, evtl. Schule, etc. Der Unterzeichnende ist bereit, als Projekter-möglicher koordinierend und unterstützend zu wirken. Er verfügt aus Beruf und selbstständiger Tätigkeit über entsprechende Erfahrungen und Kompetenzen (vgl. „Historische Salzstrasse am Rhein“ auf www.danielstotz.ch).

⁵ <https://www.bimbo.ch/de/unternehmen/ueber-uns>

⁶ In der Ostschweiz unterstützt das Migros-Kulturprozent Projekte der Hopp-la-Stiftung. Auch der Kanton ZH unterstützt Bewegungsprojekte für Kinder, Jugendliche und Senioren.