

## Hoppla

<b>Zielgruppe</b>	Kinder   Multiplikator:innen
<b>Wirkungsziel</b>	<p>Positive Beeinflussung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Gesundheitsbewusstsein, Schmerzen, Mobilität, Bewegungskompetenz/Leistungsfähigkeit/Motorik, Sturzprävention, Körperliche Aktivität, erlernen und üben neuer Bewegungsmuster</li> <li>– Generationenbeziehungen, Isolation/Einsamkeit, Positive Emotionen, Wohlbefinden, Rücksicht, Geduld, Einfühlungsvermögen/Empathie, Perspektivenwechsel, Individuelle Entwicklung</li> <li>– Gesellschaftlicher Mehrwert, Umgang mit anderen Generationen</li> <li>– Sensibilisierung, Integration</li> <li>– Eine intergenerative Gestaltung von Freiräumen ermöglicht ein bewegtes Miteinander der Generationen, was als Mehrwert und Bereicherung gesehen wird (neue Treffpunkte und Bewegungsräume für Jung bis Alt)</li> </ul>
<b>Setting gemäss CTC</b>	Familie   Schule   Wohnumgebung
<b>Andere Bereich(e)</b>	Alters- und Pflegeheime   Kindertageseinrichtungen   Quartiere/Gemeinwesen
<b>Prävention</b>	universelle Prävention   verhaltensorientiert   verhältnisorientiert
<b>Beschrieb</b>	Die Stiftung Hopp-la setzt sich für eine intergenerative Bewegungs- und Gesundheitsförderung ein. Zum einen steht eine generationengerechte und gesundheitsförderliche Gestaltung von Sozial- und Lebensräumen im Fokus. Zum anderen sollen die gemeinsame körperliche Aktivität und der Austausch zwischen den Generationen gefördert werden. Es werden aktuelle Themen wie Inaktivität bei Jung und Alt, die daraus resultierende Sturzproblematik, demographischer Wandel, Generationenbeziehungen, veränderte Lebensumstände und die Nutzung von Freiräumen aufgegriffen.
<b>Kosten</b>	Keine Angaben
<b>Kontakt</b>	<p>Debora Junker-Wick  Stiftung Hopp-la  debora.junker@hopp-la.ch  info@hopp-la.ch  076 545 81 27</p>

Wirkungspotenzial	Einschätzung	Bemerkungen	Verbreitungspotenzial	Einschätzung	Bemerkungen
<b>Schutz- und Risikofaktoren</b>	2	Hopp-la wirkt vor allem auf das CTC-Problemverhalten der depressiven Symptomatik (vor allem bei älteren Personen). Dabei werden diverse Risiko- und Schutzfaktoren beeinflusst.	<b>Replizierbarkeit</b>	3	Das Angebot kann aufgrund der Berücksichtigung der lokalen Gegebenheiten in jeder Gemeinde / Institution implementiert werden.
<b>Wirkungsmodell Programmtheorie</b>	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Interdisziplinäre Zusammenarbeit</li> <li>Partizipatives Vorgehen</li> <li>Kombination Verhaltens- und Verhältnisebene</li> </ul>	<b>Verfügbarkeit (D-CH/Kt)</b>	2	Das Projekt ist in der gesamten D-CH verfügbar.
<b>Wissenschaftliche Fundierung</b>	2	Generationen in Bewegung - Studie (GIB-Studie): Kinder der intergenerativen Gruppe zeigen grössere Effekte auf Motorik und Kraftparameter sowie sozial-emotionale Kompetenzen im Vergleich zu Kontrollgruppe. Senioren zeigen grössere Effekte auf Gangparameter systolischen und diastolischen Blutdruck sowie in allen Dimensionen der 3 erhobenen Fragebögen als die Kontrollgruppe	<b>Arbeitsinstrumente</b>	2	Die Methodik und damit die Arbeitsinstrumente wurden in ihrer Entwicklung von Beginn weg wissenschaftlich begleitet.
<b>Nachhaltige Wirkungen</b>	1	Die nachhaltige Wirkung hängt stark von der Infrastruktur der Gemeinde und der Ausgangslage ab. Der Aufbau der benötigten Strukturen kann mehrere Jahre in Anspruch nehmen und fordert ein entsprechendes Engagement der Projektträger/innen.	<b>Transparente Kosten</b>	0	Keine Angaben vorhanden
<b>Projektempfehlung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grüne Liste Prävention</li> <li>Good Practice Datenbank Ges. Chancengleichheit mit mind. einer Good Practice Bewertung</li> <li>Orientierungsliste Gesundheitsförderung Schweiz</li> </ul>	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Orientierungsliste KAP 2019 (GFCH)</li> <li>Bewegungsfreundliches Umfeld in der Schweiz: Good Practice Projekte und Erfolgsfaktoren (BAG)</li> </ul>	<b>Qualitätssicherung / Anforderungen</b>	0	Eine Qualitätssicherung kann aufgrund der Begleitung der Angebote vermutet werden, ist aber nicht explizit ausgewiesen.

<b>Gesamt Wirkungspotential</b>	<b>9</b>
---------------------------------	----------

<b>Gesamt Verbreitungspotential</b>	<b>7</b>
-------------------------------------	----------

<b>Gesamteindruck (max. 20 Pkt.)</b>	<b>16</b>
<b>Wirkungsnachweis CTC (höchste Stufe = 3)</b>	<b>1</b> (ab 2021 evtl. 2)