



Kooperation der offenen Kinder- und Jugendarbeit (OKJA) mit Sportvereinen für die Gesundheitsförderung und Prävention

Merkblätter für die OKJA

Berner Fachhochschule (BFH)

Bern, 02. Februar 2026

Hinweis

Im Rahmen des Projekts mit gleichnamigem Titel wurden verschiedene Merkblätter erarbeitet. Hauptadressat*innen für die Merkblätter sind Vertretende der Offenen Kinder- und Jugendarbeit, die an einem Kooperationsaufbau mit Sportvereinen interessiert sind. Die Merkblätter sollen die wichtigsten Fragen beantworten und punktuell eine Anleitung darstellen. Die Merkblätter wurden von den Mitgliedern der Projektgruppe erstellt und in mehreren Runden im Rahmen der gemeinsamen Workshops überarbeitet und konsolidiert.

Die theoretischen Grundlagen sowie Erfahrungen aus der Praxis sind im dazugehörigen Projektbericht und dem Grundlagenpapier zu entnehmen. Alle Dokumente sind auf der Webseite der Berner Fachhochschule verfügbar: <https://www.bfh.ch/de/forschung/forschungsprojekte/2024-622-711-797/>

Merkblätter

- Merkblatt A: Kooperationsaufbau
- Merkblatt B: Runder Tisch zur Gesundheitsförderung und Prävention
- Merkblatt C: Argumentarium für eine Kooperation
- Merkblatt D: Wirksame Präventionsmassnahmen
- Merkblatt E: Jugendsportsozialarbeit für Gemeinden und Sportverbände
- Merkblatt F: Einführung von “cool and clean”

Merkblatt A: Kooperationsaufbau

Unter [Vereinsverzeichnis – Vereine Schweiz](#) können diverse Vereine der Schweiz recherchiert werden. Die Suchfunktion ermöglicht es, direkt nach Sportvereinen zu suchen oder Vereine nach Kanton und Region zu filtern. Viele Gemeindegewebsites bieten ausserdem ein Vereinsverzeichnis an.

Zum Kontaktaufbau sind Vereinsstrukturen zu berücksichtigen. Es ist möglich, einzelne oder alle Vorstandsmitglieder in einem ersten Schritt zu kontaktieren. Im Verlauf des Kooperationsaufbaus kann sich die OKJA auch im Verein vorstellen und dafür nach Absprache mit dem Vorstand Gefässe wie die Mitgliederversammlung nutzen.

Zu klärende Fragen beim Erstkontakt:

- ✓ Welches sind die Motive für eine mögliche Kooperation?
- ✓ Welches sind die Erwartungen an eine mögliche Kooperation?
- ✓ Gibt es akuten Handlungsbedarf?
- ✓ Kann ein erstes, gemeinsames Ziel formuliert werden?
- ✓ Welche Möglichkeiten und Ressourcen stehen zur Verfügung?
- ✓ Gibt es eine Zustimmung für weitere gemeinsame Aktivitäten?
- ✓ Wer übernimmt die Verantwortung?
- ✓ Nächste Termine

Zu klärende Fragen für den Kooperationsaufbau:



Interdependenz

- ✓ Gibt es eine gemeinsame Zielgruppe?
- ✓ Welche weiteren, wichtigen Akteur*innen müssen einbezogen werden?
- ✓ Wie können Synergien genutzt werden?
- ✓ Welche weiteren Akteure müssen eingebunden werden?



Gemeinsame Ziele

- ✓ Welche gemeinsamen Ziele werden verfolgt?
- ✓ Welches Gesundheitsverständnis unterliegt dem gemeinsamen Ziel?
- ✓ Welche langfristige Vision verfolgt die Kooperation?



Neue Aktivitäten

- ✓ Welche(r) gesundheitsbezogene Bedarf(e) können identifiziert werden?
- ✓ Welche Angebote bestehen bereits?
- ✓ Welche gemeinsamen Aktivitäten werden angestrebt?
- ✓ Welche Partizipationsstufe wird angestrebt?
- ✓ Wer muss wann informiert werden?
- ✓ In welchem Rhythmus finden Austauschgespräche statt?
- ✓ Welche Ressourcen werden bereitgestellt?
- ✓ Sind weitere Fördermittel notwendig?



Flexibilität

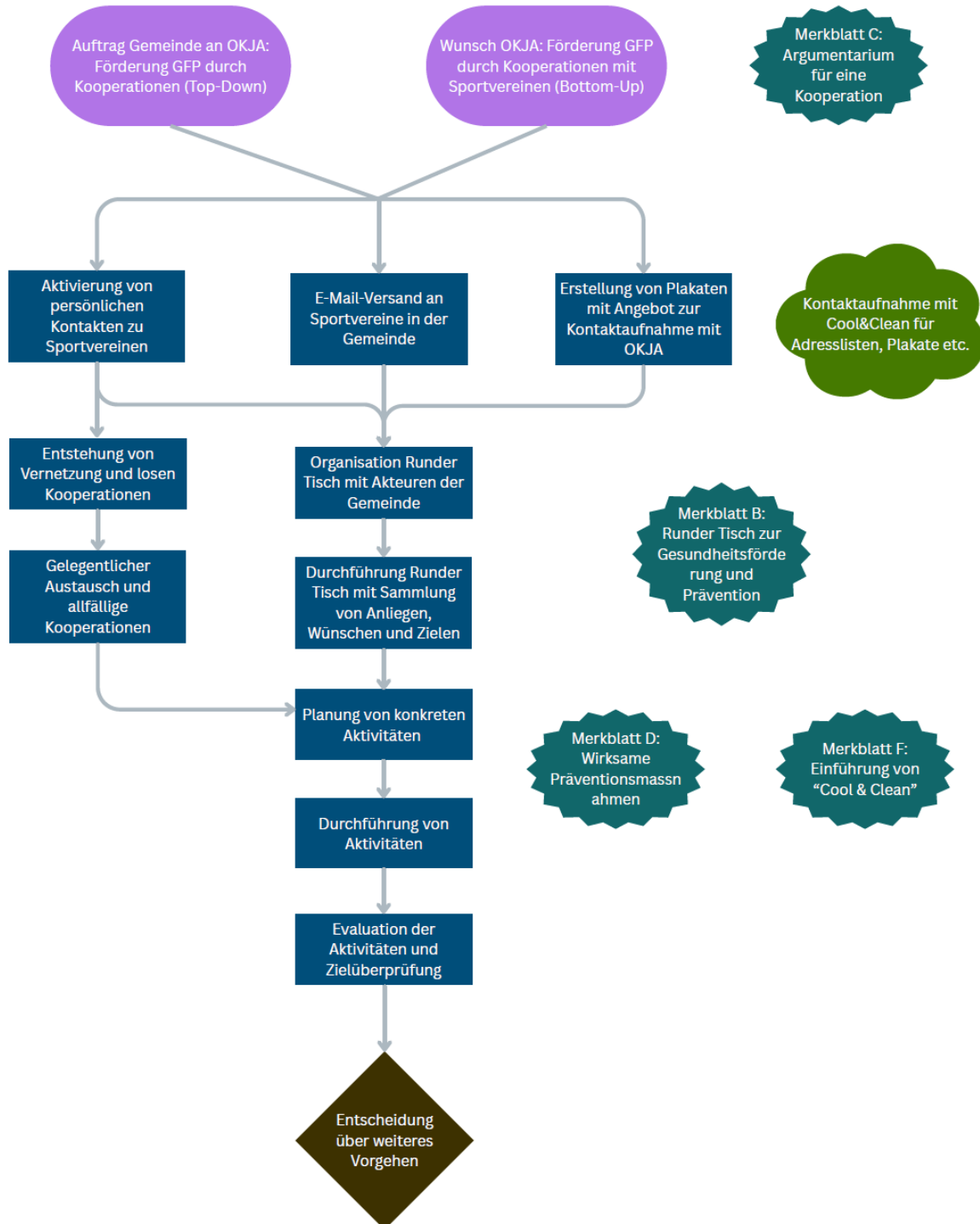
- ✓ Wer übernimmt die Verantwortung?
- ✓ Welche weiteren Rollen und Aufgaben sind zu vergeben?
- ✓ Wie flexibel sind die Beteiligten in Bezug auf ihre Rollen?



Reflexion

- ✓ Welches sind Indikatoren für eine erfolgreiche Kooperation?
- ✓ Wer alles soll über den Erfolg der Kooperation urteilen?
- ✓ Wann soll über den Erfolg und Weiterführung der Kooperation geurteilt werden?

Idealtypischer Ablauf für den Kooperationsaufbau:



Merkblatt B: Runder Tisch zur Gesundheitsförderung und Prävention

Hintergrund

Ein Runder Tisch kann von der Offenen Kinder- und Jugendarbeit (OKJA) initiiert werden, wenn es um das Thema Gesundheitsförderung und Prävention für Kinder und Jugendliche geht. Ziel ist es, gemeinsam mit relevanten Akteur*innen der Gemeinde Themen zu identifizieren, Massnahmen zu entwickeln und Synergien zu nutzen. Eingeladen werden z. B.:

- Sport- und Freizeitvereine
- Schulen
- Ärzt*innen, Gesundheitsdienste
- Elternräte
- Gemeindepolitik
- Fachstellen für Prävention

Der Runde Tisch dient dem Wissensaustausch, dem Aufbau von Kooperationen und der nachhaltigen Verbesserung der Lebensbedingungen junger Menschen.

Zielsetzung

- Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen stärken
- Präventionsmassnahmen gemeinsam entwickeln
- Gemeinwesen aufwerten
- Strukturelle Bedingungen für gesundes Aufwachsen verbessern

Rolle der Jugendarbeit (OKJA)

Die OKJA übernimmt die zentrale Rolle als Initiatorin und Gastgeberin. Daraus ergeben sich folgende Aufgaben:

- **Bedarf erkennen:** Wo bestehen Herausforderungen oder Potenziale im Bereich Gesundheit & Prävention?
- **Ziel definieren:** Was soll durch den Runden Tisch erreicht werden?
- **Themenschwerpunkt wählen:** Ernährung, Suchtmittelkonsum, mentale Gesundheit, Bewegung, Medienkompetenz etc.
- **Relevante Akteur*innen recherchieren und analysieren:** Netzwerkkarte, Vereinsverzeichnis, lokale Schlüsselpersonen etc.
- **Einladungsstrategie entwickeln:** Persönliche Ansprache per Telefon oder Besuch vor Ort
- **Ablauf gestalten:** Struktur, Moderation, Impulsbeiträge planen
- **Mehrwert aufzeigen:** Warum lohnt sich die Teilnahme für andere Institutionen?
- **Folgeprozesse mitdenken:** Dokumentation, Nachbereitung, Verstetigung der Zusammenarbeit

Vorgehen für die OKJA

1. Thema & Zielsetzung klären

- Was ist das konkrete Thema im Bereich Gesundheitsförderung?
- Welches Ziel verfolgt die OKJA mit dem Runden Tisch?
- Wer ist von dem Thema betroffen oder kann dazu beitragen?

2. Netzwerkanalyse durchführen

- Bestehende Kontakte und Netzwerke prüfen
- Neue Schlüsselpersonen identifizieren (z. B. in Schulen, Politik, Vereinen)
- Potenzielle Kooperationspartner*innen notieren

3. Einladung gezielt vorbereiten

- Persönliche Einladung (keine Standard-E-Mails)
- Einladungsschreiben mit Thema, Ziel und Ablauf
- Telefonisch oder bei Bedarf vor Ort Kontakt aufnehmen

4. Treffen organisieren

- Terminfindung und Raumorganisation
- Tagesordnung mit thematischem Impuls vorbereiten
- Moderationsrolle klären (OKJA oder externe Person?)

5. Durchführung des Runden Tisches

- Begrüßung, Vorstellung der Zielsetzung
- Kurzer thematischer Input zur Gesundheitsförderung
- Austausch ermöglichen: Offene Gesprächsform oder moderierte Diskussion
- Dokumentation der Ergebnisse (z. B. Maßnahmenideen, Kooperationsansätze)

6. Nachbereitung und Weiterarbeit

- Ergebnisse verschicken (Zusammenfassung, nächste Schritte)
- Kontakt zu Teilnehmenden halten
- Weitere Treffen planen oder Arbeitsgruppen bilden

Grundlegende Prinzipien

- **Freiwilligkeit:** Wer teilnimmt, ist genau richtig
- **Rollenbewusstsein:** OKJA als Fachpartnerin sichtbar machen
- **Kooperation statt Konkurrenz:** Angebote ergänzen sich
- **Wertschätzung:** Freiwilligenarbeit und Engagement anerkennen

Fragen zur Selbstreflexion

- Wie gestalte ich den Runden Tisch als Gastgeberin?
- Was verstehe ich unter Gesundheitsförderung?
- Welche Partner*innen passen zu diesem Thema?
- Welche konkreten Angebote oder Projekte kann ich einbringen?
- Wie kann ich die Teilnehmenden langfristig binden?

Merkblatt C: Argumentarium für eine Kooperation

Hintergrund

Um Kooperationen aufzubauen braucht es eine Grundüberzeugung, dass daraus ein Nutzen entstehen kann. Abhängig davon, wer überzeugt werden soll, werden hier die zentralen Argumente für eine partizipative und gemeindenahere GFP zwischen Sportverein & OKJA zusammengefasst.

Rechtliche Argumente

Die **Förderung der körperlichen und geistigen Gesundheit** von Kindern und Jugendlichen ist in den Schweizer Rechtsgrundlagen verankert (UN-Kinderrechtskonvention, Art. 24; BV, Art. 41g & KJFG, Art. 2). Sie soll sowohl durch Bildungsinstitutionen als auch ausserschulische Organisationen wie OKJAs und private Vereine umgesetzt werden. Die Tätigkeitsbereiche der OKJAs und damit auch die **Zusammenarbeit mit lokalen Akteur*innen** sind teilweise auf Kantons- oder Gemeindeebene geregelt. Im Kanton Bern beispielsweise wird diese Zusammenarbeit explizit gefordert (FKJV, Art. 87). In vielen Kantonen und Gemeinden sind die Tätigkeitsbereiche nicht explizit geregelt. In diesen Fällen wird meist auf die Grundlagen des DOJ verwiesen, in denen die Vernetzung und Koordination zwischen den lokalen Akteur*innen ebenfalls hervorgehoben wird (DOJ, 2018).

Zentrale Argumente für die Sportvereine

- ✓ Stärkung von Gesundheit & Wohlbefinden im Verein
- ✓ Zugang zu neuen Mitgliedern
- ✓ Unterstützung bei Massnahmen
- ✓ Zeichen für Seriosität & Engagement
- ✓ Unterstützung bei Mittelbeschaffung

Zentrale Argumente für die OKJA

- ✓ Zugang zu neuen Teilnehmenden
- ✓ Unterstützung bei Anlässen
- ✓ Förderung von partizipativen Prozessen in der Gemeinde
- ✓ Förderung von sozialer Teilhabe der K&J
- ✓ Förderung von Selbstkompetenzen der K&J

Zentrale Argumente für die Gemeinden

- ✓ Stärkung der Gesundheit & Sicherheit in der Gemeinde
- ✓ Förderung wirksamer GFP in der Gemeinde
- ✓ Stärkung von Partizipation & Vernetzung
- ✓ Nutzung vorhandener Kompetenzen
- ✓ Erhöhung der Attraktivität der Gemeinde als Wohn- und Arbeitsort

Kernbotschaft

Eine Partnerschaft zwischen OKJA und Sportvereine bündelt Interessen und Kompetenzen für eine effiziente und wirksame Gesundheitsförderung und Prävention in der Gemeinde. Abhängig von den gemeinsamen Zielen kann sie unterschiedliche Formen annehmen: von einer zeitlich begrenzten Zusammenarbeit bis hin zu einer Kooperation mit mehreren Akteur:innen der Gemeinde. Erfolgskritische Faktoren sind eine gemeinsame Zielformulierung und deren regelmässige Überprüfung.

DOJ. (2018). Offene Kinder- und Jugendarbeit in der Schweiz. Grundlagen für Entscheidungsträger*innen und Fachpersonen.

Merkblatt D: Wirksame Präventionsmassnahmen

Hintergrund

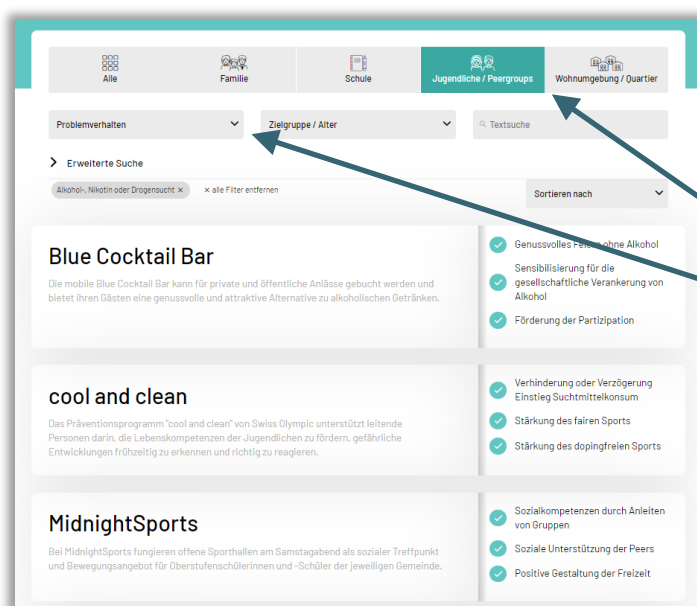
Die Entwicklung wirksamer Präventionsmassnahmen ist nicht einfach. Menschen sind Gewohnheitstiere und ändern ihre eingespielten Verhaltensweisen nur ungern. Wenn der Nutzen einer Verhaltensänderung erst in 20 oder 30 Jahren sichtbar wird, fällt es nicht nur Kindern, sondern auch Erwachsenen schwer, Verhaltensänderungen vorzunehmen. Deshalb ist es wenig überraschend, dass traditionelle Formen der **Verhaltensprävention** wie Abschreckung oder blosser Informationsvermittlung wenig effektiv sind oder gar gegenteilige Effekte erzeugen (Razum et al., 2018).

Viele Präventionsmassnahmen erscheinen auf den ersten Blick überzeugend und unproblematisch. Andererseits fehlt es vielen Massnahmen an einer rigorosen wissenschaftlichen Prüfung. Aus diesem Grund haben sich verschiedene Initiativen einer umfassenden Prüfung von Präventionsaktivitäten verschrieben. Derzeit stehen zwei Datenbanken zur Verfügung, die wirksame Interventionen auflisten.

Vorgehen

Du planst zu einem spezifischen Thema der GFP eine Intervention und möchtest dich von bestehenden Ideen inspirieren lassen. Auf den folgenden zwei Plattformen findest du Programme und Angebote, die schon erfolgreich umgesetzt worden sind: «PGF wirkt!» und «Grüne Liste Prävention».

«PGF wirkt!»



Razum, Oliver, Rieder, Anita, Egger, Matthias & Rieder, Anita (2018). *Public Health kompakt*. De Gruyter.

«Grüne Liste Prävention»

(1) Webseite: <https://www.gruene-liste-praevension.de/nano.cms/daten-bank/suche>

(2) «Jugendliche» wählen

(3) «Präventionsthema» auswählen

(4) UND-Verknüpfung wählen

Bei mehr als zwei Filter kann die ODER-Verknüpfung bessere Resultate generieren.

Bewertung der Programme nach Wirksamkeit:

3 = Effektivität nachgewiesen

2 = Effektivität wahrscheinlich

1 = Eff. theoretisch gut begründet

0 = auf der Schwelle

Rollen

Wie die Rollen verteilt werden, hängt vom jeweiligen Projekt, den Zielgruppen und letztlich von pragmatischen Faktoren ab. Werden Präventionsmassnahmen im Sportverein geplant, bieten sich die folgenden Rollen an:

OKJA: Unterstützung in der Wahl und Umsetzung

Sportvereine: Hauptverantwortung, Verantwortung für die Verankerung im Verein

Gemeinden: Finanzierung der OKJAs für die Tätigkeit im Sportverein

Merkmale E: Jugendsportsozialarbeit für Gemeinden und Sportverbände

Hintergrund

Sport kann für die Soziale Arbeit aus unterschiedlichen Perspektiven interessant sein. Sport kann als Mittel für Erziehung und Persönlichkeitsentwicklung, als Mittel für die Gesundheitsförderung oder als Bestandteil gesellschaftlicher Integration in die Kultur des Sports (mit Werten wie Leistung, Teamgeist und Fair Play) betrachtet werden. Aus allen drei Perspektiven (Bildung, Gesundheit und Integration) kann Sport für diverse Praxisfelder der Sozialen Arbeit relevant sein (Löwenstein, 2020).

Wegen der Vielfalt von Schnittstellen zwischen Sport und Sozialer Arbeit gibt es keine einheitliche Definition von Sportsozialarbeit. Löwenstein (2020) sieht hingegen eine Gemeinsamkeit: «Sportsozialarbeit soll Menschen dazu befähigen, Sport und Bewegung für die eigene Lebensbewältigung nutzbar zu machen.» (ebd., S. 19). Folgend werden zwei Modelle von Sportsozialarbeit beschrieben, die in der Gemeinde oder im Profisport umgesetzt werden können.

Jugendsportsozialarbeit für die Gemeinde

Analog zur Schulsozialarbeit ist auch eine Sportsozialarbeit für Gemeinden denkbar. Sie können die Kinder und Jugendlichen von Schulen, von Kindertagesstätten und der OKJA über Sportangebote informieren und beraten sowie Kooperationen zwischen Sportvereinen und anderen Institutionen fördern. Die Ziele einer gemeindenahen Sportsozialarbeit wären:

- Ermöglichung eines gleichberechtigten Zugangs zu Sport und Bewegung
- Abbau von Zugangsbarrieren zu Sport und Bewegung
- Stärkung lokaler Sportvereine
- Wertschätzung und ggf. Entschädigung ehrenamtlichen Engagements
- Beratung von Sportvereinen zu Themen wie Diversität und GFP
- Aufbau von Fanarbeit
- Förderung von Sport und Bewegung für Erwachsene und ältere Menschen
- Sportvereins-Elternabende
- Niederschwellige Anlaufstelle für Fragen oder Meldungen psychischer und physischer Integrität im Sport

Vorgehen

OKJAs können Gemeinden oder Sportverbände über die Möglichkeiten und Chancen einer Sportsozialarbeit aufklären und sie bei der Einführung unterstützen. Falls die OKJA selbst ein Mandat übernehmen sollte, müssten der Auftrag und die benötigten Ressourcen geklärt werden, damit die bestehenden Angebote der OKJA nicht geschwächt werden.

Löwenstein, H. (2020). *Sportsozialarbeit: Strukturen, Konzepte, Praxis*. Kohlhammer Verlag.

Merkblatt F: Einführung von «cool and clean»

Hintergrund

Das Programm «cool and clean» unterstützt Sportvereine und ihre Trainer*innen eine gesundheitsfördernde Kultur zu entwickeln. Mit der Programmteilnahme verpflichten sich Sportvereine oder einzelne Trainer*innen zu sechs Commitments. Weiter stehen Unterlagen und kurze Spielformen à 5-10 Minuten zu verschiedenen Themen wie beispielsweise Tabak, Alkohol, Ernährung oder Lebenskompetenzen zur Verfügung.

Ziele

- Trainer*innen und Sportvereine für «cool and clean» motivieren.
- Unterstützung von Trainer*innen bei der Vorbereitung und Durchführung von Aktivitäten.
- Vernetzung von Personen, die sich für Gesundheitsförderung & Prävention engagieren.

Vorgehen für Sportvereine oder Trainer*innen

- ✓ Sowohl Sportvereine als auch Trainer*innen können sich bei «cool and clean» registrieren.
- ✓ Bei Fragen zu «cool and clean» können die kantonalen Botschafter*innen angefragt werden.
- ✓ Für die Umsetzung von Aktivitäten im Training oder in Trainingslager können sie die OKJA für Unterstützung anfragen.

Vorgehen für OKJAs

- ✓ Die kantonalen Botschafter*innen bieten Online-Termine an, in denen über das Angebot von «cool and clean» informiert wird.
- ✓ Regionale Sportvereine und Trainer*innen, die bei «cool and clean» registriert sind, können über die kantonalen Botschafter*innen für eine Zusammenarbeit angefragt werden.
- ✓ OKJAs können über in Turnhallen auf ihr Angebot aufmerksam machen. Poster können bei «cool and clean» bezogen werden.
- ✓ Fachwissen und Aktivitäten zu den «cool and clean» Themen können auf der Webseite von «cool and clean» abgerufen werden.
- ✓ Jugendliche der Kantone Bern und Solothurn können sich für den **Jugendrat** des Präventionsprogramms «cool and clean» bewerben.

Wichtige Links

- Kantonale Botschafter*innen von «cool and clean»: <https://www.coolandclean.ch/de/kontakt>
- Fachwissen und Spielformen für das Training: <https://www.coolandclean.ch/de/> (Menü)
- Jugendrat von «cool and clean»: <https://www.coolandclean.ch/de/jugendrat>

«cool & clean» Spielformen & Fachwissen:

★ Spielform «Klar kommunizieren» Spielformen ★★★★★ (6)	★ Empathie Fachwissen ★★★★★ (4)
★ Spielform «Feedback geben» Spielformen ★★★★★ (4)	★ Spielform «Konfliktlösung» Spielformen ★★★★★ (4)
★ Spielform «Situationen bewerten» Spielformen ★★★★★ (4)	★ Spielform «Eigene Gefühle erkennen» Spielformen ★★★★★ (3)
★ Umgang mit Stress Fachwissen ★★★★★ (3)	★ Kommunikationsfähigkeit Fachwissen ★★★★★ (2)