Frauen im Vormarsch

Autor(en): **Leonardi Sacina, Lorenzo**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **10 (2008)**

Heft 4

PDF erstellt am: **04.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-991617

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Frauen im Vormarsch

Die Studie «Sport Schweiz 2008» zeigt es deutlich: Über 70 Prozent der Bevölkerung treiben zumindest ab und zu Sport. Eine Übersicht über die Studie und die Entwicklungen der sportlichen Aktivität in der Schweiz.

Text: Lorenza Leonardi Sacino, Foto: Alain Dössegger

▶ *«Im vorliegenden Bericht sind die grundlegenden Analysen aus «Sport Schweiz 2008» dokumentiert. Angesichts der Fülle an Informationen werden die zentralen Resultate hier kurz zusammengefasst: Knapp drei Viertel (73 %) der Schweizer Wohnbevölkerung im Alter von 15 bis 74 Jahren treiben zumindest ab und zu Sport. Das effektive Aktivitätsniveau variiert jedoch in erheblichem Masse: Zwei Fünftel der Bevölkerung (40 %) treiben mehrmals pro Woche insgesamt drei Stunden oder mehr Sport. Ein gutes Viertel (27 %) wird mindestens einmal pro Woche sportlich aktiv, ein Sechzehntel (6 %) treibt nur unregelmässig Sport, während das übrige Viertel (27 %) angibt, keinen Sport zu treiben. Auf Nachfrage räumen allerdings zwei Drittel der erklärten Nichtsportler ein, ebenfalls ab und zu einer (sportlichen) Bewegungsaktivität nachzugehen.»*

(Auszug aus der Studie «Sport Schweiz 2008»)

Nur dank Kooperation möglich

Die Studie konnte nur dank des engen Zusammenspiels verschiedener Partner zustande kommen. Neben dem BASPO als Träger des Sportobservatoriums wurde die Untersuchung von Swiss Olympic, der bfu, der Suva getragen. Als Partnerorganisationen des Sportobservatoriums haben zudem das Bundesamt für Statistik und die Fachstelle Sport des Kantons Zürich das Projekt fachlich begleitet. Daneben beteiligten sich kantonale und kommunale Sportämter; und Jugend+Sport hat dafür gesorgt, dass im Rahmen des Gesamtprojektes auch Kinder zwischen 10 und 14 Jahren befragt werden konnten. Die Erhebung wurde vom LINK-Institut in Luzern durchgeführt. Der Grundlagenbericht stellt die wichtigsten Ergebnisse mit Blick auf die Schweizer Wohnbevölkerung im Alter von 15 bis 74 Jahren dar. Im Laufe des Jahres werden kantonale und kommunale Berichte sowie ein spezieller Kinder- und Jugendbericht folgen. Erhältlich ist er auf:

› *www.baspo.ch*

«Sport Schweiz 2008» steht für die grösste und umfangreichste je in der Schweiz durchgeführte Untersuchung zum Sportverhalten und zu den Sportbedürfnissen der Bevölkerung. Eine erste, ähnliche Studie war bereits vor 30 Jahren durchgeführt worden, doch in der Zwischenzeit haben sich die Gewohnheiten der Schweizer Bevölkerung entschieden verändert. Die wichtigste Veränderung ist der bedeutende Anstieg des Anteils an Menschen, die sportlich aktiv sind. Hierbei sind aber die methodischen Unterschiede zwischen der ersten und dieser letzten Studie zu erwähnen. «Substanziell wurden vor 30 Jahren dieselben Methoden wie heute eingesetzt, wobei die Fragen nach den sportlichen Aktivitäten leichte Veränderungen erfuhren und noch solche nach spezifischen Aspekten dazukamen, was zu präzisierten Aussagen führte. Früher wurden auch viel weniger Interviews geführt. In der aktuellsten Befragung wurden zusätzlich jüngere Personen (10- bis 14-Jährige, A.d.R.: Die Resultate aus dieser Zielgruppe werden im Herbst vorliegen) in die Stichprobe aufgenommen», erklärt Urs Mäder, Verantwortlicher des Ressorts «Gesundheit und Bewegung» am Bundesamt für Sport.

Die Zunahme der aktiven Bürger/-innen wird durch die beiden Untersuchungen aus den Jahren 2000 und 2008 bestätigt. Urs Mäder beurteilt diese beiden Studien als kompatibel und qualitativ sehr gut. Das Wachstum kommt vor allem durch die aktiveren Frauen zustande, und dieser Trend wird durch die Resultate der «Schweizerischen Gesundheitsbefragung» erhärtet: Auch in jener Untersuchung waren die Frauen zwischen 1997 und 2002 sportlicher.

Korrelation im Weiblichen

In der Studie «Sport Schweiz 2008» wurden über 11 000 Menschen befragt. Solche repräsentativen Daten würden den Institutionen des Sports helfen, ihre künftigen Aktivitäten an den Rahmenbedingungen und Bedürfnissen der Bevölkerung auszurichten, erklärt Mäder. Ob diese Datenbasis tatsächlich hilft Massnahmen zu treffen, um die Schweizer Bevölkerung zu mehr Bewegung zu motivieren, ist aber schwierig zu beantworten: «Es gibt meiner Kenntnis nach keine spezifischen Interventionen, die nur aufgrund der Resultate aus dem Jahr 2000 ins Leben gerufen wurden.» Parallelen zwischen den Massnahmen und den erhöhten sportlichen Aktivitäten der Frauen liessen sich allenfalls beim Nordic Walking feststellen. Die in dieser Sportart aktiven Organisationen – wie zum Beispiel Allez Hop, die nationale Kampagne zur Bewegungsförderung – berichteten, dass sie vor allem Frauen mittleren Alters erreichen würden. Diese Altersgruppe gehörte in der aktuellen Studie neben den Jungen und Älteren zu denjenigen, die ihre Aktivität in den letzten acht Jahren steigerten. Aber: «Viele Massnahmen wurden unabhängig von den Resultaten der erwähnten Befragungen initiiert und durchgeführt. Die Daten zeigen nur, wie sich die Summe der Aktivitäten in der Gesellschaft auswirkt und wo allenfalls Handlungsbedarf besteht», ergänzt Mäder.

Gewohnheiten unter der Lupe

«Sport Schweiz 2008» liefert ein umfassendes Bild über die Situation in Sachen Bewegung und Sport in der Schweizer Bevölkerung. Wobei der Akzent bewusst auf das persönliche Verhalten, auf die Motive und auf die Bedürfnisse der Bürger/-innen gelegt wurde. Andere Umfragen, wie zum Beispiel die «Schweizerische Gesundheitsbefragung» zeichnen hingegen ein komplexeres Bild über den Gesundheitszustand der Bevölkerung sowie die Faktoren, die ihn beeinflussen. Ergebnisse aus all diesen Studien helfen also den Entscheidungsträgern und Akteuren im Bereich der Bewegungs- und Sportförderung, ihre Ziele effizienter zu erreichen. Zum einen können sie damit ihre Argumentation nach den reellen Fakten ausrichten, um ihre Partner zu überzeugen. Zum anderen erhalten sie damit die Möglichkeit, ihre Massnahmen zielorientiert zu gestalten.

Ob sich nun bei einer nächsten Befragung die gleiche Tendenz des Anstiegs an körperlich aktiven Menschen zeigen wird, ist aber schwierig zu sagen. Urs Mäder: «Grundsätzlich flachen solche Trends zu einem bestimmten Zeitpunkt ab. Nach dem starken Anstieg über die letzten 14 Jahre würde mich ein nur kleiner Anstieg oder keine Veränderung im Bezug auf das Sporttreiben nicht überraschen. Als wenig wahrscheinlich beurteile ich aber eine Abnahme.» //

Wissenswert

Vom Modetrend zur Sportart

▶ Den markantesten Zuwachs in den beliebten Sportarten ist in der Aktivitätsgruppe «Wandern, Walking, Bergwandern» zu verzeichnen (+ 11 Prozent), was unter anderem der Verbreitung des Nordic Walkings zuzuschreiben ist. Die Sportart erreichte uns von Finnland her gegen Ende der neunziger Jahre. Am Anfang von vielen belächelt, ist das Nordic Walking heute eine Ausdauersportart, die sich über den ganzen Erdball verbreitet hat. Alles andere als bloss eine Modeerscheinung, also. Das stetig wachsende Gesundheitsbewusstsein in der Bevölkerung. Frauen und Männer widmen ihrem körperlichen Wohlbefinden immer mehr Aufmerksamkeit, und das geschieht auch über die Bewegung. Das hat sicher auch zur Popularität beigetragen.

Nordic Walking stellt eine Alternative zu Jogging dar, dessen Intensität von vielen als zu hoch beurteilt wird. Es ist eine leicht erlernbare Disziplin, die keine übermässige Belastung unserer Gelenke darstellt. Der Erfolg dieser einfachen Sportart ist aber auch auf andere Faktoren zurückzuführen:

- Keine besondere Infrastruktur nötig.
- Technik ist leicht erlernbar.
- Tiefe Investitionen für Material.
- Man beginnt bereits beim Verlassen der Wohnung.
- Zeitlich flexible Disziplin.
- Stimuliert soziale Kontakte.
- Ermöglicht neue Erfahrungen.
- Entspannung und Vergnügen sind garantiert.
- Kontakt mit der Natur.