Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 53 (1996)

Heft: 5

Artikel: Erstrangige Aufgabe

Autor: Vetterli, Werner

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-993274

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 29.11.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Gesellschaftspolitisch

Erstrangige Aufgabe

Für Nationalrat Werner Vetterli, ehemaliger Präsident des SISS und Autor der Motion zur Förderung des Seniorensportes, die auf politischer Ebene den Stein ins Rollen brachte, ist klar: Dank Seniorensport könnte man gesünder älter werden.

Werner Vetterli
Foto: Hugo Lörtscher

Zu Beginn und zur Erinnerung einige Binsenwahrheiten:

- Vor 100 Jahren lag unsere durchschnittliche Lebenserwartung unter 50 – heute bei rund 80 Jahren. Im Jahre 2025 gibt es in der Schweiz 1,5 Mio. Rentner.
- Wir alle wissen, dass auch ältere Menschen mit richtigem Kreislauftraining, angepasster Kraftschulung und täglichem Beweglichkeitstraining fit bleiben.
- Wir haben gelesen, dass gemäss der kanadischen Studie von Roy Shepard «Physical activity and aging» mit sportlicher Lebensweise die Pflegebedürftigkeit um 9 Jahre hinausgeschoben werden kann.
- Ebenso bekannt ist die Tatsache, dass aus gemeinsam betriebenem Seniorensport unter kundiger Leitung «WELLNESS» (ganzheitliches, physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden) resultiert.

500 000 Aktive – 500 000 Inaktive – 160 000 Willige

Eine halbe Million Schweizer Rentner bezeichnen sich als Sportler. 360 000 davon trainieren ein- bis mehrmals wöchentlich. Weitere 500 000 aber sind sportlich inaktiv. 160 000 würden unter folgenden Voraussetzungen mit Seniorensport beginnen: freie Wahl der Sportart, Sport in der Gemeinschaft – aber ohne Vereinszwang und Seniorensport unter kundiger Leitung.

Woher 50 000 «kundige Leiter» nehmen?

Gemäss ESSM Heinz Keller braucht es für das 3. Alter langfristig um die 50 000 qualifizierte Seniorensport-Leiter und -Leiterinnen. Mit meiner Motion «Förderung Seniorensport» habe ich am 7. Oktober 1994 den Bundesrat ersucht, «brach liegende» J+S-Leiter zu Seniorensport-Leitern umzuschulen. Jugend + Sport-Leiter haben eine gute sportspezifische Ausbildung und verfügen über methodisch/didaktische Erfahrung. Wenn sie aus verschiedenen Gründen (Hauptgrund: über 40jährig) inaktiv werden – das sind um die 50 000 Leiter! – muss man dieses Potential doch reaktivieren.

In 2–3 Wochenend-Kursen könnten diese bewährten Praktiker mit den altersspezifischen Anforderungen (biologisch-medizinisch-soziologisch-psychologisch-methodisch-didaktisch) vertraut gemacht werden. Mit dieser wirtschaftlich effizienten Umschulung könnte man die notwendige Zahl von «kundigen Leitern» für die Basis sicher stellen.

Mehr und bessere Angebote an der Basis

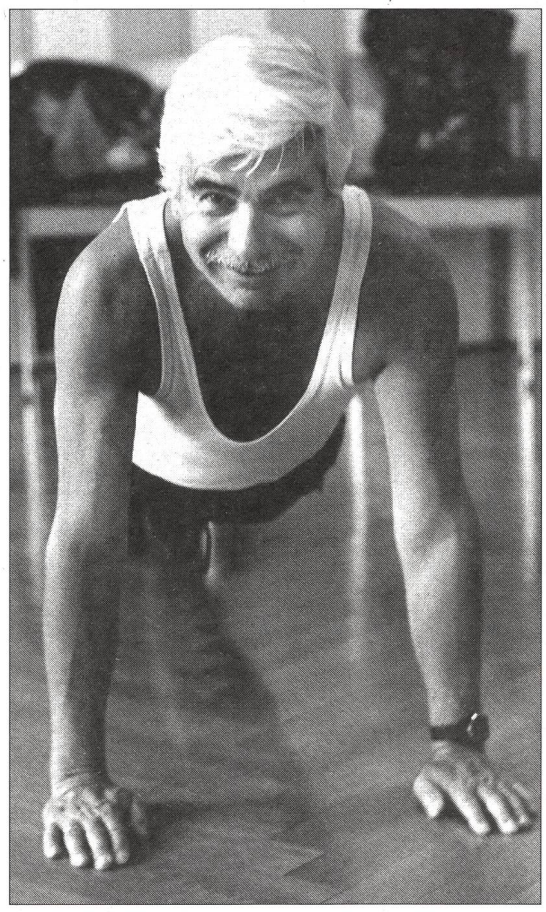
Die 500 000 Inaktiven und die 160 000 Willigen müssen sukzessive hinter dem Ofen hervorgeholt werden. Keine leichte Aufgabe! Der Schweizerische Interverband für Seniorensport (SISS) hat mit seiner Aktion «Aktiv 50 Plus» einen ersten Schritt getan. Anzustreben ist, dass jede der 3000 Gemeinden über ein Seniorensport-Angebot verfügt. Animiert werden müssen bereits die 50jährigen – später wird die Schwellenangst zum (Wieder-)Einstieg grösser.

Als neutraler Interverband ist der SISS dazu prädestiniert, Verbände aller Richtungen, Vereine, Institutionen, Organisationen, freie Gruppen, kommerzielle Anbieter, Reiseveranstalter – und last but not least - auch die Turn- und Sportämter der Kantone und Gemeinden zusammenzuführen, gemeinsame Seniorensport-Aktivitäten zu initieren, propagieren und koordinieren.

Wunsch: Unterstützung aus dem öffentlich-rechtlichen Bereich

Apropos Sportämter: Die öffentlichrechtlichen Sportverantwortlichen sollen nicht nur J+S- und Seniorensport-Leiter und Leiterinnen aus- und weiterbilden. Mit der demographischen Entwicklung drängt sich aus sozialpolitischen Überlegungen auch ein zukünftiges starkes subsidiäres Engagement im Seniorensport-Basis-Angebot auf.

«Seniorensport ist eine Aufgabe von erstrangiger gesellschaftspolitischer Bedeutung» schrieb BR Flavio Cotti in seiner Antwort vom 6.6.91 zum Bericht der ESK-Arbeitsgruppe Seniorensport. Da meine ich lapidar: Lasst Taten folgen! Nicht zuletzt darum, weil in der Schweiz täglich rund 70 Millionen Franken für die Wiederherstellung der Gesundheit aufgewendet werden müssen! Darum zum Schluss nochmals eine Binsenwahrheit: Vorbeugen ist besser und – viel – billiger als Heilen! ■



Ganzheitliches Wohlbefinden.

Werner Vetterli: In seinen jungen Jahren war er international erfolgreicher 5-Kämpfer, von Beruf zuerst Lehrer, dann an Radio- und Fernsehen tätig.