

Zeitschrift: Zeitschrift für Sozialhilfe : ZESO
Herausgeber: Schweizerische Konferenz für Sozialhilfe SKOS
Band: 121 (2024)
Heft: 1

Artikel: Soziale Ressourcen im Kindesalter stärken
Autor: Suppa, Anna / Güdel, Ester
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1062210>

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: 09.01.2026

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

Soziale Ressourcen im Kindesalter stärken

Kindern aus einkommensschwachen Familien bleibt der Zugang zu kostenpflichtigen Freizeitangeboten oft verwehrt. Dabei kann das Ausüben von Sport im Verein oder das Erlernen eines Instruments in der Gruppe die soziale Teilhabe fördern und nachhaltig positive Effekte auf die Gesundheit haben. Die Winterhilfe hat deshalb vor zwölf Jahren ein Empowerment-Programm auf Initiative und in Kooperation mit der Roger Federer Foundation ins Leben gerufen.

In der Schweiz können laut der Erhebung über die Einkommen und Lebensbedingungen (SILC) des Bundesamtes für Statistik (BFS) rund 5,5 Prozent der Kinder nicht regelmässig an einer kostenpflichtigen Freizeitbeschäftigung ausser Haus teilnehmen. Welche Bedeutung Freizeit und Erholung für Kinder und Jugendliche haben, zeigt die Stress-Studie von Pro Juventute: «Je mehr Zeit die Kinder und Jugendlichen zur Erholung und für Treffen mit ihren Freundinnen und Freunden sowie Hobbys wie Sport oder Musik haben, desto weniger sind sie gestresst.» Der Auf- und Ausbau von sozialen Ressourcen hat dabei weitreichende positive Auswirkungen auf die Gesundheit, zum Beispiel auf die Stärkung des Immunsystems oder die Verringerung von somatischen Beschwerden.

Soziale Teilhabe und Chancengleichheit fördern

Mit dem Empowerment-Programm übernimmt das Hilfswerk Winterhilfe Schweiz die Finanzierung von Freizeitaktivitäten von Kindern und Jugendlichen, die in Haushalten leben, in denen zu wenig Mittel für Sportvereinsbeiträge oder Musikunterricht zur Verfügung stehen. Damit setzt sich das Hilfswerk nicht nur für die individuellen Bedürfnisse der Kinder im Bereich der Freizeitgestaltung ein, sondern auch für deren Gesundheit. Im Sinne der Gesundheitsförderung verfolgt das Programm das Ziel, die soziale Teilhabe ökonomisch benachteiligter Kinder zu stärken. Zudem soll mit dieser Leistung auch die Chancengleichheit der betroffenen Kinder gefördert werden. Denn Personen, die bereits auf viele Ressourcen zurückgreifen können, haben einen einfacheren Zugang zu weiteren Ressourcen.

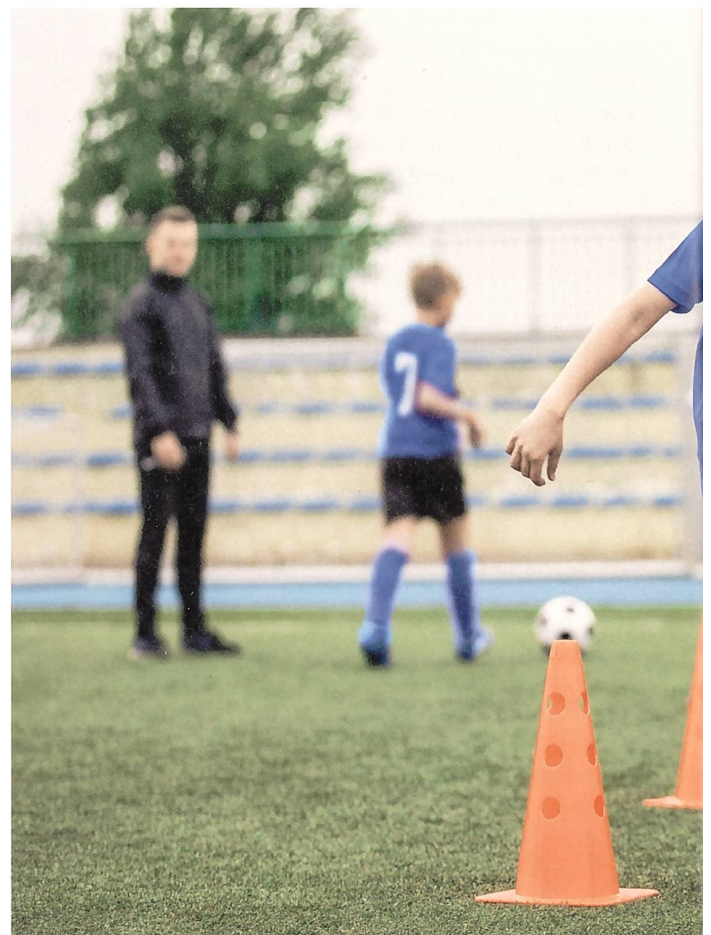
Grosse Sorgen um Lara

«Ich bin der Vater von Lara und mache mir grosse Sorgen, weil sie Probleme mit sozialen Kontakten hat», schreibt ein Vater über seine Zwölfjährige. Die Mitarbeiterin der Sozialberatung eines Kinderspitals, die das Gesuch einreicht, fügt an: «Lara ist schüchtern und wird schnell nervös.» Vor allem seit dem Umzug der Familie, die

knapp über dem Existenzminimum lebt, fühle sich das Mädchen ausgeschlossen. Einzig im Theaterkurs blühe es auf. Die Kosten des Kurses werden vom Empowerment-Programm übernommen.

Zusammenarbeit mit Sozialdiensten

Das Empowerment-Programm richtet sich an Kinder von Working Poor, die nur knapp oberhalb der Armutsgrenze leben. Das Programm sieht jedoch auch vor, dass in Einzelfällen Kinder, deren Eltern von der Sozialhilfe unterstützt werden, vom Angebot Gebrauch



Je mehr Zeit Kinder zur Erholung und für Treffen mit Freunden, und Hobbys wie Sport oder Musik haben, desto weniger sind sie gestresst.

FOTO: SHUTTERSTOCK

machen können. Wenn die Sozialhilfe beispielsweise das Hobby der Kinder nur teilweise finanzieren kann, prüft die Winterhilfe die Übernahme des Restbetrages. Weiter kann das Programm von der eigentlichen Zielgruppe der Working Poor abweichen, wenn über die Sozialhilfe bereits ein Hobby finanziert wird und keine weiteren Hobbys übernommen werden, weil der Betrag und die Anzahl der Freizeitaktivitäten ausgeschöpft sind. Erachtet das Hilfswerk, dass die Teilnahme an einem zusätzlichen Hobby für die Entwicklung des Kindes jedoch sehr wichtig wäre, kann es eine Ausnahme zur Finanzierung eines zweiten Hobbys prüfen.

Keine Begabtenförderung

Das Programm deckt alle Kosten ab, die für das Erlernen und Praktizieren von Sportarten und Musikinstrumenten zusammenkommen und übernimmt auch Beiträge an Ferienlager oder Stufentests. Kinder sollen sich im Aikido behaupten oder auf der Zither alte Weisen spielen können. Besonders beliebt sind Fussball und Hip-Hop. Auch teure Sportarten wie Reiten oder Skifahren werden vom Programm bezahlt. Ausgeschlossen aber ist die Begabtenförderung im sportlichen oder musikalischen Bereich.



Weil Skifahren einfach dazugehört

Zwei Kinder einer Familie in den Bergen sollen im Winter mit der Schule und ihren Schulfreundinnen und -freunden Skifahren können. Doch das kleine Einkommen der Eltern aus der Landwirtschaft reicht nicht für Skipass und Ausrüstung. «Um eine Ausgrenzung unserer Kinder zu umgehen, sehen wir uns jedes Jahr aufs Neue dazu verpflichtet, diesen Aufwand zu betreiben», schreiben die Eltern im Gesuch um Aufnahme ihrer Kinder ins Empowerment-Programm der Winterhilfe und die Übernahme von Kosten von je 1000 Franken pro Kind.

Keine einheitliche Ausgangslage

Wie die Studie «Vergleich von Sozialhilfeleistungen in fünf Schweizer Kantonen (HarmSoz)» der Fachhochschule Nordwestschweiz (FHNW) aufzeigt, gibt es in der Ausrichtung von Sozialhilfeleistungen mitunter in der Ermöglichung von Freizeitaktivitäten der Kinder je nach Gemeinde und Kanton sehr grosse Unterschiede. So haben einige Sozialdienste von den im Forschungsprojekt untersuchten Gemeinden für die Freizeitgestaltung und Ferienlager von Kindern jährlich 800 bis 1000 Franken pro Kind zur Verfügung. Viele andere Sozialdienste können hingegen pro Jahr nur zwischen 200 und 300 Franken für die Hobbys der Kinder einsetzen.

Bei einer Familie aus dem Kanton Bern sind es 600 Franken. Der zehnjährige Sohn hat eine schwere Spracherwerbsstörung und die Diagnose ADHS. Sport treibt er sehr gerne; Fussball im Verein und Karate. Es scheint, dass diese Aktivitäten positive Auswirkungen auf das ADHS haben. Das Budget des Sozialdienstes reicht fürs Fussballtraining, und die Eltern kommen selbst für Ausrüstung und Karateunterricht auf. Das Empowerment-Programm übernimmt hier die Kosten fürs Fussball-Trainingslager, das der Bub gerne während der Ferien besuchen möchte.

Die Winterhilfe ist eine Non-Profit-Organisation (NPO), die seit 1936 Menschen an der Armutsgrenze in der Schweiz unterstützt. Im Geschäftsjahr 2022/2023 haben 53 000 Personen Leistungen von der Winterhilfe bezogen. Aktuell nehmen über 2000 Kinder am Empowerment-Programm teil und werden im Durchschnitt mit 625 Franken pro Jahr unterstützt. ■

*Name geändert.

Ester Güdel, Anna Suppa
Winterhilfe Schweiz

QUELLEN

Roulin Christophe und Hassler Benedikt [2023]. Vergleich von Sozialhilfeleistungen in fünf Schweizer Kantonen. HarmSoz. Olten: Hochschule für Soziale Arbeit.

Albrecht I., Kottlow M., Stocker P., Ziegler H. [2021]. Rund ein Drittel der Kinder und Jugendlichen in der Schweiz ist gestresst – Erkenntnisse für Jugendliche, Eltern und Schulen. Pro Juventute Schweiz, Zürich.