



JAHRES- BERICHT —★2023★—

Liebe Freund:innen

Letztes Jahr durften wir den unglaublichen zwanzigsten Geburtstag der Schtifti feiern. Ich erinnere mich, wie wir mit einer Idee, ein paar Skateboards und einem Bus angefangen haben. Heute sind wir ein anerkanntes und ausgezeichnetes Gesundheitsförderungs- und Bildungsprogramm. Dass wir so weit gekommen sind, hat auch damit zu tun, dass wir uns immer wieder agil neuen Situationen angepasst haben - auch wenn es manchmal schwierig war.

Schon im Frühjahr 2023 zeichnete sich ab, dass wir vor grossen Herausforderungen stehen: Finanziell und personell. Das hat uns motiviert, einen Teil unserer Ressourcen in unsere Zukunft zu investieren und gemeinsam mit dem Stiftungsrat und dem Team eine Strategie für die kommenden Jahre zu erarbeiten. Nun sind wir auf der Zielgeraden und merken, wie wichtig und wohltuend es ist, gemeinsam alle Fäden zu einem starken Strang zu verweben, an dem dann alle gemeinsam ziehen können.

Hier einige wichtige Punkte vorweg:

- GORILLA für die ganze Schweiz und darüber hinaus
- Unsere Workshops werden noch nachhaltiger
- Das Schulprogramm wird überarbeitet
- Und: Wir sind und bleiben Freestyle!

Das Wichtigste aber: Auch 2023 haben wir viele Jugendliche erreicht. Wir konnten nochmals mehr Tagesworkshops durchführen als im letzten Jahr und gorilla.ch - unsere Plattform für Jugendliche - verzeichnet über 28'000 Besucher:innen. Die ersten Workshops in der Westschweiz wurden erfolgreich durchgeführt und auch unsere Evaluation zeigt, dass wir bei den Jugendlichen ankommen.

In diesem Sinne danke ich allen, die es uns ermöglichen, Jugendliche zu mehr Bewegung und einem gesunden Lebensstil zu motivieren. Wir freuen uns auf ein intensives, aber erfolgreiches Jahr 2024.

Herzliche Grüsse



Ernesto Silvani
Stiftungsratspräsident

Zur
Zusammen-
fassung der
Gesamtevaluation



Schtifti Foundation

Die private Stiftung «Schtifti Foundation» macht sich seit 2003 für einen gesunden und nachhaltigen Lebensstil von jungen Menschen in der Schweiz stark. Ihr Gesundheitsförderungs- und Bildungsprogramm GORILLA verbindet Freestylesport (Bewegung) mit gesunder Ernährung und Nachhaltigkeit und wurde mehrfach ausgezeichnet.

Unsere Hauptzielgruppen

1. Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 9 und 25 Jahren.
2. Lehrpersonen, Schulleitungen, Fachpersonen, Fachstellen und Entscheidungsträger im Kinder- und Jugendbereich.

Unsere Strategie und unser Vorgehen

- Peer-to-Peer-Ansatz – auf Augenhöhe begegnen.
- Freestylesport als Verbindung zwischen Lifestyle, Interessen der Jugendlichen und der Möglichkeit, sich überall und jederzeit zu bewegen.
- Über den Sport bauen GORILLA und seine über 165 Botschafter:innen eine Bindung zu den Jugendlichen auf. Diese ist die Basis, um danach Ernährungs- und Nachhaltigkeitsfragen zu thematisieren.
- Die Interessen der Jugendlichen fliessen zurück ins Programm von GORILLA.

Unsere Wirkungslogik

Bedarf

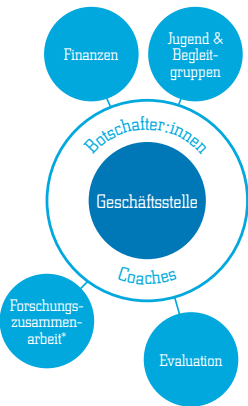
Über **1/4** der Oberstufenschüler:innen in der Schweiz ¹ und **42 %** der erwachsenen Bevölkerung sind übergewichtig oder adipös. ²

Dies führt zu Krankheitskosten von jährlich **ca. 8 Mrd. Franken**. ³

Die Schweiz konsumiert pro Person **2,8-mal mehr** Umweltressourcen als global verfügbar. ⁴

37% der Jugendlichen sind von psychischen Problemen betroffen und **47%** der Jugendlichen bewerten ihre psychische Gesundheit schlechter als vor der Pandemie. ⁵

Input



*Forschungsprojekte:

Sphery: Wie kann bewegtes Gaming im Schultag integriert werden?

Sportfluencer: Können Influencer:innen über Social Media ihre Followers zu mehr Bewegung motivieren?

Healthyteens: Wie können sich Jugendliche dank partizipativem Social Marketing ausgewogener ernähren?

Output

Massnahmen GORILLA

Action	Food	Green
Schule		
Workshop		
• Jugendliche: Note 5.4*		
• Lehrpersonen: Note 5.6*		
• 2022 wurden 4'763 Jugendliche durch GORILLA Workshops erreicht		
Schulprogramm		
• 18'476 User 2022		
• 85'364 Downloads 2022		
• 1'339 Newsletter-Abonnent:innen Ende 2022		
• 88% mit LP21 vereinbar*		
• 93% gute Ergänzung zu anderen Unterrichtseinheiten*		
• 85% innovativ*		
Playground		
2022 wurde 1 Playground verkauft.		
Weiterbildungen		
• 416 Erreichte Lehrpersonen 2022		
• 38 Weiterbildungen 2022		
* Zahlen aus Zwischenbericht Gesamtevaluation 2020/2021		
Freizeit		
Content		
• 26'582 User auf gorilla.ch 2022		
• 3'305 Abonnent:innen bei Instagram Ende 2022.		
• 39'029 Youtube-Aufrufe 2022		
Rookies		
• 22 Rookies Ende 2022		
Action	Food	Green

Outcome

Ziel: **Physische und psychische Gesundheit stärken**

Folgende Zahlen sind aus dem Schlussbericht der Gesamtevaluation 2020/21 und zeigen die Verhaltensänderungen der Jugendlichen nach dem Workshop:

- **63%*** entspannen sich bewusster.
- **77%*** sind überzeugt, mit ihren Taten einen Beitrag zu einer besseren Welt zu leisten.

Action

- **77%*** sind motiviert, sich mehr zu bewegen oder mehr Sport zu treiben.
- **74%*** sind motiviert, weitere Sportarten auszuprobieren.

Food

- **65%*** sind motiviert, sich anders zu ernähren.
- **40%*** essen mehr Früchte.
- **57%*** trinken mehr Wasser.
- **42%*** trinken weniger Süssgetränke.
- **50%*** trinken weniger Energydrinks.

Green

- **67%*** achten auf die Herkunft der Dinge, die sie kaufen.

Impact

Jugendliche in der Schweiz übernehmen Verantwortung für sich selbst und ihre Umwelt.

Quellenangaben:

- Alle Quellen wurden am 11.1.23 zuletzt geprüft
- 1: Gesundheitsförderung Schweiz (2022): Faktenblatt 69 – Monitoring der Gewichtsdaten der schulärztlichen Dienste der Städte Basel, Bern und Zürich – Schuljahr 2020/21, <https://bit.ly/3GcclU1>
 - 2: Bundesamt für Statistik (2018): Schweizerische Gesundheitsbefragung 2017 – Übersicht, <https://bit.ly/3635SH6>
 - 3: Bundesamt für Gesundheit (2019): Kosten von Übergewicht und Adipositas, <https://bit.ly/35VtHh4>
 - 4: Bundesamt für Statistik (2022): Ökologischer Fussabdruck der Schweiz im Vergleich zur Biokapazität der Welt, <https://bit.ly/2U0Jq7e>
 - 5: UNICEF Suisse et Liechtenstein (2021): A picture of the mental health of adolescents in Switzerland and Liechtenstein, <https://bit.ly/3GrcfSD>

* „stark“ oder „teilweise“

Der Stiftungsrat

- **Ernesto Silvani**
Jugendarbeiter und Sexualpädagoge,
Stiftungsratspräsident
- **Sophie Frei**
Geschäftsführerin freistil –
Ernährung & Bewegung
- **Adrian Bucher**
Marketingberater
- **Reto Kestenholz**
Freestyle-Coach
- **Laura Vaccarino**
Ernährungsberaterin
- **Vincent Brügger**
Bewegungsexperte
(seit 2023)

Unsere Mitarbeitenden

- **Valentina Baggi**
Projektleiterin Schulprogramm
- **Deborah Bär**
Praktikantin Gesundheitsförderung &
Prävention
(bis Juni 2023)
- **Nadine Barth**
Projektleiterin Workshops &
Schulprogramm
- **Sina Candrian**
Projektleiterin Schulprogramm
- **Lukas Eggenschwyler**
Workshop-Leiter
- **Linn Eggimann**
Praktikantin Gesundheitsförderung &
Prävention
- **Joritz de Groot**
Projektmitarbeiter Fundraising &
Finanzen
- **Paul Imhof**
Leiter Romandie
- **David Kägi**
Web, IT & Merchandising
- **Katia Kaiser**
Digital Storyteller
(bis September 2023)
- **Peter Limacher**
Co-Geschäftsleiter
- **Rahel Reich**
Leiterin Finanzen /
Administration Workshops
- **Tobias Schoen**
Co-Geschäftsleiter
- **Mario Schuhmacher**
Workshop-Leiter
- **Jojo Schulmeister**
Kommunikation & Partnerschaften

Den Kern unserer Workshops bilden über 60 Freelancer:innen, die sich als Coaches an den Schulen für GORILLA engagieren.

Geschichte

- **2023** 20-Jahre-Jubiläum
Neulancierung gorilla.ch
- **2022** Gesamtevaluation von
GORILLA durch Lamprecht und
Stamm Sozialforschung und Be-
ratung AG
- **2020** Aufnahme des Themas
Psychische Gesundheit
- **2019** Lancierung des Nachwuchs-
Programms GORILLA Rookies
- **2016** Lancierung GORILLA
Schulprogramm
- **2015** Gründung von GORILLA
Deutschland
- **2010** Lancierung GORILLA
- **2007** Erste Aktivitäten im Tessin
- **2005** Freestyle Tour erstmals auch in
der Romandie
- **2003** Lancierung Freestyle Tour
- **2003** Gründung Schtifti Foundation
durch Ernesto Silvani und
Roger Grolimund

Aktivitäten 2023

GORILLA Schulprogramm

Aktivitäten 2023

Das Jahr 2023 haben wir genutzt, um uns Gedanken zu machen und uns mit verschiedenen Akteuren auszutauschen, wie wir das Schulprogramm weiterentwickeln und nachhaltiger gestalten können. Nach diversen Gesprächen mit Lehrpersonen, Partnern sowie internen Workshops haben wir uns entschieden, auf ein nachhaltiges Gesamtangebot «GORILLA next level» hinzuarbeiten.

Parallel dazu haben wir partizipativ neue Unterrichtseinheiten mit dem Schwerpunkt «überfachliche Kompetenzen» realisiert, welche Jugendliche für die Psychische Gesundheit sensibilisieren sollen. So wurden bspw. während eines Workshops 13 verschiedene GORILLA Tipps gemeinsam mit den Rookies ausgearbeitet und stehen nun in Form der Unterrichtseinheit «Permakultur in der Lebenswelt von Jugendlichen» kostenlos zur Verfügung.

Auch im Sportbereich wurden wieder neue Inhalte erstellt: «Pumptrack fahren – Bike». Diese Serie enthält drei Tutorials, die in Zusammenarbeit mit ÖKK und Swiss Cycling erstellt wurden.



**Unterrichtseinheit
Permakultur in der Lebenswelt
von Jugendlichen**



Pumptrack fahren – Bike

Output und Wirkung 2023

- Der Traffic auf gorilla-schulprogramm.ch: 15'794 User (2022: 18'476) sowie 74'289 Downloads (2022: 85'364).
- Es wurden 14 Lehrpersonen-Newsletter an 1'283 Abonnent:innen versendet.
- Es wurden 301 zusätzliche Lehrpersonen durch Veranstaltungen und Weiterbildungen persönlich erreicht.

Massnahmen 2024

Nach wie vor wird eines der Hauptziele sein, das GORILLA Schulprogramm nachhaltig an Schulen und in Lehrpersonen-Kreisen bekannt zu machen und auf die Bedürfnisse von Lehrpersonen einzugehen.

Parallel dazu soll im Jahr 2024 die Finanzierung für das Projekt GORILLA next level (Weiterentwicklung GORILLA Schulprogramm) sichergestellt und das Projekt gestartet werden.

Romandie

Aktivitäten 2023

Mit Freude können wir den erfolgreichen Start unserer GORILLA Workshops in der Romandie bekannt geben. In diesem Rahmen haben wir drei eintägige Workshops organisiert, zwei davon in Estavayer-Le-Lac (FR) und einen in Le Sepey (VD). Dies war ein wichtiger Meilenstein für uns.

Zudem haben wir zehn „GORILLA Tipps“ aus unserem Schulprogramm übersetzt und per E-Mail an rund 50 Schulen sowie an die KAP (kantonale Anlaufstellen) der sechs Westschweizer Kantone verteilt. Diese Massnahme diente dazu, die Bildungsinstitutionen und die relevanten Akteure über unsere neue Präsenz in der Westschweiz zu informieren und eine grössere Reichweite zu erzielen.

Für die finanzielle Unterstützung haben wir 20 Stiftungen und Unternehmen angefragt und freuen uns, dass wir insgesamt CHF 60'000 gesprochen erhalten haben. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön für das entgegengebrachte Vertrauen und die Unterstützung.

Um unsere Präsenz in der Westschweiz weiter zu verstärken, haben wir die Kontakte mit bestehenden Partnern wieder aufgenommen und rund zehn neue potenzielle Partner kontaktiert. Durch diese Bemühungen konnten wir sie über unsere Präsenz in der Romandie informieren.

Output und Wirkung 2023:

- Es haben 310 Schüler:innen zwischen 11 und 15 Jahren an den Workshops teilgenommen.
- Es wurden 35 Lehrpersonen durch die Workshops erreicht.
- Es gab eine Subvention von maximal CHF 1'000 pro Workshop in der Westschweiz durch das Programm zur „Förderung von Bewegung und ausgewogener Ernährung“ in den Waadtländer Schulen (PAPAE).



Massnahmen 2024:

- Bisher sind 4 GORILLA Tagesworkshops geplant und 3 Workshops in Diskussion.
- Abschluss der Übersetzung der Webseite gorilla.ch ins Französische.
- Lancierung eines monatlichen Newsletters ab Februar.
- Neue Fundraising-Kampagne.
- Einsetzen von Botschafter:innen aus der Westschweiz zur Promotion von GORILLA in der Romandie.
- Kommunikationsplan zur Förderung der Romandie (soziale Netzwerke, etc.).

GORILLA Rookies

Aktivitäten 2023:

Die GORILLA Rookies umfassen eine Gruppe von zirka dreissig Jugendlichen, die sich für die Themen Freestyle-Sport, gesunde Ernährung und nachhaltiger Lebensstil interessieren. Zu den Highlights 2023 gehörten diverse Aktivitäten, wie das Wochenende in der Jugendherberge in Laax sowie unsere Teilnahme am "Tag der guten Tat" von Coop, bei welchem wir gratis Skateboardkurse und Pizza für alle bei der Stadionbrache in Zürich anboten.

Massnahmen 2024:

Partizipation und Selbstwirksamkeit stehen weiterhin im Fokus; die Rookies planen und evaluieren die Treffen mit und übernehmen jeweils die Mitverantwortung der jeweiligen Durchführungen. Die Rookies sind vor und hinter der Kamera aktiv und erfinden auch neue GORILLA Tipps, welche nachher ins Schulprogramm integriert werden. Ältere Rookies besuchen GORILLA Workshops und sind als Coaches im Einsatz.



GORILLA Workshops

Aktivitäten 2023:

Im Jahr 2023 konnten wir nahtlos an das letzte Jahr anknüpfen. Während die Anzahl der Tagesworkshops mit bis zu 100 Schüler:innen sogar zunahm, blieb die Anzahl der Themenworkshops bisher solide. Es fanden insgesamt 62 Bewegungsworkshops mit bis zu 25 Schüler:innen statt, davon 11 mit Skateboards im Pumptrack oder im GORILLA Playground, unserem mobilen Skatepark. Mit den zusätzlichen Workshops an diversen Events konnten wir insgesamt 4'555 Jugendliche erreichen.

Seit diesem Jahr wird ein neuer Workshop angeboten. Der GORILLA „Kombi-Workshop“ kombiniert eine Freestyle-Sportart mit einem von zwei Themen: gesunde und nachhaltige Ernährung oder psychische Gesundheit. Die Hälfte der Gruppe beginnt mit der Sportart, die andere Hälfte mit einem der Kombinationsthemen (Zucker, nachhaltige Ernährung, Umgang mit Stress oder Emotionen). Danach wird gewechselt. Dieses Format ermöglicht es, auf die spezifischen Bedürfnisse der Schule einzugehen und das Ganze noch modularer zu gestalten.

Output und Wirkung 2023:

- Durch Workshops und Veranstaltungen konnten 2023 insgesamt 4'555 Kinder und Jugendliche direkt erreicht werden (2022: 4'763).
- 81% der befragten Teilnehmenden bewerteten die Workshops mit «gut» oder «sehr gut».
- Gemäss der Workshop-Evaluation sind folgende Punkte besonders beliebt: «Freestyle-Sportarten», «Relax-Atelier», «Wahlmöglichkeiten bei Essen und Sport» und «sympathische, offene Coaches und lockerer Umgang».

Massnahmen 2024:

Wir erhalten nach wie vor sehr viele Anfragen für Workshops, was die Beliebtheit und Relevanz dieses Angebots zeigt. Insbesondere unsere neuen Kombi-Workshops sind im letzten Jahr auf sehr positive Resonanz gestossen. Leider sind die kantonalen Subventionen an immer mehr Bedingungen geknüpft, die es vielen Schulen unmöglich machen, einen eintägigen Workshop durchzuführen. Erfreulich ist jedoch, dass dieses Jahr immer mehr Kantone unsere Kombi-Workshops subventionieren. Für 2024 hoffen wir, noch zusätzliche neue Finanzierungsquellen zu finden.



“Alles hat mir gefallen, ich war im breakdance und es war suuper cool, ich habe viele neue sachen gelernt und hatte dabei sehr viel spass! Es war sehr unterhaltsam und die GORILLA menschen die uns das breakdance beigebracht hatten waren sehr nett und hilfsbereit. Es war fantastisch!!!“

Kommentar von einem Jugendlichen aus der Workshop-Evaluation 2023.



“Es war mega gut ich würde mich freuen wen ihr wieder kommen würdet hat echt Spass gemacht die Coach waren mega nett sehr sympathisch alles war so perfekt“

Kommentar von einem Jugendlichen aus der Workshop-Evaluation 2023.



“Vielen Dank - toller Tag, super Coaches, sensationell organisiert! Gerne wieder!“

Kommentar einer Lehrperson aus der Workshop-Evaluation 2023.

GORILLA Playground

Aktivitäten 2023:

Bewegungsfreundliche Orte und Infrastrukturen sind ein wichtiger Baustein, um Jugendliche für mehr Bewegung zu begeistern. Hier kann der GORILLA Playground einen Beitrag leisten und Plätze innert Minuten aufwerten. Durch die Zusammenarbeit mit einem externen Logistikpartner ist der Transport in der ganzen Schweiz sehr flexibel. Das Angebot des GORILLA Playground wurde im Jahr 2023 leider weniger in Anspruch genommen als erhofft.

Output und Wirkung 2023:

- Vermietung an 4 Schulen und Institutionen
- Verkauf von 1 Playground

Massnahmen 2024:

Der Fokus liegt darauf, die Bekanntheit des GORILLA Playgrounds zu erhöhen und möglichst viele Kauf- und Miet-Anfragen zu generieren.



Projekte bei GORILLA im 2023

GORILLA Space

Die neue Webseite gorilla.ch wurde Ende Januar 2023 lanciert und über verschiedene Kanäle mittels Anzeigen, GORILLA Botschafter:innen, Wettbewerben und Flyern mit integriertem Stickerbogen kommuniziert. Seit der Lancierung der Webseite wurden laufend Feedbacks gesammelt und wo möglich kontinuierlich umgesetzt. Es werden wöchentlich neue Stories zu den Kernthemen Action, Food, Green und Balance veröffentlicht. Zudem werden nach jedem GORILLA Workshop von Jugendlichen erstellte Rückblick-Stories auf der Seite gezeigt. Diese sollen die Schüler:innen motivieren, nach einem Workshop auf gorilla.ch zu gehen. Weiter werden neue Unterrichtseinheiten, die auf der Webseite des GORILLA Schulprogramms lanciert werden, mit gorilla.ch verknüpft. Über diesen Weg werden weitere Schüler:innen (und Lehrpersonen) auf gorilla.ch aufmerksam gemacht.

Eine grosse Weiterentwicklung der Webseite stellt die Lancierung des KI-Rezept Generators im Januar 2024 dar. Anders als herkömmliche Rezeptdatenbanken basiert der KI Rezept Generator, wie der Name verrät, auf künstlicher Intelligenz. Die künstliche Intelligenz erstellt individuelle Rezepte basierend auf den verbleibenden Zutaten, welche die Jugendlichen zu Hause haben. So werden Jugendliche zu mehr Food Save animiert. Doch KI weist auch ihre Grenzen auf: die Rezepte sind nicht ernährungswissenschaftlich geprüft. Deswegen wird der KI Rezept Generator mit Stories zu nachhaltiger Ernährung ergänzt und die Jugendlichen animiert, die ausgespuckten Rezepte kritisch zu prüfen und bei Bedarf anzupassen.

Für 2024 ist die Kommunikation des KI Rezept Generators sowie die Lancierung von dazu passenden und verknüpften Unterrichtseinheiten für das GORILLA Schulprogramm geplant. Zudem wird ein weiterer Entwicklungsschritt der Webseite für Herbst 2024 angestrebt. Neue Stories zu den Kernthemen werden wöchentlich veröffentlicht.



KI Rezept Generator

#healthyteens

Zusammen mit der Universität Bern will die Schifti Foundation mit dem Forschungsprojekt #healthyteens eine ausgewogene Ernährung bei Jugendlichen fördern. Das Projekt wird in zwei Phasen durchgeführt: Fokus Snacks/Süssgetränke (2023) und Fokus selbstständiges Kochen (2024). Die Erkenntnisse des Projekts sollen eine Grundlage für den Social Marketing Ansatz in der Gesundheitsförderung schaffen sowie in GORILLA Massnahmen umgesetzt werden.

2023 wurden mit 13 Berufsschulklassen diverse Workshops zu ausgewogener Ernährung und Gewohnheiten durchgeführt. Das Ziel war es, dass die Schüler:innen während vier Wochen ein neues positives Ernährungsverhalten umsetzen. Mittels praktischer Tools wurden die Schüler:innen befähigt, vom Wissen ins Handeln zu gelangen und so die Basis für eine neue Gewohnheitsbildung zu setzen. Die Verhalten und Erkenntnisse der Schüler:innen wurden über die gesamte Projektdauer von der Universität Bern erfasst und anschliessend ausgewertet. Aufgrund der Resultate wurden Massnahmen für das GORILLA Gesamtprogramm ausgearbeitet: Eine Unterrichtseinheit, die es Lehrpersonen ermöglicht, einen vergleichbaren Workshop mit ihrer Klasse durchzuführen sowie eine Landingpage zu Ernährungsgewohnheiten für gorilla.ch.

2024 wird die zweite Projektphase durchgeführt, woraus wiederum Massnahmen für das GORILLA Gesamtprogramm ausgearbeitet werden. Zudem wird aufgrund beider Phasen ein wissenschaftlicher Bericht verfasst, der als Grundlage für die Multiplikation der Projektidee in der Gesundheitsförderung dienen soll.



**Unterrichtseinheit zum
Thema neue Gewohnheiten**



**Erfahre mehr über das Thema
Ernährungsgewohnheiten**

Projekt Sphery

Mit dem Gewinn des Ideenwettbewerbs des ZKB Jubiläumsfonds und der Projekt-Zusage durch die Asuera Stiftung erfolgte im Februar 2022 der Start des Projekts und wurde im Dezember 2023 beendet.

Im Pilotprojekt wurde untersucht, wie sich bewegtes Gaming sinnvoll und nachhaltig in den Schulalltag einbinden lässt. Bis zum Projektabschluss testeten drei Schulen einen ExerCube. Dabei nahmen 11 Schulklassen am Forschungsprojekt der Universität Bern teil. Nach der Interventionsphase durften alle Schüler:innen sowie Lehrpersonen der drei Schulhäuser den ExerCube nutzen. So erreichte das Projekt bis zu seinem Abschluss insgesamt 500 Personen.

Die Schüler:innen waren motiviert, am Forschungsprojekt teilzunehmen und äusserten sich grösstenteils positiv über die Bewegungspausen im ExerCube. Die Hypothese, dass sich die Schüler:innen durch zwei 10-minütige Bewegungspausen im ExerCube pro Woche über eine Zeitspanne von 2 Monaten sportmotorisch und kognitiv verbessern, konnte jedoch nicht bestätigt werden. Allerdings zeigten die Schüler:innen auch keine Verschlechterung in den beiden Bereichen, was grundsätzlich für die Einbindung von ExerCube basierten Bewegungspausen im Schulunterricht spricht*. Mithilfe des Projektes wurden wichtige Erkenntnisse über die Auswirkungen von Bewegungspausen im Schulunterricht gewonnen und Optimierungspotenziale für den künftigen Einbezug von bewegtem Gaming an Schulen identifiziert.

*Die wissenschaftliche Studie zu den Forschungsergebnissen wird von der Universität Bern nach Projektabschluss in Peer reviewten Journals publiziert.

GORILLA Freestyle-Tour powered by Laureus

Die „GORILLA Freestyle Tour powered by Laureus“ wurde 2023 erstmals als Pilotprojekt mit vier Workshops im Kanton Zürich mit 111 Jugendlichen durchgeführt und ist bei den Jugendlichen und den sozialen Institutionen sehr gut angekommen. So gaben über 50 Prozent der Jugendlichen nach der Veranstaltung an, weiterhin skaten zu wollen.

Die Freestyle Tour brachte den Jugendlichen den Skateboardsport durch professionell geführte Workshops näher. Unsere Coaches haben die Jugendlichen bei ihren ersten Schritten auf dem Skateboard begleitet und ihnen stufengerechte Tipps und Tricks gezeigt. Neben der körperlichen Fitness trug der Sport auch zur psychischen Gesundheit bei, denn Skaten erfordert Ausdauer und fördert die Kreativität. Ziel war es, die Jugendlichen zu mehr Bewegung im Alltag und einem gesunden Lebensstil zu motivieren. Für die Umsetzung und Durchführung der Workshops wurde mit der offenen Jugendarbeit und anderen sozialen Institutionen im Kanton Zürich zusammengearbeitet.



Ein herzliches Dankeschön an alle unsere Partner! Euer Engagement ist grossartig, unsere Arbeit wäre ohne euch schlicht nicht möglich.

Hauptpartner

Gesundheitsförderung Schweiz
SV Stiftung

Projektpartner

Amphora Stiftung Projekt HealthyTeens
Asuera Stiftung GORILLA Space 2.0
Bundesamt für Sozialversicherungen GORILLA Rookies
Bundesamt für Sport Projekt Sportfluencer
Claire Sturzenegger-Jeanfavre Stiftung GORILLA Romandie
David Bruderer Stiftung Projekt Check-in mit...
Dr. Stephan à Porta-Stiftung Freestyle-Camp mit der Chill-Foundation
Ernst Göhner Stiftung GORILLA Netzwerk
Gemeinnütziger Fonds Bildung Kanton Zürich GORILLA Space 2.0
Gemeinnützige Gesellschaft des Kantons Zürich Freestyle-Camp mit der Chill-Foundation
Gesundheitsförderung Schweiz Projekt HealthyTeens
Grütli Stiftung Projekt HealthyTeens
Hans A. Bill Stiftung GORILLA Hausaufgabenbuch
Kulturamt Thurgau GORILLA Netzwerk
Laureus Stiftung GORILLA Freestyle Tour
Loterie Romande GORILLA Romandie
Markant Stiftung Projekt Integration Psychische Gesundheit
Umwelt- und Gesundheitsschutz Stadt Zürich Rezept-Generator mit KI
Seedling Stiftung Projekt HealthyTeens
Stadt Zürich Projekt Sphery
Stiftung für eine nachhaltige Ernährung durch die Schweizer Landwirtschaft Projekt HealthyTeens
Stiftung Kastanienhof Check in mit...
Stiftung Vinetum Rezept-Generator mit KI
Swisslos Kanton Aargau GORILLA Space 2.0
UBS Stiftung GORILLA Netzwerk

Kantonale Workshop-Partner

Amt für Sport und Gesundheitsförderung Zug
Dienststelle Volksschulbildung Luzern
Gesunde Schulen Schwyz
Gesundheitsamt Graubünden
Gesundheits- und Sozialdirektion Kanton Nidwalden
Gesundheitsförderung Kanton Schaffhausen
Gesundheitsamt Kanton Solothurn
gesund und zwäg, Kanton Aargau
Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich
Perspektive Thurgau
Schulamt Fürstentum Liechtenstein
Fachliche Partner
aha! Allergiezentrum Schweiz

Supporting Partner

Coop

Ausrüster

Blue Tomato
BMC
Christinger
Cube Media AG
Detail AG
Drahtzug
Hostpoint AG
Indiana Paddle & Surf
Inpeddo Skateboards
Preisdruck
Required
Schweizer Jugendherbergen
Shirtlab
Supertext
TSG
Völk

Evaluationspartner

Lamprecht und Stamm Sozialforschung

Partnerprojekte

Bike2school
DEFI VELO
Fit4Future
Food Movement
GummiLove
Healthy3
Schule bewegt
Schule+Velo

Education 21
Verein Vair
freistil – Ernährung & Bewegung
ParkourONE
Rogo & Friends
Schweizerische Gesellschaft für Ernährung
SGE
VERSA
Vitamintexte
ZHAW Gesundheit

Jetzt Spenden
und in eine
gesunde Zukunft
investieren:



**Möchtest du auch mit der Schtifti
zusammenarbeiten oder hast du
Anregungen für uns?**

**Wir freuen uns über deine
Kontaktaufnahme.**

Sina Candrian, sina.candrian@schtifti.ch

**Folgende Dokumente sind auf
schtifti.ch/medien
verfügbar:**

- Medienspiegel 2023
- Finanzieller Jahresabschluss
(ab Mai 2024 verfügbar)

Schtifti Foundation
Hegarstrasse 11
8032 Zürich
info@schtifti.ch
www.schtifti.ch

