

Jahresbericht 2019



Verbands-Sekretariat in Bern



Verbands-Sitz in Luzern

112. Verbandsbericht vitaswiss

Verbandsorgane 2019

Verbandsvorstand		seit
Präsidium	seit der DV Mai 2019 vakant	
Vize-Präsidentin	Ursula Schütz, Lindenweg 2, 3604 Thun Bildung & Bewegung, Bildungsprogramm, Kooperationen	2014
Kassier	Armin Suppiger, Sportweg 5, 6010 Kriens Finanzen, MWST, EDV, Administration	2015
Redaktion	Marco Utz, Höheweg 35, 3053 Münchenbuchsee Verlag, Gesundheitspolitik, Öffentlichkeitsarbeit	2000
Projekte	Jacques Gehrman, Schörlistrasse 29, 8050 Zürich Öffentlichkeitsarbeit, Kooperationen und Statuten	2015
Projekte	Marianne Boner, Unterriedenstr. 43, 5412 Gebenstorf Projekte und Sektionsbetreuung	2019

Verbandssekretariat

Bei SATUS Schweiz: Silvia Wägli & Susanne Heiniger 2018

Buchhaltung

VATAR AG, Waldstätterstrasse 6, 6002 Luzern 2015
Revision: Berater & Partner AG, 6004 Luzern 2016

Verbands-Ehrenpräsident

Wilhelm Meyer, Dornach 1995

Verbands-Ehrenmitglieder

Hans-Rudolf Locher, Speicher 2005

Alda Fogliani, Biasca 2010

Jakob Kiser, Luzern 2013

Vorwort zum Jahresbericht 2019

Geschätzte Sektionspräsidentinnen und Präsidenten,
Sektionsvorstände, Leiterinnen und -Leiter

Ein intensives Verbands- und Sektionsjahr geht zu Ende. In den Sektionen wurde mit Bewegungsangeboten, Ausflügen, Wanderungen, Vorstandsarbeit viel bewegt und erarbeitet. Dafür sprechen wir unseren Dank an alle Beteiligten aus. Gerne präsentieren wir Ihnen auf den folgenden Seiten die Ressortberichte.

Im abgelaufenen Jahr war der Verbandsvorstand wiederum durch viele operative Geschäfte und Knacknüsse gefordert. Trotzdem hat er – namentlich in seinen Sitzungen des letzten Quartals – einen starken Fokus auf die Weiterentwicklung des Verbandes gelegt. Kontinuität und Entwicklung ist unser Leitmotiv für das neue Verbandsjahr. Dies wird im nachstehenden Beitrag detailliert umschrieben.

Zusammen mit allen Mitgliedern unseres Verbandsvorstandes freue ich mich auf ein erfolgreiches neues vitaswiss-Jahr 2020.

Ursula Schütz
Vizepräsidentin
Ressort Bildung & Bewegung

Aufbruch!

Unser Verband hat in seiner langen, wechselvollen Geschichte viel für die Gesundheitsförderung seiner Mitglieder – über vier (!) Generationen – getan. Der Verein mit seinen Sektionen hat eine lange Tradition. Doch lasst uns beherzigen, was Thomas Morus bereits vor 500 Jahren geschrieben hat:

Tradition ist nicht das Halten der Asche, sondern das Weitergeben der Flamme!

Während es für die Vorstände der Sektionen und des Verbandes bis noch vor ca. 20 Jahren eine zwar anspruchsvolle, aber machbare Aufgabe war, die Fackel erfolgreich ohne Mitgliederschwund über die Amtsperiode(n) zu tragen, ist unser Verband – genauso wie alle traditionellen Sportvereine – mit einem schwieriger gewordenen Umfeld konfrontiert. Und doch wird die Rolle von vitaswiss als Breitensport- und Gesundheitsverband gerade in dieser Zeit immer wichtiger.

Warum?

Die *Lebensspanne* der schweizerischen Bevölkerung wurde und wird bekanntlich immer länger. Lässt sich von der *Gesundheitsspanne* dasselbe sagen? Letztere ist für die Lebensqualität zentral und gleichzeitig matchentscheidend für eine Eindämmung der exorbitant gestiegenen Gesundheitskosten und Krankenkassenprämien.

Es ist das starke Credo und die Handlungsmaxime unseres Verbandes, die **Gesundheitskompetenz** unserer Mitglieder, aber auch weiterer Bevölkerungskreise zu verbessern.

Zur Zeit der Drucklegung dieses Jahresberichts kämpfen alle Länder gegen eine weitere Ausbreitung des Corona Virus, welche erst gegen Ende des Berichtsjahres und bloss fernab ein Thema war. Besonnenheit ist jetzt gefragt und die Solidarität gegenüber den besonders vulnerablen, d.h. gesundheitlich vorbelasteten und älteren Menschen. Auch der Verbandsvorstand und alle Sektionsvorstände müssen nun ihre Verantwortung für ihre Mitglieder wahrnehmen und die vorübergehend erforderlichen Anpassungen im Gymnastikbetrieb vornehmen. Wir hoffen, so gemeinsam diese schwierige Zeit möglichst schadlos zu überstehen und im nächsten Jahresbericht auch insgesamt auf ein rasches Abklingen und Verschwinden dieser modernen Geißel der Menschheit zurückblicken zu können.

In normalen Zeiten plädieren wir dafür, uns weniger auf die Frage zu konzentrieren «Was macht uns krank?» als vielmehr auf die Frage «Was macht uns gesund?». Wir halten auch in einer durch das Corona Virus schwer belasteten Zeit an unserem Credo fest: Lasst uns jederzeit entschlossen darauf hinarbeiten, die allgemeine **Gesundheitskompetenz** zu verbessern. Dann erhöht dies auch die Widerstandskraft des Einzelnen gegenüber einer Bedrohung wie der aktuellen.

Das Wissen darüber, was uns gesund erhält, ist immens. Man kann kaum eine Zeitung aufschlagen oder eine TV-Sendung anschauen, ohne auf entsprechende Ratgeber-Beiträge zu stossen. Und die Fitness-Studios erzielen in der Schweiz bereits einen Jahresumsatz von über eine Milliarde Franken. Die Motivation, sich zu bewegen, ist bei der jungen Generation eine andere als bei den reiferen Jahrgängen. Bei ersteren geht es um Sport, am liebsten Leistungssport und Wettbewerb, und um den Aufbau einer sportlichen Figur. Oder aber die Leute leisten es sich, bis 40, ohne sofort spürbare Folgen, nur spärlich Sport zu betreiben. Ab dem mittleren Alter nehmen jedoch die Kraft, die Muskulatur und Knochenstabilität ab, und bald nehmen ohne Training auch das Atemvermögen der Lungen und die Schlagkraft des Herzens ab.

Gelingt es dem einzelnen, durch eigenen Antrieb «von innen heraus» sein Verhalten und seine Haltung gesundheitsfördernd zu verändern, gewinnt er enorm viel an Lebensqualität. Vitaswiss liefert mit seinen Angeboten die dafür erforderlichen Anreize.

Besetzen wir als vitaswiss mutig und entschlossen selektiv das grosse vor uns liegende Betätigungsfeld. Selektiv, d.h. schielen wir nicht auf die Konkurrenz, die unzähligen Sportvereine und Fitness-Centers.

vitaswiss ist anders, einzigartig! Abgesehen vom vorteilhaften Preis-Leistungs-Verhältnis unterscheiden wir uns von den Fitness-Centers dadurch, dass unsere Programme nicht ausgeprägt leistungsgetrieben sind und nicht im z.T. ohrenbetäubendem Discostil daherkommen. Wir vermitteln die Freude an der Bewegung ohne Leistungsdruck, wir verbessern die Körperhaltung, die bewusste Atmung und stärken namentlich auch die tieferliegende Muskulatur.

Einen besonderen Akzent setzen wir auf die sozialen Determinanten der Gesundheit. «Kein Mensch kann für sich allein gesund sein» (Thomas Mattig, Direktor Gesundheitsförderung Schweiz). Wir pflegen die Gemeinschaft über die Altersgruppen hinweg, sei es in den Gymnastikstunden oder bei Wanderungen.

Lasst uns vor diesem grossen Bild nun ein paar Schritte zurücktreten.

Haben wir als Vorstände von Sektionen und des Verbandes den Willen, die Fähigkeiten, die Ressourcen und das erforderliche Feuer, um mit vitaswiss die Gesundheitskompetenz und die regelmässige, gesundheitsfördernde Bewegung eines beträchtlichen Teils der Bevölkerung signifikant positiv zu beeinflussen?

Wie können wir zumindest den Mitgliederschwund in unseren Sektionen aufhalten? Wie können wir die Menschen erreichen, die dankbar wären für die Teilnahme an unseren Programmen, wenn sie davon überhaupt Kenntnis hätten?

Der Verbandsvorstand hat sich seit August 2019 – mit Unterstützung des Mitverfassers dieses Beitrags – intensiv mit allen wichtigen anstehenden **strategischen Fragestellungen** befasst. Schonungslos hat der Vorstand zurückgeschaut auf die negative Entwicklung der letzten zehn Jahre bezüglich Mitgliederbestand und Verbandsfinanzen. Er hat die Lehren daraus gezogen und Führungsinstrumente, insbesondere das Risikomanagement, entsprechend angepasst.

Im Kontakt mit dem Direktor des Bundesamtes für Sport, der für unseren Verband ein freundliches Testimonial verfasst hat, wurden wir auf das Workbook **«Sportverein 2030»** des Eidgenössischen Turnerverbandes aufmerksam gemacht. Dieses thematisiert:

- Megatrends: Basis der Sportgesellschaft 2030
- 5 Thesen zur Zukunft des Sports
- 10 Handlungs- und Entwicklungsfelder

Das Workbook bildet für den Vorstand eine wichtige, aber nicht die einzige Grundlage für die Entwicklung griffiger Vorschläge zuhanden der Sektionen zwecks langfristiger Sicherung unseres Verbandes. Trotz vieler Gemeinsamkeiten mit den diversen Sportverbänden werden wir in vielen Punkten weiterhin unseren eigenen Weg gehen und unser Profil als «Gesundheitsverband» schärfen.

Die Ansprüche unserer von vielen Seiten beworbenen Mitglieder und potentiellen Kunden werden – genährt durch viele attraktive Angebote – immer höher. Wir wollen dem mit der Entwicklung eines spannenden **Innovations-Programms** Rechnung tragen. Zu diesem Zweck hat der Verbandsvorstand mit neuen Kräften aus Sektionen ein **«Kreativ-Team»** gebildet und dieses beauftragt, zukunftssträchtige neue Angebote und Massnahmen zur Steigerung der Bekanntheit von vitaswiss auszuarbeiten.

Darüber werden wir an der Delegiertenversammlung vom 9. Mai in Herisau genaueres berichten. Ihre Teilnahme lohnt sich!

Die vitaswiss-Vereine sind bekanntlich rechtlich und organisatorisch zu einem Verband zusammengeschlossen. Verbände sind grundsätzlich kein einfaches Konstrukt. Sie sind im besten Fall, wie hoffentlich auch vitaswiss, eine **«Willens-Organisation» mit gemeinsamen Werten und Zielen.**

Viele Verbände funktionieren mehr schlecht als recht, wegen nicht ausdiskutierten Interessenkonflikten und weil Verbandsspitze und Sektionen kommunikativ oft zu wenig nahe beieinander sind. Der Verbandsvorstand will diesen schweizweit bekannten Schwierigkeiten entgegentreten und wird vermehrt den direkten Austausch mit den einzelnen Sektionen suchen. Es handelt sich dabei allerdings um eine Zwei-Weg-Kommunikation. Verzeihen Sie, wenn wir es hier nicht unterlassen können, John F. Kennedy in etwas abgeänderter Formulierung zu zitieren: **«Frage nicht (nur), was der Verband für Dich tun kann, sondern frage Dich (auch), was Du und Deine Sektion für den Gesamtverband und die Schwester-Sektionen tun können!»**

Gemeinsam können wir in das zuvor skizzierte grosse Bild eintreten und gestützt auf gegenseitiges Vertrauen echte Wirkung im Dienst unserer Sache erzielen.

Ursula Schütz
Vizepräsidentin
Bildung und Bewegung

Hans Kaufmann
Beirat und Berater
des Vorstands

Verlag & Redaktion 2019: vitaswiss Zeitschrift

Seit der Delegiertenversammlung 2019 im Mai – nach dem Rücktritt von Katrin Brunner – bin ich neu und wieder verantwortlich für alle Produktionsschritte unserer Zeitschrift «vitaswiss». Vielen Dank geschätzte Delegierte für die Wahl und das Vertrauen.

Was ist gleich geblieben?

Der umfassende Zeitschriften-Relaunch von 2018 ist Geschichte. Die Erscheinungsweise ist (auch aus Kostengründen) weiterhin bei 4 Ausgaben pro Jahr. Auch der Umfang bleibt bei 48 inspirierenden Seiten.

Die Hintergrundberichte, Reportagen und regelmässige Rubriken wie «vitaswiss Leben», «Heilkräuter» und «Sektionsberichte» oder die «Rätselseite mit Gewinn» sind sehr beliebt.

Die sehr wichtige Rubrik „Sektionsberichte“ ist und bleibt weiterhin sehr erfolgreich dank Ihren regelmässigen Eingaben von Vereinsaktivitäten, wie Wanderungen, Ausflüge, öffentliche Veranstaltungen oder fröhliche Zusammenkünfte.

Die Offert-Runde für Druck und Layout ist ein alljährliches Ritual geworden. Es ist mir wichtig, dass die Qualität auch im Print- und Layout-Bereich hochgehalten wird. Gleichzeitig immer mit dem Fokus auf einen bestmöglichen Preis für die verschiedenen Produktionsschritte bei externen Partnern. Für 2020 konnte ich die Aufträge an unseren aktuellen Druckpartner AVD Goldach und das Layout an die PK-Druck Luzern erneuern.

Die jährliche «Notarielle Beglaubigung» ist gemacht. Diese ersetzt die frühere WEMF-Beglaubigung, welche für uns viel zu aufwendig wurde und auch viel teurer wahr.

Die jährliche Erneuerung des Verleger-Vertrages mit dem BAKOM ist ein weiteres Mal genehmigt, so profitieren wir als NPO weiterhin von einem vergünstigten (subventionierten) Posttarif für den Versand.

Was ist oder wird neu?

Für die verschiedenen Rubriken sind auch neue externe Autoren verantwortlich.

Zum Beispiel ist die neue Rubrik «Wandertipp» im Aufbau, Herr Christian Besimo wird uns in Zukunft eher unbekanntere Wanderungen vorstellen.

Ich habe im 2019 intern und extern alles darangesetzt, dass auf die Verpackungsfolie (für die Umwelt, die Nachhaltigkeit und für unsere Finanzen ...) verzichtet werden kann, und es ist mit verschiedenen Post-Auflagen vollbracht! Gerne wiederhole ich hier meinen Aufruf dazu: Sollte es Qualitätseinbussen mit der Postzustellung geben, bitte schnellstmöglich melden, vielen Dank.

Für die Gesamtkoordination mit jährlichen Offerten, Postverlegervertrag, Produktions-Verträge, Autorenvereinbarungen und Terminkontrolle zeichne ich unter Kostendruck mit meiner Präsenz verantwortlich. Regelmässig finden dazu auch Sitzungen in Zürich, Goldach, Olten und Luzern statt, oder wir halten neu auch sogenannte Zoom Calls im Online-Chat.

Persönlicher Aufruf:

Bitte melden Sie mir ihre Wünsche, Anregungen und Kritiken zur Zeitschrift «vitaswiss», vielen Dank. Kontakt: marco.utz@vitaswiss.ch

Marco Utz
Ressort Verlag & Redaktion

Projekte und Öffentlichkeitsarbeit 2019

Sektions-Statuten

Das Jahr 2019 stand für mich ganz im Zeichen der Sektionsstatuten und hat den grössten Teil meiner Arbeit im Vorstand beansprucht. Eine grosse Anzahl der Sektionen haben ihre Statuten bearbeitet und durch den Verbandsvorstand bestätigen lassen.

Es waren noch ca. einen Drittel der Sektionen, die noch keine neuen Statuten bearbeitet und zur Prüfung eingesandt hatten. Bei einigen Sektionen waren Missverständnisse die Ursache die aber dann aufgelöst werden konnten. An den Regional-Versammlungen im Herbst in Olten und Zürich wurden die letzten Unklarheiten besprochen und erledigt.

Mein Ziel bis zur Delegiertenversammlung 2020 in Herisau: Alle Sektionen haben die Statuten bearbeitet! Dies ist zwar sehr ambitiös aber ich glaube wir werden es gemeinsam schaffen.

Öffentlichkeitsarbeit

Im Laufe des Jahres wurden verschiedene neue Kontakte geführt und mit der Organisation «Move your Mind», die wie die vitaswiss für Gesundheit steht, konnten wir dank der persönlichen Teilnahme an der Studie mit die Studienleitung am Zentrum Alter und Mobilität der Uni Zürich, des Universitätsspitals und dem Stadtsptial Waid in Kontakt treten.

Die Leiterin der Studie, Frau Prof. Dr. med. Heike Bischoff-Ferrari hat einem Gespräch mit einem Interview zugesagt. Das Gespräch konnte aus Zeitgründen nicht mehr im 2019 stattfinden und so musste die Erscheinung in eine der nächsten vitaswiss Ausgaben verschoben werden. Das Interview wird Anfang 2020 durchgeführt und in der Sommerausgabe des vitaswiss Magazin erscheinen.

Wir freuen uns allen unseren Mitgliedern eine sehr kompetente Fachperson vorzustellen, die ihre Arbeit während der Studie ganz im Sinne der vitaswiss Gesundheitsförderung widmet.

Eine Webseite der Uni Zürich steht zur Verfügung: www.alterundmobilitaet.usz.ch

Versicherung Helsana

Mit unserem Versicherungs-Partner WHP in Stans wurde der Kontakt zur Helsana wieder intensiviert und nach den diversen Problemen wieder in normale Bahnen gelenkt.

Gesundheitspolitik

Mit dem Besuch einer Dakomed Veranstaltung konnte auch ein Kontakt mit Dr. Beatrix Falch hergestellt werden, sie ist eine der Mitgründerinnen des Heilkräutergarten im VGZ Zürich. Wir möchten in Zukunft noch mehr über die alternativen Methoden der Komplementärmedizin informieren.

Die verschiedenen Strategiesitzungen mit Hans Kaufmann werden auch im nächsten Jahr weitergeführt. Erste Ideen, Ziele und Visionen können an der Delegiertenversammlung im Mai in Herisau präsentiert werden.

Jacques Gehrman

Ressort Projekte und Öffentlichkeitsarbeit

vitaswiss Verbands-Mitgliedschaft in Fachorganisationen 2019

Public Health Schweiz

Diese Dachorganisation versteht sich als Plattform für Fragen der Gesundheit aus der Bevölkerung und sieht sich als Forum für die Wissenschaft, die Politik und die Praxis.

Klicktipp: www.public-health.ch

Dakomed – Dachverband für Komplementärmedizin

Wir profitieren von diesem gesundheitspolitischen Netzwerk mit direktem Informationsfluss aus Bundesbern zu komplementärmedizinischen Vorstössen, den oftmals verschlungenen Interessenbindungen und für die langwierige und weiterhin schwierige vollständige Umsetzung der Initiative „Ja, zur Komplementärmedizin“.

Klicktipp: www.dakomed.ch

Millefolia – Das Schweizer Newsportal für Komplementärmedizin

Im Auftrag des Dakomed wurde im 2019 ein neues attraktives Newsportal für die Komplementärmedizin und die Erfahrungsmedizin aufgebaut. Unsere ehemalige Ressortleiterin Redaktion Katrin Brunner führt dieses neue Medium an, wir wünschen viel Freude und Erfolg!

Klicktipp: www.millefolia.ch

Allianz Gesunde Schweiz

Diese Gruppierung vereint eine grosse Anzahl verschiedenster Akteure des „erweiterten Gesundheitswesens“ in der Schweiz: Von Berufsverbänden über unzählige Therapeutenkreise und Stiftungen bis hin zu Patientenorganisationen. Ein weiteres wichtiges Schweizer Netzwerk, um die vitaswiss-Ideale zu vertreten.

Klicktipp: www.alianzgesundeschweiz.ch

SGGP – Schweizerische Gesellschaft für Gesundheitspolitik

Ein wichtiges Netzwerk des Schweizerischen Gesundheitswesens. Mit schulmedizinischem Hintergrund, jedoch wichtig, um mit der vitaswiss die Sport- und Bewegungsangebote bestens zu repräsentieren. Die SGGP-Schriftenreihe bietet tolle redaktionelle Grundlagen. Hier bin ich als Verbandsvertreter an regelmässigen Treffen in Bern und Zürich mit dabei.

Klicktipp: www.sggp.ch

Die vitaswiss-Präsenz in verschiedensten grossen und kleinen, bedeutenden und auch unscheinbaren Fachorganisationen ist sehr wichtig, sodass wir weiterhin gesehen, gehört und respektiert werden.

Weiter pflege ich sehr gerne als Verbandsvertreter der vitaswiss unzählige Kontakte zu verschiedenen Personen und Organisationen im Kreise der Schweizerischen Gesundheitsförderung, Prävention, Bewegungsförderung, Gesundheitskompetenz, der Salutogenese und in den verschiedensten Therapeutenkreisen.

Marco Utz

Ressort Gesundheitspolitik / Öffentlichkeitsarbeit

Bildung und Bewegung 2019: Ausbildungen

Jahresbericht Kurse 2019

Name	Leiter	TN	Dozenten	Spesen	Hallen & Hotels	Ausgaben	Einnahmen	Gewinn
Atemgymnastik nach Helmelt	Martina Saner	8	600.00	55.60	150.00	805.60	1'250.00	444.40
sicher gehen - sicher stehen	Ursi Schütz	16	600.00	81.00	84.00	765.00	2'400.00	1'635.00
Tango Argentino tanzen	Erika Isler	6	600.00	20.00	160.00	780.00	1'150.00	370.00
Rückengymnastik Update	Ursi Schütz	10	600.00	68.00	150.00	818.00	1'500.00	682.00
Detox	Francine Brand	6	600.00	65.20	300.00	965.20	900.00	-65.20
Stretch-eze®	Francine Brand	6	600.00	20.00	150.00	770.00	900.00	130.00
BLS-R Refresher-Kurs	Thomas Brunner	4	300.00	97.50	100.00	497.50	600.00	102.50
Yoga auf und mit dem Stuhl	Angela von Rotz	10	600.00	110.60	120.00	830.60	1'500.00	669.40
esa-Wanderleiter-Ausbildung	Team-Bergfalke	6	3'620.00	120.00	3'255.00	6'995.00	7'800.00	805.00
Antara	Isabelle Frei	22	350.00	10.00	42.00	402.00	1'980.00	1'578.00
Mentaltraining - das kleine 1x1	Isabelle Frei	19	350.00	10.00	42.00	402.00	1'710.00	1'308.00
Rückengymnastik Instruktor	Monika & Ursi	5	1'800.00	123.00	450.00	2'373.00	2'250.00	-123.00
Trampolin	Silvia Fassmann	8	300.00	150.00	42.00	492.00	720.00	228.00
Everdance	Thera Hildebrand	8	300.00	0.00	42.00	342.00	720.00	378.00
Wanderwoche-Seiseralm	Christian & Ursi	8	0.00	0.00	0.00	6'540.00	7'200.00	660.00
Aktivtag in Olten	Team	9	600.00	279.00	120.00	999.00	1'350.00	351.00
Beckenbodentraining	Sabine Häring	4	600.00	20.00	100.00	720.00	600.00	-120.00
Leiterinnentagung	Team	39	850.00	91.00	3'239.00	4'180.00	725.00	-3'455.00
Follow Forms	Francine Brand	10	600.00	161.30	120.00	881.30	1'500.00	618.70
esa-Modul Fortbildung	Ursi Schütz	9	600.00	71.00	180.00	851.00	1'800.00	949.00
Yopi	Angela von Rotz	9	600.00	85.00	120.00	805.00	1'350.00	545.00
Yoga-Retreat	Angela von Rotz	12	1'000.00	30.00	3'041.10	4'071.10	4'270.00	198.90
BLS-R Refresher-Kurs	Thomas Brunner	6	300.00	117.00	75.00	492.00	900.00	408.00
Trampolin	Silvia Fassmann	5	300.00	0.00	75.00	375.00	450.00	75.00
Everdance	Thera Hildebrand	10	300.00	44.00	75.00	419.00	900.00	481.00
Bodytoning	Isabelle Frei	20	400.00	40.50	75.00	515.50	1'800.00	1'284.50
Stretching	Isabelle Frei	19	400.00	40.50	75.00	515.50	1'710.00	1'194.50
Rückengymnastiktrainer 1	Ursi Schütz	6	1'200.00	136.00	300.00	1'636.00	1'800.00	164.00
	Kursteilnehmer Total	300	18'970.00	2'046.20	12'682.10	40'238.30	51'735.00	11'496.70

Bildung und Bewegung 2019: Ausbildungen

Zu den Tageskursen bieten wir weiterhin folgende Ausbildungen:

- esa Grundausbildung
- esa Wanderleiter
- Rückengymnastiktrainer
- Trampolintrainer
- skike Trainer



esa Erwachsenenportausbildung

Den esa-Grundkurs Allround (Erwachsenensport Schweiz), wurde wiederum in Kooperation mit dem SVKT angeboten. Da bei beiden Verbänden nicht genügend Anmeldungen eingingen, fand die Ausbildung nicht statt.

Die intern geplante esa Fortbildung konnte erfolgreich mit 9 Teilnehmenden durchgeführt werden.

esa Wanderleiterausbildung

Der Start mit der esa-Wanderleiter-Ausbildung T2 ist geglückt. Christian Besimo Sektion Interregio, Thera Hildebrand Sektion Dübendorf-Volketswil, Stefan Hildebrand Sektion Urdorf-Birmensdorf, Irene Poisel Sektion Altstetten-Höngg-OE, Ursula Schütz Verband sowie Elisabeth Tobler Sektion Aarau, schlossen die sechstägige Ausbildung erfolgreich ab.



Rückengymnastiktrainer

Im 2019 schlossen Brigitta Arnold Sektion Uri, Diana Berchtold Sektion Rheinfelden, Jolanda Vogel Sektion Brugg, Kathrin Matti Sektion Münsingen und Patrizia Scholtysik Sektion Baden-Wettingen den Rücken-Instruktor ab.

Die Kursleitung Monika Ribl und Ursi Schütz gratulierte an einer stimmungsvollen Feier den erfolgreichen Absolventinnen, den erfolgreichen Absolventinnen, dankte für die tolle Ausbildungszeit und für das entgegengebrachte Vertrauen.



vitaswiss Leiterinnentagung in Nottwil

Bereits zum vierten Mal fand am 21. September die traditionelle Leiterinnentagung in der tollen Aula des Paraplegiker-Zentrums in Nottwil statt.

40 Leiterinnen durften sich mit folgenden Themen auf unterhaltsame Weise weiterbilden lassen: „Fascial Dance“, „Körperwahrnehmung der Spiralförmigen Muskelketten“, „Soft-Skills Intensiv“ sowie „Besser Atmen - die Buteyko-Methode“.

Bei einem herrlichen Mittagessen wurden die Zeit genutzt um sich zu vernetzen, auszutauschen und Freundschaften zu pflegen.

Der Vorstand sieht diese Veranstaltung als Dank und Geschenk an alle aktiven vitaswiss-Leiterinnen. Eine Voraussetzung für die Gratis Teilnahme sind zwei besuchte vitaswiss Kurse, (Anmeldungen die bis zur Tagung eingehen werden berücksichtigt). Mit nur einer Kursbuchung kostet die Teilnahme CHF 50.00, mit keiner CHF 75.00.

Qualitop – QualiCert

In diesem Jahr erhielten Sonja Gübeli Saxer, Sektion Urdorf-Birmensdorf, Jolanda Odermatt, Sektion Luzern, Isabel Stamm, Sektion Reinach sowie Regula Stöckli aus der Sektion Uri die Zertifizierung. Somit sind 32 Sektionen mit insgesamt 61 zertifizierten Leiterinnen mit Qualitop-Zertifizierung unterwegs.

Weiterhin werden zwei Weiterbildungstage gefordert. Zertifizierte Leiterinnen die bei vitaswiss keine Kurse besuchen, werden gebeten, die Kursnachweise an vitaswiss zu schicken.

QualiCert hat mit dem vitaswiss Verband einen gekündigten Kooperationsvertrag

Am 7. Mai 2019 ging erneut die Meldung ein, „dass bis spätestens im Juni 2019 einen Vorschlag eines neuen Vertrages und die damit verbundene finanzielle Regelung zugestellt wird. Der Vertrag tritt ab dem 1.1.2021 in Kraft. Bis dahin gelten die bisherigen Bedingungen.“ Bis Ende Jahr ist kein Vertragsvorschlag eingetroffen!

Neue Angebote - neue Mitglieder

Weiterhin bieten die Sektionen Thun und Naters wöchentlich ein Trampolinangebot an. Naters bietet das Angebot an zwei Wochentagen an.

Am Donnerstag 8. Mai 2019, organisierte Kathrin Sennhauser für die Sektion Hausen und am 4. November 2019 Trudi Stucki für die Sektion Schwarzenburg ein „Spezialtraining“.

Bei beiden Sektionen kam der Event sehr gut an. „Bilder sprechen mehr als Worte“!



Sektionen welche auf einer Suche nach einem Spezialevent, melden sich bitte bei Ursula Schütz ursula.schuetz@vitaswiss.ch.

Partnerorganisationen

allianz  **gesundheitssport.ch**

Mehrere im Gesundheits- und Breitensport national führende Organisationen haben sich in der Allianz Schweiz Gesundheitssport zusammengeschlossen, welche folgende Ziele verfolgt:

- Anbieten von Aus- und Weiterbildungen im Breiten- und Gesundheitssport.
- Homogenisierung und Koordination der Aus- und Weiterbildung im Bereich Gesundheitssport (Preise, Inhalte, etc.)
- Realisation von Aus- und Weiterbildungsunterlagen.
- Gemeinsame Kommunikation der Aus- und Weiterbildungsangebote.
- Punktuelle Zusammenarbeit in Breitensportprojekten.
- Regelmässiger Informationsaustausch unter den Allianzmitgliedern.
- Einflussnahme auf die Gesundheitssportbewegung der Schweiz.

hepa.ch Netzwerktagung vom 25. September 2019 in Magglingen

Das Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz hepa.ch ist ein Zusammenschluss von Organisationen, Institutionen und Unternehmen, die sich schweizweit auf nationaler, kantonaler oder lokaler Ebene für die Gesundheitsförderung durch Bewegung und Sport einsetzen.

Trägerschaft hepa.ch

- Bundesamt für Gesundheit BAG
- bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung
- Gesundheitsförderung Schweiz
- Bundesamt für Sport BASPO

Folgende Themen wurden präsentiert:

- Sport und Bewegung - vom Erhalt der Wehrfähigkeit junger Männer zum Mittel der Gesunderhaltung der Schweizer Bevölkerung – Walter Mengisen
- Stress - Würze des Lebens oder gefährliche Zivilisationskrankheit? - Dr.phil. T. Hartmann
- Bewegung und Sport - Ein probates Mittel zur Stressbewältigung? - Prof. Dr. Markus Gerber
- „Friendly Work Space“ – Werden Sei mit dem diesem Label ein vorbildlicher Arbeitgeber! - Karin Gautschi Hälgi
- „I Feel Good“ - die Kamagne für Sicherheit, Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz des Flughafens Genf - José Manuel Calvelo, dipl. Ing. ETH Lausanne
- Mit Kinästhetik zu mehr Bewegungskompetenz in Alltagsaktivitäten – Prof. Dr. Heidrun Gattinger
- „Get up off the sofa!“ Der Spagat zwischen persönlichen Einschränkungen und sozialer Interaktion- Clare Guss-West
- sichergehen.ch - News aus dem vierten Kampagnenjahr - Barbara Pfenninger

bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung

„Update Sturzprävention“ Dienstag, 26. November 2019 mit zwei Workshops.

1. Kognitiv-motorisches Training zur Sturzprävention: Level Mental mit Manuela Abdooek und Alexandra Schättin, ETH Zürich
2. sichergehen.ch zu Musik mit Erika Tschumi und Barbara Vanza



Auf der bfu Webseite www.bfu.ch, können verschiedene Broschüren zu oben genannten Themen eingesehen oder bestellt werden.

Ursula Schütz
Ressort Bildung & Bewegung