



Pilotprojekt der Universität Basel im Generationenhaus

«Gemeinsame körperliche Aktivität von Alt und Jung» – so lautet das Pilotprojekt, das zwei Studentinnen der Universität Basel im Generationenhaus durchführten. Das erklärte Ziel: Beide Generationen verbessern spielerisch ihre Bewegungsfähigkeit und die Kinder der Kindertagesstätte lernen den sozialen Umgang mit der älteren Generation.

Schon auf dem Weg zum Mehrzweckraum des Generationenhauses schallte mir laute und poppige Weihnachtsmusik und fröhliches Kinderlachen entgegen. Das hatte ich hier nicht erwartet, sollte es sich doch um ein Generationenprojekt handeln, bei dem sich Kinder und Senioren des Generationenhauses gemeinsam bewegen. Als ich den Mehrzweckraum betrat, wartete schon die zweite Überraschung auf mich. Zusammen mit den Bewohnern des Altenheims tanzten die Kinder zur fröhlichen Musik. Egal, ob jemand im Rollstuhl sass oder eine Gehhilfe brauchte, jeder tanzte mit jemandem zusammen. Die Schwierigkeit des Tanzes wurde mir aber erst später bewusst: Zwischen den Tanzpartnern steckte eine Spielkarte, die während des Tanzes nicht zu Boden fallen sollte. Im Verlauf der Stunde durfte ich noch bei vielen weiteren lustigen Bewegungsspielen dabei sein, wie Bierdeckelwerfen und Mandarinewettrennen. Und immer wieder war der Raum mit Gekicher und Kinderlachen erfüllt.

Schweizweit haben Bianca Suter und Sina Nerouz nach einem geeigneten Ort für ihr Pilotprojekt gesucht. Hier im Neubad, im Generationenhaus, sind sie fündig geworden. Bianca Suter und Sina Nerouz sind Studentinnen am

Institut für Sport und Sportwissenschaften der Universität Basel. In ihrer Masterarbeit beschäftigen sie sich mit dem Thema: «Gemeinsame körperliche Aktivität von Jung und Alt». Die langjährige Erfahrung der Mitarbeiter des Generationenhauses bei gemeinsamen Aktivitäten von älteren Bewohnern des Alters- und Pflegeheims und Kindern der Kindertagesstätte bot die besten Voraussetzungen, das Pilotprojekt im Generationenhaus durchzuführen.

Die Idee des Generationenprojekts ist es, die Senioren und Kinder zu gemeinsamer körperlicher Aktivität zu ermuntern. Während des Alterungsprozesses verlieren viele Menschen ihre Kraft und Bewegungsfähigkeit, was zu häufigen Stürzen führt. Dadurch ziehen sich die älteren Mitmenschen immer mehr aus ihrem sozialen Umfeld zurück, was einen Verlust an Lebensqualität bedeutet.

Heutzutage bewegen sich aber auch die meisten Kinder viel zu wenig. Während Kinder in den 70er Jahren noch durchschnittlich drei bis vier Stunden pro Tag aktiv waren, bewegt sich heute nur noch jedes vierte Kind wenigstens eine Stunde pro Tag. Das ist nicht nur auf die neuen Medien und Computerspiele zurück-

zuführen. Viele Eltern bringen ihre Kinder heute mit dem Auto zur Schule oder zum Kindergarten, statt gemeinsam mit dem Velo zu fahren oder zu Fuss zu gehen. Der Bewegungsmangel wirkt sich nicht nur schlecht auf das eigene Körpergefühl der Kinder aus, er führt auch zu Übergewicht, zu geringerem Selbstwertgefühl und abnehmender Ausdauerfähigkeit. Um dem Bewegungsmangel von Kindern und Senioren entgegenzuwirken, wurde von den Studentinnen ein Bewegungskonzept entwickelt, das für Alt und Jung attraktiv ist und spielerisch umgesetzt werden kann. Dass ihnen das gelungen ist, konnte ich in dieser Stunde beobachten und am Ende in den Gesichtern der Teilnehmer lesen. Am Schluss der letzten Stunde, so kurz vor Weihnachten, zauberte ein Bewohner noch eine Schachtel Weihnachtsguetzli aus seinem Rollator hervor. Und so endet das schwungvolle Bewegungskonzept dieses Mal mit leisem Geknuspere.

Katrin Bühler

Neues Betreuungsangebot im Generationenhaus

Ab Januar 2010 bietet das Generationenhaus Neubad Eltern und ihren Kindern zusätzliche Betreuungsmöglichkeiten an. Das Angebot richtet sich an Schülerinnen und Schüler des Kindergartens, der Primar- und Orientierungsschule. Der neu eingeführte Mittagstisch, die Hausaufgaben- und Nachmittagsbetreuung finden im Katharina-Werk in der Holeestrasse 123 statt (Tel. 061 565 44 05). Während der 39 Schulwochen können Eltern dort ihre Kinder ein- oder mehrmals pro Woche verbindlich und fachkundig betreuen lassen. Weiterhin gibt es die Möglichkeit am Tagesferienangebot teilzunehmen. Tagesferien sind ein pädagogisch gestaltetes und schulergänzend geführtes Ganztagesbetreuungsangebot für Kinder und Jugendliche im Alter von 5 bis 14 Jahren. Die Themen des Ferienangebots werden im Kinderbüro publiziert.

Für weitergehende Informationen steht Ihnen Frau Esther Zeller als Ansprechperson zur Verfügung:

Esther Zeller, Leitung Kita
Generationenhaus Neubad
Holeestrasse 119, 4054 Basel
Tel. 061 308 93 28
e.zeller@generationenhaus-neubad.ch
www.generationenhaus-neubad.ch