

IDEE

SPORT

MidnightSports Stadt Bern

Saisonschlussbericht 2025/26



MidnightSports Bern Ost, Bethlehem und Bümpliz

Veranstaltungszeitraum: 18. Oktober 2025 bis 07. März 2026

Ein gemeinsames Projekt von: Familie & Quartier Stadt Bern und der Stiftung IdéeSport

Kontakt: Melina Neuenschwander, Projektmanagement
melina.neuenschwander@ideesport.ch, 062 286 01 38
Tannwaldstrasse 48, 4600 Olten

MidnightSports

IdéeSport öffnet mit dem Programm MidnightSports während der Wintermonate am Samstagabend Sporthallen und bietet kostenlosen Raum für Bewegung und Begegnung.

Die Veranstaltungen können von den Jugendlichen ohne Anmeldung besucht werden. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung und an gemeinsamen Erlebnissen, frei von Leistungsorientierung. Die Veranstaltungen werden von Jugendlichen für Jugendliche gestaltet. Die jugendlichen Coaches von IdéeSport werden dabei von der Projektleitung unterstützt und begleitet. Die Veranstaltungen sind partizipativ: Teilnehmende und Coaches haben Mitsprachemöglichkeit bei der Gestaltung.



Inhaltsverzeichnis

Hallenbetrieb und Highlights	3
CoachProgramm	5
Kommunikation und Werbung	6
Statistische Ergebnisse	7
News aus der Stiftung	12
Wertvolle Zusammenarbeit	13
Anhang	14



Mehr zu MidnightSports unter
ideesport.ch/angebot/midnightsports

Hallenbetrieb und Highlights

Die Sporthallen der Stadt Bern wurden Woche für Woche einladend und nach den Interessen der jugendlichen Teilnehmenden gestaltet. Mit Spezialevents schafften die Hallenteams besondere Highlights.

In der Stadt Bern stehen an den Samstagabenden die Sporthallen der Schulen ECLF, Tscharnergut und die Sporthalle im Kleefeld für die Jugendlichen offen. Mit diesen drei Standorten wird viel Raum für Bewegung geschaffen. Die Hallenteams bieten den Teilnehmenden neben dem abwechslungsreichen Programm jeweils einen Kiosk mit Kleinigkeiten zur Verpflegung sowie eine Chillcke, welche zum Verweilen einlädt, an. Die Jugendlichen konnten jeweils auf Instagram oder vor Ort wünschen, welche Sportarten und Spiele das Team vorbereiten und wie die Halle gestaltet werden soll. Das Hallenteam überraschte zudem die Teilnehmenden mit diversen selbstorganisierten Spezialveranstaltungen. Die Highlights auf dieser und der folgenden Seite geben einen Einblick.

«Die Stimmung zwischen den Teilnehmenden und Coachs wurde immer wie familiärer.»

Abel, Projektleiter Bern Ost (24 Jahre)

Bubble Soccer (13.12.25)

Erstmals in Bethlehem wurde ein Bubble-Soccer-Turnier durchgeführt. Die Jugendlichen freuten sich über den Anlass, der erfolgreich umgesetzt wurde und für viel Bewegung und Spass sorgte.



Volley-Night (21.02.26)

Die traditionelle «Polizei Volley-Night» in Bethlehem sorgte für eine tolle Stimmung. In spannenden Matches traten die Jugendlichen gegen die Polizei an und erlebten einen Abend voller Freude, Respekt und Spass.



Tanzen (31.01.26)

Die Tanzlehrerin brachte mit ihren Dance-Moves Hip-Hop- und Dancehall-Vibes ins Midnight Bern Ost. Einige Teilnehmerinnen wagten sich an die Choreografie, machten motiviert mit und hatten sichtbar Spass.



«Ich bin sehr froh, dass es das Midnight gibt. Man kann Spass mit anderen Jugendlichen haben und die Coachs sind motiviert. Der Samstagabend wäre nicht dasselbe ohne das Midnight.»

Bardh, Teilnehmer (13 Jahre)

Hallenbetrieb und Highlights

«Das Fussballturnier lief gesamthaft fair ab. Manchmal wurde es sehr hitzig, dank dem Regelwerk und dem Durchsetzen der Regeln konnte vieles gut gelöst werden.»

Mekseb, Juniorseniorcoach Bern Bümpliz (16 Jahre)

«Das Peerpower mit dem neuen Fokus auf psychische Gesundheit war für viele Teilnehmende sehr lehrreich.»

Rohat, Projektleiter Bern Bümpliz (23 Jahre)

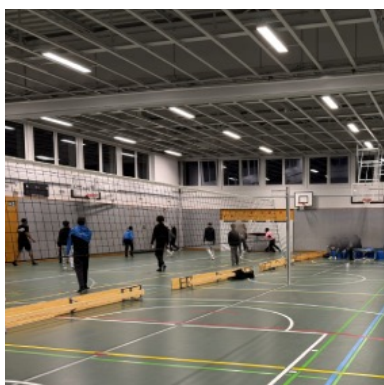
Fussballturnier (21.02.26)

Das Turnier in Bümpliz wurde von einem Juniorseniorcoach organisiert und durchgeführt. Das Specialevent sorgte für kompetitive Bewegung in der Halle. Es lief grösstenteils fair ab und sorgte für eine lebendige Atmosphäre.



Mocktailbar (07.03.26)

Ein Sensibilisierungsabend in Bümpliz zum Thema Alkohol mit Mocktail-Bar und Alkoholbrillen stiess auf sehr grosses Interesse. Spielerisch wurde aufgezeigt, wie stark Alkohol die Wahrnehmung beeinträchtigt.



Boxen (24.01.26)

Der Boxclub Bern besuchte das MidnightSports Bern Ost. Die Teilnehmenden trainierten motiviert Technik-Basics, besonders bei Partnerübungen mit Prätzen. Nebst dem Boxen wurde wie immer auch viel Basketball gespielt.



«Die Zeit bei Midnight hat mir als Coach sehr viel Spass gemacht. Ein Highlight war, dass wir ein tolles Midnight-Team waren, viel Spass hatten und schöne Erinnerungen gesammelt haben. Ich freue mich besonders auf unseren gemeinsamen Teamabschluss im Europapark – damit geht sogar ein Kindheitstraum von mir in Erfüllung!»

Edisa, Juniorcoach Bern Bethlehem (14 Jahre)

CoachProgramm

Insgesamt wurden 382 Coacheinsätze verzeichnet. Pro Event standen neben der Projektleitung ein bis drei erwachsene Seniorcoachs und vier bis fünf Juniorcoachs im Einsatz. Einen Überblick zu den Coacheinsätzen zeigt die Statistik auf Seite 11.

Kernelement aller unserer Programme ist die spezifische Förderung von Jugendlichen. Die Coachs erwerben in den Projekten wichtige Sozial-, Sach- und Selbstkompetenzen. Sie tragen in der Sporthalle Verantwortung, organisieren und gestalten die vielseitigen Aktivitäten und übernehmen eine Vorbildfunktion.



Aus- und Weiterbildung

- In allen drei Projekten wurde beim Saisonstart eine Teameinführung durchgeführt. Zudem besuchten Projektleitung, Seniorcoachs und Juniorcoachs diverse Tageskurse.
- Pro Standort fand je ein Teamkurs statt. Dabei ging es um Themen wie Organisation von attraktiven Veranstaltungen, Erreichung von weiblichen Teilnehmerinnen, Teamzusammenhalt, Rollenverständnis und Kommunikation.
- Im Rahmen der Bystanderkurse, initiiert von Familie & Quartier Stadt Bern, wurden die Hallenteams an allen drei Standorten bezüglich Konfliktbewältigung geschult. Aurelia Golowin (KriBi) vermittelte den Coachs und Projektleitenden praxisnahe Methoden, um in heiklen Situationen souverän zu reagieren und Konflikte zu deeskalieren.

Bern Ost

Projektleitung:

Abel Bereket

Seniorcoachs:

Amina Oyaye, Aziel Kiakanu,
Sheima Oyaye, Yassin Abdi-Aden

Juniorsenior- & Juniorcoachs:

Maida, Malak, Masur, Muriidi

Bethlehem

Projektleitung:

Melisa Sali

Seniorcoachs:

Leonita Imeraj, Nisa Rushiti,
Sherman Khalil

Juniorsenior- & Juniorcoachs:

Amira, Edisa, Jascha, Jaron, Rim,
Tuana, Veronica, Vigan

Bümpliz

Projektleitung:

Rohat Fidanci

Seniorcoachs:

Abdulahi Afrax Nuur, Yohans Hagos

Juniorsenior- & Juniorcoachs:

Ahmed, Amalia, Gabriele,
Houlayma, Leotrim, Martin,
Mekseb, Raul



Mehr zum CoachProgramm unter
ideasport.ch/angebot/coachprogramm

Kommunikation und Werbung

Zur Bekanntmachung des Projekts bei der Zielgruppe wurden verschiedene Kommunikationskanäle eingesetzt. Für die MidnightSports der Stadt Bern erwiesen sich insbesondere Instagram und das Verteilen von Flyern an Schulen als zentrale Werbemittel.

Vor Beginn der Saison wurden rund 1'800 Flyer und 110 Plakate an Schulen, Quartiervereine, die Jugendarbeit und im Quartier verschickt bzw. verteilt. Während der Saison informierten monatlich versandte Abendberichte interessierte Personen über den aktuellen Projektverlauf. Auf den jeweiligen Projektwebseiten waren sämtliche Veranstaltungsdaten sowie aktuelle Informationen ersichtlich.

Die Teams führten zudem jeweils einen eigenen Instagram-Account, um über die bevorstehenden Veranstaltungen und Spezialveranstaltungen zu informieren:

- MidnightSports Bern Ost: ca. 130 Follower*innen.
- MidnightSports Bern Bethlehem: ca. 235 Follower*innen.
- MidnightSports Bern Bümpliz: 95 Follower*innen.

Ergänzend berichteten verschiedene Quartierzeitungen über den Projektstart (siehe Anhang S. 14). Auch im Sportkalender des Sportamtes Bern sowie auf der Plattform [futura.ch](https://www.futura.ch) wurden die Projekte publiziert.

Falls für die kommende Saison Interesse an den Abendberichten besteht, können diese über die Projektwebseite abonniert werden.



Statistische Ergebnisse

Vor dem MidnightSports tragen sich alle Teilnehmenden in das Teilnahmeerfassungstool «Bienvenu» ein, sodass nachfolgend die erhobenen Daten statistisch ausgewertet werden können. Durch die Umstellung auf ein neues Statistikprogramm unterscheiden sich die Auswertungen und Darstellungen teilweise geringfügig von jenen der vergangenen Saison.

Insgesamt wurden in den drei Berner MidnightSports 2'313 Besuche erfasst. 707 Jugendliche nahmen ein- oder mehrmals an den Veranstaltungen teil. Im Durchschnitt waren pro Abend rund 43 Personen in den MidnightSports Standorten anzutreffen.

Allgemeine Daten	Bern Ost	Bethlehem	Bümpliz	Total
Veranstaltungen				
Anzahl	18	18	18	54
Erfasste Besuche				
gesamt	615	1018	680	2313
männlich	519	900	566	1985
weiblich	94	115	103	312
Divers / keine Angaben	- / 2	- / 3	2 / 9	2 / 14
Anzahl Teilnehmende				
gesamt	202	291	247	707
männlich	167	224	199	561
weiblich	33	65	43	138
Divers / keine Angaben	- / 2	- / 2	2 / 3	2 / 7
Statistische Werte Teilnehmende				
Durchschnitt pro Veranstaltung	34.2	56.6	37.8	42.8
Maximum	47	101	55	
Minimum	21	28	21	

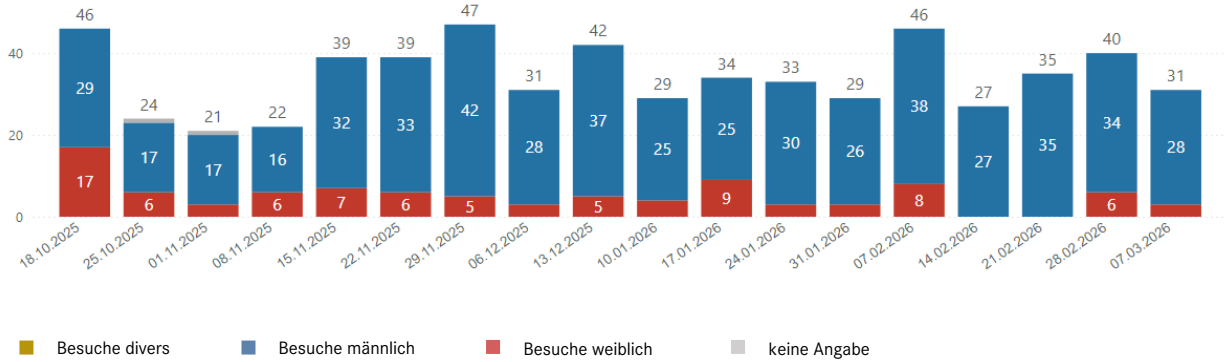
Die Auswertung der Besuchszahlen zeigt, dass die erfassten Anzahl Besuche im Vergleich zur letzten Saison in Bern Ost und Bümpliz etwas rückläufig waren (erfasste Besuche gesamt 2024/25: Bern Ost 700 | Bümpliz 731). Obwohl in Bern Ost die Anzahl der teilnehmenden Jugendlichen sich diese Saison um 25 erhöhte. Unter neuer Projektleitung konnten in Bethlehem Rekordzahlen erreicht werden. Dies spricht für den gelungenen Wechsel und zeigt, dass MidnightSports Bethlehem unter neuer Führung mehr Jugendliche anspricht.

Die Anzahl der teilnehmenden Mädchen konnte diese Saison in Bümpliz und Bethlehem erhöht werden (Teilnehmerinnen 2024/25: Bümpliz 37 | Bethlehem 25). In Bern Ost hingegen konnten im Vergleich zur Vorsaison etwas weniger Mädchen erreicht werden (erfasste Teilnehmerinnen 2024/25: 48).

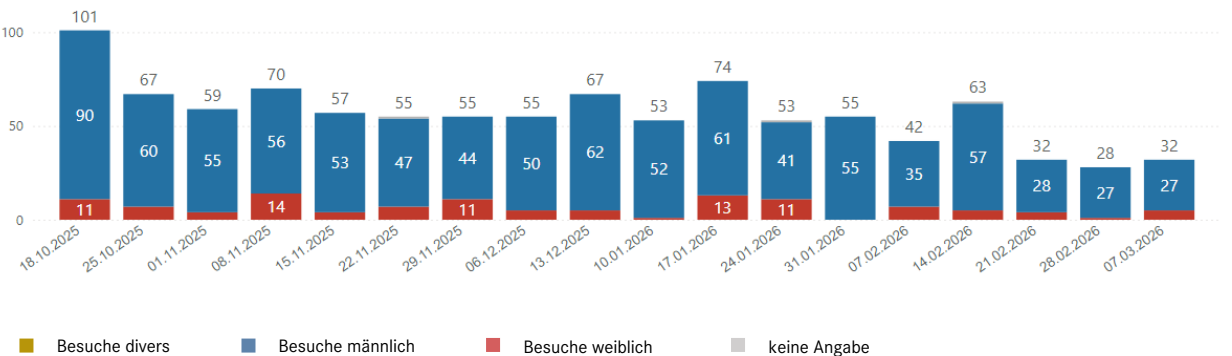
Besuche pro Veranstaltung im Saisonverlauf

Die drei Grafiken zeigen, dass sich die Besuchszahlen in allen Projekten über die Saison hinweg weitgehend stabil entwickelten. Im Februar waren die Werte, insbesondere in Bethlehem, etwas niedriger, was auf den Ramadan sowie dem schönen Wetter zurückgeführt werden kann. In Bern Ost zeigten die Teilnehmerzahlen leichte Schwankungen im Vergleich zu den beiden anderen Standorten.

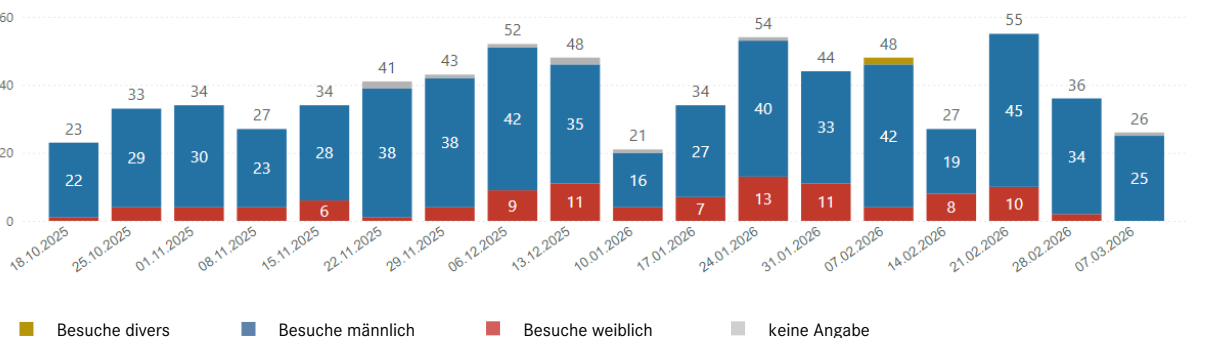
MidnightSports Bern Ost



MidnightSports Bern Bethlehem



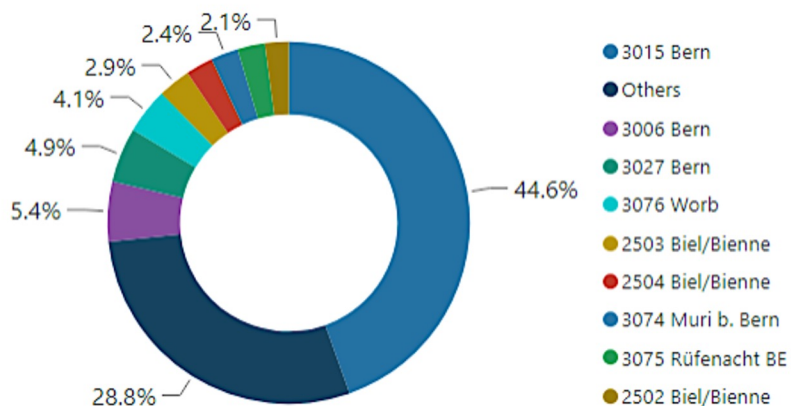
MidnightSports Bern Bümpliz



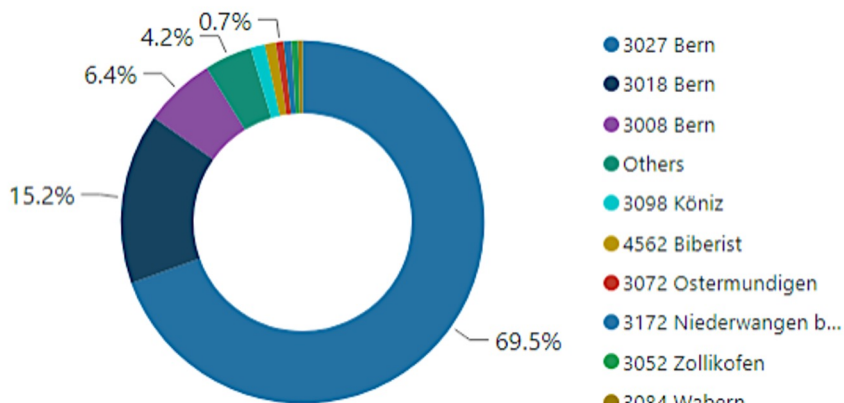
Wohnort der Teilnehmenden

Die Auswertung der Grafiken zeigt, dass alle drei Projekte stark lokal verankert sind: Ein Grossteil der Besuche stammt aus den angrenzenden Quartieren. In Bümpliz über 65 % und in Bethlehem sogar rund 70 %. Diese lokale Einbettung ermöglicht es oft auch, Coachs aus dem Quartier zu gewinnen, die das MidnightSports-Angebot aktiv mitgestalten. Das neue Statistikprogramm differenziert die Wohnorte etwas anders: «Others» liegt an zweiter Stelle, da einzelne Jugendliche aus verschiedenen Gemeinden (z. B. Münsingen, Niederwangen, Urtenen-Schönbühl) die MidnightSports nur einmal besuchten und darin abgebildet werden.

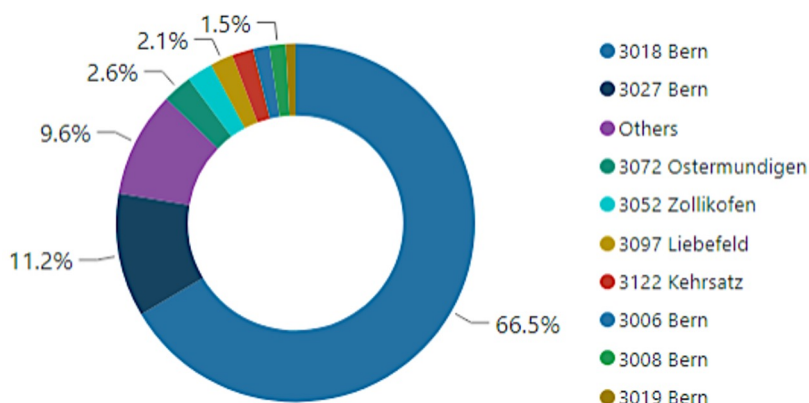
MidnightSports Bern Ost



MidnightSports Bern Bethlehem



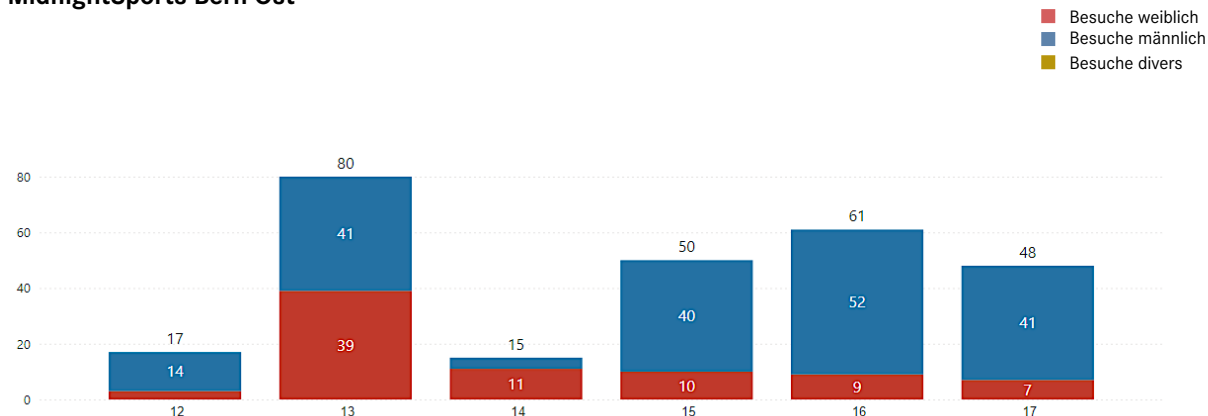
MidnightSports Bern Bümpliz



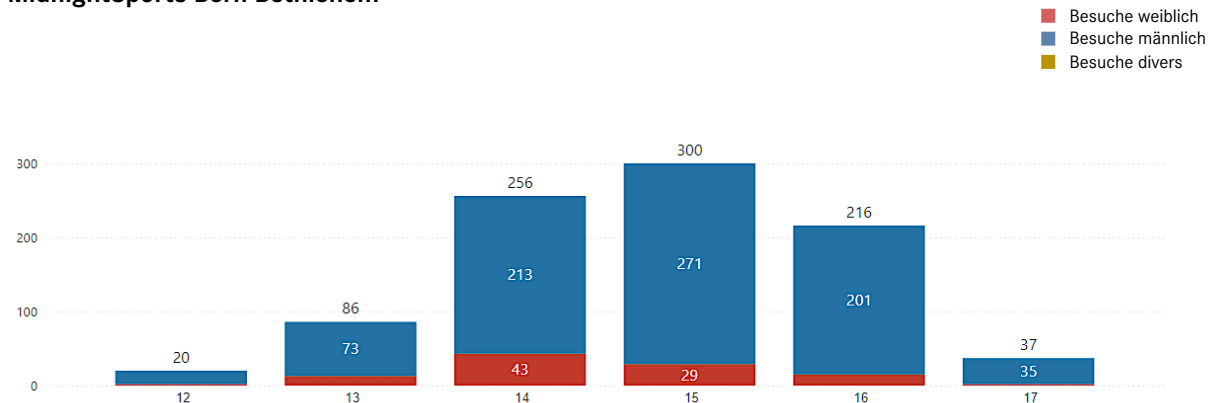
Altersverteilung der Teilnehmenden

Die Altersverteilung der Teilnehmenden unterscheidet sich zwischen den drei MidnightSports-Standorten. In Bern Ost fällt insbesondere die hohe Beteiligung der 13-Jährigen auf. In Bethlehem und Bümpliz sind hingegen die 15- und 16-Jährigen am stärksten vertreten. Im Vergleich zur letzten Saison zeigen sich kleinere Verschiebungen, etwa eine Zunahme der 16-Jährigen in Bümpliz sowie der 15-Jährigen in Bethlehem. Dies deutet darauf hin, dass viele Jugendliche das Angebot über mehrere Jahre hinweg nutzen und mit zunehmendem Alter in die nächsthöhere Kategorie wechseln.

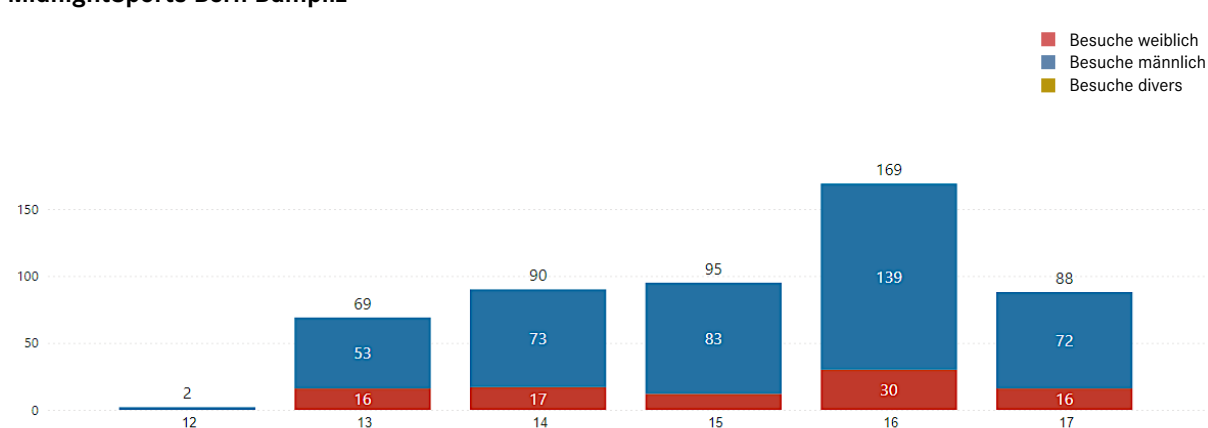
MidnightSports Bern Ost



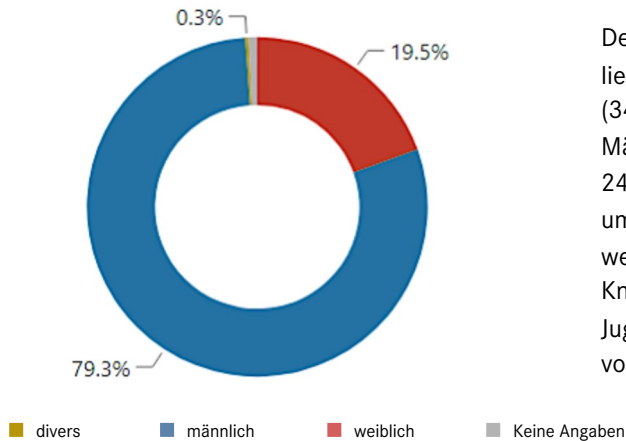
MidnightSports Bern Bethlehem



MidnightSports Bern Bümpliz



Geschlechterverteilung



Der Mädchenanteil lag diese Saison bei 19.5 % und liegt damit unter dem nationalen Durchschnitt (34.3 %). Im Vergleich zu letzter Saison konnte der Mädchenanteil jedoch etwas erhöht werden (Saison 24/25 17.6 %). Dies spricht für die diversen umgesetzten Massnahmen zur Erreichung von weiblichen Teilnehmenden. Knapp 80 % der Teilnehmenden waren männliche Jugendliche und 0.3 % aller Teilnehmenden wurden von diversen Jugendlichen verzeichnet.

Auswertung CoachProgramm

Insgesamt wurden diese Saison 382 Einsätze von Coachs geleistet, welche für die Durchführungen der Veranstaltungen verantwortlich waren. Viele Coachs bleiben über mehrere Saisons im Projekt und bringen den Projekten die nötige Stabilität.

Einsätze	Bern Ost	Bethlehem	Bümpliz	Total
Bezeichnung				
Juniorcoachs und Juniorseniorcoachs	57	126	119	302
Seniorcoachs	49	16	15	80
Total Einsätze	106	142	134	382

«Das Hallenteam MidnightSports Bethlehem ist sehr engagiert, motiviert und positiv aufgestellt. Die Coachs übernehmen Verantwortung und reflektieren ihr Handeln sehr gut. Dadurch funktioniert die Zusammenarbeit reibungslos und die Atmosphäre in der Turnhalle Tscharnergut ist hervorragend.»

Melisa Sali, Projektleiterin Bethlehem (21 Jahre)

«Die Entwicklung der Teilnehmenden, viele neue Gesichter sowie die gute Zusammenarbeit im Team trotz teilweise zu wenigen Coachs waren Highlights dieser Saison.»

Yassin, Seniorcoach MidnightSports Bern Ost (22 Jahre)

News aus der Stiftung

Mit Stolz blicken wir auf eine vielseitige, dynamische und engagierte Saison 2025/26 zurück. Die Stiftung IdéeSport hat ihren Anspruch verwirklicht, noch mehr Menschen Chancen zu bieten. Einige Meilensteine des vergangenen Jahres werden nachstehend aufgeführt. Alle Informationen sind auch im Stiftungsbericht oder online zu finden.

Mädchen bewegen die Schweiz

Das Projekt «Sportheldinnen» machte im Frühjahr 2025 die beeindruckende Vielfalt des Frauen- und Mädchensports in der Schweiz sicht- und erlebbar. Das Mädchensportförderprojekt ermöglichte den gleichberechtigten Zugang zum Sport, baute geschlechterspezifische Stereotypen ab und sensibilisierte Bezugspersonen für mehr Diversität und Inklusion.

MidnightSports wirkt

Die Evaluation von Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG zeigt: MidnightSports fördert schweizweit Bewegung und soziale Interaktion, motiviert Jugendliche zu mehr Aktivität und erreicht auch weniger bewegungsaffine Teilnehmende, darunter viele mit Migrationshintergrund. Trotz oder gerade dank seines Alters bleibt das niederschwellige Angebot auch heute aktuell und relevant. Die Evaluation liefert wertvolle Erkenntnisse zur Weiterentwicklung des Angebots, mit besonderem Fokus auf die stärkere Einbindung von Mädchen.

Wir entwickeln uns weiter

Mit den Projekten «Sportheldinnen» und «FamilyWeek» haben wir unsere Zielgruppen erweitert – eine Entwicklung, die wir auch in Zukunft vorantreiben möchten. Wir stellen uns den Herausforderungen von morgen, analysieren gesellschaftliche Veränderungen und identifizieren Zielgruppen mit Potenzial für neue Projekte. In den kommenden Jahren setzen wir unseren Fokus auf Inklusion, psychische Gesundheit und gesellschaftlichen Zusammenhalt und entwickeln gezielt neue Angebote, die diese Werte stärken. IdéeSport schafft Strukturen für niederschwellige Innovation und reagiert schnell und konkret auf gesellschaftliche Herausforderungen.

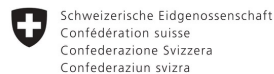


Aktueller Stiftungsbericht unter
ideesport.ch/wirkung/wirkungsbericht

Wertvolle Zusammenarbeit

Um ein solches Angebot langfristig zu ermöglichen, bedarf es diverser engagierter Personen und Institutionen. Ihre Unterstützung und ihr Wohlwollen haben entscheidend zur Durchführung der MidnightSports in der Stadt Bern beigetragen. An dieser Stelle möchte die Stiftung IdéeSport folgenden Akteur*innen danken:

- Hallenteams bestehend aus Junior- & Seniorcoachs, sowie den jeweiligen Projektleitungen
- Daniela Wernli (Familie & Quartier Stadt Bern)
- Lukas Wiedmer (Schulleitung Schule Tscharnergut)
- Patrick + Suely Peyer (Betrieb und Technik Schule Tscharnergut)
- Nicolas Fouchard (Schulleitung Schule ECLF)
- Alex Roulin (Hauswart Schule ECLF)
- Andreas Wiedmer (Schulleitung Schule Kleefeld)
- Beat Brönnimann (Hauswart Schule Kleefeld)
- Aurelia Golowin (Kritische Bildung Bern)
- Quartierkommission Bümpliz-Bethlehem (QBB)
- Trägerverein für die offene Jugendarbeit der Stadt Bern (toj)
- Pinto Bern
- Kantonspolizei Bern



Bundesamt für Gesundheit BAG

Bundesamt für Sozialversicherungen BSV



Sowie weiteren Partner*innen: ideesport.ch/ueber-uns/partnerschaften

16. April 2026, Olten



Anhang

Anhang 1: Jupi August 2025 S.14

«MidnightSports Bern Ost und OpenSunday Bern Manuel»

Ab dem Wochenende vom 18. und 19. Oktober 2025 öffnen die Sporthallen im Schulhaus Wittigkofen und Manuel erneut für die Bewegungs- und Begegnungsprojekte der Stiftung IdeeSport. Das «MidnightSports» für Jugendliche ab der Oberstufe bis 17 Jahre und das «OpenSunday» für Kinder mit und ohne Behinderung der 1. – 6. Klasse. Die Projekte sind eine Kooperation von Familie & Quartier Stadt Bern, dem Sportamt der Stadt Bern und der Stiftung IdeeSport. Sie sind kostenlos und eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



«MidnightSports» für Jugendliche

Beim MidnightSports treffen sich Jugendliche ab der 7. Klasse bis 17 Jahre jeweils am Samstagabend von 20.00 bis 23.00 Uhr in den Sporthallen der Schule ECLF. Im Vordergrund stehen gemeinsame sportliche Aktivitäten und das Zusammensein in einem suchtmittelfreien Umfeld. Ein Kiosk sorgt für Verpflegung, und Musik bringt zusätzliche Stimmung. Das Angebot ist kostenlos.

«OpenSunday» für Kinder im Primarschulalter

OpenSunday ist ein sportpädagogisches Projekt für Kinder mit und ohne Behinderung der 1. bis 6. Klasse. Es findet jeweils sonntags von 13.30 bis 16.30 Uhr in den Sporthallen der Schule Manuel statt und bietet während der Wintermonate eine kostenlose Möglichkeit zur Bewegung. Im Zentrum stehen Spiel, Sport und Spass – zusätzlich wird ein kostenloses Zvieri angeboten.

MidnightSports Bern Ost

Was: Offene Sporthalle für Jugendliche
Wer: Für alle Jugendliche ab der Oberstufe bis 17 Jahre
Wo: Sporthalle ECLF, Jupiterstrasse 2, Wittigkofen
Wann: Jeden Samstag, 20.00 bis 23.00 Uhr
18.10.2025 bis 07.03.2026 (keine Veranstaltung in den Weihnachtsferien)
Mitnehmen: Sportkleider, Sportschuhe
Kostenlos & ohne Anmeldung!

OpenSunday Bern Manuel

Was: Offene Sporthalle für Kinder mit und ohne Behinderung
Für wen: alle Kinder zwischen 6 bis 12 Jahren
Wo: Sporthalle Manuel, Mülinenstrasse 6, 3006 Bern
Wann: Jeden Sonntag, 13.30 bis 16.30 Uhr
19.10.2025 bis 15.03.2026 (keine Veranstaltung in den Weihnachts- und Sportferien)
Mitnehmen: Sportkleider, Sportschuhe, Trinkflasche und Telefonnummer der Eltern
Kostenlos & ohne Anmeldung!

• 14 •

Anhang 2: Quavier 120/25 S.27

VERANSTALTUNGEN Fortsetzung von Seite 15

Regelmässig

ab 18.10. **Midnight Sports Bern Ost** | offene Sporthalle f. Jugendliche ab Oberstufe bis 17 Jahre | Sa 20–23 Uhr | Sporthalle ECLF, Jupiterstr. 2, 3015 Bern

ab 19.10. **OpenSunday Bern Manuel** | f. Kinder der 1. bis 6. Kl. | So 13.30–16.30 Uhr | Sporthalle Manuel, Mülinenstr. 6 | Info www.ideesport.ch

Anhang

Anhang 3: Einblick SocialMedia

