

IDEE

SPORT

# MidnightSports Stadt Bern

## Saisonschlussbericht 2023/24



### MidnightSports Bern Ost, Bethlehem und Bümpliz

**Veranstaltungszeitraum:** 21. Oktober 2023 bis 23. März 2024

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

**Kontakt:** Claude Knöpfel, Projektmanagement  
bern@ideesport.ch, 062 286 01 15  
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. Wie alle MidnightSports werden auch die drei Standorte in Bern Ost, Bethlehem und Bümpliz von Jugendlichen für Jugendliche gestaltet. Die jugendlichen Coachs von IdéeSport werden dabei von der Projektleitung unterstützt und begleitet. Die Veranstaltungen sind partizipativ: Teilnehmende und Coachs gestalten die Veranstaltungen nach ihren Bedürfnissen und sind aktiv involviert bei der Vorbereitung und Durchführung von Specialevents.



## 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/programme/midnightsports](https://ideesport.ch/programme/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 Bümpliz 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 an. Wer sich für ein ruhigeres Gespräch zurückziehen möchte oder sich vom Treiben auf den Spielfeldern eine Pause gönnt, findet die dafür aufgestellte «Chillecke». Mit diversen Spezialveranstaltungen sorgten die Hallenteams während der Saison zusätzlich für Abwechslung und frischen Wind in den Sporthallen. Die Highlights auf den beiden folgenden Seiten geben einen Einblick.

«Das Midnight ist für mich wie eine zweite Familie geworden.»

Blend, Juniorcoach Bern Bethlehem

## 2x EverFresh pro Standort

Auf spielerische Art und Weise sensibilisierten Coaches die Jugendlichen über die schädlichen Auswirkungen von Suchtmitteln (Tabak, Alkohol, psychoaktive Substanzen).



## Partizipativ organisiertes Volleyballturnier

Im MidnightSports Bümpliz organisierten und leiteten am 24.02.24 jugendliche Coaches ein Volleyballturnier - ohne dabei die Unterstützung der Projektleitung in Anspruch nehmen zu müssen.



## Torschussmessanlage

Im März 24 machte das Hallenteam vom MidnightSports Bern Ost während zwei Veranstaltungen Gebrauch von einer mobilen Torschussmessanlage. Diese wurde von den Teilnehmenden rege genutzt.



«Wenn ich auf die Saison zurückblicke, erfüllt mich dies mit Stolz und ich freue mich schon jetzt auf die neue Saison, welche im Herbst 2024 startet..»

Abel Bereket, Projektleiter MidnightSports Bern Ost

# Hallenbetrieb und Highlights

«Nach einem schwierigen Start in dieses Projekt bin ich positiv überrascht über den Standpunkt dieses Projektes. Ein grosser Dank geht an die Teilnehmenden, die Coachs, IdéeSport und sonst allen, die sich auf irgendeine Weise am Projekt beteiligen. Ohne sie ist dieses Projekt nicht möglich.»

Rohat Fidanci, Projektleiter Bern Bümpliz

«Spass, Sport und Freude findet man im Midnight Bethlehem immer.»

Erjon, Teilnehmer Bern Bethlehem

## **Volleyturnier mit der Polizei**

Am 09.03.24 stellte die Präventionsabteilung der Polizei Bern wiederum ein Team fürs Volleyballturnier im MidnightSports Bern Bethlehem. Intensive Matches und kollegiales 'Handshake danach' gehörten dazu.



## **Flying Angels**

Am 02.03.24 teilten drei Trainer vom Frisbeeclub Flying Angels ihre Begeisterung für diesen Sport mit den Jugendlichen im MidnightSports Bern Ost.



## **Hiphop zum Abschluss**

Bei der Schlussveranstaltung vom 23.03.24 leitete ein Tanzlehrer vom HipHop Center Bern im MidnightSports Bethlehem einen Workshop für gewillte Tänzer\*innen.



«Es war eine tolle Saison. Mein Highlight im MidnightSports waren die Turniere, welche stattgefunden haben.»

Raul, Juniorcoach Bern Bümpliz

# CoachProgramm

**Pro Standort und Abend standen neben der Projektleitung zwei 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. Sie stehen für eine gesunde Lebensweise ein und motivieren andere Kinder und Jugendliche sich einzubringen, sich zu bewegen und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen.



## Aus- und Weiterbildung

- In allen 3 Projekten wurde zum Saisonstart hin eine Teameinführung gemacht.
- Pro Standort fand während der Saison je ein Teamkurs statt. Dieser wurde von einer externen Kursleitung durchgeführt. Dabei ging es um Themen wie Rollenverteilungen, Organisation von Special Events oder Werbemaßnahmen.
- 7 Personen (Projektleitungen, Seniorcoachs) nahmen an einem Tageskurs von Idéesport teil.
- Auch diese Saison fanden, initiiert von Familie & Quartier Stadt Bern, sogenannte Bystanderkurse für die Coachs statt. Aurelia Golowin (Kritische Bildung Bern) führte an jedem der drei Standorte einen solchen Teamkurs durch. Ziel der Kurse ist es, den Coachs im Falle von schwierigen Situationen Strategien zur Deeskalation mit an die Hand zu geben. Solche Kurse sind auch für die folgende Saison 2024/25 geplant.

Standort	Hallenteam
Bern Ost	Projektleitung: Abel Bereket  Seniorcoachs: Amina Oyaye, Aziel Kiakanu, Maiza Avdyli, Mariaan Oyaye  Juniorsenior- & Juniorcoachs: Albaroza, Francesco, Maida, Omar, Said, Sheima, Soraya, Yassin
Bethlehem	Projektleitung: Edona Shoshi, Ilirida Zeqiri  Seniorcoachs: Leonita Imaraj, Melisa Sali, Mohamed Essa, Servan Milig  Juniorsenior- & Juniorcoachs: Benedito, Fatma, Hussein, Sherman, Tenzin, Vigan, Blend
Bümpliz	Projektleitung: Rohat Fidanci  Seniorcoachs: Melisa Sali, Mohamed Abdulkadir, Yohans Hagos  Juniorsenior- & Juniorcoachs: Abdulahi, Ahmed, Jorddy, Martin, Mekseb, Michael, Muhammet, Raul, Samir M., Samir S., Vigan  ► Krankheitsbedingter Ausfall der Projektleiterin Berit Ricken ganz zu Beginn der Saison für den Rest der Veranstaltungen. Asvini Thevatas übernahm als Springerin.



Mehr zum CoachProgramm unter [ideesport.ch/programme/coachprogramm](https://ideesport.ch/programme/coachprogramm)

# Kommunikation und Werbung

Um das Projekt bei der Zielgruppe bekannt zu machen, wurden diverse Werbekanäle genutzt. Das wichtigste Medium war für die MidnightSports der Stadt Bern die Plattform Instagram.

Vor dem Saisonstart wurden knapp 2000 Flyer und 130 Plakate an Schulen, Vereine, Elternräte sowie die Jugendkommission versendet und verteilt. Während der Saison wurden monatlich Abendberichte an alle Interessierten verschickt. Auf den Projektwebseiten waren alle Veranstaltungsdaten und aktuellen Infos zu den Projekten ersichtlich. Die Teams führten zudem jeweils einen eigenen Instagram-Account, um über die bevorstehenden Veranstaltungen und Spezialveranstaltungen zu informieren:

- MidnightSports Bern Ost (<https://www.instagram.com/midnight3015>) zählt ca. 125 Follower.
- MidnightSports Bern Bethlehem ([https://www.instagram.com/midnight\\_bethlehem](https://www.instagram.com/midnight_bethlehem)) zählt ca. 230 Follower.
- MidnightSports Bern Bümpliz (<https://www.instagram.com/3018midnight>) zählt ca. 100 Follower.

Daneben wurde in verschiedenen Quartierzeitungen (vgl. Anhang S.14) über den Projektstart informiert. Die Projekte wurden zudem im Sportkalender des Sportamtes Bern und über futura.ch publiziert.



«Es war super, dass wir viele neue Leute begrüßen durften, die sogar noch mehr neue Leute mitgebracht haben.»

Yassin, Juniorencoach MidnightSports Bern Ost

# Statistische Ergebnisse

Vor dem MidnightSports tragen sich alle Teilnehmenden in das Teilnahmeerfassungstool «Bienvenu» ein, sodass nachfolgend die erhobenen Daten statistisch ausgewertet werden können.

Insgesamt wurden in den drei Berner MidnightSports 2'454 Besuche erfasst. 643 Jugendliche nahmen ein- oder mehrmals an den Veranstaltungen teil. Im Durchschnitt waren pro Abend rund 41 Personen an jedem Standort in der Sporthalle anzutreffen. Dies sind 5 Personen mehr als in der vorhergehenden Saison (\*Durchschnitt 2022/23: 36 Teilnehmende).

Allgemeine Daten	Bern Ost	Bethlehem	Bümpliz	Total
<b>Veranstaltungen</b>				
Anzahl	20	20	20	60
<b>Erfasste Besuche</b>				
gesamt	705	1'102	647	2'454
männlich	581	933	582	2'096
weiblich	124	169	65	358
divers	-	-	-	-
<b>Anzahl Teilnehmende</b>				
gesamt	185	314	161	643
männlich	141	235	137	499
weiblich	44	79	24	144
divers	-	-	-	-
<b>Statistische Werte Teilnehmende</b>				
Durchschnitt pro Veranstaltung	35.3	55.1	32.4	122.8
Maximum	51	85	50	
Minimum	17	31	14	

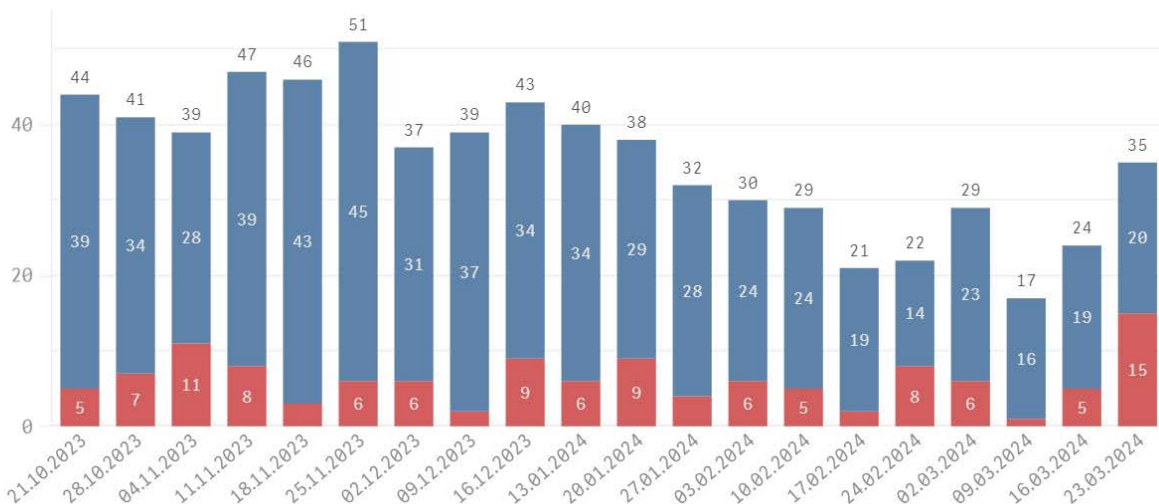
Aus den allgemeinen Daten geht hervor, dass die erfassten Besuche im Vergleich zur letzten Saison zunahmen. Dies betrifft leider nur die männlichen Besucher (\*Erfasste Besuche 2022/23: gesamt 2'170 | männlich 1'798 | weiblich 372). Im Vergleich dazu wurde die Anzahl der weiblichen, wie auch der männlichen Teilnehmenden grösser (\*Anzahl Teilnehmende 2022/23: gesamt 572 | männlich 442 | weiblich 130). **Dies bedeutet, dass wir mehr weibliche, wie auch männliche Teilnehmende erreichen konnten, diese aber die Veranstaltungen weniger oft besuchten.**

Die drei Grafiken auf Seite 8 zeigen zudem ein ausgeglichenes Aufkommen in allen drei Projekten über die gesamte Saison hinweg. Tendenziell konnten zu Beginn der Saison etwas mehr Teilnehmende erreicht werden. Die Besuchszahlen waren im Januar etwas tiefer (Ausnahme Bern Ost) und gingen auch gegen Ende der Saison hin etwas zurück (Ausnahme Bern Bümpliz). Mit den Schlussveranstaltungen fanden nochmals mehr Jugendliche den Weg in die Sporthallen.

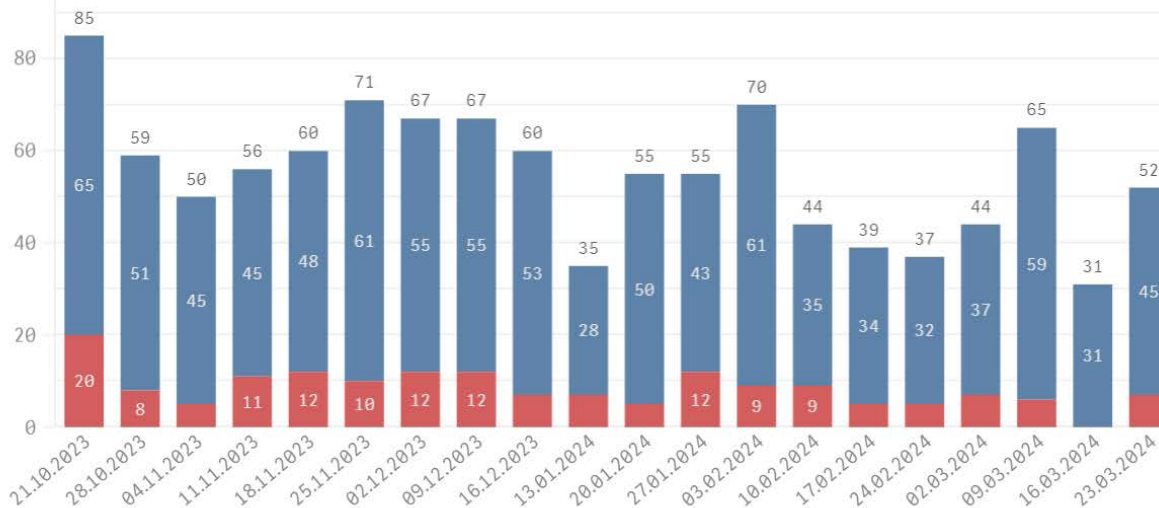
\*siehe Statistik «MidnightSports Stadt Bern Saisonschlussbericht 2022/23, S.7»

## Besuche pro Veranstaltung im Saisonverlauf

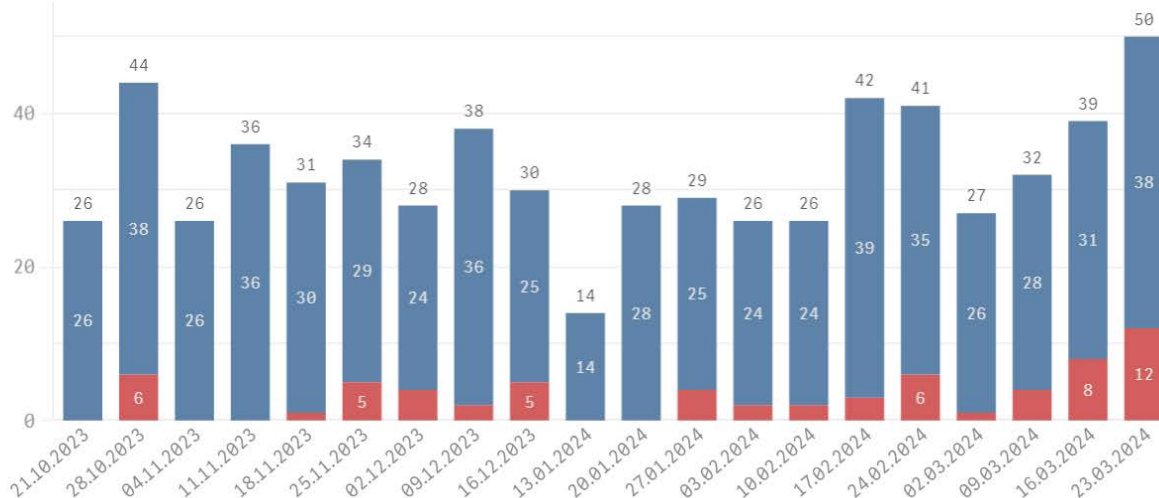
### MidnightSports Bern Ost



### MidnightSports Bern Bethlehem



### MidnightSports Bern Bümpliz



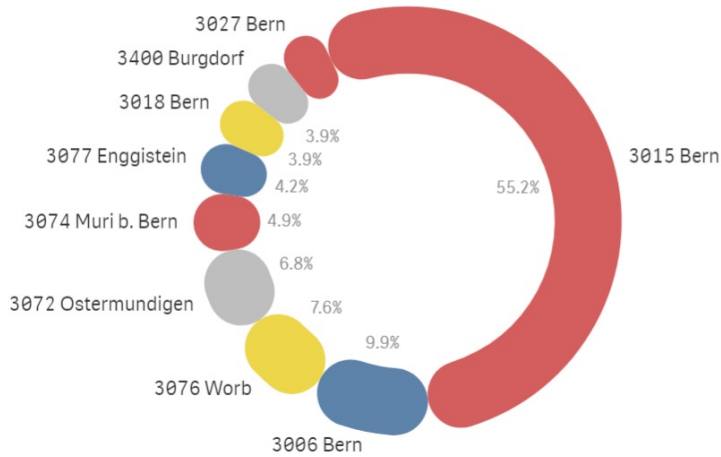
■ Besuche männlich ■ Besuche weiblich



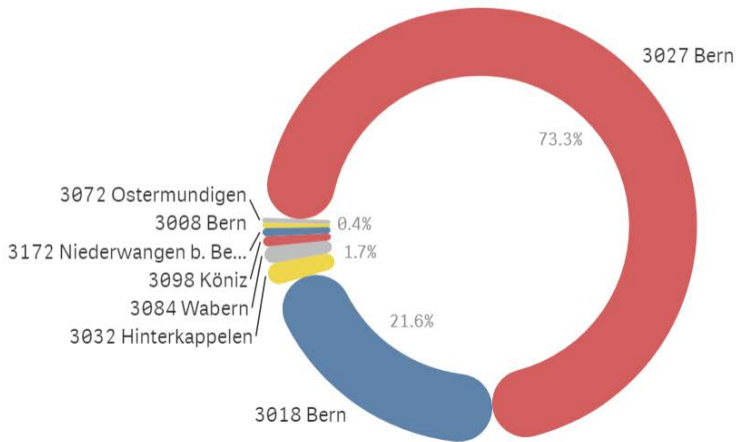
## Wohnort der Teilnehmenden

Aus den Grafiken wird ersichtlich, dass die drei Projekte lokal gut verankert sind und der grösste Anteil der Jugendlichen aus den umliegenden Quartieren an den Veranstaltungen teilnimmt. In den meisten Fällen können durch die lokale Verankerung der Projekte auch die Coaches, welche die MidnightSports mittragen, aus dem jeweiligen Quartier rekrutiert werden.

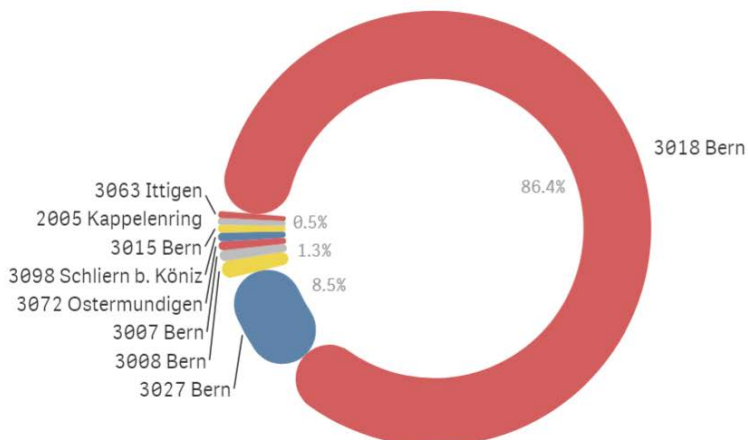
### MidnightSports Bern Ost



### MidnightSports Bern Bethlehem



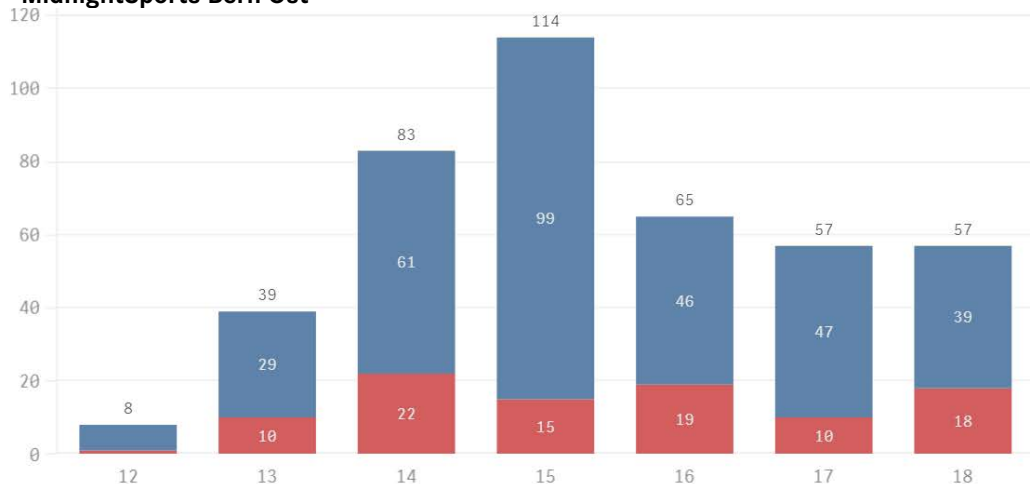
### MidnightSports Bern Bümpliz



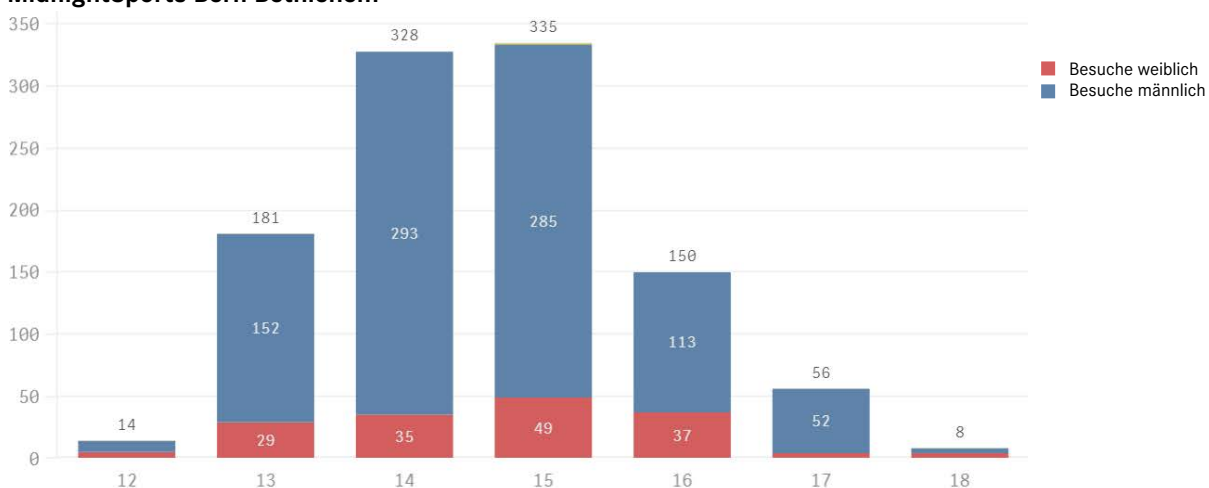
### Altersverteilung der Teilnehmenden

In allen drei MidnightSports ist die Gruppe der Teilnehmenden, welche 14 und 15 Jahre alt sind, am grössten. Auffallend hoch sind die Teilnahmezahlen der 17- und 18-Jährigen des MidnightSports Bern Ost im Vergleich zu den anderen zwei Projektstandorten.

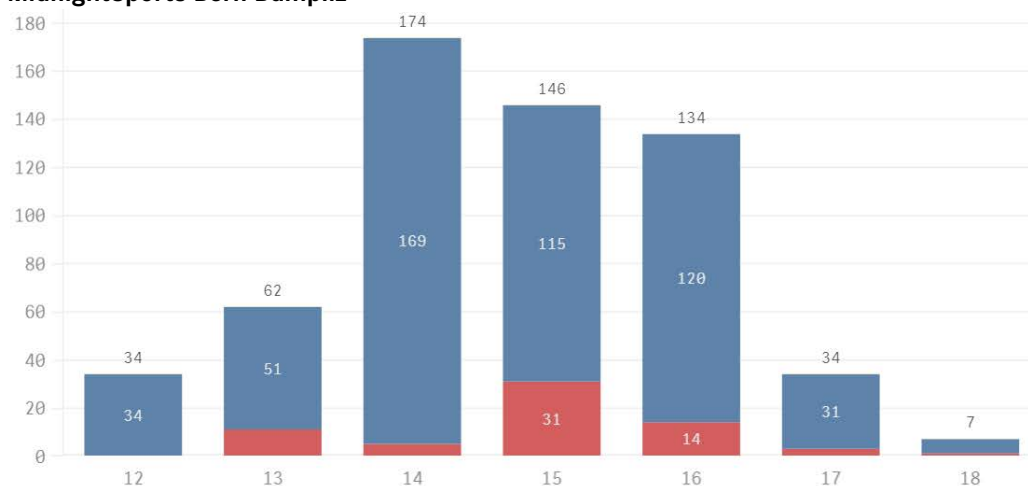
#### MidnightSports Bern Ost



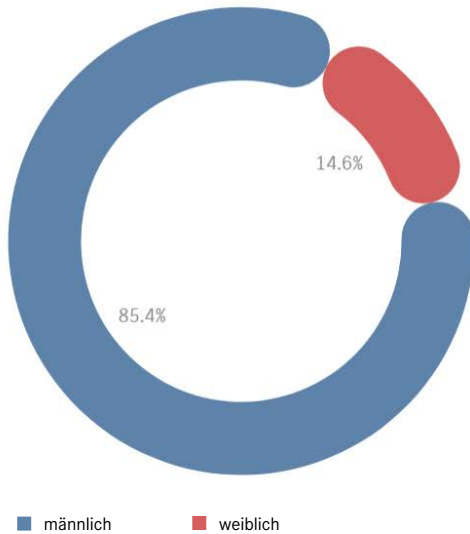
#### MidnightSports Bern Bethlehem



#### MidnightSports Bern Bümpliz



## Geschlechterverteilung



Der Mädchenanteil lag diese Saison bei 14.6 %. Der Anteil liegt damit 2.5% unter dem letztjährigen Teilnehmerinnenanteil (\*2022/23: Mädchenanteil 17.1%). Besonders im MidnightSports Bern Bümpliz konnten weiterhin wenig Mädchen erreicht werden. Erfreulicherweise zeigt die Statistik auf Ende Saison eine leichte Tendenz nach oben. Im Projekt Bümpliz sind zudem entsprechende Massnahmen für die nächste Saison angedacht.

## Auswertung CoachProgramm

Insgesamt wurden diese Saison 306 Einsätze von Coachs gemacht, welche für die Durchführungen der Veranstaltungen verantwortlich waren. Viele Juniorcoachs bleiben als Seniorcoachs im Projekt und bringen den Projekten die nötige Stabilität.

Einsätze	Bern Ost	Bethlehem	Bümpliz	Total
<b>Bezeichnung</b>				
Juniorcoachs und Juniorseniorcoachs	99	70	85	254
Seniorcoachs	15	23	14	52
<b>Total Einsätze</b>	<b>114</b>	<b>93</b>	<b>99</b>	<b>306</b>

Auf diese Saison hin wurde das CoachProgramm extern evaluiert (siehe Wirkungsmessung im CoachProgramm S.12). Weitere Informationen finden sie auf unserer Homepage.

«Ich habe den Bystander- und den Teamkurs gut gefunden. Sie waren spannend und hilfreich.»

Mohamed, Seniorcoach MidnightSports Bümpliz

«Das MidnightSports war mega cool! Als Juniorseniorcoach war es schön zu sehen, wie die Teilnehmenden beim Spielen Einsatz gaben und viel Spass hatten.»

Francesco, Juniorseniorcoach MidnightSports Bern Ost

\*siehe Statistik «MidnightSports Stadt Bern Saisonschlussbericht 2022/23 - S.11»

# News aus der Stiftung

In der Saison 2023/24 standen bei IdéeSport innerhalb der bestehenden Programme sowie in anderen Bereichen viele spannende Entwicklungsschritte an. Nachfolgend werden einige davon aufgeführt. Weitere Informationen sind im Stiftungsbericht oder online zu finden.

## ActiveWeek: Ferienangebot für Primarschüler\*innen

Das «MoveYourSummer»-Programm von IdéeSport heisst neu «ActiveWeek». Ursprünglich als Antwort auf die Covid-19-Pandemie gestartet, bietet es aktive Bewegungswochen für Kinder im Primarschulalter während des ganzen Jahres. Das Konzept bleibt gleich, mit Fokus auf polysportive Aktivitäten, Kontakt unter Gleichaltrigen sowie Bewegungsförderung. Die Familien werden zudem in der Vereinbarkeit von Familie und Beruf sinnvoll und finanzierbar unterstützt.

## Ressourcen stärken, psychische Gesundheit fördern

In der dritten Saison in Folge bilden sich die IdéeSport-Coachs spezifisch in Fragen der Suchtprävention und der Gesundheitsförderung, sowohl psychisch wie auch physisch, weiter, um die Ressourcen der Jugendlichen, welche die MidnightSports-Projekte besuchen, in diesen Kompetenzen zu fördern. Die Zielgruppe Jugendliche wird mit dem «Peer-to-Peer»-Ansatz im MidnightSports, EverFresh als auch dem CoachProgramm systematisch und ergänzend zu Schule und Familie erreicht. Auch im nationalen Kurswesen ist die psychische Gesundheit verankert. Weitere Schritte in diesem Bereich sind geplant.

## Wirkungsmessung im CoachProgramm

Das CoachProgramm wurde vom Forschungs- und Beratungsbüro Ecoplan evaluiert und die Ergebnisse können sich sehen lassen: Das Programm bietet den Jugendlichen einen Rahmen zur persönlichen, gesundheitsförderlichen Entwicklung und zum Übergang in die Berufsausbildung, ergänzend zu den überfachlichen Kompetenzen des Lehrplans 21. Es fördert Lebenskompetenzen in einer praxisorientierten Umgebung, unterstützt beim Übergang in die Berufsausbildung, stärkt die persönliche Resilienz und bietet einen ausserschulischen Lern- und Erfahrungsraum.

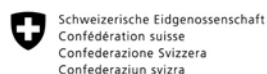


Aktueller Stiftungsbericht unter  
[ideesport.ch/publikationen](https://ideesport.ch/publikationen)

# Wertvolle Zusammenarbeit

Um solche Angebote langfristig zu ermöglichen, bedarf es diverser engagierter Personen und Institutionen. Ihre Unterstützung und ihr Wohlwollen haben entscheidend zur Durchführung der MidnightSports 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 Peyer (Hauswart Schulhaus Tscharnergut)
- Michel Clémençon (Schulleitung Schule ECLF)
- Alex Roulin (Hauswart Schule ECLF)
- Bastian Stalder (Schulleitung Schule Bümpliz)
- László Kobrehel (Hauswart Schulhaus Bümpliz)
- Quartierkommission Bümpliz-Bethlehem (QBB)
- Trägerverein für die offene Jugendarbeit der Stadt Bern (toj)
- Matthias Spätig (Pinto Bern)
- Aurelia Golowin (Kritische Bildung Bern)
- Kantonspolizei Bern



Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
Bundesamt für Gesundheit BAG



Mit finanzieller Unterstützung des Bundes im Rahmen  
des Kinder- und Jugendförderungsgesetzes (KJFG)



Burgergemeinde  
Bern



Beisheim Stiftung

Sowie weiteren Partner\*innen: [ideesport.ch/partnerschaften](https://ideesport.ch/partnerschaften)



# Anhang

## Anhang 1: Wulchi 09/23

### MidnightSports, OpenSunday, MiniMove

Ab dem Wochenende vom 21. und 22. Oktober öffnen die Sporthallen Tscharnergut, Bümpliz, Kleefeld und Brünnen wieder für die Bewegungs- und Begegnungsprojekte der Stiftung IdéeSport. Die gemeinsamen Projekte von Familie & Quartier Stadt Bern, dem Sportamt Stadt Bern und der Stiftung IdéeSport sind für alle Teilnehmenden gratis. Eine Anmeldung ist nicht nötig.

#### «MidnightSports» für Jugendliche

Im MidnightSports treffen sich Jugendliche ab der 7. Klasse bis 17 Jahre in Bümpliz und Bethlehem jeweils am Samstagabend von 20–23 Uhr in den Sporthallen, wo ihnen ein kostenloser Raum für verschiedene sportliche Aktivitäten und gemeinsames «Chillen» angeboten wird. Es ist ein Angebot von Jugendlichen für Jugendliche: Junge Coaches prägen und gestalten das Programm aktiv mit. Ein Kiosk sorgt für die nötige Verpflegung und Musik bringt den richtigen Schwung in die Veranstaltungen. Für die Jugendlichen ist es ein Treffpunkt, wo sie ihren Samstagabend geniessen können. Für alle Jugendliche ab der Oberstufe bis 17 Jahre in der Sporthalle Tscharnergut, Fellerstrasse 18 und Sporthalle Sekundarschule Bümpliz, Bümplizstrasse 152, jeden Samstag, 20–23 Uhr. Sportbekleidung, Hallenschuhe nicht vergessen. Kostenlos und ohne Anmeldung!

#### «OpenSunday» für Kinder im Primarschulalter

Das sportpädagogische Projekt für Kinder der 1. - 6. Klasse bietet während den kalten Wintermonaten immer sonntags von 13.30–16.30 Uhr in den Sporthallen der Schule Schwabgut eine kostenlose Bewegungsmöglichkeit. Das niederschwellige Projekt fördert die Bewegung und das Zusammensein der Kinder. Neben Spiel, Sport und Spass erhalten die Kinder ein kostenloses Zvieri.



Für Kinder zwischen 6 bis 12 Jahren in der Sporthalle Kleefeld, Mädergutstrasse 58, jeden Sonntag, 13.30–16.30 Uhr. Sportbekleidung, Hallenschuhe, Trinkflasche und Telefon-

nummer der Eltern mitnehmen. Gratis, ohne Anmeldung!

#### «MiniMove» für jüngere Kinder mit ihren Eltern

Das «MiniMove» ist ein Bewegungs- und Begegnungsprojekt für Kinder von zwei bis sechs Jahren. Die Kinder werden von ihren Eltern oder Bezugspersonen begleitet. Über das Winterhalbjahr werden die Türen der Sporthallen Brünnen jeden Sonntag, von 14.30–17 Uhr für interessierte Familien geöffnet. In verschiedenen Bewegungslandschaften und Spielen können sich die Kinder austoben, was gleichzeitig ihre motorischen Fähigkeiten fördert. Die Erwachsenen haben zudem die Gelegenheit, sich im Elterncafé auszutauschen und sich für einen Moment zurückzuziehen. Auch im «MiniMove» erwartet die Kinder jeweils ein gesundes «Zvieri». Für alle Kinder zwischen 2 bis 6 Jahren in der Sporthalle Brünnen, Billeweg 5, jeden Sonntag, 14.30–17 Uhr, Hallenschuhe mitnehmen.

# Anhang

## Anhang 1: Bümplizwochen 10/23

«MIDNIGHT SPORTS», «OPEN SUNDAY» UND «MINIMOVE»

# Sporthallen für Kinder, Jugendliche und Familien



Kinder und Jugendliche im Turnhallen-Training. | Foto: zvg

Mit dem Sommerende rückt der Hallensport wieder mehr in den Fokus der Aufmerksamkeit. Ein spannendes Angebot lanciert per 21. Oktober die Stiftung «Idée Sport»: An den Standorten Bümpliz, Kleeefeld, Brünnen sowie dem Tscharnergut-Schulhaus finden Kinder und Jugendliche kostenlose Hallensport-Angebote und Jugendtreffs.

Für Jugendliche ab der 7. Klasse und bis 17-jährig geht es bei Mid-

nigtSports ans Reck. Nebst dem Körpertraining plaudern, chillen und entspannen die Sportskanonen im dafür angebotenen Raum. Vor Ort sind junge Coaches, die bei Fragen da sind, begleiten und sich von der Fröhlichkeit anstecken lassen. Ein Kiosk sorgt für die Verpflegung, die Musik bestimmen die Anwesenden selbst. Zeit und Ort, jeweils Samstags, 20 – 23 Uhr, in Bümpliz und Bethlehem.

**OpenSunday für Kinder**  
Sonntags von 13.30 – 16.30 Uhr

geht es für die Kids ab: Auf den Turnflächen der Schule Schwabgut fördert ein niederschwelliges Angebot die Bewegung und das Zusammensein. Und wer sich so richtig ausgetobt, gelacht und geschwitzt hat, nimmt ein Zvieri und das «ersch no gratis».

### MiniMove für die Kleinsten

In Brünnen gibt es für die Vorschulalter-Kleinsten und deren Begleitpersonen den MiniMove, ebenfalls ab 21. Oktober jeweils Sonntags von 14.30 – 17 Uhr: Auf Bewegungslandschaften und bei Sportspielen toben sich die «Minis» aus und gehören so schon bald zu den grossen. Auch für sie steht Spels und Trank bereit und im Elterncafé wollen Eltern mehr voneinander wissen, währenddem sie ihre Schätze wohlbehütet und aktiv wissen. PD/RB

### EINFACH ERKLÄRT

Ab Samstag, dem 21. Oktober, gibt es in den Turnhallen in Bümpliz, dem Kleeefeld, in Brünnen sowie dem Tscharnergut-Schulhaus gratis Sportmöglichkeiten für Kinder, deren Familien und Jugendlichen.

# Anhang

## Anhang 2: Quavier 112/23 S.15

### Regelmässig

**ab 21.10. MidnightSports Bern Ost** | offene Sporthalle für Jugendliche ab Oberstufe bis 17 J. | Sa 20–23 Uhr | Sporthalle ECFL, Jupiterstr. 2

**ab 22.10. Open Sunday Bern Manuel** für Kinder 1.–6. Kl. | So 13.30–16.30 Uhr | Sporthallen Manuel-Schule | Info [www.ideesport.ch](http://www.ideesport.ch)

## Anhang 3: Jupi 03/23 S.38

### «MidnightSports Bern Ost und OpenSunday Bern Manuel»

#### «MidnightSports» für Jugendliche

Im MidnightSports treffen sich Jugendliche ab der 7. Klasse bis 17 Jahre jeweils am Samstagabend von 20.00 – 23.00 Uhr in den Sporthallen der Schule ECFL für sportliche Aktivitäten und um gemeinsam die Zeit zu geniessen. Ein Kiosk sorgt für die nötige Verpflegung und Musik bringt den richtigen Schwung in die Veranstaltungen. Für die Jugendlichen ist es ein suchtmittelfreier Treffpunkt, in welchem sie den Samstagabend verbringen können. Das Angebot ist kostenlos.

#### «OpenSunday» für Kinder im Primarschulalter

Das sportpädagogische Projekt für Kinder der 1. - 6. Klasse bietet während den kalten Wintermonaten in der Stadt Bern immer sonntags, von 13.30 - 16.30 Uhr in den Sporthallen der Schule Manuel, eine kostenlose Bewegungsmöglichkeit. Das niederschwellige Projekt fördert die Bewegung und das Zusammensein der Kinder. Neben Spiel, Sport und Spass 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 ECFL, Jupiterstrasse 2, Wittigkofen  
Wann: Jeden Samstag, 20.00 bis 23.00 Uhr, 21.10.2023 bis 23.03.2024 (keine Veranstaltung in den Weihnachtsferien)  
Mitnehmen: Turnkleider, 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, 22.10.2023 bis 24.03.2024 (keine Veranstaltung in den Weihnachts- und Sportferien)  
Mitnehmen: Turnkleider, Sportschuhe, Trinkflasche und Telefonnummer der Eltern  
Kostenlos & ohne Anmeldung!



# Anhang

Anhang 1: Könizer Zeitung 01/24 (Seite 1)

**GESELLSCHAFT**  
**MidnightSports bewegt Jugendliche**  
Offene Sporthallen während den Wintermonaten



Bei MidnightSports können Jugendliche gemeinsam Sport treiben, aber auch «chillen». Hier in zwei Stadtberner Turnhallen. | Fotos: zvg/Stiftung IdéeSport

*Priska Iseli*  
**KÖNIZ –** Jeweils ab Ende Oktober und für ein halbes Jahr öffnen in Köniz die Sporthallen für die Jugendlichen. MidnightSports bietet den Teilnehmenden einen «Wohlfühlort»: Sie können sich an einem trockenen, warmen und geschützten Ort treffen, sich sportlich austoben und gestalten sogar das Abendprogramm mit.

Bereits seit 2014 findet auch in Köniz MidnightSports statt. Das Projekt ist eine Idee von IdéeSport. Die Stiftung öffnet schweizweit Räume für Bewegung und Begegnung und setzt sich für Suchtprävention, Gesundheitsförderung und gesellschaftliche Integration ein. MidnightSports ist eines von weiteren Angeboten der Stiftung. 1999 entstand IdéeSport, aus dem Anlass, ein Angebot anzubieten – damals als Midnight Basketball. Daraus ergab sich das heutige MidnightSports.

**Räume für die Jungen**  
Der Bedarf sei gross gewesen, etliche Jugendliche hätten teilgenommen, erzählt Claude Knöpfel von der Stiftung IdéeSport. Daraus haben sie gemerkt, dass Räume für Jugendliche, die noch nicht 18 Jahre alt sind und so keine Möglichkeit haben, sonst irgendwo hinzugehen, geschaffen werden müssen. Räume, worin sie sich, vor allem während den kalten Wintermonaten, frei und bedenkenlos bewegen können. «Die Jugendlichen brauchen einen Ort, wo sie «sein dürfen». Man kann nicht nur

# Anhang

## Anhang 1: Könizer Zeitung 01/24 (Seite 2)

jammern und ausrufen, sie würden die Nachbarschaft stören, herumjohlen und einen Krach machen», erklärt Knöpfel. «Zudem möchten wir die Jugendlichen unterstützen, sie begleiten und ihnen etwas anbieten, worin sie sich selber entfalten können, Verantwortung übergeben, sie etwas machen lassen.»

### **Bedürfnis immer noch gross**

Spannend sei laut Knöpfel, dass seit 24 Jahren, trotz der ganzen Digitalisierung und all den Entwicklungen und Veränderungen, die es während dieser Zeit gegeben hat, der Bedarf nach «sich treffen, Sport treiben, chillen» nach wie vor stark prägend sei. An einem Abend werden durchschnittlich 30 bis 60 Teilnehmende gezählt; Jugendliche, die sich sonst teilweise überhaupt nicht kennen, finden zusammen. Alle sind willkommen, unabhängig von sozialem Status, der Herkunft oder Kultur. Zudem ist das Angebot kostenlos. Midnight Sports gibt es schweizweit, in drei Sprachregionen, aktuell an 105 Standorten.

### **Jugendliche gestalten mit**

Ein weiterer wichtiger Punkt in diesem Projekt sei es, dass die Jugendlichen selbst aktiv werden. Jugendliche Coaches und junge Erwachsene organisieren die Veranstaltungen, betreuen die Teilnehmenden, gestalten die Aktivitäten und sorgen für einen reibungslosen Ablauf. Das macht Spass und fördert zudem die Sozial- und Selbstkompetenzen im ausserschulischen Bereich. Sie übernehmen Verantwortung und sammeln erste Arbeitserfahrungen. Dabei haben die jungen Coaches auch die Möglichkeit, die von IdéeSport angebotenen Halbtages- und Tageskurse zu besuchen und sich auf diese Art und Weise weiterzubilden. Am Ende der Saison erhalten alle eine Arbeitsbestätigung, welche einer Bewerbung beigelegt werden kann und sie so in der Lehrstellensuche unterstützen soll.

### **■ INFO:**

Durchführungsort Sporthalle Hessgut,  
jeweils samstags von 20 bis 23 Uhr.  
[www.ideesport.ch](http://www.ideesport.ch)