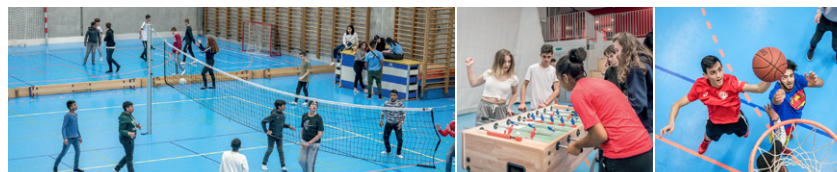


MidnightSports bewegt schweizweit Jugendliche am Samstagabend



Seit 25 Jahren öffnet MidnightSports schweizweit während des Winterhalbjahrs Sporthallen, damit sich Jugendliche am Samstagabend für Sport, Spiel und soziale Aktivitäten treffen können. Die Veranstaltungen sind partizipativ: Teilnehmende und Coaches haben Mitsprachemöglichkeit bei der Gestaltung.

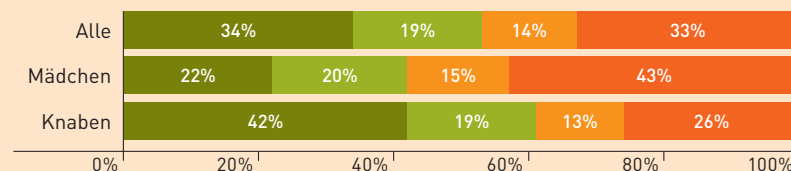


MidnightSports leistet einen beachtlichen Beitrag zur Erfüllung der Bewegungsempfehlungen.



Knaben verbringen 61% (rund 80 Minuten) der Zeit bei MidnightSports mit Aktivitäten, die sie zum Schwitzen oder leicht ausser Atem bringen. Bei den **Mädchen sind es 42%** (knapp 50 Minuten) der Zeit.

Anteil der mit einer Aktivität verbrachten Zeit in Prozent, nach Geschlecht



- Aktivitäten, die dich zum Schwitzen bringen (z. B. Fussball, Basketball, Rennen)
- Aktivitäten, die dich leicht ausser Atem bringen (z. B. Volleyball, Tischtennis-Rundlauf, Gehen)
- stehend (Tischfussball, Körbe werfen)
- sitzend oder liegend

71% der teilnehmenden Knaben und **35% der teilnehmenden Mädchen** bewegen sich während MidnightSports während mindestens einer Stunde.

59% der Jugendlichen geben an, sich durch MidnightSports an einem Samstagabend mehr zu bewegen, als sie dies sonst tun würden.

Reichweite Saison 2023/24



- 100** Standorte in der ganzen Schweiz
- 2 108** MidnightSports-Veranstaltungen
- 77 422** Besuche
- 20 000** teilnehmende Jugendliche

Einschätzung der Jugendlichen



- 93%** nehmen mehrmals an MidnightSports-Veranstaltungen teil.
- 92%** beurteilen MidnightSports als (sehr) gut.
- 78%** nehmen teil, um Freund*innen zu treffen.
- 77%** gefällt an MidnightSports, dass sie selbst entscheiden können, was sie machen möchten.

Fazit



Die Evaluation zeigt, dass MidnightSports einen **wichtigen Beitrag zur Bewegungsförderung** leistet, auch weniger bewegungsaffine Jugendliche anspricht, sich **in drei Sprachregionen** der Schweiz etablieren konnte und in den Gemeinden eine **beachtliche Reichweite** erzielt.

Zielgruppenerreichung



MidnightSports ...

... erreicht eine beachtliche Zahl von **«Bewegungsmuffeln»** und motiviert einen Teil dieser Gruppe dazu, den Samstagabend aktiv zu verbringen.

... wird von vielen Jugendlichen mit **Migrationshintergrund** besucht. Ihr Anteil beträgt rund **50%**.

... spricht **Knaben stärker an als Mädchen**. Der Mädchenanteil beträgt **30%**.



Mehr Infos zu
MidnightSports
midnightsports.ch

Quelle: L&S SFB AG (2024).
Evaluation «MidnightSports».
Schlussbericht und Faktenblatt.

Wankdorffallee 5, CH-3014 Bern
Tel. +41 31 350 04 04
office.bern@promotionsante.ch

Avenue de la Gare 52, CH-1003 Lausanne
Tel. +41 21 345 15 15
office.lausanne@promotionsante.ch

www.gesundheitsfoerderung.ch
www.promotionsante.ch
www.promozionesalute.ch