



## Generationen in Bewegung (GiB)

Jeweils am Montagnachmittag, ausser während den Schulferien, trafen sich seit Oktober 2018 im Gemeindesaal eine Gruppe Bewohnerinnen und Bewohner mit einer Gruppe Kinder aus dem Kindergarten Claramatte zum gemeinsamen Bewegen, Turnen und Spielen.

In den ersten Stunden waren die Kinder noch etwas scheu und zurückhaltend. Von Mal zu Mal wurden sie mutiger und das Vertrauen zu den Bewohnern nahm zu. Lebendig, manchmal auch wild, ging es zu und her. Alle Beteiligten genossen diese Stunden sehr.

In das Leben gerufen hat dieses Projekt Frau Alice Minghetti (28J.), die für das Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit der Universität Basel in einer Studie (Doktorarbeit) die psychischen und physischen Effekte von intergenerativer Bewegungs- und Gesundheitsförderung untersucht.

### **Alice, weshalb hast du dir dieses Thema für deine Doktorarbeit ausgewählt?**

Nach meinem Studium der Sportwissenschaften bekam ich eine Anstellung beim Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit der Universität Basel. Ich habe festgestellt, dass es noch nie zuvor wissenschaftliche Messungen in diesem Bereich gab. Zudem gefiel mir die Kombination von Wissenschaft und Praxis.

### **Was steckt eigentlich hinter einer solchen Studie?**

Ein ganzes Team von Studenten tragen aktiv mit, da eine Studie in diesem Ausmass gar nicht alleine zu bewältigen wäre. Neben dem

Wesley Haus lief das Projekt gleichzeitig noch an einem anderen Standort in Basel. Zwei weitere Gruppen nur mit Kindern und zwei Gruppen mit betagten Menschen, gab es auch gleichzeitig als Vergleichsgruppen. Bevor die Studie startklar war, habe ich die Studenten ausgebildet. Sie sollten Erfahrungen im Bewegungsbereich mit betagten Menschen machen, um gut vorbereitet zu sein.

### **Was hat die Studie bei dir ganz persönlich ausgelöst?**

Viel Freude und Begeisterung! Dann habe ich aber auch gemerkt, dass ich selber wenig Bezug zu alten Menschen habe. Meine Grossmütter leben in Italien und Amerika. Deshalb reiste ich zwischen Weihnachten und Neujahr zu meiner Grossmutter nach Italien. Mir wurde bewusst, wie kostbar es ist den Kontakt zu den Grossmüttern zu pflegen.

### **Jetzt am Ende des Projekts: wie ist dein Resümee?**

Meine Erwartungen wurden alle völlig übertroffen. Ich bin sehr beeindruckt von der Entwicklung, die alle gemacht haben. Das Vermitteln von Freude und Bewegung ist mehr als gelungen.

Auch freut es mich sehr, dass es im August eine Fortsetzung geben wird, organisiert von der Kindergärtnerin des Claramatte-Kindergartens und Frau Büttiker. Ich kann sagen, ich bin stolz auf das, was ich gemacht habe. Wir vom Wesley Haus sind sehr zufrieden und danken Alice Minghetti von ganzem Herzen, dass sie auch uns, durch ihre Studie, die Türen geöffnet hat für die regelmässige Zusammenarbeit mit Kindern.

*Isabelle Büttiker*