

## Medienmitteilung

# Sportheldinnen erobern die Schweiz

Olten, 26. Februar 2025 – **IdéeSport stellt in den kommenden Monaten in der Schweiz den Frauensport ins Zentrum und zeigt mit ihrem Projekt «Sportheldinnen» die Vielfalt im Frauen- und Mädchensport in der Schweiz. Das Projekt Sportheldinnen startet im März schweizweit mit dem ersten Monat der Sportheldinnen.**

Die Stiftung IdéeSport lanciert das Projekt **Sportheldinnen** und macht damit die Vielfalt im Frauen- und Mädchensport in der Schweiz sicht- und erlebbar. Weibliche Vorbilder aus dem Sport zeigen, dass jedes Mädchen und jede Frau eine Sportheldin sein kann – unabhängig von sportlicher Leistung, des kulturellen Hintergrunds oder der äusserlichen Erscheinung. Dank den Sportheldinnen sehen Mädchen und junge Frauen die sportliche Vielfalt und werden selbst aktiv. Das Projekt wird von der Stiftung IdéeSport organisiert und durchgeführt. Unterstützt wird es vom Bundesamt für Sport (BASPO), dem Charity Partner Plan International Schweiz sowie diversen Host Cities und Kantonen der Fussball-Europameisterschaft der Frauen 2025.

### Der März im Zeichen des Frauensports

Das Projekt startet im März mit dem ersten **Monat der Sportheldinnen**. IdéeSport initiiert den Aktionsmonat an ihren 180 Projektstandorten in der ganzen Schweiz. Zahlreiche Sportlerinnen aus dem Leistungs- und Breitensport werden zu Sportheldinnen und stellen Kindern und Jugendlichen ihre Sportart und ihre Motivation für den Sport an verschiedenen Veranstaltungen vor. Die Sportheldinnen werden für die Teilnehmerinnen zu realistischen Vorbildern, vermitteln ein positives Bild vom Sport und motivieren die Kinder und Jugendlichen zu mehr Sport und Bewegung.

### Es fehlt an Vorbildern

Mädchen und junge Frauen sind im Vergleich zu gleichaltrigen Jungen weniger sportlich aktiv. Ein Grund dafür ist, dass im Sport weibliche Vorbilder stark untervertreten sind. Vorbilder sind für Kinder und Jugendliche aber besonders wichtig, da sie Orientierung bieten und die Entwicklung massgeblich beeinflussen können. Ausserdem herrschen in vielen Sportarten geschlechterspezifische Stereotypen. Die Stiftung IdéeSport setzt sich mit ihren Sportheldinnen dafür ein, dass langfristig jede Sportart für alle gleich zugänglich und frei von stereotypischen Zuschreibungen ist.

### Ein kostenloses Sammelheft

Zusätzlich zu den Veranstaltungen bringt IdéeSport im Rahmen des Projekts das **Sportheldinnen-Sammelheft** heraus. Passend zur Fussball-Europameisterschaft der Frauen im Sommer 2025 in der Schweiz wird das Prinzip der bekannten Fussballsammelhefte aufgenommen. Das Sammelheft portraitiert Sportlerinnen aus der ganzen Bandbreite der Sportarten und Leistungsniveaus – und zeigt dadurch, dass jedes Mädchen und jede Frau eine Sportheldin sein kann. Mädchen werden dazu motiviert und befähigt, den Sport auszuüben, für den sie sich wirklich interessieren. Alle Sticker und das Heft sind kostenlos und über Gemeinden, Schulen, Tagesstrukturen, Bibliotheken, Vereine, IdéeSport-Projekte und viele weitere Partner\*innen zugänglich.

---

## **Über IdeeSport**

Die Stiftung IdeeSport ist überzeugt, dass Gesundheit und Selbstbestimmung zentrale Elemente für eine starke und vielfältige Gesellschaft sind. Seit 25 Jahren realisiert sie deshalb Programme, welche Menschen bewegen und verbinden. Dazu gehören MidnightSports, OpenSunday, Mini-Move, und ActiveWeek. Die Projekte sind für alle zugänglich – unabhängig von Herkunft, sozio-ökonomischem Status oder Fähigkeiten. Sie ermöglichen den Teilnehmenden, Verantwortung für ihre Gesundheit zu übernehmen und aktiv die Gesellschaft mitzugestalten.

An ihrem Hauptsitz in Olten und in den Regionalbüros in Lausanne und Lamone beschäftigt die Stiftung rund 55 Mitarbeitende. Sie ist in 21 Kantonen tätig und bewegt jährlich über 160'000 Menschen. Das CoachProgramm ist das Herzstück aller Programme, welches jungen Menschen ein förderorientiertes Lernfeld für erste Arbeitserfahrungen bietet. In den Projekten stehen jährlich mehr als 2'600 Jugendliche und junge Erwachsene im Einsatz. Finanziert werden die Projekte von IdeeSport über Beiträge von Bund, Kantonen, Gemeinden und durch Spenden und Stiftungen.

---

### **Für weitere Informationen:**

Melanie Meyer, Kommunikation und Medien  
Tel. 062 286 01 66 | [melanie.meyer@ideesport.ch](mailto:melanie.meyer@ideesport.ch) |  
[www.sportheldinnen.ch](http://www.sportheldinnen.ch) | [www.ideesport.ch](http://www.ideesport.ch)