

Medienmitteilung

Schweiz im Sammelfieber: Das erste Sportheldinnen-Sammelheft jetzt verfügbar

Olten, 15. April 2025 – Das neu erschienene Sportheldinnen-Sammelheft der Stiftung IdéeSport ist jetzt kostenlos an über 500 Abgabestellen erhältlich und zeigt 90 inspirierende Sportheldinnen aus der ganzen Schweiz. Ihre Geschichten machen Mut, motivieren insbesondere Mädchen zu mehr Bewegung und zeigen, dass Sport für alle zugänglich ist. Mit Sportheldinnen-Events hat IdéeSport bereits im vergangenen Monat die Förderung des Frauen- und Mädchensports gezielt in den Fokus gerückt. Auch in den kommenden Monaten finden an verschiedenen Bezugsorten der Sammelhefte Events statt – unter anderem mit Olympiasiegerin Michelle Gisin.

Die Stiftung IdéeSport lancierte im März das Sportheldinnen-Sammelheft. Passend zur Fussball-Europameisterschaft der Frauen im Sommer 2025 wird das Prinzip der bekannten Fussballsammelhefte aufgenommen. Das Sportheldinnen-Sammelheft porträtiert Frauen und Mädchen aus über 50 verschiedenen Sportarten – vom Breiten- bis hin zum Leistungssport. Das Heft macht die Vielfalt weiblicher Sportvorbilder sichtbar und zeigt, dass Sportlerinnen nicht nur durch ihre Leistung, sondern auch durch Mut, Ausdauer und Leidenschaft inspirieren.

Das Sammelheft erzählt persönliche Geschichten von Sportlerinnen aus unterschiedlichen Regionen der Schweiz. Zu den porträtierten Sportheldinnen gehören zum Beispiel Profi-Skifahrerin Camille Rast, Alt-Bundesrätin Viola Amherd oder die 9-jährige Schwingerin Stephanie Itten. Stephanies grosse Unterstützung ist ihre Mutter: "Wenn es mal nicht so läuft, dann ist sie da und motiviert mich." Im Heft werden auch Themen wie Behinderung, Fluchterfahrung oder psychische Gesundheit angesprochen. Ergänzend steht ein Leitfaden für Bezugspersonen zur Verfügung, der diese Inhalte aufnimmt und vertieft. Neben den Porträts der Sportheldinnen bietet das Heft Rätselspass, zahlreiche Sticker und weitere spannende Inhalte.

Jetzt kostenlos erhältlich

Das Sportheldinnen-Sammelheft wurde im März in den Projekten von IdéeSport lanciert und hat bei etlichen Kindern das Sammelfieber ausgelöst. Weiter geht das Sammeln und Tauschen der Stickers in Schulen, Tagesstrukturen, Bibliotheken, Vereinen und vielen weiteren Partner*innen schweizweit. Stand heute sind bereits über 500 Abgabestellen Teil dieses Projekts und es werden täglich mehr. In den nächsten Monaten werden über 30'000 kostenlose Hefte mit dazugehörigen Stickers verteilt.

Sportheldinnen erobern die Schweiz

Im März 2025 begeisterten über 300 Sportheldinnen die Schweiz. An rund 180 Projektstandorten der Stiftung IdéeSport fanden insgesamt über 240 Sportheldinnen-Events statt. Durch den direkten Austausch mit den Sportheldinnen erhielten die jungen Teilnehmenden Einblicke in unterschiedliche Sportarten und die Mädchen erlebten Vorbilder, mit denen sie sich identifizieren können. Diese Begegnungen leisteten einen wichtigen Beitrag dazu, geschlechterspezifische Stereotypen im Sport aufzubrechen und mehr Mädchen sowie junge Frauen für Bewegung zu begeistern.

Auch in den kommenden Monaten sorgt das Sportheldinnen-Projekt für zahlreiche inspirierende Momente. Sportheldinnen besuchen verschiedene Bezugsorte der beliebten Sportheldinnen-Sammelhefte – darunter Schulen, Bibliotheken und Jugendtreffs – und treten dort direkt mit Kindern in Kontakt.

Ein besonderes Highlight erwartet uns im Mai: Olympiasiegerin Michelle Gisin besucht im Rahmen des Sportheldinnen-Projekts eine Schulklasse und gestaltet einen ermutigenden Event mit den Kindern.

Michelle Gisin liegt die Förderung von Mädchen im Sport am Herzen. Sie sagt: "Ich möchte anderen Mädchen zeigen, dass es nichts Schöneres gibt als stark und selbstständig zu sein. Der Sport hat mir genau diese Eigenschaften geschenkt."

Über das Projekt Sportheldinnen

Anfang März hat die Stiftung IdéeSport das Projekt Sportheldinnen lanciert. 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 wurde von der Stiftung IdéeSport initiiert und durchgeführt. Unterstützt wird es vom Bundesamt für Sport (BASPO), der Charity Partnerin Plan International Schweiz sowie diversen Host Cities und Kantonen der Fussball-Europameisterschaft der Frauen 2025.

Es fehlt an Vorbildern

Studien belegen: Mädchen und junge Frauen sind im Vergleich zu gleichaltrigen Jungen weniger sportlich aktiv. Einer der Gründe 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, sie werden in der Gesellschaft immer noch als «männlich» oder «weiblich» angesehen. Die Stiftung IdéeSport setzt sich mit ihren Sportheldinnen dafür ein, dass langfristig jede Sportart für alle gleich zugänglich und frei von stereotypischen Zuschreibungen ist.

Über IdéeSport

Die Stiftung IdéeSport 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, PeerPower, OpenSunday, MiniMove 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 IdéeSport über Beiträge von Bund, Kantonen, Gemeinden und durch Spenden und Stiftungen.

Für weitere Informationen:

Reto Mayer, Projektleiter Sportheldinnen

Tel. 062 286 01 36 | reto.mayer@ideesport.ch |
www.sportheldinnen.ch | www.ideesport.ch