



Faktenblatt 136

Evaluation des Projekts «Youp'là bouge – Krippen in Bewegung» 2025

Abstract

Das Projekt «Youp'là bouge» fördert die tägliche Bewegung in Kindertagesstätten (Krippen, Horte und Kindergärten) und trägt zur Förderung der psychischen Gesundheit bei. Auf der Grundlage der Bewegungsempfehlungen des Bundes für Kleinkinder verleiht «Youp'là bouge» ein Label an Betreuungseinrichtungen, die die entsprechenden Kriterien erfüllen.

Das Projekt wurde 2009 lanciert und hat sich seit 2012 in den Kantonen Bern, Jura, Neuenburg, Wallis und Waadt zu einem Qualitätslabel entwickelt. Die Finanzierung erfolgt durch Gesundheitsförderung Schweiz und die Kantone im Rahmen der kantonalen Aktionsprogramme (KAP) und der Projektförderung KAP. Das Angebot «Youp'là bouge» umfasst einen zweijährigen Grundausbildungsprozess für die Einführung des Projekts in der Kinderbetreuungseinrichtung sowie eine Begleitung der mit dem Label ausgezeichneten Einrichtungen. Gesundheitsförderung Schweiz hat die Büros Interface Politikstudien in Lausanne und Ecoplan in Bern mit der Evaluation dieses Projekts beauftragt. Die Evaluation untersuchte die Umsetzung, die Ergebnisse sowie die Wirkungen auf die Zielgruppe (Kinder) und die Multiplikator*innen (Betreuungspersonal in Kindertagesstätten, Eltern). Die Ergebnisse zeigen, dass das Projekt bei Kindertagesstätten und Eltern sehr gut ankommt. Auch wenn sich kausale Zusammenhänge aufgrund der Rahmenbedingungen der Evaluation manchmal schwer nachweisen lassen, wurden positive Wirkungen auf das Verhalten der Kinder festgestellt.

1 «Youp'là bouge – Krippen in Bewegung»

Das Angebot «Youp'là bouge» umfasst einen zweijährigen Grundausbildungsprozess zur Lancierung des Projekts in der Kinderbetreuungseinrichtung sowie eine Begleitung der mit dem Label «Youp'là bouge» ausgezeichneten Einrichtungen.

Einrichtungen, die sich dem Projekt «Youp'là bouge» anschliessen, müssen drei Kriterien erfüllen:

- Die Kinder müssen mindestens zweieinhalb Stunden pro Tag körperlich aktiv sein können und Zugang zu Räumen haben, die diese Bewegung innerhalb der Einrichtung oder im Freien ermöglichen.

- Die Einrichtung muss mindestens eine Bezugsperson haben, die in den Grundsätzen von «Youp'là bouge» ausgebildet ist.
- Die Einrichtung muss die Eltern für die Bedeutung von Bewegung und psychischer Gesundheit sensibilisieren.

Inhaltsverzeichnis

1	«Youp'là bouge – Krippen in Bewegung»	1
2	Ausgewählte Ergebnisse	2
3	Empfehlungen	5
4	Evaluationsdesign und Vorgehensweise	6
5	Literaturverzeichnis	6

Kindertagesstätten, die mit dem Label ausgezeichnet wurden oder sich im Auszeichnungsprozess befinden, können von verschiedenen Angeboten profitieren:

- Zuweisung eines Budgets für den Kauf von Material: Die Einrichtungen erhalten im Rahmen der Auszeichnung mit dem Label einen finanziellen Beitrag für den Kauf von Material zur Bewegungsförderung.
- Besuch der Einrichtung und individuelle Beratung: Der Auszeichnungsprozess umfasst einen Besuch der Einrichtung durch eine Vertreterin oder einen Vertreter von «Youp'là bouge» sowie eine individuelle Beratung, um eine optimale Umsetzung des Projekts sicherzustellen.
- Animation an Kolloquien: Im Rahmen der Label-Auszeichnung können die Einrichtungen die Verantwortlichen von «Youp'là bouge» bitten, das Projekt bei einem Kolloquium innerhalb der Einrichtung vorzustellen, damit sich die Mitarbeitenden damit vertraut machen können.
- Grundausbildung: Die Grundausbildung umfasst fünf bis sechs halbe Ausbildungstage und ist integraler Bestandteil des Auszeichnungsprozesses einer Einrichtung. Sie wird von der oder den Referenzpersonen innerhalb der Einrichtung absolviert.
- Vertiefungsausbildung: Die Vertiefungsausbildung umfasst einen halben Schulungstag und ermöglicht die Schulung zusätzlicher Mitarbeitender einer bereits mit dem Label «Youp'là bouge» ausgezeichneten Einrichtung.
- Fachspezifische Ausbildungen: Die fachspezifischen Ausbildungen richten sich an alle Personen, die in einer mit dem Label «Youp'là bouge» ausgezeichneten Einrichtung arbeiten und ihre Kenntnisse zu bestimmten Themen vertiefen möchten.
- Interkantonaler Tag: Der von «Youp'là bouge» organisierte interkantonale Tag bringt seit 2021 alle zwei Jahre (und in den zehn Jahren zuvor jedes Jahr) Fachpersonen aus mit dem Label ausgezeichneten Kindertagesstätten zu Konferenzen und thematischen Workshops zusammen.
- Newsletter von «Youp'là bouge»: Viermal im Jahr bietet der Newsletter von «Youp'là bouge» altersgerechte Aktivitätsideen zur Förderung der Bewegung und der psychischen Gesundheit von Kindern. Zudem enthält er thematische Vertiefungen und Kooperationen mit Partner*innen.

- Unterstützung einer Veranstaltung zur Vorstellung von «Youp'là bouge» für Eltern: Eine Kindertagesstätte kann das Team von «Youp'là bouge» um Unterstützung bitten, um den Eltern den Auszeichnungsprozess vorzustellen.

Die Angebote des Projekts «Youp'là bouge» lassen sich dem folgenden Wirkungsmodell (Abbildung 1) zuordnen. Dieses beschreibt die Ressourcen, die Organisation und die Angebote des Projekts sowie die Wirkungen auf Multiplikator*innen und Kinder und den angestrebten Impact auf die Gesellschaft. Das vorliegende Faktenblatt gibt einen Überblick über die wichtigsten Ergebnisse der Evaluation sowie die daraus abgeleiteten Empfehlungen.

2 Ausgewählte Ergebnisse

Die Evaluation verfolgte drei Ziele:

- 1) eine kritische Analyse der Konzeption und der Umsetzung von «Youp'là bouge» in Kindertagesstätten,
- 2) die Ermittlung und die Dokumentation der Wirkungen der verschiedenen Massnahmen auf Kinder und Multiplikator*innen, insbesondere im Bereich der psychischen Gesundheit,
- 3) das Aufzeigen des Wirkungspotenzials des Programms.

Die Evaluation zeigt, dass das Projekt «Youp'là bouge – Krippen in Bewegung» bei den Kindertagesstätten und den Eltern sehr gut ankommt. Die in der Online-Umfrage erzielten Zufriedenheitswerte sind besonders hoch. Das Projekt, das Bewegung und die Förderung der psychischen Gesundheit miteinander verbindet, ist kohärent und stützt sich auf aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse. Die Zustimmung der Multiplikator*innen konnte nachgewiesen werden, wenngleich es sinnvoll wäre, die Eltern stärker anzusprechen.

2.1 Wirkungen auf die Kinder

Das Evaluationsteam konnte Wirkungen auf die Entwicklung des emotionalen Ausdrucks, der Selbstwirksamkeit, der sozialen Wirksamkeit und der Problemlösungsfähigkeit feststellen. Aufgrund der begrenzten Zeit vor Ort war keine formelle Evaluation möglich. Dennoch stimmen diese Ergebnisse

Wirkungsmodell des Projekts «Youp'là bouge» (vereinfachte Darstellung, von den Autor*innen erarbeitet)

Input	Umsetzung	Output «Youp'là bouge»	Outcome Multiplikator*innen	Outcome Zielgruppen	Impact auf die Gesellschaft
Personal Team «Youp'là bouge»: interkantonale Koordination, Projekt-assistent*in, Projektbegleitung (4 Personen) Materielle Zuwendungen 800 bis 1000 CHF je nach Kanton Finanzen Gesamtbudget: 597 200 CHF Kantonale Aktionsprogramme: • Ernährung und Bewegung von Kindern und Jugendlichen • Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen	Projektverantwortliche Team «Youp'là bouge»: Projektverantwortliche, Durchführung der Ausbildungen, Koordination Partner*innen Kantone (Konkordat): Jura, Neuenburg, Wallis, Waadt, Bern: Finanzierungsbeitrag <i>Betreuungsstruktur:</i> • <i>Leitung:</i> integriert die Gesundheitsförderung in ihr Konzept, ernennt eine oder zwei Referenzpersonen • <i>Referenzperson:</i> Projektverantwortliche, absolvieren die Ausbildung, geben Informationen weiter • <i>Pädagogische Teams:</i> wenden die Vorgaben an	Erhalt des Labels Grundausbildung über 2 Jahre: • 5 halbe Ausbildungstage • 5 Folgetreffen • 1 Beratungsbesuch der Einrichtung • Finanzielle Beteiligung am Kauf von Material zur Bewegungsförderung (je nach Kanton) • Veranstaltung für Eltern • Erarbeitung des Label-Projekts Aufrechterhaltung des Labels Nachbetreuung der mit dem Label ausgezeichneten Einrichtungen: • Vertiefungsausbildung • Besuch der Einrichtungen • Erneuerung des Labels Zusatzangebot zum Label • Grundmodul psychische Gesundheit («Youp'là bouge ++») • Zusatzmodul psychische Gesundheit • Fachspezifische Ausbildungen • Angebote in Kindertagstätten (Animation an Kolloquien und Elternabenden) • Interkantonale Tagungen • Zugang zu den Jahresberichten	Personal der Betreuungseinrichtungen • ist für Themen wie Bewegung und Gesundheit von Kindern sensibilisiert • Kenntnis der Bewegungsempfehlungen und der Bedeutung von Bewegung • Information der Eltern über die Bedeutung von Bewegung und körperlicher und psychischer Gesundheit Angebote der Betreuungseinrichtungen • Bereitstellung von Räumen, die sitzendes Verhalten reduzieren • Förderung von Bewegung im pädagogischen Konzept Familien • Eltern sind für die Bedeutung von Bewegung im Alltag und für die psychische Gesundheit sensibilisiert • Familien passen ihr Verhalten zuhause an, um die Prinzipien von «Youp'là bouge» anzuwenden	Kinder • entdecken Freude an der Bewegung und sind mindestens zweieinhalb Stunden pro Tag körperlich aktiv • verfügen über einen Raum, der so gestaltet und eingerichtet ist, dass er Bewegung fördert • entwickeln Kompetenzen, Selbstwirksamkeit und gewöhnen sich schon in jungen Jahren an Bewegung	• Kinder, die die Einrichtungen besuchen, sind körperlich und psychisch gesund • Verringerung des sitzenden Verhaltens in den Betreuungseinrichtungen (0–4 Jahre) • Fachpersonen im Bereich der frühen Kindheit und Eltern werden für die Bedeutung der psychischen Gesundheit und der Bewegung sensibilisiert • Eltern übernehmen Verhaltensweisen, die die Bewegung und die psychische Gesundheit ihres Kindes fördern

mit den theoretischen Erkenntnissen überein, insbesondere mit den Ergebnissen einer in deutschen Kindertagesstätten durchgeführten Studie. Demnach kann die soziale, emotionale und kognitive Entwicklung des Kindes in der frühen Entwicklungsphase (0 bis 4 Jahre) nicht unabhängig von motorischen Aspekten und Bewegungsverhalten verstanden werden (Adler et al., 2007).

Eine der auffälligsten Beobachtungen der befragten Mitarbeitenden ist, dass sich das Gleichgewicht der Kinder deutlich verbessert hat, wodurch Stürze reduziert werden. Kinder, die sich ausreichend bewegen, entwickeln zudem tendenziell eine stärkere Selbstwirksamkeit. Sie sind selbstbewusster und unabhängiger als andere Kinder. Auch ihre Neugierde nimmt zu, sowohl gegenüber ihrer Umgebung als auch gegenüber ihren Spielkamerad*innen, mit denen sie besser in Kontakt kommen (Abderhalden & Jüngling, 2019; Gesundheitsförderung Schweiz, 2026). Insgesamt beobachten die Mitarbeitenden der Kindertagesstätten, dass Kinder, die sich ausreichend bewegen, ruhiger sind.

Durch das Entdecken neuer Spiele und ihrer Umgebung entwickeln die Kinder auch ihre Problemlösungsfähigkeiten. Besonders deutlich wurde dies bei motorischen Aktivitäten, bei denen kleine Misserfolge – wie mehrere erfolglose Versuche, ein Hindernis auf einem Parcours zu überwinden – ihre Motivation, es erneut zu versuchen, oft verstärkten. Ob sie die Hilfe der Erzieher*innen nutzten, hing vom jeweiligen Kind und der Situation ab.

2.2 Breite Abdeckung in den an «Youp'là bouge» teilnehmenden Kantonen

Das Projekt «Youp'là bouge» weist in den teilnehmenden Kantonen eine breite Abdeckung auf, da eine Mehrheit der Kindertagesstätten mit dem Label ausgezeichnet ist. Dies stellt einen grossen Erfolg in Bezug auf die Verbreitung des Labels dar.

2.3 Hohe Zufriedenheit der mit dem Label ausgezeichneten Einrichtungen und des Betreuungspersonals

Die Leiter*innen der mit dem Label ausgezeichneten Einrichtungen und das Betreuungspersonal äussern sich sehr zufrieden mit den Angeboten von «Youp'là bouge». 36% von ihnen (N=211) geben an, «sehr zufrieden» zu sein, und 60% sind «eher zufrieden».

Am meisten geschätzt werden der Newsletter, die Aus- und Weiterbildungen und die Unterstützung beim Kauf von geeignetem Material. Letzteres wird als grosser Vorteil angesehen, da es den Kindertagesstätten ermöglicht, die Grundsätze von «Youp'là bouge» besser umzusetzen. Diese Finanzierung ist jedoch nicht erneuerbar, was die mit dem Label ausgezeichneten Kindertagesstätten bedauern.

2.4 Hohe Zufriedenheit der Eltern, die zur Steigerung der Wirksamkeit des Projekts genutzt werden sollte

Auch die Eltern äussern sich mit 84% sehr zufrieden über die Ziele von «Youp'là bouge» und deren Umsetzung in der Einrichtung, die ihr Kind besucht. Allerdings ist das Label «Youp'là bouge» bei den Eltern wenig bekannt und kein entscheidendes Kriterium für die Wahl einer Betreuungseinrichtung. Bei der Anmeldung ihres Kindes wusste ein grosser Teil der Eltern (62%) nicht, dass die Einrichtung mit dem Label «Youp'là bouge» ausgezeichnet ist. Trotz der breiten Zustimmung zu den Zielen der Bewegungsförderung sind die Eltern oft nur unzureichend informiert oder erhalten ihre Informationen aus anderen Quellen als «Youp'là bouge». Da von den Eltern erwartet wird, dass sie als Multiplikator*innen fungieren, ist es notwendig, dass sie sich ihrer Rolle bei der Förderung von Bewegung und psychischer Gesundheit stärker bewusst werden. Dies würde die Wirksamkeit des Projekts verbessern.

2.5 Interkantonalen Tag optimieren

Der interkantonale Tag, dessen Initiative von den Kindertagesstätten geschätzt wird, findet nur in Lausanne statt. Dies erschwert die Teilnahme für Einrichtungen in anderen Kantonen, insbesondere in Randgebieten. Darüber hinaus wird sein Inhalt oft als zu allgemein empfunden, sodass es nicht möglich ist, die behandelten Themen hinreichend zu vertiefen. Schliesslich ermöglicht er keinen ausreichenden Austausch und keine ausreichende Weitergabe bewährter Praktiken zwischen den Einrichtungen. Tatsächlich erwarten die Einrichtungen vom Projekt «Youp'là bouge», dass es eine bessere Vernetzung der mit dem Label ausgezeichneten Einrichtungen und einen besseren Erfahrungsaustausch ermöglicht. Dies könnte am interkantonalen Tag stärker gefördert werden.

2.6 Sinnvolle Integration der psychischen Gesundheit in das Projekt, die durch Aus- und Weiterbildungen des Personals umgesetzt werden soll

«Youp'là bouge» hat seit 2021 Aspekte der psychischen Gesundheit in seine Aus- und Weiterbildungen aufgenommen, was im Hinblick auf die Ziele des Projekts positiv zu bewerten ist. Es zeigt sich jedoch, dass viele vor 2021 mit dem Label ausgezeichnete Kindertagesstätten diese Weiterbildung noch nicht in Anspruch genommen haben. Darüber hinaus hat ein Grossteil des Personals der Einrichtungen während seiner Erstausbildung oder im Rahmen ande-

rer Weiterbildungen keine Aus- oder Weiterbildung zum Thema psychische Gesundheit absolviert. Eine stärkere Teilnahme an Aus- und Weiterbildungen würde den Impact des Projekts in diesem Bereich verbessern.

3 Empfehlungen

Basierend auf den Evaluationsergebnissen wurden Empfehlungen formuliert (Tabelle 1), um Denkanstösse für die zukünftige Entwicklung des Projekts zu geben.

TABELLE 1

Empfehlungen für die Weiterentwicklung des Projekts «Youp'là bouge»

Bereich	Empfehlungen
Erneuerung des Materials	- Regelmässige Erneuerung des Budgets für Material einplanen - Diese Erneuerung mit einer besonderen Kommunikations- oder Sensibilisierungsmassnahme verbinden
Information und Sensibilisierung der Eltern	- Gezielte Massnahmen umsetzen, die darauf abzielen, Eltern zu informieren und sie noch stärker für ihre Rolle bei der Förderung der Bewegung und der psychischen Gesundheit ihrer Kinder zu sensibilisieren - In allen mit dem Label ausgezeichneten Kindertagesstätten eine Broschüre mit allgemeinen Informationen zum Projekt «Youp'là bouge» verteilen - Einen Newsletter für Eltern einrichten, in dem leicht zugängliche Bewegungsaktivitäten für die ganze Familie vorgeschlagen werden
Interkantonale Tage optimieren	- Den Ort des interkantonalen Tages variieren, um ihn für andere Teilnehmende zugänglich zu machen - Ein Format entwickeln, das eine theoretischere Vertiefung der am interkantonalen Tag behandelten Themen ermöglicht (alle zwei Jahre), sowie ein zweites Treffen, das speziell dem Austausch bewährter Praktiken gewidmet ist (in den Jahren ohne interkantonalen Tag)
Psychische Gesundheit im Projekt «Youp'là bouge»	Den gewünschten Stellenwert der psychischen Gesundheit im Programm evaluieren und den besten Weg finden, um diese Dimension stärker in das Projekt zu integrieren

4 Evaluationsdesign und Vorgehensweise

Zur Beantwortung der Evaluationsfragen wurden verschiedene Methoden angewendet, um die Robustheit der Ergebnisse zu gewährleisten und einen Vergleich der qualitativen und quantitativen Daten zu ermöglichen (Tabelle 2). Die Evaluation umfasste zunächst eine Literaturanalyse (psychische Gesundheit und kindliche Entwicklung), eine Dokumentenanalyse (Tätigkeitsberichte, Schulungsbeschreibungen, Newsletter usw.) und eine Datenanalyse (interne oder öffentlich zugängliche Dokumente mit Statistiken). Insgesamt wurden sieben halbstrukturierte Interviews geführt: eines mit dem Projektteam und sechs mit Vertreter*innen von mit dem Label ausgezeichneten Kindertagesstätten. In acht Einrichtungen wurden teilnehmende Beobachtungen durchgeführt. Zudem wurde eine Online-Umfrage unter 515 Befragten (Leitung, Personal, Eltern) durchgeführt.

Es ist wichtig zu erwähnen, dass die Evaluation aufgrund der gewählten Methodik einige Einschränkungen aufweist. Insbesondere wurden Einrichtungen ohne Label nicht in die Evaluation einbezogen. Ausserdem wurden aufgrund ihres Alters keine

Interviews mit Kindern durchgeführt. Die Triangulation der gewählten quantitativen und qualitativen Methoden gewährleistet jedoch die Zuverlässigkeit der vorgestellten Ergebnisse.

5 Literaturverzeichnis

Abderhalden, I. & Jüngling, K. (2019). *Selbstwirksamkeit. Eine Orientierungshilfe für Projekt- und Programmleitende der kantonalen Aktionsprogramme zur Förderung von Selbstwirksamkeit und Lebenskompetenzen*. Gesundheitsförderung Schweiz.

Adler, K., Erdtel, M. & Hofmann, N. (2007). *Bewegter Kinderalltag. Ergebnisse einer Pilotstudie an sächsischen Kindertagesstätten zum Bewegungsverhalten von Vorschülern*. *Sportunterricht* 2/56, 45–50.

Gesundheitsförderung Schweiz. (2026). *Psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen. Thema «Selbstwirksamkeit». Erklärfilm*. Abgerufen am 11.03.2026 von <https://gesundheitsfoerderung.ch/kantonale-aktionsprogramme/themen-und-publikationen/themen/selbstwirksamkeit>

TABELLE 2			
Übersicht über die verschiedenen Methoden der Datenerhebung für die Evaluation			
Erhebungsmethode	Inhalt	Zeitraum	Fallzahlen
Dokumentenanalyse	Konzept, Umsetzung, Wirkungen	Mai 2024 bis Oktober 2025	
Halbstrukturierte Interviews	Projektumsetzung und Wirkungen	Mai, November und Dezember 2024	• 1 Interview mit dem für «Youp'la bouge» verantwortlichen Team • 6 Interviews mit Kindertagesstätten
Teilnehmende Beobachtungen in mit dem Label «Youp'la bouge» ausgezeichneten Einrichtungen	Motorisches Verhalten und psychisches Wohlbefinden von Säuglingen und Kleinkindern (0 bis 4 Jahre)	November und Dezember 2024	8 Einrichtungen
Online-Umfragen unter den Leitungen der mit dem Label ausgezeichneten Einrichtungen, dem Personal der Einrichtungen und den Eltern	Kenntnis des Projekts und der Angebote, Zufriedenheit mit den Angeboten und Wirkungen	März 2025	515 Befragte, darunter: • 134 Leiter*innen • 128 Mitarbeitende • 253 Eltern eines Kindes, das eine Einrichtung besucht

Impressum

Herausgeberin

Gesundheitsförderung Schweiz

Projektleitung Evaluation Gesundheitsförderung Schweiz

Dr. Ran Grünenfelder, Projektleiter Wirkungsmanagement, Grünenfelder Zumbach GmbH

Projektleitung Gesundheitsförderung Schweiz

Josefin De Pietro, Projektleiterin Kindheit und Jugend

Autor*innen

- Dr. Nicolas Grosjean, Interface Politikstudien
- Deborah Intelisano, Interface Politikstudien
- Dominik Robin, Ecoplan
- Dr. Simon Endes, Ecoplan
- Melis Aktüre, Ecoplan

Evaluationsbericht

Grosjean, N., Robin, D., Intelisano, D., Aktüre, M. & Endes, S. (2025). *Evaluation des Projekts «Youp'la bouge – Krippen in Bewegung»*. Interface Politikstudien Forschung Beratung und Ecoplan.

Erhältlich auf Anfrage.

Zitierweise

Grosjean, N., Intelisano, D., Robin, D., Endes, S. & Aktüre, M. (2026). *Evaluation des Projekts «Youp'la bouge – Krippen in Bewegung» 2025*. Faktenblatt 136. Gesundheitsförderung Schweiz.

Fotonachweis Titelbild

iStock

Reihe und Nummer

Gesundheitsförderung Schweiz, Faktenblatt 136

© Gesundheitsförderung Schweiz, April 2026

Auskünfte/Informationen

Gesundheitsförderung Schweiz
Wankdorffallee 5, CH-3014 Bern
Tel. +41 31 350 04 04
office.bern@promotionsante.ch
www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen