



## Faktenblatt 73

# Evaluation Kurs «mobil sein & bleiben» 2020–2021

Mobilitätskurs für ein sicheres und cleveres Unterwegssein

### Abstract

Der schweizweit durchgeführte, halbtägige **Mobilitätskurs «mobil sein & bleiben»** richtet sich an ältere Menschen, die sich mit ihrer Mobilität auseinandersetzen wollen. Das Kurskonzept bewährt sich seit vielen Jahren und wird von zahlreichen Partnerinnen und Partnern unterstützt. Der Kurs erreicht ein breites Publikum, das von den Anregungen zum Mobilitäts-/Bewegungsverhalten profitieren kann. Die Evaluationsergebnisse deuten darauf hin, dass der Kurs im Rahmen seiner Möglichkeiten einen respektablen Beitrag zur Alltagsmobilität der Zielgruppe leistet. So berichtet die Hälfte der Kursteilnehmenden, dass der Kurs zu ihrer Mobilitätsgestaltung beigetragen hat, indem er vorhandenes Wissen aufgefrischt, gute Gewohnheiten bestärkt und neue Impulse ausgelöst hat. Durch eine praxisorientiertere Gestaltung des Theorieteils und eine systematischere Anregung konkreter nächster Schritte könnte das Wirkpotenzial des Kurses zukünftig noch besser ausgeschöpft werden.

### 1 Mobilitätskurs «mobil sein & bleiben»

Im Jahr 2000 hat die «rundum mobil GmbH» mit dem Mobilitätskurs «mobil sein & bleiben» ein Angebot geschaffen, das ältere Menschen beim Erhalt der selbstständigen Mobilität unterstützt. Der Kurs richtet sich an ältere Menschen, die sich mit ihrem Mobilitätsverhalten auseinandersetzen und Neues kennenlernen möchten. Im Kurs geht es unter anderem um folgende Aspekte:

- Angepasste Mobilität im Alter
- Sicheres Unterwegssein im öffentlichen und privaten Verkehr
- Kennen und nutzen der vielfältigen Angebote des öffentlichen Verkehrs
- Zugang zu neuen technologischen Möglichkeiten wie zum Beispiel Apps oder Online-Selbsttests

Das Kursangebot ist für die Teilnehmenden kostenlos und wird niederschwellig in vielen Regionen der Schweiz durchgeführt. Der Mobilitätskurs verfolgt insbesondere zwei Visionen: Erstens sollen ältere Menschen so lange wie möglich in ihrem Zuhause leben und sich sicher und selbstständig im öffentlichen Raum und Verkehr bewegen können. Durch die Förderung der selbstständigen Mobilität werden die Kursteilnehmenden zweitens vielfach gestärkt –

### Inhaltsverzeichnis

1	Mobilitätskurs «mobil sein & bleiben»	1
2	Ausgewählte Ergebnisse	2
3	Optimierungsmöglichkeiten	7
4	Evaluationsdesign und Vorgehensweise	8

insbesondere durch erlebte Autonomie und Selbstwirksamkeit, soziale Teilhabe und eine aktive Freizeitgestaltung.

Die Evaluation des Kurses «mobil sein & bleiben» wurde zwischen Herbst 2020 und Sommer 2022 durchgeführt. Ein Fokus der Evaluation lag auf der Wirkung des Mobilitätskurses auf Wissen, Einstellung und Verhalten rund um die Themen Mobilität und Bewegung. Ebenfalls von Interesse war, wer mit dem Kurs erreicht wird – beispielsweise, wie mobil und körperlich aktiv die Personen sind, die am Kurs teilnehmen.

Die Umstände der Corona-Pandemie haben sowohl den Kursbesuch erschwert als auch die Aussagekraft der Evaluation beeinträchtigt, gerade wenn es um Veränderungen des Mobilitätsverhaltens geht. Grundsätzlich sind die zentralen Befunde jedoch stabil und aussagekräftig, unabhängig vom schwierigen Kontext der Jahre 2020 und 2021.

Das vorliegende Faktenblatt gibt einen Überblick über zentrale Resultate und Folgerungen aus der Evaluation.

## 2 Ausgewählte Ergebnisse

### 2.1 Das Kurskonzept bewährt sich seit vielen Jahren und zählt auf ein breites Netzwerk auf nationaler, regionaler und lokaler Ebene

Die Mehrheit der Kursteilnehmenden kommt ohne spezifische Erwartungen in den Kurs. Für einige ist das Lernen des Billettkaufs ein Grund für den Kursbesuch. Die (unspezifischen) Erwartungen der Kursteilnehmenden werden meist erfüllt, nur wenige berichten von unerfüllten Erwartungen. So ist denn auch die Zufriedenheit der Kursteilnehmenden mit dem Kurs insgesamt hoch bis sehr hoch.

Aus Sicht der Kursbeteiligten (nationale Programmleiterin, regionale Kursorganisierende, Referierende) dient der Kurs in erster Linie dazu, bei den Teilnehmenden rund ums Unterwegssein die Sicherheit zu erhöhen und Ängste abzubauen. Das Format eines halbtägigen Kurses mit einem Theorie- und einem Praxisteil eignet sich gut. Auch die Überarbeitung des Kurskonzepts 2019 und die darin enthaltene Einführung von drei Personas bewerten die Kursbeteiligten grösstenteils gut. Die Berücksichtigung des

Trendthemas «Digitalisierung» wird von den Kursbeteiligten und den Kursteilnehmenden unterschiedlich beurteilt: Für die einen ist dieses Thema höchst relevant, andere erachten es als Überforderung der Kursteilnehmenden. Einig sind sich die Kursbeteiligten darin, dass die Zusammenstellung der Kursinhalte aufgrund der vielen mitfinanzierenden Institutionen und Organisationen ein Kompromiss ist und eine Reduktion respektive Konzentration wichtig wäre. Die persönliche Auseinandersetzung mit der eigenen Situation und der Austausch untereinander hätten zu wenig Platz.

Trotz breitem Partnernetzwerk und Geldgebern auf verschiedenen Ebenen ist die Finanzierung des Kurses nicht nachhaltig sichergestellt, sondern muss jährlich wiederkehrend gewährleistet werden. Dies bindet viele Personalressourcen und schafft Unsicherheit.

### 2.2 Der Kurs erreicht ein breites Publikum

Die Anzahl Kursteilnehmende hat sich aufgrund der Corona-Pandemie deutlich reduziert: Während 2019 insgesamt 1947 Personen teilgenommen haben, waren es 2020 lediglich 495 und 2021 total 625. Die erreichte Zielgruppe lässt sich entlang folgender Aspekte beschreiben:

- **Geschlecht:** Der Kurs erreicht im Verhältnis zur Gesamtbevölkerung mehr Frauen als Männer (rund 70 %) – ein bekanntes Phänomen bei gesundheitsfördernden respektive geragogischen Angeboten.<sup>1</sup>
- **Alter:** Der Kurs erreicht ein Publikum aus einem sehr breiten Altersspektrum (ab Pensionsalter bis 90+). In puncto Chancengleichheit ist besonders hervorzuheben, dass es dem Kurs sehr gut gelingt, Personen (weit) über 70 Jahre anzusprechen.
- **Geografische Reichweite:** Bis 2019 hat der Kurs mehrheitlich Teilnehmende aus der Deutschschweiz erreicht (etwa 70 %), in den Jahren 2020 und 2021 hat sich das Verhältnis zwischen der Deutsch- und der Westschweiz nivelliert. Durch die Abdeckung aller Sprachregionen und zahlreicher Kantone ist die regionale Chancengleichheit bereits auf gutem Weg, auch wenn sicher noch Potenzial für eine ausgeglichene Verteilung der Sprachregionen besteht.

<sup>1</sup> Gesundheitsförderung Schweiz (2019). *Leitfaden «Wie erreichen wir Männer 65+?» – Gendergerechte Gesundheitsförderung im Alter. Gesammelte Erfahrungen für Fachleute auf Umsetzungsebene.* Bern.

- **Mobilitäts- und Bewegungsverhalten, Nutzung neuer Technologien:** Die Mehrheit der Kursteilnehmenden ist hauptsächlich (täglich oder mehrmals wöchentlich) zu Fuss (83%), mit dem Auto (52%) und den öffentlichen Verkehrsmitteln (39%) unterwegs. Auch das Spektrum beim Bewegungsverhalten ist breit: Von den 53 telefonisch befragten Kursteilnehmenden aus dem Jahr 2021 erreichen 22 die Bewegungsempfehlungen<sup>2</sup> voll und 17 Personen teilweise. 36 Personen trainieren ihre Kraft, ihr Gleichgewicht und ihre Beweglichkeit. 31 von 52 Befragten sind pro Tag durchschnittlich 30 bis 119 Minuten zu Fuss oder mit dem Velo unterwegs. Die Mehrheit der Kursteilnehmenden nutzt bereits neuere Technologien (Kreditkarte, Internetzugang, Smartphone), aber nur ein kleiner Teil verwendet ÖV-Apps. Damit erreicht der Kurs mehrheitlich ein Publikum, bei dem in Bezug auf die Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel, das Bewegungsverhalten und die gezielte Nutzung neuer Technologien für die Mobilität ein Entwicklungspotenzial besteht, das durch den Kursbesuch angeregt oder unterstützt werden kann.
- **Weitere Aspekte:** Die Erreichung von älteren Menschen mit Migrationshintergrund wäre aus Sicht der befragten Kursbeteiligten sehr wünschenswert, konnte aufgrund der bestehenden Rahmenbedingungen (Bewerbungskanäle, Durchführungssprache, verfügbare finanzielle und personelle Ressourcen) bisher jedoch nicht gewährleistet werden.

Der Kurs ist insofern chancengleich konzipiert, als dass er kostenlos und ohne Vorkenntnisse besucht werden kann und sich mit seinen Inhalten an ein breites Publikum richtet, das von den Anregungen zum Mobilitäts-/Bewegungsverhalten profitieren kann. Die Bewerbung sowie die Sprache der Durchführung sind jedoch auf ein Publikum mit guten Kompetenzen in der jeweiligen Landessprache zugeschnitten.

### 2.3 Der Kurs leistet einen respektablen Beitrag an die Voraussetzungen für eine selbstständige Mobilität

Der Kurs strebt eine Wirkung beim Wissen, der Einstellung und dem Verhalten der Teilnehmenden an. Die Evaluationsergebnisse veranschaulichen, wie diese Wirkungsziele erreicht werden.

#### Wissen/Einstellung

- Fast alle Kursteilnehmenden kennen die nächstgelegene ÖV-Haltestelle. Am häufigsten lösen die Befragten ihr ÖV-Billett via Schalter, Billettautomat und Gemeindeverwaltung. 13 der 53 Befragten sind vier Monate nach dem Kursbesuch beim Kauf eines Billetts auf Hilfe angewiesen.
- 32 von 53 Kursteilnehmenden kennen Massnahmen zur Unfall-/Sturzprävention beim Unterwegssein zu Fuss, im ÖV oder mit dem Velo/Auto.
- Die Mehrheit der Kursteilnehmenden ist sensibilisiert für die Bedeutung eines regelmässigen Trainings zur Stärkung von Kraft, Gleichgewicht und Beweglichkeit. 36 der 53 befragten Kursteilnehmenden machen bereits solche Übungen, 9 Personen sind dafür sensibilisiert (setzen dieses Wissen aber noch nicht um) und 8 Personen sind nicht dafür sensibilisiert.
- Die Mehrheit der Kursteilnehmenden ist kompetent, um selbstständig mobil zu sein. In der Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel ist jedoch ein Viertel der Personen aus gesundheitlichen Gründen eingeschränkt.

#### Mobilitätsverhalten

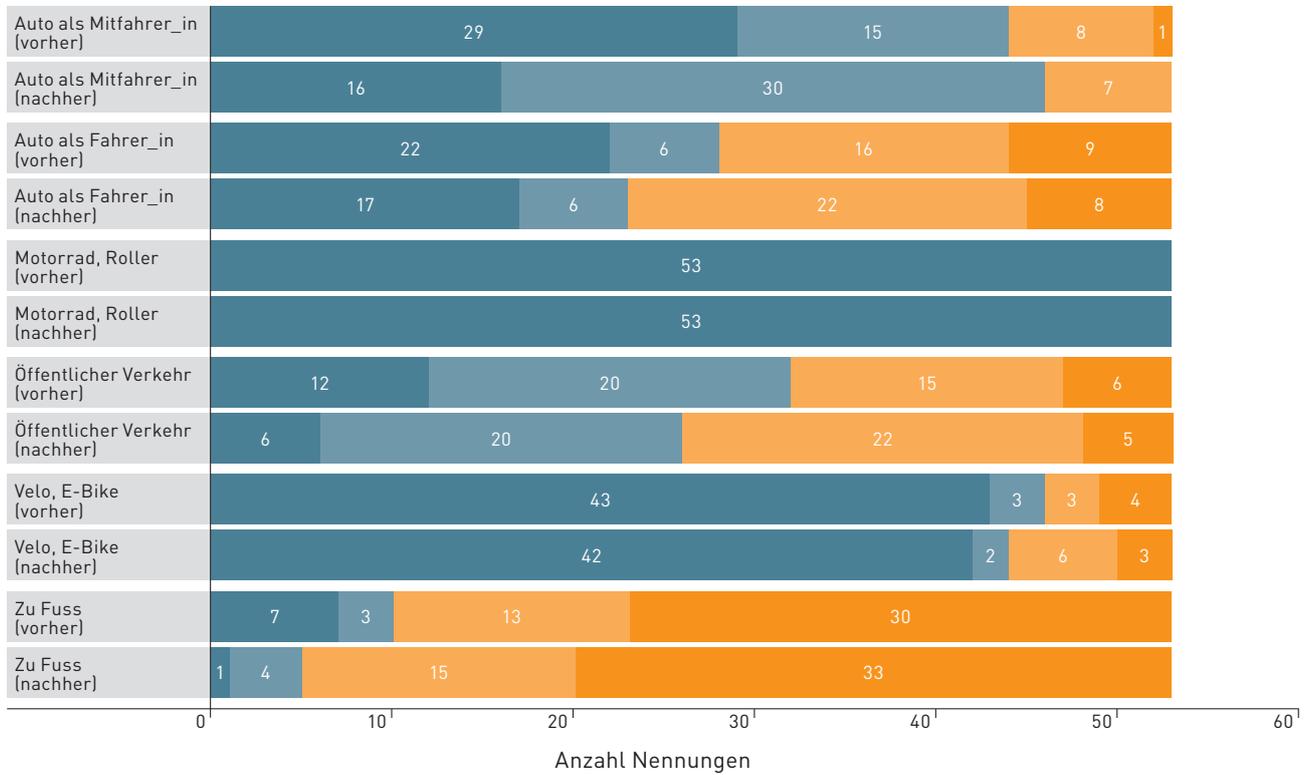
- Auch vier Monate nach dem Kursbesuch sind die Kursteilnehmenden am häufigsten zu Fuss, mit dem Auto oder den öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs. Velos/E-Bikes haben wenig Bedeutung. Die zahlenmässig überschaubaren Veränderungen im Mobilitätsverhalten bringen einzelne Kursteilnehmende direkt mit dem Besuch des Mobilitätskurses in Verbindung.
- 38 der 53 Kursteilnehmenden können die öffentlichen Verkehrsmittel selbstständig nutzen. 14 Personen berichten über leichte bis starke gesundheitsbedingte Schwierigkeiten.

<sup>2</sup> Wöchentliche Bewegungsempfehlungen: erreicht (150 Min. mittlere/75 Min. hohe Intensität), teilweise erreicht (30 bis 149 Min. mittlere Intensität oder 1 Tag mit Schweißepisoden).

ABBILDUNG 1

**Vorher-nachher-Vergleich: Fortbewegungsmittel nach Häufigkeit**

● nie ● 1 x pro Woche oder weniger ● mehrmals pro Woche ● täglich



Quelle: Darstellung Interface, basierend auf Daten aus der schriftlichen und der telefonischen Befragung der Kursteilnehmenden aus dem Kursjahr 2021 (n = 53)

- 4 von 53 Personen setzen sich seit Kursbesuch verstärkt mit der Abgabe des Autos/Führerausweises auseinander.
- 41 Kursteilnehmende engagieren sich aktiv dafür, möglichst lange mobil zu bleiben. Am häufigsten werden Aktivitäten im Bereich Bewegung/Sport genannt, mehrfach erwähnt werden zudem Aktivitäten zur Förderung der geistigen Fitness sowie soziales Engagement.
- Keine der 53 befragten Personen berichtet über mobilitätsbezogene Einschränkungen in der Gestaltung ihres gesellschaftlichen Lebens (soziale Teilhabe). 17 Personen, die auf gewisse Aktivitäten (z.B. Freundinnen und Freunde besuchen) verzichten müssen, sind hauptsächlich aus gesundheitlichen Gründen eingeschränkt.

**Bewegungsverhalten**

- Die befragten Kursteilnehmenden teilen sich in puncto körperliche Aktivität mittlerer Intensität in zwei Lager – eine Hälfte ist (sehr) regelmässig aktiv, die andere einmal wöchentlich oder weniger. 17 Personen bewegen sich an aktiven Tagen moderat lange (5 bis 60 Minuten), 14 zwischen 60 und 119 Minuten und vier über 120 Minuten – die restlichen sind inaktiv (8) beziehungsweise haben keine Angabe zur Dauer der Aktivität gemacht (14).
- 22 Befragte sind mit hoher Intensität körperlich aktiv, mehrheitlich ein- bis dreimal wöchentlich für 5 bis 60 Minuten pro aktiven Tag.
- 22 der 53 Kursteilnehmenden erreichen die Bewegungsempfehlungen, 17 teilweise und 14 nicht. Damit sind sie im Vergleich zur Gesamtbevölkerung derselben Altersklasse weniger aktiv.

- 36 Personen trainieren ihre Kraft, ihr Gleichgewicht und ihre Beweglichkeit. Eine Person wurde durch den Kurs zusätzlich motiviert, sich in diesem Bereich mehr zu betätigen.
- 31 von 52 Befragten sind pro Tag durchschnittlich 30 bis 119 Minuten zu Fuss oder mit dem Velo unterwegs.
- Die überschaubaren Veränderungen sind in den meisten Fällen mit dem Gesundheitszustand verbunden.

**Fazit**

Auch wenn sich der Kurs nicht umfangreich auf das Mobilitäts-/Bewegungsverhalten der Kursteilnehmenden auswirkt, leistet er im Rahmen seiner Möglichkeiten einen respektablen Beitrag: Mehr als die Hälfte der 53 Befragten haben im Rahmen der telefonischen Befragung vier Monate nach Kursbesuch

dem Kurs einen Beitrag zu ihrer Mobilität attestiert. Sie haben neues Wissen und/oder Sicherheit gewonnen respektive bestehendes Wissen aufgefrischt. Mit Blick auf den Umfang des Kurses und die Tatsache, dass es sich dabei um eine punktuelle Massnahme handelt, ist dieser Beitrag aus unserer Sicht durchaus bemerkenswert.

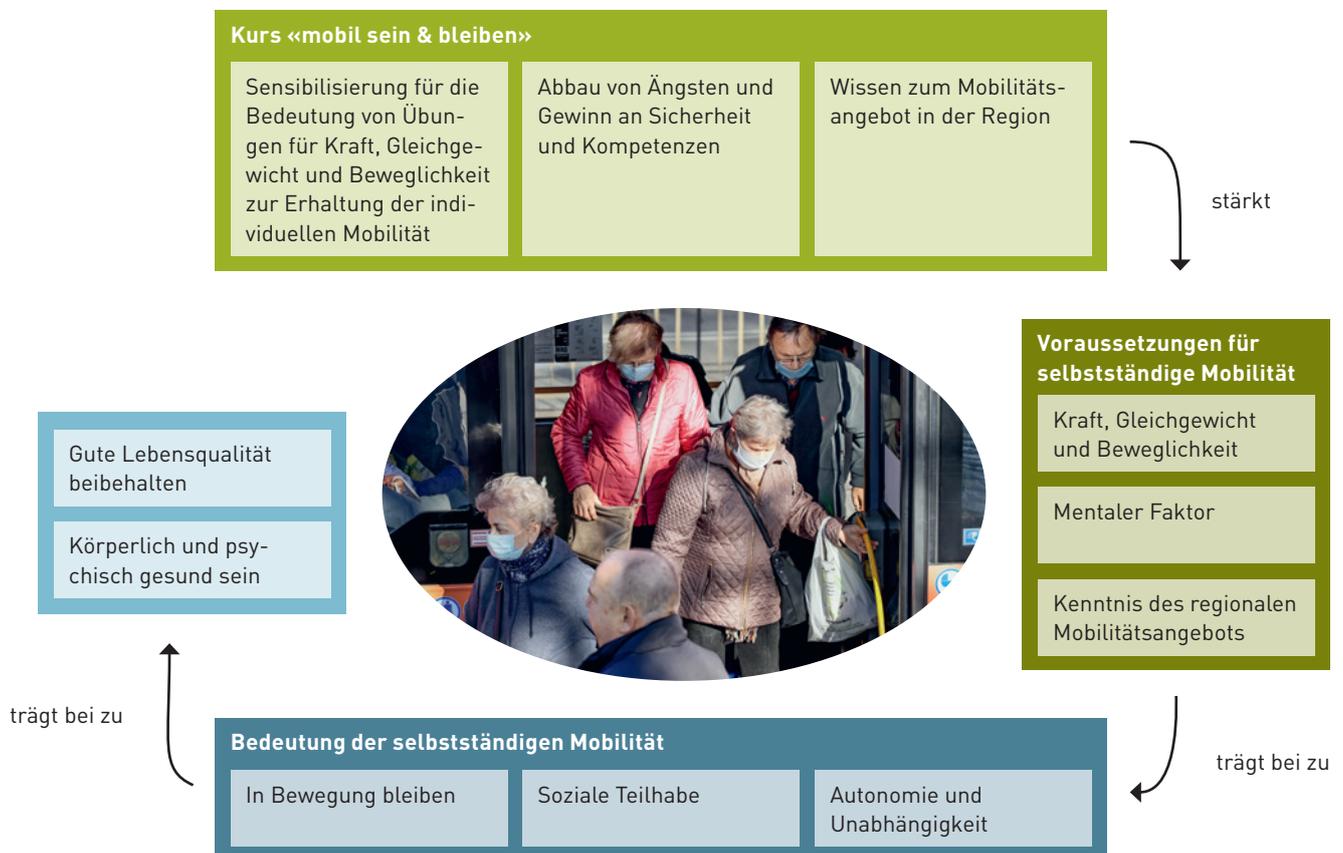
*«Das Alter lässt uns unsere Mobilität schätzen, weil wir um uns herum sehen, dass sie sich verändert. Es wird nicht immer gleichbleiben. Der Kurs hat zu dieser Erkenntnis beigetragen.»*

**Kursteilnehmerin Genf**

Abbildung 2 illustriert, wie der Kurs zum Mobilitäts- und Bewegungsverhalten der Kursteilnehmenden indirekt beitragen kann.

ABBILDUNG 2

**Wirkungskreis Kurs «mobil sein & bleiben»**



Das Wirkungsmodell in **Abbildung 3** gibt einen Überblick über die erwarteten Wirkungsmechanismen des Mobilitätskurses «mobil sein & bleiben» sowie die Ergebnisse der Evaluation.

ABBILDUNG 3

**Wirkungsmodell des Kurses «mobil sein & bleiben» mit Evaluationsresultaten**

Input und Umsetzung (Mittel und Weg)	Output (Leistungen)	Outcome (Wirkungen bei den Zielgruppen)	Impact (Gesellschaftliche Wirkungen)
<p>Finanzielle und personelle Ressourcen</p> <p>Konzeption Mobilitätskurs «mobil sein &amp; bleiben»</p> <p><b>Prozesse / Umsetzung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nationale Programmleitung</li> <li>• Nationale Projektassistenz</li> <li>• Regionale Kursorganisierende</li> <li>• Kursleitende und Referierende</li> <li>• Geldgebende</li> <li>• Steuergruppe</li> </ul>	<p>Wohnortsnahe, kostenlose und niederschwellig zugängliche Mobilitätskurse in allen Sprachregionen der Schweiz</p>	<p><b>Die Kursteilnehmenden ...</b></p> <p><b>Wissen/Einstellung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kennen das Mobilitätsangebot im ÖV.</li> <li>• fühlen sich kompetent, um selbstständig mobil sein und bleiben zu können.</li> <li>• sind sensibilisiert für die Bedeutung eines regelmässigen Trainings zur Stärkung von Kraft, Gleichgewicht und Beweglichkeit.</li> </ul> <p><b>Verhalten</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wissen, wie sie ein Ticket lösen können.</li> <li>• kennen unfall- und sturzpräventive Angebote.</li> <li>• wissen, wie sie im öffentlichen und privaten Verkehr sicher unterwegs sein können.</li> <li>• bleiben selbstständig mobil.</li> <li>• erhalten respektive stärken ihre Möglichkeiten zur sozialen Teilhabe.</li> <li>• bewegen sich im Alltag regelmässig.</li> <li>• besuchen ein Bewegungs-Training.</li> <li>• können sich sicher im öffentlichen und privaten Verkehr bewegen.</li> </ul>	<p>Ältere Menschen können sich im öffentlichen Raum und Verkehr möglichst lange selbstständig und sicher bewegen. Dies trägt zu ihrer Autonomie und Lebensqualität bei.</p>

**Hinweis:** **Grün** markierte Felder verweisen auf positive Befunde aus der Evaluation, **orange** auf gemischte und **rot** markierte Felder auf negative Befunde; zu den übrigen Feldern sind keine Aussagen möglich.

### 3 Optimierungsmöglichkeiten

Basierend auf den zentralen Erkenntnissen aus der Evaluation leiten sich sieben Empfehlungen zur Weiterentwicklung des Mobilitätskurses «mobil

sein & bleiben» ab (Tabelle 1). Diese können in den kommenden Jahren zur Weiterentwicklung des Kursangebots beitragen mit dem Ziel, das Wirkpotenzial des Kurses noch stärker auszuschöpfen.

TABELLE 1

#### Empfehlungen für die Weiterentwicklung des Kursangebots «mobil sein & bleiben»

Ebene	Empfehlung
Input	<p><b>1: Potenzial des Kursprogramms ausschöpfen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Theorieteil praxisorientierter gestalten durch einen Ausbau der interaktiven Elemente und Möglichkeiten zur Selbstreflexion</li> <li>• Kurs systematisch auf die Bedürfnisse der jeweils Anwesenden massschneidern</li> </ul>
Umsetzung	<p><b>2: Finanzielle Stabilität gewinnen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nachhaltige Finanzierungslösung durch langfristige Commitments der nationalen Partnerorganisationen gewinnen</li> <li>• Grundaufwände für Bewerbung, Organisation und Koordination der Kurse durch sichergestellte Kurspauschale decken (auch bei nicht durchgeführten Kursen)</li> </ul> <p><b>3: Regionale Kursorganisation stärken</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Historisch gewachsene Organisationsstruktur durch schrittweise Vereinheitlichung der regionalen Kursorganisationen und kontinuierliche Professionalisierung der Referierenden vereinfachen/verbessern</li> </ul> <p><b>4: Aufwand für Selbstevaluation reduzieren</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mögliche Massnahmen für weniger aufwendige Selbstevaluation: Fragebogen kürzen, Online-Version anbieten, Datenerfassung digitalisieren, Stichprobe auswerten, Berichterstattung vereinfachen</li> </ul>
Output	<p><b>5: Chancengleichen Zugang langfristig stärken</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Finanzielle Stabilität als Voraussetzung für Stärkung des chancengleichen Zugangs (Geschlecht, Nationalität, Bildung, Einkommen) sicherstellen</li> <li>• Gezielter Ausbau des Kursangebots (z.B. für Personen mit Migrationshintergrund) erfordert eine sorgfältige Bedarfsanalyse in enger Zusammenarbeit mit zielgruppennahen Akteurinnen und Akteuren</li> </ul>
Outcome	<p><b>6: Systematisch «nächste Schritte» anregen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stärkerer Fokus auf konkrete Hinweise zu möglichen «nächsten Schritten» (z. B. Bewegungs- und App-Kurse), um das Wirkpotenzial des Kurses noch besser auszuschöpfen</li> </ul>
Impact	<p><b>7: Geografische Reichweite ausbauen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gezielter Ausbau der geografischen Reichweite in Regionen, in denen der Kurs bisher noch nicht, nicht mehr oder nur selten angeboten wird</li> <li>• Umsetzung der Empfehlung hängt eng mit der Erreichung einer finanziellen Stabilität zusammen (Ausbau setzt zusätzliche finanzielle Mittel voraus; neue Regionen respektive regionale Partnerorganisationen bringen zusätzliche finanzielle Mittel ein)</li> </ul>

#### 4 Evaluationsdesign und Vorgehensweise

Im Rahmen der Evaluation wurden bestehende Daten zu den Mobilitätskursen ausgewertet sowie eigene Daten erhoben (Tabelle 2). Im Zentrum stand die Perspektive der Kursteilnehmenden, die zu zwei

Zeitpunkten (unmittelbar nach dem Kurs, vier Monate nach dem Kursbesuch) eingeholt wurde. Daneben wurden auch die Erfahrungen wichtiger Kursbeteiligter berücksichtigt.

Die Erhebung des Bewegungsverhaltens erwies sich als methodisch herausfordernd.

TABELLE 2

#### Überblick über die Datenerhebungen

Datenerhebung	Inhalt	Zeitraum	Fallzahl
Analyse von Dokumenten	Einblick in Konzepte und Selbstevaluationsberichte 2018–2021	2020–2021	
Analyse von Sekundärdaten: Schriftliche Befragung der Kursteilnehmenden aus dem Kursjahr 2021	Zur Selbstevaluation führt die nationale Programmleiterin seit einigen Jahren eine schriftliche Befragung der Kursteilnehmenden unmittelbar nach dem Kursbesuch durch. Für die Wirkungsevaluation wurde der Fragebogen punktuell angepasst, zum Beispiel durch das Ergänzen von Fragen zum Bewegungsverhalten (betrifft Kursjahr 2021).	2022	598 Kursteilnehmende
Telefoninterviews mit nationaler Programmleiterin und Mitgliedern der Steuergruppe	Im Fokus standen die Erfahrungen rund um das Kursangebot sowie Anregungen zur Weiterentwicklung des Angebots.	2020	1 nationale Programmleiterin, 3 Mitglieder der Steuergruppe
Zwei Fokusgruppengespräche mit regionalen Kursorganisierenden und Referierenden aus allen Sprachregionen	Im Fokus standen die Erfahrungen rund um die Durchführung der Mobilitätskurse sowie Anregungen zur Weiterentwicklung des Angebots.	2021	13 Kursorganisierende/Referierende
Telefoninterviews mit Kursteilnehmenden aus dem Kursjahr 2021, vier Monate nach Kursbesuch	Um zu untersuchen, in welchem Mass, in welcher Weise und wie nachhaltig sich das Mobilitäts-/Bewegungsverhalten der Zielgruppe nach dem Kursbesuch verändert hat, wurden 53 Kursteilnehmende aus der Deutsch- und Westschweiz sowie dem Tessin vier Monate nach dem Kursbesuch telefonisch befragt (Dauer 20 Minuten).	2021–2022	53 Kursteilnehmende

Quelle: Darstellung Interface

## Impressum

### Herausgeberin

Gesundheitsförderung Schweiz

### Projektleitung Gesundheitsförderung Schweiz

Dr. Sonja Kerr Stoffel,  
Projektleiterin Evaluation & Qualität

### Autorin und Autor

Interface Politikstudien Forschung Beratung AG:

- Ueli Haefeli
- Caroline Kaplan

### Evaluationsbericht

Haefeli, U., Kaplan, C. (2022). *Wirkungsevaluation Mobilitätskurs «mobil sein & bleiben» 2020–2021. Schlussbericht zuhanden Gesundheitsförderung Schweiz*. Luzern: Interface Politikstudien Forschung Beratung.  
Erhältlich auf Anfrage.

### Fotonachweis Titelbild

rundum mobil GmbH

### Reihe und Nummer

Gesundheitsförderung Schweiz, Faktenblatt 73

© Gesundheitsförderung Schweiz, September 2022

### Auskünfte/Informationen

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