

PlanInfo #35

Ausgabe Mai 2025

Aus der Arbeit der globalen Mädchenrechtsorganisation
Plan International Schweiz

Aus der Plan-Arbeit

Jedes
Mädchen
kann eine
Sportheldin
sein!

Aus der Plan-Arbeit

«Champions
of Change»:
Vorbilder
der Zukunft



Aus der Plan-Arbeit

Profifussballerin
Lia Wälti ist
Botschafterin von
Plan International
Schweiz



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Hatten Sie als Kind Vorbilder? So banal diese Frage erscheint, ist sie für die Entwicklung eines Kindes enorm wichtig. **Vorbilder** und Idole leben etwas vor, dem man nacheifern möchte. **Sie zeigen, was erreicht werden kann und motivieren Kinder, denselben Weg zu gehen.** Es ist aber noch immer so, dass es zwar in vielen Bereichen wie Wirtschaft, Politik oder Sport männliche Vorbilder gibt, es jedoch an weiblichen Vorbildern mangelt oder ihnen einfach nicht die entsprechende Aufmerksamkeit gegeben wird. In dieser Ausgabe des PlanInfo-Magazins stehen deshalb **weibliche Vorbilder im Fokus.**

Es gibt keine Sportart nur für Jungen oder nur für Mädchen.

Lernen Sie unsere Botschafterin, Profifussballerin und Kapitänin des Schweizer Nationalteams **Lia Wälti** kennen. Was sie trotz grosser Herausforderungen angetrieben hat, ihrer Leidenschaft fürs Fussballspielen nachzugehen, und wieso es ihr ein besonderes Anliegen ist, sich für Mädchenrechte einzusetzen, erzählt sie uns im Interview.



Herzlich,
Sanna You
Communications Manager

Der «Sportheldinnen»-Monat, der von der Stiftung IdéeSport im März organisiert wurde, stellte bei über 200 Events in der Schweiz **realistische, nahbare und lokale weibliche Vorbilder** in verschiedensten sportlichen Disziplinen in den Vordergrund. Ein wichtiges Projekt, das Plan International Schweiz mitunterstützt, um aufzuzeigen: Es gibt keine Sportart nur für Jungen oder nur für Mädchen.

Auch bei unserem Bildungsprojekt «Champions of Change», das wir vor zwei Jahren lanciert haben und mit Lernenden Themen wie **Empowerment und Chancengleichheit in der Arbeitswelt** behandelt, geht es um Vorbilder – und zwar um künftige Vorbilder. Projektleiterin Irina Schuppli erzählt, wie sich das Projekt weiterentwickelt hat.

Ich wünsche Ihnen eine inspirierende Lektüre.

«Jedes Mädchen verdient es, **gehört und gefördert** zu werden.»

Profifussballerin und Kapitänin des Schweizer Nationalteams, Lia Wälti, ist Botschafterin von Plan International Schweiz. Die 32-jährige Emmentalerin ist nicht nur auf dem Fussballplatz eine Inspiration und Vorbild, sondern möchte sich mit Plan International Schweiz bewusst auch nebst dem Sport für positive und weitreichende Initiativen einsetzen.

Im Interview erzählt Lia, wieso sie sich mit Plan International Schweiz für Mädchenrechte einsetzen möchte, wie es um den Frauenfussball steht und wie es dazu kam, mit ihrer Schwester ein Kinderbuch zu schreiben.

Lia, was hat dich dazu bewegt, als Botschafterin für Plan International Schweiz aktiv zu werden?

Ich bin generell überzeugt, dass alle Kinder, unabhängig von ihrem Geschlecht oder ihrer Herkunft, die gleichen Chancen im Leben verdient haben. Leider ist das nicht überall auf der Welt so. Insbesondere Mädchen werden oft benachteiligt oder haben nicht dieselben Möglichkeiten wie die Jungs. Plan International setzt sich gezielt für Mädchenrechte ein und sorgt dafür, dass sie ihre Zukunft selbstbestimmt gestalten können. Genau diese Mission hat mich angesprochen und sie deckt sich mit meinen Werten. Ich sehe zudem Parallelen zu meinen eigenen Erfahrungen, die ich als Frau im Profifussball erlebt habe. Deshalb möchte ich Mädchen ermutigen, an ihre Träume zu glauben und für ihre Ziele zu kämpfen, so, wie ich das gemacht habe.

Als Profifussballerin hast du es bis an die Spitze geschafft in einer Zeit, in der es für Frauenfussball fast keine Visibilität gab. Wie hast du dich motiviert, deinen Weg trotz grosser Hürden zu gehen?

Fussball war schon immer und ist noch immer meine grösste Leidenschaft. Schon als kleines Mädchen habe ich sehr gerne Fussball gespielt – egal unter welchen Bedingungen. Und wenn ich an diese Zeit zurückdenke, verbinde ich das mit vielen



«Ich möchte Werte wie Zusammenhalt und Wertschätzung aller Menschen und Kulturen vermitteln – Werte, die viele von uns im Frauenfussball leben wollen.»

Impressum

PlanInfo № 35

Herausgeberin
Plan International Schweiz

Redaktion / Texte
Sanna You
Isabella Gómez
Irina Schuppli

Fotos
Plan International /
Plan International Schweiz

Gestaltung
Daniel Rüthemann

Gedruckt
in der Schweiz

*Wir verwenden den Gender-Doppel-
punkt, um die Vielfalt der Geschlechter
sichtbar zu machen und ihnen eine
mentale Repräsentanz zu verleihen.*



Plan International Schweiz kompensiert
ihren CO₂-Fussabdruck in Zusammen-
arbeit mit carbon-connect.



Plan International Schweiz
Badenerstrasse 580, CH-8048 Zürich
Telefon +41 (0)44 288 90 50
E-Mail info@plan.ch, www.plan.ch

Spendenkonto: PC 85-496212-5
IBAN CH43 0900 0000 8549 6212 5

«Ich will Mädchen ermutigen, an ihre Träume zu glauben und für ihre Ziele zu kämpfen, so, wie ich das gemacht habe.»

positiven Erinnerungen. Als ich dann den Schritt in den Frauenfussball machte, gab es schon sehr viele Herausforderungen, mit denen ich konfrontiert wurde. Einerseits die fehlenden Strukturen, wenig finanzielle Unterstützung, die kaum dagewesene mediale Aufmerksamkeit zu dieser Zeit. Wir haben in sehr kleinen Stadien – ich würde es nicht mal wirklich Stadien nennen – gespielt, mit schlechteren Trainingsbedingungen als die Männer und wir mussten alle nebst dem Sport noch andere Jobs ausüben, damit wir finanziell durchgekommen und abgesichert sind. Trotz all diesen Herausforderungen bin ich meinem Ziel, jeden Tag Fussball spielen zu können, nachgegangen, weil ich vor allem auch durch meine Familie, meine Trainer:innen und die Menschen, die mich auf diesem Weg begleitet haben, unterstützt wurde. So habe ich nie an ein Leben ohne Fussball gedacht – auch wenn ich damals auch nicht wirklich von einem Leben als Profifussballerin geträumt habe.

Wie ist die Situation heute im Frauenfussball?

Mittlerweile sieht man, dass in den letzten Jahren unglaubliche Fortschritte gemacht wurden. Unserem Sport wird viel mehr Aufmerksamkeit geschenkt, grosse Stadien werden ausverkauft, die Strukturen sind besser und es gibt professionellere Rahmenbedingungen. Weil Vereine und Verbände endlich mehr investieren, steigt auch die mediale Präsenz, was dem Frauenfussball sehr zugutekommt. Aber es gibt natürlich noch viel zu tun. Auf den Gehaltsunterschied zum Männerfussball möchte ich gar nicht erst eingehen, weil dieser so fernab der Realität ist, dass wir dem gar nicht erst naheifern sollten. Es geht viel mehr um grundlegende Rechte wie faire Verträge und professionelle Trainingsbedingungen. Hier hinken wir noch hinterher in bestimmten Ländern oder Vereinen, auch in der Schweiz. Aber grundsätzlich schaue ich optimistisch in die Zukunft und denke, dass wir uns in die richtige Richtung bewegen.

Es ist sicher auch wichtig, dass immer mehr Mädchen sich für Fussball begeistern lassen, was sich wiederum positiv auf unseren Sport auswirkt.

Du hast mit deiner Schwester Meret ein Kinderbuch geschrieben: «Lia am Ball». Kannst du uns mehr darüber erzählen? Wieso habt ihr euch entschieden, ein Buch für Kinder herauszugeben?

Ich habe schon immer eine spezielle Verbundenheit mit Kindern verspürt und schon immer gerne auf Kinder aufgepasst und mich mit Kindern umgeben. Im Laufe meiner Karriere hat sich dann der Traum herauskristallisiert, dass ich gerne mal ein Kinderbuch herausgeben möchte. Als dann klar wurde, dass die nächste Fussball-Europameisterschaft in der Schweiz stattfindet, war das der perfekte Zeitpunkt, um mit Meret dieses Projekt anzugehen. Ich hätte mir das Projekt mit niemand anderem vorstellen können, da sie ein unglaubliches Schreibtalent hat. Daraus ist dann die Idee entstanden, meine beziehungsweise unsere eigene Geschichte zu erzählen. Das Buch soll Mädchen inspirieren, an sich zu glauben und ihren Träumen nachzugehen, ihr Ziel nicht aus den Augen zu verlieren und zu verstehen, dass Herausforderungen dazugehören. Darüber hinaus geht es auch darum, Werte wie Zusammenhalt, Freude und die Wertschätzung aller Menschen und Kulturen zu vermitteln. Werte, die viele Personen im Frauenfussball ausleben wollen. Und schlussendlich soll das Buch auch Mädchen ermutigen, dass sie alles erreichen können, wenn sie hartnäckig sind und dranbleiben.

Welche Botschaft möchtest du den Mädchen und jungen Frauen mitgeben?

Es ist eines meiner wichtigsten Anliegen, dass jedes Mädchen die Chance haben soll, ihre eigenen Träume zu verwirklichen, in welchem Bereich auch immer. Niemand auf dieser Welt sollte von gesellschaftlichen Normen oder Vorurteilen eingeschränkt werden. Davon sind wir leider noch weit entfernt. Ich habe einige Mädchen auf meinem Weg kennengelernt, die es schwer hatten, weil sie nicht unterstützt wurden. Ich möchte die Message weitergeben, dass es sich lohnt, für die Ziele, die man sich setzt, zu kämpfen. Jedes Mädchen verdient es, gehört und gefördert zu werden. Und wenn wir uns gegenseitig stärken, dann verändern wir nicht nur unser eigenes Leben, sondern pushen hoffentlich auch die Gesellschaft in eine Richtung, in der es künftig keinen Unterschied mehr macht, welches Geschlecht oder welche Herkunft man hat.

«Lia am Ball»

Ein Kinderbuch von Lia und Meret Wälti

Lia liebt Fussball – und sie träumt gross

Schon als kleines Mädchen kickt sie am liebsten draussen, spielt mit ihrer Schwester im Garten und übt unermüdlich. Doch ein Mädchenteam gibt es in ihrem Dorf nicht. Findet sie trotzdem einen Weg, ihre Leidenschaft zu leben? Begleite Lia auf ihrer spannenden Reise voller Teamgeist, Rückschläge und magischer Momente. Eine Geschichte über grosse Träume, Freundschaften und den Glauben an sich selbst – inspiriert vom echten Leben von Lia Wälti, Kapitänin des Schweizer Nationalteams.

Ein Fussballmärchen nach wahren Begebenheiten

Das Buch für Kinder ab 8 Jahren erzählt die teils biografische, teils erfundene Geschichte von Lia Wälti und wie sie mutig ihren Traum verfolgt. Es begleitet sie von ihren ersten Schritten im Fussball über ihren Alltag im Fussballinternat bis hin zu den Herausforderungen, die sie gemeinsam mit ihren Freund:innen meistert. Das Buch will weibliche Vorbilder schaffen und Kinder – insbesondere Mädchen – ermutigen, Fussball zu spielen, und sie daran erinnern, dass auch sie Grosses schaffen können.

Texte aus dem Klappentext und der Buchbeschreibung



Das Buch ist auf Deutsch, Französisch, Englisch und Italienisch erhältlich und erscheint in Zusammenarbeit mit KALEIO.



Verlosung

Schliessen Sie eine Dauerspende ab und erhalten Sie ein von Lia signiertes Exemplar! Schreiben Sie uns an info@plan.ch (Betreff: «Neue Dauerspende»), und welche Sprache Sie bevorzugen: Deutsch, Französisch oder Englisch). **Die ersten drei, die sich melden, erhalten ein signiertes Buch!**

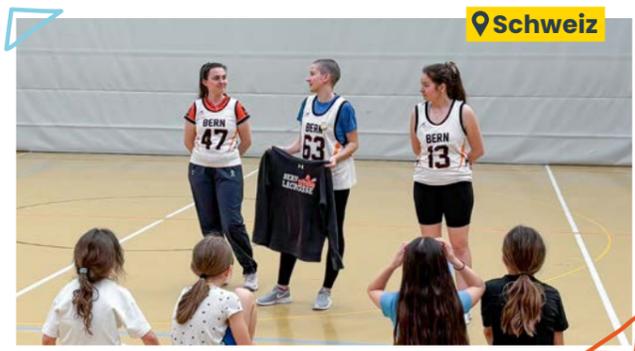
Sie sind bereits Dauerspender:in und möchten auch ein signiertes Buch? Dann schreiben Sie uns an info@plan.ch mit dem Betreff «Lia am Ball» **und die ersten drei, die sich melden, erhalten ebenfalls ein signiertes Exemplar.** Bitte geben Sie ebenfalls die gewünschte Sprache an. Viel Glück!

Sie möchten noch mehr Bücher bestellen? Hier geht's zum Shop: www.liaamball.ch

Jedes Mädchen kann eine **Sportheldin** sein!

Der Monat März stand ganz unter dem Motto «Mädchensport in der Schweiz fördern!» Als Charity-Partnerin unterstützt Plan International Schweiz die Stiftung IdéeSport, die den «Sportheldinnen»-Monat auf die Beine stellt. In über 200 Sportanlässen, die schweizweit stattfanden, präsentierten Sportlerinnen ihre Sportart, lösten Stereotype auf und motivierten Mädchen dazu, verschiedene Disziplinen kennenzulernen und auszuprobieren.

Durch unsere Kampagnen und Aktionen wie den «#GirlsTakeover» setzt Plan International Schweiz jedes Jahr ein Zeichen für die Chancen und Rechte von Mädchen in verschiedenen Bereichen und machen auf Ihre oftmals benachteiligten Situationen aufmerksam. In den letzten Monaten haben wir unseren Fokus verstärkt auf den Sport gelegt, denn auch hier gibt es noch einiges zu tun im Bereich Chancengleichheit und Gleichberechtigung, besonders bei der Förderung von Mädchen! Wussten Sie, dass 54 % der Jungen im Alter von 6 bis 13 Jahren ein sportliches Vorbild haben, während es bei den gleichaltrigen Mädchen gerade mal 5 % sind?* Wir finden: Das muss sich ändern! Deshalb unterstützen wir das Projekt «Sportheldinnen» der Stiftung IdéeSport.



Die Stiftung IdéeSport setzt sich seit mehr als 25 Jahren mit Sport- und Förderungsprogrammen für Kinder und Jugendliche in der ganzen Schweiz für körperliche und geistige Gesundheit ein. Mit dem «Sportheldinnen»-Monat wurden über 200 Sportevents organisiert, in denen Frauen ihre Sportart vorstellten. Dank vielfältigen weiblichen Vorbildern sollen Mädchen motiviert werden, sich sportlich zu engagieren und sehen, wie vielfältig der Sport für Mädchen und Frauen wirklich ist. Die Botschaft dahinter: Jedes Mädchen kann eine Sportheidin sein, egal in welcher Sportart!

Warum ist dieses Projekt wichtig?



Das «Sportheldinnen»-Projekt bietet Sportlerinnen eine Bühne, in der sie die Vielfalt im Frauen- und Mädchensport sichtbar machen, Mädchen inspirieren, sich sportlich zu engagieren und schädliche Stereotype aufzulösen. Konkret verfolgt das Projekt folgende Ziele:

Mehr Vorbilder schaffen: Mädchen und junge Frauen sind oft weniger sportlich aktiv als gleichaltrige Jungs und junge Männer. Einer der zentralen Gründe: Es fehlt an weiblichen Vorbildern. Das «Sportheldinnen»-Projekt möchte genau dies ändern.

Geschlechterspezifische Stereotype durchbrechen: Der Mangel an weiblichen Vorbildern kann dazu führen, dass Mädchen gewisse Sportarten nicht für sich in Betracht ziehen. Ausserdem werden einige Sportarten noch als typisch «männlich» oder «weiblich» gesehen. Der «Sportheldinnen»-Monat zeigt nicht nur Mädchen, sondern auch Jungen, dass diese Stereotype nicht zutreffen.

Bewegung fördern: Durch das Projekt werden Kinder und Jugendliche in der Schweiz durch weibliche Vorbilder inspiriert, ihren eigenen Weg im Sport zu finden und die Freude an der Bewegung zu entdecken. Gleichzeitig erhalten Mädchen und junge Frauen die Möglichkeit, neue Sportarten auszuprobieren und erste Kontakte zu lokalen Vereinen zu knüpfen.

Rollstuhlsport, Handball, Kickboxen – lernen Sie die Sportheidinnen kennen!

Mehr als 200 Sportanlässe fanden während des «Sportheldinnen»-Monats in der ganzen Schweiz statt. Wir haben drei dieser Events besucht und die inspirierenden Sportheidinnen getroffen.



Marcela

«Ich mache hier mit, weil ich eine Botschaft vermitteln möchte: Mädchen sollten sich mehr zutrauen. Sie dürfen selbstbewusster sein, mehr aus sich herauskommen und einfach das tun, was ihnen Freude macht. Glaubt an euch, verfolgt eure Träume und macht es einfach!»

Rosa & Sarah

«Es ist schön, dass wir in diesem Projekt Mädchen in einem sicheren Umfeld zeigen können, dass auch Frauen gute Sportlerinnen sind und dass Sport richtig Spass machen kann. Probiert neue Sportarten aus – es gibt so viele spannende zu entdecken! Habt keine Angst, wenn ihr zu Beginn das Gefühl habt, ihr könnt etwas nicht. Bleibt dran, wenn es euch Spass macht, und lasst euch von niemandem entmutigen!»



Michèle & Muriel

«Mit diesem Projekt können wir Mädchen zeigen, dass Kampfsport nicht nur etwas für Jungs und Männer ist. Das finden wir sehr cool. Sport stärkt das Selbstbewusstsein, fördert die Kraft, macht Spass und schafft ein Gefühl der Gemeinschaft. All das hat einen positiven Einfluss auf den Alltag. Deshalb ist es wichtig, dass Mädchen im Sport gefördert werden.»



Werden auch Sie aktiv!

Ihre Spende ermöglicht uns, weiterhin Mädchenprojekte wie den «Sportheldinnen»-Monat in der Schweiz zu unterstützen.

Jetzt spenden und Mädchenprojekte fördern:



www.plan.ch/sportheidinnen

Vietnam



Projektteilnehmerin Trang (links oben) und ihr Fussballteam.

«Sie sagten, dass Mädchen nicht Fussball spielen könnten. Jetzt spielen wir gleichberechtigt zusammen.»



Lan Anh trainiert zusammen mit Jungen.

Das «Safe Sport Project» bietet nicht nur Chancen für Gleichberechtigung, sondern ändert auch die sozialen Normen, die Mädchen oft daran hindern, ihre Ziele zu erreichen. «Ich glaube, dass Mädchen genauso aktiv und enthusiastisch sind wie Jungen, wenn sie Fussball spielen», sagt Tien, ein Junge, der früher dachte, Sport sei nichts für Mädchen. Sein Freund Manh stimmt ihm zu: «Ich werde Mädchen immer unterstützen und anfeuern, wenn sie Fussball spielen», sagt er.

Die Mädchen, die am Projekt teilnehmen, sagen, dass sich ihr Selbstbewusstsein und ihr Selbstwertgefühl verbessert haben, seit sie mehr Sport treiben. Lam, die früher recht schüchtern war, ist jetzt eine selbstbewusste Fussballspielerin. «Ich spiele wirklich gerne Fussball. Auf dem Spielfeld kann ich ich selbst sein. Ich fühle mich frei und wohl, wenn ich mit meinen Freund:innen in einem sicheren Raum spiele.»

Sichere und gleichberechtigte Räume für Sport

Als junges Mädchen liebte Lan Anh Fussball. Niemand wollte jedoch mit ihr spielen, weil sie ein Mädchen war. «Die Erwachsenen sagten, dass Mädchen nicht auf das Spielfeld gehören», sagt sie. Aber jetzt hat sich alles geändert, und Lan Anh ist Kapitänin ihres Fussballvereins an der Sekundarschule und eine selbstbewusste Stürmerin.

«Fussballspielen ist wirklich mein Ding. Ich habe es seit der Grundschule geliebt, und jetzt habe ich die Chance, wieder zu spielen. Ich denke, dass der Sport eine Möglichkeit ist, meine Persönlichkeit zu entfalten. Am meisten gefällt mir die Möglichkeit, meine Leidenschaft für den Fussball wieder zu entfachen. Ich habe neue Fähigkeiten erlernt und fühle mich selbstbewusster», erzählt Lan Anh. Ihre Schule ist eine von 20 weiterführenden Schulen in Hanoi, Vietnam, die am «Safe Sport Project» von Plan International teilnehmen. Die Initiative schafft sichere und gleichberechtigte Räume für Sport, um die Gleichstellung der Geschlechter zu fördern und soziale Normen in Frage zu stellen. Durch die Veränderung von Machtverhältnissen spielen Mädchen und Jungen gemeinsam Sport in sicheren, integrativen und zugänglichen Räumen.

Eine 2019 von Plan International an Schulen in Vietnam durchgeführte Umfrage ergab, dass 51% der Schüler:innen angaben, bei der Teilnahme an sportlichen Aktivitäten irgendeine Form von geschlechtsspezifischer Diskriminierung erlebt zu haben; 40% der Mädchen fühlten sich beim Schulsport ungleich behandelt und 49% der Mädchen gaben an, dass sie sich bei der Nutzung der Sporteinrichtungen an ihren Schulen unsicher fühlten.

Mit Sport Geschlechterbarrieren durchbrechen

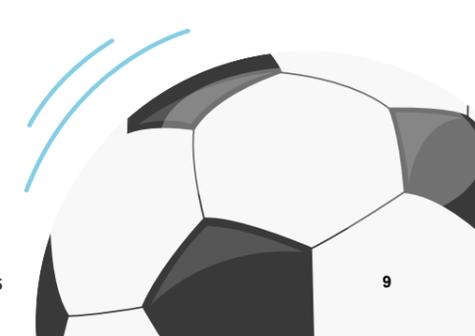
Das «Safe Sport Project» soll dafür sorgen, dass Mädchen und Jungen gleichermaßen Zugang zu sicheren und geschützten Sporträumen in ihren Schulen haben. «Vor diesem Projekt durften Mädchen

nicht mit Jungen Fussball spielen», sagt Projektteilnehmerin Trang. «Sie sagten, dass Mädchen wie Enten seien und nicht Fussball spielen könnten. Jetzt spielen wir gleichberechtigt zusammen.» Die Lehrer:innen erlernen auch neue Fähigkeiten im Kinderschutz und im Umgang mit geschlechtsspezifischer Diskriminierung und Gewalt, die in den Schulen so alltäglich geworden waren, dass sie im Allgemeinen ignoriert wurden. «Jetzt haben wir ein klares und tiefes Verständnis für diese Themen», erklärt Schulleiter Phung The Thanh Huong.

Durch die Nutzung der Kraft des Sports werden den Schüler:innen wichtige Botschaften über Sicherheit und Geschlechterfragen vermittelt und Mädchen ermutigt, sich stärker an sportlichen Aktivitäten zu beteiligen. «Früher habe ich hauptsächlich Jungen trainiert, aber seit ich am Projekt teilnehme, denke ich, dass auch Mädchen mitmachen sollten, weil es allen Spass macht und die Gesundheit verbessert», sagt Sportlehrerin Dang Thi Le. Auch die Eltern sind eingeladen, mehr über die Rechte ihrer Kinder und die Bedeutung des Sports für ihre Zukunft zu erfahren. «Ich hoffe, dass alle Eltern, die wollen, dass ihre Kinder so stark und mutig sind wie meine, sie dabei unterstützen werden, sich ihren Freund:innen anzuschliessen und für ein besseres Leben zu trainieren», so eine Mutter.

«Ich spiele wirklich gerne Fussball. Auf dem Spielfeld kann ich ich selbst sein und fühle mich frei und wohl.»

Das Projekt zielt darauf ab, nachhaltige und transformative Veränderungen zu bewirken, indem mit der Regierung und Bildungseinrichtungen zusammengearbeitet wird, um den Sport für heranwachsende Mädchen und Jungen zugänglicher und integrativer zu gestalten. Darüber hinaus werden Lehrpersonen, Gemeinden und Familien ermutigt, ein unterstützendes soziales Umfeld zu schaffen, das das Engagement von Mädchen bei sportlichen Aktivitäten in Schulen fördert.



«Champions of Change»: Vorbilder der Zukunft



Irina Schuppli
Project Lead
«Champions of Change»

Vor zwei Jahren startete Plan International Schweiz das Projekt «Champions of Change», das in der Schweiz bei IKEA und H&M mit 31 Lernenden durchgeführt wurde. Projektleiterin Irina Schuppli erzählt uns, wie es mit dem Projekt läuft und was künftig geplant ist.

Was wird mit dem Projekt «Champions of Change» bezweckt?

Das Bildungsprojekt «Champions of Change» fördert die Chancengerechtigkeit und stärkt die Zukunftsambitionen von Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Es unterstützt die Teilnehmenden, die Vielfalt ihrer Identität zu erkennen, gender- und kulturspezifische Hindernisse in ihrem (Berufs-)Alltag zu hinterfragen und Zukunftsambitionen zu entwickeln – dies möglichst losgelöst von gesellschaftlichen Zuschreibungen und Erwartungen. Das Projekt ist aber mehr als «nur» ein Bildungsprojekt – es ist eine Einladung, die eigene Zukunft selbst in die Hand zu nehmen, und den Teilnehmenden zu zeigen, dass an sie geglaubt wird. Wir möchten sie befähigen, Verantwortung für ihre Entscheidungen und ihre Karriere zu übernehmen – ganz egal, welchen «Lebensrucksack» sie mitbringen. Wir sind überzeugt: Jugendliche von heute haben das Potenzial, neue Vorbilder und Führungspersonen von morgen zu werden.

Wieso braucht es dieses Projekt?

Es soll selbstverständlich werden, dass Geschlecht und Herkunft keine Hindernisse für eine erfolgreiche Karriere darstellen. Wir möchten dazu beitragen,

dass die nächste Generation positiv in die Zukunft blickt, an sich selbst glaubt und daran, dass sie Veränderungen in ihrem Leben und in der Gesellschaft bewirken kann. Doch von diesem Ziel sind wir heute noch weit entfernt: Die Ergebnisse des Generationen-Barometers 2025 zeigen, dass knapp 80 % der 18- bis 25-Jährigen pessimistisch in die Zukunft blicken. Das Gefühl, wenig Einfluss auf ihre Lebensumstände und die Gesellschaft zu haben, verbreitet sich zunehmend. Das müssen wir ernst nehmen und darüber reden. Gleichzeitig besuchen 10 % mehr junge Frauen als Männer nach der obligatorischen Schulzeit eine weiterführende, allgemeinbildende Schule – trotzdem sind sie ab dem Punkt in der Arbeitswelt, wo es in die Führungsetagen geht, unterrepräsentiert. Die aktuelle politische Weltlage macht es umso dringlicher, gegen diese Ungleichheit anzukämpfen.

Du arbeitest mit Lernenden. Weshalb der Fokus auf die jüngsten in den Unternehmen?

In der Schweiz entscheidet sich die Mehrheit der Jugendlichen für eine Berufslehre – eine prägende Lebensphase. Eine Studie von uns hat gezeigt, dass der Optimismus junger Frauen bezüglich ihrer Karriere sinkt, sobald sie mit den Realitäten der Arbeitswelt konfrontiert werden. Dort werden oft – teils unbewusst – Geschlechternormen reproduziert, was zu Verunsicherung führen kann. Viele Unternehmen haben dies erkannt, schulen jedoch meist erfahrenere Mitarbeitende und Führungskräfte. Die Lernenden, die Zukunft eines jeden Betriebs, bleiben meist aussen vor. Und genau hier setzen wir an: Wir möchten junge Menschen frühzeitig stärken, damit sie an sich selbst glauben und über die nötigen Skills verfügen, um ihre Karriere und die Chancengerechtigkeit voranzutreiben.



«Die absolute Mehrheit aller Lernenden haben das Programm extrem geschätzt. Sie können uns nun besser unterstützen, einen diverseren und inkludierenden Arbeitsplatz zu erreichen.»

Ina Rhöös, IKEA Schweiz Equality, Diversity & Inclusion Leader



31 Auszubildende von H&M und IKEA im Alter von 15 bis 24 Jahren nehmen am Pilotprojekt teil.

Wie gehst du bei der Umsetzung des Projektes vor?

Unser Projekt baut auf einem erfahrungsbasierten und interaktiven Ansatz auf – keine PowerPoints, kein stundenlanges Sitzen. Die Grundlage unseres Programms sind die Meinungen und Erfahrungen der Teilnehmenden. Während der Workshop-Tage sammeln sie durch sogenannte Simulationsaktivitäten neue Erfahrungen in der Gruppe. In der Gruppe reflektieren und diskutieren wir das Erlebte, und so kann neues Wissen entstehen. Am Ende des Projektes entwickeln die Teilnehmenden ihren eigenen Aktionsplan und setzen so das Gelernte in der Praxis um. Diese Methodik ermöglicht es den Teilnehmenden, die Lerninhalte direkt auf ihre eigenen Erfahrungen zu beziehen. So kann durch aktives Erleben Veränderung stattfinden.

«Es war eine Top-Erfahrung. Egal für welches Alter, ich würde es jedem weiterempfehlen.»

Teilnehmende H&M

Wie kam es dazu, das Projekt bei durchstart – einem Arbeitsintegrationsprogramm für Jugendliche und junge Erwachsene – durchzuführen?

Nach der erfolgreichen Pilotphase mit Lernenden von H&M und IKEA haben wir entschieden, gezielt auch Jugendliche anzusprechen, die noch auf dem Weg sind, eine Lehrstelle zu finden – insbesondere diejenigen, die aufgrund sozioökonomischer Bedingungen zusätzliche Hürden beim Eintritt in die Arbeitswelt haben. Ein weiterer Grund ist, dass die Mehrheit der Jugendlichen nach wie vor geschlechtertypische Berufe wählt, was unter anderem auf fehlende Vorbilder, tief verankerte Rollenstereotype, das Selbstkonzept der Jugendlichen sowie die Meinungen von Familie und Freunden zurückzuführen ist.

Unser Ziel ist es, die Persönlichkeit und die Zukunftsziele der Jugendlichen noch vor dem Eintritt in die Arbeitswelt zu stärken, sie zu ermutigen, über traditionelle Rollenbilder hinauszudenken und ihren eigenen, individuellen und selbstbestimmten Weg in die Zukunft zu gestalten. Mit dem Arbeitsintegrationsprogramm durchstart haben wir einen spannenden und innovativen Partner für unseren ersten Pilotdurchlauf mit dieser Zielgruppe gefunden.

Wie geht es weiter mit «Champions of Change»?

In diesem Jahr konnten wir zum ersten Mal mit Jugendlichen aus dem Lehrvorbereitungsjahr von Migros zusammenarbeiten und haben weitere spannende Partner:innen gewinnen können. So arbeiten wir unter anderem neu mit AMIE Zürich, einem Arbeitsintegrationsprogramm für junge Frauen, die Mütter geworden sind und noch keine Ausbildung abgeschlossen haben. Zudem kooperieren wir mit dem Arbeitsintegrationsprogramm InTeam, das einen innovativen Ansatz verfolgt und die Teilnehmenden zu Trainer:innen ausbildet. Weiterhin können wir auch auf die erfolgreiche Partnerschaft mit IKEA zählen und freuen uns darauf, das «Champions of Change»-Programm im kommenden Herbst erneut umzusetzen.

«Dies kann die beste Möglichkeit sein, uns selbst besser kennenzulernen und ich bin sehr froh, an diesem Workshop teilgenommen zu haben.»

Teilnehmende Migros

Nachlass bewusst und fair planen



Ein Testament zu verfassen, gibt Ihnen die beruhigende Gewissheit, Ihre Angehörigen und Liebsten abgesichert zu wissen und Ihr Erbe in Ihrem Sinne weiterzugeben. Vielleicht haben Sie darüber hinaus den Wunsch, auch Ihre ideellen Werte zu bewahren.

So können Sie z. B. die gemeinnützige Arbeit von Plan International Schweiz über das eigene Leben hinaus unterstützen und nachhaltig dazu beitragen, die Lebenssituationen von Kindern, deren Familien und Gemeinden weltweit zu verbessern. Wir wissen dieses Engagement zu würdigen.

Das eigene Testament zu schreiben ist zum einen ein sehr persönlicher Moment und zum anderen von rechtlichen Anforderungen begleitet. Unsere Partnerorganisation «DeinAdieu» unterstützt Sie dabei, Ihren Nachlass rechtsgültig zu hinterlassen. So planen Sie bewusst, was mit Ihrem Vermächtnis geschieht.



Hier erfahren Sie mehr:

www.plan.ch/testament

«Dank des Testament-
generators und
der kostenfreien Rechts-
beratung bin ich mir
nun sicher, dass mein
Vermächtnis dort
ankommt, wo ich
es wünsche.»

Bei meiner Familie
und zu einem Teil bei
den Mädchen-
hilfsprojekten von Plan
International.»



Elena P.



The Girls' Rights Organisation