



Bewegung als Investition in Gesundheit Der BIG-Ansatz

www.big-projekt.de

Abschlussbericht vom 18. Januar 2011

BIGGER(t)

Erprobung eines innovativen Konzepts zur Förderung von Bewegung bei Frauen in schwierigen Lebenslagen im großstädtischen und ländlichen Raum.

Inhaltsverzeichnis

1. Titel und Verantwortlichkeit	4
1.1. Titel des Projekts	4
1.2. Förderkennzeichen	
1.3. Projektleitung	
1.4. Bottrop	
1.5. Uecker-Randow	
1.6. Projektlaufzeit	
1.7. Evaluationszeitraum	
2. Zusammenfassung: BIGGER in INFORM	5
3. Evaluationsansatz in BIGGER	7
3.1. Erhebung und Auswertung der Daten	
3.1.1. Qualitative Erhebung	
3.1.2. Quantitative Erhebung	
•	
4. Reach	
4.1. Erreichung von Frauen in schwierigen Lebenslagen	11
4.2. Entwicklung der Teilnehmerinnenzait	12
4.3. Beteiligung der Zielgruppenfrauen an der Projektentwicklung und -implementatio	n 15
4.4. Erreichbarkeit und Beteiligung von Experten und Organisationen (Netzwerk)	17
5. EFFECTIVENESS	10
5.1. Förderung persönlicher Kompetenzen zu gesunden Lebensweisen	
5.1.1. Auswirkungen auf das allgemeine Gesundheitsbewusstsein	
5.1.2. Verändertes Bewegungsverhalten	
5.1.3. Entwicklung sozialer und interkultureller Kompetenz	
5.1.4. Erwerb von Gesundheitswissen	
5.1.5. Steigerung der Selbstwirksamkeitserwartung und Kontrollüberzeugung	
5.1.6. Entwicklung der Führungskompetenz und kritischer Reflexion	
5.2. Unterstützung von Gemeinschaftsaktionen	
5.2.1. Überwindung sozialer Isolation	
5.3. Schaffung gesundheitsförderlicher Lebenswelten	
5.3.1. Gewinn von Kooperationspartnerschaften, Stärkung der Vernetzung	
5.3.2. Schaffung gesundheitsförderlicher Umgebungen	
5.3.3. Vereinsgründung	
5.4. Gesundheitsförderliche Gesamtpolitik	
5.4.1. Neuorientierung der lokalen Projektleitung	28
5.4.2. Fördergelegenheiten	
5.4.3. Veränderung der Öffentlichkeitsarbeit	28
6. ADOPTION und IMPLEMENTATION	20
6.1. Aus- und Weiterbildung	
6.2. Barrieren und Herausforderungen bei der Planung und Umsetzung	
6.2.1. Intersektoralität des Ansatzes	
6.2.2. Unsichere Finanzierung durch Projektträger	
9 , 9	
6.2.4. Mangel lokaler Ressourcen und Institutionalisierungsbereitschaft	
6.2.5. Erreichbarkeit von Frauen in schwierigen Lebenslagen	33
7. MAINTENANCE	34
7.1. Chancen für und durch eine Institutionalisierung der Maßnahmen	34
7.1.1. Offenheit der Angebote	
7.1.2. Transfer des erworbenen Gesundheitsverhaltens in Familien	
7.1.3. Integrationsförderung	
<u> </u>	

7.1.4. Anwendung des Ansatzes im Vereins	kontext35
7.2. Stolperstein Nachhaltigkeitssicherung	
8. Ausblick BIGGER	36
8.1. Finanzierung der Maßnahmen	
8.2. Sicherung der lokalen Projektkoordination	
8.3. Aus- und Weiterbildung	38
9. Anhänge	39
9.1. Materialien Öffentlichkeitsarbeit	
9.2. Erhebungsmaterial	
9.3. DVD mit Fotos	



1. Titel und Verantwortlichkeit

1.1. Titel des Projekts

"BIGGER^(t) – Erprobung eines innovativen Konzepts zur Förderung von Bewegung bei Frauen in schwierigen Lebenslagen im großstädtischen und ländlichen Raum."

1.2. Förderkennzeichen

IIA5-2509-GBE-301

1.3. Projektleitung

Prof. Dr. Alfred Rütten Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg Institut für Sportwissenschaft und Sport Geschäftsführender Direktor

Gesamtkoordination: Dipl.-Pol. Annika Frahsa Tel.: 09131-8525006

E-mail: annika.frahsa@sport.uni-erlangen.de; Friedrich-Alexander Universität Erlangen-Nürnberg Institut für Sportwissenschaft und Sport Gebbertstr. 123b, 91058 Erlangen

1.4. Bottrop

Projektleitung: Stadt Bottrop RAA

Leiter: Herr Frank Raphael, Gladbecker Str.79/46240 Bottrop

Tel.: 02041/704752

E-mail: frank.raphael@bottrop.de

Lokale Projektkoordinatorin Tanja Eigenrauch, Tel.:02041 - 704748

E-mail: Tanja. Eigenrauch@bottrop.de

1.5. Uecker-Randow

Projektleitung:

Kreissportbund Uecker-Randow e.V. Verantwortlicher: Herr Reinhard von Hirschhevdt

Tel.: 03973-216608

E-mail: ksbuecker-randow@t-online.de

Projektkoordinatorin: Gudrun Pechstein, Kreissportbund UER e.V., Haußmannstr. 12/17309 Pasewalk Tel. 03973-216608

E-mail: ksbuecker-randow@t-online.de

1.6. Projektlaufzeit

BIGGER: 01.07.2008 bis 31.05.2009 (kostenneutrale Verlängerung bis

31.08.2009)

BIGGER^t1: 15.09.2009 bis 28.02.2010 (kostenneutrale Verlängerung bis

30.06.2010)

BIGGER^t2: 01.03.2010 bis 31.12.2010

1.7. Evaluationszeitraum

01.07.2008 bis 30.06.2010

Wissenschaftliche Evaluation endet mit BIGGER^t1 keine Fördermittel für wissenschaftliche Koordination in BIGGER^t2 bewilligt

2. Zusammenfassung: BIGGER in INFORM

INFORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung will Lebenswelten mit ausreichend attraktiven Bewegungsanreizen schaffen, damit Menschen in Deutschland wieder regelmäßig körperlich und sportlich aktiv werden. Um das zu erreichen, setzt INFORM auf Zielgruppenorientierung, Aktivierung insbesondere von sogenannten Nichtbewegern und eine Umsetzung von Aktivitäten vor Ort in Settings, also da wo Menschen leben, arbeiten, lernen oder spielen.

BIGGER ist ein Modellprojekt zur Realisierung dieser Zielsetzung. Es zielt Gesundheitsförderung von Frauen in schwierigen Lebenslagen über Bewegung. Frauen in schwierigen Lebenslagen, insbesondere Frauen mit einem geringen sozioökonomischen Status, überproportional inaktiv und haben damit ein hohes Risiko für Bewegungsmangelkrankheiten. Frauen mit geringem sozioökonomischen Status und Migrantinnen sind zudem im Sport unterrepräsentiert.

BIGGER hat den Transfer des BIG-Ansatzes in städtisch verdichtete und ländliche Regionen Deutschlands, Bottrop/NRW und Uecker-Randow/Mecklenburg-Vorpommern, erfolgreich erprobt und erste Schritte der Nachhaltigkeit vor Ort eingeleitet. In Zusammenarbeit mit lokalen Institutionen wurden in kooperativen Planungsprozessen Wege und Maßnahmen gesucht, um bereits zur Verfügung stehende "Aktivposten" für eine nachhaltige Bewegungs- und Gesundheitsförderung der Zielgruppe zu mobilisieren. In Bottrop und Uecker-Randow wurde vor Ort, in Lebenswelten der Frauen, gearbeitet, wie in Familienzentren oder Mehrgenerationenhäusern.

Wöchentlich werden so ca. 300 Frauen an 19 Standorten erreicht. Die Teilnehmerinnen bewegen sich mehr, sie berichten von gewonnen Gesundheitskompetenzen, die oftmals über sportliche Fähigkeiten hinaus reichen, gestiegener Selbstwirksamkeit und gewonnenem Selbstvertrauen oder auch der Überwindung sozialer Isolation. Expertinnen und Experten vor Ort haben mit BIG einen Ansatz gefunden, mit dem sie Frauen in schwierigen Lebenslagen erreichen und für Bewegung gewinnen, aber auch gesundheitsförderliche Strukturen schaffen können.

BIGGER ist es gelungen, Frauen aus der Zielgruppe selbst zu Übungsleiterinnen auszubilden und sie in die Organisation und Durchführung von Bewegungsaktivitäten einzubinden. Verhaltens- und Verhältnisänderung griffen dabei ineinander. Mit den kooperativen Planungsprozessen vor Ort, in die Frauen, lokale Expertinnen und Experten sowie Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträger eingebunden waren, wurde der notwendige Raum geschaffen, um passgenaue Angebote zu den Bedingungen zu planen und umzusetzen, die dann auch von Frauen in schwierigen Lebenslagen angenommen werden konnten. Der Beteiligungs- und Befähigungansatz resultierte daher auch in der Verbesserung infrastruktureller Möglichkeiten für Bewegung, z.B. neuen Zugang zu Bewegungsräumen wie privaten Bädern oder Sporthallen geschaffen werden oder der nachhaltigen Fortführung von Angeboten durch Vereinsgründung.

Gegenwärtig arbeiten die lokalen Projektkoordinationen darauf hin, die Angebote zu verstetigen und auf andere Orte auszuweiten. Durch die Transfererprobung konnten wichtige Erkenntnisse über die Bedingungen und Erfordernisse für Bewegungsförderung von sozial benachteiligten Frauen in den unterschiedlichen Regionen gewonnen werden, die dazu beitragen können, Menschen über INFORM zu mehr Bewegung zu befähigen. BIGGER und seine Nachfolgeprojekte zeigen dabei, dass die Verbesserung von Bewegungsverhältnissen der Schlüssel ist, um die Tür zu mehr Bewegung zu öffnen. Ein Projekt von weniger als drei Jahren Laufzeit kann allerdings die Veränderung politischer Rahmenbedingungen und die Schaffung gesundheitsförderlicher Umgebungen kaum nachhaltig institutionalisieren. Hierzu sind weitgehende Anstregungen erforderlich.

3. Evaluationsansatz in BIGGER

Zur Erhebung von Prozess-, Struktur-, und Ergebnisqualität von BIGGER wurden Indikatoren nach dem RE-AIM-Modell (Glasgow et al., 1999) verwendet und mit den Koordinatorinnen abgestimmt. Die wissenschaftliche Evaluation von BIGGER zielt darauf, zu erheben, ob der BIG-Ansatz aus dem Modellprojekt Erlangen auf andere Regionen übertragbar ist, d.h. auch in anderen Kontexten geeignet ist, um Frauen in schwierigen Lebenslagen für Gesundheitsförderung über Bewegung zu erreichen und nachhaltige gesundheitsförderliche Strukturen vor Ort zu schaffen. So kann BIGGER Erkenntnisse über Chancen und Stolpersteine von Projekten für mehr Bewegung und damit zu einer erfolgversprechenden Gestaltung der Implementierung von INFORM beitragen

RE-AIM steht für Reach, Efficacy/Effectiveness, Adoption, Implementation und Maintenance (Glasgow et al. 1999). Dieses Modell zielt auf die Verbesserung des Transfers von Interventionsstudien auf die Präventionspraxis ab. In einem ersten Schritt soll dabei die Reichweite der Maßnahmen in der angestrebten Zielgruppe analysiert und nachgewiesen werden (reach). Danach soll untersucht werden, ob mittels dieser Maßnahmen die angestrebten Wirkungen erreicht worden sind, und welche negativen Wirkungen hierfür in Kauf genommen werden müssen (efficacy/effectiveness). In weiteren Schritten soll überprüft werden, ob die Maßnahmen von anderen Institutionen und Settings übernommen werden (adoption), und ob es diesen gelingt, die Maßnahmen wie beabsichtigt umzusetzen (implementation) sowie selbstständig und vor allem nachhaltig durchzuführen (maintenance).

In Anlehnung an das RE-AIM Modell wurden bei BIGGER folgende Dimensionen evaluiert (vgl. Abb.1):

- 1. Wird die angestrebte Zielgruppe tatsächlich erreicht (Reach)?
- 2. Sind die entwickelten Bewegungsaktivitäten effektiv (Effectiveness)?
- 3. Werden die in BIG in Erlangen für das Setting Wohnquartier entwickelten Maßnahmen übernommen bzw. inwiefern werden sie modifiziert (Adoption)?
- 4. Werden die entwickelten Maßnahmen wie beabsichtigt implementiert (Implementation)?
- 5. Gelingt es, den entwickelten BIG-Ansatz dauerhaft zu institutionalisieren (Maintenance)?

3.1. Erhebung und Auswertung der Daten

Die Evaluation von BIGGER erfolgte durch ein mehrdimensionales Evaluationskonzept unter Einbezug der BIGGER-Beteiligten vor Ort - Zielgruppenfrauen, Multiplikatorinnen, lokale Entscheidungsträger und Experten.

Es kamen sowohl qualitative als auch quantitative Erhebungsmethoden zum Einsatz.

3.1.1. Qualitative Erhebung

Qualitative Erhebungen bieten die Möglichkeit, Prozesse, Strukturen und Effekte zu erheben, die von den Forschern nicht im Vorfeld antizipiert wurden. Während Fragebögen mit quantifizierbaren Vorgaben die Auswahl und Struktur der Ergebnisse bereits im Vorfeld festlegen, sind qualitative Erhebungen prozessbezogen und geeignet, komplexe Zusammenhänge zu erheben.

Als Zwischenerhebung wurde 2009 in Uecker-Randow ein Evaluationsworkshop durchgeführt, bei dem alle relevanten Perspektiven vertreten waren. In Bottrop fand eine Fokusgruppe mit Frauen der Zielgruppe, Übungsleiterinnen und der lokalen Projektkoordinatorin statt.

Teilnehmende Frauen gestalteten darüber hinaus Collagen und Fotoethnografien zur Bedeutung und zur Wirksamkeit von BIGGER. Teilnehmende Beobachtung der lokalen Projektkoordination über schriftliche und fotographische Dokumentation ergänzte dies (siehe DvD im Anhang Kapitel 10.3).

Im Frühjahr 2010 wurden als Abschlussevaluation in Uecker-Randow von der wissenschaftlichen Projektleitung 10 und in Bottrop 7 leitfadengestützte Interviews zur Erhebung verschiedener Perspektiven der Projektbeteiligten geführt. In Bottrop wurde zudem eine Fokusgruppe mit 11 Teilnehmerinnen der Bewegungsaktivitäten durchgeführt.

Einleitend wurde in Interviews und der Fokusgruppe nach allgemeinen Assoziationen der Interviewpartner mit dem BIGGER-Projekt gefragt. Im weiteren Verlauf des Interviews wurden offene Fragen zu den verschiedenen Dimensionen (siehe auch Abb. 1) des RE-AIM-Modells gestellt. So wurden Inhalte wie Motivation für die Teilnahme am Projekt, die Erreichbarkeit der Zielgruppenfrauen, Barrieren und Schwierigkeiten in der Planungs- und Umsetzungsphase sowie mögliche Chancen und Stolpersteine erfasst. Darüber hinaus wurden organisatorische Aspekte des BIGGER -Projekts angesprochen sowie Veränderungen durch die Teilnahme an BIGGER Maßnahmen (Gesundheitswirkung und Verhaltenswirkung). Auch die Interaktion der BIGGER Beteiligten untereinander und daraus entstandene Netzwerke wurde untersucht. Alle Interviews wurden auf Tonband aufgezeichnet und anschließend transkribiert und von mindestens zwei unterschiedlichen Personen ausgewertet.

Abschließend wurde zu jedem aufgenommenen Interview ein Postskript angefertigt, das die erlebte Interviewsituation (z.B. Gesprächsatmosphäre, Beziehung zwischen Interviewer und interviewter Person (Rapport), besondere Interaktionsphänomene, auffallende Themen und Störungen) kurz nach dem Interview aufzeichnet. So werden wertvolle Informationen konserviert und für die Auswertung nutzbar gemacht. Beispielsweise können diese Zusatzinformationen als Interpretationshilfe für nicht eindeutig zuordnungsbare Textstellen dienen.

3.1.2. Quantitative Erhebung

Um die Bedürfnisse und Barrieren der Zielgruppenfrauen vor Ort transparent zu machen, wurden sowohl in Bottrop als auch in Uecker-Randow Kurzfragebögen an die Zielgruppenfrauen verteilt. Der Rücklauf betrug in Bottrop 75 und in Uecker-Randow 8 Fragebögen. Dabei wurden Daten von bereits an den BIGGER-Maßnahmen teilnehmenden Frauen als auch von deren nicht an BIGGER teilnehmenden Bekannten und erhoben.

Die Datenauswertung der quantitativen Befragung aus Bottrop erfolgte mit Hilfe deskriptiver Verfahren der Datenanalyse (Berechnung von Häufigkeiten und Mittelwerten) und über die Berechnung von Mittelwerten und Standardabweichungen und deren Vergleich (siehe Anhang: Erhebungsmaterial Bottrop, Kapitel 10.2).

Ziele	Indikatoren der Gesamtevaluation	Evaluationsmethoden - Instrumente				
Reach	Reach					
Beteiligung der Zielgruppenfrauen in der Planung und Durchführung	Unterstützung von Gemeinschaftsaktionen durch Beteiligung der Zielgruppenfrauen Entwicklung persönlicher Kompetenzen zu gesunden Lebensweise durch Übernahme von Aufgabenbereiche innerhalb der Planung und Durchführung der Maßnahmen (Übungsleiterinnen, Multiplikatorinnen, Teilnehmerin, Übernahme sonstiger administrativer Aufgaben)					
Beteiligung von Experten und Organisationen	Schaffen von gesundheitsförderlichen Lebenswelten für die Zielgruppenfrauen durch Öffnen von Infrastrukturen oder Schaffen von Bewegungsgelegenheiten: Anzahl und Charakteristika der kooperierenden Aktivposten, die Beitrag zu den Maßnahmen leisten konnten Art, Anzahl und Form der bereitgestellten Unterstützung (materieller, finanzieller, personeller Ressourcen)	Dokumentation Dokumentenanalysen Qualitative Interviews mit Kooperationspartner (N=6)				
Entwicklung der Angebote	Förderung der gesundheitsförderlichen Gesamtpolitik durch das Schaffen und die Sicherung von Infrastrukturen und Neuorientierung der Gesundheitsdienste: Anzahl und Entwicklung der Angebote/Maßnahmen durch Einbindung von Kooperationspartnern Entwicklung der Teilnehmerinnenanzahl in den Angeboten					
Effectiveness						
Förderung individueller Kompetenzentwicklung für gesundheitsförderliches Verhalten	Gesundheitswirksamkeit der Bewegungsprogramme Intra- und interpersonelle Veränderungen auf Projektbeteiligte im Sinne des gesundheitlichen Kompetenzerwerbs	Dokumentation				
Förderung von Geme <mark>inschafts</mark> aktionen	Anzahl, Entwicklung und Nutzung von sozialen Netzwerken	Dokumentenanalysen Qualitative Interviews (N=17)				
Gesundheitsförderliche Gesamtpolitik und Neuorientierung beteiligter Organisationen	Auswirkungen und Veränderungen innerhalb des Tätigkeitsbereichs und der organisatorischen Abläufe					
Solomigical Organisation on	Auswirkungen auf die Außendarstellung Auswirkungen und Veränderungen in Bezug auf das Netzwerk					

Ziele	Indikatoren der Gesamtevaluation	Evaluationsmethoden - Instrumente				
Adoption	Adoption					
Art der Maßnahmen	Form der übernommen Maßnahmen (verhaltens- oder verhältnisorientiert)					
Aus- und Weiterbildung	Form und Anzahl der an Aus- und Weiterbildungsmaßnahmen an beteiligten Frauen	Dokumentation				
Synergien und Konflikte in der Planung	Art und Form der Zusammenarbeit, der Interaktion und des Kontakts der Projektbeteiligten untereinander					
	Art und Weise der Kommunikation und Interaktion der Projektbeteiligten					
Implementation						
Schwierigkeiten und Barrieren bei der Umsetzung	Darstellung aller Barrieren, Schwierigkeiten und Herausforderungen innerhalb der Maßnahmenplanung, -entwicklung und -umsetzung	Leitfadengestützte Interviews mit lokalen Experten und Entscheidungsträgern (N=12) Dokumentation (Protokolle)				
Maintenance		, ,				
Institutionalisierung der Maßnahmen	Aufzeichnungen von bisherigen Schritten und Sammeln von Ideen zur Institutionalisierung strukturbildener Maßnahmen Vorbereitung der strukturellen Absicherung durch Abfragen von möglichen Fördertöpfen bzw. Suche nach weiteren nutzbringenden Kooperationspartnerschaften	Dokumentation Dokumentenanalysen Qualitative Interviews (N=5)				
Nachhaltigkeitssicherung	Aufrechterhaltung der Teilnehmerzahlen in den Angeboten Längerfristige Absicherung und Nachhaltigkeitsgewähr der Maßnahmen mit allen Beteiligten Weitere Zielplanung und Schwerpunktsetzung für die nachfolgende Projektphase					

Abbildung 1: Projektziele und Evaluationsmethoden aus BIGGER

4. Reach

Mecklenburg-Vorpommern hat eine Arbeitslosenguote von 11,5%. Die Ausländerguote liegt bei 2,4%. Darüber hinaus ist Mecklenburg-Vorpommern mit einer Einwohnerdichte von weniger als 75 Einwohnern/km2 im Vergleich zu Nordrhein-Westfalen (526 Einw./km2) sehr ländlich geprägt. Nach Aussage des Chefs der Arbeitsagentur Nord, Jürgen Goecke: "Die Menschen, die es nicht mehr gibt, können auch nicht arbeitslos sein. (...) In jedem Monat verringert sich so die Zahl der Menschen im arbeitsfähigen Alter in Mecklenburg-Vorpommern um 1.200."

Nordrhein-Westfalen hat eine Arbeitslosenguote von 8,7% und einen Ausländeranteil von 10,5%. Mit einer Einwohnerdichte von über 500 Einbwohner/km² ist das Land sehr dicht besiedelt. Noch deutlicher wird der Unterschied der beiden Interventionsstandorte, wenn man den Kreis Uecker-Randow mit der Stadt Bottrop vergleicht: So sind es in Uecker-Randow 45 Einw./km² und in Bottrop neu 1.179 Einw./km² (bzw. in Bottrop alt 2.332 Einw./km²). Die statistische Unterteilung der Stadt Bottrop in alt und neu wird gemacht, da die BIGGER-Bewegungsprogramme hauptsächlich in den Bezirken der alten Bezirkzugehörigkeit implementiert werden. Der Ausländeranteil ist v.a. in den Bezirken Batenbrock-Nord/Süd (17,6%), Eigen (11,4%), Nord-Ost Welheim (16,2%) sowie Welheim Mark (15,9%) am ausgeprägtesten. Von der ausländischen Bevölkerung Bottrops kommen ca. 53% aus der Türkei und bilden somit die stärkste Gruppe.

	Uecker- Randow	Bottrop alt	Bayern [.]	Mecklenburg- Vorpommern	NRW [,]
Einwohner	73.027	98.306	12.519.728	1.664.356	17.933.064
Einwohner pro km²	45	2.332	177	72	526
Ausländeranteil	2,3%	9,2%	1.174.934 9,4 %	39.334 2,4 %	1.886.864 10,5 %
Arbeitslosenanteil /	5.458	4.294	274.705 [,]	98.928 [,]	787.345 [,]
Erwerbslosenanteil	15,1%	4,37%	4,1%	11,5%	8,7%
AnteHailtz IV-Hartz	6.992	10,55%		125.822	
IV-Empfänger	10,44%			13,22%	

Tab.1: Statistische Daten für die BIGGER-Standorte Uecker-Randow und Bottrop im Vergleich zu dem BIG-Ursprungsstandort Erlangen

4.1. Erreichung von Frauen in schwierigen Lebenslagen

Im Landkreis Uecker-Randow und in Bottrop wurde in Brennpunktgebieten wie Stadtteilen mit besonderem Erneuerungsbedarf gearbeitet. In Zusammenarbeit mit dort tätigen Institutionen werden Frauen in schwierigen Lebenslagen da erreicht, wo sie sich bereits aufhalten: z.B. seien beim Frühstückstreff türkischer Mütter, bei Veranstaltungen zum beruflichen Wiedereinstieg oder in Tagesstätten für psychisch Kranke. Die Frauen wurden erreicht, indem sie persönlich von den lokalen Projektkoordinatorinnen angesprochen wurden (bei Veranstaltungen wie "Tag der Vereine", Elterncafés) oder auch durch Mitarbeiter in der sozialen Stadt, Übungsleiter und Koordinatoren anderer gemeinwohlorientierter Projekte. Dies geschah durch den Einsatz "klassischer" Werbemittel (Flyer, Plakate, Zeitungsartikel; siehe auch Anhang), durch Integration

¹ Monatsbericht Januar 2010 vom Job-Center Uecker-Randow

² http://www.statistik-portal.de (2008)

³ http://statistik-regionen.arbeitsagentur.de (Juli 2010)

⁴ Meldung über gemeldete Arbeitslose und Arbeitslosenquote von Mecklenburg-Vorpommern (Juni 2010)

⁶ Das Stadtgebiet Bottrop besteht aus drei Stadtbezirken: Bottrop-Mitte, Bottrop-Süd und Bottrop-Kirchhellen. Bottrop-Mitte und Bottrop-Süd bilden Bottrop-alt, alle drei Stadtbezirke zusammen bilden Bottrop-neu (Zusammenschluss 1975).3

in bereits bestehende Projekte (z.B. Tanztheater, Elternarbeit) oder Anpassung bestehender Angebote auf die Bedürfnisse und Interessen der Frauen.

Zitat aus Int. 3: Experte:

"Also wir beide waren sehr aktiv. Also wir waren von Anfang an dabei und wir haben Leute erreicht, die z.B. XY nicht erreichen konnte. (...) Also wir haben alle zusammengearbeitet."

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen auf die Frage: Was Sie als eine schwierige Lebenslage betrachten, wenn Sie an die Teilnehmerinnen denken:

"Also angefangen von Frauen, die äh in einer Ehe leben. Also die vielleicht überhaupt kein Sagen haben. Die weder von den Kindern, noch vom Mann irgendwie als Mensch gesehen werden. Ähm an zweiter Stelle Frauen, die geschieden sind oder die sich ähm in Gewalt vielleicht getrennt haben. Wirklich aus dem Gewalt heraus äh sind die an sich raus gezerrt. Ähm Frauen in schwierigen Lagen noch dazu Frauen die ähm naja vielleicht unter Mobbing sind."

Mit dieser Vorgehensweise werden gegenwärtig in Bottrop überwiegend Frauen mit schwierigem Migrationshintergrund (aus einem muslimisch geprägten Land oder spätaussiedelnd) erreicht. Auch im Landkreis Uecker-Randow ist eine große Mehrheit der Teilnehmerinnen in einer schwierigen Lebenslage. Insbesondere Arbeitslosigkeit, staatliche Transferleistungen und soziale Isolation sind Herausforderungen, mit denen die Frauen dort konfrontiert sind.

Zitat aus Int. 1: Experte:

"Also es sind viele Teilnehmer, die sich Jahre lang nicht bewegt haben. Gut, der eine oder andere hat sich vielleicht vor Jahren mal bewegt, aber die haben da wieder was gesucht: Wo kann ich jetzt hin gehen? Wo kann ich schnell was erreichen? Ne? Ohne dass ich jetzt groß fahren muss oder äh große Beiträge bezahlen muss. Ja? Oder irgendwie gezwungen bin da immer hin zu gehen."

Zitat aus Int. 3: Experte:

"Ja das ist eben schwierig gerade auch an diese Leute heran zu kommen. Das ist gerade in den Dörfern, die schon Jahre lang alleine wohnen oder äh Jahre lang arbeitslos sind."

4.2. Entwicklung der Teilnehmerinnenzahlen

An insgesamt 19 Standorten nehmen wöchentlich ca. 300 Frauen an unterschiedlichen Bewegungsangeboten teil, die von Walking über Koordinationsspiele bis hin zu Fitnesskursen oder Aquagymnastik reichen (vgl. Tab. 3 und 4).

In Bottrop laufen derzeit 11 Angebote. Während des bisherigen Projektzeitraums haben 42 Frauen an mindestens zwei Standorten die Angebote genutzt. Ein Teilnehmerinnendefizit von 18 Frauen musste im Vergleich zum Vorjahr festgestellt werden: 100 Frauen haben die Angebote nicht mehr genutzt, dafür konnten 82 Frauen dazu gewonnen werden.

Tab. 2 zeigt die Teilnehmerentwicklung in den verschiedenen Angeboten von 2008-2010 in Uecker-Randow.

Tab. 3 und 4 zeigt die Inhalte und die durchschnittliche wöchentlich Teilnehmerfrequenz der Angebote in Uecker-Randow (Tab. 3) und Bottrop (Tab.4).

Durchschnittliche Teilnahme a. d. Bewegungsstunden

				einmal wöc	hentlich				
Gruppe		hl der eten TN	1. HJ	2. HJ	1. HJ	2.HJ	nutzen mind.	Abgänge	neu dazu
	2009	Aug. 2010	2009	2009	2010	2010	2 Angebote	im Vergle Vorja	
Tagesstätte Strasburg	10	15	10	10	12	15		1	6
Tagesstätte Pasewalk	10	12	10	10	12	12		2	4
Übergangswohnheim Jatznick	9	10		8	10	9		3	4
Tanztheater Torgelow	26	15	26	20	20	12	3	14	3
Vierecker SV 90 e.V.	10	15	6	10	12	15	3	4	9
Club der Volkssolidarität	17	16	15	16	14	15	4	2	1
DRK-Gruppe		29			20	20	5	1(2010)	0
SV Züsedom 48 e.V.	8	0	8	7	6	4		0	6
Löcknitzer Gruppe					4	5	1	0	0
Summe	90	112	75	81	110	107	16	27	33

Tab.2.: Entwicklung der Teilnehmerzahlen in Uecker-Randow seit Herbst 2008 bis Sommer 2010.

	Ort	Gruppe	Inhalte	Wöchentl. TN	Bestehend seit
	Züsedom	SV Züsedom 48 e.V.	Gymnastik, Rückenschule, Kleine Spiele, Wandern	4	26.11.08
	Viereck	Frauengruppe Viereck/ETS	Gymnastik, Rückenschule, Schwimmen, Fahrradtouren, Kleine Spiele und Sportspiele	15	16.04.09
	Torgelow	Tanztheater e.V.	Tanzen nach bestimmten Themen	12	11.11.08
Randow	Pasewalk	Club der Volkssolidarität	Stuhlgymnastik mit und ohne Kleingeräten, rhythmische Bewegung nach Musik, Koordinationsübungen, Sturzprophylaxe, Entspannungsübungen	15	16.03.09
Uecker - Randow		Tagesstätte für psychisch Kranke	Gymnastik mit kleinen Handgeräten, kleine Spiele, Entspannungsübungen	12	06.02.09
		Frauensportgruppe Oststadt	Gymnastik mit Musik und Handgeräten Kleine Spiele, Wandern, Fahrradtouren, Schwimmen	20	24.02.10
	Löcknitz	Frauensportgruppe	Wandern, Schwimmen, Gymnastik mit Musik, kleine Spiele	5	seit 12.04.10, in der Aufbauphase
	Ja <mark>tznic</mark> k	Übergangsheim f. psych. Kranke	Gymnastik, Wandern, Schwimmen, Reiten als Therapie, kleine Spiele	9	04.08.09
	gesamt			107	

Tab. 3: Übersicht über bestehende Bewegungsaktivitäten im LK Uecker-Randow, Stand: 1. HJ/2010.

	Ort	Gruppe	Inhalte	Wöchentl. Teilnehmerinnen	Bestehend seit
	Lehmkuhle	Schillerschule	Gymnastik für den gesamten Körper	9	10.08
	Bottrop- Mitte	Spielraum	Gymnastik für den gesamten Körper	7	10.08
	Ebel	Grundschule Ebel	Gymnastik für den gesamten Körper	5	01.09
	Welheimer Mark	Grundschule Welheimer Mark	Sanfte Gymnastik	4	04.09
Mitte Wehlhe Eigen Lehmke	Eigen	Familienzentrum St. Peter	Gymnastik für den gesamten Körper/ Wirbelsäulengymna stik und Atemübungen	7	10.08
	Bottrop- Mitte	Familienzentrum Prosperpark/Hand in Hand	Gymnastik für den gesamten Körper	5	04.09
	Wehlheim	AWO- Familienzentrum/Bu nte Welt	Aerobic, Ganzkörperkräftigu ng	7	01.09
	Wehlheim	Familienzentrum St. Franziskus	Gymnastik für den gesamten Körper	5	03.09
	Eigen	AWO-Kindertages- stätte Budenzauber	Ausdauer-, Kraftschulung und Entspannung	13	04.10
	Lehmkuhle	Privater Anbieter	Aquagymnastik	8	11.09
	Tetraeder	Osterferienangebot Walken		15	2009
	Bottrop- Mitte	1 Tanzfest		80	25.06.10
		gesamt		165	

Tab. 4: Übersicht über bestehende Bewegungsaktivitäten in Bottrop, Stand: 1. HJ/2010

4.3. Beteiligung der Zielgruppenfrauen an der Projektentwicklung und - implementation

BIGGER versteht sich als ein Projekt zur Gesundheitsförderung - entsprechend der Definition der Ottawa Charta der Grundsatzerklärung der Weltgesundheitsorganisation (WHO).

Das BIGGER-Projekt will die Chancen von Frauen in schwierigen Lebenslagen verbessern, an den vielfältigen positiven Effekten von Bewegung teilzuhaben. Um das zu erreichen, setzt BIGGER darauf, die Frauen individuell zu mehr Bewegung zu befähigen. Darüber hinaus berücksichtigt BIGGER bereits bestehende Aktivposten für Bewegung in der Lebenswelt der Frauen. Diese Aktivposten können individueller, organisatorischer oder infrastruktureller Natur sein. Aktivposten fließen auch mit ein in die intersektorale Politikentwicklung. Solche Politikentwicklung wird in BIGGER gefördert, indem politische Entscheidungsträgerinnen, lokale Präventionsanbieter und Frauen in schwierigen Lebenslagen Bewegungsaktivitäten gemeinschaftlich planen und umsetzen.

Ganz im Sinne der Ottawa Charta nutzt BIGGER einen positiven, ressourcenorientierten Ansatz. BIGGER zielt sowohl auf Verhaltenswirkungen als auch auf strukturelle Veränderungen, die sich nicht selten wechselseitig bedingen. So wurden die Frauen im gesamten Projektverlauf in Entscheidungsprozesse während der Planungs- und Durchführungsphase von Maßnahmen eingebunden und zunehmend mit administrativen und organisatorischen Aufgaben vertraut gemacht (siehe Tab. 5).

Leitlinien der	Übertragung:
Ottawa Charta	Interventionsebenen des BIGGER-Projekts
Förderung persönlicher Kompetenzen zu gesunden Lebensweisen	Programme zur Bewegungsförderung: z.B. Sportkurse, Schwimm- und Fahrradkurse, Aus- und Weiterbildung (z.B. Übungsleiterinnenausbildung, Kommunikationstraining) Erweiterung der Verantwortlichkeit: z.B. durch aktive Mitarbeit der Multiplikatorinnen in Konzeption, Durchführung und Evaluation der Bewegungsangebote und -veranstaltungen, Akquise von Teilnehmerinnen und Kooperationspartnern; Übernahme von Verantwortlichkeit für eine Gruppe: z.B. als Multiplikatorin oder Kontaktperson zwischen Übungsleitern, Frauen und Koordinatorin Erweiterung ihres Tätigkeitsbereichs über das BIGGER Projekt hinaus: z.B. Nutzung der Übungsleiterlizenz um andere Bewegungsangebote durchführen zu können Übernahme von organisatorischen Aufgaben: z.B. Dokumentation, Verteilen von Kurzfragebögen, Büroarbeiten Zunahme der Selbstorganisation: z.B. private Treffen für sportliche Bewegung außerhalb der regulären Bewegungsstunden in kleinen Gruppen (Nordic Walking, Wandern, Schwimmen, Fahrradfahren) Adaption des Bewegungsverhaltens: z.B. Übungsanleitungen, die die Teilnehmerinnen in den Bewegungsstunden erhalten haben, werden zu Hause genutzt
Unterstützung von Gemeinschaftsaktionen	Organisation und Ausrichtung von gemeinschaftlichen Veranstaltungen: z.B. Frauenfrühstück, Tanzveranstaltung, Sportfest, Familienfeste, Sommerfeste, Gesundheitstage

Leitlinien der	Übertragung:
Ottawa Charta	Interventionsebenen des BIGGER-Projekts
	Mitgestaltung der Teilnehmerinnen von den Veranstaltungen
	Gemeinsame Teilnahme an Veranstaltungen außerhalb der regulären Bewegungsstunden:
	z.B. Wanderungen (organisiert von Vereinen bzw. Verbänden), Nutzen des Gesundheitstags oder Tag der Vereine für die eigene gesundheitsbezogene Bildungserweiterung (z.B. Ernährungsberatung)
	Unterstützung der Frauen untereinander in privaten Angelegenheiten (Aufbau eines sozialen Netzwerks):
	z.B. Einbringen unentgeltlicher Ressourcen für die Gruppenaktivitäten (z.B. durch Einsetzen von Therapietieren außerhalb und innerhalb der regulären Bewegungsstunden)
Gesundheitsförderliche	Bewegungsgelegenheiten:
Lebenswelten schaffen	z.B. Tanzfeste, Osterwalken; Sensibilisierung für Bewegungsräumen und Nutzung dieser im näheren Umfeld (z.B. Terateder in Bottrop)
	Zugang ermöglichen zu vorher schwer zugänglichen Infrastrukturen:
	z.B. Nutzung von Gymnastikräumen in Grundschulen und Familienzentren in Bottrop, Zugang zu AWO oder Vereinen; Nutzung städtischer und vereinsinterner Sporthallen, einer Bundeswehrhalle und Räumlichkeiten in Tagessstätten für psychisch Kranke in UER
Neuorientierung der	Infrastrukturen/Organisationen schaffen und absichern:
Gesundheitsdienste	z.B. Aufnahme als Tagesordnungspunkt bei Versammlungen des KSB in UER
&	Entwicklung der Interventionen unter Einbindung von Stakeholdern:
Gesundheitsförderliche Gesamtpolitik	z.B. Leiter von Schulen, Familienzentren und Tagesstätten, private Präventionsanbieter (Aquagymnastik), LSB, Kreis- und Zweckverbände, Vertreter der lokalen Gleichstellungsstelle, des Jugend- und Gesundheitsamtes, VHS, Wohlfahrtsverbände, Vertretern umliegender Gemeinden,

Tab. 5: Leitlinien und Handlungsebenen der Ottawa-Charta und ihre Übertragung in die Intervention des BIGGER-Projekt

4.4. (Netzwerk)

BIGGER arbeitet in Bottrop in enger Kooperation mit dem organisierten Sport und dem städtischen Referat Migration in Wohnquartieren und ist im Projekt mit unterschiedlichen Institutionen und Organisationen verbunden:

Ausgangspunkt war 2008 drei Einrichtungen: das Familienzentrum St. Peter Eigen, die Schillerschule im Stadtteil Lehmkuhle und der Spielraum des Jugendamtes in Zusammenarbeit mit dem deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband Hevalti in Batenbrock. Weitere Einrichtungen kamen 2009 hinzu: die Grundschule Ebel, Grundschule Welheimer Mark, das Familienzentrum/AWO Kindergarten "Zum Prosperpark", Familienzentrum/AWO-Kindergarten in der Mühlenstraße und das Familienzentrum "St. Franziskus" in Welheim. Im Familienzentrum "Zum Prosperpark" findet das Sportangebot durch das große Interesse der Frauen zweimal wöchentlich statt. 2010 konnten zudem diverse Sonderveranstaltungen wie ein gemeinsamer Gesundheitstag oder ein Tanzfest organisiert werden, welche großen Anklang bei den Frauen fanden. Hierbei konnten weitere Frauen für die BIGGER-Maßnahmen angesprochen und gewonnen werden.

Abbildung 1 zeigt das Kooperationsnetzwerk von BIGGER in Bottrop. Tab 6 und 7 (siehe Kapitel 5.3.3) zeigt die Form der Unterstützung.

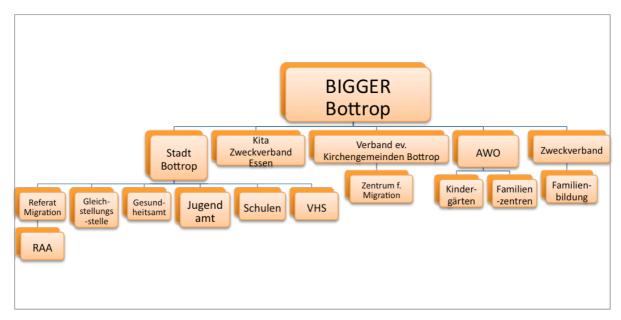


Abb. 1: BIGGER-Netzwerk von Experten und Organisationen in Bottrop 2010

BIGGER arbeitet im Landkreis Uecker-Randow in enger Kooperation mit dem organisierten Sport im Setting Stadtteil und ist ebenfalls mit unterschiedlichen Institutionen und Organisationen verbunden.

Von den entstandenen 9 Frauensportgruppen seit 2008 sind 8 weiterhin aktiv. Neben den seit 2008 bis Mitte 2009 bestehenden Angeboten in Pasewalk, Strasburg, Viereck und Züsedom kamen Mitte 2009 bis 2010 noch nachfolgende Entwicklungen hinzu:

Die erfolgreiche Zusammenarbeit mit dem Kreisverband der Volkssolidarität konnte im Jahr 2009 weiter ausgebaut werden. Die positiven Effekten der Bewegungsmaßnahmen bei den Besucherinnen in Strasburg waren auch für andere interne Therapieziele von großer Bedeutung. So konnte BIGGER in einem Übergangsheim für psychisch Kranke in Jatznick mit regelmäßig 10 Teilnehmenden integriert werden. Die Übungsleiterin bietet zudem auch das therapeutische Reiten an, das therapeutische Reiten an, was bereits durch die Frauen aus der Tagesstätte Strasburg, Pasewalk und dem Übergangswohnheim Jatznick intensiv genutzt wurde. Gleichzeitig fanden auch mit diesen Gruppen gemeinsame Familien- und Sportfeste statt, an denen auch die Kinder der Frauen teilnahmen (die zum größten Teil in Pflegefamilien leben).

Die Trad<mark>ition der g</mark>emeinsamen Sportfeste der Tagesstätten wurde auch in diesem Jahr am 04. Mai 2010 in Jatznick fortgesetzt.

Abbildung 2 zeigt das Kooperationsnetzwerk in Uecker-Randow. Tab. 6 und 7 (siehe Kapitel 5.3.3) zeigt die Form der Unterstützung.

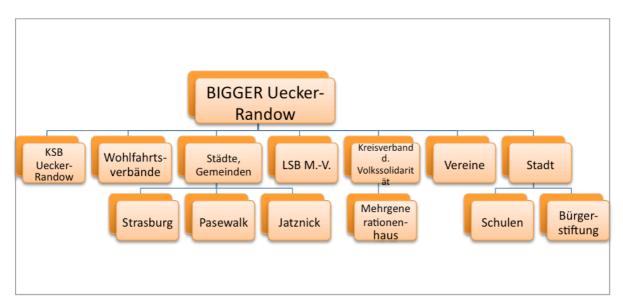


Abb. 2: BIGGER-Netzwerk von Experten und Organisationen in Uecker-Randow 2010

5. EFFECTIVENESS

Effectiveness in BIGGER bezieht sich nicht nur auf die Gesundheitswirkungen von Bewegungsaktivitäten auf teilnehmende Frauen in schwierigen Lebenslagen. Die wissenschaftliche Evaluation berücksichtigt auch individuelle und organisatorische Auswirkungen des **BIG-Ansatzes** auf beteiliate Expertinnen und Experten, Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträger sowie deren Institutionen.

5.1. Förderung persönlicher Kompetenzen zu gesunden Lebensweisen

BIG und seine Folgeprojekte wie BIGGER beschäftigen sich schwerpunktmäßig mit Kompetenz- und Ressourcenerweiterung im Sinne des Empowermentansatzes. Der Begriff der Bewegung wird im BIGGER-Projekt als sportliche oder körperliche Aktivität verstanden, aber auch als Mobilität und Selbstbestimmung in sozialen Kontexten. Der Begriff des "Empowerment" umfasst Teilaspekte wie Stärkung des Selbstvertrauens, Wahrnehmung und Entwicklung der eigenen Fähigkeiten, sowie den Glauben daran, die eigene Lebenssituation aktiv beeinflussen zu können. "Empowerment" beinhaltet demzufolge die Teilbereiche "Befähigung", also die Entwicklung individueller Kompetenzen und "Bemächtigung", also hier die Kontrolle über die eigene, persönliche Lebenswelt.

Über die Beteiligung der Frauen an BIGGER ergeben sich vielfältige Möglichkeiten der Stärkung von persönlichen und sozialen Ressourcen: die Erweiterung beruflicher Kompetenzen mit einem möglichen beruflichen Perspektivenwechsel, die Entwicklung eines positiven, aktiven Selbstbildes, spezifische soziale und kommunikative Kompetenzen, Sprachkompetenzen, Handlungs- und Entscheidungskompetenzen.

5.1.1. Auswirkungen auf das allgemeine Gesundheitsbewusstsein

Die Frauen in Uecker-Randow und Bottrop berichteten über eine veränderte Bedeutung bzw. Wahrnehmung von Bewegung als Instrument zum Gesundheitserhalt bzw. -erwerb. Neben der physischen Relevanz von Bewegung wurde generell die Berücksichtigung der eigenen Bedürfnisse in der Bedeutung für die Gesundheit bewusster, d.h. sich Zeit für sich zu nehmen, seine persönlichen Bedürfnisse zu erkennen und diesen nachzugehen. Vor allem bei Frauen, die in islamisch geprägten traditionellen Familienverhältnissen leben, kam das veränderte Bewusstsein der eigenen Bedürfnisse verstärkt zum Vorschein.

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen und Übungsleiterinnen:

"(...) also wenn im Kindergarten Programm ist, dann gehen die ja für die Kinder. Wenn äh in der Schule Programm ist, dann gehen die wieder für die Kin äh wieder für die Kinder. Wenn da irgendwas mit dem Mann, das ist ja nie für sie selbst gewesen. Und diese Zeit ist für sie selbst, also für sie selber Also da ist der Unterschied. Das wird immer wieder berichtet."

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen und Übungsleiterinnen:

"(...) immer Hauptsache dem Mann gehts gut, den Kindern und sie selbst hinten dran. Sie kennen das auch nicht und jetzt spüren die wie toll das mal tut, so ein bisschen egoistisch zu sein und mal was für sich zu tun. Die kennen das nicht."

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen und Übungsleiterinnen:

"(...) und dann habe ich gemerkt, wenn ich auch was für mich tue, wenn ich auch viel viel glücklicher bin, das strahlt sich automatisch auch auf meinen Mann, auf meine Kinder, dass es dann sogar noch äh- eigentlich tu ich dann auch mehr noch für die, obwohl ich was für mich tue. Und dann habe ich die Erfahrung gemacht "ich muss auch ku- erst kucken, dass es mir gut geht (...)."

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen und Übungsleiterinnen: "Mittlerweile ja. Also hier sehe ich ganz oft erstmal, dass die wirklich auch weiter buchen, selbst wenn die Kurse nicht mehr übernommen werden, weil sie einfach merken, es tut gut."

Zitat aus Int. 17: Expertin:

"Eine Besucherin rief an und sagte, sie möchte heute nicht kommen, sie fühlt sich überhaupt nicht. Und dann habe ich noch einmal erinnert, dass heute Montag ist und dass wir doch heute äh wieder Sport haben. "Ach je. Hatte ich vergessen. Dann komm ich natürlich."

Allerdings wurde eine solche Bewusstseinsveränderung bei den Frauen von beteiligten Experten nicht immer positiv interpretiert. So gab z.B. die Vermutung, dass das neu gewonnene (Selbst-) Bewusstsein der Frauen das traditionelle Rollenbild der Familie stört und es somit zu Konflikten kommen könnte.

Zitat aus Int. 3: Experte:

"Also ich sach mal aus unserem Verständnis...äh...würde das sicher den Frauen helfen. Obs jetzt türkischen Frauen, die in sehr traditionellen Strukturen leben, obs denen hilft...das bezweifle ich. Weil sie oft...ähm...vielleicht eher...ähm...sehr negative Erfahrungen dadurch machen."

Zitat aus Int. 3: Experte:

"(...) dass aber auch eine Mutter dabei war, die halt durch diese Gruppe...ähm...also nicht nur sich selber sondern ihre ganze Leben in Bewegung gebracht hat. Die einfach durch den Austausch mit anderen Müttern...ähm...äh...sach ich mal ein bisschen...äh....sich frei gestrampelt hat aus der...aus dieser traditionellen Familienführung, die auch bei türkischen Familien so vorherrscht und...ähm...dann wohl auch Konflikte gab, ne? Weil das dann natürlich in der Familie...öh...das heißt, der Mann und die...die Familie des Mannes...das das nicht so gern gesehen hat, dass die Frau wohl sich halt da sehr viel offener und...ähm...selbstbewusster auf einmal zeigte."

5.1.2. Verändertes Bewegungsverhalten

Mit der zunehmenden Bedeutung von Bewegung für die Frauen war auch eine Zunahme der wachsenden Bereitschaft, Bewegungsaktivitäten selbst zu organisieren und Bewegungsgelegenheiten selbstständig aufzusuchen, verbunden.

Zitat aus Int. 11 Experte:

"Also ich habe die Erfahrung gemacht, dass die Frauen jetzt…also jetzt auch anfangen oder jetzt dabei sind, sich selbstständig mit Bewegung zu befassen."

Zitat aus Int. 1 Expertin:

"(...) die Frauen treffen sich jetzt auch außerhalb der Bewegungsgruppe. Gehen Wandern oder diese Nordic Walking machen sie zusammen. (...) Also die machen auch schon selbstständig was (...)."

5.1.3. Entwicklung sozialer und interkultureller Kompetenz

Gerade am Standort Bottrop kam es anfangs zu Kontaktschwierigkeiten bzw. Stigmatisierungen gegenüber Frauen mit anderem kulturellen Hintergrund. In Uecker-Randow waren die anfänglichen Berührungsängste hauptsächlich gegenüber den psychisch kranken Besucher der Tagesstätten zu beobachten. Betroffen von den Vorurteilen waren sowohl die Zielgruppenfrauen selbst als auch Projektbeteiligte. Die Vorurteile konnten durch den gemeinsamen Projektprozess abgebaut werden.

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen und Übungsleiterinnen:

"Bei mir ist diese- ich hatte auch Vorurteile gegenüber Deutschen, obwohl ich hier lebe muss ich ganz ehrlich sagen. Aber das ist weggegangen indem ich mehr Kontakt mit Deutschen- und dann hab ich gesehen, irgendwann is sind die Vorurteile weg."

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen und Übungsleiterinnen:

"Achso dann ist dieser Kontakt mit der Kirche die haben uns eingeladen, sehr nett empfangen, waren über 50 Leute, von unserer Gemeinde waren über 50 Leute. Sehr viel Interesse und zum Schluss hat jeder gesagt "so unterschiedlich sind wir gar nicht. wir fühlen gleich, wir weinen, wir trauern gleich."

Zitat aus Int. 7: Expertin:

"Ja äh grade, weil wir vorhin schon mal das Gespräch hatten ähm mit den psychisch Kranken. Ich hatte davor auch mal ein bisschen Angst mit solchen Leuten zusammen zu arbeiten, ja (...) Aber...jetzt hab ich da überhaupt keine Berührungsängste mehr."

5.1.4. Erwerb von Gesundheitswissen

Durch Teilnahme an den Aus-, Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen konnten die Frauen nicht nur ihre Selbstwirksamkeitserwartung steigern, sondern auch durch gezielte Erweiterung ihrer fachlichen Kompetenz (z.B. in der Gestaltung und im Umgang mit verschiedenen Zielgruppen) zur Qualitätssicherung der Bewegungsangebote in BIGGER beitragen.

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen und Übungsleiterinnen: "(...) dass man das wirklich wissen muss. Also ich hätte vorher nicht gedacht, dass die Zuckerwerte so dermaßen absacken, nach einer Stunde Sport."

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen und Übungsleiterinnen: "Wir haben ja gestern auch gehört, viele Männer waren gegen Sport im Verein oder wo anders. Aber wenn die Frauen zu mir kommen, da hatten die ja nichts dagegen."

5.1.5. Steigerung der Selbstwirksamkeitserwartung und Kontrollüberzeugung

Im Laufe des Projekts haben immer mehr Teilnehmerinnen unterstützende und administrative Aufgaben übernommen und übernehmen wollen (siehe auch Kap. 5.1). Das Bedürfnis und die Erkenntnis, etwas selbstständig erreichen zu können, ist eine wichtige Schlüsselkompetenz im Befähigungs- und Beteiligungsansatzes von BIGGER.

Zitat aus Int. 7: Expertin:

"Ich hab mich auch persönlich weiter entwickelt. Ich hab mir mehr zugetraut, wo ich früher vielleicht ein bisschen ängstlich war. Gerade was so anbetraf, so an Behörden heran zu treten. Mm an Politiker heran zu treten. Mm ja, das war auch für mich ne enorme Entwicklung, muss ich mal sagen."

Zitat aus Int. 7: Expertin:

"Das geht dann alles nicht mehr über meinen Tisch praktisch, sondern die tun sich dann gleich mit den Übungsleitern, Multiplikatoren tun sie sich dann gleich austauschen."

Durch die BIGGER-Beteiligung konnten viele Frauen ihre eigenen Kompetenzen für sich und andere transparent machen. So stieg z.B. bei den Übungsleiterinnen und Multiplikatorinnen in Bottrop das empfundene Ansehen von außerhalb so, dass sie neue Handlungsspielräume erkannten und für sich und das Projekt nutzten. So erlebten bspw. einige Frauen mit islamisch geprägten traditionellen Rollenvorstellungen eine Erweiterung ihrer häuslichen Rolle um die berufliche als Übungsleiterin oder Multiplikatorin ("Brückenperson").

Zitat aus Int. 7 Expertin:

"Sie wissen jetzt wer ich bin. Ich...also der Bekanntheitsgrad ist auch gestiegen. Sie wissen wo sie mich hin stecken müssen."

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen und Übungsleiterinnen:

"Das Respekt zum Beispiel, wenn ich da irgendwo hingehe und sage hier "ich bin von der XY-Organisation, ich bin hier Übungsleiterin." Man sieht, ein anderes: Ansehen also man hat man hat eine andere Position. Man ist nicht irgendeine Übungsleiterin, man ist DIE Übungsleiterin (...). Also man hat ein anderes Ansehen und wenn ich dann wirklich irgendwo hingehe, ich sehe, dass ich einen anderen Stellwert bekommen habe."

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen und Übungsleiterinnen:

"Und danach, nachdem ich diese Ausbildung gemacht habe, habe ich mich selbst wieder gefunden, habe ich meine Fähigkeiten wieder gesehen. Ich habe ähm - ich äh sehe zum Beispiel mehr Anerkennung von anderen Menschen auch. Jetzt zum Beispiel als Mutter, wenn ich irgendwo hingegangen bin, war ich nur die Mutter. Aber wenn ich jetzt zum Beispiel Grundschule XY hingehe, ich bin äh- als Erstklässler wurde ich aus dieser Schule rausgeschmissen weil ich kein deutsch konnte. (...) jetzt darfst Du ein Lehrerzimmer betreten ohne dich voranzukündigen. Also für mich ist es was Besonderes."

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen und Übungsleiterinnen:

"Man ist so ne Brückenperson. Zum Beispiel wenn eine Leiterin mit einer Familie ein Problem hat, fragt sie mich "Wat meinst du, können wir da was erreichen? Sollten wir mal einen Termin?" Irgendwie hat ich das Gefühl, ich spiel jetzt ähm überall so, wie so ne Brückenperson."

5.1.6. Entwicklung der Führungskompetenz und kritischer Reflexion

Bei den Übungsleitern in Uecker-Randow entwickelte sich im Laufe des Projektes die Bereitschaft und Fähigkeit Verantwortung zu übernehmen und Handlungsspielräume zu erkennen. Hier wurden auch männliche Übungsleiter in die Projektumsetzung mit eingebunden. Da sie sich in der gleichen oder ähnlichen Lebenslage wie die Teilnehmerinnen befinden bzw. diese schon einmal durchlebt haben, konnten bei ihnen ähnliche Effekte hinsichtlich des Kompetenz- und Ressourcenerwerbs beobachtet werden.

Zitat aus Int.14: Übungsleiter:

"Naja, ick geh mehr auf die Leute, auf die Leute mehr zu. Vorher, weiß ick nicht, da war ick immer so "mmhm, geh mal nicht dahin". Und geh jetzt halt auch, wenn ich in Viereck Frauen treffe "Wie sieht das aus, habt ihr nicht Lust? Kommt mal mit!". Dat hätt´ ich mich vorher nicht gewagt."

Zitat aus Int. 13: Übungsleiter:

"Eigentlich wollt ich die Menschen begeistern zum Sport, was zu tun, sich zu bewegen und dass Sport nicht nur sich quälen ist, sondern dass Sport auch Spaß machen kann. Spaß und Freude am Leben zum Beispiel. Bewegung ist ja wie ne Seele, sagen wir jetz mal so. Wenn ich mich bewege, lebe ich davon."

Auch andere Projektbeteiligte in Bottrop und Uecker-Randow konnten für sich neue Erfahrungswerte durch die Umsetzung des BIGGER-Ansatzes gewinnen. So fand dort eine kritische Auseinandersetzung mit den Gegebenheiten und eine veränderte Perspektive von Problem- und Bedürfniserkennung statt.

Zitat aus Int. 8: Experte:

"Für mich hab ich daraus gelernt, dass man also tatsächlich...sich...oder mit ganz anderen Gedanken an die Menschen heran zu gehen, wenn man ihnen was anbieten will...in BIGGER verwirklicht hat, ist dass in dieser Methode plötzlich etwas ganz anders steckt, als wir bis jetzt gemacht haben. Ich hab in meinem Leben bisher sehr viel Vereinsarbeit gemacht. Ich hab mich sehr viel um gemeinnützige Dinge gekümmert, und auch von Berufswegen natürlich mit sehr viel sozialschwachen Verhältnissen abgeben müssen. Und das ist immer das Problem, dass man...auf Angebote, die man hat oder auf Ideen, die man hat eigentlich nicht die Resonanz hat. Und wie kommt das? Weil man immer von SICH ausgeht. Und nicht von demjenigen (lacht), mit dem mans zu tun hat."

Zitat aus Int. 1: Expertin:

"Und es gibt manchmal Dinge, da ist man erst ein bisschen skeptisch, ob's angenommen wird und ja- die klappen dann supergut. Ich denke, man wird ähm durch solche Erfolge -und ich sag mal, das war ein Erfolg- sehr motiviert, auch noch mal andere, neue Wege zu gehen."

Zitat aus Int. 8: Experte:

"Ja also die erste Reaktion war bei vielen Vereinen: Das machen wir doch schon längst...Bis die dann verstanden haben, dass es eigentlich bis jetzt immer anders herum gelaufen ist bei ihnen. Dass die also Einladung heraus gesprochen haben und sich dann mit denen...auseinander gesetzt haben, die dieser Einladung auch tatsächlich gefolgt sind. Und nicht etwas von sich aus...diejenigen Multiplikatoren gesucht haben, die dann die Einladungen aussprechen oder die dann die Leute mitbringen, die dann tatsächlich sich darum kümmern, dass das auch läuft als etwas, was sie SELBER machen und nicht was ihnen angeboten wird. Das dauert ne ganze Weile bis das verstanden worden ist oder verstanden WIRD. Wahrscheinlich ist es weitgehend noch im Dunkeln geblieben, wenn ich das mal so sagen darf. Weil das natürlich auch ein völlig neuer Denkansatz ist."

5.2. Unterstützung von Gemeinschaftsaktionen

Für die Frauen hat die Teilnahme an den BIGGER-Maßnahmen vor allem eine sozial-emotionale Bedeutung erhalten. Viele Frauen berichteten über ein in der Projektzeit gewachsenes Zusammengehörigkeitsgefühl, das sich durch private Treffen miteinander und gegenseitige Unterstützung in anderen Lebenslagen belegen lässt.

Zitat aus Int. 6: Fokusgruppeninterview mit Multiplikatorinnen und Übungsleiterinnen: "Man hilft sich so gegenseitig ne? Indem man hilft, hilft man sich irgendwie selber, habe ich das Gefühl gehabt."

Zitat aus Int. 1: Expertin:

"Sie sitzen hinterher noch stundenlang und -und essen also frühstücken danach ja noch. Danach gibt es ja noch bei uns dann dieses Mimi Projekt bzw. Gelsenkirchener Elternschule, dass heißt, die thematisieren dann immer noch irgendwelche Dinge aus dem Alltag oder Gesundheitsprobleme."

5.2.1. Überwindung sozialer Isolation

Durch die Teilnahme an den BIGGER-Angeboten konnten einige Frauen ihr Bedürfnis nach Gesellschaft und positiver sozialer Integration erkennen und diesem nachgehen. Soziale Integration sind Kontakte und zwischenmenschliche Beziehungen sind wichtig für die Aufrechterhaltung des psychischen Wohlbefindens. Dementsprechend ist ein besonders wichtiger Aspekt der BIGGER-Maßnahmen die persönliche und sensible Zielgruppenansprache, welche den ersten Projektkontakt vieler Frauen darstellt. Die Frauen nehmen ihresgleichen mit zu den Angeboten und begegnen dort wiederum anderen Frauen in ähnlichen Lebenssituationen.

Zitat aus Int. 9: Teilnehmerin:

"Wenn ich mich zu Hause, sag ich mal, schlecht fühle und ich geh…zieh mich an und geh los, dann bin ich zu…unter den Leuten wieder. Da muss ich mich zusammennehmen, da muss ich…muss ich mich…in mich hinein horchen. Und wenn ich dann nach Hause gehe dann sag ich: "Ach. War doch wieder schön."

Zitat aus Int. 17: Expertin:

"Hat äh vielen Besuchern unserer Einrichtung sehr gut getan. Weil Außenkontakte sehr wichtig sind. Viele Besucher unserer Einrichtung leben sehr isoliert. Und durch dieses…durch diesen Sport…durch diesen BIGGER-Programm ähm ja sind viele aus der Isolation raus gekommen."

Zitat aus Int. 13: Übungsleiter:

"Dass die wieder selbstbewusster geworden sind und sich wieder getraut haben unter Menschen zu gehen und auch einfach mal wieder mit Leuten zu reden auch die se nicht so gerne mögen. Da sind ja viele dabei die sich vorher nicht gekannt haben und durch das Projekt ebend ähm aufeinander zugehen, Probleme austauschen zum Beispiel. Ich denke mal der ein erzählt und der andere das ist ein Geben und Nehmen."

Zitat aus Int. 13: Übungsleiter:

"Das sind die würd ich sagen wo der Raum weg ist, mit den Leuten die wieder raus zu holen von zu Hause, die wieder in ne Geselligkeit rein zu bringen, Gesprächsbedarf, Probleme, kleine Probleme kommt immer drauf an. Und da diese Sachen, dass sie sich mal untereinander austauschen können. Da ist nicht nur der Sport im Vordergrund, sondern auch die Geselligkeit." Zitat aus Int.9: Teilnehmerin:

"Ja! Das ist Freude und ein besseres Lebensgefühl, man ist integriert in die Gemeinschaft und man hat ja ähm, man fühlt sich wohl, man lacht zusammen es gibt ein Stück Lebensfreude auch für diese Frauen. Das muss ich wirklich so sagen!"

5.3. Schaffung gesundheitsförderlicher Lebenswelten

Neben den Auswirkungen auf die Zielgruppenfrauen und anderen Projektbeteiligten, konnten auch strukturelle Veränderungen hinsichtlich der bestehenden Organisationen festgestellt werden.

So mussten sich einige kooperierende Organisationen in ihren Einrichtungen in Bottrop z. B. darauf einstellen, dass Männer zu den Zeiten, in denen Frauen muslimischen Glaubens trainierten, in dem Teilbereich der Einrichtung ausgeschlossen waren. Die Besitzerin des Wellnessbades in Lehmkuhle und Übungsleiterin der Aquakurse setzte trotz Unverständnisses eines Geldgebers und einiger Kunden einen extra Frauenbadetag in ihrer Einrichtung durch.

Zitat aus Int. 1: Expertin:

"(...) es weiß auch jeder, dass dann an dem Morgen möglichst nicht sehr viele runterkommen; insbesondere auch Hausmeister."

Zitat aus Int. 1: Expertin:

"Aber- ja- das ist dann einfach- ja, da muss man einfach im Tagesablauf Rücksicht drauf nehmen, des muss man wissen, des muss man einplanen und dann ist gut."

Zitat aus Int. 3: Experte:

"Also dass halt…es waren…wir haben Strukturen geschaffen im Vorfeld wo das dann genau rein passte so. Dass eigentlich jetzt…äh…irgendwie nichts großartig umstrukturiert werden musste oder so."

Zitat aus Int. 2: Expertin:

"Und ich musste ja erst zusehen, dass ich erst Gruppen verschiebe, wo Männer auch dabei sind. (räuspern) Und dann wirklich...ähm...bekannt geben, das ist nur noch ein reiner Frauentag. Natürlich. Ähm...Darum auch das Schild an der Tür mittlerweile. Ein paar Kunden wollten das nicht ganz verstehen."

5.3.1. Gewinn von Kooperationspartnerschaften, Stärkung der Vernetzung

Im Laufe der Projektumsetzung konnten einige Organisationen ihre lokale Vernetzung um zusätzliche Partner erweitern. So konnte in Bottrop bspw. eine bestehende Gruppe von Müttern aus einem anderen im Familienzentrum durchgeführten Projekt (MiMi) angesprochen und für die Teilnahme an BIGGER gewonnen werden.

Zitat aus Int. 7: Expertin:

"Man hat Leute kennen gelernt, die wieder andere Leute kennen, kennen, die eben dann auch mal Hinweise geben können: Ah da kannst du dich auch mal hin wenden. Ne? Die dann eben so auch so ein bisschen unterstützen, auch das gegenseitig so unterstützen ist dann, ne? Also es ist eigentlich für mich eine positive Entwicklung gewesen."

Zitat aus Int. 1: Expertin:

- "(...) die Kursleiterin, die das BIGGER Projekt bei uns macht, ist auch Mentorin im Mimi-Projekt. Mimi ist eine Gelsenkirchener Projekt ähm ähm mit Migranten von Migranten heißt das (...)" Zitat aus Int. 5: Expertin:
- (...) das lässt mich natürlich auch hier und da mh nochmal mit nem ganz anderen Selbstbewusstsein auftreten, auch gegenüber Kooperationspartner in der Vernetzung. Also das hätte ich vor zwei Jahren so in der Form glaube ich nicht gehabt."

Zitat aus Int. 3: Expertin:

"Nö. Da gibts eigentlich keine weiteren Kooperationspartner, die mir jetzt so spontan einfallen würden. Das...öh...blieb halt so in dem...in dem direkten Kontakt und dann eben wenn man so sieht, begrenzt."

Durch eine verstärkte Öffentlichkeitsarbeit in Uecker-Randow konnten interessierte Institutionen auf das Projekt aufmerksam gemacht werden.

Zitat aus Int. 16, Multiplikatorin und Übungsleiterin:

"Und zu Institutionen haben wir äh Kontakte gemacht, als wir bei dieser äh Ehrenamtsmesse waren. Da haben wir äh unser Projekt ja dargestellt das BIGGER Projekt und da hat man sehr viele Nachfragen gehabt. Auch von anderen Institutionen jetzt wie zum Beispiel die Lebenshilfe wie ich gesagt hatte, die haben uns denn dort angesprochen und oder auch äh Sachen, wie jetzt zum Beispiel einzelne Gruppen aus den Ortschaften: "Mensch, da macht ihr mit Frauen was. Könnten wir uns da mit einbringen?"

5.3.2. Schaffung gesundheitsförderlicher Umgebungen

Die Kooperationspartner in Bottrop und Uecker-Randow zeigten im Laufe der Umsetzungsphase eine zunehmende Bereitschaft, eigene Ressourcen in materieller, finanzieller oder auch personeller Form einzubringen. Tab. 6 und 7 geben einen Überblick über die Art und Form der bereitgestellten Unterstützung an jeweiligen Projektstandorten.

	Gruppe	Eingebrachte Ressourcen
	Schillerschule	Hallenzeiten, Schulhof f. zukünftige Fahrradkurse, Kellerräume f. Fahrräder, Räumlichkeiten f. Treffen
	Spielraum	Räumlichkeiten
	Grundschule Ebel	siehe Schillerschule
	Grundschule Welheimer Mark	Hallenzeiten
	Familienzentrum St. Peter	Räumlichkeiten für die Durchführung
	Familienzentrum Prosperpark/Hand in Hand	Räumlichkeiten für die Durchführung und Elternfrühstücke
	AWO Familienzentrum /Bunte Welt	Räumlichkeiten für die Durchführung und für Fortbildung
	Familienzentrum St. Franziskus	Räumlichkeiten für die Durchführung
BOTTROP	AWO Kindertagesstätte Budenzauber	Räumlichkeiten für die Durchführung
301	Aquagymnastik	Räumlichkeiten, Übungsleiterin
	EL ELE, Zentrum f. Migration	Akquise von Teilnehmerinnen, gemeinsame Organisation d. Tanzfests
	AWO-Familienbildung	Finanzierung einiger Maßnahmen, Ausschreibung im Kursheft, Finanzierung der Fahrräder für den Fahrradkurs, Unterstützung des Tanzfestes mit Kinderbetreuung
	Sportverein Adler e.V.	Räumlichkeiten f. Maßnahmen und Verfügung v. Materialien, Übernahme eines Angebotes nach den Ferien zur finanziellen Absicherung des Kurses
	Gleichstellungsstelle	Sponsoring Tanzfest, Unterstützung bei Ansprachen: "Werbung"
	VHS	Akquise von Frauen über Integrationskurse
	Zentrum f. Bewegungsförderung NRW	Vernetzung, Veranstaltungen, z.B. zur Qualitätssicherung "quintessenz", für die praktische Projektarbeit
	Projekt "spin – sport interkulturell"	Ausbildung von Zielgruppenfrauen zu ÜL, Fort- und Weiterbildung der ÜL
Tab 6·	Die Kooperationspartner	in Bottron mit der Form ihrer Untersti

Tab.6: Die Kooperationspartner in Bottrop mit der Form ihrer Unterstützung

	Gruppe	Einbringende Ressourcen		
	Kreisverband der Volkssolidarität	Räumlichkeiten, Fahrdienst		
	Stadt Strasburg	Räumlichkeiten		
	Wohlfahrtsverbände	Projektpräsentation, Mitgestaltung von Festen		
	SV Brohmer Berge e.V.	Nutzung von Anlage und Pferde		
	Vierecker SV 90 e.V.	Räumlichkeiten		
wok	Mehrgenerationenhaus Torgelow	Räumlichkeiten, gegenseitige Unterstützung bei Veranstaltungen, wie Familienfeste, Infoveranstaltungen, Präsentationen der Projekte, Werbung für das Projekt und das Tanztheater		
lanc	Tanztheater UER 12 e.V.	Räumlichkeiten		
Uecker-Randow	SV Züsedom 48 e.V.	Räumlichkeiten, Unterstützung in Projektpräsentation und Teilnehmerinnenakquise		
n	Von-Arnim-Stiftung	Teilnehmerinnenakquise, Kostenübernahmen von Übungsleiterhonoraren, Mitgliedsbeiträgen und Fahrtkosten		
	Realschule Jatznick	Rä <mark>umlich</mark> keiten		
	DRK-Kreisverband UER e.V.	R <mark>äumlich</mark> keiten		
	SV "Einheit" Löcknitz e.V.	Vermittlung arbeitsuchender Übungsleiter		
	Landessportbund Mecklenburg-Vorpommern e.V.	Bereitstellung von Sachmitteln und Gebühren		
\	Stadt Pasewalk	Räumlichkeiten		

Tab.7: Die Kooperationspartner in Uecker-Randow mit der Form ihrer Unterstützung

5.3.3. Vereinsgründung

Im Rahmen des BIGGER Projekts hat sich in Uecker-Randow eine Gruppe sogar als Verein neugegründet.

Zitat aus Int. 11: Experte:

"(...) es ist ja aus dieser Gruppe entstanden das Tanztheater ähm diese Gruppe hat sich als Verein sozusagen gegründet. Dass heißt, das Mehrgenerationenhaus (...) hat da so eine Tanzgruppe ins Leben gerufen und hier war mit der Projektentstehung oder mit dem Beginn des Projektes und der Überlegung, wo kann man sich vernetzen hatten wir da auch die Idee, dass auch mitzunutzen. Frau XY hat ja dort auch äh ähm den Anker für BIGGER dann auch ausgeworfen ähm und über die entsprechende Zeitschiene ist es ja dann so auch passiert, dass sich im letzten Jahr aus dieser Gruppe ein Extraverein gegründet hat, die bei uns auch Mitglied geworden sind. Also von daher ist da ein neuer Verein dazugekommen. Das ist so eine Wirkung. Eine zweite Wirkung glaub´ ich aus einer anderen Gruppe in Viereck ist dort diese Gruppe dem ortsansässigen Verein, dem Vierecker SV ähm ja beigetreten und sind dort auch Mitglieder geworden im Sportverein. Das sind so Dinge, die wir dann unmittelbar dann auch merken."

5.4. Gesundheitsförderliche Gesamtpolitik

5.4.1. Neuorientierung der lokalen Projektleitung

BIGGER nimmt in Uecker-Randow in den Vorstandssitzungen, internen Zusammenkünften und Versammlungen sowie der Stützpunktberatung des KSB einen extra Tagesordnungspunkt ein, dessen Diskussionsumfang allerdings nicht von allen Beteiligten als gleichermaßen relevant angesehen wird.

Zitat aus Auszug Int. 11: Experte:

"BIGGER hat zumeist immer auch einen TOP äh wieweit der inhaltlich dann auch ausgeführt wird dass ist denk' ich offen. Aber ich sag' Ihnen mal nur so ein banales Beispiel: unsere letzte Vorstandssitzung dauerte gut 2 Stunden oder 2 Stunden und äh BIGGER hat glaub' ich 2/3 Zeit eingenommen, was ich persönlich für zu umfangreich finde, weil wir haben noch viele andere Themen zu besprechen."

In Bottrop blieb dagegen der Versuch BIGGER im Sportausschuss vorzustellen und damit u.a. eine Veränderung der bestehenden Frauenbadezeiten im Sinne der Zielgruppe zu erreichen ohne Erfolg. Auch die Idee, im jährlich herausgegebenem Vereinsheft des Sportamtes einen Artikel einzustellen konnte nicht umgesetzt werden. Aufgrund des mangelnden Einsatzes politischer Entscheidungsträger für das Projekt konnte in Bottrop bis dato keine infrastrukturelle Veränderung zugunsten des Projektes und eine Nachhaltigkeitssicherung auf politischer Ebene initiiert werden.

5.4.2. Fördergelegenheiten

2009 erhielt das BIGGER-Projekt in Uecker-Randow eine Sachmittelförderung über 10.000€ vom Landessportbund. Der Landessportbund Mecklenburg-Vorpommern e.V. unterstützte das Projekt auch 2010 mit einer Sachmittelförderung von 10.000 Euro (für Sportgeräte und andere Sachausgaben).

5.4.3. Veränderung der Öffentlichkeitsarbeit

In Bottrop und Uecker-Randow wurde durch Öffentlichkeitsarbeit (z.B. im Rahmen von öffentlichen Gesundheitstagen) zur Akquise von Teilnehmerinnen und Kooperationspartnern beigetragen. Allerdings gingen die einzelnen teilnehmenden Institutionen unterschiedlich mit der Außendarstellung bzgl. ihrer BIGGER-Angebote um. So warb die Leiterin eines Familienzentrums in Bottrop bewusst für das BIGGER-Angebot in ihrer Einrichtung und konnte dadurch auch Mütter außerhalb ihres Familienzentrums für den Bewegungskurs gewinnen. Ein beteiligter Schulleiter sah dagegen die Öffentlichkeitsarbeit für BIGGER-Angeboten als problematisch. So sind seine Bedenken, dass er, indem er mit diesen Angeboten für ein spezielles Klientel in der Öffentlichkeit wirbt, die besser situierten Eltern verschreckt und eine bestimmte Außendarstellung seiner Schule erhält. Trotz dieses Zwiespalts hält er das BIGGER-Projekt für ein wichtige Ergänzung in der Elternarbeit für eine schwierig erreichbare Zielgruppe.

Zitat aus Int. 3: Experte:

"Das heißt, je höher der Anteil an...äh...Familien mit Zuwanderungsgeschichte dann an der Schule ist, umso schlechter arbeitet die Schule. Das ist so ne Gleichung, die halt immer wieder aufgemacht wird. Das heißt, wenn wir jetzt solche Programme fahren, dann ist uns wichtig die inhaltliche Arbeit. Die Außendarstellung ist zwiegespalten...ähm...Jede Veröffentlichung, die wir im Zusammenhang machen mit...äh...Sprachförderung mit der Er..Ar...oder mit irgendwelchen anderen Trägern, wos darum geht Familien mit Zuwanderungsgeschichte besonders zu fördern...ähm...verschreckt auch wieder andere...äh...Schichten in der...in der Gesellschaft, die...wo die Schiller-Schule dann dadurch einen eher negativen...äh...Touch bekommt."

Zitat aus Int. 3: Experte:

"Achja, ihr macht ja nur was für die Türken und nichts mehr für die Deutschen. Das…äh…ist dann eigentlich schädlich für uns (…) Und deswegen versuchen wir dann solche…äh…speziellen Angebote….ähm…nicht so deutlich werden zu lassen nach außen."

Zitat aus Int. 2: Expertin:

"(...) dass...ähm...der Stadtspiegel ein Interview haben wollte. Aus irgendwelchen Gründen konnten die da nicht. Und dann hat man das Ganze telefonisch gemacht und das war ein, naja ich möchte sagen...recht schlechter Bericht, den die geschrieben haben. (...) Weil überhaupt nicht das erwähnt wurde, was ich auch gesagt habe. Dass es ein reiner Frauentag ist. Ähm...Hier wurde das ganze beschrieben wie kleine dunkle Bude, kleiner enger Raum, wo die Frauen sich dann verstecken."

6. ADOPTION und IMPLEMENTATION

6.1. Aus- und Weiterbildung

Im Rahmen des BIGGER Projekts werden Frauen in schwierigen Lebenslagen als Übungsleiterinnen qualifiziert. In Bottrop sind es derzeit sieben Frauen, die durch die BIGGER Maßnahmen bereits die Übungsleiter-C Lizenz erworben haben und sich fachlich weiter fortbilden.

2010 fanden weitere Austauschtreffen der Übungsleiterinnen zu Qualifizierungsmöglichkeiten mit der Projektkoordinatorin statt. So wird zur Weiterführung einiger bestehender, aber auch neuer, BIGGER-Maßnahmen, die Qualifizierung von Übungsleiterinnen zur "Sport in der Prävention"-Lizenzstufe 2 angestrebt. Mit dieser Lizenz können sich Übungsleiterinnen von den Krankenkassen für das Präventionsprinzip "Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität" nach dem Präventionsleitfaden § 20 des GKV-Spitzenverbandes zertifizieren lassen und Bewegungsangebote mit dem Siegel "Sport pro Gesundheit" durchführen. Die Projektkoordinatorin in Bottrop arbeitet derzeit an der Verschriftlichung eines entsprechenden Trainingsmanuals und kümmert sich um den weiteren Zertifizierungsprozess.

Zwei Übungsleiterinnen nehmen im September an einer ersten Schulung beim Behinderten-Sportverband Nordrhein-Westfalen e.V. (BSNW) teil und gehen somit den Weg der Qualifizierung für den Rehabilitationssport. Des weiteren haben während der Projektlaufzeit fünf Übungsleiterinnen an der Fortbildung "Wirbelsäulengymnastik in Alltag und Sport" beim Stadtsportbund Gelsenkirchen teilgenommen (offizielle Fortbildungsveranstaltung des LSB) und weitere fünf haben an einer internen, durch das Projekt organisierten Aerobic- und zwei an einer Kommunikationsfortbildung teilgenommen.

In Uecker-Randow haben alle Übungsleiter/innen bereits eine Übungsleiter- bzw. Trainerlizenz erworben. Regelmäßig nehmen sie an unterschiedlichen Fortbildungsveranstaltungen des Landessportbundes oder Vereinen teil (z.B. die Fortbildung mit dem Thema: "Entspannung, Tai Chi, Yoga", "Übungen mit dem Ball und Bändern"). In regelmäßigen Abständen werden Treffen zum gemeinsamen Erfahrungsaustausch der Übungsleiter/innen untereinander abgehalten. Gleichzeitig erhalten die Übungsleiter/innen von der Projektkoordinatorin vor Ort Anleitungen und Anregungen für Bewegungsübungen in praktischer und schriftlicher Form (z. B. Übungsbeispiele, Literatur u. a. Medien). Ein Übungsleiter beginnt eine 2-jährige Ausbildung als Suchtberater. Im September 2010 nehmen zwei Übungsleiter und Frauen aus den Sportgruppen an einer Fortbildung des LSB teil zu den Themen "Psychologie des Alterns", "Walking, Stuhlgymnastik", "Kleine Spiele im Sitzen und Gehen" und "Denkspiele". Die erworbenen Kenntnisse werden an die anderen Übungsleiter/innen bei gegenseitigen Besuchen und Workshops weitergeben und in der Praxis angewandt. Weiter will der BIGGER-Standort

Uecker-Randow Frauen aus den Gruppen für die Grundausbildung für die Übungsleiterlizenz im Oktober 2010 gewinnen.

Im Projektzeitraum BIGGER konnten folgende Aus-, Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen von den Frauen wahrgenommen werden:

- Fortbildungsmaßnahme "Sport interkulturell" 2009 des Landessportbundes Mecklenburg-Vorpommern e.V. in Güstrow
- Gesundheitstag beim Ueckermünder Turnverein e.V. 2008 und 2009
- Fortbildungsmaßnahmen des Landessportbundes

Eine weitere Teilnahme an einer zentralen Fortbildungsveranstaltung des LSB gemeinsam mit den Übungsleitern und interessierten Frauen ist derzeit in Planung.

Ich glaube bei, dass sie am Anfang des Projektes da auch eine sehr oberflächliche Sicht des Ganzen hatte, so ja teilhabe, klar, Übungsleiter ausbilden, mhm. Ähm, dass ich jetzt darüber aber differenzierter nachdenke. Eben, zum Beispiel auch mit den Übungsleitern zu kucken, so wie ähm, an welchen Dingen lass ich sie teilhaben, damit genau dieser Qualifizierungsprozess entsteht. Also nicht nur, sie machen diese Übungsleiterausbildung und machen dann noch eine Qualifikation oben drauf. sondern sie auch einfach ein Stückchen mit - mit raus zu nehmen, diese Inform-konferenz. (Auszug Int. 5)

6.2. Barrieren und Herausforderungen bei der Planung und Umsetzung

6.2.1 Intersektoralität des Ansatzes

Als Hauptproblematik in der Planungs- und Umsetzungsphase hat sich sowohl in Bottrop als in auch in Uecker-Randow mangelnder Austausch innerhalb und außerhalb der Organisationen herausgestellt. Dies machte sich hauptsächlich bei der Suche nach und Kontaktaufnahme mit geeigneten Kooperationspartnern bemerkbar. Der Wunsch nach größerer interner als auch externer, politischer Unterstützung wurde im gleichen Kontext formuliert.

Zitat aus Int. 5: Expertin:

"Ja. Also das eine ist sicherlich diese Unterstützung auf politscher Ebene, die ich einfach vermisse."

Zitat aus Int. 7: Expertin:

"Dass man sich wieder mehr an einen Tisch setzt. Das wäre wichtig."

Zitat aus Int. 7: Expertin:

"Ja. Erstmal von der Planung her würde ich ähm ein bisschen anders vorgehen. Würde ich erstmal überlegen, wen könntest du jetzt mit ins Boot gleich von Anfang an mit rein holen."

Zitat aus Int. 5: Expertin:

"Ah ja aber da - da war so von Anfang an so ne Mauer und das meine ich [hustet] man kann, man muss diese Hierarchien zum Teil einhalten und das heißt entweder Leiter oder Referatsleiter müssten auf der Ebene ansprechen, damit ich überhaupt ein Gespräch bekomm. Ich hab das Gespräch jetzt bekommen über einen Mitarbeiter vom Sportamt."

In Bottrop und in Uecker-Randow wurde der kooperative Planungsprozess in der Form, wie es der BIG-Ansatz vorsieht, nicht umgesetzt. Nach einem anfänglichen gemeinsamen Workshop fanden die kooperativen Planungen eher in Kleingruppen statt. Der Charakter des BIG-Planungsansatzes wurde von den meisten Experten fehlinterpretiert und so sahen sie anfänglich nur eine weiteren "großen runden Tisch".

Zitat aus Int.4: Experte:

"Grundsätz<mark>lich äh sind</mark> so Planungssitzungen die Voraussetzungen dafür, dass man etwas auf den Weg bekommt, dass man sich synchronisiert, dass man sich miteinander abstimmt. In der

Praxis ist es häufig das Gegenteil. Man sitzt zwei Stunden zusammen und hinterher überlegt man worüber haben wir noch gesprochen; haben wir Ergebnisse erzielt? Oft ist das nicht so."

Zitat aus Int.4: Experte:

"Oft ist das nicht so, also sind diese Planungssitzungen einfach nur ermüdend und man redet im nächsten Jahr über das gleiche wie im letzten Jahr und in zwei Jahren hat sichs auch nicht verändert."

Zitat aus Int.8: Experte:

"Aber das mit dem runden Tisch, oder ne, wir sehen da große Zielgruppe dort und besprechen das, das ist so genau im Grunde ich will ja nicht Punkt 1, Punkt 2, Punkt 3 aufzählen, weil ich glaub´, dass bringt auch gar nichts ähm ich denke, wir agieren so, dass es glaub´ ich die kleinen Runden ein bisschen mehr bringen als die großen Runden. Also, dass, was ich mit Ihnen abspreche als irgendein Funktionsträger oder Trägerin ähm wirkt glaub´ ich schon ein bisschen intensiver als wenn ich das in ´ner 10er, 20er Gruppe bespreche."

Zitat aus Int.11: Experte:

"Also die kooperative Planung soweit ich das verstanden habe ähm sollte also zunächst mal natürlich vom Kreissportbund aus ähm mit betrieben werden. Das ist meines Erachtens richtig gelaufen. Ähm wie weit das also mit ähm anderen Kooperationspartnern zu den einzelnen Gruppen gehörig äh so gelungen ist, wie sich das Projekt BIGGER das vorstellt, oder in wie weit das n bisschen anders gelaufen ist, das übersehe ich nicht, das weiß ich nicht so genau. Aber ich weiß, dass die lokale Koordination also doch die verschiedensten Organisationen nicht nur eingebunden hat, sondern ähm ähm nicht nur gesprochen, sondern eingebunden hat. So dass ich also im Prinzip eigentlich der Ansicht bin, dass äh die Kooperation mit anderen Organisationen tatsächlich läuft."

Die Erkenntnis, dass der intersektorale Ansatz nicht allein eine zeitintensive Herausforderung ist, sondern auch Vorteile in Form von Arbeitsteilung und Vernetzung bringen kann, hat sich z.T. erst im Laufe des Projekts ergeben:

Zitat aus Int.5: Expertin:

"BIGGER wäre schneller hier vor Ort in Bottrop bekannt gewesen; und es hätte - es wäre nicht nur an mir gewesen irgendwelche Institutionen oder sowas anzusprechen. sondern ich glaube, es wären auf mich auch einfach mehr zugekommen, auch mit Ideen, so wie jetzt eben, wo die Frau anrief mit dem Fahrradkurs usw. ähm. Und ja so Sachen wie Hallenzeiten, diese Frauenbadezeit also ähm - grade was - was so das Ziel "Bewegungsräume öffnen" angeht, glaube ich hätte ich da mehr Möglichkeiten gehabt."

Zitat aus Int. 7: Expertin:

"Wenns mehrere sind, die haben doch i…irgendwie auch mal andere Ideen. Wo könnte man noch ansetzen? Ja? Wenn man so alleine immer so im eigenen Saft schmort, das ist immer ein bisschen schwierig (lacht). Ne? Dass man andere Ideen entwickelt, wenn man... Manchmal weiß man nicht so richtig weiter ne?"

6.2.2. Unsichere Finanzierung durch Projektträger

Als eine weitere Barriere während der Umsetzungsphase wurde die unsichere Zukunftsperspektive innerhalb der Projektlaufzeit als auch der Umfang der gesamten Laufzeit genannt. Aufgrund mangelnder oder nur mündlich ausgesprochener Bewilligungen einer Weiterförderung des Projekts wurde die Arbeit der Verantwortlichen vor Ort gestört. So waren die Projektkoordinatorinnen in Bottrop und Uecker-Randow zeitweise in ihren weiteren Arbeitschritten verunsichert. Das war auch ein Grund, warum weiterführende Arbeitsprozesse für eine Disseminierung temporär stagnierten.

Zitat aus Int.7: Expertin:

"Es wäre günstiger wenn man weiß: Projekt läuft jetzt drei Jahre. Ich kann mich in Ruhe darauf vorbereiten. Hab also eine gewisse angedachte Zeit. Kann dann ordentlich arbeiten. So dass es dann wirklich auch am Ende dann auch über die Zeit dann hinaus weiter läuft. Ne? Immer

dieses hin und her. Hin und her, mal ja und mal nein und dann wieder warten und das ist eigentlich das schwierigste. So hab ich das zumindest empfunden."

Zitat aus Int.11: Experte:

"Also von dem einem zum anderen Ministerium mit den Schwierigkeiten, die da behaftet waren und den Problemen hinsichtlich wie geht's denn mit der Koordinationsstelle weiter also gibt's die Personalkosten oder gibt's die nicht. Und davon hängt immer sehr viel ab. Und Sie können sich vorstellen, dass die Person, die da sozusagen an diesem Tropf hängt ähm auch immer ein bisschen Luft holt und mal besser oder mal schlechter gelaunt ist geht's denn nun weiter oder geht's nicht weiter, bekomm' ich einen neuen Vertrag oder wird er wieder für einen Monat befristet oder ist das ein Übergang ähm das glaub' ich ist auch nicht so ganz einfach, aber wir sind von diesen Geldern einfach abhängig und können ohne weiteres nicht einfach sagen: wir verlängern das."

6.2.3. Beteiligung und Befähigung als Herausforderung etablierter Strukturen

Sowohl in Bottrop als auch in Uecker-Randow kam es innerhalb des Projektzeitraums zeitweise zu internen Unstimmigkeiten.

In Uecker-Randow kam es zu Unverständnis gegenüber der Dokumentationstätigkeiten der Projektkoordinatorin. Dies wurde als zu umfangreich und nicht unmittelbar entscheidend für den weiteren erfolgreichen Projektverlauf gesehen. Dies führte zu einigen Missverständnissen unter den Projektbeteiligten.

Zitat aus Int.11: Experte:

"Aber ich merk' auch bei der lokalen Projektkoordination, dass sie mit 40 Stunden gar nicht so richtig hinkommt. Aus welchen Gründen auch immer, würd' ich jetzt gar nicht diskutieren wollen. So dass ich jetzt mehrmals schon gesagt hab', wenn das so ist, dass Sie mit 40 Stunden nicht hinkommen, ist das Projekt falsch konzipiert hinsichtlich der Koordinationsstelle."

Als generelle Herausforderung wurde die Einbindung der BIGGER-Maßnahmen in schon bestehende Strukturen gesehen. Aufgrund der spezifischen Zielgruppe fiel es Leitern von Schulen oder Familiezentren in Bottrop schwer, BIGGER in ihren Einrichtungen zu etablieren. So wollen die Leiter ihre gesamte Elternschaft ansprechen und nicht nur einen Teil davon und die anderen "ausschließen".

Zitat aus Int.5: Experte:

"In dem Moment wo wir mit Schulen oder Familienzentren und Kindergärten kooperieren, wollen die natürlich ihre gesamte Elternschaft ansprechen. also es gibt welche für die ist das okay zu sagen, okay ich biete das hier speziell für die Migranteneltern an. Hmm, aber auch viele sagen mir ja wie - wieso denn so ein Extraangebot? Ich will meine gesamten Eltern ansprechen."

Zudem stellte die Einbindung der Angebote in schon bestehende organisatorische Strukturen und Tagesabläufe der Institutionen eine zu koordinierende Aufgabe dar.

Zitat aus Int.3: Experte:

"Am Anfang wars...äh...sach ich mal, die Organisation...ähm...das heißt wir mussten ja Hallenzeiten frei blocken für die Mütter, dass die auch in die Turnhalle gehen können. (...) Das heißt...äh...man musste halt in ner bestimmten Zeit sagen, wann die Halle frei ist und auch noch die der ganzen Tag noch nicht die Küche braucht zur Essensvorbereitung."

Weiter wurde die Kleiderordnung bei der Anbieterin für Wassergymnastik anfangs mit den Frauen thematisiert. Hierbei war eine bestimmte Kleiderordnung im Wasser aus hygienischer Sichtweise für die Anbieterin notwendig, allerdings wollte man auch die Bedürfnisse der Frauen akzeptieren und fand zusammen einen Kompromiss. Auch durch die Einrichtung eines extra Frauenbadetags für BIGGER musste die Anbieterin Unverständnis seitens der bestehenden Kundschaft in Kauf nehmen.

Zitat aus Int.2: Experte:

"War am Anfang eine große Diskussion. Da musste ich mich auch ein bisschen durchsetzen. Man kam anfangs mit sogenannten Ganzkörperbadeanzügen. Das waren aber dann wirklich ganze...Kittel würde ich sagen, wo wirklich der ganze Körper mit riesen Hüllen umlegt war, die unter anderem gefusselt haben, was nicht geht im Wasser, ja?"

6.2.4. Mangel lokaler Ressourcen und Institutionalisierungsbereitschaft

Gerade in Mecklenburg-Vorpommern wurde der Mangel an lokaler Bereitschaft zur finanziellen Unterstützung und der Mangel an qualifiziertem Personal, u.a. bedingt durch die Abwanderung von jungen und ausgebildeten Personal in andere Bundesländer mit besseren beruflichen Perspektiven, als Barriere genannt.

Zitat aus Int.8: Experte:

"Aber bei den Gemeinden und beim Kreis ohnehin ist hier zu Lande schwierig überhaupt an Geld zu kommen. Das ist eigentlich die Hauptbarriere."

Zitat aus Int.8: Experte:

"Dass man das anregt, hatten wir ein großes Problem, weil eben noch eine ganze Menge Trägheit da ist…eine Rolle spielt. Oder auch mangelndes Personal. Das ist einfach hierzulande so: Die jungen Leute, die man ausbildet, die also auch meinetwegen Übungsleiterausbildung machen oder nur so ne Jugendleiterausbildung, die da ein bisschen schmaler ist. Kaum dass die mit der Schule fertig sind, verlassen sie die Gegend und es bleibt im Grunde genommen nur von denjenigen, die also wirklich geeignet sind, bleiben nur wenige übrig. Das ist das Hauptproblem, das wir hierzulande haben. Aber das ist etwas, dass wir also mit unseren bisherigen Methoden natürlich überhaupt gar nicht bekämpfen können."

Die Frauensportgruppe Züsedom musste 2010 vorerst beendet werden. Die Übungsleiterin ist auf Grund ihrer Berufsausbildung nach Hamburg gezogen. Bis dato konnte kein Ersatz für sie gefunden werden. In Pasewalk-Oststadt konnte eine bereits bestehende Gruppe übernommen werden. Diese hatte gedroht sich aufzulösen, da niemand bereit war, die Gruppe als Übungsleiter zu übernehmen. Seit Februar 2010 wird diese Gruppe durch das BIGGER-Projekt betreut. Regelmäßig nehmen dort über 20 Frauen teil.

Als Herausforderung in der Gewinnung von geeigneten Projektpartnern wurde in Bottrop und Uecker-Randow die Mehrwertvermittlung des Projektes und des Ansatzes genannt. So konnte nicht immer der Nutzen des BIGGER-Konzepts für die einzelnen Organisationen oder Partnern transparent gemacht werden.

Zitat aus Int.8: Experte:

"Das dauert ne ganze Weile bis das verstanden worden ist oder verstanden wird. Wahrscheinlich ist es weitgehend noch im Dunkeln geblieben, wenn ich das mal so sagen darf. Weil das natürlich auch ein völlig neuer Denkansatz ist."

Zitat aus Int.5: Expertin:

"(...) daher hat er mir ganz klar gesagt "wenn das nichts bringt, dann also wenn das kein Geld bringt, dann pfff brauchen sie hier bei mir gar nicht landen" so ungefähr. Hmm das fand ich schon ziemlich schwierig. Also generell finde ich es schwierig mit Kooperationspartnern, gerade so im Erstgespräch, wenn die da sitzen so nach dem Motto " ja ne was haben sie denn zu bieten?"

6.2.5. Erreichbarkeit von Frauen in schwierigen Lebenslagen

In Uecker-Randow zeichnet sich bis dato gerade die Akquise von polnischen Frauen als Herausforderung ab. So wurden schon mehrmals Aktionen unternommen, um diese für die BIGGER-Maßnahmen zu gewinnen, doch verliefen diese Unternehmungen bis auf die Akquise von ein paar vereinzelten Teilnehmerinnen eher erfolglos. Grund hierfür wurde die in Mecklenburg-Vorpommern existierende rechte Szene und die Angst der Frauen davor genannt.

Zitat aus Int.7: Expertin:

"Ja. Ich kämpfe schon eine ganze Weile um die polnischen Frauen. Das ist sehr sehr schwierig da ran zu kommen. Ich hatte jetzt drei in Viereck. Die sind aber leider weg gezogen. Jetzt fang ich wieder von neuem an."

Zitat aus Int.7: Expertin:

"Gerade weil ähm hatte ich ja schon einmal gesagt, mit der ganzen rechten Szene hier. Auch grad in Löcknitz sind ja auch viele Frauen, polnische Frauen, die haben einfach Angst. Weil da schon vieles passiert ist mit der ganzen rechten Szene."

Bei dem BIGGER-Projekt werden aufgrund der schwer erreichbaren Zielgruppe niedrigschwellige Bewegungsangebote ins Leben gerufen. D.h. auch, dass sie unverbindlich sind und dass die Frauen andere Frauen jederzeit zu den Stunden mitbringen können, damit diese sie kennenlernen. Die Offenheit der Angebote – was wiederum auch als eine Chance gesehen wird- birgt aber auch eine gewisse Planungsunsicherheit, welches Teilnehmerzahlen pro Einheit und Angebotswechsel der Frauen angeht. So wird als Herausforderungen von den Übungsleiterinnen genannt, sich nicht genau auf die Stunde und die Teilnehmerzahl vorbereiten zu können, was teilweise sogar zu räumlichen Engpässen führte.

Zitat aus Int.6: Übungsleiterinnen und Multiplikatorinnen:

"Man kann sich nicht vorbereiten eigentlich. Also wo ich einmal Vertretung machen musste, ganz am Anfang, für die XY- ähm normalerweise kamen da immer so 9,10,11. Das hat sich immer gewechselt und dann ging in zur Vertretung, hab ich meinen Plan fertig gemacht, hab ich meine Therabänder- auf einmal standen 40 Frauen da. Man weiß nie, man hat nie nen Raum."

7. MAINTENANCE

Hauptziel des 2. Projekthalbjahres in 2010 stellt unter anderem die Nachhaltigkeitssicherung der BIGGER-Maßnahmen dar. Um eine zukünftige selbstständige Übernahme und weitere Disseminierung für die Standorte Bottrop und Uecker-Randow antizipieren zu können, wurde in den qualitativen Interviews nach den möglichen Chancen und Stolpersteinen für eine zukünftige Institutionalisierung bei den Experten und Kooperationspartnern gefragt.

7.1. Chancen für und durch eine Institutionalisierung der Maßnahmen

7.1.1.Offenheit der Angebote

Was sich als Herausforderungen im vorangegangen Kapitel zeigte, stellt sich nach einigen Expertenmeinungen zugleich als zukünftige Chance dar. So können Frauen ohne jegliche Bindung an Organisationen Sport betreiben, was die Bindung an Bewegung und die Aufrechterhaltung der Aktivitäten über den Projektzeitraum hinaus gewährleisten kann.

7.1.2. Transfer des erworbenen Gesundheitsverhaltens in Familien

BIGGER unterstützt gerade in Bottrop in einigen Schulen die Elternarbeit, indem man unverbindlich in Kontakt mit den schwer erreichbaren Elternteilen kommen kann. Zudem kann man gezielt Elternarbeit leisten, ohne großen Mehraufwand eigener personellen Ressourcen. Die Chancen von Projekten wie BIGGER liegen v.a. darin, dass Teilnehmerinnen gesundheitsrelevantes Verhalten erlernen und als Mütter in die Familien transportieren und etablieren. Für die Kinder kann das wiederum eine verhältnisorientierte Gesundheitsmaßnahme darstellen.

Zitat aus Int.3: Expertin:

"(...) dass halt Bewegung wichtig ist und alles das was man selbst ausprobiert hat, seis gesunde Ernährung, Bewegung oder auch zum Lesen, Schreiben in der Schule. Alles was man

mal selber mitgemacht hat als Elternteil kann man dann auch besser in der Familie mit einbeziehen. Und das ist denk ich der Ansatzpunkt, der…äh…ganz wichtig ist dabei."

Zitat aus Int.3: Experte:

"Und jede Möglichkeit, jede niederschwellige Möglichkeit, die wir finden, wo Eltern in die Schule kommen zusätzlich...ähm...haben wir nen Vorteil von. Weil wir einfach dann den Kontakt...ähm...mehr haben und nicht mehr nur über der Schiene Lehrer...äh...Erziehungsberechtigte, sondern eben auch auf einer eher privateren Ebene. Dass man sich einfach austauschen kann über ganz andere Sachen. Die vielleicht jetzt nicht unbedingt was mit Schule zu tun haben...indirekt."

7.1.3.Integrationsförderung

In Uecker-Randow machen v.a. arbeitsuchende Frauen (oder solche, die es einmal waren) den Großteil der Teilnehmerinnenschaft aus. Die BIGGER-Maßnahmen werden hierbei als eine wichtige Chance für eine (Re-)Integration der Frauen in eine Gemeinschaft, zur Resozialisierung in die Gesellschaft und (Wieder-)Gewinnung sozialer Kompetenzen angesehen.

Also, Geselligkeit spielt glaub' ich durchaus schon 'ne Rolle ähm das ist auch so Querschnitt wieder zum Thema na ja ich sag's mal mit dem Begriff "soziale Kompetenz" ich fühl' mich irgendwo integriert, ich fühl' mich dazugehörend und ich glaube schon, dass es auch in unserer Ecke schon eine ganze Menge gibt, die haben das so ein bisschen verloren (Auszug Int. 11, Experte).

Und da ist die einzige Hoffnung, dass unter denen, die hinter ihren Türchen sitzen und sagen: ich bin schon so lange arbeitslos und mein Mann der trinkt und wir sind alle hier eigentlich...wir sind gar nicht mehr richtig dabei. Dass unter denen doch noch ne ganze Menge sind, die sich aktivieren lassen, wenn sie an einem solchen Projekt beteiligt sind. Und plötzlich feststellen...man feststellt, die sind auch für solche Leitungspositionen einsetzbar. Und das ist die große Hoffnung, die ich habe (...) (Auszug Int. 8, Experte).

7.1.4. Anwendung des Ansatzes im Vereinskontext

Der Beteiligungs- und Befähigungsansatz von BIGGER wird zudem als Chance z.B. im Bereich der Mitgliedergewinnung schwer erreichbarer Zielgruppen für Vereine angesehen.

Aber die Vereine, die also breitensportlich interessiert sind, die würde ich gerne – wenn ich die Nachhaltigkeit (schmunzelt) des Projektes sicher gestellt hätte – würde ich die gerne noch sehr viel mehr mit einbeziehen und informieren über das, was sie damit alles machen können (Auszug Int. 11, Experte).

7.2. Stolperstein Nachhaltigkeitssicherung

Als einzigen konkreten und zukünftigen Stolperstein des BIGGER-Projekts wird sowohl in Bottrop als auch Uecker-Randow die zukünftige Nachhaltigkeitssicherung benannt. Hierbei wird immer wieder auf die Wichtigkeit der nachhaltigen Absicherung der Koordinationsstelle verwiesen. Die Nachhaltigkeitssicherung der bestehenden Maßnahmen in den einzelnen Institutionen wurde teilweise schon gewährleistet. Aber um BIGGER weiter vernetzen zu können und die Maßnahmen längerfristig zu etablieren und zu disseminieren, wird eine längerfristige Koordinationsstelle benötigt.

Zitat aus Int.11: Experte:

"Wir müssen eine Person bezahlen können. Das ist das grundsätzliche, was abgesichert sein muss."

Zitat aus Int.11: Experte:

"Also wir sind jetzt in der zweiten Phase, also im zweiten Halbjahr mit dem Hauptziel Nachhaltigkeit ähm und das ist ähm schwierig genug oder erweist sich als schwieriger als gedacht. (...) Wir sind froher Hoffnung, dass das noch gelingt, aber es wird natürlich schwierig

dann mit der Zeitschiene...September geht das Projekt Maximum aus Sicht des Bundesgesundheitsministeriums."

8. Ausblick BIGGER

8.1. Finanzierung der Maßnahmen

In Bottrop und Uecker-Randow finanzieren sich die Maßnahmen unterschiedlich. Tab.8 und 9 zeigt die angebotsabhängige Finanzierung zum heutigen Zeitpunkt, in Hinblick auf die zukünftige selbstständige Übernahme.

	Gruppe	Finanzierung
BOTTROP	Schillerschule	Wird bis mindestens Herbst 2010 vom Familienzentrum St. Barbara getragen
	Spielraum	Bisher über Soziale Stadt finanziert
		Sportverein übernimmt das Übungsleiterhonorar, dafür wird ein Teilnahmebetrag erhoben
	Grundschule Ebel	Bisher über Soziale Stadt finanziert. Angebotsnachfrage derzeit gering, somit wird der Kurs evtl. pausieren
	Grundschule Welheimer Mark	Bisher über Soziale Stadt finanziert. Angebotsnachfrage derzeit gering, somit wird der Kurs evtl. pausieren oder Angebotsveränderungen
	Familienzentrum St. Peter	Bereits selbsttragend
	Familienzentrum Prosperpark/Hand in Hand	Bereits selbsttragend
	AWO Familienzentrum /Bunte Welt	Bereits selbsttragend
	Familienzentrum St. Franziskus	Bereits selbsttragend
	AWO Kindertagesstätte Budenzauber	Ein Teil wird über einen Teilnahmebeitrag finanziert (Frauen mit Migrationshintergrund zahlen nur die Hälfte des normalen Mitgliedbeitrags) und der andere Teil über die AWO-Familienbildung.
	Aquagymnastik	Bereits selbsttragend durch kostendeckende Teilnehmergebühren (bis zu 80% Rückerstattung durch Krankenkassen)
	AWO-Familienbildung	Ab Herbst 2010 werden weitere Kurse mitfinanziert. In abschließender Planung sind ein Fahrradkurs und ein Bewegungskurs für über 50-jährige, die in den Räumen der Familienbildung stattfinden sollen.

Tab. 8: Die in Bottrop bestehenden Angebote und ihre derzeitige Finanzierung (Stand Juni 2010)

	Gruppe	Finanzierung
	Strasburg-Tagesstätte für psychisch Kranke	Momentane Integrationsbemühungen in den Sportverein
	SV Züsedom 48 e.V.	Übernahme von Vereinsbeiträge der Teilnehmer und des Übungsleiterhonorars durch Von-Arnim-Stiftung
MC MC	Frauengruppe Viereck/ETS	Frauen seit 01.07.2009 als Vereinsmitglieder im "Vierecker Sportvereins 90 e.V." als selbständige Abteilung "Breitensport-Frauen" integriert
Randow	Torgelow-Tanztheater e.V.	Seit 2009 eigenständiger Verein, selbsttragend
1	Pasewalk- Club der Volkssolidarität	Auslagen für Übungsleiter werden nach Projektende von den Teilnehmerinnen übernommen
Uecker	Pasewalk- Tagesstätte für psychisch Kranke	Momentane Integrationsbemühungen in den Sportverein
	Pasewalk- Frauensportgruppe Oststadt	Auslagen für Übungsleiter werden nach Projektlaufzeit von den Teilnehmerinnen übernommen, wenn die weitere finanzielle Unterstützung durch einen anderen Träger wegfällt
	Jatznick- Übergangsheim f. psych. Kranke	Momentane Integrationsbemühungen in den Sportverein

Tab. 9: Die in Uecker-Randow bestehenden Angebote und ihre derzeitige Finanzierung (Stand Juni 2010)

8.2. Sicherung der lokalen Projektkoordination

Bottrop strebt durch die erneuerte Kooperationsvereinbarung eine Weiterbeschäftigung der Koordinationsstelle über die Projektlaufzeit hinaus, an. Zudem soll das Ziel, Bewegungsräume für die Zielgruppe zu öffnen gemeinsam auf den Weg gebracht werden. Für die Übertragung des BIGGER Ansatzes auf andere Kommunen laufen derzeit Gespräche mit angrenzenden interessierten Bezirken und Partnern. Eine weitere Zielvorgabe ist für Bottrop, neue Finanzierungsmöglichkeiten für die Weiterführung des Projekts zu finden (z.B. für die Koordinationsstelle vor Ort oder Aufwandsentschädigungen für die Übungsleiterinnen) oder aber auch die BIGGER-Maßnahmen in andere Projekte zu integrieren. So stellt das Zentrum für Migration derzeit einen Projektantrag, indem die BIGGER-Maßnahmen weiterhin umgesetzt werden sollen, evtl. sogar auch geringfügig für die Koordinationsstelle der Angebote gesorgt wird. Weiter soll die Kooperation hinsichtlich Absprachen und Akquise der Frauen mit dem MiMi-Projekt ausgebaut werden.

Weiterhin wird eine Kooperation mit dem BSNW angestrebt, die in der Form des kooperativen Planungsprozesses stattfinden soll. Teilnehmende Aktivposten werden u.a. Rehasportvereine in Bottrop, die über den BSNW eingeladen werden, sein.

Weiter wird die lokale Evaluation, neben den bisherigen Methoden (wie z.B. der Dokumentation), um abschließende qualitative Interviews erweitert.

In Uecker-Randow fand eine Reihe von Gespräche mit potentiellen Kooperationspartnern statt. Diese Gespräche ergaben eine weitere Aussicht bzgl. der Zielplanung des BIGGER-Projekts im 2. Halbjahr 2010.

Das Gespräch mit der "Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Mecklenburg-Vorpommern e.V." fand im Januar 2010 statt. Hierbei ist man zu dem Ergebnis gekommen, dass eine finanzielle Unterstützung des Projektes mit Personal- und Sachkosten nicht möglich ist, aber eine Unterstützung bei Fortbildungen (wie die Übernahme von Referentenhonorare für Fortbildungsveranstaltungen) getätigt werden könne.

Ein weiteres Gesprächsergebnis mit dem Wunsch der Kooperation bzw. Unterstützung ist mit dem Landessportbund Mecklenburg-Vorpommern noch offen. Reaktionen auf die Projektpräsentation und den Finanzierungsbedarf von BIGGER stehen nach erster Kontaktaufnahme mit den entsprechenden Verantwortlichen des Sozialministerium noch offen. Eine Rückmeldung ist bis Herbst 2010 zu erwarten.

Ein Gespräch und die Vorstellung des Projektes bei der Organisation zur Arbeitsförderung und Strukturentwicklung Pasewalk GmbH führte zu noch keinem endgültigem Ergebnis.

Ein Workshop mit den Geschäftsstellenleitern der Stadtsportbünde Neustrelitz, Greifswald, Neubrandenburg ist im September 2010 geplant. Dort will man das Projekt BIGGER näher erläutern. Frauen aus den Sportgruppen, Übungsleiter/innen, Leiterinnen der Tagesstätten und Vereinsvorsitzende der bestehenden Gruppen werden dabei ihre Erfahrungen einbringen.

Es bestehen derzeit noch generelle lokale Unklarheit über die Auswirkungen der bevorstehende Kreisgebietsreform: Aus dem Landkreis Uecker-Randow wird der Großkreis Südvorpommern, zu dem das Gebiet Greifswald, Anklam, Pasewalk gehören. Die Kreisstadt ist dann Greifswald. Es werden dann auch Veränderungen bei den bestehenden Kreis- und Stadtsportbünden erfolgen. Es ist zur Zeit nicht geklärt, in welcher Form und Anzahl die Kreis- und Stadtsportbünde bestehen werden.

8.3. Aus- und Weiterbildung

Weitere Ausgaben in verschiedenen Sprachen der "Gymnastik für zuhause" sind geplant. Das schon im Juni 2010 stattgefundene Tanzfest soll im November erneut veranstaltet werden.

Ein weiterer Punkt ist die Weiterqualifizierung der Übungsleiterinnen, welche im kommenden halben Jahr vorangetrieben wird. Zur Weiterführung einiger bestehender oder auch neuer BIGGER-Maßnahmen wird die Qualifizierung von Übungsleiterinnen zum "Sport in der Prävention" (Lizenzstufe 2) angestrebt, mit der sich die Übungsleiterinnen von den Krankenkassen für das Präventionsprinzip "Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität" nach dem Präventionsleitfaden des GKV - Spitzenverbandes, § 20, zertifizieren lassen können. Zudem wird die abschließende Projektphase dazu genutzt, die selbstständige Zusammenarbeit der Übungsleiterinnen untereinander -ggf. ohne Projektkoordination im nächsten Jahr- vorzubereiten.

9. Anhänge

9.1. Materialien Öffentlichkeitsarbeit

9.1.1. **Uecker – Randow**

- 9.1.1.1 Amtsblätter
- 9.1.1.2 Ehrenamtsmesse
- 9.1.1.3 Collagen
- 9.1.1.4 Gesundheits- und Seniorenkongress
- 9.1.1.5 Sportfeste

9.2. Erhebungsmaterial

9.2.1. Uecker-Randow

9.2.1.1 Fragebögen

9.2.2. **Bottrop**

9.2.2.1 Fragebögen

9.3. **DVD mit Fotos**

9.3.1. Uecker-Randow

- 9.3.1.1 Artikel
- 9.3.1.2 Flyer/Collagen
- 9.3.1.3 Präsentationen
- 9.3.1<mark>.4 Fotos</mark>

9.3.2.Botropp

- 9.3.2.1 Werbeflyer
- 9.3.2.2 Evaluation

9.1 Öffentlichkeitsarbeit

9.1.1 Uecker - Randow

Amtsblätter

An alle Frauen in Pasewalk, Viereck/ETS und Löckr



Lust auf gemeinsame Bewegung?

Wollen sie sportlich aktiv sein, wissen aber nicht wo und was? Wir haben ganz in der Nähe ein Angebot für sie. Sie brauchen nur ein paar Turnschuhe, die bestimmt schon sehnsüchtig in einer Ecke warten, legere Kleidung und vor allem Lust und gute Laune.

Wo finden sie uns:

- Die Vierecker Frauensportgruppe jeden Dienstag von 19:15 bis 21:15 Uhr in der Turnhalle in der Bundeswehrkaserne in Viereck/ETS (Treff: an der Wache der Kaserne, bitte Personalausweis mitbringen!)
- Das Tanztheater in Pasewalk jeden Dienstag von 19:30 bis 21:00 Uhr in der Turnhalle der Allgemeinen F\u00f6rderschule in Pasewalk (Sch\u00fctzenstra\u00dfe 13)
- Die Löcknitzer Frauensportgruppe jeden Mittwoch von 10:00 bis 11:00 in der Gerhart-Eisler-Turnhalle (Grundschule, Am See 10)

Schauen sie doch einfach bei uns vorbei und machen sie mit. Sie werden sehen, wie viel Spaß die Frauen dabei haben. Nur sie fehlen uns noch, trauen sie sich!

Für Unterstützung jeglicher Art für dieses Projekt sind wir immer offen und freuen uns über jeden Interessenten.

Haben sie Fragen, dann melden sie sich bitte bei:

Gudrun Pechstein
Projektkoordinatorin "BIGGER"
Kreissportbund Uecker-Randow e.V.
Tel. 03973-216608



bewegung als <mark>i</mark>nvestition in **g**esundheit Gemeinsam ERleben

Ehrenamtsmesse 13.03.2010





Weitere Bilder finden sie auf der beiliegenden DvD unter: Uecker-Randow – Öffentlichkeitsarbeit – Fotos - Ehrenamtsmesse.

Collagen

Weitere Materialien wie Flyer, Artikel und weitere Collagen finden sie unter: Uecker-Randow – Öffentlichkeitsarbeit – Collagen/Flyer





Gesundheits- und Seniorenkonferenz

Kurzbericht zur 2. Gesundheits- und Sozialkonferenz

Landkreis stellt bei 2. Gesundheits- und Seniorenkonferenz Projekt »Kreispflege- und Kreisdemenzplan 2030« gemeinsam mit Partnern vor

und 07.07.2010

Verantwortliche von Bundesregierung und Landesregierung stellen sich Fragen

Rund 90 Teilnehmer haben im Pasewalker "Kulturzentrum Historisches U" über die zukünftige Gesundheitsversorgung und vor allem über den steigenden Altersdurchschnitt in der Region und die sich daraus ergebenden Probleme diskutiert. Im Landkreis ist derzeit jeder vierte Einwohner älter als 65 Jahre. Bis zum Jahr 2030 wird sich diese Zahl annähernd verdoppeln. Daraus folgt, dass sich auch die Anzahl der an Demenz erkrankten Bürgerinnen und Bürger drastisch erhöhen wird.

Anhand dieser Entwicklung wollten die Initiatoren der Konferenz die Teilnehmer für das neue Modellvorhaben der Arbeitsgruppe der neuen Bundesländer des Bundesministeriums des Innern "Kreispflege- und Kreisdemenzplan 2030" sensibilisieren.

Wie Kreistagspräsident Andreas Texter und der erste Stellvertreter des Landrates Dennis Gutgesell erläuterten, bedarf es bereits in naher Zukunft konkreter Überlegungen dazu, wie sich Institutionen, Träger der Pflege, Kommunen und Familien für diese Herausforderung aufstellen sollen.

Vieles sei bereits bekannt und auch etliche Partner des Landkreises mit ähnlichen Aufgaben schon betraut. Es gelte jedoch, so Gutgesell, Netzwerke zu bilden und die bestehende Infrastruktur mit ihren Angeboten und Leistungen übersichtlicher zu gestalten.

"Im Landkreis Uecker-Randow hat die Kommunalpoltik die Brisanz des Themas bereits erfasst", sagte Juliane Rudloff, Referentin im Arbeitsstab neue Bundesländer. Rudloff hob anerkennend hervor, dass die vor Ort bereits erbrachten Erkenntnisse in die neue Studie der Hildebrandt-Gesundheits-Consult Hamburg und so in die bundesdeutsche Studie zur Demografie-Struktur einflössen.

"Wir benötigen zukünftig einen starken öffentlichen Gesundheitsdienst", betonte Sibylle Scriba vom Gesundheits- und Sozialministerium Mecklenburg-Vorpommern. Die demografische Entwicklung mache es bereits jetzt unerlässlich, sich konkrete Gedanken über die Organisation von Pflege und vor allem Pflegepersonal zu machen.

Ute Greve vom Zentrum Demenz in Schwerin zeigte auf, wie Ehrenamtliche in die häusliche Betreuung Demenzkranker einbezogen und dafür qualifiziert werden können. Ebenfalls aktiv auf diesem schwierigen Aufgabenfeld ist die HaffNet GbR, ein Ärzteverbund aus 45 Ärzten und sechs Kooperationspartnern. Das Ärzteehepaar Andreas und Sabine Meinhold legten dar, wie die Zusammenarbeit ausgerichtet ist und in der Praxis funktioniert. Sabine Meinhold referierte über das neueste Projekt, nämlich den Aufbau eines Geriatrie-Zentrums in Ueckermünde. Ansgar Stegemann von der AOK Neubrandenburg erläuterte in einem Kurzvortrag die Projekte "Sturzprävention in der Häuslichkeit und in Heimen" sowie "Pflegeheim-Plus". Wie Stegemann darstellte, arbeiten in der Region mit dem Konzept der Sturzprävention das Vitanas Heim in Ueckermünde, die Volkssolidarität in Torgelow, das Cura-Heim Pasewalk sowie das Ärztenetz HaffNet.

Autor: Pressesprecher: A. Froitzheim

2. Gesundheits- und Seniorenkonferenz

Datum: 30.06.2010

Ort: Pasewalk/Kulturforum "Historisches U"

Zeit: 13:00 - 17:00 Uhr

Zeit	Inhalt
12:30 - 13:00	zusammentreffen
13:00 - 13:10	Begrüβung Herr Texter – Kreistagspräsident Landkreis Uecker-Randow
13:10 – 13:25	Impulsreferat Herr Dr. Knapp – Bundesministerium des Innern (BMI)
13:25 – 13:45	Vernetzte Altersmedizin 2030 – Das Geriatriekonzept des Landes M-V Herr Hartmut Renken – Gesundheits- und Sozialministerium M-V
13:45 – 14:05	Das Konzept der Krankenkassen für die altersmedizinische und pflegerische Versorgung in M-V Herr Stegemann – AOK M-V
14:05 – 14:30	Plenumsdiskussion BMI, SM-MV, AOK M-V
14:30 - 15:00	Pause
15:00 – 15:20	Integrativ – Regionalisierte Versorgung als Antwort auf bestehende Versorgungsfragen Herr Schreiber – HGC-Hildebrandt GesundheitsConsult GmbH
15:20 – 15:40	Kooperative Demenzversorgung – schwierig, aber nicht unmöglich Frau Greve – Augustinenstift zu Schwerin
15:40 – 16:00	Ein regionaler Lösungsansatz zur geriatrischen Versorgungsoptimierung Frau Dr. Meinhold – Haffnet e.V.
16:00 – 16:20	Aktivierende Gesundheits- und Seniorenpolitik im Landkreis UER Herr Gutgesell – stv. Landrat Landkreis Uecker-Randow
16:20 – 16:50	Plenumsdiskussion HGC, Augustinenstift zu Schwerin, Haffnet e.V., stv. Landrat LK UER
16:50 - 17:00	Zusammenfassung und Ausblick
17:00	Ende der Veranstaltung

Sportfeste

Weitere Artikel und Audiosequenzen finden Sie auf der beiliegenden DvD unter: Uecker-Randow – Öffentlichkeitsarbeit – Artikel

Urkunden und Bottons zu den Sportfesten finden Sie auf der beiliegenden DvD unter: Uecker-Randow – Öffentlichkeitsarbeit – Collagen/Flyer - Urkunden Sportfeste

Bilder finden Sie auf der beiliegenden DvD unter: Uecker-Randow – Öffentlichkeitsarbeit Fotos

Der Sport stärkt das Selbstvertrauen

rest Rund 100 Betreute, die Tagesstätten der Volkssolidarität Uecker-Randow besuchen, trafen sich in Jatznick.

JAZTNICK (NI). Bereits zum 11. Mal trafen sich Besucher aus den Tagesstätten der Volkssolidarität des Uecker-Randow-Kreises für psychisch Kranke zu einem Sportfest. "In Bewegung bleiben und Sport treiben, das stärkt das Selbstvertauen unse-

rer Betreuten", ist Eva Bartels, Koordinatorin der Tagesstätten, überzeugt. Deshalb sei so ein jährliches großes Sportfest, wo sich alle treffen, sehr förder-

lich. Es waren fünf sportliche Stationen auf dem Jatznicker Sportplatz zu bewältigen. Da standen eine Geschicklichkeitswand, Stiefelweitwurf, Korbball, Ringspiel und Medizinballstoßen auf dem Programm. Die rund 100 Beteiligten meisterten die sportlichen Disziplinen mit sehr viel Spaß. "Durch Sport und Spiel hoffen wir auch, dass sich die psychisch Kranken trauen, später einmal vielleicht in einem örtlichen Sportverein mitzumachen oder sich dadurch in der Öffentlichkeit sicherer bewegen", so Eva Bartels. Deshalb lege man auch in der täglichen Arbeit in den Tagesstätten Wert darauf, viel Sport zu treiben. Unterstützung gab es an diesem Tag unter anderem vom Kreissportbund mit dem Bigger-Projekt (Bewegung als Inves-

tition in Gesundheit gemeinsam erleben). Aus der Jatznicker Küche der Volkssolidarität hat allen der Kesselgulasch sehr gut geschmeckt. Die Gemein-

de Jatznick stellte den Sportplatz zur Verfügung und Ein-EuroKräfte gaben Getränke und Bockwurst aus. Im nächsten Jahr soll es wieder eine Neuauflage des Sportfestes geben, so Eva Bartels.



Verschiedene

Disziplinen

gemeistert.

Sport und Spiel fördern den Gemeinschaftsgeist. Den rund 100 Besuchern aus den Tagesstätten für psychsich Kranke hat das Fest in Jatznick viel Spaß gemacht.:

FOTO:R.NITSCH



Ferientag gestaltet

Zum Beitrag Ferientag mit Sport, Spiel, Reiten", PAZ vom 23. Juli:

Seit Anfang 2009 unterstützt Kreissportbund cker-Randow e.V. durch das Projekt "BIGGER" (Bewegung als Investition in Gesundheit - Gemeinsam erleben) das Bewegungsangebot u.a. in den Tagesstätten Strasburg und Pasewalk. Es ist ein Projekt der Gesundheitsförderung, das gemeinsam mit dem Institut für Sportwissenschaften und Sport der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg und vom Bundesministerium für Gesundheit unterstützt und gefördert wird. Einmal wöchentlich treffen sich die Frauen, die die Tagesstätten täglich besuchen, mit der Übungsleiterin Dagmar Sagert bei Sport und Spiel in der Turnhalle in Strasburg und Pasewalk. Es wird geritten, gewandert oder geschwommen. Ein gleichwertiger Aspekt ist die Förderung von sozialen Kontakten. Mit sportlichen Aktivitäten unterstützten wir, der Kreissportbund UER mit dem Projekt "BIGGER" und der Sportjugend, auch in diesem Jahr am 21. Juli die Tagesstätten bei der Gestaltung des diesjährigen Sommerfestes in Schönwalde. Bei Sport und Spiel im Wasser und am Strand hatten die Mütter und Großmütter mit ihren Kindern und Enkelkindern viel Spaß.

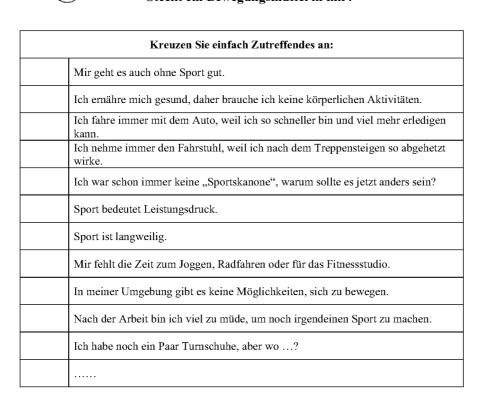
GUDRUN PECHSTEIN, PASEWALK

9.2 Erhebungsmaterial

9.2.1 Uecker - Randow

Fragebogen an die Teilnehmerinnen





Ein paar Fragen an Sie:
Welche Wünsche hinsichtlich des Bewegungsangebotes haben sie?

Was würden sie für den Sport, für ihre Gesundheit pro Monat ausgeben?

- 0,50 €
- 1,00 € 1,50 €

Fragebogen an die Frauen

Wie hasst du von dem Bewegungsangebot erfahren? Aus welchem Grund hast du dich entschlossen daran teilzunehmen? Bist du allein zu der Sportgruppe gekommen oder mit einer Freundin, Nachbarin, Bekannten usw.? Warum ist es für dich wichtig, dass das Bewegungsangebot wohnortnah ist? Ist die Mitwirkung bei der Planung und Durchführung des Bewegungsanbotes für dich wichtig und warum? Was hat sich für dich durch die Teilnahme an den Bewegungsstunden geändert (wie z.B. persönlich, gesundheitlich, in deiner Umgebung)?

Hallo ihr lieben Mitstreiter, hier sind die versprochenen Fragen:

Welche Bedeutung haben für dich die Kosten für ein Bewegungsangebot? Wie viel würdest du für eine Übungsstunde ausgeben?
Ist für dich der Besuch eines Fitnesscenters oder anderer öffentlicher Sporteinrichtungen eine Alternative zu unserem Sportangebot? (Ja/Nein – Warum?)
Wie stellst du dir deinen Übungsleiter/Übungsleiterin vor? (als Person, seine Fähigkeiten und Fertigkeiten, usw.)?
Würdest du selbst einmal so eine Sportgruppe als Übungsleiterin betreuen und dafür einen Grundkurs absolvieren?
Welche weiteren Wünsche/Vorstellungen hast du für das das Fortbestehen des Bewegungs- angebotes? (z.B. Dauerhaftigkeit, Sportgeräteausstattung, finanzielle Unterstützung, Unterstützung durch Krankenkassen, Unterstützung durch die Kommunen und Politiker, insbesondere des Bundesministeriums für Gesundheit)
Vielen Dank für Eure Mühe.
Gudrun Pechstein

Fragebogen an die Übungsleiterinnen

Fragen an unseren Übungsleiter:
Wer hat dich für diese Aufgabe als Übungsleiter der Frauengruppe angesprochen?
Warum hast du dich entschlossen diese Aufgabe zu übernehmen?
Wie hast du dich in den ersten Bewegungsstunden mit den Frauen gefühlt?
Wie siehst du heute deine Rolle als Übungsleiter?
Was hat sich in deiner persönlichen Entwicklung durch die Rolle als Übungsleiter verändert?
Welche Unterstützung wünschst du dir für die Vorbereitung und Durchführung der Übungsstunden und von wem?

Würdest du diese Übungsleitertätigkeit auch ehrenamtlich (ohne Übungsleiterhonorar) fortsetzen?
Könntest du dir vorstellen, diese Übungsleitertätigkeit einmal beruflich auszuüben und eine entsprechende Ausbildung zu absolvieren?
Vielen Dank für Deine Mühe.
Gudrun Pechstein

9.2.2 Bottrop

Eine Zusammenfassung der Ergebnisse finden Sie auf der beiliegenden DvD unter Bottrop – Evaluation - Ergebnisse

Fragebogen für Teilnehmerinnen

Fragebogen für Teilnehmerinnen und Interessierte

Liebe Frauen,

im Rahmen des Projekts "BIGGER ^(T)" führen wir Bewegungs- und Sportangebote für Frauen mit Migrationshintergrund durch. Mit diesem Fragebogen möchten wir gerne Ihr Interesse an Sport- und Bewegungsangeboten in der Stadt Bottrop erfragen. Welche Wünsche haben Sie? Vielen Dank für Ihre Mitarbeit!

1.	Was	würden	Sie	zum	Thema	Bewegung	gerne	wissen?	Welche	Fragen	hätten	Sie	gerne
he	antw	ortet?											

⊐	Wie ich mit Bewegung abnehmen kann
	Mit welchen Bewegungen bzw. Übungen ich meine Figur "verbessern" kann
\Box	Wie Bewegung die Gesundheit fördert
	Welche Formen von Bewegung besonders empfehlenswert sind
	Wie ich meinen "inneren Schweinehund" überwinden kann
	Welche Bewegungen bzw. Übungsformen sich für bestimmte Beschwerden (z.B.
	Rückenschmerzen) eignen
	Wo ich in der Nähe geeignete Bewegungsangebote finde

2. Welches Bewegungsangebot würde ich nutzen?

	Großes Interesse	Wenig Interesse	Kein Interesse
Gymnastik mit Musik			
Bewegungsspiele			
Rückengymnastik			
Große Sport-			
spiele (z.B.			
Volleyball, Bas-			
ketball etc.)			
Schwimmen			
Wassergymnastik			
Mutter-Kind			
Turnen			
Entspannung			
Tanzen			
Walking			
Fahrrad fahren			
Spazieren gehen			

65

□ Vormittags	□ Nachmittag:	s □ A	bends
4. Wo würde ich an ei	nem Bewegungsangebot	teilnehmen? Wenn es	stattfinden würde:
	jα	eventuell	nein
In ganz Bottrop			
In meinem Stadtteil			
In angrenzenden			
Stadtteilen			
In umliegenden			
Städten (z.B.			
Oberhausen, Essen)			
mitzumachen? □ Freundin/nen mach(t)en mit	□ Durchführung in c	•
	rsch, um die en	□ Durchführung in d □ keine/ wenig Kost □ gute Erreichbarkd □ Gelegenheit/ Zeit □ Übungsleiterin ist	der Muttersprache en eit zu reden
☐ Freundin/nen mach(t☐ nette Gruppe☐ Durchführung in deut Sprache besser zu lerne	sch, um die en .n	□ keine/ wenig Kost □ gute Erreichbarko □ Gelegenheit/ Zeit □ Übungsleiterin ist	der Muttersprache en eit zu reden mir bekannt
□ Freundin/nen mach(t □ nette Gruppe □ Durchführung in deut Sprache besser zu lerne □ Räumlichkeiten kenne Wo würde ich am liebste	rsch, um die en en n an einem Bewegungsa	□ keine/ wenig Kost □ gute Erreichbarko □ Gelegenheit/ Zeit □ Übungsleiterin ist	der Muttersprache en eit zu reden mir bekannt
☐ Freundin/nen mach(t ☐ nette Gruppe ☐ Durchführung in deut Sprache besser zu lerne ☐ Räumlichkeiten kenne Wo würde ich am liebste nöglich) er Kindergarten/ Familien ie Schule ie Moschee ie RAA	rsch, um die en en n an einem Bewegungsa	□ keine/ wenig Kost □ gute Erreichbarko □ Gelegenheit/ Zeit □ Übungsleiterin ist	der Muttersprache en eit zu reden mir bekannt
☐ Freundin/nen mach(t ☐ nette Gruppe ☐ Durchführung in deut Sprache besser zu lerne ☐ Räumlichkeiten kenne Wo würde ich am liebste nöglich) er Kindergarten/ Familien ie Schule ie Moschee	rsch, um die en n n an einem Bewegungsa nzentrum	□ keine/ wenig Kost □ gute Erreichbarko □ Gelegenheit/ Zeit □ Übungsleiterin ist	der Muttersprache en eit zu reden mir bekannt

	Æ	15 1		P 1		IV	ш	3 3 1	11	E. III.		un	3777	303	 35.		ж	10.1	110	37		10	10	 37.5			10			Ш.	31		177		331					30	0.10	311	70			10		233	810	m	π.	76.
N	æ	H	٠.	(71	UΙ	IХ	uι	н	щ	Œ.		ΨŖ	W		ij.		#	П				ĸ	н				H	H			1	H	Ţ.	4	Ŧ	F							4			H			٩.	ij.	75	

7. Was wären Gründe für mich, ein Bewegungs- oder Gesundheitsangebot nutzen?

	Großes Interesse	Wenig Interesse	Kein Interesse
Um etwas für meine Gesundheit zu tun			
Um etwas für meine Figur zu tun			
Um etwas gegen meine Beschwerden zu tun			
Um andere Frauen zu treffen			
Um mich mit anderen Frauen gemeinsam zu bewegen			
Weil ich Spaß daran habe mich zu bewegen			
Weil ich mehr zum Thema Ge- sundheit er- fahren möchte			

Über welches Thema möchten Sie mehr erfahren (z.B. Bewegung, Ernährung, Entspannung):

7. Ich bewege mich:

(Bewegung bezieht Aktivitäten im Alltag mit ein, z.B. Fahrrad fahren, Spazieren gehen etc.)

 roguing Doznom min	minaron in minag i	iri oiri, z.o. i arii i ad	ram on, opazioren	90/10/10/3
Mehrmals die	Einmal die	Mehrmals im	Einmal im Monat	Gar nicht
Woche	Woche	Monat	Emmai ini Monai	Gar men

8. Ich glaube, dass ich mich genug bewege:

	, 505 0	5		
Stimmt völlig	Stimmt ziemlich	Stimmt teils/ teils	Stimmt wenig	Stimmt nicht



53

9. Ich würde mich gerne mehr bew	veaen:
----------------------------------	--------

Stimmt völlig	Stimmt ziemlich	Stimmt teils/ teils	Stimmt wenig	Stimmt nicht

☐ fehlende Inf ☐ zu wenig Zei ☐ umständlich ☐ familiäre Vei ☐ der "innere S ☐ fehlende Kin ☐ andere inter ☐ ungünstige Z ☐ keine "passei ☐ Terminfestle ☐ Mitgliedsbei ☐ Kosten	t oder zu zeitan rpflichtungen Schweinehund derbetreuung essante Angel Eiten nden" Anbiete egung	ufwendig, um c " bote (z.B. Ang		n Auto) ksack, Frühstückst	treffen
9. Was ich son	ast noch hinz	ufügen möchti	e:		

	Bitte			
	ankreuzen:	∟I verheiratet/in Partnerschaft lebend	u alleinerziehend	
	Bitte eintragen:	In Deutschland geboren: 🗦 ja	J nein	
		Herkunftsland der Mutter:	Herkunftsland des	s Vaters
		Alter:		
		Anzahl der Kinder:	Alter jüngstes Kind: Alter ältestes Kind:	
		Inr Schulabschluss		
		Ihr erlernter Beruf:		
		Erlernter Beruf des Partners/der Partneri	n;	
11.	Welche der	· folgenden Angaben zur Berufstätigkeit	trifft auf Sie zu?	
11.	Welche der	folgenden Angaben zur Berufstätigkeit	Ihre Berufs-	
11.			Ihre Berufs- tätigkeit	keit Ihres Partners
11.	Nicht ber	ufstätig (z.B. Hausfrau, Elternzeit, Rentner)	Ihre Berufs- tätigkeit	keit Ihres Partners
11.	Nicht bere Arbeitslos	ufstätig (z.B. Hausfrau, Elternzeit, Rentner)	Ihre Berufs- tätigkeit	keit Ihres Partners
11.	Nicht ber Arbeitslos Teilzeit/s	ufstätig (z.B. Hausfrau, Elternzeit, Rentner) stundenweise berufstätig unter 15 Std. die Wo	Ihre Berufs- tätigkeit	keit Ihres Partners
11.	Nicht berv Arbeitslos Teilzeit/s Teilzeit be	ufstätig (z.B. Hausfrau, Elternzeit, Rentner) s tundenweise berufstätig unter 15 Std. die Wo erufstätig 15 - 34 Stunden die Woche	Ihre Berufs- tätigkeit 	keit Ihres Partners
11.	Nicht berr Arbeitslos Teilzeit/s Teilzeit bo Voll beruf	ufstätig (z.B. Hausfrau, Elternzeit, Rentner) stundenweise berufstätig unter 15 Std. die Wo	Ihre Berufs- tätigkeit 	keit Ihres Partners
	Nicht ber Arbeitslos Teilzeit/s Teilzeit be Voll beruf Auszubilde	ufstätig (z.B. Hausfrau, Elternzeit, Rentner) 5 tundenweise berufstätig unter 15 Std. die Wo erufstätig 15 – 34 Stunden die Woche stätig mit 35 und mehr Stunden die Woche ender (z.B. Lehrling, Umschüler)	Ihre Berufs- tätigkeit 	keit Ihres Partners
	Nicht ber Arbeitslos Teilzeit/s Teilzeit be Voll beruf Auszubilde	ufstätig (z.B. Hausfrau, Elternzeit, Rentner) 5 tundenweise berufstätig unter 15 Std. die Wo erufstätig 15 – 34 Stunden die Wochestätig mit 35 und mehr Stunden die Woche	Ihre Berufs- tätigkeit 	keit Ihres Partners
	Nicht ber Arbeitslos Teilzeit/s Teilzeit be Voll beruf Auszubilde	ufstätig (z.B. Hausfrau, Elternzeit, Rentner) 5 tundenweise berufstätig unter 15 Std. die Wo erufstätig 15 – 34 Stunden die Woche stätig mit 35 und mehr Stunden die Woche ender (z.B. Lehrling, Umschüler)	Ihre Berufs- tötigkeit	keit Ihres Partners
	Nicht ber Arbeitslos Teilzeit/s Teilzeit be Voll beruf Auszubilde	ufstätig (z.B. Hausfrau, Elternzeit, Rentner) 5tundenweise berufstätig unter 15 Std. die Wo erufstätig 15 – 34 Stunden die Woches stätig mit 35 und mehr Stunden die Woche ender (z.B. Lehrling, Umschüler)	Ihre Berufs- tätigkeit	keit Ihres Partners
	Nicht ber Arbeitslos Teilzeit/s Teilzeit be Voll beruf Auszubilde	ufstätig (z.B. Hausfrau, Elternzeit, Rentner) 5 tundenweise berufstätig unter 15 Std. die Wo erufstätig 15 – 34 Stunden die Woche stätig mit 35 und mehr Stunden die Woche ender (z.B. Lehrling, Umschüler)	Ihre Berufs- tätigkeit	keit Ihres Partners
	Nicht beri Arbeitslos Teilzeit/s Teilzeit bi Voll beruf Auszubildi Angaben zu Niedriges	ufstätig (z.B. Hausfrau, Elternzeit, Rentner) 5tundenweise berufstätig unter 15 Std. die Wo erufstätig 15 – 34 Stunden die Woches stätig mit 35 und mehr Stunden die Woche ender (z.B. Lehrling, Umschüler)	Ihre Berufs- tötigkeit	keit Ihres Partners

Vielen Dank für`s Ausfüllen!





Phasen des Projektablaufs



- Gespräche
- Werbung für das Projekt
- Aufbau der Sportgruppen
- Aktive Einbeziehung der Zielgruppe
- Zwischenergebnisse





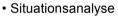
- Ziele
- Kostenprognose
- grobe Zeitplanung

Grobkonzept

- Gespräche
- Partner







- Bedarfsanalyse
- vorhandene Ressourcen
- Experten/Multiplikatoren

Ist-Analyse /

Recherche

Zielgruppen

Feinkonzept





Umsetzung



- Ressourcennutzung
- Räumlichkeiten
- genaue Aufgabendefinierung
- Finanzen
- Medieneinsatz

- regelmäßige Kontakte
- Erfahrungsaustausch
- Vernetzung
- Aus- u. Fortbildung
- Langfristigkeit sichern
- Fördermöglichkeiten



