

# Geh-sundheitspfad



## Handlungsmanual zum Geh-sundheitspfad

Anleitung zur Übertragbarkeit des  
Geh-sundheitspfadkonzeptes in andere Kommunen



Dresden.  
Dresdener

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

## Gliederung des Handlungsmanuals

Vorwort	3
1 Informationen über das Projekt	3
2 Zeitplan und Aufgaben	4
3 Netzwerk	5
4 Arbeitsschritte	7
4.1 Bestands- und Bedarfsanalyse	7
4.1.1 Bevölkerungsumfrage	9
4.1.2 Einzelinterviews	10
4.1.3 Auswahl der Stadtteile mit einem hohen Bedarf	11
4.2 Entwicklung des Geh-sundheitspfades	13
4.2.1 Projektgruppe einrichten	14
4.2.2 Festlegen der Route und Informationstafelstandorte	14
4.2.3 Einholung von Nutzungsrechten für die Flächen der Informationstafeln	15
4.3 Entwicklung der Informationstafeln	16
5 Projektmarketing	18
6 Nachhaltigkeit	19
7 Öffentlichkeitsarbeit	20
8 Kompetenzen und Ressourcen für die Projektumsetzung	21
9 Finanzierung	22
10 Checkliste	24
11 Zusammenfassung	25
12 Anhang	26
13 Literatur	27

## Vorwort

Dieses Handlungsmanual bündelt alle Erkenntnisse zum Projekt „Fit-Dresden“ und versteht sich daher als Leitfaden, der praktische Empfehlungen ausspricht und Orientierung gibt bei der Implementierung des Geh-sundheitspfades in zusätzliche Stadtteile der Stadt Dresden oder in andere Kommunen. Es erfolgt die Beschreibung der einzelnen Arbeitsschritte, inklusive eines Zeitplanes, auf dem Weg zu einem „Geh-sundheitspfad“, das zu involvierende Netzwerk sowie entstehende Kosten. Bei Interesse stehen Ihnen auf der Webseite des Projektes „Fit-Dresden“ zusätzliche Informationen über das Projekt und den etablierten Geh-sundheitspfad zur Verfügung. Für sonstige Auskünftige kontaktieren Sie gerne das Amt für Gesundheit und Prävention der Landeshauptstadt Dresden ([gesundheitsamt-gesundheitsplanung@dresden.de](mailto:gesundheitsamt-gesundheitsplanung@dresden.de)).

## 1 Informationen über das Projekt

Die Lebensphase des Alters umfasst im Verhältnis zum Gesamtleben eine immer größere Zeitspanne. Mit zunehmendem Lebensalter steigt die Wahrscheinlichkeit von physischen und psychischen Problemen, Funktionsbeeinträchtigungen und Erkrankungen (Robert Koch-Institut, 2015). Die Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung zeigen, dass sich die deutsche Bevölkerung nicht ausreichend bewegt (Rütten, A, Pfeiffer, K. 2016; RKI. 2014).

Diese Ergebnisse stellten den Ausgangspunkt für die im Jahr 2018 veröffentlichte Förderbekanntmachung „Bewegung und Bewegungsförderung“ des Bundesministeriums für Gesundheit dar. Die Technische Universität Dresden sowie die Landeshauptstadt Dresden entwickelten gemeinsam eine Idee, um die Bewegung in der Landeshauptstadt Dresden zu fördern und planten die Schaffung eines entsprechenden Angebotes. Sie reichten im September 2018 gemeinsam einen Projektantrag zum Thema Bewegungsförderung in der Kommune ein, der schließlich im Jahr 2019 bewilligt und ab Juni 2019 für drei Jahre gefördert wurde.

Im Rahmen des Projektes „Bewegungsförderung bei Frauen und Männern im Übergang zur nachberuflichen Lebensphase - Fit durch Bewegung am Beispiel der Stadt Dresden“ (Fit-Dresden) entstand ein Angebot zur Bewegung in zwei Stadtteilen in Dresden, welches verhaltens- und verhältnispräventive Aspekte kombiniert. Der Geh-sundheitspfad als Bewegungsangebot im öffentlichen Raum soll die Kommune bewegungsfreundlicher machen, zu Bewegung motivieren und zur Attraktivität zweier Stadtteile beitragen.

Dieses niedrigschwellige Angebot – der Geh-sundheitspfad – möchte die Dresdnerinnen und Dresdner im Übergang sowie in der nachberuflichen Lebensphase zu Bewegung, speziell zum Zufußgehen, im Alltag motivieren und damit die Gesundheit sowie Lebensqualität erhalten bzw. verbessern. Obgleich der Geh-sundheitspfad speziell für die Dresdnerinnen und Dresdner ab 55 Jahren entwickelt wurde, möchte er auch jüngere zum Zufußgehen motivieren. Er darf und soll von allen genutzt werden.

Mit Unterstützung zahlreicher Beteiligter entstanden 12 Informationstafeln sowie eine Broschüre, welche über die positiven Aspekte des Gehens auf die Gesundheit, die Umwelt

und stadtteilgeschichtliche Besonderheiten in den zwei Stadtteilen Trachau und Pieschen-Nord/Trachenberge informieren.

## 2 Zeitplan und Aufgaben

Von Projektstart bis zur Fertigstellung des Geh-sundheitspfades sind circa 24 Monate einzuplanen. In diesen zwei Jahren liegen die Aufgaben im

1. Analysieren der Rahmenbedingungen, um den Geh-sundheitspfad als ein zielgruppenspezifisches Bewegungsangebot in der Kommune zu implementieren
2. Festlegen des Stadtteils, in welchem ein Bedarf für ein Bewegungsangebot besteht
3. Festlegen der Route und Tafelstandorte unter Beachtung der Rahmenbedingungen
4. Erstellen der Informationstafeln und der Broschüre
5. Aufstellen der Informationstafeln und damit Fertigstellung des Geh-sundheitspfades.

Abbildung 1 zeigt unter anderem die Meilensteine von Monat 0 bis zur Eröffnung des Geh-sundheitspfades. Es ist zu beachten, dass die angegebenen Monate der einzelnen Meilensteine aus dem Projekt „Fit-Dresden“ resultieren, in anderen Projekten jedoch abweichen können. Kontinuierlich sollten der Auf- und Ausbau eines Netzwerkes sowie die Öffentlichkeitsarbeit im Projekt berücksichtigt werden.

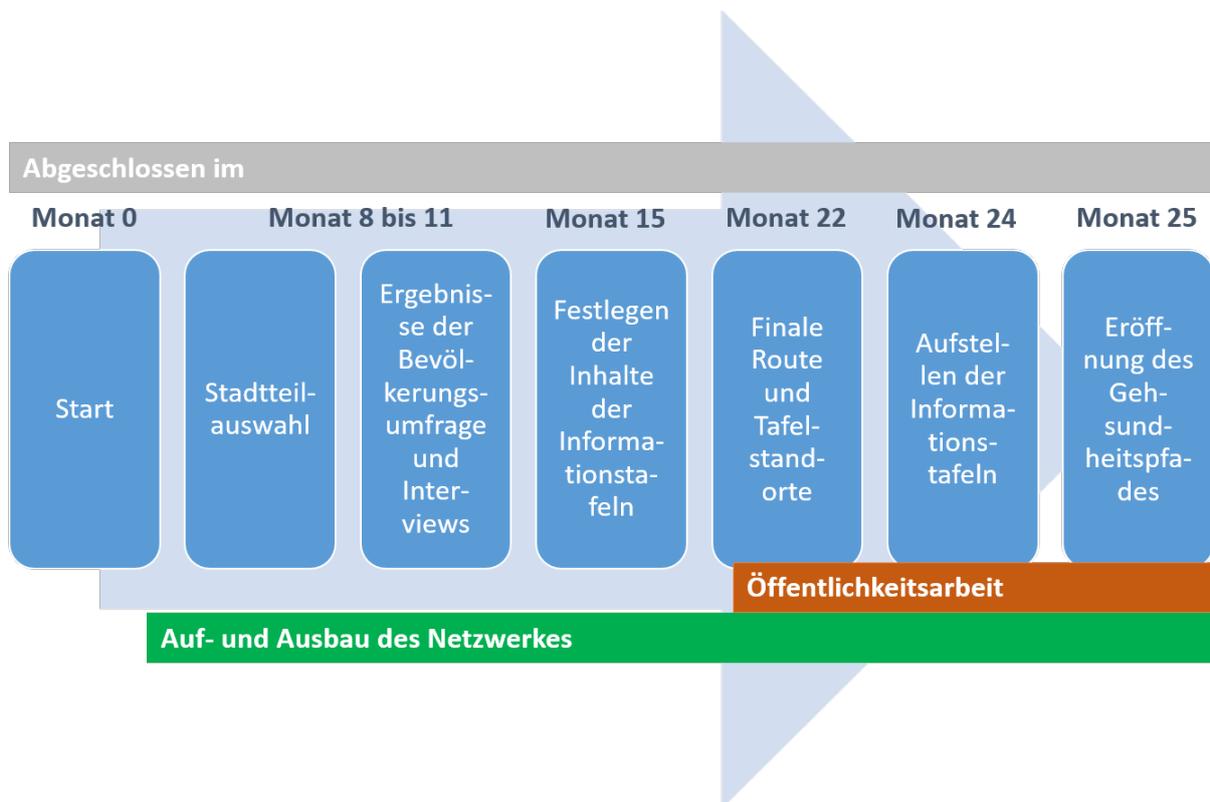


Abbildung 1: Auflaufschema zur Implementierung eines Geh-sundheitspfades

### 3 Netzwerk

Eine Übersicht über die Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner zeigt die Abbildung 2.

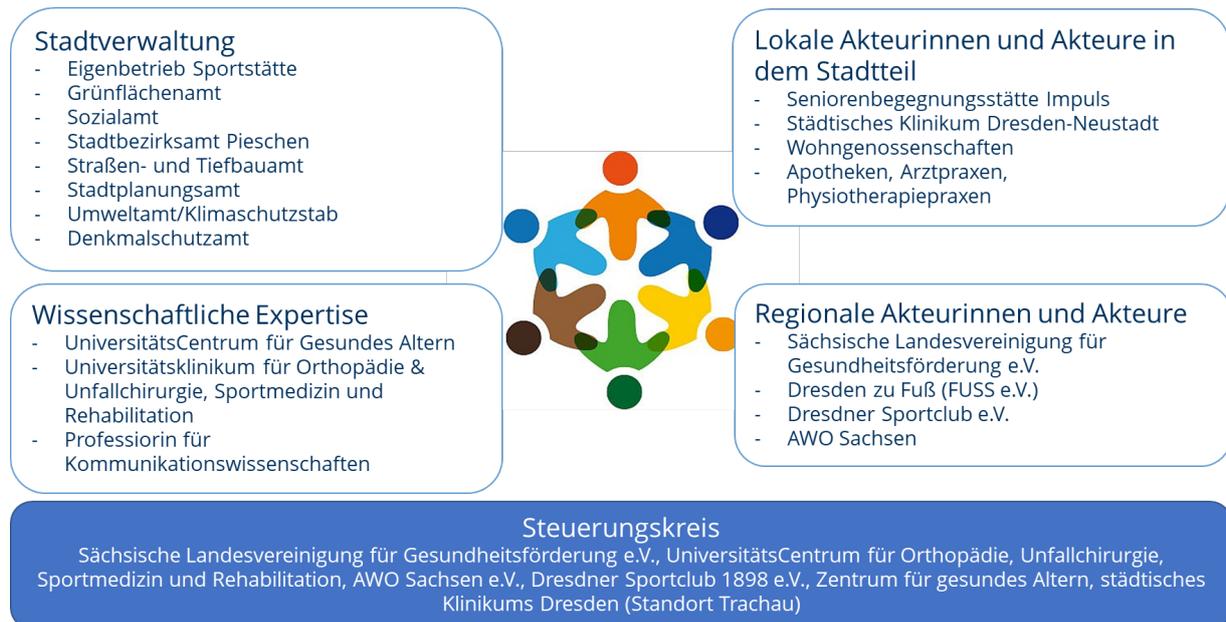


Abbildung 2: Wichtige Partnerinnen und Partner beim Aufbau des Geh-sundheitspfades in Dresden

Die Vernetzung aller relevanten Akteurinnen und Akteure ist für eine erfolgreiche Planung, Entwicklung und Nutzung einer Präventionsmaßnahme notwendig. Von Projekt zu Projekt unterscheiden sich die Akteurinnen und Akteure, die für die Entwicklung eines Präventionsangebotes notwendig sind. Es sollte ein Netzwerk etabliert werden, das je nach Bedarf zu bestimmten Zeitpunkten die relevanten Akteurinnen und Akteure einbindet und eine Vielzahl heterogener Beteiligter miteinander vernetzt.:

- Ämter der Stadtverwaltung,
- Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler,
- lokalen Akteurinnen und Akteure (z.B. Begegnungsstätten als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren)
- regionale Akteurinnen und Akteure (z.B. als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren)

Im Laufe eines Projektes können sich Netzwerke verändern. Akteurinnen und Akteure verlassen das Netzwerk, neue Akteurinnen und Akteure werden gewonnen. Neu gewonnene Akteurinnen und Akteure spielten beispielsweise eine Rolle bei der Genehmigung der Tafelstandorte. Die Zeitpunkte der Zusammenarbeit sowie die Aufgaben, bei denen eine Unterstützung hilfreich ist, zeigt Abbildung 3.

#### Lokale Akteurinnen und Akteure im Stadtteil

Die Zusammensetzung des Netzwerkes aus lokalen Akteurinnen und Akteuren richtet sich nach den Gegebenheiten vor Ort. Am Beispiel der Implementierung des Geh-sundheitspfades in der Landeshauptstadt Dresden war die Mitwirkung von lokalen Akteurinnen und Akteuren bei folgenden Aufgaben notwendig:

- Aufstellen der Informationstafeln, beispielsweise auf Flächen von Wohnungsgenossenschaften
- Bewerbung des Geh-sundheitspfades durch Kliniken, Arztpraxen, Apotheken und Therapiepraxen
- Erreichen des Zugangs zur Zielgruppe durch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einer Begegnungsstätte

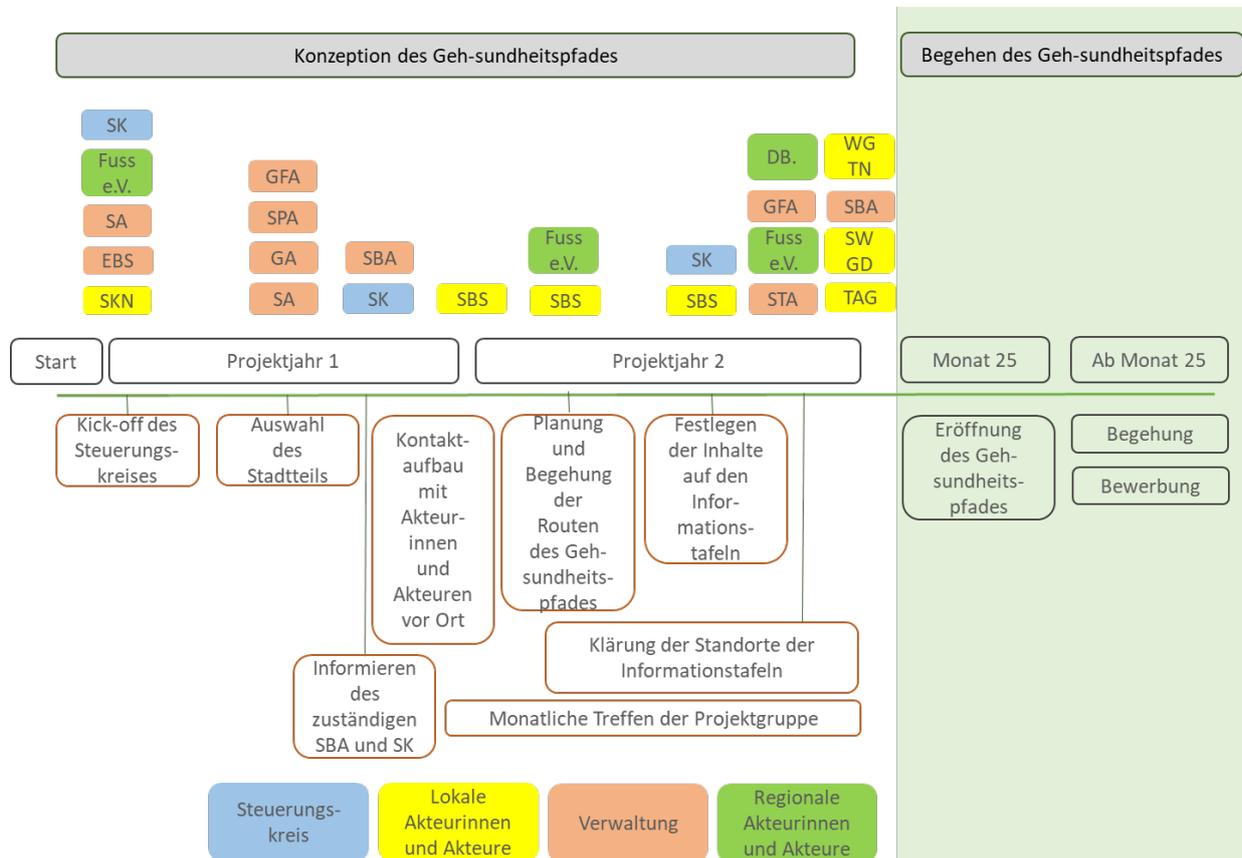


Abbildung 3: Netzwerk am Beispiel des Projektes Fit-Dresden

**Legende:** SKN: Städtisches Klinikum Dresden-Neustadt, EBS: Eigenbetrieb Sportstätten, SBS: Seniorenbegegnungsstätte, SK: Steuerungskreis, GFA: Amt für Stadtgrün und Abfallwirtschaft, SPA: Amt für Stadtplanung und Mobilität, STA: Straßen- und Tiefbauamt, GA: Amt für Gesundheit und Prävention, SA: Sozialamt, SBA: Stadtbezirksamt Pieschen, DB: Deutsche Bahn, SWGD: Sächsische Wohnungsgenossenschaft Dresden eG, WGTN: Wohnungsgenossenschaft Trachau-Nord eG, TAG: TAG Immobilien AG

Aus eigener Erfahrung stellt der Zugang zur Zielgruppe oft eine Hürde dar. Am ehesten gelingt der Zugang über Multiplikatorinnen und Multiplikatoren vor Ort. Im Fall des Projektes „Fit-Dresden“ konnte eine Senioren- und Begegnungsstätte in dem Stadtteil, in dem der Geh-sundheitspfad implementiert wurde, für eine Zusammenarbeit gewonnen werden. Dies ermöglichte es, die Wünsche und Bedarfe der Zielgruppe zu berücksichtigen sowie den Geh-sundheitspfad partizipativ zu entwickeln (Modell nach Wright, 2010).

Eine Zusammenarbeit mit Zielgruppenvertreterinnen und -vertretern ist an Voraussetzungen gebunden. Es bedarf dabei mehrerer Schritte:

- Kontaktaufnahme mit der Leitung eines Begegnungszentrums sowie erstes Gespräch
- Kennenlernen der Besucherinnen und Besucher der Begegnungsstätte, inklusive Vorstellen des Projektes, der eigenen Person sowie den Inhalten der Zusammenarbeit

- Treffen mit interessierten Besucherinnen und Besuchern für weitere Informationen über den Geh-sundheitspfad
- Einrichten einer Projektgruppe bestehend aus Besucherinnen und Besuchern sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Begegnungsstätte sowie den Projektmitarbeiterinnen und -mitarbeitern des Geh-sundheitspfades

Es ist ratsam, dass sich die Projektgruppe, bestehend aus fünf bis zehn Besucherinnen und Besuchern der Begegnungsstätte, einmal monatlich (beispielsweise in den Räumlichkeiten der Begegnungsstätte jeden zweiten Dienstag im Monat) trifft, um folgende Themen zu besprechen:

- Route des Geh-sundheitspfades
- Inhalte und Design der Informationstafeln und einer Broschüre
- Bewerbung des Geh-sundheitspfades

### Steuerungskreis

Zusätzlich kann ein Steuerungskreis mit Mitgliedern verschiedener Professionen aufgestellt werden, welcher die Entwicklung des Geh-sundheitspfades kontinuierlich begleitet, über das Projekt informiert und um ein Feedback gebeten wird. Treffen des Steuerungskreises sollten zu Projektbeginn, im Prozess der Erstellung des Geh-sundheitspfades sowie am Ende des Projektes eingeplant werden. Für die Entwicklung des Geh-sundheitspfades bietet sich ein Steuerungskreis aus untenstehenden Mitgliedern an:

- Gesundheit (Medizin, Gesundheitsförderung, Gesundheitskommunikation)
- Sport und körperliche Fitness (Kliniken, Sportclubs)
- Zugang zur Zielgruppe

## 4 Arbeitsschritte

Die jeweiligen Arbeitsschritte (z.B. Bestands- und Bedarfsanalyse, Auswahl des Stadtteils bzw. der Nachbarstadtteile mit hohem Bedarf) spielen eine essentielle Rolle bei der Entwicklung und Umsetzung des Geh-sundheitspfades und sollen daher nachfolgend beschrieben werden.

### 4.1 Bestands- und Bedarfsanalyse

Arbeitsschritte - von der Planung zur Fertigstellung des Geh-sundheitspfades	aufgewendete Zeit in Monaten										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
<b>Festlegen der Rahmenbedingungen</b>											
Literaturrecherche und Suche nach Praxisprojekten	x	x	x	x							
Einzelinterviews mit der Zielgruppe				x	x	x	x	x	x		
Bevölkerungsumfrage				x	x	x	x	x	x	x	x

Auswahl der Stadtteile										
Vorauswahl der Stadtteile anhand von Daten	x	x	x							
Begehungen verschiedener Stadtteile				x	x	x	x			
Expertinnen- und Expertenworkshop								x		

Anmerkung: grünes Feld = Finalisierung der Arbeitsschritte

Das Ziel der Konzeptionsphase besteht darin, unter Berücksichtigung aller Rahmenbedingungen einen oder mehrere Stadtteile in der Kommune auszuwählen, in dem der Geh-sundheitspfad erfolgreich und nachhaltig implementiert werden kann. Zu diesem Zweck ist eine Vielzahl von Informationen und Daten notwendig, die im Rahmen einer Bestands- und Bedarfsanalyse erhoben bzw. zusammengetragen werden sollte.

Als Startpunkt ist es hilfreich, folgende zwei Fragestellungen zu formulieren, die mit Hilfe der Bestands- und Bedarfsanalyse beantwortet werden sollen: (1) In welchem Stadtteil der Kommune besteht ein besonders hoher Bedarf für die Implementierung eines Geh-sundheitspfades als bewegungsfördernde Maßnahme und (2) welche Rahmenbedingungen sind für die Implementierung zu beachten? Im nächsten Schritt sollte definiert werden, was unter dem projektbezogenen Begriff „hoher Bedarf“ verstanden wird (siehe [Auswahl der Stadtteile mit einem hohen Bedarf](#)). Hiernach empfiehlt es sich, eine Literaturrecherche durchzuführen, um sowohl nationale als auch internationale Bewegungsförderungsmaßnahmen zu eruieren, von denen Erfordernisse, Gelingensfaktoren und potentielle Barrieren für den Geh-sundheitspfad abgeleitet werden können. Im Projektteam sollte schließlich zusammengetragen werden, welche Arten von Informationen bzw. Daten zur Darstellung der Ausgangssituation und damit zur Beantwortung der unter (1) genannten Fragen notwendig sind. Dazu zählen unter anderem:

- Soziodemografische Daten der Zielgruppe (u.a. Geschlecht, Alter, Familienstand)
- Gesundheitsstatus der Zielgruppe
- Kommunale Infrastrukturdaten (u.a. Straßen- und Verkehrsinfrastruktur, Öffentlicher Personennahverkehr (ÖPNV), Bauvorhaben/Bebauungsplan, Denkmalschutz, Grünflächenverfügbarkeit etc.)
- Bewegungsverhalten der Zielgruppe
- Sicherheitsempfinden im Stadtteil
- Etablierte Bewegungsangebote in der Kommune

Neben dem Gegenstand der Analyse sollte im nächsten Schritt das Projektteam darüber beraten, auf welche Weise es die erforderlichen Informationen bzw. Daten erhalten kann. Folgende Methoden zur Bestands- und Bedarfsanalyse haben sich als hilfreich erwiesen:

- Internetrecherche: allgemeinwissenschaftliche Suchmaschinen wie Google Scholar (frei zugänglich)
- Analyse von Fachliteratur: Fachartikel in wissenschaftlichen Datenbanken (freier Zugang über Hochschulen/Universitäten), Publikationen auf Webseite des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG), statistische Berichte (v.a. Kommunalstatistik)

- Befragung der Zielgruppe mittels Fragebogen
- Interviews mit Zielgruppe
- Fokusgruppendifkussion mit Expertinnen und Experten

#### **4.1.1 Bevölkerungsumfrage**

Auf Basis der Literaturrecherche kann eine Bevölkerungsumfrage durchgeführt werden, um Bedürfnisse der Zielgruppe zu erfassen und Rahmenbedingungen für den Geh-sundheitspfad festzulegen. Der Fragebogen sollte sich speziell an die Zielgruppe richten. Im Projekt „Fit-Dresden“ wurden dafür die 55-65-jährigen Dresdnerinnen und Dresdner befragt.

Folgende Fragen sollten anhand der Bevölkerungsumfrage zu beantworten sein:

- Wer bewegt sich zu wenig und geht zu wenig zu Fuß?
- Wie muss der Geh-sundheitspfad als Maßnahme der Gesundheitsförderung gestaltet sein, damit dieser gelaufen wird?
- Wie können die Dresdnerinnen und Dresdner durch den Geh-sundheitspfad motiviert und in Bewegung gebracht werden, z.B. über welche Medien kann dies geschehen?

Die Bevölkerungsumfrage kann aus fünf Arbeitsschritten bestehen.

##### **1. Erstellen des Fragebogens**

Aufbauend auf den Ergebnissen der Literaturrecherche wird ein Fragebogen erstellt. Dieser sollte ungefähr vier Seiten umfassen. Ein zu umfangreicher Fragebogen kann zu einer geringeren Rücklaufquote führen.

Zur Erfassung der Bedarfe sollte der Fragebogen folgende Themen abdecken:

- Das individuelle Bewegungs- und Freizeitverhalten, inklusive des Zufußgehens und der Gründe für oder gegen das Zufußgehen
- Die Wünsche an den Geh-sundheitspfad als Lehrpfad mit 12 Informationstafeln (z.B. Inhalte der Tafeln)
- Die Mediennutzung der Zielgruppe (z.B. welche lokalen Zeitungen gelesen, ob spezielle Apps genutzt werden)
- Die Freizeitaktivitäten (z.B. um zu entscheiden, ob Werbung auf Stadtteilfesten die Zielgruppe erreicht)
- Die bevorzugten Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner für Präventionsangebote (z.B. Information über den Geh-sundheitspfad durch Ärztinnen und Ärzte an ihre Patientinnen und Patienten)
- Die soziodemografischen Angaben.

Der Fragebogen greift auf Fragen bestehender und teils validierter Fragebögen zurück (ALLBUS und Kommunale Bürgerumfragen). Bei der Verwendung bestehender Fragebögen sind die Nutzungsrechte dieser zu beachten.

Der Fragebogen sollte einem Pretest unterzogen und im Anschluss ggf. angepasst werden.

##### **2. Erstellen eines Datenschutzkonzeptes**

In Absprache mit der oder dem zuständigen Datenschutzbeauftragten des entsprechenden Bundeslandes sowie der Institution entsteht das Datenschutzkonzept unter Beachtung der

Datenschutzgrundverordnung. Dieses Datenschutzkonzept ist Teil der Befragungsunterlagen, die an die Stichprobenteilnehmenden verschickt werden. Ob ein informiertes Einverständnis reicht oder eine unterschriebene Einverständniserklärung zwingend nötig ist, ist individuell zu klären.

### **3. Beantragen der Adressdaten beim Meldewesen der Stadt oder Gemeinde**

Meldeämter stellen unterschiedliche Anforderungen an die Bereitstellung von Adressdaten. Einzureichende Unterlagen im Projekt Fit-Dresden umfassten die Beschreibung des Projektes und der Projektziele, die Inhalte der Befragung, die Gewährleistung des Datenschutzes, das favorisierte Verfahren der Stichprobenziehung sowie die Löschung der Adressdaten nach Abschluss der Befragung. Nach Genehmigung der Verwendung von Einwohnermeldedaten standen die Adressdaten zum Download bereit.

### **4. Zusammenstellen der Befragungsunterlagen sowie Versand**

Die Befragungsunterlagen enthalten ein Anschreiben als Serienbrief, eine Datenschutzerklärung, einen frankierten Rückumschlag sowie den Fragebogen. Vor dem Druck und dem Versand der Befragungsunterlagen ist zu prüfen, inwiefern ein Vergabeverfahren durchgeführt werden muss. Es können bis zu drei Erinnerungsschreiben verschickt werden.

### **5. Dateneingabe und Auswertung der Daten**

Die Eingabe der zurückgesandten Fragebögen kann beispielsweise in Excel oder SPSS geschehen. Im letzten Schritt werden die Daten ausgewertet und aufbereitet.

Die ausgewerteten Daten zeigen,

- Das Bewegungsverhalten und das Pensum des Zufußgehens der Dresdnerinnen und Dresdner von 55-65 Jahren
- Die Anforderung an die Route
- Die Wünsche zur Gestaltung und den Inhalten der Informationstafeln
- Die Verwendung von Hilfsmitteln bei Bewegungsaktivitäten
- Die Möglichkeiten, wie Personen für das Gehen des Geh-sundheitspfades motiviert werden können
- Die Nutzung von Medien und welche Medien für die Bekanntmachung des Geh-sundheitspfades genutzt werden können
- Die möglichen Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner, die in die Bekanntmachung des Geh-sundheitspfades einbezogen werden

Die Ergebnisse der Bevölkerungsbefragung gehen in die Entwicklung der Route und der Informationstafeln ein. Sie zeigen, womit und durch wen die Zielgruppe über das Bewegungsangebot erfolgreich informiert werden kann.

#### **4.1.2 Einzelinterviews**

Ergänzend zur Bevölkerungsumfrage bieten sich leitfadengestützte Einzelinterviews mit (zukünftigen) Seniorinnen und Senioren sowohl aus dem gesamten Stadtgebiet als auch aus

dem ausgewählten Stadtteil an. Leitfadeninterviews können dabei helfen, tiefer reichende Informationen über individuelle Bedarfe, Bedürfnisse und Hemmfaktoren zu erhalten sowie Näheres über das Bewegungs- und Freizeitverhalten und über die Motivation zur Bewegung bzw. zum Zuzußgehen zu erfahren. Themen, die im Rahmen des leitfadengestützten Interviews aufgegriffen werden können, sind zum Beispiel

- Alltägliches Bewegungspensum
- Inhaltliche Gestaltung der Informationstafeln
- Motivation für Bewegung im Alltag (u.a. auch Inanspruchnahme von Hilfsmitteln, Belohnungen)
- Bewegungsangebote gemeinsam mit anderen Personen.

Es sollte darauf geachtet werden, sowohl Frauen als auch Männer zu interviewen, um unterschiedliche Perspektiven zu beleuchten. Im Zuge der Leitfadenentwicklung ist es ratsam, nicht zu viele Themenkomplexe (maximal 4) und damit verbundene Fragen zu integrieren. So erreicht man ein möglichst natürliches Gespräch und vermeidet das Hin- und Herspringen zwischen zu vielen unterschiedlichen Themen. Bevor die Interviews geführt werden, ist es sinnvoll, den Leitfaden mindestens einem Pre-Test zu unterziehen. Etwaige unplausible Fragestellungen oder eine widersprüchliche Fragenreihenfolge werden damit sichtbar und können gegebenenfalls ausgebessert werden. Zudem wird die Dauer des Interviews abschätzbar, was für die Interviewrekrutierung und damit den Interviewpartnerinnen und Interviewpartner ein relevanter Aspekt ist. Bei der Rekrutierung von Interviewpartnerinnen und Interviewpartner können die lokalen Akteurinnen und Akteure im Stadtteil unterstützen.

Wenn das Gespräch Face-to-Face stattfinden kann, sollte dafür ein ruhiger Ort gewählt werden, an dem das Interview ohne Störungen durchführbar ist. Das erleichtert im Nachhinein die Transkription der Audioaufnahme. Im Rahmen des Dresdner Geh-sundheitspfades wurde ein Großteil der Interviews telefonisch durchgeführt. Hierbei ist es sinnvoll, bereits zu Beginn des Gespräches sicherzustellen, dass beide Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartner einander gut hören und verstehen können.

#### 4.1.3 Auswahl der Stadtteile mit einem hohen Bedarf

Ein weiterer Teil der Konzeptionsphase des Geh-sundheitspfades ist die Stadtteilauswahl. Folgende drei Schritte bzw. Teilschritte unterstützen dabei:

Arbeitsschritte - von der Planung zur Fertigstellung des Geh-sundheitspfades	aufgewendete Zeit in Monaten							
	1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Auswahl der Stadtteile mit einem hohen Bedarf</b>								
Vorauswahl der Stadtteile anhand diverser Daten	x	x	x					
Begehungen verschiedener Stadtteile				x	x	x	x	
Expertinnen- und Expertenworkshop								x

## 1. Vorauswahl

Es ist sinnvoll, etwa drei bis vier als geeignet erscheinende Stadtteile auszuwählen, die einer detaillierteren Prüfung unterzogen werden. Hierfür ist der erste Schritt die Informationsbeschaffung. Folgende Aspekte sollten bei der Stadtteilauswahl beleuchtet werden:

- Altersstrukturen: Auswahl von Stadtteilen, in denen die Zielaltersgruppe einen vergleichsweise hohen Anteil an der städtischen Gesamtbevölkerung hat.
- Kommunalstrukturelle Voraussetzungen: Auswahl von Stadtteilen, die unter anderem ein dichtes ÖPNV- Haltestellennetz, flächendeckend Fußwege ohne Barrieren, gute Straßenbeleuchtung, geeignete Grünflächen bzw. frei zugängliche Parkanlagen, öffentliche Toiletten, Aufenthaltsorte wie Cafés und Einkaufsmöglichkeiten für den täglichen Bedarf besitzen.
- Sicherheitsempfinden: Auswahl von Stadtteilen, die von deren Bewohnern als sicher eingestuft werden.
- Bedarf: Auswahl von Stadtteilen, in denen bisher noch nicht mehr als eine etablierte Bewegungsförderungsmaßnahme vorhanden sind.

## 2. Vor-Ort-Begehung

Sobald drei bis vier Stadtteile vorausgewählt sind, ist es sinnvoll, diese im Hinblick auf die unter (1.) genannten Aspekte vor Ort auf Ihre Eignung zu überprüfen und zu bewerten. Hierfür bietet sich eine Checkliste an.

## 3. Expertinnen- und Expertenworkshop

Als nächster Schritt sollte das Projektteam verschiedene Vertreterinnen und Vertreter aus der kommunalen Verwaltung zu einem Expertinnen- und Expertenworkshop einladen. Folgende Ämter können in Betracht gezogen werden:

- Amt für Grünflächen
- Amt für Stadtplanung
- Straßen- und Tiefbauamt
- Amt für Immobilienverwaltung
- Sozialamt
- Stadtbezirksamt

Das Ziel des Expertinnen- und Expertenworkshops sollte sein, gemeinsam einen Stadtteil für den Bau des Geh-sundheitspfades auszuwählen. Folgende Fragen an die Expertinnen und Experten können bei der Eingrenzung helfen:

- Liegen Bebauungspläne für den Stadtteil vor? Wenn ja, erzeugen diese möglicherweise Konflikte mit dem Geh-sundheitspfad?
- Welche Informationen liegen zum Thema Verschmutzung und Vandalismus in den vorausgewählten Stadtteilen vor? (z.B. von Bänke, Mülleimern etc.)
- In welchem Stadtteil sind lokale Akteurinnen und Akteure bekannt bzw. bestehen bereits Vernetzungen mit lokalen Akteurinnen und Akteure

(Seniorenbegegnungsstätten und Vereine, Städtische Kliniken, Reha-Einrichtungen etc.), sodass Synergieeffekte genutzt werden können?

Es hat sich als vorteilhaft erwiesen, den Expertinnen und Experten die bereits in der engeren Auswahl befindlichen Stadtteile vorzustellen. Die Darlegung der jeweiligen Vor- und Nachteile (→ Stadtteil-Steckbriefe) sowie die Präsentation der jeweils möglichen Geh-sundheitspfadrouten auf einem Stadtplan mit großem Maßstab unterstützen dabei. Diese Informationen können als Diskussionsgrundlage genutzt werden, um schlussendlich gemeinsam mit den Expertinnen und Experten der kommunalen Verwaltung das Pro und Contra für die vorausgewählten Stadtteile zusammen zu tragen. Der partizipative Entscheidungsprozess lässt sich interaktiv gestalten, indem alle Workshop-Teilnehmenden ihren Stadtteilfavoriten mit einem farbigen Punkt auf dem Stadtplan markieren. Der Stadtteil mit den meisten Punkten wird ausgewählt.

Zu berücksichtigen ist, dass möglicherweise nicht alle eingeladenen Vertreterinnen und Vertreter der kommunalen Verwaltung an einem derartigen Workshop teilnehmen können. Für diesen Fall können die Expertinnen und Experten der verschiedenen Ämter um eine schriftliche Stellungnahme zu den vorausgewählten Stadtteilen und um die Mitteilung einer Stadtteilempfehlung gebeten werden. Am Ende dieses Projektabschnittes sollte das Projektteam in der Lage sein, den Stadtteil für den Bau des Geh-sundheitspfades final auszuwählen.

## 4.2 Entwicklung des Geh-sundheitspfades

Arbeitsschritte - von der Planung zur Fertigstellung des Geh-sundheitspfades	aufgewendete Zeit in Monaten													
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
<b>Erarbeitung der Route und Festlegen der Tafelstandorte</b>														
Feststellen interessanter Orte	x	x												
Planung einer vorläufigen Route und Tafelstandorte			x	x										
Vor-Ort-Begehungen				x	x	x								
<b>Beachtung von Nutzungsrecht für Flächen</b>						x	x	x	x	x	x	x	x	x

Nachdem der passende Stadtteil für den Bau des Geh-sundheitspfades ausgewählt wurde, sollte als nächster Schritt auf eine passende Multiplikatorin und einen passenden Multiplikator vor Ort zugegangen und das Projekt vorgestellt werden. Multiplikatorinnen und Multiplikatoren können einerseits als Bindeglied zwischen bzw. als Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner für das Projektteam und die Zielgruppe fungieren. Andererseits ist es den Multiplikatorinnen und Multiplikatoren oftmals möglich, Räumlichkeiten für Projekttreffen zur Verfügung zu stellen.

### 4.2.1 Projektgruppe einrichten

Zusammen mit der Multiplikatorin bzw. dem Multiplikator sollte eine Projektgruppe etabliert werden, deren Mitglieder die Zielgruppe repräsentieren. Im Rahmen des Dresdner Geh-sundheitspfades wurde ein monatliches Projekttreffen in den Räumlichkeiten der Seniorenbegegnungsstätte etabliert, welches stets zur selben Uhrzeit stattfand und sowohl im Veranstaltungskalender der Einrichtung angekündigt als auch durch das Verteilen von Terminzetteln innerhalb der Zielgruppe beworben wurde.

### 4.2.2 Festlegen der Route und Informationstafelstandorte

Gemeinsam mit der Projektgruppe können die Geh-sundheitspfad-Route und die Standorte der Informationstafeln in mehreren, nachfolgend beschriebenen Arbeitsschritten entwickelt werden:

#### 1. Feststellen interessanter Orte

Zur Sammlung von Orten und Plätzen im Stadtteil bietet sich die so genannte „Nadelmethode“ (Ortmann, N.,1999) an. Dabei handelt es sich um ein Verfahren zur Datenerhebung, welches insbesondere für die Gruppenarbeit geeignet ist. Bei der Nadelmethode werden mit Hilfe verschiedenfarbiger Pinnadeln oder Klebepunkte von den Teilnehmenden bestimmte – je nach Fragestellung - Orte und Plätze auf einem Stadtplan markiert. Für die Sammlung potentieller Informationstafelstandorte des Dresdner Geh-sundheitspfades wurden die Mitglieder der Projektgruppe gebeten, folgende Orte bzw. Plätze auf dem Stadtplan zu markieren:

- Lieblingsort bzw. -platz im Stadtteil,
- Orte und Plätze im Stadtteil, an denen sich die Mitglieder der Projektgruppe gerne aufhalten,
- Orte und Plätze im Stadtteil, die sich die Mitglieder der Projektgruppe gern einmal anschauen würden.

#### 2. Planung einer vorläufigen Route und Festlegung der Informationstafelstandorte

Anhand der zusammengetragenen Orte und Plätze kann im nächsten Schritt eine vorläufige Route mit möglichen Informationstafelstandorten entworfen werden, wobei folgendes beachtet werden sollte:

- Guten Startpunkt wählen, am besten in der Nähe von ÖPNV-Haltestellen oder einem markanten Ort
- Grünflächen, ruhige Wege und schattige Plätze mit einbeziehen
- Geh-sundheitspfad auf öffentlichen Wegen planen
- Routenführung beachten: Rundweg oder unterschiedliche Start- und Endpunkte?
- Standortentfernung beachten: ein Abstand zwischen 500 – 1.000 Metern zwischen den Informationstafeln ist empfehlenswert
- Gute Sichtbarkeit der Informationstafeln gewährleisten durch Platzierung in unmittelbarer Gehwegnähe entlang der Route

An diesem Punkt empfiehlt es sich, sowohl die Route des Geh-sundheitspfades als auch die potentiellen Informationstafelstandorte mit den städtischen Ämtern (Amt für Grünflächen, Amt für Stadtplanung, Straßen- und Tiefbauamt, Amt für Immobilienverwaltung, Stadtbezirksamt etc.) erneut abzustimmen.

### 3. Vor-Ort-Begehung mit der Projektgruppe

Nachdem die vorläufige Geh-sundheitspfad-Route zunächst vom Projektteam abgelaufen wurde, sollte die Projektgruppe zur Vor-Ort-Begehung eingeladen werden. Dafür bietet sich eine so genannte „Walkability – Checkliste“ (siehe [Tabelle 1, Anhang](#)) an, die zur Bewertung der Route und der Informationstafelstandorte vor Ort genutzt werden kann.

#### 4.2.3 Einholung von Nutzungsrechten für die Flächen der Informationstafeln

Sobald die potentiellen Standorte der Informationstafeln sowie deren Größe, Material und Halterung/Aufstelltechnik festgelegt wurden, sollten die Eigentümer der geplanten Nutzungsfläche ermittelt und kontaktiert werden. Hierfür sollten circa acht Wochen eingeplant werden. Zudem empfiehlt es sich, zwei bis drei Alternativstandorte im Projektteam zu erarbeiten.

Bei der Einholung der Nutzungsrechte für die Flächen der Informationstafeln kann folgendermaßen vorgegangen werden:

##### 1. Eigentumsfeststellung durch:

- a. **Flurstücknummer** und **Gemarkung** der geplanten Nutzungsfläche (bspw. über webbasiertes Informationssystem zu kommunalen Daten, in Dresden der so genannte „Themenstadtplan“)
- b. Standortmerkmale:
  - Grünflächen, Parks, Grünanlagen → Grünflächenamt
  - Straße, Gehwege → Straßen- und Tiefbauamt
  - Allgemein können Verwaltungsflächen (das heißt Flächen im Besitz der Verwaltung) im verwaltungsinternen Kartensystem ermittelt werden.
  - Flächen an Mehrfamilienhäusern → Wohnungsgenossenschaften /Wohnungsunternehmen
  - Flächen an Schienen und Bahnhöfen → Deutsche Bahn
  - Flächen, auf denen staatliche Gebäude stehen → entweder das Land oder der Bund
- c. Amt für Geodaten und Kataster (Verwaltung des Liegenschaftskatasters)

##### Information:

Das Liegenschaftskataster ist das amtliche Verzeichnis der Flurstücke und deren Beschreibung, inklusive der Eigentümerdaten. Auskünfte aus dem Liegenschaftskataster sind für Bürgerinnen und Bürger kostenpflichtig, für Mitarbeitende der Kommunalverwaltung überwiegend kostenlos.

##### 2. Kontaktaufnahme zu Flächeneigentümerinnen und Eigentümern:

In Vorbereitung auf die Kontaktaufnahme ist die Erstellung eines Konzeptes förderlich, worin die Projektskizze, die Standorte mit Adresse und Flurstücknummer sowie das Bauvorhaben (Aufstellung der Informationstafeln) beschrieben ist. Dieses Konzept kann stets

wiederverwendet werden. (Bei Interesse für das Konzept des Dresdner Geh-sundheitspfades kann das Projektteam kontaktiert werden.)

Zudem sollte den Flächeneigentümerinnen und Eigentümern eine zuverlässige Auskunft darüber gegeben werden können, wer sich für die Informationstafeln verantwortlich zeichnet im Hinblick auf Vandalismus Schäden und langfristige Tafelpflege.

### 3. Ergänzende Informationsbeschaffung:

Zusätzlich zur Einholung der Nutzungsrechte bei den Flächeneigentümerinnen und Eigentümern können folgende Organisationen einbezogen werden:

- Energieversorgungsunternehmen: Da es sich bei der Informationstafelaufstellung um eine Baumaßnahme handelt, die das Erdreich umfasst, ist eine Anmeldung des Bauvorhabens beim lokalen Energieversorger hilfreich. Diesem können die Informationstafelstandorte zugesendet werden. Im Anschluss erhält man Lagepläne von Stromkabeln und Wasser- sowie Gasleitungen. Diese Pläne sollten in einem späteren Schritt der Bauleiterin bzw. dem Bauleiter zur Verfügung gestellt werden.
- Denkmalschutzbehörde / Amt für Denkmalschutz: Es ist möglich, dass vorgesehene Informationstafelstandorte denkmalgeschützte Flächen betreffen. Eine zuverlässige Auskunft darüber kann die verantwortliche Behörde geben.

### 4. Schriftliche Bestätigung:

Die Erlaubnis für die Informationstafelaufstellung von den jeweiligen Flächeneigentümerinnen und Eigentümern sollte stets schriftlich eingeholt werden.

Exkurs Informationstafeln:

Im Projekt „Fit-Dresden“ wurde folgende Kombination aus Informationsschild und Tafelträger verwendet:

Schild: DIN A2 (420 x 594 mm) || Plattenstärke: 10 mm || HPL (High Pressure Laminate, besonders widerstandsfähig im Außenbereich) || Kanten abgerundet und mit Reflexfolie kaschiert

Tafelträger: S2-Pultform für DIN A2, Edelstahl, V2A, Stehrohr Ø 48,3 mm, oben mit aufgeschweißter Stahlplatte, 45° Neigungswinkel

## 4.3 Entwicklung der Informationstafeln

Arbeitsschritte - von der Planung zur Fertigstellung des Gesundheitspfades	aufgewendete Zeit in Monaten												
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
<b>Entwicklung der Informationstafeln</b>													
Entwickeln eines Grobkonzeptes	x	x											
Unterstützung durch Unternehmen für Gestaltung (inkl. Vergabe)		x	x	x	x	x	x	x	x				
Unterstützung durch Projektgruppe		x	x	x	x	x	x	x	x				



Informationstafeln ein gemeinsames oder zwei getrennte Vergabeverfahren vom Projektteam gestartet werden müssen.

Bevor der Gestaltungsauftrag an eine Agentur vergeben wird, ist es hilfreich, im Projektteam Ideen zur Gestaltung im Hinblick auf die Farbwahl, Schriftarten, Verwendung von Fotos und/oder Illustrationen, etc. zu sammeln. Genaue Vorstellungen helfen der Agentur bei der Konzeption und sparen im Projekt Zeit und Geld. Es sollte weiterhin beachtet werden, dass passendes Bildmaterial (Fotos, Illustrationen) extra Kosten verursacht. Eigene Fotos schonen den Projektgeldbeutel, wobei berücksichtigt werden sollte, dass die Fotos Druckqualität besitzen müssen.

Für diesen Projektabschnitt sollte ausreichend Zeit einkalkuliert werden – von der ersten Idee bis zu den finalen Produkten ca. 12-16 Wochen. Währenddessen sollte das Projektteam das Textmaterial verfassen sowie Zeit für Korrekturen und mehrere Feedback-Schleifen mit der Full-Service-Agentur einplanen.

### 5. Beurteilung durch Expertinnen und Experten:

Von Vorteil hat sich erwiesen, die Informationstafelinhalte nach der Gestaltung, aber vor dem Druck, noch einmal den Flächeneigentümerinnen und Eigentümern sowie Expertinnen und Experten des Steuerungskreises zur Prüfung vorzulegen und – falls möglich – weiteren Sachverständigen, zum Beispiel Kommunikationswissenschaftlerinnen und Wissenschaftler.

### 6. Erprobung und Realbedingungen:

Eine gute Möglichkeit, um vor dem Bau den Zugang zu den bzw. die Sicht auf die Informationstafeln sowie deren Lesbarkeit im Feld zu erproben, ist die Testung unter Realbedingungen. Dazu wurden in Dresden drei der präfinalen Informationstafeln in der geplanten Größe ausgedruckt und während einer gemeinsamen Vor-Ort-Begehung am Zielort von der Projektgruppe evaluiert.

## 5 Projektmarketing

Arbeitsschritte - von der Planung zur Fertigstellung des Geh-sundheitspfades	aufgewendete Zeit in Monaten												
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
<b>Erarbeitung von Materialien</b>													
Broschüre			x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Flyer												x	x
Pfeile												x	x

Für das Bekanntmachen des Geh-sundheitspfades empfiehlt es sich, von der bereits für die Gestaltung der Informationstafeln beauftragten Full-Service-Agentur passendes Werbematerial erarbeiten zu lassen und dieses der Zielgruppe sowie anderen Interessenten zur Verfügung zu stellen. Mit Hilfe der bereits beschriebenen Bevölkerungsumfrage und der

durchgeführten Interviews lässt sich ermitteln, welche Medien die Zielgruppe am liebsten konsumiert bzw. über welches Medium die Zielgruppe gerne über Bewegungsangebote informiert werden möchte. Sollte eine derartige Befragung nicht möglich sein, empfiehlt sich das Bekanntmachen des Geh-sundheitspfades sowohl über digitale als auch über Printmedien.

Es ist ratsam, die Entwicklung eines Projektlogos frühzeitig in Auftrag zu geben und dieses Logo so zeitig wie möglich zu kommunizieren. Damit erhält der Geh-sundheitspfad ein „Gesicht“ und Wiedererkennungsmerkmal. Bereits in der Entwicklungsphase implementiert, kann das Projektlogo auf alle Medien repliziert werden und zieht sich damit wie ein roter Faden durch das ganze Projekt. Das schafft Bekanntheit und Vertrautheit.

Folgende Werbematerialien haben sich für den Geh-sundheitspfad bewährt:

- Broschüre mit ausführlichen Informationen zum Projekt, den Inhalten der Informationstafeln, Kartenmaterial mit eingezeichneten Routen sowie Platz für Notizen
- 6-seitiger Flyer mit Informationen zum Projekt, großer Karte mit eingezeichneten Routen, Kurzinformationen zu den Informationstafeln und Hinweise zur Begleitbroschüre sowie zur Website des Geh-sundheitspfades
- Aufkleber im Corporate Design, die als Hinweise entlang des Geh-sundheitspfades an Stellen angebracht wurden, um den Nutzerinnen und Nutzer die Orientierung zu erleichtern

## 6 Nachhaltigkeit

Ziel ist es, den Geh-sundheitspfad nachhaltig nutzen zu können. Es empfiehlt sich, den Geh-sundheitspfad als Maßnahme der Bewegungsförderung in kommunale Strategien oder Aktionspläne aufzunehmen. Dies ermöglicht das Bereitstellen von (monetären) Ressourcen und schafft die Sichtbarkeit für andere Ämter. Der Geh-sundheitspfad bleibt im Aufgabengebiet des Gesundheitsamtes. Es sollte gesichert sein, dass die Route und die Informationstafeln bestehen bleiben und, dass der Geh-sundheitspfad weiterhin in der Kommune bekannt bleibt.

### Fortbestehen des Geh-sundheitspfades:

Nutzungsvereinbarungen: Die Nutzungsvereinbarungen mit den Flächeneigentümerinnen und Eigentümern sollten beinhalten, dass die Informationstafeln für mehrere Jahre stehen bleiben. Zusätzlich verpflichten sich die Flächeneigentümerinnen und Eigentümer den Standort der Tafeln zu pflegen.

Prüfen der Informationstafeln: Regelmäßig sollten die Tafeln auf dem Geh-sundheitspfad gesäubert und auf Schäden überprüft werden. Dies kann durch Bürgerinnen und Bürger vor Ort in Form von Pflegepartnerschaften geschehen. Für den Fall, dass Schäden an den Tafeln auftreten, sollte feststehen, wer die Kosten für Reparaturen übernimmt und diese ausführt. An eine möglichst kostenfreie Telefonnummer oder eine E-Mail-Adresse können die Bürgerinnen und Bürger entstandene Schäden melden.

## Sichtbarkeit des Geh-sundheitspfades:

Der Geh-sundheitspfad soll als Bewegungsangebot bekannt bleiben. Aus diesem Grund empfiehlt es sich, Informationen über den Geh-sundheitspfad auf einer entsprechenden Webseite zugänglich zu machen. Der Geh-sundheitspfad sollte in Wander-Apps und Kartenmaterial eingetragen bleiben. Veranstaltungen auf dem Geh-sundheitspfad können zur Bekanntheit beitragen und Bürgerinnen und Bürger zum Zufußgehen motivieren und durch die kommunale Gesundheitsförderung oder externe Anbieterinnen und Anbieter der Gesundheitsförderung durchgeführt werden.

## 7 Öffentlichkeitsarbeit

Arbeitsschritte - von der Planung zur Fertigstellung des Geh-sundheitspfades	aufgewendete Zeit in Monaten													
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	ab Monat 25
<b>Information über den Geh-sundheitspfad vor Aufbau der Tafeln</b>														
Information über den Bau des Geh-sundheitspfades in digitalen und Printmedien	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
<b>Bekanntmachen des Geh-sundheitspfades ab Aufbau der Tafeln</b>														
Gespräch mit Expertinnen und Experten zu Maßnahmen der Bekanntmachung des Geh-sundheitspfades										x	x			
Gespräch mit der Projektgruppe										x	x			
Planung der Bekanntmachung												x		
Bewerben des Geh-sundheitspfades & Durchführen von Aktivitäten auf dem Geh-sundheitspfad													x	x

Mit der Öffentlichkeitsarbeit sollte spätestens im Monat 12. Ziel der Öffentlichkeitsarbeit ist es, den Geh-sundheitspfad bekannt zu machen. Dabei ist vorher zu überlegen:

- **Wer** soll erreicht werden?
- **Wo** wird die Zielgruppe erreicht (z.B. Stadtteilfeste, Arztpraxen, Begegnungsstätten)?
- **Über welche Medien** kann die Zielgruppe erreicht werden (beispielsweise Stadtteilzeitschriften, Wander-Apps)?

Zur Beantwortung dieser Fragen kann auf das Netzwerk zurückgegriffen werden. Vorteilhaft ist es, Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner mit unterschiedlichen Sichtweisen anzuhören, um ein umfangreiches Tool an Ideen zu generieren. Es bieten sich beispielsweise an

- Einzelgespräche mit Expertinnen und Experten aus Sport, Gesundheitsförderung bei Älteren, Therapie, Kompetenzzentrum für den Übergang in die nachberufliche Lebensphase durchzuführen
- Gespräche mit zukünftigen Nutzerinnen und Nutzern (z.B. den Mitgliedern der Projektgruppe der Begegnungsstätte)

Aus den Erkenntnissen können die Medien, über welche die Zielgruppe erreicht werden kann, abgeleitet werden. Über den Geh-sundheitspfad kann informiert werden

- In lokalen Zeitungen, Stadtteilzeitungen
- In Wander-Apps und Kartenmaterial (z.B. komoot, Google Maps)
- Auf Webseiten und in sozialen Medien (z.B. Projektwebseite, Facebook)
- In Veröffentlichungen der Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner (z.B. Wohnungsgenossenschaft, Kliniken)

Öffentlichkeitswirksam und zur Bekanntmachung beitragen, kann eine Eröffnungsveranstaltung für die Bürgerinnen und Bürger, zu welcher auch lokale Politikerinnen und Politiker eingeladen werden. Bei ausreichenden finanziellen und personellen Ressourcen ist zu überlegen, regelmäßig Veranstaltungen auf dem Geh-sundheitspfad durchzuführen.

## 8 Kompetenzen und Ressourcen für die Projektumsetzung

Die Mitarbeitenden benötigen folgende Kompetenzen. Diese ergeben sich aus dem im Projekt zu bearbeitenden Aufgaben.

- Um den Geh-sundheitspfad zu implementieren, sollte eine Mitarbeiterin bzw. ein Mitarbeiter über Erfahrungen in der Koordination eines wissenschaftlichen, praxisorientierten, partizipativen Projektes sowie in der Verwaltung der finanziellen Mittel verfügen.

- Für die Bedarfs- und Bestandsanalyse wird methodisches Wissen und wenn möglich Erfahrungen benötigt in
  - Selektiver Literaturrecherche
  - Qualitativen und quantitativen Methoden der Sozialforschung sowie Auswertung von Daten
  - Aufbereitung wissenschaftlicher Kenntnisse
  
- Vorteilhaft sind Kenntnisse in der partizipativen Arbeit mit der Zielgruppe, da diese in die Entwicklung der Route, Informationstafeln und Broschüre in die Entscheidung einbezogen werden.
  
- Aus eigener Erfahrung kann ein funktionierendes Netzwerk die Implementierung des Geh-sundheitspfades erleichtern. Dafür sollten die Mitarbeitenden über folgende Fähigkeiten verfügen:
  - Auf- und Ausbau eines Netzwerkes & konstruktive Zusammenarbeit mit Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner
  - Kommunikation mit Pressevertreterinnen und Pressevertreter
  - Erfahrungen in der Nutzung von sozialen Medien
  - Planung und Durchführung von Aktivitäten/Veranstaltungen

## 9 Finanzierung

Im Folgenden werden die für jeden Arbeitsschritt benötigten Mittel erklärt. Die Darstellung des Budgets erfolgt ohne die Angabe der Höhe der anfallenden Kosten.

### Bestands- und Bedarfsanalyse

In der Bestands- und Bedarfsanalyse sollten eine selektive Literaturrecherche, eine Bevölkerungsbefragung und Einzelinterviews durchgeführt. Es entstehen Kosten für:

1. **Selektive Literaturrecherche:** Bücher, Publikationen
2. **Bevölkerungsbefragung:** ggf. Lizenzen für Fragebögen; Druckkosten (für Anschreiben, Datenschutzerklärung, Fragebogen inklusive Eckheftung, Antwortumschlag), Kuvertieren und Lieferung; Portokosten für Hin- und Rückporto; ggf. Statistiksoftware
3. **Interviews:** Vergabe der Transkriptionsleistung; Auswertungssoftware (MAXQDA), ggf. Fahrtkosten für die Projektmitarbeiterinnen und Projektmitarbeiter und/oder Interviewpartnerinnen und Interviewpartner
4. **Stadtteilauswahl:**

Zur Vorauswahl von Stadtteilen sind statistische Daten notwendig. Um diese Daten nutzen zu dürfen, können Kosten entstehen. Nach der Vorauswahl von Stadtteilen werden diese Stadtteile besucht, wodurch Fahrtkosten anfallen können. In einem letzten Schritt werden Expertinnen und Experten zu einem Workshop eingeladen. Es sollte abgewogen werden, ob die Teilnehmenden ein Honorar erhalten. Bei einer Präsenzveranstaltung sind Fahrtkosten zum Workshop für das Projektteam sowie die

Teilnehmenden einzuplanen. Eventuell wird die Anmietung eines Raumes notwendig, Cateringkosten sind zu berücksichtigen. Druckkosten können im geringen Ausmaß während des gesamten Auswahlprozess des Stadtteils anfallen.

## 5. Entwicklung des Geh-sundheitspfades

### Festlegen der Route und Tafelstandorte

Die Entwicklung der Route des Geh-sundheitspfades und die Festlegung der Standorte für die Informationstafeln erfolgt in einem partizipativen Prozess. Für Treffen zwischen Projektteam und Projektgruppe können Fahrtkosten sowie Kosten für Raummiete und Catering anfallen.

### Beachtung von Nutzungsrechten für Flächen

Die Informationstafeln werden vermutlich auf Grundstücken unterschiedlicher Flächeneigentümerinnen und Eigentümer stehen. Aus eigenen Erfahrungen ist es ratsam, Gelder einzuplanen um diese Flächen nutzen zu dürfen.

### Entwicklung der Informationstafeln

Es ist empfehlenswert, von der Entwicklung der Informationstafeln bis zum Aufstellen dieser mit einer Agentur zusammenzuarbeiten. Dafür sollten folgende Kosten berücksichtigt werden:

- Gestaltung der Informationstafeln: Konzeption, Satz, Grafikerstellung, Bildbearbeitung, Lektorat, Mittel für kostenpflichtige Bilder, mehrere Feedbackschleifen
- Herstellung und Aufbau der Informationstafeln
- Zusammenarbeit mit der Zielgruppe: Die Informationstafeln entstehen in einer Zusammenarbeit zwischen dem Projektteam und der Projektgruppe. Für die monatlich stattfindenden Treffen sind wiederum ggf. Gelder für Fahrten, Anmietung eines Raumes, Catering sowie für Druckerzeugnisse einzuplanen.
- Expertinnen- und Expertenfeedback: Für die Begutachtung der Informationstafeln können Expertinnen und Experten für ein Feedback angefragt werden. Ggf. fallen dafür Honorare an.

## 6. Projektmarketing

Im Rahmen des Projektmarketings entstehen Kosten für Logo, Broschüre, Flyer und Wegmarkierungen (Pfeile). Die Aufgaben können teilweise an eine Agentur vergeben werden:

- Erstellung und Aktualisierung der Webseite
- Gestaltung des Logos
- Gestaltung und Druck von Broschüren und Flyern sowie Versandkosten bzw. Fahrtkosten zum Verteilen
- Gestaltung und Druck von Pfeilen als Wegweiser sowie Fahrtkosten zum Anbringen der Pfeile

## 7. Öffentlichkeitsarbeit

Werden Gespräche mit Expertinnen und Experten zum Thema „Möglichkeiten der Öffentlichkeitsarbeit“ durchgeführt, sind ggf. Honorare und Fahrtkosten einzuplanen. Es empfiehlt sich, den Geh-sundheitspfad feierlich zu eröffnen. Im Budget sollten daher Kosten für Catering und Dekoration, Honorare sowie Fahrtkosten für Referierende berücksichtigt werden.

# 10 Checkliste

## Arbeits- und Zeitplan

- Der Zeitplan steht fest.
- Teilziele und Arbeitsaufgaben sind definiert.

## Budgetplan

- Der Budgetplan ist erarbeitet.

## Netzwerk

- Das Netzwerk ist geplant und wird aufgebaut.
- Es steht fest, welche Netzwerkpartnerinnen und -partner zu welchen Zeitpunkten und in welche Arbeitsschritte involviert werden.
- Die Zusammenarbeit mit den relevanten Akteurinnen und Akteuren in den einzelnen Arbeitsschritten findet statt.

## Bestands- und Bedarfsanalyse

- Die Erhebungen zur Ermittlung von Rahmenbedingungen sind durchgeführt.
- Der Stadtteil ist ausgewählt.

## Entwicklung des Geh-sundheitspfades

- Die Route und Tafelstandorte sind festgelegt.
- Die Nutzungsvereinbarungen mit den Grundstückseigentümern liegen vor.
- Die Informationstafeln sind entwickelt.
- Die Informationstafeln sind aufgestellt.

## Projektmarketing

- Die Werbematerialien sind erarbeitet.
- Das Konzept der Nachhaltigkeit liegt vor.

## Öffentlichkeitsarbeit

- Die Maßnahmen der Öffentlichkeitsarbeit sind geplant.
- Die Öffentlichkeitsarbeit wird durchgeführt.
- Highlight: Der Geh-sundheitspfad wird feierlich eröffnet.

## 11 Zusammenfassung

Im Rahmen des Projektes „Bewegungsförderung bei Frauen und Männern im Übergang zur nachberuflichen Lebensphase - Fit durch Bewegung am Beispiel der Stadt Dresden“ wurde der Geh-sundheitspfad in zwei Stadtteilen der Stadt Dresden vom Projektteam der TU Dresden sowie der Landeshauptstadt Dresden und den Zielgruppenvertretenden der Begegnungsstätte gemeinsam entwickelt. Dadurch konnte sichergestellt werden, dass ein Angebot der Bewegungsförderung, des Zufußgehens entsteht, welches sich an den Bedürfnissen der (zukünftigen) Seniorinnen und Senioren orientiert.

Von der Erstellung des Arbeits- und Zeitplanes sowie der Personalplanung bis zum Aufstellen der Informationstafeln sind die einzelnen Schritte der Checkliste zu beachten und in der Reihenfolge zu bearbeiten. Für eine langfristige Nutzung empfiehlt es sich Ressourcen einzuplanen, um die Informationstafeln instand halten zu können. Indem die sieben Punkte der Checkliste in der oben beschriebenen Reihenfolge im Projekt Fit-Dresden abgearbeitet wurden, konnte der Geh-sundheitspfad den Dresdnerinnen und Dresdnern für die regelmäßige Bewegung zur Verfügung gestellt werden.

## 12 Anhang

Tabelle 1: „Walkability – Checkliste“ - Checkliste der Prüfkriterien für die Testabläufe

Tafelstandort/Kreuzung/ Route	Tafel 1	Tafel 2	Tafel 3	...	Tafel 12 (oder die letzte Tafel)
Angemessener Abstand zur vorherigen Station	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3
Barrierefreiheit auf dem Weg von der letzten Station*	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3
Baustellen (Straßenbauarbeiten/ Gehwegarbeiten)	ja - nein				
Ruhe/angemessenes Verkehrsaufkommen	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3
Fußgängerampeln, Zebrastreifen	ja - nein				
Verkehrinseln	ja - nein				
Angemessene Anzahl an zu überquerenden Kreuzungen					
Pausen-/ Sitzmöglichkeit (Bänke, etc.)	ja - nein				
Attraktivität (Gebäude, Architektur, Grünflächen, Ladenflächen)	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3	1 - 2 - 3
Schattenplatz	ja - nein				
Beleuchtung	ja - nein				
Erreichbarkeit mit ÖPNV	ja - nein				
Dienstleistungsanbieter (Apotheken, Praxen, Post, Bäcker, Supermarkt, etc.)	ja - nein				
Öffentliche Toiletten					
Auffüllung von Trinkwasser möglich?					
1= wenig/nicht, 2= okay/befriedigend, 3= gut/sehr gut + Anmerkung					

## 13 Literatur

Ortmann, N. (1999). Die Stadtteilerkundung mit Schlüsselpersonen; Nadelmethode; Jugendkulturenkataster; Leitfaden-Interview mit Schlüsselpersonen. *Ulrich Deinet (Hg.), Sozialräumliche Jugendarbeit. Eine praxisbezogene Anleitung zur Konzeptentwicklung in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit (74-84). Opladen: Leske und Budrich.*

Rütten, A, Pfeifer, K. (2016). *Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung. FAU Erlangen-Nürnberg.*

Robert-Koch-Institut (RKI) (2014). *Gesundheitliche Lage der Männer in Deutschland. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes.*

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Impulsgeber Bewegung. <https://www.aelter-werden-in-balance.de/impulsgeber-bewegungsfoerderung/infomaterialien/10-gute-gruende-fuer-eine-bewegungsfoerdernde-kommune/>.

Wright, M. T. (Hrsg.) (2010). *Partizipative Qualitätsentwicklung in der Gesundheitsförderung und Prävention. Bern: Hans Huber.*