



BRÜCKENBAUEN

SPORT  
UNION 

lebenshilfe  
TIROL  
*Menschliches möglich machen*



fit für  
Österreich

 FONDS  
GESUNDES  
ÖSTERREICH

# Übersicht



- Das Projekt
- Zielsetzung
- Maßnahmen
- Erste Evaluierungsergebnisse
- Resümee

# Projekt BrückenBauen



- Initiative



- Förderung



- Projektleitung – Prof. Dr. Günther Mitterbauer
- Juli 2008 – Jänner 2010
- 89 KlientInnen - Lebenshilfe Tirol 2 Wohnhäuser, 1 ABW und 3 Werkstätten

# Zielsetzungen



- Bewegung implementieren
- Sensibilisierung für gesunde Ernährung

# Maßnahmen



Bewegungs-  
programme

Ausbildung  
MultiplikatorInnen

Integrative  
Aktivitäten

# Maßnahmen



## Bewegungs- programme

- WERKSTÄTTE - **arbeitsmedizinische Maßnahmen**
  - 1 Mal/Woche/Gruppe mit Trainer
  - Ziel: AssistentInnen führen es weiter
- WOHNHAUS - **vielseitige Bewegungseinheiten**
  - 1 Mal/Woche/Wohnhaus mit Trainer

# Maßnahmen

Bewegungs-  
programme



## Arbeitsmedizinische Maßnahmen



# Maßnahmen

Bewegungs-  
programme



## Arbeitsmedizinische Maßnahmen





# Maßnahmen

Bewegungs-  
programme



## Bewegungseinheiten Wohnhaus



# Maßnahmen

Bewegungs-  
programme



## Tanzkurs



# Maßnahmen

Bewegungs-  
programme



## Schnupperkurse Vereine



# Maßnahmen



## Ausbildung MultiplikatorInnen

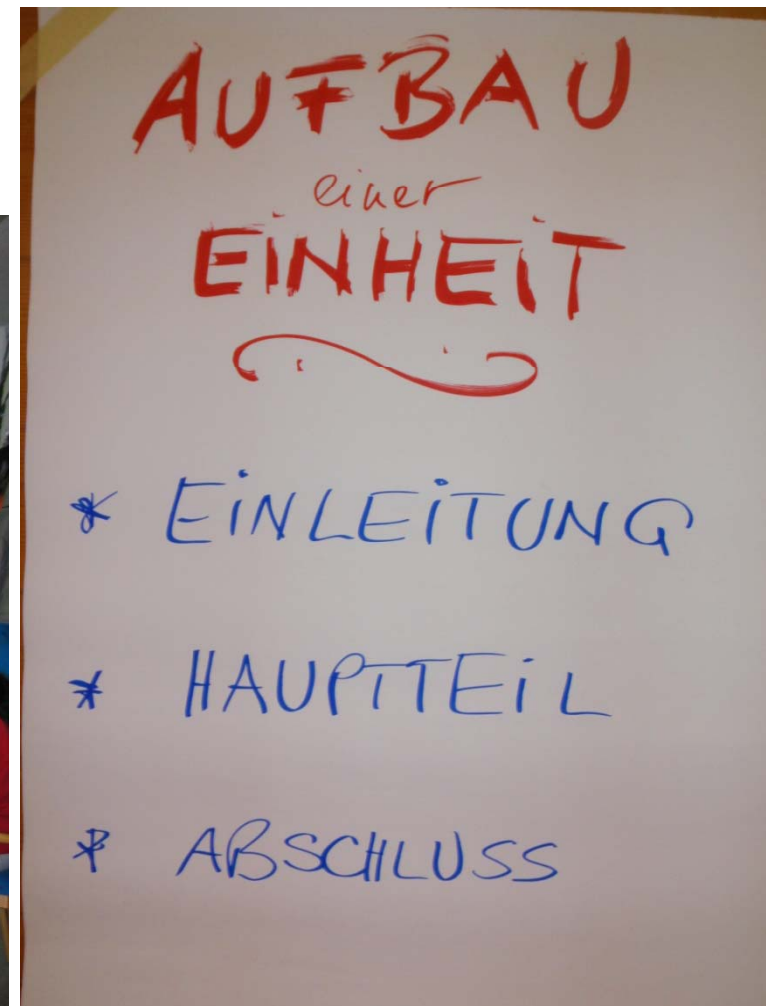
- Geben ihr Wissen in den Einrichtungen weiter
- BEWEGUNGS-MultiplikatorInnen
- ERNÄHRUNGS-MultiplikatorInnen

# Maßnahmen

Ausbildung  
MultiplikatorInnen



## MultiplikatorInnenausbildung Bewegung



# Maßnahmen

Ausbildung  
MultiplikatorInnen



## MultiplikatorInnenausbildung Ernährung



# Maßnahmen



Integrative  
Aktivitäten

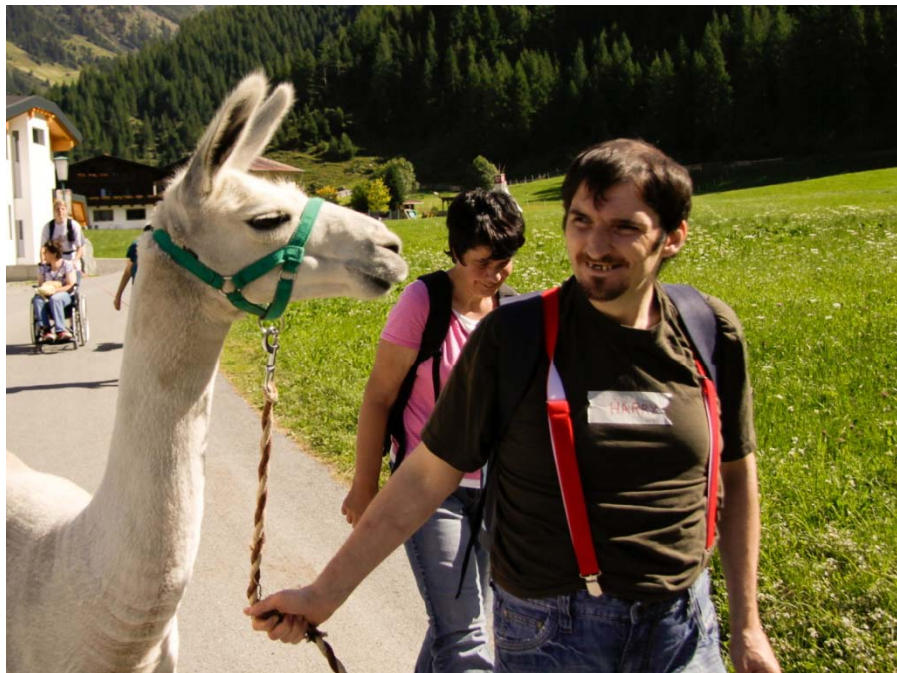
- Aktivtage SOMMER
- Aktivtage WINTER

# Maßnahmen

Integrative  
Aktivitäten



## Aktivtage Sommer





# Maßnahmen

Integrative  
Aktivitäten



## Aktivtage Sommer



# Maßnahmen

Integrative  
Aktivitäten



## Aktivtage Sommer



# Maßnahmen

Integrative  
Aktivitäten



## Aktivtage Winter



# Erste Evaluierungsergebnisse



## Bewegungs- programme

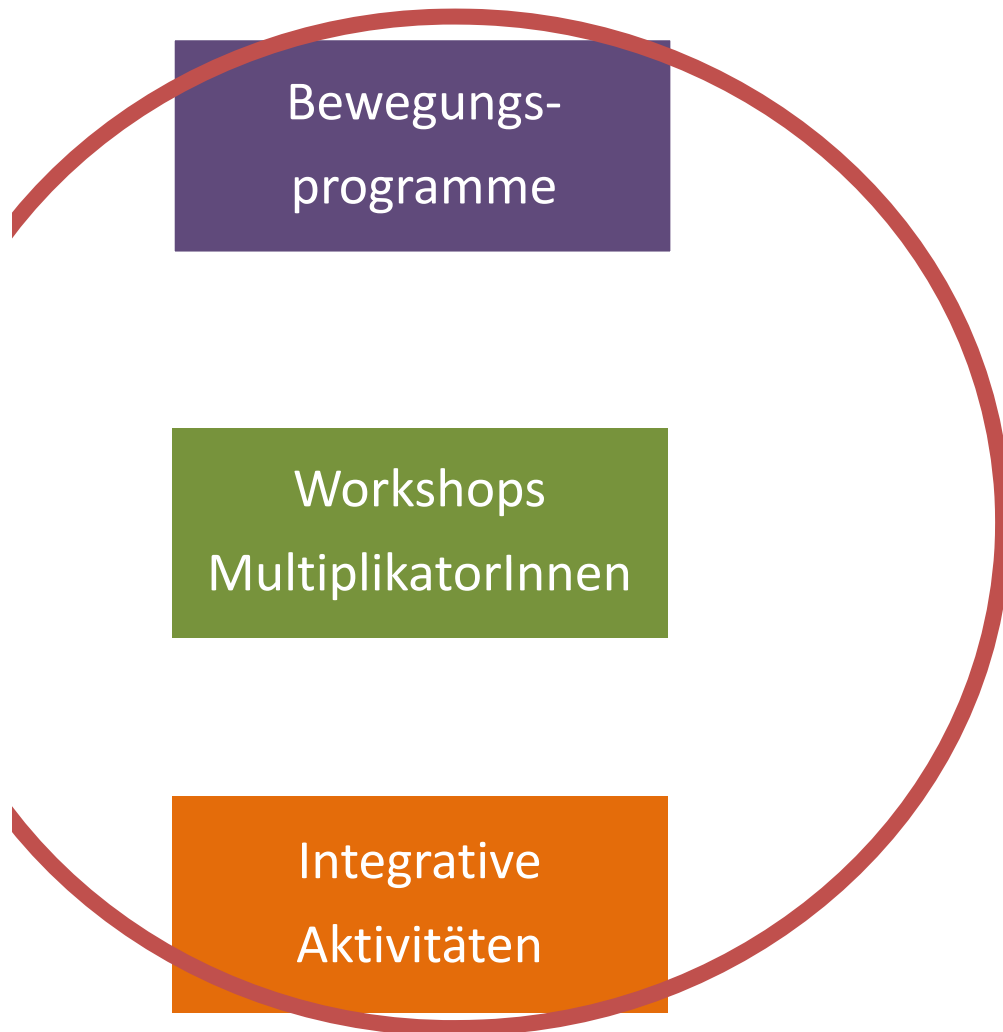
- WERKSTÄTTE - **arbeitsmedizinische Maßnahmen**
  - 1 Mal/Woche/Gruppe mit Trainer
  - Ziel: AssistentInnen führen es weiter
- WOHNHAUS - **vielseitige Bewegungseinheiten**
  - 1 Mal/Woche/Wohnhaus mit Trainer

# Resümee Evaluierung 1



- Merkliche Stimmungsverbesserung nach den Bewegungseinheiten
- Verbesserung der Handlungsfähigkeit der KlientInnen

# Evaluierungsergebnisse 2



# Evaluierungsergebnisse 2



- **Großer Bedarf am Projekt – Bewegungsmangel**

„Sie haben zwar Freunde haben aber nicht die Möglichkeit sich am Wochenende zu bewegen und sie können es oft auch nicht selbst entscheiden.“(Fall E, Nr.: 119)

- **Sehr positive Auswirkungen**

„Im Alltag Bewegungen besser zu meistern, zum Beispiel auf etwas rauf zu steigen war am Anfang nicht möglich zum Schluss aber kein Problem mehr“(Fall A, Nr.: 39)

- **Highlights: Aktivtage, MultiplikatorInnenausb.**

„Es war für die KlientInnen ein absolutes Highlight, nicht nur für die Betreuer, man hat sie wieder von einer anderen Seite kennengelernt“(Fall B, Nr.: 44)

- **Weitere Schritte notwendig**

„Das Projekt war eine willkommene Initiative, aber es gibt noch viel zu tun. Das Projekt kann als Wegweiser gesehen werden. Wir müssen uns die Frage stellen, wie wir für diese Zielgruppe etwas Nützliches machen.“(Fall C, Nr.: 64)

- **Wohlbefinden von Menschen mit mentaler Behinderung gesteigert**
- **Bewusstsein (ge)schaffen**





---

Danke für die Aufmerksamkeit!