

# Endbericht zur Verbreitung der Projekterfahrungen und Ergebnisse

|   |  |
|---|--|
| <b>Projektnummer</b>                            | 2604   |
| <b>Projekttitle</b>                             | Club der ganz schön starken Freunde<br><i>Ein Gesundheitsprogramm für Kinder jeder Kleidergröße</i>  |
| <b>Projektträger/in</b>                         | SPORTUNION Burgenland  |
| <b>Projektlaufzeit, Projektdauer in Monaten</b> | 15. Sept. 2015 – 15. Sept. 2018, 36 Monate   |
| <b>Schwerpunktzielgruppe/n</b>                  | Kinder und Jugendliche 6-14 Jahre  |
| <b>Erreichte Zielgruppengröße</b>               | 107 Kinder und Jugendliche   |
| <b>Zentrale Kooperationspartner/innen</b>       | Gemeinden, Schulen, regionale Organisationen und ExpertInnen aus dem Bereich Psychologie, Ernährungswissenschaft   |
| <b>Autoren/Autorinnen</b>                       | Claudia Koller, Martina Bauer, Sonja Zinkl   |
| <b>Emailadresse/n Ansprechpartner/innen</b>     | <a href="mailto:m.bauer@sportunion-burgenland.at">m.bauer@sportunion-burgenland.at</a> ;<br><a href="mailto:s.zinkl@sportunion-burgenland.at">s.zinkl@sportunion-burgenland.at</a> |
| <b>Weblink/Homepage</b>                         | <a href="http://www.club-ganzschoenstark.at">www.club-ganzschoenstark.at</a> , <a href="http://www.sportunion-burgenland.at/de">http://www.sportunion-burgenland.at/de</a>         |
| <b>Datum</b>                                    | 5. November 2018   |

## 1. Kurzzusammenfassung

### Projektbegründung

Ausschlaggebend für das vorliegende Projekt war der Wunsch ein Gesundheitsprojekt für Kinder und Jugendliche zu initiieren, das besonders auf jene Kinder Rücksicht nimmt, die auf Grund ihres Körpergewichts ungleich behandelt oder von Ausschluss und Mobbing bedroht sind.

### Zielsetzung

Das Projekt will die psychische und physische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen jeder Kleidergröße zwischen 6 und 14 Jahren positiv beeinflussen, in dem es Selbstbewusstsein stärkt, körperliche Aktivitäten und Gesundheitsbewusstsein fördert (Ernährungsverhalten) und einen sicheren Raum des freudvollen Miteinanders frei von Gewichtsdiskriminierung bereitstellt. Die Zielsetzung war auf nicht institutionalisierte Kinder abgestellt.

### Geplante Aktivitäten und Methoden

Konkret soll dies in einer dreijährigen Projektdauer mit 2x wöchentlich stattfindenden Bewegungseinheiten unter Berücksichtigung der Teamgeist Prinzipien, regelmäßigen Ernährungsworkshops, Mental Coaching-Einheiten, psychologischen Vorträgen und Workshops umgesetzt werden.

### Zielgruppe

Zielgruppe waren Kinder und Jugendliche aus dem Burgenland zwischen 6 und 14 Jahren jeder Kleidergröße. Unterstützend wurden auch Eltern, Lehrer/innen und Trainer/innen hinzugezogen.

### Setting

Das Projektsetting waren die Gemeinden Eisenstadt, Oberwart und Neusiedl. Im Laufe des zweiten Projektjahres sind Forchtenstein, das SOS Kinderdorf in Pinkafeld sowie die SozialWG Rosenhof in Breitenbrunn und der Hort der VS Unterwart hinzugekommen.

### Kooperationspartner

Zentrale Projektpartner/innen waren einerseits Gemeindebedienstete, soziale Einrichtungen, Diätolog/innen und Expert/innen aus dem Bereich Sport, Sozialpädagogik und Psychologie.

### Ergebnisse

Die Zahl der teilnehmenden Kinder lag mit 107 über den geplanten 80. Es konnten circa 175 Mütter, Väter und Aufsichtspersonen für die Teilnahme an Workshops und Vorträgen gewonnen werden.

### Lernerfahrung

Problematisch erscheint, dass Familien mit hohem Gesundheitsförderungsbedarf schwer zu erreichen und für Bewegungseinheiten zu begeistern waren. Darüber hinaus war es für Familien ohne PKW schwierig, die Kinder zu bringen. Interessanterweise traf das ausschließlich für Eisenstadt zu wo das öffentliche Verkehrsnetz gut ausgebaut ist.

### Empfehlungen

Die Zusammenarbeit mit institutionalisierten Settings hat sich für die Erreichung der Zielgruppe als sehr hilfreich erwiesen.

## 2. Projektkonzept

### Entwicklung und Zielsetzung

Ausschlaggebend für das vorliegende Projekt waren die Ergebnisse des burgenländischen Gesundheitsberichtes 2012 in dem der unterdurchschnittliche Gesundheitszustand der burgenländischen Kinder (v.a. mangelnde Bewegung) kritisiert wurde. Zusätzlich wird im Bericht auf den Mangel an Angeboten zur Steigerung der seelischen Gesundheit im Burgenland hingewiesen. Besonders die Forderung nach interdisziplinären Ansätzen unter der Berücksichtigung von psychologischen Aspekten wird gefordert (ebd., S. 23). Diese Ergebnisse nahm die SPORTUNION Burgenland als Anlass, für das Projekt burgenländische Gemeinden als Setting für die Umsetzung der Maßnahmen zu wählen.

Das Projekt nimmt ebenso Bezug auf die Rahmengesundheitsziele Nr. 2, 5 und 6, in dem es die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, Mädchen und Buben im Setting Gemeinde verbessern möchte und durch Gruppenaktivitäten (Teambuildingübungen in den Bewegungseinheiten) den Zusammenhalt und die körperliche Aktivität in der Gemeinschaft fördert.

Dieses Programm sollte besonders Gewichtsdiskriminierung entgegenwirken und auf jene Kinder Rücksicht nehmen, die auf Grund ihres Körpergewichts ungleich behandelt oder von Ausschluss und Mobbing bedroht sind. Schon in einem früheren Projekt der SPORTUNION hat sich gezeigt, dass es außerdem nicht sinnvoll ist separate "Abnehmgruppen" für "übergewichtige" Kinder zu installieren (siehe Projekt Ganz schön stark, Nr. 1378).

Dadurch wurde die Idee geboren, den „Club der ganz schön starken Freunde“ ins Leben zu rufen, der den Rahmen für gesundheitsförderliches, freudvolles Miteinander von Kindern jeder Kleidergröße bieten sollte. Im Februar bis März 2015 wurde nach ausgiebiger Recherche zum Thema Health at every size (HAES) eine Pilot-Workshopreihe ausgearbeitet. Diese Workshops richteten sich an Schüler/innen der Unterstufe, die Teil der potentiellen Zielgruppe des Projekts (Kinder zw. 6 und 14) waren. Sekundäre Zielgruppe des Projekts waren Eltern, Pädagog/innen, Ärzte, psychologische Einrichtungen, Diätambulanzen und ähnliches.

### Wahl des Settings

Hinsichtlich der Förderung von Kinder und Jugendgesundheit wird die Notwendigkeit der Bewegungsförderung unterstrichen. Dieser Bedarf wird durch die vorhandenen Zahlen verdeutlicht. Zum Beispiel erreichen lediglich 27% der Volksschüler/innen im Bezirk Oberwart die Österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung von täglich mindestens 60 Minuten. Burgenlands Jugendliche (11,13, 15 und 17-Jährige) sind durchschnittlich nur 3,87 Tagen pro Woche für mindestens 60 Minuten körperlich aktiv (Schnabel et al.2012, S. 32).

Aus Gesprächen, die mit Gemeindevertreter/innen geführt wurden, gingen Absichtserklärungen der Gemeinden Eisenstadt, Oberwart und Neusiedl hervor, die ihre Unterstützung zusicherten.

### Zielgruppen des Projekts

Die Hauptzielgruppe waren Kinder und Jugendliche aus dem Burgenland zwischen 6 und 14 Jahren jeder Kleidergröße. Besonders jene, die sich und ihren Körper nicht so richtig akzeptieren können und/oder in einer Gruppe auf Grund ihres Körpergewichts gemobbt wurden, körperlich wenig aktiv waren bzw. aus Angst vor Mobbing Bewegungsangeboten bisher ferngeblieben sind.

Als indirekte Zielgruppe des Projekts wurden Eltern und Erziehungsberechtigte gesehen. Für die Eltern der teilnehmenden Kinder wurden Workshops und Vorträge organisiert. Durch die Einbeziehung der Zielgruppe wurde an den Determinanten der Kinder- und Jugendgesundheit gearbeitet. Die Erziehungsberechtigten sollten lernen, ihre Kinder dabei zu unterstützen, ein positives Selbstbild und Gesundheitsbewusstsein zu entwickeln.

Eine weitere indirekte Zielgruppe stellten Trainer/innen und Pädagog/innen als Multiplikatoren des Projektes dar. Durch die Unterstützung und Sensibilisierung der Trainer/innen und Pädagog/innen (Fortbildungsseminare) sollte gewährleistet werden, dass der (Sport)Unterricht zu einem sicheren Ort wird, in dem alle Kinder willkommen sind und sich in ihrem Körper wohlfühlen. Sie sollten lernen, auf Mobbing und Gewichtsdiskriminierung adäquat reagieren zu können und somit dafür Sorge tragen, dass jene Kinder, die oft mit Mobbing konfrontiert sind, nicht weiter diskriminiert werden.

### 3. Projektdurchführung

#### **Bewegungskurse, Workshops und Vorträge**

Die Hauptaktivitäten im Projekt waren die Durchführung von Workshops, Vorträgen und regelmäßigen Bewegungseinheiten. Die wöchentlich zweimal stattfindenden Bewegungseinheiten bestanden u.a. aus Übungen, die den Selbstwert, die Selbstwirksamkeit und die Teamarbeit schulten.

#### **Schulung von Multiplikator/innen**

Durch die jährlich stattfindenden Fortbildungsseminare für Trainer/innen sollte die Etablierung von diskriminierungsfreien Strukturen vorangetrieben werden.

Bei der Wahl der Methoden wurde besonders darauf Wert gelegt, dass diese aufsuchend und niederschwellig gestaltet wurden.

#### **Info-Startworkshops**

Zum Kickoff in jeder Gemeinde fanden kostenlose Informationsworkshops statt. Sie richteten sich an alle interessierten Kinder, Eltern und Pädagog/innen. Hier stellten die Expert/innen aus Psychologie, Ernährungs- und Sportwissenschaft das Programm vor.

Die Einladungen zur Veranstaltung wurden in Apotheken und Arztpraxen aufgelegt und in Pflichtschulen ausgeteilt.

#### **Projektstrukturen und Rollenverteilung**

Projektträgerin des „Club der ganz schön starken Freunde“ war die SPORTUNION Burgenland. Für die Planung und Umsetzung waren die Projektkoordinatorinnen Mag.a Claudia Koller, Mag.a Sonja Zinkl und Martina Bauer verantwortlich.

Da das Projekt im Setting Gemeinde durchgeführt wurde, arbeitete das Projektteam der SPORTUNION eng mit regionalen Expert/innen und Organisationen in den Gemeinden zusammen.

#### **Anpassungen des Projektkonzeptes, der Projektstruktur und des Projektablaufes inkl. Begründung.**

Die Gewinnung von Teilnehmer/innen für die regelmäßigen Bewegungseinheiten erwies sich als äußerst schwierig. Nach dem ersten Projektjahr lag die Teilnehmer/innenzahl um 50% unter Plan. Daraufhin wurde vermehrt auf die Kooperation mit sozialen Einrichtungen und Institutionen gesetzt. Die bestehenden Maßnahmen wurden ausgeweitet und vermehrt aufsuchend gestaltet. Ab dem zweiten Projektjahr konnten nun auch Kinder und Jugendliche aus dem SOS Kinderdorf Pinkafeld, dem Caritas Haus Clara Forchtenstein und der Sozial WG Rosenhof in Breitenbrunn das Angebot in Anspruch nehmen.

Die Strategieänderung in Richtung Inkludierung des institutionalisierten Sektors führte zu einer Verdoppelung der Teilnehmer/innenzahlen und konnte im dritten Projekt Jahr noch weiter gesteigert werden.

Im Laufe des Projekts stellte sich außerdem heraus, dass die anfänglich angedachte Vernetzung der Club-Standorte nicht zielführend war. Es war zu Beginn angedacht mehrere standortübergreifende Veranstaltungen zu organisieren. Im Sinne des aufsuchenden Ansatzes ging man dann allerdings dazu über, die Programme vor Ort zu stärken und zu beleben.

## 4. Evaluationskonzept

Auf Grund der Projektgröße war eine externe Evaluation des Projekts notwendig. Nach der Sichtung unterschiedlicher Angebote wurde Dr. Eva Schwarz als externe Evaluatorin beauftragt.

Das Evaluationskonzept folgt den im Projekt aufgestellten Messparametern „Subjektiver Gesundheitszustand“ und „Teilnehmer/innen Zahl“ in Workshops und Bewegungskursen.

Das Projekt wurde nach den Grundprinzipien Gesundheitsförderung des FGOe evaluiert.

Speziell die Themenbereiche der

- Gesundheitlichen Chancengleichheit
- Partizipation
- Ziel- und Zielgruppenerreichung
- Aktivitäten und Methoden
- Nachhaltigkeit
- Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen

wurden unter den Gesichtspunkten der Effektivität und Effizienz beurteilt.

Obig genannte Punkte wurden versucht durch den Einsatz von Fokusgruppen, Fragebogenerhebungen und laufendem Prozesscontrolling zu überprüfen.

Die Fragestellungen, Methoden und die Art der Durchführung haben sich als größtenteils angemessen und hilfreich für die Steuerung und Umsetzung des Projekts erwiesen.

- Das laufende Controlling und die Überprüfung der Zielerreichung waren für die strategische Ausrichtung des Projekts sehr hilfreich. Auf Basis der ersten Zwischenergebnisse wurde nach dem ersten Jahr ein neuer Ansatz gewählt, um die Teilnehmer/innenzahl zu steigern.
- Die Durchführung von Fokusgruppen hat sich als probates Medium erwiesen. Hier konnte die Passung der Projektmaßnahmen direkt mit den Endverbraucher/innen (Eltern, Erzieher/innen und Lehrkräften) reflektiert und analysiert werden.
- Die Fragebogenerhebung konnte nicht von allen Kindern für den gesamten Projektzeitraum erstellt werden, da nur wenige Kinder von Anfang bis Ende des Projekts durchgehend daran teilgenommen haben. Bei den Kindern, wo mehrere vergleichbare Ergebnisse vorliegen, zeigen sich interessante Ergebnisse. Vergleiche Evaluationsbericht.

## 5. Projekt- und Evaluationsergebnisse

### Projektergebnisse und Wirkungen

Insgesamt konnten 107 Kinder in den drei Projektjahren regelmäßig erreicht werden. Diese Kinder waren also zumindest ein Semester lang im „Club“ eingeschrieben und besuchten dort die Bewegungseinheiten und Workshops.

Auch die Erreichung der Eltern war zufriedenstellend, da insgesamt 89 Eltern bzw. Erziehungsberechtigte an „Club“ Aktivitäten teilgenommen haben.

Auch die öffentliche Wahrnehmung der Problematik Gewichtsdiskriminierung und Mobbing konnte gesteigert werden. Das wurde vor allem durch Maßnahmen wie Info-Workshops, Abschluss- und Vernetzungsveranstaltungen und Vorträge erreicht. So konnten mehrere hundert Multiplikator/innen – vorwiegend Eltern, Pädagog/innen, Trainer/innen und Direktor/innen – persönlich über die „Club“ Angebote informiert werden.

Das Interesse von Vereinen am Club-Programm war prinzipiell gegeben. Allerdings stellte sich die Integration des Angebots in den bestehenden Übungsbetrieb als sehr schwierig dar. Im Großen und Ganzen scheiterte dieses Vorhaben allerdings an den fehlenden finanziellen Ressourcen. In anderen Bereichen hat sich der Einsatz einer Anschubfinanzierung zum Aufbau neuer Einheiten (vgl. Projekt UGOTCHI oder Fitness- und Gesundheitssport Starterpaket der SPORTUNION) in den Vereinen als zielführend erwiesen. Dies war innerhalb des vorliegenden Projektes in dieser Form nicht möglich, könnte aber für kommende Projekte eine lohnende Herangehensweise darstellen.

Sehr positiv war die Vernetzung mit dem institutionalisierten Setting, das auch zu einer vermehrten Teilnehmer/innenanzahl in den „Club“ Einheiten geführt hat. Negativ war die problematische Durchdringung der Zielgruppe. Hier ist es dem Projektteam schwer gefallen, Kinder und Eltern zu erreichen, die von Gewichtsdiskriminierung betroffen sind. Vielmehr zeigte sich, dass Kinder Zugang zum „Club“ suchten, die psychologische Auffälligkeiten aufwiesen (z.B. Asperger Syndrom im „Club“ Oberwart bei mehreren Kindern)

Immer wieder haben Eltern gemeint, dass der Titel „Club der ganz schön starken Freunde“ besonders mit dem Untertitel „für jede Kleidergröße“ unglücklich gewählt wäre. Die eigentliche Zielgruppe wurde somit daher vermutlich eher abgeschreckt als eingeladen, am Programm teilzunehmen.

### **Förderung gesundheitlicher Chancengerechtigkeit**

Gesundheitliche Chancengerechtigkeit wurde durch das Projekt dadurch angestrebt, dass die Gesundheit von Kindern jeder Kleidergröße Mädchen, wie Burschen unabhängig ihrer aktuellen finanziellen Situation und Herkunft verbessert werden sollte.

Mit den ab Jänner 2017 vorgenommenen Änderungen – Erweiterung der Zielgruppe um Kinder aus dem institutionalisierten Setting – wurde das Thema der Chancengerechtigkeit noch stärker in den Vordergrund gestellt.

Die Kooperation mit sozialen Wohngemeinschaften sollte sicherstellen, dass Kinder und Jugendliche aus finanziell und sozial prekären Familienverhältnissen teilnehmen konnten. Somit wurden die Zielgruppen ungeachtet des sozialen Status nicht nur angesprochen, sondern auch mit aufsuchenden Maßnahmen versorgt.

Durch das parallele Angebot von aufsuchenden Aktivitäten in den sozialen Einrichtungen vor Ort und den eigentlichen Aktivitäten in den Club-Standorten sollte eine soziale Integration erfolgen.

Im Projekt wurde darauf geachtet, dass die Angebote kostengünstig (EUR 45 pro Semester/ EUR 39 Geschwisterpreis – Workshops u. Vorträge inklusive) und bei Bedarf gratis waren.

### **Aktivitäten und Methoden**

Das Bewegungsangebot unter qualifizierter Leitung ist als gelungene Maßnahme zu bewerten. Das zweimal wöchentlich stattfindende Programm wurde von den Eltern und Kindern in dieser Form gut angenommen. Das Bewegungs- und Freizeitangebot im südlichen Burgenland ist nicht so dicht wie im nördlichen Burgenland. Das Programm wurde im Süden vermutlich daher eher besser angenommen, als in Eisenstadt.

Im institutionalisierten Setting gelang die regelmäßige Teilnahme der Kinder sehr gut, aber würde die Intervention kostenpflichtig werden, wäre diese in den meisten Fällen nicht möglich. Im letzten Jahr schien es so als würden psychosozialer Dienst, Jugendamt und Ärzte öfter auf den „Club“ verweisen. In Oberwart kamen im letzten Projektjahr zwei Kinder auf Empfehlung vom psychosozialen Dienst und je ein Kind vom Jugendamt und vom Kinderarzt.

Positiv auf die Lebenszufriedenheit der Teilnehmer/innen einzuwirken, ist ein längerfristiges Unterfangen. Dafür braucht es Zeit und Geduld. Durch schwierige familiäre Verhältnisse, Jobwechsel der Eltern, Schulwechsel, alleinerziehende arbeitende Mütter etc. war die regelmäßige Teilnahme für viele Kinder eine große Herausforderung.

### **Partizipation**

Entscheidungsträger/innen waren von Beginn an – bereits in der Planungsphase – eingebunden. In den Gemeinden, in denen ein Club „eröffnet“ werden sollte, wurde mit den Gemeindevertreter/innen vorab die Umsetzung diskutiert. Die Gemeinden haben daraufhin eine Unterstützungserklärung unterzeichnet und auch in die Praxis umgesetzt. Am Beispiel Oberwart näher erläutert, wurde der Turnsaal kostenlos zur Verfügung gestellt und die medialen Möglichkeiten der Gemeinde wurden zur Bewerbung des Programmes genutzt.

Die Trainer/innen und Workshopleiter/innen aus den unterschiedlichen Bereichen (Sport, Psychologie und Ernährung) brachten sich laufend in das Projekt ein – nicht nur im Sinne der Programmgestaltung sondern auch hinsichtlich der Akquisition von neuen Teilnehmer/innen.

Die Kooperation mit Schulen in Eisenstadt wurde im 2. Projektjahr über den Elternverein aktiviert. Die Kooperation mit Schulen in Oberwart wurde sehr aktiv betrieben. Hier konnten viele Rückmeldungen und Meinungen von Pädagog/innen zum Thema Rekrutierung eingeholt werden.

### **Erreichung der Projektziele**

1. Die Steigerung der Lebenszufriedenheit der Teilnehmer/innen wurde im Großen und Ganzen gut erreicht. Der durchschnittliche Erhebungswert lag bei über 8, welches eine grundsätzlich hohe Lebenszufriedenheit bedeutet. Das Gefühl in der Gruppe akzeptiert und integriert zu sein war laut Angaben im Fragebogen bei den meisten Kindern gegeben. Der Durchschnittswert lag bei 1,3 (Skala von 1 stimme vollkommen zu bis 4 stimme überhaupt nicht zu). Es wird davon ausgegangen, dass die qualifizierten Trainer/innen das Gruppenklima sehr stark mit beeinflusst haben und positiv auf den Gruppenzusammenhalt einwirken konnten.

2. Die Steigerung der körperlichen Aktivität der Teilnehmer/innen konnte durch ihre regelmäßige Teilnahme am Club-Bewegungsprogramm erreicht werden. Es wurde daher sichergestellt, dass zumindest an zwei Tagen pro Woche die Österreichischen Bewegungsempfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung im Kindesalter erreicht werden. Die Kinder entwickelten im Club Kompetenzen, die sie außerhalb des Clubs anwenden können.

3. Die Ausweitung der Club Aktivitäten auf neue Standorte wurde in der Projektlaufzeit ebenfalls erreicht. Am Ende des 2. Berichtsjahres waren vier Clubs aktiv (Eisenstadt, Forchtenstein, Neusiedl, Oberwart) zusätzlich wurde in Pinkafeld und in Breitenbrunn (SozialWG Rosenhof) aufsuchend gearbeitet. Im letzten Projektjahr wurde das Programm außerdem im Hort der Volksschule Unterwart angeboten.

### **Zielgruppenerreichung**

Das Projekt hatte sich zum Ziel gesetzt, 80 Kinder und Jugendliche zwischen 6-14 Jahren im außerschulischen Bereich zu erreichen. Diese Zahl wurde erreicht und durch den aufsuchenden Ansatz sogar überschritten.

Es sollten ca. 105 Erwachsene (Eltern, Erziehungsberechtigte und Betreuer/innen) im Rahmen von Workshops und Vorträgen erreicht werden. Diese Zahl wurde erreicht.

Bei Infoworkshops, die am Wochenende stattfanden, waren des Öfteren beide Elternteile mit ihrem Kind dabei. Im institutionalisierten Setting gelingt die Ansprache und der Einbezug besonders der Mütter sehr gut. Durch den Fokus auf Settings, in denen Kinder fern von ihrer Familie betreut werden, ist die Beteiligung der Eltern naturgemäß nicht gegeben und auch nicht Ziel. Dennoch nahmen im Laufe des Projektes rund 175 Mütter und Väter an Workshops und Vorträgen des Projekts teil. Am Standort Oberwart, Hort Unterwart und SOS Kinderdorf Pinkafeld nahmen 44 Eltern von Feber 2016 – Juni 2018 teil. Das Projekt wurde außerdem beim Elternforum in der EMS Oberwart vorgestellt.

Es war geplant 12 Pädagog/innen im Laufe des Projekts fortzubilden. Die Teilnahme an Fortbildungen im Projekt war für Pädagog/innen im intra-curricularen Setting nicht interessant. Die Relevanz des Thema Mobbing konnte leider noch nicht ausreichend an die Lehrkräfte kommuniziert werden. Jedoch konnte durch die Präsenz bei Elternsprechtagen, Pädagog/innenforen und Pädagog/innenkonferenzen die Zielgruppe zumindest informiert und über das Projekt aufgeklärt werden.

Es sollten in jedem Club-Standort Gesundheitsförderungsberater/innen (1 Pers. pro Standort) für die Zusammenarbeit gewonnen werden. Der Zuspruch und das Interesse an der Zusammenarbeit von Expert/innen im Gesundheits- und Sozialbereich war sehr hoch. Es wurde u.a. Kontakt zu den Krankenhäusern in Eisenstadt und Oberwart und Kinderpsychosozialer Dienst in Oberwart hergestellt. Die dort tätigen Expert/innen waren bei der Verbreitung des Infomaterials behilflich und verwiesen Klient/innen auf das Projekt. Betreuer/innen der Caritas Burgenland, des SOS Kinderdorfs und des Vereins Rettet das Kind waren regelmäßige Ansprech- und Kooperationspartner/innen. Die Beteiligung von Sozialpädagogen/innen als Trainer/innen im Club wurde für kurze Zeit in Forchtenstein realisiert.

### **Nachhaltigkeit und Transferierbarkeit**

Über Sport verein(t) sollen Teile der Maßnahmen über interessierte Sportvereine weiterhin umgesetzt werden.

Mit der SPORTUNION Oberwart hat sich unabhängig von Sport verein(t) bereits ein Verein gefunden, der den „Club“ nach Projektende im Verein weiterführen wird. Dies geschieht mit bereits etablierten „Club“ Trainer/innen ab Oktober 2018. Zur Einheit, die den Namen „Kiddy Fit“ trägt, sind bereits 15 Kinder angemeldet. Es wird in regelmäßigen Abständen innerhalb der Einheit auch in Richtung der Themen Ernährung und psychosoziale Gesundheit mit Unterstützung von Expert/innen gearbeitet. Ebenso werden im Hort Unterwart die regelmäßigen Bewegungseinheiten über „Urfit“ mit dem Verein SPORTUNION Pinkafit weitergeführt. Urfit ist eine vom Land Burgenland durchgeführte Initiative, die es Volksschulen ermöglicht, in die Nachmittagsbetreuung kostenlose – weil geförderte – Bewegungseinheiten von Vereinsübungsleiter/innen zu integrieren.

Der aufsuchende Ansatz, der vor allem in der zweiten Projekthälfte verstärkt eingesetzt wurde, trug dazu bei, dass die Beziehungen zwischen der SPORTUNION Burgenland und Institutionen wie Rettet das Kind, SOS Kinderdorf, etc. weiter verbessert und gefestigt werden konnte.

Bereitstellen von Räumlichkeiten und Hilfe bei der Bewerbung wurde weiterhin von mehreren Gemeinden zugesichert.

Das Fortbildungsseminar Team.Geist wurde in das SPORTUNION Burgenland Ausbildungsprogramm dauerhaft aufgenommen und wird in Zukunft zumindest einmal jährlich abgehalten.

### **Transferierbarkeit**

Das Projekt soll als Modell guter Praxis auf andere Gemeinden übertragbar sein. Die im Projekt gewonnenen Erfahrungen können insbesondere für Entscheidungsträger/innen in anderen Gemeinden, Schulen und für Pädagog/innen bzw. Trainer/innen nützlich sein.

Eine Verbreitung der Projektergebnisse und -erfahrungen soll durch das beiliegende Handbuch gewährleistet werden.

Die Anbindung des Programms in Vereine – wenn auch unter geänderten Rahmenbedingungen – wie es bei der SPORTUNION Oberwart hervorragend funktioniert hat, war leider nicht überall erfolgversprechend. Dennoch kann dies als Best Practice Beispiel herangezogen werden. Besonders die Initiative der lokalen Trainer/innen und der regionalen Projektmitarbeiterin kann hier als Erfolgsfaktor gewertet werden.

Über die Teamgeist Fortbildung können auch in Zukunft Trainer/innen von dem Wissen, das im Projekt gewonnen wurde, profitieren.

## **6. Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen**

### **Förderliche Faktoren:**

Die Lebenszufriedenheit zu verbessern ist ein längerfristiges Unterfangen. Dafür braucht es Zeit und Geduld (eher hinderlicher Faktor). Förderlich in diesem Zusammenhang war, dass das Bewegungsangebot zweimal pro Woche stattfand und auch von den Eltern und Kindern in dieser Form gut angenommen wurde.

Förderlich waren außerdem die sozial gestaffelten Preise. Im Schnitt wurden 40-45€ pro Semester pro Kind inklusive aller Workshops verrechnet. Dieser Preis entspricht ca. einem Viertel des üblichen Preises der SPORTUNION. Es ist geplant dass die SPORTUNION Oberwart diese Leistungen zum Preis von 85 € pro Semester anbietet. Spannend wird es sein zu sehen, ob die Bereitschaft und die Fähigkeit seitens der Eltern besteht, diesen erhöhten Betrag zu leisten. Bei besonderer Bedürftigkeit wird im Sinne der sozialen Ausrichtung der SPORTUNION auf einen Teil des Beitrages seitens der SPORTUNION Oberwart verzichtet. Mittlerweile zeigte sich, dass das Angebot angenommen wird: 15 Kinder sind für die „Club“ Nachfolgeeinheit „Kiddy Fit“ angemeldet.

### **Herausforderung/Hinderlich**

Ein häufig, seitens Eltern ins Treffen geführter Grund, nicht oder nicht immer am Programm teilzunehmen, sind die im Burgenland nur unzureichend vorhandenen öffentlichen Verkehrsmöglichkeiten sowie auch die große Anzahl der Nachmittagsangebote in den Horten bzw. Schulen. Die Kooperation mit Schulen und deren Einbindung in die Konzeptgestaltung von Beginn an scheint somit sinnvoll. Die Zusammenarbeit mit dem schulischen Setting (Nachmittagsbetreuung) soll forciert werden. Im Burgenland ist das öffentliche Verkehrsnetz nicht ausreichend ausgebaut. Schon kleinere Strecken werden hier zum

Problem, wenn kein PKW vorhanden ist. Gute bestehende, organisierte Schul- und Freizeitangebote reduzieren das Interesse am Club.

Eine weitere Herausforderung stellte dar, dass aufgrund der speziellen Situation der Kinder/Jugendlichen mit Verhaltensauffälligkeiten (z.B. 2 Kinder mit Asperger Syndrom zugewiesen vom psychosozialen Dienst) spezialisierte Fähigkeiten und vertiefende Schulungen für Trainer/innen notwendig waren. Zur Unterstützung der Trainer/innen wurde auch Supervision angeboten und in Anspruch genommen.

Hinderlich ist auch häufig das mangelnde Problembewusstsein der Eltern.

### **Lernerfahrungen und Empfehlungen**

- Auf die besondere Mobilitätssituation von Kindern im Burgenland muss Rücksicht genommen werden.
- Das Bewegungs- und Freizeitangebot im südlichen Burgenland ist nicht so dicht, wie im nördlichen Burgenland. Das Programm wurde im Süden daher eher besser angenommen, als in Eisenstadt.
- Das Schaffen mehrerer kleinerer Clubs könnte Kindern im ländlichen Raum die Möglichkeit bieten, das Angebot selbstständig (zu Fuß) zu erreichen. Aufsuchende Maßnahmen sind eine Möglichkeit um Familien ohne PKW zu erreichen.
- Die Zusammenarbeit mit dem schulischen Setting (Nachmittagsbetreuung) sollte forciert werden.
- Das preisgünstige Angebot spricht alleinerziehende Mütter an, die finanziell sonst eher wenig Freiraum für zusätzliche kostenpflichtige Freizeitaktivitäten ihrer Kinder hätten.

Die Vernetzung der Standorte Nord und Süd - gemeinsame Abschlussfeste und sonstige Veranstaltungen waren angedacht, wurden allerdings von den Kindern und Eltern nicht angenommen (Mobilitätsproblematik). Es hat sich mehr bewährt auf Regionalität und die Qualität des Programms vor Ort Wert zu legen.

Aufsuchende Maßnahmen, so wie sie im Projekt umgesetzt wurden, sind eine Möglichkeit um Familien ohne PKW zu erreichen.

Es soll in Zukunft verstärkt darauf geachtet werden, dass vor allem Kinder, die in die Pubertät kommen mit ihren Fragen und Ängsten zum Thema Körpergewicht nicht alleine gelassen werden.

Die Kooperation mit Institutionen im Gesundheitswesen (Adipositasambulanzen in Krankenhäuser) sowie im psychosozialen Bereich (psychosozialer Dienst) konnten Vermittlung von Kindern und Jugendlichen genutzt werden. Allerdings wurden über diese Schiene nur ca. 10% der Teilnehmer/innen erreicht und dies fast ausschließlich im letzten Semester.

Der gute Austausch zwischen Trainer/innen und Projektkoordinatorinnen hat sich ebenfalls als sehr förderlich herausgestellt. Auftretende Probleme konnten zeitnah behoben werden. Die Unterstützung der Psychologin wurde von den Trainer/innen im Rahmen des Coach-Mentorings sehr gut angenommen und von den Trainer/innen als sehr hilfreich erachtet.

### **Einbindung der Vereine**

Es war geplant Sportvereine generell und besonders im letzten Projektjahr stärker einzubinden. Allerdings hat es sich als sehr schwierig erwiesen das Club-Angebot in ausschließlich ehrenamtlich organisierte Vereine zu integrieren. Hier fehlen die personellen, finanziellen und zeitlichen Ressourcen, um neben dem laufenden wettkampf- und Meisterschaftsbetrieb polysportive Gesundheitsförderung zu betreiben.

Deshalb wurde beschlossen, im Sinne der Nachhaltigkeit zwei unterschiedliche Wege einzuschlagen:

- Sozialeinrichtungen (z.B. SOS Kinderdorf, Rettet das Kind) und andererseits
- interessierte Vereine

Im SOS Kinderdorf Pinkafeld hat die gute Zusammenarbeit im Rahmen des Projektes mit der SPORTUNION Burgenland bereits zu einer Reaktivierung des SOS Kinderdorf Sportvereins (Union Sportverein für Kids Kinder und Jugendliche) geführt über den nun wieder regelmäßig bewegungs- und gesundheitsfördernde Aktivitäten durchgeführt werden.

Das Instrument „Gesundheitszirkel“ scheint als geeignet, um mit den Betreuer/innen gemeinsam Strategien zu erarbeiten, wie die Club-Idee auch ohne externe Fördermittel weitergeführt werden können.

In der Sozial WG Rosenhof war in der Projektabschlussphase ein Gesundheitszirkel mit den Betreuer/innen geplant. Durch Personalnot auf Grund von gleich drei Karenzierungen wurde der Termin allerdings erst nach der Projektlaufzeit angesetzt.

Über die Sport verein(t) Förderung der SPORTUNION wäre es zum Beispiel möglich im Rahmen eines 10er Blocks die Bewegungseinheiten kostengünstig anzubieten. Dementsprechende Angebote an Sportvereine werden auch nach der Projektlaufzeit ergehen.

Zum Abschluss sei noch festgehalten, dass der Name des Projektes in dieser Form nicht mehr verwendet werden würde. Es hat sich herausgestellt, dass dieser, besonders mit dem Zusatz „für Kinder jeder Kleidergröße“ eher die Aufmerksamkeit auf eine Abnehmgruppe für übergewichtige Kinder lenkt. Positive Formulierungen wie „Kiddy Fit“ scheinen sinnvoller und haben sich auch bei der Nachfolgeinheit der SPORTUNION Oberwart bewährt.

## Anhang

Listen Sie Ihre veröffentlichbaren Beilagen zum Bericht auf. Diese sind ebenso wie der Bericht selbst im Projektguide hochzuladen.

- Projekthandbuch
- Flyer
- Folder
  
- Projektablaufplan
- Projektrollenplan
- Evaluationsendbericht
- Veranstaltungsprogramme und -dokumentationen
- Druckwerke wie Projektfolder, Einladungen, Plakate etc.
- Projektpräsentation
- Pressemeldungen

**Hinweis:**

Neben dem Hochladen des Berichts ist dieser zusätzlich dem/der für das Projekt zuständigen Mitarbeiter/in des Fonds Gesundes Österreich in gedruckter Version (Papierform) zur Begutachtung und Prüfung zuzusenden.