

Endbericht zur Verbreitung der Projekterfahrungen und Ergebnisse

*Der Endbericht ist als kurzes zusammenfassendes Projektprodukt für den Transfer der Lernerfahrungen zu sehen. Er dient dem FGÖ einerseits zur abschließenden Bewertung des Projekts. Vor allem aber richtet sich der Bericht **an Umsetzer/innen zukünftiger Projekte** und dient dazu, Projekterfahrungen und bewährte Aktivitäten und Methoden weiter zu verbreiten. Da in Fehlern zumeist das höchste Lernpotenzial steckt, ist es wichtig auch Dinge zu beschreiben, die sich nicht bewährt haben und Änderungen zwischen ursprünglichen Plänen und der realen Umsetzung nachvollziehbar zu machen.*

Der Endbericht ist – nach Freigabe durch Fördernehmer/in und FGÖ – zur Veröffentlichung bestimmt und kann über die Website des FGÖ von allen interessierten Personen abgerufen werden.

Projektnummer	3257
Projekttitle	„MOVEluencer“ – Kommunale Bewegungsförderung im Kontext von COVID-19
Projektträger/in	FH JOANNEUM
Projektlaufzeit, Projektdauer in Monaten	01.07.2021 – 30.06.2023 24 Monate
Schwerpunktzielgruppe/n	Kinder, Jugendliche und deren Familienmitglieder Ältere Personen
Erreichte Zielgruppengröße	Inaktive Personen der Gemeinden Fehring, Klöch, Neudau, Riegersburg, Söchau, Tieschen (n= 6.364 Personen).
Zentrale Kooperationspartner/innen	Landentwicklung Steiermark, Styria vitalis, Evaluation: Institut für Gesundheitsförderung und Prävention
Autoren/Autorinnen	Silvia Tuttner, Peter Holler, Frank M. Amort
Emailadresse/n Ansprechpartner/innen	silvia.tuttner@fh-joanneum.at
Weblink/Homepage	https://www.fh-joanneum.at/projekt/moveluencer/
Datum	August 2023

1. Kurzzusammenfassung

Im Fokus des Projektes „Moveluencer“ stand die Förderung der aktiven Mobilität bzw. des Bewegungsverhaltens im kommunalen Setting und fokussierte somit das Gesundheitsziel 8: Gesunde und sichere Bewegung im Alltag fördern. Die Zielgruppen des Projektes waren Kinder, Jugendliche und deren Eltern und ältere Personen aus sechs steirischen Gemeinden. Die strategischen Projektziele beinhalteten unter anderem den Aufbau von Bewegungsförderungsstrukturen in den Gemeinden. Eine Fotochallenge am Projektbeginn ermöglichte der gesamten Bevölkerung in allen Gemeinden am Projektbeginn eine niedrigschwellige Beteiligungsform, als Basis für nachhaltige und verhältnisorientierte Maßnahmen zur Bewegungsförderung. Des Weiteren wurden „Walking-Buddys“ geschult und Bewegungsevents, zur Förderung der gesundheitlichen Chancengerechtigkeit, umgesetzt. Durch intensive Partizipationsprozesse entstanden zielgruppenspezifische Bewegungsangebote. Maßnahmen zur Förderung der Gesundheits- und vor allem der Bewegungskompetenz ergänzten das Projekt (Juli 2021 – Juni 2023).

Lernerfahrungen:

- Das Thema „Bewegung“ wird in ländlichen Gemeinden verhaltensorientiert in der Freizeit vertretet, der Schwerpunkt „Aktive Mobilität“ ist kaum im Bewusstsein der Menschen.
- Das Rekrutieren von Personen aus der Schwerpunktzielgruppe und vor allem benachteiligter Personen bedarf ausreichende zeitliche Ressourcen – diese Prozesse benötigen viel Zeit.
- Eine fixe Ansprechperson in der Gemeinde kann die Organisation der Projektmaßnahmen innerhalb der Gemeinde erleichtern und auch zur Nachhaltigkeit der Maßnahmen beitragen.
- Das Anknüpfen an bereits bestehende Strukturen ist für eine erfolgreiche Projektumsetzung mitausschlaggebend.
- Die Förderung des Bewusstseins bei Entscheidungsträger:innen und der Bevölkerung für den Gesundheitsnutzen aktiver Alltagsmobilität benötigt einen hohen Aufwand an Sensibilisierungsarbeit.
- Gute Erreichbarkeit der Bevölkerung über lokale/regionale Medien (z.B. Woche, Postwurfsendungen). Social Media ist essenziell für den Informationsaustausch im Bereich der Bewegungsförderung.
- Anreize und Wertschätzung für die ehrenamtlich tätigen Personen sind wichtig, um deren intrinsische Motivation hochzuhalten.
- Für Gemeinden, die vorab keine Erfahrungen mit Gesundheitsförderung bzw. Bewegungsförderung gemacht haben, ist eine Projektdauer von 2 Jahren nicht ausreichend.
- Die Erreichung von drei unterschiedlichen Zielgruppen lässt sich Rahmen eines Projekts nur schwer umsetzen.

2. Projektkonzept

Das Projekt „Moveluencer“ leistete einen Beitrag zur Bewegungsförderung im Setting ländlicher Gemeinde. Dabei spielte die aktive Mobilität eine wichtige Rolle. Ausreichende Bewegung im Alltag ist eine grundlegende Voraussetzung für das körperliche Wohlbefinden und wirkt nachhaltig präventiv der Entstehung von Zivilisationskrankheiten entgegen. Es gilt daher, die Errichtung bewegungsfreundlicher Strukturen in das Zentrum der gesundheitsförderlichen Bemühungen zu stellen. Diese Tatsache wird auch durch das achte Rahmengesundheitsziel „Gesunde und sichere Bewegung im Alltag durch die entsprechende Gestaltung der Lebenswelten (...)“ bekräftigt. Die Gemeindepolitik hat eine wichtige Rolle in der Bereitstellung von Rahmenbedingungen, die zu einem aktiven Lebensstil motivieren.

Auf Grundlage bisherigen F&E-Erfahrungen und der spezifischen Bedarfslage in ländlichen Regionen der Steiermark, entstand das Projekt „MOVEluencer zur Verbesserung der aktiven Mobilität bzw. des

allgemeinen Bewegungsverhaltens von Bewohner:innern in sechs ausgewählten steirischen Gemeinden aus den Bezirken Hartberg–Fürstenfeld und Südoststeiermark – diese Bezirke wurde einerseits aufgrund der guten Vernetzung mit dem Institut (Standort Bad Gleichenberg) und andererseits aufgrund der sozioökonomischen Benachteiligung vieler Gemeinden in dieser Region ausgewählt. Das Projekt richtete sich an die Gesamtbevölkerung in den Gemeinden, insbesondere an alle körperlich inaktiven Personen. Im Speziellen lag der Fokus auf Kinder, Jugendliche und deren Eltern sowie auf älteren Menschen. Diese Personengruppen hatten/haben in Hinblick auf die Covid–19 Pandemie, mit besonders vielen Herausforderungen in vielen Lebensbereichen zu kämpfen und sind im Rahmen der Bewegungsförderung daher sehr bedeutende Zielgruppen.

MOVELuencer hatte das Ziel, die aktive Mobilität der Bevölkerung von sechs ländlichen steirischen Gemeinden zu steigern bzw. deren Bewegungsverhalten zu verbessern. Von einer partizipativ entwickelten Verbesserung der kommunalen physischen Umwelt sollen alle Bewohner:innen der jeweiligen Gemeinden langfristig profitieren.

3. Projektdurchführung

1) Vorbereitungsphase:

Die Vorbereitungsphase diente dem Aufbau von Strukturen in den 6 Projektgemeinden. Basierend auf einer detaillierten Umfeldanalyse wurden Gemeinden mit gesundheitlicher Benachteiligung ausgewählt und kontaktiert sowie Erstgespräche mit politischen Entscheidungsträger:innen, Gemeindeverantwortlichen und potenziellen Arbeitsgruppen–Teilnehmer:innen geführt. Die externe Evaluation (IfGP) wurde beauftragt und ein Expert:innebeirat etabliert – mit beiden Organisationen fanden Vernetzungstreffen statt. Die Treffen eigneten sich gut, um Rahmenbedingungen für die Evaluation und Qualitätssicherung festzulegen sowie Empfehlungen für die operative Projektumsetzung von Expert:innen bereits im Vorfeld einzuholen. Zusätzlich wurden auf Social Media (Facebook und Instagram) Projektkanäle (@moveluencer) angelegt und mit ersten Projektinformationen befüllt. In der Vorbereitungsphase fand auch ein Kick–Off–Treffen mit der Steuerungsgruppe statt und erste AG–Treffen wurden in den einzelnen Gemeinden abgehalten.

2) Analysephase:

In der Analysephase wurde eine partizipative Fotochallenge umgesetzt, in der die Bevölkerung aufgerufen wurde, Fotos ihres Wohn– und Lebensumfeldes zu machen, mit besonderem Hinblick auf Orte an denen sich die Bürger:innen gerne bewegen (Ressourcen) bzw. nicht gerne bewegen (Potentiale) und dahingehend Verbesserungsmöglichkeiten aufzeigen möchten. An jeden Haushalt innerhalb der sechs Gemeinden wurde im Vorfeld ein Infoblatt mit der Erklärung und Projektinformationen durch die Gemeinde versandt. Auch auf regionalen Medien und Social–Media–Kanälen wurde die Fotochallenge angekündigt und beworben. Zusätzlich wurden diverse Vereine in der Bevölkerung direkt vom Projektteam telefonisch kontaktiert und Informationsmaterial wurden bereitgestellt. Fotos konnte über Facebook, WhatsApp, Telegram, Instagram und per E–Mail eingeschickt werden. Personen ohne technische Endgeräte konnten auch schriftliche Notizen am Gemeindeamt abgegeben Die Bürger:innen wurden aufgefordert jedem Foto auch eine Beschreibung beizufügen, mit Begründungen warum sie sich dort gerne bewegen bzw. welche Verbesserungspotenziale gesehen werden, damit „hier“ mehr Bewegung stattfindet.. Als Anreiz zur Teilnahme wurden unter allen Teilnehmer:innen regionale Gutscheine verlost. Zur Verbreitung der Ergebnisse wurden auf den sozialen Medien regelmäßig Fotos in anonymisierter Form veröffentlicht. Für die Gemeinde gab es auch einen detaillierten Ergebnisbericht als Grundlage für die weitere Planung von strukturellen gesundheitsförderlichen Maßnahmen. Die Fotochallenge war sehr erfolgreich: Insgesamt nahmen an dieser 4–wöchigen Fotochallenge knapp 70 Personen teil (43% weiblich). Demnach konnten auch Männer mit dieser Maßnahme gut angesprochen werden, was in der Praxis der Gesundheitsförderung sich oft als eine Herausforderung darstellt. Es

wurden knapp 300 Fotos eingeschickt und die Maßnahme konnte trotz Einschränkungen durch die Pandemie umgesetzt werden.

3) Umsetzungsphase I:

In dieser Phase wurden primär über die Social Media Projektkanäle laufend evidenzbasierte Informationen über Bewegung und aktive Mobilität an die Bevölkerung weitergegeben. Die sogenannten „Move-Fakten“ (Fotos, Videos) bildeten beispielsweise die Österreichischen Bewegungsempfehlungen für diverse Zielgruppen ab, Infoplakate des Verkehrsclubs Österreichs (VCOs) oder beinhalteten Informationen, welche Strecken ideal zu Fuß oder mit dem Fahrrad in den einzelnen Projektgemeinden zurückgelegt werden können. Die Veröffentlichung solcher Beiträge wird auch nach dem Berichtszeitraum regelmäßig weitergeführt.

Zusätzlich wurde in der Umsetzungsphase ein Workshop für die Bürgermeister der 6 Gemeinden an der FH JOANNEUM organisiert. In diesem Workshop wurden die Ergebnisse der Fotochallenge präsentiert und nachbesprochen sowie Impulse für aktive Mobilität im kommunalen Setting gegeben. Durch das Projektteam wurden praxisorientierte Beispiele vermittelt (z.B.: Alltagswege in der Gemeinde und deren gesundheitlicher Nutzen, sofern zu Fuß oder mit dem Fahrrad zurückgelegt).

Weniger gut eignete sich die Installation von BewegungsBÖRSEN. Im Zuge dessen war geplant, nicht mehr verwendete Fahrräder, Roller etc., in der Gemeinde zu sammeln, neu aufzubereiten und der Bevölkerung für Bewegungsaktivitäten kostenfrei zur Verfügung zu stellen. Diese Maßnahme wurde im Projekt aufgrund des geringen Bedarfs (in Absprache mit der AG und Entscheidungsträger:innen der Gemeinde) nicht umgesetzt. Stattdessen wurden BewegungsEVENTS in jeder Projektgemeinde umgesetzt. Bei diesen Veranstaltungen konnte die Bevölkerung bei einfachen Fitnesstests teilnehmen und erhielt auf Basis ihrer Ergebnisse eine Auswertung der persönlichen Fitness mit Bewegungsempfehlungen. Die Fitnesstests wurden mit professionellem Equipment des Sportwissenschaftlichen Labors der FH JOANNEUM durchgeführt. Umrahmt wurden die Events durch eine interaktive Wanderausstellung (mit einem Schätzspiel, spielerische Aktivitäten für Kinder etc.) rund um das Thema Aktive Mobilität. Die Veranstaltungen eigneten sich gut, um die Bekanntheit des Projektes zu fördern und Bürger:innen für mehr Bewegung zu motivieren. Den Bürger:innen wurde auch Informationsmaterial (Karte mit Alltagswegen in Gemeinde, FGÖ-Broschüren zu Bewegung etc.) kostenlos zur Verfügung gestellt. Besonders gut wurden die Veranstaltungen von Familien angenommen. Da die Events an öffentlichen Plätzen abgehalten wurden konnte auch erfolgreich ein Zugang zu den Schwerpunktzielgruppen bzw. der allgemeinen Bevölkerung geschaffen werden. Insgesamt nahmen an den Veranstaltungen ca. 250 Personen teil.

In weiterer Folge wurde die Walking Buddy Schulungen konzipiert und umgesetzt. Hierbei handelte es sich um eine Multiplikator:innen-Schulung, bei der interessierte Bürger:innen an einem Halbtage bewegungsfreundliche Spazierwege in der Gemeinde kennenlernten, einfache Bewegungsübungen (zur Muskelkräftigung und Gelenksmobilisation) erlernten und historisches Wissen zu besonderen Plätzen in der Gemeinde vermittelt bekamen. Durch die Schulung wurden Personen befähigt, mit Bürger:innen in der Gemeinde Spaziergeh-Treffen umzusetzen und entlang der Wege einfache Bewegungsübungen vorzuzeigen. Allen ausgebildeten Personen (n=21) wurde auch ein umfassendes Handbuch mit evidenzbasierten Informationen zu Bewegung, gemeindespezifischen Informationen (bewegungsfreundliche Wegstrecken etc.) und ein Katalog aus Übungen (inkl. Erklärung zu korrekten Ausführungen) bereitgestellt (das Handbuch ist über die Homepage der FH JOANNEUM unter folgendem LINK verfügbar: <https://www.fh-joanneum.at/projekt/moveluencer/>).

Im Projektverlauf hat sich gezeigt, dass sich die Rekrutierung von Personen für die Walking Buddy Ausbildung als herausfordernd gestaltet, da damit eine gewisse Verbindlichkeit einhergeht. Regelmäßige Treffen für die Bevölkerung mit den Walking Buddys (Spaziergehtreffen oder Walkingtreffen) finden in fünf der sechs teilnehmenden Gemeinden statt.

Die geplante Train the Trainer Kurse zur Gesundheits- und Bewegungskompetenz wurde in die Walking Buddy Schulung integriert. Die Walking Buddys erhielten auch zu diesem Schwerpunkt eine Wissensvermittlung und geben die Informationen während der gemeinsamen Spaziergänge an die Teilnehmer:innen weiter.

4) Umsetzungsphase II:

In der zweiten Umsetzungsphase stand die partizipative Entwicklung und Umsetzung der zielgruppenspezifischen Bewegungsangebote im Vordergrund. Hier wurden unter anderem Workshops zur partizipativen Erarbeitung von Bewegungsangeboten mit den Zielgruppen durchgeführt und darauf aufbauend detailliert geplant, organisiert und durchgeführt.

Der Zugang zu den Zielgruppen erfolgte mit Unterstützung der Gemeindevertreter:innen. Es wurden gezielt Vereine, Schulen und öffentliche Einrichtungen kontaktiert, Termine vereinbart und über Großteils 2 gemeinsame Treffen (Workshops) die Angebote geplant und organisiert. In den Gemeinden Söchau, Fehring, Riegersburg und Tieschen wurden die im Jahr 2022 umgesetzten BewegungsEVENTS so gut angenommen, dass es deren Wunsch war, im Rahmen der Zielgruppenmaßnahmen, dieses Angebot der FH speziell für die Zielgruppe ein weiteres Mal in Anspruch zu nehmen. Dazu wurden die Fitnessstests auf die jeweilige Zielgruppe angepasst (z.B. für Volksschulkinder). Die Jugendlichen aus Riegersburg wünschten sich ein Trainingsangebot für die Feuerwehrjugend, dieses wurde von einem FH Mitarbeiter umgesetzt.

5) Projektabschluss:

In der Abschlussphase des Projektes wurden, Maßnahmen zur Nachhaltigkeit mit den Gemeinden initiiert. Die FH Joanneum stellte in Steuerungsgruppen Best Practice Beispiele zur nachhaltigen Förderung der Bewegung und aktiven Mobilität vor und verwies auf weitere Aktivitäten des Landes Steiermark. Der Fokus lag dabei bei auf verhaltensorientierten Maßnahmen. Dazu wurden die Landentwicklung und Styria vitalis als Kooperationspartner:innen unterstützend hinzugezogen. Es wurden in diesem Rahmen in allen Gemeinden Workshops durchgeführt und über die nachhaltige Umsetzung der MOVElucencer Aktivitäten diskutiert bzw. über weiterführende Maßnahmen zur Bewegungsförderung und Förderung der aktiven Mobilität gesprochen. Dabei wurde sowohl die Verhaltensebene als auch die Verhältnisebene berücksichtigt. Eine Übersicht dazu wird als gesonderte Datei mit dem Bericht hochgeladen.

Für den Transfer der Projekterfahrungen und der Projektergebnisse wurde eine Projektbroschüre erstellt, die bei der Abschlussveranstaltung vorgestellt und weitergegeben wurde. In diesem Rahmen wurde auch das Projektvideo präsentiert. Die Erstellung dieses Videos wurde erst in der Abschlussphase abgeschlossen, da die zielgruppenspezifischen Maßnahmen aus den Gemeinden integriert wurden. So entstand ein Produkt, mit dem sich die teilnehmenden Gemeinden identifizieren können und auch für andere Gemeinden, die sich für das Thema Bewegungsförderung interessieren, wichtige Anhaltspunkte für die Maßnahmenumsetzung bereitstellt.

In der Abschlussphase fanden auch die Maßnahmen der externen Evaluation (Interviews, Fokusgruppengespräche) statt.

Eine besondere Herausforderung für die Gemeinden war in dieser Phase, dass neben der FH JOANNEUM drei weitere Organisationen mit ihnen kommunizierten und interagierten – dies stellte oftmals eine Überforderung dar.

4. Evaluationskonzept

Im Rahmen des Projektes wurde aufgrund der Projektgröße die Form der externen Evaluation gewählt. Der Kapazitätsaufbau in den Gemeinden mit den Schwerpunkten „Personalentwicklung Leadership“ (Fortbildung für die Bürgermeister*innen), „Organisationsentwicklung“ (Planung und Durchführung von Bürgerbeteiligungsprozessen) und „Partnerschaften & Vernetzung“ (mit Organisationen, die die Gemeinden in den Bereichen Nachhaltigkeit und Fördermanagement unterstützen) wurde als ein Meta-Ziel des Projekts betrachtet, denn gesteigerte Capacity der Gemeinde für Gesundheitsförderung erhöht nach Projektende die Wahrscheinlichkeit weiterer erfolgreicher Initiativen umzusetzen. Ziel der Evaluation war daher die laufende Überprüfung des Gemeinde Strukturaufbaus, um damit gut auf die Bedürfnisse der BewohnerInnen der Gemeinde eingehen zu können.

Evaluationsprozesse:

Zur Orientierung diente eine zu Beginn durchgeführte Dokumentenanalyse zu relevanten Dokumenten betreffend Capacity der teilnehmenden Gemeinden.

Das Evaluationsteam erhob zu Beginn und am Ende des Projekts die Ausgangslage der Gemeindekapazitäten sowie die Ist-Situation am Ende des Projekts. Dazu wurde zu Beginn und am Ende des Projektes in jeder Gemeinde eine Fokusgruppe unter Hinzuziehen eines vorab entwickelten Selbsteinschätzungstools hinsichtlich ihrer Capacity durchgeführt, um damit einen vorher/nachher Vergleich zu erzielen.

Ergänzend wurden leitfadengestützte qualitative Telefoninterviews in der Mitte des Projektverlaufs durchgeführt, um so den Zwischenstand der Umsetzung der Maßnahmen zu erheben.

Alle Evaluationsergebnisse wurden in einem eigenen Bericht publiziert.

Um eine erfolgreiche Projektumsetzung sicherstellen zu können, wurde ebenso eine Reflexion im Sinne einer Selbstevaluation als essenziell angesehen. Im Sinne der Qualitätssicherung wurden alle Projektphasen bzw. Projektprozesse mit dem internen Projektteam und den direkten Projektbeteiligten aus den Gemeinden reflektiert. Des Weiteren erfolgte eine Darstellung der Zielerreichung in Bezug zu den einzelnen Meilensteinen.

5. Projekt- und Evaluationsergebnisse

Projektergebnisse:

Am Projekt nahmen 6 Gemeinden aus den Bezirken Hartberg-Fürstenfeld und der Südoststeiermark teil. In jeder Projektgemeinde wurde eine Arbeitsgruppe wie geplant installiert. Es haben 2-5 AG-Treffen in jeder Gemeinde stattgefunden.

Es wurde eine Steuerungsgruppe und ein wissenschaftlicher Beirat (Expert:innenbeirat) erfolgreich aufgebaut. Aufgrund von Corona kam es zu Verzögerung in der Umsetzung von gemeinsamen Besprechungen.

Die Fotochallenge wurde erfolgreich im Zeitraum 15.10 bis 19.11.21 in jeder Gemeinde umgesetzt. Insgesamt wurden 300 Fotos eingesandt und 70 Personen nahmen teil. Die Ergebnisse wurden auf Social Media verbreitet sowie anhand eines Berichtes der Gemeinde bereitgestellt. Die Ergebnisse wurden von den Kooperationspartner:innen Landentwicklung und Styria vitalis für die Nachhaltigkeitsworkshops herangezogen

Der Aufbau von Arbeitsgruppen in den einzelnen Gemeinden konnte bis Herbst 2021 abschlossen werden.

Die partizipative Entwicklung von zielgruppenspezifischen Maßnahmen verzögerte sich bis ins Frühjahr 2023, aufgrund geringer zeitlicher Ressourcen der Verantwortlichen in den Gemeinden. Es konnte aber eine Umsetzung bis Projektende sichergestellt werden. Insgesamt wurden 18 zielgruppenspezifische Maßnahmen in den Gemeinden umgesetzt.

Im Februar 2022 fand an der FH JOANNEUM Bad Gleichenberg ein Workshop zum Thema „aktive Mobilität“ statt. Ebenso wurde Bezug auf Themen wie Gesundheits- und Bewegungskompetenz genommen und das Sportwissenschaftliche Labor der FH JOANNEUM vorgestellt. Die Teilnehmer:innen hatten die Möglichkeit einfache Fitnesstests auszuprobieren und erhielten Informationen für Gemeindeaktionen zur Förderung der aktiven Mobilität.

Im Steuerungsgruppentreffen und AG-Treffen der einzelnen Gemeinden wurden Kontakte und Ansprechpersonen von relevanten Organisationen weitergegeben. Konkrete Kooperationen ergaben sich in Bezug auf die Umsetzung der zielgruppenspezifischen Bewegungsangebote (z.B. Betreutes Wohnen). Die Walking Buddy Ausbildungen haben in allen teilnehmenden Gemeinden stattgefunden (insgesamt 21 ausgebildete Walking Buddys). Die Umsetzung verzögerte sich jedoch bis in den Herbst 2022, da die Rekrutierung der Walking Buddys mehr Zeit in Anspruch genommen hat. Die ausgebildeten Walking Buddys setzten bereits regelmäßige Bewegungsangebote. Leider kam es in einer Gemeinde zu keiner Etablierung dieses Angebotes.

Als Alternative für die BewegungsBÖRSEN wurden BewegungsEVENTS in jeder teilnehmenden Gemeinde umgesetzt. Die Bevölkerung konnte 5 unterschiedliche Fitnesstests in Anspruch nehmen, erhielt die Auswertung dazu und zusätzlich Empfehlungen für eine gesundheitsförderliches Bewegungsverhalten. Ergänzt wurde dieses Angebot mit einer „Wanderausstellung“ zum Thema „AKTIVE ALLTAGSMOBILITÄT“. In jeder Gemeinde haben Workshops zur Nachhaltigkeit mit den Organisationen Landentwicklung und Styria vitalis stattgefunden.

Es wurde in 5 der 6 teilnehmenden Gemeinden jeweils mind. eine Maßnahme zur nachhaltigen Bewegungsförderung vereinbart (mit den Kooperationspartner:innen). Die weiterführende Umsetzung der Walking Buddy Treffen ist in diesen 5 Gemeinden fixiert. In Fehring und Riegersburg wurden auch die Walking Buddy Strecken mit Informationstafeln (aktive Mobilität) ausgestattet.

Evaluationsergebnisse:

Zur Überprüfung des Gemeinde Strukturaufbaus durch Maßnahmen des Projekts MOVEluencer wurden daher zu Beginn und zum Ende des Projekts ein Community Readiness Assessment mit den sechs teilnehmenden Gemeinden durchgeführt. Ergänzend dazu wurde zu beiden Erhebungszeitpunkten quantitativer Kurzfragebogen ausgegeben und leitfadengestützte Telefoninterviews geführt. Für die teilnehmenden Gemeinden konnte anhand des Vergleichs des Community Readiness Assessments der zwei Zeitpunkte Schlussfolgerungen über das den Kapazitätsaufbau (Capacity Building) in der Projektlaufzeit abgeleitet werden.

Folgende Ergebnisse können mit Ende des Projekts aufgezeigt werden:

- Die Community Readiness hat sich in allen sechs teilnehmenden Gemeinden in unterschiedlichem Ausmaß gesteigert.
- Im Verlauf des Projekts MOVEluencer hat eine Weiterentwicklung von Wissen und Fähigkeiten von Entscheidungsträger:innen und Gemeindemitgliedern in den teilnehmenden Gemeinden stattgefunden.

- Infrastrukturen für Gesundheitsförderung in den Gemeinden wurde in fünf von sechs Gemeinden aufgebaut:
 - Es wurden Arbeitsgruppen bzw. Arbeitskreise in den Gemeinden installiert oder in bestehende Strukturen eingefügt.
 - Es wurden physische Infrastrukturen erhoben mittels Foto-Challenge die zukünftig mit Infoschildern hervorgehoben werden.
- Es wurden Kooperationen im Bereich Gesundheit gebildet:

Insbesondere sind neben den Arbeitsgruppen, die Vernetzung innerhalb und außerhalb der Gemeinde mittels Steuerungsgruppe sowie den Kooperationen mit Landesentwicklung und Styria vitalis essentiell für eine nachhaltige Entwicklung.

Darüber hinaus sind im Rahmen der Evaluation verschiedene Herausforderungen genannt worden. Die Größe der Gemeinde bzw. verfügbaren Ressourcen (Finanzierung, Zeit, Personal) haben eine essentielle Rolle gespielt und waren teilweise problematisch. Die Gemeinden waren mit der Vielfalt an Zielen und Zielgruppen teilweise überfordert. Dazu kamen die regionalen Unterschiede in den Gemeinden (räumliche und in der Zusammensetzung der Bevölkerung). Das Wissen in der Bevölkerung zu den verschiedenen Bereichen der gesundheitsförderlichen Bewegung hat tendenziell über die Projektlaufzeit zugenommen. Hervorgehoben wurde, dass die Verfügbarkeit von zielgruppenspezifischen Informationen in verschiedenen Formaten und über unterschiedliche Kanäle entscheidend war (z.B. wurde Social Media nur von der jüngeren Generation genutzt).

6. Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen

- Der gegenseitige Austausch zwischen den Gemeinden untereinander, fördert die Motivation für die engagierte Umsetzung von Projektmaßnahmen.
- Das Rekrutieren von Personen aus der Schwerpunktzielgruppe und vor allem benachteiligter Personen bedarf genug Vorlaufzeit und Aufklärungsarbeit, da dies relativ lange dauern kann (s. Walking Buddy Schulung).
- Die klare Definition einer Ansprechperson in der Gemeinde kann die Organisation der Projektmaßnahmen innerhalb der Gemeinde erleichtern und auch zur Nachhaltigkeit der Maßnahmen beitragen (Weitergabe der Informationen zur Bewegungsförderung und aktiven Mobilität auch nach Projektende etc.).
- Das Anknüpfen an bereits bestehende Strukturen und Einbindung von Multiplikator:innen in der Gemeinde erweist sich als sehr effektiv. Durch Kontaktaufnahme mit lokalen Organisationen und „Schlüsselpersonen“, in der Gemeinde gut vernetzt sind, konnte der Bekanntheitsgrad des Projektes gesteigert und Schwerpunktzielgruppen leichter erreicht werden.
- Die Einbindung von Bürgermeister:innen und Gemeindeverantwortlichen erhöht die Zielerreichung der strategischen Ziele des Projektes. Es förderte die Verankerung des Themas „aktive Mobilität“ in der Gemeinde, aber auch (über-) regional, denn Bürgermeister:innen wirken auch als Multiplikator:innen für gesamte Regionen/Bezirke, was den Transfer der Projekterfahrungen und Maßnahmen in weitere Regionen/Bezirken ermöglicht.
- Die Förderung des Bewusstseins bei Entscheidungsträger:innen und der Bevölkerung für den Gesundheitsnutzen aktiver Alltagsmobilität benötigt einen hohen Aufwand an Sensibilisierungsarbeit. Im ländlichen Raum liegt der Fokus beim Thema Bewegung auf Sport bzw. Bewegung in der Freizeit.
- Die Beteiligung von Kindern/Jugendlichen ist teilweise Abhängigkeit vom (Gesundheits-)verhalten der Eltern.
- Bewusstsein für ein gesundheitsförderliches Bewegungsverhaltens liegt vor allem bei der älteren Generation vor.

- Der persönliche Kontakt zu Multiplikator:innen ist ausschlaggebend für eine erfolgreiche Maßnahmenumsetzung.
- Durch das Nutzen vielfältiger Medienkanäle können die Schwerpunktzielgruppen auch weiterhin über Projektmaßnahmen erfahren und wichtige Gesundheitsinformationen erhalten.
- Die Vernetzung zwischen Gemeindeverantwortlichen und Vereinen bzw. öffentlichen Einrichtungen ist besonders wichtig für die Transparenz der Projektaktivitäten und die (finanzielle) Unterstützung seitens der Gemeinde
- Intransparente Überschneidung von Angeboten: Angebote aus dem Projekt Moveuencer, wie die Walking Buddys wurden in einigen Gemeinden sehr rasch in Regel-Programme übernommen (z.B. Gesunde Gemeinde) ohne den Projektfokus von Moveuencer transparent darzustellen
- Gute Erreichbarkeit über lokale/regionale Medien (z.B. Woche, Postwurfsendungen).
- Wertschätzung für die ehrenamtlich tätigen Personen ist wichtig, um deren intrinsischen Motivation hochzuhalten.
- Die Nachhaltigkeit der Maßnahmen wurde durch die partizipative Vorgehensweise bei der Maßnahmenplanung gefördert. So konnten im Zuge der Fotochallenge wichtige Informationen zu gesundheitsförderlichen Strukturen von der Bevölkerung gesammelt werden, die als Grundlage für weitere Projekte herangezogen werden können. Die Walking Buddy Treffen werden auch weiterhin in den Gemeinden angeboten. Dadurch können neue soziale Netzwerke/Gruppen entstehen, die auch nach Projektende bewegungsfördernde Aktivitäten umsetzen.
- Sämtliche bereits erstellte Unterlagen stehen den Gemeinden zur weiteren Verwendung und Unterstützung in der Planung neuer Gesundheitsprojekte zur Verfügung (z.B.: Ergebnisbericht der Fotochallenge, Präsentationsfolien und Informationsbroschüren zum Thema „aktive Mobilität“ und „Bewegungsförderung in der Gemeinde“, Auswertung der Fitnessstest im Rahmen der BewegungsEVENTS, Walking-Buddy-Handbuch).
- Vor allem die Broschüre und das Video sollen als wichtige Projektprodukte dazu anregen, als Gemeinde weiterhin am Thema Bewegungsförderung zu arbeiten bzw. weitere Gemeinden dazu motivieren in diesem Sinne zu agieren.
- Der Einsatz von Social-Media-Kanälen wurde von Bürger:innen und der Gemeinde gut angenommen. Die veröffentlichten Beiträge zu Projektmaßnahmen und -ergebnissen sowie evidenzbasierte Informationen rund um Bewegung wurden bereits in bestehende Strukturen der Gemeinde eingebunden (z.B. Gemeinde Apps, Gemeinde Social-Media-Kanäle) und stehen dadurch auch nach Projektende zur Verfügung. Gerade bei Online-Aktivitäten ist ein multimodaler Zugang notwendig (z.B. Insta, Facebook, Signal, Printmedien).
- Durch die Workshops mit Landentwicklung Steiermark und Styria Vitalis, konnte vom Projekt Moveuencer ausgehend der Grundstein für weitere Kooperationen im Sinne der Nachhaltigkeit zwischen diesen Organisationen und den Gemeinden gelegt werden.

Anhang

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

- Pressemeldungen – Walking Buddy Treffen
- Pressemeldung – Abschlussveranstaltung
- Projektbroschüre
- Projektvideo

Andere mögliche Beilagen zur Darstellung Ihres Projektes sind z.B.:

- *Projektablaufplan*
- *Projektrollenplan*
- *Evaluationsendbericht*
- *eingesetzte Erhebungs- und Befragungsinstrumente, Feedbackbögen und Interviewleitfäden*
- *Befragungsergebnisse*
- *erarbeitete Maßnahmenkataloge/-pläne*
- *Seminarpläne, Curricula*
- *Veranstaltungsprogramme und -dokumentationen, Tagungsbände*
- *Druckwerke wie Projektfolder, Einladungen, Plakate etc.*
- *Projektpräsentationen*
- *Projektprodukte wie Handbücher etc.*
- *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.