

# GeZu – Gesundheit für Familien und Umwelt

Projektnummer: 3388

Endbericht zur Verbreitung der Projekterfahrungen und -ergebnisse

Projektträger/in und zentrale Kooperationspartner/innen

beratungsgruppe.at – Verein für Informationsvermittlung, Bildung und Beratung

Erlgasse 25/36

1120 Wien

T:+43 1 9438332

M: [office@beratungsgruppe.at](mailto:office@beratungsgruppe.at)

ZVR: 285 850 909

<b>Projektnummer</b>	3388
<b>Projekttitle</b>	GeZu – Gesundheit für Familien und Umwelt
<b>Projektträger/in</b>	beratungsgruppe.at – Verein für Informationsvermittlung, Bildung und Beratung
<b>Projektlaufzeit, Projektdauer in Monaten</b>	01.01.2024–31.12.2024, 12
<b>Schwerpunktzielgruppe:n</b>	Mütter u. Großmütter mit Migrationshintergrund und niedrigem SES
<b>Erreichte Zielgruppengröße</b>	135
<b>Zentrale Kooperationspartner:innen</b>	
<b>Autoren/Autorinnen</b>	Liesl Frankl und Michaela Krottendorfer
<b>Emailadresse/n Ansprechpartner/innen</b>	office@beratungsgruppe.at
<b>Weblink/Homepage</b>	<a href="http://www.beratungsgruppe.at">www.beratungsgruppe.at</a>

**Impressum:**

beratungsgruppe.at – Verein für Informationsvermittlung, Bildung und Beratung

Erlgasse 25/36

1120 Wien

T:+43 1 9438332

M: [office@beratungsgruppe.at](mailto:office@beratungsgruppe.at)

ZVR: 285 850 909

Datum: 14.01.2025

## 1 Kurzzusammenfassung

### 1.1 Projektbeschreibung

Wie in den meisten Familien sind es vor allem die Mütter und oft auch die Großmütter, die sich um die Kinder und den Haushalt kümmern. So liegt es also vorwiegend an ihnen, wie gesund die Kinder heranwachsen und wie umweltfreundlich gewirtschaftet wird. Bei den Frauen mit Migrations- und Fluchtgeschichte, niedrigem Sozialstatus und Bildungsniveau sowie mangelnden Deutschkenntnissen kommt erschwerend dazu, dass sie kaum Zugang zu gesicherten Informationen zu förderlichem Verhalten haben. An diese schwererreichbare Zielgruppe wendete sich das Projekt „GeZu – Gesunde Zukunft für Familie und Umwelt“.

Zielsetzung war das Empowerment der Frauen hinsichtlich entwicklungs-, umwelt- und klimaförderlichen Verhaltens durch die zielgruppengerechte Vermittlung von Informationen zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung.

Zentrale Kooperations- und Vernetzungspartner\*innen waren die unterstützenden projektbegleitenden Fachleute, die auch als Referent\*innen bei den Workshops fungierten sowie weitere relevante Akteur\*innen aus folgenden Bereichen: Gesundheitsdienstanbieter, Soziales, Umwelt und Klima sowie Frauen-, Jugend- und Migrant\*innen-Organisationen.

### 1.2 Ergebnisse, Lernerfahrungen und Empfehlungen

Das Projekt arbeitete zugehend-aufsuchend mit geschulten Mentorinnen, die aufgrund ihrer eigenen Herkunft große soziale Nähe zu den Zielpersonen haben und deren Sprache sprechen. Studien und die Erfahrungen des Vereins beratungsgruppe.at zeigen, dass diese niederschwellige Projektmethodik einerseits geeignet ist die Zielgruppe zu erreichen, und andererseits auch nachhaltig vorteilhafte Wirkung hat – auf das Verhalten der Frauen und damit die Lebensumstände ihrer Kinder, der ganzen Familie und sogar im Setting ihrer Communities. Die kontinuierliche aufsuchende Betreuung von Kleingruppen-Mütterrunden im Wochenrhythmus ergänzt durch Workshops mit Fachreferent\*innen über einen Projektzeitraum von einem Jahr beschleunigten die Bewusstseinsprozesse und Verhaltensänderungen ganz wesentlich.

Aufbauend auf prozess- und projektbegleitender Dokumentation und Evaluierung gelang es, auf Bedarf und Interessen der Teilnehmenden flexibel einzugehen und so die kontinuierliche Aufklärungsarbeit und Wissensvermittlung erfolgreich voranzutreiben.

## 2 Projektkonzept

### 2.1 Überlegungen, die zum Projekt geführt haben, Organisationen bzw. Partner:innen die das Projekt entwickelt haben, Anleihen die von allfälligen Vorbildprojekten oder Vorläuferprojekten genommen wurden

Der Verein beratungsgruppe.at ist seit dem Jahr 2007 spezialisiert auf zugehend-aufsuchende Förderprojekte für Frauen mit Migrations- und Fluchtgeschichte und niedrigem Sozialstatus in den Bereichen Bildung, Gesundheit und Integration. Aufbauend auf der langjährigen Erfahrung aus den Projekten und der Arbeitsweise mit geschulten zielgruppennahen Betreuerinnen, die die Sprache der Betreuten sprechen und aufgrund ihrer eigenen Herkunft mit deren Lebenswelten gut vertraut sind, wurde der Bedarf an einem Projekt wie GeZu, das sowohl auf gesundheits-, wie auch auf umweltförderliche Bewusstseinsbildung abzielt, festgestellt.

Bei der Projektentwicklung wurde insbesondere hinsichtlich Projektmethodik und Maßnahmen auf die guten Erfahrungen mit den Vorläuferprojekten "gekona – Gesundheit kommt nachhause", „agese – Aktion gesunde Seele“ und „FITZU – Fit in die Zukunft“ zurückgegriffen, wobei sich die GeZu-Projektinhalte und einzelnen Themenbereiche an jenen aktuellen Problemstellungen orientieren sollten, die sich durch die gesellschaftlichen Veränderungen in den jüngst vergangenen Jahren ergeben haben, wie z.B. zunehmende Umweltzerstörung und beängstigender Klimawandel, die psychosozialen Folgen von Social Media oder auch die Zunahme übergewichtiger Kinder.

Wissenschaftlich unterstützt wurde das Projekt von Expert\*innen und durch Publikationen von Organisationen aus den Bereichen Gesundheit, Umwelt, Bildung und Soziales, mit denen beratungsgruppe.at seit Jahren regelmäßigen Austausch und Zusammenarbeit pflegt. Zurückgreifen konnte das Umsetzungsteam auch auf die Lernerfahrungen, die aus der Zusammenarbeit mit Mag.a Andrea Reiter u.a. im Rahmen des Projekts "gekona – Gesundheit kommt nachhause" resultieren.

### 2.2 Probleme, auf die das Projekt abgezielt und an welchen Gesundheitsdeterminanten (Einflussfaktoren auf Gesundheit) das Projekt angesetzt hat

Aufgrund der Benachteiligungen der Projektzielgruppe – Frauen, geringes Bildungsniveau und mangelnde Deutschkenntnisse, kein oder nur geringes eigenes Einkommen, niedriger SES, Migrationshintergrund, überdurchschnittlich viele Kinder – wurde auf Aspekte gesundheitlicher Chancengerechtigkeit abgezielt. Die Arbeitsweise des Projekts sowie die niederschwellige Vermittlung der Inhalte wurden an den Bedarf der Zielgruppe sowie deren Möglichkeiten zur Steigerung ihres gesundheits- und umweltförderlichen Verhaltens angepasst.

Die Einflussfaktoren, auf die das Projekt abzielte, lagen auf mehreren Ebenen und es ging darum, zu vermitteln, wie die Gesundheitsdeterminanten zusammenwirken bzw. sich gegenseitig bedingen. Erläutert wurden persönliche, soziale, wirtschaftliche und umweltbedingte Faktoren. Leitziel war, mittels niederschwelliger Informationsvermittlung und hohem Grad an Partizipation bei der Zielgruppe mehr Bewusstsein für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil zu schaffen sowie die Mütter durch Hilfe zur

Selbsthilfe in die Lage zu versetzen, dass sie eigenständig für das gesunde Aufwachsen der Kinder und eine umweltfreundliche Lebensweise der Familie sorgen können.

### **2.3 Das Setting/ die Settings in dem das Projekt abgewickelt wurde und welche Ausgangslage dort gegeben war**

Die gewählten Settings waren das Umfeld der Familien, d.h. Wiener Bezirke bzw. Grätzeln mit hohem Migrant\*innenanteil. Die TN-Akquise fand u.a. in Abstimmung und Zusammenarbeit mit Einrichtungen statt, die mit den Müttern/Eltern/Kindern zu tun haben und mit denen der Verein beratungsgruppe.at (bg) im Rahmen seiner Projekte kooperiert. Dazu gehörten z.B.: Kindergärten, Schulen, Schulsozialarbeiter\*innen und Schulpsycholog\*innen, Schulkooperationsteam der Kinder- und Jugendhilfe der Stadt Wien-MA11, Frühe Hilfen, Ambulatoren für Entwicklungsneurologie und Sozialpädiatrie der VKKJ und das Autismus-Therapiezentrum für Autismus-Spektrum-Störungen und soziale Kommunikationsstörungen für Kinder und Jugendliche bis 14 Jahre der VKKJ, Zentren für Entwicklungsförderung und mobile Frühförderung der Wiener Sozialdienste, Ambulatorium für Kinder- und Jugendpsychiatrie des SOS-Kinderdorfs, Kinder- und Jugendanwaltschaft der Stadt Wien, Regionalforen, Bildungsgrätzl und Bezirksvorstehungen vom 3., 11., 12., 14., 15., 16., 17., 20. und 23. Bezirk, VHS Meidling und Rudolfsheim-Fünfhaus, Bildungsberatung Wien, Berufsinformationszentren des AMS, FEM Süd, Verein KidsZone+More, Verein Peregrina, AFYA – Verein zur interkulturellen Gesundheitsförderung sowie weitere auf die Beratung von Frauen, Jugendlichen und Migrant\*innen spezialisierte Organisationen. bg ist Mitglied der Kinderliga – Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit.

### **2.4 Zielgruppe/n des Projekts (allfällige Differenzierung in primäre und sekundäre Zielgruppen – Multiplikatoren/Multiplikatorinnen etc.)**

Direkte Zielgruppe waren in Wien lebende Mütter und Großmütter mit Migrations- und Fluchtgeschichte sowie niedrigem Sozialstatus und Bildungsniveau aus stark traditionell-patriarchalisch geprägten Herkunftsländern, wie z.B. aus Afghanistan, arabischen Kriegsgebieten oder ländlichen Gebieten der Türkei. Diese Zielgruppe gilt als schwer erreichbar und hat oft nur mangelnde Deutschkenntnisse. Zudem ist es die Zielgruppe mit den meisten Kindern. Dem traditionellen Rollenverständnis entsprechend obliegt es den Frauen, sich um die Kinder und den Haushalt zu kümmern. Das bedeutet, dass es vor allem die Mütter und Großmütter sind, die für den Familienalltag, die Obsorge der Kinder, deren Entwicklung, Gesundheit, Ernährung und Wohlergehen zuständig sind.

Indirekte Zielgruppe waren vor allem die Kinder und Jugendlichen aus diesen Familien sowie die Männer und die gesamte Großfamilie. Darüber hinaus wirkten die TN auch als Multiplikatorinnen in ihren Communities, trugen die Informationen weiter und teilten das schriftliche Begleitmaterial, wie z.B. Broschüren, in ihrem Bekanntenkreis aus. Indirekt wurden über die TN und mittels Infomaterial rund 350 Personen erreicht.

## 2.5 Zielsetzungen des Projekts – angestrebte Veränderungen, Wirkungen, strukturelle Verankerung

Leitziel war, durch das Schaffen von Bewusstsein und Empowerment Verhaltensänderung der teilnehmenden Mütter/Großmütter zu erreichen, sie durch niederschwellige Informationsvermittlung und praktische Anregungen in die Lage zu versetzen, eigenständig für das gesunde Aufwachsen der Kinder und einen umweltfreundlichen Lebensstil der Familie sorgen zu können.

Im Einzelnen zielte das Projekt darauf ab, den ganzheitlichen Gesundheitsbegriff, die Wirkung von Lebensstil und Gewohnheiten auf Kinder und Umwelt sowie Möglichkeiten, wie und womit sie das gesunde Heranwachsen ihrer Kinder fördern können, bewusst zu machen. U.a. wurden folgende Inhalte und Themen in den Mütterrunden und Workshops mit Fachreferent\*innen behandelt:

- Gleichbehandlung von Mädchen und Buben
  - Bedeutung von Kommunikation, Sprechen und Beschäftigung mit Kindern und Jugendlichen
  - Auswirkungen des „Ruhigstellens“ mit Medien, Handy, Süßigkeiten, Knabbergebäck etc.
  - Vermehrung von Plastikmüll, Übergewicht und schlechte Zähne durch „Cola & Co“
  - Bewusste Ernährung, umweltbewusstes Einkaufen, Müllentsorgung und –vermeidung
  - Bewegung, sportliche Betätigung in Gruppen/Vereinen
  - Konsum- und Freizeitverhalten der Familie, Statussymbol Auto, Kleidung etc.
  - Förderung sozialer Kontakte und eines diversen Freundeskreises (auch außerhalb der Community)
- Zu sämtlichen Themen wurden den Frauen gesunde und umweltfreundliche Alternativen aufgezeigt und dazu entsprechendes Print-Info-Material ausgehändigt.

## 3 Projektdurchführung

### 3.1 Aktivitäten und Methoden und deren zeitlicher Ablauf während der Umsetzung

Um die Projektziele zu erreichen, arbeitete das Projekt aufsuchend-zugehend mit Betreuerinnen (Mentorinnen), die selbst Mütter sind, Migrationshintergrund haben, die Sprache der TN sprechen und aufgrund der eigenen Herkunft mit den Mentalitäten, Traditionen und Lebensstilen der Betreuten bestens vertraut sind. Durch diese soziale Nähe der Mentorinnen gelang die erfolgreiche Zielgruppenerreichung und durch das Vertrauen zwischen Betreuerinnen und Betreuten konnten Bedarfserhebung, Aufklärungsarbeit und Wissensvermittlung kontinuierlich vorangetrieben werden.

Erfolgte Aktivitäten:

1. Akquise der TN in deren Umfeld in Wiener Bezirken mit hohem Migrant\*innenanteil
2. Zusammenstellen von 16 sprachlich geordneten Mütterrunden zu je 5 TN
3. Betreuung von 80 fixen TN in gesamt 263 Treffen der Mütterrunden
4. 8 Workshops mit Fachreferent\*innen
5. Durchgängig: Zusammen- und Bereitstellen von Printmaterial für die TN, Schulung der Mentorinnen im Guidanceverfahren, Teamsitzungen, Austausch mit Fachleuten, Referent\*innen und Kooperationspartner\*innen, Planungs- u. Koordinationsarbeiten, Dokumentation, EDV-Erfassung, Ablauf- u. Inhaltsmonitoring, Finanzcontrolling, Vernetzungs- und Öffentlichkeitsarbeit.

Zeitlicher Ablauf:

Das Projekt wurde plangemäß in 4 Projektphasen abgewickelt. In Phase 1 mit Start am 01.01.2024 ging es um Vorbereitungsarbeiten, wie u.a. TN-Akquise und Blockschulung der Betreuerinnen, die mit Meilenstein 1 am 01.03.2024 abgeschlossen waren. Damit begann die 1. Betreuungsphase, die mit Meilenstein 2 am 28.06.2024 endete. Während der Sommerferienmonate, in Phase 3, fand keine TN-Betreuung statt. Die Zeit wurde für das Aufarbeiten der vorangegangenen Aktivitäten und das Vorbereiten der 2. Betreuungsphase genutzt. Mit Meilenstein 3 am 30.08.2024 wurde am 02.09.2024 wieder mit der Betreuung von TN in Mütterrunden und Workshops begonnen. Meilenstein 4 am 31.12.2024 markiert das Projektende.

### 3.2 Projektgremien/-strukturen und die Rollenverteilung im Projekt

Es gab 3 Gremien:

1. Projektsteuerung: Liesl Frankl und Michaela Krottendorfer
2. Mitarbeiterinnen (Betreuerinnen/Mentorinnen und Projektadministration; Namen siehe Anhang: Projektrollenplan)
3. Fachleute (siehe Anhang: Expert\*innenliste)

### 3.3 Umgesetzte Vernetzungen und Kooperationen

Es wurde kontinuierlich mit fachlich orientierten Organisationen, beispielsweise der Umweltberatung Wien, und spezialisierten Expert\*innen zusammengearbeitet. Dies geschah einerseits bei der inhaltlichen Projektgestaltung und dem eingesetzten Printmaterial, wie etwa Broschüren, und andererseits bei der Planung und Durchführung der Workshops mit den TN. Der Austausch erfolgte demnach nicht nur zwischen dem Steuerungsteam und den Fachleuten, sondern vor allem auch direkt zwischen Expert\*innen und den TN. (siehe Anhang: Expert\*innen, Vernetzungs- und Kooperationsliste)

### 3.4 Allfällige Veränderungen/Anpassungen des Projektkonzeptes, der Projektstruktur und des Projektablaufes inkl. Begründung

Es gab 80 fixe TN, die kontinuierlich (abgesehen von den Sommerferien) im 14-Tage-Rhythmus von den Mentorinnen in den Mütterrunden betreut wurden. Diese Projektstruktur ermöglichte ein hohes Maß an Partizipation der TN und das Eingehen auf den jeweils aktuellen Bedarf. Wesentliches Element des Projektkonzepts war ein prozess- und projektbegleitendes Monitoring. Dazu gehörten regelmäßige Berichte der Mentorinnen in Rückkoppelungsschleifen mit der Projektsteuerung und in den Teamsitzungen, die fortlaufende Dokumentation sowie eine 3-teilige Vorher-Nachher-Befragung der TN. Veränderungen – vor allem bezüglich des Bewusstseinsstands der TN – und damit notwendige inhaltliche Anpassungen des Projektkonzeptes waren eingeplant und erwünscht. Vor allem bei der Planung der Workshops mit Fachreferent\*innen wurden der inhaltliche Bedarf und die Wünsche der TN berücksichtigt. So gab es z.B. zu Projektbeginn und gegen Ende Workshops zum Thema „Handy-Gebrauch und Umgang mit dem Internet“.

## 4 Evaluationskonzept

Aufgrund der Erfahrung des bg-Teams mit Evaluationen und hinsichtlich des Kostenrahmens des Projekts wurde eine Selbstevaluation gewählt.

Zur Methode der Evaluation gehörten quantitative (Frage-/Feedbackbögen) und qualitative Instrumentarien (Interviews, TN-Gespräche) sowie kontinuierliche Reflexions- und Rückkoppelungsschleifen zwischen den Betreuerinnen und dem Steuerungsteam, sowohl mittels digitaler Medien, wie auch in den wöchentlichen Teamsitzungen, um die Ergebnisse unmittelbar für die Projektsteuerung und Planung des weiteren Verlaufs zu nutzen.

Ein durchgängiges, prozessbegleitendes Monitoring bildete die Basis des Evaluationskonzepts. Dazu gehörte neben der projektbegleitenden Dokumentation vor allem auch eine dreiteilige TN-Befragung zum Bewusstseinsstand zu Projektbeginn, nach der ersten Betreuungsphase vor den Sommerferien und vor Projektende im Dezember. Diese prozessbegleitende Evaluierung als integraler Bestandteil der Arbeitsweise war hinsichtlich Projektumsetzung und Zielerreichung sehr nützlich, da sie dem planenden Steuerungsteam ermöglichte, kurzfristig und flexibel auf aktuelle Bedarfe und Interessen der TN zu reagieren. Dies galt sowohl für die Planung der Workshops mit entsprechenden Fachreferent\*innen, wie auch für das zur Verfügung stellen des passenden Projektmaterials (Broschüren und Handouts von Institutionen, z.B. FGÖ, WIG, Umweltberatung, Saferinternet.at).

Die wichtigsten Informationen und Befunde zur Zielerreichung brachte die 3-teilige Vorher-Nachher-Befragung hinsichtlich Bewusstseinsstands und Veränderungen der 80 fixen TN, die in den 14-tägigen Mütterrunden kontinuierlich und aufsuchend betreut wurden. Der Fragebogen enthielt insgesamt 11 offene Fragestellungen zu den verschiedenen Projekt-Themenbereichen.

(Muster und Auswertung siehe Anhang).

## 5 Projekt- und Evaluationsergebnisse

Zu den Projektergebnissen kann festgehalten werden:

- Die Zielgruppe(n) wurden aufgrund der zugehend-aufsuchenden Arbeitsweise mit zielgruppennahen Betreuerinnen/Mentorinnen erreicht. Die SOLL-TN-Zahl lag bei 120 Frauen, erreicht wurden 135.
- Die geplanten Elemente, wie die kontinuierliche Betreuung von 80 „fixen“ TN in gleichbleibenden, sprachlich geordneten Mütterrunden, das hohe Maß an Partizipation und das prozessbegleitende Monitoring mit der dreiteiligen TN-Befragung wirkten sich positiv aus. Ein ungeplanter Nebeneffekt ergab sich aus dem geäußerten Wunsch/Bedarf der Frauen nach noch mehr und ganz praktischen, alltagstauglichen Tipps zur Umsetzung ihrer Lernerfahrungen. Da dies im Rahmen von GeZu nicht möglich war, wurde für das Jahr 2025 das Projekt „aktiv“ eingereicht.
- Die Strategie der kontinuierlichen und niederschwelligen Informationsvermittlung und des Austauschs in den Mütterrunden, den Communities und mit den Fachreferent\*innen bei den Workshops bewirkten bei den Frauen ein hohes Maß an Empowerment einhergehend mit der Erkenntnis, dass sie selbst ganz wesentlich zur Förderung der gesundheitlichen Chancengerechtigkeit ihrer Familien beitragen können.
- Zwischen den TN der jeweiligen Mütterrunden und „ihren“ Mentorinnen entwickelte sich im Laufe des Projekts ein derart gutes Vertrauensverhältnis, dass sich die Runden auch außerhalb der Projektaktivitäten getroffen haben und nach Projektende treffen werden. Darüber hinaus wurden digitale Gruppenplattformen installiert, über die sich die Frauen regelmäßig austauschen. Diese etablierten Strukturen tragen wesentlich zur Verbreitung der Lernerfahrungen und der Nachhaltigkeit der positiven Wirkungen der gesetzten Projektaktivitäten bei. Dass diese Strukturen und die zielgruppenspezifische Projektmethodik durchaus transferierbar sind, zeigen die bisherigen Erfahrungen von beratungsgruppe.at.

## 6 Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen

### 6.1 Wesentliche förderliche und hinderliche Faktoren für die Erreichung der Projektziele

Wesentlichster förderlicher Faktor ist die zugehend-aufsuchende Arbeitsweise mit geschulten Betreuinnen, die aufgrund ihrer eigenen Herkunft möglichst große soziale Nähe zu den TN haben. Eben diese aufwendige Methodik und die Spezifika der Zielgruppe – die schwere Erreichbarkeit, überdurchschnittlich viele Kinder, wenig Termintreue aufgrund von Kinderbetreuungspflichten, mangelnde Deutschkenntnisse und patriarchalische Familienstrukturen – bringen auch eine Menge hinderliche bzw. erschwerende Faktoren mit sich.

### 6.2 Für Andere möglicherweise hilfreiche zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen

Für Frauen mit Migrationsgeschichte und niedrigem SES bzw. ähnlich schwererreichbare Zielgruppen sind kontinuierliche Betreuungsformen in GEH-Struktur gegenüber punktuellen Veranstaltungen in KOMM-Struktur zu bevorzugen. Das ist nicht nur eine zentrale Lernerfahrung aus beratungsgruppe.at-Projekten, sondern entspricht auch wissenschaftlich fundierten Empfehlungen von Expert\*innen.

### 6.3 Das würde die Fördernehmer:in gleich oder auch anders machen, wenn sie ein solches Projekt neu starten würde

Bei einem neuen Projekt für Frauen/Familien mit Migrationsgeschichte und niedrigem SES würde der Verein beratungsgruppe.at die beschriebene und hinsichtlich Zielgruppen- und Zielerreichung bewährte Projektmethodik beibehalten.