

Endbericht

Projekttitlel:

Gemeinsam Gesund in Semriach

Projektträger:

Fonds Gesundes Österreich

Marktgemeinde Semriach

Projektnummer: 1879

Förderzeitraum: 01.03.2010 – 31.05.2011

Autorin des Berichts: Ingeborg Hohenberg, BSc.

Datum: 03.07.2011

I. Projektumsetzung

- **Aktivitäten und Methoden:**

Zur Erreichung der Projektziele wurden folgende Aktivitäten und Methoden verwendet:

1. BürgerInneninformation zu den Gesundheitstagen

Die Gemeinde Semriach berichtete ausführlich in dem Informationsblatt der Gemeinde, das monatlich kostenlos an jeden Haushalt gesendet wird über den Start des Projekts "Starke Herzen". Vor jedem weiteren Gesundheitstag wurde informiert, für welche Zielgruppe der Tag bestimmt sein war. Genauer Ablaufplan und Inhalt der Veranstaltung wurden angekündigt.

2. Gesundheitstage

Alle BürgerInnen wurden zu acht zielgruppenspezifischen Gesundheitstagen in die Hauptschule Semriach eingeladen. Diese Schule wurde ausgesucht, da sie allen EinwohnerInnen gut bekannt ist, gut erreichbar ist, viele Parkmöglichkeiten bietet und eine Küche zur Verfügung hat.

3. Zielgruppenspezifische Aktivitäten

Grundsätzlich folgten die Aktivitäten eines Gesundheitstages einem Schema, das je nach Zielgruppe adaptiert wurde.

a. Babys und Kleinkinder mit Eltern

Informationen zur Herz-Kreislauf Gesundheit, Bewegungseinheiten, gemeinsames Kochen und Essen, Ernährungsberatung, in- und outdoor Programme wie Reiten, Eltern-Kindturnen, Besuch des Feuerwehrhauses Semriach, Kindertheater mit dem Herzkasperl, Spielumgebung zeigen

b. Volksschulkinder mit Eltern

Informationen zur Herz-Kreislauf Gesundheit, Bewegungseinheiten, gemeinsames Kochen und Essen, Ernährungsberatung, in- und outdoor Programme wie Eltern-Kindturnen, Gymnastik, Fußball, Reiten, Tennisspielen, Wandern und Jungscharstunde

c. Hauptschulkinder und Eltern

Informationen zur Herz-Kreislauf Gesundheit, Simulation eines Notfalls mit Rot-Kreuz-MitarbeiterInnen, Bewegungseinheiten, gemeinsames Kochen und Essen, Ernährungsberatung, in- und outdoor Programme, wie Klettern, Aikido, Kickboxen, Yoga, Bogenschießen und das Vorstellen von Berufen und der Besuch bei der lokal niedergelassenen Frauenärztin

d. Jugendliche

Informationen zur Herz-Kreislauf Gesundheit mittels eines Films über das schnelle Abrutschen in die Sucht und damit verbundene Gesundheitsrisiken, Bewegungseinheiten wie Volleyball, Fußball, Tennis, Yoga, gemeinsames Kochen und Essen, sowie Berufsorientierungsprogramm

e. Männer- und Frauengesundheit

genderspezifische Informationen zur Herz-Kreislauf Gesundheit und Präsentation des „first responder“ Systems in Semriach mit einem niedergelassenen Arzt und Rot-Kreuz-MitarbeiterInnen, Bewegungseinheiten wie Yoga, Feldenkrais, Gymnastik, gemeinsames Kochen und Essen, sowie Präsentation eines Programms zur Stressprävention mit Nebenwirkung rauchfrei

f. SeniorInnen

Informationen zur Herz-Kreislauf Gesundheit, Bewegungseinheiten, gemeinsames Kochen und

Essen, altersspezifische workshops wie Gedächtnistraining und Fußpflege, sowie Präsentation unterschiedlicher Wohnformen

g. Generationen

Informationen zur Herz-Kreislauf Gesundheit, Bewegungseinheiten, gemeinsames Essen und Kochen, intergenerationale workshops

h. Familien

Informationen zur Herz-Kreislauf Gesundheit, Ernährungsberatung, Familienspiele

4. Öffentlichkeitsarbeit

* regelmäßige Information über das Projekt durch die Gemeindezeitung und lokale Medien

* regelmäßige Aussendung an lokale Medien

• Beteiligung der Zielgruppen:

Grundsätzlich wurden alle BewohnerInnen der Marktgemeinde Semriach durch Öffentlichkeitsarbeit, Informationen und die Gesundheitstage mit der Thematik Herz-Kreislaufgesundheit sensibilisiert.

Quantitativ messbar war die Teilnahme am jeweiligen Gesundheitstag, insgesamt waren so an den acht Tagen insgesamt ca. 300 Menschen anwesend.

VertreterInnen der Zielgruppen wie Vereinsobfrauen und Vereinsobmänner, Kindergärtnerinnen, Lehrerinnen, SchuldirektorInnen, lokale AnbieterInnen wurden von Anbeginn des Projektes informiert und in die Planung und Durchführung miteingebunden.

Projektaufbau und Rollen:

1. Gemeinde

a. Die Gemeinde ist der Auftraggeber und Mentor des Projektes

b. Der Sozialausschuss der Gemeinde unter der Leitung von Fr. Christa Grunder übernahm die Koordination in der Gemeinde und war für die Projektleitung Ansprechperson

c. Mitglieder des Sozialausschusses nahmen an Steuergruppensitzungen teil.

d. Die Projektleiterin Ingeborg Hohenberg war für die laufende Dokumentation und Koordination aller Projektbeteiligter verantwortlich

e. Die Projektleiterin Dr. Mariana Stettin war für die wissenschaftliche Begleitung, i. Sinne von Gesundheitsförderung und Prävention im medizinischen Bereich zuständig

f. Die Gemeinde und Projektleitung waren in dauerhafter Kooperation mit den Vereinen und lokalen AnbieterInnen

2. Vereine und lokale AnbieterInnen

a. Die Vereine und lokale AnbieterInnen nehmen regelmäßig an Steuergruppensitzungen teil

b. Die Vereine und lokale AnbieterInnen sind Planende und Durchführende der Gesundheitstage im Einverständnis mit Projektleitung und Gemeinde

3. Prozessbegleitung

a. Die Prozessbegleitung und das Projektmanagement wurden während der

gesamten Laufzeit von den Expertinnen für Gesundheitsförderung übernommen.

- **Partnerschaften, Kooperationen und Vernetzungsaktivitäten:**

Ein zentrales Ziel des Projektes, nämlich die gesundheitsfördernden Angebote im direkten Umfeld auf zu zeigen, konnte sehr gut umgesetzt werden. Einzelne Einheiten an verschiedenen Gesundheitstagen führten vor Augen, wie reichhaltig das Repertoire an gesundheitsfördernden Angeboten in der Gemeinde ist.

Die Zusammenarbeit unterschiedlichster Professionisten an den Gesundheitstagen ermöglichten ein Kennlernen und vielfach ein Vernetzen und Kooperieren. Viele Bereiche vom Zwergertreff, über Kindergarten, Schule und die verschiedensten Vereine traten oft erstmalig mit lokalen AnbieterInnen in Kontakt und erlebten dies als Bereicherung. So entstanden neue oder verbesserte Kooperationen wie z. B. zwischen Ernährungsberatung und Zwergertreff oder Berufsorientierung und Schulen. Auch neue Bewegungseinheiten wie spezielles Kinder- oder Männerturnen entstanden. Kochkurse für unterschiedliche Zielgruppen werden angeboten. Die Gemeinde selbst hat eine monatliche Sozialsprechstunde eingerichtet, um vermehrt auf die Anliegen der BürgerInnen hinsichtlich Gesundheit und Soziales eingehen zu können.

- **Kommunikations- und Informationsmaßnahmen:**

Die Zielgruppen und AkteurlInnen wurden laufend über das Projekt informiert. So wurde jeder Gesundheitstag über die lokalen Medien wie Bürgermeisterinformationsblatt, die Gemeindezeitung, aber auch über Gemeindezeitungen der Nachbargemeinden angekündigt. Zusätzlich wurden die Informationen auf der homepage der Gemeinde on line gestellt und in Form von Plakaten an häufig frequentierten Orten wie Kindergärten, Schulen, Gemeindeamt, Vereinsplätzen, Kaufhäusern, Bank, Gasthäusern etc. sichtbar gemacht. Als besonders wichtige Kommunikations- und Informationsmaßnahme erwies sich die Propaganda über die Projektbeteiligten selbst.

Ein Bericht über den jeweiligen Gesundheitstag mit Photoreportage wurde anschließend ebenfalls für lokale Medien, sowie für die homepage verfasst.

- **Projekt-Evaluation:**

Das Projekt wurde selbst evaluiert.

Nach Abhaltung des letzten Gesundheitstages gab es ein Treffen der projektverantwortlichen Personen der Gemeinde, der einzelnen Gesundheitstage und der Leitung. Jede einzelne der ca. 20 Personen berichtete ca. 5 Minuten lang mündlich über ihre Erfahrungen mit dem Projekt und dokumentierte die Ergebnisse aus ihrer Sicht. Als zentrales Ergebnis konnten das verbesserte Sichtbarsein lokaler AnbieterInnen der Gesundheitsförderung in der Marktgemeinde Semriach festgestellt werden, sowie die verbesserte Kommunikation zuständiger Personen (stakeholder).

II. Darstellung der Änderungen („Soll-Ist-Vergleich“)

Ein interner Projektleiterwechsel hat stattgefunden, anstelle von Hr. Mag. Kvas kam Fr. Dr. Mariana Stettin, dies wurde dem FGÖ telefonisch mitgeteilt.

III. Reflexion der Projektumsetzung und Ausblick

- Hat das Projekt seine im Projektantrag/-konzept beschriebenen Ziele erreicht?

Großteils wurden Ziele im Bereich Ernährung verfolgt, die durch die Einheiten „gemeinsames Kochen und Essen“ unter der Leitung von Seminarbäuerin Christa Harb und Informationseinheiten durch die Diätologinnen Emmi Neuhold und Brigitte Schinnerl an den Gesundheitstagen umgesetzt wurden. Das Interesse konnte bei jung und alt geweckt werden, Kochkurse und Informationsveranstaltungen außerhalb des Projektes wurden bereits abgehalten und werden weiterhin in den verschiedenen settings wie Kindergarten, Schulen und Vereinen verfolgt.

Genderspezifisches Verhalten wurde am Gesundheitstag für Männer und Frauen thematisiert und wird auch in Zukunft in den Vereinen inhaltlich bearbeitet werden.

Gesundheitsförderliche Einrichtungen in der Gemeinde werden laut Auskunft von BetreiberInnen vermehrt in Anspruch genommen, die SeniorInnentrainerin Christine Gruber wird, nachdem sie Ansprechperson am Gesundheitstag für SeniorInnen war, Bewegungseinheiten und Gedächtnistraining über die Gemeinde anbieten.

Freiwillige Mitarbeit zur Unterstützung von Kinderbetreuung und für pflegende Angehörige konnte noch nicht auf die Beine gestellt werden, jedoch hat sich Frau Renate Schreiner, die im Bereich Pflege beim Land Stiermark tätig ist, bereit erklärt im Rahmen der Sozialsprechstunde tätig zu werden.

- Wurden die Zielgruppen des Projekts erreicht? Wurden die Zielgruppen ausreichend in die Planung und Umsetzung der Projektaktivitäten einbezogen?

Die Zielgruppe Babys und Kleinkinder konnte über den Zwergerltreff und Kindergärten,

Die Zielgruppe Kinder im Volksschulalter über die Volksschulen

Die Zielgruppe Kinder im Hauptschulalter über die Hauptschulen

Die Zielgruppe Männer/Frauen über die Vereine

Die Zielgruppe Jugendliche über jugendliche Ansprechpersonen am Gesundheitstag (peer group)

Die Zielgruppe SeniorInnen über die lokalen Vereine

Die Zielgruppe Generationen über eine allseits in der Bevölkerung sehr geschätzte Persönlichkeit, die im Umgang mit Generationen profiliert ist

Die Zielgruppe Familien über beliebte und geschätzte Familienväter sehr gut erreicht werden.

Eine zentrale Rolle spielten die Ansprechpersonen für den jeweiligen Gesundheitstag, die ihre Aktivitäten selbst geplant und teilweise auch selbst umgesetzt haben bzw. für eine qualitativ gute Umsetzung verantwortlich waren im Einverständnis mit der Projektleitung

- Was waren die wichtigsten Erfolgsfaktoren und Hürden in der Projektumsetzung?

Dass die Menschen das Gefühl haben, selbst und freiwillig für ihr eigenes Wohl zu agieren und dabei Spaß haben, Hürden gab es keine

- Welche Schlüsse ziehen Sie aus den Evaluationsergebnissen und Ihren Projekterfahrungen?

Die Wichtigkeit von Gesundheitsförderungsprojekten im kommunalen Setting

- Was würden Sie aus jetziger Sicht anders machen?

Eigentlich nichts

- Welche (wissenschaftlichen) Fragestellungen, Forderungen, nächsten Schritte etc. ergeben sich aus Ihrer Sicht aus den Erkenntnissen Ihres Projekts? Wer sollte diese Erkenntnisse aufgreifen?

Es müsste eine Struktur geschaffen werden, dass kommunale Gesundheitsförderung dauerhaft ausgeübt werden kann

IV. Verbreitung der Projektergebnisse

Die Inhalte und Ergebnisse des Projekts wurden mit einem Abschlussbericht über lokale Medien und online über die homepage der Marktgemeinde verbreitet

V. Anhang

Sitzungsprotokolle Gemeinderat
Programm/Ankündigungen der Gesundheitstage

Abschluss-Reflexion

1. Wo stehen wir und welche Entwicklungen sehen wir rückblickend im Projekt ?

Die einzelnen Gesundheitstage wurden in einem Zyklus abgehalten und haben von Mal zu Mal das Interesse der Bevölkerung geweckt, vor allem durch das Propagandieren gut gewählter Ansprechpersonen für die jeweilige Zielgruppe.

Lokale Angebote konnten gut in Erinnerung gerufen oder neu vorgestellt werden, sodass gesundheitsfördernde Einrichtungen vermehrt genutzt werden, das Aktivitätsniveau der BewohnerInnen ist gestiegen.

2. Haben wir unsere Ziele erreicht ?

Ein zentrales Ziel des Projektes, nämlich die gesundheitsfördernden Angebote im direkten Umfeld auf zu zeigen, konnte sehr gut umgesetzt werden. Einzelne Einheiten an verschiedenen Gesundheitstagen führten vor Augen, wie reichhaltig das Repertoire an gesundheitsfördernden Angeboten in der Gemeinde ist.

Die Zusammenarbeit unterschiedlichster Professionisten an den Gesundheitstagen ermöglichten ein Kennlernen und vielfach ein Vernetzen und Kooperieren. Viele Bereiche vom Zwergertreff, über Kindergarten, Schule und die verschiedensten Vereine traten oft erstmalig mit lokalen AnbieterInnen in Kontakt und erlebten dies als Bereicherung. So entstanden neue oder verbesserte Kooperationen wie z. B. zwischen Ernährungsberatung und Zwergertreff oder Berufsorientierung und Schulen. Auch neue Bewegungseinheiten wie spezielles Kinder- oder Männerturnen entstanden. Kochkurse für unterschiedliche Zielgruppen werden angeboten. Die Gemeinde selbst hat eine monatliche Sozialsprechstunde eingerichtet, um vermehrt auf die Anliegen der BürgerInnen hinsichtlich Gesundheit und Soziales eingehen zu können. Großteils wurden Ziele im Bereich Ernährung verfolgt, die durch die Einheiten „gemeinsames Kochen und Essen“ unter der Leitung von Seminarbäuerin Christa Harb und Informationseinheiten durch die Diätologinnen Emmi Neuhold und Brigitte Schinnerl an den Gesundheitstagen umgesetzt wurden. Das Interesse konnte bei jung und alt geweckt werden, Kochkurse und Informationsveranstaltungen außerhalb des Projektes wurden bereits abgehalten und werden weiterhin in den verschiedenen settings wie Kindergarten, Schulen und Vereinen verfolgt.

Genderspezifisches Verhalten wurde am Gesundheitstag für Männer und Frauen thematisiert und wird auch in Zukunft in den Vereinen inhaltlich bearbeitet werden.

Gesundheitsförderliche Einrichtungen in der Gemeinde werden laut Auskunft von BetreiberInnen vermehrt in Anspruch genommen, die SeniorInnentrainerin Christine Gruber wird, nachdem sie Ansprechperson am Gesundheitstag für SeniorInnen war, Bewegungseinheiten und Gedächtnistraining über die Gemeinde anbieten.

Freiwillige Mitarbeit zur Unterstützung von Kinderbetreuung und für pflegende Angehörige konnte noch nicht auf die Beine gestellt werden, jedoch hat sich Frau Renate Schreiner, die im Bereich Pflege beim Land Stiermark tätig ist, bereit erklärt im Rahmen der Sozialsprechstunde tätig zu werden.

3. Haben wir unsere Zielgruppe(n) erreicht ?

Die Zielgruppe Babys und Kleinkinder konnte über den Zwergertreff und Kindergärten,

Die Zielgruppe Kinder im Volksschulalter über die Volksschulen
Die Zielgruppe Kinder im Hauptschulalter über die Hauptschulen
Die Zielgruppe Männer/Frauen über die Vereine
Die Zielgruppe Jugendliche über jugendliche Ansprechpersonen am Gesundheitstag (peer group)
Die Zielgruppe SeniorInnen über die lokalen Vereine
Die Zielgruppe Generationen über eine allseits in der Bevölkerung sehr geschätzte Persönlichkeit, die im Umgang mit Generationen profiliert ist
Die Zielgruppe Familien über sehr beliebte Familienväter sehr gut erreicht werden.
Eine zentrale Rolle spielten die Ansprechpersonen für den jeweiligen Gesundheitstag

4. Was waren die wichtigsten Erfolgsfaktoren im Projekt ?

Dass die Menschen das Gefühl haben, selbst und freiwillig für ihr eigenes Wohl zu agieren und dabei Spaß haben

5. War der Projektablauf richtig ?

Diese Frage wurde im Rahmen einer Selbstreflexion erörtert und bestätigt, dass der Ablauf optimal geplant war, schade war nur, dass die Auftaktveranstaltung auf Grund des Ablebens eines hoch geschätzten Ehrenbürgers der Gemeinde nicht statt finden konnte. Der pietätvolle Umgang mit der Situation wurde sehr geschätzt.

6. Was waren die wichtigsten Hürden im Projekt ?

Es gab keine Hürden

7. Was sind unsere Lernerfahrungen/ Empfehlungen?

Von hoher Wichtigkeit ist die Umsetzbarkeit von gesundheitsfördernden Maßnahmen im komplexen setting Gemeinde über Menschen, die im Gemeindeleben vorbildhaft und beliebt sind. In einer mit dem Schneeballsystem vergleichbaren Art und Weise können dann Ziele mit einem hohen Multiplikationsfaktor umgesetzt werden.