Vital dahoim

Gesunder Markt Biberbach

Erreichtes und Zukünftiges

Gesundheit von der Kindheit bis ins Alter

Lena Malsch, 19.11.2019

B.A. Gesundheitswirtschaft, M.Sc. Bewegung und Gesundheit

Projektträger | Projektförderung | Projektdurchführung

AOK Die Gesundheitskasse. Bayern

ASB Arbeiter-Samariter-Bund Regionalverband Augsburg e.V.

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Worum geht‘s?

- Projekt zur kommunalen Gesundheitsförderung = Gesundheitsförderung „vor Ort“

Ziele

- Etablierung neuer bedarfsgerechter Angebote
- Unterstützung des Bestehenden/der Engagierten

→ Gesundheit der Biberbacher*innen vor Ort fördern

Gesundheit als „alles was mir guttut“

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Erreichtes

September 2018 bis November 2019

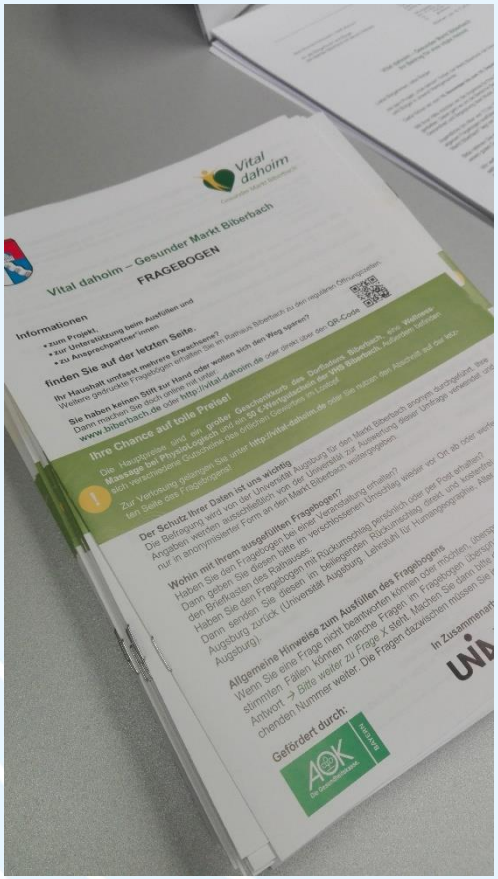
- *Befragung* – Welcher Bedarf besteht?
- *Recherche* – Welcher Bestand besteht?
- *Beteiligung* über verschiedene Veranstaltungen
- *Raum*recherche/-koordination
- *Neue Angebote* und Aktionen

Laufende Unterstützung durch

K-Stelle Biberbach
Koordinationsstelle für soziale Tätigkeiten, Ehrenamt und freiwilliges Engagement im Markt Biberbach

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Befragung



Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Befragung

- In Zusammenarbeit mit der Universität Augsburg, Lehrstuhl für Humangeografie
- 16.11. bis 16.12.2018
- Fragebogen für …
  - Erwachsene (ü18)
  - Jugendliche (13-17 Jahre)
  - Interessierte am Thema „Gut und gesund altern in Biberbach“

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Themen Befragung/Jugendbefragung

- Persönliche Angaben und Angaben zum Haushalt und Wohnort
- Das Projekt „Vital dahoim“ und Ihr Lebensumfeld im Markt Biberbach
- Angebote zur Gesundheitsförderung
- Wünsche rund um Angebote zur Gesundheitsförderung

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Ergebnisse – Erwachsene

- 18% direkte Teilnahme, indirekt 47 % der Biberbacher*innen erreicht
- Fühlen sich mehrheitlich gesundheitlich wohl, schätzen Umgebung/Natur
- Finden bestehende Angebote gut
- Wünschen sich noch mehr Angebote (v.a. Bewegung, Entspannung, Ernährung)
- Wünschen sich „offene Gruppen“ oder Kurse
- Können erforderliche Kosten tragen

aus Zwischenbericht der Universität Augsburg (November 19)

Ergebnisse – Jugendliche

- 51 Jugendliche (13-17 Jahre haben teilgenommen), ca. 30% der Altersgruppe
- Großes Interesse am Thema Sport
- Meist Mitglieder in einem Verein
- Treiben regelmäßig Sport
- Fühlen sich sehr gesund
- Angebote sollen innerhalb des Marktgebietes und vor allem im Freien stattfinden.

aus Zwischenbericht der Universität Augsburg (November 19)

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

„Gut und gesund altern in Biberbach“

- 90 % der Teilnehmer*innen der Hauptbefragung
- Themen
  - Älter werden in Biberbach (Wunsch vor Ort zu bleiben, Wohnformen)
  - Angebote und Wünsche zur Gesundheitsförderung
  - Benötigte und gewünschte Unterstützungsangebote
- Unterstützungsangebote werden gewünscht
- Wunsch nach Angeboten im Bereich Bewegung, gefolgt von Begegnung, Gedächtnistraining

aus Zwischenbericht der Universität Augsburg (November 19)

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Recherche – Was gibt es schon?

Zahlreiche Termine

ca. **150** Termine – März bis November 2019

Vom Stammtisch bis zur Fahrradtour (v.a. VHS, Bürgergemeinschaft, Kirche, Kolping, SCB)

Ca. 20 (übergeordnete) regelmäßige Termine

z.B. Mittagstisch, Stammtisch, Fußballtraining, BuggyFit

Ca. 60 Institutionen

Vom Arzt bis zur Wohnberatung

Zentrale Plattform www.vital-dahoim.de

- Juli bis Mitte September 2019: wachsende Zugriffszahlen (insg. **700** Nutzer*innen)
- Kommen meist über Google oder direkte Eingabe
- Laufende Beiträge auf facebook – um aktuelle Neuigkeiten und Termine zu kommunizieren

Beteiligung/Veranstaltungen

- **Neujahrsempfang**
- **Expert*innenworkshop**
  - Fast 30 Expert*innen: Von der Bürgergemeinschaft bis zum Zahnarzt
  - Arbeit an Thementischen: Kinder/Jugendliche, Erwachsene, Senior*innen, offener Tisch
  - World-Café: Herausforderungen und Ziele, Vernetzung/Beteiligung/Unterstützung, Wie könnte(n) Gesundheitsangebote/die Angebotsgestaltung aussehen?, Interviewfragen an die Expert*innen
- **Auftaktveranstaltung und Zukunftswerkstatt**

Beteiligung/Veranstaltungen

- **Zukunftswerkstatt**
  - Beteiligungsmöglichkeit für alle Bürger*innen
  - Angebotsentwicklung: Zielgruppen? Was fehlt?
  - Ehrenamt und „Vital dahoim“: Versicherungsrechtliche Fragestellungen, Haftung, Datenschutz
  - Zugang zu und Teilhabe an Angeboten
  - Biberbach 2029 – Wo stehen wir in 10 Jahren?

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Arbeit im Hintergrund

- Übungsleiter-/Angebotssuche
- Öffentlichkeitsarbeit über verschiedene Kanäle
- Zusammenarbeit mit Universität, Berichtslegung, Evaluation
- Netzwerk bilden, pflegen, ausbauen
- Unterstützung bei Raumkoordination, Öffentlichkeitsarbeit, Versicherungsthemen
- Projekte anstoßen/verfolgen/weiterentwickeln

Raumrecherche/-koordination

- Welche Räume gibt es?
  - ca. **25** potentiell nutzbare Räume
- Wofür sind sie (nicht) geeignet?
- Belegungszeiten, Ansprechpartner*innen, Ausstattung, Besonderheiten

→ **Belegung** mit verschiedenen Angeboten

→ **Fördermöglichkeit** im Rahmen des Projekts: Beratungs- und Vorplanungsleistungen für projektrelevante Umbaumaßnahmen (in 2020)

Neue Angebote seit Juli 2019

- Achtsames Spazieren
- Thementag „Stress und Erschöpfung“ plus Autogenes Training
- Vortrag Sturzprophylaxe
- Biberbach in Balance (2 Kurse)
- QiGong für Kinder (2 Kurse)

Unterstützt

Deutsche Herzwochen, Buggyfit, Begegnungsabend Dr. Lindl

Erreichte Menschen

- Ca. **170** Menschen über „Vital dahoim“-Angebote
- Ca. **200** Menschen über Unterstützung verschiedener Angebote (z.B. Projekttage, Begegnungsabend Dr. Lindl)
- Bedarfsanalyse (mit Befragung, Expert*innenworkshop und Zukunftswerkstatt)

Ca. **700** Menschen

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Aktuelles

- Vortrag „Genussvoll und bewusst – Essen ab der Lebensmitte“ am Donnerstag
- Kontaktaufnahme zu Raumkoordinatoren – Wer hat Bedarf an Fördermöglichkeit?
- Tischtennis für Senior*innen
- Im Austausch mit Kita und Grundschule: Möglichkeiten zur Gesundheitsförderung für das pädag. Personal

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Aktuelles

- Zusammenarbeit mit der **Grundschule**
  - Projekttage rund um Gesundheit (mit Kindersommerortsplan)
  - Zwei QiGong-Kurse
  - Sponsoring für einen Snoezelenraum, bereits akquiriert: **2.300 €**
  - Ausstehend: 700 € (weitere Akquise, Geld- und Sachspenden, Spendenbox Weihnachtsmarkt)

Zukünftiges

- **Neue Angebote**
  - bereits geplant: PMR
  - Weitere Ideen
    - Arbeitende Generation
    - Jugendliche
    - generationsübergreifende Angebote
- **Projekte**
  - Wanderweg/Trimm-Dich-Pfad
  - Kunst/Musik und Gesundheit
  - „Gute, gesunde Schule“

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Fragestellungen für die weitere Arbeit

- Wie verstetigen wir Angebote, die gut angenommen werden?

- Welche Strukturen müssen geschaffen/unterstützt werden damit Gesundheit langfristig ein Thema in der Marktgemeinde bleibt?

An was können wir (weiter) arbeiten?

Gesundheit als **ganzheitliches Thema** in der Marktgemeinde verankern (gemeinsame Leitbilderarbeitung 2020/2021)

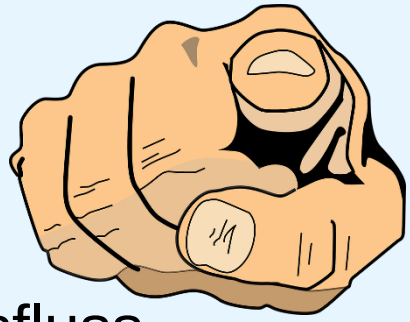
Informationsfluss

Gesundheit noch mehr **an die** Menschen bringen (über Social Media, Plakate, Nachrichten, Veranstaltungen)

Themen der Einzelnen und Gemeinschaft **in die** Gemeinde zu bringen (z.B. über Gesundheitslotsen)

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Sie sind gefragt!



- **Social Media** nutzen: „Vital dahoim“ über facebook bekannter machen! Informationsfluss sicherstellen!

- Ihr **Netzwerk** nutzen: Biberbach bekommt einen Snoezelenraum – etwas Geld fehlt noch!

- Fragen, Wünsche und Probleme an „Vital dahoim“ **weiterleiten**!

Vital dahoim
Gesunder Markt Biberbach

Danke für Ihre Zeit!