

## 1. Titel und Verantwortliche

<b>Titel des Projektes</b>	Bernburg bewegt!
<b>Geschäftszeichen</b>	A-033 (IIA5-2509-GBE-103/A-033)
<b>Leitung</b>	Dr. Ulrich Schwabe ulrich.schwabe@lvg-lsa.de
<b>Projektmitarbeiterin</b>	Birgit Ferner birgit.ferner@lvg-lsa.de  Anja Danneberg anja.danneberg@lvg-lsa.de  Susann Busch Susann.busch@lvg.lsa.de
<b>Kontaktdaten</b>	Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. Badestr. 2 39114 Magdeburg Tel.: 03 91/ 8 36 41 11 Fax: 03 91/ 8 36 41 10 magdeburg@lvg-lsa.de
<b>Laufzeit</b>	08/2008 – 02/2011
<b>Fördersumme</b>	359.139,50 €

## **2. Inhaltsverzeichnis**

3.	Zusammenfassung	3
4.	Einleitung	4
4.1.	Ausgangslage	4
4.2.	Ziele	8
4.3.	Zielgruppen	8
4.4.	Projektaufbau	9
4.5.	Projektstruktur	10
4.6.	Verantwortlichkeiten	11
5.	Arbeits- und Zeitplan	14
6.	Erhebungs- und Auswertungsmethodik	15
7.	Durchführung	15
7.1.	Bündnisentwicklung	15
7.2.	Strukturmaßnahmen	16
7.3.	Arbeitskreise	20
7.4.	Aktionstage	26
7.5.	Teilprojekte	31
8.	Ergebnisse	55
9.	Diskussion der Ergebnisse	62
10.	Gender Mainstreaming Aspekte	70
11.	Gesamtbeurteilung	73
12.	Verbreitung und Öffentlichkeitsarbeit der Projektergebnisse	75
13.	Verwertung der Projektergebnisse	84
14.	Publikationsverzeichnis	89

### 3. Zusammenfassung

Das Aktionsbündnis Bernburg bewegt! zielte auf die Verbesserung des Lebensstils der Bernburger Bürgerinnen und Bürger und ihrer Lebenswelten. Dieses Ziel wurde nachweisbar erreicht.

Basis des Erfolgs ist eine multisektorale und interdisziplinäre Vernetzung von Partnern aus den Bereichen Bildung, Soziales, Gesundheit, Wirtschaft, Sport, Kommune, Landkreis, Land, Bund und Forschung. Sie sicherte nicht nur eine arbeitsfähige Projektstruktur bei der Umsetzung von Bernburg bewegt! sondern auch die nachhaltige Verankerung der Förderung von ausreichend Bewegung und gesunder Ernährung im Lebensalltag der Bernburger Bürgerinnen und Bürger. Die Stärkung der Eigenverantwortung für eine gesunde Lebensweise gelang, gestützt von neuen, bewegten und bewegenden Strukturen und alltagstauglichen Maßnahmen.

Regelmäßige Zielpräzisierung und Prozessoptimierung sowie Reflexion von Arbeitsstil und Projektverlauf förderten eine bedarfsorientierte und ressourcenschonende Strukturbildung. Der Erfolg rechtfertigt die hohe Teilprojekt- und Beratungsdichte. Sie trugen wesentlich zur Befähigung der kommunalen Akteurinnen und Akteure bei und führten letztendlich dazu, dass die Bündnispartner/-innen die Projektziele zu ihrem Anliegen machten. Die Stadtverantwortlichen stellten sich dabei an die Spitze dieses Prozesses und gaben ihren Bürgerinnen und Bürgern ein deutliches Signal für eine gesunde Lebensweise.

95 Partner/-innen arbeiteten im Aktionsbündnis mit. Zunehmender gelang es den Akteurinnen und Akteuren, die Projektansätze in eigener Regie in alltagstaugliche Arbeitsformen zu überführen. Dadurch konnten immer weitere Teile der Stadtbevölkerung angesprochen und einbezogen werden. Ein sensibles Management interorganisatorischer Beziehungen trug unter Einsatz vielfältiger auch zusätzlicher Ressourcen bei dem engen Zeitfester wesentlich dazu bei, den Vernetzungsprozess der Gesundheitsförderung als kommunaler Querschnittsaufgabe anzulegen und zu vervollkommen. Mit Hilfe spezifischer Maßnahmen und über die ausgeprägt partizipative Ansprache in allen Maßnahmen des Aktionsbündnisses war es möglich, neben den Aktiven auch immer mehr Nichtaktive zu beteiligen. Besonders benachteiligte Bevölkerungsgruppen nahmen die neuen niedrigschwelligen Angebote an, um sich zu bewegen und gesünder zu ernähren. Die stärkere Berücksichtigung von Genderaspekten führte zu innovativen Lösungsansätzen und sicherte ebenfalls eine aktive und breitere Mitwirkung.

Gesundheit wurde im Laufe des Projektes in allen Settings – von der Kindertagesstätte bis hin zum Altenpflegeheim – immer mehr zum Leitbild institutioneller Entwicklungen. Eine intensive öffentliche Berichterstattung – durchschnittlich einmal pro Woche – sicherte ebenfalls die breite Teilhabe und Information der Bevölkerung.

Mit der Einrichtung einer ständigen Stadtgesundheitskonferenz bewegt die Stadt sich und ihre Bürgerinnen und Bürger auch weiterhin für einen gesunden Lebensstil und wird zum Gesundheitsinnovator der Region. Dabei kommt ihr die enge Verzahnung mit den Bündnispartner/-innen und die gewachsene Bürger/-innenkompetenz zu Gute.

## 4. Einleitung

### 4.1. Ausgangslage

Gesundheit als Basis der Lebensqualität zielt heute auf alle Lebensbereiche. War es im 19. Jahrhundert der Kampf gegen die Infektionskrankheiten, die die öffentliche Gesundheit gefährdeten, lösen heute Fragen der gesunden Ernährung und Bewegung sowie der individuellen und gesellschaftlichen Verantwortung kontroverse Debatten aus. Gesunde Lebensstile erfordern gesunde Lebenswelten. Dieses Bedingungsgefüge kann nur interdisziplinär und fachübergreifend gestaltet werden. Aktuelle Studien weisen deutlich auf bereits manifeste Gesundheitsprobleme in Folge von Bewegungsmangel, ungesunder Ernährung und psychischen Belastungen in unserer Gesellschaft hin.

Übergewicht und Fettleibigkeit stellen langfristig ein erhebliches Gesundheitsrisiko dar und führen zu schwerwiegenden Folgeerkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck, Störungen des Stoffwechsels und Erkrankungen des Muskel- und Skelettsystems.

Die Nationale Verzehrstudie II<sup>1</sup> belegt, dass 66 % der Männer und 51 % der Frauen (18-80 Jahre) in Deutschland übergewichtig oder adipös sind, das trifft bereits auch auf 15 % der Kinder und Jugendlichen zu. Hinzu kommt, dass 37 % der Männer und 38 % der Frauen keinen Sport treiben. Vor allem sozial benachteiligte Bürgerinnen und Bürger haben erhöhte Risiken für Erkrankungen. Arbeitslose weisen z. B. einen deutlich schlechteren Gesundheitszustand auf und leben weniger gesundheitsbewusst als Beschäftigte<sup>2</sup>. Auch die erste deutsche Studie zur Kinder- und Jugendgesundheit KiGGS bestätigt: Angehörige unterer Sozialschichten – insbesondere Kinder und Jugendliche – sind vermehrt von Krankheiten, Beschwerden, Übergewicht und Umweltbelastungen betroffen. Vor allem bei der Ernährung zeigte sich ein deutlicher Einfluss von sozialer Schicht und familiärer Herkunft.<sup>3</sup> Während in der unteren Schicht nur 30 % aller Frauen Normalgewicht aufweisen, sind dies in der Oberschicht immerhin 67 %. Anders stellt sich die Lage bei den Männern dar. Hier sind sowohl in der unteren als auch in der oberen Schicht lediglich 37 % normal gewichtig. Der Anteil adipöser Männer sinkt von 24 % in den unteren Schichten auf 13 % in der Oberschicht. Bei den Frauen ist dieser Unterschied noch größer. Während der Anteil adipöser Frauen in der unteren Schicht 35,3 % beträgt, sind in der Oberschicht nur 10 % betroffen. Der Anteil von Jugendlichen mit Adipositas variiert in Abhängigkeit von der Schulform. Die Zahl adipöser Mädchen sinkt von 11,3 % an Hauptschulen auf 4,3 % an Gymnasien, während umgekehrt der Anteil an Untergewicht steigt und bei Gymnasiastinnen am höchsten ist. Bei den Jungen sinkt die Prävalenz der Adipositas von knapp 10 % an Hauptschulen auf 4,7 % an den Gymnasien, der Anteil untergewichtiger männlicher Jugendlicher ist an Realschulen am größten.<sup>4</sup>

In Sachsen-Anhalt waren 2003 ca. 54 % der Bürgerinnen und Bürger zu dick (BMI 25 und mehr). Der Bundesdurchschnitt lag bei 48 %<sup>5</sup>. Von den 2,41 Millionen Sachsen-Anhaltern sind 14,76 % in Sportvereinen organisiert. Seit 2007 haben sich die Mitgliederzahlen um 5.519 Personen verringert. Der stärkste Mitgliederrückgang wird in der Altersgruppe 15-16 Jahre verzeichnet (-925). Auch in den folgenden Altersgruppen verlieren die Vereine durchgängig Mitglieder. Erst ab der Altersgruppe 60<sup>+</sup> gibt es wieder Mitgliedergewinne. In Sachsen-Anhalt liegt der Frauenanteil in den Sportvereinen bei 33,7 % (bundesweit 39 %). Die Ursachen hierfür sind vielfältig, neben der zunehmenden Vergreisung des Bundeslandes spielen Abwanderung – insbesondere junger Frauen - und eine im Vergleich zum Bundesdurchschnitt (7,8 % 2008) hohe Arbeitslosigkeit (15,3 % 2008) eine große Rolle. Hinzu kommen veränderte Lebensbedingun-

1 Max Rubener-Institut, Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel (Hrsg.), Nationale Verzehrstudie II, Ergebnisbericht, Teil I, Eigenverlag, Karlsruhe 2008

2 Robert-Koch-Institut (Hrsg.), Gesundheitsberichterstattung des Bundes, Heft 13 – Arbeitslosigkeit und Gesundheit, Eigenverlag, Berlin 2003

3 Lampert et al., Körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheitssurveys (KiGGS), im Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz, Band 50, Seite 634-642, 2007

4 Max Rubener-Institut, Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel (Hrsg.), Nationale Verzehrstudie II, Ergebnisbericht, Teil I, Eigenverlag, Karlsruhe 2008

5 Statistisches Bundesamt (Hrsg.), Leben und Arbeiten in Deutschland – Ergebnisse des Mikrozensus 2003, Wiesbaden 2004

gen, die neue Formen für sportliche Organisation und Angebote erfordern. Die Zahl der Mitglieder im Kreissportbund Salzlandkreis hat sich im Vergleich von 2008 zum Vorjahr um 3.545 erhöht. Das könnte an den Gesundheitssportangeboten liegen, die die Vereine seit 7 Jahren auf- bzw. ausbauen und die nicht auf Leistungssport, sondern auf „gesundheitsfördernden Sport“ ausgerichtet sind. Diese sprechen verstärkt die ältere Bevölkerung und Familien an.

Unter den Schulanfängern der Jahre 2006 und 2007 waren in Sachsen-Anhalt bereits 12,8 % bzw. 12,7 % der Kinder übergewichtig. Der Anteil adipöser Kinder nahm bis 2005 deutlich zu. Die Schulanfängerstudie belegt, dass Kinder mit niedrigem sozialem Status signifikant häufiger übergewichtig sind. Bei den Kindern mit Adipositas wurde das ebenfalls belegt. Mit zunehmendem Alter steigt der Anteil adipöser Kinder. 2006 besuchten 27,7 % der einzuschulenden Kinder regelmäßig einen Sportverein, Kinder aus Familien mit niedrigem sozialem Status besuchten signifikant seltener (12,9 % zu 37,9 %) einen Sportverein<sup>6</sup>.

Im September 2008 hatte der Salzlandkreis 216.672 Einwohner. Im Jahr 2007 waren es noch 2.550 Menschen mehr. Das hängt zum einen mit dem Wegzug insbesondere junger Leute und der Sterberate zusammen. Es wird davon ausgegangen, dass sich die gesundheitlichen Verhältnisse in den angesprochenen Feldern nicht wesentlich von denen anderer Landkreise in Sachsen-Anhalt unterscheiden. Dafür spricht z.B., dass im Rahmen der Nationalen Verzehrstudie keine gravierenden Unterschiede zwischen den Regionen festgestellt wurden. Der ehemalige Landkreis Bernburg (vor der Landkreisreform) verzeichnete 2006 mit 722 Sterbefällen auf 100.000 Einwohnern<sup>7</sup> die höchste Sterberate an Herz-Kreislaufkrankungen in Sachsen-Anhalt (572,1 je 100.000 EW im Jahr 2006)<sup>8</sup>. Diese Daten belegen deutlichen Handlungsbedarf.

Knapp 31.530 Bürgerinnen und Bürger des Landkreises waren 2008 im Kreissportbund Salzland in 298 Vereinen, die insgesamt 46 Sportarten anbieten, organisiert. Dies entspricht 14,38 % der Bevölkerung und liegt damit unter dem Durchschnitt der Sportvereine des Landes (14,76 %, bester Landkreis 18,93 %). Im Jahr 2006 waren im Salzlandkreis nur 13,6 % der Bevölkerung in Sportvereinen organisiert.

Bernburg an der Saale im Zentrum Sachsen-Anhalts liegt im Städtedreieck Magdeburg – Halle (Saale) – Dessau und gehört zum Salzlandkreis. Die Stadt gilt als wichtiger Standort für Industrie, Bildung, Forschung und Kultur. Dennoch hat die Stadt mit zunehmender Überalterung, hohen Abwanderungszahlen und Arbeitslosigkeit zu kämpfen. 2007 lebten 30.923 Menschen, davon 15.048 Männer und 15.875 Frauen in der Stadt. Das Durchschnittsalter der Bernburger lag Ende 2007 bei ca. 46 Jahren. Der Anteil der Kinder und Jugendlichen bis 15 Jahren betrug 9,26 %, der der Seniorinnen und Senioren (ab 65 Jahre) 24,68 %. Die Bevölkerungszahl nimmt ständig ab. Die Sterberate ist seit 1991 höher als die Geburtenrate (1991: 234 Lebendgeborene, 510 Gestorbene; 1999: 231 Lebendgeborene, 419 Gestorbene, 2007: 201 Lebendgeborene, 475 Gestorbene). Die Abwanderungsrate ist höher als die Zuwanderung, 2007 verließen 1.451 Menschen die Stadt, 1.319 wanderten zu<sup>9</sup>.

Der Kreisreport der Bundesagentur für Arbeit registrierte im Juni 2007 für Bernburg 4.683 Arbeitslose, was einer Arbeitslosenquote von 14,6 % entspricht. Frauen sind mit knapp 55 % häufiger von Arbeitslosigkeit betroffen als Männer. Dies schlägt sich vor allem bei den 25-55jährigen sowie den über 55-jährigen nieder.<sup>10</sup>

6 Ministerium für Gesundheit und Soziales des Landes Sachsen-Anhalt (Hrsg.), Auswirkungen der Umwelt auf die Gesundheit von Kindern, Schulanfängerstudie Sachsen-Anhalt, 2006

7 Berechnung anhand von Daten des Statistischen Landesamtes Sachsen-Anhalt, [www.stala.sachsen-anhalt.de](http://www.stala.sachsen-anhalt.de)

8 Gesundheitsberichterstattung des Bundes, [www.gbe-bund.de](http://www.gbe-bund.de) ad-hoc-Tabelle 29.10.07

9 [www.bernburg.de](http://www.bernburg.de)

10 Bundesagentur für Arbeit (Hrsg.), Arbeitsmarkt in Zahlen, Report für Kreise und kreisfreie Städte, Bernburg, Juni 2007

Die Stadt Bernburg (Saale) bildet zusammen mit der Gemeinde Gröna die Verwaltungsgemeinschaft Bernburg, wobei die Stadt Bernburg (Saale) die Trägergemeinde ist. Die frühere Gemeinde Aderstedt wurde zum 01. Januar 2003 in die Stadt Bernburg (Saale) eingemeindet und bildet heute den Ortsteil Aderstedt. Bernburg unterteilt sich in fünf Stadtteile: Dröbel, Neuborna, Roschwitzk, Strenzfeld und Waldau.

Die Solvay Soda-Deutschland GmbH bestimmt mit ihren großen Industrieanlagen das Stadtbild. Darüber hinaus haben weitere größere Unternehmen, wie die Schwenk Zement KG, die Serum-Werk Bernburg AG und die esco-european salt company GmbH & Co KG, ihr Domizil direkt in der Stadt. Die strukturstarke Region ist seit 1991 mitführend bei der Investitionstätigkeit im gesamten Bundesland Sachsen-Anhalt. Es entstanden in den letzten Jahren zahlreiche Neuan-siedlungen sowohl im mittelständischen Bereich als auch in Großprojekten. Das in Bernburg ansässige Gewerbe unterteilt sich in 474 Handelsgeschäfte, 235 Handwerksbetriebe, 32 Industriebetriebe, 168 Gastronomiebetriebe, 414 Dienstleistungsunternehmen, 175 Geschäfte der Finanzbranche, 128 KFZ-Werkstätten und 229 sonstige Unternehmen.

Die Saale zieht sich wie ein blaues Band mitten durch die Stadt und bietet einen ganz eigenen Beitrag zur Lebensqualität der Stadtbewohner. Sie ist vom Hafen Halle-Trotha aus auf 68 km der insgesamt 88 km bis zur Mündung in die Elbe bereits seit 1942 ausgebaut. Fünf der sechs notwendigen Schleusen - bei Wettin, Rothenburg, Alsleben, Bernburg und Calbe - machen seither die Saale auf dieser Strecke für das Europa-Schiff verkehrsfähig. Es fehlt lediglich die zuverlässige Schifffbarkeit der 20 km Verbindungsstrecke zwischen der Elbe und der Schleuse in Calbe. Wenn man heute vom Saaleausbau spricht, heißt das, dass nur noch auf einer kurzen Strecke von 20 km Baumaßnahmen vorzunehmen sind, um die durchgängige Schifffbarkeit der Saale herzustellen.<sup>11</sup> Der Saale-Radwanderweg startet im bayerischen Fichtelgebirge und verläuft auf über 400 km bis zur Mündung in die Elbe. Er besteht aus zumeist naturbelassenen Wegen - beispielsweise durch den Höhenzug bei Saalfeld, das mittlere Saaleetal bis Jena und den Burgenlandkreis Sachsen-Anhalts. Der Ausbau dieses Weges ist geplant.<sup>12</sup>

Bernburg bietet seinen Bürgern und Gästen nicht nur mit den Saaleufern und Wanderwegen Bewegungsräume sondern auch viele Sehenswürdigkeiten: Das Schloss Bernburg mit seiner Burgterrasse und dem Eulenspiegel-turm lädt zum Erkunden ein, in der Altstadt kann der Tiergarten, das Wasserwerk, der Märchengarten, der Kesselturm, die Parkeisenbahn, der Hasenturm, die Flutbrücke, das Carl-Maria-von-Weber-Theater und das Rathaus Bernburg mit der Bernburger Blumenuhr besichtigt werden. Mit der Gedenkstätte Bernburg für Opfer der NS-Euthanasie in der ehemaligen NS-Tötungsanstalt Bernburg mahnt die Stadt nicht zu vergessen.

Auch Kirchen laden Bewohner und Gäste zum Begehen und Verweilen ein: die gotische Marienkirche aus dem 13. Jahrhundert, die Nikolaikirche, die Schlosskirche Bernburg St. Aegidien, Barock mit der Fürstengruft, die Neuapostolische Kirche und die Martinskirche mit dem Martinszentrum.<sup>13</sup> Im Rahmen der Internationalen Bauausstellung (IBA) Stadtumbau 2010 beteiligte sich Bernburg mit drei Projekten:

- Campus Technicus (Neu- und Umbau einer Schule, in der alle drei derzeitigen Sekundarschulen zu einer ganztags ausgerichteten Sekundarschule fusionieren werden)
- Stadtpark – Aktivpark
- Umbau der Musikschule.

Einrichtungen der offenen Kinder- und Jugendarbeit wie die Stiftung evangelische Jugendhilfe oder der KIDS e.V. unterbreiten u. a. auch Gesundheitsförderungsangebote für Kinder und Jugendliche in Bernburg (Saale). Darüber hinaus gibt es 32 öffentliche Spielplätze in der Stadt. Neben der Schwimmhalle und dem Erlebnisbad runden ein Reiterhof, eine Tennishalle sowie

<sup>11</sup> [www.bernburg.de](http://www.bernburg.de)

<sup>12</sup> [www.radtouren-sachsen-anhalt.de](http://www.radtouren-sachsen-anhalt.de)

<sup>13</sup> [www.bernburg.de](http://www.bernburg.de)

ein Tennisplatz, mehrere Sportplätze und Fitnessstudios sowie ein Kegelcenter die öffentlichen Sport- und Bewegungsmöglichkeiten ab.<sup>14</sup> Auch die Steganlagen für jede Art des Seesports und Wasserwanderungen sowie die Parkeisenbahn, der Tiergarten und der Märchengarten gehören zu Bernburgs beliebten Freizeiteinrichtungen und bieten Raum für bewegte Aktivitäten.<sup>15</sup>

Bernburg hat ein Profil als Bildungsstadt entwickelt. Sie weist ein vielseitiges, innovatives und vernetztes Bildungsangebot auf. Zum Projektbeginn gab es 15 KiTas, 5 Grundschulen, 3 Sekundarschulen, zwei Förderschulen: eine für lernbehinderte und eine für geistig behinderte Kinder und Jugendliche sowie ein Gymnasium. An der Berufsbildenden Schule (BbS) mitten in der Stadt erwerben Jugendliche aus dem ganzen Bundesland das Rüstzeug für einen Berufseinstieg. Ausgebildet werden u. a. Bürokaufleute, Verkäuferinnen und Verkäufer, Restaurantfachleute, Industriemechanikerinnen und -mechaniker, Sozial-, Kinder- und Altenpflegerinnen und -pfleger.

Die Hochschule Anhalt bildet pro Jahr ca. 2.590 Studentinnen und Studenten in den Fachbereichen Landwirtschaft, Ökotrophologie und Landschaftsentwicklung sowie Wirtschaft aus.

In Bernburg gibt es weiterhin eine Kreisvolkshochschule, drei Musikschulen und 3 Tanzschulen.<sup>16</sup>

Das Klinikum Bernburg gGmbH, die Salus gGmbH, Waldklinik Bernburg GmbH, acht Apotheken und 61 niedergelassene Ärztinnen und Ärzte, 27 Zahnärztinnen und Zahnärzte bzw. Kieferorthopädinnen und Kieferorthopäden kümmern sich um die medizinische Versorgung der Bernburger Bevölkerung.<sup>17</sup>

Des Weiteren gab es zum Projektbeginn 38 Sportvereine, die unterschiedliche Angebote für die Bevölkerung vorhielten u. a. Volleyball, Basketball, Rudern, Schwimmen oder Tanzen. Ende 2007 waren von den 30.923 Bernburgern 13 % (4.014) Mitglied eines Sportvereins, davon 1.342 Kinder bzw. Jugendliche bis 18 Jahre.<sup>18</sup> Im März 2008 wurde Bernburg 2. Sieger im Landeswettbewerb der DAK „Fitteste Stadt Sachsen-Anhalts“.

Im letzten Projektzeitraum veränderte sich die Ausgangslage in Bernburg wie folgt:

Die Bevölkerungszahl nahm kontinuierlich ab. So waren noch vor der Kreisgebietsreform Ende des Jahres 2009 30.201 Personen gemeldet. Folgende Gemeinden sind im Zuge der Gebietsreform zum 01.01.2010 eingemeindet worden: Baalberge, Biendorf, Gröna, Peißen, Poley, Preußlitz, Wohlsdorf. Daraufhin stieg die Anzahl der Einwohner zum 30.06.2010 auf insgesamt 35.897 Personen an, davon waren 17.580 Männer und 18.317 Frauen. Das Durchschnittsalter der Bevölkerung stieg im Vergleich zu 2006. So waren im Jahr 2009 die Bernburger durchschnittlich 47,3 Jahre alt, Männer 44,9 und Frauen 49,5 Jahre. Der Anteil der Kinder und Jugendlichen bis 15 Jahre betrug 2009 9,77 %, der der Senioren über 65 Jahre bei 26 %.

Die Sterberate ist seit 1991 kontinuierlich höher als die Rate der Lebendgeborenen. Es fällt auf, dass im Jahr 2009 die Zahl der Lebendgeborenen deutlich gestiegen ist (303 Lebendgeborene, + 97 gegenüber dem Vorjahr). Im Gegenzug dazu stieg aber auch die Zahl der Gestorbenen deutlich an, 449 Gestorbene 2008 gegenüber 599 im Jahr 2009. Die hohe Abwanderungsrate der Stadt wurde im Jahr 2009 durch mehr Zu- als Fortzüge unterbrochen. So zogen insgesamt

14 [www.bernburg.de](http://www.bernburg.de) und Satzung der Stadt Bernburg (Saale) über die öffentlichen Spielplätze (Spielplatzsatzung), in Kraft getreten am 11.01.2008

15 [www.bernburg.de](http://www.bernburg.de) und Satzung der Stadt Bernburg (Saale) über die öffentlichen Spielplätze (Spielplatzsatzung), in Kraft getreten am 11.01.2008

16 [www.bernburg.de](http://www.bernburg.de)

17 [www.bernburg.de](http://www.bernburg.de)

18 [www.lsb-sachsen-anhalt.de](http://www.lsb-sachsen-anhalt.de)

1.652 Personen in die Stadt und nur 1.515 Personen zogen weg. Der Wanderungssaldo ist nach Jahren des Verlustes ein Wanderungsgewinn von 137 Personen.

Die Zahl der Arbeitslosen laut Arbeitsmarktreport der Agentur für Arbeit Dessau-Rosslau Geschäftsstelle Bernburg betrug im Dezember des Jahres 2010 insgesamt 3.017 (inkl. SGB III), davon waren mehr Männer (1.578) als Frauen (1.439) betroffen. Die Arbeitslosenquote in der neuen Gebietsstruktur betrug 10,2 % bezogen auf alle zivilen Erwerbspersonen. Die Jugendarbeitslosenquote (unter 25 Jahre) lag bei 5,9 %. 11,4 % aller Arbeitslosen Bernburgs sind jedoch über 55 Jahre und damit über der Arbeitslosenquote<sup>19</sup>.

Die Zahl der Mitglieder im Kreissportbund Salzlandkreis hat sich im Vergleich zu 2008 um 1.320 Mitglieder verringert. Altersgruppen bezogen wächst die Mitgliederzahl bei den Kindern und Schülern, jedoch vom 15. bis zum 40. Lebensjahr sinken die Zahlen stetig bei beiden Geschlechtern. Ab dem 40. Lebensjahr ist eine Wende bei den Frauen sichtbar, d.h. sie nehmen die Angebote der Vereine mehr wahr im Gegensatz zu den Männern, die weiterhin sinkende Mitgliederzahlen haben. Erst bei den Altersgruppen 60+ steigen bei beiden Geschlechtern auch die Mitgliederzahlen.<sup>20</sup>

579 Kurse der KVHS wurden im Jahr 2009 von 7.278 Teilnehmern besucht. Damit waren es so viele Teilnehmer wie noch nie zuvor. Seit 2007 stieg die Anzahl der Teilnehmer stetig.

## 4.2. Ziele

Folgende Ziele wurden für die Aufbauphase definiert:

- Das Aktionsbündnis hat einen eigenen Arbeitsstil entwickelt
- Eine Struktur- und Potenzialanalyse liegt als Basis der Bündnisarbeit vor
- Neben den acht Basispartnern sind mind. fünf weitere Partner für das Bündnis gewonnen
- Das Konzept für die Durchführungsphase ist vom Aktionsbündnis entwickelt
- Die bestehenden Projekte sind weiterentwickelt, ihre Schnittmengen sind definiert
- mindestens 3 neue Maßnahmen sind konzipiert und auf ihre Machbarkeit getestet

Folgende Ziele wurden für die Durchführungsphase definiert:

- alltagstaugliche Maßnahmen sind entwickelt und implementiert
- Bewegungsmöglichkeiten sowie Angebote zur gesunden Ernährung und Stressregulation in Bernburg sind transparent und um neue Angebote erweitert
- bisher nicht aktive Bevölkerungsgruppen beteiligen sich
- gesundheitsfördernde Settings (KiTa, Schule, Betrieb...) sind geschaffen
- die Qualität der Projekte und Angebote ist gesichert
- das „gesunde“ Profil der Stadt ist sichtbar

Folgende Ziele wurden für die Zeit nach dem Modellvorhaben definiert:

- das Bündnis lebt und versteht sich als Gesundheitsinnovator der Region
- Politik und Verwaltung nutzen die Bündniskompetenz bei ihren Entscheidungen
- andere Kommunen/ Landkreise lernen von Bernburg

---

<sup>19</sup> Bitte ergänzen

<sup>20</sup> [http://www.lsb-sachsen-anhalt.de/o.red/files/download/1268399869-LSB\\_Statistik\\_2010.pdf](http://www.lsb-sachsen-anhalt.de/o.red/files/download/1268399869-LSB_Statistik_2010.pdf)

### 4.3. Zielgruppen

Zielgruppe des Aktionsbündnisses Bernburg bewegt! war die Bevölkerung der Stadt. Schwerpunktzielgruppen mit besonderem Handlungsbedarf waren:

- Kinder und Jugendliche (die Perspektive der Stadt)
- Mädchen und Frauen (die Gesundheitsexpertinnen in den Familien)
- Menschen aus benachteiligten Schichten bzw. Verhältnissen (mit Gesundheitsrisiken)

### 4.4. Projektaufbau

Das Aktionsbündnis Bernburg bewegt! ist ein offener und auf Freiwilligkeit basierender verbindlicher Zusammenschluss vor allem regionaler und landesweiter Institutionen (derzeit 91) sowie ausgewählter Personen, die ihr Know How für ein bewegtes und bewegendes Bernburg zur Verfügung stellen. Die Aktivitäten finden vorrangig in der Kommune statt. Maßnahmen aus vier Arbeitsebenen: Kommune, Landkreis, Bundesland und Bundesrepublik werden im Projekt genutzt.

**Kommune:** In Bernburg vorhandene Strukturen und Settings sind die Basis der Initiativen des Aktionsbündnisses. Ebenso die Projekte und Maßnahmen vor Ort, die als Teilvorhaben einfließen.

**Landkreis:** Der Landkreis bietet mit seinen Strukturen wie z. B. dem Gesundheitsamt Rahmenbedingungen, die für eine erfolgreiche Projektumsetzung unabdingbar sind. Die Kommune als Teil des Landkreises setzt Innovationen, an denen auch andere Gemeinden im Landkreis partizipieren. Umliegende Gebiete profitieren besonders, da aus- und einstrahlende Maßnahmen – wie z. B. der Ausbau des Radwegenetzes - auch diesen Anwohnern zugutekommen.

**Bundesland:** Sachsen-Anhalt hat vielfältige gesundheitspolitische Herausforderungen zu bestehen: u. a. knappe Ressourcen, eine rasant alternde Bevölkerung sowie eine der demografischen Entwicklung noch nicht adäquate Versorgungsstruktur. Bernburg bewegt! trägt mit seinen Möglichkeiten dazu bei, Ressourcen zu schonen, langfristig (Krankheits)kosten zu minimieren und (Versorgungs)strukturen für mehr Bewegung und gesunde Ernährung zu entwickeln und zu verankern. Umgekehrt nutzt die Kommune Landesentwicklungen und -programme zur Verbesserung ihrer Versorgungslandschaft, was langfristig Arbeitskräfte bindet und die Lebensqualität der Menschen erhöht.

**Bundesrepublik:** Die Ausrufung eines Nationalen Aktionsplanes verweist auf die Brisanz von Sachverhalten und Problemen. Die Nutzung vorhandener, evaluierter und erfolgreicher Maßnahmen der Bundesebene sorgt nicht nur für Aufmerksamkeit sondern unterstützt das gesundheitspolitische Anliegen, das mit dem Plan verbunden ist. Die Einbindung kompetenter Partner wie die Sporthochschule Köln, das RKI, die BVPGF, die BZgA, die peb und die Bundesministerien BMELF und BMG generiert Wissen und Kompetenz für die regionale Gesundheitsentwicklung.

Das zentrale Projektmanagement liegt in den Händen der LVG. Sie koordiniert den gesamten Entwicklungsprozess. Zu ihren Aufgaben gehört neben der Projektplanung und Begleitung die Information aller Bündnispartner, die Kommunikation zwischen allen Bündnispartnern und mit Hilfe einer angemessenen Dokumentation die Transparenzschaffung zwischen den Bündnisstrukturen und Arbeitsebenen im gesamten Projekt.

Regelmäßige Treffen des Steuerkreises sorgen für eine permanente Struktur- und Prozessoptimierung. Bei Bedarf wird der Steuerkreis um die Arbeitskreisleiterinnen und -leiter erweitert. Die Moderatoren der Setting-Arbeitskreise dokumentieren ihre Arbeit mit Hilfe standardisierter

Ergebnisprotokolle und berichten der Steuergruppe halbjährlich. Die „Botschafter“ werden bei Bedarf durch die LVG und/oder auf Anforderung von Bündnispartnern in zielgruppenspezifische Maßnahmen und in die zentrale Pressearbeit eingebunden. Die Nutzung des Internets sichert eine schnelle und reibungslose Verständigung aller Ebenen. Zentrale Bündnistreffen und Veranstaltungen sorgen dafür, dass sich alle Bündnispartner regelmäßig auch direkt austauschen können.

#### 4.5. Projektstrukturen

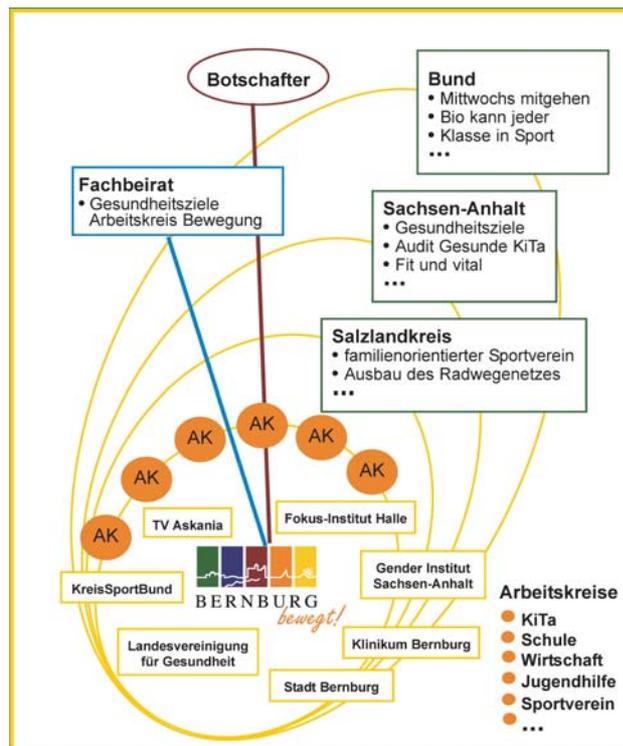


Abb. 1 Projektstruktur

Die aufgebaute Projektstruktur trägt der Größe und Vielschichtigkeit des Aktionsbündnisses Rechnung. Im Wesentlichen gibt es sechs Strukturelemente: den Steuerkreis, der bei Bedarf um die Arbeitskreisleiter erweitert wird, die Arbeitskreise, den Fachbeirat, die wissenschaftliche Begleitung, Botschafter und die Bündnisversammlung. Jedem Strukturelement kommt eine eigenständige Aufgabe zu.

**a) Steuerkreis:** Der Steuerkreis besteht aus den acht Basispartnern, die das Aktionsbündnis gegründet haben. Seine Aufgabe besteht in der Projektsteuerung und –reflexion sowie im Controlling.

**b) Setting/themenbezogene Arbeitskreise:** Die setting- oder themenbezogenen Arbeitskreise sind die Bündnisherzstücke, sie entwickeln und/oder nutzen Projekte und Maßnahmen in bzw. für ihre Lebenswelten. Die Fortsetzung der Arbeitskreise nach projektende ist gewährleistet (siehe Pkt. 7.3.).

**c) Fachbeirat:** Der Arbeitskreis Bewegung der Gesundheitsziele des Landes Sachsen-Anhalt fungiert im Aktionsbündnis als fachlicher Beirat. Zum einen begleitet er das Bündnis und seine Teilprojekte, sichert deren Einbindung in die Landesentwicklung und verstärkt mit eigenen Ressourcen die regionale Arbeit. Zum anderen nutzt er die Erfahrungen und Erkenntnisse aus Bernburg, um den Prozess auch für andere Regionen in Sachsen-Anhalt nutzbar zu machen. Der Arbeitskreis Bewegung der Gesundheitsziele wird auch nach Projektabschluss die Entwicklung in Bernburg im Auge behalten und ggf. Hilfestellung geben.

**d) Wissenschaftliche Begleitung:** Die wissenschaftliche Begleitung ruht auf vielen Schultern. Extern werden Planung, Prozess und Struktur evaluiert. Intern ist zwischen der Bündnisevaluation durch Fokus und Gisa und der Evaluation von Teilprojekten durch verschiedene Universitäten und Hochschulen zu unterscheiden.

**e) Botschafter:** Botschafter sind Personen des öffentlichen Lebens, die dem Bündnis mit Ihrem Namen und Ihrer Funktion Gewicht verleihen, so z.B. Minister Norbert Bischof, der die Schirmherrschaft übernahm.

**f) Bündnisversammlung:** Die Bündnisversammlung ist das oberste Entscheidungsgremium für die Umsetzung von Aktionen und Maßnahmen. Die Partner treffen sich halbjährlich. Die Bündnisversammlung wurde in eine Stadt-Gesundheitskonferenz überführt, die einmal jährlich tagt.

#### 4.6. Projektverantwortlichkeiten

Im Verlauf des Projektes gelang es die kommunalen Partnerinnen und Partner immer besser zu befähigen, die Verantwortung in den gemeinsam aufgebauten Projektstrukturen sukzessive zu übernehmen. Im letzten Halbjahr des Projektes forcierte das Projektmanagement dieses Anliegen und bereitete die Akteurinnen und Akteure auf die Alleinverantwortung vor. Mit dem offiziellen Projektende übernahmen die Netzwerkpartnerinnen und Partner die Initiative zur Weiterführung.

Auf der Strukturebene sehen die Verantwortlichkeiten zum Projektende wie folgt aus:

Nr.	Feinstruktur	Institution 2008	Person 2008	Institution 2011	Person 2011
A	Steuerkreis	LVG	Dr. Ulrich Schwabe	Stadt Bernburg	Paul Koller Stellv. Oberbürgermeister
B	AK KiTa	Stadt Bernburg	Doris Tell	Stadt Bernburg	Doris Tell Leiterin Kinder- und Jugendamt
	AK Schule	Sekundarschule Südost	Angret Zahradnik	Campus Technicus	Angret Zahradnik Schulleiterin
	AK Wirtschaft	LVG	Dr. Ulrich Schwabe	Stadt Bernburg	Holger Köhncke Baudezernent
	AK Jugendhilfe	SOS- Beratungszentrum	Kathrin Vahl	SOS- Beratungszentrum	Kathrin Vahl Leiterin
	AK Migration	St. Johannis GmbH	Claudia Theune	St. Johannis GmbH	Claudia Theune Leiterin
	AK Sportverein	KreisSportBund Salzlandkreis	Thomas Gruschka	KreisSportBund Salzland e.V.	Thomas Gruschka Geschäftsführer
	AK Gesundheitswesen	Klinikum Bernburg GmbH	Birgit Lorenz	Klinikum Bernburg GmbH	Birgit Lorenz Qualitätsmanagementbeauftragte
C	AK Bewegung der Gesundheitsziele	LandesSportBund Sachsen-Anhalt e.V.	Holger Scholz	Entfällt	Entfällt
D	Fokus-Institut Halle	Fokus-Institut Halle	Dr. Bärbel Chrapa	Entfällt	Entfällt
	Gender-Institut	Gender-Institut	Thomas Claus	Entfällt	Entfällt

Nr.	Feinstruktur	Institution 2008	Person 2008	Institution 2011	Person 2011
E	Politik, Schirmfrau,	Minister für Gesundheit und Soziales	Norbert Bischoff	Entfällt	Entfällt
	Politik	Oberbürgermeister Stadt Bernburg	Henry Schütze	Entfällt siehe f	Entfällt siehe f
	Politik	Landrat des Salzlandkreises	Ulrich Gerstner	Landrat des Salzlandkreises	Ulrich Gerstner
	Sport	Weltmeister Bankdrücken	Mario Biermordt	Weltmeister Bankdrücken	Mario Biermordt
		Weltmeister Bankdrücken	Erik Biermordt	Weltmeister Bankdrücken	Erik Biermordt
		Weltmeisterin im Ju-Jutsu	Diana Müller	Weltmeisterin im Ju-Jutsu	Diana Müller
F	91 Institutionen (siehe Anlage 1)	LVG	Dr. Ulrich Schwabe Birgit Ferner	Stadt Bernburg Oberbürgermeister	Henry Schütze

Tabelle 1: Übersicht Verantwortlichkeiten auf der Strukturebene

Auf der Ebene der Maßnahmen sehen die Verantwortlichkeiten zum Projektende wie folgt aus:

Nr.	Maßnahme	Institution 2009	Person 2009	Institution 2011	Person 2011
1	Das geht auf die Pumpe	LVG	Susanne Borchert	Entfällt	Entfällt
2	Audit Gesunde KiTa	LVG, Servicebüro Gesundheitsfördernde KiTa	Claudia Bachtenkirch	LVG, Servicebüro GF KiTa	Claudia Bachtenkirch
3	Audit Gesunde Schule	LVG, Regionales Unterstützungszentrum Gesundheitsfördernde Schule	Volker Hesse	LVG, RUZ	Volker Hesse
4	Stadtpark-Aktivpark	Stadt Bernburg	Holger Köhncke Baudezernent	Stadt Bernburg	Holger Köhncke Baudezernent
5	Campus-Technicus	Sekundarschule Südost	Angret Zahradnik	Campus Technicus	Angret Zahradnik Schulleiterin
6	Familienfreundlicher Sportverein	KSB LVG	Thomas Gruschka Dr. Ulrich Schwabe	KreisSportBund Salzlandkreis e.V.	Thomas Gruschka Geschäftsführer
7	Gesundheitsfördernder Sportverein	KSB / LVG	Thomas Gruschka Dr. Ulrich Schwabe	KreisSportBund Salzlandkreis e.V.	Thomas Gruschka Geschäftsführer

<b>Nr.</b>	<b>Maßnahme</b>	<b>Institution 2009</b>	<b>Person 2009</b>	<b>Institution 2011</b>	<b>Person 2011</b>
8	BGF in der Schule	LVG, RUZ	Volker Hesse	In Eigenregie der 12 Schulen	Koordinatorinnen/ Koordinatoren
A 9	Bewegungstreff	Institutionen u. a.: Stadt, KiTas, Schulen	Wolfgang Knopf n.n. Erzieher/innen n.n. Lehrer/innen	Stadt Bernburg KSB	Wolfgang Knopf Persönlicher Referent des OB Thomas Gruschka Geschäftsführer Übungsleiter
B 10	City Hopper	LVG	Anja Danneberg Brigit Ferner	Entfällt	Entfällt
C 11	Mach mit!	LVG	Dr. Ulrich Schwabe	KSB	Thomas Gruschka Geschäftsführer
12	Fit und Vital	LVG	Dr. Ulrich Schwabe	5 Bernburger Grundschulen	Schulleiter/-innen
13	Klasse in Sport	LVG	Dr. Ulrich Schwabe	Grundschule Regenbogen	Anke Thiele Schulleiterin
14	Lernen mit dem Gesundheitskoffer	LVG, RUZ	Volker Hesse	In Eigenregie der 12 Schulen	Koordinatorinnen Koordinatoren
15	Gesundheitskoffers „Fit von klein auf“	LVG, Servicebüro GF KiTa	Claudia Bachtentkirsch	In Eigenregie der 26 Kitas	Leiter/-innen
16	Bewegungslandkarte	LVG	Dr. Schwabe Stefan Plesse	Stadt Bernburg	Wolfgang Knopf Pressereferent
17	Bewegungspfade (KiTas und Schulen) und Ernährungsoasen (Schulen)	LVG	Anja Danneberg Volker Hesse Claudia Bachtentkirsch	In Eigenregie der 13 KiTas In Eigenregie der 12 Schulen	Leiter/-innen Koordinatorinnen Koordinatoren
18	Bewegungs- und Ernährungslotsen	LVG	Anja Danneberg Volker Hesse	3 Sek.-Schulen Gymnasium Carolinum, BbS Seniorenbeirat Salzlandkreis	Koordinatorinnen Koordinatoren  Ulrich Menkhaus
19	Vereinspatenschaften	KSB	Thomas Gruschka Geschäftsführer	KSB	Thomas Gruschka Geschäftsführer

Nr.	Maßnahme	Institution 2009	Person 2009	Institution 2011	Person 2011
20	Ausgewogen und gesund kochen trotz Hartz IV	LVG	Birgit Ferner	SOS- Beratungszentrum St. Johannis GmbH  Stiftung evang. Jugendhilfe	Katrin Vahl Leiterin Gabriele Zacher Leiterin Stadtteilhaus Anke Bösener Leiterin Jugendmigrationsdienst und Mehrgenerationenhaus
21	Familiensportplatz	LVG	Birgit Ferner	Stiftung evang. Jugendhilfe   St. Johannis GmbH	Anke Bösener Leiterin Jugendmigrationsdienst und Mehrgenerationenhaus Gabriele Zacher Leiterin Stadtteilhaus
22	Fitnessraum im Stadtteilhaus	LVG	Birgit Ferner	Stiftung evang. Jugendhilfe	Anke Bösener Leiterin Jugendmigrationsdienst und Mehrgenerationenhaus
23	Lernen vom Besten	LVG	Dr. Ulrich Schwabe Birgit Ferner	Entfällt	Entfällt
24	Mit dem Rad zur Arbeit	AOK	Henry Saage	AOK  Solvay Chemicals GmbH Stadt Bernburg	Henry Saage Regionalleiter Bärbel Koch Betriebsrätin Wolfgang Knopf Persönlicher Referent des OB
25	Sommercamp	LVG	Birgit Ferner	Bernburger Freizeit GmbH	Ditmar Schütze Verantwortlicher für Sportstätten
26	Trinkbrunnen	LVG	Dr. Ulrich Schwabe	Wasserzweckverband Saale-Fuhne-Ziethe	Werner Schulze Geschäftsführer
27	Health meets culture	LVG	Dr. Ulrich Schwabe Studenten der HS Magdeburg-Stendal	Klinikum Bernburg gGmbH	Birgit Lorenz Qualitätsmanagementbeauftragte

Tabelle 2: Übersicht Verantwortlichkeiten auf der Maßnahmenebene

## 5. Arbeits- und Zeitplan

Der Arbeits- und Zeitplan wurde im Wesentlichen eingehalten (siehe Anlage 1).

Schwierigkeiten traten aufgrund des verzögerten Bewilligungsbescheides (März bis Juli 2009) und der angekündigten Mittelkürzung zum Ende des Projektes (November bis Dezember 2010) auf. So konnten z.B. verschiedene Teilprojekte, nicht wie geplant von Anfang an umgesetzt werden (Schulung von Qualitätsbeauftragten, Planungswerkstätten für Bewegungspfade, Ausbildung von Ernährungs- und Bewegungslotsen, Durchführung von Multiplikatorenschulungen). 1 Bündnistreffen, 2 Steuerkreissitzungen und der Abschluss von Honorarvereinbarungen musste verschoben werden.

Die Gebietsreform mit der einhergehenden Eingemeindung stellte für das Projekt eine neue, nicht geplante Herausforderung dar. Weitere Einrichtungen mussten mit den Teilprojekten vertraut gemacht werden, was mit einem höheren Beratungsaufwand als geplant verbunden war. Des Weiteren gab es Rückschläge durch die Verzögerung der Bewilligung der Landesmittel für den Kreissportbund Salzland e.V., so dass bereits vorgeplante gemeinsame Veranstaltungen nicht bzw. erst später stattfinden konnten (z.B. Lauf in den Frühling 2010 wurde in einen Herbstlauf umgewandelt).

Das Vorhaben, den Aktivpark „Alte Bibel“ im Rahmen der IBA als großen Bewegungspfad umzugestalten, musste wegen fehlender finanzieller Ressourcen der Stadt ebenfalls auf der Prioritätenliste nach hinten verschoben werden.

## **6. Erhebungs- und Auswertungsmethodik**

Im Ergebnis des Zielfindungsprozesses wurden drei Zielerreichungsskalen definiert, die zum Abschluss der Förderlaufzeit erfolgreich abgerechnet werden konnten. Diese Skalen wurden partizipativ im Steuerungskreis des Aktionsbündnisses erarbeitet, zur Verlaufskontrolle eingesetzt, laufend überprüft und über die Steuerungsgruppe in den gebildeten Arbeitskreisen aufgenommen und umgesetzt. Die Dokumentation erfolgte zunächst über Protokolle und öffentlichkeitswirksam über die lokalen Medien.

Statistische Daten wurden weiterhin über zwei Befragungen der Partnerinnen und Partner im Aktionsbündnis als auch der Stadtbevölkerung jeweils im Herbst 2009 und 2010 erhoben. Bei beiden Befragungen wurde ein zielgruppenadäquates Erhebungsinstrument ein schriftlich-anonymer Fragebogen entwickelt und eingesetzt.

Die Befragung der Akteure im Aktionsbündnis Bernburg bewegt! umfasste 2 Untersuchungsschwerpunkte: a) zur Netzwerkarbeit und b) zu den Einstellungen und Aktivitäten im persönlichen Bewegungsverhalten.

Auf Bündnis-/Prozessebene ging es vor allem um die Identifizierung von Faktoren, welche die Zusammenarbeit befördern oder hemmen. Zu messende Dimensionen waren hier Arbeitsstil, Arbeitsgremien, Rolle des Erfahrungsaustausches, Zeitaufwand und Optimierungsbedarf.

Die Konzentration der Messtätigkeit bzgl. des persönlichen Bewegungsverhaltens beinhaltete die Adaptation des Transtheoretischen Modells (TTM nach Prochaska) auf den Bereich Bewegung. Zufriedenheit sowie Stufen der motivationalen Bereitschaft zur Verhaltensänderung im Bereich Bewegung als auch Art und Umfang körperlicher Aktivitäten bildeten weitere Aspekte für die Untersuchung.

Bei der Befragung der Projektteilnehmer/-innen auf der Zielgruppenebene bzw. der Stadtbevölkerung ging es um die Identifizierung von Faktoren zu Handlungsblockaden in Bezug auf Bewegungsangebote, Stufen des Bewegungsverhaltens, Art und Umfang der körperlichen Aktivitäten, Informiertheit, Grad der Einbeziehung und Zufriedenheitswerte. Zur Würdigung der Ant-

wortbereitschaft wurden bei beiden Befragungen gesundheitsförderliche Preise im Rahmen einer Tombola ausgelobt (Familienwochenende im KiEZ Güntersberge, Schwimmgutscheine)

Das Antwortverhalten aller Befragten wurde auf geschlechtsspezifische Unterschiede untersucht, um auf Projekt-/Maßnahmenebene den Beitrag des Modellvorhabens Bernburg bewegt! zur Verbesserung der Chancengerechtigkeit abbilden zu können.

Die Überprüfung der operationalisierten Ziele, Datenerhebung und -auswertung wurden permanent in die Tätigkeit des Steuerungskreises des Aktionsbündnisses einbezogen und durch teilnehmende Beobachtungen und ausgewählte Fallstudien ergänzt.

## **7. Durchführung**

### **7.1. Bündnisentwicklung**

Die Aufbauphase (08/2008-02/2009) war geprägt von Entwicklungsarbeit. Neue Bündnispartner mussten neben den acht Basispartnern gewonnen, diverse Gespräche zu den Zielstellungen und den Inhalten der Umsetzungsphase geführt, neue innovative Projektideen entwickelt, der zeitliche Verlauf festgelegt sowie die benötigten Sach- und Finanzmittel kalkuliert werden. Es fanden zahlreiche Beratungen und Gespräche vor Ort statt. Die Projektidee wurde auf Veranstaltungen, Stammtischen, Netzwerktreffen usw. präsentiert, die Aufgaben unter den Bündnispartnern aufgeteilt und fünf Arbeitskreise installiert. Am Ende der Aufbauphase konnte das Bündnis bereits 79 Partner vorweisen, davon hatten bereits 53 den letter of intent unterschrieben.

Mit der Bewilligung des Projektes begann die Umsetzung der geplanten Maßnahmen. Dazu gehörte weiterhin die Akquisition neuer Bündnispartner, die eine Umsetzung vor Ort erleichterten. Am Ende der Umsetzungsphase gehörten 55 Partner zum Bündnis, die sich in unterschiedlicher Weise in das Projekt einbrachten (siehe Kooperationspartnerliste). Sie unterstützten die Umsetzung einzelner Maßnahmen vor Ort, stellten Räumlichkeiten für Fortbildungen o.ä. zur Verfügung, verbreiteten die Erfolge des Projektes auf ihren Arbeitsebenen und unterstützten bei der Entwicklung neuer Ideen.

### **7.2. Strukturmaßnahmen**

#### **7.2.1. Bündnisversammlung/ ab 2011 Stadt- Gesundheitskonferenz**

Im Berichtszeitraum fanden fünf Bündnisversammlungen statt: am 19.05 2009, 25.11.2009, 26.05.2010 und am 24.11.2010 sowie am 23.02.2011. Die Bündnisversammlung am 24.11.2010 war die 1. Gesundheitskonferenz der Stadt Bernburg.

Am 19.05.2009 wurden die 28 Anwesenden über die Projektentwicklung informiert, neue Aktivitäten aus den Arbeitskreisen durch die Arbeitskreisleiterinnen und -leiter vorgestellt und gemeinsam die Evaluation des Projektes besprochen. Das Treffen endete mit einem bewegten Balanceakt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mussten auf kleinen Kreiseln die Balance halten und über eine schräg gestellte Bank balancieren.

Am 25.11.09 wurde im Vorfeld der Bündnisversammlung ein zweites Pressegespräch durchgeführt. Der stellvertretende Oberbürgermeister und die Projektleitung nutzten die Gelegenheit, das Projekt und seine Fortschritte der Öffentlichkeit zu präsentieren. In der anschließenden Bündnisversammlung, an der 26 Vertreterinnen und Vertreter teilnahmen, wurde über den Sachstand der Projektumsetzung informiert und anschließend fanden drei verschiedene Tischgespräche statt. Die Versammlung begann mit einer bewegten „Saubermachaktion“: Mit Hilfe eines Schrubbers musste ein Ball um verschiedene Hindernisse

in kürzester Zeit in ein Ziel bewegt werden.

In dem 1. Tischgespräch „Mehr Bewegen“ tauschten sich die Anwesenden über die durchgeführten Bewegungsaktivitäten des KreisSportBundes Salzlandkreis im Rahmen des Projektes Bernburg bewegt! (Fit und Vital, Sportabzeichen, Herbstlauf, Brückenlauf, Turnabzeichen, Inlinertag, Schwimmen, Bewegungstreffs, Vereinspatenschaften, Kindergartensport, Transfer FFSV) aus. Sie erörterten die Möglichkeit, 2010 Übungsleiterinnen und -leiter an Schulen, Hochschulen, aus dem Seniorenbereich und in den Vereinen zur Begleitung von Gesundheitssportangeboten zu gewinnen und auszubilden. Die Mitwirkenden planten einen zentralen Bewegungstag für Bernburg 2010 und sprachen über Sportentwicklung im Rahmen der sozialen Stadtentwicklung. Weiterhin wurde die Gewinnung von Sportvereinen und Partnern für Projekte (z.B. Seniorensport, Kooperation mit dem Kleingärtnerverband usw.) erörtert.

Im 2. Tischgespräch „Chancengleichheit“ ging es um die Förderung von Kindern aus sozial schlechter gestellten Familien, das betraf Zuschüsse für Mittagessen durch die Kommune, Gestaltung eines Familienschnuppertag für Sportangebote im Februar und die Durchführung eines Sommercamps 2010 (Bearbeiten der Themen Bewegung und Ernährung während der Campzeit). Darüber hinaus gab es einen Austausch über die Vorteile von Erlassen bei Vereinsbeiträgen für Kinder sozial Benachteiligter.

Im 3. Tischgespräch mit dem Titel „Bewusster Ernähren“ ging es darum, wie der Bernburger Bevölkerung der Zugang zum Gesundheitszentrum des TV Askania e.V., zum Kurs Ernährung und Bewegung erleichtert werden könnte. Die Verbesserung der Ernährungsangebote in der Stadtverwaltung wurde ebenso diskutiert wie eine bessere Versorgung an KiTas und Schulen. Im Gymnasium soll es regelmäßig ein gesundes Buffets geben, dazu soll eine Handlungsanleitung zur gesunden Ernährung für Schülerinnen und Schüler sowie für Lehrerinnen und Lehrer erarbeitet werden.

Am 26.05.2010 nutzten 32 Anwesende die Methode Open-Space dazu, Chancen und Probleme in der Projektentwicklung anzusprechen. Bei der zum Auftakt durchgeführten Themenfindung kristallisierten sich drei größere Bereiche heraus, zu denen dann Arbeitsgruppen gebildet wurden. In allen drei Gruppen, „Bewegung“, „Nachhaltigkeit“ und „Gesunde Schule“, benannten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Schwerpunkte. Sie verständigten sich auf weitere Umsetzungsschritte und mögliche Lösungswege. Im Anschluss nahm der Gesundheits-, Sozial- und Sportminister des Landes Sachsen-Anhalt die Einladung zum Bündnistreffen Bernburg bewegt an und stellte sich den Fragen der Anwesenden. Anschließend besuchte er das Gesundheitszentrum des TV Askania Bernburg e.V., um sich vor Ort über den Projektverlauf zu informieren.

Am 24.11.2010 fand die erste Stadt-Gesundheits-Konferenz Bernburgs in der Grundschule Diesterweg mit 55 Teilnehmenden und ca. 35 Kindern und Jugendlichen statt. Unter dem Motto „Gesund aufwachsen, leben und älter werden in Bernburg“ zogen die Anwesenden über die Entwicklung der Saalestadt Bernburgs zu einer „Gesunden Stadt“ Bilanz und berieten über die Fortsetzung. Dazu beschlossen sie eine Strukturänderung, die Überführung der Mitgliederversammlung des Aktionsbündnisses in eine jährlich stattfindende Stadt-Gesundheitskonferenz. In Anwesenheit von Beate Bröcker, Staatssekretärin im Ministerium für Gesundheit und Soziales des Landes Sachsen-Anhalt, berichteten Akteurinnen und Akteure aus vielen Bereichen des städtischen Lebens (z.B. KiTa, Schule, Verwaltung, Öffentlicher Gesundheitsdienst, Gartenverband usw.) über ihre gesundheitsförderlichen Aktivitäten. Henry Schütze, Oberbürgermeister der Stadt Bernburg (Saale) schloss die Konferenz mit der Aussage, dass Gesundheit langfristig in allen Settings - von der Kindertagesstätte über den Betrieb bis hin zum Altenpflegeheim – immer mehr zum Leitbild der Stadt wird und sich die Kommune Bernburg (Saale) zunehmend als „Gesunde Stadt“ versteht.

Zum letzten Treffen versammelten sich die Bündnispartner innerhalb des Projektes Bernburg bewegt! am 23.02.2011 im Rathaus. Über das bisher Erreichte berichteten der stellvertretende Oberbürgermeister und der Projektleiter. Das FOKUS Institut Halle stellte den 33 Teilnehmenden die wissenschaftlichen Ergebnisse der im Projektzeitraum durchgeführten Befragungen vor. Anschließend fanden drei Werkstätten statt, in denen sich die Anwesenden über ihre Erfahrungen in der Umsetzung von Teilprojekten austauschten und über neue Projekte sprachen. Die Mitwirkenden diskutierten weitere Anknüpfungspunkte mit Bundes- und Landesinitiativen (Vernetzungsstelle Schulverpflegung, Bewegungszentrum, RUZ, KiTa-Servicebüro).

### **7.2.2. Steuerkreis**

Am 05.11.08 konstituierte sich der Steuerkreis. Daran nahmen Vertreterinnen und Vertreter aus der Bernburger Freizeit GmbH, dem Fokus-Institut Halle, dem Gender-Institut Sachsen-Anhalt, dem KreisSportBund Salzland e.V., der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V., der Sekundarschule Süd-Ost, der Stadt Bernburg (Saale) und dem Stadtrat der Stadt Bernburg teil. Nach dem Bericht der Projektleitung über den Sachstand der Projektentwicklung berieten die Teilnehmer über geplante Vorhaben, Maßnahmen und über Wege der weiteren Vernetzung mit anderen kommunalen, regionalen und überregionalen Partnern. Es wurde beschlossen, zum nächsten Treffen Vertreterinnen und Vertreter von Kreis- und Landesinstitutionen einzuladen. Die Projektleitung wurde beauftragt, Kontakte zu Landes- und Bundesinitiativen und bzw. Projektpartnern herzustellen. Der Steuerkreis beriet und legte fest, dass die Bündnisversammlung künftig mindestens zweimal im Jahr tagen soll. Die Sitzungen des Steuerkreises wurden zunächst monatlich geplant. Die Mitglieder des Steuerkreises verständigten sich zu ihrer Aufgabe, berieten über den weiteren Projektverlauf und erörterten mit dem Projektmanagement anstehende Entscheidungen.

An der Steuerkreissitzung am 17.12.08 nahmen Vertreterinnen und Vertreter aus 6 Einrichtungen teil. Die Ergebnisse der vorbereitenden Foren und Fortbildungsveranstaltungen zur Bildung von Arbeitskreisen und die Ergebnisse der ersten Arbeitskreissitzungen im Bereich KiTa, Schule und Sport waren Gegenstand der Beratung. Darüber hinaus verständigten sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer über Projekte und Maßnahmen, die in den Folgeantrag von Bernburg bewegt! aufgenommen werden sollten. Die Vorschläge der Anwesenden wurden erfasst, prioritär bewertet und die zeitliche Abfolge wurde bestimmt. Das Ausformulieren der Maßnahmen und Projektvorschläge für den Folgeantrag wurden von der Projektleitung übernommen. Über das Mailverfahren sollte die Entwurfsfassung mit dem Steuerungskreis abgestimmt werden. Die nächste Bündnissitzung sollte dazu dienen, die geplanten Maßnahmen für die Jahre 2009 und 2010 vorzustellen.

Am 28.01.09 trafen sich 4 Steuerkreismitglieder, um auf die im Folgeantrag zum Aktionsbündnis Bernburg bewegt! aufgeführten Maßnahmen und Projekte näher einzugehen. Der derzeitige Arbeitsstand wurde vorgestellt und Vorgehensweisen und mögliche Kooperationspartner für einzelne Maßnahmen erörtert.

Am 25.03.09 fand das erste Treffen des Steuerkreises in der Umsetzungsphase des Projektes Bernburg bewegt! statt. Anwesend waren 12 Vertreterinnen und Vertreter aus 9 Institutionen, neues Mitglied ist die Grundschule Diesterweg. Vorgestellt wurde auf dem Informationstreffen das Umsetzungskonzept mit seinen Teilvorhaben, die Zeitschiene sowie die Betreuung der Arbeitskreise und deren Teilprojekte durch die Fachkollegen der LVG. Die Anwesenden wurden darüber informiert, dass das Projekt extern von der Universität Bremen mit einem neuen Forschungsdesign evaluiert wird. Gemeinsam wurden die Termine für die nächsten Steuerkreissitzungen und die beiden Mitgliederversammlungen 2009 beraten und festgelegt. Ein Sportstudent der Universität Magdeburg beendete das Treffen mit Bewegungsübungen, die am eigenen Arbeitsplatz durchgeführt werden können.

Die nächste Sitzung des Steuerkreises fand am 19.08.2009 statt. Um die 7 Vertreterinnen und Vertreter von 6 Institutionen sowie den Gast von der Sporthochschule Köln auf das Treffen gesundheitsförderlich einzustimmen, wurde ein gesundes Getränk zusammengestellt und die Wirkungsweise von verschiedenen Shakes auf den Körper von der Ökotrophologin des Projektteams erläutert. Nach dem Bericht der Projektleitung über den Sachstand der Projektentwicklung stellte das FOKUS Institut den ersten Entwurf für die interne Evaluation des Projektes vor. Erste Änderungsvorschläge wurden diskutiert und später eingearbeitet. Als Nächstes stellte der Vertreter der Sporthochschule Köln die Projekte „Fit am Ball“ und „Klasse in Sport“ vor. Der Projektantrag für das Projekt „Klasse in Sport“ der Grundschule Regenbogen erhielt den Zuschlag von der Sporthochschule Köln.

Am 23.09.09 standen Information und Austausch über die Ziele und Aufgaben der externen Evaluation im Mittelpunkt. Eine Vertreterin des IPP der Universität Bremen stellte das Evaluationsdesign vor und bot weitere Konsultationen für die Zielpräzisierungen an. Das FOKUS Institut informierte über die erste Befragungsaktion. Die Mitglieder des Steuerkreises übernahmen Verteilungs- und Rückführungsaufgaben. Die Ergebnisse des Aufrufes zum Einreichen von Vorschlägen von künftigen Bewegungsrouten wurden diskutiert und vier Vorschläge zur Prämierung ausgewählt. Dann wurde mit den Anwesenden eine Entspannungsübung durchgeführt, die sie auch am eigenen Arbeitsplatz in Zukunft umsetzen können. Im Anschluss wurde die künftige Strategie und Umsetzung der Öffentlichkeitsarbeit besprochen.

Die am 27.01.10 durchgeführte Steuerkreissitzung fand mit 7 Teilnehmerinnen und Teilnehmern statt. Unter dem Motto „Stehend sitzen“, wurde die traditionelle Form der Sitzungstreffen durch ein Treffen im Stehen aufgelockert. An Stehtischen wurde über die Projektbilanz und über die Projektplanung ab 03/2010 geredet. Durch Bewegungs- und Entspannungsübungen gab es Hinweise zum bewegten Arbeitsalltag. Das FOKUS Institut stellte den Anwesenden die ersten Ergebnisse der internen Bündnisevaluation vor. Gemeinsam wurde über Verbesserungsvorschläge nachgedacht. Die Beteiligten einigten sich darauf, dass der nächste Steuerkreistermin dazu genutzt werden soll, über die Verstetigung und die Nachhaltigkeit des Projektes nach 02/2011 zu sprechen.

Im Steuerkreistreffen am 24.03.10 standen die Vorbereitung der nächsten Bündnisversammlung und die 2. Bevölkerungs- und Bündnismitgliederbefragung im Mittelpunkt. Den 14 Teilnehmenden wurde die Methode des Open-Space (Bewegtes Tagen) anhand der Schwerpunktthemen Strukturentwicklung, Bewegungskalender und Erreichbarkeit der Bevölkerung vorgestellt. Die Mitglieder des Steuerkreises begrüßten diesen Methodenvorschlag und stimmten dem Einsatz zu. Das Fokus Institut stellte seinen aktualisierten Fragebogen vor und beriet mit den Anwesenden in der Bündnisversammlung die Verteilung der Bögen unter der Bevölkerung und den Bündnismitgliedern. Der letzte Tagesordnungspunkt war die Vorstellung der nächsten Projektaktivitäten und die Einbindung der Steuerkreismitglieder. Eine Praktikantin der LVG beendete das Treffen mit neuen Bewegungsübungen, die leicht am eigenen Arbeitsplatz durchgeführt werden können.

In der Steuerkreisberatung am 01.09.10 beschäftigten sich die 6 Teilnehmenden mit dem Freiwilligenengagement. Ein Vertreter der Landesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen in Sachsen-Anhalt stellte den Anwesenden die Möglichkeiten der Einbindung und Unterstützung durch das Ehrenamt vor. Ziel war es, zu beraten, ob Teilprojekte des Gesamtprojektes Bernburg bewegt über die Ehrenamtlichen weitergeführt werden können. Der anschließende Diskussionsprozess zeigte, dass über die Möglichkeit der stärkeren Einbindung von Ehrenamtlichen schon des Öfteren nachgedacht wurde. Verschiedene Einsatzoptionen sollten für die Institutionen der Stadt geprüft werden.

Das letzte Steuerkreistreffen am 26.01.11, an dem 8 Personen teilnahmen, diente zur Reflexion der Stadt-Gesundheitskonferenz im November 2010 und zur Vorbereitung der Bündnisver-

sammlung mit Werkstattgesprächen im Februar 2011. Alle Anwesenden sprachen sich aufgrund der Erfahrung für eine Fortführung der Stadt-Gesundheitskonferenz aus. Die Vielzahl der unterschiedlichen Blickpunkte auf das Thema Gesundheit wurde als positiv empfunden und sollte so beibehalten werden. Zustimmung erhielt der Vorschlag der Projektleitung, statt eines offiziellen Projektabschlusses, mit Gesundheitswerkstätten in die Zeit nach dem Projekt überzuleiten. Bei der Wahl der Moderatorinnen und Moderatoren achteten die Initiatoren darauf, dass die Verantwortung in die Hände von Vertreterinnen und Vertretern der städtischen Bereiche gelangte. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der LVG sollten ihre landesweiten Serviceangebote vorstellen, auf die Bernburg in der Zukunft auch weiter zurückgreifen kann, um seine Arbeit fortzusetzen. Die Mitglieder des Steuerkreises einigten sich, weiter unter der Leitung des stellvertretenden Oberbürgermeisters regelmäßig zu tagen, um über aktuelle Projekte zu beraten und die jährlich stattfindenden Stadt-Gesundheitskonferenzen vorzubereiten. Mit einem bewegten Auftakt und einem bewegten Abschluss – mit Minigolf und Bewegungstheater - gab es erneut Anregungen für mehr Alltagsbewegung.

### 7.2.3. Arbeitskreise

- **Arbeitskreis KiTa**

Der Arbeitskreis konstituierte sich am 19.11.08. 27 Erzieherinnen und 2 Leiterinnen aus 11 Kindertagesstätten und 3 Horten nahmen daran teil. In seinem ersten Treffen wurden die bisherigen Entwicklungsstände in den Themenbereichen Bewegung und Ernährung in den KiTas der Stadt Bernburg präsentiert und Erfahrungen und Erkenntnisse ausgetauscht. Ideen für die zukünftige Entwicklung wurden diskutiert und der notwendige Unterstützungsbedarf ermittelt.

Am 13.05.09 tagte der Arbeitskreis mit 15 KiTas (2 bereits aus dem Landkreis, da sie eingemeindet werden sollen). Hier wurden alle Teilprojekte, die im Setting KiTa durchgeführt werden sollten, von den Projektmitarbeiterinnen und -mitarbeitern vorgestellt, die Zeitschiene aufgezeigt und Fragen beantwortet (Audit Gesunde KiTa, Gesundheitskoffer Fit von klein auf, Bewegungspfade und Vereinspatenschaften).

Für die Folgeveranstaltungen wurden jeweils zwei bis vier KiTas eingeladen, um die o. g. Maßnahmen genauer zu beraten:

- 13.07.09 KiTas „Fröbel“, „Kleine Stifte“, „Fuhneknirpse“ und „Löwenzahn“
- 14.07.09 KiTas „Albert Schweizer“, „Marienkäfer“, „Benjamin Blümchen“, „Regenbogen“
- 22.07.09 KiTas „Bussi Bär“, „Nesthäkchen“ und „Sonnenkäfer“
- 04.08.09 KiTas „Grönaer Spatzen“ und „Villa Kunterbunt“
- 13.08.09 KiTa „Kindervilla“, Hort „ Franz Mehring“ und Hort „J. W. Goethe“

Mit jeder KiTa wurden Individualberatungen im Vorfeld und/oder im Nachgang der AK-Sitzungen zur Umsetzung der Teilprojekte in der eigenen KiTa durchgeführt. Die Umsetzungsvarianten der einzelnen Teilprojekte sind sehr unterschiedlich. Sie unterscheiden sich in den räumlichen Gegebenheiten, in der Personalausstattung und in den Umsetzungsvorstellungen. Das erfordert einen sehr differenzierten Betreuungsbedarf durch das unterstützende Projektteam.

Die Planungswerkstatt zu den Bewegungspfaden fand am 19.10.09 als Fortbildungsveranstaltung im Rahmen einer Arbeitskreissitzung statt. Die Inhalte der Planungswerkstatt sind unter dem Punkt „Bewegungspfade“ näher erläutert.

Auf der Sitzung des Arbeitskreises am 06.05.10 mit 15 Teilnehmenden entwickelten die Anwesenden die Vision einer gesunden KiTa und legten individuelle Schwerpunkte für die Ausrichtung der KiTas im Projekt fest. Die LVG sicherte Begleitung bei der Entwicklung zu. Die Teil-

nehmenden konnten sich dann über Aktivitäten informieren, die für die KiTas und Horte interessant sein könnten z.B. die Gestaltung eines Spiel- und Familiensportplatzes. Im Anschluss fand ein Erfahrungsaustausch zum Umgang mit dem Gesundheitskoffer „Fit von klein auf“ statt.

Am 09.09.10 tagte der Arbeitskreis KiTa, um Bilanz zu ziehen, weitere Aktivitäten im Bereich der Qualitätsentwicklung zu planen und um die Arbeit nach Projektabschluss zu beraten. Die Mitglieder sprachen sich mehrheitlich dafür aus, unter Leitung der Verantwortlichen der Stadt für Kindertagesstätten und Horte zweimal im Jahr zu treffen, um über die gesundheitsfördernde Ausgestaltung in allen Kinderbetreuungseinrichtungen zu sprechen. Zum Abschluss einigte sich der Arbeitskreis auf eine KiTa-Leiterin, die auf der Stadt-Gesundheitskonferenz die gesundheitsfördernde Profilierung ihrer Einrichtung präsentieren sollte.

- **Arbeitskreis Schule**

Der Arbeitskreis konstituierte sich am 19.11.08. 8 Lehrerinnen und Lehrer und 2 Schulleiterinnen und Schulleiter aus 6 Schulen sowie eine Vertreterin des Kultusministeriums nahmen daran teil. Die Arbeitskreismitglieder verständigten sich über die bisherige Implementierung der Themen Bewegung und Ernährung im Schulalltag, gingen auf die Besonderheiten der Schulformen ein und entwickelten erste Ideen für bewegte Bildungseinrichtungen. Landesweite Angebote zur gesundheitsförderlichen Schulentwicklung wurden vorgestellt und deren Inanspruchnahme erörtert. Unterstützungsbedarf wurde formuliert und die Ergebnisse des ersten Arbeitstreffens dokumentiert.

Am 12.05.09 wurde ein Arbeitskreis „Schule“ mit den 5 Grundschulen durchgeführt. In diesem wurden den Schulvertreterinnen und -vertretern die Teilprojekte näher vorgestellt, die im Setting Schule umgesetzt werden sollen. Des Weiteren wurde die Zeitschiene für die Umsetzung bis 02/2011 aufgezeigt und Fragen zu den Teilprojekten beantwortet (Audit Gesunde Schule, Gesundheitskoffer, Bewegungspfade, Ernährungsoasen und Betriebliche Gesundheitsförderung).

Die nächsten AK-Termine, am 12.08.09 mit 4 Bernburger Schulen („Regenbogen“, „Carolinum“, „Diesterweg“ und der „Berufsbildenden Schule“), am 19.08.09 mit 3 Schulen („Goethe“, „Franz-Mehring“, „Lebensweg“), am 25.08.09 mit 2 Schulen („Martinszentrum“, „Otto-Dorn“) und am 02.11.09 mit 3 Schulen (Talstadt“, „Heinrich Heine“ und „Campus Technicus“) wurden jeweils zur Beratung der Umsetzung der Bewegungspfade, der Ernährungsoasen, des Einsatzes des Gesundheitskoffers, der betrieblichen Gesundheitsförderung, des Projektes „Fit und Vital“, des Projektes „Klasse in Sport“ und der schulischen Qualitätsentwicklung genutzt.

Eine weitere Sitzung des Arbeitskreises fand am 24.02.10 mit 12 Bernburger Schulen statt. Hier waren die Schulkoordinatorinnen und -koordinatoren eingeladen, sich zum Thema Lehrergesundheit fortzubilden. Des Weiteren wurden die Projekte in der Phase 03/2010 – 02/2011 im schulischen Bereich erläutert und gemeinsam überlegt, wie der Schulalltag noch gesundheitsförderlicher gestaltet werden kann.

Mit jeder einzelnen Schule wurden Individualberatungen im Vorfeld und/oder im Nachgang der AK-Sitzungen zur Umsetzung der Teilprojekte in der eigenen Schule durchgeführt.

Die letzte Arbeitskreissitzung im Rahmen des Projektes fand am 26.10.10 mit 7 Schulkoordinatorinnen und -koordinatoren statt. Diese berichteten über Ihre Erfahrungen bei der Umsetzung der Teilprojekte Betriebliche Gesundheitsförderung, Ernährungsoase und Bewegungspfad. Im Mittelpunkt stand die Frage, wie es nach Projektende in den Schulen weiter gehen soll. Alle anwesenden Schulvertreterinnen und -vertreter sprachen sich dafür aus, die Bewegungspfade und Ernährungsoasen mit entsprechenden Sponsorengeldern weiter auszubauen. Betriebliche

Gesundheitsförderung soll weiterhin ein Schwerpunktthema in den Schulen sein. Dazu erklärten sich die Anwesenden bereit, mindestens 1 Kleinprojekt im Jahr an den Schulen in Eigenregie durchzuführen. Es folgte ein Austausch über den Sachstand zum Audit Gesunde Schule und zu den Bemühungen zur Qualitätsentwicklung schulischer Gesundheitsförderung. Dann informierte der Projektleiter darüber, in welcher Art und Weise die LVG auch nach Projektende die Schulen in Bernburg und Umgebung unterstützen könnte. Es wurde vereinbart, dass alle Schulen in den Informations- und Veranstaltungspool der LVG aufgenommen und dadurch Zugang zu allen schulrelevanten Angeboten erhalten. Der AK Schule wird unter Leitung der Campus Technicus Sekundarschule weitergeführt und soll sich zweimal im Jahr treffen, um gemeinsame Aktivitäten zu planen und in den Schulen umzusetzen. Campus Technicus wird sich zur neuen Knotenpunktschule im Landesnetzwerk gesunder Schulen profilieren.

- **Arbeitskreis Sportverein/ Bewegung**

Zur Beratung und Abstimmung der Vorhaben für 2009, Erstellung des Bewegungskalenders, Transfer familienfreundlicher Sportverein und Entwicklung neuer Bewegungsangebote traf sich der Arbeitskreis am 08.12.08. zum ersten Mal, vertreten waren 4 Institutionen.

Der Arbeitskreis Sport/Bewegung tagte erneut am 29.04.09. Der Schwerpunkt dieser Sitzung lag in der zeitlichen Umorientierung der geplanten Maßnahmen aufgrund der verzögerten Bewilligungsmodalitäten. Es wurde festgelegt, dass die gesamten Aktivitäten im Projekt Bernburg bewegt! analog dem Veranstaltungskalender der Stadt in einem Bewegungskalender aufgeschrieben und veröffentlicht werden. Die Idee, Vereinspatenschaften zwischen Sportvereinen und KiTas zu gründen, wurde vorgestellt und die Umsetzung diskutiert. Der TV Askania und der PSV Bernburg wurden ausgewählt, um sich als familienfreundliche Sportvereine weiter zu profilieren.

Am 18.08.09 fand die nächste Arbeitskreissitzung statt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden über den aktuellen Stand von Bernburg bewegt! und über die geplanten Aktivitäten des Kreissportbundes im Jahr 2009 im Rahmen des Projektes informiert. Schwerpunkt dieser Sitzung war der Aufbau von Vereinspatenschaften. Hier wurde deutlich, dass zu wenig Übungsleiterinnen und -leiter ausgebildet sind, um alle KiTas mit einem Vereinspaten auszustatten. Die anwesenden Sportvereine beschlossen, durch eine Offensive zur Übungsleitergewinnung 2010 diese Situation zu verändern. In einem sich anschließenden Planungsgespräch wurde die Förderung des Gesundheitssportes und die Vereinsentwicklung durch den familienfreundlichen Sportverein besprochen sowie die weitere Vorgehensweise festgelegt.

Der Arbeitskreis Bewegung traf sich am 27.10.10 um mit 8 Vereinen, um über Vereinsentwicklung vor dem Hintergrund der demografischen Entwicklung zu beraten. Die Teilnehmer tauschten sich über die Projektentwicklung aus und beschlossen, sich auch nach Projektabschluss einmal im Jahr über die Projektverstetigung Bernburg bewegt! zu verständigen.

- **Arbeitskreis Migration**

Am 01.12.2008 konstituierte sich der Arbeitskreis. Auf der Veranstaltung wurden Vertreterinnen und Vertreter von Migrationsberatungs- und -betreuungsstellen über das Projekt informiert und mit Hilfe einer Zukunftswerkstatt gewonnen, sich in einem Arbeitskreis „Migration“ für die Bewegungs- und Ernährungsbelange von Bernburger Migranten verstärkt einzusetzen sowie sich mit eigenen Maßnahmen am Aktionsbündnis Bernburg bewegt! zu beteiligen. 5 Personen aus 3 Einrichtungen waren anwesend. Eine Kartenabfrage zur Interessenlage der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zur Mitwirkung am Projekt „Bernburg bewegt!“, zeigte verschiedene Möglichkeiten z.B. Kochkurse „gesundes – interkulturelles - generationsübergreifendes Kochen“, Ausge-

staltung eines Familiensportplatzes, Einrichtung eines Fitnessraumes im Stadtteilhaus zur Umsetzung in den eigenen Einrichtungen auf. Die Anwesenden entschlossen sich, ihre Vorschläge in einer internen Beratung zu diskutieren und ihre abgestimmten Maßnahmen im Projektfolgeantrag einzubringen. Die Vertreterin der St. Johannis GmbH erklärte sich bereit, als AK-Sprecherin zu fungieren.

Nach der Gründung des Arbeitskreises Migration am 01.12.2008 ermittelten die Mitglieder in ihrer nächsten Sitzung am 03.06.09 den Bedarf in den Einrichtungen zu den Themen Bewegung und Ernährung. Sie besprachen die Zielgruppen, die in Fortbildungen erreicht werden sollen und die Fortbildungsausrichtungen.

In der Sitzung am 20.08.09 lag der Schwerpunkt in der Konzipierung des Fitnessraumes im Stadtteilhaus Jung & Alt. Hier wurde festgelegt, welche Fitnessgeräte angeschafft werden sollten und wie die Räume zu gestalten sind.

Am 22.10.09 traf sich der Arbeitskreis erneut, um ein Nutzungskonzept für den Fitnessraum zu erarbeiten. Dazu wurde ein Lobbyist (Botschafter für Bernburg bewegt!) eingeladen. Der Betreiber eines Fitnessstudios in Bernburg, der künftig auch eine Beraterfunktion einnehmen soll, besichtigte mit den Anwesenden die Räumlichkeiten, gab Ratschläge zur Einrichtung und Geräteauswahl. Es wurde gemeinsam festgelegt, dass zwei getrennte Räume eingerichtet werden, ein Raum zum Kraft- und Muskeltraining für Jüngere und ein Raum zum Konditionstraining für Ältere. Das unterstützende Fitnessstudio erklärte sich bereit, 2 Spinningräder zu sponsern und Jugendliche, junge Migranten und Senioren in die Geräte einzuweisen.

In der Sitzung am 24.03.10 lag der Schwerpunkt in der Konzipierung des Familiensport- und -spielplatzes auf dem Freigelände des Mehrgenerationenhauses. Ziel der 7 Teilnehmenden war es, Spiel- und Sportgeräte anzuschaffen, die es der ganzen Familie ermöglichen, in Bewegung zu geraten und das Mehrgenerationenhaus zu einem Ort werden zu lassen, der als zentraler Begegnungsort für alle Interessierten und alle Nationalitäten wahrgenommen wird. Eingeladen waren neben den AK-Mitgliedern auch Vertreterinnen und Vertreter der Stadt. In einem Diskussionsprozess wurden die Ziele, die mit der Errichtung eines solchen Familiensport- und Freizeitplatzes verbunden sind, die Zielgruppen, die ihn später nutzen sollen, die Verantwortlichkeiten für die künftige Instandhaltung und die anzuschaffenden Spiel- und Sportgeräte abgestimmt und festgelegt. Ein Nutzungskonzept wurde im Nachgang erarbeitet und mit den Mitgliedern des AK abgestimmt.

Am 23.06.10 fand eine weitere Arbeitskreissitzung zur Vorbereitung des großen Familien-Bewegungstreffs am 13.08.10 statt. Die 7 Anwesenden entschieden sich, einen Bewegungsparcours im Stadtteil Bernburg-Südost mit insgesamt 10 Stationen zu gestalten und den teilnehmenden Familien so ihren Stadtteil mit seinen Bewegungsmöglichkeiten und die neuen mobilen Sport- und Spielgeräte des Stadtteilhauses näher zu bringen. Besprochen wurden die einzelnen Stationen mit ihren Zielstellungen und die Unterstützung durch KSB Salzlandkreis e.V. Weiterhin einigten sich die Anwesenden, den Arbeitskreis unter Leitung der Chefin des Mehrgenerationenhauses fortzuführen und sich zweimal im Jahr zu treffen, um bevölkerungsbezogene gesundheitsfördernde Aktivitäten zu planen. Aufgrund des Schwangerschaftsurlaubes der Leiterin des Mehrgenerationenhauses wurde die nächste Sitzung auf den 22.06.11 festgesetzt.

- **Arbeitskreis Jugendhilfe**

Am 04.12.2008 wurden Vertreterinnen und Vertreter der Jugendhilfe eingeladen, sich über das Projekt zu informieren und einen Arbeitskreis Jugendhilfe zu gründen. Dieser sollte sich vorrangig für die Belange von Jugendlichen – insbesondere benachteiligten Jugendlichen - im Rah-

men des Aktionsbündnisses Bernburg bewegt! einsetzen. 5 Institutionen zeigten mit ihrer Anwesenheit Interesse an dem Projekt. In einer ersten Abfragerunde zu den Interessenlagen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden erste Vorschläge z.B. Anlegen eines Niedrigseilgartens, Durchführen von Kochkursen „Ausgewogen und gesund kochen trotz Hartz IV“, Elternbildung zu gesunder Ernährung und zu Bewegungsmöglichkeiten unterbreitet. Eine Vertreterin des SOS – Beratungszentrums erklärte sich bereit, den Arbeitskreis Jugendhilfe zu leiten und zu einer ersten Sitzung alle in Frage kommenden Vertreter im ersten Quartal 2009 einzuladen.

Nach der Gründung des AK Jugendhilfe am 04.12.2008 wurde in der nächsten Sitzung am 22.04.09 über die zeitliche Aufteilung der Maßnahmen sowie über die Prioritätensetzung gesprochen. Aufgrund der verzögerten Bewilligungsmodalitäten einigten sich die Mitglieder des Arbeitskreises, mit dem Kochkurs „Familienkochtopf“ im Juni zu beginnen. Es wurde über die Gewinnung von Teilnehmerinnen und Teilnehmer für den Kochkurs gesprochen, das Hartz IV-Kochbuch von Glinka und Meier gesichtet und festgelegt, es der Köchin/dem Koch des neuen Kochkurses als Grundlage zu empfehlen.

In den AK-Sitzungen am 17.06.09 und am 20.08.09 ermittelten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer den Fortbildungsbedarf in den Einrichtungen zu den Themen Bewegung und Ernährung. Festgestellt wurde, dass die Themen Früh- und Mittagsversorgung sowie Motivation zur Bewegung von Jugendlichen bearbeitet werden müssten. Laut Aussagen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer gibt es da Schwierigkeiten. Die Anwesenden entschieden sich, erst das Thema „Gesunde Früh- und Mittagsversorgung“ für die Zielgruppe Selbsthilfegruppenleiterinnen und -leiter, Vertreterinnen und Vertreter von Einrichtungen, die Ihre Kunden selbst versorgen sowie Jugendliche im Bereich Jugendhilfe anzugehen.

Am 16.12.09 wurde eine neue Idee, ein Sommercamp zu organisieren, im AK-Treffen besprochen. Gemeinsam mit dem AK Migration und verschiedenen Partnern sollte dieses Camp organisiert und durchgeführt werden.

In der Sitzung am 26.04.10 bereiteten die 10 Anwesenden das geplante Sommercamp vor. Entschieden wurde, das Camp für Hartz IV-Familien auszurichten. Eine Ökotrophologin sollte für den Ernährungsteil, der KSB Salzland e.V. und die Freizeit GmbH für die Bewegungsparts einbezogen werden. Die LVG erklärte sich bereit, federführend für die Umsetzung an diesen beiden Tagen verantwortlich zu sein. Die Partner vor Ort sollten lernen, zukünftig selbst solche Veranstaltungen zu planen und zu organisieren. Nach einem Diskussionsprozess legte der Arbeitskreis fest, EDEKA als Sponsor für die benötigten Lebensmittel zu gewinnen. Ausgewählte Sportvereine der Stadt sollten ihre Angebote vorzustellen und über Möglichkeiten der Beitragsübernahme für sozial Benachteiligte informieren. Die Aufgaben wurden unter den Anwesenden aufgeteilt. Im letzten Tagesordnungspunkt beschlossen die Arbeitskreismitglieder zum Weltkindertag in Ihren Einrichtungen jeweils zu den Themen Ernährung und/oder Bewegung eigene Aktivitäten anzubieten, um die Kinder und Jugendlichen für diese Themen zu sensibilisieren. Die Vorüberlegungen dazu sollten in den jeweiligen Einrichtungen bis zur nächsten Arbeitskreissitzung abgeschlossen sein.

Am 14.09.10 trafen sich die AK-Mitglieder, um ihre geplanten Maßnahmen zum Weltkindertag vorzustellen, diese zu diskutieren und gegebenenfalls zu optimieren. Im Nachgang entschieden die Anwesenden, eine gemeinsame Pressemitteilung herauszugeben. Des Weiteren wurden die Kommunikationswege besprochen, um auf diesen Tag aufmerksam zu machen und ausreichend Interessierte zu gewinnen.

Am 01.12.10 traf sich der Arbeitskreis das letzte Mal im Rahmen des Projektes. Hier wurde Bilanz gezogen und die Möglichkeiten der Fortführung besprochen. Die Anwesenden einigten sich, das Thema weiterzupursuchen und künftig das Thema Gesundheitsförderung in mindes-

tens zwei städtischen Treffen der Jugendhilfeträger zu behandeln in die alle AK-Mitglieder eingebunden sind.

#### • **Arbeitskreis Unternehmerforum**

Sieben Unternehmen folgten der Einladung zum Unternehmerforum – der Zukunftswerkstatt für regionale Klein- und Mittelbetriebe (KMU) - am 24.11.2008. Nach der Vorstellung des Projektes *Bernburg bewegt!* wurden Möglichkeiten betrieblicher Gesundheitsförderung und die Mitwirkung und Vernetzung mit dem neuen Stadtprojekt aufgezeigt. In der nachfolgenden Ideenwerkstatt stellten die Unternehmen ihre bisherigen Aktivitäten in der Prävention und Gesundheitsförderung in und außerhalb ihrer Betriebe vor. In der Diskussion wurden verschiedene gemeinsame Projektaktivitäten besprochen. Die Teilnehmer bekundeten ihr Interesse sich in einem Arbeitskreis zu beteiligen, sofern dieser als offene Struktur den betrieblichen Kontext berücksichtigt.

Am 18.08.09 fand ein Vorbereitungsgespräch zum 2. Unternehmerforum mit dem ausrichtenden Betrieb Solvay Chemicals GmbH statt.

12 Vertreterinnen und Vertreter aus 10 Unternehmen folgten der gemeinsamen Einladung Solvays, der Stadt Bernburg und der LVG zum 2. Unternehmerforum – der Zukunftswerkstatt für regionale Klein- und Mittelbetriebe (KMU) - am 06.10.2009.

- Klinikum Bernburg gGmbH
- esco- GmbH & Co. KG
- Fraunhofer-Institut für Fabrikbetrieb und –automatisierung
- Solvay Chemicals GmbH
- Hochschule Anhalt (FH)
- Wohnungsgenossenschaft Bernburg e.G.
- BARMER Ersatzkasse
- IKK gesund plus
- AOK Sachsen-Anhalt
- Institut für Arbeits- und Sozialhygiene

Im Mittelpunkt dieses Forums stand „Ergonomisches Arbeiten“. Mit zwei Fachvorträgen durch das Fraunhofer Institut sowie durch die LVG gab es Impulse für den Austausch. In der Diskussion ging es um mögliche Finanzierungsmodelle des ergonomischen Arbeitens in den unterschiedlichen Firmen. Eine komplette Analyse des Fehlverhaltens bzw. Fehlbewegens des Arbeitnehmers an seinem Arbeitsplatz bilden eine Grundvoraussetzung, um langfristige Verbesserungen herbeizuführen und Nachfolgeerkrankungen zu verhindern. Über Möglichkeiten der Co-Finanzierung zur Analyse in den Unternehmen wird es individuelle Gespräche mit dem Fraunhofer Institut geben. Die Teilnehmenden bekundeten ihr Interesse, die Foren weiterhin fachspezifisch auszurichten.

Das dritte Unternehmerforum folgte am 08.09.10 mit dem Schwerpunkt „Gesund durch Raucherentwöhnung“ in Bernburger Betrieben. 9 Vertreterinnen und Vertreter aus ortsansässigen Unternehmen nahmen das Angebot wahr, zu diesem Thema die neuesten Entwicklungen zu erfahren. Der Projektleiter informierte die Anwesenden über Aktuelles im Projekt *„Bernburg bewegt!“*, das auch für Unternehmen von Interesse sein könnte. Dann berichtete eine Arbeitsmedizinerin, die verschiedene Bernburger Unternehmen betreut, über Ihre Erfahrungen mit der Thematik und den bisherigen Erfolgen. Eine weitere Referentin, informierte über die Möglichkeiten der Raucherentwöhnung. In einer Podiumsdiskussion nutzen die Anwesenden die Gelegenheit, um ihre individuellen Fragen zur Thematik an die Referenten zu stellen. Eine abschließende Befragung der Teilnehmenden ergab, dass das Unternehmerforum weitergeführt werden sollte.

- **Arbeitskreis Gesundheitsdialog**

Am 04.11.09 führte die LVG gemeinsam mit dem Klinikum Bernburg gGmbH und dem Gesundheitsamt des Salzlandkreises den 1. Gesundheitsdialog für Gesundheits- und Heilberufe durch. Mit diesem sollten weitere Partnerinnen und Partner zur Mitarbeit im Bündnis gewonnen werden. Eingeladen waren Kinder- und Hausärzte, Apotheken, Krankenkassen und das Klinikum aus Bernburg. Der Einladung folgten 10 Personen aus 8 verschiedenen Institutionen/ Selbständige (Krankenkassen, Heilpraktiker).

Die Projektleitung stellte das Projekt Bernburg bewegt! vor und zeigte erste Ansätze einer möglichen Zusammenarbeit mit den Anwesenden auf, die im Anschluss als Diskussionsgrundlage dienten. Alle Anwesenden wurden gebeten, ihre bisherigen Berührungspunkte mit dem Projekt und ihre Sichtweise, wie sie sich in das Projekt einbinden könnten, aufzuzeigen. Daraus ergab sich, dass die Anwesenden die Durchführung eines gemeinsamen Gesundheitstages in Bernburg favorisierten. Es wurde festgelegt, weitere Partnerinnen und Partner für die Mitwirkung im Gesundheitsdialog zu gewinnen.

Der zweite Gesundheitsdialog fand am 27.10.10 mit 26 Interessierten statt. Dieser Dialog beschäftigte sich mit dem Thema Kindergesundheit und galt der Ausbildung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren. Eine Referentin vom Robert-Koch Institut führte mit einem Vortrag in die Thematik ein und dann berichtete eine Familienhebamme aus Sachsen-Anhalt aus Ihrer Praxis. In der anschließenden Diskussion besprachen die Teilnehmenden des Forums wie sie in Ihrer Arbeitspraxis die Entwicklung des Ernährungs- und Gesundheitsverhalten der Kinder positiv beeinflussen. Weiteres Gesprächsthemen waren: Unterschiede bei der Entwicklung der Kinder von Alleinerziehenden und Familien mit zwei Elternteilen, Aktivitäten der Stadt gegen Kinderarmut und wie Zugänge zu Gesundheitsleistungen für sozial schwache Familien verbessert werden können. Die Anwesenden erklärten sich bereit, die Idee der Familienhebamme auch für Bernburg zu prüfen. Die Empfehlungen aus diesem Dialog wurden der Stadtverwaltung übermittelt. Die Anwesenden äußerten den Wunsch zur Weiterführung. Das Klinikum erklärte sich bereit, die Federführung eines Dialoges im Jahr zu übernehmen.

#### **7.4 Aktionstage**

Insgesamt wurden im Berichtszeitraum 18 Aktionstage durchgeführt, davon 8 in der Auftakt- und 10 in der Umsetzungsphase.

- **Aktionstag „Gesundheitstag Bernburg bewegt!**

Mit den Partnern des Aktionsbündnisses wurde als Abschlussveranstaltung der Aufbauphase ein Gesundheitstag für die Bernburger Bevölkerung vorbereitet und am 28.01.09 durchgeführt. Am Vormittag wurden mit den 5. und 6. Klassen der Sekundarschule Südost in Bernburg vier Workshops: zwei zu „Gesunde Ernährung - Leckerer fürs Auge und den Magen“ (kalte und warme Küche), „Bewegung mal etwas anders“ (Inselhüpfen, Gymnastikübungen, Koordinations- und Gleichgewichtsübungen, Karate, Kampfsport, Selbstverteidigung) und „Herzgesund“ (Parcours bestehend aus 4 Stationen) umgesetzt. Ziele dieser Workshops mit 112 Schülerinnen und Schülern der Sekundarschule waren:

- Wissensvermittlung zu den Themen Ernährung, Bewegung und Herzgesundheit
- Wecken des Interesses, körperlich aktiver zu werden und sich gesünder zu ernähren
- Sensibilisierung des Lehrpersonals für diese Thematik
- Sensibilisierung der Eltern für eine gesündere Ernährung (Rezepte)

Am Nachmittag, in der Zeit zwischen 15.00 und 18.00 Uhr wurde ein Gesundheitsmarkt für die Bernburger Bevölkerung durchgeführt. Die in Bernburg ansässigen Sportvereine, Krankenkassen und die Trophus-Praxis für Ernährungsberatung stellten ihre Angebote zu den Themen Bewegung und Ernährung vor. Damit sollte erreicht werden:

- Bekanntmachung von Möglichkeiten, sich in Bernburg mit den Themen Ernährung und Bewegung zu beschäftigen
- Wissensvermittlung
- Wecken des Interesses, körperlich aktiver zu werden
- Sensibilisierung für ein gesundes und altersgerechtes Ess- und Trinkverhalten
- Erprobung, ob diese Form der Informationsvermittlung bei den Bernburgern ankommt

Die beteiligten Schülerinnen und Schüler nahmen begeistert die Angebote in Anspruch und äußerten den Wunsch, solche Aktionstage regelmäßig zu erleben. Die Lehrkräfte waren überrascht, das Lerninteresse ihrer Schüler im Projektzusammenhang zu erleben. Das Angebot für die Bevölkerung wurde in der Hauptsache von den bereits gesundheitsbewussten Bürgerinnen und Bürgern genutzt. Insgesamt war die Inanspruchnahme des Nachmittagsangebotes zu gering. Für Folgeveranstaltungen wurde überlegt, andere Informationswege zu nutzen und ggf. das Angebot anzupassen.

#### • **Aktionstag „Bewegte Jugend“**

Am 29.03.2009 wurde der Aktionstag „Bewegte Jugend“, der von der Stadt Bernburg im Rahmen des Projektes organisiert wurde, durchgeführt. Hauptanliegen war die Einweihung eines Fußballfeldes, das über Fördergelder finanziert wurde. Zu Beginn weihte der Bürgermeister und weitere Vertreterinnen und Vertreter der Stadt sowie der Sponsoren das Fußballfeld offiziell ein und übergaben es an die Kinder. Alle Grundschulen waren an diesem Tag eingeladen, mit ihren Fußballmannschaften ein Turnier zu bestreiten. Die teilnehmenden Kinder erhielten zusätzlich die Möglichkeit, sich an verschiedenen Stationen entweder zu bewegen oder mit dem Thema Ernährung zu beschäftigen. Eingebunden waren der KSB, der Ruderverein Bernburg, das Deutsche Rote Kreuz, die Sparkasse und viele andere Partnerinnen und Partner. Aufgebaut waren Stationen zum Gleichgewichtssinn, zur Ernährungspyramide, zum Balancieren, zur Grob- und Feinmotorik, zur Zielsicherheit und eine Hüpfburg. Die Nutzungsmöglichkeiten des neuen Fußballfeldes für die Schulen wurden festgelegt und den Horten und KiTas Nachmittagszeiten zur Verfügung gestellt. In einer Einschätzung der Stadt (Überprüfung der Nutzungsplanung) konnte die rege Nutzung des Spielfeldes nachgewiesen werden.

#### • **Aktionstag „Frühkindliche Bildung – Umsetzung des Bildungsauftrages“**

Am 19.09.2009 lud das Jugendamt des Salzlandkreises zu einem Aktionstag „Frühkindliche Bildung – Umsetzung des Bildungsauftrages“ Leiterinnen und Leiter sowie Erzieherinnen und Erzieher von Kindertageseinrichtungen ein. Ziel der Veranstaltung war die Vorstellung neuer Bildungskonzepte innerhalb des Projektes Bernburg bewegt! 150 Teilnehmerinnen und Teilnehmer folgten der Einladung. In mehreren moderierten Workshops konnten sie sich fachlich mit dem Thema auseinandersetzen. Im Workshop der Landesvereinigung für Gesundheit mit dem Thema Bewegung/Ernährung wurden die 19 anwesenden Teilnehmerinnen und Teilnehmer intensiv mit Bewegungselementen für KiTa-Kinder vertraut gemacht. Des Weiteren wurden verschiedene Aktionen und gute Praxisprojekte aus dem Landkreis, die im Bereich der Ernährung mit Kindergartenkindern durchgeführt werden können, vorgestellt. Besonders deutlich wurde beim anschließenden Erfahrungsaustausch, dass die KiTas mit den Inhalten in den Frühstücksdosen zu kämpfen haben und viele Eltern nicht auf die Ratschläge der Erzieherinnen und Erzieher eingehen. Mit den Ernährungsöasen, die im zweiten Teil des Projektes Bernburg bewegt!

umgesetzt werden sollen, soll dieses Thema aufgegriffen und die KiTas bei der Intervention unterstützt werden.

- **Aktionstag „Inlinertag“**

In Kooperation mit dem KSB Salzland e.V. fand am 25.09.2009 ein Inliner-Tag statt, bei dem das Projekt Bernburg bewegt! mit einem Stand zur Ernährungsberatung eingebunden war. Ca. 60 Teilnehmerinnen und Teilnehmer nahmen das Angebot wahr und führten entweder ein Sicherheitstraining durch, nahmen am Wettbewerb „Schnellster Inlinerfahrer“ teil und/oder absolvierten verschiedene Spiele (z.B. Streetsoccer, AirHockey usw.) und informierten sich am Ernährungsstand über eine gesunde Ernährung bei sportlichen Aktivitäten. Im Vorfeld wurden zwei Handzettel zum Thema „Sport und Ernährung“ sowie „Trinken beim Sport“ erarbeitet (das richtige Sportgetränk und die passende Zwischenmahlzeit) und an die interessierte Bevölkerung an diesem Tag ausgegeben. Die Nachfragen und der große Andrang an diesem Stand zeigten das Interesse bzw. den Bedarf an Informationen zu diesem Thema. Für die beiden initiierten Bewegungstreffs „Familien-Inlinertreff“ sollten durch die Veranstaltung neue Mitglieder gewonnen werden. Nach dem Aktionstag meldeten sich 3 neue Mitglieder bei den Bewegungstreffs an. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer äußerten den Wunsch nach einer Wiederholung des Aktionstages.

- **Aktionstag „Gesund-Herbst-Tag“**

Dieser Aktionstag, der gemeinsam von der Volksbank Bernburg und der Landesvereinigung für Gesundheit organisiert und am 15.10.2009 durchgeführt wurde, diente der Projektbekanntmachung bei den Volksbankkunden und der Wissensvermittlung zu den Themen Ernährung und Bewegung sowie zum Auseinandersetzen mit der eigenen Gesundheit. Die LVG präsentierte das Projekt mit der Ausgabe der Bewegungsmeilenkarten, der Infoblätter „Sport und Ernährung“ sowie „Trinken beim Sport“ und mit einer ständig durchlaufenden Powerpoint-Präsentation zu Projektkinhalten. Weiterhin konnten die Interessierten einige medizinische Parameter (z.B. BMI, Körperfett und CO-Gehalt der Lungenluft) messen und sich bei der anwesenden Ökotrophologin zum Thema gesunde und vollwertige Ernährung beraten lassen. Eine ortsansässige Apotheke bestimmte die Werte für den Blutzucker, Cholesterin und den Blutdruck. Ergebnis dieses Aktionstages war, dass bei der LVG viele Anrufe von interessierten Bürgerinnen und Bürgern, die an dem Tag anwesend waren, eingingen, die sich nach Möglichkeiten erkundigten, sich z.B. mehr zu bewegen bzw. zum Thema Ernährung Materialien abforderten. Die LVG nutzte diese Anrufe, um die gegründeten Bewegungstreffs bekannt zu machen.

- **Aktionstag „Bernburg schwimmt“**

Dieser Aktionstag wurde vom KSB Salzland e.V. für das Projekt Bernburg bewegt! organisiert und durchgeführt. In der Bernburger Schwimmhalle folgten am 07.11.2009 bei freiem Eintritt 101 interessierte Bürgerinnen und Bürger dem Aufruf „In der Halle bis nach Halle“. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von „Jung bis Alt“ sollten insgesamt eine Strecke von 40 Kilometern absolvieren. Viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer absolvierten 1000 Meter, aber auch Beiträge von 100 bis 200 Metern trugen dazu bei, dass das Endergebnis mit 80 erreichten Kilometern das geplante Ziel weit übertraf. Eine Stärkung an der Vitaminbar und eine Musikunterstützung trugen zum Erfolg der Veranstaltung bei. Die Hälfte der Teilnehmerinnen und Teilnehmer erfüllte dabei die Vorgabe von 200 Meter Schwimmen für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens.

- **Aktionstag „Bernburger Silvesterlauf“**

Am Silvestertag, dem 31.12.09, lud der KSB Salzland e.V. im Rahmen des Projektes Bernburg bewegt! zum Bernburger Silvesterlauf ein. 100 Läuferinnen und Läufer nahmen an dieser traditionellen Laufveranstaltung teil. Schlechtes Wetter und widrige Bodenverhältnisse verhinderten eine größere Teilnehmerzahl. Neben einem Schnupperlauf konnten Läufe über 2,3 und 6,9 Kilometer absolviert werden. Höhepunkt war die abschließende Siegerehrung mit Pokalen, Medaillen und Urkunden sowie die Verlosung von 30 Silvesterkarpfen.

- **Aktionstag „Schnupperkurse für Alltagsbewegung“**

Die vom KSB Salzland e.V. in 2009 im Rahmen des Projektes Bernburg bewegt! initiierten 8 Bewegungstreffe sollten der Bevölkerung vorgestellt und weitere Interessierte gewonnen werden. Am 08.02.2010 wurden 5 der 8 Bewegungstreffe (Grundschulsport, Tai Chi, KiTa-Sport, Senioren-Sport, Aerobic) in einer Großveranstaltung in der Eichenweg-Sporthalle in Bernburg vorgestellt. Die anderen 3 Bewegungstreffe (Fahrradtreff, Wandern und Familieninlinertreff) konnten aufgrund der Räumlichkeiten (Turnhalle) und der Witterungsverhältnisse (Schnee) nicht vorgestellt werden. An diesem Tag wurde die Bevölkerung eingeladen, im Stationsbetrieb diese Bewegungstreffe auszuprobieren. Vormittags nutzten dieses Angebot Kinder mehrerer Bernburger KiTas und zweier Schulklassen, nachmittags eher Seniorinnen und Senioren. Die LVG war mit einem Stand zur gesunden Ernährung vertreten. Um den Kindern spielerisch das Thema gesunde und ausgewogene Ernährung zu vermitteln, wurde die Ernährungswaage eingesetzt, die das Essen (in Bausteinform dargestellt und mit entsprechendem Gewicht belegt) in gesund und ungesund einteilen ließ und beim Verzehr die dafür nötigen Bewegungsaktivitäten, die zum Abbau des Essens erbracht werden müssten, ins Gleichgewicht setzte. Diese Form des Lernens kam bei den Kindern sehr gut an. Frische Apfelspalten und Mairübchenscheiben, die zum Naschen bereit standen, verdeutlichten die gesunde Ernährung. Auch gesunde Getränke durften an diesem Tag nicht fehlen. Eine Fruchtschorle aus Trauben- und Apfelsaft und Mineralwasser versorgte die Kinder neben der Flüssigkeit mit entsprechend Kohlenhydraten für schnell verfügbare Energie. Mehr als 150 Teilnehmerinnen und Teilnehmer nutzten das Angebot und bewegten sich an diesem Tag einmal mehr.

- **Aktionstag „ Tag der Gesundheit“**

Gemeinsam mit dem Bündnispartner Barmer GEK fand am 21.04.2010 ein Gesundheitstag für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kanzler und Pfau'schen Stiftung statt, der über gesundheitsbezogene Themen informierte. In verschiedenen Stationen konnten die Mitarbeiter den Blutdruck oder Blutzucker bestimmen lassen sowie einen Sehtest durchführen. Eine Rückenanalyse zeigte gerade den schwer hebenden Altenpflegerinnen ihre persönlichen Schwachstellen der Rückenmuskulatur auf. Entspannungstechniken mit Quigong waren ebenso gefragt wie gesund genießen am Buffet, das Azubis der Euro-Schule in Aken vorbereiteten. Die Vorteile der verschiedenen angebotenen Vollkornbrotsorten mit Möhren, Kürbiskernen oder Weizenkeimen erläuterte eine Ökotrophologin interessierten Personen. Nach Absolvierung von drei Stationen konnten sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit einer Massage belohnen. Insgesamt 80 Teilnehmende nutzten diese Angebote, um sich zum Thema Gesundheit zu informieren und über die Möglichkeiten der Förderung der eigenen Gesundheit beraten zu lassen.

- **Aktionstag „115 Jahre Klinikum Bernburg“**

Anlässlich des 115-jährigen Klinik-Jubiläums begleitete das Aktionsbündnis am 01.05.2010 den Tag der offenen Tür mit einem Aktionsstand zum Thema Ernährung. Hier konnten sich die Bür-

gerinnen und Bürger neben der Körperfettanalyse und der Bestimmung des Body-Mass-Index BMI Empfehlungen zu bestimmten Krankheiten einholen. Die Krankenhausköchinnen und -köche bereiteten ein gesundes Buffet vor und stellten zur Nachnutzung die Rezepte zur Verfügung. Krankenhausmitarbeiter/-innen luden Interessierte zur Besichtigung des neuen Hub-schrauberlandeplatzes ein, der an diesem Tag eingeweiht wurde und zeigten in der Betriebsführung verschiedene Arbeitsplätze des Klinikums. Vielfältige medizinische Vorträge beispielsweise zum Bauchaortenaneurysma oder zur Therapie von Schilddrüsenerkrankungen wurden sehr gut besucht. Informationen zur Patientenverfügung oder zur Beantragung von Pflegegeldstufen rundeten diesen Tag ab. Die Kinder der Besucher konnten in den Räumen der Physiotherapie unter fachkundiger Anleitung Bewegungserfahrungen sammeln. Dieser Aktionstag sollte den Bürgerinnen und Bürgern aus Bernburg und der Umgebung aufzeigen, dass ein Krankenhaus auch ein Ort der Prävention und nicht nur der Krankheit sein kann. Insgesamt folgten 350 Bürgerinnen und Bürger der Einladung des Klinikums.

- **Aktionstag „Generationssportfest Campus“**

Am 02.06.10 fand auf dem Gelände des Campus Technicus in Kooperation mit dem KSB Salzland e.V. und der AOK ein Generationssportfest mit ca. 150 Teilnehmenden statt. Ziel war es, vor allen die Eltern der Lernenden aus dem nahen Wohngebiet anzusprechen und zur Mitwirkung zu bewegen.

- **Aktionstag „Bernburg schwimmt“**

Am 22.06.10 organisierte der KSB Salzland e.V. gemeinsam mit der Stadt Bernburg erneut den Aktionstag „Bernburg schwimmt“. An diesem Tag nahmen 200 interessierte Bürgerinnen und Bürger das Angebot wahr und schwammen zusammen 100 km.

- **Aktionstag „Großer Familienbewegungsparcours“**

Diesen Aktionstag konzipierte der Arbeitskreisarbeit Migration und setzte ihn gemeinsam mit dem KSB Salzland e.V. am 13.08.2010 um. An allen wichtigen „Treffpunkten“ z.B. Apotheke, Mehrgenerationenhaus warben die Initiatoren um die Teilnahme von Familien aus dem Stadtteil Bernburg-Südost. Ca. 60 Personen aus der Umgebung nahmen das Angebot wahr. Auf den Freiflächen und den Spielplätzen im ganzen Wohngebiet wurden zehn Bewegungsstationen aufgebaut, bei denen die ganze Familie gemeinsam sportlich aktiv werden konnte. Die Stationen wurden jeweils von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Kreissportbundes Salzland e.V. betreut. Ein Laufzettel zeigte, ob alle Stationen von den Familien durchlaufen worden sind (z.B. Hüpf sack, Torwand schießen, Klettballewerfen, Pedalos laufen, Basketballkorb, Bewegungsquiz usw.). Zum Abschluss des Parcours konnten sich alle Teilnehmenden an einem kleinen Buffet stärken und ins Gespräch kommen. Ziel dieses Aktionstages war es, das Stadtteilhaus Jung & Alt als ein Familienspiel- und Erlebnisort zu präsentieren und die im Rahmen des Projektes Bernburg bewegt! angeschafften Spiel- und Sportgeräte vorzustellen, um zur späteren Nutzung auf dem Gelände zu animieren.

- **Aktionstag „Tag des Gartens“**

Gemeinsam mit Akteurinnen und Akteuren u.a. aus dem Kreissportbund, der Ökostation Neugattersleben und dem Zentrum für Bewegungsförderung Sachsen-Anhalt und Mecklenburg-Vorpommern, Geschäftsstelle Sachsen-Anhalt gestaltete das Aktionsbündnis Bernburg bewegt! am 14.08.10 den Tag des Gartens. Das Zentrum für Bewegungsförderung machte auf Fehlhal-

tungen in den Bewegungsabläufen bei der Gartenarbeit aufmerksam und stellte Angebote zur Vermeidung dar. Darüber hinaus luden Bewegungsangebote wie Boule, Minigolf und Riesenmikado zum Mitmachen ein. Alles Wissenswerte rund um das Thema Ernährung bot das Aktionsbündnis mit verschiedenen Verkostungen an. Ein pikanter und ein fruchtiger Shake fanden Anklang bei den Besuchern, die die Rezepte mitnehmen konnten. Ca. 50 Gartenbesitzer und ihre Familien folgten der Einladung. Gemeinsam mit dem Regionalverband der Kleingärtner Bernburg und Umgebung e.V. sollen weitere Angebote entwickelt und anderen Gartenvereinen, innerhalb und außerhalb des Regionalverbandes, zur Nachnutzung zur Verfügung gestellt werden. Geplant sind eine Kneippanlage und Sport- bzw. Spielplätze in Gartenanlagen. Damit könnten langfristig die ca. 3.500 Menschen, die im Verband organisiert sind, sowie ihre Familien angesprochen werden. „Bewegte“ Gärten könnten auch Anreize für junge Familien setzen, sich in diese Art der Freizeitgestaltung wieder stärker einzubringen und das soziale Miteinander zu pflegen.

- **Aktionstag „Kinder mehr bewegen, gesünder Essen“**

Anlässlich des Weltkindertages am 20.09.10 führten alle Jugendhilfeeinrichtungen individuelle Angebote zu den Themen Ernährung und Bewegung in ihren Einrichtungen für ihre zu betreuende Zielgruppe durch. Die Ankündigung für den Tag erfolgte durch Mund-zu-Mund Propaganda und selbstgestaltete Plakate für die jeweilige Einrichtung mit ihren Angeboten z.B. Tanzkurse, Walking Gruppen, Pizza backen, Kräutersuche. Laut Aussagen der Einrichtungsleiterinnen und -leiter nahmen ca. 250 Kinder- und Jugendliche die Angebote an diesem Tag wahr. Ziel war es, die Kinder- und Jugendlichen für die beiden Themen „Gesunde und ausgewogene Ernährung“ und „Spaß an Bewegung“ zu sensibilisieren und ihnen aufzuzeigen, dass sich mit einer genussvollen und ausgewogenen Ernährung und alltäglicher Bewegung die Lebensqualität verbessern lässt.

- **Aktionstag „Ergometerwettbewerb“**

Der KSB Salzland e.V. organisierte gemeinsam mit dem Ruderclub Bernburg e.V. auf Anfragen der Schulen einen Ergometerwettkampf. Am 05.11.10 traten 150 Schülerinnen und Schüler aus Bernburger Grundschulen gegeneinander an. Ziel dieser Veranstaltung war es, den Kindern zu zeigen, dass körperliche Bewegung in einem Verein Spaß macht und der Wettkampf die Leistungsfähigkeit fördert. Des Weiteren wollte der Ruderclub das Interesse für den Rudersport bei den Teilnehmenden wecken und so Mitglieder gewinnen. Als Ansporn für die Kinder wurde ein Gutschein für ein halbes Jahr kostenloses Training im Ruderverein ausgelobt. Die Idee zu diesem Aktionstag entstand bei den Vorbereitungsgesprächen für das Sommercamp.

- **Aktionstag „Senienschwimmen“**

Am 21.12.10 organisierte der KSB Salzland e.V. auf Anfrage des regionalen Seniorenverbandes der Stadt Bernburg ein Seniorenschwimmen und Kursangebote in der Schwimmhalle in Bernburg, wie z.B. Aquagymnastik. Ca. 100 Seniorinnen und Senioren, die Mitglied im Seniorenverband sind, nutzten diesen Tag, um die angebotenen Kurse in einer Schwimmhalle zu testen. Ziel dieses Aktionstages war es, den Teilnehmenden zu zeigen, dass Schwimmen eine gute Sportart für das Alter ist. Diese Angebote hat der Seniorenverband nach der Veranstaltung in seinem Angebotskatalog für Mitglieder aufgenommen.

- **Aktionstag „Bernburger Silvesterlauf“**

Am Silvestertag, dem 31.12.10, lud der KSB Salzland e.V. erneut im Rahmen des Projektes Bernburg bewegt! zum Bernburger Silvesterlauf ein. In diesem Jahr beteiligten sich 180 Läuferinnen und Läufer auf zwei ausgeschilderten Strecken. Schlechtes Wetter und widrige Bodenverhältnisse verhinderten eine größere Teilnehmerzahl. Höhepunkt war wieder die abschließende Siegerehrung mit Pokalen, Medaillen und Urkunden sowie die Verlosung von zahlreichen Silvesterkarpfen.

## **7.5. Teilprojekte**

Insgesamt wurden im Projekt 27 Teilprojekte umgesetzt. Davon waren 24 bereits zu Projektbeginn im Jahr 2009 geplant, die übrigen 3 wurden im Bündnis entwickelt und in die laufende Projektarbeit integriert. Eines der ursprünglich geplanten Projekte – Stadtpark-Aktivpark – konnte nicht realisiert werden.

### **1. Das geht auf die Pumpe**

Dieses Projekt ist ein niedrigschwelliges Angebot für Berufsschüler/-innen zur Auseinandersetzung mit den eigenen Gesundheitsrisiken. Hier erfolgt eine Messung des Ist-Zustandes und ggf. werden Folgemaßnahmen festgelegt. Der Aktionstag „Das geht auf die Pumpe“ wurde von der LVG im Rahmen der Kampagne „Ein Herz für Sachsen-Anhalt“ speziell für Berufsschulen entwickelt. Insgesamt haben inzwischen 39 der ca. 300 Berufsbildenden Einrichtungen des Landes dieses Angebot genutzt. Dadurch liegen Vergleichsdaten von 1.326 Schülerinnen und Schülern vor.

Am 8.12.2008 befassten sich 37 Schülerinnen und Schüler der Berufsbildenden Schule des Salzlandkreises mit den Informationen, Spielen und Tests für ein herzgesundes Leben. Die Initiative zur Motivation für mehr Bewegung, Gesundere Ernährung und die Einschränkung des Rauchens zur Vermeidung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen wurde von den Lernenden positiv aufgenommen. Mit den Schülerinnen und Schülern sowie den Lehrerinnen und Lehrern wurde der weitere Parcourseinsatz beraten.

Am 03.12.09 wurde der erste Aktionstag „Das geht auf die Pumpe“ in der Berufsbildenden Schule des Salzlandkreises am Standort Schönebeck durchgeführt. 60 Schülerinnen und Schüler und 3 Lehrerinnen und Lehrer absolvierten den Parcours. Die rege Diskussion der Schülerinnen und Schüler an den Stationen z.B. Wurfwand machte deutlich, dass das Thema Herzgesundheit als Präventionsthema angenommen wird und die Risikofaktoren bekannt sind. Die Antworten zeigten jedoch auch, dass trotz des Wissens um mögliche Erkrankungsscheinungen mangelnde Motivation und Bequemlichkeit überwiegen.

Der 2. Aktionstag fand am 16.11.10 in der Berufsbildenden Schule des Salzlandkreises, diesmal am Standort Bernburg statt. 120 Lernende und 6 Lehrende absolvierten den Parcours. Auch bei diesem Durchgang zeigte sich, dass noch Wissenslücken zu dieser Thematik bestehen. Das Regionale Unterstützungszentrum für Schulen (RUZ) bei der LVG übernimmt die weitere Begleitung zur gesundheitsfördernden Gestaltung der Schule.

### **2. Audit Gesunde KiTa**

Das Audit Gesunde KiTa wurde von der LVG gemeinsam mit Erzieherinnen entwickelt. Das Qualitätsentwicklungsverfahren wird mittlerweile in sieben Bundesländern interessierten KiTas

angeboten. In Sachsen-Anhalt sind derzeit 60 KiTas zertifiziert, deutschlandweit sind es ca. 160 KiTas, die aktuell das Gütesiegel „Gesunde KiTa“ tragen (Stand 08.03.11). Im Arbeitskreis KiTa stieß das Angebot der LVG, den KiTas im Rahmen des Projektes eine Zertifizierung zu ermöglichen, auf offene Ohren. Den 13 KiTas der Stadt wurde das Audit in der Durchführungsphase durch das Servicebüro Gesunde KiTa der LVG vorgestellt und gemeinsam dessen Umsetzung bis zum Ende der Durchführungsphase beraten.

In den Monaten September und Oktober 2009 wurden mit allen KiTas individuelle Gespräche geführt, um das Verfahren Audit Gesunde KiTa näher zu erläutern (siehe AK KiTa). Am 07.11.09 fand der erste Schritt, um das Zertifikat „Gesunde KiTa“ zu erlangen, die Absolvierung der Ausbildung zur Qualitätsbeauftragten/ zum Qualitätsbeauftragten, statt. Inhalte dieser Multiplikatorenschulung waren Qualitätssicherung und Qualitätsmanagement an Kindertagesstätten in Deutschland, Erläuterung des PDCA-Zyklus, Inhalte des Kriterienkataloges, Selbstbewertung, Erstellung eines Qualitätsberichtes, Ablauf der Fremdbewertung, Zertifikatsverleihung sowie Aufgaben einer Qualitätsbeauftragten/Auditorin/ eines Qualitätsbeauftragten/Auditors. Anwesend waren 20 Vertreterinnen und Vertreter aus 9 Kindertagesstätten und 3 Horten.

In der Umsetzungsphase stellten sich 13 Kinderbetreuungseinrichtungen dem Qualitätsverfahren zur Gesunden KiTa. Dies beinhaltet eine Selbstbewertung der Einrichtung anhand ausgewählter Kriterien z.B. die Qualität des gesundheitsförderlichen Zustandes der Einrichtung oder die gesundheitlichen Kompetenzen der Akteure. Dabei werden sowohl Arbeitsbedingungen als auch organisatorische und inhaltliche Fragestellungen untersucht (z.B. Gesundheit der Kinder, Bildungs- und Erziehungsarbeit mit den Kindern, Gesundheit von Erzieherinnen und Erziehern). Die Selbstbewertung macht jede Einrichtung individuell unter Führung eines/einer ausgebildeten Qualitätsbeauftragten. In einem Qualitätsbericht werden die Ergebnisse der Selbstbewertung zusammengefasst und an die LVG übermittelt. In einem nächsten Schritt begutachten ausgebildete Auditoren anderer Einrichtungen, also Erzieherinnen/ Erzieher oder Eltern, den Entwicklungsstand der Kinderbetreuungseinrichtung und bewerten diesen ebenfalls. In einem kollegialen Dialog, dieser Part wird als Fremdbewertung bezeichnet, werden die offenen Fragen der Auditoren besprochen und die in dem Bericht beschriebenen Sachverhalte auf Richtigkeit geprüft. Die Zertifikatsverleihung erfordert das Erreichen von 55% der Punkte in jeder der Qualitätskategorien. Bis zum 28.02.2011 haben 4 Einrichtungen das Zertifikat Gesunde KiTa erhalten, die anderen Einrichtungen werden das Verfahren im Laufe des Jahres 2011 abschließen.

### **3. Audit Gesunde Schule**

Das Audit Gesunde Schule wurde von 1999 bis 2004 von der LVG gemeinsam mit Schulpraktikern entwickelt, in drei Bundesländern erprobt und wird mittlerweile in Schulen aus neun Bundesländern angewandt. Derzeit sind deutschlandweit 143 Schulen als „Gesunde Schulen“ zertifiziert. Das Projekt wurde den 12 Schulen der Stadt am 19.11.2008 und am 13.01.2009 durch das Regionale Unterstützungszentrum für Gesunde Schulen (RUZ) vorgestellt und gemeinsam dessen Umsetzung bis zum Ende der Durchführungsphase beraten.

Um den Schulen das Verfahren zur Qualitätsentwicklung schulischer Gesundheitsförderung (Audit Gesunde Schule) individuell vorzustellen, fanden mit jeder Schule dazu Informationsgespräche, meist mit den Schulleiterinnen und -leiter, statt (siehe AK Schule). Am 03.12.09 fand die Ausbildung zur Qualitätsbeauftragten/ zum Qualitätsbeauftragten statt. Inhalte dieser Multiplikatorenschulung waren: Qualitätssicherung und Qualitätsmanagement an Schulen in Deutschland, Erläuterung des PDCA-Zyklus, Inhalte des Kriterienkataloges, Selbstbewertung, Erstellung eines Qualitätsberichtes, Ablauf der Fremdbewertung, Zertifikatsverleihung sowie Aufgaben einer Qualitätsbeauftragten/Auditorin/ eines Qualitätsbeauftragten/Auditors. Anwesend waren 10 Vertreterinnen und Vertreter aus 7 Schulen.

In der Umsetzungsphase stellten sich 12 Schulen dem Qualitätsverfahren zur Gesunden Schule. Dazu gehört eine Selbst- und eine Fremdbewertung der Schulen (Vgl. Verfahren Audit Gesunde KiTa). Auch bei diesem Qualitätsverfahren ist für die Zertifikatsverleihung das Erreichen von 55% der Punkte in jeder der Qualitätskategorien erforderlich. Bis 28.02.2011 haben 4 Einrichtungen das Zertifikat Gesunde Schule erhalten, die anderen Einrichtungen werden das Verfahren im Laufe des Jahres 2011 abschließen

#### **4. Stadtpark-Aktivpark**

Im Rahmen der Sozialen Stadt und der Internationalen Bauausstellung 2010 waren Ressourcen für die bauliche Umgestaltung des Stadtparks „Alte Bibel“ zum Aktivpark vorgesehen. In Planungswerkstätten mit den Schülerinnen und Schülern des Gymnasiums, Studentinnen und Studenten der Hochschule Anhalt und den Bürgerinnen und Bürgern der Stadt wurde die Entwicklung eines bürgernahen Gestaltungs- und Nutzungskonzeptes vorangetrieben. Am 19.11.2008 führten Vertreterinnen und Vertreter der Stadt Bernburg (Saale), des KreisSportBundes Salzland e.V., der Bernburger Freizeit GmbH, der LVG sowie der Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e. V. Wiesbaden eine Begehung des Stadtparks durch. In der anschließenden Planungswerkstatt wurden die Entwicklungsmöglichkeiten erörtert und Empfehlungen zur weiteren Arbeit formuliert. Festgelegt wurde, die bisherigen Konzeptideen für die Gestaltung des Aktivparks in einem Ausschreibungsverfahren der Stadt Bernburg durch Landschaftsarchitekten konkretisieren zu lassen.

2009 erfolgte die Fertigstellung der Anbindung an das Saaleufer und die Befestigung der Außenfläche des Stadtparkes. Für die weitere inhaltliche Gestaltung standen für 2010 und 2011 keine Mittel zur Verfügung so dass das Vorhaben im Rahmen von Bernburg bewegt! nicht weiter bearbeitet werden konnte.

#### **5. Campus Technicus**

Durch eine Fusion von drei Sekundarschulen entstand das Campus Technicus, eine Schule, die Berufsausbildung, Wirtschaft und eine gesundheitsfördernde Gestaltung und ein gesundheitsförderndes Schulleben stärker miteinander vernetzt. Hierzu wurde im Vorfeld ein Konzept mit Schülern, Lehrern und Eltern entwickelt.

Am 28.08.2008 fand mit den Schulleitungen der drei fusionierenden Sekundarschulen eine Vorberatung statt. Zunächst stellten die Schulen ihr Konzept Campus Technicus vor. Dann wurden erste gemeinsame Aktivitäten beraten, wie Präsentation des Projektes „Bernburg bewegt!“, Gestaltung von Projektwochen, Ausbildung von Multiplikatoren, Fortbildungsangebote für Lehrerinnen und Lehrer, Zertifizierung Audit Gesunde Schule. In der ersten Oktoberwoche verabschiedete der Kreistag den Beschluss zur Fusionierung der drei Sekundarschulen Bernburgs zum Campus Technicus.

Im Rahmen der geplanten gesundheitsfördernden Schulentwicklung des Campus Technicus führte die Landesvereinigung für Gesundheit am 27.10.2008 eine schulinterne Lehrerfortbildung mit dem Thema „Hast du heute schon gelebt?“ durch. 35 Lehrerinnen und Lehrer aus den drei Schulen, die künftig den Campus bilden werden, nahmen an der Fortbildungsveranstaltung teil. Dabei wurden in einer Stärken-Schwächen-Analyse Problemfelder und Entwicklungspotenziale für Lehrerinnen- und Lehrer gesamt erfasst. Gemeinsam suchten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nach ersten Lösungsansätzen, um zukünftig ihrer eigenen Gesundheit und die Gesundheit ihrer Schülerinnen und Schüler besser gerecht zu werden. Im Ergebnis verständigten

sich die Beteiligten zu einem langfristigen gesundheitsfördernden Schulentwicklungsprozess, in dem die Verbesserung der Schüler- und Lehrergesundheit im Mittelpunkt steht.

26 Lehrerinnen und Lehrer aus den drei Campus-Schulen Heinrich-Heine, Talstadt und Süd-Ost nahmen am 12.10.2009 an der Fortbildung zum Thema „Schwierige Schüler bewegen!“ teil. Folgende Inhalte vermittelte die Referentin: Training im Umgang mit Schülern in schwierigen Situationen, Bewegungs- und Entspannungsübungen, Gesprächsführung in Konfliktsituationen sowie Individuelles Konfliktmanagement. Die beispielhaft gezeigten Entspannungsübungen können vielen Schulproblemen vorgreifen und das Verhältnis zwischen Lehrerinnen/ Lehrer und Schülerinnen/ Schüler sowie zwischen den Schülern untereinander verbessern. Sie sollen insbesondere den Schülern die Möglichkeit geben, aufzuatmen und neue Energie zu schöpfen, aber auch Unterrichtsinhalte ganzheitlich zu erfassen sowie die Aufmerksamkeit zu erhalten. Die Übungen wurden von den Anwesenden durchgeführt, um diese dann in der Klasse mit den Schülerinnen und Schülern nachnutzen zu können. Besonders die Idee, eine Schatzlandkarte für jede Klasse zu basteln, um positive Erlebnisse im Klassenverband zu visualisieren, wurde von den Lehrerinnen und Lehrern gern aufgenommen.

Am 26.04.10 fand eine Fortbildung für das Lehrpersonal des Campus Technicus mit den Themen Entspannung und Autogenes Training statt. Viele Lehrerinnen und Lehrer hatten sich im Vorfeld geäußert, nach einem Unterrichtstag gestresst und ausgelaugt zu sein und aus diesem Grund die Vorbereitung auf den nächsten Tag erst am Abend erledigen zu können und auf Sonderwünsche der Lernenden ungewollt genervt zu reagieren. Die Referentin führte die zehn teilnehmenden Lehrkräfte in die Theorie der Entspannung ein und zeigte an praktischen Übungen auf, wie der Schulstress mittels Entspannungsübungen bewältigt werden kann. Der zweite Teil der Fortbildung bezog sich auf die Kommunikation mit den Lernenden. Hier wurden mit Rollenspielen geprobt, wie auch unter Anspannung auf Schüleranfragen reagiert werden kann, ohne im Vorfeld eine abwehrende Haltung einzunehmen.

Eine weitere Fortbildung für die Lehrerschaft des Campus Technicus erfolgte am 03.05.10 zum Thema „Besser bewegen als rauchen“, da sich die Schule auf den Weg zur Rauchfreien Schule machen wollte. Eine Referentin erläuterte den 30 Anwesenden das Konzept einer rauchfreien Schule und berichtete über die Erlebnisse anderer Schulen, die das Konzept bereits umgesetzt haben. Dann stellte ein Schulleiter seine Erfahrungen mit dem Kompetenztrainingsprogramm „Fit und stark fürs Leben“ vor. Dieses Programm zeigt den Lernenden, wie Sie ihr Selbstbewusstsein durch Gesundheitsförderung stärken, durch Bewegung ihre Lebensqualität verbessern und durch die Bewältigung von Aggressions- und Suchtverhalten ihre Lebenskompetenzen fördern können, d.h. die Persönlichkeitsentwicklung der Lernenden steht im Vordergrund. Im Anschluss nutzten die Teilnehmenden der Fortbildung die Chance, um mit der Referentin und dem Referenten eine mögliche Umsetzung beider Programme an der Campusschule vorzudenken.

Die letzte Fortbildung am 06.12.10 im Rahmen des Projektes Bernburg bewegt! bot den Lehrenden zwei Möglichkeiten: Ein Teil der Lehrerschaft (25) entschied sich, die Fortbildung „Lernen und agieren unter Stress – Formen der Stressbewältigung“ zu besuchen und der andere Teil (22) ließ sich zum Thema „Stressbewältigung durch gesunde Ernährung“ schulen. Beide Fortbildungen fanden in den Räumlichkeiten der Campusschule in der Tolstoidallee statt. In der zuerst genannten Fortbildung wurden Inhalte vermittelt, die es der Lehrerschaft in ihrer zukünftigen Arbeit erleichtern sollen, Stresssituationen mit den Lernenden zu vermeiden bzw. zu verstehen und leichter zu entschärfen. So wurden z.B. die Ich-Stärkung, Konfliktkompetenz, Non-verbale Kommunikation, Krisenmanagement sowie die verschiedenen Aggressionstypen behandelt, auf die es dann zu reagieren gilt. In der zweiten Fortbildung wurden den Anwesenden durch eine Trophologin Anregungen für eine gesunde und ausgewogene Ernährung gegeben und Auswirkungen von Ernährungsgewohnheiten auf den Organismus dargestellt. In dem sich anschließenden Diskussionsprozess wurde über die Vorbildwirkung der Lehrenden auch beim

Essen gegenüber ihren Lernenden gesprochen. Dazu gehörte z.B. die Pausenverpflegung bewusst zu planen und mit Heißhungerattacken umzugehen.

Die Fortbildungen der Campus-Lehrerschaft bildet nun die Grundlage für die Umsetzung des ganzheitlichen gesundheitsförderlichen Ansatzes, welcher in der Konzeption vor Beginn des Umbaus festgeschrieben wurde.

## **6. Familienfreundlicher Sportverein**

Mit Unterstützung der Modellvereine ZLG Atzendorf und PSV Magdeburg, die in einem landesweiten Projekt die Profilierung zum familienfreundlichen Sportverein von 2007- 2009 erprobt hatten, fand am 12.11.09 eine Transferveranstaltung für die Bernburger Sportvereine TV Askania und PSV Bernburg statt. Dort wurden die Ergebnisse des Modellversuches vorgestellt und den interessierten Sportvereinen Hinweise und Empfehlungen für die Prozessgestaltung gegeben. Der Beschluss zur Vereinsprofilierung wurde gefasst und umgesetzt. Beide Sportvereine verbesserten ihre Materialausstattung für familienfreundliche Sportangebote und nahmen neue Angebote auf. Am 23.02.11 würdigte der stellvertretenden Oberbürgermeister der Stadt Bernburg das Engagement der beiden Vereine und verleiht ihnen das Gütesiegel „Familienfreundlicher Verein“.

## **7. Gesundheitsfördernder Sportverein**

Mit dem TV Askania hat sich ein Sportverein in Bernburg zum Gesundheitsfördernden Sportverein in den Jahren 2001 bis 2004 im Rahmen eines landesweiten Modellversuches profiliert. Durch das Projekt Bernburg bewegt! sind neue Initiativen zur Mitgliedergewinnung und Angebotsentwicklung insbesondere für Mädchen und Frauen angelaufen. Mit Unterstützung des Kreissportbundes wurden 6 weitere Sportvereine der Stadt Bernburg angeregt, ihre gesundheitsbezogenen Angebote auszubauen und sich durch Gesundheitsförderung weiter zu entwickeln. Im Bewegungskalender konnten die gesundheitsorientierten offenen Angebote erhöht werden. Die Vereine unterstützen aktiv die Durchführung der Bewegungstreffs.

Für die Gesundheitssportangebote wurden geeignete Übungsleiter (3) gewonnen und qualifiziert. 4 Sportvereine konnten ihre Breitensportangebote erheblich verbessern.

## **8. Betriebliche Gesundheitsförderung in der Schule**

Das Projekt „gesund leben lernen – betriebliche Gesundheitsförderung in KiTa und Schule“, ein Kooperationsprojekt der Spitzenverbände der GKV mit den Landesvereinigungen für Gesundheit in Niedersachsen, Rheinland-Pfalz und Sachsen-Anhalt, erreichte von 2003-2008 in Sachsen-Anhalt insgesamt 4 KiTas und 19 Schulen. 2008 nahmen vier schulische Kompetenzzentren für betriebliche Gesundheitsförderung und zwei für KiTas ihre Arbeit auf. Gemeinsam mit dem RUZ (Regionales Unterstützungszentrum) boten die Kompetenzzentren für betriebliche Gesundheitsförderung den Schulen der Stadt Bernburg ein umfassendes Unterstützungsangebot für eine gesundheitsfördernde Schulentwicklung.

In Vorortgespräche informierten die Mitarbeiter der LVG die 9 beteiligten Schulleiterinnen und Schulleitern über die Grundgedanken und Vorzüge der betrieblichen Gesundheitsförderung in der Schule. Sie konnten dabei auf die guten Erfahrungen aus dem Modellprojekt gesund leben lernen (2003–2008) zurückgreifen. In jeder Schule wurde ein Gesundheitszirkel ins Leben gerufen, der sich aus Vertreterinnen und Vertretern des Lehrpersonals und/oder Schülerinnen und Schülern der Schule zusammensetzte, um über die gesundheitsfördernde Entwicklung der

Schule zu beraten. Jede Schule bestimmte eine Verantwortliche /einen Verantwortlichen, der für die Umsetzung der Teilprojekte und die Durchführung der Gesundheitszirkel in Zukunft die Verantwortung trägt. Diese erarbeiteten die Projektskizzen für ihre Vorhaben und berieten über die notwendigen Investitionen. Nach Abstimmung der eingereichten Vorschläge (Materiallisten) mit der LVG konnten die Materialien über die Schule bestellt und die Projekte zur betrieblichen Gesundheitsförderung in Eigenregie umgesetzt werden.

Der erste und der letzte Gesundheitszirkel wurde von einem/r Mitarbeiter/-in der LVG moderiert, um die Schulen anzuleiten bzw. mit ihnen gemeinsam Bilanz zu ziehen. Die weiteren 6 Gesundheitszirkel wurden individuell pro Schule in Eigenverantwortung festgelegt und durchgeführt. Auf Grund der Sanierungsmaßnahmen und der damit verbundenen Verlegung der Schule in das Schulgebäude der Sekundarschule Heinrich-Heine sowie des hohen Krankenstandes konnte die Sekundarschule Talstadt die Gesundheitszirkel im Schuljahr 2010/2011 nicht durchführen.

Einige Schulen entschieden sich, dass Teilprojekt Betriebliche Gesundheitsförderung vorrangig für die Förderung Lehrgesundheit zu nutzen, andere wollten in erster Linie die Gesundheit der Lernenden verbessern. Die Berufsbildende Schule des Salzlandkreises nutzt den neuen Stepper zur Entspannung und Stressbewältigung für die Lehrerschaft, die Lernenden veranstalten mit Saftpresse und Geschirr einmal in der Woche einen Obstbasar. Die begleitenden Beratungen dienten dabei z.B. der Vorbereitung der Sponsorsuche/ -ansprache für die Lebensmittel oder der Vorbereitung von weiteren gesundheitsförderlichen Events. Eine der Grundschule Diesterweg vollbringen die Lernenden auf Fahrrad- und Heimtrainer sportliche Höchstleistungen, die sich in regelmäßigen Klassenwettbewerben niederschlagen. Die Wettbewerbe werden von den Teilnehmenden des Gesundheitszirkels, hier bestehend aus Lernenden und Lehrerschaft, in den Zirkelsitzungen vorbereitet.

Neben den geplanten 12 Schulen wurden 2011 zwei weitere Schulen, die Sekundarschule Happy Children und die Staatliche Ersatzschule Bernburg, gewonnen, sich dem Thema Betriebliche Gesundheitsförderung anzunehmen.

## **A (9.) Bewegungstreff**

Die Idee der Bundesinitiative „Mittwoch mitgehen“ aufgreifend wurden kommunale, settingbezogene eventuell auch für spezielle Zielgruppen adaptierte Bewegungstreffs als nachhaltiges laufendes Angebot etabliert. Die Treffs sollten mit Beteiligung der Betroffenen, zugeschnitten auf ihre Bedürfnisse und Möglichkeiten (z.B. Bewegung für Schichtarbeiter, Bewegung in der BbS) entwickelt und aufgebaut werden.

Für die Etablierung eines ersten Bewegungstreffs unter dem Titel „Mittwochs Mittags Mitgehn“ wurden die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadtverwaltung gewonnen. Der Auftakt dazu erfolgte am 27.11.2008. Unter Leitung des Pressereferenten der Stadt absolvieren mittwochs mittags Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadtverwaltung eine bewegte Mittagspause. Dafür nutzen sie die beim Auftakt initiierte Schlossmeile. Die steigende Teilnehmerzahl – von acht auf derzeit 26 – zeigt die wachsende Akzeptanz des Bewegungsangebots der Stadtverwaltung. Ort und Zeit des Bewegungstreffs orientieren sich an der Arbeitszeit und dem Arbeitsort der Beschäftigten. Das Angebot hat durch seinen wöchentlichen Charakter, seinen geringen Schwierigkeitsgrad und die Möglichkeit, Kolleginnen und Kollegen einmal anders kennen zu lernen eine relativ niedrige Akzeptanzschwelle. Im Zeitraum der Auftaktphase trafen sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadtverwaltung 17mal, um gemeinsam die Schlossmeile zu laufen. Hier sollte weiter gearbeitet werden.

Gemeinsam mit dem Kreissportbund Salzlandkreis und den Sportvereinen aus Bernburg gab es bis Februar 2010 neun Bewegungstreffs mit unterschiedlichen Bewegungsaktivitäten, wie z.B. Radfahren, Tai Chi, Wandern, Aerobic, Inlinern, Kinder-Bewegungstreff, Schüler-Bewegungstreff angeboten und wöchentlich durchgeführt. Dabei wurden verschiedene Zielgruppen angesprochen, da sie in den einzelnen Sportarten unterschiedliche Bedürfnisse haben und andere körperliche Voraussetzungen mitbringen. Die Nachfrage bei den Kinder-Bewegungstreffs war so groß, dass vier verschiedene angeboten wurden.

Bis Ende Februar 2011 boten neun Bewegungstreffs für verschiedene Zielgruppen (KiTa-Sport, Laufftreff, Frauenfitness, Grundschulsport, Nordic Walking, Tai Chi, Fit für den Ranzen, Rudern, Radfahren) zahlreiche Gelegenheiten zur Bewegung an. Drei Treffs aus der 1. Umsetzungsphase führte der KSB in Eigenregie weiter und drei neue wurden mit Hilfe der Sportvereine installiert. Laut Aussagen der Übungsleiterinnen und -leiter nutzen mehr Frauen das Angebot als Männer.

In der gesamten Projektlaufzeit wurden 14 verschiedene Bewegungstreffs angeboten. Die Treffs Kita-Sport, Frauenfitness, Grundschulsport, Laufftreff und Fit für den Ranzen werden über den KSB Salzland e.V. mit einer Übungsleiterin/ einem Übungsleiter weitergeführt, die anderen Treffs wurden an jeweils 2 Freiwillige aus den Treffs zur selbständigen Weiterführung übergeben.

## **B (10.) City Hopper**

Der Bewegungsarmut im Alltag sollte mit Maßnahmen die an aktuellen Lebensstilen anknüpfen – z. B. bewegt Shoppen mit gesunden Snacks – begegnet werden. Dabei sollten die relevanten Zielgruppen mitwirken, Mädchen und Frauen sollten in diesem Teilprojekt besondere Beachtung als Zielgruppe finden.

- **Restauranttest und Musterkochen**

Studentinnen und Studenten der Hochschule Anhalt entwickelte Kriterien zur Bewertung von Nahrungsmittelangeboten in der Innenstadt von Bernburg. Dazu führten die Studenten der Hochschule im Januar/ Februar 2009 in fünf ausgewählten Restaurants, die Snacks und Fast food anbieten, eine Analyse verschiedener Kriterien durch.

Zunächst analysierten die Studentinnen und Studenten das Nahrungsmittelangebot in den Restaurants und stellten fest, dass es in Bernburgs Innenstadt nicht möglich ist, gesunde Snacks zu sich zu nehmen. Die Erarbeitung von Handlungsempfehlungen sollte den Geschäftsinhaberinnen und -inhabern Alternativen zu ihren herkömmlichen Angeboten aufzeigen.

Ein Showkoch unterstützte das Bemühen um eine gesundheitsbewusstere Ernährung der Bernburger Bevölkerung, indem er die Kompetenzen der Bernburger Kolleginnen und Kollegen hinsichtlich Zubereitung und Gesundheitswert der erstellten Speisen prüfte. Dazu besuchte er Ende November fünf im Zentrum der Stadt ansässige Restaurants: das „Lindencafé“, das „Amadeus No. 1“, die Speisegaststätte „Am Karlsplatz“, die „Sonderbar“ und die Schlossidylle. Am 23. und 24.11.2009 wurden die fünf Restaurants getestet und anschließend, nach der Vor-Ort-Begehung, ein Beratungsgespräch durchgeführt.

Nach der Verkostung einer in den Restaurants angebotenen Speise führte der Showkoch Gespräche mit den Restaurantinhaberinnen und -inhabern und den Küchenchefinnen und -chefs durch. Ziel war es, die regionalen und gesunden Gerichte günstiger und vor allem vollwertiger herzustellen, d.h. vollständig auf Fertigprodukte in der Restaurantküche zu verzichten. Er-

schwert wurde das Vorhaben, weil in jedem Restaurant andere Strukturen in der Leitung und der Arbeit in der Küche vorzufinden waren. Nicht immer harmonisierte das Küchenteam miteinander. Hier machte der Showkoch darauf aufmerksam, dass nur ein gut strukturiert arbeitendes Küchenteam gute Leistung bringt. Er regte an, gemeinsam nach neuen Rezeptideen zu suchen.

Mit zwei ausgewählten Restaurants wurden am 25. und 26.11.09 zuerst die Speisen auf der Speisekarte hinsichtlich ihres Gesundheitswertes bewertet und mögliche Austauschprodukte vom Showkoch empfohlen. Anschließend entwickelte dieser mit den Küchenchefinnen und -chefs neue Rezeptideen, die in Zukunft auf der Speisekarte erscheinen sollen. Zusammenfassend schätzte der Koch ein, dass die meisten der getesteten Restaurants ihr Handwerk nur bedingt beherrschen. Hier sei noch viel Verbesserungspotenzial vorhanden.

- **Fortbildung Fleischereien**

Ein weiteres Vorhaben im Teilprojekt City Hopper war die Fortbildung der Fleischereifachverkäuferinnen. In Vorgesprächen mit den Fleischereihinhabern wurde deutlich, dass der Bernburger Bevölkerung bereits einige „gesündere“ Wurstangebote unterbreitet wurden, diese sich aber nicht gut verkauften. Am 19.01.2010 führte eine renommierte Referentin von der Firma KT Beratung - Verkaufstraining und Marketing Consulting, eine ausgebildete Fleischereifachverkäuferin und diplomierte Ingenieurin Fleischtechnik, eine Schulung mit 14 Mitarbeiterinnen aus 4 Fleischereigeschäften Bernburgs durch (Fleischereiverkäufer gibt es in Bernburg nicht) und zeigte den Anwesenden durch gezielte verkaufsfördernde Argumente und Aktionen auf, wie neue, fettärmere Produkte sich besser verkaufen lassen. Die Inhalte der Fortbildung erstreckten sich von den Grundlagen der Thekengestaltung im Fleischerfachgeschäft bis zu den Goldenen Regeln zur optimalen Präsentation in der Theke. Mit Hilfe von Rollenspielen wurden wichtige Verkaufsargumente durch die Gruppe erarbeitet, geübt und vorgestellt. Zusammen entwickelte sie für die nächsten Anlässe, z.B. Valentinstag, Frühling- bzw. Spargelsaison, spezielle fettarme Fleischerplatten inklusive der Dekoration. Hierbei kommen Butter-, Rettich- oder Schinkenrosen zum Einsatz, die dann auch extra verkauft werden können. Die Botschaft der Referentin an die Teilnehmenden war, dass man zu jedem Anlass ein anderes Produkt hervorhebt, welches man zielgruppen- bzw. anlassgerecht bewirbt und somit verkauft. Die Fleischereiverkäuferinnen sahen in den vorgestellten Aktionen, Argumenten und die von der Referentin mitgelieferte Handreichung eine gute Unterstützung für die tägliche Arbeit. Ergebnis der Schulung war, dass in Zukunft Produkte mit einem regionalen Bezug entwickelt und mit Handzetteln unter den Kunden beworben werden sollen, die nicht nur schmecken, sondern auch fettarm sind.

- **Fortbildung Bäckerinnung**

Da die täglichen Ernährungsempfehlungen mindestens vier Portionen Getreide beinhalten, war es für das Aktionsbündnis wichtig, die Bäckerinnung Bernburg als weiteren Partner mit in das Projekt einzubeziehen. Recherchen ergaben, dass viele Bäcker die Außer-Haus-Verpflegung gerade im Mittagsbereich in Form von Snacks ausbauen und als weiteres Standbein ihres Geschäftes nutzen. Im Spätsommer 2010 wurde die Innung als 91. Projektpartner gewonnen. Daraufhin wurde gemeinsam eine Fortbildung für die Innungsbetriebe entwickelt, die aktuelle Änderungen im Lebensmittelrecht sowie gesunde Pausensnacks vorstellen sollte.

Am 13.10.10 wurden Änderungen des Lebensmittelrechts von einer Rechtsanwältin des Zentralverbandes des Deutschen Bäckerhandwerks e.V. den 13 Teilnehmenden beispielsweise anhand der neuen Diät-Verordnung erläutert. Wichtig für die Bäcker ist, dass die Begriffe „Diät-Lebensmittel“, „diabetikergeeignet“ oder „Broteinheiten (BE)“ für lose Backware nach Ablauf der Übergangsfrist von 2 Jahren nicht mehr verwendet werden dürfen. Die Kennzeichnung von Al-

lgerenen auf loser Ware war ein weiterer Punkt, den die Referentin beschrieb. Beim Verkauf von Snacks müssen die Zusatzstoffe beispielsweise auf der Speisekarte angegeben und aus Haftungsgründen über die verwendeten Allergene informiert werden.

Im zweiten Teil der Veranstaltung wurden die Bäcker von einer Ökotrophologin mit ihrem konkreten Snack-Angebot konfrontiert, welches ernährungsphysiologisch unter die Lupe genommen wurde, um daraus Verbesserungen abzuleiten. Die Referentin brachte den überwiegend männlichen Teilnehmenden speziell die unterschiedlichen Anforderungen bzw. Bedürfnisse in Bezug auf Backwaren und Ernährungsgewohnheiten beider Geschlechter nahe. Nicht zu fettig, kleine Portionen und gesund sollten „frauenfreundliche“ Snacks sein. Um diese Zielgruppe zu erreichen, müsse das Angebot darauf ausgerichtet werden. Die Ernährungsweise von Männern ist dagegen geprägt von einem hohen Fleisch- bzw. Wurstkonsum, der sich durch die hauptsächlich männlichen Geschäftsführer somit in den Angeboten der Bäckereien niederschlägt. Im Nachgang wurden gemeinsam neue Ideen entwickelt, die Männer und Frauen gleichermaßen ansprechen können, z.B. das Harzbrötchen (Vollkornbrötchen, Kräutersenf, Harzer Käse, Gewürzgurke, Salatblatt) oder ein Bananenbrot (Vollkornbrot, Speisequark mit Vanillezucker, Bananenscheiben). Die Teilnehmenden waren über die kreativen Ansätze erstaunt und diskutierten angeregt über den möglichen Abverkauf in ihren Geschäften. Diese neuen Ideen nahmen sie als Anregung mit in ihre Geschäfte, um sie an einem Tag der offenen Tür auszuprobieren.

- **Fortbildung „Gesunde Angebote im Schülercafé Blaue Stunde“**

Am 11.11.10 fand für 12 Teilnehmende, die sich aus Mitarbeiter/-innen des Schülercafés Blaue Stunde der Sekundarschule Talstadt, Schülervertreterinnen und -vertretern, Mitarbeiter/-innen des SOS-Kinderdorf und dem städtischen Träger der 1-€-Jobber/-innen zusammensetzen, eine Fortbildung statt, die darauf zielte, das Angebot im Schülercafé zu untersuchen und gesunde Alternativen statt der sonst angebotenen Bockwurst oder Fertigsuppe aufzuzeigen. Eine freiberufliche Trophologin machte eine Begehung des Schülercafés, um den Arbeitsablauf sowie die verschiedenen Angebote des Kiosks kennen zu lernen. Anschließend wurden ihre Beobachtungen unter ernährungsphysiologischer Sicht in vorteilhaft oder unvorteilhaft eingeordnet, um darüber insbesondere mit den Schülervertreter/-innen ins Gespräch zu kommen. Hier wurde die persönliche Sicht jedes Einzelnen zur vollwertigen und ausgewogenen Ernährung sichtbar, die wissenschaftlich jedoch nicht immer abgesichert war. Die Lehrerin und die pädagogische Mitarbeiterin der Otto-Dorn-Schule konnten eigene Modelle guter Praxis vorstellen, die von den Mitarbeiter/-innen des Schülercafés begeistert aufgenommen wurden. Um die Lernenden mit in die Angebotsgestaltung einzubeziehen wurde mit dem Schülerrat der SEK Talstadt beschlossen, dass Vollkornbrot mit im Tagesangebot ist und Toast nur noch als Vollkornvariante vorgehalten wird. Weiterhin sollen Obst, belegte Brote, Milch und Joghurt in der Auslage in den Vordergrund rücken, Müsli- und Schokoriegel verschwinden in den Hintergrund, zuckerreiche Getränke werden nach und nach nicht mehr angeboten. Da das Schülercafé die Produkte zum Selbstkostenpreis abgibt, ist es einfacher, diese gegen gesündere Alternativen auszutauschen. Der Träger des Cafés hatte diesbezüglich auch schon Anstrengungen unternommen, jedoch bisher keinen Erfolg erzielt.

Die Mitarbeiterinnen des SOS-Kinderdorfs wurden ebenso ermutigt, kleine Schritte der Veränderung zu versuchen, um den Hortalltag für die Kinder gesünder zu gestalten. Es wurde festgelegt, dass Gemüse- und Obstteller zum selbst aussuchen für die Kinder angeboten werden, frische Quark- und Joghurtspeisen unter stärkerer Einbeziehung der Kinder zubereitet werden, Tee nach und nach immer weniger zu süßen, mit dem Ziel in einem Jahr ungesüßten Tee als Getränk im Angebot zu haben. Weiterhin soll der Vollkornanteil schrittweise steigen.

- **Analyse von Speiseplänen Bernburger Caterer**

Im Rahmen des Projektes sollte die ernährungsphysiologische Zusammensetzung des Mittagsangebotes von vier ausgewählten Caterern, die Schulen und KiTas in Bernburg beliefern, durch Ökotrophologie-Studenten der HS Anhalt untersucht werden. Dafür wurden die Speisepläne eines Monats herangezogen und der Durchschnitt aller angebotenen Gerichte (ausgenommen Kaltspeisen und Salate) wochen- bzw. monatsweise gebildet. Die Zielsetzung der Analyse war es, zu überprüfen, ob die Referenzwerte der DGE für die Mittagsmahlzeit bei Schülern der Primar- und Sekundarschule sowie bei Erwachsenen für ausgewählte Nährstoffe eingehalten werden. Weiterhin soll die Speisenplangestaltung in Anlehnung an die DGE-Qualitätsstandards für Schulverpflegung bezüglich der Häufigkeiten einzelner Lebensmittelgruppen beleuchtet und Optimierung des untersuchten Speiseplanes für eine Woche vorgenommen werden.

Mit Hilfe des Ernährungs- und Diätberatungsprogrammes PRODI wurden die Mittagsmahlzeiten analysiert und der Speiseplan optimiert. Da nur die Speisepläne und nicht die Originalrezepturen vorlagen, musste die Menge der einzelnen Lebensmittel geschätzt werden, was die Auswertung möglicherweise verzerrte. Unspezifische Angaben in den Plänen zu Nachtisch/Dessert oder Beilage wurden nicht in die Nährwertberechnung aufgenommen.

Bei allen Caterern war erkennbar, dass die mit der Mahlzeit zugeführte Energie (600 kcal bei leichter körperlicher Aktivität) für Erwachsene nicht den Referenzwerten der DGE entspricht, da sie größtenteils unterschritten wird. Die Menüs enthalten insgesamt meist einen zu hohen prozentualen Fett- und einen zu geringen Kohlenhydratanteil an der Gesamtenergie. Damit weicht auch der Vitamin- und Mineralstoffgehalt von den DGE-Referenzwerten ab, da insgesamt zu wenig Obst, Gemüse einschließlich Hülsenfrüchte und Fisch aber zu viel Fleisch angeboten wird. Es fällt zwar negativ auf, dass Parboiled-Reis- oder Vollkornnudelgerichte viel zu selten angeboten werden, positiv ist aber dass hochverarbeitete Kartoffelprodukte, wie Pommes frites der Bratkartoffeln auch sehr selten im Speiseplan auftauchen. Vitamin E, Folsäure, Calcium, Magnesium und Eisen waren die Mikronährstoffe, deren Gehalt am meisten mangelte. Auch die Ballaststoffzufuhr ist bei Erwachsenen zu gering, bei den Lernenden der Primarstufe jedoch ausreichend und bei der Sekundarstufe im Grenzbereich, wenn davon ausgegangen wird, dass die Portionsgrößen bei Erwachsenen und Schülern gleich sind. Zwei Caterer bieten in erheblichem Maße zu viel Fleisch, davon doppelt so viel Hackfleisch, verarbeitete und panierte Fleischprodukte an, wie von den Qualitätsstandards der DGE vorgegeben werden. Dies spiegelte sich in einem deutlich erhöhten Energie- und Eiweißgehalt der Gerichte wieder.

Die Optimierung der vorgegeben Speisepläne sollte nach Möglichkeit die Grundelemente der Menüs enthalten, um die Übernahme in die Realität für die Caterer zu vereinfachen. Speisen wurden daher beispielsweise mit mehr Gemüse, gekocht oder als Rohkost, ausgestattet, frische Salate mit Öldressing oder Seefisch hinzugefügt sowie selbstgemachter Früchtequark als Nachtisch angeboten. Die Lebensmittelmengen wurden für die Energieversorgung der Erwachsene erhöht. Tendenziell müssten die Caterer zielgruppengerechte Gerichte anbieten, damit die Nährstoffversorgung ausgewogener gestaltet werden könnte. Außerdem haben Kinder andere Geschmacksvorlieben als Erwachsene, die damit zu berücksichtigen wären. Die durch die Untersuchung herausgefundenen Schwachstellen im Ernährungsangebot der untersuchten Caterer bilden für die Arbeit der Vernetzungsstelle KiTa- und Schulverpflegung eine Argumentationshilfe bei Kontaktaufnahme mit den KiTas oder Schulen dieses Landkreises. Weiterhin unterstreicht sie die Bedeutung der von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung veröffentlichten Qualitätsstandards für Schulverpflegung und zeigt den Caterern Verbesserungspotenziale ihrer Arbeitsweise auf. Im Projekt konnte einer Schule eine Empfehlung für einen anderen Mittagstagsversorger gegeben werden.

## **C (11.) Mach mit**

Vor allem junge Mädchen/ Frauen sollten durch attraktive, zielgruppenorientierte Angebote als Mitglieder von Sportvereinen gehalten/ gewonnen werden.

Die TV Askania Bernburg und der PSV Bernburg haben Mädchen und Frauen während der Aufbauphase des Projektes zusätzliche Angebote im Bereich des Gesundheitssports unterbreitet. Insgesamt nutzten 28 Mädchen und Frauen die Schnupperangebote. In Experteninterviews wurden die Projektwirkungen bei den Vereinsvorsitzenden und den Projektleiterinnen erfragt und Ableitungen für die Weiterführung bzw. den Ausbau getroffen. Dazu gehörten die Ausbildung von qualifizierten Übungsleiterinnen und die Ausdehnung auf andere Sportvereine der Stadt.

Im Arbeitskreis Bewegung verständigten sich 6 weitere Sportvereine darauf, ihre Sportangebote stärker auch auf die Bedürfnisse und Interessen von Mädchen und Frauen auszurichten, z.B. in den Ballsportarten (Fußball, Handball), in den Kampfsportarten (Boxen, Judo, Selbstverteidigung) und im Gesundheitssport.

## **12. Fit und Vital**

Die Grund- und Förderschulen sowie die Sportvereine wurden mit dem Programm Fit und Vital vertraut gemacht, die Umsetzung erfolgte auf freiwilliger Basis. Insgesamt 5 Grund- und Förderschulen bieten interessierten Schülerinnen und Schüler im Rahmen von Sport in Schule und Verein Arbeitsgemeinschaften zur Bewegungsförderung an.

## **13. Klasse in Sport**

Die Grund-, Sekundar- und Förderschulen wurden bei den ersten individuellen Beratungsgesprächen mit dem Projekt Klasse in Sport vertraut gemacht. Die Grundschule Regenbogen stellte daraufhin einen Antrag an den Verein „Klasse in Sport – Initiative für täglichen Schulsport e.V.“, in das Projekt aufgenommen zu werden und bekam im September 2009 ihren Antrag und damit auch die Fördermittel bewilligt. Seitdem wird das Projekt mit 25 Kindern an dieser Grundschule umgesetzt.

## **14. Lernen mit dem Gesundheitskoffer**

In der Zeit von 09/09 bis 11/09 kümmerte sich das Projektteam um die Bestückung und die Beschaffung der Gesundheitskoffer (Sichtung der Anbieter, Kostengegenüberstellung, Abholung, Bestellung). Vororttermine wurden genutzt, um den Schulen den Gesundheitskoffer vorzustellen. Die Multiplikatorenschulung zur Nutzung des Gesundheitskoffers wurde am 25.11.09 durchgeführt. Anwesend waren 12 Vertreter/-innen aus 6 Schulen. Diese wurden geschult zu:

- Gesundheitsförderung in Schulen
- Aufbau und Einsatz des Gesundheitskoffers
- Einführung in die Unterrichtsmanuale
- Umgang mit dem PC – Programm „Wir kochen für starke Knochen“
- Gesundheitsbausteine (Persönlichkeitsentwicklung, Ernährung, Bewegung, Entspannung/Wahrnehmung, Sicherheit)
- Übungen zum Umgang mit den Sachmitteln

Zu jedem Themenbereich gibt es in dem Koffer eine Übersicht mit Ideen und Anregungen zur Umsetzung. Weiterhin wurde in jeder Schule ein/e Verantwortliche/r für den Koffer bestimmt,

der/die als Ansprechpartner/-in fungiert, den Koffer wartet und die Ausleihe organisiert. Die beiden Schulen, die an dieser Schulung terminlich verhindert waren, erhielten am 25.11.2009 eine individuelle Einführung in den Koffer.

Mit der Eingemeindung bekam die Stadt Bernburg (Saale) eine neue Grundschule. Die Grundschule Baalberge informierte sich am 26.10.10 über Inhalte und Ziele des Gesundheitskoffers. Die Grundschule Regenbogen bot an, den Koffer mit der Grundschule Baalberge gemeinsam zu nutzen und vereinbarte eine halbjährliche Übergabe. Durch Nachfragen bei 3 Schulen in BBG, die den Koffer schon länger überreicht bekommen haben, erfuhr das Projektteam, dass die Koffer von Lernenden und Lehrenden sehr gut angenommen und genutzt werden.

## **15. Gesundheitskoffer „Fit von klein auf“**

In der Zeit von 09/09 bis 11/09 wurden die Voraussetzungen zum Einsatz der Gesundheitskoffer durch das Projektteam der LVG geschaffen (Sichtung der Anbieter, Kostengegenüberstellung, Abholung, Bestellung). Des Weiteren wurde mit allen KiTas besprochen, wie sie den Koffer einsetzen könnten. Die Multiplikatorenschulung zur Nutzung des Gesundheitskoffers wurde am 12.11.09 von einer Vertreterin des BKK Bundesverbandes, der Institution, die den Koffer entwickelt hat, durchgeführt. Anwesend waren 18 Vertreterinnen aus 13 Kindertagesstätten. Diese wurden geschult zu:

- Gesundheitsförderung in Kindertagesstätten
- Ergebnisse der KiGGS Studie
- Aufbau und Einsatz des Gesundheitskoffers
- Gesundheitsbausteine (Bewegung, Ernährung, Entspannung, gesunder Arbeitsplatz KiTa, Haut, Starke Kinder)
- Übergewicht - wie erkennt man es und wie geht man auf die Kinder ein
- Motorische Leistungsfähigkeit von Kindern
- Kinderlebensmittel
- Auswirkungen von Stress im Kindesalter
- Belastungsfaktoren bei Erziehern
- Aufbau von Lebenskompetenzen bei Kindern

Am 06.05.10 fand eine Feedbackrunde mit den KiTas statt, die einen Gesundheitskoffer erhalten und bereits damit gearbeitet haben. Besprochen wurden die eingesetzten Materialien aus dem Koffer, die Reaktion der Kinder auf die Spiele sowie einzelne Verständnisschwierigkeiten bei der Einsatzbeschreibung der Materialien. Die 15 Anwesenden waren sich einig, dass der Koffer eine Bereicherung für die Einrichtungen ist und regelmäßig genutzt werden soll.

Mit der Eingemeindung wurden der Stadt Bernburg (Saale) 7 neue Kitas und 1 Hort zugeteilt. Diese neuen Kinderbetreuungseinrichtungen erhielten am 06.05.10 eine Einführung in die Inhalte und Ziele des Koffers und 6 KiTas erklärten sich bereit, ihren Koffer mit den neuen Kinderbetreuungseinrichtungen zu teilen. Am 23.02.11 bekamen KiTa Sonnenschein und KiTa Gänseblümchen einen eigenen Gesundheitskoffer. Die anderen Kinderbetreuungseinrichtungen einigten sich individuell, wie sie in Zukunft mit den Gesundheitskoffern umgehen wollen. Bei diesem Prozess hat die Stadtverwaltung Bernburg unterstützt.

## **16. Bewegungslandkarte**

Die Entwicklung einer interaktiven computergestützten Bewegungslandkarte für die Stadt Bernburg und Umgebung hat das Ziel, die Bürgerinnen und Bürger zu mehr Bewegungsaktivitäten im Alltag zu führen. Barrierefrei zugänglich sind alle örtlichen Bewegungsstätten, -pfade in KiTas und Schulen sowie -treffs mit Öffnungszeiten und Ansprechpartner enthalten und auffind-

bar. Die Karte wurde auf der Bernburger Homepage für die Bevölkerung bereitgestellt und wird durch die Stadtakteure laufend erweitert bzw. aktualisiert.

Für die technische Umsetzung bedurfte es einiger Gespräche mit den Verantwortlichen der Stadt Bernburg sowie der Firma, die die Karte mit einer Administrationsoberfläche in die Bernburger Homepage einbindet. Das Zusammentragen der vielfältigen Informationen setzte eine gute Zusammenarbeit mit den Stadtakteuren, wie bspw. dem KSB oder den Spielplatzverantwortlichen der Stadt Bernburg, voraus. In die Karte sind derzeit folgende Elemente eingebunden:

- die von der Bernburger Bevölkerung entwickelten Bewegungsrouten,
- verschiedene Radwanderwege der Stadt,
- Laufrunden des Kreissportbundes,
- städtische Spiel- und Bolzplätze,
- städtische Turnhallen und Sportplätze,
- städtische Wassersportanlagen,
- die im Projekt Bernburg bewegt! entstandenen Bewegungspfade in KiTas und Schulen,
- der Familienspiel- und –sportplatz, der im Projekt entstand
- sowie der Fitnessraum des Stadtteilhauses, der im Projekt eingerichtet wurde.

Benutzerfreundlich wurden die vielen unterschiedlichen Informationen bzw. Bewegungsangebote in verschiedene Ebenen auf der Karte von Bernburg integriert, die bei Bedarf aufgeklappt und damit gruppenweise abgerufen werden können. Kleine Beschreibungstexte vervollständigen die Angebote.

## **17. Bewegungspfade und Ernährungsoasen**

### **• Bewegungspfade**

Die Planungswerkstatt für die Umsetzung der Bewegungspfade für Kinderbetreuungseinrichtungen fand am 19.10.09 mit insgesamt 13 Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus 11 Einrichtungen Bernburgs statt. Ein Bewusstmachen der bereits vorhandenen Bewegungspfade im Alltag ermutigte die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, neue Ideen für die Gestaltung der Bewegungspfade eventuell auch im Außengelände ihrer Einrichtung zu entwickeln und dabei über den Tellerrand zu blicken. Gute Erfahrungen und praktikable Bewegungsangebote der einzelnen Einrichtungen konnten untereinander ausgetauscht und unterschiedliche Visionen für den weiteren Ausbau festgehalten werden.

Eine zweite Planungswerkstatt wurde für Grundschulen am 20.10.2009 angeboten. Dieser Einladung folgten 8 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus 5 Einrichtungen. In der Planungswerkstatt wurde deutlich, dass sich Grundschulen Bewegungspfade im Freigelände wünschen und diese auch schon genaue Vorstellungen hatten, wie ein solcher Pfad aussehen könnte. Die Anwesenden tauschten ihre Ideen aus und nahmen das für sie Wichtige mit in ihre Einrichtung.

In der dritten Planungswerkstatt für Förder- und Sekundarschulen, die am 22.10.09 stattfand, waren 12 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus 5 Bildungseinrichtungen der Stadt vertreten. Diskutiert wurden Motivationsmöglichkeiten der verschiedenen Altersstufen der Schülerinnen und Schüler sowie örtliche und zeitliche Rahmenbedingungen, die eine Nutzung von Bewegungsangeboten deutlich begrenzen. Gemeinsam wurden Lösungsansätze für die attraktivere Gestaltung von Bewegungsangeboten gesucht.

Die Planungswerkstatt am 19.11.09 wurde individuell mit einer Vertreterin der Berufsbildenden Schule und einigen Schülern durchgeführt, da die Altersstruktur der Schülerinnen und Schüler an dieser Schulen sehr verschieden und eine hohe Akzeptanz des Bewegungspfades nur durch

eine aktive Einbeziehung der Schülerinnen und Schüler in die Gestaltung und Entwicklung des Bewegungspfades vermutet wurde. Es fand eine Begehung des Geländes statt und im Anschluss wurden verschiedene Möglichkeiten eines Bewegungspfades durch die Anwesenden diskutiert. Zum Schluss wurde sich auf einen Bewegungspfad geeinigt, der auch umgesetzt wurde.

Jede Schule gestaltete bis Februar 2010 ihren eigenen Bewegungspfad. Die Umsetzung erfolgte sehr individuell. Die einzelnen Stationen der Pfade wurden mit einer Beschriftung versehen, sodass eine Nutzung auch für andere Personen möglich wird. Hier drei Beispiele:

#### Grundschule „Franz Mehring“:

Bei der Gestaltung des Bewegungspfades an der Grundschule „Franz Mehring“ wurde vor allem auf die Natürlichkeit des Pfades gesetzt. So wurden die zahlreichen Bäume auf dem Gelände der Grundschule aktiv in die Planung einbezogen. Durch die Befestigung eines Spanngurtes zwischen den Bäumen wurde eine Balancierstrecke und durch die Ausstattung mit herunterhängenden Kletterseilen eine Strecke zum Hangeln erzeugt. Durch das Balancieren werden vor allem die Geschicklichkeit und der Gleichgewichtssinn trainiert. Die Kletterseile dienen der Förderung der motorischen Fähigkeiten sowie einer Stärkung der Arm- und Schultermuskulatur. Zudem wurde ein Erdhügel geschaffen, welcher von den Lernenden in der Pause immer wieder gern auf abenteuerliche Weise erklommen wird. Der Erdhügel dient der Beanspruchung von Muskelgruppen, welche beim Laufen in der Ebene vernachlässigt werden. Diese sind zum Beispiel die vordere Oberschenkelmuskulatur oder auch die Rückenmuskulatur. Zusätzlich stehen den Schülerinnen und Schülern Schwungseile und ein Klettergerüst zur Verfügung, wodurch soziale Kompetenzen aufgrund des gemeinsamen Spiels, aber auch Kondition und motorische Fähigkeiten gefördert werden. Zukünftig soll der Bewegungspfad noch durch einen Sinnespfad aus Naturmaterialien ergänzt werden.

#### Förderschule „Otto Dorn“:

Der Bewegungspfad der Förderschule „Otto Dorn“ befindet sich im Schulgarten und ist in Kreisform angelegt. Bei der Errichtung wurde darauf geachtet, dass die Bewegungsangebote aus Naturmaterialien bestehen. Ein Balancierbalken fordert von den Schülerinnen und Schülern Geschicklichkeit, Konzentrationsfähigkeit und steigert ihr Gleichgewichtsempfinden. An den Balancierbalken schließt sich ein Fühlpfad an. Dieser erlaubt es den Lernenden durch das Erasten unterschiedlicher Untergründe die Sinneswahrnehmung zu schulen. Gleichzeitig kommt es durch das Barfußlaufen zu einer Beanspruchung der Fußmuskulatur und einer Stimulation der Fußreflexzonen. Durch das Laufen auf unebenen Untergründen soll Haltungsschäden vorgebeugt werden. Ein weiterer Bestandteil des Bewegungspfades sind die Baumstümpfe, zwischen denen die Lernenden hin- und herspringen können. Da diese unterschiedlich hoch sind, wird der Anforderungsgrad erhöht, was wiederum den Ehrgeiz der Schülerinnen und Schüler weckt. Die angrenzende Rasenfläche bietet viel Platz zum Ballspielen. In Zukunft soll der Bewegungspfad durch einen Baumstamm und kleine Findlinge ergänzt werden. Der Baumstamm bietet dann die Möglichkeit mit Geschick über diesen zu laufen und somit gleichzeitig die Koordination und die Fußmuskulatur zu stärken.

#### Grundschule Regenbogen:

Entsprechend dem Schulmotto „Bei uns bewegt sich etwas“ haben die Verantwortlichen der Grundschule Regenbogen einen Bewegungspfad entwickelt, welcher sowohl die körperlichen als auch die geistigen Fähigkeiten fördert. So stehen bei den Stationen Sprungseil, Hüpfball sowie Moonhopper vor allem die Verbesserung der Sprungkraft sowie der Kondition und die Stärkung der Muskeln im Vordergrund. Bei dem Balance-Igel-Set, der Balancierwippe sowie dem Balancierbrett werden vor allem die kognitiven Fähigkeiten wie Koordination, Geschicklichkeit und Balance gesteigert. Bei dem Balance-Igel-Set geht es darum, die Halbkugeln durch geschickte Bewegungen zu erreichen. Ziel des Balancierbrettes ist es, die sich auf dem Brett befindenden Kugeln durch Bewegungen von einer Seite zur anderen zu bewegen. Während das

Balancierbrett nur für eine Person ausgelegt ist, kann die Balancewippe von mehreren Schülerinnen und Schülern gleichzeitig genutzt werden. Um damit wippen zu können, müssen die Lernenden ihre Bewegungen aufeinander abstimmen. Dies fördert gleichzeitig die sozialen Kompetenzen. Die Station des Zielwurfs, bei dem die Lernenden aus einer Entfernung versuchen, den Ball in ein Netz zu werfen, dient vor allem der Förderung der Hand-Auge-Koordination sowie der Geschicklichkeit. Dieser Pfad sollte mobil sein und dadurch z.B. auch bei schlechtem Wetter in der Sporthalle zu nutzen sein.

Alle Schulen gaben an, ihren Bewegungspfad weiter ausbauen zu wollen. Für die Sponsorensuche wurden ihnen in der Fortbildung „Sponsoring und Fördermittelakquise“ am 21.06.10 entsprechendes Rüstzeug gegeben.

Die 13 beteiligten KiTas realisierten ihre Bewegungspfade bis zum Projektende. Drei Beispiele zeugen von der unterschiedlichen Interpretation und Umsetzung des Arbeitsauftrages:

#### KiTa Bussi Bär

Die KiTa Bussi Bär bot den Mädchen und Jungen im Freigelände unter anderem ein Klettergerüst und einen Basketballkorb an. Im Projekt wurde der bereits vorhandene Bewegungspfad um eine Balancierstecke, um vor allem die Geschicklichkeit, den Gleichgewichtssinn und die soziale Kompetenz der Kinder zu trainieren, erweitert. Ein Baumstamm lädt ebenso zum Balancieren ein wie Baumstümpfe in unterschiedlicher Höhe. 2010 kamen eine Hängebrücke und ein Balancierrad dazu. Die KiTa-Gruppen nutzen diesen Pfad mindestens einmal pro Woche, je nach Witterungsbedingungen mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden. Natürlich steht der Bewegungspfad den Kindern auch am Nachmittag zur freien Verfügung.

#### KiTa Aderstedt

Die Erzieher/-innen der KiTa Aderstedt wollten ihren Bewegungspfad so gestalten, dass der Teamgeist der Kinder gefördert wird. Bis zum Projektbeginn gab es auf dem Freigelände Spiel- und Bewegungsgeräte, die größtenteils nur für einzelne Kinder geeignet sind z.B. eine Reckanlage und eine Vogelnechtschaukel. Von vielen Kinder gleichzeitig genutzt werden konnte nur das Klettergerüst. Mit einem mobilen Basketballständer, Seilen, die zwischen zwei Bäumen gespannt werden können, Schaumfußbällen und Pfannenschlitten ist nun Bewegung im Team möglich. Die neuen Materialien regen die Phantasie der Kinder an und lassen die Bewegungspfad dieser KiTa immer wieder neu entstehen. Ein Hangelgerüst - gesponsert von der Sparkasse - soll demnächst noch hinzukommen.

#### KiTa Nesthäkchen

Die Außenanlage der KiTa Nesthäkchen bietet viel Platz zur aktiven Bewegung. In einer Ideenwerkstatt analysierte das KiTa-Team, dass schon viele Bewegungselemente in Freigelände vorhanden sind, die einen Bewegungspfad bilden könnten. Dazu zählen eine Rutsche, eine Kletterspinne, Schaukeln und Hängeseile in den Bäumen sowie eine Balancierstrecke mit unterschiedlich hohen Baumstümpfen. Um auszuprobieren, ob diese einzelnen Bewegungsstationen als Parcours durchlaufen werden können, veranstaltete die KiTa ein Sportfest bei dem die Kinder die einzelnen Elemente erstmals als Parcours mit verschiedenen Aufgabenstellungen absolvierten. Dabei wurde offensichtlich, dass zwischen den Bäumen mit den Hängeseilen und der Schaukelanlage noch jede Menge Platz für neue überleitende Bewegungselemente vorhanden ist. Das bestehende Ensemble sollte ergänzt werden. Eine Kletteranlage wurde aufgebaut und erweitert den Bewegungsparcours um ein Element, an dem die Kinder besonders ihre Geschicklichkeit und Koordinationsfähigkeit fördern können. 2011 soll noch ein Balancierbalken zum Trainieren des Gleichgewichtssinns folgen.

Die wichtigste Erkenntnis im Ergebnis der geschaffenen Bewegungspfade ist für alle Beteiligten eine vielfältigere und zielgerichtete Nutzung von einzelnen Bewegungselementen durch ihre

Verbindung. Neue Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten für das einzelne Kind, für Kindergruppen und für die ganze Familie sind mit einem relativ begrenzten Aufwand entstanden.

## • **Ernährungsöasen**

Das Teilvorhaben, Ernährungsöasen in Schulen zu gestalten, wurde den 12 Schulleiter/-innen individuell in Einzelgesprächen in der 1. Umsetzungsphase erläutert. In einer Planungswerkstatt machten sich 16 Lehrer/-innen aus 12 Bernburger Schulen am 17.03.2010 mit den Möglichkeiten der Gestaltung einer Ernährungsöase vertraut. In der Phantasiephase wurden erste Ideen einer eigenen Ernährungsöase entwickelt. Dabei wurde offensichtlich, wie unterschiedlich sich die Schulen mit dem Thema Ernährung bisher auseinandergesetzt haben. So war z.B. schon ein Teeautomat vorhanden, der jedoch aufgrund von Geldmangel nicht mit Teebeuteln bestückt werden konnte oder es war bereits eine Kräuterspirale angelegt, die von den Schülern gepflegt werden sollte, welche sich jedoch nach einiger Zeit nicht mehr verantwortlich fühlten und die Kräuterspirale vernachlässigten. Die Teilnehmenden erkannten, dass die Bereitstellung von Räumlichkeiten für die Installierung der Öase nicht das Hauptproblem an den Schulen werden würde, sondern die Festlegung der Verantwortlichkeiten bei der Betreuung der Öase. Gemeinsam wurden Ideen entwickelt, die Lernenden und Lehrenden stärker zu motivieren, sich dieser neuen Herausforderung zu stellen und die Verantwortung dafür zu übernehmen, z.B. wurde über die Gründung einer Schülerfirma oder die Möglichkeit, den betreuenden Schüler/-innen Auszeichnungen zu verleihen, gesprochen. In weiteren Planungswerkstätten, die am 03.05.10 in der Grundschule Regenbogen und der Berufsbildenden Schule des Salzlandkreises, am 05.05.10 in der Grundschule J. W. Goethe, am 26.05.10 in der Sekundarschule Campus Technicus und am 27.05.10 im Gymnasium Carolinum sowie der Evangelischen Grundschule Bernburg stattfanden, wurde an den Schulen analysiert, was bereits an Potenzial vorhanden war und wie die Öasen aussehen könnten. Im Nachgang fertigten alle Bildungseinrichtungen eine Projektskizze an, die die benötigten Materialien sowie die Gestaltung der zukünftigen Öase aufzeigte. Die Skizze wurde vom Projektteam in der LVG bewertet und ggf. Änderungsvorschläge unterbreitet. Um die Bestellung von Materialien kümmerte sich dann in Absprache entweder die Schule selbst oder das Team der LVG. Folgende Ernährungsöasen sind in den Schulen in der Zeit vom 01.03.2010-28.02.2011 entstanden:

- Weg vom Kuchenbasar hin zur Obst- und Saftbar (BbS Salzlandkreis)
- Gesundes Frühstück (Grundschule Goethe)
- Frühstücksbasar im Kindercafé (Grundschule Mehring)
- Mobile Öase auf dem Schulhof (Sekundarschule Campus Technicus)
- Teestübchen (Gymnasium Carolinum)
- SchülerBistro im Rahmen des Hauswirtschaftsunterrichtes (Förderschule Otto Dorn)
- Freche Fröchtchen (Evangelische Grundschule)
- Projekt Kochen (Grundschule Regenbogen)
- Frischer Obst- und Gemüseteller (Diesterweg-Grundschule)
- Täglich frische Kräuter (Förderschule Lebensweg)
- Gesundes Pausenfröchstück (Sekundarschule Talstadt)
- Gesunde Schulveranstaltungen (Sekundarschule Heinrich-Heine)

Die Gestaltung der Öasen wurde an vielen Schulen von Eltern und/oder Großeltern unterstützt. So wurden z.B. Kuchenbasare veranstaltet, um das Geld für das „Wohlföhlmöbiliar“ der neuen Ernährungsöase zusammen zu bekommen, einige Eltern spendeten Möbel. Die meisten Öasen werden von den Schöülern der 7 bis 12 Klasse betreut, die von pädagogischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern dabei unterstützt werden. Die Idee der Auszeichnungen oder der Belohnungssysteme aus den Planungswerkstätten wurden aufgegriffen, so werden z.B. am Gymnasium zweimal im Jahr die betreuenden Schüler/-innen von ihrer Direktorin zum Frühstück eingeladen.

## 18. Bewegungs- und Ernährungslotsen

Um mit kompetenten Ansprechpartnern die Projektabsichten in der Stadt weiter zu verbreiten und zu unterstützen, entwickelte die Projektleitung die Idee, Bewegungs- und Ernährungslotsen auszubilden. In den unterschiedlichen Settings sollten Mitstreiterinnen und Mitstreiter gewonnen werden, die als Multiplikatoren in ihren Lebenswelten wirken. Zunächst sollten dafür Schülerinnen und Schüler ausgebildet werden. Mit der Hochschule Anhalt wurde am 25.11.2008 vereinbart, ein Curriculum für die Ausbildung zu erstellen, in einer Auftaktveranstaltung geeignete Schülerinnen und Schüler dafür zu gewinnen und in der Umsetzungsphase auszubilden und einzusetzen.

In den Schulen wurden Schülerinnen und Schüler gewonnen, die als Bewegungs- und Ernährungslotsen ihre Altersgenossen zu den Themen Bewegung und Ernährung beraten können. Das Curriculum für die Aufgabe als Ernährungslotse wurde im Jahr 2009 von der Hochschule Anhalt entwickelt und beinhaltet die Grundlagen im Bereich Ernährung. Inhalte des Curriculums sind:

- Persönlicher Energiebedarf mit Arbeitsblatt „Zusammenstellung eines Frühstücksmenüs nach dem individuellen Kalorienbedarf“
- Vermittlung der Bedeutung, Funktion und Vorkommen der Hauptnährstoffe (Energienstoffe): Kohlenhydrate, Eiweiße, Fette
- Vermittlung der Bedeutung, Funktion und Vorkommen ausgewählter Mineralstoffe (Baustoffe)
- Vermittlung der Bedeutung, Funktion und Vorkommen ausgewählter Spurenelemente (Schutzstoffe)
- Bedeutung vom Trinken
- Bedeutung der Ballaststoffe

Jeder Themenkomplex wurde mit einem Arbeitsblatt in Form eines Lückentextes abgeschlossen, den die Bewegungs- und Ernährungslotsen als eine Art schriftliche „Prüfung“ ausfüllten.

Nach dem Theorieteil erarbeiteten sich die Schülerinnen und Schüler in Gruppen die Lebensmittelgruppen der Ernährungspyramide und erstellten Collagen mit Produktabbildungen aus Zeitschriften. Bei der anschließenden Präsentation gingen sie auf die Position der Lebensmittelgruppe in der Pyramide ein, führten Lebensmittel, die besonders gut in diese Lebensmittelgruppe passen, auf, beschrieben die Anzahl der Portionen am Tag und nannten die Farbgebung der Pyramidenstufe. Eins von den drei Themen Kinderlebensmittel, Alkopops und Fast Food konnten sich die Schülerinnen und Schüler selbst auswählen. Hier ging es vor allem um die Besonderheiten bzw. Probleme von Lebensmittelgruppen. Diese Infos sollen den Schülerinnen und Schülern in Zukunft die Auswahl von bestimmten Lebensmitteln erleichtern. In einem Praxisteil konnten die Schülerinnen und Schüler Obstsalat, Gemüse-Pizza und/oder Burger selbst (unter fachlicher Anleitung) zubereiten. Dadurch sollten die in der Ausbildung erhaltenen Grundlagen vertieft werden. Insgesamt 8 Ausbildungslehrgänge wurden durchgeführt (18.11.09, 23.11.09, 25.11.09, 30.11.09, 01.12.09, 08.12.09, 14.12.09, 18.12.09).

Mit Unterstützung der Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg wurden in 2 Erfahrungsaustauschen am 02. und 03.02.10 die Schülerinnen und Schüler mit verschiedenen Bewegungselementen und –spielen vertraut gemacht, die sie in den Pausen auf dem Schulhof oder in der Freizeit mit wenig Aufwand mit ihren Mitschülern ausprobieren können. Die Erhöhung der täglichen Bewegung soll für die Kinder in ihrem bewegungsarmen Umfeld im Vordergrund stehen, da viele nur in den Sportstunden zu ihrem täglichen Bewegungssoll kommen.

Die ausgebildeten Bewegungs- und Ernährungslotsinnen und -lotsen sollten nun an ihrer Schule sowie in ihrem Umfeld Altersgenossen zu den Themen Bewegung und Ernährung beraten und Impulse für Aktivitäten geben. Dafür wurden sie mit den wichtigsten Materialien, wie z.B.

der Ernährungspyramide in Taschenformat und Informationsbroschüren zum Thema Ernährung und Bewegung sowie einer Spielesammlung ausgestattet. Weiterhin bekamen sie Detektivaufträge, mit zur Jahreszeit passenden Aufgaben, ausgehändigt, die sie quartalsweise gelöst bei der LVG einreichten, um weiter als Ernährungs- und Bewegungslotse gelten zu können. Damit gewährleistete das Projektteam auch, dass sich die Ausgebildeten aktiv weiter mit den Themen Ernährung und Bewegung beschäftigen.

2010 wurden Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, die in den Settings Schule – insbesondere für BbS und Gymnasien - und Seniorenheim aktiv werden, als Ernährungs- und Bewegungslosen ausgebildet. Dazu wurde das von der Hochschule Anhalt entwickelte Curriculum den Zielgruppen entsprechend angepasst. Die Ausbildung fand an folgenden Terminen statt: für Lernenden am 05.11.10 und 12.11.10 in der Berufsbildenden Schule Salzlandkreis und am 22., 25., 29.11.10 am Gymnasium, für Seniorinnen und Senioren am 27.11. und 04.12.10 an der Kreisvolkshochschule. Insgesamt wurden 91 Lotsen ausgebildet. Bei der älteren Generation wurde darauf geachtet, dass in der Ausbildung verschiedene Grunderkrankungen, die im Zusammenhang mit der Ernährung stehen, wie z.B. Diabetes oder Bluthochdruck, behandelt wurden, der praktische Teil wurde dementsprechend angepasst. Der Bewegungsteil der Ausbildung wurde von einem Referenten der Hochschule Anhalt durchgeführt. Nach Beendigung der Ausbildung erhielten die Teilnehmenden eine mit Informationsmaterial gefüllte Tasche als Anerkennung, die sie bei ihrer Lotsentätigkeit unterstützen sollen. Das Informationsmaterial war auf die jeweilige Altersgruppe abgestimmt und bestand aus mehreren Broschüren über Vitamine und Mineralstoffe, Herzgesundes Essen, Rezeptheften, einer aid-Ernährungspyramide im Taschenformat, einem Schrittzähler sowie einem T-Shirt mit Bernburg bewegt! Aufdruck. Eine Sammlung beliebter Pausenspiele für die Jugendlichen sowie Rückengerechtes Heben und Tragen für die Senioren komplettierten die Ausstattung.

Die zum Abschluss der ersten Projektphase an die Lotsen aus 5 Schulen, der berufsbildenden Schule, des Gymnasiums und der drei Sekundarschulen aus Bernburg, ausgeteilten Detektivaufträge, kamen in der zweiten Phase bearbeitet zum Projektteam zurück. So sollten die Lotsen z.B. im Frühling herausfinden, in welchem Supermarkt es das frischeste Obst und Gemüse der Saison gibt. Die Ergebnisse zeigten, dass es in den untersuchten Supermärkten Ware aus der ganzen Welt gibt, die bei Norma und Netto am frischesten erschienen. Ihr Fazit lautete aber, die regionalen Produkte zu nutzen, um lange Transportwege und Pestizide zu vermeiden. Das zeigte, dass die Lotsen sich mit der Thematik auseinander gesetzt hatten und ihre Klassenkameraden in Zukunft darauf hinweisen können. Für den Sommer lautete der Auftrag, einen Supermarkt zu finden, der gesunde Grillwaren anbietet. Im Herbst war die ausgefallenste Form bei Obst und Gemüse zu suchen und im Winter sollten neue Brotsorten gefunden werden, die aus Vollkornmehl hergestellt werden. Die Nutzung der Detektivaufträge als Form der freiwilligen Fortbildung bei Lernenden hat sich bewährt und könnte bei Bedarf auf alle Altersklassen angepasst werden.

Auch 2010 wurden die Ernährungs- und Bewegungslosen zum Erfahrungsaustausch eingeladen. Am 06.12.2010 trafen sich die Lotsen aus der Berufsschule. Über eine Kartenabfrage wurden die Erfahrungen bei der Ansprache der Mitschüler sowie neue Ideen gesammelt, wie es an der Schule mit dem Thema Gesunde Ernährung und Bewegung weitergehen könnte. Da der Erfahrungsaustausch erst einen Monat nach der Ausbildung stattfand, konnten noch nicht allzu viele Erfahrungen diskutiert werden. So wurde der Termin zur weiteren Fortbildung genutzt. Nach der Ideensammlung für neue Initiativen, vergaben die Lotsen Punkte für die aus Ihrer Sicht wichtigsten Zukunftsaufgaben. Die Abfrage ergab, dass als erste Maßnahme das Angebot des schuleigenen Cafés verbessert werden soll. Gemeinsam wurde das Vorgehen besprochen und die Aufgaben verteilt.

Der zweite Erfahrungsaustausch fand am 13.12.2010 mit den Gymnasiasten statt. Auch dort war erst kurz zuvor die Ausbildung beendet worden, so dass der Schwerpunkt dieses Treffens

auf die Entwicklung neuer Ideen gelegt wurde. Die Anwesenden entschieden sich, einen Wettbewerb zwischen den Klassen ins Leben zu rufen, wer das gesündeste Buffet herrichtet. Anschließend wurden die Aufgaben zur Vorbereitung des Wettbewerbs verteilt. Zum Abschluss beschlossen die Lotsen sich in einem Rhythmus von zwei Monaten zu treffen und neue Aktivitäten zu den Themen Ernährung und Bewegung zu planen. Durch die Schulkoordinatorin wurde an das Projektteam herangetragen, dass die Idee des Wettbewerbes vom Elternkuratorium und dem Schülerrat befürwortet wurde und diese bei der Umsetzung auch unterstützen wollen.

## **19. Vereinspatenschaften**

Die späte Mittelfreigabe durch den LandesSportBund behinderte im gesamten Projektzeitraum die Umsetzung des Vorhabens. Trotzdem gelang es zum Projektende drei Sportvereinen, eine Patenschaft mit Kindergärten abzuschließen und regelmäßig Bewegungsangebote für die Kinder anzubieten.

## **20. Ausgewogen und gesund kochen trotz Hartz IV**

Im Berichtszeitraum wurden drei Kochkurse etabliert. Insgesamt fanden von Projektbeginn bis Februar 2011 63 Kurseinheiten zum ausgewogenen und gesunden Kochen trotz Hartz IV statt. Insgesamt nutzten 55 Personen das Angebot, davon 28 Familien, 15 Alleinerziehende, 12 Migranten.

Der Kochkurs „Familienkochtopf“, bei dem sozial schwache Familien/Jugendliche einbezogen werden, begann im Juni 2009. Die begleitende Köchin nutzte das Kochbuch „Günstig und ausgewogen ernähren entsprechend dem Regelsatz Hartz IV“ von Glinka und Meier als Grundlage, um den Teilnehmer/-innen zu vermitteln, sich trotz der geringen finanziellen Möglichkeiten gesund und ausgewogen zu ernähren. Die Rezepte wurden im Vorfeld durch die Ökotrophologin der LVG gesichtet und Verbesserungs- bzw. Austauschmöglichkeiten mit der Köchin besprochen. Ziel dieses Kochkurses ist es, den Spaß am Kochen zu wecken, den Verzehr von Fertiggerichten zu minimieren, die Einteilung des Haushaltsgeldes zu üben sowie das Gesundheitsbewusstsein zu verstärken. Am Ende des Kochkurses wurde das Kochbuch von Glinka und Meier um die neuen Gerichte erweitert und allen Teilnehmern zur Nachnutzung für zu Hause ausgehändigt. Durchschnittlich nutzten 14 Teilnehmende das wöchentliche Kochangebot. Der Kochkurs wird auch nach Projektende vom SOS Kinderdorf in Eigenregie weitergeführt und steht allen Bernburgern offen.

Der Kochkurs „Gesund kochen trotz Hartz IV“, bei dem alleinerziehende, arbeitslose Mütter einbezogen sind, begann ebenfalls im Juni 2009. Auch in diesem Kochkurs diente das Kochbuch „Günstig und ausgewogen ernähren entsprechend dem Regelsatz Hartz IV“ von Glinka und Meier als Grundlage. Alleinerziehende sind oft überfordert, für sich und ihre Kinder trotz der geringen finanziellen Möglichkeiten zu kochen und dann auch noch auf Gesundes und Vollwertiges zu achten. Den Teilnehmenden diese Angst zu nehmen und sich gern dem Kochen zu widmen, war Ziel dieses Kochkurses. Auch hier wurden die Rezepte im Vorfeld durch die Ökotrophologin der LVG gesichtet und Verbesserungs- bzw. Austauschmöglichkeiten mit der Köchin besprochen. Während der Kocheinheiten wurden Grundlagen der Lebensmittelkunde vermittelt und fettärmere Produkte in den Vordergrund gerückt. Die jungen Mütter sollten erkennen, dass sie für ihre Gesundheit und die ihrer Kinder verantwortlich sind wobei die Einnahme von gesunden vollwertigen Mahlzeiten eine große Rolle spielt. Die Teilnehmerzahl pro Kocheinheit variierte zwischen 6 und 10 Personen. Auch hier wurde das Kochbuch zur häuslichen Nutzung zur Verfügung gestellt.

Der Kochkurs „Kulinarische bunte Vielfalt“ richtete sich an Stadtteilbewohner/-innen insbesondere Migrantinnen und Migranten. Er begann im August 2009. Pro Kochkurs erklärte sich eine Teilnehmerin/ ein Teilnehmer bereit, ein typisches Nationalgericht aus dem Herkunftsland zu kochen, d.h. die anleitende Köchin kaufte die Zutaten nach Vorgabe ein, alle Anwesenden bereiteten das Essen nach Anweisung zu und dann wurde das Gericht gemeinsam verspeist. Dazu berichtete die „Ko-Köchin“/ der „Ko-Koch“ über ihr/ sein Land, die Gebräuche und die Speisen. Die Köchin gab Anregungen, wie das Gericht z.B. noch fett- oder zuckerärmer zubereitet werden kann, d.h. welche Austauschprodukte verwendet werden könnten. Auch hier wurden die Rezepte im Vorfeld durch die Ökotrophologin der LVG gesichtet und Verbesserungs- bzw. Austauschmöglichkeiten mit der Köchin besprochen. Ziel dieses Kochkurses war es, den Menschen die unterschiedlichen Kulturen näher zu bringen, miteinander ins Gespräch zu kommen und auch die fremdländischen Gerichte fett- und zuckerärmer zuzubereiten. Die durchschnittliche Teilnehmer/-innenzahl lag bei 8 Personen. Auch in diesem Kurs wurde den Teilnehmenden das ergänzte Kochbuch von Glinka und Meier zur Verfügung gestellt.

Die beiden zuletzt genannten Kochkurse werden in Zukunft zusammen gelegt und im Mehrgenerationenhaus als ein Kochkurs allen Besuchern einmal im Monat angeboten. Die Lebensmittel dafür werden ab 03/2011 – 12/2011 vom Discounter Netto gesponsert und die Köchin kann über ein anderes Projekt finanziert werden.

## **21. Familiensportplatz**

In den Monaten März bis Mai 2010 wurde das Konzept für den Familiensport und -spielplatz erarbeitet, dann die Sport- und Bewegungsgeräte ausgewählt, bestellt und aufgebaut. Am 01.06.2010 fand die feierliche Einweihung des neuen Bewegungsangebotes für Familien mit 38 Stadtteilbewohnerinnen und Bewohnern medienwirksam statt. Die feststehenden Sport- und Bewegungselemente stehen seit dem den Besuchern des Mehrgenerationenhauses immer zur Verfügung, die mobilen Sport-, Bewegungs- und Spielgeräte werden an sonnigen Tagen auf dem Außengelände und an regnerischen Tagen in den Kellerräumen zur Nutzung aufgebaut. Die mobilen Geräte können außerdem ausgeliehen werden, zwei Schulen und zwei Seniorensportgruppen nutzten diese Möglichkeit bereits.

Zu den Festen und Feiern, die regelmäßig vom Mehrgenerationen- und Stadtteilhaus durchgeführt werden, wird der Familiensport und -spielplatz intensiv einbezogen. Eine Erweiterung des Angebotes ist erwünscht und wird bei den Fördermittelanträgen der Stadt Bernburg berücksichtigt. Laut Aussagen der Leitung des Mehrgenerationenhauses wird der Familiensport und -spielplatz sehr gut angenommen und trägt zur Erhöhung der Besucheranzahl bei.

## **22. Fitnessraum im Stadtteilhaus**

In den Monaten Juni bis Oktober 2009 wurde das Konzept für den Fitnessraum erarbeitet. Dann wurden die Geräte ausgewählt, bestellt und aufgestellt. Am 22.02.2010 fand die feierliche Einweihung der beiden Räume, einer zum Muskeltraining und einer für Ausdauer- und Fitnessstraining, mit Vertreterinnen und Vertretern des Gesundheitszentrums Family Fitness, der Stadtverwaltung sowie der Stiftung Evangelische Jugendhilfe und der St. Johannis GmbH statt. Die Presse war ebenfalls eingeladen und berichtete umfangreich. Seit dem 22.02.2010 werden die Räumlichkeiten sowohl von Jugendlichen zum Muskeltraining als auch von Erwachsenen und Senioren zum Ausdauer- und Fitnessstraining genutzt, die sich eine Mitgliedschaft im Fitnessstudio oder in einem Sportverein nicht leisten können. 2010 wurden Übungsleiter/-innen durch den KSB Salzland e.V. ausgebildet, die die Übungen an den Fitnessgeräten fachlich begleiten und den Nutzern Tipps zur richtigen Anwendung geben. Laut Aussagen der Leitung des Stadtteilhauses werden die Fitnessgeräte sehr gut angenommen, die Trainingszeiten sind immer

ausgebucht und es haben sich bereits Gruppen gebildet, die sich dort zum Trainieren verabreden.

### **23. Lernen vom Besten**

- **Fortbildung „Bewegte Bildungseinrichtungen“**

41 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus 11 Kindertagesstätten und 3 Horten, 6 Schulen und aus den zuständigen Verwaltungsebenen nahmen am 19.11.2008 an einer Fortbildung zur Bewegten Bildungseinrichtung mit folgenden Inhalten teil. Inhalte der Fortbildung waren u.a. die Chancen für Bewegungs- und Haltungsförderung im Kindes- und Jugendalter, das Spielen und Lernen in und durch Bewegung- ein Konzept der bewegten KiTa und bewegten Schule, Umsetzungsbeispiele aus dem KiTa- und Schulalltag und Tipps zur Gestaltung von Bewegungsräumen. Die Anwesenden waren von dieser Fortbildung begeistert und wünschten sich zum Abschluss eine Fortführung dieser Fortbildung mit weiteren Inhalten.

- **Fortbildung „Gesunde und ausgewogene Ernährung in der Mittagsversorgung“**

Am 26.10.09 fand die Multiplikatorenschulung „Gesunde und ausgewogene Ernährung in der Mittagsversorgung“ für Leiterinnen und Leiter von Selbsthilfegruppen sowie ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Jugendeinrichtungen und Migrationseinrichtungen, die sich um die Mittagsmahlzeit in ihren sozialen Einrichtungen bemühen, statt. 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmer nahmen an der Schulung, die eine Ökotrophologin mit einer Ernährungspraxis mit Sitz in Bernburg durchführte, teil. Nach einem theoretischen Teil gaben die Anwesenden ihre Speisepläne bei der Referentin ab und gemeinsam wurde nach Möglichkeiten gesucht, die Mittagsmahlzeiten zu optimieren. Die Fortbildung wurde von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern als besonders wertvoll eingeschätzt.

- **Fortbildung „Bewegte Kinder- Schlaue Köpfe – Bausteine einer bewegten KiTa und bewegten Schule“**

31 Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus 15 Bildungseinrichtungen und aus den zuständigen Verwaltungsebenen nahmen am 28.10.2009 an einer Fortbildung zur Bewegten Bildungseinrichtung mit folgenden Inhalten teil:

- Kindliche Entwicklung braucht besondere „Bewegungsqualitäten“
- Entwicklungsphysiologische Besonderheiten und Hindernisse
- Das Kind bewegende Innenraum- und Außenraumkonzepte
- Bewegtes Lernen anhand exemplarischer Beispiele - Umsetzungsmaßnahmen für Kitas und Schule
- Individuelle Beratung zu einrichtungsbezogenen Lösungen

Diese Schulung führte die Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e. V. durch. Es ging um die Vermittlung von bereits erprobten Bewegungskonzepten, die auf die eigene Einrichtung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer übertragen werden können. Viele der Ideen, die der Referent an die Teilnehmer weitergab, fanden sich später bei der Entwicklung der Bewegungspfade wieder.

- **Fortbildung „Gesunde Bewegung im Alter“**

Jeder dritte Bürger über 65 Jahre stürzt mindestens einmal im Jahr, Bewohnerinnen und Bewohner von Pflegeheimen sind noch häufiger betroffen. Da jedoch mindestens ein Drittel der Stürze durch vorbeugende Maßnahmen verhindert werden könnte, wurde ein Sportwissenschaftler und Fachübungsleiter für Behinderten- und Rehabilitationssport für die am 18.11.2009 stattgefundenen Fortbildung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eines Seniorenheimes zum Thema „Bewegung im Alter fördern – Stürze vermeiden“ gewonnen. Zunächst wurde das Problemfeld der Sturzgefährdung und Sturzvermeidung erörtert und auf die Bedeutung der multifaktoriellen Risikofaktoren eingegangen. Neben vielen alltagstauglichen Tipps für ein spezielles Training im Sitzen, im Stand oder in der Bewegung mit Kleinhanteln und Gewichtsmanschetten machte der Referent deutlich, dass auch mit vorhandenen Alltagsmaterialien wie Wasserflaschen, Handtüchern, Zeitungen oder Luftballons die Kraft und das Gleichgewicht der älteren Menschen geschult werden können. Abschließend wurden die Interventionsmöglichkeiten der einzelnen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und des Heims vorgestellt und auf die Behandlung der Grunderkrankungen, die Risiko-Identifikation, Trainings- und Rehabilitationssportprogramme, Pflege-Intervention, protektive/ sturzmindernde sowie übergreifende Maßnahmen eingegangen.

An der Fortbildung nahmen 12 Personen der Einrichtung teil, die besonders von der praktischen Umsetzung der Übungen und vom Vorschlag, einen Aktivtag mit Senioren und KiTas zu gestalten, profitierten. Dem Heim übergab der Referent die durchgeführten Übungen als Handout, da dieses die Bewegungsübungen in ihren wöchentlichen Angeboten nachnutzen möchte.

Diese zweite Fortbildung mit 24 Teilnehmerinnen und Teilnehmern fand am 19.11.2009 in einem Seniorenheim in Bernburg statt. Zielgruppe dieser Veranstaltung waren die Seniorinnen und Senioren, die allein in häuslicher Umgebung leben und vom Seniorenheim betreut werden. Da bei ihnen die Sturzprävention neben dem Muskel- und Gleichgewichtstraining hauptsächlich auf der Beseitigung von Stolperfallen im eigenen Heim liegt, wurden hierzu verschiedene Beispiele bildhaft den Bewohnern verdeutlicht. Sie konnten sitzend einige Übungen mit Wasserflaschen oder Luftballon zur Stärkung der Muskulatur durchführen. An dieser Fortbildung nahmen auch einige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Heims teil, die ein Handout zur Nachnutzung erhielten.

- **Fortbildung „Heidelberger Ballschule“**

Am 05.02.2010 nahmen 21 Übungsleiter/-innen verschiedener Sportsektionen an der Fortbildungsveranstaltung „Heidelberger Ballschule“ teil. Folgende Inhalte wurden vermittelt:

- Systematik der Großen und Kleinen Spiele,
- Inhalte, Ziele und Didaktik der Sportspielvermittlung,
- Konzept der Heidelberger Ballschule und
- Praktische Erfahrungen nach dem Modell des spielerisch-impliziten Lernens.

Dafür stellte die Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg den Referenten. In der Veranstaltung wurde die Methodik der Heidelberger Ballschule vorgestellt. Die Teilnehmer/-innen erhielten viele Ideen, die weit über den Ballsport hinausgingen und in anderen Sportarten eingebracht werden können. Die Übungsleiter/-innen zeigten sich äußerst interessiert und wollen den Kontakt zum Zentrum Halle der Heidelberger Ballschule weiter ausbauen. Deshalb wird eine Kooperation mit der Martin-Luther Universität Halle 2010 angestrebt.

- **Fortbildung „Gesunde Ernährung auch im Alter wichtig!“**

Am 05.02.10 fand die Multiplikatorenschulung „Gesunde Ernährung auch im Alter wichtig!“ für Mitarbeiter/-innen des Pflegeheims Kanzlerstiftung in Bernburg und der firmeineigenen Cafeteria sowie Vertreter/-innen des Seniorenrates statt. 21 Personen besuchten die Fortbildung. Ziel der Veranstaltung war es, die Ernährungssituation im Pflegeheim sowie für Gäste der hauseigenen Cafeteria zu verbessern. Die Vertreter/-innen des Seniorenrates waren eingeladen, damit sie die Inhalte der Fortbildung kennen lernen und an weitere Seniorenheime vermitteln können. Die Referentin, eine Ökotrophologin mit einer Ernährungspraxis mit Sitz in Bernburg, ging auf folgende Inhalte ein:

- Welche Grundbausteine einer gesunden Ernährung gibt es (Ernährungspyramide)?
- Was heißt vollwertige und gesunde Ernährung überhaupt?
- Welche Ernährungsaspekte sind bei der Zubereitung von Sacks zu beachten?
- Beispiele gesunder Zwischenmahlzeiten und Nachmittagsgedecken

Natürlich erhielten die Anwesenden nach dem Vortrag die Gelegenheit, Fragen zu stellen und zwei Angebote der Cafeteria wurden beispielhaft besprochen. Die Referentin erklärte sich im Nachgang bereit, der Cafeteria für weitere Konsultationen zur Verfügung zu stehen.

- **Fortbildung „Gesunde Alltagsbewegung für Senioren“**

Am 04.03.10 fand die o.g. Multiplikatorenschulung für Vertreter/-innen der Kreissenorenräte aus Bernburg und Umgebung sowie interessierte Leiter/-innen von Seniorensportgruppen in den Räumlichkeiten der Hochschule Anhalt statt. Eingeladen hatte die Kreisvolkshochschule in Kooperation mit dem Aktionsbündnis. Den Vortrag eines Mediziners aus Magdeburg ließen sich die 120 Teilnehmenden nicht entgehen. Nach einem theoretischen Input, welche Bewegungsformen und welches Pensum für ältere Menschen günstig sind, führte der Referent mit den Anwesenden Bewegungsübungen durch und erläuterte die Bedeutung jeder Übung für ein gesundes Altwerden der Muskulatur. Dass die Fortbildung bei den Teilnehmenden sehr gut ankam, zeigten die Nachfragen an den Referenten. Ziel dieser Veranstaltung war es, Multiplikatoren aufzuzeigen, welche Bedeutung ausreichende Bewegung für ein gesundes Altern hat damit diese das Erlernte bei Seniorentreffen weitergeben.

- **Fortbildung „Sponsoring und Fördermittelakquise“**

Ein wichtiges Thema für viele Einrichtungen ist die Akquise von Fördermitteln, wenn neue Projekte umgesetzt werden sollen. Dazu wurde für 40 Vertreter/-innen aus Kinderbetreuungs-, Jugendhilfe- und Bildungseinrichtungen sowie Migrationsberatungsstellen am 21.06.10 eine Fortbildung zum o.g. Thema organisiert. Ein Referent vom Deutschen Fundraisingverband e.V. führte die Anwesenden in die Strategien, Regeln und Chancen beim Fundraising und Sponsoring ein. Dann informierte eine Referentin aus dem Verein Netzwerk Selbsthilfe e.V. über mögliche Fördertöpfe für die Teilnehmenden, das Vorgehen beim Schreiben einer Projektskizze und die Vorgehensweisen bei der Ansprache möglicher Finanziers. Im Anschluss wurden drei Praxiswerkstätten, eine für KiTas, eine für Schulen und eine für Vertreterinnen und Vertreter aus der Jugendhilfe und Migrationsberatung, durchgeführt, bei denen jeweils ein Praxispartner seine Erfahrungen mit der Akquise von Fördermitteln und/ oder Sponsorengeldern unter dem Titel „Von der Projektidee zur Verwirklichung“ vorstellte. Auch diese Fortbildung wurde von den Teilnehmenden gut angenommen. Später berichtete die Leiterin des Mehrgenerationenhauses, dass die Tipps dieser Fortbildung bei dem Sponsoringgespräch mit dem Discounter Netto zur Unterstützung des Kochkurses mit Lebensmitteln zum Einsatz kamen und dadurch eine Sponsoringvereinbarung bis Ende 2011 unterschrieben wurde.

- **Fortbildung „Ehrenamt“**

Am 01.09.10 wurden die Teilnehmenden des Steuerkreistreffen zum Thema Ehrenamt und Freiwilligenagentur fortgebildet. (siehe Pkt. 7.2.2. Steuerkreis)

- **Fortbildung „Kindergesundheit“**

Diese Multiplikatorenschulung wurde am 27.10.10 im Rahmen des 2. Gesundheitsdialoges umgesetzt (Siehe Pkt. 7.2.3 Arbeitskreis Gesundheitsdialog).

- **Fortbildung „Bewegung und Beweglichkeit erhalten“**

Um die Aussage: „Niemand will alt und krank werden, aber jeder länger leben“ drehte sich die Fortbildung am 28.10.10 im Rahmen der von der Kreisvolkshochschule des Salzlandkreises organisierten Seniorenakademie. Im Alter aktiv sein, gesellig bleiben und sich ganz bewusst für eine positive Lebenseinstellung entscheiden sind die Grundlagen, um ein langes und zufriedenes Leben zu führen. Der Referent aus der stationären Schmerztherapie erläuterte, dass zwei Drittel der Patientinnen und Patienten aufgrund orthopädischer Beschwerden, meistens Rückenschmerzen, in die Klinik kommen. In 95 % der Fälle ist es jedoch möglich, ihnen durch entsprechende Übungen die Freude am Leben zurück zu geben. Neben praktischen Unterweisungen wurden die Anwesenden über Aktuelles aus der Schmerztherapie – von Medikamenten über physiotherapeutische Anwendungen bis hin zu alternativen Heilmethoden wie Chirotherapie und Akupunktur - informiert und erhielten Tipps, wie durch gezielte Bewegung Schmerzen verhindert oder gelindert werden können und so die Beweglichkeit im Alter trotz vereinzelter Schmerzen erhalten werden kann. Die angesprochene Zielgruppe bei dieser Veranstaltung waren erneut die Vertreterinnen und Vertreter der Kreissenioreräte aus Bernburg und Umgebung sowie weiteren interessierten Leiterinnen und -leitern von Seniorensportgruppen. Ca. 100 Personen nahmen dieses Angebot zur Fortbildung wahr.

- **Fortbildung „Allergenarm kochen – Wettbewerbsvorteile nutzen“**

Unter dem Blickwinkel der stetig steigenden Anzahl an Allergikern in Deutschland wurde für 14 Caterer und Gastwirte in Bernburg am 15.11.10 eine Fortbildung durchgeführt, die Hintergrundwissen zum Thema Lebensmittelallergie vermittelte und Tipps zur allergenarmen Zubereitung gab. Die Essenanbieter sollten für die sichere Bewirtung der Allergiker in der Gemeinschaftsverpflegung und in Gaststätten sensibilisiert werden.

Eine Ernährungswissenschaftlerin des Deutschen Allergie- und Asthmabundes vermittelte den Teilnehmenden neue Erkenntnisse zu Lebensmittelallergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten und erläuterte den Unterschied der beiden Formen. Die lupenreine Kennzeichnung der häufigsten Allergene auf der Speisekarte oder dem Speiseplan wurde für Allergiker als lebensnotwendig hervorgehoben und sollte daher auch unbedingt in den Restaurants und Cateringunternehmen umgesetzt werden. Eigene Erfahrungen mit allergenarmem Kochen brachte ein Geschäftsführer eines Restaurants ein, der ausschließlich glutenfreie Speisen anbietet. Diese Art des für ihn „barrierefreien“ Kochens erweiterte seine Kundschaft, so berichtete der Gastwirt, um ca. 1.000 Personen im 1. Geschäftsjahr. Er beschrieb die Umgestaltung des Betriebsablaufs von Einkauf bis Lagerung und betonte, dass Mitarbeiterschulungen in diesem Bereich sehr wichtig sind, um die Qualität der angestrebten glutenfreien Produkte zu halten und die Gäste optimal zu beraten.

In einer anschließenden Diskussion stellte sich heraus, dass die Caterer, welche Schulen und KiTas beliefern, tagtäglich vor dem Problem allergischer Inhaltsstoffe bzw. Zutaten in ihrem Essen stehen und die Fragen der Kunden bisher aufgrund des notwendigen personellen Mehraufwandes, der für eine einrichtungsbezogene Beratung notwendig wäre, nicht beantworten konnten. Da dieser Punkt jedoch wichtig ist, um die Kunden zu halten bzw. mögliche Schwierigkeiten auszuräumen und dadurch die Anzahl der Mitessenden zu erhöhen, wurde mit dieser Fortbildung nochmals verdeutlicht.

- **Fortbildung im Rahmen der Stadtgesundheitskonferenz**

Im Rahmen der großen Bündnisversammlung, die jetzt in die Stadt-Gesundheitskonferenz überführt wurde, wurden die 55 Teilnehmenden am 24.11.10 zu den Themen „Umsetzung der Auditverfahren Gesunde KiTa und Gesunde Schule“, „Möglichkeiten der bewegten Pausenbildung“, „Bewegungen auch in engen Räumen“ sowie „Durchführung von Bewegungsangeboten im Nachmittagsbereich“ geschult. Durch die sich jeweils anschließenden Diskussionsrunden konnten alle Fragen der Anwesenden beantwortet werden. Die Inhalte der Gesamtkonferenz sind im Punkt 2.1 ausgeführt.

- **Fortbildung „Kinderleichtathletik“**

Bewegungsförderung spielt bei den Kleinsten unserer Gesellschaft eine große Rolle. Aus diesem Grund wurden die Bildungseinrichtungen der Stadt zum Thema „Kinderleichtathletik“ an zwei möglichen Terminen vom Leichtathletik-Verband Sachsen-Anhalt geschult. Am 22.01.11 fand der erste Kurs mit 9 Teilnehmenden aus 7 Einrichtungen und am 29.01.11 der zweite Kurs mit 5 Teilnehmenden aus 5 Einrichtungen statt. Die Anwesenden wurden theoretisch in die Thematik über die aktuellen Ergebnisse der KiGGs und MoKis-Studien eingeführt, dann über die Potenziale und Grenzen des Bewegungsalltages in den Einrichtungen diskutiert und praktische Übungen z.B. Aufwärmspiele sowie Laufen, Springen, Werfen in kleinen Räumen vorgeführt. Außerdem wurden Alltagsmaterialien vorgestellt, die in den eigenen Einrichtungen leicht zu finden sind. Die Anwesenden erhielten eine Übungssammlung zur Nachnutzung. Eine Demonstration von Entspannungs- und Yogaübungen für Kinder, Erzieherinnen und Erzieher sowie dem Lehrpersonal rundete die Veranstaltung ab.

## **24. Mit dem Rad zur Arbeit**

Kleinere Unternehmen konnten bisher nicht gewonnen werden, sich der Aktion anzuschließen, größere Unternehmen der Region setzen die Aktion regelmäßig um und haben das Angebot in ihrem Unternehmen etabliert, z.B. Stadtverwaltung Bernburg, Solvay Chemicals GmbH.

## **25. Sommercamp**

Das Sommercamp ist ein Teilprojekt, das vom AK Migration entwickelt und gemeinsam mit dem AK Jugendhilfe, dem KSB Salzlandkreis e.V., der LVG und vielen Sportvereinen umgesetzt wurde. Am 09. und 10.07.2010 fand das Camp am Saaleufer mit insgesamt 27 Personen, Mutis und Vatis mit zusammen zehn Kindern und Jugendlichen, auf dem Gelände des Wassersportvereins Empor Bernburg statt. Am Freitagnachmittag wurden für die Familien ein Fußball- und Volleyball-Match sowie zahlreiche Bewegungsmöglichkeiten für die kleineren Kinder bei Spiel und Spaß vorbereitet. Unter der fachlichen Anleitung von Übungsleiterinnen und -leitern der Sportvereine konnten diese realisiert werden. Am Abend wurde dann „Mal etwas anderes“ gegrillt und eine Ökotrophologin erklärte den Anwesenden bei der gemeinsamen Zubereitung

des Essens, warum nicht nur gegrilltes Fleisch schmeckt, sondern z.B. gegrillter Fetakäse auch noch gesünder ist. Der Edeka-Markt sponserte für das Wochenende die gesunden Lebensmittel. Die Übernachtung erfolgte in Zelten. Am Samstag vermittelte eine gemeinsame Kanutour den Teilnehmenden einen Vorgeschmack auf das, was interessierte Kinder und Jugendliche künftig regelmäßig im Sportverein erleben können. Dann konnten sich die Anwesenden bis zum Nachmittag an weitere Sportangeboten erproben. Ziel dieses Camps war es, die Teilnehmenden für eine Sportart zu begeistern und den Spaß an körperlicher Bewegung zu vermitteln. Ein besonderes Geschenk gab es für die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen. Diese erhielten über die Stiftung „Friederikenhaus“ die Möglichkeit, sich nach dem Camp in einem Sportverein ihrer Wahl anzumelden, um ein Jahr kostenlos Sport treiben zu können. Diese Chance nutzen 6 der anwesenden Kinder und Jugendlichen. Die LVG übernahm für das Wochenende die Federführung, um den Akteuren der Stadt Bernburg aufzuzeigen, wie eine solche Aktion zu organisieren und durchzuführen ist. 2012 soll das Sommercamp wiederholt werden, dann unter Leitung der Freizeit GmbH Bernburg.

## **26. Trinkbrunnen**

Bei dem Teilprojekt Trinkbrunnen handelt es sich um ein seit 2004 in Sachsen-Anhalt forciertes Vorgehen zur Förderung eines gesunden Ernährungsverhaltens, gemeinsam mit Wasserwerken Trinkbrunnen an KiTas und Grundschulen zu bauen. Diese Idee wurde auch für Bernburg aufgegriffen. Am 18.08.2009 konnte der Wasserzweckverband Saale-Fuhne-Ziethe gewonnen werden, sich mit der Kostenübernahme von zunächst 2 Trinkbrunnen am Projekt zu beteiligen. Der erste Trinkbrunnen wurde am 25.03.2010 in der Kindertagesstätte Villa Kunterbunt in Bernburg feierlich eingeweiht. Dieser befindet sich in den Innenräumen der Einrichtung und ist laut Aussagen der Leiterin eine Bereicherung für den KiTa-Alltag. Der Brunnen wird von den Kindern und von Eltern und Großeltern sehr gut angenommen. Der zweite Trinkbrunnen ist derzeit in Planung. Der Wasserzweckverband Saale-Fuhne-Ziethe hat sich bereit erklärt, weitere Trinkbrunnen für Bildungseinrichtungen aus Bernburg und Umgebung im Rahmen seiner finanziellen Möglichkeiten zu fördern

## **27. Health meets culture**

Das Klinikum Bernburg gGmbH will mit einer neuen Form der Gesundheitskommunikation sein Image vom Krankenhaus zum Gesundheitszentrum der Region verändern. Veranstaltungen wie medizinische Themenabende und Kurse wie Nordic Walking öffnen das Haus für interessierte Bürgerinnen und Bürger. Kulturelle Ereignisse wie Fotoausstellungen erweitern den Blick auf Neues. Ein gesundheitsförderndes Wegeleitsystem erleichtert Patientinnen und Patienten sowie Besucherinnen und Besuchern die Orientierung vor Ort. Mit der Hochschule Magdeburg-Stendal (FH) wurde für die Klinikum Bernburg gGmbH ein neues Kommunikations- und Öffentlichkeitskonzept erarbeitet. Dieses wurde auf der Internationalen Tagung des Deutschen Netzwerkes für Gesundheitsfördernde Krankenhäuser in Kreta im Mai 2009 vorgestellt.

Am 19.01.2010 trafen sich Vertreterinnen und Vertreter des Krankenhauses, der Hochschule Magdeburg-Stendal (FH) und der LVG, um über die verschiedenen Perspektiven, die Öffentlichkeitsarbeit zu verbessern und die Wahrnehmung des Klinikums als Ort der Prävention und nicht nur der Krankheit, zu diskutieren. Folgende Umsetzungsideen wurden entwickelt:

- Tage der offenen Tür zu verschiedenen Themen auszurichten,
- Sportfeste für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie Familien durchzuführen,
- mit der Kantine das Thema Gesunde Ernährung zu vertiefen und eventuell Belegschaftssport einzurichten,
- das 115-jährige Jubiläum des Krankenhauses zu einem bewegten Fest für die Bevölkerung zu machen.

Am 01.05.2010 fand im Klinikum Bernburg der Tag der offenen Tür statt. Studentinnen der Hochschule Magdeburg-Stendal unterstützten die Angebote für die Besucher zur gesunden Ernährung und Bewegung.

Vom 13. bis 15.04.2011 nahmen Studierende der Hochschule Magdeburg-Stendal, Projektstudium Gesundheitsförderndes Krankenhaus an der Internationalen Tagung des Netzwerkes Gesundheitsfördernder Krankenhäuser in Manchester teil und präsentierten die Ideen des Klinikums Bernburg.

Am 22.06.2010 wurde mit dem Klinikum Bernburg die Anregungen durch den Besuch der Internationalen Konferenz in Manchester ausgewertet und die Arbeitsplanung für die Öffnung des Klinikums in die Stadt beraten. Im Mittelpunkt stand die Planung eines Familiensportfestes in Kooperation mit Sportvereinen 2011.

## **8. Ergebnisse**

### **8.1 Zielabgleich Aufbauphase**

In der Aufbauphase hat das Aktionsbündnis einen eigenen Arbeitsstil entwickelt. Als Basis der Bündnisarbeit diente eine Struktur- und Potenzialanalyse, die von den Bündnispartnerinnen und -partnern unter Leitung des Projektmanagements und der Evaluatorinnen vorgenommen wurde. Zum Ende dieser Phase beteiligten 79 Bündnispartner/-innen, 53 von ihnen hatten sich mit einem letter of intent verbindlich zur Zusammenarbeit verpflichtet. Das Konzept für die Durchführungsphase war erarbeitet und die bestehenden Projekte waren weiterentwickelt und auf ihre Schnittmengen untersucht. Insgesamt wurden zum Ende der Auftaktphase 27 Teilprojekte bearbeitet, davon waren 3 neue Ansätze, die erprobt wurden. (Siehe Zwischenbericht vom 24.06.2009).

### **8.2 Zielabgleich Umsetzungsphase**

Hauptziel des Aktionsbündnisses Bernburg bewegt! war die Stärkung der Eigenverantwortung und Motivation für eine gesunde Lebensweise der Bernburger Bevölkerung, um auf Dauer einen gesunden Lebensstil zu fördern (Verhalten). Dafür sollten gesunde Strukturen und alltags-taugliche Maßnahmen entwickelt und verankert werden (Verhältnisse).

Teilziele waren:

- alltagstaugliche Maßnahmen sind entwickelt und implementiert
- Bewegungsmöglichkeiten sowie Angebote zur gesunden Ernährung und Stressregulation in Bernburg sind transparent und um neue Angebote erweitert
- bisher nicht aktive Bevölkerungsgruppen beteiligen sich
- gesundheitsfördernde Settings (KiTa, Schule, Betrieb...) sind geschaffen
- die Qualität der Projekte und Angebote ist gesichert
- das „gesunde“ Profil der Stadt ist sichtbar

Bezogen auf die Projektzielstellungen lassen sich folgende Ergebnisse konstatieren:

### **Partizipation**

Zu den 79 Kooperationspartnerinnen und -partnern der Aufbauphase konnten 16 weitere Organisationen im Berichtszeitraum zur Mitarbeit im Aktionsbündnis gewonnen werden. Damit wirken 95 Bündnispartnerinnen und -partner an der Gestaltung gesundheitsfördernder Lebensstile

und -welten in Bernburg mit. Von 86 Partnerinnen und Partnern liegt ein letter of intent vor. Unter strukturellen Gesichtspunkten lassen sich die Bündnispartnerinnen und -partner in folgende Gruppen aufteilen:

- 9 Gesundheitswesen (LVG, Apothekerkammer Sachsen-Anhalt, AOK, BARMER, DAK, Markt-Apotheke, Bär-Apotheke, Trophus Praxis für Ernährungsberatung, IKK gesund plus)
- 45 Bildungswesen (Haltungs- und Bewegungsförderung Wiesbaden e.V., Deutsche Sporthochschule Köln, Landesinstitut für Lehrerfortbildung, Hochschule Anhalt (FH), Hochschule Magdeburg-Stendal (FH), 14 Schulen, 18 KiTas, 6 Horte, Kreisvolkshochschule, Musikschule Kreativ)
- 6 Soziales („KIDS" e. V., Stiftung Evangelische Jugendhilfe St. Johannis, SOS Kinderdorf e.V., Bernburger Tafel, St. Johannis GmbH - Gemeinnützige Gesellschaft für soziale Dienstleistungen, Klubhaus der Jugend)
- 16 Verwaltung (Ministerium für Gesundheit und Soziales des Landes Sachsen-Anhalt, Kultusministerium des Landes Sachsen-Anhalt, 2 Salzlandkreis, 9 Stadt Bernburg, 2 Stadtrat, Gesundheitsamt)
- 8 Wirtschaft (Bernburger Freizeit GmbH, Klinikum Bernburg gGmbH, InnoMed e.V., Solvay Chemicals GmbH, Wohnungsgenossenschaft Bernburg e.G., Orthopädieschuhtechnik Sachsen-Anhalt GmbH, Volksbank Börde Bernburg e. G., Kreishandwerkerschaft Anhalt-Bernburg/Köthen - Bäckerinnung Bernburg)
- 2 Forschung (Fokus-Institut Halle, Gender-Institut Sachsen-Anhalt)
- 6 Verein (LandesSportBund Sachsen-Anhalt e.V., KreisSportBund Salzland e.V., TV Askania Bernburg e.V, PSV Bernburg e.V., Seniorenbeirat Salzlandkreis, Regionalverband der Gartenfreunde Bernburg und Umgebung e.V.)
- 1 Selbständiger (Selbständiger Dipl. Ingenieur)
- 2 Pflegeheime und Altenheime (PRO VITA Heimbetriebsgesellschaft mbH & CO, Kanzler von Pfau'sche Stiftung, Altenpflegeheim)

Die Ausweitung des Aktionsbündnisses auf immer neue Partnerinnen und -partner erwies sich als notwendig und sinnvoll, um die komplexe Zielstellung, möglichst alle Bürgerinnen und Bürger mehr als vorher zu bewegen, zu erfüllen. Die Herangehensweise, die Partnerinnen und -partner in ihren Intensionen, Wünschen und Vorhaben zu unterstützen und dann gemeinsam nach Schnittmengen und Verknüpfungsmöglichkeiten mit Bernburg bewegt! zu suchen, empfanden die Mitstreiterinnen und Mitstreiter als Gewinn und nutzten die Chance, sich einzubringen.

### **Stärkung der Eigenverantwortung und Motivation für eine gesunde Lebensweise der Bernburger Bevölkerung**

- Ca. 13.500 Bürgerinnen und Bürger beteiligten sich an den Projektmaßnahmen. Das entspricht 37,4 % der Bevölkerung.
- Ca. 732 Multiplikatorinnen und Multiplikatoren (491 Fortbildungsteilnehmerinnen und -teilnehmer, 91 Lotsinnen und Lotsen, 14 Fleischerinnen und Fleischer, 13 Bäckerinnen und Bäcker, 34 Übungsleiterinnen und -leiter, 12 Schulkoordinatorinnen und -koordinatoren, 18 KiTa- Erzieherinnen und Erzieher, 5 Köchinnen und Köche, 54 AK-Mitglieder) beteiligten sich an den Projektmaßnahmen.
- Ca. 95 Institutionen (Bündnispartner) waren durch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bzw. als Mitglied in den Prozess eingebunden.
- Ca. 758 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wurden im Rahmen der durchgeführten Aktivitäten direkt oder indirekt einbezogen (59 Unternehmen davon 49 KMU-Forum mit Bar-

mer und 10 AK, 5 Restaurants, 4 Fleischereifachgeschäfte, 7 Bäckereifachgeschäfte, 2 Apotheken).

Neben den ca. 13.500 Bürgerinnen und Bürger, die mit den beschriebenen Maßnahmen direkt erreicht wurden, wurden mindestens weitere 3.500 Personen indirekt erreicht. Bei einer Bevölkerungszahl von ca. 31.000 Menschen (vor der Eingemeindung) wurden von dem Projekt mehr als die Hälfte der Bernburger Bevölkerung (54,83 %) erreicht, rechnet man die eingemeindeten Bevölkerungsanteile mit ein wurden 47,11 % der 36.084 Menschen umfassenden Zielgruppe erreicht.

### **Alltagstaugliche Maßnahmen sind entwickelt und implementiert**

Im Projektzeitraum wurden 16 Fortbildungsmaßnahmen, 25 verhältnispräventive und 19 verhaltenspräventive Maßnahmen genutzt bzw. entwickelt und implementiert:

#### **16 Fortbildungen, davon**

- 6 In House (2 Altenheime, Campus Technicus, Fleischer, Bäcker, Schülerkiosk)
- 8 settingübergreifend (2 Ernährung, Bewegung, 2 Sturzprävention, Kindergesundheit, Ehrenamt, Sponsoring und Fördermittelakquise)
- 7 themenspezifisch (Heidelberger Ballschule, Schwierige Schüler bewegen, 2 Ernährung, Bewegte Kinder, Gesunde Bewegung im Alter, Allergenarm kochen – Wettbewerbsvorteile nutzen, )
- 3 organisationsentwickelnd (Bewegte Kinder, Gesunde Ernährung in der Mittagspause, Kinderleichtathletik, )
- 16 ausschließlich für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren (alle Angebote richteten sich immer auch an Multiplikatorinnen und Multiplikatoren)
- 8 für „Endverbraucher“ (3 Ernährung, 3 Bewegung, 2 Sturzprävention)

Alle Fortbildungen wurden auf die Settings bzw. die individuellen Notwendigkeiten der Institutionen zugeschnitten und gewährleisteten so ein hohes Maß an Alltagstauglichkeit.

#### **25 Verhältnispräventive Maßnahmen davon**

- 4 in KiTas (15 Qualitätsbeauftragte, 14 Gesundheitskoffer, 2 Vereinspatenschaften, 1 Trinkbrunnen)
- 9 in Schulen (7 Qualitätsbeauftragte, 12 Gesundheitszirkel, 7 Fit u. Vital, 1 Klasse in Sport, 12 Gesundheitskoffer, Bewegungspfade in 12 Schulen, 91 Bewegungs- u. Ernährungslotsen in 5 Schulen und über Seniorenbeirat, 12 Ernährungssoasen, 1 Schulkiosk)
- 2 in Sportvereinen (2 Familienorientierte Sportvereine, 2 Gesundheitsfördernde Sportvereine)
- 1 im Krankenhaus (Health meets culture)
- 7 in der Stadt (13 verschiedene Bewegungstreff, Analyse in 5 Restaurants, 2 Rezeptarbeiten in 2 Restaurants, 1 Analyse von Speiseplänen der Bernburger Caterer, 1 Fitnessraum, 1 Familiensport- und -spielplatz, 1 Fortbildung zur Familienhebamme)
- 2 in Betrieben (1 Fortbildung zum Ergonomischen Arbeiten, 1 Fortbildung zur Raucherentwöhnung)

Die Maßnahmen knüpfen an den Interessen und Bedürfnissen der Institutionen an, sie holten die handelnden Akteurinnen und Akteure da ab, wo sie „standen“. Mit allen verhältnispräventiven Maßnahmen war der Anspruch verbunden, die Lebenswelten so zu gestalten, dass gesundheitsgerechtes Verhalten im Alltag wahrscheinlicher wird.

Die in den verschiedenen Settings aufgebauten Projekt- und Qualitätsstrukturen sichern eine nachhaltige Entwicklung. Insbesondere erreichte Qualitätsstandards in KiTas, Schulen, Sportvereinen und im Krankenhaus unterliegen in regelmäßigen Abständen (3 Jahren) Zertifizierungsprozessen.

### **19 Verhaltenspräventive Maßnahmen davon**

- 2 in KiTas (1 Wasser trinken/ Trinkbrunnen, Bewegungsangebote in 13 KiTas)
- 7 in Schulen (Das geht auf die Pumpe in 1 BbS, 1 Fortbildung „Schwierige Schüler bewegen“, 1 Fortbildung „Entspannung und Autogenes Training“, 1 Fortbildung „Rauchfreie Schule“, 1 Fortbildung „Lernen und agieren unter Stress“, Bewegungsangebote in 12 Schulen, 12 Ernährungssoasen)
- 3 in Sportvereinen (Gesundheitsfördernde Sportangebote in 2 Vereinen, Angebote für Frauen und Mädchen in 5 Einrichtungen, Angebote für Familien in 2 Vereinen)
- 2 in Betrieben (Mit dem Rad zur Arbeit in 2 Unternehmen, 1 Fortbildung gesunde Pausensnacks für Bäckereifachgeschäfte)
- 5 in der Stadt (13 verschiedene Bewegungstreffe, 3 Kochkurse, 1 Bewegungslandkarte, 1 Sommercamp, 17 Aktionstage zur Verhaltensänderung)

Die verhaltensbeeinflussenden Maßnahmen stellten auf die „gesunde Lösung“ als „leichtere Lösung“ ab. Der persönliche Gewinn in der Bewältigung von Aufgaben im normalen Lebensalltag (Bewegung und Versorgung am Arbeitsplatz, Gesund bewegt altern) verstärkte das Erfolgserleben und die Zufriedenheit der mitwirkenden Akteurinnen und Akteure. Alltagsroutinen ließen sich durch Entwicklung bewegter und flexibler Arbeitsstrukturen (Gesundheitszirkel/ Bewegungstreffe), neue Formen der Arbeitsorganisation, Kommunikation und Kooperation verändern und gesundheitsfördernder gestalten. Die vielfältigen Qualitätsbemühungen schlugen sich in nachhaltigen Handlungsweisen und Ergebnissen nieder. Das kritische Hinterfragen bisher gebräuchlicher Lösungen und die Entwicklung und Erprobung neuer Ansätze führten zur Identifikation der Beteiligten (Sozialbenachteiligter) und strahlten auf Nichtaktive aus. Das Verändern von Alltagsbedingungen (Bewegungspfade) und Angeboten (Fitnessraum) durch setting-basiertes Vorgehen erleichterte das Annehmen und Mitmachen.

In den verschiedenen Arbeitskreisen (KiTa, Schule, Bewegung, Bewegung, Migration...) werden regelmäßig (einmal im Halbjahr) Treffen durchgeführt, um die weitere Entwicklung zu beraten und neue Projektaktivitäten festzulegen.

### **Bewegungsmöglichkeiten sowie Angebote zur gesunden Ernährung und Stressregulation in Bernburg sind transparent und um neue Angebote erweitert**

Die vor Projektbeginn in Bernburg vorhandenen Möglichkeiten zu Bewegung, Ernährung und Stressregulation waren in der Regel im Rahmen der Kommunikationsstrukturen der anbietenden Institutionen und Organisationen bekannt gemacht. Mit Bernburg bewegt! wurden diese in neuen Zusammenhängen kommuniziert und weitergetragen, was eine erhöhte Transparenz der vorhandenen Angebote zur Folge hatte. Beispielhaft seien hier die Aktionen „Mit dem Rad zur Arbeit“ und „Gesundheitssportangebote“ benannt. „Mit dem Rad zur Arbeit“ wird nun auch außerhalb der AOK-Strukturen in der Bündnisversammlung, im Rahmen des Arbeitskreises Unternehmerforum und auf den Internetseiten des Aktionsbündnisses kommuniziert. Die Gesundheitssportangebote des TV Askania Bernburg wurden vor Bernburg bewegt! überwiegend im Rahmen der Kommunikationsstrukturen des Sportvereins und von KSB und LSB kommuniziert. Über Bernburg bewegt! erfahren sie mehr Transparenz und Bewerbung von außen.

Mit 24 neuen, bis zu Projektbeginn nicht in Bernburg etablierten Projekten, erweiterte sich die Angebotspalette für die Bevölkerung erheblich. Mit der Erarbeitung einer Bewegungslandkarte wurde die Transparenz weiter erhöht werden.

Die Aktualisierung des Bewegungs- und Kulturkalenders und der Bewegungslandkarte in Eigenregie der Stadtverantwortlichen wird dazu beitragen, dass neue und alte Bewegungsangebote für die interessierten Bürger beständig sichtbar werden. Die beteiligten Sportvereine werden im Rahmen einer regionalen Vereinsentwicklung neue und flexible Bewegungsangebote (Bewegungstreffe) aufbauen. Der Einsatz und die weitere Betreuung der Bewegungs- und Ernährungslotsen werden im regionalen gesunden Schulnetzwerk fortgeführt.

- Mach mit erst einer jetzt 6 z.B.)
- 12 Bewegungstreffe bieten interessierten Bürgerinnen und Bürger ein vielseitiges und regelmäßiges zusätzliches Bewegungsangebot.

### **Bisher nicht aktive Bevölkerungsgruppen beteiligen sich**

Nicht aktive Bürgerinnen und Bürger finden sich in allen Altersgruppen und Bevölkerungsschichten. Die Gründe, nicht aktiv zu sein, sind vielfältig und reichen von mangelnden Ressourcen über nichtaktive Umfeldbedingungen bzw. Sozialisation bis hin zu ungenügenden Kompetenzen. Da es keine Erhebung von „Nichtaktivität“ gibt, kann hier nur auf die Wahrscheinlichkeit abgestellt werden.

In ausnahmslos allen Bildungseinrichtungen der Stadt wurden konkrete Projekte, Maßnahmen oder Einzelaktivitäten durchgeführt. Insofern kann man von 100 Prozent geschlechtergerechtem Erreichungsgrad bei den Kindern und Jugendlichen, die noch in Bildungsstätten sind, ausgehen. Insbesondere die verhältnispräventiven Maßnahmen kamen allen Kindern und Jugendlichen zugute, also auch den nicht aktiven. Dies trifft im Wesentlichen auch auf die verhaltenspräventiven Maßnahmen zu.

Die Betrachtung der Teilhabe dieser speziellen Bevölkerungsgruppe an den bisher durchgeführten Maßnahmen ergibt, dass die betroffenen Kinder und Jugendlichen (Ausnahme Schulabbrecher) erreicht wurden. Für die Erwachsenen gilt dies nur indirekt, da sich der Zugang zu ihnen weitaus komplizierter gestaltet. Als besonders geeignet unter dem Aspekt der Nachhaltigkeit und der Einbindung sozial Benachteiligter erwiesen sich die Projekte „Ausgewogen und gesundes Kochen trotz Hartz IV“ (55 Personen), „Fitnessraum im Stadtteilhaus“ (ca. 50 Personen), „Familienfreundlicher Sportverein“ (ca. 250 Personen) und „Vereinsmitgliedschaften“ (50 Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre). Inwieweit es sich dabei auch um bisher nicht aktive Bürgerinnen und Bürger handelt, kann nicht genau belegt werden, festzustellen ist aber, dass die kochenden Familien, Alleinerziehenden und Migrantenfamilien dies bisher nicht in Gemeinschaft bzw. gar nicht taten. Das trifft auch auf die in Sportvereinen hinzukommenden Familienmitglieder und besonders unterstützten Kinder und Jugendlichen zu.

Im Ergebnis wurde 2010 insgesamt in 66 Fällen der Mitgliedsbeitrag in einem Sportverein für benachteiligte Kinder und Jugendliche durch die Stiftung „Friederikenhaus“ Bernburg übernommen. Außerdem erfolgte 2010 durch die Stiftung die Bezuschussung von Kosten für Trainingslager bzw. von Fahrtkosten für sportlich engagierte Kinder bzw. Jugendliche aus Hartz IV Bedarfsgemeinschaften.

**Fazit.** Ohne Übertreibung oder unseriös zu erscheinen, kann man davon ausgehen, dass im Projektzeitraum alle Haushalte in der Stadt das Projekt Bernburg bewegt! wenigstens kennen gelernt haben. Die Kinder und Jugendlichen sind am besten beteiligt worden. Für die Erwachsenen in Bedarfsgemeinschaften und/oder Langzeitarbeitslose wurden über eine niedrigschwellige Arbeitsweise kleine und übersichtliche, weil zeitlich begrenzte Projekte angeboten und durchgeführt. Mit der Beteiligung an den unterschiedlichen Maßnahmen ist belegt, dass am Projekt Bernburg bewegt! auch nichtaktive Bürgerinnen und Bürger – zu 100 % trifft das bei Kindern und Jugendlichen zu - partizipierten.

## **gesundheitsfördernde Settings sind geschaffen**

Alle Settings wurden im Projekt Bernburg bewegt! – wenn auch in unterschiedlicher Intensität berücksichtigt.

Ca. **140 Familien** wurden im Projekt direkt als Familie erreicht (Kochkurse, Familienfreundlicher Sportverein). Im Projekt konnte die Einflussnahme auf die gesundheitsfördernde Gestaltung des Familienalltages nur exemplarisch und indirekt erfolgen, z.B. über die Einrichtung eines Familiensportplatzes.

**18 KiTas** und **13 Schulen** mit insgesamt 5.510 Kindern und Jugendlichen (1.250 KiTa-Kinder, 1.030 Grundschüler/-innen, 1.042 Sekundarschüler/-innen, 990 Gymnasiastinnen und Gymnasiasten, 916 Berufsschüler/-innen, 282 Förderschüler/-innen) sowie 131 Erzieherinnen und Erzieher und 310 Lehrerinnen und Lehrer beschäftigen sich mit dem Gesundheitsthema und sind auf dem Weg, ihre Lebenswelten gesundheitsfördernd zu gestalten. 8 Einrichtungen haben bereits das Zertifikat Gesunde KiTa bzw. Gesunde Schule erhalten, 17 Einrichtungen befinden sich auf dem Weg dorthin.

**6 Betriebe** von den ca. 65, über verschiedene Maßnahmen angesprochenen Betriebe, greifen den Gesundheitsförderungsansatz im Sinne der Settingentwicklung mit Initiativen auf. Dazu gehören z.B. die Solvay-Werke und die Bernburger Freizeit GmbH. Maßnahmen für eine gesundheitsförderliche Profilierung sind erkennbar bzw. wurden initiiert. **62 Bernburger Unternehmen starten regelmäßig gemeinsam gesundheitsfördernde Aktivitäten, z.B. Firmenrudern, Firmenstaffellauf etc.**

Das **Klinikum** Bernburg gGmbH ist als rauchfreies Klinikum mit Bronze zertifiziert und gehört zum Deutschen Netzwerk rauchfreier Krankenhäuser. Im Rahmen der Qualitätsentwicklung finden regelmäßig Mitarbeiter-, Einweiser- und Patientenbefragungen statt.

**8 Sportvereine** Bernburgs der insgesamt 40 befinden sich auf dem Weg, eine gesundheitsfördernde Qualität ihrer Institution und ihrer Angebote zu entwickeln. Dafür wurden bestehende Strukturen und Maßnahmen analysiert und neue Maßnahmen, z.B. Nordic Walking, implementiert.

**2 Alten- und Pflegeheime** waren mit Fortbildungsmaßnahmen zur Sturzprävention und zur Ernährung involviert. Auch in diesem Feld konnten nur exemplarisch Maßnahmen durchgeführt werden, um so die Akteurinnen und Akteure zur Gestaltung ihrer gesunden Lebenswelt anzuregen.

Von ca. 21 bewegungsbezogenen Freizeiteinrichtungen, die es in Bernburg gibt, beteiligten sich **7 Freizeiteinrichtungen** (Erlebnisbad, Schwimmhalle, Tierpark, 2 Sporthallen, Ruderbootausleihstation, Fitnessstudio) aktiv an der Umsetzung des Projektes.

Die **Stadt** als öffentlicher Raum präsentiert sich zunehmend als gesundheitsfördernde Lebenswelt. Dazu trugen die vorgenannten Maßnahmen ebenso bei wie die Gestaltung des Campus Technicus. Außerdem wurde durch die Projekte Fitnessraum, Familiensportplatz und City Hopper sowie die Bewegungslandkarte im Internet Gesundheitsförderung im innerstädtischen Raum sichtbar. Alle im Projekt Bernburg bewegt! initiierte Maßnahmen dienten der Profilierung der Kommune als gesundheitsfördernde Lebenswelt.

### **die Qualität der Projekte und Angebote ist gesichert**

11 bereits qualitätsgesicherte bzw. evaluierte Maßnahmen wurden in Bernburg implementiert. Das sind:

- Audit Gesunde KiTa
- Audit Gesunde Schule
- Bewegungstreff (Modifikation von Mitgehen am Mittwoch)
- Familienorientierter Sportverein
- Fit und Vital
- Gesundheitsfördernder Sportverein
- Gesundheitskoffer „Fit von klein auf“
- Klasse in Sport
- Lernen mit dem Gesundheitskoffer
- Mit dem Rad zur Arbeit
- Trinkbrunnen

In den Bildungsstätten (KiTas und Schulen) wurde mit den Audits die gesundheitsfördernde Qualitätsentwicklung selbst zum Thema der Projektarbeit gemacht. Ziel war die Zertifizierung als Gesunde Einrichtung, was bis zum Ende des Projektes 8 Einrichtungen gelungen ist, die übrigen 17 befinden sich noch im Verfahren.

Die Projekte „Fit und Vital“ und „Klasse in Sport“ sind Ergebnis erfolgreicher Modellversuche (inkl. Evaluationsberichte) des Landes Sachsen-Anhalt und der Sporthochschule Köln. Die Nachnutzung dieser Modelle wurde durch eine qualifizierte Fortbildung eingeleitet und die Ergebnisse werden alljährlich zusammengefasst und verglichen.

Der Einsatz der evaluierten Gesundheitskoffer in KiTa und Schule wurde durch eine Fortbildung der Erzieherinnen und Erzieher sowie der Lehrkräfte verbreitet. Die durch die Anleitungen und Materialien ausgelösten Maßnahmen wurden im Rahmen der Gesundheitszirkel besprochen und ausgewertet. Die Koffer sind laut Aussagen der Einrichtungsleiterinnen und -leiter ständig im Einsatz.

Die Wirksamkeit des neuen Projektes Bewegungspfade wurde im Rahmen einer Magisterarbeit untersucht.

Bei allen Maßnahmen wurde darauf geachtet, dass qualifiziertes Personal eingesetzt, eine Dokumentation und Bewertung erfolgte und im Sinne der Projektziele unrentable Ansätze korrigiert wurden.

### **das „gesunde“ Profil der Stadt ist sichtbar**

Das gesunde Profil der Stadt ist in der Öffentlichkeit sichtbar. Bleibende „Verhältnisse“ sind z.B. die Bewegungspfade, der Fitnessraum oder der Familiensportplatz. Auf ihrem Internetportal veröffentlicht die Stadt sämtliche Aktivitäten und Termine und Bewegungslandkarte und -kalender zeigen übersichtlich und schnell, wo sich wann bewegt werden kann.

In der Selbstdarstellung der Stadt wird auf Bernburg bewegt! als Zukunftsmotto der Stadt verwiesen. Die Medien berichteten regelmäßig – insgesamt 114 Mal - von Maßnahmen und Initiativen. Immer mehr Personen, Initiativen und Organisationen beteiligten sich am Projekt.

## **Zusammenfassend lässt sich Folgendes feststellen:**

Die Eigenverantwortung und die Motivation der Bevölkerung für eine gesunde Lebensweise wurden gestärkt. Ca. die Hälfte der durch die wissenschaftliche Begleitforschung befragten Multiplikatorinnen und Multiplikatoren (71) und Bürgerinnen und Bürger (89) setzen täglich Bewegungsaktivitäten um.

Durch die Gestaltung von „bewegten“ Strukturen wurden alltagstaugliche Maßnahmen initiiert, die auf Dauer einen gesunden Lebensstil fördern. Gesundheit wird langfristig in allen Settings - von der Kindertagesstätte über den Betrieb bis hin zum Altenpflegeheim – immer mehr zum Leitbild. Die Kommune Bernburg (Saale) versteht sich zunehmend als Gesunde Stadt.

Mit der stärkeren Einbeziehung insbesondere benachteiligter Zielgruppen und der Berücksichtigung von Genderaspekten in allen Maßnahmen gelang es dem Aktionsbündnis, dass Bernburg bewegt! in aller Munde war und ist.

Das Vorgehen, vorhandene gute Praxismodelle aus dem Kreis, Land und Bund nach Bernburg zu holen und sie für die Projektziele zu nutzen, hat sich bewährt.

In dem sich immer weiter entwickelnden Vernetzungsprozess von Personen, Initiativen und Organisationen gelang es, das Projekt in die inneren Kreisläufe des städtischen Lebens zu integrieren.

Die Mitwirkung von Ministerien (Schirmherr des Projektes ist der Gesundheitsminister des Landes), des Landesverwaltungsamtes (Schuldezernenten), von Massenorganisationen (Landessportbund), Universitäten und Hochschulen half, das Interesse der Bürger/-innen, der Öffentlichkeit und der Medien zu wecken. Durch die berufenen Botschafter/-innen fanden Teilprojekte eine höhere Akzeptanz. Der Beirat des Projektes schaffte die Verbindung zu den Gesundheitszielen des Landes und sorgt mit für die Verbreitung des Projektansatzes.

In seiner Projektausstrahlung konnte Bernburg (Saale) auch andere Gemeinwesen erreichen, die bekundet haben, Gesundheit zu ihrem Thema machen zu wollen.

Der Versuch, über das Modell Bernburg bewegt! kommunale Verantwortung für das Thema Gesundheit in neuen Formen zu praktizieren, trug dazu bei, Gesundheitsförderung stärker als bisher zum Querschnittsthema aller gesellschaftlichen und politischen Bereiche auszubauen.

## **9. Diskussion der Ergebnisse**

### **9.1. Empirische Ergebnisse**

- **Die nachhaltige Verbesserung der Bewegungsverhältnisse ist auf einen guten Weg gebracht.**

Die befragten Partnerinnen und –partner im Aktionsbündnis Bernburg bewegt! tragen bei der Umsetzung der im Gesundheitszieleprozess des Bundeslandes Sachsen-Anhalt definierten Handlungsansätze für die Stadt Bernburg und darüber hinaus eine hohe Verantwortung. Die durchgeführten Befragungen sowohl in 2009 als auch 2010 als auch die teilnehmenden Beobachtungen ergaben ein bei ihnen nachweisbar ausgeprägtes und hochkomplexes Verständnis und Konzept der Netzwerkförderung; mit 68 % Frauen und 32 % Männer waren beide Geschlechter gut vertreten. Die Bündnispartnerinnen und -partner äußerten sich selbst mit 100 % überaus positiv zu den erreichten Ergebnissen in der Netzwerkarbeit in Bezug auf Vertrauen, Terminabsprachen, Ergebnisorientierung, Gemeinsamkeit der Absprachen und Informations-

weitergabe im Aktionsbündnis. Auch weitere Faktoren der Zusammenarbeit erhielten von mehr als drei Viertel der Befragten Zustimmung. Der Erfahrungsaustausch wurde als Bereicherung für die eigene Arbeit gewürdigt und 90 % aller Akteurinnen und Akteure waren sich 2010 sicher, dass alle lokal relevanten Akteure ins Netzwerk eingebunden sind (siehe Tabelle 3).

<b>Aussagen zum Arbeitsstil im Netzwerk</b>	<b>2009 (n=71)</b>	<b>2010 (n=19)</b>
Vertrauensvolle Atmosphäre	78 %	100 %
Terminabsprachen reibungslos	80 %	100 %
Zusammenarbeit ergebnisorientiert	80 %	100 %
Alles Wesentliche gemeinsam besprochen	70 %	100 %
Informationen unverzüglich weitergeleitet	76 %	100 %
Alle regional relevanten Akteure eingebunden	57 %	90 %
Verabredungen von allen eingehalten	71 %	89 %
Gegenseitige Information fordert hohe Flexibilität	73 %	89 %
Erfahrungsaustausch bereichert die Arbeit	82 %	83 %
Information und Koordination erfordern viel Zeit	69 %	78 %

Tabelle 3: Arbeitsstil im Vergleich 2009 und 2010

All diese hohen Zustimmungswerte sprechen für den großen Erfolg bei Aufbau und Ausbau dieses Netzwerkes und bestätigen auf besonders eindrucksvolle Weise, dass sich Netzwerke in offenen Prozessen als eine spezielle Koordinierungsform überall dort anbieten und bewähren, wo es in einem besonderen Maße um Innovationen sowie effiziente und verlässliche Informationsübertragung geht. Fast 70 % hielten die Organisationsstruktur für optimal, die neben den gemeinsamen Aktivitäten auch auf bilateralen Absprachen und Aktivitäten 2010 bei fast der Hälfte der Bündnispartnerinnen und -partner beruhte (2009: 27 %). In der Stadt Bernburg wurden damit in expliziter Weise die alltäglichen Arbeitsstrukturen geöffnet und bereichert. Diese Entwicklung in einer relativ kurzen Förderlaufzeit kann nicht hoch genug gewürdigt werden, weil damit hervorragende Voraussetzungen für die Zusammenarbeit im Bündnis in der Stadt Bernburg über die Förderlaufzeit hinaus geschaffen und die jeweils Verantwortlichen auch bereits konkret benannt wurden.

In der üblichen Förderpraxis gelingt es selten, dass Öffentlichkeitsarbeit auf dem geforderten Niveau durch die verantwortlichen Projektpartnerinnen und -partner geleistet wird; hier im Netzwerk Bernburg bewegt! belegen Erfolg und Wirksamkeit nicht nur die dokumentierten Medienbeiträge sondern auch die von 94 % aller Befragten geäußerte Ansicht, dass die gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit gut klappt. Ebenso selten ist eine Zufriedenheit von Netzwerkerinnen und Netzwerkern mit der finanziellen Abwicklung von Förderprojekten; hier wurde mit 83 % und dem Ende der Förderlaufzeit ein ungewöhnlich hohes Zustimmungsniveau erreicht.

Der Jahresvergleich 2009 und 2010 erbrachte die beiden stärksten Veränderungen bei den Zustimmungswerten bzgl.

- der finanziellen Abwicklung im Projekt mit 49 Prozentpunkten mehr im Jahr 2010 und
- bei der Gesamtwertung der Arbeit im Aktionsbündnis mit 45 Prozentpunkten mehr als 2009.

Während 2009 nur ein Drittel mit der finanziellen Abwicklung im Projekt zufrieden war, äußerten dagegen 83 % der Befragten ihre Zufriedenheit im Jahr 2010. Zum Aktionsbündnis insgesamt waren statt der Hälfte in 2009 nun fast 100 % damit zufrieden. Im Fazit erhielten 2010 alle die Netzwerkarbeit beschreibenden Aspekte deutlich höhere Zustimmungswerte als bei der Befragung im Jahr 2009 (siehe Tabelle 4).

<b>Zufriedenheit im Rückblick auf 2008</b>	<b>2009 (n=71)</b>	<b>2010 (n=19)</b>
Aktionsbündnis insgesamt	50 %	95 %
Öffentlichkeitsarbeit im Aktionsbündnis	48 %	74 %
Arbeitsklima im Aktionsbündnis	49 %	89 %
Stimmung in der Arbeit mit den Zielgruppen	53 %	89 %
Finanzielle Abwicklung	34 %	83 %
Gender-Kompetenz im Aktionsbündnis	30 %	63 %
..., was ich mit meiner Arbeit leiste	64 %	84 %
Eigene Ergebnisse/ Fortschritte	49 %	78 %
Ergebnisse des Arbeitskreises	45 %	67 %

Tabelle 4: Zufriedenheit im Netzwerk im Rückblick auf 2008

Der Jahresvergleich 2009 und 2010 erbrachte weiterhin als Ergebnis, dass die beiden Kommunikationsmittel Telefon und E-Mail-Dienst von rund 80 % im Jahr 2010 gegenüber der Hälfte im Jahr 2009 als effektiv bestätigt wurden und die Kontaktpflege organisatorisch nur Wenigen schwer fiel; die Mehrzahl hielt eine Kontaktdichte von 1-3mal im Monat im Aktionsbündnis für ausreichend.

70 % stimmten 2009 wie auch 2010 der Aussage zu, dass der Transfer der Ergebnisse Anderer weiter verstärkt werden müsse, jeweils 61 % sprachen sich für zukunftsorientierte Verständigung und neues Fachwissen aus. Diese Befunde belegen eindrucksvoll sowohl die Alltags- als auch Zukunftsorientierung der Mehrheit der im Aktionsbündnis Handelnden.

Alle diese Befunde verweisen auf umfassendes und strukturiertes Handlungspotenzial des Aktionsbündnisses: Fast 70 % aller Befragten signalisierten 2010, dass die Bündelung der eigenen Ressourcen für den Erfahrungsaustausch ausreiche. Auch die konkrete Abrechnung der Zielerreichungsskala 1 (siehe Punkt 9.2) ergibt ein transferwürdiges gesundheitsbezogenes Bündnismodell. Dieses für die Stadt Bernburg geschaffene und erprobte Handlungsmodell spricht dafür, dass die nachhaltige Verbesserung der Bewegungsverhältnisse in Sachsen-Anhalt über offene Aktionsbündnisse bzw. Netzwerke möglich ist und zudem wenig kostenaufwändig sein muss.

- **Zugänge zu und Bindungen von sozial Benachteiligten und/ oder bisher nicht aktiven Zielgruppen sind erprobt und aufgebaut.**

Über das Aktionsbündnis wurden durch die Vielzahl der durchgeführten Aktivitäten und auf dem Wege der schriftlich-anonymen Befragungen auch 22 **sozial Benachteiligte** mit Bezug von Arbeitslosengeld einbezogen, darunter 60 % Frauen und 40 % Männer (2009: 73 % weiblich, 27 % männlich). Die Analyse der Informationswege zu Gesundheits- und speziell Bewegungsangeboten ergab, dass diese Zielgruppe hauptsächlich (bis 80 %) über Gespräche im Familien- und Bekanntenkreis sowie Informationsmaterialien/ Flyer erreicht wurde. Jeweils ein Drittel dieser Zielgruppe wurde direkt über das Bündnis und über die lokalen Medien informiert. Als Gründe für die Suche nach solchen Angeboten wurden 2010 von ihnen mit jeweils 64 % Spaß und Geselligkeit an die Spitze gesetzt. Für knapp die Hälfte von ihnen waren folgende Gründe interessant: Alltagsstress begegnen, etwas für die Gesundheit tun, Wissenswertes erfahren und Natur erleben. Für mehr als ein Drittel war jeweils frische Luft und etwas für die eigene Fitness tun, wichtig.

Diese 22 Frauen und Männer als Vertreter/-innen sozial Benachteiligter schätzten zudem ihr persönliches Bewegungsverhalten ein: danach sahen sich 60 % als inaktiver Bewegungstyp und 40 % der befragten Bürgerinnen und Bürger mit ALO-Bezug betrachteten sich als aktiver

Bewegungstyp (siehe auch Abbildung 1). Sie setzen also tägliche Bewegung bereits seit längerem bzw. automatisch um. Dass sie Alltagsbewegung insgesamt und auch für sich selbst als gesundheitsförderliche Ressource nicht nur entdeckten, sondern auch selbst zunehmend aktiv leben sowie klare Positionen zu den Bedingungen körperlicher Aktivität einnehmen, zeichnet die antwortenden 22 Arbeitslosen aus. Dabei zeigte sich insgesamt eine ausgeprägte körperliche Aktivität: 3 x 20 Minuten intensiver körperlicher Bewegung pro Woche wurden zwar von der Häufigkeit nicht ganz erreicht, die Intensität lag allerdings mit 43 Minuten pro Termin deutlich höher. Mäßige körperliche Aktivität wie z.B. schnelles Gehen oder langsames Schwimmen wurde rund 3mal pro Woche für durchschnittlich 36 Minuten ausgeführt. Körperliche Aktivität ohne erhöhte Anstrengung und Schwitzen gab diese Zielgruppe pro Woche im Durchschnitt 4mal pro Woche mit einer Dauer von 47 Minuten an.

Weiterhin gelang es über das Aktionsbündnis, 147 bisher **körperlich nicht aktive Bürger/innen** (Nichtaktive) im Rahmen der Befragungen zu ermitteln. Als Messinstrument diente dazu das Transtheoretische Modell (TTM) nach Prohaska et al., das in Konsultation mit der zentralen Programmevaluation eingesetzt wurde. Die Befragten reflektieren ihr Bewegungsverhalten, indem sie sich einer von 6 Stufen zuordnen; die Stufen 1-3 bilden in Kombination den inaktiven Typ ab und die Stufen 4-6 den aktiven Bewegungstyp (siehe Abbildung 2).

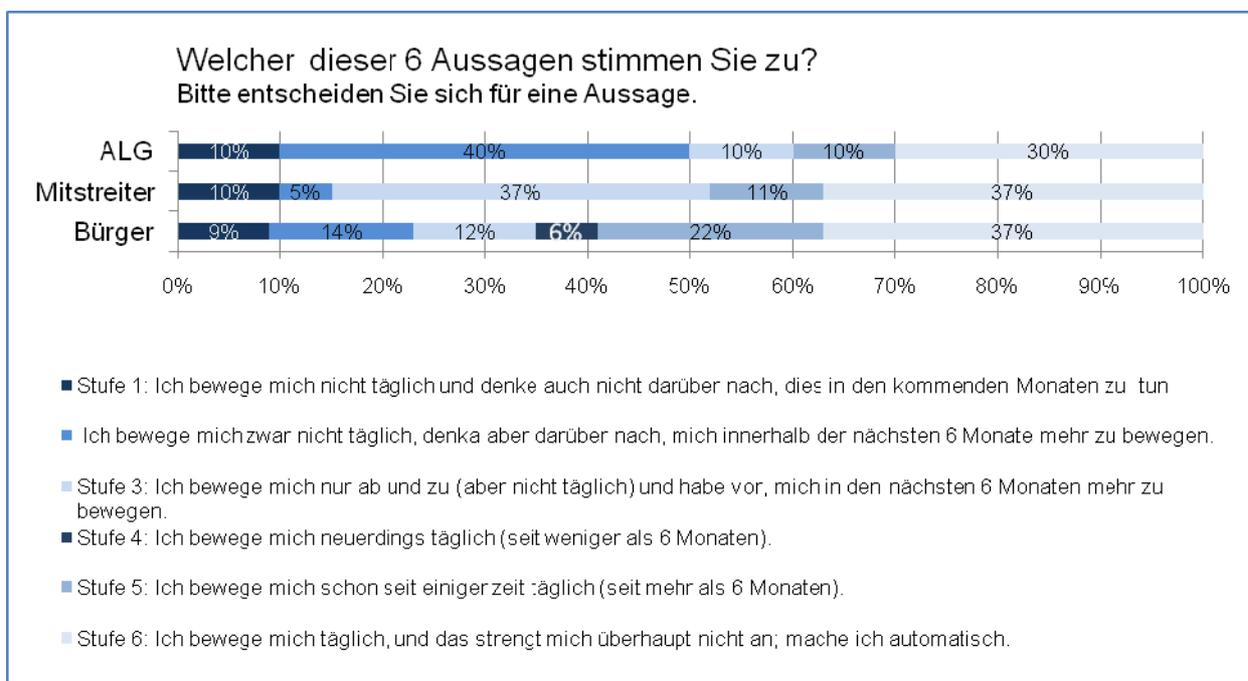


Abb. 2: Bewegungsverhalten der drei Zielgruppen 2010 (ALG n=10, Mitstreiter n=19, Bürger n=204)

Im Jahr 2010 war der Anteil der Nichtaktiven bei den sozial Benachteiligten mit ALG-Bezug mit 60 % am höchsten und gegenüber 2009 leicht gestiegen, gefolgt von 52 % bei den Mitstreiterinnen und Mitstreitern (ebenfalls leicht gestiegen). Bei der Zielgruppe der Bürger/-innen betrug der Anteil der Nichtaktiven 35 % und somit 2 Prozentpunkte weniger als im Jahr 2009 (siehe Tabelle 5).

Bewegungstypen	Mitstreiter 2010 n=19	Bürger 2010 n=204	ALG 2010 n=10
1-3, Nichtaktive	52 %	35 %	60 %
4-6, Aktive	48 %	65 %	40 %

Tabelle 5: Bewegungstypen bei den Zielgruppen 2010

Im Fazit ist festzuhalten, dass über die Tätigkeit des Aktionsbündnisses Bernburg bewegt! diese beiden speziellen Zielgruppen der Stadtbevölkerung erreicht und einbezogen werden konnten; von ihnen liegen hohe Zustimmungswerte in Bezug auf die Einbindung und Partizipation an konkreten Gesundheits- und Bewegungsprojekten vor. Insgesamt gewann damit die Förderung von Alltagsbewegung im Denken und Handeln der lokal wie regional relevanten Akteurinnen und Akteure wachsenden Stellenwert, was auch durch folgenden Befund belegt wird: Im Herbst 2009 war die Hälfte aller 71 befragten Bündnispartner/-innen mit der Stimmung in der Arbeit mit bisher nicht aktiven und/ oder sozial benachteiligten Einwohnerinnen und Einwohner der Stadt Bernburg zufrieden; zum Ende der Förderlaufzeit im Herbst 2010 waren 89 % zufrieden, darunter ein Drittel mit „sehr zufrieden“.

Die konkrete Abrechnung sowohl der Zielerreichungsskala 2 mit den beiden Teilzielen im Setting Sportverein und im Setting Schule als auch der Zielerreichungsskala 3 (offene Bewegungstreffs in der Stadt) im Punkt 9.2. weist nach, dass das Handlungspotenzial des Aktionsbündnisses auch Kinder und Jugendliche erreicht bzw. auf die ganze Stadtbevölkerung ausgerichtet ist, was nicht zuletzt durch die 1. Stadtgesundheitskonferenz wirkungsvoll zum Ausdruck kommt.

- **Die eigenen psychosozialen Ressourcen sind bei allen Beteiligten gestärkt worden.**

Für die im Aktionsbündnis Tätigen in ihrer Rolle als Multiplikatorin und Multiplikator für die Stadt Bernburg war 2010 kennzeichnend, dass sie Alltagsbewegung insgesamt und auch für sich selbst als gesundheitsförderliche Ressource nicht nur entdeckt haben, sondern auch selbst aktiv leben. Körperliche Aktivität wurde von ihnen vor allem bei einer positiven Grundstimmung (83 %), bei vorhandener Freizeit (83 %) und in der Gemeinschaft mit anderen (63 %) ausgeübt. Der Jahresvergleich zum Antwortverhalten in 2009 und 2010 in Bezug auf „sehr aktive + aktive“ körperliche Bewegung erbrachte folgende Aufschlüsse: Die Rangfolge der ersten drei Bedingungen (Wohlbefinden, Freizeit, Gemeinsamkeit) mit fast gleich hohen Zustimmungswerten hatte sich nicht verändert. Auffallend war die Entwicklung bzgl. des Belohnungsfaktors, der statt von 38 % im Jahr 2009 ein Jahr später von 57 % der Befragten gewürdigt wird. Auch durch die Faktoren Unwohlsein und Probleme ließen sich die Befragten weniger im Bewegungsverhalten beeinflussen; knapp 30 % gaben in 2010 an, trotzdem sehr aktiv und aktiv zu sein.

Zur Messung des Bewegungsverhaltens wurde im Aktionsbündnis ermittelt, dass sich 15 % dieser Befragten auf den Stufen 1+2 (inaktiv) befanden und 37 % den Prozess der Verhaltensänderung zu mehr Bewegung eingeleitet hatten. Knapp die Hälfte der Befragten (48 %) ordnete sich selbst den Stufen 5+6 und damit dem aktiven Bewegungstyp zu; sie setzen tägliche Bewegung bereits seit längerem bzw. automatisch um.

Entsprechend der internationalen und nationalen Empfehlungen zu Art bzw. Intensität, Häufigkeit und Dauer einer gesundheitsbezogenen Tagesaktivität wurden die Einschätzungen der Bündnispartner/-innen diesbezüglich erfragt: 13 Antwortende gaben an, im Durchschnitt 2mal in Woche körperlich aktiv (anstrengend) zu sein und für durchschnittlich 77 Minuten richtig ins Schwitzen zu kommen. Damit zeichnen sie sich als optimal alltagsbewegt aus; zudem hatte sich das persönliche Bewegungsverhalten der Akteurinnen und Akteure im Aktionsbündnis über 6 Monate für die Mehrheit (74 %) nicht verändert; aber 16 % bewegten sich deutlich mehr.

Ein wichtiger Bestandteil gesundheitsbezogener persönlicher Ressourcen stellt auch das Wissen um die Voraussetzungen für Gesunderhaltung dar: 7 von 13 Faktoren erhielten jeweils 100 % Zustimmung: harmonische Partnerschaft, gesunde Ernährung, sich nicht so viele Sorgen machen, von Herzen lachen können, Familie um sich und gute Freunde/innen zu haben sowie einer interessanten Beschäftigung nachgehen. Sport treiben (94 %) und die finanzielle Absicherung (93 %) nahmen die nächsten Plätze ein. Auch die restlichen vier Einflussfaktoren erhielten

Zustimmungswerte über 87 %. Der Jahresvergleich 2009-2010 ergab überwiegend höhere Zustimmungswerte. Nur die 3 Faktoren Rauchabstinenz, Alkoholkonsum und finanzielle Absicherung erhielten 2010 weniger Zustimmung als im Jahr 2009; die Werte selbst befanden sich mit 88 bis 93 % allerdings auf hohem Niveau (siehe Tabelle 6).

Voraussetzungen für Gesundheit	2009	2010
Harmonische Partnerschaft	96 %	100 %
Gesunde Ernährung	98 %	100 %
Sich nicht so viele Sorgen machen	95 %	100 %
Von Herzen lachen können	97 %	100 %
Rauchabstinenz	94 %	88 %
Familie um sich haben	95 %	100 %
Gute Freundinnen/ Freunde haben	93 %	100 %
Sport treiben	94 %	94 %
Weniger Umweltbelastung ausgesetzt sein	86 %	89 %
Interessanter Beschäftigung nachgehen	96 %	100 %
Weniger/keinen Alkohol trinken	93 %	88 %
Finanziell abgesichert sein	94 %	93 %
Weniger Belastung am Arbeitsplatz	83 %	87 %

Tabelle 6: Jahresvergleich zu den Voraussetzungen für Gesunderhaltung (n=18)

Alle Bündnispartner/-innen gingen gemäß ihres ressourcenbasierten und salutogenetischen Handlungsansatzes stets davon aus, dass auch bei speziellen Zielgruppen wie bisher Nichtaktive und/ oder sozial Benachteiligte mit Bezug von Arbeitslosengeld I/II grundlegende psychosoziale Ressourcen für ein gesundes Bewegungs- und Ernährungsverhalten vorhanden sind. Mit den vorliegenden Befunden zum Begriffsverständnis von Alltagsbewegung und Umfang der körperlichen Aktivität, zur Bereitschaft in Richtung Verhaltensänderungen sowie zu ausgewählten Einstellungen wie z. B. den Voraussetzungen für Gesunderhaltung liegen nun gültige Nachweise vor, die allerdings statistisch weiter abzusichern sind.

Schlussendlich belegen alle ermittelten empirischen Befunde über die Auswahl der oben dargestellten Befragungsergebnisse hinaus die äußerst komplexe und nachhaltige Wirksamkeit der bisherigen Tätigkeit des Aktionsbündnisses Bernburg bewegt! ebenso wie die konkrete Abrechnung der Zielerreichungsskalen.

## 9.2. Ergebnisse zu den drei Zielerreichungsskalen

In Konsultation mit der zentralen Programmevaluation durch das IPP Bremen wurde das Instrument der Zielerreichungsskalen eingesetzt. Danach wurden die zum Start der Bündnisarbeit gebildeten Kennziffern resp. Indikatoren mit 3 ausgewählten Zielerreichungsskalen diskutiert und in der Umsetzungsphase permanent überprüft. Dabei standen folgende Zielsetzungen im Mittelpunkt der Netzwerkarbeit:

- ZS 1 Stabilisierung und Weiterentwicklung des Aktionsbündnisses im Alltag der Stadt (nach dem Kooperationstyp ‚Arbeitsteilige Kooperation‘)
- ZS 2
  - a) Aktivierung benachteiligter Bevölkerungsgruppen, indem Vereinsmitgliedschaften zu einem ermäßigten und/oder symbolischen Jahresmitgliedsbeitrag ermöglicht werden
  - b) Sicherung des Zugangs zu benachteiligten und inaktiven Bevölkerungsgruppen, indem Bernburger Schulen für eine Zertifizierung als Gesunde Schule (Audit Gesunde Schule) sensibilisiert und gewonnen werden

ZS 3 Die Stadtbevölkerung bewegt sich mehr, z. B. mittels Bewegungstreffs.

Im Folgenden werden sowohl die jeweilige Skala als auch deren Stand der Zielerreichung dargestellt.

### Zielerreichungsskala 1 Bündnisentwicklung (Netzwerkarbeit)

**Ziel:** Festigung des Aktionsbündnisses Bernburg bewegt! und Weiterentwicklung in neuer struktureller Form: jährliche Gesundheitskonferenz und Arbeitskreise quartalsmäßig oder bei Bedarf, gehören fest zum Alltag der Stadt Bernburg

**Teilziel:** Festigung der nachhaltigen Struktur (Konferenz, Arbeitskreise) zur weiteren Bewegungsförderung in der Stadt Bernburg

+ 2 = Viel mehr als erwartet	Bis Februar 2011 wurden die 15 neu gewonnenen Bündnispartner aktiv in die Arbeit einbezogen, um kontinuierlich sowie systematisch für mehr Bewegung in der Stadt Bernburg zu sorgen und vielfältige Gesundheitsangebote zu organisieren.
+ 1 = Mehr als erwartet	Bis Februar 2011 wurden die 13 neu gewonnenen Bündnispartner aktiv in die Arbeit einbezogen, um kontinuierlich sowie systematisch für mehr Bewegung in der Stadt Bernburg zu sorgen und vielfältige Gesundheitsangebote zu organisieren.
0 = Erwartetes Ergebnis	Bis Februar 2011 wurden die 11 neu gewonnenen Bündnispartner <sup>21</sup> aktiv in die Arbeit einbezogen, um kontinuierlich sowie systematisch <sup>22</sup> für mehr Bewegung in der Stadt Bernburg zu sorgen und vielfältige Gesundheitsangebote zu organisieren.
-1 = Weniger als erwartet	Bis Februar 2011 wurden die 9 neu gewonnenen Bündnispartner aktiv in die Arbeit einbezogen, um kontinuierlich sowie systematisch für mehr Bewegung in der Stadt Bernburg zu sorgen und vielfältige Gesundheitsangebote zu organisieren.
-2 = Viel weniger als erwartet	Bis Februar 2011 wurden die 7 neu gewonnenen Bündnispartner aktiv in die Arbeit einbezogen, um kontinuierlich sowie systematisch für mehr Bewegung in der Stadt Bernburg zu sorgen und vielfältige Gesundheitsangebote zu organisieren.

#### Realisiertes Ergebnis:

Bis Februar 2011 wurden die 87 neu gewonnenen Bündnispartner (insgesamt 95) in die Arbeit einbezogen. Regelmäßig treffen sich die Arbeitskreise und der Steuerkreis. Die 1. Stadtgesundheitskonferenz fand 2010 statt und wird künftig einmal im Jahr durchgeführt.

### Zielerreichungsskala 2: Erreichbarkeit und Zugang (Fähigkeitsentwicklung/Verhalten)

Die Zielerreichungsskala 2 umfasst mit 2a und 2b zwei Teilziele im Setting Sportverein und im Setting Schule.

**Ziel:** Über gesundheitsfördernde Settings wurden ausgewählte Zielgruppen im Alltag erreicht

**Teilziel 2a:** Aktivierung benachteiligter Kinder und Jugendlicher, indem Vereinsmitglied-

<sup>21</sup> Partner= Führungspersonen aus Ämtern, Einrichtungen und Unternehmen.

<sup>22</sup> Kontinuierlich und systematisch bedeutet, dass diese Partner die Stadtgesundheitskonferenz unterstützen und sich zumindest in einem Arbeitskreis oder 1 Aktivität beteiligen.

schaften zu einem ermäßigten, symbolischen oder gesponserten Mitgliedsbeitrag ermöglicht werden

+ 2 = Viel mehr als erwartet	Bis Februar 2011 wurden die Mitgliedszahlen in den Bernburger Sportvereinen um die 60 Neumitglieder stabilisiert und deren Mitgliedsbeitrag für das Jahr 2011 unterstützt.
+ 1 = Mehr als erwartet	Bis Februar 2011 wurden die Mitgliedszahlen in den Bernburger Sportvereinen um die 55 Neumitglieder stabilisiert und deren Mitgliedsbeitrag für das Jahr 2011 unterstützt.
0 = Erwartetes Ergebnis	Bis Februar 2011 wurden die Mitgliedszahlen in den Bernburger Sportvereinen um die 50 Neumitglieder stabilisiert und deren Mitgliedsbeitrag für das Jahr 2011 unterstützt
-1 = Weniger als erwartet	Bis Februar 2011 wurden die Mitgliedszahlen in den Bernburger Sportvereinen um die 45 Neumitglieder stabilisiert und deren Mitgliedsbeitrag für das Jahr 2011 unterstützt.
-2 = Viel weniger als erwartet	Bis Februar 2011 wurden die Mitgliedszahlen in den Bernburger Sportvereinen um die 4060 Neumitglieder stabilisiert und deren Mitgliedsbeitrag für das Jahr 2011 unterstützt.

### Realisiertes Ergebnis

Bis Februar 2011 wurden die Mitgliedszahlen in den Bernburger Sportvereinen um insgesamt 66 benachteiligte Kinder und Jugendliche als Neumitglieder des Jahres 2010 stabilisiert und deren Mitgliedsbeitrag durch die Stiftung „Friederikenhaus“ Bernburg übernommen. Außerdem erfolgte 2010 zusätzlich die Bezuschussung von Kosten für Trainingslager bzw. von Fahrtkosten für sportlich engagierte Kinder bzw. Jugendliche aus sozial benachteiligten Familien bzw. Bedarfsgemeinschaften durch die Stiftung „Friederikenhaus“.

### Zielerreichungsskala 2: Erreichbarkeit und Zugang (Fähigkeitsentwicklung/Verhalten)

**Ziel:** Über gesundheitsfördernde Settings wurden ausgewählte Zielgruppen im Alltag erreicht und weiter unterstützt

**Teilziel 2b:** Nachhaltige Unterstützung benachteiligter Bevölkerungsgruppen, indem alle Bernburger Schulen die nächsten Schritte auf dem Wege zur Zertifizierung als Gesunde Schule (Audit Gesunde Schule) realisieren

+ 2 = Viel mehr als erwartet	Bis Februar 2011 haben sich 100 Prozent der Bernburger Schulen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung auf dem Wege zur <i>Gesunden Schule</i> selbst bewertet
+ 1 = Mehr als erwartet	Bis Februar 2011 haben sich 75 Prozent der Bernburger Schulen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung auf dem Wege zur <i>Gesunden Schule</i> selbst bewertet
0 = Erwartetes Ergebnis	Bis Februar 2011 haben sich 50 Prozent der Bernburger Schulen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung auf dem Wege zur <i>Gesunden Schule</i> selbst bewertet
-1 = Weniger als erwartet	Bis Februar 2011 haben sich 25 Prozent der Bernburger Schulen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung auf dem Wege zur <i>Gesunden Schule</i> selbst bewertet
-2 = Viel weniger als erwartet	Bis Februar 2011 haben sich 0 Prozent der Bernburger Schulen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung auf dem Wege zur <i>Gesunden Schule</i> selbst bewertet

### Realisiertes Ergebnis

Bis Februar 2011 haben sich 100 % der Bernburger Schulen (12 Schulen, darunter 5 Grundschulen, 3 Sekundarschulen, 2 Förderschulen und 1 Berufsbildende Schule, 1 Gymnasium) im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung profiliert und auf den Weg zur Gesunden Schule gemacht. 100 % der Schulen haben sich bis Februar 2011 selbst bewertet, 7 Schulen befanden sich zu diesem Zeitpunkt im weiteren Zertifizierungsverfahren, 5 Schulen wurden bis zum Projektende am 28.02.2011 erfolgreich mit dem Audit Gesunde Schule zertifiziert.

### **Zielerreichungsskala 3: Die Stadtbevölkerung bewegt sich mehr, z.B. durch Bewegungstreffs (Fähigkeitsentwicklung/Verhältnisse)**

**Ziel:** Die Stadtbevölkerung bewegt sich im Jahr 2011 mehr.

**Teilziel:** Nachhaltige Unterstützung und Durchführung regelmäßig statt findender Bewegungstreffs

+ 2 = Viel mehr als erwartet	Bis Februar 2011 setzen die 13 in der Stadt Bernburg eingerichteten Bewegungstreffs ihre Aktivitäten regelmäßig fort. Diese organisieren unterschiedliche, vielfältige Angebote.
+ 1 = Mehr als erwartet	Bis Februar 2011 setzen die 11 in der Stadt Bernburg eingerichteten Bewegungstreffs ihre Aktivitäten regelmäßig fort. Diese organisieren unterschiedliche, vielfältige Angebote.
0 = Erwartetes Ergebnis	Bis Februar 2011 setzen die 9 in der Stadt Bernburg eingerichteten Bewegungstreffs ihre Aktivitäten regelmäßig fort. Diese organisieren unterschiedliche, vielfältige Angebote.
-1 = Weniger als erwartet	Bis Februar 2011 setzen die 7 in der Stadt Bernburg eingerichteten Bewegungstreffs ihre Aktivitäten regelmäßig fort. Diese organisieren unterschiedliche, vielfältige Angebote.
-2 = Viel weniger als erwartet	Bis Februar 2011 setzen die 5 in der Stadt Bernburg eingerichteten Bewegungstreffs ihre Aktivitäten regelmäßig fort. Diese organisieren unterschiedliche, vielfältige Angebote.

#### **Realisiertes Ergebnis**

Bis Februar 2011 setzten 14 in der Stadt Bernburg eingerichtete Bewegungstreffs ihre Aktivitäten mit vielfältigen Angeboten für verschiedene Bevölkerungsgruppen z.B. Arbeitnehmerinnen, Familien, Kinder und Jugendliche fort.

Zusammenfassend ist festzustellen, dass alle 3 Ziele in vollem Umfang erfüllt und - gemessen an den Zielerreichungsskalen - deutlich übererfüllt wurden.

## **10. Gender Mainstreaming Aspekte**

### **Pilotstudie zum geschlechterdifferenzierten Bewegungsverhalten**

Die Geschlechterunterschiede im Gesundheitsstatus und -verhalten von Frauen und Männern sind vielfältig belegt. Deutlich wird dies nicht zuletzt daran, dass Frauen und Männer vielfach signifikante Differenzen in Bezug auf ihr Bewegungsverhalten, die Ernährungsgewohnheiten sowie spezifische Formen der Stressbewältigung aufweisen.

Bereits in der Aufbauphase des Aktionsbündnisses Bernburg bewegt! wurde daher besonderer Wert darauf gelegt, dass alle beteiligten Partnerinnen und Partner ein genderorientiertes, auf die jeweiligen Besonderheiten von Frauen und Männern ausgerichtetes Herangehen praktizieren. Dementsprechend fokussierte auch die speziell zur Darstellung der Ausgangssituation in Bernburg durchgeführte Pilotstudie die jeweils besonderen Interessen- und Bedarfslagen sowie

unterschiedlichen Verhaltensweisen von Frauen und Männern im Bereich der Alltagsbewegung. Die dabei auf Basis einer standardisierten Bevölkerungsbefragung für die Stadt Bernburg gewonnenen Erkenntnisse zeigen hier deutliche Differenzen z.B. in der Form, dass das gegenwärtige Bewegungsvolumen von Männern deutlich größer als dasjenige von Frauen ist und Männer in größerem Umfang das (noch nicht in ausreichendem Maß geschlechterdifferenzierte) Sportangebot der Stadt nutzen.

Neben diesen Aussagen, welche die Konzentration der Bündnisaktivitäten u. a. auf die Schwerpunktzielgruppe der Frauen bestätigte, wurden gleichzeitig erste Erkenntnisse zu den unterschiedlichen Bedürfnissen und Interessen von Frauen und Männern als Basis für die geschlechtergerechte Entwicklung von Bewegungs- und Ernährungsangeboten gewonnen. Darauf basierend wird auch im weiteren Projektverlauf geschlechtergerechtes Arbeiten angestrebt und auf seine Effektivität und Effizienz hin untersucht. Orientiert an der Gender Mainstreaming-Strategie der EU und des Bundes wird die Geschlechterperspektive dabei als Querschnittsaufgabe innerhalb sämtlicher Bündnisaktivitäten umgesetzt.

### **Betrachtung des Projektverlaufs und der Ergebnisse unter dem Aspekt des Gender Mainstreaming (GM)**

Für die vielfältigen Prozesse im Projekt „Bernburg bewegt!“ wurde ein Gender-Konzept zur Umsetzung der Gender Mainstreaming Strategie entwickelt und planmäßig umgesetzt. Es enthielt zum einen die Verständigung zunächst der 8 Bündnispartner und später aller gewonnenen Aktionspartnerinnen und Aktionspartner über die begrifflichen und rechtlichen Grundlagen, speziellen Methoden und Umsetzungswege, einen Zielfindungsprozess sowie Aktivitäten zur Qualitätssicherung für GM.

In den ersten Steuerkreissitzungen wurde schnell deutlich, dass alle Akteurinnen und Akteure eine hohe Akzeptanz für GM und geschlechtssensible Arbeit auszeichnete und damit eine wichtige Bedingung für eine erfolgreiche Implementierung von GM von vornherein im Aktionsbündnis „Bernburg bewegt!“ gegeben war.

Gemeinsam wurden folgende Kriterien für eine erfolgreiche Umsetzung von GM definiert:

- Die Gleichstellungsorientierung bezieht sich auf alle Zielgruppen, Alltagsroutinen, Projekte und Verfahren.
- Das Aktionsbündnis unterstützt alle Akteurinnen und Akteure, ihre Fachaufgaben selbstständig gleichstellungsorientiert zu bearbeiten und in ihren Projekten differenzierte Lösungen zu finden.
- Verschiedene Sichtweisen werden produktiv genutzt (z. B. historische, ökonomische, sportpolitische, biologische) ebenso neues Fachwissen bzgl. Gender-Kompetenz.
- Gleichstellungsakteurinnen und -akteure werden gestärkt und gewinnen über aktivierende Methoden neue Bündnis- und Kooperationspartner/-innen (z. B. Schulen, KiTas, Handwerkerinnung/ Fleischereien).

Im Ergebnis des Zielfindungsprozesses wurde im Aktionsbündnis als Hauptziel herausgearbeitet, die Teilhabe- und Partizipationschancen für beide Geschlechter im Projekt Bernburg bewegt! zu gewährleisten und schrittweise zu verbessern. Dabei fanden Fragestellungen auf drei Ebenen Berücksichtigung:

#### Organisationsebene

Wie erfolgt die Verankerung von gleichstellungspolitischen Zielen? Werden diese Ziele konkret umgesetzt? Welche Unterstützungsstrukturen für die Umsetzung von GM werden organisiert? Wie werden Alltag und Lebensroutinen von Männern und Frauen, Jungen und Mädchen als geschlechtsspezifische Rahmenbedingungen berücksichtigt?

Die Verankerung von gleichstellungspolitischen Zielen erfolgte durch Handlungsvorgabe, Sensibilisierung der Bündnis- und Kooperationspartner/-innen auf allen Strukturebenen sowie in allen Projekten, durch Integration beider Geschlechter sowie Benachteiligter in die Entwicklung und Gestaltung der Maßnahmen und durch geschlechtsspezifische Maßnahmen. Mit dem stringenten Settingbezug wurden die gleichstellungspolitischen Ziele, insbesondere die Erreichbarkeit und Beteiligung, aber auch die spezifischen Bedarfe und Vorgehensweisen weitestgehend konkret untersetzt. Als wichtigste Unterstützungsstrukturen für die Umsetzung von GM fungierten die Steuerkreistreffen und themenbezogenen Arbeitskreise. Darüber hinaus wurden Fortbildungen sehr aufgeschlossen angenommen, um aktuelles Fachwissen in Bezug auf Bewegung oder Ernährung und aus der Genderforschung in die tägliche Arbeit aufzunehmen.

Alltag und Lebensroutinen von Männern und Frauen, Jungen und Mädchen als geschlechtsspezifische Rahmenbedingungen wurden berücksichtigt, indem für jegliche körperliche Aktivität in allen Lebensbereichen geworben und entsprechende Angebote entwickelt wurden. Besonders sorgfältig wurden außerdem die jeweiligen Gegebenheiten für die Einbeziehung sozial benachteiligter Personengruppen berücksichtigt und untersucht, im Erfahrungsaustausch gemeinsam erörtert und die erreichten Erkenntnisse als Grundlage für eine zielgruppenadäquate Ansprache genutzt.

Anlässlich der 1. Stadtgesundheitskonferenz Ende 2010 wurde das außerordentliche Engagement aller Beteiligten, hohe Zufriedenheitswerte mit der erreichten Gender-Kompetenz im Aktionsbündnis sowie das gegenseitige Versprechen deutlich, sich im Interesse der Stadtentwicklung von Bernburg für die Gleichstellung der Geschlechter und gegen Diskriminierung auch weiterhin einzusetzen.

#### Angebotsebene

Auf welche Weise, in welchem Verhältnis werden Frauen und Männer sowie Mädchen und Jungen als Nutzer und Nutzerinnen angesprochen? Wie wurde auf die jeweiligen Bedürfnisse und Interessen eingegangen? Wie wurde für Angebote geworben?

Für Frauen und Männer sowie Mädchen und Jungen aller Altersgruppen standen als Nutzer/-innen sowohl Einzelprojekte des Aktionsbündnisses, Multiplikatorenschulungen als auch Aktionstage und damit eine vielfältige Angebotsstruktur zur Verfügung. Die geschlechtsspezifische Analyse dieser Angebote ergab, dass sie alle im unmittelbaren Lebensalltag der jeweiligen Zielgruppen aus der Stadtbevölkerung von Bernburg ansetzten und damit für beide Geschlechter zugänglich und nutzbar waren. Mit dem stringenten Alltags- und Settingbezug wurden also beide Geschlechter entsprechend ihrer realen Verteilungsverhältnisse angesprochen. Die jeweiligen Bedürfnisse und Interessen wurden durch umfangreiche Mitsprachemöglichkeiten der Nutzer/-innen bereits bei der Entwicklung aber auch bei der Umsetzung von Maßnahmen berücksichtigt. Ein Teil der implementierten Maßnahmen z.B. die Audits und die Gesundheitskoffer sind bereits geschlechtsspezifisch angelegt so dass damit zwangsläufig auf die jeweiligen Bedürfnisse und Interessen eingegangen wurde.

Die Angebote wurden sehr differenziert beworben: persönlich, durch Anschreiben, auf Einladung, in Settings bzw. zielgruppenspezifisch. Als wirksamste Methode kristallisierte sich neben der persönlichen Ansprache zur Angebotsbewerbung die Mund zu Mund Propaganda heraus. Diese wurde durch eine intensive Öffentlichkeitsarbeit forciert. Das breite Medieninteresse war dabei ausgesprochen hilfreich. Über die ausführliche Berichterstattung der Arbeitsergebnisse des Bündnisses in Wort und Bild wurde bei Institutionen und Personen Neugier geweckt so dass die Stadtverwaltung bereits nach einem Projektjahr Anfragen und Wünsche auf Mitwirkung erreichten. Dazu trug auch die Einbindung und Verlinkung des Projektes auf der Internetpräsenz der Stadtverwaltung bei. Werbeartikel wie T-Shirts und Schlüsselbänder dosiert eingesetzt

wurden von den Nutzergruppen ebenso als besondere „Teilhabe“ verstanden wie die Auslobung eines Preises für die Beteiligung sozial Benachteiligter an Befragungen.

Zu den typischen Informationswegen wie z. B. über Familie/ Bekannte und Fachleute sowie Informationsmaterial und Flyer liegen mit der durchgeführten schriftlich-anonymen Befragungen unterschiedlicher Zielgruppen klare Befunde vor.

Zusammenfassend ist festzustellen dass es dem Aktionsbündnis zunehmend besser gelang die kleinstadttypischen Informationskanäle für die Ansprache beider Geschlechter aber auch sozial Benachteiligter zu nutzen und für die Angebote zu werben.

### Personen-/Zielgruppenebene

Wie gelingt die Planung und Umsetzung der Strategien in Bezug auf die Teilhabe an Entscheidungsprozessen? Lassen sich Kompetenzentwicklung, Förderung, Nutzung von Ressourcen, Änderungen im Bewegungs- bzw. Essverhalten feststellen?

Die Planung und Umsetzung der Strategien in Bezug auf die Teilhabe von Personen und Zielgruppen an Entscheidungsprozessen beruhen auf mehreren und unterschiedlichen Arbeitsschritten: Im Kontext der Qualitätssicherung wurden die laufenden Ergebnisse und Ergebnisberichte zu den durchgeführten Aktivitäten und Maßnahmen sowohl in den Steuerkreissitzungen als auch in den thematischen Arbeitskreisen besonders sorgfältig ausgewertet, um den Zugang und die tatsächliche Erreichbarkeit beider Geschlechter und ausgewählter Zielgruppen permanent zu verbessern. Die Dokumentenanalyse zu den vielfältigen und umfangreichen Aktivitäten, Maßnahmen und Teilprojekten als auch die durchgeführten schriftlich-anonymen Befragungen und Fallstudien ergaben ebenfalls wichtige Handlungsgrundlagen.

Zum Beispiel wurden zwei schriftlich-anonyme Befragungen 2009/ 2010 mit dem Ziel durchgeführt, geschlechtsspezifische Befunde und darunter signifikante Unterschiede zu Bewegungsverhalten, Begriffsverständnis von Bewegung im Alltag, zur Information und Partizipation bei der Entwicklung und Durchführung von gesundheitsförderlichen Angeboten in der Stadt Bernburg zu ermitteln. Die anonymisierten Daten zu den Geschlechterverhältnissen wurden zeitnah im Aktionsbündnis vorgestellt und in der weiteren Arbeit berücksichtigt, um angemessene Handlungsansätze für die nächsten Aufgaben abzuleiten.

Kompetenzentwicklung, Förderung, Nutzung von Ressourcen sowie Änderungen im Bewegungs- und Essverhalten lassen sich an Hand der im Aktionsbündnis „Bernburg bewegt!“ erarbeiteten zielgruppenspezifischen Befunde mit Differenzierungen nach Geschlecht, Alter und anderen ausgewählten soziodemografischen Merkmalen feststellen.

Charakteristisch sind z.B. folgende Tatbestände:

### Bewegungsverhalten

Die beiden speziellen Zielgruppen der sozial Benachteiligten mit ALG-Bezug und/ oder bisher Nichtaktive der Stadtbevölkerung wurden erreicht und einbezogen; von ihnen lagen zudem hohe Zustimmungswerte in Bezug auf die Einbindung und Partizipation an konkreten Bewegungs- und Ernährungsprojekten vor. Die konkreten Befunde im Jahr 2010 zeigten den höchsten Anteil der Nichtaktiven bei den befragten sozial Benachteiligten mit ALG-Bezug mit 60 %, gefolgt von 52 % bei den Mitstreiter/-innen im Aktionsbündnis sowie im Vergleich zur Gesamtgruppe der Einwohner/-innen mit 35 % (siehe Tabelle 7).

<b>Bewegungstypen</b> (Stufen nach TTM)	<b>Mitstreiter 2010</b> n=19	<b>Bürger 2010</b> n=204	<b>ALG 2010</b> n=10
<b>davon</b>	<b>w: 68 %    m: 32 %</b>	<b>w: 68 %    m: 32 %</b>	<b>w: 60 %    m: 40 %</b>

<b>Bewegungstypen</b> (Stufen nach TTM)	<b>Mitstreiter 2010</b> <b>n=19</b>	<b>Bürger 2010</b> <b>n=204</b>	<b>ALG 2010</b> <b>n=10</b>
1-3, Nichtaktive	52 %	35 %	60 %
4-6, Aktive	48 %	65 %	40 %

Tabelle 7: Bewegungstypen bei den Zielgruppen 2010

Dabei zeigten sich aus der Geschlechterperspektive als Tendenzen für alle drei Befragten-  
gruppen, dass der Anteil der Nichtaktiven bei den Männern zwar höher als bei den Frauen lag,  
sich die aktiven Männer allerdings häufiger und intensiver als die Frauen bewegten. An diese  
Befunde anknüpfend wurden vielfältige Handlungsstrategien entwickelt und umgesetzt bzw. für  
weitere Planungen aufgenommen.

### Ernährungsverhalten

Die Untersuchungen ergaben einen je Zielgruppe hohen Anteil von Bürgerinnen und Bürgern,  
die ihr Verhalten im Ernährungsbereich ändern wollten. Das betraf vor allem: regelmäßiger und  
gesünder essen sowie abnehmen, wobei die Befragten im Arbeitslosengeld-Bezug ihr eigenes  
Ernährungsverhalten kritischer als die Beschäftigten reflektierten (siehe Tabelle 8).

<b>Essverhalten: Änderungswünsche</b>	<b>ALO 2009</b> <b>n=11</b>	<b>ALO 2010</b> <b>n=10</b>	<b>Bürger 2010</b> <b>n=204</b>
<b>davon</b>	<b>w: 73 % m: 27 %</b>	<b>w: 60 % m: 40 %</b>	<b>w: 68 % m: 32 %</b>
gesünder essen	90 %	80 %	67 %
mehr Zeit nehmen	56 %	78 %	60 %
abnehmen	90 %	55 %	58 %
regelmäßiger essen	100 %	67 %	55 %
weniger zwischendurch	50 %	70 %	52 %
weniger essen	78 %	80 %	48 %

Tabelle 8: Änderungswünsche zum Ernährungsverhalten bei den Zielgruppen

Aus der Geschlechterperspektive waren beim Konsum von Lebensmitteln und Getränken sechs  
signifikante Unterschiede zu verzeichnen (siehe Tabelle 9).

<b>Speisen/Getränke</b>	<b>Signifikanzwert<sup>23</sup></b>	<b>Aussage</b>
Obst/Gemüse	p=.000, höchst signifikant	Frauen nehmen täglich mehr Frischkost zu sich als Männer
Bier	p=.000, höchst signifikant	Männer trinken häufiger Bier als Frauen
Likör/Schnaps	p=.004, hoch signifikant	Frauen verzichten häufiger auf Li- kör/Schnaps als Männer
Fertig-/ Schnellgerich- te	p=.010, signifikant	anteilig mehr Frauen als Männer neh- men Fertig-/Schnellgerichte selbstbe- stimmt nie zu sich
Fleisch/Wurst	p=.015, hoch signifikant	Männer essen häufiger als Frauen Fleisch/Wurst
Vegetarische Kost	p=.035, signifikant	Frauen essen häufiger als Männer ve- getarische Kost

Tabelle 9: Geschlechtsunterschiede im Ernährungsverhalten der Bürger/-innen 2010 (n= 204)

<sup>23</sup> Der Fachbegriff „statistische Signifikanz“ meint, dass ein Ergebnis als gesichert betrachtet werden kann. Signifi-  
kanzen: \* p<.05 signifikant, \*\* p<.01 hoch signifikant, \*\*\* p<.001 höchst signifikant. Geringere Signifikanzwerte wer-  
den als Tendenzen bzw. Hinweise interpretiert.

Diese Befunde ermutigen alle Akteurinnen und Akteure im Bündnis, sich für ihre jeweiligen Zielgruppen verstärkt mit vielfältigen Handlungsstrategien und weiterführenden Angeboten im Bereich Gesunde Ernährung einzusetzen bzw. neue Aktivitäten in ihre weiteren Planungen aufzunehmen.

Zusammenfassend spricht für das Aktionsbündnis insgesamt die gemessene Aussage, wie zufrieden die Akteurinnen und Akteure selbst mit der Gender-Kompetenz im Aktionsbündnis waren: zur Jahresmitte 2009 sprachen sich 30 % der Befragten dafür aus und zum Ende der Förderlaufzeit bestätigten 63 % ihre Zufriedenheit; ein Ergebnis von good practice.

Die vollständigen Befunde können im Evaluationsbericht nachgelesen werden.

## **11. Gesamtbeurteilung**

Die Vorhabenziele wurden erreicht und erheblich überboten. Dazu gehören die Bereitschaft zur Mitwirkung der 95 Bündnispartner auf den Ebenen der Kommune, des Landkreises, des Landes und des Bundes. Das Interesse am Thema und die gewählte Form des Projektmanagement und der Prozessgestaltung führten zu dieser Entwicklung. Daraus resultierten der Aufbau und die Nutzung der beschriebenen Projekt- und Kommunikationsstrukturen als Garanten für eine effiziente Arbeit. Mit dem praktizierten Management interorganisatorischer Beziehungen, unter dem Einsatz aller mobilisierbaren personellen und materiellen Ressourcen gelang es, in dem sehr engen Zeitfenster einen Vernetzungsprozess im Rahmen des Aktionsbündnisses zu verwirklichen. In der Umsetzungsphase ist es besser gelungen das anfangs hohe Entwicklungstempo alltagsgerechter(gesünder) zu gestalten, um die Vielzahl der entstandenen Projektideen zu realisieren und die Akteure für eine selbständige und nachhaltige Arbeit zu befähigen. Damit konnte die Herausforderung an die Steuerung des Prozesses mit einer partizipativen Entwicklung im Aktionsbündnis gemeistert werden, um alle Aktiven und Nichtaktiven zu erreichen und zu beteiligen (Betroffene zu Beteiligten), um die Gesundheitschancen der Bevölkerung insgesamt zu verbessern.

Die Arbeit mit Visionen für die Entwicklung des Projektes, in enger Verknüpfung mit präzisierten Zielen und der ständigen Reflexion des Projektverlaufes half, die jeweils richtigen Entscheidungen für Impulse, Anregungen und Hilfen zu finden. Eine hohe Dichte der Beratungstätigkeit vor Ort führte zur Akzeptanz der Projektbegleitung und ermutigte die Partner in der Stadt sich mit ihren eigenen Arbeitsaufgaben, Hoffnungen und Wünschen im Projekt einzubringen. Es zu ihrem eigenen Anliegen zu machen. Mit der „Eroberung“ des Rathauses als zentrale Impulsstätte für die Projektumsetzung konnten auch die Bürgerinnen und Bürger der Stadt erkennen, dass die Stadtverantwortlichen (Bürgermeister, Stadtverwaltung) Bernburg bewegt! vorlebten und mit gutem Beispiel „Bewegungsaktivitäten“ vorangingen.

Die regionalen und überregionalen Medien griffen diese Aktivitäten auf und berichteten vom Projektverlauf und den Erfolgen in einer bis dahin in der Stadt unbekanntem Dichte. Damit konnte das Gesundheitsthema insgesamt und die Bewegung und Ernährung als zentrale Einflussmöglichkeiten erkannt und von vielen zum Anlass für erste Schritte der bewussteren Alltagsveränderung genommen werden.

Mit der Einrichtung einer Stadtgesundheitskonferenz ergeben sich für die Zukunft mehr Möglichkeiten die städtische Entwicklung stärker mit gesundheitsrelevanten Einflüssen zu verbinden. Von der Stadtbebauung bis hin zur wirtschaftlichen Entwicklung. Die Orientierung auf Kinder und Jugendliche, Mädchen und Frauen sowie auf die Sozialbenachteiligten und Nichtaktiven trug dazu bei, in vielen Stadtbereichen neue Bewegungs- und Gesundheitsangebote zu etablieren und Teile der Bevölkerung zu erreichen, die bis dahin solchen Initiativen eher ablehnend gegenüberstanden.

Die Entwicklung von gesundheitsfördernden Settings und deren Vernetzung auf kommunaler Ebene ermöglichten Synergieeffekte, die eine hohe Effizienz der eingesetzten Ressourcen garantierten.

Durch die Einbindung in den Landesgesundheitszielprozess, der u.a. auch auf Regionalisierung gerichtet ist, ergeben sich gute Ansätze für eine Nachnutzung in anderen Regionen des Landes. Schon jetzt profitieren zwei weitere Regionen in Sachsen-Anhalt vom Erkenntnisgewinn in Bernburg. Durch die Etablierung von weiteren Vernetzungsstellen beim Projektträger – der LVG - im Bereich der Ernährung und Bewegung wird der interinstitutionelle Rahmen für einen Transferprozess in Sachsen-Anhalt und darüber hinaus geschaffen.

Der mit dem Landesgesundheitszieleprozess von Sachsen-Anhalt in Schwerpunkten eingeleitete gesundheitsbezogene Wandel erhält durch das über 3 Jahre entwickelte und erprobte kommunalem Modell „Bernburg bewegt!“ neue Impulse.

Moderiert durch die Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e. V. hatten und haben sich in der Kleinstadt Bernburg Akteurinnen und Akteure auf der Grundlage einer gemeinsamen Vision zusammen gefunden, die Bernburger Stadtbevölkerung auf ihrem Weg zu einem gesunden Lebensstil zu unterstützen bzw. zu begleiten.

Diese Vision „Bernburg bewegt!“ als inneres und vorweggenommenes Bild von Zukunft wäre wirkungslos geblieben, wenn sich das an Mitwirkenden wachsende Aktionsbündnis nicht genügend Freiräume für Kreativität und Spontaneität geschaffen und genutzt hätte. Die Rahmenbedingungen dafür waren durchaus instabil und erforderten eine hohe Flexibilität. Trotzdem gelang es mit stetig größerem Aktionsradius in der Stadt eine gemeinsame Verantwortungsethik zu entwickeln, die angesichts der knappen Ressourcen diejenigen Maßnahmen mit den für Bernburg größtmöglichen Erfolgsaussichten kreierte und realisierte.

## **12. Verbreitung und Öffentlichkeitsarbeit der Projektergebnisse**

Die Information der Bevölkerung erfolgte über eine zielgerichtete Öffentlichkeitsarbeit.

### **Kongressbeiträge**

- 14./ 15. Mai 2009 Internationale Tagung des Deutschen Netzwerkes für Gesundheitsfördernde Krankenhäuser in Kreta , Präsentation eines Teilprojektes des Aktionsbündnisses mit dem Klinikum Bernburg inkl. Poster.

### **Publikationen**

- Newsletter Gesundheitsziele 2/ 2009 „Bernburg bewegt! – Aktionsbündnis geht in die Umsetzungsphase“
- Newsletter Gesundheitsziele 4/ 2009 Bernburg bewegt!
- Gesundheit bewegt 2/2009 „Bernburg bewegt! geht in die Umsetzungsphase“
- Gesundheit bewegt 2/2009 „Bernburg bewegt! seine Kindertagesstätten“
- Gesundheit bewegt 4/ 2009 „86 Bündnispartner bei Bernburg bewegt!!“
- Gesundheit bewegt 1/ 2010 „Bernburg bewegt! – Erstes Teilprojekt erfolgreich“
- Gesundheit bewegt 3/ 2010 „Gemeinsam aktiv beim Tag des Gartens“
- Gesundheit bewegt 4/ 2010 „Erste Stadtgesundheitskonferenz in Bernburg“
- Newsletter Gesundheitsziele 4/ 2010 „Bernburg ist auf dem Weg zur Gesunden Stadt“
- Gesundheit bewegt 1/ 2011 „Bernburg bewegt Steuerkreis – Bewegungslandkarte“

### Pressemitteilungen und -veröffentlichungen

Im Berichtszeitraum von August 2008 bis Februar 2011 fanden drei Pressegespräche statt, am 19.05.2009, am 25.11.2009 und am 23.02.2011.

- 58 Presseinformationen wurden herausgegeben
- 103 Presseveröffentlichungen sind in den regionalen Medien erschienen – davon wurden 8 Beiträge über Rundfunk und Fernsehen veröffentlicht

### Internet

Der Internetauftritt, der für das Bündnis im Rahmen der LVG Homepage erarbeitet wurde, bietet eine Informationsplattform zu den Aktivitäten und Handlungsfeldern des Aktionsbündnisses Bernburg bewegt! und gewährleistet auch damit eine hohe Transparenz.

### Weitere öffentlichkeitswirksame Druck- und Informationsmaterialien

Die Erarbeitung und Erstellung von Drucksachen und Informationsmaterialien erhöhte die Transparenz des Aktionsbündnisses und seiner Arbeit für die Bernburger Bevölkerung. Die Identifikation mit den Zielen des Bündnisses sollte bei der Bevölkerung erhöht werden.

- 6 Plakate für Dachaufsteller
- 400 Aufkleber mit dem Bernburg bewegt! Logo
- 2 Banner
- 3 Roll up Displays
- T-Shirts mit dem Bernburg bewegt! Logo
- Informationsblatt „Gesundes Pausenbuffet“ für Bernburger Schulen
- Informationsblätter zum „Trinken beim Sport“, „Sport und Ernährung“ und „Kalorienverbrauch beliebter Sportarten“
- Handzettel „Bernburg ist Gehenswert“
- Poster für das Sommercamp
- Handzettel für das Sommercamp
- 1 Struktur- und 1 Ergebnisposter „Bernburg bewegt!“ als Modellprojekt der Gesundheitsziele des Landes Sachsen-Anhalt
- 2 Ergebnisposter für die Aktionsbündnistreffen 23.11.2009 und 27./28.04.2010 in Berlin
- Dokumentation des Projektes
- Dokumentation der Teilprojekte

Die nachfolgenden Diagramme zeigen die Medienresonanz im gesamten Projektzeitraum nach unterschiedlichen Schwerpunkten. Eine Detaildarstellung nach Jahren ist im Pressespiegel zu finden (siehe Anlage 3).

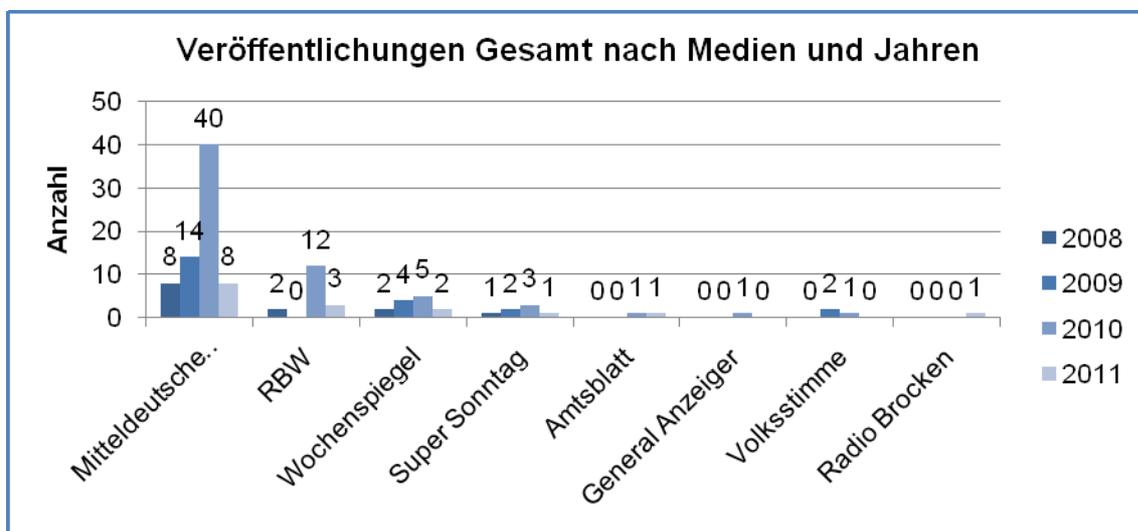


Abb. 3: Anzahl Veröffentlichungen nach Medium 2008-2011 (n=114)

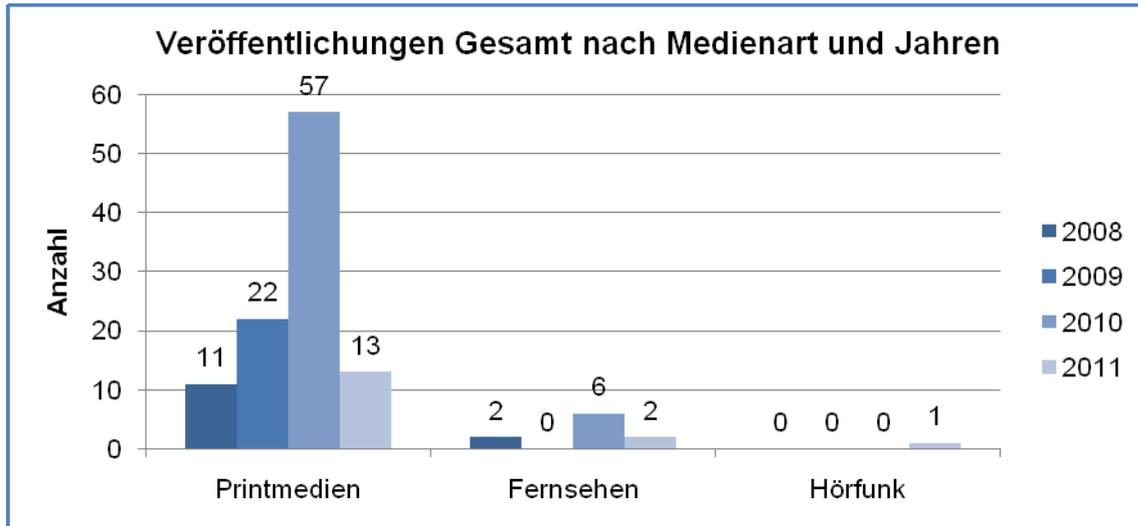


Abb. 4: Anzahl Veröffentlichungen nach Medienart 2008-2011 (n=114)

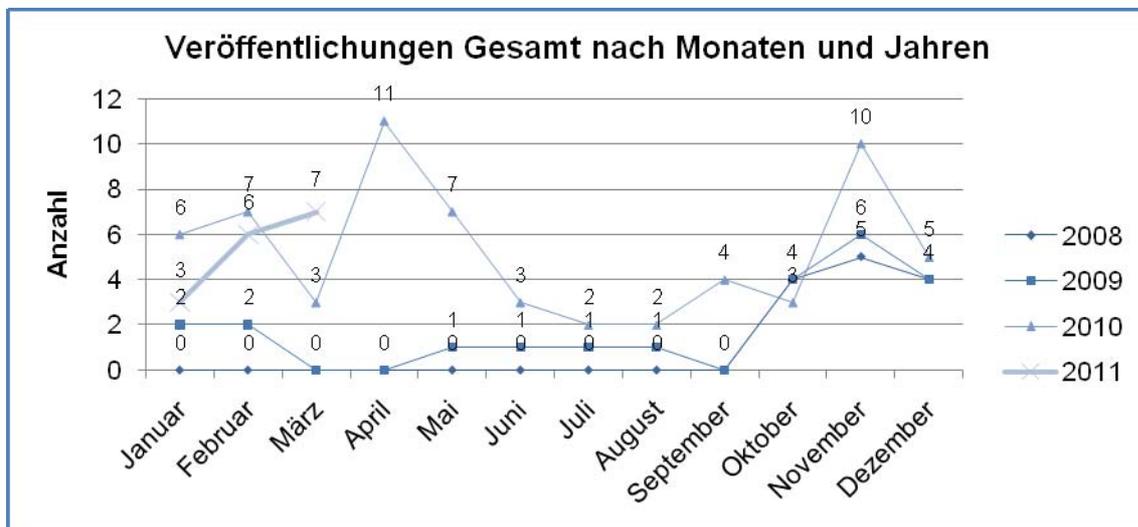


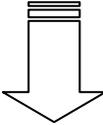
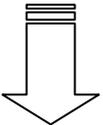
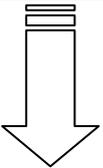
Abb. 5: Anzahl Veröffentlichungen nach Monaten 2008-2011 (n=114)

### 13. Verwertung der Projektergebnisse

#### Verwertung und Verbreitung

Ausgangspunkt der Untersuchungen ist das Wirkungsverständnis im Aktionsbündnis, das in der folgenden Tabelle strukturiert und mit Beispielen untersetzt dargestellt wird.

<b>Input</b>	<b>Vision und Ressourcen:</b> Gesamtheit der ideellen + konzeptionellen Vorstellungen, personellen sowie die materiellen + finanziellen Mittel + Beiträge, die bereit gestellt werden, Vernetzungen mit anderen Förderprojekten und –programmen, Modelle guter Praxis
<b>Aktivitäten</b>	<b>Einzelprojekte + Maßnahmen:</b> Gesamtheit der Veranstaltungen, Schulungen, Trainings, Kurse, beruflichen Mitarbeiterfortbildungen, Führungskräfte-schulung, Seniorenakademie, Bewegungsoperette, Fitnessraum im Stadtteilhaus, Sommercamp, Organisationshilfen usf., die durchgeführt und eingerichtet werden ebenso wie der Internationale Kongressbeitrag im

	Mai 2009
<b>Output</b> 	<b>Leistungen + Ergebnisse:</b> Gesamtheit der Veränderungen des IST-Zustandes in Bezug auf Bewegungsverhalten, Ernährungsverhalten, allgemeine Kompetenzen, Sponsoring (Beispiel Trinkbrunnen, Vereinsmitgliedschaften, Spinningräder), Entwicklungsniveau, neue Selbsthilfestrukturen u. ä.
<b>Outcome</b> 	<b>Kurz- und mittelfristige Wirkungen:</b> positive Veränderung in Folge der Nutzung der Leistung wie Stärkung der Kapazitäten von Organisationen, mehr Mitgliedschaften, bewegte Bildungseinrichtungen, Zertifizierung von Institutionen, spezifische einrichtungsbezogene Lösungen, Initiierung weiterer Veränderungsprozesse u. ä.  <b>Nutzung der Leistung und Transfer:</b> z. B. Lehrkräfte wirken als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, führen Trainings durch, Teilnehmerinnen und Teilnehmer wenden neue Kochkenntnisse zu Hause in der Familie an, Nahrungsmittelanbieter führen neue/ gesunde Produkte ein, Deutsche Sporthochschule Köln führt durch/erwirbt Know how für die studentische Ausbildung
<b>Impact</b> 	<b>Längerfristige, übergeordnete Wirkungen:</b> weitergehend, a) Beispielwirkung der Stadt Bernburg als Modellkommune und Kompetenzregion und b) wachsende Rolle von Organisationen, Schulen, Händlern + Kleingewerbetreibenden, Betrieben, Institutionen, Kleingartenvereinen u. a. in ihrem jeweiligen politischen, gesellschaftlichen oder wirtschaftlichen Umfeld
<b>Die Vision lebt:</b>	<b>Bernburg bewegt!</b>

Über einen permanenten Input wurden Aktivitäten initiiert, entwickelt und durchgeführt. Im Zusammenhang damit sind 3 Wirkungsebenen zu unterscheiden: die Leistungen und Ergebnisse als direkte Veränderungen des IST-Zustands (Output). Die Nutzung dieser Leistungen und Ergebnisse (Verwertung) bedeutet kurz- und mittelfristige Wirkungen sowohl in den beteiligten Organisationen, Schulen usw. als auch bei einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmer/ Endverbraucherinnen und Endverbraucher (Beispiele sind aufgeführt).

Über diesen Nutzungs- oder Verwertungsprozess entstehen längerfristige und indirekt weitergehende Wirkungen (Impact), indem Rolle und Einfluss im alltäglichen Umfeld wachsen. Das betrifft sowohl eine sozial benachteiligte Schülerin/ einen sozial benachteiligten Schüler in einer der 5 Grundschulen oder in der Berufsbildenden Schule, eine Multiplikatorin/ einen Multiplikator im Rahmen des Audits „Gesunde Schule“ oder eine Rentnerin/ einen Rentner in der Kleingartenanlage als auch eine Organisation, Institution, die Stadtverwaltung Bernburg selbst u. a.

Als Projekte mit besonderer Nachhaltigkeit in Bezug auf die zu erreichenden Zielgruppen sind zu würdigen: die Kochkurse „Familienkochtopf“ mit jungen Familien, „Kulinarische bunte Vielfalt“ mit Migrantinnen und Migranten sowie „Gesund kochen trotz Hartz IV“. Trotz noch kleiner Fallzahlen sind hier vielfältige nachhaltige Effekte in den Familien und Lebensgemeinschaften anzunehmen, ohne dass sie im Rahmen der Evaluation empirisch begründet, nachgewiesen werden können.

**Fazit** Die Analyse zu Verwertung und Verbreitung (Output und Outcome) der bisher erzielten Leistungen und Ergebnisse ergibt zwei Hauptergebnisse. Erstens: Innerhalb der Stadt ist eine

stark angestiegene Nachfrage nach Einbeziehung/ Partizipation in das Modellprojekt Bernburg bewegt! zu verzeichnen. Mit dem durch die Bündnisversammlung und Steuerungsgruppe des Aktionsbündnisses verfolgten integrierten familienorientierten und gendersensiblen Handlungsansatz funktionieren Zugang zu und Erreichbarkeit von benachteiligten Bevölkerungsteilen von Bernburg. Zweitens: Es ist ein wachsendes Interesse an der Stadt Bernburg und an den regionalen Steuerungsstrukturen zu verzeichnen, auf welche Weise kontinuierlich und systematisch für mehr Bewegung in einer Stadt gesorgt und vielfältige Gesundheitsangebote speziell für benachteiligte und inaktive Bevölkerungsgruppen organisiert werden können (Anfrage Aschersleben).

### **Relevanz der Ergebnisse für die nationale/ internationale Forschung**

Mit den Untersuchungsergebnissen wurde nicht nur ein Beitrag zur Dokumentation eines umfassenden und äußerst vielfältigen Gesundheitsprozesses über ein themenbezogenes Netzwerk auf Kleinstadtebene geleistet, sondern über die vielen Maßnahmen und Aktivitäten (darunter viele Pilotprojekte) die Identifizierung und Beurteilung von Handlungsansätzen bzw. Handlungsfeldern für Gesundheitsförderung und Prävention auf kommunaler Ebene mit der Perspektive künftiger Sozialraumentwicklung vorangebracht. Ausgehend von einem biopsychosozialen Gesundheitsverständnis sind verschiedene wissenschaftliche Fachdisziplinen tangiert.

Für die sozialwissenschaftliche Debatte über Netzwerke sind sowohl der erfolgreiche Projektverlauf als auch die vielzähligen Projektergebnisse dieses Gesundheitsförderprozesses in Bernburg national wie international als wertvolle Befunde und Bestätigung für solche Forschungserkenntnisse (Wagner, Röhrle et al.) einzuordnen, die themenbezogene Netzwerke als eine besonders nachhaltige Handlungskoordination zur Generierung und Nutzung von Innovationspotentialen charakterisieren. Das Aktionsbündnis Bernburg bewegt! konnte beispielhaft in einer relativ kurzen Förderlaufzeit bürokratische Ressortgrenzen und limitierte Förderbudgets überwinden, um Gesundheitsaktivitäten im Lebensalltag der Stadt Bernburg zu implementieren. Mit der 1. Gesundheitskonferenz im November 2010 hat dieser Prozess im bundesweiten Städtevergleich eine herausragende und nachhaltige Strukturform gewonnen. Mit der Verwirklichung der gemeinsamen Vision und dem Motto des Aktionsbündnisses Bernburg bewegt! wurde ein Weg beschritten, der sowohl der Komplexität auf allen Handlungsebenen als auch Zukunftsoptimismus einen ansprechenden Namen sowie Rahmen gab und zugleich auf Vertrauen und gegenseitigem Respekt basiert.

Die geschlechtsspezifische Lebensqualitätsforschung stellt heute ein anerkannt zentrales psychologisches Forschungsthema dar und widmet sich besonderen Aspekten wie gesundheitsbezogene Lebensqualität, Geschlechtsunterschiede, Bedürfnisse und Wünsche sowie gesundheitsbezogener Verhaltensformen spezieller Bevölkerungsgruppen. Der aktuelle Forschungsstand liefert allerdings widersprüchliche Ergebnisse z.B. zu Geschlechterdifferenzen in Punkto selbstberichteter gesundheitsbezogener Lebensqualität (vgl. Seidemann et al.). Die teilnehmenden Beobachtungen und die durchgeführten Befragungen erbrachten in Bernburg hohe Zufriedenheitswerte mit bestimmten Lebensbereichen, darunter auch mit dem persönlichen allgemeinen Gesundheitszustand. Die Adaptation und der Einsatz des Transtheoretischen Modells (TTM) im Bewegungskontext ergab interessante und schlüssige Ergebnisse.

Zugleich ist es mit der Vielzahl an durchgeführten Aktivitäten und den Untersuchungen gelungen, die nationalen und internationalen Standards/ Empfehlungen zu körperlichem Training (moderate Intensität) ins Alltagsbewusstsein einer Stadtbevölkerung zu tragen und für Alltagsbewegtheit/ Tagesaktivität zu sensibilisieren, anzuregen und Nutzungsangebote zu entwickeln, auszuprobieren und möglichst dauerhaft in das Stadtleben zu integrieren. Hinsichtlich des Zugangs und der Erreichbarkeit spezieller Bevölkerungsgruppen wurden die Kriterien guter Praxis

im Projekt vor allem in Bezug auf sozial Benachteiligte angewandt, um Alltagsbewegtheit und andere gesundheitsförderliche Aktivitäten als einen persönlichen Lebensgewinn zu erkennen.

Die Untersuchungen haben gezeigt, dass ein solch kommunales Vorhaben, eine gemeinsame Vision Bernburg bewegt! neue und weiterführende Forschungsfragen aufwerfen.

Erstens, in Bezug auf die themenbezogene Netzwerkarbeit Bernburg bewegt! sind zukunftsorientierte Faktoren oder Bedingungen zu analysieren, die verfestigte Strukturen mit Verlusten an Innovationskraft verhindern helfen. Über Initiierung und Aufbau von solchen und ähnlichen Netzwerken ist eine umfassende Befundlage vorhanden, eher weniger über deren Weiterführung ohne bzw. nach Abschluss von Förderungen. Auch sollten spezielle Gefahren und Verletzlichkeiten solcher Systeme näher analysiert werden, um Strukturen nicht automatisch zu vertrauen, sondern die Suche nach immer wieder neuen Alternativen fortzusetzen, um das themenbezogene Stadtnetzwerk zu ergänzen und die legitimen Interessenvertretungen der mitwirkenden Institutionen dabei immer wieder neu anzuerkennen. Letztendlich hat die Forschung aber noch die Aufgabe zu bewältigen, die Effektstärken solcher themenbezogener und sozialer Netzwerke tatsächlich empirisch nachzuweisen, was angesichts der kurzen geförderten Laufzeit in der Regel kaum möglich ist.

Zweitens, in Zukunft sollten in Bezug auf gesundheitsbezogene Verhaltensweisen unterschiedlicher Bevölkerungsgruppen die Untersuchungen mittels sozioökonomischer Variablen, der Familienstruktur bzw. neuer Lebensformen noch genauer und zielgruppenadäquat ausgerichtet werden sowie geschlechterbezogene Prozesse von Krankheitswahrnehmung und -verarbeitung bzw. gesundheitlicher Beeinträchtigungen einfließen. Dabei sind die vorliegenden Analysen zur Gesundheitsberichterstattung noch stärker bei der Entwicklung von empirischen Messinstrumenten einzubeziehen, um bestimmte Trends und Tendenzen tiefgehend zu hinterfragen. Unter dem Aspekt der Methodenkritik ist vor allem auf den EU-weiten Forschungsstand zu Erhebungsinstrumenten wie Fragebögen und Interviews hinzuweisen, die national stärker zu erschließen sind, um die Selbstaussagen erwachsener Zielgruppen absichern zu helfen.

Im Fazit ist zusammenzufassen, dass die Gesundheitsförderung in einer Kleinstadt wie Bernburg heute und in Zukunft mit weiteren Herausforderungen und Innovationspotenzialen für alle Akteurinnen und Akteure in der kommunalen Verwaltung, in Schulen und KiTAs, Unternehmen, Behörden, Interessenverbänden, Vereinen, Sozialforschung u.v.a.m. verbunden sein wird.

## **Erfahrungen und Ergebnisse für den Transfer**

Bernburg bewegt! ermöglichte vielfältige Erfahrungen und Erkenntnisse, die für den Transfer auf andere Gemeinwesen, in ähnliche Settings bzw. in den Zielgruppen – besser noch für die Nachnutzung durch eben diese - geeignet sind. Nachfolgend sind die wichtigsten Aspekte für den Transfer bzw. die Nachnutzung benannt:

- Die Sensibilisierung für und Ermöglichung von gesunden Lebensstilen in einer Bevölkerung(sgruppe) benötigt zum einen entsprechende Rahmenbedingungen zum anderen ein entsprechendes Klima in einem Gemeinwesen. Um dieses zu schaffen müssen Akteurinnen und Akteure unterschiedlicher Politikfelder einbezogen werden und über den eigenen Zuständigkeitsbereich hinaus die Zielsetzung zu einer gemeinsamen Vision werden lassen.
- Gesundheit kann nur dann zu einem gelebten Leitbild eines Gemeinwesens werden, wenn ihr Nutzen für alle Bevölkerungsteile erlebbar ist und Teilhabe gesichert wird.
- Nutzen muss auch für die Bündnispartner/-innen generiert werden, außerdem darf der Spaßfaktor beim gemeinsamen Wirken nicht zu kurz kommen.
- Neue Projekte sind für so einen Entwicklungsprozess nur bedingt nötig. Die Implementierung - ggf. modifizierter - qualitätsgesicherter und erfolgreicher Gestaltungsansätze

gesunder Lebenswelten und –stile ist ressourcenschonender und schneller als Neuentwicklungen. Und macht Projektmanagement und Steuerkreis relativ frühzeitig handlungssicher.

- Alle Maßnahmen müssen sich an den kommunalen Gegebenheiten orientieren und die Menschen da „abholen“ wo sie jeweils stehen.
- Die Partizipation bzw. Einbeziehung aller, institutionalisierter Lebenswelten einer Kommune sowie unterschiedlicher sozialer und Interessengruppen sichert zum einen Akzeptanz zum anderen die Verbreitung und nachhaltige Verankerung von Strukturen und Maßnahmen zur Gesundheitsförderung.
- Eine regelmäßige wertschätzende mediale Information und Kommunikation befördert den Entwicklungsansatz.
- Es bedarf eines hochprofessionellen externen Projektmanagements und angemessener personeller und finanzieller Ressourcen um in einem so kurzen Zeitraum von gut zwei Jahren gesundheitsfördernde Verhältnis- und Verhaltensänderungen in einem Gemeinwesen sichtbar und nachweisbar werden zu lassen.
- Die Projektstruktur muss von Anfang so tragfähig gestaltet werden, dass eigenverantwortliches „Weiter“-Handeln nach Projektende ermöglicht wird.
- Ein Projekt dieser Dimension und dieses Ansatzes kann nur erfolgreich sein wenn top down und bottom up gearbeitet wird. Die politischen Entscheidungsträger des Gemeinwesens müssen aktiv in die Arbeit einbezogen werden.

Auf der Projekt- bzw. Maßnahmenenebene lassen sich folgende Erfahrungen und Erkenntnisse für den Transfer festhalten:

- Ein zielgruppenspezifischer Maßnahmenmix sorgt nicht nur für eine breite Ansprache sondern ermöglicht auch die Berücksichtigung unterschiedlicher Interessen und individueller Bedingungen.
- Alle Teilprojekte können auch in anderen Gemeinwesen bzw. Settings nachgenutzt werden. Teilweise müssen sie für die spezifischen Bedingungen modifiziert werden.

Nachfolgend sind die Erfahrungen und Erkenntnisse aus den Teilprojekten für den Transfer dargestellt:

Nr.	Projekte	Transfer
1	Das geht auf die Pumpe	Der Aktionstag kann ohne großen Zusatzaufwand an jeder BbS durchgeführt werden. Er ist eine gute Basis zur Sensibilisierung Lernender und Lehrender für eine gesunde Schulentwicklung.
2+ 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Audit Gesunde KiTa</li> <li>• Audit Gesunde Schule</li> </ul>	Die Audits werden seit 2005 bzw. 2003 in mehreren Bundesländern angewandt, es ist bestens für den Transfer geeignet. Die flächendeckende Zertifizierung aller KiTas einer Gemeinde fördert den Gemeinsinn, unterstützt die Netzwerkarbeit und den Erfahrungsaustausch im Setting. Diese Form eignet sich besonders wenn die Kommune bzw. der Träger in allen ihren/seinen Einrichtungen relativ schnell eine sichtbare Qualitätsentwicklung bewirken möchte.
4	Stadtpark-Aktivpark	Für solche Projekte bedarf es eines langen Atems, sie sollten auch bei Stillstand durch ausbleibende Finanzierung nicht aus den Augen gelassen werden und Teil der Entwicklung zur Gesunden Kommune sein.
5	Campus Technicus	Gesundheitsförderung in der Ganztagschule verbunden mit früher Berufsorientierung und Steigerung der sozialen Kompe-

Nr.	Projekte	Transfer
		<p>tenzen Lernender und Lehrender ist ein Zukunftsmodell für die Schulentwicklung in Sachsen-Anhalt.</p> <p>Die Entwicklung eines neuen Schulkonzeptes bzw. die Zusammenlegung von Schulen kann sehr gut für die Implementierung von Gesundheitsförderung genutzt werden. Es ist allerdings wichtig, die sensible (Personal)Situation zu berücksichtigen und das Projektentwicklungstempo dem Schulentwicklungstempo anzupassen.</p>
6+7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Familienfreundlicher Sportverein</li> <li>• Gesundheitsfördernder Sportverein</li> </ul>	<p>Nach den beiden Landesmodellversuchen, die 2009 abgeschlossen waren, konnten die Bernburger Sportvereine einen erfolgreichen Transfer der beiden Konzepte nachweisen. Die Erweiterung der Angebotspalette und die Steigerung der Mitgliedszahlen gelangen. Die Einbeziehung von Vereinen, die das Modell erprobt haben wirkt sich positiv auf die „neuen“ Vereine aus. Ein Transfer auf andere Sportvereine im Salzlandkreis und in ganz Sachsen-Anhalt ist geplant.</p>
8	Betriebliche Gesundheitsförderung in der Schule	<p>Die Umsetzung der Betrieblichen Gesundheitsförderung in Schulen erfordert die Beteiligung der Betroffenen in besonderem Maße. Deshalb müssen ihre Interessen (Ressourcen und Belastungen) im Mittelpunkt aller Aktivitäten stehen. BGF in der Schule hat sich erneut bewährt und kann als Entwicklungsmethode auch von anderen Schulen nachgenutzt werden.</p>
9	Bewegungstreffs	<p>Mit den Bewegungstreffs gelang es, gemeinsam mit den Sportvereinen den organisierten Sport für offene Bewegungsangebote zu begeistern. Damit wird zur Umsetzung der Sportentwicklungskonzeption des LSB, insbesondere seines Breitensportkonzeptes ein Modell geschaffen, das Beispiel für andere Regionen geben kann.</p> <p>Mit unterschiedlichen Bewegungsmöglichkeiten (Gehen, Radfahren Inliner etc.) können verschiedene Zielgruppen erreicht werden. Die Anbindung der Treffs an unterschiedliche Kontexte z.B. Pausen/Arbeitszeit im Betrieblichen, Park im Wohngebiet, am frühen Nachmittag für Ältere, vormittags für KiTa-Kinder sichert hohe Erreichbarkeit und Akzeptanz.</p>
10	City Hopper	<p>Bewegungsprojekte sensibilisieren auch für gesunde Versorgungsangebote. Diese sollten als Alternativen zum Fastfood in allen Lebensmittelbereichen (Bäcker, Fleischer.) und Ernährungsanlässen/Orten (Restaurant, Grillen..) angeboten werden.</p>
11	Mach mit	<p>Mädchen und Frauen sind zwar meistens die „Gesundheitsminister“ der Familien, als Zielgruppe von Sportvereinen bedürfen sie einer separaten Ansprache und individueller nach Möglichkeit wohnortnaher Angebote.</p>
12	Fit und Vital	<p>Die Landesinitiative des Kultusministeriums zielt auf die Verbesserung der Sportangebote in allen Grund- und Förderschulen. Durch die Umsetzung in Bernburg wurde die landesweite Verbreitung unterstützt. Es ist für Kommunen sinnvoll und Ressourcenschonend, bestehende Initiativen wie Fit und Vital auf-</p>

Nr.	Projekte	Transfer
		zugreifen.
13	Klasse in Sport	Die Bundesinitiative konnte erfolgreich in Bernburg umgesetzt werden und bildet für andere Grundschulen ein Modell zur Nachnutzung, um Kindern die tägliche Sportstunde zu ermöglichen.
14+15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernen mit dem Gesundheitskoffer</li> <li>• Gesundheitskoffer „Fit von klein auf“</li> </ul>	Pädagoginnen und Pädagogen finden in den Gesundheitskoffern Anregungen für die Gestaltung eines gesundheitsfördernden KiTa- bzw. Schulalltages. Gruppen- bzw. Klassensätze mit gesundheitsfördernden Materialien unterstützen dieses Vorhaben. Gesundheitskoffer sollten generell zur didaktischen Grundausrüstung von KiTas und Schulen gehören.
16	Bewegungslandkarte	Bürgerinnen und Bürger können auf der virtuellen Bewegungslandkarte sich über Sportstätten, Bewegungsrouten und Bewegungspfade in ihrer Stadt individuell und schnell informieren. Aufwand und Nutzen stehen in einem guten Verhältnis. Andere Städte und Regionen können die Idee aufgreifen um Bewegungsaktivitäten auszulösen bzw. zu fördern.
17	Bewegungspfade und Ernährungs-oasen	<p>Die Analyse der Bewegungssituation in KiTas und Schulen brachte den beteiligten Einrichtungen neue Erkenntnisse zur Bewegungsintensität von Kindern und Lernenden. Durch individuelle Zielsetzungen z.B. Verbesserung der motorischen Fähigkeiten, Förderung des Gleichgewichtssinns oder Entwicklung von Wahrnehmungskompetenzen optimierten die Einrichtungen ihre Bewegungsangebote nach individuellen Bedarfen. Besonders empfehlenswert ist die Anlage frei verfügbarer Bewegungsräume und mobiler Spiel- und Bewegungsgeräte.</p> <p>Mit den Ernährungs-oasen gelang es, das Thema Gesunde Ernährung als Grundlage für Leistungsfähigkeit und Wohlfühlen am Arbeitsplatz Schule zu etablieren. Bei der Nachnutzung ist zu berücksichtigen, dass örtliche Rahmenbedingungen individuelle Lösungsansätze brauchen, die zusammen mit den Betroffenen erarbeitet werden sollten.</p>
18	Bewegungs- und Ernährungslotsen	Die Ausbildung von Multiplikatoren für unterschiedliche Lebensbereiche qualifiziert die Einflussnahme Gleichaltriger auf Lebensgewohnheiten. Peers sind überzeugender als Menschen anderer Gruppen.
19	Vereinspatenschaften	Vereinspatenschaften unterstützen die qualifizierte frühkindliche Bewegung und bringen Vorteile für Kita und Sportverein. Die Rahmenbedingungen sind jeweils individuell abzustimmen und festzulegen.
20	Ausgewogen und gesund kochen trotz Hartz IV	Verständnis, Kenntnisse und Grundfertigkeiten zur gesunden Ernährung sind zur Verbesserung der Chancengleichheit in Bezug auf eine gesunde Ernährung dringend notwendig. In Begegnungsstätten können solche Angebote barrierefrei unterbreitet werden.

Nr.	Projekte	Transfer
21	Familiensportplatz	Bewegungsräume für Familien zu gestalten und den Zugang zu erleichtern ist eine gelungene Form Bewegungsaktivitäten zu verbessern. Kommunen sollten langfristig neben zielgruppenspezifischen Spiel- und Sportstätten auch integrative Bewegungsorte für die ganze Familie schaffen. Das fördert den Gemeinsinn und stärkt den familiären sowie den gesellschaftlichen Zusammenhalt.
22	Fitnessraum im Stadtteilhaus	Ein offenes und kostenfreies Fitnessangebot für sozial Benachteiligte ist für ähnliche Begegnungsstätten zu empfehlen. Es bedarf aber qualifizierter Übungsleiter. Die Kooperation mit kommerziellen Anbietern ist zu empfehlen und durchaus erfolgversprechend da es sich bei der Zielgruppe nicht um die Klientel der Fitnessstudios handelt und diese ihr soziales Engagement zur Werbung nutzen können.
23	Lernen vom Besten	Das voneinander Lernen ist eine preiswerte Investition mit hoher Glaubwürdigkeit. Fortbildung und Qualifizierung von Multiplikatoren sind für eine nachhaltige Gesundheitsförderung unerlässlich. Gute Beispiele sollten verstärkt nachgenutzt werden, um nicht Ressourcen in ähnlichen Neuentwicklungen zu vergeuden.
24	Mit dem Rad zur Arbeit	Ein gelungenes Beispiel zur Nachnutzung für andere Betriebe. Der Transfer ist durch den Anbieter, die AOK gesichert.
25	Sommercamp	Sozial Benachteiligte, insbesondere arme Menschen sind häufig eine schwer erreichbare Zielgruppe. Sie benötigen eine individuelle Ansprache und relativ viel Betreuung um sie für Neues aufzuschließen. Ein Sommercamp in der Stadt kann so ein Angebot gewährleisten. Örtliche Institutionen müssen dafür sensibilisiert, mobilisiert und befähigt werden.
26	Trinkbrunnen	Das Projekt wurde 2004 in einer Kita in Sachsen-Anhalt entwickelt, erprobt und evaluiert. Bis heute sind ca. 60 Trinkbrunnen in KiTas und Schulen mit Hilfe der örtlichen Wirtschaft errichtet worden. Zur Sponsorengewinnung ist die persönliche Ansprache unerlässlich. Regionale Wasserversorger sind auf Grund ihrer Eigeninteressen als Sponsoren besonders geeignet. Es ist zu empfehlen, nicht für einen Brunnen sondern für die Unterstützung in allen regionalen Einrichtungen innerhalb der nächsten Jahre zu werben.
27	Health meets culture	Die Öffnung des Klinikums über seinen Versorgungsauftrag hin zu einem kommunalen Gesundheitszentrum, das seine Kompetenz auch zur Vorsorge, Früherkennung und Prävention einsetzen kann nutzt dem Krankenhaus und der Bevölkerung. Die Erweiterung der Blickwinkel des medizinischen Personals um die Gesundheitsförderung in ihrer Region muss mit einer Nutzenargumentation verbunden werden und den Klinikalltag berücksichtigen.

#### **14. Publikationsverzeichnis**

Schultz, Michael: Der Schulhof, ein Baustein im Konzept der Bewegten Schule. Nehmen Bewegungsangebote der Schule Einfluss auf die Raumnutzung der Schüler? Eine Spielraumanalyse auf den Schulhöfen Bernburger Grundschulen. Universität Magdeburg, 2010