60/40

KAMPAGNE FÜR MEHR BEWEGUNG

PROJEKTABSCHLUSS

Evaluation & Nachhaltigkeit
Bericht- und Erhebungszeitraum
November 2009-Mai 2013

ASKÖ

SPORT MINISTERIUM

Landeshauptmann
Hans Niessl

Wir bewegen Burgenland

Der Stellenwert des Sports ist im Burgenland in den letzten Jahren dank der großen Vielfalt an Angeboten und immer besserer sportlicher Rahmenbedingungen weiter gestiegen. Das belegen zum einen die großartigen Leistungen burgenländischer Sportlerinnen und Sportler bei nationalen und internationalen Wettbewerben, aber auch die hohe Zahl an Freizeitsportlern, von denen viele in den Vereinen des Landes regelmäßig Sport betreiben.

Dem steht allerdings auch eine leider wachsende Zahl von Menschen gegenüber, die selten oder gar keinen Sport ausüben und auch regelmäßiger Bewegung wenig abgewinnen können – vielfach wider besseres Wissen und nachdrückliche Empfehlungen von Medizinern. Bewegungsmangel, vor allem bei Kindern und Jugendlichen, ist heute ein ernstzunehmendes Problem, dessen gesundheitliche Auswirkungen für den Einzelnen und letztendlich auch für die Volkswirtschaft gravierend sind und dem sich die Politik nicht verschließen darf. Nicht zuletzt im Hinblick auf die demografische Entwicklung sind deshalb Maßnahmen, die eine gesunde, aktive Lebensweise und damit die Lebensqualität der Menschen fördern, von grundlegender Bedeutung für die Gesellschaft.

Mit der „60/40 – Kampagne für mehr Bewegung“ hat die ASKÖ Burgenland eine beispielgebende Initiative ins Leben gerufen, die größte Anerkennung verdient. Hervorzuheben ist dabei die Verankerung auf Gemeindeebene unter Einbindung der Bevölkerung und der Vereine. Sie verschafft erst der Kampagne die nötige breite Basis; wichtig scheint mir aber auch die umfassende Dokumentation, die die Grundlage für weitere bewegungsfördernde Maßnahmen in den Gemeinden des Landes bildet und so die erwünschte Nachhaltigkeit gewährleistet.

Ich möchte mich bei der ASKÖ und den Projektverantwortlichen sowie den Bewegungscoaches für ihr großes Engagement bedanken, mit dem sie die Kampagne über drei Jahre begleitet haben, ebenso bei den sieben „Bewegungs-Mustergemeinden“ und den bewegungsfreudigen teilnehmenden Bürgerinnen und Bürgern, und nicht zuletzt beim Sportministerium, das das Projekt finanziert hat.

Ich wünsche der Kampagne nachhaltigen Erfolg und hoffe, dass möglichst viele Burgenländerinnen und Burgenländer dem Beispiel nachfolgen und zu Sport und Bewegung motiviert werden.

Bundesminister
Mag. Gerald Klug

Wir bewegen Burgenland

“Wie können wir Menschen bewegen?“ - das ist eine Frage, die sich mir als Sportminister in vielfacher Weise stellt. Natürlich im Leistungssport, wenn es darum geht, Rahmenbedingungen zu schaffen, damit Österreichs junge SportlerInnen und Sportler ihrem Sport nachgehen und internationale Spitzenleistungen erbringen können.

Auf der anderen Seite - abseits vom Mediensport - stellen sich zum Teil ungleich größere Aufgaben. So zeigen aktuelle Zahlen, dass große Teile der Bevölkerung die Bewegungsempfehlung von mindestens 150 Minuten Bewegung mittlerer Intensität nicht umsetzen. Kurz gesagt: Wir bewegen und viel zu wenig.

Dies ist leider nicht nur ein statistischer Wert. Diese Tatsachen haben Auswirkungen auf die Gesundheitsstatistiken: Die Zahl übergewichtiger Menschen steigt von Jahr zu Jahr, was noch schlimmer wiegt, Bewegungsmangelerkrankungen sind im Zunehmen. Auch immer mehr Kinder sind schon von Stoffwechselerkrankungen aufgrund von Bewegungsmangel betroffen.

Sportverbände wie die ASKÖ Burgenland leisten einen zentralen Beitrag dazu, das Verhältnis von 60 Prozent „inaktiven“ und 40% aktiven umzukehren.
Als Sportminister begrüße ich alle Projekte, die sich in diesem Bereich engagieren und gratuliere allen am Projekt „ASKÖ 60/40“ beteiligten Partnern zum bisher Erreichten. Ich würde mich freuen, wenn es gelingt, den Elan aus dem Projekt in die Zukunft mitzunehmen!

Wir bewegen Burgenland

Projektleitung 60/40-Kampagne
ASKÖ Landesgeschäftsführer
Josef Rasztovits
ASKÖ Bewegungscoach
Mag. Astrid Huber-Greiner

ASKÖ Landesgeschäftsführer
Josef Rasztovits

Am Erfolg der Kampagne waren vor allem die TeilnehmerInnen aus den 60/40 Projektgemeinden maßgeblich beteiligt. Unser Dank gilt daher insbesondere den 475 GemeindebürgerInnen, die aktiv an den Angeboten der Kampagne teilgenommen haben und nun als Multiplikatoren in ihren Gemeinden das Thema Bewegung weitertragen. In diesem Sinne wünschen wir allen TeilnehmerInnen und Interessierten in den Gemeinden weiterhin viel Freude an der Bewegung und die Motivation auch „Bewegungsferne“ von regelmäßiger Bewegung zu überzeugen.

Unser besonderer Dank gilt abschließend den Bürgermeistern und den Gemeinde Bewegungscoaches für das beeindruckende Engagement und die hervorragende Zusammenarbeit, ohne die es nicht möglich gewesen wäre „60/40 – Kampagne für mehr Bewegung“ so erfolgreich umzusetzen.

ASKÖ Bewegungscoach
Mag. Astrid Huber-Greiner

Die Dokumentation des Pilotprojektes stellt eine Zusammenfassung der Aktivitäten, Ergebnisse und Erfahrungen der Kampagne dar mit dem Ziel, Schlussfolgerungen für die Praxis und für nachfolgende Projekte zu ziehen.

Die Dokumentation befasst sich im Detail mit den Grundlagen und Zielen der Kampagne, dem Projektablauf und der Projektstruktur, der Entwicklung einer koordinierenden Stelle in der Gemeinde, Gemeinde Bewegungscoach, und der Entstehung der Initiative „Wir bewegen Burgenland“ im Sinne der Nachhaltigkeit.

Die Dokumentation gibt auch Einblick in die Umsetzung der Bewegungsangebote in den Gemeinden sowie in die Ergebnisse aus Erst-, - Zwischen- und Abschlussevaluierung und beleuchtet ergänzende Maßnahmen.

Wir bewegen Burgenland

Präsident der ASKÖ Burgenland
KO LAbg. Bgm.
Christian Illedits

Beim Projekt „60/40 –Kampagne für mehr Bewegung“ des Sportministeriums hat die ASKÖ Burgenland eine Vorreiterrolle eingenommen, als Pilot-Bundesland. Das Ziel ist es, mittelfristig jene 60 Prozent, die überhaupt keine Bewegung machen, mit maßgeschneiderten Angeboten zu motivieren. Insgesamt wurde in sieben burgenländischen Gemeinden dieses Pilotprojekt über drei Jahre hinweg durchgeführt, mit dem Ziel in diesen Gemeinden für Bewegungsangebote zu sorgen, die die Menschen wollen und nutzen.
Damit soll natürlich die Nachhaltigkeit gewährleistet werden, denn wenn Bewegung bedarfsgerecht ausgerichtet ist und Spaß macht, wird das Angebot von den BürgerInnen auch angenommen. Die ASKÖ Burgenland ist nicht nur im Gesundheits- und Breitensport stets vorne mit dabei, wir haben auch bei diesem 60/40 gezeigt, wie wirkungsvoll und nachhaltig Pilotprojekte sein können.
Weil der Zuspruch in den Pilotgemeinden so groß war, hat die ASKÖ Burgenland das Konzept unter dem Titel „Wir bewegen Burgenland“ ins reguläre ASKÖ-Angebot aufgenommen. Burgenlandweit machen bereits über 40 Gemeinden bei der ASKÖ-Initiative „Wir bewegen Burgenland“ mit. Im Herbst 2013 starten wir schon in die „zweite Saison“. Die Partner-Gemeinden haben dabei einen zweijährigen Kooperationsvertrag mit der ASKÖ Burgenland unterschrieben – die BürgermeisterInnen tragen damit einen wesentlichen Teil zur Gesundheitsprävention in ihren Gemeinden bei. Ein Bewegungscoach ist in jeder Gemeinde direkter Ansprechpartner für die Wünsche und Bedürfnisse der BürgerInnen im Bewegungsbereich. Gleichzeitig ist dieser Bewegungscoach auch Bindeglied zwischen der Gemeinde und dem ASKÖ-Landesverband und hilft bei der Organisation und Umsetzung direkt vor Ort mit.

Regelmäßige Bewegung fördert nicht nur die Gesundheit des Einzelnen, sondern hat auch eine wichtige soziale Funktion. Wenn jede Gemeinde einen engagierten Bewegungscoach hat, können langfristig tolle Erfolge im präventiven Gesundheitssport gesichert werden - das ist unser großes Ziel. Mit dem Pilotprojekt „60/40 – Kampagne für mehr Bewegung“ und unserem aufbauendem Angebot „Wir bewegen Burgenland“ setzt die ASKÖ einen wichtigen Schritt hin zu mehr Bewegung der BurgenländerInnen, direkt vor Ort in den Gemeinden. Machen auch Sie mit – gemeinsam bewegen wir Burgenland!

Einleitung

Wir bewegen Burgenland

Die aktuellsten Zahlen aus der europaweit durchgeführten Eurobarometerumfrage zeigen, dass große Teile der Bevölkerung die Bewegungsempfehlung von mindestens 150 Minuten Bewegung mittlerer Intensität, je Woche, nicht umsetzen. Auch die letzte Untersuchung des Sportmonitors des Instituts für Freizeit- und Tourismusforschung unterstreicht das. Übergewicht, Haltungsschäden, Stress – immer mehr Menschen leiden im Alltag auch unter körperlichen und psychischen Belastungen. Ein unterschätztes Problem, das oft schon im Schulalter seinen Ursprung hat.
Rund zwei Drittel der ÖsterreicherInnen betreiben selten oder nie Sport. Notwendig ist ein breiter Schulterschluss zwischen organisierten Sportverbänden, den Ländern und Gemeinden, dem Gesundheitssektor und dem Bildungssektor, um Menschen zu mehr Bewegung zu ermutigen. Es braucht gemeinsame Zielsetzungen und eine Abstimmung der Maßnahmen, die wir dafür setzen. Genau dort setzt das Pilotprojekt an.

Bundesminister Mag. Norbert Darabos bei der Pressekonferenz am 2. Februar 2012 im Rahmen der ASKÖ-Burgenland Klausur in Ollersdorf, Burgenland.

Mit dem Pilotprojekt „60/40 – Kampagne für mehr Bewegung“ ist das Burgenland Vorreiter bei der Bewegungsaktivierung auf Gemeindeebene. Über die Projektdauer von drei Jahren wurden im Burgenland bis Ende 2012 sieben „Bewegungs-Mustergemeinden“ etabliert. Das vom Sportministerium finanzierte Projekt der ASKÖ Burgenland hat Vorbildcharakter für ganz Österreich.

60/40

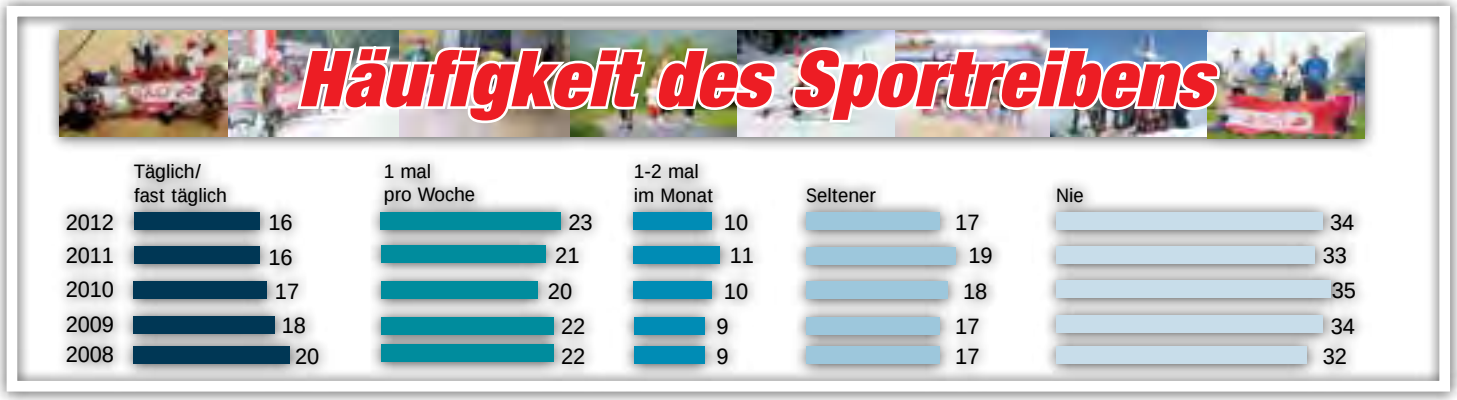
Wir bewegen Burgenland

Rahmenbedingungen und Ausgangssituation

Grundlagen und Ziele

Studie der BSO (Österreichische Bundes-Sportorganisation)
„Sport und Gesundheit“, 2000

Basis für „60/40 - Kampagne für mehr Bewegung“ war die vom Bundesministerium für Soziale Sicherheit und Generationen beauftragte und von Prof. Othmar Weiß im Jahr 2000 durchgeführte Studie der BSO (Österreichische Bundes-Sportorganisation) „Sport und Gesundheit“.
Gemäß der Studie bewegen sich nur 40 % der österreichischen Bevölkerung regelmäßig mindestens ein Mal pro Woche, 60 % bewegen sich nicht. Regelmäßige Bewegung senkt das Risiko zu erkranken und erspart der Volkswirtschaft Kosten in der Höhe von 265 Millionen Euro pro Jahr.
Regelmäßige Bewegung erfüllt wichtige Funktionen im Hinblick auf Werte- und Sinnvermittlung sowie Selbstbestätigung. Die gemeinsame Bewegung mit Gleichgesinnten erfüllt auch eine grundlegende soziale Funktion. Regelmäßige Bewegung erhöht somit die Lebensqualität in vielen Bereichen der Gesellschaft.
Die Kampagne wurde in der Zeit von November 2009 bis Anfang 2013 in sieben burgenländischen Gemeinden durchgeführt.
Die Ziele der Kampagne: Erhöhung der Selbstverantwortung und Motivation des Einzelnen im Hinblick auf gesundheitsfördernde, körperliche Aktivitäten.
Die Zielgruppe waren jeweils die Gemeindebürgerinnen und Gemeindebürger.



60/40

Wir bewegen Burgenland

Rahmenbedingungen und Ausgangssituation

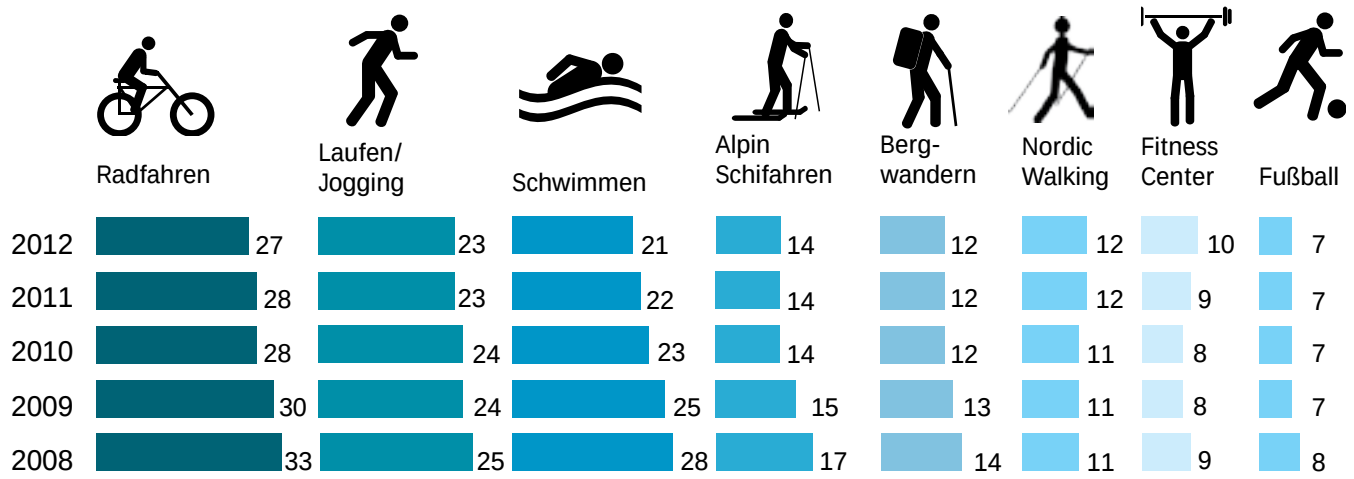
Österreicher werden sportlich inaktiver*

IMAS International, ÖVA Langzeittrend 2008-2012, Österreichische Bevölkerung ab 14 Jahren

Mehr als jeder dritte Österreicher treibt gar keinen Sport. Auch die Anzahl der sehr aktiven Sportler nimmt weiter ab, nur mehr 16 % der Österreicher sind täglich am Sporteln, hier vor allem in der Altersgruppe der 14-29-Jährigen. Radfahren ist dabei immer noch die beliebteste Sportart, gefolgt von Laufen / Jogging und Schwimmen.

Seit dem Jahre 2008 ist ein Rückgang der (fast) täglich Sporttreibenden in Österreich festzustellen. Sind es 2008 noch ein Fünftel der Österreicher, so haben 2012 nur noch 16 % eine Sportart sehr regelmäßig ausgeführt. Immerhin fast jeder Vierte (23 %) gibt aber an,
zumindest einmal die Woche Sport zu betreiben. Insgesamt sind somit 39% mindestens einmal die Woche sportlich aktiv. Zu den unregelmäßig Sportaktiven sind 27 % der Österreicher zu zählen (davon 10 % ein- bis zweimal im Monat, 17 % noch seltener). Mit Sport gar nichts am Hut haben 34 % der Österreicher, somit zwei Prozentpunkte mehr als noch 2008.
Der deutlichste Rückgang ist in der Altersgruppe der 14-29-Jährigen zu verzeichnen (sechs Prozentpunkte zu 2008). Dennoch hat diese Altersgruppe mit 20 % täglicher Aktivität die größte Sportaffinität.
Es ist eine Verschiebung zu regelmäßigem, wenn auch nicht täglichem Sporttreiben, festzustellen: von den 14-29-Jährigen treiben 34 % einmal pro Woche Sport, somit vier Prozentpunkte mehr als noch 2008. Die Gruppe der 30-39-Jährigen hat dagegen die größte Zunahme an Sport-Verweigerern (fünf Prozentpunkte mehr als 2008, aktuell 27 %). Der größte Anteil an Sport-Ablehnern ist erwartungsgemäß in der Altersgruppe 60-Jahre und älter mit 53 % zu konstatieren.
Betrachtet man die Sporthäufigkeit unter Berücksichtigung psychographischer Faktoren des Einkaufsverhaltens, so ist festzustellen, dass vor allem „Luxusliebhaber“ und „Markenbewusste“ zu den Sportaffinen gehören, „Traditionalisten“ eher zu den Sport-Ablehnern. Ähnlich verhält es sich

Betriebene Sportarten



beim Wohnort: Städter treiben häufiger Sport als Personen, die auf dem Land wohnen.

Die beliebteste Sportart ist nach wie vor das Radfahren, jedoch geht der Anteil an Radfahrern in Österreich seit 2008 um sechs Prozentpunkte auf 27 % zurück. Am deutlichsten ist der Rückgang dabei in der Altersgruppe der 14-29-Jährigen (10 Prozentpunkte auf 29 %). Auf Platz 2 folgt das Joggen: 23 % der Österreicher geben an zu laufen bzw. zu joggen (2008:25 %).
Auch Schwimmen hat seit 2008 an Reiz verloren: Betrieben 2008 noch 28 % diese Sportart, so sind es 2012 nur noch 21 %. Beim Schifahren ist ein kleinerer Rückgang um 3 Prozent-
punkte auf 14 % festzustellen. Schifahren wird dabei grundsätzlich eher von Österreichern mit höherer Bildung bzw. höherem Einkommen betrieben. Bergwandern und Nordic Walking wird von jeweils 12 % ausgeübt, letzteres vor allem von Personen, die am Land wohnen. Jeder Zehnte Österreicher ist im Fitness Center aktiv. Diesem Sport gehen besonders Bewohner der Landeshauptstädte nach.
Fußball wird von 7 % gespielt, vor allem von 14-29-Jährigen (18 %). Als weitere Sportarten sind noch zu nennen: Tennis (6 %), Eislaufen (6 %), Schilanglauf (4 %), Inlineskaten (4 %), Reiten (2 %), Golf (1 %), Tauchen (1 %) und andere.

*Auszüge aus der Österreichischen Verbraucheranalyse (ÖVA) Nr. 7/2013 http://imas.at/index.php/de/produkte/oeva
Basis: ÖVA Langzeitmessung 2008 - 2012
Zeitraum der Umfrage: September bis Juni in den Jahren 2008 – 2012 Sample (Auswahl): n=8.000 Personen Umfrage, statistisch repräsentativ für die österreichische Bevölkerung ab 14 Jahren, Quotaauswahl (nichtzufälliges Auswahlverfahren zur Gewinnung einer Stichprobe, Teilerhebung), face-to-face.

60/40

Wir bewegen Burgenland

Rahmenbedingungen und Ausgangssituation

Tägliche Turnstunde an ganztägigen Schulen (seit 24.4.2013)

Die Österreichische Bundes-Sportorganisation (BSO) hat mit Unterstützung von 60 Fachverbänden des Österreichischen Olympischen Komitees (ÖOC) und den drei Dachverbänden (ASKÖ, ASVÖ und Sportunion) eine österreichweite Unterschriftenaktion für die Einführung der „täglichen Turnstunde“ in Kindergärten und Schulen initiiert (ab 7.9.2012).

Ab sofort (24.4.2013) gibt es noch mehr Bewegung und Sport an unseren Schulen. Dafür sorgt Bildungsministerin Claudia Schmied mit einem 10-Punkte-Programm, das unsere Schülerinnen und Schüler Schritt für Schritt fit macht. An allen ganztägigen Schulformen wird es ab sofort verpflichtend die tägliche Turnstunde geben.

Sowohl in der schulischen Tagesbetreuung als auch in den verschränkten Ganztagsschulen wird es damit verpflichtend tägliche Sport- und Bewegungseinheiten geben. Per Erlass des Bundesministeriums für Unterricht, Kunst und Kultur (BMUKK) wird „ein Minimum von 5 Stunden pro Woche an Bewegung und Sport in allen Jahrgängen in ganztägigen Schulformen garantiert.“ Derzeit besucht bereits rund ein Fünftel aller Schülerinnen und Schüler bis 14 Jahre ganztägige Schulformen.

Auszüge aus: http://www.spoe.at/taegliche-turnstunde-fix.html (28.4.2013)

60/40

Wir bewegen Burgenland

Projektablauf und Projektstruktur

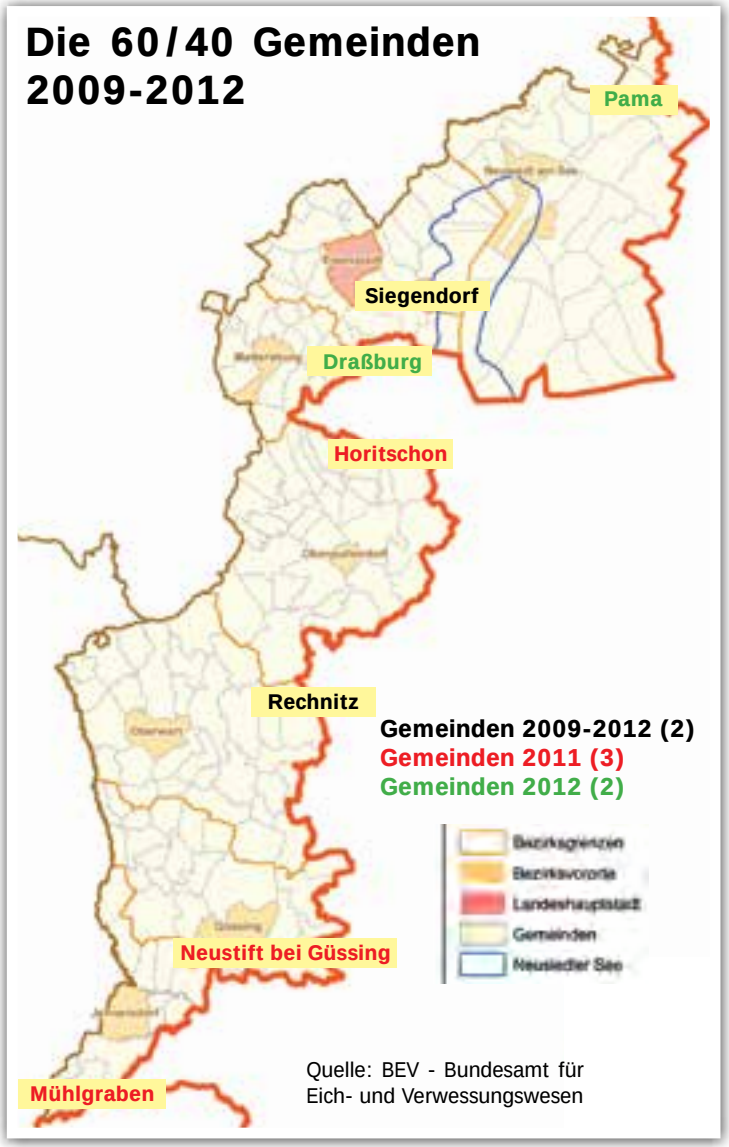
Klare Strukturen

Die ASKÖ, Landesverband Burgenland, als Projektträgerin hat organisatorische und inhaltliche Aufgaben zur Umsetzung der Kampagne übernommen.

Die Aufgaben der Gemeinden waren vor allem die Zusammenarbeit und Unterstützung auf struktureller sowie auch auf funktionaler Ebene.
Die Zusammenarbeit erfolgt durch die Einbindung der Bevölkerung, durch die Mitarbeit der ansässigen Vereine, Vereinigungen und Bewegungszusammenschlüsse sowie durch die koordinativen Tätigkeiten der Gemeinde- Bewegungscoaches.

Der Projektablauf in den Gemeinden wurde jeweils zu Beginn, wie auch nach der Umsetzung der Bewegungsangebote sowie nachhaltig zu Ende des Gesamtprojektes durch Erhebungen begleitet.

Die erreichten Ergebnisse und die gewonnenen Erfahrungen wurden in Form von Berichten (Erst-, Zwischen- und Abschlussevaluierung) dokumentiert.



60/40

Wir bewegen Burgenland

Die Gemeinden von 2009 - 2012

Gemeinden, Bürgermeister, Gemeinde Bewegungscoaches und die teilgenommenen Vereine, Bewegungszusammenschlüsse
Stand: zur Zeit der Umsetzung der Kampagne in der jeweiligen Gemeinde

Marktgemeinde Rechnitz , 12/2009-06/2010
Anzahl der EinwohnerInnen: 3.144
Anzahl der Haushalte: 1.150
Bgm. Engelbert Kenyeri
Tel.: 03363/79 202
E-Mail: bgm.kenyeri@rechnitz.bgld.gv.at

Gemeinde Bewegungscoach: Fritz Weiss

Vereine, Bewegungszusammenschlüsse
ASKÖ Eisschützenverein Rechnitz, ASKÖ High 5 Rechnitz, ASKÖ Landesverband Hopsi Hopper, ASKÖ Sportverein Rechnitz, ASKÖ Tennisclub Rechnitz, Altherrensportverein, CDC, Damengymnastikverein, Hantel- und Fitnessclub Rechnitz, Osteoporose Selbsthilfegruppe

Gemeinde Siegendorf

Marktgemeinde Siegendorf 07-12/2010

Anzahl der EinwohnerInnen: 2.946, Anzahl der Haushalte: 1.250

Landtagspräsident Bgm. Gerhard Steier

Bürgermeister in Folge, Mag. Rainer PORICS

Tel: (+43) 02687/48261

Email: post@siegendorf.bgld.gv.at

Gemeinde Bewegungscoach:

Natascha Springsits

in Folge Ines Springsits

Vereine, Bewegungszusammenschlüsse

SKÖ Sportkegelklub Siegendorf, ASKÖ-Dartclub Cafe & Bar Siegendorfer, ASKÖ-TC-Siegendorf, ASV Siegendorf, DC-Pannonia Siegendorf, Kultur und Sportverein Simea Siegendorf - Darts, Modellflugclub Siegendorf, PVÖ OG Siegendorf, Sportfischerverein Siegendorf/Steinbrunn

Marktgemeinde Horitschon, 01-06/2011

60/40

Wir bewegen Burgenland

Die Gemeinden von 2009 - 2012

Anzahl der EinwohnerInnen: 1.906
Anzahl der Haushalte: 800

Bgm. Peter Heger
Tel: (+43) 0 2610 / 42241
bgm.heger@horitschon.at
Gemeinde

Bewegungscoach:
Gerhard Aminger

Gemeinde Bewegungscoach:
Friederike Petschowitsch

Vereine, Bewegungszusammenschlüsse
ARBÖ Horitschon, ASKÖ Club Aktiv Horitschon, ASK eco puls Horitschon-UP, Laufclub Horitschon, Sportfischerverein Horitschon, Sportkegelclub Horitschon, Tennisclub Horitschon, Tennisclub Unterpetersdorf, Union Horitschon, Fit in Horitschon (Bewegungszusammenschluss)

Gemeinde Neustift

Gemeinde Neustift bei Güssing, 07-12/2011
Anzahl der EinwohnerInnen: 507
Anzahl der Haushalte: 260
Bgm. Franz Kazinota
Tel: (+43) 03322 / 42668-16
E-Mail: post@neustift-guessing.bgld.gv.at

Gemeinde Bewegungscoach: Gerald Weber

Vereine, Bewegungszusammenschlüsse
Sportverein ASKÖ-Kickers Neustift, Bewegungszusammenschluss Nordic Walking, Die Bienenfresser, Pensionistenverband Neustift b. Güssing, DART CLUB-Neustift/G.

Gemeinde Mühlgraben

Naturparkgemeinde Mühlgraben, 07-12/2011
Anzahl der EinwohnerInnen: 430
Anzahl der Haushalte: 180

Bgm. Ing. Reinhard Knaus
Tel: (+43) 03329/30031
E-Mail: post.muehlgraben@bgld.gv.at

Gemeinde Bewegungscoach: Helmut Weber

Vereine, Bewegungszusammenschlüsse
ASKÖ Tennisverein Mühlgraben, Black Eagle Bowhunters, Paintball Verein Mühlgraben, Sportverein Mühlgraben, Verein der Pferdefreunde

60/40

Wir bewegen Burgenland

Die Gemeinden von 2009 - 2012

Gemeinde Draßburg

Gemeinde Draßburg, 01-06/2012
Anzahl der EinwohnerInnen: 1.150
Anzahl der Haushalte: 480

LAbg KO Bgm. Christian Illedits

Bürgermeister in Folge, Mag.(FH) Rudolf Ivancsits
Tel: (+43) 0 2686 / 5007
E-Mail: post@drassburg.bgld.gv.at

Gemeinde Bewegungscoach: Ingrid Haider

Vereine, Bewegungszusammenschlüsse
ASKÖ Tennisclub Draßburg, ASV Draßburg, Gesundes Dorf, Musikverein Draßburg, Naturfreunde Draßburg, Österr. Pensionistenverband - Ortsgruppe Draßburg

Gemeinde Pama

Gemeinde Pama, 07/2012-12/2012
Anzahl der EinwohnerInnen: 1.090
Anzahl der Haushalte: 430
Bgm. Josef Wetzelhofer
Tel: (+43) 0 2142 / 52 21
E-Mail: post@pama.bgld.gv.at

Gemeinde Bewegungscoach: Manfred Bugnyar,

in Zusammenarbeit mit allen Bewegungsinitiativen der Gemeinde Pama

60/40

Wir bewegen Burgenland

Die Erstevaluierung in den Gemeinden

Zu Beginn wurde in jeder Gemeinde eine Erhebung mittels Fragebogen bezüglich der Bewegungsgewohnheiten und sportlichen Aktivitäten sowie Interessen der Einwohnerinnen und Einwohner durchgeführt. Gleichermaßen wurden bestehende Angebote von Vereinen, Vereinigungen/Bewegungs-Zusammenschlüssen erhoben, ausgewertet und in einem Bericht dokumentiert.
Als Erhebungsinstrument wurde ein Fragebogen eingesetzt, der „Bewegungsfragebogen“, der von den Gemeinden an alle Haushalte übermittelt wurde.
Die Übermittlung der Fragebögen erfolgte in jeder der sieben Gemeinden auf unterschiedliche Art.

Folgende Möglichkeiten der Übergabe der Fragebögen an die GemeindebürgerInnen wurden von den Gemeinden gewählt:

- Übersendung der Fragebögen mit den Mitteilungsblättern oder Gemeindezeitungen
- Übersendung der Fragebögen in Form einer Extra-Ausgabe, z. B. Flugblatt
- Persönliche Übergabe der Fragebögen an die Haushalte/GemeindebürgerInnen durch GemeindemitarbeiterInnen, Vereinsmitglieder oder den Bewegungscoach
- Der Fragebogen stand in einigen Gemeinden zusätzlich als Download auf der Gemeindehomepage zur Verfügung.

Folgende Möglichkeiten der Einholung der Fragebögen von den GemeindebürgerInnen wurden von den Gemeinden gewählt:

- Es wurden Abgabemöglichkeiten in Form von vor Ort aufgestellten Boxen bei gut frequentierten Einrichtungen, Dienstleistern, Gewerbetreibenden und den Gemeinden geschaffen.
- Alternativ wurden von einigen Gemeinden die ausgefüllten Fragebögen wieder persönlich von GemeindemitarbeiterInnen, Vereinsmitgliedern oder vom Gemeinde Bewegungscoach abgeholt. Der Prozess des Abholens wurde von den GemeindebürgerInnen oftmals zur Unterstützung für die Beantwortung der Fragen genutzt und um detaillierte Informationen zur Kampagne und zum Ablauf in der Gemeinde zu erhalten. Diese Form des Einholens der ausgefüllten Fragebögen wurde vorallem von den kleineren Gemeinden gewählt.

Zwischen Abgabe und Einholung der Fragebögen lag ein Zeitraum von 7-10 Tagen.

Die Anzahl des Rücklaufes der ausgefüllten Fragebögen wurde von folgenden Parametern bestimmt:
Von der Regelmäßigkeit und Häufigkeit der erscheinenden Mitteilungsblätter bzw. Gemeindezeitungen und den Gewohnheiten der GemeindebürgerInnen sich durch diese Kommunikationsmittel über Aktuelles in der Gemeinde zu informieren, von der Häufigkeit der Frequenz an der Abgabestellen in diesem Zeitraum, vom Zeitpunkt der Aussendung (vor Feiertagen, Urlaubs-, Ferienzeit und den Jahreszeiten).

Mittels Fragebogen wurden einerseits quantitative Daten erhoben, die GemeindebürgerInnen waren aufgefordert, einzelne Items danach zu bewerten, wie zutreffend sie die jeweilige Aussage beurteilen. Andererseits wurde im Fragebogen auch die Möglichkeit gegeben Antworten in Textform einzubringen.
Schließlich wurden auch Daten betreffend die Angebote an Bewegungsaktivitäten in der Gemeinde sowie Rahmenbedingungen, Information und Struktur erhoben.

Die Antwortmöglichkeit in Textform wurde wenig bis kaum genutzt, die Aussagekraft der Antworten war folglich eher gering.

Anschließend erfolgte die Eingabe und Aufbereitung der Daten sowie Darstellung und Resümee der Ergebnisse. Die Ergebnisse wurden jeweils in einer Kurzform (für die Präsentation in der Gemeinde, Gemeindezeitung, Websites der Gemeinde und der ASKÖ Burgenland und Pressekonferenzen) und in einem ausführlichen Evaluationsbericht festgehalten. Der Evaluationsbericht umfasste die detaillierten Ergebnisse der Erhebung, das Procedere der Kampagne, Angaben über den Rücklauf und das Resümee sowie Beilagen (Gemeindezeitungen, Mitteilungsblätter, Flugblätter).

Die Einwohnerzahlen in den sieben Projektgemeinden lagen zwischen 430 und 3.144. Der Rücklauf der Fragebögen der Erstevaluierung lag zwischen 3 % und 22 %, wobei erwähnenswert ist, dass je kleiner die Einwohnerzahl der Gemeinde war, desto höher war die Rücklaufquote.

Insgesamt haben **501 GemeindebürgerInnen** aus den sieben 60/40 Partnergemeinden den Bewegungsfragebogen für die Erstevaluierung ausgefüllt.

60/40

Wir bewegen Burgenland

Die Erstevaluierung in den Gemeinden

Die gesammelten Ergebnisse der Erstevaluierung aus den 60/40-Gemeinden

Die GemeindebürgerInnen aus den sieben 60/40 Gemeinden

- üben an **4 Tagen** pro Woche körperliche Aktivitäten wie z. B. schnelles Gehen, Gartenarbeiten, Radfahren aus
- sind an jedem dieser 4 Tage **1,50** Stunden körperlich aktiv
- betreiben an **2 Tagen** pro Woche Sportarten, z. B. Laufen, Nordic Walking ...
- sind durchschnittlich an jedem dieser 2 Tage **1 Stunde** sportlich aktiv
- planen zu **54 %** in den nächsten Wochen und Monaten das Ausmaß Ihrer körperlichen Aktivitäten zu erhöhen
- würden gerne die folgenden körperlichen/sportlichen Aktivitäten erlernen bzw. kennenlernen: Aerobic, Ballspiele, Gymnastik, Laufen, Nordic Walking, Pilates, Radfahren, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Tischtennis, Turnen, Yoga, Zumba
- finden die gegenwärtigen Angebote in ihren Gemeinde **„gut“**
- finden zu 65 %, dass die Informationen zum Angebot in der Gemeinde (Vereinen, Aktionen) ausreichend waren

- haben folgende **Vorschläge und Kritikpunkte zu den Bewegungsangeboten und Rahmenbedingungen** in ihren Gemeinden: Informationen zu Bewegungsangeboten an alle Haushalte, auf der Gemeinde-Website, in der Gemeindezeitung, in den Schaukästen; mehr Anlaufstellen für Informationen zu den Bewegungsangeboten; mehr Informationen zu den Bewegungsangeboten der Vereine; Informationen zu Angeboten von Privatpersonen; Vorinformationen zu den Kursangeboten; Bewegungsangebote für Gruppen (Familien, Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Senioren, Fitnesspark; mehr Bewegungsangebote in der Schule; Bewegungsangebote zum Thema „Tanzen"; Rad-, Lauf- und Wanderstrecke mit Streckenplan; Nordic Walking und Laufarena als beleuchtete Strecke; Sport- und Veranstaltungshalle; Fitnessraum mit Geräten.
- sind mit ihrer körperlichen Gesundheit **„zufrieden"**
- sind mit Ihrer Ernährung **„zufrieden"**
- finden das Ausmaß ihrer Stressbelastung **„mittelmäßig"**
- interessieren sich für folgende Themen in Theorie und Praxis: **Abnehmen und Muskelaufbau, Ballspiele, BIA-Analyse, Fit-Check, Ganzkörperkrafttraining, Gesunde Ernährung, Gesunder Rücken, Muskelfunktionstest, Nordic Walking, Paket „Testen und Bewegen", Radfahren, Tennis, Volleyball, Yoga, Zumba**

60/40

Wir bewegen Burgenland

Bewegungsangebote und Teilnahmen in den einzelnen Gemeinden

Dem Ergebnis der Erstevaluierung entsprechend wurden von der ASKÖ spezielle Angebote entwickelt, die in Zusammenarbeit mit der Gemeinde und den Vereinen angeboten worden sind. In den sieben Gemeinden nahmen **475 TeilnehmerInnen** an den Bewegungsangeboten der Kampagne teil.

Rechnitz, 148 TeilnehmerInnen
Ganzkörper Muskelaufbautraining (30 TeilnehmerInnen)
Impulsreferat „Gesunde Ernährung“ (30 TeilnehmerInnen)
Mobiler Fit-Check (60 TeilnehmerInnen)
BIA-Analyse (28 TeilnehmerInnen)
Fahrräder für die Gemeinde (Anzahl: 10)

Siegendorf, 80 TeilnehmerInnen
Ganzkörper Muskelaufbautraining mit Schwerpunkt Wirbelsäulentraining und Entspannung (30 TeilnehmerInnen)
Workshop „Regelmäßige Bewegung und Gesunde Ernährung“ (30 TeilnehmerInnen)
BIA-Analyse (20 TeilnehmerInnen)
Fahrräder für die Gemeinde (Anzahl: 10)

Horitschon, 80 TeilnehmerInnen
Zumba (48 TeilnehmerInnen)
BIA-Analyse und Muskelfunktionstest (32 TeilnehmerInnen)
Fahrräder für die Gemeinde (Anzahl: 10)

Neustift/Güsssing, 42 TeilnehmerInnen
Muskelaufbau durch Kraft- und Ausdauertraining (22 TeilnehmerInnen)
Nordic Walking (20 TeilnehmerInnen)
Fahrräder für die Gemeinde (Anzahl: 5)

Mühlgraben, 28 TeilnehmerInnen
Tenniskurs für Kinder (13 TeilnehmerInnen)
Individuell abgestimmtes Muskelaufbautraining und Gesunde Ernährung (15 TeilnehmerInnen)
Fahrräder für die Gemeinde (Anzahl: 5)

Draßburg, 55 TeilnehmerInnen
Volleyball für Anfänger (17 TeilnehmerInnen)
Paket „Testen und Bewegen“ (22 TeilnehmerInnen)
Yoga für Erwachsene (16 TeilnehmerInnen)
Fahrräder für die Gemeinde (Anzahl: 10)

Pama, 42 TeilnehmerInnen
Paket „Testen und Bewegen“ (30 TeilnehmerInnen)
Qigong (12 TeilnehmerInnen)
Fahrräder für die Gemeinde (Anzahl: 10)

60/40

Wir bewegen Burgenland

Ergänzende Angebote im Rahmen der Kampagne

Die Internet-Plattform

Die Internet-Plattform sollte einerseits die Möglichkeit bieten, **Informationen zu den aktuellen Bewegungsangeboten in den 60/40 Partnergemeinden** abrufen zu können.

Die in den Gemeinden ermittelten Bewegungs-Angebote durch den Gemeinde Bewegungscoach konnten auf die ASKÖ Website gestellt und dort laufend aktualisiert werden.

Andererseits sollte die **Internet Plattform eine Anfragemöglichkeit zu den Themen Bewegung, Gesundheit und Ernährung** bieten. Die Plattform wurde von einem Expertenteam, einem Mediziner, Sportwissenschaftler, Ernährungswissenschaftlerin sowie einer Trainerin betreut.

Diese beiden ergänzenden Angebote wurden wenig angenommen.

Die **Erhebung von Bewegungsangeboten** in den Gemeinden benötigte anfänglich jede Menge Überzeugungsarbeit, ebenso die Aktualisierung der erhobenen Daten auf der ASKÖ Burgenland Website.
Im Laufe der Kampagne schien eine Aktualisierung auf der gemeindeeigenen Website als praktikablere Lösung. Letztlich wurde auch diese wenig bis kaum durchgeführt.

Während der Umsetzungsphase verfügte jede Gemeinde über eine **Verlinkung mit der Website der ASKÖ Burgenland**.

Gegenwärtig (Stand Mai 2013) werden in nur einer Gemeinde alle Bewegungsangebote auf der Gemeinde Website angegeben und keine der 60/40 Gemeinden verfügt über eine Verlinkung zur ASKÖ Website.

Dieses Ergebnis aus 60/40 gilt es im Sinne der Nachhaltigkeit im Rahmen von „Wir bewegen Burgenland“ jeweils zu analysieren und einer geeigneten Lösung zuzuführen.

Für die Anfragemöglichkeit auf der Internetplattform gilt die Überlegung zur Weiterführung sowie eine intensive Bewerbung dieser, vor allem bei den ASKÖ Kooperationspartnern, im Sinne der Nachhaltigkeit.

Fahrräder für die Gemeinden

Den teilnehmenden Gemeinden wurden im Rahmen der Kampagne kostenlose Fahrräder für die Gemeindebevölkerung zur Verfügung gestellt. Die GemeindebürgerInnen sollen dahingehend motiviert werden kurze Wege in der Gemeinde mit den Fahrrädern zu erledigen und die Fahrräder für Ausflüge in der Umgebung bzw. Radtouren zu nutzen. Als Zielsetzung gilt hier eine Erhöhung des Ausmaßes an regelmäßiger Bewegung.
Mehr Informationen dazu gibt es in den gesammelten Ergebnissen der Abschlussevaluierung.

60/40

Wir bewegen Burgenland

„Wir bewegen Burgenland“ und der Gemeinde-Bewegungscoach

Das 60 / 40 Gewinnspiel „Partner werden und gewinnen“

Im Zeitraum von 9. Juni bis 15. Dezember 2011 hatten alle burgenländischen Gemeinden die Möglichkeit an dem Gewinnspiel teilzunehmen und in weiterer Folge die Bewegungsangebote der ASKÖ Burgenland kennenzulernen sowie eine Kooperationspartnerschaft im Rahmen der Initiative „Wir bewegen Burgenland“ einzugehen.

Die Preisverleihung fand im Rahmen einer feierlichen Veranstaltung am 24. November 2011 im Sozialzentrum der Gemeinde Neutal statt.

Die Gewinnergemeinden und die Preise

Neutal : E-Bike „Eco-Line“ der Firma Leier im Wert von € 1.600,-
Weingraben: Paket „Testen und Bewegen“ für 10 Personen, im Wert von € 500,-
Großpetersdorf: Paket „Testen und Bewegen“ für 10 Personen, im Wert von € 500,-
Stoob: Paket „Testen und Bewegen“ für 10 Personen, im Wert von € 500,-
Neustift/Lafnitz, Bernstein, Mattersburg je ein Fahrrad im Wert von € 350,-
Neutal: ein Elektrofahrrad im Wert von € 1.500,-

Wir bewegen Burgenland

Der Gemeinde-Bewegungscoach

Unter dem Motto „Wir bewegen Burgenland“ startete die ASKÖ Burgenland im Sinne der Nachhaltigkeit mit oben genanntem Gewinnspiel eine landesweite Initiative für mehr Bewegung in burgenländischen Gemeinden mittels maßgeschneiderten und bedarfsorientierten Angeboten für die GemeindebürgerInnen.
Im Mittelpunkt stehen die Erfassung der Bedürfnisse der Bevölkerung und die Vernetzung mit bereits bestehenden Bewegungsangeboten mit dem Ziel, die vielfältigen Bewegungsangebote auf Gemeindeebene über den landesweit organisierten Dachverband bedarfsorientiert auszurichten.

Zudem sollen im Rahmen der neuen Initiative **in jeder Partner-Gemeinde ein Bewegungscoach als direkter Ansprechpartner für die BürgerInnen** installiert werden. Die Aufgabenbereiche des Gemeinde-Bewegungscoaches sind vor allem das Networking und die organisatorische Unterstützung der Gemeinde und auch der ASKÖ Burgenland.

Die Broschüre zur Initiative „Wir bewegen Burgenland“ wurde im Juni 2011 im Rahmen einer Pressekonferenz vorgestellt und anschließend an alle Gemeinden des Burgenlandes versendet. In einer Beilage, die sich an die BürgermeisterInnen und VizebürgermeisterInnen richtete, wurde einerseits die Kampagne 60/40 inhaltlich erläutert und andererseits die Möglichkeit einer Partnerschaft zur Durchführung von Bewegungsangeboten, Installierung eines Gemeinde-Bewegungscoaches, Durchführung von Evaluierungen und die Nutzung der Internetplattform dargestellt. Die Gemeinden wurden zudem eingeladen sich am Gewinnspiel zu beteiligen.

Die 15-seitige Broschüre mit einleitenden Worten von Landeshauptmann Hans Niessl, Bundesminister Mag. Norbert Darabos, ASKÖ Burgenland Präsident KO LAbg. Bgm. Christian Illedits und Gesundheitslandesrat Dr. Peter Rezar steht unter der Internetadresse www.askoe-burgenland.at als Download bereit.

60/40

Wir bewegen Burgenland

„Wir bewegen Burgenland“ und der Gemeinde-Bewegungscoach

Ziele der Installation eines Gemeinde-Bewegungscoaches in jeder Gemeinde

Die Initiative „Wir bewegen Burgenland“ hat zum Ziel, die BürgerInnen in den Gemeinden des Burgenlandes langfristig zu regelmäßiger Bewegung zu ermutigen und zu motivieren. Diese Aufgabe erfordert, dass die Bedürfnisse der GemeindebürgerInnen im Bewegungsangebot berücksichtigt werden. Denn nur Angebote, die den Bedarf auch decken, werden angenommen und können langfristig etabliert werden.

Darum ist es wichtig, einen fach- und ortskundigen Verantwortlichen vor Ort zu haben, der Kontakte zur Bevölkerung pflegt und weiß, wo Bedürfnisse bzw. Interessen und vielleicht sogar Probleme und Schwachstellen im gemeindeeigenen Bewegungsbereich liegen.

Gemeinsam mit dem ASKÖ-Team kann der Bewegungscoach einiges „bewegen“. Die Kompetenz- und Aufgabenbereiche sind vielfältig und spannend, geben Raum und Platz für neue Ideen und bieten einen neuen Einblick in die Welt des Breitensports.

Bei der Pressekonferenz am 2.2.2012 in Ollersdorf wurde von Bundesminister Mag. Norbert Darabos und ASKÖ Präsident KO LAbg. Christian Illedits das Diagramm des Gemeinde-Bewegungscoaches präsentiert.

Hilfestellung und Anerkennung ASKÖ als Partner

Der Bewegungscoach ist in der Gemeinde keineswegs auf sich allein gestellt. Für Fragen, Hilfestellungen sowie Anregungen und Informationen kann das ASKÖ-Team jederzeit kontaktiert werden.

So können zum Beispiel gemeinsam Kurse oder Workshops organisiert werden, die den Bedürfnissen der GemeindebürgerInnen zu 100% entsprechen. Die ASKÖ Burgenland unterstützt sie in allen Belangen.

Seminare für Bewegungscoaches

Die von der ASKÖ organisierten Veranstaltungen für sämtliche Bewegungscoaches der teilnehmenden Gemeinden bieten eine optimale Plattform um Kontakte zu knüpfen und das Netzwerk der ASKÖ zu nutzen.

Sonstige Vorteile

- Schulungen/Vorträge zu den verschiedensten Themen
- Offizielle Urkunde vom Bundesministerium für Landesverteidigung und Sport, unterzeichnet durch Minister Norbert Darabos, Landeshauptmann Hans Niessl, ASKÖ Präsident Christian Illedits
- Ausstattung durch den ASKÖ Burgenland (limitiert auf die 20 ersten Bewegungscoaches)

Die Aufgabenbereiche der Gemeinde-Bewegungscoaches

Koordination von Bewegungsterminen

Das Bewegungsangebot in den Gemeinden ist häufig unübersichtlich und auch zeitlich ungenügend abgestimmt. Ursache dafür ist meist das Fehlen einer zentralen Anlauf- und Koordinationsstelle.

Durch ein Zusammenführen aller Bewegungsangebote und Termine können Überangebote angepasst und zeitliche „Löcher“ mit neuen und attraktiven Angeboten gefüllt werden.

Als Bewegungscoach ist hier Handeln gefragt um einen Überblick zu schaffen. Sämtliche Termine der ortsansässigen Vereine und Bewegungsgruppen werden von dieser Position zentral zusammengefasst und koordiniert.

60/40

Wir bewegen Burgenland

„Wir bewegen Burgenland“ und der Gemeinde-Bewegungscoach

Die Aufgabenbereiche der Gemeinde-Bewegungscoaches

Aktualisierung der Bewegungstermine / Trainingseinheiten

Sind die Bewegungstermine der Gemeinde vom Bewegungscoach erst einmal erfasst, sollen diese nun allen BürgerInnen zugänglich gemacht werden.

Der nächste Schritt für den Bewegungscoach besteht nun darin, die gesammelten Angebote übersichtlich auf der Homepage der Gemeinde aufzulisten und zukünftig auch aktuell zu halten.

Zusätzlich können die Bewegungstermine auch auf der ASKÖ-Homepage eingestellt werden bzw. verlinkt werden.

Ziel ist, der Bevölkerung den Zugang einfach und unkompliziert zu ermöglichen.
Aus der Angebotsfülle kann damit mit geringem Aufwand das passende Programm ausgewählt werden.

Organisatorische und praktische Unterstützung bei der Durchführung von ASKÖ-Packages

Um die im Kooperationsvertrag festgelegten Bewegungspakete der ASKÖ Burgenland in der Gemeinde optimal umsetzen zu können, ist es wichtig einen kompetenten Ansprechpartner vor Ort zu haben. Der Bewegungscoach hat die nötige Erfahrung und verfügt über wichtige Ortskenntnisse. Zudem kennt er die Bedürfnisse bzw. Interessen seiner MitbürgerInnen.

Im Speziellen enthält diese Aufgabe auch die Bewerbung der Angebote, die Koordination der Termine und die Unterstützung bei der räumlichen Durchführung.

Bei einer guten Zusammenarbeit zwischen dem Bewegungscoach und der ASKÖ steht einer perfekten Durchführung der Packages nichts im Wege.

Im Rahmen des ASKÖ Landestages im November 2012 erhielten die ersten 20 Bewegungscoaches in Mattersburg ihre Ausstattung.

AnsprechpartnerIn für bewegungsinteressierte GemeindebürgerInnen

Ob Trendsportarten aus Übersee (z.B. Zumba und Slacklining) oder altbewährte Bewegungsangebote wie Rückengymnastik: oft wissen Bewegungsinteressierte nicht wo und wie sie Bewegungsangebote in Anspruch nehmen bzw. neue Angebote anregen können.

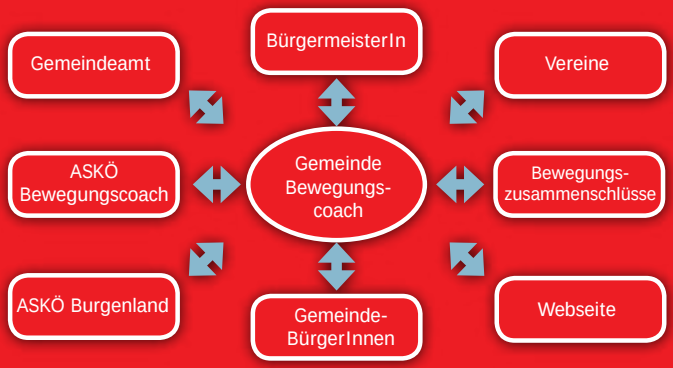
Genau dabei kann ihnen der Bewegungscoach behilflich sein. Er hat einen Überblick über das aktuelle Angebot in der Gemeinde und kann auch in Zusammenarbeit mit der ASKÖ auf jede Nachfrage mit neuen Kursen und Workshops reagieren.

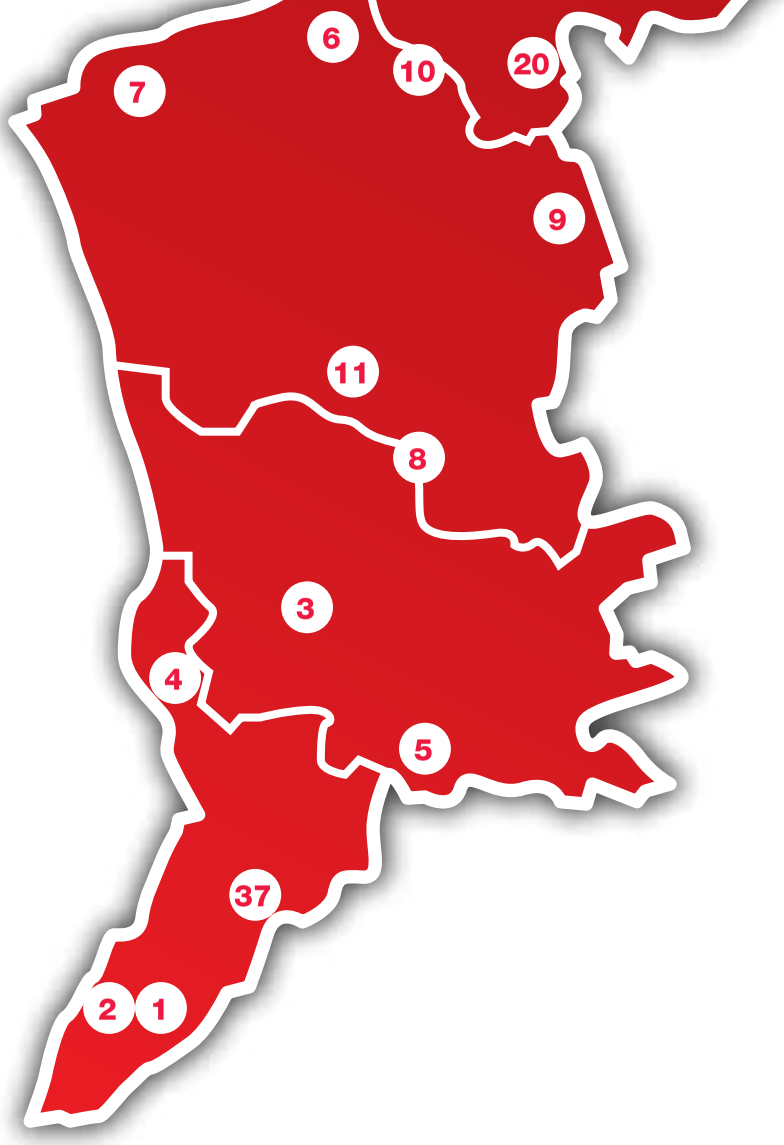
Mit der ASKÖ als Partner werden auch TrainerInnen oder ÜbungsleiterInnen organisiert und langfristige Bewegungsmöglichkeiten geschaffen.

Networking

Der Bewegungscoach kann als Dreh- und Angelpunkt der „Wir bewegen Burgenland“-Kampagne bezeichnet werden. Wie im folgenden Organigramm veranschaulicht steht er im Zentrum der Kommunikation mit den verschiedenen Interessensgruppen in den Gemeinden, die am Thema „Bewegung“ beteiligt sind.

Das Schaubild soll jedoch nicht nur zeigen, für wen der Bewegungscoach als Ansprechpartner fungiert, sondern auch wo er Informationen, Anregungen und im Zweifelsfall auch Hilfestellungen erhält.



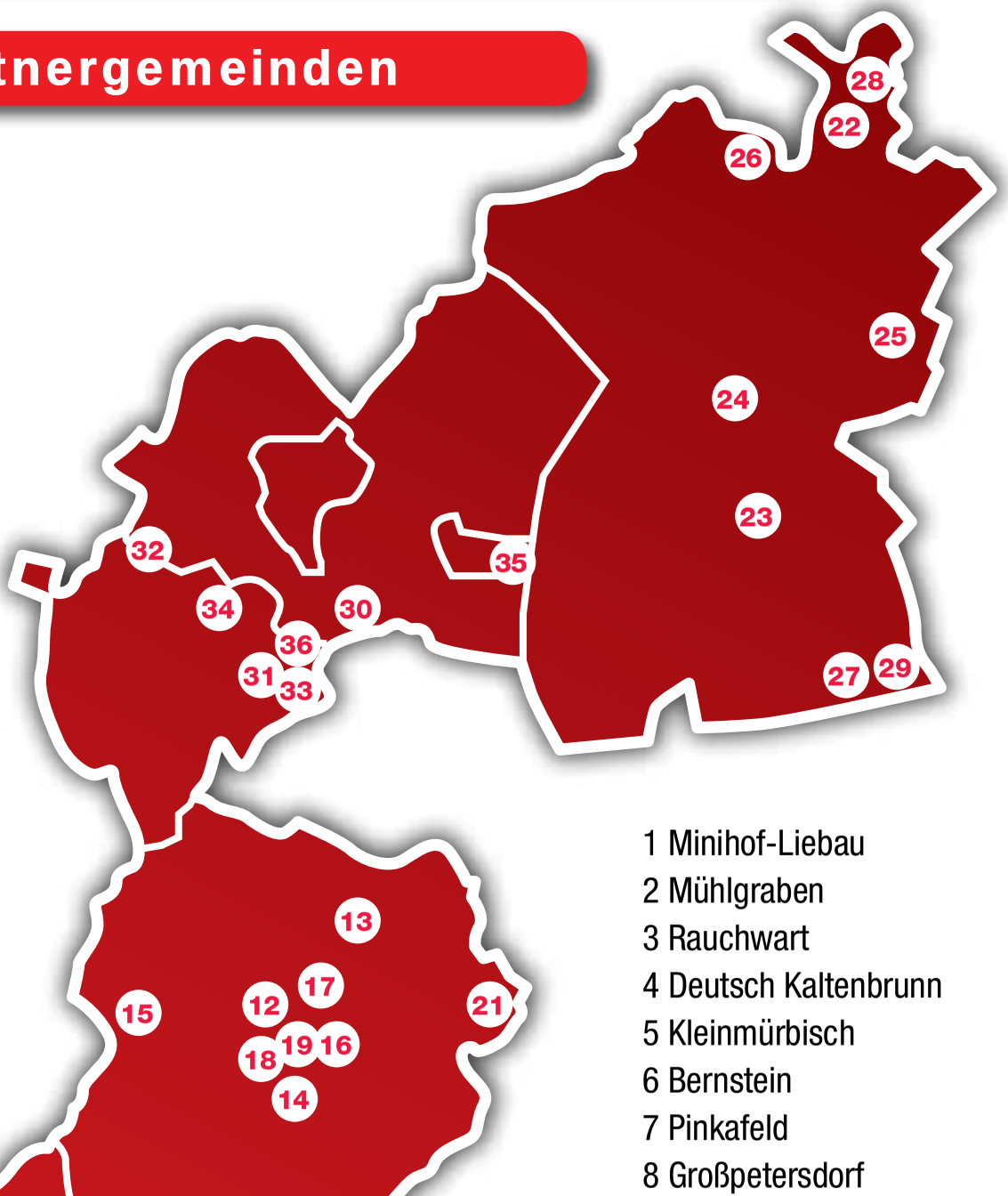


9 Rechnitz
10 Unterkohstätten
11 Rotenturm
12 Neutal
13 Horitschon
14 Steinberg-Dörfl
15 Weingraben
16 Stoob
17 Unterfrauenhaid
18 Kaisersdorf
19 Markt St. Martin
20 Lockenhaus
21 Nikitsch
22 Pama
23 Frauenkirchen
24 Gols
25 Nickelsdorf
26 Potzneusiedl
27 Wallern
28 Kittsee
29 Tadten
30 Siegendorf
31 Draßburg
32 Zillingtal
33 Schattendorf
34 Hirm
35 Rust
36 Baumgarten
37 St. Martin an der Raab

Wir bewegen Burgenland

"Wir bewegen Burgenland"

Partnergemeinden



1 Minihof-Liebau
2 Mühlgraben
3 Rauchwart
4 Deutsch Kaltenbrunn
5 Kleinmürbisch
6 Bernstein
7 Pinkafeld
8 Großpetersdorf

60/40

Wir bewegen Burgenland

Die Ergebnisse aus der Zwischen- und Abschlussevaluierung aus den 60/40 Gemeinden

Die gesammelten Ergebnisse der Zwischenevaluierung

Insgesamt haben **211 TeilnehmerInnen** aus den sieben 60/40 Partnergemeinden mittels Fragebogen geantwortet.

Die GemeindebürgerInnen aus den sieben 60/40 Gemeinden
fanden zu **94%** Information und Struktur zum Angebot von 60/40 als ausreichend

- haben an folgenden Angeboten teilgenommen (nach Gemeinden)
  Rechnitz: 34 % Ganzkörpermuskelaufbau, 30% Mobiler Fit-Check, 26 % Vortrag Ernährung
  Siegendorf: 52 % Ganzkörper Muskelaufbautraining, 23 % Workshop „Regelmäßige Bewegung und Gesunde Ernährung, 23% BIA-Analyse, 2 % Internet-Plattform
  Horitschon: 53 % BIA-Analyse und Muskelfunktionstest, 42 % Kurs Zumba, 5 % Internet-Plattform
  Neustift b.GS: 36 % Ganzkörper Muskelaufbautraining, 33 % BIA-Analyse und Muskelfunktionstest, 24 % Nordic Walking, 7% Internet-Plattform
  Mühlgraben: 46 % BIA-Analyse und Muskelfunktionstest, 35 % Ganzkörper Muskelaufbautraining, 15 % Tenniskurs für Kinder, 4 % Internet-Plattform
  Draßburg: 42 % Paket „Testen und Bewegen“, 31 % Volleyball, 25 % Yoga, 2 % Internet-Plattform
  Pama: 52 % Paket „Testen und Bewegen“, 44 % Qigong, 4 % Internet-Plattform

- waren zu **80 %** waren mit den Angeboten aus 60/40 zufrieden

- fanden folgende Punkte bei der Teilnah-

me an den Angeboten wichtig:
Abbau von Stress, Begegnung mit Freunden und Bekannten, Bestimmung der Körperzusammensetzung, Erhaltung der Gesundheit, Förderung der Beweglichkeit , Überprüfung der Hauptmuskeln auf Kraft und Beweglichkeit, Verbesserung der körperlichen Fitness

- fanden zu **57 %**, dass sich durch die Kampagne für sie etwas verändert hat

- gaben an, dass sich Folgendes für sie verändert hat: **mehr Wohlbefinden; verbesserte Beweglichkeit; Schmerzreduktion; weniger Verspannungen, mehr Körperbewusstsein; bewusstere Bewegung und Ernährung; Motivation zu mehr Bewegung; verbesserte Ausdauer; Interesse, auch andere Sportarten kennenzulernen; mehr soziale Kontakte mit neuen Menschen; mehr Entspannung**

- wünschten sich zu **63 %** eine Weiterführung der Angebote im Rahmen des Projektes, zu **28 %** mehr Angebote, zu **9 %** mehr Nutzung der gegenwärtigen Angebote in der Gemeinde

Die gesammelten Ergebnisse der Abschlussevaluierung

Die Umsetzungsphase der Kampagne endete mit Abschlussgesprächen in den sieben Gemeinden sowie in den drei Gewinner-Gemeinden, in denen das Paket „Testen und Bewegen“ umgesetzt wurde. Die Gespräche wurden von der Projektleitung durchgeführt. Die Gesprächspartner waren jeweils die Bürgermeister der Gemeinden und der Gemeinde-Bewegungscoach.

Wurden die Erwartungen der Gemeinde an die Kampagne erfüllt?

Die Erwartungen der Gemeinden lagen bei einer Sensibilisierung der Gemeindebevölkerung, bei allen Altersklassen, für das Thema Bewegung.
Einerseits galt es vor allem das Interesse der bewegungsfernen Bevölkerung zu wecken, andererseits sollten die bestehenden Bewegungsangebote in den Gemeinden allen BürgerInnen nahegebracht werden. Schließlich galt es das Interesse für Angebote der ASKÖ im Burgenland für neue, maßgeschneiderte Bewegungsangebote in den Gemeinden sowie für Ideen zu künftig möglichen Angeboten zu erlangen.

60/40

Wir bewegen Burgenland

Die Ergebnisse aus der Zwischen- und Abschlussevaluierung aus den 60/40 Gemeinden

Die gesammelten Ergebnisse der Abschlussevaluierung

Wurden die Erwartungen der Gemeinde an die Kampagne erfüllt?

Erreicht wurden die Erwartungen vor allem durch eine intensivierte Kommunikation, die durch die Kampagne ausgelöst wurde und durch die Präsentation der Fahrräder für die Gemeindebevölkerung.
Auch die Erwartungen hinsichtlich der Durchführung des Paketes „Testen und Bewegen“ wurden erfüllt, das Interesse und Verständnis für die Körperzusammensetzung, des körperlichen Ist-Zustandes wurde geweckt.
In einer der sieben Gemeinden wurden die Erwartungen schon bei der Fragebogenerhebung (Beteiligung von 12 % der Bevölkerung) und in der Folge bei der Anmeldung zu den Angeboten weit übertroffen. In einer anderen Gemeinde wurde auf Gemeindeebene mehr Engagement vor allem bei der Beteiligung an der Fragebogenerhebung erwartet. Die Fragebögen wurden in dieser Gemeinde zweimal an die Haushalte verschickt, um verwertbare Ergebnisse zu erhalten.

Wie wurde die Kampagne aus der Sicht der Gemeinde von der Bevölkerung aufgenommen?

Die Kampagne wurde aus der Sicht der Bevölkerung, wie auch von den Medien, gut aufgenommen. Die Warnehmung äußerte sich dahingehend, „dass sich in der Gemeinde etwas bewegt“. Diese Bewegung wurde hervorgerufen durch die Tätigkeit des Bewegungscoaches, durch die spezifischen Test- und Bewegungsangebote und die Fahrräder.
Fast in allen Gemeinden war es nach Beendigung der Umsetzungsphase ersichtlich, dass sogar jene GemeindebürgerInnen zu mehr Bewegung mobilisiert wurden, die nicht am Projekt teilgenommen haben. Die Vorbildwirkung der teilnehmenden Bevölkerung bewirkte eine Art „Schneeballeffekt“, der auch die bewegungsferne Bevölkerung erreichte.

In zwei Gemeinden wurden vorrangig diejenigen BürgerInnen erreicht, die bereits regelmäßig Bewegung machen. Hier wird nun auf die Nachhaltigkeit der Kampagne gesetzt, auf „Wir bewegen Burgenland“, auf die Kooperationnpartnerschaft mit der ASKÖ Burgenland. Eine Gemeinde hätte sich mehr TeilnehmerInnen an einem spezifischen Angebot und auch mehr Interesse an einem weiteren Angebot, das dennoch ausgebucht war, erwartet.

Was ist in der Kampagne gut gelaufen?

Für den Erfolg der Kampagne von Bedeutung waren die Besprechungen in den einzelnen Ge-

meinden in der frühen Planungsphase, bei der die Eckpunkte für die Durchführung festgelegt wurden. Maßgeblich für den Erfolg waren auch die umfassende Organisation sowie Durchführung der Bewegungsangebote und die hohe Qualität der Angebote.

Die professionelle Zusammenarbeit zwischen den Projektstrukturen spiegelte sich in der Tätigkeit der Gemeinde-Bewegungscoaches, weiters in der Motivationsarbeit, Beratung und Aufklärung durch die Projektleitung und der professionellen Unterstützung auf funktionaler Ebene durch die Gemeinden wider.

Die hohe Zahl der Beteiligung an den Bewegungsangeboten, die Nachhaltigkeit vieler Bewegungsangebote sowie Rückmeldungen aus der Gemeindebevölkerung, die die Wertschätzung und Begeisterung von TeilnehmerInnen aus den Gemeinden belegen, sprechen für den Erfolg der Kampagne. Schließlich zeigen auch nachfolgende Bewegungsangebote, dass die im Rahmen der Kampagne entwickelten Strukturen nachhaltige Wirkung haben.

60/40

Wir bewegen Burgenland

Die Ergebnisse aus der Zwischen- und Abschlussevaluierung aus den 60/40 Gemeinden

Die gesammelten Ergebnisse der Abschlussevaluierung

Was hätte anders gemacht werden sollen?

Folgende Erfahrungen und Vorschläge konnten in den Projektgemeinden gesammelt werden:

- noch mehr Öffentlichkeitsarbeit, Intensivierung der Einbindung von Vereinen, Pensionisten, durch direktere Informationen
- kein zeitgleiches Projekt
- Gestaffelte Förderung der Bewegungsangebote (Beiträge vom Projektträger, der Gemeinde und den GemeindebürgerInnen) um von Beginn an den Wert der Bewegunsangebote zu übermitteln
- Dazu sollte die Bevölkerung für den Wert von Bewegung laufend sensibilisiert werden (z. B. auch in den Trainingseinheiten), auf die Kostenersparnis im Laufe des Lebens bei einer gesundheitorientierten Lebensweise, für das Verhältnis von Ausgaben jeder Art und Ausgaben für gesundheitsorientierte Bewegung
- Durch längerfristige Projekte sollte versucht werden noch mehr GemeindebürgerInnen zu erreichen.
- Berücksichtigung der Zielgruppe Jugendliche, 14-25 Jahre.

Was sollte in zukünftigen Projekten berücksichtigt werden?

- Die Infrastruktur in der Gemeinde muß vorhanden sein, damit Projekte durchführbar werden
- Nutzung von sozialen Netzen (Twitter, Facebook..), SMS und Apps
- Die Altersstrukturen sollten mehr beachtet

werden; 4 Altersgruppen: Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Senioren

- es sollte für die Altergruppen der Jugendliche mehr getan werden
- wichtig ist es auch, Schnittstellen zu finden, dh. auch Angebote für alle Altersgruppen (z.B. Zumba: 20-60 Jahre), keine Trennung der Altersgruppe, dadurch wird zusätzliche Motivation erzeugt
- beachtet sollte auch immmer die gesellschaftlich-soziale Funktion von Bewegungsangeboten werden und vor allem die Vermittlung von Spaß und Freude an der Bewegung
- sinnvoller wären Elektrofahrräder anstelle der Fahrräder gewesen, da in den ländlichen Regionen fast jeder ein Fahrrad besitzt
- die Erstevaluierung war richtungsweisend, Befragungen aller GemeindebürgerInnen sollten stets an den Beginn von Projekten gestellt werden, da aufgrund dieser Projekte gezielter geplant und durchgeführt werden können
- die Ersterhebung bzw. Rundschreiben sollten immer eigens ausgeschickt werden (nicht z. B. in der Ausgabe der Gemeindezeitung), weil Rundschreiben mehr Beachtung geschenkt wird

Was hat sich durch die Kampagne in der Gemeinde verändert?

- Es sind vermehrt Bewegungsgruppen entstanden
- Bewegung wurde verstärkt zum Thema in der Gemeinde gemacht, auch von denjenigen, die nicht am Projekt teilgenommen haben.
- bestehende Bewegungsangebote werden noch häufiger als zuvor in Anspruch genommen
- Gemeinde Bewegungscoaches wurden als Ansprechpartner für das Thema Bewegung in der Gemeinde installiert
- der Bewegungscoach ist auch Ansprechpartner für alle Vereine und deren Bewegungsangebote
- die Gemeinden sind bewegte Gemeinden, das Bewusstsein für mehr Bewegung konnte gesteigert werden
- es sind neue Bewegungsangebote entstanden
- die Organisation von Bewegungsangeboten wurde strukturell verbessert
- mehr Transparenz der Bewegungsangebote in der Gemeinde

60/40

Wir bewegen Burgenland

Fragen zum „Gemeinde Bewegungscoach“

Wie wurde der Gemeinde Bewegungscoach während der Kampagne angenommen?

- in allen Gemeinden sehr gut
- durch die Aussendungen wurde der Bewegungscoach bekanntgemacht
- der Bewegungscoach steht in gutem Kontakt mit allen GemeindebürgerInnen unterschiedlichen Alters, mit den Vereinen und auch privaten Bewegungsinitiativen

- die Vernetzungstätigkeit des Bewegungscoaches wurde gut angenommen und wird häufig genutzt
- in einigen Gemeinden wurde diese Tätigkeit schon vor der Kampagne in ähnlicher Weise von einer Person durchgeführt, durch 60/40 wurde für diese Tätigkeit die Bezeichnung Bewegungscoach festgelegt.

Was waren die Schwerpunkte in der Ausübung der Tätigkeiten des Gemeindebewegungscoaches?

- die organisatorische Unterstützung der Projektleitung
- die Vernetzungstätigkeit in der Gemeinde
- die Terminisierungen von Bewegungsangeboten gemeinsam mit der Projektleitung
- Organisation der Räumlichkeiten für die Angebote
- Beantworten der Fragen aus der Gemeindebevölkerung (Termine, Angebote,...)

- Überzeugungsarbeit vor allem bei derGemeindebevölkerung des Alters 45+
- Abbau von Hemmschwellen, vor allem bei Übergewichtigen
- Motivationsarbeit und Vorbildwirkung für Kinder und Jugendliche

Welche Schwierigkeiten gab es bei der Ausübung der Funktion des Gemeinde Bewegungscoaches?

- das persönliche Zeitmangement
- zeitliche Einteilung und Koordination der Bewegungsangebote in den Räumlichkeiten der Gemeinde
- die Motivations- und Überzeugungsarbeit bei der Überwindung der Hemmschwelle bei übergewichtigen oder älteren Personen

Welche Unterstützung benötigt der Gemeinde Bewegungscoach von der Gemeinde?

- die Infrastruktur der Gemeinde, email, Gemeindezeitung, Aussendungen, Website,
- Kopien, Infoverteilung, Administration allgemein
- Kooperationsarbeit mit der Gemeinde, gute Gesprächsbasis
- Motivation und Untertützung bei der Bewerbung der Bewegungsangebote
- rasche Kommunikation bei Terminänderungen
- regelmäßiger Austausch mit der Gemeinde
- Unterstützung durch eine 2. Person vor allem bei den organisatorischen Aufgaben
- Zurverfügungstellung von Räumlichkeiten und Sportstätten

Wir bewegen Burgenland

60/40 Fragen zum „Gemeinde Bewegungscoach“

Welche Unterstützung benötigt der Gemeinde Bewegungscoach von der ASKÖ?

- gut ausgebildete TrainerInnen in der Region
- interessante und immer neue Bewegungsangebote
- Informationen zu neuen Angeboten
- Erfahrungsaustausch
- leistbare Preise für die Angebote
- Berücksichtigung der unterschiedlichen Rahmenbedingungen in den jeweiligen Gemeinden
- Informationen, inwieweit Unterstützung überhaupt möglich ist
- Entlehnung von Hilfsmitteln
- Informationen, welche Rahmenbedingungen für einzelne Bewegungsangebote in der Gemeinde vorhanden sein müssen
- Austausch und Vernetzung mit anderen Bewegungscoaches
- Treffen der Bewegungscoaches, regionale

Treffen, Treffen von Bewegungscoaches aus strukturähnlichen Gemeinden
- Newsletter für die Bewegungscoaches
- Austausch über eine Plattform im Internet
- Anführen aller Bewegungscoaches im Internet mit Kontaktadresse für gegenseitigen Austausch
- Infoveranstaltungen betreffend neue Bewegungsangebote
- Infos über den Aufwand für neue Bewegungsangebote, Infos über die Umsetzbarkeit in der Gemeinde

Ist der Gemeinde Bewegungscoach aus der Zeit der Kampagne noch tätig?

In fünf Gemeinden ist der Gemeinde-Bewegungscoach auch nachhaltig tätig.

Gibt es gegenwärtig einen Gemeinde Bewegungscoach?

In sechs der Projektgemeinden gibt es einen Gemeinde Bewegungscoach. In einer Gemeinde wird noch ein Bewegunggscoach gesucht.

Wird der Zeitaufwand des Gemeinde Bewegungscoaches derzeit entschädigt?

Der Zeitaufwand für die Vernetzungstätigkeit wird in keiner der Gemeinden entschädigt und ist auch künftig nicht vorgesehen.

60/40

Wir bewegen Burgenland

Fragen zu gegenwärtigen Angeboten in der Gemeinde

Welche Bewegungsangebote gibt es derzeit?

Aerobic-Muskelaufbautraining, Basketball, Bogensport, Damenturnen, Darts, Fischen(Sportfischen), Fußball, Fußballtraining in der Halle, Gesundheitsturnen für alle Altersgruppen, Gymnastik, Herrenturnen, Herzkreislauf-Training, Herzturnen Herz-Kreislauf, Kegeln,Klettern, Line Dance, Nordic Walking (z.B. Ziel der Nordic Walking Gruppe aus Mühlgraben für 2012/2013: von Mühlgraben nach Budapest in km zu gehen und als Belohnung zum Abschluss eine Reise mit dem Zug nach Budapest zu unternehmen), Pensionisten-Radfahren, Pensionisten-Turnen, Qi Gong, Radfahren, Rockn`Roll, Rückengymnastik, Rumpfstabilisation, Schifahren, Schitouren, Sesselgymnastik, Show Dance – Kinder, Showdance allgemein, Taekwondo, Taibo, Tanzen, Tennis, Turnen für Kids, viele Privatinitiativen (Turnen, Laufen, Radfahren...), Vitalparcours Siegendorf, Volleyball Erwachsene, Volleyball Jugend, Wandern, Wirbelsäulenyoga,Yoga (mehrere Stufen), Zumba

Wie bzw. wodurch sind die Bewegungsangebote entstanden?

- Angebote von TrainerInnen
- ASKÖ Kooperationspartnerschaft
- Bau einer Sportstätte
- Bedarfserhebungen, Kommunikation
- Eigeninitiativen
- Ideen aus der Bevölkerung
- nachhaltig aus 60/40 (Weiterführung des Bewegungsangebotes)
- spezifische Vereinsangebote

Wer führt die Bewegungsangebote durch?

ASKÖ TrainerInnen, Gemeinde (z.B.Schitag) Gemeinde-Ärztin, Gemeinde Bewegungscoach, LehrerInnen, pensionierte TrainerInnen, Privatpersonen, SportwissenschaftlerInnen, TrainerInnen aus der Gemeinde, Vereins-TrainerInnen

60/40

Wir bewegen Burgenland

Fragen zu gegenwärtigen Angeboten in der Gemeinde

Wie werden die Bewegungsangebote derzeit in der Gemeinde veröffentlicht?

Aushang im Gemeindeamt, Flugblätter, Folder (von Anbietern), Gemeinde Website, Gemeindezeitung, Informationen über die Vereine, langfristig eingeführte Angebote, die laufend beworben werden, Mundpropaganda, öffentliche Auftritte (Line Dance), persönliche Informationen an Interessierte, Postwurfsendungen, Rundschreiben

Gibt es einen Link von der Gemeinde Website mit der ASKÖ Website?

In allen Gemeinden während der Dauer der Kampagne sowie laufend ein Link auf der ASKÖ Website zu den Projekt- und Kooperationsgemeinden.

60/40 Fragen zur ASKÖ Kooperations-partnerschaft

Ist die Gemeinde eine ASKÖ Kooperations-Partnergemeinde?

Sechs Projektgemeinden sind auch nachhaltig ASKÖ Kooperationspartner.

Wenn „Nein“, warum nicht?

Das Ziel des Projektes wurde vollständig erfüllt. Das Interesse an Bewegung und Trainingseinheiten ist in der Gemeinde sehr groß, jedoch wird eine Förderung der Kurse von der Gemeindebevölkerung erwartet. Daher wäre es sinnvoll gewesen, die Kurse auch im Projekt mit einem Selbstkostenanteil der Bevölkerung durchzuführen. (siehe auch „Was hätte anders gemacht werden sollen?“).

Die ASKÖ-Partnerschaft ist für die Gemeinde eine Frage der Finanzierbarkeit.

60/40

Wir bewegen Burgenland

Fragen zur Nutzung der Fahrräder aus der Kampagne

Wie werden die Fahrräder in der Gemeinde angenommen?

- die Fahrräder werden gut angenommen
- Nutzung der Fahrräder in der Planungsphase, aufgrund der Häufigkeit von Diebstahl muss ein sicheres System entwickelt werden
- zuerst sehr zögerlich, nach Bekanntgabe in der Gemeindezeitung vermehrten sich die Anfragen
- es wurden Schnellverschlüsse angekauft um die Höhenverstellbarkeit einfacher handhaben zu können

Von wem und wofür werden die Fahrräder derzeit verwendet?

- Gemeindebevölkerung für Fahrten in der Gemeinde
- Gemeindebevölkerung für Radtouren
- Gemeindebediensteten
- Lehrlingen der Gemeinde, die keinen Führerschein haben
- Pensionisten

Welches System wird für den Verleih der Fahrräder angewandt?

- Fahrräder stehen im Sichtbereich des Gemeindeamtes und können zu den Öffnungszeiten entlehnt werden, auch für mehrere Tage
- Verleih auf der Gemeinde mit Ausweis und Leistung einer Unterschrift, maximal für einen Tag, eventuell auch über Nacht
- Radstation (auch mit Elektrorädern, E-Bike Paradies Südburgenland) wird betreut von der Gemeinde und dem ortsansässigen Nahversorger. Die Räder können auch für zwei Tage entlehnt werden
- einige Fahrräder werden künftig im neu erbauten Altenheim für die Bevölkerung zur Verfügung stehen

Welche Schwierigkeiten gibt es beim Verleih der Fahrräder?

- die Logistik von Ausgeben und Einholen sowie Zwischenlagern
- Schaffung eines handhabbaren und diebstahlssicheren Systems
- keine

60/40

Wir bewegen Burgenland

Sonstiges

Zur Umsetzung der Kampagne 60/40

- Keine zeitgleich laufenden Projekte
- Es ist darauf zu achten, **dass einzelne Personen nicht mit Tätigkeiten überlastet werden (z. B. in den Vereinen)** , daher war es sinnvoll die Kampagne 60/40 von der Gemeinde gemeinsam mit der ASKÖ durchzuführen.

Zu Themen und Angeboten in der Kampagne 60/40

- mehr den **Unterschied zwischen körperlicher Bewegung** (Gartenarbeit, Einkaufen...) und **sportlicher Bewegung** zu kommunizieren.
- Berücksichtigung vor allem der **Zielgrupp 18-25 Jahre**
- der Wunsch eines **Geschicklichkeitsparcours für Kinder**
- Die **BIA- Analyse und der Muskelfunktionstest** sind sehr gut angekommen, hier vor allem von Personen, die bereits regelmäßig Bewegungsangebote in Anspruch nehmen.
- **Einge TeilnehmerInnen haben nur „geschnuppert“** und konnten für keine weiteren Angebote gewonnen werden. Wichtig wäre zu wissen, wo und wie **„Bewegungsferne“** abgeholt werden können.
- Oft fehlen **Eigeninitiativen von Einzelnen.**

ASKÖ Burgenland

- In der ASKÖ sollte es einen ständigen Bewegungscoach/TrainerIn für jede Region geben (z.B. Burgenland Nord, Mitte und Süd), der/die laufend in Kontakt mit den bewegungsinteressierten Gemeinden steht. Die Betreuung sollte bewegungspezifische und organisatorische Beratung umfassen, sowie Training.
- Sehr zufriedenstellende Zusammenarbeit mit der ASKÖ Burgenland, es wurde organisatorisch nicht mehr verlangt als für die Gemeinde möglich war zu schaffen.
- Der Wunsch, dass die bewährte Betreuung durch die ASKÖ andauert.
- Die gesamten Bewegungsinitiativen mit der ASKÖ Burgenland erweisen sich als sehr erfolgreich, die ASKÖ hat hier Vorreiterrolle für alle Bewegungsoffensiven.
- Der Wunsch, dass „Wir bewegen Burgenland“ ähnlich erfolgreich durchgeführt wird wie 60/40
- Vermehrte Kommunikation mit der ASKÖ Burgenland
- 1x pro Jahr ein Infonachmittag in den Gemeinden zu mehreren Bewegungsangeboten an verschiedenen Sportstätten zum Kennenlernen. (Bewegungstag in der Gemeinde).
- Die Möglichkeit der Entlehung von Hilfsmittel für diverse Kurse, Veranstaltungen
- Professionelle TrainerInnen von der ASKÖ Burgenland
- Wunsch nach mehr Transparenz bei ASKÖ Projekten und nachfolgenden Projekten sowie Projekttiteln

60/40

Wir bewegen Burgenland

Bilder und Stimmen aus den 60/40 Gemeinden 2009 - 2012

Rechnitz

„Es sind mehr Bewegungsgruppen entstanden, Bewegung wurde verstärkt zum Thema in der Gemeinde gemacht, auch von denjenigen, die nicht am Projekt teilgenommen haben“

„60/40 zeichnete sich durch eine professionelle Organisation und Durchführung der Bewegungsangebote aus, wie die Rückmeldungen aus der Gemeindebevölkerung beweisen“

Siegendorf

„Das Bewusstsein für mehr Bewegung wurde auf unterschiedliche Arten erfolgreich intensiviert: durch die Kommunikation über die Kampagne, durch die Angebote aus 60/40 und die Präsentation der Fahrräder in der Gemeinde."

„Das Motto „60/40" hat die Bevölkerung neugierig gemacht."

„Bewegungsangebote in Siegendorf werden noch häufiger als zuvor in Anspruch genommen."

60/40

Wir bewegen Burgenland

Bilder und Stimmen aus den 60/40 Gemeinden 2009 - 2012

Horitschon

„Es wurde wahrgenommen, dass sich etwas in der Gemeinde „bewegt“ durch den Bewegungscoach, den Kurs Zumba, das Angebot „Testen und Bewegen“ und durch die Fahrräder.“

„Die Organisation von Bewegungsangeboten konnte strukturell verbessert werden durch die Zusammenfassung aller Bewegungsangebote und durch die Installation des Bewegungscoaches als Ansprechpartner.“

Neustift bei Güssing

„Seit der Kampagne sieht man bei der Ortsdurchfahrt stets mehrere GemeindebürgerInnen bei sportlicher Betätigung, Radfahren, Nordic Walking, Laufen,….“

„60/40 hatte einen Schneeballeffekt im Hinblick auf die Motivation der GemeindebürgerInnen zu mehr Bewegung, auch für bei denjenigen, die nicht an den Bewegungsangeboten von 60/40 teilgenommen haben.“

60/40

Wir bewegen Burgenland

Bilder und Stimmen aus den 60/40 Gemeinden 2009 - 2012

Mühlgraben

„Das Bewusstsein für mehr Bewegung konnte gesteigert werden sowie die Anzahl der Eigeninitiativen (Nachahmungseffekt).“

„Die ASKÖ hat sich als kompetenter Partner erwiesen; vor allem durch die Befragung aller GemeindebürgerInnen zu Beginn der Kampagne konnte 60/40 gezielt geplant und durchgeführt werden.“

60/40

Wir bewegen Burgenland

Bilder und Stimmen aus den 60/40 Gemeinden 2009 - 2012

Draßburg

„In der Gemeinde ist durch 60/40 ein neues Bewegungsangebot, Volleyball, entstanden das nachhaltig regelmäßig durchgeführt bzw. erweitert (Beachvolleyball) werden soll.“

„Das Paket „Testen und Bewegung“ ist sehr gut angekommen, die TeilnehmerInnen konnten wichtige Informationen zum persönlichen „Trainingslevel“ erhalten. Das Training im Rahmen des Paketes wurde von den TeilnehmerInnen sehr geschätzt und es besteht der Wunsch nach Fortsetzung.“

60/40
60/40

60/40

Wir bewegen Burgenland

Bilder und Stimmen aus den 60/40 Gemeinden 2009 - 2012

Pama

„Das große Interesse der Gemeindebevölkerung hat sich bereits bei der Erstevaluierung bemerkbar gemacht, der Rücklauf der Fragebögen belief sich auf 12%. Dies spiegelte sich auch bei den Anmeldungen zu den Angeboten wider. Die Angebotspalette hätte durchaus erweitert werden können, die Nachfrage in der Bevölkerung war sehr groß.“

„Die Planungsgespräche in der frühen Umsetzungsphase waren von großer Bedeutung, weil die Eckpunkte (Ablauf, Termine, Ausschreibung und Anmeldung) dort bereits festgelegt werden konnten.“

„60/40 hat zu mehr Kommunikation in der Bevölkerung betreffend das Thema „Bewegung“ geführt und hat mehr Transparenz hinsichtlich der Bewegungsangebote in der Gemeinde bewirkt.“

60/40

60/40

Abschlussstatements

Wir bewegen Burgenland

Ausgangslage

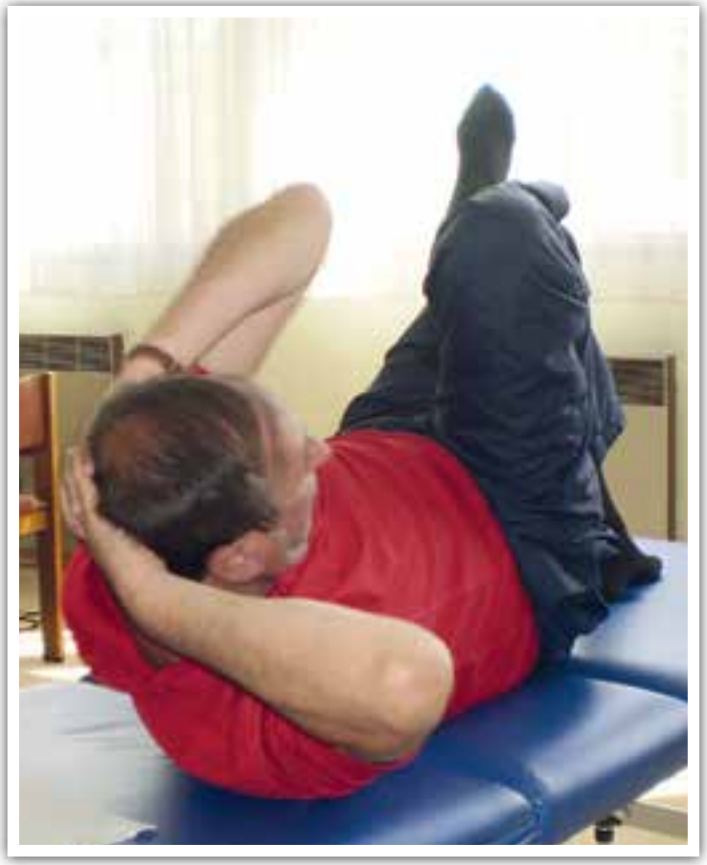
Wie die zu Beginn genannten Studien (BSO von 2000, IMAS von 2012) beweisen, gab es im Hinblick auf die sportliche Bewegung der ÖsterreicherInnen zwischen den Jahren 2000 und 2012 keine Veränderungen, 40% der österreichischen Bevölkerung bewegen sich regelmäßig mindestens ein Mal pro Woche, 60 % bewegen sich nicht.

60/40 – Kampagne für mehr Bewegung

Im Burgenland konnten ausgehend von **sieben** „60/40 Gemeinden“ in den Jahren 2009-2012, **siebenunddreißig** „Wir bewegen Burgenland Gemeinden“, Stand März 2013, erreicht werden, 21% der burgenländischen Gemeinden.

Wir bewegen Burgenland

475 GemeindebürgerInnen haben im Zeitraum von 2009-2012 an den Angeboten in den sieben Gemeinden (in jeder Gemeinde sechs Monate des Projektzeitraumes) im Rahmen von 60/40 teilgenommen, das sind ca. **68 TeilnehmerInnen** je Gemeinde.



60/40

Wir bewegen Burgenland

Perspektive und Vision

Perspektive

Ausgehend von der Kooperationspartnerschaft der Gemeinden mit der ASKÖ Burgenland, die über zwei Jahre läuft, sind es in 37 „Wir bewegen Burgenland“ Gemeinden (Stand März 2013) 2.516 TeilnehmerInnen an den Bewegungsangeboten x 4, gesamt 10.064 GemeindebürgerInnen, die sich regelmäßig bewegen.

Vision

172.279 burgenländische GemeindebürgerInnen, 60 % der burgenländischen Bevölkerung, bewegen sich regelmäßig. (Bgld Einwohner gesamt: 287.131 Stand Jänner 2013)

ASKÖ

60/40

KAMPAGNE FÜR MEHR BEWEGUNG

Wir bewegen Burgenland

Projektleitung
Organisation und Durchführung

ASKÖ Landesverband Burgenland
Landesgeschäftsführer
Josef Rasztovits
Mobil: (+43) 0 664/280 97 96
E-Mail: josef.rasztovits@askoe-burgenland.at

ASKÖ Bewegungscoach
Mag. Astrid Huber-Greiner
Mobil: (+43) 0 664 /133 30 63
E-Mail: astrid.huber-greiner@askoe-burgenland.at