

Praxisbeispiel Wülfershausen

„Systematische Planung und Umsetzung einer bewegungsfördernden Intervention im ländlichen Raum – das Beispiel Wülfershausen a. d. Saale“

Im Folgenden wird am Beispiel der Modellgemeinde Wülfershausen aus dem Projekt EUBeKo beschrieben, wie die Planung und Umsetzung von bewegungsfördernden Maßnahmen in dieser ländlichen Struktur erfolgt ist.

Hintergrund

Die Stabstelle Kreisentwicklung des Landkreises Rhön-Grabfeld sprach sich für eine Teilnahme an dem vom Bundesministerium für Gesundheit geförderten Projekt EUBeKo aus und leitete über die kommunalen Allianzen des Landkreises ein Bewerbungsverfahren ein. Die Gemeinde Wülfershausen an der Saale unter der Leitung des 1. Bürgermeisters erhielt den Zuschlag als Modellkommune in dem Projekt zu fungieren und von der Universität Würzburg über einen Zeitraum von ca. drei Jahren (2019 – 2022) bei der Planung und Umsetzung bewegungsfördernder Maßnahmen begleitet und durch eine kommunale Fachkraft personell unterstützt zu werden. Eine Abstimmung im Gemeinderat ging der Bewerbung für das Projekt EUBeKo voraus.

Bildung einer Planungsgruppe und Entwicklung einer Gemeindevision

Zusammenstellung der Planungsgruppe

Zur Projektkoordination und Zielbestimmung wurde initial eine Planungsgruppe aus relevanten lokalen und regionalen Akteur:innen gebildet. Neben den beiden Bürgermeistern als Entscheidungstragende und gleichzeitig Multiplikatoren der Gemeinde wurden Mitarbeiter der Kommunalverwaltung (Geschäftsstellenleitung der Verwaltungsgemeinschaft, Bauamtsleitung) einbezogen. Bewegungsfördernde Interventionen können juristisch oftmals nicht nur lokal entschieden werden, weshalb auch die auf der Landkreisebene angesiedelte Stabstelle Kreisentwicklung in die Planungsgruppe integriert wurde. Innerhalb ländlicher Strukturen ist es in Bayern üblich, dass sich Gemeinden zu sogenannten kommunalen Allianzen zusammenschließen, um kollektiv Strategien für geographische Herausforderungen (z. B. relative Strukturschwäche, demographischer Wandel, Tourismus) zu entwickeln. Das Thema Bewegung findet dabei verschiedene Überschneidungspunkte zu unterschiedlichen in den Allianzen behandelten Themen (z. B. Mobilität, Freizeitangebote für verschiedene Zielgruppen, siehe auch „Gute Gründe für Bewegungsförderung“ LINK). Die Gemeinde Wülfershausen ist historisch zu zwei Allianzen zugehörig, weshalb beide Allianzmanagerinnen der Planungsgruppe angehören. Neben dem Team der Universität Würzburg wurden gesundheitsbezogene Fach- und Multiplikationskompetenzen mit der Einbindung der Geschäftsstellenleitung der Gesundheitsregion^{plus} Bäderland Bayerische Rhön sichergestellt.

Kick-Off Meeting

Im ersten gemeinsamen Zusammentreffen der Planungsgruppenmitglieder wurde der Grundstein für das Projekt gelegt. Dabei standen die Entwicklung einer gemeinsamen Vision, die Klärung und der Austausch über das Rollenverständnis der einzelnen Mitglieder und die Kommunikation eines groben Zeitplans im Vordergrund.



Folgende Vision wurde schriftlich festgehalten und von allen Planungsgruppenmitgliedern beschlossen:

„Mit Hilfe von bewegungsanregenden Verhältnissen erfahren Menschen aller Generationen und in allen Lebenslagen in Wülfershausen mehr Gesundheit, Wohlbefinden, Bewegung und Lebensqualität. Hierfür arbeiten verschiedene Sektoren zusammen und die Bürgerinnen und Bürger gestalten aktiv mit. Die aus dem Modellprojekt gesammelten Erfahrungen werden beispielhaft auf andere ländliche Gemeinden übertragen.“

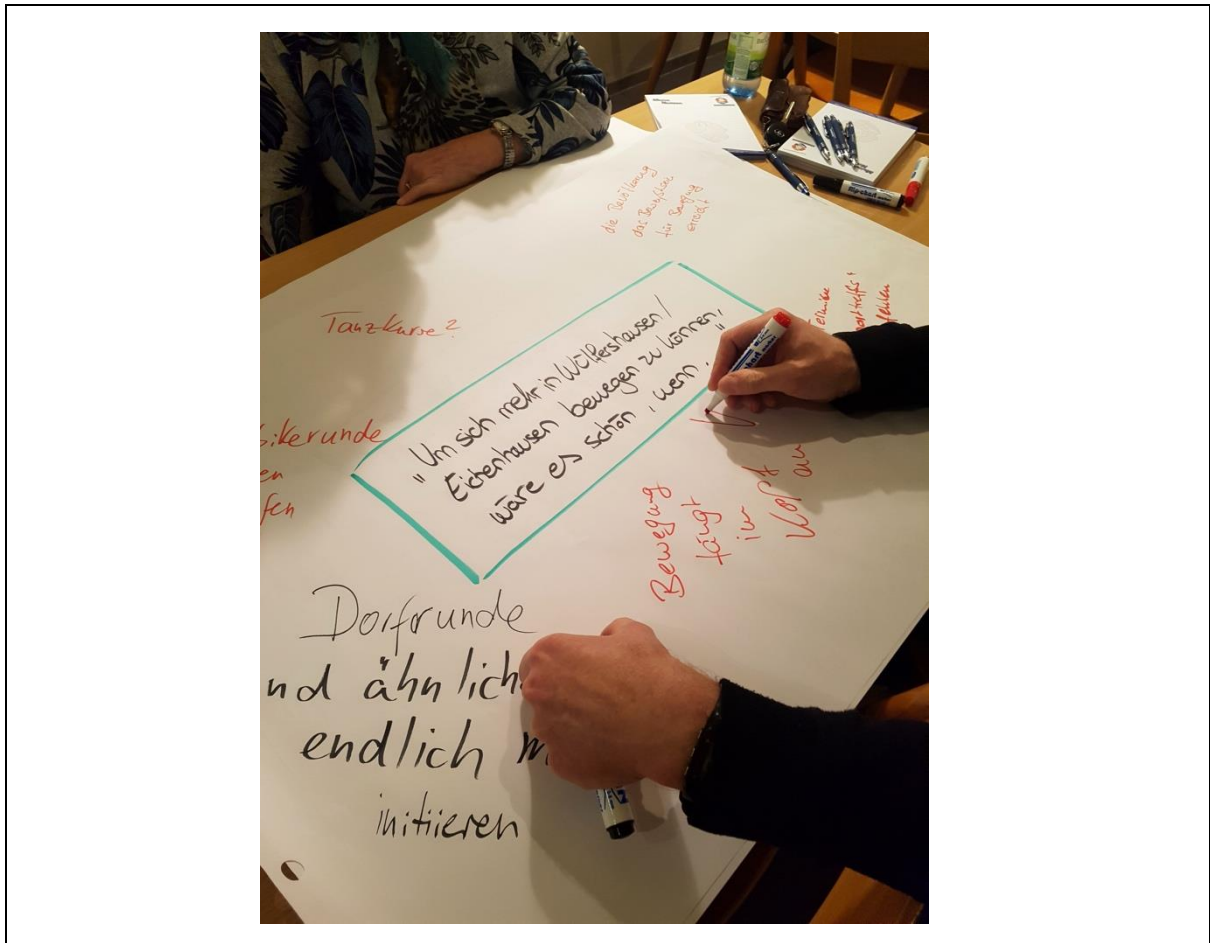
Planung und Umsetzung der Intervention in Wülfershausen

Für den Projektablauf war der Public Health Action Cycle (LINK) als bewährtes Planungsmodell für gesundheitsfördernde Interventionen handlungsleitend.

Phase I: Problemdefinition

Zur Erfassung des Ist-Zustandes und Identifikation von Handlungsbedarfen wurde eine ausführliche Bestands-, Bedarfs- und Bedürfnisanalyse durchgeführt, in der verschiedene Methoden und Instrumente zum Einsatz kamen. Diese begann mit einer öffentlichen Informationsveranstaltung für alle Bürger:innen. In einem World Café (**LINK**) wurden Wünsche und Bedürfnisse auf Plakaten festgehalten.





Asset-Analyse

Es folgte eine Asset-Analyse mit dem Ziel, einen Gesamtüberblick über die in der Gemeinde vorhandenen Ressourcen und Personen zu erhalten, die sich im Zusammenhang mit dem Projekt als relevant herausstellen könnten. Dazu zählten insbesondere die vorhandenen Vereins- und Angebotsstrukturen, wie z. B. (Sport-)Vereine, Clubs, informelle Freizeitgruppen und einzelne ehrenamtlich Engagierte (z. B. Seniorenbeauftragte, Kursleiter:innen). Es zeigte sich, dass Wülfershausen bereits über ein breites Angebot an Vereinen und Gruppen verfügt. In Gesprächen mit Verantwortlichen wie der Jugendclubleitung und den Seniorenbeauftragten wurde jedoch auch ein weiterer Bedarf an Angeboten für alle Zielgruppen kommuniziert.

Gemeinde Wülfershausen: Gruppen, Vereine, Clubs				
TSV-DJK Wülfershausen Ansprechpartner: Mitglieder: ca. 300	Fußball (1. + 2. Herrenmannschaft, Jugend) - Kommentar: Trend zu Fusionierungen mit Nachbarnvereinen, da zu wenig Jugendspieler	Kegelgruppe - Kommentar: im Landkreis sehr erfolgreich	Senioren-gymnastik - Kursleitung:	Sonstiges Vermietung Sportheim für private sowie Austragung öffentlicher Veranstaltungen
Jugendclub Wülfershausen Ansprechpartner:	Öffentliche Feiern (1-2x im Jahr) - Kommentar: bis zu 300 Teilnehmer:innen bei größeren Veranstaltungen	Ausflüge (1x Jahr) - Kommentar: Palm Beach (NBG), Bergkirchweih (ER), Annafest (FO), Therme Erding	Abendveranstaltungen - Kommentar: im kleineren Kreis; Bar, Darts, Kicker, Fußball schauen	Sonstiges eigenes Vereinsgebäude („beispiellos“) Pläne für Volleyballfeld scheitern unlängst
Wasserwacht Wülfershausen Ansprechpartner:	Sparte 1: Schwimmtraining - Kommentar: Schwimmtraining für alle Altersgruppen (ab 7J), Training in Mellrichstadt, Theorie (Gruppenstunden) in Vereinsheim	Sparte 2: Rettungsschwimmer - Kommentar: Ausbildung Wasserretter, Einsatztaucher, Bootsführer, Erste Hilfe (BRK / Untersektion DRK)	Sommer- und Winterfreizeit - Kommentar: Aktivitäten (Ski/Snowboard, Wanderungen, Trampolinpark, Schlittschuh, Dorfrallye, Kanu)	Sonstiges nach Fußballclub zweitstärkster Verein in Wülfershausen, überregional bekannt
Informelle / selbst-organisierte Gruppen	Mittwoch-Tramps - Kommentar: Gruppe von Senioren, die regelmäßig Aktionen durchführen (auch kulturelle Ausflüge)	Fahrradgruppe - Kommentar: meist donnerstags, Affinität zu Hollstadt	Mountainbiker - Kommentar: selbstorganisiert, eigene Trails entlang geplanter Windparkanlage und im Wald/ Sandgrube	

Gemeindebefragung

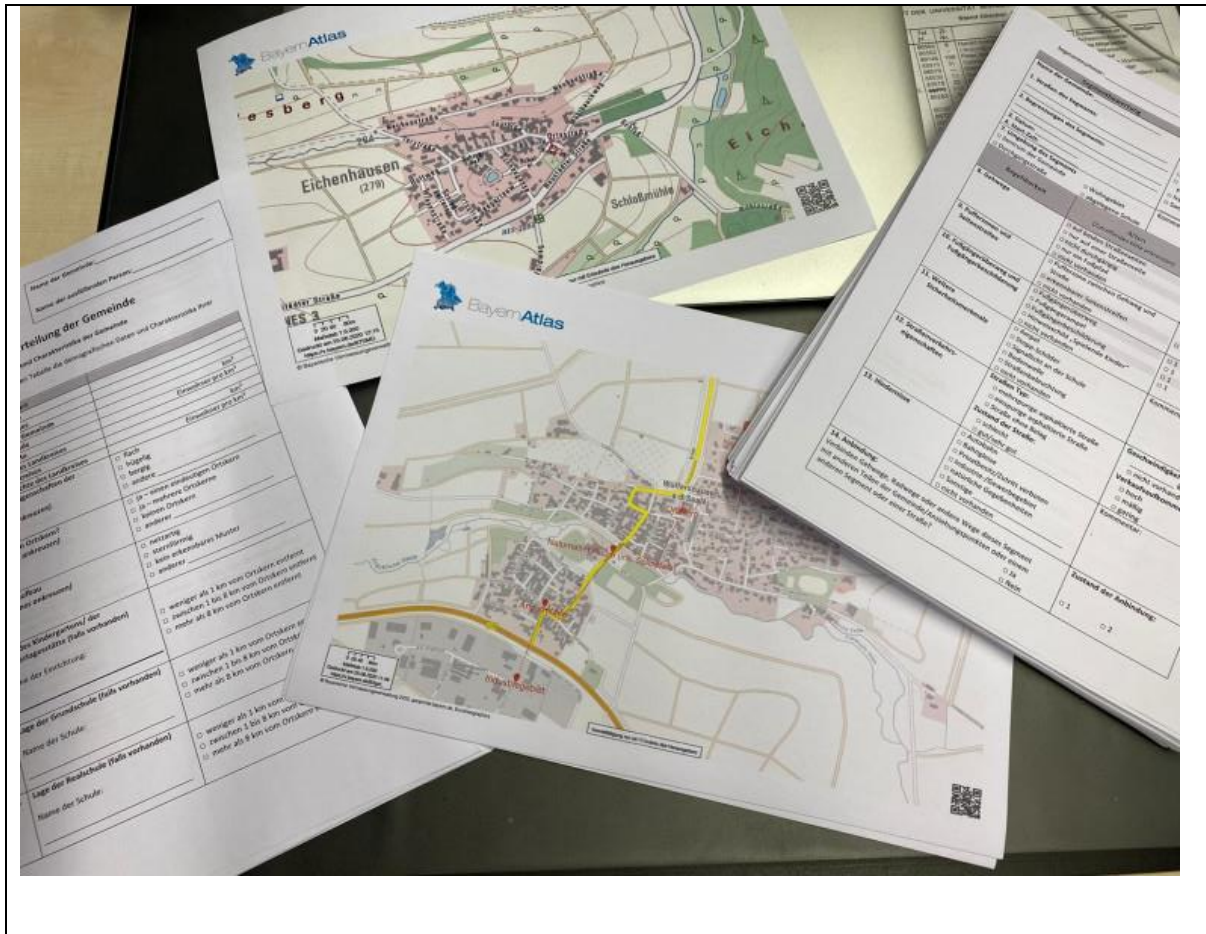
Ein differenziertes Bild über das Bewegungsverhalten in der Gemeinde sowie eine Einschätzung zu den Bewegungsverhältnissen wurde mittels Fragebögen ermittelt. Die Planungsgruppe entschied, eine Vollerhebung durchzuführen und drei unterschiedliche Fragebögen für Erwachsene, Jugendliche (11-17 Jahre) und Kinder (3-10 Jahre) an alle Haushalte der Gemeinde zu verteilen. Zusätzlich konnten die Bewohner:innen die Fragebögen mithilfe eines QR-Codes auch online ausfüllen. Hierfür wurden Fragebögen aus verschiedenen validierten Fragebögen zusammensetzt und lokale Besonderheiten integriert (z. B. Ortsteilzugehörigkeit) (LINK). Insgesamt wurden 174 Fragebögen ausgefüllt (139 Erwachsene, 16 Jugendliche, 18 Kinder/Eltern). In Übereinstimmung mit nationalen Daten zeigte sich in Wülfershausen ein Bewegungsmangel in allen Altersgruppen. Zu den dringlichsten Maßnahmen aus Sicht der Bürger:innen gehören die Schaffung von Bewegungsflächen und Begegnungsorten für Senior:innen, mehr Möglichkeiten für Freizeitaktivitäten im Freien (inklusive Bike-Park für Jugendliche), neue Angebote im Sportverein, attraktivere Spielplätze und eine verbesserte Überquerung der Bundesstraße.



Auditierung

Die subjektiven Daten aus der Fragebogenerhebung wurden durch objektivierte Daten aus einer Auditierung ergänzt. Ein Audit liefert einen Überblick über die baulichen und natürlichen Verhältnisse einzelner ausgewählter Straßensegmente, Routen oder anderer öffentlicher Orte (LINK). In Wülfershausen kam das landspezifische Instrument *Rural Active Living Assessment* (kurz: RALA; LINK) zum Einsatz. Als Segment wurde ein Abschnitt von ca. 100m bis 300m Länge definiert. Entlang einer Route zusammenhängender Segmente wurden nacheinander Siedlungsabschnitte im Industriegebiet, dem Altort, dem Dorfzentrum und in den verschiedenen Neubaugebieten auditiert. Neben der direkten Beobachtung einzelner Straßenabschnitte und deren Besonderheiten (z. B. Fußgängerinfrastruktur, Flächennutzung) erfasst dieses Instrument auch einzelne Aspekte der Bewegungsverhältnisse in der regionalen Umgebung (z. B. Distanzen zu Einkaufsmöglichkeiten, Schulen, Freizeitangeboten, etc.). Mit dem Instrument *Kommunale Bewegungsverhältnisse untersuchen* (kurz: KomBus; LINK) wurde zwischenzeitlich auch ein an den deutschen Kontext angepasstes Auditinstrument entwickelt, das auch explizit in ländlichen Strukturen eingesetzt werden kann. Die Ergebnisse zeigten Stärken und Schwächen der Gemeinde in den auditierten Bereichen. Zu den Stärken zählen viele Grünflächen, die zu Erholungszwecken genutzt werden können (z. B. Saalewiesen) und weitere Naturräume in der unmittelbaren Umgebung mit attraktiven Zielen (z. B. Dorfsee Eichenhausen, weißer Turm). Mit Ausnahme des Kreuzungsbereichs der Bundesstraße, die durch den Ort führt, und vereinzelt zugeparkten Gehsteigen wurde die Fußgängerinfrastruktur und Sicherheit als unproblematisch eingestuft. Darüber hinaus wurden während der Vor-Ort-Begehungen in Gesprächen mit den verschiedenen Akteur:innen weitere

Handlungsbedarfe aufgedeckt. Beispielsweise nutzen einige Jugendliche bestimmte Orte des Siedlungsgebiets (z. B. Kriegerdenkmal, Schrebergärten) zum Mountainbiken. Dies wiederum führe zu Konflikten mit Anwohner:innen. Zur Lösung dieses Problems wurde später eine eigenständige Arbeitsgruppe gebildet.



Bürgerbeteiligungen

Die Bestands-, Bedarfs- und Bedürfnisanalyse wurde durch Bürgerbeteiligungen komplettiert. An zwei aufeinanderfolgenden Gesprächsnachmittagen wurden Kinder und Jugendliche sowie Senior:innen dazu eingeladen, im Austausch mit den Mitgliedern der Planungsgruppe ihre Wünsche, Bedürfnisse und Ideen zu äußern. Dabei wurden beispielsweise mit der Nadelmethode (LINK) beliebte Spazierwege sowie Problemstellen auf Karten festgehalten (z. B. fehlende Sitzbänke). Die Gesprächsnachmittage wurden außerdem dazu genutzt, aktuelle bewegungsrelevante Themen anzusprechen, wie den zum damaligen Zeitpunkt diskutierten Bau eines Bike-Parks für Kinder und Jugendliche (siehe Abschnitt: *Auditierung*).

Einladung zum Kinder- und Jugendnachmittag

Eure Meinung ist gefragt!



Liebe Kinder, Jugendliche und Eltern der Gemeinde Wülfershausen, hiermit laden wir euch herzlich zu einem gemeinsamen Nachmittag ein. Wir möchten uns mit euch über die Bewegungsmöglichkeiten in der Gemeinde austauschen und über einen möglichen Bike-Park für Wülfershausen sprechen. Wir freuen uns, eure Ideen und Wünsche zu erfahren.

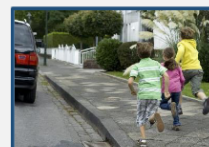
Wann? 08.10.2020 / 16:00 Uhr
(Dauer ca. 2 Stunden)
Wo? DJK-TSV Sportheim Wülfershausen,
Am Sportplatz 10
Wer? Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren
und Eltern

Zur Vorbereitung haben wir einen kleinen Arbeitsauftrag für euch:

Aufgabe 1: Fotografiere (ggf. mit einem guten Freund) zwei bis drei Orte in der Gemeinde, die du gerne aufsuchst. Dabei kann es sich um einen Ort handeln, an dem du gerne spielst, die Umwelt erkundest oder einfach nur gerne deine Freizeit verbringst. Auch bestimmte Orte entlang eines Weges, den du häufiger zurücklegst, kannst du fotografieren.

Aufgabe 2: Fotografiere zwei bis drei Orte in der Gemeinde, die du nicht gerne aufsuchst oder lieber meidest.

Wir wünschen dir viel Freude dabei und freuen uns auf deine Bilder! Schicke diese gerne vorab an eubeko@uni-wuerzburg.de oder bringe sie zu unserem gemeinsamen Nachmittag mit.



Unter Teilnahme des 1. Bürgermeisters Wolfgang Seifert und der Gemeindebeauftragten für Kinder & Jugendliche Jürgen Gensler und Stefan Bergmann sowie des Würzburger Universitätsteams.



Die erforderlichen Hygienemaßnahmen werden selbstverständlich eingehalten. Wir freuen uns über eine kurze Anmeldung per E-Mail an eubeko@uni-wuerzburg.de oder über ein spontanes Erscheinen.







Bleibt weiterhin aktiv und gesund!



Aufbereitung der Ergebnisse

Die Ergebnisse aus den verschiedenen Verfahren wurden in der Planungsgruppe ausgewertet und diskutiert. Zusammenfassend offenbarte die Bestands-, Bedarfs- und Bedürfnisanalyse einen altersgruppenübergreifenden Bewegungsmangel und aus einer sozial-ökologischen Perspektive heraus konnten diverse bauliche und soziale Besonderheiten beschrieben werden. Die Ergebnisse wurden in Form einer Übersichtstabelle aufbereitet (LINK Analyseschema (?)).

<p>Kompakte Nachbarschaften mit erreichbaren Zielpunkten z. B. kurze Distanzen zu Einrichtungen des täglichen Bedarfs</p> 	<p>Anbindung von Wegen und Straßen z. B. Kreuzungen, direkte Wege für Fußgänger*innen</p> 
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Vorhandene Zielpunkte (z. B. Kirche, Bäcker, Metzger, Bildungseinrichtungen) sind zu Fuß und mit dem Fahrrad erreichbar ✗ Häufig werden Einkäufe mit dem PKW außerhalb der Gemeinde erledigt 	<ul style="list-style-type: none"> ✗ B279 trennt Industriegebiet von der Gemeinde und es fehlt eine Überquerungsmöglichkeit für Fußgänger und Radfahrer ✗ Fehlender Saale-Übergang
<p>Naturräume z. B. Zugang zu Naturräumen, Gestaltung/Pflege von Grünanlagen</p> 	<p>Infrastruktur für aktive Fortbewegung z. B. Instandhaltung von Fuß- und Radwegen</p> 
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Naturräume sind in guter Qualität vorhanden ✗ Teilweise werden Aufwertungen gewünscht: Aufwertung des Dorfsees in Eichenhausen, mehr schattige Spazierwege, mehr Schotterwege, Nutzung der Saale zum Kneippen/Baden 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Gehwege sind fast überall vorhanden ✗ Gehwege z. T. schmal, nicht durchgängig, nicht barrierefrei ✗ Gewünscht wird eine bessere Radwegeanbindung, v. a. zwischen Wülfershausen und Eichenhausen

<p>ÖPNV z. B. zuverlässige Anbindungen, zu Fuß erreichbare Haltestellen</p> 	<p>Priorisierung von aktiver Fortbewegung z. B. Verkehrsberuhigung, Beleuchtung, Sitzgelegenheiten</p> 
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Haltestellen sind gut zu Fuß erreichbar ✗ Jugendliche wünschen sich (beleuchtete) Bushäuschen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sicherheit und ästhetische Qualität sind hoch ✗ Gehwege häufig zugesperrt ✗ Teilweise wird eine Verkehrsberuhigung gewünscht (Tempo 30 in Wohngebieten, an der Bushaltestelle, am Spielplatz) ✗ Wünschenswert wären weitere Bänke und Fahrradständer
<p>Sport- und Freizeitanlagen z. B. Bereitstellung für alle Zielgruppen, Instandhaltung</p> 	<p>Soziale Umwelt und Gemeinsinn z. B. Sicherheit, sozialer Zusammenhalt, Bürgerbeteiligung</p> 
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Erwachsene sind mit den vorhandenen Sport- und Freizeitanlagen zufrieden ✗ Wünsche: Bike-Park für Kinder und Jugendliche, Dorfrunde und Bewegungsmöglichkeiten für Senior*innen ✗ Eltern wünschen sich attraktivere Spielplätze, v. a. in Eichenhausen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hohes Sicherheitsempfinden bzgl. Kriminalität in allen Altersgruppen ✓ Hohes soziales Engagement ✗ Zugezogene sind weniger integriert
<p>Sportvereine und Bewegungsgruppen z. B. Angebote für alle Zielgruppen, Bereitstellung von Informationen</p> 	<p>Begegnungsorte z. B. barrierefreie Treffpunkte für alle Generationen</p> 
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Diverse Angebote in Vereinen und selbstorganisierte Gruppen ✓ Der Großteil der Bevölkerung schätzt das Angebot als ausreichend ein ✗ Spezifische Angebote für bestimmte Zielgruppen (z. B. Senior*innen, Mädchen) werden gewünscht 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Zahlreiche Vereine und Gruppen ✗ Senior*innen wünschen sich einen barrierefreien Gemeinschaftsort ✗ Jugendliche (Jüngere, Mädchen) wünschen sich eigene Räumlichkeiten

Phase II: Interventionsstrategie

Der Problemdefinition schloss sich die Phase der Interventionsstrategie an, in der die Diskussion und Auswahl geeigneter Maßnahmen zur Reduktion des Bewegungsmangels im Vordergrund stand.

Zusammenstellung der Ideen und Bedürfnisse zu einem Maßnahmenkatalog und Bewerbung um Fördermittel

Geleitet von den Ergebnissen der Bedarfs-, Bestands-, und Bedürfnisanalyse wurde ein Maßnahmenkatalog entworfen, der verschiedene Ideen der Bürgerschaft beinhaltet, die zur Begegnung des Bewegungsmangels beitragen sollten. Darunter befanden sich beispielsweise verschiedene neue Sport- und Freizeitanlagen wie ein Kneippbecken, eine Dorfrunde mit Bewegungsstationen (als Weiterentwicklung des im Landkreis bekannten Konzepts LINK zu www.dorfrunde.de) und ein Volleyballfeld für den Jugendclub. Anschließend diskutierte die Planungsgruppe die Maßnahmen und entschied, den Schwerpunkt ihrer gemeinsamen Arbeit

im Rahmen von EUBeKo auf eine Dorfrunde mit Bewegungsstationen zu legen, da diese viele der geäußerten Bedarfe und Bedürfnisse unterschiedlicher Zielgruppen integrierte. Zudem lag dieser Entscheidung zugrunde, dass die vorgesehene Ausweisung eines Rundwegs entlang beliebter Spazierwege und Orte im Gemeindegebiet und der unmittelbaren Umgebung (z. B. Kirchplatz, Schulhof, Saalewiesen, Spielplatz) gleichzeitig mehrere Handlungsfelder bedient. Die Dorfrunde ist konzeptionell den Handlungsfeldern *Naturräume*, *soziale Umwelt und Gemeinsinn* und *Begegnungsorte* zuzuordnen. Durch die Integration von Bewegungsstationen und neu geschaffenen Sitzmöglichkeiten werden zusätzlich die Handlungsfelder *Sport- und Freizeitanlagen* sowie *Infrastruktur für aktive Fortbewegung* adressiert. Die Vielfältigkeit des Konzeptentwurfs versprach demnach ein großes Potential für die Gemeindevision. Daneben ist zu erwähnen, dass sich für den Bau eines Bike-Parks für Jugendliche eine eigenständige Arbeitsgruppe aus Bürger:innen der Gemeinde entwickelte.

Zur Finanzierung des Dorfrunden-Projekts wurde ein Förderantrag beim integrierten ländlichen Entwicklungskonzept (ILEK) eingereicht. Damit konnte eine Summe von 8.600 Euro bei mindestens 50 % Eigenanteil eingeworben werden. Die übrigen Ideen aus dem Maßnahmenkatalog wurden an dieser Stelle nicht verworfen, sondern sollten zu einem zukünftigen Zeitpunkt wieder aufgegriffen werden. Für das weitere Vorgehen über das entschiedene Projekt hinaus wurde die Ergebniszusammenfassung mit den Handlungsfeldern dem Gemeinderat vorgestellt. Dabei wurden drei Handlungsfelder in folgender Rangordnung durch die Mitglieder des Gemeinderats priorisiert: 1.) Begegnungsorte, 2.) Sport- und Freizeitanlagen, 3.) Zugang zu Naturräumen.

Phase III: Umsetzung

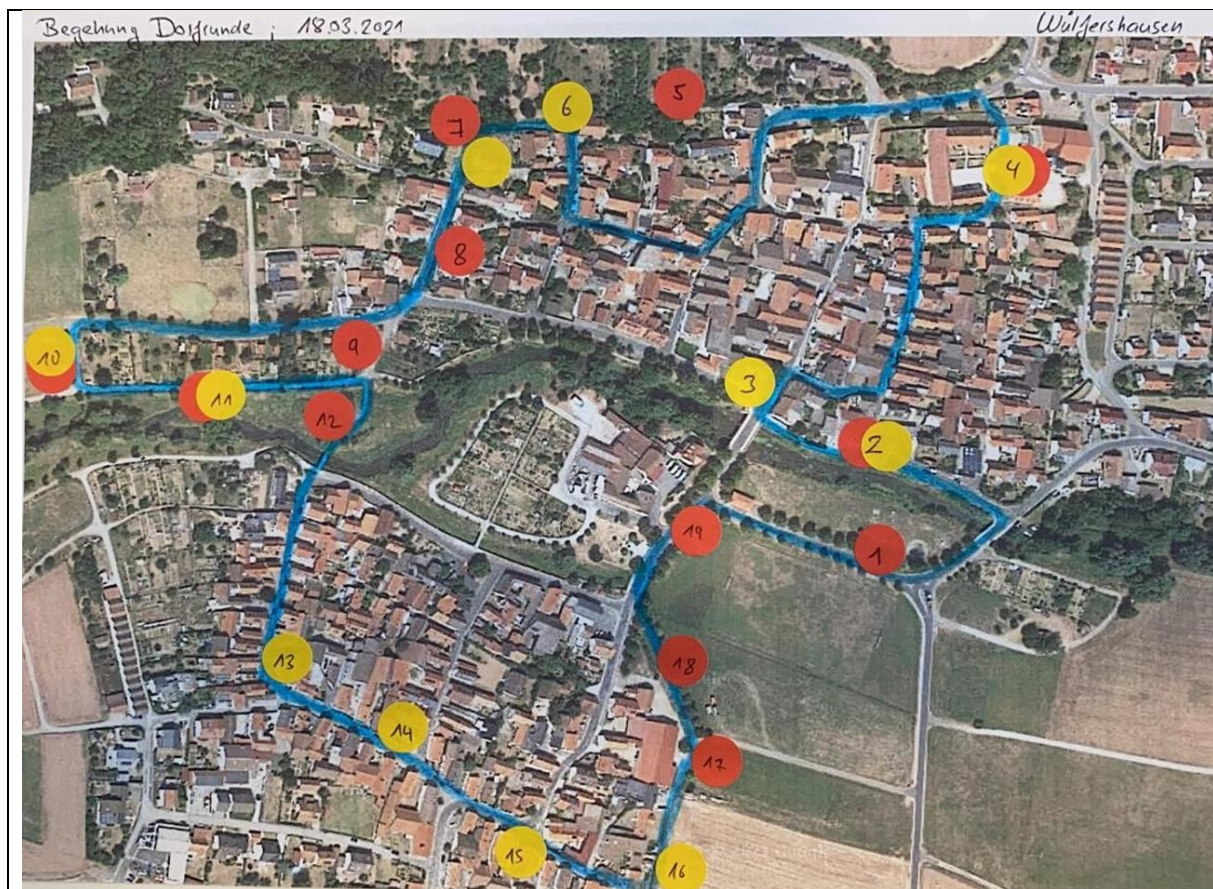
In diesem Abschnitt wird die Umsetzung der Maßnahme „Bewegte Dorfrunde“ (Gemeinderundweg mit Bewegungsstationen) detailliert beschrieben. Neben dieser baulichen Maßnahme wurden diverse weitere sichtbare und nicht sichtbare Veränderungen durch die Gemeinde oder die Bürgerschaft angestoßen bzw. realisiert, die nur zum Teil von der Planungsgruppe begleitet wurden. Beispielsweise wurden im Zeitraum des Projekts eine Bike-AG gegründet, die den Bau eines Bike-Parks realisierte, diverse neue Sitzmöglichkeiten errichtet, ein Unverpackt-Laden eröffnet, Aufbesserungen bestehender Freizeitanlagen vollzogen und ein barrierefreier Begegnungsort in Planung gegeben (Kauf und Umbau der Pfarrscheune durch die Gemeinde). Darüber hinaus wurden erfolgreiche Gespräche zum fußgänger- und fahrradfreundlichen Umbau des Kreuzungsbereichs an der Bundesstraße geführt, der in den kommenden Jahren realisiert werden soll. Außerdem wurde ein gesundheitsfördernder Strukturaufbau in Form von ehrenamtlichen Gesundheitsbotschafter:innen für den Landkreis vorangetrieben, für dessen Realisierung Überzeugungsarbeit durch die Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} bei Entscheidungstragenden aus dem Landkreis geleistet wurde.

Partizipative Entwicklung der „bewegten Dorfrunde“ durch eine Arbeitsgruppe

Nach erfolgreicher Fördermitteleinwerbung wurde innerhalb der Planungsgruppe beschlossen, die Maßnahmenentwicklung partizipativ zu gestalten. Deshalb wurde eine Arbeitsgruppe mit freiwilligen Bürger:innen gebildet, die gemeinsam das Konzept für die „Bewegte Dorfrunde“ entwarf.

Im ersten Schritt entwarfen die kommunale Fachkraft und der Sportvereinsvorsitzende eine Route, die für die Dorfrunde geeignet war. Aus den Ergebnissen der Bürgerbeteiligungen (Phase I) waren beliebte Verweilorte und Spazierstrecken bereits bekannt. Dabei zeigte sich beispielsweise, dass Senior:innen ein flaches Relief bevorzugen, um Wege ohne größere konditionelle Anforderungen zu bewältigen. Von Personen mittleren Alters und Jugendlichen wurde dagegen auch explizit gewünscht, Naturräume im näheren Siedlungsbereich einzubeziehen. Zusätzlich war der Wunsch, dass die kultur-historischen Sehenswürdigkeiten sowie Ziele des täglichen Bedarfes, wie z. B. Metzger, Bäcker, Weg zum Friedhof, Kirche und

Schule, miteinbezogen werden, um die Runde sowohl für Einwohner:innen als auch für Auswärtige attraktiv zu gestalten.



Im Anschluss trafen sich freiwillige Bürger:innen zu einer Begehung der neuen Strecke und bildeten daraufhin zusammen die neue Arbeitsgruppe. Die Mitglieder verstanden sich als Repräsentant:innen unterschiedlicher Bevölkerungsgruppen. Unter ihnen befanden sich z. B. der Seniorenbeauftragte der Gemeinde, eine Ergotherapeutin und eine Eltern-Beirätin. In mehreren Begehungs- und Konzeptionstreffen wurden Ideen für die Umsetzung der Maßnahme gesammelt und auf ihre Realisierbarkeit geprüft. Diesbezüglich waren verschiedene Absprachen mit unterschiedlichen Ämtern und Instanzen nötig. Insbesondere Sicherheitsbestimmungen (z. B. Fallschutz) und Prüfungen zum Naturschutz (insbesondere bzgl. der Errichtung von Stationen im Bereich der Saale) führten dazu, dass einige kreative Ideen verworfen werden mussten. Übergeordnetes Ziel der Arbeit war es, ein thematisch vielfältiges Konzept zu entwerfen, von dem ein breites Bevölkerungsspektrum profitieren sollte. Im Sinne der Gemeindevision sollte das Ergebnis zu mehr Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensqualität beitragen und dabei den verschiedenen in der Strategieplanung anvisierten Handlungsfeldern entsprechen.

Ergebnis der Maßnahmenentwicklung: die „Bewegte Dorfrunde“

Im Ergebnis steht ein Gemeinderundweg von ca. 2,8 km Länge, bei dem nur wenige Höhenmeter zu bewältigen sind. Entlang der Strecke wurden durch den lokalen Bauhof insgesamt 14 Stationen errichtet. Darunter befinden sich montagefertige Stationen von unterschiedlichen Spiel- und Sportgeräteherstellern (z. B. Balancierbalken, Pedaltrainer, „Heißer Draht“, „Free Runner“) sowie Stationen aus eigener Herstellung des Bauhofs (z. B. Bewegungstreppe für Sprints und Sprünge, Tic-Tac-Toe-Feld, als offener Bücherschrank umgebaute Telefonzelle). Des Weiteren wurden zahlreiche neue Sitzgelegenheiten entlang

der Runde geschaffen, sodass für ausreichend Rast- und Interaktionsmöglichkeiten gesorgt wurde. Die folgende Tabelle veranschaulicht den Routenverlauf und zeigt einen Überblick der Stationen.

Die „Bewegte Dorfrunde“: Strecke und Stationen



Stationen

1 Hand-Auge-Koordination	2 Slalom-Harfe und -leiter	3 Tic Tac Toe-Feld
4 Dehnübungen mit Stange	5 Schwebende Plattform	6 Heißer Draht
7 Steintreppe	8 Dehnübungen ohne Stange	9 Free Runner
10 Bank mit Pedalen	11 Kräftigungsübungen am Reck	12 Bücherschrank
13 Balancierbalken	14 Atemübungen	Sitzgelegenheiten

- Eigenschaften**
- 2,8 km Streckenlänge
 - 38 Höhenmeter
 - 12 Sitzmöglichkeiten
 - Durchquerte oder berührte Ortsteile: Altort, Angertor
 - Ortsteile in unmittelbarer Nähe: Altes und neues Neubaugebiet

Beispielstationen

<p>Tic Tac Toe</p> <p>Anleitung Tic-Tac-Toe: Zwei Personen setzen abwechselnd unterschiedliche Zeichen (z. B. Steine, Hölzer, etc.) in ein freies Feld. Die Person, die als erstes drei Zeichen in eine Zeile, Spalte oder Diagonale setzen kann, gewinnt.</p> <p>Drei gewinnt!</p>	
<p>Pedaltrainer</p> <p>Bewege deine Beine in einem flüssigen Rhythmus vorwärts oder rückwärts.</p> <p>Bringe deinen Kreislauf in Schwung!</p>	
<p>Bewegungstreppe</p> <p>Die Treppe ist ein hervorragendes Trainingsgerät für Sprints und Sprünge. Probiere doch zum Beispiel einmal Folgendes: Hüpf auf einem Bein die Treppe hoch. Erst drei Sprünge mit dem rechten Bein, dann drei mit dem linken Bein.</p> <p>Hüpf dich fit!</p>	
<p>Heißer Draht</p> <p>Konzentration und eine ruhige Hand sind gefragt!</p> <p>Führe den Ring um das geschwungene Rohr, ohne es dabei zu berühren.</p> <p>Zu einfach? Dann probiere es doch einmal auf einem Bein oder mit einem geschlossenen Auge.</p> <p>Konzentriere dich!</p>	

Die „Bewegte Dorfrunde“ wurde im Juni 2022 feierlich in der Pfarscheune der Gemeinde mit Grußworten des Bürgermeisters, der Staatssekretärin des Bundesgesundheitsministeriums, des stellvertretenden Landrats und weiterer Projektbeteiligter eröffnet. Die Geräte wurden anschließend gemeinsam mit den Bürger:innen ausprobiert. Ergänzt wurde das Programm durch ein gemütliches Beisammensein mit musikalischer Begleitung sowie weitere Aktionen (z. B. Stempelkarte mit Gewinnspiel für das Ablaufen der Stationen).

Phase IV: Evaluation

Evaluation der Maßnahme „Bewegte Dorfrunde“

Die Mitglieder der Arbeitsgruppe „Bewegte Dorfrunde“ wurden in einer digitalen Zusammenkunft zum Arbeitsprozess und Ergebnis befragt. Die Mitglieder waren vom Endergebnis überzeugt und schätzten im Arbeitsprozess vor allen Dingen den engen Austausch mit den Bürger:innen und die Mitsprache im Auswahl- und Entscheidungsprozess für das Stationenkonzept. Besonders geschätzt wurde außerdem die interdisziplinäre, generationsübergreifende Zusammensetzung der Gruppe. Darüber hinaus laufen die Planungen (Stand: 10/2022) zur Durchführung einer Evaluation der Maßnahmenutzung und -akzeptanz durch die Bürger:innen. Diese erfolgt in Form von Fragebögen im Zuge einer Masterarbeit.

Evaluation der gesamten Planungsgruppenarbeit

Die Arbeiten der Planungsgruppe wurden zum Projektende mittels Fokusgruppen evaluiert. Bei der Prozessevaluation wurde die Zusammenarbeit durchweg positiv bewertet und alle Mitglieder erklärten, ihre Interessen und Bedürfnisse angemessen eingebracht zu haben. Bei der Ergebnisevaluation wurden zahlreiche Veränderungen in der Gemeinde und darüber hinaus gesammelt. Alle Ergebnisse wurden auf einem Plakat festgehalten.



Lessons learned

Die Rolle von Antreiber:innen und Wegbereiter:innen

Projektantreiber:innen und -wegbereiter:innen sind eine wichtige Grundvoraussetzung für systematische Interventionsprozesse. Im Fallbeispiel von Wülfershausen ist das besondere Engagement des Bürgermeisters hervorzuheben, der in allen Projektphasen die Weichen für eine gelingende Planung und Umsetzung stellte. Dies zeichnete sich einerseits durch eine Priorisierung des Projekts und ein zügiges Vorantreiben wesentlicher Arbeitsschritte ab (z. B.

kurzfristig arrangierte Termine für Absprache mit Ämtern, Einberufung von Sondersitzungen des Gemeinderats, angeordnete Priorisierung der baulichen Umsetzung durch den Bauhof). Andererseits zeigte sich die Priorisierung des Projekts auch in der Bereitstellung von finanziellen Mitteln, die für die baulichen Veränderungen sowie darüber hinaus für weitere Zwecke nötig waren (z. B. Kosten für Grafik der Beschilderung, Dorfrunden-Flyer und Stempelkarten). Auch Räumlichkeiten (z. B. für Konzeptionstreffen und Eröffnungsfeier) sowie nicht zuletzt auch Gemeindegrundstücke für die baulichen Vorhaben selbst wurden bereitgestellt.

Hauptverantwortlichkeiten klären und nachhaltig denken

Die Planung und Umsetzung systematischer Interventionen erfordert personelle Ressourcen. Das Projekt „EUBeKo“ inkludierte die Bereitstellung von externen Ressourcen in personeller Form („kommunale Fachkraft“). Diese übernahm die Hauptverantwortlichkeit für die Maßnahmenentwicklung und die Koordination der Dorfrunden-Arbeitsgruppe. Folglich kann die Frage gestellt werden, welche Personen in ländlichen Gemeinden diese Funktion übernehmen könnten, wenn keine externen Ressourcen zur Verfügung stehen. Zur nachhaltigen Sicherung der Gemeindevision wurde deshalb ein Bürger:innentermin organisiert, an dem sich die Anwesenden Gedanken über das Festhalten und das Fortführen der Gemeindevision machten. Im Ergebnis wurde ein Arbeitskreis initiiert, der aus Gemeindegänger:innen besteht und durch das Quartiersmanagement koordiniert wird. Alternativ wären für derartige Absichten auch ehrenamtliche Gesundheitsbotschafter:innen oder Präventionsbeauftragte denkbar, die durch die Geschäftsstellenleitung der Gesundheitsregion^{plus} geschult werden. In anderen Landkreisen in Bayern existieren solche Funktionstragende bereits (z. B. Landkreis Cham LINK).

Realistische Erwartungshaltungen kommunizieren

Systematische Planung und Umsetzung gesundheitsfördernder Interventionen ist per Definition ein Prozess. Deshalb sollte von Beginn an auf eine Erwartungshaltung abgezielt werden, die keine schnellen sichtbaren Veränderungen beinhaltet. Wenngleich im Beispiel Wülfershausen kleinere sichtbare Veränderungen bereits kurzfristig in die Wege geleitet wurden (z. B. Aufstellen neuer Sitzbänke, Reparaturen von Spielgeräten auf Spielplätzen) betrug die Gesamtdauer von Beginn der Bedarfs-, Bestands- und Bedürfnisanalyse bis zur Eröffnung der „Bewegten Dorfrunde“, die häufig als „Vorzeigemaßnahme“ des Projekts betitelt wird, über zwei Jahre. Der Prozesscharakter sollte vorab deutlich kommuniziert werden, um Ungeduld oder gar negative Einstellungen gegenüber dem Projekt durch die Bürger:innen zu verhindern. Das Motto „Gut Ding will Weile haben“ gilt also auch für die kommunale Bewegungsförderung.

Kontinuierliche und häufige Einbindung der Bürgerschaft

Kommunale Bewegungsförderung soll Bürger:innen durch bewegungsanregende Verhältnisse zu mehr Aktivität im Alltag verhelfen. Deshalb ist es wichtig, die Bürgerschaft in den Mittelpunkt zu stellen und kontinuierlich bei den einzelnen Projektschritten einzubinden. Im Beispiel von Wülfershausen wurde die Bürgerschaft bereits aktiv bei der Informationsveranstaltung zu Projektbeginn angehört und im Rahmen der Bedarfs-, Bestands- und Bedürfnisanalyse einbezogen. Nur so konnte ein Maßnahmenkatalog entworfen werden, der die vielfältigen Ideen und Wünsche der Bürger:innen der Gemeinde umfasst. Auch die Planung und Konzeption der beschriebenen Maßnahme „Bewegte Dorfrunde“ erfolgte durch einen Arbeitskreis, der aus Bürger:innen bestand, die wiederum im ständigen Austausch mit den Personen aus ihrem Umfeld standen. Die interne Projektevaluation bestätigte, dass dies ein Schlüsselfaktor für ein gelungenes Endergebnis war.