Protokoll zum 3. Netzwerktreffen im Rahmen des BIG-Projekts

25.04.2023 im Vereinsheim des TV Miltenberg (Churfrankenhalle)

Akteur:innen	Funktion
Andrea Volz	Koordinatorin BIG-Projekt der ILE Odenwald-Allianz
Birsen Kebeli	Peer
Christa Wilkens	BIG-Teilnehmerin
Gerhard Müller	Vorstandschaft des TV Miltenberg 1862 e.V.
Inge Richter	Familienstützpunkt des Caritasverbandes für den Landkreis Miltenberg e.V.
Lena Simon	BIG-Teilnehmerin
Monika Wolf-Pleßmann	1. Bürgermeisterin der Gemeinde Rüdenau
Renate Grimm	BIG-Teilnehmerin
Viktor Gaub	Umsetzungsbegleiter der ILE Odenwald-Allianz

BIG-Points

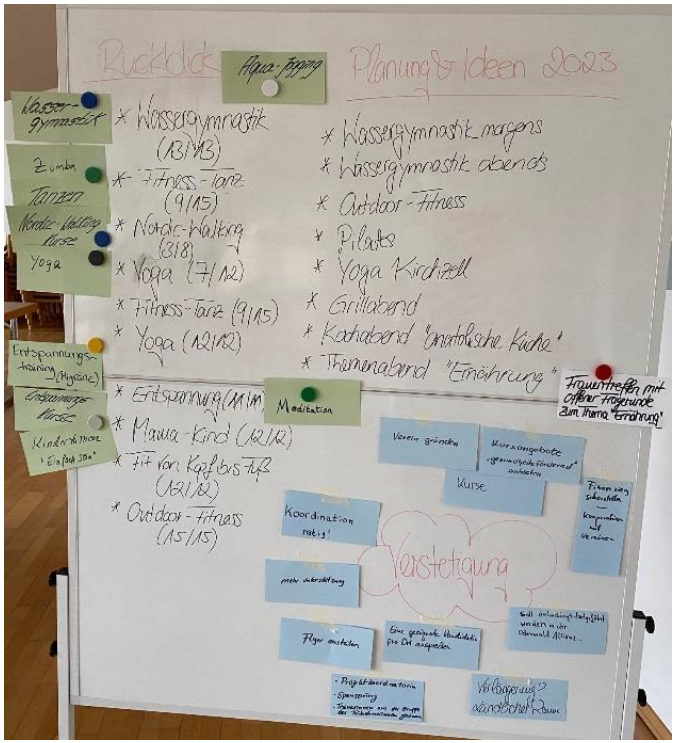
TOP	Thema	Moderatorin / Teilnehmerinnen
1	Begrüßung und Eröffnung	Andrea Volz / Alle
2	Rückblick 2022 sowie 1. Trimester 2023	Andrea Volz / Birsen Kebeli
3	Weitere Planung für 2023	Andrea Volz
4	Beleuchtung und Diskussion der Umfrageergebnisse	Andrea Volz
5	Pause	Alle
6	Beteiligten-Analyse	Alle
7	Verstetigung	Andrea Volz / Alle
8	WUP	Alle
9	Feedback	Alle

Begrüßung und Eröffnung

Am **25.04.2023** fand das halbjährliche BIG-Netzwerktreffen statt. Um 15:00 Uhr eröffnete die BIG-Projektkoordinatorin der ILE Odenwald-Allianz, Andrea Volz, das 3. BIG-Netzwerktreffen im Vereinsheim des TV Miltenberg. Sie begrüßte die acht Teilnehmer:innen zum Austausch, bei dem es vorrangig darum ging, die vergangenen 22 Monate des BIG-Projekts in der Odenwald-Allianz Revue passieren zu lassen. Seit dem 01.07.2021 läuft in der Odenwald-Allianz das BIG-Projekt und seither wurden verschiedene Frauentreffen organisiert und die dabei erarbeiteten Maßnahmen sowie Wünsche der Teilnehmerinnen umgesetzt. Ziel des 3. BIG-Netzwerktreffens war es, den **Verlauf des Projekts** aus der Perspektive der teilnehmenden Akteur:innen zu betrachten, Raum für **Verbesserungsvorschläge** zu geben, **Ergebnisse** aus der Kurs-Umfrage zu diskutieren und nicht zuletzt, auch das Thema **„Verstetigung“** in den Vordergrund zu rücken. An dem Austausch beteiligten sich neben Vertreter:innen verschiedener (Beratungs-)Stellen, Institutionen und Vereinen auch die Peer des BIG-Projekts sowie einige BIG-Teilnehmerinnen, um Erfahrungen mit dem BIG-Projekt auszutauschen.

Zum besseren **Kennenlernen** der Workshop-Teilnehmer:innen untereinander wurden Moderationskarten verteilt, auf denen alle Teilnehmer:innen drei Schlagworte schrieben, was sie mit dem BIG-Projekt verbinden, was sie mit BIG bereits erlebt haben und/oder welche Erwartungen sie an das BIG-Projekt haben. Dabei fielen Schlagworte, wie Gesundheit, Frauen, Mütter, neue Freundschaften, Bewegung, Kurse, Vernetzung, Frauennetzwerk, niederschwellige Bewegungsangebote, Chancen für Frauen, gute Zusammenarbeit, Kontinuität, Odenwald-Allianz. Im Anschluss erläuterten alle Teilnehmer:innen ihre Stichpunkte.

Rückblick 2022 sowie Trimester 2023



Frau Volz fasste rückblickend die bisherigen Kurse mit der Anzahl der Teilnehmerinnen zusammen, wobei sich eine **kontinuierliche Steigerung** der Zahlen abzeichnete:

- Juli 2022: Wassergymnastik im Freibad Amorbach mit 13 von möglichen 13 Teilnehmerinnen
- September 2022: Fitness-Tanz im Vereinsheim des TVM mit 9 von möglichen 15 Teilnehmerinnen
- September 2022: Nordic Walking in und um Amorbach mit 3 von möglichen 8 Teilnehmerinnen
- Oktober 2022: Yoga im Vereinsheim des TVM mit 7 von möglichen 12 Teilnehmerinnen
- Januar 2023: Fitness-Tanz im Vereinsheim des TVM mit 9 von möglichen 15 Teilnehmerinnen
- Januar 2023: Yoga im Vereinsheim des TVM mit 12 von möglichen 12 Teilnehmerinnen
- Januar 2023: Mama-Kind-Workout im Vereinsheim des TVM mit 12 von möglichen 12 Teilnehmerinnen
- Januar 20223: Entspannung in Schneeberg mit 11 von möglichen 11 Teilnehmerinnen
- März 2023: Fit von Kopf bis Fuß in Amorbach mit 12 von möglichen 12 Teilnehmerinnen

Bei einigen Kursen wurden **Wartelisten** angelegt. Hierüber können Frauen nachrücken, wenn eine Teilnehmerin ihren Kursplatz doch wieder abgibt.

Außerdem wurden im Jahr 2022 zwei **BIG-Frauentreffen** organisiert, im Rahmen derer sich die Teilnehmerinnen über das BIG-Projekt informieren sowie Barrieren und Wünsche in Bezug auf Bewegungsangebote äußern konnten. Darüber hinaus fanden bisher ein **BIG-Frauennachmittag**, zwei **BIG-Frauenfrühstücke** sowie zwei **BIG-Themenabende** statt. Diese Art von BIG-Treffen dienen dem Austausch, dem Kennenlernen der Teilnehmerinnen untereinander sowie des Projekts und auch dazu, Themen zu behandeln, die den Teilnehmerinnen wichtig sind, wie Selbstachtsamkeit oder die Möglichkeit, in verschiedene Entspannungstechniken hineinzuschnuppern.

Rückblickend zum 2. BIG-Netzwerktreffen wurden in der Zwischenzeit einige wichtige Punkte angestoßen, wie die Verteilung der BIG-Flyer in Arztpraxen, die Projektbewerbung im Rahmen von Veranstaltungen, wie Schulfesten, oder die Neugestaltung des BIG-Flyers mit dem Zugang zu Videos in **verschiedenen Sprachen**, die das BIG-Projekt erklären.

Abschließend berichtete Frau Kebeli, die erste **Peer** in der Odenwald-Allianz, über ihre Tätigkeit im Rahmen des BIG-Projekts. Sie verteilt Plakate mit neuen BIG-Angeboten sowie BIG-Flyer, spricht Zielgruppen-Frauen aktiv auf das Projekt und die damit verbundenen Angebote an und öffnet damit den Zugang zu weiteren Zielgruppen bzw. möglichen BIG-Teilnehmerinnen.

Weitere Planung für 2023

Ab Mai 2023 werden folgende Kurse angeboten, die bereits aktiv beworben werden:

- Mai 2023: Outdoor-Fitness am Mehrgenerationen-Park in Rüdenau mit 15 von möglichen 15 Teilnehmerinnen
- Mai 2023: Wassergymnastik abends im Freibad Amorbach mit 15 von möglichen 15 Teilnehmerinnen
- Juni 2023: Wassergymnastik morgens im Freibad Amorbach mit derzeit 7 von möglichen 13-15 Teilnehmerinnen

Darüber hinaus sind folgende Angebote in der Planung oder derzeit als konkrete Ideen aufgenommen:

- Outdoor-Fitness-Kurs am Mehrgenerationen-Park in Rüdenau ab August 2023
- Nordic-Walking-Kurs ab August 2023
- Möglicher Yoga-Kurs in einer anderen Kommune der Odenwald-Allianz sowie möglicher Pilates-Kurs
- Grillabend oder kultureller Kochabend „Anatolische Küche“
- BIG-Themenabend mit dem Schwerpunkt „Ernährung“ im Juli 2023

Viele Teilnehmerinnen wünschen sich außerdem, dass Kurse, wie beispielsweise Fit von Kopf bis Fuß oder Fitness-Tanz, erneut angeboten werden. Auch diese Wünsche sollen in der weiteren Planung berücksichtigt werden.

Beleuchtung und Diskussion der Umfrageergebnisse

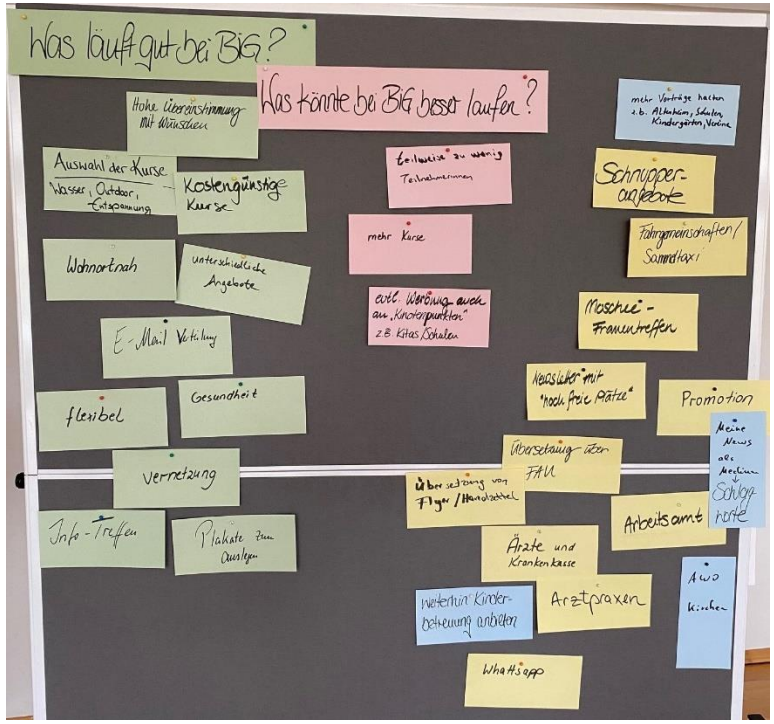
Seit Januar 2023 verfügt die Odenwald-Allianz über ein **Online-Umfrage-Tool**, mit dessen Hilfe nach Kurs-Ende ein Feedback von den Teilnehmerinnen eingeholt wird. Die Umfrage wird mittels eines Links an die Teilnehmerinnen verschickt, die anonym und in kurzer Zeit den Kurs, die Projektkoordination und das BIG-Projekt allgemein bewerten können. Außerdem können die Teilnehmerinnen Angaben zu ihrer Person machen. Es werden auch die Gründe für die Kursteilnahme abgefragt, ob der Kurs wieder besucht, ob an weiteren BIG-Angeboten teilgenommen werden würde etc. Zuletzt besteht die Möglichkeit, einen Freitext mit Kritik, Verbesserungsvorschlägen o.Ä. zu verfassen. Der Link zur Umfrage wurde inzwischen nach drei Kursen verschickt und von insgesamt 14 Frauen beantwortet.

Im Rahmen dieses Punktes zeigte Frau Volz auch die Punkte aus dem letzten BIG-Netzwerktreffen, bei dem es u.a. darum ging, was bei BIG gut läuft und was besser laufen könnte, auf. Folgende Punkte wurden seit dem letzten Austausch fokussiert:

- Teilweise zu wenige Teilnehmerinnen
- Mehr Kurse
- Werbung an Knotenpunkten, wie Kitas und Schulen sowie Arztpraxen und Jobcenter
- Übersetzung des Projekts durch die Friedrich-Alexander-Universität in Erlangen-Nürnberg (Einbindung von Erklärvideos in anderen Sprachen)
- Schnupperangebote, z.B. im Rahmen eines Themenabends
- Newsletter mit Angeboten und damit „Weitersagen“ unter Freundinnen und Verwandten, z.B. über WhatsApp(-Status)

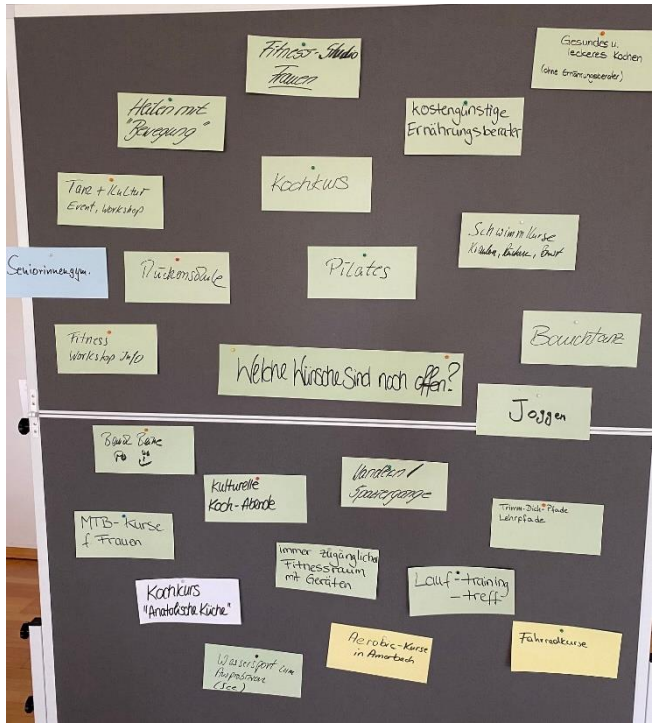
Im weiteren Fokus soll stehen:

- Persönliche Information über BIG-Projekt in Schulen, Kindergärten, Vereinen, ggf. Altenheimen und im Rahmen von Moschee-Treffen
- Fahrgemeinschaften



Eine **Kinderbetreuung** soll weiterhin zu den Kursen und Treffen angeboten, der Kontakt zu den Türöffner:innen stetig gepflegt werden. Darüber hinaus kann das BIG-Projekt auf der Online-Plattform „meine-news" noch gezielter beworben werden.

In der weiteren Projektlaufzeit soll auch auf die noch **offenen Kurswünsche** eingegangen und diese auf Umsetzbarkeit geprüft werden.



Pause

Die 15-minütige Pause wurde von den Teilnehmerinnen zum Austausch untereinander, für Fragen oder das persönliche Gespräch genutzt. Dabei konnten sich die Akteur:innen besser kennenlernen und mehr über die Arbeit sowie die Einbindung in das BIG-Projekt erfahren.

Beteiligtenanalyse

Mit Hilfe der Beteiligtenanalyse wurde ein Stärkenprofil der bisherigen Akteur:innen erstellt. Alle Teilnehmer:innen des Workshops füllten das Dokument selbstständig und anonym aus. Bei der Auswertung der Bögen werden folgende Ergebnisse zusammengefasst:

Beteiligten-Analyse

Bisherige Akteur:innen	Interessen/Erwartungen	Stärken	Unterstützung
Welche Akteur:innen sind bisher beteiligt?	*Welche Interessen und Erwartungen hat die Akteurin/der Akteur an BIG? Welchen Nutzen bringt ihr/ihm das BIG-Netzwerk?*	*Welche Stärken kann die Akteurin/der Akteur in das BIG-Projekt/-Netzwerk einbringen?*	*Wie könnte die Akteurin/der Akteur, BIG und/oder das BIG-Netzwerk (noch) unterstützen?*
BIG-Projektkoordinatorin	• Informationen • Verbreitung • Weiterführung	• Neue Bekannte • Informationen • Koordination	• Durch Flyer
BIG-Teilnehmerinnen	• Kurse weiterführen • Körperlich fit bleiben • Aktivierung • Neue Freunde • Selbstvertrauen	• Wünsche • Sprachrohr (Werbung) • Weiterhin Trainer:innen involvieren • Aktiv sein • Neue Freunde finden • Zuverlässig zum Kurs erscheinen	• Tipps geben • Erzählen, weitersagen • Leute ansprechen • Offen sein • Werbung im Bekanntenkreis
Bürgermeister:in	• Gesündere, zufriedenere Bürger:innen • Koordinatorin weiter unterstützen • Unterstützung des Projekts • Integration der Frauen, Aktivierung	• Politisches Gewicht • Netzwerk • In der Ortschaft erzählen • Werben • Helfen, Räume zu finden • Hinter dem Projekt stehen	• Multiplikatoren-Netzwerk
Multiplikator:innen/ Türöffner:innen	• Teilnehmer:innen allgemein • Medien	• Kontakte knüpfen und weitergeben • Bekanntheit in Zielgruppe steigern • Teilnahme an den versch. Treffen	
Odenwald-Allianz	• Unterstützung • Weiterführung	• Finanzierung	• Weiterführung (Stelle) • Finanzierung
Peer(s)	• Mehr Teilnehmer:innen gewinnen • Förderung der eigenen Person	• Sprachrohr • Ist selbst betroffen und hat Einblicke	• Mehr Peers ☺ • Flyer austragen • Erzählen • Ansprechen • Tätig als Multiplikatorin
Projektkoordination Friedrich-Alexander-Universität			• Fachlich • Fördermöglichkeiten
Sportvereine und Bewegungsanbieter	• Unterstützung voraussetzen • Bereitstellung der Räumlichkeit • Förderung des Sports • Neue Mitglieder	• Knowhow • Netzwerk	

Zukünftige Akteur:innen	Interessen/Erwartungen	Stärken	Unterstützung
Unternehmen	• Soziales Engagement	• Zielgruppe arbeitet im Unternehmen	• Bewerbung • Finanzierung
Weitere Vereine			
Lehrer:innen			
Kirche			
Therapeut:innen			
Jugendamt			

Verstetigung

Nachdem alle Teilnehmer:innen den Bogen zur Beteiligtenanalyse ausgefüllt hatten, fand ein Brainstorming zum Thema „Verstetigung“ statt. Die Förderung des BIG-Projekts wird im November 2024 auslaufen, eine **Projektverstetigung** wird angestrebt. Wichtige Punkte, die im Brainstorming genannt wurden, waren beispielsweise, dass die Finanzierung sichergestellt werden muss, was ggf. über eine Art Sponsoring sowie die Kooperation mit Vereinen denkbar wäre. Aus der Gruppe der Teilnehmerinnen könnten zusätzlich Trainerinnen gewonnen werden. Außerdem sei eine Koordination wichtig; hierbei wäre es denkbar, eine geeignete Kandidatin pro Ort anzusprechen. Es wurde auch betont, dass sich die Strukturen im ländlichen Raum anders gestalten als im städtischen Raum, weshalb eine weitere Unterstützung notwendig werden könnte.

WUP

WUP - als Abkürzung für „Warm-Up“ - belebt Körper und Geist und wird daher als bewegte Pause genutzt, um die Teilnehmer:innen zu erfrischen. Hierzu führte die Moderatorin mit der Gruppe verschiedene Übungen mit Tennisbällen durch, die der Mobilisation sowie Koordination dienten. An das WUP knüpfte der letzte Punkt des Workshops an, das Feedback.

Feedback

Abschließend durften die Teilnehmer:innen des Workshops ein Feedback zum 3. BIG-Netzwerktreffen geben. Hierzu hatte Frau Volz eine Zielscheibe mit folgenden vier Schwerpunkten vorbereitet:

- Konflikt- und Problemlösung
- Ergebnisse, Zielsetzung und Maßnahmenplanung
- Moderation, Methoden und Moderationstechniken
- BIG-Netzwerktreffen und Workshop im Allgemeinen

Alle Teilnehmer:innen erhielten je vier Klebepunkte, sodass sie für jeden Schwerpunkt einen Klebepunkt an der Zielscheibe anbringen konnten. Die einzelnen Bereiche waren von grün, über gelb, bis hin zu rot mit einem entsprechenden Emoji versehen, entsprechend der Bewertung „gut“, „mittelmäßig“, „schlecht“.

Der Workshop zum 3. BIG-Netzwerktreffen wurde um 17:00 Uhr mit der offiziellen Verabschiedung durch Frau Volz beendet.