Protokoll zum 4. Netzwerktreffen im Rahmen des BIG-Projekts

17.10.2023 im Vereinsheim des TV Miltenberg (Churfrankenhalle)

Akteur:innen	Funktion
Andrea Volz	Koordinatorin BIG-Projekt der ILE Odenwald-Allianz
Birsen Kebeli	Peer
Claire Leduc-Maßem	Übungsleiterin/Trainerin
Christa Wilkens	BIG-Teilnehmerin
Dorothea Schlegel	BIG-Teilnehmerin
Gerhard Müller	Vorstandschaft des TV Miltenberg 1862 e.V.
Maike Till	Koordinatorin BIG-Projekt der FAU Erlangen-Nürnberg
Maria-Christine Schlegel	BIG-Teilnehmerin
Marina Kramer	Peer
Nadine Eichhorn	BIG-Teilnehmerin
Renate Grimm	BIG-Teilnehmerin
Renate Vallecca	Multiplikatorin
Sabine Müller	Übungsleiterin/Trainerin
Viktor Gaub	Umsetzungsbegleiter der ILE Odenwald-Allianz

BIG-Points

TOP	Thema	Moderatorin / Teilnehmerinnen
1	Begrüßung und Eröffnung mit Kurzvorstellung	Alle
2	Rückblick 2022/2023 und Planung 2024	Andrea Volz
3	Verstetigung	Alle
4	Pause	Alle
5	Vorstellung und Diskussion der Ergebnisse zur Verstetigung	Alle
6	Feedback	Alle

Begrüßung und Eröffnung mit Kurzvorstellung

Am **17.10.2023** fand das halbjährliche und damit das **4. BIG-Netzwerktreffen** im Vereinsheim des TV Miltenberg statt. Um 15:00 Uhr eröffnete die BIG-Projektkoordinatorin der ILE Odenwald-Allianz, Andrea Volz, den Workshop und begrüßte die insgesamt 13 Teilnehmenden. Das BIG-Projekt begann in der ILE Odenwald-Allianz zum 01.07.2021 mit einer Laufzeit von 3,5 Jahren. Somit bricht mit dem neuen Jahr 2024 auch das letzte Förderjahr an, was Thema dieses Workshops sein sollte: Die **Verstetigung des BIG-Projekts**. Dieses Thema wurde im Rahmen des 3. BIG-Netzwerktreffens kurz angerissen und füllte diesmal den gesamten Workshop. Der Kreis der Teilnehmenden bestand aus den beiden Peers, einigen BIG-Teilnehmerinnen sowie BIG-Übungsleiterinnen und Expert:innen aus verschiedenen Bereichen. Demnach war ein Erfahrungs- und Meinungsaustausch aus verschiedenen Perspektiven möglich.

Mittels der Schlüsselbund-Methode stellten sich die Teilnehmenden untereinander vor. Hierzu griffen die Teilnehmenden zu ihren Schlüsseln, die sie als Aufhänger nutzten, um sich vorzustellen und zu erläutern, in welcher Beziehung sie zu dem Projekt stehen, was sie mit BIG verbinden und/oder was sie mit dem Projekt bereits erlebt haben. Dabei erzählten die BIG-Teilnehmerinnen, bei welchen Kursen sie mitmachten, und die Übungsleiterinnen gaben einen Überblick zu den Kursen, die sie hielten. Weitere Akteur:innen berichteten, in welchem Bezug sie zum BIG-Netzwerk stehen und wie lange sie das Projekt bereits begleiten.

Frau Volz gab einen kurzen Überblick zum Ablauf und erklärte die Pinnwand mit dem **Themenspeicher**. Dieser dient dazu, Gedanken und Ideen, die während des Workshops aufkommen, zu notieren und damit abzuspeichern. Hierfür wurden auf Moderationskarten Notizen gemacht, die anschließend unter dem Begriff „Themenspeicher“ an der Pinnwand befestigt wurden. Über den Workshop hinweg füllte sich diese Pinnwand mit folgenden Punkten:

- Kommunikation in Bezug auf eine mögliche Kinderbetreuung während der Angebote und die „männerfreie Zone“ fokussieren, auf Fahrgemeinschaften verweisen (ggf. „Rufbus“ möglich), BIG besser beschreiben, weitere Räume als Ausweichmöglichkeit bei schlechtem Wetter suchen
- Gezielte Werbung in Krabbelgruppen, Sprachkursen und weiterhin in Schulen, Kindergärten etc.
- Werbung auf Facebook, Instagram und über WhatsApp-Kanäle → Inwieweit soll Werbung außerhalb der Odenwald-Allianz gemacht werden?
- Mögliche Unterstützer: Krankenkassen, Sportvereine, Gemeinden, örtliche Läden, politische Entscheider:innen, Landrat und Bürgermeister:in, Netzwerk der Gesundheitskammern (u.a. Ärztekammer)

Rückblick 2022/2023 und Planung 2024

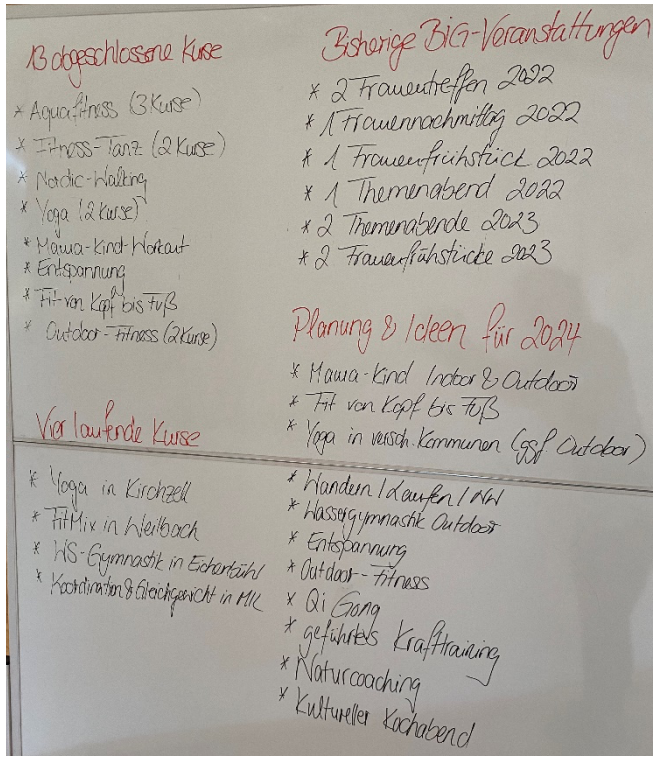
Der zweite TOP befasste sich mit dem Rückblick auf die inzwischen abgeschlossenen Kurse aus den Jahren 2022 und 2023 sowie mit den aktuell laufenden und den für 2024 geplanten Kursen. Bisher konnten 13 Kurse erfolgreich abgeschlossen werden, vier weitere Bewegungskurse laufen aktuell, u.a. in drei Kommunen der ILE Odenwald-Allianz, in denen bis dato kein BIG-Kurs lief: Eichenbühl, Kirchzell und Weilbach. Es handelt sich hierbei teilweise um Kurse, die erstmalig beim BIG-Projekt in der Odenwald-Allianz umgesetzt werden: Wirbelsäulen-Gymnastik sowie Gleichgewicht- und Koordinationstraining.

Zudem wurden im Rahmen von BIG-Frauentreffen die Themen „Selbstachtsamkeit“ und „Ernährung“ durch Referentinnen behandelt und es wurde ein Entspannungs-Workshop angeboten. Im Rahmen eines Frauenfrühstücks können sich die BIG-Teilnehmerinnen regelmäßig austauschen, mehr über BIG erfahren und ihre Ideen sowie Wünsche an (Bewegungs-)Angeboten mitteilen. Insgesamt fanden bisher acht BIG-Veranstaltungen statt, ein BIG-Frauenfrühstück ist für dieses Jahr, am 13.11.2023, noch geplant.

Für das neue Jahr 2024 bestehen derzeit viele Überlegungen und Ideen: Von der Wiederaufnahme diverser Kursangebote (Entspannung, Fit von Kopf bis Fuß, Mama-Kind-Workout, Yoga) bis hin zu Kursen, die es beim BIG-Projekt in der Odenwald-Allianz noch nicht gab, beispielsweise Qi Gong, Yoga im Freien und verschiedene Lauf-/Wanderangebote.

Einige Übungsleiterinnen haben bereits angeboten, solche Kurse (wieder) zu geben, so dass konkrete Planungen mit Angeboten ab Januar 2024 möglich sind.

Auch ein kultureller Kochabend oder ein kulturelles Treffen mit verschiedenen Speisen ist für das neue Jahr angedacht.



Verstetigung

Mit dem neuen Jahr 2024 bricht zeitgleich das letzte Förderjahr des BIG-Projekts in der ILE Odenwald-Allianz an. Daher diente das 4. BIG-Netzwerktreffen hauptsächlich der Bearbeitung des Themas "Verstetigung“. Damit sich alle Teilnehmenden in Ruhe, aber auch im Austausch mit anderen, diesem Thema widmen konnten, wurde die sog. **Knowledge-Café-Methode** in verkürzter Form gewählt. Hierzu wurden die Teilnehmenden vorab von Frau Volz in drei Gruppen eingeteilt, wobei in jeder Gruppe eine sog. Gastgeberin oder ein Gastgeber bestimmt wurde. Jede Gruppe wurde mit Gastgeberin oder Gastgeber einem Tisch zugeordnet, auf dem eine Papiertischdecke mit einer Fragestellung befestigt war. Jede Gruppe hatte 15 Minuten Zeit, um zu folgenden Fragestellungen zu brainstormen, zu diskutieren und Notizen zu machen:

- Wie kann die Verstetigung aussehen?
- Welche Ressourcen sind für die Verstetigung notwendig?
- Welche Personen und Organisationen sollen einbezogen werden?

Nach Ablauf der jeweils 15 Minuten wechselten die Gruppen zum nächsten Caféhaus-Tisch, wobei die Gastgeberin oder der Gastgeber an dem jeweiligen Tisch blieb und die neue Gruppe über den aktuellen Stand aufklärte. Nachdem jede Gruppe an jedem Caféhaus-Tisch einmal war, lud Frau Volz zu einer kleinen Pause ein.

Pause

Die 10-minütige Pause wurde von den Teilnehmenden genutzt, um sich untereinander auszutauschen sowie mehr über die jeweilige Tätigkeit und/oder die Verbindung zu BIG zu erfahren. Während der Pause brachte Frau Volz die drei Papiertischdecken gut sichtbar an der Pinnwand an, um die Ergebnisse des Knowledge-Cafés anschließend in offener Runde vorzustellen und zu diskutieren.

Vorstellung und Diskussion der Ergebnisse zur Verstetigung

Nach der Pause wurden die Ergebnisse der drei Fragestellungen von der jeweiligen Gastgeberin bzw. vom jeweiligen Gastgeber in offener Runde vorgestellt und diskutiert. Nachfolgend sind die Ergebnisse zusammengefasst:

<u>Wie kann die Verstetigung aussehen?</u>

- Kooperation mit Krankenkassen, Sportvereinen und lokalen Unternehmen, z. B. Schwimmbad mit Frauenbadezeiten (dadurch Gewinnung von Teilnehmerinnen und Besucherinnen)
- Ansprechpartner:in
- Mehr soziale Events als Werbung, wie Frauenfrühstück o.Ä.
- Organisation mit Trainerinnen und Räumlichkeiten

- Trainerinnen aus dem Kreis der Teilnehmerinnen gewinnen
- Fortlaufend „einfache“ Kurse, wie Wandern oder Radfahren, anbieten
- (zielgruppenorientierte) Werbung über soziale Medien, meine-news, Mundpropaganda, Peers
- Fahrgemeinschaften oder Shuttle (beim 1. Treffen seitens der Kursleiterin ansprechen)
- Kurse nicht gewinnorientiert
- Finanzielle Förderung sicherstellen
- Kinderbetreuung weiterhin anbieten

Welche Ressourcen sind für die Verstetigung notwendig?

- Finanzielle Mittel, z. B. Fördermittel, Beiträge der Teilnehmerinnen in Form einer Kursgebühr
- Organisation und Koordination
- Netzwerk, u.a. mit Sponsoren und Unterstützern
- Trainerinnen und Teilnehmerinnen
- Räumlichkeiten und Materialien
- Kinderbetreuung und Fahrgemeinschaften
- Werbung und mehr soziale Interaktion
- Treffpunkte, wie beispielsweise ein Frauencafé
- Evaluation und Qualitätssicherung

Welche Personen und Organisationen sollen einbezogen werden?

- Physiotherapie-Praxen und (Sport-)Vereine → BIG-Angebote als Ergänzung und nicht als Konkurrenz
- Krankenkassen, Ärzte-Netzwerk, Ernährungsberater
- Landratsamt mit verschiedenen Stellen, wie Gesundheitsamt, Jugendamt etc.
- Geschäfte des täglichen Bedarfs und Läden vor Ort, wie Bücherei, Buchladen, Friseur, Apotheken
- Lokale Presse, wie das Amts- und Mitteilungsblatt
- (Berufs-)Schulen, Kindergärten, Kindertagesstätten
- Firmen und Unternehmen vor Ort, die (als Sponsoren) unterstützen könnten

Feedback

Abschließend bat Frau Volz um ein Feedback der Teilnehmenden. Hierfür waren drei Symbole, auf DIN A4 ausgedruckt, vorbereitet: **Koffer**: „Was nehme ich mit?“, **Ablage**: „Was könnte vermutlich einmal wichtig sein?“ und **Papierkorb**: „Was erscheint mir unwichtig bzw. was kann ich nicht gebrauchen?“. Alle Teilnehmenden konnten zu den drei Symbolen Moderationskarten beschriften und diese an der Pinnwand entsprechend anbringen. Betont wurden dabei die Motivation sowie das Engagement der Beteiligten, dass BIG viel Unterstützung erfährt und damit schon einiges in der Region bewegen konnte und dies auch zukünftig tun soll, indem das Projekt fortbestehen kann.

Um 17:00 Uhr beendete Frau Volz das 4. BIG-Netzwerktreffen.