



**BEWEGTES
TIROL**

**BEWEGUNG
& SPORT
IN TIROLER
GEMEINDEN**



BEWEGUNG UND SPORT IN TIROLER GEMEINDEN PROJEKTBERICHT

Verankerung einer Bewegungskordinatorin
in der Pilotregion Stubaital

Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung.....	3
Das Pilotprojekt im Überblick.....	4
1. Ausgangslage und Herausforderungen.....	5
2. Projektidee	6
2.1 Bewegungs- und Sportkoordinatorin	6
2.2 Ziele und Aufgaben der Koordinatorin.....	8
3. Projektstruktur und -ablauf.....	11
4. Charakteristika der Pilotregion.....	13
5. Maßnahmen	15
5.1 Theoretischer Hintergrund.....	15
5.2 Prozess und Herangehensweise.....	17
5.3 Arbeitsschwerpunkte	21
5.4 Ergebnisse.....	23
5.4.1 Erreichte Zielindikatoren.....	23
5.4.2 Projekte und Aktivitäten	23
5.4.3 Nicht realisierte Maßnahmen aufgrund externer Einflüsse	30
6. Handlungsempfehlungen	31
7. Fazit.....	33
7.1 Persönliches Fazit der Koordinatorin: Reflexionen aus der Feldarbeit	33
7.2 Fazit der Projektleitung: Erfolge und Herausforderungen.....	35

Zusammenfassung

Bewegung und Sport haben in Tirol zwar eine lange Tradition, ihr Stellenwert in der Tiroler Gesellschaft ist jedoch zu gering und entspricht nicht der enormen Bedeutung für die Gesundheit, Lebensqualität sowie dem hohen Beitrag zur Volkswirtschaft. Die Vielfalt an Stakeholdern, die sich in Tirol mit dem Thema Bewegung und Sport befassen, sowie an Angeboten ist beachtlich, doch besonders auf Gemeindeebene gab es bislang keinen übergeordneten Rahmen und keine verbindende Struktur, welche die Betreuung, Vernetzung und Kommunikation von Bewegungs- und Sportangeboten ermöglicht.

Im Rahmen des Perspektivenprogramms ‚Modellregion bewegtes Tirol‘ wurde unter Federführung der Lebensraum Tirol Gruppe dieser Situation entgegengesteuert und das Pilotprojekt „Bewegung und Sport in Tiroler Gemeinden“ (bzw. „Bewegtes Stubai“) initiiert. Dafür wurde in der Pilotregion Stubaital für mehr als ein Jahr eine Bewegungskordinatorin verankert, deren Aufgabe es war, die Angebote und Herausforderungen in den Gemeinden zu analysieren bzw. zu kommunizieren, Anbieter:innen, Vereine und Schulen zu unterstützen, zu vernetzen sowie eine Anlaufstelle für Bürger:innen in Sachen Bewegung und Sport zu sein. Ziel war es, besonders jene Menschen zu erreichen, die sich bislang noch zu wenig bewegt haben.

Nach ausführlicher Analyse der Strukturen und Angebote im Tal in den ersten Monaten, wurden mehr als 140 große und kleinere Projekte, Maßnahmen, Beratungen und Vernetzungen von der Koordinatorin initiiert, umgesetzt oder begleitet. Mehr als 125 Institutionen und Organisationen sowie rund 2.150 Personen waren während des Projektzeitraums involviert. Zu den wirksamen Maßnahmen zählten einerseits die Kommunikation und Sichtbarmachung von Bewegungsangeboten, Anbietenden wie Vereinen und sonstigen Initiativen – in Form einer Sportlandkarte oder über Social-Media-Plattformen für das gesamte Tal. Neben der laufenden Vernetzungsarbeit und der persönlichen Beratung, wurden niederschwellige, leicht zugängliche Initiativen bzw. Events angestoßen, ein erstmaliges Netzwerktreffen zwischen den Vereinen initiiert, Schulen unterstützt und Menschen mit Bewegungsmangel über Hausärzte identifiziert. Die durch das abgeschlossene Pilotprojekt gewonnenen Erkenntnisse und Maßnahmen sollen langfristig sowohl für das Stubaital als auch für unser Land von Nutzen sein.

Folgende Handlungsempfehlungen wurden aus dem Projekt abgeleitet. Sie sind für jegliche Region von Relevanz und werden zukünftig auch auf Landesebene vorangetrieben:

- Kommunikation, Information und Sichtbarmachung aller Bewegungsangebote und -anbieter:innen in der Region
- Förderung von niederschweligen Bewegungsangeboten zur Einbindung von Menschen mit Bewegungsmangel in der Region
- Aufbau eines funktionierenden Netzwerkes im Rahmen eines partizipativen Prozesses und Identifikation einer zentralen Koordinations- und Anlaufstelle

Das Pilotprojekt im Überblick

1 Pilotregion
Planungsverband
Koordinatorin

5 Gemeinden

Bewegungskoordinatorin
14 Monate im Einsatz

128 Beteiligte
Institutionen und
Organisationen

> 2.150 Erreichte und
mitwirkende Menschen
im Stubaital

> 140 Maßnahmen,
Beratungen und
Vernetzungen

3 Definierte
Handlungsempfehlungen

1. Ausgangslage und Herausforderungen

Tirol hat seit jeher eine starke Positionierung als Sportstandort. Bewegung ist Teil unserer Kultur als Alpenregion sowie die Basis für eine gesunde Bevölkerung – jeder fünfte Euro wird mittelbar oder unmittelbar durch den Sport erwirtschaftet (Fichtinger, Grohall, Groß, Kleissner, & Zalesak, 2021). Bewegung und Sport sind gesund, wirken integrativ, stärken die soziale Verantwortung und führen zu einer hohen Lebensqualität (World Health Organization, 2018). In finanzieller Hinsicht ersparen Bewegung und Sport dem Staat Österreich rund 530 Millionen Euro an Gesundheitskosten - Unfallkosten bereits abgezogen (Alt, Binder, Helmenstein, Kleissner, & Krabb, 2015). Aufgrund der zunehmenden Digitalisierung und Motorisierung sowie der Reduzierung des Bewegungsverhaltens, rücken Erfahrungen mit dem eigenen Körper jedoch vermehrt in den Hintergrund und werden im Alltag nicht mehr selbstverständlich „mitgeliefert“ (Greier, Drenowatz, Riechelmann, & Greier, 2021).

Die Österreicher:innen können im Schnitt nur 59 gesunde Lebensjahre genießen, während dieser Wert in Schweden bei 73 Jahren bzw. in der gesamten EU bei 64 Jahren liegt (eurostat, 2022). Nur 9 % der Jugendlichen (zwischen 14 und 17 Jahren) erfüllen die Bewegungsempfehlung der WHO von täglich 60 Minuten. Diese Entwicklungen sowie die volkswirtschaftlichen und gesundheitspolitischen Folgen sind besorgniserregend. Bewegung und Sport müssen bei den Entscheidungsträger:innen und in der Tiroler Gesellschaft an Bedeutung gewinnen – der Stellenwert ist zu gering.

Infolgedessen stehen auch die Gemeinden vor zahlreichen Herausforderungen wie steigende Gesundheitskosten, veranlasst durch demografische Entwicklungen und mangelnde Aufmerksamkeit für Bewegung und Sport hinsichtlich Gesundheitsprävention sowie aufgrund mangelnder Ressourcen und starrer Strukturen. Ein Teil der Gemeindebevölkerung ist nicht in das Gemeindeleben integriert und fehlende Niederschwelligkeit, Information und Chancengerechtigkeit erschweren den Zugang zu Bewegungs- und Sportangeboten.

Bürger:innen stehen vor ähnlichen Herausforderungen, darunter fehlende grundlegende Bewegungskompetenzen, fehlende zeitliche oder finanzielle Ressourcen sowie mangelnde Motivation bzw. Bewusstseinsbildung über die positiven Effekte von Bewegung und Sport (GemNova Dienstleistungs GmbH, 2022). Dies erfordert ein Umdenken und eine verstärkte Zusammenarbeit auf regionaler Ebene, um Bewegung und Sport vermehrt in den Mittelpunkt des gesellschaftlichen Lebens zu rücken und die Gesundheit sowie das Wohlbefinden der Bevölkerung zu fördern. In Folge ist die notwendige Positionierung Tirols als Sport- und Bewegungsstandort sowie die bedeutende Rolle von Bewegung und Sport für unsere Gesundheit und Lebensqualität unbestreitbar.

„Tirol kann eine Modellregion für gesundes Leben und Wirtschaften werden. Dabei steht - neben einer gesunden Natur und Wirtschaft - vor allem die Gesundheit der Menschen im Mittelpunkt. Bewegung ist erwiesenermaßen ein zentraler Schlüssel dazu, weshalb wir uns zum Ziel gesetzt haben, Projekte mit Modellcharakter und Strahlkraft im Bereich Bewegung und Sport umzusetzen.“

Josef Margreiter, Vorsitzender der Lebensraum Tirol Gruppe
(Lebensraum Tirol, 2022)

Unter Federführung der Lebensraum Tirol Gruppe (LRT) wurde von 2019 bis 2020 mit zahlreichen Stakeholdern eine Strategie für das „Alpine Sportland Tirol“ erarbeitet (Lebensraum Tirol Holding, 2021), die sich 2021 nahtlos als Perspektivenprogramm unter dem Titel „Modellregion bewegtes Tirol“ (GWW3) einfügte. Als ein Handlungsfeld wurde die Förderung von „Bewegung und Sport in Tiroler Gemeinden“ definiert.

2. Projektidee

2.1 Bewegungs- und Sportkoordinatorin

Aufgrund genau dieser beschriebenen Umstände und Herausforderungen wurde die Idee geboren, eine „Bewegungs- und Sportkoordinator:in“ als „Kümmerer:in“, Anlaufstelle und Vernetzungsorgan in einer Pilotregion zu verankern. Die GemNova Dienstleistungs GmbH, als umsetzender Projektpartner mit großer Expertise auf kommunaler Ebene in Tirol, analysierte durch eine Vielzahl an Gesprächen und qualitative Interviews die Herausforderungen und Chancen im Bereich Bewegung und Sport in Tiroler Gemeinden, um eine praxisorientierte sowie umsetzbare Konzeption für dieses Pilotprojekt zu gewährleisten. Durch sehr offen und flexibel gestaltete Interviews richtete sich der Fokus konkret auf die Zielsetzung des Projekts und weniger auf allgemeine Aspekte des Sports in Tirol.

Exkurs: Analyse des Themas Bewegung und Sport in Tiroler Gemeinden

Im Rahmen dieser Analyse wurden zehn Interviews mit Schlüsselakteur:innen durchgeführt, darunter (Vize-)Bürgermeister:innen, Gemeinderät:innen, kommunale Expert:innen, Vereinsmitglieder sowie ein Koordinator eines Planungsverbands in Tirol. Diese Gespräche boten wertvolle Einblicke in bestehende Strukturen und in die identifizierten Potenziale sowie Bedarfslagen für die Förderung von Bewegung in Gemeinden und der Idee der Bewegungs- und Sportkoordinator:innen (GemNova Dienstleistungs GmbH, 2022).

Die Interviews deckten eine Vielzahl von Themengebieten ab, die für die Entwicklung und erfolgreiche Umsetzung des Projekts entscheidend waren. Diese Themengebiete umfassten:

- Angebote und Gestaltung: Diskussionen über die vorhandenen Bewegungsangebote und wie diese besser auf die Bedürfnisse der Zielgruppen abgestimmt werden können
- Argumente, die für Koordinator:innen sprechen: Erfassung der Vorteile und Mehrwerte, die eine zentrale Koordinationsrolle für die Gemeinden und die Region bringen könnte
- Vereine: Einbeziehung von Vereinen und deren Rolle bei der Schaffung und Aufrechterhaltung eines vielfältigen Angebots an Bewegungsaktivitäten
- Zielgruppe Bürger:innen: Identifizierung der Bedürfnisse und Wünsche der Bürger:innen in Bezug auf körperliche Aktivität und Bewegung
- Finanzierung und Ressourcen: Diskussion über die finanziellen Aspekte und benötigten Ressourcen zur Realisierung und nachhaltigen Sicherung des Projekts
- Auswahl der Modellregion: Kriterien und Überlegungen bei der Auswahl der Modellregion für die Pilotierung des Projekts
- Koordinator:innen: Konkretisierung der Aufgaben, der Verantwortlichkeiten und des Profils der Bewegungskoordinator:innen

Aus den Expert:innen Interviews ergaben sich folgende Ergebnisse:

- Ausdrücklicher Hinweis darauf, dass die Gemeinden personell nicht belastet werden sollen, die personellen Kapazitäten in den Gemeinden sind schlichtweg erschöpft
- Bei Sportvereinen solle man auf Vernetzung und Synergie setzen, sie könnten eine Art „Booster“ für das Projekt darstellen, sind jedoch in ihren oftmals ehrenamtlichen Ressourcen ebenso eingeschränkt
- Ob der/die Koordinator:in Planungsverbände oder einzelne Gemeinden betreut hängt von der Gemeindegröße ab und von der Struktur des Planungsverbandes. Hier sollte nach Sinnhaftigkeit individuell entschieden werden
- Die Wahrnehmung des Koordinators bzw. der Koordinatorin kann auf Empfehlung von Freunden und Bekannten erfolgen (Mundpropaganda). Dementsprechend könnte eine Bewerbung über Social Media gut angenommen werden
- Eine finanzielle Förderung stellt ein Incentive für Gemeinden dar und erhöht dadurch die Chancen einer Teilnahme an dem Projekt
- Bei der Auswahl der Modellgemeinden bzw. -region wäre es ideal Gemeinden zu finden, die sich der Gesundheitsförderung verschrieben haben

2.2 Ziele und Aufgaben der Koordinatorin

Wie bereits zuvor erwähnt, wurde eine Bewegung- und Sportkoordinatorin in der Pilotregion Stubaital verankert, um einen Rahmen sowie eine verbindende Struktur und Anlaufstelle zu schaffen, welche die laufende Betreuung, Vernetzung und Kommunikation von Bewegungs- und Sportangeboten garantiert und ermöglicht. Die Aspekte der Niederschwelligkeit, erleichterte Zugänglichkeit und die Reduktion von Hürden hinsichtlich Bewegung sollten dabei im Mittelpunkt stehen, um mehr Personen aus der Region zur Bewegung zu bringen und vor allem jene Menschen zu erreichen, die bisher noch nicht körperlich aktiv sind oder sich zu wenig bewegen. Die präventive Wirkung von Bewegung führt zu einer Steigerung der gesunden Lebensjahre – die Investition in eine Koordinatorin sollte sich langfristig durch Einsparungen im Gesundheitssystem mehr als nur rechtfertigen.

„Sport und Bewegung sind der Grundstein für ein gesundes Leben. 37 Prozent der Tiroler:innen treiben höchstens ein- bis zweimal im Monat Sport. Das wollen wir ändern und die Menschen zu mehr Bewegung motivieren. Die neue Sport- und Bewegungskoordinatorin hilft uns die Gesundheit und das Wohlergehen der Tiroler Bevölkerung zu erhalten und zu fördern.“

Georg Dornauer, 1. LH-Stellvertreter & Sportlandesrat
(Lebensraum Tirol, 2023)

Ziel war einerseits der Aufbau eines Bewegungs- und Sportnetzwerks in der Region und die gezielte Verknüpfung verschiedenster Akteur:innen wie Gemeinden, Schulen, Vereine, Infrastrukturbetreiber:innen, sonstige Anbieter:innen und Partner:innen aus der Wirtschaft. Die Bürger:innen sollten vermehrt in das Gemeindeleben integriert und das Gemeinschaftsgefühl gestärkt werden. Vor allem zum Beginn der Projektlaufzeit war es deshalb zentral, die Gemeinden mit seinen Angeboten, Institutionen und Strukturen zu analysieren und kennenzulernen.

Zentrale Aufgabe der Bewegungskoordinatorin war es also, als entscheidende Ressource und Drehscheibe die Kräfte all jener Stakeholder, die im Bereich Bewegung und Sport tätig sind, zu bündeln und die Zusammenarbeit zwischen den verschiedenen Akteur:innen zu erleichtern. Außerdem war es das Ziel, die vorhandenen sowie ausreichenden Bewegungs- und Sportangebote in der Region zu kommunizieren, sichtbar zu machen sowie mögliche Lücken und Problemfelder zu erkennen. Die Koordinatorin sollte darüber hinaus als direkte Anlaufstelle für die Bürger:innen im Stubaital fungieren, die Menschen informieren, beraten und für Bewegung und Sport begeistern bzw. motivieren.

Im Sinne eines neuartigen Pilotprojekts wurde im Vorhinein die bewusste Entscheidung getroffen, der Koordinatorin hinsichtlich ihrer Aufgaben und zu setzenden Maßnahmen keine zu spezifischen Anweisungen bzw. Vorgaben zu machen, sondern die notwendigen

Schritte und Handlungen durch die gewonnenen Erkenntnisse organisch herauszufinden – jede Region ist einzigartig und dementsprechend variiert auch die Struktur und Dynamik.

„Vernetzen bedeutet nicht, bewährte Methoden und Strukturen im Stubaital aufzugeben, sondern gemeinsam vorhandene Ressourcen zu ergänzen und gleichzeitig Barrieren abzubauen, um sicherzustellen, dass alle Zugänge zu den Angeboten haben, wobei die Niederschwelligkeit besonders berücksichtigt wird, ohne den Anspruch zu erheben, Konkurrenz zu sein oder aufzuzeigen, was andere falsch machen, sondern vielmehr als Unterstützung und Ergänzung zu agieren.“

Alexandra Gradauer, Bewegungskordinatorin im Stubaital

Zielerreichungsindikatoren

Folgende Zielerreichungsindikatoren wurden in dem mehr als einjährigen Pilotprojekt für die Bewegungs- und Sportkordinatorin definiert, um die Tätigkeiten bzw. den Erfolg zu messen. Die Zielerreichungsindikatoren wurden unabhängig vom lokalen Kenntnisstand über die vorhandenen Strukturen, Angebote und Funktionär:innen definiert:

- Kontaktaufnahme mit 90% der Vereine im Bereich Bewegung & Sport in der Pilotregion
- Vernetzung bzw. Austausch mit mindestens 50% der Vereine im Bereich Bewegung & Sport in der Pilotregion
- Kontaktaufnahme mit 50% der Pflichtschulen im Bereich Bewegung & Sport in der Pilotregion
- Durchführen von mindestens einer Veranstaltung mit Vernetzungscharakter (z.B. Tag der Vereine)
- Durchführen von mindestens 30 individuellen Beratungen und Begleitungen mit Bürger:innen

Nicht-Ziele

Es sollte vermieden werden, dass:

- Verantwortung von bestehenden Strukturen genommen wird
- Parallelstrukturen im Tal aufgebaut werden
- Aufgaben außerhalb der definierten Rolle übernommen werden
- Maßnahmen ohne Rücksicht auf die soziale & ökologische Nachhaltigkeit gesetzt werden
- Es auf Grund von fehlendem Engagement der Bevölkerung zu einer One-Woman-Show wird
- Der Fokus auf Leistungssport oder auf der Schaffung von hochspezialisierten Bewegungsangeboten liegt
- Die Niederschwelligkeit missachtet wird

Zielgruppen

Primäre Zielgruppe

Die primäre Zielgruppe umfasste alle Bewohner:innen der Region, unabhängig von Alter und Geschlecht. Es galt vor allem jene Menschen abzuholen bzw. zu erreichen, die bislang noch wenig bzw. keinen Zugang zu Bewegung und Sport gefunden haben. Wie beschrieben, galt es vor allem den Aspekt der Niederschwelligkeit zu beachten und die Hürden zur Bewegung möglichst gering zu halten.

Sekundäre Zielgruppen

Darüber hinaus wurden für die Pilotphase und aus unterschiedlichen Gründen weitere wichtige Stakeholder definiert, deren Einbindung wesentlich war, um langfristig ein funktionierendes Netzwerk an Akteur:innen zu gewährleisten. Im Mittelpunkt standen dabei die verschiedenen Institutionen und Organisationen. Einige individuelle Akteur:innen werden in Folge erwähnt.

Institutionelle Ebene

- Politik und Gemeinden
(Land Tirol, Abteilung Sport, Bürgermeister, Gemeinderät:innen, Gemeindebetreuer)
- Talmanagement
(Talmanager, Arbeitsgruppenmitglieder)
- Bildungseinrichtungen
(Direktor:innen, Pädagog:innen, Freizeitpädagog:innen, Leitung der Volkshochschule (VHS), Leitung der Erwachenschule, Schulqualitätsmanager Tirol Mitte)
- Einrichtungen im Sport- und Freizeitbereich
(Sportler:innen, Vereinsmitglieder, kommerzielle Sportanbieter, Fachhändler:innen, Sportveranstalter:innen, Sportinfrastrukturbetreiber:innen, Coaches und Trainer:innen, Landessportreferent:innen)
- Gesundheits- und Sozialbereich
(Ärzt:innen, Physiotherapeut:innen, Leiterin des Caritas Freiwilligenzentrums Tirol Mitte, Freiwilligenkoordinatorin, Mitarbeiter:innen von Wohn- und Pflegeheimen und Tagesbetreuungen)
- Tourismus- und Freizeitbetriebe
(Geschäftsführer Tourismusverband Stubai (TVB), Hotelbetreiber:innen, Geschäftsführer des StuBay Freizeitentrums, Betriebsleitungen der Bergbahnen)
- Wirtschaft
(Geschäftsführungen von Betrieben, Mitglieder Wirtschaftsbund)
- Anlaufstellen für Jugendliche
(Jugendleiter:innen Jugendzentren, Heimleitung Jugendwohnheim)
- Weitere Interessensgruppen
(Private Haushalte, Eltern, etc.)

3. Projektstruktur und -ablauf

In Folge werden die involvierten Organisationen, der Prozess sowie die Rollenverteilung im Projekt „Bewegtes Stubaital“ beschrieben.

Lebensraum Tirol Gruppe (Programm: Modellregion bewegtes Tirol)

Im Jahr 2021 bekam die Lebensraum Tirol Gruppe im Rahmen des Programms „Modellregion bewegtes Tirol“ den Auftrag, innovative Projekte mit Modellcharakter im Bereich Bewegung und Sport anzustoßen. Unter anderem war es das Ziel, den Stellenwert von Bewegung und Sport in den Tiroler Gemeinden zu steigern und auf kommunaler Ebene mehr Menschen in Bewegung zu bringen. Die Lebensraum Tirol Holding (LRT) war somit Auftraggeberin und Initiatorin des Pilotprojekts „Bewegtes Stubai“.

GemNova (Dienstleistungs GmbH)

Um diesem Ziel näherzukommen, wurde Anfang des Jahres 2022 die GemNova – das Dienstleistungsunternehmen des Tiroler Gemeindeverbandes – als zentraler Projektpartner und somit Projektleiterin und -umsetzerin ausgewählt. Aufgrund ihrer Erfahrungen in der Umsetzung von Projekten auf kommunaler Ebene und im Gesundheitsbereich sowie aufgrund ihrer ausgezeichneten Beziehung zu den Tiroler Gemeinden, war die GemNova die logische und ideale Besetzung dafür. Gemeinsam wurde anschließend bis Sommer 2022 das Konzept für die Verankerung einer Bewegungs- und Sportkoordinatorin ausgearbeitet. Im Herbst wurde von der GemNova die Suche nach geeigneten Pilotregionen gestartet. Nach erfolgreicher Akquise der Koordinatorin (Alexandra Gradauer) für das Stubaital wurde diese ab Dezember 2022 in der GemNova angestellt und von der internen Projektleitung laufend unterstützt und geführt. Im August 2023 ging die GemNova Dienstleistungs GmbH in Konkurs – das leitende Organ des Pilotprojekts ging somit verloren, die Bewegungskoordinatorin verlor ihre Anstellung und das Projekt musste für einige Woche pausiert werden.

Planungsverband Stubaital & Talmanagement

Unter Federführung der GemNova wurde im Herbst 2022 das Stubaital als Pilotregion akquiriert. Der Planungsverband und die Gemeinden waren von Beginn an interessiert und von der Idee angetan. Die interkommunale Zusammenarbeit war im Stubaital bereits zuvor ein wesentlicher Aspekt: seit 2019 gibt es dort einen Talmanager, der Politik, Institutionen und die Bewohner:innen vernetzt und die Zusammenarbeit im Tal fördert. Mit dem Start im Dezember 2022 wurde der Bewegungskoordinatorin über den Planungsverband ein Arbeitsplatz im Tal zur Verfügung gestellt. Der Talmanager erwies sich im Laufe des Projekts als einer der wichtigsten Partner.

Abteilung Sport des Landes Tirol

Die Abteilung Sport des Landes Tirol ist engster Partner im Programm „Modellregion bewegtes Tirol“ der Lebensraum Tirol Gruppe, ist dort in sämtlichen Maßnahmen im Bereich

Bewegung und Sport involviert und gleichzeitig das Bindeglied zur Politik. Auch im Projekt „Bewegtes Stubaital“ unterstützte die Abteilung Sport in der Steuerung, Leitung und Umsetzung von Maßnahmen.

Nach der Insolvenz der GemNova war es die Abteilung Sport, die durch die befristete Anstellung der Bewegungs- und Sportkoordinatorin bis März 2024 im eigenen Förderverein („Nachwuchskompetenzzentrum Tirol“) die planmäßige und erfolgreiche Fortsetzung sowie den Abschluss des Pilotprojekts sicherstellen konnte.

Gremien

Zur Steuerung des Pilotprojekts „Bewegtes Stubaital“ wurde ein „Steuerungsteam“ einberufen, das in Summe fünf Mal und besonders in der Konzeptions- und Akquisephase regelmäßig tagte. Es bestand aus dem Programmleiter und Projektmanager der LRT, dem Geschäftsführer sowie Projektmanagerinnen der GemNova, einem Vertreter der Abteilung Sport und einem Vertreter des Sports Research Lab Tirol. Das „Kernteam“ des Projekts war für die operativen Belange und die Leitung des Pilotprojekts sowie der Koordinatorin verantwortlich und bestand aus den jeweiligen Projektmanagerinnen in der LRT und in der GemNova. Nach dem Konkurs der GemNova trat die Abteilung Sport (gemeinsam mit der LRT) verstärkt in die Leitungsrolle.

Struktur und Akteur:innen

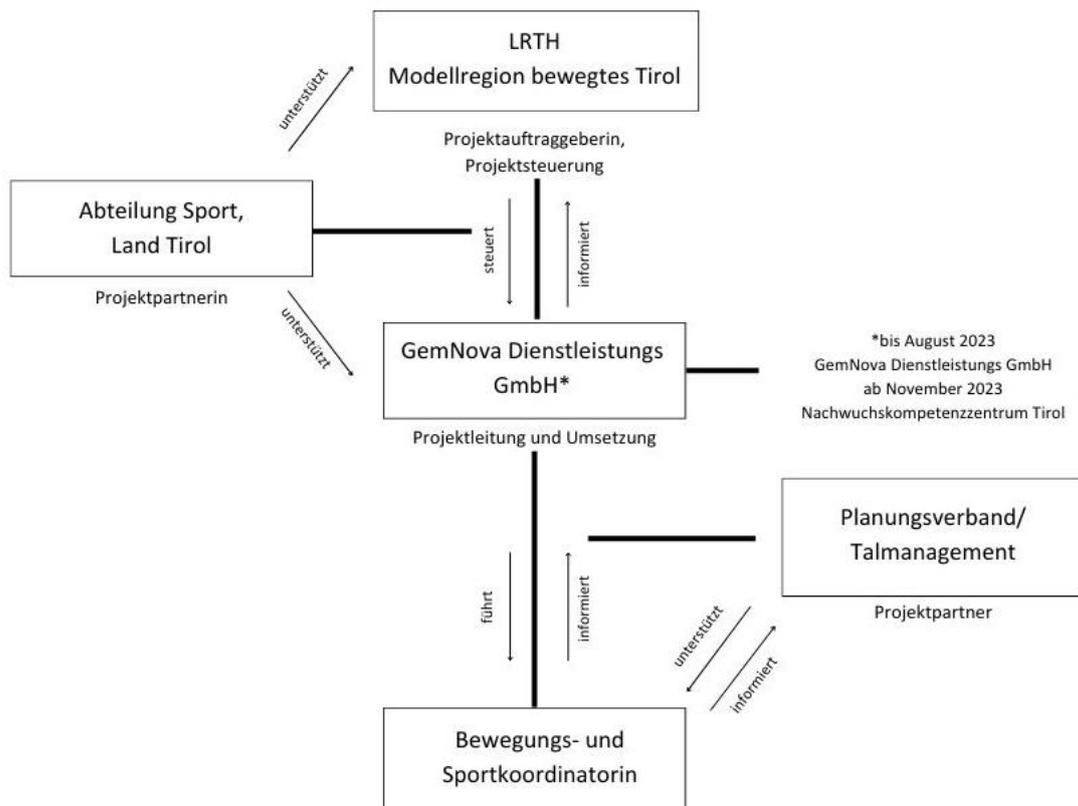


Abbildung 1: Struktur und Akteur:innen des Pilotprojekts (eigene Darstellung)

4. Charakteristika der Pilotregion

Geografische Merkmale

Das Stubaital, das größte Seitental des Wipptals, liegt südwestlich von Innsbruck und erstreckt sich über fünf Gemeinden: Schönberg im Stubaital, Mieders, Telfes im Stubai, Fulpmes und Neustift im Stubaital. Insgesamt leben 14.265 Personen im Tal (Statistik Austria, 2023). Die beiden größten Gemeinden sind Neustift mit 5012 Einwohnern und Fulpmes mit 4560 Einwohnern.

Wirtschaft

Der Tourismus ist der bedeutendste Wirtschaftszweig, während auch die Landwirtschaft, das Gewerbe und die Industrie das Tal prägen. Für die touristische Infrastruktur ist der Tourismusverband Stubai Tirol zuständig, der mit seinem Stubaitalhaus in Neustift angesiedelt ist und eine wichtige Stütze für die relevanten Akteur:innen ist.

Gemeindestrukturen und Projekte

Die fünf Stubai-Gemeinden arbeiten als Planungsverband (PV) seit 2019 gemeindeübergreifend zusammen. Er unterstützt die örtliche Raumordnung und beim Breitbandausbau. Der Planungsverband Stubaital ist Vorreiter in Tirol, weil er schon länger einen Talmanager beschäftigt, der mit allen Bewohner:innen des Tales, der Politik und den ansässigen Institutionen zusammenarbeitet. Das Talmanagement spielt bei der Förderung gemeindeübergreifender Projekte eine zentrale Rolle. Es strebt stets danach, seinen Aktionsradius zu erweitern. Bereits aktive Kooperationen wie die Freiwilligenkoordination Stubai legen davon Zeugnis ab. Daher waren die Voraussetzungen für das Pilotprojekt "Bewegung und Sport in Tiroler Gemeinden" im Stubaital gegeben. Gemeinsam mit dem Planungsverband, den Bürgermeister:innen und Arbeitsgruppen aus der Bevölkerung wird Zukunftsarbeit verrichtet (Der Talententwicklungsprozess- im Wort, Herbst 2021).

Bildungseinrichtungen

Im Stubaital gibt es ein breites Angebot an Schulen, darunter sechs Volksschulen (VS), zwei Neue Mittelschulen (NMS), die Polytechnische Schule und die Höhere Technische Lehranstalt (HTL). Die Schulen bringen ihre eigenen Besonderheiten durch verschiedene Schulgütesiegel in das Bildungsangebot mit ein. Ergänzt wird dieses Bildungsspektrum durch drei Jugendzentren in Neustift, Fulpmes und Mieders, die Dekanatsjugend Stubai/Wipptal sowie die Pfadfinder, die als lebendige Treffpunkte und Anlaufstellen für Jugendliche dienen. Zudem stehen in jeder Gemeinde Kindergärten (KiGa) und Krippen sowie ein Eltern-Kind-Zentrum Wipptal und Stubaital für die umfassende Kinderbetreuung in der Region zur Verfügung.

Gesundheits- und Sozialeinrichtungen

Das Stubaital verfügt über eine gut strukturierte Gesundheits- und Soziallandschaft, die eine umfassende Betreuung und Versorgung der Bevölkerung in gesundheitlichen und sozialen Belangen im Stubaital gewährleistet. Dazu zählen das Ärztenetz als Arbeitsgemeinschaft (ARGE), Beratungsstellen und Seelsorgeräume, Gesundheits- und Krankendienste, die Pflege und Physiotherapiezentren.

Sport und Freizeit

Im Stubaital pulsiert eine vielfältige und aktive Sport- und Bewegungsszene. Ein breites Spektrum an sportlichen Aktivitäten und Möglichkeiten zur Bewegung wird durch unterschiedlichste Organisationen und Anbieter:innen geboten. Die Aktivitäten der Sport- und Bewegungsszene wurden durch eigenständige Recherche der Koordinatorin identifiziert und quantifiziert.

- 31 Stubaier Testimonials aus der Szene des Spitzensports
- 4 Verbände: Österr. Pensionistenverband, ASKÖ, ASVÖ und Sportunion
- ca. 29 Sport- und Freizeitvereine
- ca. 40 kommerzielle Anbieter:innen und Clubs
- 8 Blaulichtorganisationen
- 2 Freizeit- und Sportevent- Anbieter:innen
- 9 Anbieter:innen für Kultur und Tradition: Schützenkompanien und -gilden
- 1 Erwachsenenschule Neustift und 1 Volkshochschule Fulpmes
- 4 Skigebiete: Stubaier Gletscher, Schlick 2000, Elferbahnen, Serlesbahnen
- StuBay Freizeitcenter GmbH: Schwimmbad, Sauna, Fitness, Kurse, Airpark
- Traditionelle Sport Events z.B. „Kalkkögel Trail“
- Sportliche Großevents z.B. „Stubai Ultratrail“ und „World Mountain and Trail Running Championships 2023“ und der FIS Freeski World Cup im Snowpark Stubai Zoo

Die Vielfalt an Aktivitäten wird durch zahlreiche Sportartikelhändler:innen, Wanderhighlights wie der „WildeWasserWeg“, Naturschauplätze und Themenwege sowie die vorhandene touristische Infrastruktur komplettiert.

„Das Tal hat hervorragende Voraussetzungen. Um Synergien zu nutzen und alle Player zu vernetzen, braucht es einen Kümmerer. Die Bewegungskordinatorin ist es.“

Benjamin Lachmann, Sportlicher Leiter des Nachwuchskompetenz-zentrums Tirol und wohnhaft in Mieders

5. Maßnahmen

5.1 Theoretischer Hintergrund

Handlungsebenen

Die Aktivitäten der Bewegungskordinatorin zielten in Anlehnung an die fünf Kernelemente der WHO zur Gesundheitsförderung ab. In diesem Zusammenhang umfasste die Bewegungsförderung die gesamte Bevölkerung in ihrem alltäglichen Leben- dort wo man spielt, lernt, arbeitet und liebt. Die Umsetzung berücksichtige fünf verschiedene Handlungsebenen. Das Ziel war es, Einzelpersonen zur Teilnahme zu motivieren, und persönliche Kompetenzen zu entwickeln, bewegungsbezogene Gemeinschaftsaktionen in Gruppen zu unterstützen, Anbieter:innen neu orientieren zu lassen, das Bewusstsein für die Bedeutung von Bewegung und Sport in der Gesellschaft zu stärken, Kampagnen und Aufklärung zu betreiben und politische Unterstützung zu gewinnen (Naidoo & Wills, 2019).

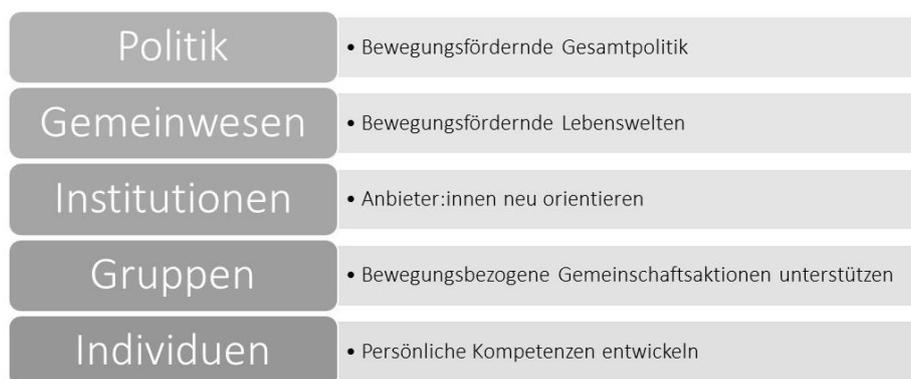


Abbildung 2: Handlungsebenen in der Bewegungsförderung (modifiziert nach (Naidoo & Wills, 2019) ((WHO), 1986)

Schlüsselemente zur Bewegungsförderung

Als besonders bedeutsam für die Entwicklung einer bewegungsfördernden Region galten die folgenden Schlüsselemente:



Abbildung 3: Schlüsselemente zur Bewegungsförderung
(modifiziert nach (Engelmann & Halkow, 2018) (Killian, Geene, & Philippi, 2004))

Empowerment, als eines der Schlüsselemente, beschreibt die Stärkung der Gemeinden und ihrer Bewohner:innen, indem sie befähigt wurden, aktiv am Projektprozess teilzunehmen, Einfluss auf Entscheidungen zu nehmen und ihre eigenen Interessen zu vertreten.

Die Partizipation der Gemeinden und ihrer Bewohner:innen im Pilotprojekt war von entscheidender Bedeutung, da sie eine aktive Beteiligung und Mitgestaltung ermöglichte. Durch die Einbindung der Bevölkerung wurden die Bedürfnisse und Anliegen der Zielgruppen besser berücksichtigt, was eine bedarfsgerechte Planung und Umsetzung von Maßnahmen zur Förderung von Bewegung und Sport ermöglichte.

Die Organisations- und Strukturbildung beinhaltete die Schaffung geeigneter Rahmenbedingungen und Strukturen, um die Zusammenarbeit zwischen den verschiedenen Akteur:innen zu erleichtern und effektive Maßnahmen umzusetzen. Dies umfasste die Vernetzung von Arbeitsgruppen und die Koordination von Ressourcen.

Die aktive Einbeziehung verschiedener Akteur:innen und Stakeholder führt zu einer Vielfalt an Perspektiven und Ideen, was wiederum einen ganzheitlichen und integrativen Ansatz von Bewegung und Sport förderte. Dieser Ansatz berücksichtigte die unterschiedlichen Bedürfnisse und Interessen der Gemeinden und trug dazu bei, die Akzeptanz und Identifikation mit den geplanten Maßnahmen zu stärken.

Verhältnis- und verhaltensbezogene Aktivitäten

Die Aktivitäten der Bewegungskordinatorin bezogen sich neben dem elementaren Aufbau eines regionalen Bewegungs- und Sportnetzwerks auf die Gestaltung bewegungsförderlicher Verhältnisse in der jeweiligen Lebenswelt und gleichzeitig auf die in Zusammenhang stehenden Verhaltensweisen hinsichtlich gesunder Bewegung. So waren die Aktivitäten der Bewegungskordinatorin sowohl auf die Verhältnisse als auch auf das Verhalten der Bewohner:innen in den Lebenswelten ausgerichtet. Strukturen in der Region nehmen erheblichen Einfluss auf Gesundheit und Wohlbefinden. Einige der Interventionen waren

speziell darauf bezogen, die Bewohner:innen in der Region zu mehr körperlicher Aktivität zu motivieren und anzuleiten.

Verhaltensprävention	Verhältnisprävention
Einflussnahme auf Sport und Bewegung durch Veränderung des individuellen Bewegungsverhaltens	Einflussnahme auf Sport und Bewegung durch Veränderung der Lebensbedingungen bzw. Umwelt der Bewohner:innen

Tabelle 1: Verhaltens-/ Verhältnisprävention (modifiziert nach (Leppin, 2014))

5.2 Prozess und Herangehensweise

Das Pilotprojekt zielte darauf ab, den Ist-Zustand der Pilotregion in Bezug auf Bewegung und Sport zu verbessern. Dies beinhaltete die Schaffung einer bewegungsfördernden Umgebung und Kultur sowie die Förderung des Bewegungsverhaltens der Bevölkerung durch unterstützende Maßnahmen. Es wurde ein verstärktes Bewusstsein für die Bedeutung von Sport und Bewegung als Teil eines gesunden Lebensstils angestrebt- Kommunikation spielte dabei eine wichtige Rolle. Der Kontakt und Austausch mit lokalen Organisationen und Betrieben war entscheidend, um engagierte Menschen für das Pilotprojekt zu gewinnen. Verschiedene Strategien und Grundsätze wurden verfolgt, um eine erfolgreiche Umsetzung des Pilotprojekts sicherzustellen.

Modellregion Stubaital

Die erste Sport- und Bewegungskoor­di­natorin des Landes, Alexandra Gradauer, legt im Stubai los.

ST. ANTON/STUBAI. „Sport und Bewegung sind der Grundstein für ein gesundes Leben“, so Sportlandesrat LH-Stv. Georg Dornauer im Rahmen des 5. Sportgipfel Tirol in St. Anton am Arlberg, der vergangene Woche stattfand. „37 Prozent der Tiroler:innen treiben höchstens ein- bis zweimal im Monat Sport. Das wollen wir ändern. Die neuen Sport- und Bewegungskoordinatoren helfen uns die Gesundheit und das Wohlergehen der Tiroler Bevölkerung zu erhalten und zu fördern“, so Dornauer.

Motivation vor Ort

Die Lust auf Bewegung wieder zu entfachen, diesem Ziel hat sich

nun die gemeinsame Initiative von Lebensraum Tirol Holding und GemNova verschrieben. Dabei sollen auf Gemeindeebene kommunale Bewegungs- und Sportkoordinator:innen alle Bevölkerungsgruppen zu niederschweligen Sportangeboten animieren. Das Stubaital dient als Modellregion, hier ist der Startschuss bereits gefallen: seit Dezember ist Alexandra Gradauer als erste Bewegungskoor­di­natorin im Einsatz – eine weitere Region soll in Kürze folgen. Ein landesweiter Ausbau dieser Infrastruktur ist geplant. Die konkreten Zielsetzungen der lokalen Sport- und Bewegungskoordinatoren sind dabei klar: Die spezifischen Angebote von Vereinen und Schulen zu vernetzen bzw. sichtbar zu machen und die Menschen vor Ort persönlich zu beraten und zu motivieren, wieder mehr Bewegung und Sport in ihren Alltag zu integrieren.

„Neuen Zugang schaffen“

PV-Chef Bgm. Daniel Stern ist vom Potenzial dieser Initiative überzeugt, da die Menschen von der Bündelung bereits bestehender Angebote profitieren werden: „Wir schaffen eine neue Anlaufstelle für alle, die ein Bewegungsangebot in Anspruch nehmen wollen und hoffen gleichzeitig, mit attraktiven Maßnahmen auch jene zu erreichen, denen bislang der richtige Zugang zu Sport und Bewegung gefehlt hat.“ Josef Margreiter, Geschäftsführer der Lebensraum Tirol Holding, erläuterte den Gedanken hinter der Initiative: „Wir arbeiten auch als Zukunftswerkstatt des Landes und unser oberstes Ziel ist die Entwicklung eines vitalen Lebensraumes mit und für gesunde Menschen.“ GemNova-GF Alois Rathgeb stellte fest, dass es genug Sportangebote gebe, jedoch die Koordination fehlt. „Daher setzen wir 2023



A. Rathgeb, J. Margreiter, A. Gradauer und G. Dornauer Foto: TVB St. Anton

Bewegungskoor­di­nator:innen in zwei Pilotregionen ein. Diese sollen dort Lücken und Problemfelder erkennen, Anbieter, Vereine und Schulen unterstützen sowie eine Anlaufstelle für Bürger:innen sein.“ (tk)

Abbildung 4: Bericht im Bezirksblatt vom 18./19. Jänner 2023 (Kainz, 2023)

Bewegungsförderungsprozess

Um langfristige Wirkungen zu erzielen, wurde ein Bewegungsförderungsprozess konzipiert. Das Vorgehen orientierte sich dabei am etablierten Phasenmodell des „Public-Health-Action-Cycle“ mit den Phasen „Analyse“, „Planung“, „Umsetzung“ und „Bewertung“.

Dieses Phasenmodell spielte für die Bewegungs- und Sportkoordinatorin eine entscheidende Rolle als Instrument zur Steuerung des Pilotprojekts "Bewegtes Stubaital". Es diente als strategischer Rahmen zur Lenkung, Koordination und Überwachung der Projektaktivitäten, um eine effektive Umsetzung und Ausrichtung an den Zielen der Bewegungsförderung sicherzustellen.

Phase	Inhalt
Vorbereitung	<ul style="list-style-type: none"> • Orientierungs- & Einarbeitungsphase der Koordinatorin • Information & Beratung der in der Region Verantwortlichen • Sensibilisierung & Motivierung der in der Region Verantwortlichen
Nutzung/ Aufbau von Strukturen	<ul style="list-style-type: none"> • Vernetzung mit externen & internen Akteur:innen • Nutzung vorhandener regionaler & überregionaler Strukturen • Aufbau eines gemeinsamen gesundheitswirksamen Bewegungsförderungsverständnisses
Analyse	<ul style="list-style-type: none"> • Erhebung des aktuellen Bewegungs- & Sportangebots • Analyse von Ressourcen • Ermittlung von Veränderungsbedarf • Ermittlung von Veränderungspotenzialen
Maßnahmenplanung	<ul style="list-style-type: none"> • Interpretation der Analyseergebnisse • Zielkonkretisierung • Schwerpunktsetzungen • Analyse von Ressourcen • Planung von Maßnahmen & Aktivitäten
Umsetzung	<ul style="list-style-type: none"> • Umsetzung von bewegungsfördernden Maßnahmen mit Einflussnahme durch Veränderung des individuellen Verhaltens & durch Veränderung der Umwelt von Personen
Evaluation	<ul style="list-style-type: none"> • Strukturevaluation • Prozessevaluation • Ergebnisevaluation • Systematischer Einsatz von Instrumenten, z.B. Befragung
Kontinuierliche Sensibilisierung, Partizipation, Empowerment & interne Öffentlichkeitsarbeit	

Tabelle 2: Bewegungsförderungsprozess (modifiziert nach (GKV-Spitzenverband, 2023))

Niederschwelligkeit

Die Niederschwelligkeit war ein zentraler Fokus, um die Projektziele erreichen zu können. Durch einen niederschweligen Zugang können Barrieren abgebaut und der Zugang für alle Interessierten erleichtert werden.

Niederschwellige Zugangswege	Wie lässt sich die anvisierte Zielgruppe am besten motivieren bzw. rekrutieren?
	Wie kann eine gezielte Ansprache der Zielgruppe erfolgen?
	Wie ist die Erreichbarkeit der Zielgruppe? An welchem Ort des alltäglichen Lebens ist die Zielgruppe am besten zu erreichen?
	Wie ist die Akzeptanz des angedachten Zugangsweges bei der Zielgruppe?
	Welche möglichen Barrieren und Ablehnungsgründe bestehen bei der Zielgruppe?

Tabelle 3: Niederschwellige Zugangswege (eigene Darstellung)

Öffentlichkeitsarbeit

Öffentlichkeitsarbeit und die Kommunikation mit den Gemeinden waren elementar. Das Bewusstsein für die Bedeutung und den Nutzen von Bewegung und Sport sowie für den verbreiteten Bewegungsmangel wurde erhöht und die Menschen wurden dazu ermutigt, aktiver zu werden. Die Öffentlichkeitsarbeit diente der Koordinatorin außerdem für den Auf- und Ausbau eines Unterstützer:innen- und Multiplikator:innen-Netzwerks. Um die Aufgaben und Maßnahmen bekannt zu machen, wurde an Veranstaltungen teilgenommen, Informationsmaterialien wie Flyer und Plakate erstellt, die Pressemitteilungen verbreitet und Social- Media- Kanäle genutzt. Zudem wurde gezielt mit lokalen Medien zusammengearbeitet, um über die Aktivitäten zu berichten.

Kommunikations- und Zugangsstrategien für sportliche Neulinge

In der Maßnahmenplanung des Projekts war die Kommunikationsstrategie entscheidend. Um die Teilnahmebereitschaft und das Engagement der Zielgruppen zu fördern, wurden Motivationsmodelle berücksichtigt- Sport wird nicht immer positiv assoziiert, besonders für Personen mit sedentärem Verhalten oder Anfänger:innen. Zwischenschritte waren wichtig, um sie zu ermutigen, sich zu bewegen. Vorurteile und Hindernisse wie Zeitmangel oder mangelndes Selbstvertrauen mussten berücksichtigt werden. Eine sensible Herangehensweise umfasste die Betonung der vielfältigen Vorteile von Bewegung und Sport. Körperliche Aktivität sollte nicht nur mit intensivem Sport gleichgesetzt werden- auch das Spazieren oder Tanzen fallen darunter. Zusätzlich wurde die Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten betont, um eine breitere Akzeptanz und Teilnahme zu fördern. Ein positiver Zugang ermutigte Menschen dazu, ihren eigenen Weg zu finden und einen aktiven Lebensstil anzunehmen.

WhatsApp und Direct-Mailing verwendet. Der persönliche Zugang über kompetente und empathische Personen (z.B. Ärzt:innen oder Mitglieder einer Arbeitsgruppe) erwies sich als besonders effektiv und erfolgreich.

Wissenschaftliche Begleitung

Die enge Zusammenarbeit mit und die wissenschaftliche Begleitung durch das Institut für Sportwissenschaft (ISW) der Universität Innsbruck stellte sicher, dass das Pilotprojekt auf einer soliden wissenschaftlichen Grundlage unter Berücksichtigung bewährter Methoden und Standards beruhte und durchgeführt wurde. Qualität und Validität von Maßnahmen und Interventionen wurde gewährleistet. Durch die Erhebung und Analyse von Daten konnten die Wirksamkeit der Maßnahmen sowie deren Auswirkungen auf die Zielgruppen objektiv beurteilt werden. Die Ergebnisse der wissenschaftlichen Begleitung dienten als Grundlage für die Ableitung von Handlungsempfehlungen.

5.3 Arbeitsschwerpunkte

Die Arbeitsschwerpunkte der Bewegungs- und Sportkoordinatorin im Projekt "Bewegtes Stubaital" waren zentral für die Entwicklung und Umsetzung nachhaltiger Maßnahmen zur Förderung von Bewegung und Sport in der Gemeinde. Diese Schwerpunkte bildeten die Leitlinien für die strategische Planung, Koordination und Umsetzung aller Aktivitäten.

Nur durch eine nachhaltige Strategie, die auf Zusammenarbeit und Bewusstseinsbildung setzte, konnten langfristige Veränderungen im Bewegungsverhalten der Bevölkerung erreicht werden.

Die folgenden Arbeitsschwerpunkte konnten im Laufe des Projekts definiert bzw. identifiziert werden:

Arbeitsschwerpunkte	Analyse der Angebote und Bedürfnisse
	Identifikation von Lücken, Barrieren und Herausforderungen
	Öffentlichkeitsarbeit und Wissenstransfer
	Kooperationsausbau und Vernetzung
	Angebote sichtbar machen
	Koordination von niederschweligen Maßnahmen
	Anlaufstelle in Sachen Bewegung und Sport

Tabelle 4: Arbeitsschwerpunkte im Pilotprojekt (eigene Darstellung)

Analyse der Angebote und Bedürfnisse hinsichtlich Bewegungsförderung

- Identifikation und Analyse der Bedürfnisse und Angebote zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung entlang aller Lebensphasen in der Region
- Fokus auf Chancengleichheit, um sicherzustellen, dass alle Bevölkerungsgruppen Zugang zu passenden Bewegungs- und Gesundheitsangeboten haben

Identifikation von Lücken, Barrieren und Herausforderungen

- Analyse vorhandener Bewegungs- und Sportangebote in der Region
- Identifizierung von Lücken im bestehenden Angebot
- Erfassung und Bewertung von Barrieren, die die Bewegungs- und Sportaktivitäten im Stubaital erschweren
- Erkennung von Herausforderungen bei der Förderung eines aktiven Lebensstils in der Gemeinde

Öffentlichkeitsarbeit und Wissenstransfer

- Durchführung von gezielten Öffentlichkeitsmaßnahmen, um die Bedeutung von Bewegung für die Gesundheit und das Wohlbefinden der Bevölkerung zu kommunizieren
- Transfer von Wissen und Erfahrungen durch die Bereitstellung von Informationen, Schulungen und Workshops für Interessierte und Multiplikator:innen in der Region

Kooperationsausbau und Vernetzung

- Ausbau von Kooperationen und Vernetzung mit relevanten Akteur:innen, um niedrigschwellige Angebote zur Gesundheits- und Bewegungsförderung zu fördern
- Zusammenarbeit mit verschiedenen Einrichtungen und Organisationen, um ein breites Spektrum an Bewegungsangeboten für alle Zielgruppen zu gewährleisten

Sichtbarmachung von Bewegungs- und Sportangeboten im Stubaital

- Erstellung eines zentralen Verzeichnisses oder einer Plattform für Bewegungs- und Sportangebote in der Region
- Implementierung von Informationskampagnen zur Bekanntmachung der vorhandenen Angebote
- Nutzung von digitalen Medien und sozialen Plattformen zur Verbreitung von Informationen über Bewegungs- und Sportmöglichkeiten
- Zusammenarbeit mit lokalen Medien und Gemeindezeitungen, um Bewegungs- und Sportveranstaltungen zu bewerben

Koordination von niederschweligen Maßnahmen

- Koordination und Umsetzung von niedrigschweligen Maßnahmen zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung, die für alle Bevölkerungsgruppen zugänglich sind
- Entwicklung von Konzepten und Angeboten, die auf die individuellen Bedürfnisse und Interessen der Menschen in der Region zugeschnitten sind

Anlaufstelle in Sachen Bewegung und Sport

- Persönliche Beratung für Bürger:innen
- Unterstützung für Anbieter:innen, Vereine und Schulen

5.4 Ergebnisse

5.4.1 Erreichte Zielindikatoren

- ✓ 12 Kontaktaufnahmen mit großen Sportvereinen
- ✓ Kontaktaufnahme mit 82 Bewegungs- und Freizeitvereinen sowie kommerziellen Anbieter:innen im Bereich Bewegung und Sport im Tal
- ✓ Vernetzung von 12 Sportvereinen
- ✓ Kontaktaufnahmen mit allen 10 Schulen
- ✓ 1 Veranstaltung mit Vernetzungscharakter
- ✓ Begleitung von 20 Studienteilnehmer:innen von individualisierten Bewegungsprogrammen
- ✓ 102 individuelle Beratungen und Begleitungen

5.4.2 Projekte und Aktivitäten

Medienpräsenz und Öffentlichkeitsarbeit

Durch Artikel in den Bezirksblättern, sowohl in gedruckter Form als auch online, in einer Zeitschrift für alle Gemeinden in ganz Tirol, der Talzeitung und den Gemeindeblättern sowie durch eine Pressemitteilung im Zuge des Sportgipfels in St. Anton Januar 2023 wurde das Pilotprojekt rund um die Bewegungskordinatorin öffentlich kommuniziert. Diese Medienpräsenz erwies sich als wichtiges Mittel, unter anderem da in jedem Artikel der Appell an die Bevölkerung gerichtet wurde, sich bei der Koordinatorin zu melden, und die Rolle der Koordinatorin kommuniziert wurde. Auf diese Weise wurde das Projekt bekannt gemacht, und die Sensibilisierung für das Thema Bewegung und Sport gefördert. Die Inhalte der Artikel und Pressemitteilungen wurden von der Koordinatorin selbst bereitgestellt. Zusätzlich nahm die Koordinatorin am Stubaier Neujahrsempfang im Januar 2023 teil und präsentierte dort das Projekt vor einer breiten Öffentlichkeit und vielen relevanten und unterstützungswilligen Personen aus der Region. Die Medienpräsenz und die Pressemitteilung des Sportgipfels trugen maßgeblich zur Bekanntheit des Projekts bei.

Sichtbarmachung der Sport- und Freizeitvereine

Nach einer umfassenden Recherche wurden im Frühjahr 2023 grafisch aufbereitete Übersichtslisten erstellt, die die wichtigsten Sport- und Freizeitinstitutionen nach Gemeinden geordnet auflisteten. Der Appell auf den Listen lautete: "Entdeckt die Stärke der Gemeinschaft und werdet Teil eines regionalen Vereins, und genießt die Vorteile eines aktiven Lebensstils durch Bewegung, Freundschaften und Spaß". Die Maßnahme zielte darauf ab, die Vielfalt der Sport- und Freizeitangebote in der Region sichtbar zu machen und

potenzielle Interessenten zu motivieren, sich diesen Angeboten anzuschließen. Nach Abschluss der Bewegungsintervention im Tal wurde eine erhöhte Teilnahme an Sportangeboten und Vereinen festgestellt.

Interaktive Sportlandkarte

Im zweiten Schritt wurde in enger Zusammenarbeit mit der Lebensraum Tirol Gruppe eine interaktive Sportlandkarte entwickelt, um alle Sport-, Bewegungs- und Freizeitangebote im gesamten Tal sichtbar zu machen. Von der Karte wurden zwei Versionen erstellt: eine Seite beinhaltete die Aufteilung nach Gemeinden, während die andere Seite nach Kategorien der Angebote gegliedert war. Die interaktive Sportlandkarte bot einen umfassenden Überblick über alle Sport- und Freizeitangebote im Tal und erleichterte es den Einwohner:innen, passende Aktivitäten zu finden. Die Entwicklung und Verbreitung der Karte wurden positiv aufgenommen und als bereichernd für die Region betrachtet. Die interaktive Karte galt als Vorzeigemodell für den Planungsverband und wurde als zentraler Beitrag zur Förderung von Sport und Freizeitaktivitäten im Tal angesehen. Mittlerweile ist sie auf allen Gemeindehomepages zu finden.



Abbildung 6: Sportlandkarte Stubaial (eigene Darstellung)

Interaktive Social-Media Plattform „Bewegtes Stubai“

Die Koordinatorin erstellte eine interaktive Facebook-Gruppe mit dem Namen "Bewegtes Stubai", die öffentlich und für alle sichtbar war. Ziel dieser Seite war es, Anbieter:innen und sportinteressierte Personen dazu einzuladen, sich aktiv zu beteiligen. Anbieter:innen konnten ihre Sport-, Bewegungs- und Freizeitangebote bewerben, während interessierte Personen passende Angebote finden konnten. Für die Nutzung wurden klare Regeln aufgestellt- sie diente beispielsweise nicht als Sportartikelbörse. Die Koordinatorin fungierte als Administratorin und entschied über die Veröffentlichung von Beiträgen, um die Qualität der Inhalte zu gewährleisten. Parallel zur Facebook-Gruppe wurde ebenso eine Instagram-Seite mit dem gleichen Namen erstellt, auf der Anbieter:innen ihre Inhalte zur Veröffentlichung einsenden konnten. Die interaktive Social-Media-Plattform etablierte sich rasch als Anlaufstelle für Bewegungs- und Freizeitangebote im Stubaital und förderte aktiv die Kommunikation zwischen Anbieter:innen und Interessierten. Zusätzlich fungierte die Plattform als wichtiger Kommunikationskanal für die Koordinatorin, um Informationen und Neuigkeiten hinsichtlich Bewegung und Sport in der Region zu verbreiten.

Organisation von Events

Die Koordinatorin nutzte ein Event, um Bewegung und einen guten Zweck miteinander zu verknüpfen. Aufgrund einer privaten Anfrage eines Rollstuhlfahrers im Tal, der Interesse am „Red Bull Wings for Life World Run“ zeigte, motivierte die Koordinatorin- mit Hilfe eines Vereins und durch die Verteilung von Flyern und des Sujets über alle verfügbaren Kanäle- die Menschen im Tal, sich gemeinsam mit ihm zu bewegen und teilzunehmen. Viele Menschen beteiligten sich aus Solidarität und absolvierten den Lauf erfolgreich, darunter auch solche, die keinen Sport betreiben und sogar mit Kinderwagen teilnahmen. Die Teilnahme im Mai stand im Zeichen des sozialen Engagements und der Unterstützung des Rollstuhlfahrers, der als Vorbild fungierte. Die gemeinsame Teilnahme an dieser wohltätigen Veranstaltung stärkte das Gemeinschaftsgefühl, die Solidarität und den Zusammenhalt im Tal- der Rollstuhlfahrer wurde dabei direkt unterstützt.

Die Koordinatorin nutzte die „World Mountain and Trailrunning Championships 2023“ (ugs.: Trailrunning-WM23) als Großevent im Stubaital, um den lokalen Vereinen die Möglichkeit zu geben, sich zu präsentieren. Außerdem wurden die Organisatoren in der Akquise von Volunteers für die Durchführung der Veranstaltung unterstützt. Das Ziel war es, mehr Menschen für den Sport zu begeistern und die Einheimischen aktiv einzubinden. Nach Abstimmung mit den Organisator:innen erstellte die Koordinatorin Flyer und Poster, um zu werben und die Menschen zu mobilisieren. Diese wurden an wichtigen Orten im Tal verteilt und über Gemeindehomepages, Social Media und Push-Nachrichten des Tourismusverbands verbreitet. Zusätzlich organisierte die Koordinatorin einen Workshop im StuBay Freizeitzentrum mit dem heimischen Spitzensportler Alexander Hutter aus der Trailrunning-Szene. Ziel war es, Menschen für diesen Sport zu begeistern und sie dazu zu motivieren, als Anfänger:in dieser Bewegungsform nachzugehen. Der Workshop wurde in Telfes durchgeführt und bestand aus einem theoretischen sowie aus einem praktischen Teil. Der Workshop stieß auf reges Interesse und erhielt positives Feedback.

Einbindung des Bewegungs-ABCs in pädagogische Aus- und Fortbildungen

Die Koordinatorin führte auf Anfrage des Schulqualitätsmanagers der Bildungsdirektion Tirol Mitte Abstimmungsgespräche über das Stubaital durch. Das Ergebnis dieser Gespräche war die Entscheidung, das Bewegungs-ABC, das erste Projekt der Initiative „Mein Kind im Sport“ des Nachwuchskompetenzzentrums Tirol (Förderverein Nachwuchsleistungssport Tirol, 2024), in die Normtabelle für Pflichtfortbildungen für Tiroler Pädagog:innen im Volksschulbereich aufzunehmen. Dies wurde von der Abteilungsleitung der Bildungsdirektion Mitte unmittelbar bestätigt. Dadurch erhalten alle Tiroler Pädagog:innen im Volksschulbereich zukünftig die Möglichkeit, sich im Rahmen von Fortbildungen hinsichtlich Bewegungskompetenzen für Kinder weiterzubilden. Diese Maßnahme wurde initiiert, um dem zunehmenden Bewegungsmangel und dem vermehrt unsportlichen Verhalten von Kindern entgegenzuwirken. Im nächsten Schritt wurde mit den verantwortlichen Personen des Nachwuchskompetenzzentrums Tirol und des Bewegungs-ABCs sowie mit der Pädagogischen Hochschule Tirol abgestimmt, Aus- und Fortbildungsprogramme für das Bewegungs-ABC anzubieten. Fortlaufende Gespräche finden zwischen den Verantwortlichen statt, mit dem Ziel, ein Konzept zu entwickeln, das im besten Fall bis Herbst 2024 an der Pädagogischen Hochschule Tirol angeboten werden kann. Eine Möglichkeit besteht darin, Fortbildungen speziell für Pädagog:innen anzubieten, deren Fokus nicht auf Sport an Schulen liegt, und grundsätzlich Pädagog:innen bereits während ihrer Ausbildungszeit mit den Bewegungskompetenzen durch das Bewegungs-ABC im Lehrplan vertraut zu machen.

Mithilfe bei der Gründung der „Glücks- Waldspaziergänger:innen“

Die Caritas- Veranstaltung „Facetten des Glücks“ und ein Impulsvortrag „Glück und Bewegung“ war nicht nur eine Gelegenheit, um gemeinsam positive Erfahrungen zu teilen, sondern auch eine Inspirationsquelle für neue, noch fehlende Initiativen im Tal. Die Bewegungs- und Sportkoordinatorin half in Folge dabei, die Gruppe „Glücks-Waldspaziergänger:innen“ ins Leben zu rufen. Durch regelmäßige Waldspaziergänge werden nicht nur körperliche Aktivität und Bewegung gefördert, sondern auch das Wohlbefinden und die Gemeinschaft gestärkt. Um die Organisation der Treffen zu erleichtern, wurde eine WhatsApp-Gruppe gegründet, in der Termine und Treffpunkte bekannt gegeben sowie weitere Informationen ausgetauscht werden können. Zusätzlich wurde die Gruppe von der Koordinatorin mittels Flyer und auf Social Media beworben, um die Gruppe zu bewerben und neue Teilnehmer*innen zu erreichen.

Erstes Stubaier Netzwerktreffen d. Sportvereine zum polysportiven Austausch

Im Herbst 2023 bot das Netzwerktreffen zur Erarbeitung eines polysportiven Austauschs den Sport- und Freizeitvereinen im Stubaital eine einzigartige Gelegenheit, gemeinsam an der Weiterentwicklung ihrer Angebote zu arbeiten. Die Veranstaltung wurde von der Bewegungs- und Sportkoordinatorin in Zusammenarbeit mit dem Obmann des FC Stubai organisiert. Die Teilnehmenden hatten die Möglichkeit, von den Erfahrungen des FC Stubai zu lernen, der bereits seit 2019 bestrebt ist, Neues auszuprobieren, Leistungen zu verbessern und Gruppenerlebnisse zu fördern. Die Expertise von Esmeralda Mildner, Referentin für das Bewegungs-ABC und Sportwissenschaftlerin des Nachwuchskompetenzzentrums Tirol

(NWKZ), bereicherte das Treffen. In ihrer Präsentation beleuchtete sie wichtige Aspekte von grundlegenden Bewegungskompetenzen bei Kindern und regte zur Diskussion über Ideen für die Weiterentwicklung des sportlichen Angebots in den Vereinen an. Die Veranstaltung bot nicht nur eine Plattform für den fachlichen Austausch, sondern auch die Gelegenheit, neue Kontakte zu knüpfen und gemeinsam an zukunftsweisenden Projekten zu arbeiten. Darüber hinaus nahmen auch die Freiwilligenkoordinatorin und die Leitung des Jugendzentrums Fulpmes an dem Treffen teil. Sie brachten ihre Perspektiven und Unterstützung ein, wo sie benötigt wurde, und konnten ebenfalls von den Diskussionen profitieren. Die Veranstaltung bot ihnen die Möglichkeit, ihr Netzwerk zu erweitern und wichtige Einblicke in die Bedeutung von Bewegung und Sport für den Nachwuchs zu gewinnen. Aus dem Netzwerktreffen haben sich bereits erste positive Ergebnisse ergeben. Neue Ideen wurden diskutiert, Kooperationen wurden angestoßen und die Vereine konnten wertvolle Impulse für die Weiterentwicklung ihrer Angebote mitnehmen. Die Teilnehmer:innen profitierten von einem regen Austausch und bilden nun ein gestärktes Netzwerk im Stubaital, das zukünftige Projekte und Initiativen in diesem Bereich vorantreiben wird.

Ball- und Spilsportarten für Alle

Das Projekt "Ball- und Spilsportarten für Alle" zielte darauf ab, Kindern im Stubaital den Zugang zu klassischen Ball- und Spilsportarten außerhalb von verbindlichen Vereinsstrukturen zu ermöglichen. Durch die Förderung von Bewegung und sportlicher Aktivität sollten physische und mentale Gesundheit gestärkt sowie soziale Kompetenzen und Gemeinschaftserlebnisse gefördert werden. Im Rahmen dieses Mikroprojekts galt es, zwei verschiedene Maßnahmen umzusetzen. Dazu gehörten die Bereitstellung von Sportboxen mit verschiedenen Sportgeräten für Volksschulen im Stubaital sowie die enge Zusammenarbeit mit den Schulen, um Übungsleiter:innen für diverse Sportarten zu engagieren. Diese unterstützen im Sportunterricht, in den Pausen oder die Freizeitpädagog:innen und gewährleisten eine effektive Nutzung der Sportboxen. Die Finanzierung für die Sportboxen wurde über die Caritas bereitgestellt. Darüber hinaus sollten offene Sportangebote etabliert werden, bei denen Kinder unabhängig von Vereinsmitgliedschaften an Ball- und Spilsportarten teilnehmen können. Diese Angebote sollten einmal wöchentlich am Nachmittag stattfinden. Die Planung der Freizeitaktivitäten erfolgte in Zusammenarbeit mit der Freiwilligenkoordinatorin, deren gemeinsames Ziel es war, eine Institution zu finden, die für die Freizeitstunden der Kinder zur Verfügung steht. Erste Gespräche wurden mit der Hobby Lobby Innsbruck geführt, jedoch liegt die derzeitige Umsetzung aufgrund von Umsetzungsproblemen durch fehlende Finanzierung auf Eis. Die Rekrutierung von Ehrenamtlichen auf Zeit über die Freiwilligenkoordinatorin wurde als nächster Schritt angedacht.

Qualitative Studie zur Untersuchung von potenziellen Maßnahmen zur Bewegungsförderung auf kommunaler Ebene

Im Rahmen des Pilotprojekts und einer Bachelorarbeit am Institut für Sportwissenschaft (ISW, Universität Innsbruck) wurde eine begleitete qualitative Studie durchgeführt, um die Wirksamkeit von Maßnahmen zur Bewegungsförderung auf kommunaler Ebene genauer zu untersuchen. Ziel war es, einen umfassenden Einblick in die Gegebenheiten und

Lösungsvorschläge in den einzelnen Gemeinden der Region Stubaital zu erhalten. Insgesamt wurden acht Interviews durchgeführt. Durch die Teilnahme der verschiedenen Personen konnten wichtige Erkenntnisse über die aktuellen Herausforderungen, Bedürfnisse und Potenziale in den Gemeinden gewonnen werden. Die Ergebnisse dieser qualitativen Studie trugen dazu bei, gezielte Empfehlungen für die Weiterentwicklung von Maßnahmen zur Bewegungsförderung auf kommunaler Ebene abzuleiten. Sie dienten als Grundlage für die zukünftige Planung und Umsetzung von Projekten zur Verbesserung der Lebensqualität und Gesundheit in der Region Stubaital.

Implementierung eines Interventionsprogramms zur Änderung des Bewegungsverhaltens

Ein zentraler Bestandteil des Projekts war die Implementierung eines Interventionsprogramms zur Förderung eines gesundheitsförderlichen bewegungsbezogenen Lebensstils. Ziel war es, das wöchentliche Bewegungsausmaß gemäß den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zu steigern und langfristig einen gesünderen Lebensstil zu bewirken. Das Programm richtete sich an Personen, die ihren Lebensstil ändern wollten und bereits eine gewisse Grundmotivation für vermehrte Bewegung hatten, identifiziert durch eine Vorsorgeuntersuchung bzw. Empfehlungen ihres Hausarztes im Stubaital. Es umfasste individuell angepasste Bewegungsprogramme, kontinuierliches Monitoring und Anpassungen bei Bedarf durch die Begleitung eines professionellen Teams. Das Institut für Sportwissenschaft (ISW) fungierte als Partnerinstitution für die Durchführung, die wissenschaftliche Begleitung und die Evaluation. Die Bewegungs- und Sportkoordinatorin spielte eine zentrale Rolle hinsichtlich der Kooperation mit den niedergelassenen Ärzt:innen, der Organisation vor Ort und der Schnittstellenfunktion zwischen Stubaital und der Studienleitung in Innsbruck. Ihre umfassende Rolle gewährleistete einen reibungslosen Ablauf des Programms und eine erfolgreiche Umsetzung der Interventionen.

"Im Wandel der Zeit sehe ich als Arzt bei Vielen einen zunehmenden Mangel an Bewegung und daraus resultierende gesundheitliche Beschwerden. Den wenigsten dieser Patient:innen gelingt es dann, die ärztlichen Ratschläge selbständig anzugehen und umzusetzen. Durch eine strukturierte multiprofessionelle Betreuung und Begleitung gelingt es dennoch, die richtigen Voraussetzungen zu schaffen, individuell auf die Bedürfnisse einzugehen und Menschen zu gesundheitsfördernden Maßnahmen zu motivieren. Nicht zuletzt auch durch den Wissensvorsprung über entsprechende Angebote. Ich war von diesem Projekt im Stubaital sofort begeistert, obwohl ich vor der Schwierigkeit, Teilnehmer:innen zu gewinnen, besorgt war. Meine Sorge war dank des Engagements und der Kreativität von Alexandra Gradauer als Sport- und Bewegungskoordinatorin unberechtigt, ihre wertvolle Arbeit zur Abstimmung aller Beteiligten unerlässlich."

Matthias Somavilla, Allgemeinmediziner in Fulpmes



Abbildung 7: Vorstellung des Projekts beim Neujahrsempfang im Stubaital (MeinBezirk.at)



Abbildung 8: Teilnehmer:innen beim lokalen „Wings For Life Run“ (eigene Darstellung)



Abbildung 9: Erstes Vernetzungstreffen der Sportvereine zum polysportiven Austausch (eigene Darstellung)

5.4.3 Nicht realisierte Maßnahmen aufgrund externer Einflüsse

Trotz der Bemühungen und des ganzheitlichen Ansatzes zur Bewegungsförderung, wie im Fazit beschrieben, gab es bedauerlicherweise einige Herausforderungen und nicht realisierte Maßnahmen im Rahmen des Pilotprojekts. Vier geplante Initiativen konnten nicht wie geplant umgesetzt werden, darunter der "Tag des Sports im Stubaital", der in Zusammenarbeit mit dem FC Stubai geplant war. Dies ist auf den Konkurs der GemNova Dienstleistungs GmbH zurückzuführen, die als leitende Institution des Projekts fungierte, was zu Verzögerungen bei der Neuausrichtung führte und die rechtzeitige Durchführung des Events im Herbst verhinderte. Ein weiteres Beispiel war ein geplanter Langlaufworkshop eines Damen-Sportvereins im Tal, der zusammen mit einem örtlichen Sportgeschäft geplant war, jedoch aufgrund ungünstiger Wetterbedingungen abgesagt werden musste. Ähnlich scheiterte auch ein geplanter Männerkurs für das Alter „ab der gesetzten Mitte“ mit einem Sportverein aus dem Wipptal an der Suche nach einer geeigneten günstigen Räumlichkeit für den Winter, obwohl der Kurs im Sommer 2023 im Freien beginnen sollte. Darüber hinaus blieben weitere selbstorganisierte Bewegungsgruppen, die über Social-Media-Kanäle beworben wurden, hinter den Erwartungen zurück, da zu wenig Teilnehmer:innen gefunden werden konnten. Mit einer längeren Projektlaufzeit und einem verstärkten Engagement seitens der Gemeinden hätte möglicherweise ein größeres Interesse generiert werden können.

"Aufbauend auf dem bereits 2018 gestarteten Talententwicklungsprozess im Stubai, der personellen Besetzung des Talmanagements 2019 und den damit verbundenen laufenden und erfolgreichen Projekten, war das Pilotprojekt "Bewegtes Stubai" eine ideale Ergänzung unserer bisherigen Arbeit. Das von Alexandra Gradauer perfekt betreute Aufgabenfeld wurde von uns bis dahin nur gestreift, konnte aber mit der Umsetzung professionell bearbeitet und aufbereitet werden. Nun ist es natürlich notwendig, auf dem dargestellten Status Quo aufzubauen und damit Synergien zu nutzen, die Angebote den Interessierten bestmöglich zu präsentieren und dort zu erweitern, wo es Sinn macht und finanzierbar ist. Wir sind sehr froh, als Pilotregion den Impuls mitnehmen zu können, vielen Dank!"

Roland Zankl, Talmanager und KEM-Manager im Stubaital

6. Handlungsempfehlungen

Im Rahmen des Pilotprojekts „Bewegung und Sport in Tiroler Gemeinden“ im Stubaital und auf Basis der Maßnahmen sowie der Erkenntnisse der Koordinatorin, wurden drei Handlungsempfehlungen abgeleitet:

Kommunikation, Information und Sichtbarmachung aller Bewegungsangebote und -anbieter:innen in der Region

- Nutzung von digitalen Lösungen zur Information der Bevölkerung und Kommunikation der Angebote (Nutzung von Social Media sowie von bestehenden Websites und Kanälen)
- Intensivierung der Öffentlichkeitsarbeit zur Sichtbarmachung und Bewusstseinsbildung von Bewegung und Sport

Förderung von niederschweligen Bewegungsangeboten zur Einbindung von Menschen mit Bewegungsmangel in der Region

- Initiierung bzw. Attraktivierung von leicht zugänglichen, kostengünstigen und unverbindlichen Angeboten für Einsteiger:innen (Schnupperangebote etc.)
- Förderung von Bewegung und Sport bei Kindern, Jugendlichen und in Schulen unter Einbeziehung der Eltern und innerhalb bestehender Strukturen (Vereinskooperationen etc.)
- Kooperation mit dem Gesundheitssystem (inkl. Krankenkassen und Sozialsystem), insbesondere mit niedergelassenen Ärzt:innen, um die Kernzielgruppe zu identifizieren und zu erreichen

Aufbau eines funktionierenden Netzwerkes im Rahmen eines partizipativen Prozesses und Identifikation einer zentralen Koordinations- und Anlaufstelle

- Forcierung einer gemeindeübergreifenden und kommunalen Vernetzung, u.a. zur Nutzung vorhandener Infrastruktur und zur Förderung der Kooperation zwischen Institutionen
- Einbindung aller relevanten Akteure durch einen kontinuierlichen Beteiligungsprozess und Schaffung eines offenen, transparenten Dialogs zur Identifizierung von Potenzialen und Herausforderungen in der Region
- Kontinuierliche Beziehungsarbeit zur Stärkung des Netzwerkes und Identifikation von Schlüsselpersonen zur Erhöhung des Stellenwertes von Bewegung und Sport
- Identifikation einer zentralen Koordinations- und Anlaufstelle in der Region zur Vermittlung, Beratung und Motivation, insbesondere für Menschen mit Bewegungsmangel

„Entscheidungssträger:innen in Politik, Wirtschaft und Verwaltung sind nicht nur für die Bewältigung kurzfristig zu bearbeitenden Problemstellungen verantwortlich, von ihnen ist auch zu erwarten, dass sie auch langfristig strategisch denken und nachhaltig wirksame Lösungsbeiträge liefern. sie sind verantwortlich, auch für die Zukunft des Führungsbereiches Rahmenbedingungen zu schaffen, die die Erhaltung der Attraktivität unseres Lebens-, Wirtschafts- und Naturraumes garantieren. Diese Verantwortlichkeiten haben besonders auch für das Management einer Region bzw. eines Tales ihre Gültigkeit. Hier ist allerdings noch viel "Luft nach oben". Noch viel zu oft beeinflusst das sogenannte "Kirchturmdenken" die Entscheidungen und verhindert die Nutzung von teilweise erreichbaren Synergien in Form von mehr Nutzen oder geringeren Kosten für die Gemeinden.“

Richard Hammer, Begleiter des Talententwicklungsprozesses seit 2017

„Es ist wichtig, Breitensport und Leistungssport als sich gegenseitig unterstützende Elemente zu betrachten. Eine enge Verknüpfung zwischen Vereinen, Schulen und dem Elternhaus anzustreben, erweist sich als entscheidend. Hierfür spielen leidenschaftliche Trainer:innen im Verein sowie gut ausgebildete Pädagog:innen in der Schule eine Schlüsselrolle. Zudem ist die Förderung von Sport als Kulturgut innerhalb der Familie von großer Bedeutung, insbesondere im Hinblick auf eine aktive Bevölkerung im Bereich des Aktivtourismus. Der Verein kann als ein Ort für ein lebenslanges und aktives Leben betrachtet werden. Es gilt, Angebote für alle Altersgruppen bereitzustellen, um eine langfristige Bindung an den Verein zu fördern. Auf Nachhaltigkeit sollte geachtet werden, da punktuelle Aktionen, Projekte und Events oft mit hohen Kosten verbunden sind und einen geringen Nutzen haben können. Besonderes Augenmerk sollte auf den Altersbereich der 10-14 Jährigen gelegt werden, die kleine Aufgaben im Verein benötigen, um weiterhin aktiv dabei zu bleiben.“

Benjamin Lachmann, Sportlicher Leiter des Nachwuchskompetenz-zentrums Tirol und wohnhaft in Mieders

7. Fazit

7.1 Persönliches Fazit der Koordinatorin: Reflexionen aus der Feldarbeit

Während des Bewegungsförderungsprozesses im Tal waren es besonders die klaren Zielsetzungen, die als Leitlinie dienten und dabei halfen, alle Schritte stets im Auge zu behalten. Besonders intensiv war die Analysephase in den ersten Monaten, die dazu beitrug, die Dynamik und Bedürfnisse der Gemeinden besser zu verstehen. Die Gespräche mit den Stakeholdern waren sehr bereichernd – vor allem mit den willigen Personen und Gruppen, die aktiv zum sportlichen Entwicklungsprozess beitragen wollen. Dies gab stets Orientierung für die geplanten Maßnahmen und Projekte. Aufgrund der beschränkten Projektdauer wurden Hürden und Barrieren eher umgangen, jedoch waren Auseinandersetzungen mit diesen Hindernissen unvermeidlich, insbesondere im Hinblick auf die Themen Ehrenamt, Infrastruktur, Förderung der Niederschwelligkeit sowie die Bedeutung bzw. Entwicklung hinsichtlich Bewegung bei Kindern.

Die Unterstützung des Talmanagers und der Freiwilligenkoordinatorin waren entscheidend für den Erfolg des Projekts. Ihre wertvollen Erfahrungen, Empfehlungen sowie die kontinuierliche Zusammenarbeit erleichterten meinen Einstieg erheblich. Auch die Arbeitsgruppe für Soziales und Generationen trug wesentlich dazu bei, durch ihr wichtiges Feedback den Prozess zu stärken, fundierte Entscheidungen treffen zu können und Projekte umzusetzen.

Ohne viel Erklärungsbedarf, wurde das Pilotprojekt von den Anbieter:innen und Funktionär:innen im Sportbereich sehr positiv aufgenommen. Einige fürchteten zwar, dass initiierte Angebote als Konkurrenz wahrgenommen werden könnten und zeigten anfangs Bedenken, dass ihre begrenzten Ressourcen durch zusätzliche Belastungen strapaziert werden, doch diese Sorgen wurden durch kontinuierliche Aufklärung und Beziehungsarbeit ausgeräumt und die unterstützende Funktion der Koordinatorin betont. Die Gespräche waren stets produktiv und vor allem das Netzwerktreffen zum polysportiven Austausch war äußerst bereichernd und wird hoffentlich weitergeführt.

Die Schulen schätzten die Möglichkeit des Austauschs und der Unterstützung sehr, direkte Gespräche mit der Bildungsdirektion wurden als Zeichen ernsthaften Interesses interpretiert. Die Zusammenarbeit gestaltete sich insgesamt positiv und bereichernd – sie waren bereit besonders jene Maßnahmen zu unterstützen, von denen alle profitieren können. Es zeigte sich, dass der Fokus auf den Nachwuchs, auf die Polysportivität, aber auch auf niederschwellige Angebote für alle Altersgruppen und soziale Schichten der richtige Ansatz war. Der Leistungsgedanke darf nicht immer im Vordergrund stehen und die Kooperation zwischen den lokalen Vereinen und Schulen kann eine zentrale Rolle einnehmen.

Die Zusammenarbeit mit den Bürgermeister:innen variierte stark im Verlauf des Projekts: während einige Gemeinden die Unterstützung aufrecht hielten, ließ das Engagement anderer nach – die anfängliche Begeisterung und Versprechungen verblassten rasch. In der Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit funktionierte die Zusammenarbeit generell gut. Anfangs war Aufklärungsarbeit nötig, da das Bewusstsein über die Bedeutung von Sport und Bewegung oft nicht gegeben war. Die Kenntnis über Angebote innerhalb und außerhalb der eigenen Gemeinde war begrenzt, was die Notwendigkeit erhöhte, die Sichtbarkeit zu verbessern und gemeindeübergreifende Zusammenarbeit zu forcieren. Die hohe Arbeitsbelastung der Bürgermeister:innen erschwerte eine intensive Beteiligung am Projekt - zu Beginn konnte jedoch die Gelegenheit genutzt werden, das Projekt bei diversen Sitzungen vorzustellen. Nach Insolvenz der GemNova und negativer medialer Berichterstattung (auch im Stubaital), war es deutlich schwieriger Gehör zu finden, was die Rolle des Talmanagers und der Freiwilligenkoordinatorin umso wichtiger machte.

Es war entscheidend, regelmäßig von anderen Funktionär:innen im Tal einbezogen zu werden und zu Veranstaltungen eingeladen zu werden, um tiefer in die Gemeinschaft einzutauchen. Besonders in der zweiten Hälfte der Projektlaufzeit gelang es besser, direkte Kontakte zu den Einwohner:innen zu knüpfen und sie für Initiativen zu gewinnen. Initiativen wie ein ‚Tag des Sports‘ fielen ebenso dem GemNova-Konkurs zum Opfer – im Anschluss erforderte es viel Zeit und Mühe, den Ruf der Koordinatorin und des Projekts wiederherzustellen.

Durch das Ende des Projekts gehen viele aufgebaute Beziehungen, Kontakte und bestehende Verbindungen zur Bevölkerung und im Stubaital verloren – diese wertvolle Basis kann so leider nicht für ein weiteres Jahr genutzt werden. Besonders gut funktioniert hat die Mobilisierung und Vernetzung über Multiplikator:innen (Funktionär:innen, Gesundheits- und Sozialsystem). Rückblickend wäre es wichtig gewesen, die Bindung zu diversen Entscheidungsträger:innen zu intensivieren und die Aufklärungsarbeit zu verstärken. Der Fokus sollte auch weiterhin auf den Kindern in all deren Lebenswelten liegen, auf der Unterstützung der Sportvereine, der Sichtbarmachung von sämtlichen Angeboten, der Kommunikation und Motivation sowie auf der gemeindeübergreifenden Zusammenarbeit und Ressourcennutzung. Man sollte auch weiterhin versuchen, möglichst viele Sportanfänger:innen – beispielsweise über die Hausärzt:innen – zur Bewegung zu bringen.

7.2 Fazit der Projektleitung: Erfolge und Herausforderungen

Die Frage, wie die gesamte Bevölkerung Tirols vermehrt zur Bewegung und zum Sport motiviert werden kann, beschäftigt das Land Tirol sowie die Lebensraum Gruppe schon seit einigen Jahren. Dazu bedarf es nicht nur einer System- und Leistungsentwicklung auf Landesebene, sondern vor allem auch einer Nutzung der Kleinstrukturiertheit in den Tiroler Gemeinden. Bewegungsangebote – meist über den organisierten Sport – gibt es ausreichend, doch in den Gemeinden fehlen für Angebote im niederschweligen Bewegungsbereich die Ressourcen.

Rückblickend ist dieses Pilotprojekt aus Sicht der Projektleitung durchaus als Erfolg einzustufen, auch wenn der Prozess mit kleineren und größeren Herausforderungen verbunden war. Die zahlreichen und wichtigen Erkenntnisse und Erfahrungen aus dem Stubaital sind für die strukturelle Befassung des Themas Bewegung und Sport auf Landesebene sehr aufschlussreich. Wie aus den Handlungsempfehlungen hervorgeht, sind die Kommunikation und die Sichtbarmachung sämtlicher Bewegungsangebote, der Abbau von (Einstiegs-)Hürden in den Sport und ein funktionierendes Netzwerk, das ein gemeinsames Miteinander forciert, absolut wesentlich. Unabdingbar dabei ist eine offene und kooperative Zusammenarbeit aller Institutionen auf Gemeindeebene.

Genau dieses Fehlen einer kooperativen Zusammenarbeit in den Gemeinden des Stubaitals als auch das Verstecken hinter eingesessenen Strukturen hat die tägliche Arbeit der Koordinatorin erheblich erschwert und es war bis zum Ende des Projekts herausfordernd einigen Stakeholdern zu vermitteln, dass eine lokale Bewegungskordinatorin keine Konkurrenz zu den bestehenden Sportstrukturen und Bewegungsangeboten darstellt. Darüber hinaus erwies sich die Dynamik zwischen einzelnen Gemeinden als kritischer Faktor, was sich teilweise in mangelnder Unterstützung äußerte. Wie erwartet war es eine besondere Herausforderung – unabhängig auf welcher Ebene – genau jene Personen zu erreichen, die weder einen Bezug zur Bewegung noch zum Gemeindegeschehen haben. Die Insolvenz der GemNova als leitender Projektpartner schwächte das Image der Koordinatorin darüber hinaus massiv.

Die gesundheitspräventiven Effekte von niederschweligen Bewegungsangeboten werden leider derzeit sowohl auf Gemeindeebene als auch auf Landesebene nicht hoch genug eingestuft. Das Pilotprojekt kann - auch auf Grund der offenen Finanzierung – nicht fortgesetzt bzw. ausgerollt werden. Die gewonnenen Ergebnisse und Erfahrungen werden jedoch nicht verloren gehen.

Literaturverzeichnis

- Alt, R., Binder, A., Helmenstein, C., Kleissner, A., & Krabb, P. (2015). *Der volkswirtschaftliche Nutzen von Bewegung: Volkswirtschaftlicher Nutzen von Bewegung, volkswirtschaftliche Kosten von Inaktivität und Potenziale von mehr Bewegung*. SpEA SportsEconAustria Institut für Sportökonomie, Wien.
- Der Talententwicklungsprozess- im Wort. (Herbst 2021). *Stubai Tal.Zeitung*(01), S. 7.
- Engelmann, F., & Halkow, A. (2018). Der Setting-Ansatz in der Gesundheitsförderung: Genealogie, Konzeption, Praxis, Evidenzbasierung. (W. B. (WZB), Hrsg.) Berlin. Von <https://www.econstor.eu/handle/10419/47403> abgerufen
- eurostat. (2022). How many healthy life years for EU men and women? Von <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/ddn-20220613-1> abgerufen
- Fichtinger, M., Grohall, G., Groß, M., Kleissner, A., & Zalesak, M. (2021). *Die volkswirtschaftliche Bedeutung des Sports in Tirol*. SpEA – Sports Econ Austria, Institut für Sportökonomie.
- Förderverein Nachwuchsleistungssport Tirol. (08. März 2024). *MEIN KIND IM SPORT*. Von <https://www.meinkindimsport.at/> abgerufen
- GemNova Dienstleistungs GmbH. (2022). *Konzept Experteninterviews*. Innsbruck.
- GemNova Dienstleistungs GmbH. (2022). Herausforderungen. *Präsentation MRBT*. Innsbruck.
- GemNova Dienstleistungs GmbH. (2023). Multiplikatoren & Netzwerkbildung. *Statusbericht Halbjahr*. Innsbruck.
- GKV-Spitzenverband (Hrsg.). (Dezember 2023). Der lebensweltbezogene Gesundheitsförderungsprozess. *Leitfaden Prävention*. Berlin.
- Greier, C., Drenowatz, C., Riechelmann, H., & Greier, K. (2021). *Objective and Subjective Physical Activity Levels in Austrian Middle School*. *Advances in Physical Education*, 2021, 11, 448-459. Von https://www.researchgate.net/publication/356564606_Objective_and_Subjective_Physical_Activity_Levels_in_Austrian_Middle_School_Students abgerufen
- Hartung, S., & Rosenbrock, R. (2022). Public Health Action Cycle / Gesundheitspolitischer Aktionszyklus. *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden*. (B. f. (BZgA), Hrsg.) Abgerufen am Februar 2024 von <https://leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/public-health-action-cycle-gesundheitspolitischer-aktionszyklus/>
- Kainz, T. (18./19.. Januar 2023). Modellregion Stubaital. *Bezirksblätter Stubai Wipptal*.

- Killian, H., Geene, R., & Philippi, T. (2004). Die Praxis für Gesundheitsförderung für sozial benachteiligte im Setting. In R. Rosenbrock, M. Bellwinkel, & A. Schröer (Hrsg.), *Primärprävention im Kontext sozialer Ungleichheit: : Wissenschaftliche Gutachten zum BKK-Programm "Mehr Gesundheit für alle" (Berichte der BKK, Gesundheitsförderung und Selbsthilfe (GUS))*. Essen: Wirtschaftsverlag NW.
- Lebensraum Tirol. (10. 06 2022). Von „Bewegtes Tirol“ – der Name ist Programm: <https://www.lebensraum.tirol/pressebereich/bewegtes-tirol-der-name-ist-programm/> abgerufen
- Lebensraum Tirol. (12. 01 2023). Von Erste Bewegungs- und Sportkoordinatorin des Landes im Stubai gestartet: <https://www.lebensraum.tirol/pressebereich/erste-bewegungs-und-sportkoordinatorin-des-landes-im-stubai-gestartet/> abgerufen
- Lebensraum Tirol Holding. (2021). *Alpines Sportland Tirol: Strategieentwicklung 2019-2020*. Projekt-Dokumentation, Innsbruck.
- Leppin, A. (2014). Konzepte und Strategien der Prävention. In K. Hurrelmann, T. Klotz, & J. Haisch (Hrsg.), *Lehrbuch Prävention und Gesundheitsförderung* (4.,vollständig überarbeitete Auflage Ausg.). Bern: Hans Huber.
- MeinBezirk.at. (kein Datum). Viel Applaus für die "Leistungsschau". (T. Kainz, Redakteur) Abgerufen am 14. März 2024 von https://www.meinbezirk.at/stubai-wipptal/c-lokales/viel-applaus-fuer-die-leistungsschau_a5840194#gallery=null
- Naidoo, J., & Wills, J. (2019). *Lehrbuch der Gesundheitsförderung* (3., aktualisierte Auflage Ausg.). (B. f. (BZgA), Hrsg.) Hogrefe Verlag, Bern.
- Statistik Austria. (01. Januar 2023). Bevölkerung zu Jahresbeginn nach administrativen Gebietseinheiten (Bundesländer, NUTS-Regionen, Bezirke, Gemeinden) 2002 bis 2023 (Gebietsstand 1.1.2023) (ODS). Abgerufen am 20. Februar 2024 von https://www.statistik.at/fileadmin/pages/405/Bev_Gebietseinheiten_seit_2002.ods
- World Health Organization. (1986). Ottawa Charter zur Gesundheitsförderung 1986. Ottawa. Abgerufen am 20. Februar 2024 von Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf
- World Health Organization. (2018). *GLOBAL ACTION PLAN ON PHYSICAL ACTIVITY 2018-2030: MORE ACTIVE PEOPLE FOR HEALTHIER WORLD*. Geneva.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Struktur und Akteur:innen des Pilotprojekts (eigene Darstellung)	12
Abbildung 2: Handlungsebenen in der Bewegungsförderung (modifiziert nach (Naidoo & Wills, 2019) ((WHO), 1986).....	15
Abbildung 3: Schlüsselemente zur Bewegungsförderung (modifiziert nach (Engelmann & Halkow, 2018) (Killian, Geene, & Philippi, 2004).....	16
Abbildung 4: Bericht im Bezirksblatt vom 18./19. Jänner 2023 (Kainz, 2023)	17
Abbildung 5: Multiplikatoren & Netzwerkbildung (modifiziert nach (GemNova Dienstleistungs GmbH, 2023))	20
Abbildung 6: Sportlandkarte Stubaital (eigene Darstellung)	24
Abbildung 7: Vorstellung des Projekts beim Neujahrsempfang im Stubaital (MeinBezirk.at).....	29
Abbildung 8: Teilnehmer:innen beim lokalen „Wings For Life Run“ (eigene Darstellung).....	29
Abbildung 9: Erstes Vernetzungstreffen der Sportvereine zum polysportiven Austausch (eigene Darstellung)	29

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Verhaltens-/ Verhältnisprävention (modifiziert nach (Leppin, 2014).....	17
Tabelle 2: Bewegungsförderungsprozess (modifiziert nach (GKV-Spitzenverband, 2023)	18
Tabelle 3: Niederschwellige Zugangswege (eigene Darstellung)	19
Tabelle 4: Arbeitsschwerpunkte im Pilotprojekt (eigene Darstellung).....	21

Abkürzungsverzeichnis

ARGE	Arbeitsgemeinschaft
ASKÖ	Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur in Österreich
ASVÖ	Allgemeiner Sportverband Österreichs
AV	Alpenverein
EU	Europäische Union
GmbH	Gesellschaft mit beschränkter Haftung
GKV	Spitzenverband Bund der der Krankenkassen
GWV3	Perspektivenprogramm Modellregion bewegtes Tirol
HTL	Höhere Technische Lehranstalt
IMAD	Institut für Marktforschung und Datenanalysen
ISW	Institut für Sportwissenschaft
KiGa	Kindergarten
LRT	Lebensraum Tirol Gruppe / Holding
MRBT	Modellregion Bewegtes Tirol
NMS	Neue Mittelschule
NWKZ	Nachwuchskompetenzzentrum Tirol
PHAC	Public Health Action Cycle
PV	Planungsverband
Raika	Raiffeisenkasse
RaiBa	Raiffeisen Bank
SV	Sportverein
TSV	Turn- und Sportverein
TVB	Tourismusverband
VHS	Volkshochschule
VS	Volksschule
WHO	Weltgesundheitsorganisation
WSV	Wintersportverein