



Orte Bewegen Generationen

Ein Leitfaden für bewegende Raumplanung in Gemeinden

In dieser Publikation finden Sie Unterstützungsdokumente wie z. B. Checklisten, Frage- & Erhebungsbögen in Form von PDF-Downloads mittels QR-Codes.

Eine Sammlung dieser PDFs finden Sie jederzeit unter <https://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/gesundheitsziele-steiermark/bewegung>

Nach Eingabe dieses QR-Links in Ihrem QR-Scanner bzw. Ihrer Scan-APP gelangen Sie zur Website.



Übersicht ProzessbegleiterInnen

Speziell geschulte ExpertInnen für die Anwendung des Leitfadens, die Sie bestmöglich unterstützen können.



Download – Liste ProzessbegleiterInnen:

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/OBG-ProzessbegleiterInnen.pdf

Hinweis:

In den einzelnen Kapiteln finden Sie QR-Links zum jeweiligen PDF-Dokument. Die PDFs sind so gestaltet, dass Sie Ihre Einträge auch digital vollziehen und speichern können.

(Falls Sie das nötige Programm „Acrobat Reader“ nicht installiert haben sollten, verwenden Sie bitte folgenden Link: <https://get.adobe.com/de/reader/>)

TEIL A

Gemeinden leben bewegt



TEIL B

Generationen- spielplatz

Schritt 1

Interviews mit Schlüsselpersonen

Schritt 2

Begehungen durch ExpertInnen

Schritt 3

Begehungen durch BürgerInnen

Schritt 4

Social-Media- und Internetauftritt

Schritt 5

Haushaltsbefragung

Schritt 6

BürgerInnenversammlung

Schritt 7

Bewertungs- und Entscheidungsworkshop

Kriterium 1

Grundüberlegungen & partizipative Planung

Kriterium 2

Sicherheit, Standards & Normen, Wartung & Haftung

Kriterium 3

Grundinfrastruktur

Kriterium 4

Zusatzinfrastruktur

Kriterium 5

Gestaltung

Kriterium 6

Sportmotorische Anforderungen

Kriterium 7

Nachhaltigkeit

Inhaltsverzeichnis

Vorwort Landesrätin Juliane Bogner-Strauß	3
---	---

TEIL A
Gemeinden leben bewegt

Einleitung	5
Gemeinden als Bewegungsräume	5
Ziele des Leitfadens	6
Welche Rahmenbedingungen braucht es vor Beginn der Analyse?	8
Schritt 1 – Interviews mit Schlüsselpersonen	10
1.1 Ziel	11
1.2 Methode	11
1.3 Hilfsmittel	13
Kriterien für bewegungsfreundliche Gemeinden	14
Schritt 2 – Begehungen durch ExpertInnen	16
2.1 Ziel	17
2.2 Methode	17
2.3 Hilfsmittel	20
Schritt 3 – Begehungen durch BürgerInnen	22
3.1 Ziel	23
3.2 Methode	23
3.3 Hilfsmittel	26
Schritt 4 – Social-Media- und Internetauftritt	28
4.1 Ziel	29
4.2 Methode	29
4.3 Hilfsmittel	30
Schritt 5 – Haushaltsbefragung	32
5.1 Ziel	33
5.2 Methode	33
5.3 Hilfsmittel	36
Schritt 6 – BürgerInnenversammlung	38
6.1 Ziel	39
6.2 Methode	39
6.3 Hilfsmittel	40
Schritt 7 – Bewertungs- und Entscheidungsworkshop	42
7.1 Ziel	43
7.2 Methode	43
7.3 Hilfsmittel	44
Unterstützungs- und Fördermöglichkeiten	45
Weitere Dokumente und Links	45
Literatur	46

TEIL B
Generationenspielplatz

Einleitung	47
Ziel des Leitfadens	48
Definition Generationenspielplatz (GSP)	48
Qualitätskriterien	48
Kriterium 1: Grundüberlegungen & partizipative Planung	50
1.1 Finanzierung & Förderung, Grundstück	51
1.2 Einbindung von Zielgruppen	51
1.3 Standortauswahl	51
1.4 Namensgebung	52
Kriterium 2: Sicherheit, Standards & Normen, Wartung & Haftung	54
2.1 Sicherheit – Gesundheitliche Aspekte	55
2.1.1 Sicherheit und Materialien	56
2.2 Standards & Normen	56
2.2.1 Möglichkeiten von Standards und Normen	56
2.3 Wartung	58
2.4 Haftung	58
Kriterium 3: Grundinfrastruktur	60
3.1 Geräte/Stationen	61
3.2 Barrierefreiheit	61
3.3 Beschilderung und Orientierung	61
3.4 Sitzgelegenheiten, Sichtschutz, Beleuchtung	62
3.5 Bodenflächen	62
Kriterium 4: Zusatzinfrastruktur	66
4.1 Elemente zur Sinneserfahrung	67
4.2 Spielerische Bewegung	67
4.3 Mehrfachnutzung	67
4.4 Haltegriffe und Handläufe	67
4.5 Der Generationenspielplatz als Ort der Kommunikation	68
Kriterium 5: Gestaltung	72
5.1 Form und Farbe	73
5.2 Räumliche Trennung	73
Kriterium 6: Sportmotorische Anforderungen	76
6.1 Kinder und Jugendliche	77
6.2 Erwachsene	77
6.3 Best Ager	77
6.4 Geräte/Stationen	77
Kriterium 7: Nachhaltigkeit	82
7.1 Nachhaltigkeit auf gesellschaftlicher Ebene	83
7.2 Nachhaltigkeit auf Projektebene	83
7.3 Veranstaltungen	83
7.4 Ausbildung von GSP-TrainerInnen bzw. MultiplikatorInnen	84
7.5 Wartung und Inspektion	84
Qualitätskriterien	85
Evaluierung	86
Unterstützungs- und Fördermöglichkeiten	87
Literatur	87



Sehr geehrte Frau Bürgermeisterin, sehr geehrter Herr Bürgermeister,

körperliche Aktivität ist in jedem Lebensalter besonders wichtig. Egal, ob jung oder alt, Mann oder Frau: Regelmäßige Bewegung fördert die Gesundheit und das Wohlbefinden. Bewegung wirkt sich positiv auf viele Systeme und Funktionen im ganzen Körper aus, wirkt antidepressiv und hilft, die Selbstständigkeit und Lebensqualität bis ins hohe Alter zu erhalten. Muskuläre Leistung ist in unserem Alltag durch den technischen Fortschritt kaum noch gefordert, und dadurch wird die Erreichung der täglichen Mindestempfehlung an Bewegung häufig zur Herausforderung. Umso wichtiger ist es, ein bewegungsfreundliches Lebens- und Wohnumfeld zu schaffen, um Bewegung in den Alltag integrieren zu können. Um die Steirerinnen und Steirer dabei zu unterstützen, sich mehr zu bewegen, müssen auch Strukturen und verschiedene Möglichkeiten vor Ort vorhanden sein und die Bewegung im Alltag fördern.

In den steirischen Gesundheitszielen nimmt die Förderung der Bewegung einen zentralen Stellenwert ein, da in allen Altersgruppen der Bevölkerung das Bewegungsniveau unzureichend ist. Zur Umsetzung des steirischen Gesundheitsziels „Mit Ernährung und Bewegung die Gesundheit der SteirerInnen verbessern“ unterstützt das Land Steiermark die Projekte „Generationenspielplatz“ und „Gemeinden leben bewegt“. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist die gebaute Umwelt ein Schlüsselkriterium für Bewegungsförderung im direkten Lebensraum der Bevölkerung.

Sie, sehr geehrte Frau Bürgermeisterin, sehr geehrter Herr Bürgermeister, können in Ihrer Gemeinde viel BEWEGEN. Denken Sie an die Gesundheit Ihrer Gemeindebürgerinnen und -bürger, lassen Sie bewegungsfördernde Strukturen in Ihre Entscheidungen einfließen und machen Sie aus Ihrer Gemeinde eine bewegungsfreundliche Gemeinde. Entscheiden Sie sich für nachhaltige Bewegungsräume und Begegnungsorte für alle Ihre Bürgerinnen und Bürger von jung bis alt. Die Gesundheit und deren Förderung als lebenslanges Thema betrifft alle Generationen, denn es geht um ein gesundes Leben und Zusammenleben, um ein Miteinander der Generationen, um das Erkennen individueller Ressourcen und um Austausch und ein Voneinander-Lernen.

Im vorliegenden Leitfaden finden Sie eine Zusammenstellung der Ergebnisse und Erfahrungen mit wertvollen Informationen, Qualitätskriterien, Anregungen und Praxishilfen, um eigene Aktivitäten für mehr Alltagsmobilität in Ihrer Gemeinde zu planen und umzusetzen.

Ich wünsche Ihnen dabei viel Erfolg.

Ihre

Dr.ⁱⁿ Juliane Bogner-Strauß

Landesrätin für Bildung, Gesellschaft, Gesundheit und Pflege

TEIL A

Gemeinden leben bewegt

„Möglichkeiten für bewegende Neu- und Umgestaltungen gibt es in jeder Gemeinde. Es gilt gemeinsam jene zu erkennen, die den BürgerInnen den meisten Gesundheitsnutzen bringen.“

Kathrin Hofer-Fischanger,
Leiterin des Projektes Gemeinden leben bewegt

Einleitung

Immer mehr Menschen betreiben in ihrer Freizeit Sport. Die Bewegung im Alltag hat allerdings stark abgenommen. Gründe dafür sind geänderte Lebens- und Arbeitsbedingungen. Es ist wissenschaftlich belegt, dass Bewegung im Alltag eine wichtige Voraussetzung für das körperliche Wohlbefinden ist und der Entstehung von Krankheiten entgegenwirkt.

Der vorliegende Leitfaden sowie die Hilfsmittel und Instrumente basieren auf den Entwicklungen und Erfahrungen des Pilotprojektes „Gemeinden leben bewegt“, das von 2015 bis 2017 vom Institut Gesundheits- und Tourismusmanagement der FH JOANNEUM umgesetzt und vom Gesundheitsfonds Steiermark beauftragt wurde. In drei steirischen Gemeinden haben BürgerInnen und politische EntscheidungsträgerInnen in Begleitung die Lebens- und Wohnumgebung in den Gemeinden analysiert. Gemeinsam wurden bewegungsförderliche Maßnahmen entwickelt, bewertet, priorisiert und umgesetzt. Im Fokus standen die Steigerung der Alltagsbewegung und die Erarbeitung von Maßnahmen durch die Mitarbeit der Bevölkerung. Nach Evaluation des Pilotprojektes durch das Entwicklungs- und Planungsinstitut für Gesundheit (EPiG) beauftragte das Land Steiermark die Erstellung dieses Leitfadens zur Weiterführung dieses wichtigen Vorhabens zur Bewegungsförderung in Gemeinden.

Die Instrumente und Hilfsmittel aus der Pilotphase wurden für diesen Leitfaden überarbeitet. Grundlage für die Entwicklung der Kriterien stellten Publikationen zur Messung von Bewegungsfreundlichkeit dar. Es wurden Vortests im Hinblick auf Verständlichkeit und praktische Nutzbarkeit einzelner Bausteine durchgeführt. Checklisten unterstützen die Schritte und Abläufe der Analyse.



Gemeinden als Bewegungsräume

Viele tägliche Aktivitäten finden in der Gemeinde statt. Sei es der Weg zum Einkaufen, zur Apotheke oder zur Ärztin/zum Arzt, der Weg zur Arbeit oder zur Schule, zum öffentlichen Verkehrsmittel oder die aktive Freizeitgestaltung mit Familie, Freunden und Kindern sowie die Teilnahme an Veranstaltungen oder Vereinsaktivitäten. BürgerInnen bewegen sich und verweilen auf attraktiven Plätzen und Orten der Begegnung.

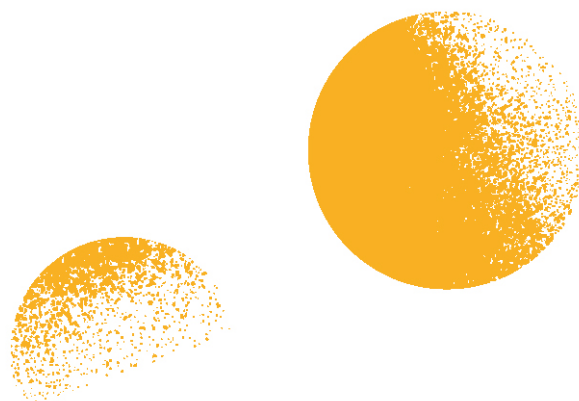
Das räumliche Umfeld in der Gemeinde beeinflusst das Bewegungsverhalten der Bevölkerung im Alltag. Die Straßengestaltung, die Landnutzung, das öffentliche Transportsystem, die Lage von öffentlichen Gebäuden und Einrichtungen der Grundversorgung (Nahversorgung, medizinische Versorgung ...), von Freizeiteinrichtungen, Parks und Betreuungseinrichtungen sowie Schulen sind ausschlaggebend dafür, wie Menschen ihre Wege des alltäglichen Lebens zurücklegen. Je mehr Wege von allen Personengruppen sicher zu Fuß oder mit dem Rad zurückgelegt werden können, desto höher ist das Potenzial für ein gesundes Bewegungsverhalten. So gilt es, die Möglichkeiten für einfache Neu- und Umgestaltungen in der Gemeinde zu erkennen und entsprechende Maßnahmen gemeinsam zu setzen.

Die Gemeindepolitik hat eine wichtige Rolle in der Bereitstellung von Rahmenbedingungen, die zu einem aktiven Lebensstil motivieren. BürgermeisterInnen sowie weitere kommunale EntscheidungsträgerInnen tragen die Verantwortung, wenn es um die Entwicklung und Umsetzung von Maßnahmen zur Gestaltung einer bewegungsfreundlichen Gemeinde geht. Nur durch Beteiligung der Bevölkerung kann es gelingen, geeignete Maßnahmen zur Bewegungsförderung zu realisieren und die Akzeptanz der BürgerInnen zu gewährleisten, um so die aktive Alltagsmobilität der Bevölkerung zu steigern.

Ziele des Leitfadens

Der Leitfaden unterstützt Gemeindeverantwortliche sowie engagierte BürgerInnen dabei, die physische Umgebung der Gemeinde anhand von sieben Schritten gemeinsam zu analysieren und Potenziale für eine bewegungsfreundliche Gestaltung zu erkennen.

Entscheidend ist zum Beispiel, wie viele Geh- und Radwege es gibt und wie diese beschaffen sind. Gibt es sichere Überquerungsmöglichkeiten? Wie sicher und einsichtig sind Kreuzungen? Gibt es Tempolimits? Sind Straßen und Wege ausreichend beleuchtet? Haben Menschen mit Mobilitäts-, Seh- und Höreinschränkungen die Möglichkeit, ihre Wege des täglichen Lebens selbstständig zu bewältigen? Wie attraktiv gestaltet sich das Ortsbild? Gibt es ausreichend Rast- und Trinkmöglichkeiten entlang der Gehwege und an öffentlichen Plätzen? Wie sieht es mit öffentlichen Sanitäreinrichtungen aus? Fragen dieser Art werden mithilfe des Leitfadens durch die gemeinsame Analyse der Bewegungsräume in der Gemeinde mit BürgerInnen beantwortet.



Die 7-Schritte-Analyse (siehe Abbildung) basiert auf unterschiedlichen Methoden, beispielsweise Interviews, Begehungen, einer Haushaltsbefragung und einer BürgerInnenversammlung. Sie wird mit Vorlagen, Checklisten und Empfehlungen im Rahmen dieses Leitfadens unterstützt. Die angeführten Hilfsmittel können von der Website www.gesundheitsfonds-steiermark.at/gesundheitsziele-steiermark/bewegung entnommen werden. So wird eine praktikable, effektive und ressourcenschonende Durchführung der Analyse gewährleistet.



Abbildung: Sieben Schritte der Analyse

Jede Gemeinde entscheidet selbst, ob alle sieben Schritte der Analyse durchgeführt werden. Die vorgeschlagenen Schritte der Analyse gewährleisten besondere Vorteile, beispielsweise dass unterschiedliche Zugänge gewählt und verschiedene Personen- bzw. Altersgruppen berücksichtigt werden. So sind BürgerInnen aktiv beteiligt und können ihre Anliegen an die EntscheidungsträgerInnen weitergeben. Es erfolgt ein Austausch untereinander, der Akzeptanz und Verständnis für Entscheidungen der Gemeindeverantwortlichen schafft. Jedenfalls wird empfohlen, Begehungen des räumlichen Umfeldes durchzuführen, eine BürgerInnenversammlung zu veranstalten und im Entscheidungsworkshop zentrale Adaptierungen objektiv zu bewerten.

ProzessbegleiterInnen (www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/OBG-ProzessbegleiterInnen.pdf) sind auf die Umsetzung geschult. Sie stehen den Gemeinden als unterstützende Ansprechpersonen zur Verfügung.

Welche Rahmenbedingungen braucht es vor Beginn der Analyse?

Wie jedes Vorhaben in einer Gemeinde, braucht auch eine Analyse der Bewegungsräume bestimmte Rahmenbedingungen, die eine erfolgreiche Umsetzung unterstützen. Wenn sich die Gemeinde dazu entschließt, mit Hilfe dieses Leitfadens bedarfsgerechte Neu- und Umgestaltungen des räumlichen Umfeldes umzusetzen, empfiehlt es sich, einen Gemeinde-ratsbeschluss inklusive eines Budgetrahmens zu veranlassen und Verantwortlichkeiten für dieses Vorhaben festzulegen. So wird gewährleistet, dass die gesamte Gemeindevertretung hinter den Maßnahmen steht und gemeinsam die Mobilität der Bevölkerung gefördert wird. Des Weiteren ist es wichtig, die Bevölkerung über das Vorhaben und ihre Rolle zu informie-ren und sie über die Ergebnisse aus den einzelnen Analyseschritten zeitnah in Kenntnis zu setzen. So werden die Teilhabe der BewohnerInnen und die Akzeptanz der Umsetzungsmaß-nahmen gefördert. Insgesamt gibt es eine Reihe an Vorteilen, wenn sich BürgerInnen an der Weiterentwicklung der Gemeinde beteiligen.

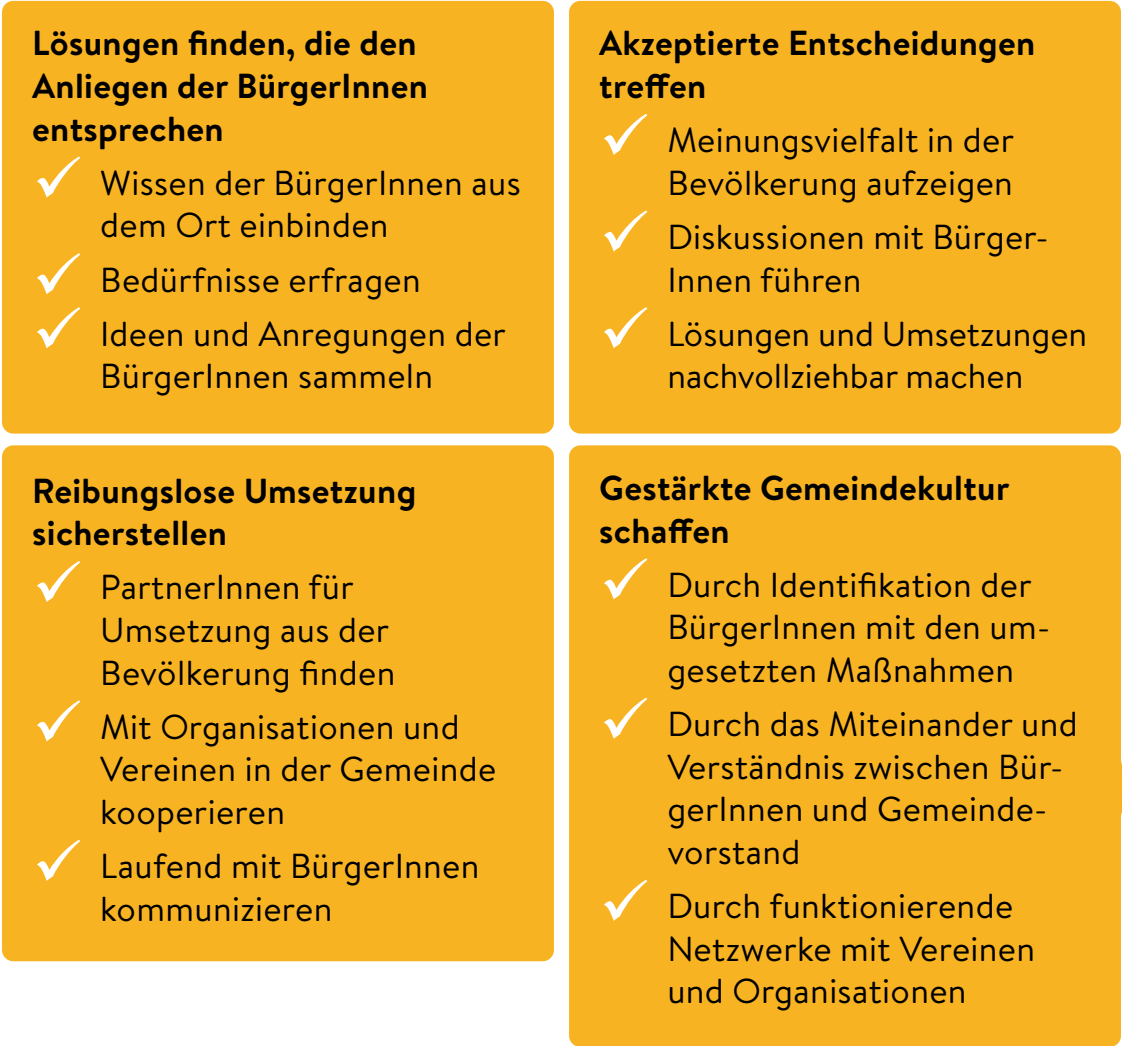
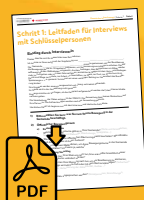


Abbildung: Aspekte des Gelingens von BürgerInnenbeteiligung

Falls es in der Gemeinde Personen mit Kompetenzen in Bezug auf Raumplanung, Landschaftsentwicklung, Regionalentwicklung oder Gesundheitsförderung gibt, ist es ratsam, diese Personen aktiv in den Prozess miteinzubeziehen.

1

Schritt 1 – Interviews mit Schlüsselpersonen



Download – Leitfaden Interviews mit Schlüsselpersonen:

Als Unterstützung zu diesem Schritt finden

Sie Ihr PDF unter folgendem Link (QR-Code):

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GLB-Leitfaden.pdf



1.1 Ziel

Ziel ist es, mit Schlüsselpersonen der Gemeinde, also Personen, die in der Gemeinde einen Bezug zu den Themen Bewegung und Gesundheitsförderung haben, Kontakt aufzunehmen und ein Erstgespräch (mithilfe eines Leitfadens, siehe QR-Link Seite 10) zu führen. Das hilft dabei, erste Informationen über Aktivitäten in der Gemeinde in Erfahrung zu bringen und Zugänge zur Bevölkerung zu schaffen, indem weitere Kontakte zu Vereinen, Betrieben, Bildungs- und Sozialeinrichtungen gesammelt werden. Es entsteht ein Abbild des Status quo in der Gemeinde, welches aktuelle Vorhaben zur Bewegungsförderung bzw. Schwerpunkte für Neu- bzw. Umgestaltungen des räumlichen Umfeldes aufzeigt.

1.2 Methode

Mithilfe eines Leitfadens werden qualitative Interviews mit Schlüsselpersonen der Gemeinde durchgeführt. Mögliche InterviewpartnerInnen können der/die BürgermeisterIn und die GemeinderätInnen sein (Zuständigkeiten in den Bereichen Gesundheit, Soziales, Verkehr und Mobilität, Umwelt, Raumplanung), PädagogInnen und weitere Personen aus dem schulischen Bereich (z. B. Schulwarte, ElternvertreterInnen), Vereinsobleute (Sportvereine) und VertreterInnen von Organisationen (Gewerbe und Handel, Pflegeeinrichtungen, Kirche, Gesundheitswesen).

Tipp

Wählen Sie Personen als InterviewpartnerInnen aus, die einen guten Einblick in das „bewegte“ Gemeindeleben haben und Hinweise zu weiteren Ansprechpersonen geben können.

Ein Interviewleitfaden (siehe QR-Link Seite 10) dient als Unterstützung für die Gespräche mit den Schlüsselpersonen aus der Gemeinde. Durch Einsatz des Leitfadens wird sichergestellt, dass alle wichtigen Aspekte besprochen werden und eine Vergleichbarkeit der Antworten möglich ist.

Beispielfragen in Bezug auf die Bestandsaufnahme des öffentlichen Bewegungsraums sind:

- Welche öffentlichen Bewegungsräume gibt es in Ihrer Gemeinde?
- Wie würden Sie die Qualität und die Attraktivität dieser Bewegungsräume beurteilen?
- Welche Personen/Einrichtungen sind in diesem Bereich wichtig?

Es obliegt dem/der InterviewerIn, ob das Gespräch mit einem Tonbandgerät aufgezeichnet wird oder die Gesprächsinhalte mitnotiert werden. Bei einer Tonbandaufzeichnung wird der gesprochene Text anschließend schriftlich übertragen, um die Auswertung nach Kategorien durchführen zu können. Diese sind durch die Struktur im Leitfaden vorgegeben.

Tipp

Wählen Sie für Interviews einen ungestörten Treffpunkt (z. B. Besprechungszimmer in der Gemeinde, Konferenz- oder Pausenraum).

Auswertung

Es werden alle Antworten zu einer Kategorie aus den Interviews (z. B. öffentlicher Bewegungsraum) gesammelt und nacheinander gelistet. Weitere Beispiele für Kategorien sind: Barrierefreiheit, Sicherheit, Schulwege, Wartung der Wege und Straßen, Grünanlagen, Freizeitanlagen, Sauberkeit, Rastmöglichkeiten, Trinkmöglichkeiten etc.

Anschließend werden alle Antworten pro Kategorie in einem Text zusammengefasst und direkte Umsetzungsvorschläge abgeleitet.

Nachfolgend ein Beispiel zur Verdeutlichung:

Antwort Interview A: Im letzten Jahr wurde ein Schulweg neu gebaut bzw. ein alter Weg wieder revitalisiert. Viele Kinder gehen auf diesen Wegen in die Schule.

Antwort Interview B: Es gibt einen privaten Verbindungsweg von der Schule zum Dorfplatz. Dieser kann leider nicht mehr genutzt werden, weil der neue Besitzer eines Zwischengrundstückes etwas dagegen hat.

Zusammenfassung Interview A und Interview B: In der Gemeinde XY gibt es mehrere Fußwege zur Schule, welche von den Kindern gut genutzt werden. Bei einzelnen privaten Verbindungswegen, wie ein Beispiel von der Schule zum Dorfplatz zeigt, gibt es keine Erlaubnis zur Nutzung.

Umsetzungsvorschlag: Offizielle Nutzung für SchülerInnen möglich machen.

1.3 Hilfsmittel

- Leitfaden Interviews mit Schlüsselpersonen
- Checkliste Interviews mit Schlüsselpersonen

Checkliste Interviews mit Schlüsselpersonen

✓	TÄTIGKEIT	MATERIAL
Planung/Vorbereitung:		
	1. Gespräch mit BürgermeisterIn führen	<ul style="list-style-type: none">• Schreibunterlage für Notizen• Stift
	2. InterviewpartnerInnen gemeinsam festlegen	
	3. Mit InterviewpartnerInnen Kontakt aufnehmen	
	4. Bereitschaft für Interviews abklären (Dauer ankündigen: ca. eine halbe Stunde)	
	5. Termine für Interviews vereinbaren	
	6. Einführungstext für Interview erstellen	
Durchführung:		
	7. Interview einleiten	<ul style="list-style-type: none">• Interviewleitfaden• Tonaufnahmegerät• Schreibunterlage für zusätzliche Notizen• Stift
	8. Interview anhand des Leitfadens durchführen	
Auswertung:		
	9. Antworten aus Interviews nach Kategorien zusammenfassen	
	10. Kurzbericht mit Ergebnissen verfassen	



Kriterien für bewegungsfreundliche Gemeinden

Bereiche	Kriterien
Transport und Verkehr	
Sicherheit	<ul style="list-style-type: none">• Vorhandene Strukturen zur Verkehrsberuhigung (Verkehrsinself, Tempolimits, Temposchwellen, Bodenmarkierungen ...)• Sichere Straßenübergänge und Unterführungen (einsehbarer Zebrastreifen, akustische/taktile Hilfssignale)• Verständliche Beschilderungen, sichtbare Bodenmarkierungen• Einsehbare, witterungsgeschützte Haltestellen• Zusätzliche Verkehrsschilder und -spiegel• Sichtbare Kennzeichnung von Gefahrenstellen (Kreuzungen, Knotenpunkte, Querungen von Fuß- und Radwegen, Schulbereiche ...)• Ausreichende Beleuchtung
Erreichbarkeit/Barrierefreiheit	<ul style="list-style-type: none">• Sinnvolle Verbindungen zwischen Wegen und Straßen, Orientierungshilfen• Anschlussstellen an den öffentlichen Verkehr innerhalb eines Radius von 800 m (vom Ortszentrum)• Vorhandene, ausreichend breite Zugänge für Personen mit Mobilitäts-, Seh- und Höreinschränkungen (zum öffentlichen Verkehr und zu Haltestellen)
Gestaltung/Instandhaltung	<ul style="list-style-type: none">• Beschaffenheit von Straßen und Wegen (Spurrillen, Fugen auf Straßenoberflächen)• Sichere Randbereiche (Bankette)
Fuß- und Radwege	
Sicherheit	<ul style="list-style-type: none">• Gut sichtbare Trennung von der Straße (z. B. mittels Grünstreifen)• Sichere Gestaltung bei Straßenübergängen (Einsehbarkeit, geregelte Verkehrsgeschwindigkeiten), sichere Brücken• Sicherer Belag (keine Fugen, Löcher, gegebene Rutschsicherheit)• Sichtbare Bodenmarkierungen (Kennzeichnung der Fuß- und Radwege, sichtbare Hinweisschilder ...)• Frei von Hindernissen (überstehende Hecken oder Bäume, Mauervorsprünge, sicht einschränkende Verkehrsschilder oder Werbetafeln ...)• Ausreichende Beleuchtung
Erreichbarkeit/Barrierefreiheit	<ul style="list-style-type: none">• Vorhandene Zugänge für Personen mit Mobilitäts-, Seh- und Höreinschränkungen• Breiten bei Fuß- und Radwegen, Höhen von Gehsteigkanten/Stufen• Beschilderungen in einfacher Sprache/mit Symbolen, Orientierungshilfen
Gestaltung/Instandhaltung	<ul style="list-style-type: none">• Sitz- und Trinkmöglichkeiten, Radabstellplätze, saubere Fuß- und Radwege mit Abfallbehälter• Klare Beschilderungen/zusätzliche Orientierungshilfen (Ziele der Nahversorgung, touristische Ziele ...)
Öffentliche Orte und Plätze/Grünflächen	
Sicherheit	<ul style="list-style-type: none">• Sichere Treppen/Stufen (Handläufe, Zwischenpodeste, Rampen ...)• Frei von Hindernissen (überstehende Hecken oder Bäume, Mauervorsprünge ...)• Sichtbare Kennzeichnung von Gefahrenstellen• Ausreichende Beleuchtung
Erreichbarkeit/Barrierefreiheit	<ul style="list-style-type: none">• Innerhalb eines Radius von 800 m (vom Ortszentrum) erreichbar• Vorhandene Zugänge für Personen mit Mobilitäts-, Seh- und Höreinschränkungen (zu Geschäften, Restaurants, Ämtern, Gesundheits- und Sozialeinrichtungen, Schulen usw.)• Zugängliche WC-Anlagen (mit Eurokey)• Beschilderungen in einfacher Sprache/mit Symbolen, Orientierungshilfen
Gestaltung/Instandhaltung	<ul style="list-style-type: none">• Sitz- und Trinkmöglichkeiten mit Witterungsschutz, Radabstellplätze• Vorhandene, zugängliche, saubere WC-Anlagen• Vorhandene, entleerte Abfallbehälter• Ansprechend gestaltete, saubere Orte und Plätze
Landschaftliche Gegebenheiten ¹	<ul style="list-style-type: none">• Gefälle• Steigungen• Gewässer

Beispielhafte Darstellung von Kriterien für bewegungsfreundliche Gemeinden

¹ zu berücksichtigen in der Planung von bewegungsfreundlichen Strukturen

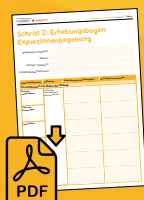


Download –
Kriterien Bewegungsfreundlich:
www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GLB-Kriterien-Bewegungsfreundlich.pdf



2

Schritt 2 – Begehungen durch ExpertInnen



Download – Erhebungsbogen ExpertInnenbegehung:

Als Unterstützung zu diesem Schritt finden

Sie Ihr PDF unter folgendem Link (QR-Code):

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GLB-ExpertInnenbegehung.pdf



2.1 Ziel

Im zweiten Schritt wird das Lebens- und Wohnumfeld in ausgewählten Bereichen der Gemeinde durch Ortsbegehungen analysiert. Welche Bereiche von den ExpertInnen begangen werden, entscheiden Gemeindeverantwortliche gemeinsam. Diese Methode hilft dabei, spezielle Gegebenheiten im räumlichen Umfeld, welche die Mobilität von BürgerInnen fördern oder beeinträchtigen, zu erkennen und aufzuzeigen. Aspekte wie Erreichbarkeit, Nutzbarkeit und Barrierefreiheit von Geh- und Radwegen, Sicherheit im öffentlichen Raum oder die Attraktivität von Orten und Plätzen werden für unterschiedliche Personengruppen (z. B. SeniorInnen, SchülerInnen, Jugendliche, Familien, Menschen mit Mobilitäts-, Seh- und Höreinschränkungen) analysiert.

Tipp

Wählen Sie Gebiete mit Wegen, Verbindungen und Plätzen, die von vielen Menschen frequentiert werden oder die besonders komplex sind.

2.2 Methode

ExpertInnen aus interdisziplinären Feldern, wie Gesundheitsförderung, Regionalentwicklung, Landschafts- und Raumplanung bzw. speziell geschulte MultiplikatorInnen, führen Begehungen in den vorab festgelegten Gemeindebereichen durch. Die festgelegten Bereiche können auf einer Gemeindekarte eingezeichnet und so grafisch dargestellt werden.

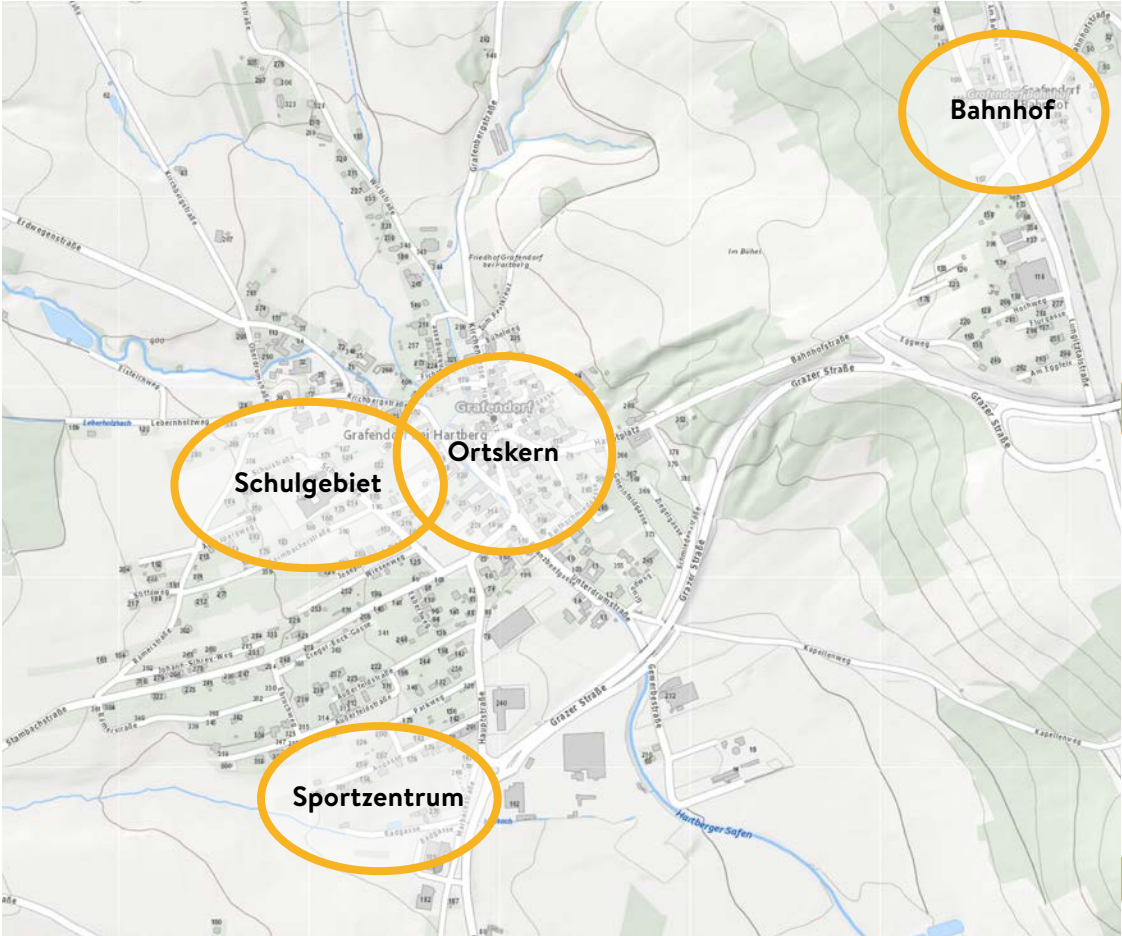


Abbildung: Vorschlag für Kennzeichnung der Begehungsgebiete (Foto: ©GIS-Steiermark)

Die Begehung dient zur Analyse der Gegebenheiten von Straßen, Wegen, öffentlichen Plätzen und Raumgestaltungselementen in der Gemeinde. Ein Erhebungsbogen mit aufbereiteten Kriterien unterstützt die strukturierten Beobachtungen. So wird sichergestellt, dass alle wichtigen Aspekte der Erreichbarkeit, Nutzbarkeit, Barrierefreiheit, Sicherheit und der Attraktivität des räumlichen Umfeldes in der Gemeinde berücksichtigt werden.

Die Ergebnisse der Begehungen werden in Form von Notizen im Erhebungsbogen, passend zu den Kriterien, dokumentiert und zusätzlich mittels Fotos festgehalten.

Die Auswertung der Erhebungsbögen erfolgt in Textform. Alle Notizen zu einer Kategorie werden textlich in einem Dokument zusammengefasst. Idealerweise werden spezielle Situationen bei der Begehung auch mit Fotos dokumentiert (z. B. Kreuzungen, Barrieren bei Fußwegen usw.). So werden die Anmerkungen bzw. Beobachtungen gut und nachvollziehbar veranschaulicht.

Die ausgewählten Bereiche der Gemeinde bilden die Grundlage für die Auswertung.

Tipp

Für die Auswertung der Erhebung empfiehlt es sich, die analysierten Bereiche der Gemeinde (Schulwege, Fuß- und Radwege, Hauptplatz, Park usw.) einzeln hinsichtlich Erreichbarkeit, Nutzung, Barrierefreiheit, Sicherheit, Attraktivität, Sauberkeit, Rastmöglichkeiten, Trinkmöglichkeiten etc. darzustellen.

Beispiele zur grafischen Darstellung der Ergebnisse aus der ExpertInnenbegehung

Kategorie Geh- und Radwege:

Die Gehwege im Ortskern sind sehr schmal. Das Befahren der Gehwege mit Rollstuhl im Bereich des Ortszentrums ist aufgrund von Barrieren, wie unebener Pflasterung bzw. Löchern im Bodenbelag, nicht möglich. Zusätzlich erschweren überhängende und überstehende Hecken das Begehen von Wegen und behindern die Einsicht auf Straßen.



Abbildungen: Beispiele für Barrieren und Hindernisse bei Gehwegen (Fotos: ©Projektteam der FH JOANNEUM)

Kategorie Schulumfeld:

Im Schulumfeld gibt es breite Geh- und Radwege. Der Eingang zur Schule ist barrierefrei gestaltet. In der Schulumgebung finden sich ausreichende Maßnahmen zur Stärkung der Verkehrssicherheit (z. B. Bodenmarkierungen, Verkehrsinseln zur Geschwindigkeitsreduktion). Außerdem ist der Wartebereich für die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel für SchülerInnen sicher zugänglich, ausreichend groß und bietet Schutz vor Witterung.



Abbildungen: Beispiele für ein sicheres und barrierefreies Schulumfeld (Fotos: ©Projektteam der FH JOANNEUM)

2.3 Hilfsmittel

- Erhebungsbogen ExpertInnenbegehung
- Checkliste ExpertInnenbegehung

Checkliste ExpertInnenbegehungen

✓	TÄTIGKEIT	MATERIAL
Planung/Vorbereitung:		
	1. ExpertInnen für Begehung festlegen	• PC
	2. Erhebungsbögen und Ortsplan ausdrucken; relevante Gebiete markieren	• Drucker
	3. ExpertInnen briefen und relevante Gebiete zuweisen	
Durchführung:		
	4. ExpertInnen führen selbstständig Begehung mit dem Erhebungsbogen durch	• Erhebungsbogen
	5. Markante Stellen im jeweiligen Ortsgebiet fotografieren	• Kamera
	6. Fotos sichern	• USB-Stick
	7. Analysiertes Gebiet im Ortsplan kennzeichnen	• Ortsplan, Stifte
	8. Dokumente und Ortsplan bei ProzessbegleiterIn oder BürgermeisterIn abgeben	
Auswertung:		
	9. Ergebnisse aus Erhebungsbögen inkl. Fotos nach Kategorien zusammenfassen	• Ausgefüllte Erhebungsbögen, Fotos
	10. ProzessbegleiterIn verfasst Kurzbericht mit Ergebnissen	



3

Schritt 3 – Begehungen durch BürgerInnen



Download – Erhebungsbogen BürgerInnenbegehung:

Als Unterstützung zu diesem Schritt finden Sie Ihr PDF unter folgendem Link (QR-Code):

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GLB-BuergerInnenbegehung.pdf



Download – Beispielauswertung BürgerInnenbegehung:

Als Unterstützung zu diesem Schritt finden Sie Ihr PDF unter folgendem Link (QR-Code):

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GLB-Beispielauswertung.pdf



3.1 Ziel

Bei den Begehungen durch BürgerInnen geht es darum, die Sicht der BewohnerInnen auf ihr tägliches Lebens- und Wohnumfeld zu lenken und so subjektiv wahrgenommene Auffälligkeiten zu erheben. Die BewohnerInnen selbst sind ExpertInnen ihrer eigenen Lebens- und Wohnumwelt und können Besonderheiten, Auffälligkeiten, Hindernisse und Möglichkeiten auf ihren täglich genutzten Wegen aufzeigen. Die Beschaffenheit von Fuß- und Radwegen, Straßen, Orten und Plätzen oder Begegnungszonen (z. B. Querungsmöglichkeiten, verkehrstechnische Sicherheitsmaßnahmen) beeinflusst wesentlich die Entscheidungen der Bevölkerung für oder gegen einen aktiven, bewegten Lebensstil.

3.2 Methode

VertreterInnen unterschiedlicher Personengruppen in der Gemeinde (z. B. Obleute des Seniorenbundes, der Landjugend, engagierte LeiterInnen einer Walkinggruppe oder eines Radtreffs, Vorsitzende des Pfarrgemeinderates, PädagogInnen in den Schulen, ElternvertreterInnen ...) organisieren mit vier bis acht weiteren BürgerInnen eine Begehung in einem oder mehreren Gebieten der Gemeinde. Dabei geht es um die Analyse der Gegebenheiten bei Straßen, Wegen, öffentlichen Plätzen und Raumgestaltungselementen in der Gemeinde (z. B. Unebenheiten im Bodenbelag, Barrieren auf Gehsteigen durch überstehende Hecken oder Sicherheit und Verkehrsreduktion im Schulbereich), die speziell von der jeweiligen Bevölkerungsgruppe häufig genutzt werden. Die Begehungen werden von BürgerInnen unterschiedlichster Altersgruppen durchgeführt, um möglichst viele Perspektiven bzw. Bedarfe einzuholen.

Tipp

Wenn die Begehungen von möglichst unterschiedlichen Gruppen der Bevölkerung (Kinder, Jugendliche, Familien, SeniorInnen, Menschen mit Mobilitäts-, Seh- und Höreinschränkungen ...) durchgeführt werden, kann ein breites Spektrum an Potenzialen und Hinweisen für Änderungen gesammelt werden. Die Wahrscheinlichkeit steigt, dass Maßnahmen von allen gut akzeptiert werden.



Ein einfacher Erhebungsbogen mit vorab festgelegten Kriterien unterstützt die Beobachtungen. Beispiele für Kriterien sind die Gestaltung und Beschaffenheit der Wege, Stiegen und Rampen im öffentlichen Raum, Grünflächen oder das Vorhandensein von Sitz- und Trinkmöglichkeiten. So wird eine strukturierte und vollständige Erhebung gewährleistet, die wichtig ist für eine effektive Maßnahmenplanung. Pro Begehungsgruppe wird ein Erhebungsbogen mit den subjektiven Bewertungen aus Sicht der BewohnerInnen verwendet. Die Ergebnisse der Begehungen werden in Form von Notizen im Erhebungsbogen, passend zu den Kriterien, dokumentiert und zusätzlich auf Fotos festgehalten.

Die Auswertung der Erhebungsbögen erfolgt auf zwei Arten. Einerseits werden sie textlich zusammengefasst, andererseits werden die Bewertungen der BürgerInnen mittels Smileys nach Häufigkeiten dargestellt (Anzahl der Bewertungen zu jedem Smiley). Es empfiehlt sich, die bewerteten Bereiche näher zu betrachten, da diese einen Bedarf in der Bevölkerung signalisieren.

Die Überschriften im Erhebungsbogen (z. B. „Gestaltung der Geh- und Radwege“) ergeben die Kategorien. Anhand dieser werden die einzelnen Kriterien (z. B. Hindernisse, Sitzmöglichkeiten ...) im Erhebungsbogen erläutert. Es werden alle Gründe für die Bewertungen nach Kategorien textlich zusammengefasst und optimalerweise mit einem Foto unterlegt, um die Anmerkungen bzw. Beobachtungen gut veranschaulichen und nachvollziehbar machen zu können.

Das nachfolgende Beispiel stammt aus einer Begehung mit BewohnerInnen eines Pflegeheims, die auf Gehhilfen angewiesen sind, und ihren BetreuerInnen.

Kategorie Barrierefreiheit bei Geh- und Radwegen:

Manche Gehwege im Ortskern sind mit einem Rollstuhl nicht barrierefrei zugänglich und nutzbar. Besonders dieser Übergang zur Brücke oder der dargestellte Gehweg stellen ein Hindernis für die Nutzung mit einem Rollstuhl dar.



Abbildungen: Beispiele für nicht-barrierefreie Geh- und Radwege (Fotos: ©Projektteam der FH JOANNEUM)



Abbildungen: Beispiele für barrierefreie Gehwege (Fotos: ©Projektteam der FH JOANNEUM)

3.3 Hilfsmittel

- Erhebungsbogen BürgerInnenbegehung
- Beispielauswertung BürgerInnenbegehung
- Checkliste BürgerInnenbegehung

Checkliste – Begehungen durch BürgerInnen

✓	TÄTIGKEIT	MATERIAL
	Planung/Vorbereitung:	
	1. Verantwortliche Personen für Begehung festlegen	• PC, Drucker
	2. Bereitschaft zur Durchführung abklären; darauf hinweisen, dass die Begehungen mit weiteren vier bis acht BürgerInnen durchgeführt werden	
	3. Erhebungsbögen und Ortsplan ausdrucken; relevante Gebiete markieren	
	4. Personen für Begehungen einschulen und relevante Gebiete zuweisen	
	Durchführung:	
	5. Personen führen selbstständig Begehungen mit Erhebungsbogen durch	• Erhebungsbogen • Kamera • USB-Stick • Ortsplan
	6. Markante Stellen im jeweiligen Ortsgebiet fotografieren	
	7. Fotos sichern auf USB-Stick	
	8. Analysiertes Gebiet im Ortsplan kennzeichnen	
	9. Dokumente und Ortsplan bei ProzessbegleiterIn oder BürgermeisterIn abgeben	
	Auswertung:	
	10. Ergebnisse aus den Erhebungsbögen inkl. Fotos nach Kategorien zusammenfassen	• Ausgefüllte Erhebungsbögen, Fotos
	11. ProzessbegleiterIn verfasst Kurzbericht mit Ergebnissen	



4

The background is a solid orange color. It features several abstract geometric shapes in a lighter yellow shade. These include a large circle on the left, a smaller circle in the lower-left, a triangle in the lower-right, and several rectangular shapes scattered throughout. The overall style is modern and minimalist.

Schritt 4 – Social-Media- und Internetauftritt



4.1 Ziel

Um vielen Menschen in der Gemeinde Möglichkeiten zur Beteiligung am Projekt zu gewähren, wird vorgeschlagen, Social-Media-Plattformen zu nutzen. Außerdem können über Social-Media-Kanäle oder die Gemeindehomepage laufend Informationen über aktuelle Projektmaßnahmen an die Bevölkerung weitergegeben werden. So erhalten mehr BewohnerInnen die Chance, ihre persönlichen Sichtweisen und Ideen im Zuge des Projektes einzubringen und sich über Aktivitäten im Projekt zu informieren. Zusätzlich können dadurch schwerer erreichbare BürgerInnengruppen (z. B. Jugendliche) für das Thema der bewegungsfreundlichen Gestaltung der Lebenswelt sensibilisiert werden.

4.2 Methode

Es können verschiedene Social-Media-Kanäle eingerichtet werden, z. B. eine Facebook-Seite, ein Instagram-Account oder ein Twitter-Account. Über Postings mit kurzem Text und Fotos kann über Projektmaßnahmen informiert werden. Eine weitere Möglichkeit ist die Darstellung des Projektes auf der Gemeindehomepage und das Implementieren eines Diskussionsforums oder einer Kommentarmöglichkeit für anonyme Anregungen und Vorschläge. Je nach Plattform und Medium können noch weitere interaktive Methoden eingesetzt werden. Beispielsweise kann die Bevölkerung zum Posten von Fotos über spezielle Orte, Wege und Plätze in der Gemeinde motiviert werden, um am Projekt aktiv mitzuwirken. Es kann auch eine Online-Umfrage gestartet werden.

Tipp

Motivieren Sie die Bevölkerung zur aktiven Teilnahme an Diskussionen im Internet oder über Social-Media-Kanäle, indem Sie die Anregungen aktiv kommentieren und die Kanäle kontinuierlich betreuen. Posten Sie selbst alle 2-3 Wochen neue Inhalte bzw. Ergebnisse aus den einzelnen Analyseschritten.

Tipp

Achten Sie bei der Veröffentlichung von Fotos oder anderen Dokumenten auf Grundlagen des Datenschutzes, indem Personen beispielsweise auf Fotos nicht erkannt werden können.

Mit diesem Vorgehen ist es möglich, auch jüngere Mitglieder der Bevölkerung über Anregungen und Ideen zu informieren und einen breiten Diskussions- und Gestaltungsprozess in Gang zu setzen. Ergebnisse können zusätzlich in der Gemeindezeitung kommuniziert werden.

4.3 Hilfsmittel

- Checkliste Social-Media- und Internetauftritt

Checkliste Social-Media- und Internetauftritt

✓	TÄTIGKEIT	MATERIAL
	Planung/Vorbereitung:	
	1. Personen, die Social-Media-Accounts erstellen/betreuen, anfragen	
	2. Bereitschaft zur Durchführung mit Personen abklären und Verantwortlichkeiten festlegen	
	Durchführung:	
	3. Facebook-Seite und/oder Rubrik auf Homepage erstellen	• PC
	4. BürgerInnen darauf aufmerksam machen und zum Posten von Fotos/Anregungen bzw. zur Teilnahme an den Diskussionen motivieren	
	5. Inputs aus Bevölkerung laufend kommentieren; Seite moderieren	
	Auswertung:	
	6. Anregungen sammeln, kategorisieren und zusammenfassen	
	7. EntscheidungsträgerInnen laufend über Anregungen informieren	



5

Schritt 5 – Haushaltsbefragung



Download – Infoschreiben:

Als Unterstützung zu diesem Schritt finden Sie Ihr Word-Dokument unter folgendem Link (QR-Code):

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GLB-Infoschreiben.docx



Download – Fragebogen Haushaltsbefragung:

Als Unterstützung zu diesem Schritt finden Sie Ihr PDF unter folgendem Link (QR-Code):

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GLB-Haushaltsbefragung.pdf



5.1 Ziel

Mit dieser Befragung werden Informationen zum Bewegungs- und Mobilitätsverhalten der GemeindebewohnerInnen gesammelt. Gleichzeitig ist es eine weitere Gelegenheit, alle Haushalte über das Projekt der Gemeinde zu informieren und Anliegen und Wünsche bezüglich möglicher Veränderungen im eigenen Lebens- und Wohnumfeld der BürgerInnen anonym zu erfragen. Durch die Befragung ist es möglich, einen Überblick der Motive für das Bewegungs- und Mobilitätsverhalten der Gemeindebevölkerung im Alltag zu erhalten. Hindernisse für das Zu-Fuß-Gehen oder Radfahren können beispielsweise größere Entfernungen oder der Zeitaufwand sein. Wenn diese Aspekte bekannt sind, können Gemeindeverantwortliche ihre Entscheidungen über künftige Veränderungsmaßnahmen bedarfsgerechter treffen und konkret auf die Situation in der Gemeinde abstimmen.

5.2 Methode

Die Haushaltsbefragung wird in Form einer Fragebogenerhebung auf Papier empfohlen. Jeder Haushalt erhält einen Fragebogen per Post zugesandt (z. B. als Einlageblatt in der Gemeindezeitung oder separat als Postwurfsendung).

Alternativ kann auch jede im Haushalt lebende, erwachsene Person einen eigenen Fragebogen erhalten. Dies ermöglicht, dass Personen individuellere Rückmeldungen geben können, und erhöht den Rücklauf der Fragebögen.

Tipp

Entscheiden Sie gemeinsam mit Gemeindeverantwortlichen, ob jede Person im Haushalt befragt werden soll oder eine Person aus jedem Haushalt stellvertretend den Fragebogen ausfüllt.

Alternativ kann die Befragung auch als Onlinebefragung durchgeführt werden. Es gibt einfache Eingabemasken und Tools, die für Onlinebefragungen zur Verfügung stehen (zum Beispiel www.survio.com, www.surveymonkey.de, www.questionpro.com). Die Gemeinde kann die Bevölkerung über einen Newsletter oder die Gemeindezeitung über die Onlinebefragung informieren und den Link auf der Gemeindehomepage veröffentlichen. Ein Vorteil dieser Befragungsart ist, dass die Fragebögen nicht zusätzlich von Papier in eine elektronische Maske eingegeben werden müssen. So kann eine breite Bevölkerungsgruppe eingebunden werden. Bei manchen Online-Befragungen werden auch einfache Analysen automatisch durchgeführt. Um die Fragebogenerhebung attraktiver zu gestalten und um eine höhere Anzahl an ausgefüllten Fragebögen zu erzielen, kann die Erhebung mit einem Gewinnspiel verbunden werden.

Tipp

Falls Sie die Vorteile einer Online-Befragung nutzen, überlegen Sie, ob damit alle Bevölkerungsgruppen erreicht werden können. Wählen Sie eine Mischform, um bestimmte Personengruppen, z. B. ältere Menschen, besser zu erreichen. Dafür können Papierfragebögen am Gemeindeamt aufliegen oder nach Anfrage per Post zugesandt werden.

Der Fragebogen gliedert sich in mehrere Bereiche und beinhaltet Fragen zu folgenden Themen: Gesundheit und Bewegung, berufliche Mobilität, Wege des Alltags, Motive für die Verkehrsmittelwahl sowie Anliegen und Wünsche zur bewegungsfreundlichen Gestaltung der Gemeinde.

Die meisten Fragen sind durch Ankreuzen von vorgegebenen Feldern zu beantworten. Einige wenige Fragen erfordern eine offene Antwort. Mit offenen Fragen haben alle Befragten die Möglichkeit, weitere Beobachtungen hinsichtlich ihres räumlichen Umfeldes vollkommen anonym darzulegen. Entsprechende Hinweise zum Ausfüllen des Fragebogens finden BürgerInnen direkt am Fragebogen.

Eine offene Beispielfrage aus dem Fragebogen lautet:

„Falls Sie häufig mit dem Privat-Pkw/Motorrad fahren: Unter welchen Umständen könnten Sie sich auch vorstellen, entweder zu Fuß zu gehen oder mit dem Fahrrad zu fahren?“

Es wird empfohlen, an BürgerInnen ein Infoschreiben zur Befragung seitens der Gemeinde zu versenden. Ein Beispiel, das für jede Gemeinde adaptiert werden kann, findet sich im Anhang.

Um eine anonyme Rückgabe des Fragebogens für die Papierversion sicherzustellen, kann der ausgefüllte Fragebogen per Post an die Gemeinde retourniert werden oder von BürgerInnen in eine aufgestellte Rückgabebox am Gemeindeamt eingeworfen werden.

Tipp

Legen Sie beim Aussenden des Fragebogens ein Rücksendekuvert bei. Dadurch entstehen für BürgerInnen keine Kosten und die Wahrscheinlichkeit der Rücksendung steigt.

Im Falle einer Papierbefragung müssen die Daten der ausgefüllten Fragebögen vorerst in eine elektronische Auswertungstabelle (z. B. in MS Excel) eingegeben werden. Nach Eingabe der Daten wird empfohlen, eine erste Datenkontrolle durchzuführen und den Datensatz eventuell zu bereinigen. So können einzelne Fragebögen (z. B. mit vielen leeren, fehlerhaften Werten oder Extremwerten) ausgeschlossen werden.

Für einen allgemeinen Überblick zu den Gegebenheiten in der Gemeinde eignet sich die Auswertung der Fragebögen nach Häufigkeiten der Antworten zu den jeweiligen Fragen, Unterfragen und Kategorien. Diese Häufigkeiten können mit weiteren Parametern verbunden werden, um beispielsweise Unterschiede in den Häufigkeiten für das Alter oder Geschlecht der befragten Personen festzustellen, z. B. die Unterschiede zwischen Männern und Frauen in der Einschätzung ihres Gesundheitszustandes (Frage 1.5.1.). Tabellen und Diagramme unterstützen dabei, die Ergebnisse grafisch zu veranschaulichen.

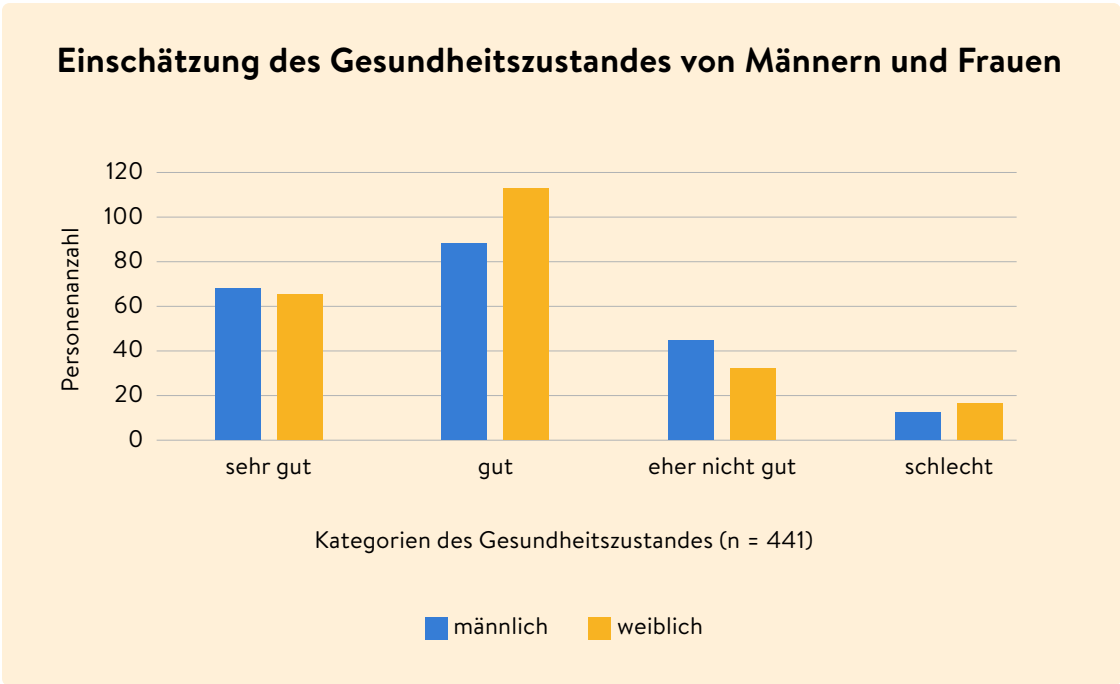


Abbildung: Beispiel für die grafische Darstellung von ausgewerteten Fragen

Für bestimmte Kategorien, wie in der Frage 2.3.1.: „Wie viel Zeit benötigen Sie üblicherweise vom Wohnort zum Arbeitsplatz/Ausbildungsplatz/zur Schule?“, können auch Durchschnittswerte (Mittelwert oder Median) berechnet werden. So wird aufgezeigt, wie viel Zeit die befragten Personen durchschnittlich für den Weg vom Wohnort zum Arbeitsplatz/Ausbildungsplatz/zur Schule benötigen. Achten Sie dabei speziell auf Extremwerte. Diese können ein Ergebnis stark verfälschen. Diese Frage kann auch nach unterschiedlichen Altersgruppen ausgewertet werden, da SchülerInnen vermutlich im Durchschnitt einen kürzeren Weg in die Schule haben als Erwerbstätige zum Arbeitsplatz.

Die Ergebnisse der Befragung können den BürgerInnen in der Gemeindezeitung präsentiert werden.



Tipp

Beauftragen Sie für die Auswertung des Fragebogens Personen, die Basiskenntnisse im Bereich von einfachen statistischen Analysen haben. Dies können die geschulten ProzessbegleiterInnen sein oder BürgerInnen der Gemeinde, die entsprechende Ausbildungen haben.

5.3 Hilfsmittel

- Fragebogen Haushaltsbefragung
- Checkliste Haushaltsbefragung

Checkliste Haushaltsbefragung

✓	TÄTIGKEIT	MATERIAL
	Planung/Vorbereitung:	
	1. Details der Befragung (Papier oder online usw.) mit EntscheidungsträgerInnen abklären	
	Durchführung:	
	2. Fragebogen aussenden/ausgeben	• Ausgedruckte Fragebögen
	3. Retournierte Fragebögen sammeln	
	Auswertung:	
	4. Ausgefüllte Fragebögen auswerten	• Fragebögen
	5. Ergebnisse kategorisieren und zusammenfassen	• PC, USB-Stick
	6. Ergebnisse EntscheidungsträgerInnen präsentieren	
	7. Ergebnisse BürgerInnen präsentieren	

6

Schritt 6 – BürgerInnen- versammlung



Download – Moderationskonzept BürgerInnenversammlung:

Als Unterstützung zu diesem Schritt finden
Sie Ihr PDF unter folgendem Link (QR-Code):

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GLB-Moderationskonzept.pdf



6.1 Ziel

Um die Beteiligung der BewohnerInnen und deren Akzeptanz für die geplanten Vorhaben zu erhöhen, wird eine BürgerInnenversammlung abgehalten. Dabei wird der direkte Austausch mit BürgerInnen zu den vorab erhobenen Anliegen und Wünschen ermöglicht und ein aktiver Diskussionsprozess initiiert. Es werden bisherige Ergebnisse vorgestellt, besprochen und im Sinne einer inhaltlichen Weiterentwicklung vertieft.

6.2 Methode

Zur Erreichung dieses Ziels werden VertreterInnen aller Bevölkerungsgruppen (z. B. Kinder und Jugendliche, Eltern, Erwachsene, ältere Menschen, aktiv mobile Personen und Menschen mit Mobilitäts-, Seh- und Höreinschränkungen) zur Versammlung und Diskussion seitens der Gemeinde eingeladen. Die Versammlung sollte vor Festlegung der konkreten Maßnahmen zur Mobilitätsförderung in der Gemeinde anberaumt werden, um noch Diskussionsspielraum zu haben und BürgerInnen aktiv in den Entscheidungsprozess einbinden zu können. Auf diese Art wird die Akzeptanz der Bevölkerung hinsichtlich der Maßnahmenumsetzung gefördert.

Tipp

Holen Sie bewusst KritikerInnen ins Boot, so wird gewährleistet, dass noch unberücksichtigte Aspekte in die Planung integriert werden können.

In diesem Rahmen werden die bisherigen Ergebnisse und Adaptionen in der physischen Lebens- und Wohnumgebung der Gemeinde präsentiert und Diskussionsprozesse mit unterschiedlichen Personengruppen aus der Bevölkerung angeregt. Die Diskussionen an Tischen erfolgen in Kleingruppen und werden dokumentiert. Die BürgerInnenversammlung sollte moderiert werden. Ein möglicher Ablauf mit Umsetzungsmethoden wird im Moderationskonzept im Anhang vorgeschlagen.

Inhalte der Versammlung können unter anderem nachfolgende Schwerpunkte und Fragestellungen sein, welche den TeilnehmerInnen präsentiert werden bzw. diese zur Diskussion anregen:

- Was ist seit Projektbeginn passiert? (Durchführung der Interviews, Begehungen, Facebook-Aktionen, Fragebogenerhebungen etc.)
- Welche Ergebnisse (Auffälligkeiten/Anliegen/Ideen) sind aus den Interviews, Begehungen und Diskussionen bisher entstanden?
- Was sagen Sie zu diesen Ergebnissen? Entsprechen sie Ihren Wahrnehmungen? Ist etwas besonders auffällig/überraschend für Sie?

Als Ergebnis der Versammlung geht ein kategorisierter Maßnahmenvorschlag hervor, der die Entscheidungsgrundlage für den nachfolgenden Schritt 7, den Bewertungs- und Entscheidungsworkshop, darstellt. Alle Vorschläge für Neu- und Umgestaltungen werden pro Kategorie zusammengefasst und anschließend in einen Text gebracht.

Beispiel

Kategorie Beschaffenheit von Geh- und Radwegen:

Es wird die Installation eines Gehsteiges vom Ortsteil x nach y inklusive ausreichender Sitzgelegenheiten angeregt. Des Weiteren sollte der Radweg im Ortsteil vom Gehweg mit einem Bodenstreifen besser abgetrennt werden.

6.3 Hilfsmittel

- Moderationskonzept BürgerInnenversammlung
- Checkliste BürgerInnenversammlung

Checkliste BürgerInnenversammlung

✓	TÄTIGKEIT	MATERIAL
	Planung/Vorbereitung:	
	1. Ergebnisse bisheriger Analyseschritte für Präsentation (z. B. anhand PowerPoint-Folien) vorbereiten	• PC
	2. Ort und Zeit festlegen	
	3. Einladungen für Versammlung erstellen	
	4. BürgerInnen einladen	
	Durchführung:	
	5. Siehe Moderationskonzept „BürgerInnenversammlung“	• Moderationskonzept
	6. Notizen über Verlauf der Versammlung machen	
	Auswertung:	
	7. Ergebnisse aus Diskussion und Tischgruppenaufgabe kategorisieren und zusammenfassen	• Diskussionsnotizen



7

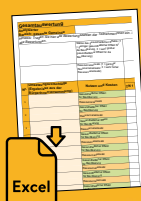
Schritt 7 – Bewertungs- und Entscheidungs- workshop



Download – Moderationskonzept Entscheidungsworkshop:

Als Unterstützung zu diesem Schritt finden Sie Ihr PDF unter folgendem Link (QR-Code):

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GLB-Entscheidungsworkshop.pdf



Download – Auswertungsraster:

Als Unterstützung zu diesem Schritt finden Sie Ihr Excel unter folgendem Link (QR-Code):

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GLB-Auswertungsraster.xlsx



7.1 Ziel

Im siebenten Schritt wird ein konkreter Handlungsplan, der auf den Ergebnissen der bisherigen Schritte basiert, für die Umsetzung erstellt. Die Grundidee dahinter ist eine objektive Bewertung der Maßnahmen. Am Ende wird aufgezeigt, welche Vorschläge den höchsten gesundheitlichen Nutzen für eine breite Bevölkerungsschicht aufweisen, bei gleichzeitig niedrigem Ressourcenaufwand. Diese Ideen und Vorschläge sollen in der Umsetzung prioritär behandelt werden. TeilnehmerInnen des Workshops sind Gemeindeverantwortliche und BürgerInnenvertreterInnen.



Vorschläge für Personengruppen, die zu diesem Workshop eingeladen werden können, sind VertreterInnen einzelner Bevölkerungsgruppen, GemeinderätInnen, BürgermeisterInnen sowie weitere EntscheidungsträgerInnen.

7.2 Methode

Vorgeschlagene Ideen und Maßnahmen werden hinsichtlich gesundheitlicher Effekte/ Nutzen für die Bevölkerung und Ressourceneinsatz bzw. Kosten anhand eines tabellarischen Rasters von allen TeilnehmerInnen bewertet. Anschließend werden die Bewertungen der Maßnahmen diskutiert und die Maßnahmen auf ihre Umsetzbarkeit hin besprochen. Aus dem berechneten Durchschnitt aller Bewertungen wird ein Verhältnis zwischen Gesundheitseffekt versus Ressourceneinsatz/Kosten dargestellt. Eine Reihung der Maßnahmenumsetzung wird vorgenommen, Verantwortlichkeiten sowie Fristen werden fixiert.

Beispiel Bewertungsraster:

Folgende Grundlagen gelten für die Bewertung:
Bewertet wird anhand der Zahlenwerte von 1 bis 3.
Im Bereich „Gesundheitlicher Effekt/Nutzen“ heißt dies: 1 = geringer Effekt, 3 = sehr großer Effekt;
im Bereich „Ressourceneinsatz/Kosten“ heißt das: 1 = geringer Einsatz, 3 = sehr hoher Einsatz.

Umsetzungsvorschläge		TeilnehmerIn (TN) 1	Ergebnis
1) Überhängende Hecken bei Gehwegen im Ortsteil x zurückschneiden	Gesundheitlicher Effekt	2	2 (Formel: Ergebnis = Gesundheitlicher Effekt/ Ressourceneinsatz)
	Ressourceneinsatz	1	
2) Zusätzlichen Grünstreifen im Ort an der Kreuzung x anlegen	Gesundheitlicher Effekt	3	1,5
	Ressourceneinsatz	2	
3) Geschwindigkeitsreduktion im Schulumfeld durch entsprechende Bodenmarkierungen vornehmen	Gesundheitlicher Effekt	3	3
	Ressourceneinsatz	1	

Abbildung: Beispiel für eine Einzelbewertung von Umsetzungsvorschlägen

Ein Ergebnis von „3“ sagt aus, dass der gesundheitliche Effekt/Nutzen sehr groß ist und es keinen bzw. nur einen geringen Ressourceneinsatz braucht, um den Vorschlag zu realisieren. In diesem Fall würde es sehr sinnvoll sein, die Maßnahmen umzusetzen. Im Gegensatz dazu stellt das Ergebnis „0,33“ einen geringen gesundheitlichen Effekt/Nutzen und einen hohen Ressourceneinsatz dar, was für die Gemeinde eine Umsetzung eher weniger sinnvoll macht.

Interpretation der Bewertung:

Die Vorschläge 1 und 3 können mit einem geringen Ressourceneinsatz/Kosten umgesetzt werden und ergeben einen hohen gesundheitlichen Effekt. Hinsichtlich des Umsetzungsvorschlages 2 müsste ein konkreter Kostenvoranschlag für die Maßnahme eingeholt werden, um eine finale Entscheidung treffen zu können.

Beispiel Auswertungsraster:

In der Gesamtauswertung werden die Bewertungen aller TeilnehmerInnen eingetragen, summiert und die Durchschnittsbewertungen für gesundheitlichen Effekt/Nutzen und Ressourceneinsatz errechnet. Die Gesamtergebnisse pro Umsetzungsvorschlag können grafisch folgendermaßen dargestellt werden. Grafiken können als Grundlage für den konkreten Maßnahmenplan herangezogen werden.

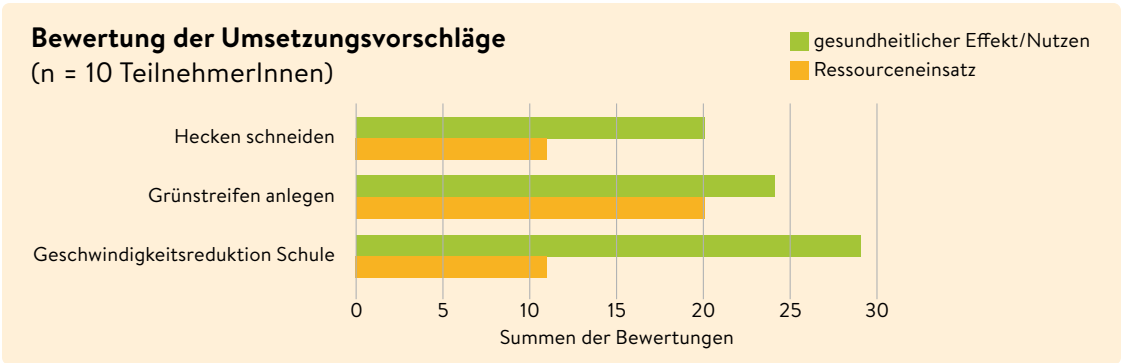


Abbildung: Beispieldarstellung zum Vergleich von gesundheitlichem Effekt und Ressourceneinsatz

7.3 Hilfsmittel

- Moderationskonzept Bewertungs- und Entscheidungsworkshop
- Auswertungsraster Bewertungs- und Entscheidungsworkshop (wurde in einem Excel-Dokument zusammengefasst)
- Checkliste Bewertungs- und Entscheidungsworkshop

Checkliste Bewertungs- und Entscheidungsworkshop

✓	TÄTIGKEIT	MATERIAL
	Planung/Vorbereitung:	
	1. Ergebnisse der BürgerInnenversammlung als Maßnahmenvorschläge aufbereiten	
	2. Ort und Zeit des Workshops festlegen	
	3. EntscheidungsträgerInnen kontaktieren und einladen	
	Durchführung:	
	4. Siehe Moderationskonzept „Bewertungs- und Entscheidungsworkshop“	<ul style="list-style-type: none">• Moderationskonzept• Maßnahmenvorschläge• Bewertungsmatrix
	Auswertung:	
	5. Handlungsplan für festgelegte Maßnahmen erstellen	
	6. Maßnahmen der Bevölkerung präsentieren	

Unterstützungs- und Fördermöglichkeiten

Der dargestellte 7-Schritte-Prozess kann von geschulten ExpertInnen begleitet werden. Diese geschulten Personen unterstützen die Gemeindeverantwortlichen in der Projektplanung und im Projektmanagement und können die Moderation von Veranstaltungen übernehmen. Außerdem haben sie Kenntnisse in der Auswertung der sieben Schritte. Kontaktdaten der geschulten ExpertInnen und Informationen über finanzielle Unterstützung finden Sie auf unserer Website unter www.gesundheitsfonds-steiermark.at/gesundheitsziele-steiermark/bewegung.

Nach Durchführung der Analyse sind die zentralen Handlungsfelder für die Neu- bzw. Umgestaltungen in Ihrem Lebens- und Wohnumfeld bekannt, und Sie können gemeinsam mit BürgerInnen Ihre bewegungsfreundliche Gemeinde gestalten.

Weitere Dokumente und Links

zu den Themen **Gesundheit, Partizipation/Beteiligung, Bewegung, Mobilität**

- Arbter, K. (2012). *Praxisbuch Partizipation: Gemeinsam die Stadt entwickeln. Werkstattberichte/ Stadtentwicklung*. Download von https://www.wien.gv.at/wienatshop/Gast_STEV/Start.aspx?artikel=302448
- Auer, M., Bäck, M., Hofer, K., Neuhold, B., Gangl, D. & Amort, F. M. (2014). *Gesundheitsförderung in Gemeinden, Stadtteilen und Regionen – Von der Idee zur Umsetzung*. Wien: Gesundheit Österreich GmbH, Geschäftsbereich Fonds Gesundes Österreich. Download vom 17. Mai 2020 von https://fgoe.org/medien/reihewissen/leitfaden_gesundheitsfoerderung_gemeinden
- Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz. (2015). *Unterwegs im Leben. Denkanstöße für eine alter(n)sgerechte Gestaltung des öffentlichen Raums. Ein Leitfaden*. Wien. Download vom 17. Mai 2020 von http://www.queraum.org/pdfs/Unterwegs_im_Leben.pdf
- Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft. (2014). *Kinderfreundliche Mobilität. Ein Leitfaden für eine kindergerechte Verkehrsplanung und -gestaltung*. Wien. Download vom 17. Mai 2020 von <https://styriavitalis.at/wp-content/uploads/2016/11/2014leitfadenkinderfreundlichemobilitaet.pdf>
- Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie. (2015). *Masterplan Gehen. Strategie zur Förderung des FußgängerInnenverkehrs in Österreich*. Wien. Download vom 17. Mai 2020 von <https://www.klimaaktiv.at/mobilitaet/gehen/masterplan-gehen.html>
- Fonds Gesundes Österreich. (2018). *Aktive Mobilität – Argumentarium kompakt. Intersektorale Argumente zur Förderung aktiver Mobilität in Österreich*. Wien. Download vom 17. Mai 2020 von https://fgoe.org/sites/fgoe.org/files/2018-07/Wissenband_13_Argumentarium_Aktive-Mobilitaet_KOMPAKT.pdf
- Kuratorium für Verkehrssicherheit. (2016). *Barrierefreie Stadt. Altersfreundliche Mobilitätsangebote im städtischen Raum. Ein Handbuch für ExpertInnen und EntscheidungsträgerInnen zur Umsetzung von Barrierefreiheit*. Wien. Download vom 17. Mai 2020 von https://www.kfv.at/wp-content/uploads/2018/06/KFV-Handbuch_BarrierefreieStadt_vINTERAKTIV-21042016.pdf
- www.fgoe.org
- www.gesundheit.gv.at
- www.partizipation.at
- www.walkspace.at
- www.kfv.at
- www.klimaaktiv.at
- www.mobilitaet-gesundheit.ch
- www.gesundheitliche-chancengleichheit.de

Literatur

- Arbter, K. (2012). Praxisbuch Partizipation: *Gemeinsam die Stadt entwickeln. Werkstattberichte / Stadtentwicklung*.
- Bässler, R. (2018). *Quantitative Forschungsmethoden. Leitfaden für empirische Arbeiten mit quantitativem Forschungsansatz*. (3., überarb. Aufl.). Wien: RB Research & Consulting Verlag.
- Bödeker, M., Bucksch, J. & Fuhrmann, H. (2012). Bewegungsfreundlichkeit von Wohnumgebungen messen. *Prävention und Gesundheitsförderung*, 7(3), 220–226. doi: 10.1007/s11553-012-0344-3.
- Bucksch, J. & Schneider, S. (2014). *Walkability. Das Handbuch zur Bewegungsförderung in der Kommune*. Bern: Verlag Hans Huber.
- Dannenbergh, A. L., Frumkin, H. & Jackson, R. (2011). *Making Healthy Places. Designing and Building for Health, Well-being, and Sustainability*. Island Press. Download vom 17. Mai 2020 von <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&scope=site&db=nlebk&db=nlabk&AN=385339>
- Deinet, U. & Krisch, R. (2009). *Stadtteil-/ Sozialraumbegehungen mit Kindern und Jugendlichen*. Download vom 16. Mai 2020 von <http://www.sozialraum.de/stadtteil-sozialraumbegehungen-mit-kindern-und-jugendlichen.php>
- Döring, N., Bortz, J. (2015). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften*. (5. Aufl.). Berlin, Heidelberg: Springer.
- Fonds Gesundes Österreich. (2017). *Alltagsbewegung*. Download vom 3. März 2020 von <http://www.fgoe.org/der-fonds/glossar/?view=alltagsbewegung>
- Kromrey, H. (2006). Empirische Sozialforschung. *Modelle und Methoden der standardisierten Datenerhebung und Datenauswertung*. (11., überarb. Aufl.). Stuttgart: UTB.
- Neunecker, M. (2016). *Partizipation trifft Repräsentation. Die Wirkung konsultativer Bürgerbeteiligung auf politische Entscheidungen*. (Dissertation, Wiesbaden: Springer).
- Pikora, T., Giles-Corti, B., Bull, F., Jamrozik, K. & Donovan, R. (2003). Developing a framework for assessment of the environmental determinants of walking and cycling. *Social Science & Medicine* (1982), 56(8), 1693–1703. doi: 10.1016/S0277-9536(02)00163-6.
- Sallis, J. F., Cervero, R. B., Ascher, W., Henderson, K. A., Kraft, M. K. & Kerr, J. (2006). An ecological approach to creating active living communities. *Annual review of public health*, 27, 297–322. doi: 10.1146/annurev.publhealth.27.021405.102100.
- Trop, M., Hofer, K., Müller, S. & Adamer-König, E. (2016). *Entwicklung von bewegungsfreundlichen Strukturen in kommunalen Lebensräumen. Ein Literaturreview über Theorien, Modelle und Zugänge*. Bad Gleichenberg: FH JOANNEUM – University of Applied Sciences.
- Weltgesundheitsorganisation, (2010). *Bewegungsförderung und aktives Leben im städtischen Umfeld. Die Rolle der Lokalverwaltung*. Download vom 16. April 2020 von http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0011/112403/E89498G.pdf
- Wesselmann, C. (2002). *Internet und Partizipation in Kommunen. Strategien des optimalen Kommunikations-Mix*. (Dissertation, Wiesbaden: Deutscher Universitäts-Verlag GmbH).
- Wright, M., von Unger, H. & Block, M. (2010). Partizipation der Zielgruppe in der Gesundheitsförderung und Prävention. In M. T. Wright (Hg.), *Partizipative Qualitätsentwicklung in der Gesundheitsförderung und Prävention*. (S. 35–52). Bern: Huber.
- Zapata-Diomedes, B., Herrera, A. M. M. & Veerman, J. L. (2016). The effects of built environment attributes on physical activity-related health and health care costs outcomes in Australia. *Health & Place*, 42, 19–29. doi: 10.1016/j.healthplace.2016.08.010.

TEIL B

Generationenspielplatz

„Bieten wir Jung und Alt die Möglichkeit, ihre körperliche und geistige Fitness zu erhalten und zu stärken.

Generationenspielplätze bieten Platz für Bewegung und Begegnung!“

Helmut Simi,

Leiter des Projektes Generationenspielplatz

Einleitung

Die Förderung der Bewegung nimmt auch in den steirischen Gesundheitszielen aufgrund unzureichender Bewegungsniveaus in allen Altersgruppen der Bevölkerung einen zentralen Stellenwert ein.

Die FH JOANNEUM entwickelte im Auftrag des Gesundheitsfonds Steiermark Modellprojekte zur Bewegungsförderung der SteirerInnen in ihrem unmittelbaren Lebensumfeld. Eines dieser Modellprojekte ist das Projekt „Generationenspielplatz (GSP)“. Im Zuge einer ersten Pilotphase wurde die Planung und Errichtung von zwei GSP in zwei steirischen Gemeinden begleitet. Basierend auf Evaluationsergebnissen wurden Perspektiven für die Nachhaltigkeit und ein Rollout (GSP) entwickelt.

GSP können vielfältige gesundheitsfördernde Wirkungen erzielen. Zentrale Aspekte sind, die körperliche und geistige Fitness von Jung und Alt zu erhalten und zu steigern sowie einen Platz für Bewegung und Kommunikation zu gewährleisten. GSP sind ein wichtiger Baustein für ein gesundheitsförderndes Bewegungsangebot für alle Altersgruppen, das unter anderem dem steigenden und mitunter sehr rüstigen Anteil von sogenannten „Best Agern (+50)“ der Bevölkerung gerecht werden soll und Raum für neue Bewegungsformen schafft. Die Idee dahinter ist ein „Outdoor-Bewegungspark“, in dem intergenerativ am eigenen Körper gearbeitet werden kann. In solchen Parks sind zwar weniger herkömmliche Geräte und Stationen als auf normalen Spielplätzen zu finden, dafür aber umso mehr Trainingsgeräte und Trainingsanlagen, an denen individuell trainiert werden kann.

Ein GSP soll einen leichten Zugang zu sportlicher und körperlicher Aktivität sowie nachhaltigen Nutzen für Jung und Alt gewährleisten. GSP sollen für alle Generationen einen Raum schaffen, an dem sich Jung und Alt gemeinsam im Freien nicht nur körperlichen und altersgerechten sportmotorischen Herausforderungen stellen können, sondern auch Räume zur Kommunikation und Erholung ihren Platz finden.

Das Projekt „Gemma raus“ der Stadt Wien hat hier einen wesentlichen Beitrag zur Analyse des NutzerInnenverhaltens und von Verbesserungspotenzialen der bereits bestehenden Parks geleistet.

Ziel des Leitfadens

Ziel dieses Leitfadens ist es, Sie als Verantwortliche bei der Planung Ihres Generationenspielfeldes (GSPs) zu unterstützen. Dieser Leitfaden dient nicht nur zur Errichtung eines neuen GSPs, er soll Sie auch dabei unterstützen, bereits bestehende namensähnliche Projekte hinsichtlich der GSP-Qualitätskriterien unter die Lupe zu nehmen, und bei Bedarf Anstoß für Veränderungen liefern.

Die hier zusammengefassten Inhalte sollen Sie ermutigen und in einfachen Schritten dabei unterstützen, Ihren GSP erfolgreich umzusetzen!

Definition GSP

Ein GSP ist ein öffentliches Areal, das ausreichend Platz für verschiedene Bewegungsangebote in Form von Fitnessgeräten oder Spielflächen bietet. Für jede Generation sollten spezifische Bereiche definiert werden und verschiedene Elemente zur Verfügung stehen, um den individuellen Anforderungen der jeweiligen Zielgruppe Raum zu geben.

Qualitätskriterien

Qualitätskriterien dienen der Orientierung über die erforderlichen Komponenten eines Produkts, Prozesses oder einer Leistung und schaffen Standards für die Bewertung von deren Qualität. Durch Qualitätskriterien kann beurteilt werden, ob etwas „gut gemacht“ ist. Das bedeutet: Qualitätskriterien beschreiben Regeln und Kriterien, die ein Maß für die Qualität sowohl einzelner Instrumente (Fragebögen, Beobachtungen, Begehungen etc.) als auch ganzer Erhebungen bereitstellen.

Qualität ist ein Begriff, mit dem subjektiv die Eigenschaften/Werte „gut“ und „wertvoll“ verbunden werden. Objektiv definiert sich Qualität durch das Erreichen eines vorab festgelegten Schwellenwertes.

Wir empfehlen, dass Sie sich die folgenden Qualitätskriterien in der angegebenen Reihenfolge durchlesen und abarbeiten. Eine dazu passende Checkliste im Anhang soll Sie dabei unterstützen, die wesentlichen Punkte zu kontrollieren, zu optimieren und im Idealfall auch umzusetzen.



1

Kriterium 1: Grundüberlegungen & partizipative Planung

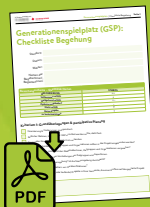
Zum ersten Qualitätskriterium zählen die Finanzierung und Förderungsmöglichkeiten. Weitere Kriterien sind die Einbindung von Zielgruppen in die Planung, der genaue Standort des Generationenspielflatzes (GSPs) und die Namensgebung.

Als Unterstützung für Ihre Evaluierungen nutzen Sie folgende Links:



**Download –
Vorlage Beobachtung:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Beobachtung.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Beobachtung.pdf)



**Download –
Checkliste Begehung:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Checkliste-Begehung.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Checkliste-Begehung.pdf)



**Download –
Vorlage Fragebogen:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Fragebogen.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Fragebogen.pdf)



1.1 Finanzierung & Förderung, Grundstück

Die Höhe der Finanzierung und Förderung bzw. die Förderschienen sollten im Vorfeld feststehen. Auf Basis dieser Grundlage kann die gesamte weitere Planung vorgenommen werden. Im Vorfeld bedarf es außerdem einer Abklärung mit den verschiedenen projekterforderlichen amtlichen Behörden, wie z. B. Umweltbehörden, Baumschutzamt etc.

1.2 Einbindung von Zielgruppen

Im Vordergrund steht die Einbindung der Bevölkerung bzw. der verschiedenen Zielgruppen – Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Best Ager (+50), VertreterInnen und bei Bedarf auch KundInnen oder Gäste von GSP-nahen Institutionen, wie Firmen, Schulen, Kindergärten, Kurhäusern, Rehabilitationskliniken u. v. m. – und das Einbeziehen von ExpertInnen in das geplante Projekt.

Im Sinne einer erfolgreichen Einbindung der Bevölkerung ist auch eine Rücksprache mit AnrainerInnen zu empfehlen, die in unmittelbarer Nähe zum geplanten GSP leben.

Weitere Möglichkeiten zur Einbindung von Zielgruppen sind die Durchführung von Planungsworkshops, Interviews, die Bildung von Fokusgruppen oder Befragungen mittels Fragebögen.

Durch die Partizipation der Zielgruppen am Planungsprozess schafft man eine größtmögliche Identifikation der NutzerInnen mit dem GSP.

„Sonst wird ein generationenübergreifendes Projekt nicht funktionieren.“

Tipp

Setzen Sie sich mit einer überschaubaren Anzahl von TeilnehmerInnen zusammen.

1.3 Standortauswahl

Öffentliche Grünanlagen erscheinen als Standort am geeignetsten. Die Nähe von sozialen Einrichtungen, wie Seniorenwohnhäusern, betreutes Wohnen, Schulen oder Kindergärten, ist vorteilhaft. Der GSP sollte gut erreichbar sein und eine zentrale Lage haben, um die Wege für die BewohnerInnen möglichst kurz zu halten. Die Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln bzw. das Vorhandensein von Parkmöglichkeiten (gilt auch für Fahrräder) in der Nähe ist von großer Bedeutung.

Ein geeigneter Standort ist zu Fuß leicht erreichbar. Idealerweise liegt der GSP an einem Rad-, Lauf- oder Wanderweg.

Des Weiteren ist es sinnvoll, hohe Belastungen durch Lärm und Luftschadstoffe zu vermeiden. Auch das richtige Maß an Belegung ist entscheidend: Die BesucherInnen des GSPs dürfen sich nicht zur Schau gestellt fühlen (z. B. inmitten einer Wohnsiedlung), allerdings darf der GSP auch nicht sehr abgelegen sein. Am besten geeignet sind „belebte“, aber nicht „überlaufene“ Grünanlagen.

Aus der Unsicherheit, sich ungeschickt anzustellen und die Geräte/Stationen nicht richtig zu bedienen, trauen sich BesucherInnen oft nicht, die Geräte/Stationen zu benutzen. Insofern sollte ihr Standort speziell im Hinblick auf ältere Personen getrennt vom Kinderspielplatz geplant werden.



Bei der Standortwahl sind Widmungen zu berücksichtigen.

1.4 Namensgebung

In der Planungsphase und im Sinne der späteren Vermarktung eines GSPs ist die Wahl des Namens sehr wichtig, da er ausschlaggebend dafür ist, welche Zielgruppen sich angesprochen fühlen. Ideal ist es, wenn sich in der Benennung des GSPs die vorher definierten Zielgruppen wiederfinden. Die Namensgebung sollte gut überdacht werden und in das Gesamtkonzept passen.

Häufig verwendete Namen im Kontext von GSP sind:

Motorikpark, SeniorInnenspielplatz, Generationenpark, Generationenspielplatz, Generationenparcours, SeniorInnenaktivitätenplatz, Mehrgenerationenspielplatz, Vitalparcours, Fitnessparcours, Intergenerativer Spielplatz, Bewegungsgarten, Aktiv-Park, Fitness im Stadtpark, Outdoorpark, Park der Generationen, Trimm-dich-Pfad.

2

Kriterium 2:

Sicherheit, Standards & Normen, Wartung & Haftung

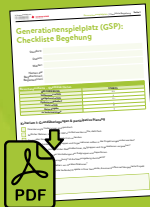
Beim Qualitätskriterium 2, Sicherheit, werden folgende Themen näher erläutert: Gesundheitliche Aspekte, Standards & Normen und schließlich Wartung und Haftung.

Als Unterstützung für Ihre Evaluierungen nutzen Sie folgende Links:



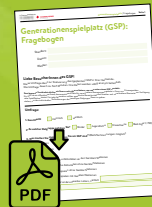
**Download –
Vorlage Beobachtung:**

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Beobachtung.pdf



Download – Checkliste Begehung:

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Checkliste-Begehung.pdf



**Download –
Vorlage Fragebogen:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Fragebogen.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Fragebogen.pdf)



2.1 Sicherheit – Gesundheitliche Aspekte

Regelmäßige körperliche Aktivität fördert die Gesundheit. Dennoch können unerwünschte körperliche Ereignisse auftreten, die z. B. den Bewegungsapparat oder das Herz-Kreislauf-System betreffen. Um gesundheitliche Beeinträchtigungen zu vermeiden, müssen beim Training Faktoren wie das körperliche Fitnessniveau, die Bewegungsform, die Intensität der Bewegung und der Wochenumfang der Bewegung berücksichtigt werden. Deshalb sind Vorbereitung, geeignete Ausrüstung und die angemessene Ausübung unabdingbar. Bei eigenverschuldeten Unfällen haften die NutzerInnen der Geräte selbst.

Bestehen gesundheitliche Risiken, sind körperliche Aktivitäten mit mittleren Intensitäten zu bevorzugen. Das Risiko ist bei Menschen, die sich körperlich kaum betätigen, höher als bei jenen, die regelmäßig aktiv sind.

Tipp

Gibt es eine Zufahrt für Rettungsdienste? Befindet sich ein öffentlich zugänglicher Defibrillator in der Nähe?



Foto: © Helmut Simi

2.1.1 Sicherheit und Materialien

Alle Geräte/Stationen müssen genormt sein, Bodenmaterialien und Fallhöhen müssen berücksichtigt werden. Diese Kompetenz obliegt in der Regel den Herstellern der Geräte/Stationen.

Tipp

Zusätzliche Haltegriffe haben sich bewährt, um körperliche Aktivitäten auch für beeinträchtigte und ältere Personen zu ermöglichen.

2.2 Standards & Normen

In Österreich wird die Errichtung, Gestaltung und Art eines Generationenspielplatzes (GSPs) je nach Bundesland auf Landesebene in der jeweiligen Bauordnung gesetzlich festgelegt.

Um die rechtlichen Anforderungen bezüglich der Bewegungsgeräte zu erfüllen, werden in den folgenden Unterkapiteln einige Standards, Normen und Zertifizierungen vorgestellt.

2.2.1 Möglichkeiten von Standards und Normen

EN

Die Europäischen Normen (EN) sind europaweite Standards. Für einen Bewegungsraum im Freien sind vor allem folgende EN relevant:

- **EN 1176:** Norm für Spielplatzgeräte und Spielplatzböden – Teil 1: Allgemeine sicherheitstechnische Anforderungen und Prüfverfahren; Teil 7: Inspektion und Wartung
- **EN 1177:** Norm für stoßdämpfende Spielplatzböden – Prüfverfahren zur Bestimmung der Stoßdämpfung
- **EN 12572:** Norm für künstliche Kletteranlagen – Teil 2: Sicherheitstechnische Anforderungen und Prüfverfahren für Boulderwände; Teil 3: Sicherheitstechnische Anforderungen und Prüfverfahren für Klettergriffe
https://shop.austrian-standards.at/action/de/public/details/600760/OENORM_EN_12572-3_2017_05_01;jsessionid=C7CDF9C6BA631537F8F2E9D6BCF63B67
- **EN 14974:** Norm für Skateparks – Sicherheitstechnische Anforderungen und Prüfverfahren
https://shop.austrian-standards.at/action/de/public/details/656993/OENORM_EN_14974_2019_06_15;jsessionid=AE7C312EE3D664F9A54D51E02DF8F679
- **EN 15312:** Norm für frei zugängliche Multisportgeräte – Anforderungen einschließlich Sicherheit und Prüfverfahren

- **EN 16630:** Norm für standortgebundene Fitnessgeräte im Außenbereich – Sicherheitstechnische Anforderungen und Prüfverfahren
- **EN 16899:** Norm für Sport- und Freizeitanlagen – Parkoureinrichtungen – Sicherheitstechnische Anforderungen und Prüfverfahren
https://shop.austrian-standards.at/action/de/public/details/635909/DIN_EN_16899_2018_07;jsessionid=0EAD2BE1B843ED3E5DF22446C0DBD059

ÖNORM

Die ÖNORM ist eine von Austrian Standards International veröffentlichte nationale Norm. ÖNORMEN bilden fakultative Standards, die im Rahmen von europäischen und internationalen Normen als nationale Normen aufgenommen werden.

- **ÖNORM B 2607:** Norm für Spiel- und Bewegungsräume im Freien – Spielraumkonzepte und Planung von Spielplätzen
https://shop.austrian-standards.at/action/de/public/details/523162/OENORM_B_2607_2014_07_01

Anmerkung: Die ÖNORM B 2609 gilt nicht für Spielplätze. Dafür ist die EN1176 zuständig – ebenso wie für die wiederkehrende Prüfung.

2.3 Wartung

Die Überprüfung, Wartung und Instandhaltung der Geräte unterliegt dem Betreiber von Spiel-, Sport- oder Freizeitplätzen und soll in regelmäßigen Abständen erfolgen (jährliche Hauptinspektion, operative Inspektion und visuelle Routineinspektion). Der Nachweis über die regelmäßigen Prüfungen (derzeit gemäß ÖNORM EN 1176) kann einen wesentlichen Beitrag zur Entlastung des verantwortlichen Betreibers im Schadensfall leisten.

Beispielsweise führt der TÜV Austria verschiedene Prüfungen von Geräten durch, wie z. B. Typenprüfungen, Beurteilungsprüfungen, Prüfung der Planunterlagen, Installationsprüfungen bei Neuauftellungen, Inspektionen gemäß ÖNORM EN 1176-7 und weitere.

Um einen GSP instandhalten und die nötige Sicherheit gewährleisten zu können, sollte wöchentlich bis täglich eine Sichtkontrolle durchgeführt werden, weiters alle ein bis drei Monate eine operative Inspektion (Prüfung auf Funktion und Stabilität) und jährlich eine Hauptinspektion durch einen sachkundigen qualifizierten Spielplatzprüfer bzw. eine sachkundige qualifizierte Spielplatzprüferin.

Tipp

Es sollte im Vorfeld geregelt werden, welche Personen für die Sauberkeit bzw. Rasenpflege verantwortlich sind und in welchen Intervallen diese Arbeiten durchgeführt werden.

Tipp

Ein Inspektionsplan kann helfen, die Prüfintervalle und Prüfinhalte der EN 1176 umzusetzen. Außerdem ist es hilfreich, jene Personen zu schulen, die für die Kontrollen und die Wartung zuständig sind. Bis auf die jährliche Hauptinspektion können alle Überprüfungen von geschulten MitarbeiterInnen des Betreibers des GSPs durchgeführt werden.

2.4 Haftung

Rechtliche Vorschriften sollten am Eingang des GSPs festgehalten werden (Haftung, Instandhaltung, Regeln im Park, Verantwortung). Im urbanen Raum muss die Sicherheits- und Rettungsinfrastruktur kaum ausgebaut werden, es gilt höchstens, eine Zufahrtsmöglichkeit für Rettungsfahrzeuge zu schaffen. Je nach Lage des GSPs braucht dieser eine andere Infrastruktur (Stadt/Land).



Fotos: © Helmut Simi

3

Kriterium 3:

Grundinfrastruktur

Wichtige Punkte sind das Vorhandensein von Trinkwasserstellen, Toiletten (in unmittelbarer Nähe) und genügend Abfallbehältern. Auf Sonnenschutz (natürlich oder künstlich) an den entsprechenden Plätzen (z. B. Sandkiste) sollte nicht verzichtet werden.

Zudem sollten ausreichend überschaubare Sitzgelegenheiten (auch Tische, siehe dazu auch Punkt 3.2) vorhanden sein.

Am Eingang des Generationenspielplatzes (GSPs) sollten Hinweisschilder (Nutzung und rechtliche Vorschriften, Öffnungszeiten), Übersichtstafeln oder Willkommenstafeln gut erkennbar und lesbar angebracht werden.

Es empfiehlt sich, den GSP als „hundefreie Zone“ zu kennzeichnen.

Als Unterstützung für Ihre Evaluierungen nutzen Sie folgende Links:



**Download –
Vorlage Beobachtung:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Beobachtung.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Beobachtung.pdf)



**Download –
Checkliste Begehung:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Checkliste-Begehung.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Checkliste-Begehung.pdf)



**Download –
Vorlage Fragebogen:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Fragebogen.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Fragebogen.pdf)



3.1 Geräte/Stationen

Empfohlen werden mindestens fünf bis sechs Geräte/Stationen bzw. im Idealfall zehn bis 15 Geräte/Stationen. Die Geräte sollten vor der Anschaffung ausprobiert werden, um entscheiden zu können, ob sie für den geplanten GSP passen.

Um den größten Nutzen daraus ziehen zu können, sollte das Gerät aus Sicht der NutzerInnen einfach in der Handhabung sein.

Tipp

Denken Sie auch an Fahrradständer am GSP!

3.2 Barrierefreiheit

Im Sinne der Inklusion von Menschen mit besonderen Bedürfnissen sollte die Grundinfrastruktur Folgendes beinhalten:

Die Anbindungen an Gehwege, Parkplätze und öffentliche Verkehrsflächen sollten stufenlos und gut berollbar sein. Rampen sollten mind. 120 cm breit (ideal 150 cm breit, bestmöglich 180 cm breit) und mit Handläufen ausgestattet sein sowie ein Längsgefälle von weniger als sechs Prozent aufweisen. Auch die Hauptwege am GSP-Gelände sollten weniger als sechs Prozent Gefälle haben.

Für eine barrierefreie Nutzung sind Bänke und Sessel mit Lehnen, Armstützen und farblich kontrastreichen Oberflächen auszustatten sowie Tische von Personen im Rollstuhl unterfahrbar sein (d. h. 80 cm Breite, 70 cm Höhe und 60 cm Tiefe sind vorzusehen).

Wenn ein Zaun das Areal eingrenzt, darf auf einen barrierefreien Durchgang nicht vergessen werden (mind. 90 cm breit und 220 cm hoch).

Tipp

Wenn Sie vorhaben, Menschen mit besonderen Bedürfnissen in Ihrem GSP zu integrieren, lassen Sie die Geräte/Stationen testen, bevor diese aufgebaut werden. Das erspart Ihnen etwaige Umbaukosten.

3.3 Beschilderung und Orientierung

Einführungstafeln und eine klare Wegführung erleichtern den BesucherInnen die Nutzung des GSPs und die Orientierung innerhalb der Anlage.

Bei den einzelnen Geräten sollten gut lesbare Gebrauchs- und Übungsanleitungen die Funktionsweise des Gerätes/der Station erklären und diverse Übungsvarianten und unterschiedliche Anforderungsgrade präsentieren. Piktogramme können hierbei mit einer zusätzlichen textlichen Erklärung sowie den Sicherheitshinweisen und Hinweisen zu Altersbeschränkungen der Geräte sehr hilfreich sein.

3.4 Sitzgelegenheiten, Sichtschutz, Beleuchtung

Es müssen genügend Sitzgelegenheiten vorhanden sein, die auch die Möglichkeit bieten, Taschen, Kleidung usw. abzulegen. Sitzbänke sollten so platziert werden, dass ausreichend Schattenplätze vorhanden sind und es nicht möglich ist, den trainierenden Personen direkt zuzuschauen (Ausnahme: Kinderspielplätze). Hecken und Sträucher können hier für den nötigen Sichtschutz sorgen.

Außerdem ist eine gute Beleuchtung des GSPs wichtig, um die Nutzungsdauer zu verlängern und um Menschen mit Sehschwächen zu unterstützen.

Tipp

Der Sichtschutz sollte so angebracht werden, dass die BenutzerInnen trotzdem noch einen guten Überblick behalten können.

3.5 Bodenflächen

In kleinen Gemeinden stehen GSPs häufig auf Rasenflächen, was aufgrund der geringen BesucherInnenfrequenz ausreicht. Bei höherer BesucherInnenfrequenz wird aber empfohlen, den Boden zu befestigen, denn Griffigkeit und Rauigkeit sind entscheidend für die Befahrbarkeit und die Geh- und Stehsicherheit der NutzerInnen.

Wenn die Geräte/Stationen z. B. in einer Wiese stehen, ist es sinnvoll, Fallschutzplatten, Holzhäcksel (vorzugsweise bei Kinderspielplätzen, da nicht rollstuhltauglich) oder Ähnliches zu platzieren, damit der Rasen nicht allzu stark abgetreten wird. Bei Geräten mit freien Fallhöhen ab 1,5 Metern ist ein Fallschutz erforderlich.

Fotobeispiele:

Erholung/Sitzgelegenheiten >



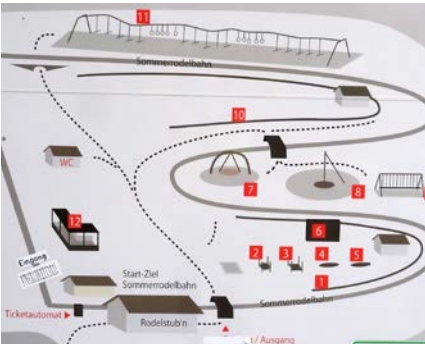
Fahrradständer



Hundefreie Zone



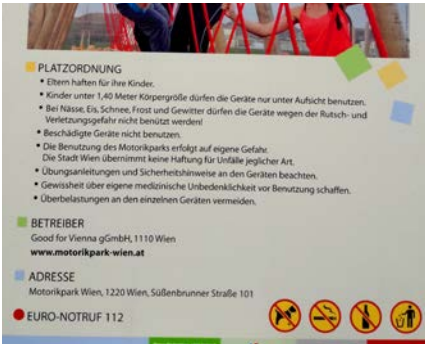
Übersichtstafeln >



Sauberkeit



Platzordnungen >



Fotobeispiele:

Öffnungszeiten >



Toilettenanlage



Trinkwasserstellen >



Wegbeschreibung



Willkommenstafeln >



4

Kriterium 4:

Zusatzinfrastruktur

Als Zusatzinfrastruktur können zur attraktiven Gestaltung Hochbeete und Entspannungselemente errichtet werden. Sinnvoll ist auch die Anbringung kleiner praktischer Details, wie beispielsweise Haken für Stöcke, Taschen, Jacken etc.

Eltern-Kind-Geräte machen das Motto des Generationenspielplatzes (GSPs) komplett, während sich freie multifunktionale Flächen für Gruppenaktivitäten anbieten.

Auch innovative Ideen wie z. B. QR-Codes (für Übungsanleitungen) könnten integriert werden.

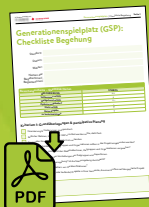
Aktuelle Trends sollten bei der Planung berücksichtigt werden. Dies gilt besonders dann, wenn Jugendliche und junge Erwachsene eine größere Zielgruppe im städtischen Raum bilden. Zu diesen Trends zählen z. B. Freeletics (Training mit dem eigenen Körpergewicht), CrossFit (Mix aus Gewichtheben, Turnen & Ausdauertraining) und Calisthenics (Eigengewichtstraining mithilfe von Stangen in verschiedenen Höhen und Positionen).

Als Unterstützung für Ihre Evaluierungen nutzen Sie folgende Links:



**Download –
Vorlage Beobachtung:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Beobachtung.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Beobachtung.pdf)



**Download –
Checkliste Begehung:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Checkliste-Begehung.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Checkliste-Begehung.pdf)



**Download –
Vorlage Fragebogen:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Fragebogen.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Fragebogen.pdf)



4.1 Elemente zur Sinneserfahrung

Folgenden Elemente können für alle Generationen eine sinnvolle Ergänzung des GSPs darstellen: Hör- und Klangelemente wie Summsteine, Holz- und Metallklangspiele. Attraktive Gewürzpflanzen und essbare Früchte können für den Geruchs- oder Geschmackssinn neue Reize setzen. Die Pflanzbereiche sollten als unterfahrbare Hochbeete errichtet werden, damit es auch sitzenden Personen bzw. Personen, die sich nicht bücken können, ermöglicht wird, zu gärtnern. Optische Anregungen (drehende Scheiben, kontrastierende Farben etc.) sorgen für eine ansprechende Gestaltung des Parks. Unterschiedliche Materialien und Oberflächen fördern den Tastsinn, z. B. ein Sinnespfad Kies und Erde. Vor allem im Sommer dient Wasser als ein sehr reizvolles spielerisches Element mit hoher Anziehungskraft für Kinder, es muss aber von Kindern eigenständig bedient werden können.

Tipp

Stellen Sie sich die Frage: „Was bietet unser GSP, was andere GSP nicht haben?“ (Alleinstellungsmerkmal)

4.2 Spielerische Bewegung

Freies Spielen und Bewegen, wie Laufen, Hüpfen, Rad fahren, Skaten oder Ballspiele, sowie Malspiele sollten auf befestigten Flächen ermöglicht werden.

4.3 Mehrfachnutzung

Die Mehrfachnutzung von Geräten/Stationen erhöht den Spiel- und Erlebniswert. Geräte/Stationen, die zu einer multivariablen Nutzung anregen, sind gegenüber jenen zu bevorzugen, deren Nutzung „eindeutig“ festgelegt ist. Werden mehrere ähnliche Geräte/Stationen angeboten, sollte zumindest eines davon barrierefrei erreichbar und nutzbar sein. Ein gutes Beispiel ist das Vogelnest („Korbschaukel“), da es im Stehen, Liegen oder Sitzen genutzt werden kann.

4.4 Haltegriffe und Handläufe

Die Anbringung von Haltegriffen und Handläufen stellt eine nützliche Orientierungs- und Gehhilfe für sehbehinderte, ältere und gebrechliche Personen sowie Menschen im Rollstuhl dar. Je nachdem, wo und für wen ein Haltegriff oder Handlauf installiert wird, werden unterschiedliche Durchmesser empfohlen:

- für Kinder: 2,5 cm Durchmesser,
- für Erwachsene: 3,5 bis 4,5 cm Durchmesser.

4.5 Der GSP als Ort für soziale Kontakte

GSP sind auch Aufenthaltsräume für GemeindebewohnerInnen. Deshalb sollten bei der Planung auch Treffpunkte für Kommunikation und soziale Kontakte berücksichtigt werden. Sinnvollerweise können zudem Kommunikationsspiele (Schach, Boccia etc.) oder Plätze zum Grillen und Entspannen angeboten werden.

Kreative Ideen:



Alle Fotos: © Helmut Simi







Zusatzinfrastruktur



5

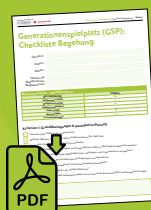
Kriterium 5: Gestaltung

Als Unterstützung für Ihre Evaluierungen nutzen Sie folgende Links:



**Download –
Vorlage Beobachtung:**

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Beobachtung.pdf



Download – Checkliste Begehung:

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Checkliste-Begehung.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Checkliste-Begehung.pdf)



**Download –
Vorlage Fragebogen:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Fragebogen.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Fragebogen.pdf)



5.1 Form und Farbe

Form und Farbe sowie die verwendeten Materialien prägen das Erscheinungsbild eines Generationenspielplatzes (GSPs), das entscheiden darüber, ob der Platz positive oder negative Reaktionen auslöst. Dabei gilt es zu berücksichtigen, dass Kinder, Jugendliche und ältere Menschen unterschiedliche Farbwahrnehmungen haben. Die Gestaltung von GSP mit verschiedenen Farben hat psychologische Auswirkungen auf die NutzerInnen.

Kinder bevorzugen beispielsweise die Primärfarben Rot, Gelb und Blau. Diese können verschiedene Reize bei Kindern auslösen und sie zum Spielen anregen.

Erwachsene bevorzugen neutralere Farben, wie Braun, Creme oder Blauviolett.

Ältere Personen tendieren hingegen zu erdverbundenen, ruhigen oder auch neutralen Farben.

Die Gestaltung mit verschiedenen Farbkombinationen sollte daher beim Bau eines GSPs berücksichtigt werden. Die Trainingsgeräte und Stationen werden dadurch attraktiver und sind für Personen mit einer Sehschwäche eine gute Hilfestellung (schwarz zu gelb – guter Kontrast für sehbehinderte Menschen).

5.2 Räumliche Trennung

Die Stationen sollten so angeordnet sein, dass die BesucherInnen des GSPs miteinander kommunizieren können.

Bei der Anordnung der einzelnen Stationen sollte auch die zielgruppenspezifische Nutzung beachtet werden. Im Optimalfall gelingt es, dass bei der Gestaltung Räume für die einzelnen Zielgruppen geschaffen werden, aber dennoch Möglichkeiten und Plätze zur gemeinsamen Kommunikation aller BesucherInnen des GSPs gegeben sind.

Tipp

Jugendliche bevorzugen Plätze, wo sie unter sich sein können, trotzdem sollte ein GSP auch Plätze haben, wo die verschiedenen Altersgruppen die Möglichkeit haben, miteinander zu kommunizieren.

6

Kriterium 6:

Sportmotorische

Anforderungen

Als Basis dienen hier die österreichischen Bewegungsempfehlungen des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ), um die grundlegenden Bedürfnisse jeder Zielgruppe auf einem Generationenspielfeld (GSP) abdecken zu können.

Ein GSP sollte demnach mit Ausdauer-, Kraft-, Koordinations-, Beweglichkeits- und Erholungselementen ausgestattet sein, um allen Altersgruppen Bewegungsmöglichkeiten zu bieten.

Als Unterstützung für Ihre Evaluierungen nutzen Sie folgende Links:



**Download –
Vorlage Beobachtung:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Beobachtung.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Beobachtung.pdf)



**Download –
Checkliste Begehung:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Checkliste-Begehung.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Checkliste-Begehung.pdf)



**Download –
Vorlage Fragebogen:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Fragebogen.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Fragebogen.pdf)



6.1 Kinder und Jugendliche

Im Hinblick auf den „gesundheitssportlichen Aspekt“ bieten die österreichischen Bewegungsempfehlungen eine grundsätzliche Orientierung:

Kinder und Jugendliche sollten an mindestens drei Tagen pro Woche körperlich aktiv sein, und zwar für insgesamt mindestens 60 Minuten pro Tag bei zumindest mittlerer Intensität. Dabei sind muskelkräftigende und knochenstärkende Bewegungsformen besonders wichtig. Zusätzlich werden Aktivitäten empfohlen, die die Koordination und Beweglichkeit verbessern.

Kinder sollten vermehrt spielerisch aktiv sein. Dazu eignen sich z. B. Klettern, Fang-, Lauf- und Ballspiele, Spiele im Wasser, Gehen und Radfahren.

Um den sportmotorischen Bedürfnissen gerecht zu werden, eignen sich für Kinder am besten typische Kinderspielbereiche (Schaukel, Rutsche, Sandkiste usw.).

Für Jugendliche eignen sich in besonderem Maße Aktivitäten, welche die konditionellen Fähigkeiten fordern und dabei gleichzeitig aktuelle Trends berücksichtigen, wie z.B. Laufen, Bewegungs- und Ballspiele (Beachvolleyball, Ultimate Frisbee, Slacklining, Tanzen, Radfahren, Skateboarden etc.). Ebenso sind Kraftübungen mit oder ohne Zusatzgewicht durchaus sinnvoll.

6.2 Erwachsene

Erwachsene sollten jede Gelegenheit nutzen, Sport zu betreiben oder sich zumindest körperlich zu betätigen. Empfohlen werden mindestens 150 Minuten (2,5 Stunden) pro Woche Bewegung bei mittlerer Intensität oder 75 Minuten (1,25 Std.) pro Woche Bewegung bei höherer Intensität. Für einen größeren gesundheitlichen Benefit wird der Bewegungsumfang auf 300 Minuten (5 Std.) mittlerer Intensität oder 150 Minuten (2,5 Std.) höherer Intensität ausgeweitet. Pro Woche sollten an zwei oder mehr Tage noch zusätzlich muskelkräftigende Bewegungen bei mittlerer oder höherer Intensität durchgeführt werden, die alle großen Muskelgruppen fordern.

6.3 Best Ager

Für Best Ager (+50) gelten grundlegend dieselben Empfehlungen wie für Erwachsene. Jedoch sollten sie verstärkt auf ihren gesundheitlichen Zustand Rücksicht nehmen. Besonders wichtig für ältere Menschen sind das Kraft- und das Beweglichkeitstraining, um die Muskelkraft zu erhalten bzw. zu erhöhen sowie keine Einschränkungen in der Bewegungsamplitude zu erleiden. Bei älteren Personen sollen koordinative Elemente im Vordergrund stehen.

6.4 Geräte/Stationen

Ein GSP sollte einen guten Mix an Geräten/Stationen bieten, die einfach in der Handhabung und zum Großteil selbsterklärend sind. Darüber hinaus sollte bei den NutzerInnen ein wahrnehmbarer Übungs- und Trainingseffekt auftreten.

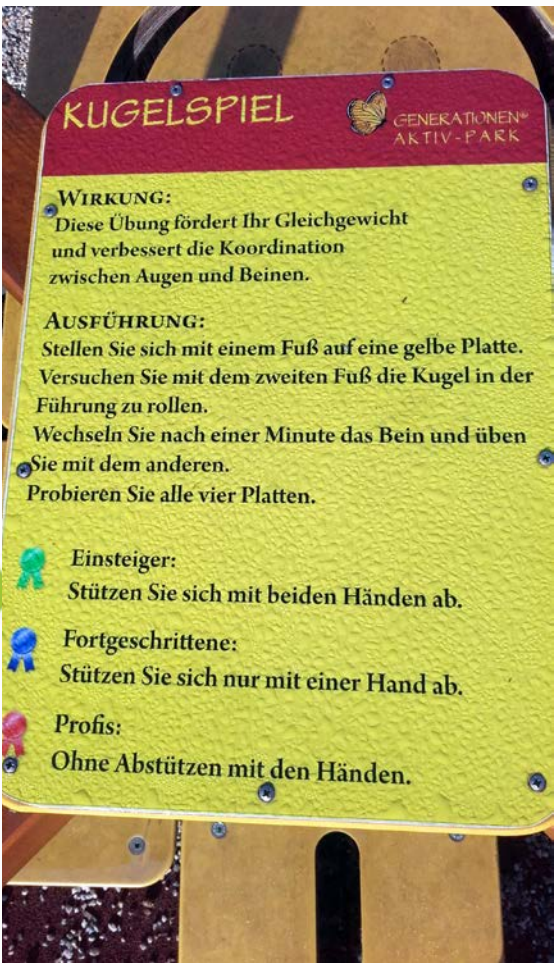
Bei den einzelnen Geräten/Stationen sollten differenzierte Übungsanleitungen die Funktionsweise des Gerätes erklären und Anleitungen für diverse Übungsvarianten und unterschiedliche Anforderungsgrade geben.

Als vorteilhaft haben sich auch betreute Trainingseinheiten erwiesen, wobei hier natürlich die Qualität der TrainerInnen ein ausschlaggebender Faktor ist. Lokal verankerte Personen aus den unterschiedlichsten Settings sollten sich zu „Generationenspielfeld-TrainernInnen“ ausbilden lassen, generationsübergreifende Aktivitäten fördern und zusätzliche Begegnungsorte für Jung und Alt schaffen.

Fotobeispiele:

Übungsanleitungen

Alle Fotos: © Helmut Simi



20



ABC-Orientierungswald

Aufgabe

- Gezieltes Fortbewegen zwischen den Baumstämmen nach Alphabet oder Buchstabenkombinationen

Varianten

- „Ergehen“ nach Wörtern oder Sätzen
- „Durchlaufen“ nach Sätzen
- „Sprint“ nach kurzen Wörtern

Trainingseffekt

- Steuerung der Orientierungsfähigkeit
- Aufwärm-Ausdauer- und Schnelligkeits-Training

Sicherheitshinweise

- Auf horizontale Pfosten, Seile und Stangen achten
- Rücksicht auf andere Aktive nehmen
- Anlage bei Regen, Schnee oder Eis nicht benutzen!

www.motorikpark-gamitz.at

Weiden-Dehnpavillon



5 A

Dehnen Oberschenkel-Rückseite

Aufgabe

- Auflegen des leicht gebeugten bzw. ausgestreckten Beines, dehnen der Oberschenkelrückseite

Varianten

- Kontinuierliches Halten der Position
- Anspannen - entspannen - dehnen
- Abwechselnde Intervalle 3 x 10-30 sec.

Trainingseffekt

- Verbesserung der Beweglichkeit und der Dehnbarkeit der Ischiocrural-Muskulatur

Sicherheitshinweise

- Alle Dehnübungen mit Gefühl ausführen
- Gerät bei Regen, Schnee oder Eis nicht benutzen!



B

Dehnen Oberschenkel-Vorderseite

Aufgabe

- Stand mit Rücken zum Gerät, anfersen
- Fußrist auf Holzbalken auflegen
- Dehnen der Oberschenkel-Vorderseite

Varianten

- Kontinuierliches Halten der Position
- Kontinuierliches dehnen, 10-30 sec
- Wechsel anspannen, dehnen 5-20 sec

Trainingseffekt

- Verbesserung der Beweglichkeit und Dehnfähigkeit der Muskulatur

Sicherheitshinweise

- Alle Dehnübungen mit Gefühl ausführen
- Gerät bei Regen, Schnee oder Eis nicht benutzen!



C

Dehnen Hüftbeuge

Aufgabe

- Mit Rücken zu einem Bein absteigen
- das andere Bein absteigen

Varianten

- Halten der Position
- durch stärkere Wechsellast

Trainingseffekt

- Verbesserung der Beweglichkeit der Muskulatur

Sicherheitshinweise

- Alle Dehnübungen mit Gefühl ausführen
- Gerät bei Regen, Schnee oder Eis nicht benutzen!



Oberkörper-Ergometer

MODUL KRAFT/MOBILISIERUNG (Schwierig)

4FCIRCLE®

So funktioniert (Bewegung) www.playparc.de



leicht

Steigern Sie in beschleunigter Bewegung nach unten und oben. Gehen Sie in die Kniebeuge. Die Kniebeuge ist ein wichtiger Bestandteil der Bewegung. Sie können die Kniebeuge in verschiedenen Varianten ausführen. Sie können die Kniebeuge in der Position halten, Sie können die Kniebeuge in der Position wechseln. Sie können die Kniebeuge in der Position wechseln. Sie können die Kniebeuge in der Position wechseln.

max. 1-2 Min.

pro Ergometer



mittel

Nach 3-4 Wochen regelmäßigen Trainings steigern Sie den Widerstand des Trampolins. Sie können die Trampolin-Übung in verschiedenen Varianten ausführen. Sie können die Trampolin-Übung in der Position halten, Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln. Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln. Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln.

max. 1-2 Min.

pro Ergometer 2 Durchgänge



schwer

Nach 3-4 Wochen regelmäßigen Trainings steigern Sie den Widerstand des Trampolins. Sie können die Trampolin-Übung in verschiedenen Varianten ausführen. Sie können die Trampolin-Übung in der Position halten, Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln. Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln. Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln.

max. 1-2 Min.

pro Ergometer 2 Durchgänge





Trampolin

MODUL KOORDINATION

4FCIRCLE®

So funktioniert (Bewegung) www.playparc.de



leicht

Beugen Sie sich auf das Trampolin und strecken Sie sich auf das Trampolin. Sie können die Trampolin-Übung in verschiedenen Varianten ausführen. Sie können die Trampolin-Übung in der Position halten, Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln. Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln. Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln.

max. solange bis eine Ermüdung eintritt.



mittel

Springen Sie nach einer Gleichgewichtsphase, mit dem Trampolin. Sie können die Trampolin-Übung in verschiedenen Varianten ausführen. Sie können die Trampolin-Übung in der Position halten, Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln. Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln. Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln.

max. solange bis eine Ermüdung eintritt.



schwer

Springen Sie, auch wenn Sie sich auf dem Trampolin befinden. Sie können die Trampolin-Übung in verschiedenen Varianten ausführen. Sie können die Trampolin-Übung in der Position halten, Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln. Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln. Sie können die Trampolin-Übung in der Position wechseln.

max. solange bis eine Ermüdung eintritt.





Springfeld

MODUL KOORDINATION/GESCHWICKLICHKEIT

4FCIRCLE®

So funktioniert (Bewegung) www.playparc.de



leicht

Bewegen Sie sich auf den gelben Markierungen über das Springfeld. Steigern Sie langsam die Geschwindigkeit. Brechen Sie die Übung ab, wenn die Trittsicherheit nachlässt!

max. 3-5

Runden auf dem Springfeld



mittel

Bewegen Sie sich auf den grünen Markierungen über das Springfeld. Steigern Sie langsam die Geschwindigkeit. Brechen Sie die Übung ab, wenn die Trittsicherheit nachlässt!

max. 3-5

Runden auf dem Springfeld



schwer

Bewegen Sie sich auf den blauen Markierungen über das Springfeld. Steigern Sie langsam die Geschwindigkeit. Brechen Sie die Übung ab, wenn die Trittsicherheit nachlässt!

max. 3-5

Runden auf dem Springfeld





Calisthenics

MODUL KRAFT

4FCIRCLE®

So funktioniert (Bewegung) www.playparc.de



Dips

Gehe in die skizzierte Stützposition und halte diese (Variation: Beine Körper schwingen und Stützposition halten).

max. 3-5

Runden auf dem Springfeld



Hangeln

Gehe in die skizzierte Hangeleposition und halte diese (Variation: Beine Körper schwingen und Hangeleposition halten).

max. 3-5

Runden auf dem Springfeld



Klimmzug

Klimmzug in einem der Quer-Holme mit Unterstützung (Griff-Variationen: eng, weit, Klimmzug an Handgelenken).

max. 3-5

Runden auf dem Springfeld



Knie-/Beinheben

Gehe in die skizzierte Hangeleposition und hebe und senke die Beine, Knie gebeugt.

max. 3-5

Runden auf dem Springfeld



Handgelenke

Gehe in die skizzierte Stützposition und halte diese (Variation: Beine Körper schwingen und Stützposition halten).

max. 3-5

Runden auf dem Springfeld



Knie-/Beinheben

Gehe in die skizzierte Hangeleposition und hebe und senke die Beine, Knie gebeugt.

max. 3-5

Runden auf dem Springfeld



Station 2

Wellenkoordinator

Auge-Hand-Koordination

Nachfahren der Wellenlinie mit dem Handführungsbügel.



Hinweise zum Trainingsablauf:

- Vor Beginn den Bewegungsradius bewusst durchgehen
- Aufgaben möglichst ohne unnötige Bewegungen
- Als Steigerung werden rückwärts gehen oder Tempo erhöhen
- Bei Unsicherheit Handlauf verwenden

3 - 5 Wiederholungen

Aktiv Park Robert Stolz

GRAZ

Eltern haften für ihre Kinder

Station 1

Balancierstrecke

Balancieren auf schmaler Unterlage

Balancieren am Holzbalken



Vorteile des Übungsablaufs:

- Vorwärts gehen und umdrehen
- Rückwärts und seitwärts gehen
- Tempo ändern

Vorteile des Übungsablaufs:

- Mit Positionieren von Körpergliedern
- Mit und ohne Stütze

3 - 5 Wiederholungen

Aktiv Park Robert Stolz

GRAZ

STADT GRAZ SPORT

Streetworkout Parcours

Das Sportamt wünscht viel Spaß beim Trainieren!

BASIC



Plank

Unterer Rücken, Bauchmuskulatur



Side Plank

Schräge Bauchmuskulatur



Squats

Oberschenkel, Waden



Walking Lunges

Ausfallschritt



Knee Raise

Bauchmuskulatur



Dips

Trizeps, Brust



Incline Pull-Up

Rücken, Arme, Schultern



Push-Ups

Brust, Trizeps

ADVANCED



Muscle-ups

Rücken, Brust, Schultern, Trizeps



Pull-Ups

Gesamter Rücken, Arme, Schultern



Chin-Ups

Rücken, Schultern, Bizeps



Windshield Wipers

Bauchmuskulatur

Das Benutzen der Sportgeräte geschieht auf eigene Gefahr. Die Stadt Graz übernimmt keinerlei Haftung für Unfälle oder Schäden, welche die SportlerInnen erleiden oder die durch sie verursacht werden. Im eigenen Interesse ersuchen wir die BenutzerInnen dieser Sportanlage, die Abfälle in den vorgesehenen Behälter zu werfen.

Sportamt | Stadion Graz Liebenau | Stadionsplatz 1 | 8041 Graz | Tel.: +43 316 872-7872 | sportamt@stadt.graz.at | www.graz.at/sportamt

STATION 6: Spinnennetz

AUFGABE

- » Durchlaufen der einzelnen Stationen bzw. aller 3 Stationen
- » Kein Berühren des Gummi-Spinnennetzes

VARIANTEN

- » Unterschiedliche Wege suchen
- » Unterschiedliche Schrittrhythmen laufen
- » Steigerung der Geschwindigkeit
- » Wettkampf gegen Partner

HINWEIS

- » Knie und Füße bewusst heben

TRAININGSEFFEKT

- » Verbesserung der Laufkoordination und Bewegungssteuerung
- » Kräftigung der Hüftbeuger und der Gesäßmuskulatur



Crunches



Brust & Trizeps



Liegestütz_schwer



7

Kriterium 7:

Nachhaltigkeit

Im Allgemeinen kann gesagt werden, dass Nachhaltigkeit zwei Ebenen betrifft, denn in der Gesundheitsförderung wird zwischen Nachhaltigkeit auf gesellschaftlicher Ebene (= Makro-Ebene) und Nachhaltigkeit auf Projektebene (= Mikro-Ebene) unterschieden.

Als Unterstützung für Ihre Evaluierungen nutzen Sie folgende Links:



**Download –
Vorlage Beobachtung:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Beobachtung.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Beobachtung.pdf)



**Download –
Checkliste Begehung:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Checkliste-Begehung.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Checkliste-Begehung.pdf)



**Download –
Vorlage Fragebogen:**

[www.gesundheitsfonds-steiermark.at/
wp-content/uploads/obg/
GSP-Fragebogen.pdf](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Fragebogen.pdf)



7.1 Nachhaltigkeit auf gesellschaftlicher Ebene

Auf gesellschaftlicher Ebene misst sich Nachhaltigkeit daran, wie gut es einer politischen Strategie oder einem nationalen Programm gelingt, eine optimale Balance zwischen wirtschaftlichen, ökologischen, sozialen und gesundheitlichen Zielen herzustellen.

7.2 Nachhaltigkeit auf Projektebene

Die Nachhaltigkeit auf der Projektebene hängt ab von der Frage, ob die optimierten Strukturen, Prozesse und Verhaltensweisen über die Projektdauer hinaus Bestand haben (= statische Nachhaltigkeit). Damit eine Veränderung, welche durch ein Projekt geschaffen wurde, auch im Nachhinein Bestand hat, ist es wichtig, dass schon vorab Vorkehrungen dafür getroffen werden. Diese Vorkehrungen beziehen sich vor allem auf die sogenannte dynamische Nachhaltigkeit, welche es ermöglicht, die Projektinnovationen an sich ändernde Bedingungen anzupassen.

Konkret bedeutet das für Projekte, dass schon zu Projektbeginn über den Zeitrahmen des Projektes hinaus geplant werden sollte. Zusätzlich kann die Nachhaltigkeit eines Projektes auch dadurch sichergestellt werden, dass eingesetzte Methoden, Kenntnisse und Erfahrungen so dokumentiert und aufbereitet werden, dass diese auch für andere Organisationen und Zielgruppen anwendbar sind. Dadurch kann die Transferierbarkeit (Verbreitung) gesichert werden.

Auf der Website des „Fonds Gesundes Österreich“ (<https://fgoe.org/glossar/nachhaltigkeit>) werden zusätzlich Faktoren aufgelistet, welche die Nachhaltigkeit fördern können. Diese sind allerdings auch abhängig von den Zielen und Ressourcen von Projekten. Aus diesem Grund treffen nicht immer alle dieser Faktoren auf jedes Projekt zu.

7.3 Veranstaltungen

Nach der Fertigstellung eines Generationenspielplatzes (GSPs) sollte eine Eröffnungsveranstaltung unter Einbindung der Bevölkerung erfolgen. Damit diese guten Anklang findet, empfiehlt sich die Nutzung von multimedialen Kommunikationskanälen. Zielgruppen, umliegende Firmen, Organisationen sowie projektbeteiligte bzw. projektunterstützende Personen sollten auf diese (und kommende) Veranstaltung aufmerksam gemacht werden.

Die Eröffnungsfeier muss jedoch kein einmaliger Event bleiben – regelmäßige Veranstaltungen fördern die Attraktivität eines GSPs!



7.4 Ausbildung von GSP-TrainerInnen bzw. MultiplikatorInnen

Ausgebildete GSP-TrainerInnen und/oder MultiplikatorInnen aus den verschiedensten Bereichen – z. B. Kindergarten-PädagogInnen, LehrerInnen, LeiterInnen von Jugend-, Seniorengruppen bzw. lokalen Vereinen, SozialarbeiterInnen im Betreuten Wohnen usw. – können die angebotenen Aktivitäten (Geräte/Stationen) in ihr Bewegungsförderungsportfolio aufnehmen und den verschiedenen Zielgruppen anbieten. Die Schulung der zukünftigen BenutzerInnen der GSP sollte durch die Hersteller der Geräte oder Stationen und durch ausgebildete TrainerInnen erfolgen.

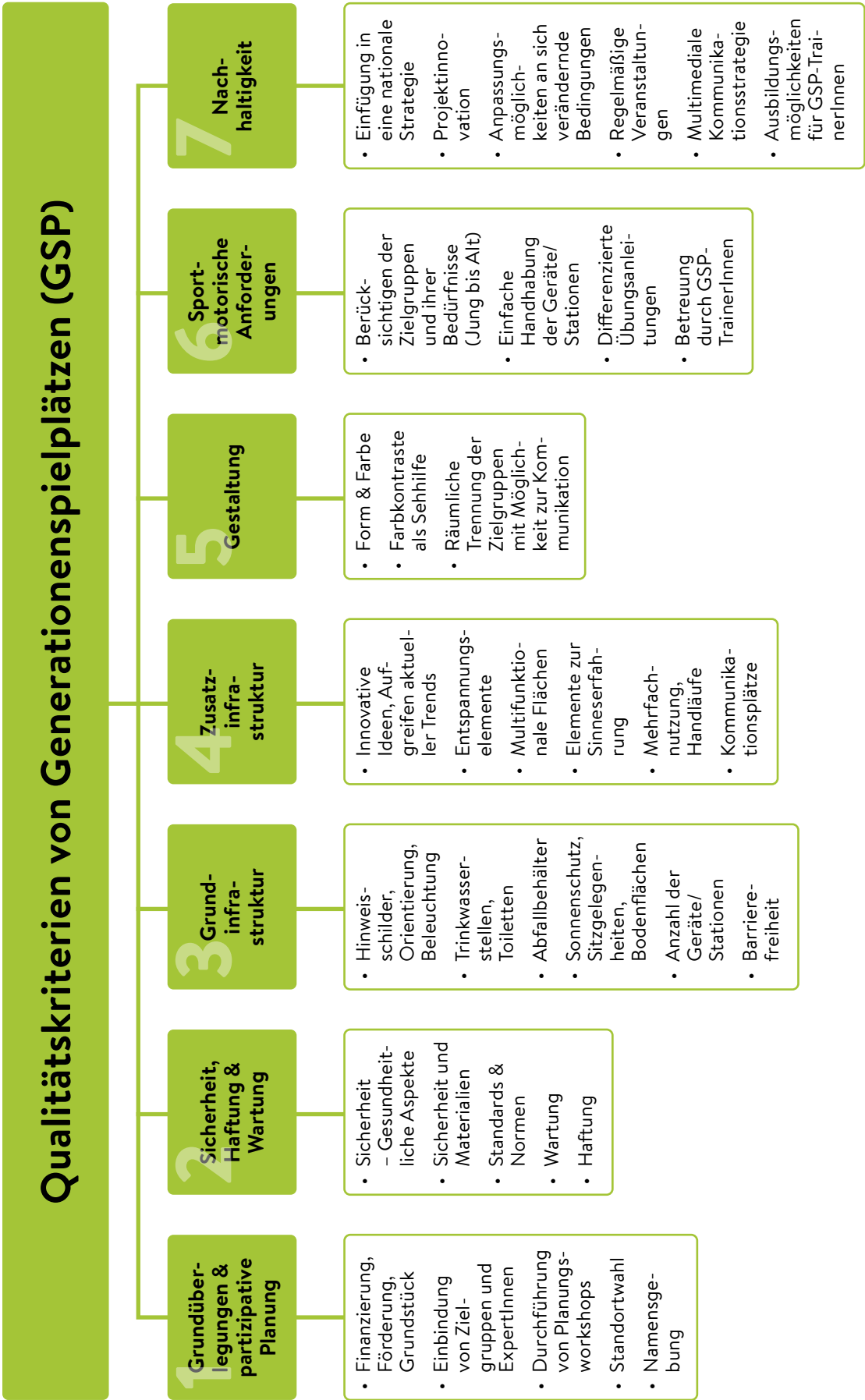
Es empfiehlt sich, ein Handout über die Anwendungen und erweiterten Möglichkeiten an den Geräten/Stationen zu erstellen, um damit weitere MultiplikatorInnen ausbilden bzw. einschulen zu können.

Tipp

Betreute Trainingseinheiten dienen der optimalen Förderung von sportmotorischen Fähigkeiten.

7.5 Wartung und Inspektion

Um eine möglichst lange Lebensdauer des GSPs zu erreichen, müssen sämtliche Prüfungen, Wartungen und Inspektionen regelmäßig durchgeführt werden (siehe Kriterium 2.3).



Evaluierung

Um die Qualität von Generationenspielflächen für die NutzerInnen zu gewährleisten, ist ihre Evaluierung wichtig. Im Sinne einer systematischen Überprüfung ist eine Checkliste entwickelt worden, die es ermöglicht, jedes Qualitätskriterium eines GSP unter die Lupe zu nehmen und anhand einer Skala zu bewerten. Die Checkliste kann sowohl vor der Errichtung des GSPs als Hilfestellung für seine Entwicklung herangezogen werden als auch nach der Errichtung zur fortlaufenden Kontrolle im Zuge einer Begehung. Dabei können ungenutzte Potenziale erkannt und Verbesserungsbedarfe identifiziert werden. Die Checkliste finden Sie unter: www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Checkliste-Begehung.pdf.

Optional können nach der Errichtung des GSPs auch Evaluierungen durchgeführt werden, die auf einer Beobachtung oder auf einer Befragung der NutzerInnen basieren. Das entwickelte Beobachtungsformular (zu finden unter: www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Beobachtung.pdf) besteht aus einem allgemeinen Teil und einem Beobachtungsteil. Der allgemeine Teil wird verwendet, um Daten wie Umwelt, Datum, Uhrzeit und Wetter zu sammeln.

Für die Gestaltung des Formulars wurde die Beobachtungsform nach Schermers, Bakker, De Vries & Jongert eingesetzt. Dieser Beobachtungsteil enthält vier Kategorien: Geschlecht, Altersgruppe, Aktivitätsniveau und Aktivität. Für die Evaluierung mittels einer Befragung steht ein Fragebogen zur Verfügung (zu finden unter: www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/GSP-Fragebogen.pdf). Hier werden eingangs Daten in Bezug auf Alter und Geschlecht der BesucherInnen erhoben. Danach erfolgt die Datenerhebung in Bezug auf die häufigsten Tätigkeiten, die Motivation, die Verweildauer sowie individuelle Verbesserungsvorschläge der BesucherInnen des GSPs.

Nachfolgend sind die möglichen Messmethoden und ihr dahinterliegendes Ziel anhand einer Tabelle dargestellt:

Messmethoden/ Messinstrumente:	Ziel:
Begehung (Checkliste)	Erkennen, welche Qualitätskriterien der GSP (nicht) erfüllt.
Beobachtung	Identifizieren, wie viele Personen in welchen Altersgruppen zu welchen Zeitpunkten den GSP besuchen. Erfahren, in welchem Aktivitätslevel der GSP genutzt wird und welche Motive hinter der Nutzung stehen.
Fragebogen	Erfahren, welches Alter und Geschlecht die BesucherInnen haben, aber auch, welche Motive zugrunde liegen; und hinterfragen, ob es Verbesserungsvorschläge seitens der NutzerInnen gibt.

Unterstützungs- und Fördermöglichkeiten

Die dargestellten sieben Kriterien können von geschulten ExpertInnen begleitet werden. Diese geschulten Personen unterstützen die Gemeindeverantwortlichen in der Projektplanung und im Projektmanagement und können die Moderation von Veranstaltungen übernehmen. Außerdem haben sie Kenntnisse in der Auswertung der sieben Kriterien. Kontaktdaten der geschulten ExpertInnen sind aus dem Impressum (Umschlag) zu entnehmen. Informationen über finanzielle Unterstützung finden Sie auf unserer Website unter www.gesundheitsfonds-steiermark.at/gesundheitsziele-steiermark/bewegung

Literatur

- Austrian Standards. (o. J.). *Europäische Normen (EN)*. Download vom 2. Juni 2020, von <https://www.austrian-standards.at/infopedia/themencenter/infopedia-artikel/europaeische-normen-en/>
- Austrian Standards. (2010). *Frei zugängliche Multisportgeräte – Anforderungen einschließlich Sicherheit und Prüfverfahren*. Download vom 28. August 2020, von <https://shop.austrian-standards.at>
- Austrian Standards. (2017). *Spielplatzgeräte und Spielplatzböden – Teil 1: Allgemeine sicherheitstechnische Anforderungen und Prüfverfahren*. Download vom 2. Juni 2020, von <https://shop.austrian-standards.at>
- Austrian Standards. (2019). *ÖNORM*. Download vom 2. Juni 2020, von <https://www.austrian-standards.at>
- Austrian Standards. (2015). *Standortgebundene Fitnessgeräte im Außenbereich – Sicherheitstechnische Anforderungen und Prüfverfahren*. Download vom 2. Juni 2020, von <https://shop.austrianstandards.at>
- Austrian Standards. (2018). *Stoßdämpfende Spielplatzböden – Prüfverfahren zur Bestimmung der Stoßdämpfung*. Download vom 2. Juni 2020, von <https://shop.austrian-standards.at>
- Bachl, N., Bauer, R., Dorner, T., Gäbler, C., Gollner, E., Halbwachs, C. et al. (2012). Österreichische Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung. In Fonds Gesundes Österreich (Hg.), *WISSEN*: Bd. 8. Wien: Gesundheit Österreich GmbH.
- Deutscher Städte- und Gemeindebund (DStGB) & Bundesverband für Spielplatzgeräte- und Freizeitanlagen-Hersteller (bsfh). (2014). Städte und Gemeinden bringen Bürger in Bewegung. Bewegungsparcours im öffentlichen Raum. *Stadt und Gemeinde INTERAKTIV* (9), S. 13–15.
- Fonds Gesundes Österreich (o. J.). *Nachhaltigkeit und nachhaltige Gesundheitsförderung*. Download von <https://fgoe.org/glossar/nachhaltigkeit>
- Forum Politische Bildung (Hg.). (2008). *Jugend – Demokratie – Politik. Informationen zur Politischen Bildung*, Bd. 28. Innsbruck-Bozen-Wien: Studien-Verlag. Download von http://www.politischebildung.com/pdfs/28_infokw.pdf
- Gaupmann, V. (2016). *Qualitätskriterien von Generationenspielplätzen*. (Masterarbeit, FH JOANNEUM, Bad Gleichenberg).
- Gindely, G. (2014). Mein Platz? Dein Platz? Unser Platz – der Generationenspielplatz! *Grosseltern* (1) Download vom 6. Oktober 2019, von <http://www.familienleben.ch/leben/dritte-generation/generationenspielplatz-dieanlage-fuer-gross-und-klein-4226>
- Gust, C. (2012). Hinweise zur Auswahl von Spielgeräten. In Huckfeldt, T. & Rehbein, M. (Hg.), *Holzspielplätze. Planung, Konstruktion, Schäden, Instandhaltung*. (1. Aufl., S. 5–26). Berlin: Beuth Verlag GmbH.
- Halbmayer, E. (2010). *Qualitätskriterien in der empirischen Sozialforschung*. Download vom 6. Oktober 2019, von <http://www.univie.ac.at/ksa/elearning/cp/ksamethoden/ksamethoden75.html>
- Harvey, L. & Green, D., (2000), Qualität definieren. Fünf unterschiedliche Ansätze. *Zeitschrift für Pädagogik*, (Beiheft 41), S. 17–18.
- Hauner, H., Wechsler, J. G., Kluthe, R., Liebermeister, H., Erbersdobler, H., Wolfram, G. et al. (2000). Qualitätskriterien für ambulante Adipositasprogramme. Eine gemeinsame Initiative der Deutschen Adipositas-Gesellschaft, Deutschen Akademie für Ernährungsmedizin, Deutschen Gesellschaft für Ernährung, Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin. *Adipositas*, 10(19).

Hessisches Sozialministerium. Deutschland. (2013). *Bewegung für Gesundheit im Alter. Leitfaden für die Einrichtung von Bewegungsparcours*. Wiesbaden. Download vom 28. August 2020, von https://soziales.hessen.de/sites/default/files/media/hsm/leifaden_fuer_die_einrichtung_von_bewegungsparcours_2013.pdf.pdf

Moser Spielgeräte. (o. J.). *Produktinformation. Generationen Aktiv-Park*.

Netzwerk Barrierefrei. (2004). Spielplatz für alle. In Österreichische Arbeitsgemeinschaft für Rehabilitation (ÖAR). *Technisches Informationsblatt 4* (2. Aufl., S. 1–4). Wien: ÖAR Koordination.

Nikolic, M. (2019). *Bedarfsanalyse zur Optimierung des Bewegungsraumes einer geriatrischen Klinik unter Beachtung therapeutischer Aspekte*. (Masterarbeit, FH JOANNEUM, Bad Gleichenberg).

Schermers, P., Bakker, I., De Vries, S. I. & Jongert, M. W. A. (2008). *Evaluatie YalpSona*. Leiden: TNO.

Stadtentwicklung Wien MA 18 (2012). *Altern in Bewegung. Gesundheitsförderung durch Bewegung im öffentlichen Raum in Wien* (126). Download vom 2. Mai 2020, von <https://www.wien.gv.at/stadtentwicklung/studien/pdf/b008272.pdf>

Thompson, P. D., Franklin, B. A., Balady, G. J., Blair, S. N., Corrado, D., Estes, N. A. 3rd et al. (2007). Exercise and acute cardiovascular events. Placing the risks into perspective. A scientific statement from the American Heart Association Council on Nutrition, Physical Activity, and Metabolism and the Council on Clinical Cardiology. *Circulation*, 115(17), S. 2358–2368.

Titze, S., Ring-Dimitriou, S., Schober, P., Halbwachs, C., Samitz, G., Miko, H. et al. (2012). *Österreichische Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung*. In Bundesministerium für Gesundheit, Gesundheit Österreich GmbH, Geschäftsbereich Fonds Gesundes Österreich (Hg.). Wien: Eigenverlag. Download vom 5. November 2019, von <http://fgoe.org/sites/fgoe.org/files/2017-10/2012-10-17.pdf>

Impressum

Herausgeber und Medieninhaber:

Gesundheitsfonds Steiermark
Herrengasse 28, 8010 Graz
E-Mail: gfst@gfstmk.at
Website: www.gesundheitsfonds-steiermark.at

Auftragnehmerin:

FH JOANNEUM Gesellschaft mbH

Projektleitung:

Kathrin Hofer-Fischanger, BA MA¹ – **Gemeinden leben bewegt**
Mag. Dr. Helmut Simi¹ – **Generationenspielplatz**

AutorInnen:

Helena Buchegger, BA¹; Hanna Fahrner, BA¹; Paul Glanz¹;
Kathrin Hofer-Fischanger, BA MA; Katrin Jurkowitsch, BA¹;
Madlene Movia, BA MSc¹; Mag. Dr. Helmut Simi¹;
Brigitte Swonar, MPH²; Silvia Tuttner¹, BA MA

Herzlichen Dank für die Mitarbeit an:

MMag. Fritz Bernhard, *Abteilung 16 Verkehr und Landeshochbau*
DI Markus Bogensberger, *Abteilung 16 Verkehr und Landeshochbau*
DI Katja Helms, MA, FH JOANNEUM, *Institut Bauplanung und Bauwirtschaft*
Ing. Josef Hödl, FH JOANNEUM, *Institut Soziale Arbeit*
Ing. Franz Knauhs, *Bürgermeister St. Marein bei Graz*
Mag. (FH) Michael Leitgeb, MA, *Stmk. Städtebund*
Mag. Dr. Gerlinde Malli, *Styria Vitalis*
Mag. Günther Monschein, *Abteilung 17 Landes- und Regionalentwicklung*
DI Ruth Oberthaler, *Fratz Graz – Werkstatt für Spiel(t)räume*
Univ.-Prof. Dr. Anke Strüver, *Karl-Franzens-Universität Graz, Institut für Geographie und Raumforschung*
Manuela Tooma, BA MA, FH JOANNEUM, *Institut Gesundheits- und Tourismusmanagement*
Julia Unger, BSc MSc, FH JOANNEUM, *Institut Ergotherapie*
Univ.-Prof. Dr. Mireille van Poppel, *Karl-Franzens-Universität Graz, Institut für Sportwissenschaft*

Gesamtkoordination:

Petra Wielender, BA MPH; Mag. Sandra Marczik-Zettinig, MPH

Die Entwicklung und die Umsetzung der Projekte wurden durch den Gesundheitsförderungsfonds Steiermark finanziert.

Gestaltung: Peter Michael Schaffer, TORDREI

Lektorat: Agentur Textbox. Mag. Werner Schandor

Druck: Druckhaus Thalerhof

Zitiervorschläge:

Gemeinden leben bewegt

Hofer-Fischanger, K., Tuttner, S., Jurkowitsch, K. & Movia, M. (2020).
Leitfaden Gemeinden leben bewegt. Graz: Gesundheitsfonds Steiermark

Generationenspielplatz

Simi, H., Buchegger, H., Fahrner, H., Glanz, P., Movia, M. & Swonar, B. (2020)
Leitfaden Generationenspielplatz. Graz: Gesundheitsfonds Steiermark

1 FH JOANNEUM, Institut Gesundheits- und Tourismusmanagement

2 FH JOANNEUM, Institut Physiotherapie

Übersicht Förderschienen



Download – Förderschienen:

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/obg/OBG-Foerderschienen.pdf

Kontakt:

Gesundheitsfonds Steiermark

Herrengasse 28, 8010 Graz

E-Mail: gfst@gfstmk.at

Website: www.gesundheitsfonds-steiermark.at

www.gesundheitsfonds-steiermark.at/gesundheitsziele-steiermark/bewegung