

Bewegung und Sport in Tiroler Gemeinden

Kurzfassung

Verankerung einer Bewegungskordinatorin in der Pilotregion Stubaital

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

Im Rahmen des Perspektivenprogramms ‚Modellregion bewegtes Tirol‘ wurde unter Federführung der Lebensraum Tirol Gruppe das Pilotprojekt „Bewegung und Sport in Tiroler Gemeinden“ (bzw. „Bewegtes Stubai“) ins Leben gerufen. Für über ein Jahr wurde in der **Pilotregion Stubaital eine Bewegungskordinatorin verankert**, die die Angebote und Herausforderungen in den Gemeinden analysierte, Anbieter:innen, Vereine und Schulen unterstützte, vernetzte und als Anlaufstelle für Bürger:innen fungierte. Die **Niederschwelligkeit**, eine erleichterte Zugänglichkeit und die Reduzierung von Hürden im Bereich Bewegung und Sport standen dabei im Mittelpunkt. Ziel war es, vor allem jene Menschen zu erreichen, die bisher noch nicht körperlich aktiv sind oder sich zu wenig bewegen. Die präventive Wirkung von Bewegung führt zu einer Steigerung der gesunden Lebensjahre – die Investition in eine Koordinatorin sollte sich langfristig durch Einsparungen im Gesundheitssystem mehr als nur rechtfertigen.

Prozess und Herangehensweise

In Zusammenarbeit der Lebensraum Tirol Gruppe (Bewegtes Tirol), der Abteilung Sport des Landes Tirol, der GemNova und dem Planungsverband Stubaital wurde versucht, die Kleinstrukturiertheit auf Gemeindeebene zu nutzen, um die Tiroler:innen vermehrt zu Bewegung und zum Sport zu motivieren. Die GemNova analysierte mittels qualitativer Interviews die Herausforderungen und Chancen des Projekts, um eine praxisorientierte Durchführung sicherzustellen, und das Stubaital bot die perfekten Voraussetzungen, um dafür einen klassischen „Kümmerer“ zu verankern. Im Sinne eines Pilotprojekts wurde bewusst ein sehr offener Zugang gewählt: Ziele und grobe Aufgaben wurden der Bewegungskordinatorin klar vorgegeben, konkrete Aktivitäten, Maßnahmen oder Projekte wurden nicht vorbestimmt – mit dem Ziel, dass sich diese im Laufe des Prozesses und nach Bedarf zeigen und entwickeln werden.

Ein zentraler Fokus lag auf der Niederschwelligkeit, dem Abbau von Barrieren und darauf, den Zugang zur Bewegung für alle zu erleichtern. Öffentlichkeitsarbeit und Kommunikation mit den Gemeinden spielten ebenso eine entscheidende Rolle, wie der Auf- und Ausbau eines Multiplikator:innen-Netzwerks. Die enge Zusammenarbeit mit verschiedenen Akteur:innen war entscheidend, um Synergien zu nutzen und die Bewegungsförderung im Tal voranzutreiben. Wissenschaftlich begleitet wurde das Pilotprojekt vom ‚Sports Research Lab Tirol‘ (Institut für Sportwissenschaft der Universität Innsbruck).

Arbeitsschwerpunkte

Die folgenden **Arbeitsschwerpunkte** wurden im Laufe des Projekts definiert bzw. identifiziert. Sie bildeten die Leitlinien für die strategische Planung, Koordination und Umsetzung aller Aktivitäten.

- Analyse der Angebote und Bedürfnisse
- Identifikation von Lücken, Barrieren und Herausforderungen
- Öffentlichkeitsarbeit und Wissenstransfer
- Kooperationsausbau und Vernetzung
- Sichtbarmachung von Bewegungs- und Sportangeboten
- Koordination von niederschweligen Maßnahmen
- Beratung und Anlaufstelle in Sachen Bewegung und Sport

Ergebnisse

Nach ausführlicher Analyse der Strukturen und Angebote im Tal in den ersten Monaten, wurden mehr als 140 große und kleinere Projekte, Maßnahmen, Beratungen und Vernetzungen von der Koordinatorin initiiert, umgesetzt oder begleitet. Mehr als **125 Institutionen** und Organisationen, darunter ca. 90 Vereine bzw. kommerzielle Anbieter und alle 10 Schulen, sowie **rund 2.150 Personen** waren während des Projektzeitraums involviert.

Zu den wirksamen Maßnahmen des Projekts „Bewegtes Stubai“ zählten unter anderem:

- Erstes Stubaier Netzwerktreffen der Sportvereine
- Sichtbarmachung der Sport- und Freizeitvereine durch grafisch aufbereitete Übersichtslisten und eine interaktive Sportlandkarte
- Einführung einer interaktiven Social-Media-Plattform "Bewegtes Stubai" zur Kommunikation zwischen Anbieter:innen und der interessierten Bevölkerung
- Organisation von Events wie dem ‚Wings For Life World Run‘
- Einbindung des ‚Bewegungs-ABCs‘ in die Fortbildung von Lehrpersonen in Tirol
- Implementierung eines Interventionsprogramms zur Änderung des Bewegungsverhaltens in Zusammenarbeit mit dem ISW (UIBK) und den Hausärzt:innen
- Unterstützung bei der Gründung der "Glücks-Waldspaziergänger:innen"
- Medienpräsenz und Öffentlichkeitsarbeit durch Artikel und Pressemitteilungen

Die durch das abgeschlossene Pilotprojekt **gewonnenen Erkenntnisse und Maßnahmen sollen** langfristig sowohl **für das Stubaital** und seinen Entscheidungsträger:innen in der Entwicklung zukünftiger Maßnahmenpakete als auch **für das Land Tirol von Nutzen sein**.

Handlungsempfehlungen

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

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

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

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

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

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

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