



Gemeinwesenarbeit leicht gemacht

Ein Handbuch für Einsteiger:innen

Projektgruppe „Nachbarschaft stärken - Gemeinschaft leben“

FH St. Pölten, Masterstudium Soziale Arbeit in Kooperation mit Tangente St. Pölten

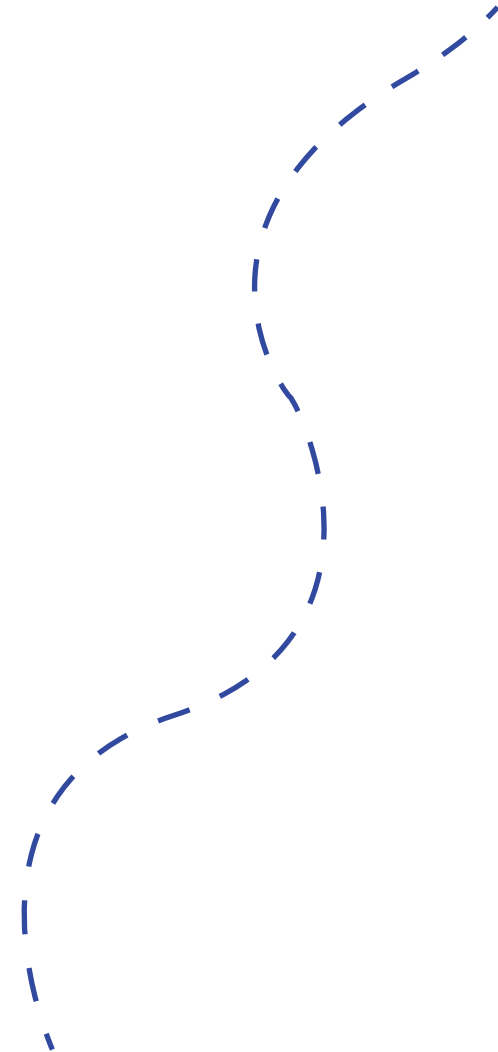
Gemeinwesenarbeit leicht gemacht

Ein Handbuch für Einsteiger:innen

Projektgruppe „Nachbarschaft stärken - Gemeinschaft leben“

FH St. Pölten, Masterstudium Soziale Arbeit

in Kooperation mit Tangente St. Pölten



Impressum

Für den Inhalt verantwortlich:

Projektgruppe „Nachbarschaft stärken, Gemeinschaft leben“:

Thomas Faul, Magdalena Heitzinger, Vanessa Jarmer, Sandra Mayrhofer, Viktoria Reissig, Josef Reithofer, Julia Schnetzinger, Ana Trevino Lenz

Projektleitung: Michaela Moser und Alexandra Winkler

Redaktionelle Unterstützung: Helga Mock

Grafik: Sabrina Siemons

Fotos: Projektgruppe, Thomas Immervoll, Sandra Lagler (Cover)

Icons: © Freepik.com; Illustration Cover: © Generative Beauty - Freepik.com



Das Projektlogo wurde in Zusammenarbeit mit einer Teilnehmerin des Projekts bbo - Beschäftigung und Berufsorientierung der Caritas St. Pölten gestaltet. Es wurde als Stickerei entworfen (und zunächst mit einer Stickmaschine auf unsere Team-Shirts gestickt).

St. Pölten, November 2024 (2. Auflage mit kl. Korrekturen)

Für finanzielle Unterstützung der Projekte und des Handbuchs danken wir:

TangenteSt.Pölten
Festival für Gegenwartskultur



sowie einigen privaten Spender:innen.

Vorwort

Jedes Projekt beginnt mit Ideen, Wünschen und Überzeugungen. Bei diesem Projekt war es der Wunsch als Mitarbeiter*innen und Studierende der Fachhochschule, ganz konkret und direkt mit Bewohner*innen von St. Pölten zu arbeiten, speziell mit jenen, die in der Nachbarschaft der Hochschule zu finden sind. Und so dazu beizutragen, dass Lehre und Forschung möglichst vielen Menschen nutzen. Und dass sich Bewohner*innen der Stadt daran beteiligen können. So gibt es auch die Strategie der Fachhochschule mit dem Ziel „Gesellschaftlichen Mehrwert schaffen“ vor. Für Lehrende, Studierende und Praktiker*innen Sozialer Arbeit geht es dabei um Veränderungsprozesse, die Menschen stärken und Gesellschaft verändern. Damit mehr gutes Leben für alle möglich wird.

„Gemeinwesenarbeit“ ist der Fachbegriff für Theorien und praktische Ansätze Sozialer Arbeit, die sich gezielt um ein gutes Miteinander, um die Stärkung von Sichtbarkeit und Mitgestaltungsmöglichkeiten aller kümmert und die Bildung von neuen Verbindungen und Netzwerken fördert. Unsere Gesellschaft braucht mehr davon: Mehr Begegnung, mehr Auseinandersetzung über Unterschiede und gemeinsame Ziele, mehr Aktivitäten zur Verbesserung ganz konkreter

Lebensrealitäten, mehr Diskussionen, mehr (Mit-) Gefühl, mehr Zusammenarbeit, mehr Menschen, die wissen, wie man solche Prozesse initiiert.

Deshalb gab es dieses Projekt und deshalb gibt es dieses Handbuch. Weil rasch klar wurde, dass es an Materialien, an Berichten und Empfehlungen fehlt, die Einsteiger*innen zur Umsetzung solcher Projekte ermutigen und sie dabei unterstützen. Weil das Fachwissen und die Erfahrungen, die im Studium Sozialer Arbeit geteilt und erworben und gemeinsam mit vielen lokalen Initiativen, Organisationen und Einzelpersonen und nicht zuletzt mit den Kulturvermittler*innen der Tangente St. Pölten Stadtprojekte weiter entwickelt wurden, nicht an der Hochschule und bei einzelnen Studierenden hängen bleiben, sondern in die Welt hinaus sollen.

Michaela Moser

FH-Professorin und Forscherin am Ilse Arlt Institut für Soziale Inklusionsforschung der FH St. Pölten und gemeinsam mit Alexandra Winkler für die Begleitung dieses Projekts verantwortlich



Wichtig!

Dieses Handbuch soll für möglichst viele verschiedene Menschen zugänglich und informativ sein. Die Verständlichkeit der Texte steht dementsprechend im Vordergrund. Darum wird eine einfache Form der deutschen Standardsprache verwendet. Kurze Sätze mit einer klaren Struktur sollen das Arbeitsgedächtnis der Leser:innen schonen. Metaphern werden vermieden, und Fremdwörter sowie Fachbegriffe, die unumgänglich sind, werden entsprechend erklärt.

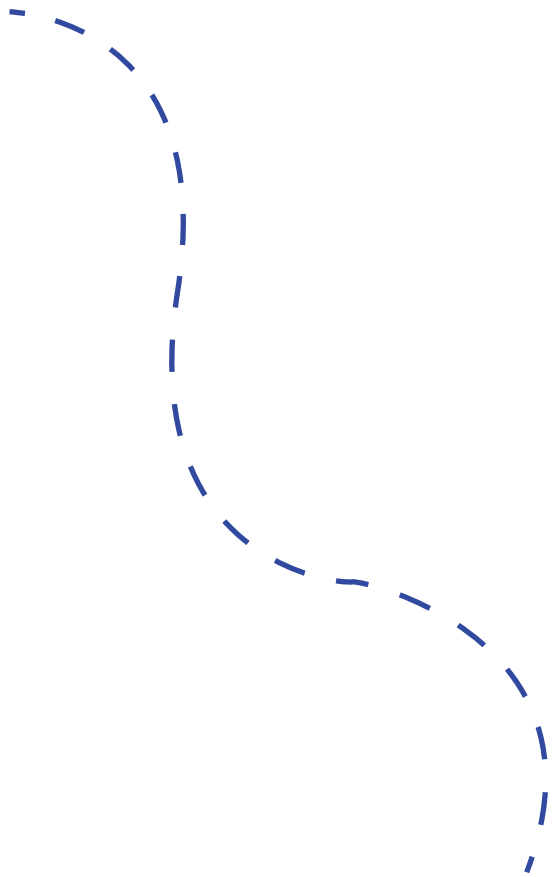
Als Forschungsgruppe ist uns ebenfalls eine gendergerechte Sprache wichtig, um alle Geschlechter ansprechen zu können. Im Text wird dafür der Gender-Doppelpunkt verwendet. Dabei ist uns wichtig, die geschlechtliche Vielfalt zu berücksichtigen.

Wenn wir Leser:innen im Text direkt ansprechen und dafür die Du-Form verwenden, möchten wir damit eine gewisse Nähe und Vertrautheit vermitteln, um partnerschaftlich von unseren Erfahrungen in der Gemeinwesenarbeit zu berichten.



An den hier vorgestellten Projekten und Angeboten haben sich viele Menschen beteiligt. Einige von ihnen haben uns Rückmeldungen gegeben. Eine Auswahl dieser Stimmen haben wir in dieses Handbuch mit aufgenommen. Sie sind jeweils an diesem Zeichen erkennbar.

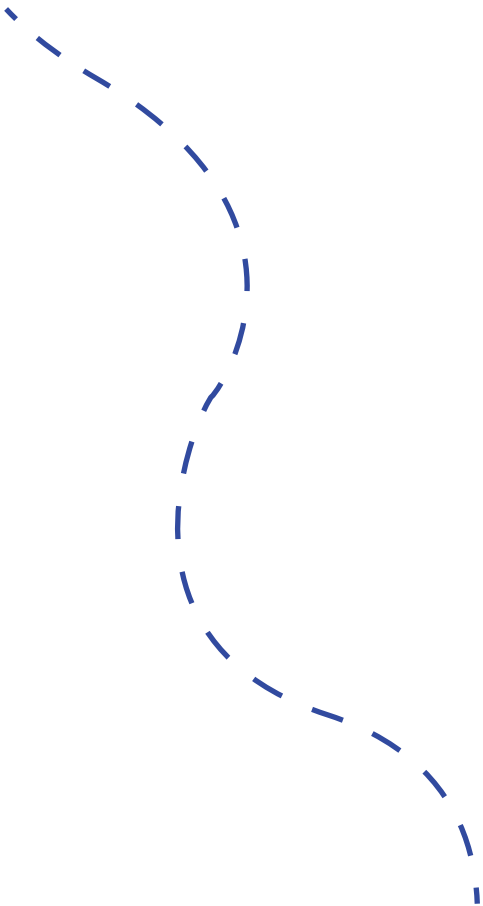




Inhalt

Einleitung	13
Einführung zur Gemeinwesenarbeit	16
Definition Gemeinwesenarbeit	16
Unser Verständnis von Gemeinwesenarbeit	19
Theorien der Gemeinwesenarbeit	21
Wichtige Konzepte für die Gemeinwesenarbeit	23
Methoden der Gemeinwesenarbeit	25
Sozialraum-Analyse	25
Stadtteilbegehung	27
Teilnehmende Beobachtung	28
Aktivierende Befragung	30
Gruppenmethoden: World Café – Open Space – Zukunftswerkstätten	40
Umsetzung von konkreten Projekten und Aktivitäten	46
Leicht verständliche Sprache	49
Workshop: Einführung in die Leichte Sprache	53
Workshop: Vernetzung zu leicht verständlicher Sprache	54
Kommunikation barrierefrei gestalten	63
Empfehlungen	65

Gemeinsames Kochen und Essen	66
Konzept	68
Suppenfest	70
Konzept Suppenfest	71
Erstes St. Pöltner Suppenfest am 4. Mai 2024	72
Ablaufplan Suppenfest, Vorbereitung 3. Mai 2024	74
Ablaufplan Suppenfest, Suppen kochen und verteilen 4. Mai 2024	76
Empfehlungen	80
Kimchi Workshops	82
Konzept	83
Kimchi Workshop 1 am 4. März 2024	85
Kimchi Workshop 2 am 27. Juni 2024	87
Ablaufplan Kimchi Workshop 1	89
Ablaufplan Kimchi Workshop 2	92
Empfehlungen zum gemeinsamen Fermentieren	95
Ideenblatt: Story Teller. Erinnerungen im Topf vereint	97
Gemeinsames Gärtnern	99
Gartenkonzept	101
Gemeinsames Gärtnern an der Fachhochschule Jänner 2023 bis August 2024	103
Ablaufplan: Workshop zum gemeinsamen Gärtnern am 29. Februar 2024	105
Ablaufplan zur Gartenbesprechung und Bepflanzen der Beete am 24. Juni 2024	109
Empfehlungen zum gemeinsamen Gärtnern	113



Sport für alle	115
Gesamtkonzept	117
Phase 1: Workshop „Sport und Inklusion“	119
Konzept	119
Workshop „Sport und Inklusion“ am 25. Mai 2024	120
Ablaufplan Workshop „Sport und Inklusion“	122
Phase 2: Inklusiver Sporttag	125
Konzept	125
Bericht vom 1. Inklusiven Sporttag in St. Pölten am 17. Juni 2024	127
Ablaufplan Inklusiver Sporttag	129
Empfehlungen für einen inklusiven Sporttag	133
Phase 3: Vernetzungstreffen	137
Konzept	137
Bericht Vernetzungstreffen 20. Juni 2024	139
Ablaufplan Vernetzungstreffen	140
Loslegen und Erfahrungen sammeln	142
Anhänge	148
Vorlage Projektkonzept	148
Vorlage Ablaufplan	150
Projekt-Budget und Finanzierung	151
Werbung, Plakate und soziale Medien	153
Vorlage Teilnehmer:innen-Liste	159



Einleitung

Du willst in deiner Stadt etwas gemeinsam mit anderen Menschen machen, um die Gemeinschaft und die Lebensqualität zu fördern?

Du hast Ideen, brauchst aber praktische Tipps zur Umsetzung?

Du bist auf der Suche nach Leuten, die Ähnliches schon versucht haben und ihre Erfahrungen mit dir teilen wollen?

Dann ist es ja gut, dass du dieses Werk jetzt in Händen hältst.

Ein paar deiner Fragen können wir sicher beantworten. Zumindest können wir ein paar Antworten auf die Fragen oben mit dir teilen, die wir selbst gefunden haben. Wir können auch auf einige Fehler hinweisen, die wir gemacht haben. Dann kannst du dir das vielleicht ersparen. Weil wir dir auf den folgenden Seiten eine kleine Anleitung zur Gemeinwesenarbeit in mittelgroßen oder kleinen Städten an die Hand geben wollen, die dir deine Arbeit erleichtern soll. Du bist vielleicht neu in der Gemeinwesenarbeit und hast noch nicht so viel Erfahrung. Perfekt. Uns ging es zunächst genauso – und vielen anderen auch.

Wie es dazu kam, interessiert dich?

Wir sind eine Gruppe von acht Masterstudierenden der Sozialen Arbeit an der Fachhochschule St. Pölten. Gemeinsam mit unseren Betreuerinnen Michaela Moser und Alexandra Winkler und mit Unterstützung von Helga Mock arbeiteten wir zwei Jahre an unserem Masterprojekt mit dem Titel „Nachbarschaft stärken – Gemeinschaft leben.“ Dieses Handbuch ist ein wesentliches Ergebnis unserer wissenschaftlichen und praktischen Arbeit. Wir teilen darin die Erfahrungen, die wir mit unterschiedlichen Beteiligungsprojekten gemacht haben. Entstanden ist dabei eine hoffentlich hilfreiche Unterstützung für alle, die selbst Gemeinwesenarbeit betreiben wollen – ein praxisnahes Werk von Einsteiger:innen für Einsteiger:innen.

Wir haben im Rahmen unseres großen Gesamtprojekts verschiedene Teilprojekte umgesetzt. Diese Projekte beschreiben wir hier, um darzulegen, was in unserem Fall funktioniert hat. Das Handbuch soll deine Kreativität anregen und dich auf neue Ideen bringen. Es verschafft dir einen guten ersten Überblick, ist hoffentlich leicht zu lesen und gut verständlich.





Nachbarschaft stärken. Gemeinschaft leben.

Wir stellen keinen Anspruch auf eine breite Gültigkeit und auch nicht auf Vollständigkeit, sondern bringen Beispiele mit Faktoren des Gelingens aus unserer Forschung und Praxis.

Unser Forschungs- und Beteiligungsprojekt baut auf Vorgängerprojekten der Fachhochschule St. Pölten auf. Einige Vorarbeiten wurden bereits gemacht. Zum Beispiel „Gemeinwesenarbeit neu gedacht und selbst organisiert“ – ein Masterprojekt, das im Jahr 2020 abgeschlossen wurde und online über die Website der FH St. Pölten abrufbar ist. Oder ein Projekt von Mitarbeiter:innen der Fachhochschule, das sich 2021 und 2022 mit der Öffnung der Fachhochschule St. Pölten als Campus der Begegnung beschäftigt hat. Diese Vorarbeiten finden laufend Fortsetzung in unterschiedlichen weiteren Projekten der Fachhochschule St. Pölten – so auch in diesem vorliegenden Projekt.

Vor allem durch die Zusammenarbeit mit dem Kulturfestival „Tangente St. Pölten“ ergaben sich neue

Möglichkeiten der Kooperation und wechselseitigen Unterstützung im Norden der Stadt. Wesentliche Teile des Projekts wurden auf Basis von gemeinsam mit Magdalena Chowaniec und Muhammet Ali Baş erarbeiteten Überlegungen entworfen. „Tangente St. Pölten“ unterstützte einzelne Projekte unseres Beteiligungsvorhabens – und dieses Handbuch – auch finanziell. Durch die Besuche der Veranstaltungen der „Tangente Stadtprojekte“ ergaben sich Möglichkeiten, neue Menschen in St. Pölten kennenzulernen und auch Beziehungen zu Aktivist:innen der Kunst- und Kulturszene aufzubauen.

Das Handbuch bietet dir auch verschiedene praktische Vorlagen – zum Beispiel zur Erstellung von Konzepten für Gemeinwesen-Projekte. Es erklärt Fachbegriffe und will eine gute Einführung bieten, aber auch weiterführende Hinweise für eine tiefergehende Auseinandersetzung mit verschiedenen Themen geben. So musst du mit deiner Gemeinwesenarbeit nicht bei Null beginnen und hast Unterlagen, zu denen wir uns schon Gedanken gemacht haben.

Wir haben uns bemüht, verständlich, barrierefrei und inklusiv zu schreiben. Und wir stellen unser Handbuch leicht zugänglich zur Verfügung, damit es möglichst viele Interessierte nutzen können. Wir verzichten im Text auf wissenschaftliches Zitieren, weil der praktische Nutzen im Vordergrund stehen soll. Am Ende jedes Kapitels führen wir Literatur und

Quellen an, auf denen unsere Texte basieren und geben Tipps zur weiterführenden Lektüre. Für uns wesentliche Autor:innen nennen wir in den Texten.

Wir wollen die Welt ein Stückchen besser machen, darum soll unser Tun dir auch ein Ansporn sein und Mut machen. Wir haben auch Fehler gemacht und Rückschläge erlitten. Nicht alles ist so gelaufen, wie wir es uns gedacht hatten. Egal. Wir haben trotzdem viele neue Menschen kennengelernt und konnten uns gemeinsam eine gute Zeit machen. Das hat uns alle gestärkt.

Wir denken, dass wir einen kleinen Beitrag geleistet haben, Gemeinwesenarbeit in St. Pölten zu fördern und sichtbar zu machen. Wir haben Hausbesuche bei



Nachbar:innen rund um die Fachhochschule gemacht und Aktivierende Gespräche geführt, um mehr über sie zu erfahren und sie zur Teilhabe einzuladen. Wir organisierten Hochbeete im Garten der Fachhochschule und fanden Personen, die sie gerne pflegen und nutzen. Wir veranstalteten das erste St. Pöltner Suppenfest und Workshops zur Kimchi-Zubereitung. Dabei brachten wir Leute zusammen, die sich vorher noch nicht kannten. Wir veranstalteten den Tag des Inklusiven Sports und sorgten dabei für ein echtes Highlight der Inklusion durch Sport. Darüber hinaus arbeiteten wir zu leicht verständlicher Sprache und machten darauf aufmerksam, wie wichtig es ist, sprachliche Barrieren abzubauen.

Letztlich wollten wir mit unserem Forschungs- und Beteiligungsprojekt die Gemeinschaft rund um die Fachhochschule stärken und krisensicherer machen.

Ein wichtiges Ziel war es, Menschen miteinander ins Gespräch zu bringen und neue Freundschaften zu begründen. So wollten wir auch zur Prävention von Einsamkeit beitragen.

All das findest du in dieser hoffentlich auch für dich ansprechend gestalteten Lektüre. Wir hoffen wirklich, dass sie dir von Nutzen ist und Freude macht.

Die Projektgruppe

Einführung zur Gemeinwesenarbeit

Definition Gemeinwesenarbeit

Eine Definition des Begriffs Gemeinwesenarbeit (GWA) in leicht verständlicher Sprache zu formulieren ist eine schwierige Aufgabe. Gemeinwesenarbeit ist seit langer Zeit ein wichtiges Thema Sozialer Arbeit und anderer wissenschaftlicher Disziplinen. In der Literatur zum Thema wird der Begriff sehr kontroversiell diskutiert. Das heißt, dass verschiedene Autor:innen ganz unterschiedliche Meinungen vertreten, was unter Gemeinwesenarbeit zu verstehen ist. Diese Kontroversen und die verschiedenen Theorien zur Gemeinwesenarbeit darzustellen, würde den Rahmen dieses Handbuchs sprengen. Darum möchten wir uns in den folgenden Zeilen vor allem auf praktische Aspekte der Gemeinwesenarbeit konzentrieren und darstellen, welche Aspekte der Theorien in unseren Projekten zur Anwendung kamen.

Was ist ein Gemeinwesen?

Sabine Stövesand, Christoph Stoik und Ueli Troxler sind die Herausgeber:innen des Buchs mit dem Titel „Handbuch Gemeinwesenarbeit“. Verschiedene

Autor:innen teilen darin Wissen und Erfahrungen zum Thema. Wir empfehlen dieses Buch jeder Person, die sich eingehender mit dem Thema auseinandersetzen möchte. GWA ist eine gebräuchliche Abkürzung für Gemeinwesenarbeit, die wir auch gerne verwenden. In der Einleitung zum Buch versuchen Stövesand und Stoik eine Definition der Begriffe. Wir versuchen möglichst einfach und logisch ihre komplexen Gedanken zusammenzufassen.

Der Begriff Gemeinwesen bezeichnet eine Mehrzahl von Menschen, die etwas gemeinsam haben und dadurch in einer Beziehung zueinander stehen. Diese Beziehungen können auch sehr locker und lose sein. Personen können am selben Ort leben, in einem bestimmten Stadtteil, einer bestimmten Nachbarschaft – in derselben Wohnhausanlage zum Beispiel. Ein Gemeinwesen kann sich aber auch über dieselbe Arbeit, gemeinsame Interessen und Hobbies definieren. Das könnte zum Beispiel ein Betriebsrat sein oder ein Sportverein. Durch ein gemeinsames



Geschlecht, ein ähnliches Alter oder die Zugehörigkeit zu einer bestimmten Ethnie kann Gemeinsamkeit hergestellt werden und sich ein Gemeinwesen bilden.

Ganzheitlicher Zugang zur Gemeinwesenarbeit

Gemeinwesenarbeit wendet sich direkt dem Zusammenleben von Menschen zu und versucht dieses Zusammenleben zu verbessern. Dabei wird ein ganzheitlicher Zugang gewählt. Das heißt, dass alle möglichen Aspekte des Zusammenlebens untersucht und verbessert werden. Das können zunächst materielle Bedingungen sein.

Materielle Bedingungen

Das bedeutet zum Beispiel, dass das Wohnen der Menschen verbessert werden soll. Viele Wohnhausanlagen im Norden St. Pöltns wurden vor langer Zeit gebaut und sind in die Jahre gekommen. In diesem Bereich gibt es viel zu verbessern. Die Menschen, mit denen wir Gespräche führten, brachten viel Kritik über die Gebäude vor, in denen sie leben. Die Mieten und Betriebskosten seien hoch und kaum leistbar. Auch seien die Wände und Decken dünn. Lärm der Nachbar:innen sei in den eigenen Wohnungen deutlich zu vernehmen und belastend. Das sind typische und wiederkehrende Argumente, wenn man mit Menschen über sozialen Wohnbau spricht und ein klassisches Thema der Gemeinwesenarbeit.

Einige Personen, mit denen wir gesprochen haben, erzählten uns, dass sie finanzielle Probleme haben und Schwierigkeiten, sich das Leben leisten zu

können. Sie schaffen es gerade noch, Miete, Betriebskosten, Medikamente und Nahrung zu bezahlen. Für Urlaub, den Besuch einer Theatervorstellung oder eines Museums bleibt ihnen kein Geld. Auch das sind materielle Bedingungen, die durch Gemeinwesenarbeit vielleicht verbessert werden können.

Infrastrukturelle Bedingungen

Einige Gesprächspartner:innen in St. Pöltn gaben uns auch die Forderung nach Radwegen in der Umgebung der Fachhochschule mit. Sie hatten den Eindruck gewonnen, dass es zu wenige Radwege gibt. Viele Studierende der Fachhochschule kommen aber mit dem Rad und brauchen Platz zum Fahren und zum Parken der Räder. Auch sagten uns viele Nachbar:innen, dass rund um die Fachhochschule kaum mehr Parkplätze zu finden sind. Am Wochenende seien die riesigen Parkplätze aber leer und könnten für andere Dinge verwendet werden – zum Beispiel zum Skateboard-Fahren. Viele sagten uns, dass sie mit Parks und Grünanlagen sehr zufrieden seien. Das alles sind typische infrastrukturelle Bedingungen, die durch Gemeinwesenarbeit verbessert werden können.

Immaterielle Bedingungen

Immaterielle Bedingungen, die mit Gemeinwesenarbeit verbessert werden können, sind zum Beispiel soziale Beziehungen. Viele Nachbar:innen, die mit uns gesprochen haben, sind bereits etwas älter. Sie haben durch Tod bereits viele Freund:innen verloren und sind einsam. Oft sind sie auch krank und nicht mehr

sehr mobil. Es fällt ihnen schwer, neue Freund:innen zu finden und jüngere Menschen kennenzulernen. Es ist schwieriger für sie, ihre Wohnungen zu verlassen und an Festen teilzunehmen. Sie brauchen Angebote ganz in ihrer Nähe und vermutlich Begleitung und Unterstützung, um teilnehmen zu können. Kostenlose soziale und kulturelle Angebote für Menschen in der Nähe ihrer Wohnorte zu schaffen, war auch ein wichtiges Ziel der Stadtprojekte des Kulturfestivals Tangente. Es zielt auf die Verbesserung immaterieller Bedingungen ab.

Teilhabe fördern

Auch die Schaffung von Hochbeeten im Garten der Fachhochschule war ein Angebot, das wir gesetzt haben, um Teilhabe in der Nachbarschaft zu fördern. Teilhabe ist ein wichtiges Ziel vieler gemeinwesenorientierter Projekte. Teilweise übernehmen solche in Wohnhausanlagen vorhandenen Gärten mit Tisch-Bank-Kombinationen die Funktion eines sozialen Treffpunkts, an dem Bewohner:innen zusammenkommen und sich unterhalten können. Positiv erlebte Beziehungen sind besonders wichtig für Gesundheit und Wohlbefinden. Der Wunsch nach einem sozialen Treffpunkt in unmittelbarer Nähe der eigenen Wohnhausanlage wurde auch von mehreren Nachbar:innen ausgesprochen. Garten und Kinderspielplatz bei der Fachhochschule könnten diese Funktion erfüllen, wenn es gelingt, dass die Nachbar:innen sich eingeladen fühlen und diese Möglichkeit auch annehmen.

Ein ganzheitlicher Zugang zur Gemeinwesenarbeit bedeutet in unserem Verständnis auch, dass wir uns dem Zusammenleben von Menschen aus vielen verschiedenen Perspektiven annähern. Dabei kommen Theorien aus ganz unterschiedlichen Wissenschaften zur Anwendung (Soziale Arbeit, Psychologie, Pädagogik, Kultur- und Sozialanthropologie, Architektur, Stadtplanung, Raumplanung etc.). Diese Vielzahl an Perspektiven macht Gemeinwesenarbeit zu einem sehr komplexen Betätigungsfeld und erschwert einen einfachen Zugang. Zentral in der Gemeinwesenarbeit ist darum die direkte Einbindung der Menschen vor Ort.

Mit den Menschen arbeiten

Stövesand und Stoik betonen, dass es für gelingende Gemeinwesenarbeit wichtig ist, auf die Menschen zuzugehen, sie aufzusuchen und anzusprechen. Es ist bedeutend, die Gesprächspartner:innen ernst zu nehmen und wertzuschätzen, sie zu akzeptieren, auch wenn wir nicht ihrer Meinung sind. Oft geht es dabei auch um Konflikte und um unangenehme Themen. Das Zusammenleben ist nicht immer und überall einfach. Manchmal braucht es Unterstützung bei der Verbesserung der Bedingungen. Es ist entscheidend, gut zuzuhören und mit den Ideen der Personen weiterzuarbeiten. Die Menschen müssen sich als Teil des Prozesses, aktiv und gestaltend erleben, um offen für Veränderungen zu sein. Dann kann Gemeinwesenarbeit gelingen.



Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

- ❏ Stövesand, S., Stoik, C., & Troxler, U. (Hrsg.) (2013). Handbuch Gemeinwesenarbeit: Traditionen und Positionen, Konzepte und Methoden. Deutschland – Schweiz – Österreich (1. Aufl., Bd. 4). Verlag Barbara Budrich.

Unser Verständnis von Gemeinwesenarbeit

Gemeinwesenarbeit bedeutet, mit den Menschen in einem Gebiet zusammenzuarbeiten und ihre unterschiedlichen Sichtweisen, Gedanken und Handlungen zu betrachten. Dabei sollen Angebote geschaffen, Strukturen aufgebaut und Lösungen für soziale Probleme gefunden werden. Ziel ist es, die Zusammenarbeit und gegenseitige Unterstützung zu fördern. Außerdem ist es wichtig, dass die Menschen selbst entscheiden, wie sie ihren Stadtteil oder ihren Bezirk nutzen wollen.

Wichtige Begriffe:

Gemeinwesen

Das Wort „Gemeinwesen“ bezieht sich auf die Gemeinschaft oder die Gruppe von Menschen, die in einem bestimmten Bereich oder einer bestimmten Region zusammenleben. Es bezeichnet

alle Bewohner:innen, Organisationen, Einrichtungen und Strukturen, die in diesem Bereich leben und miteinander interagieren. Das Gemeinwesen kann eine Nachbarschaft, ein Stadtviertel, eine Kleinstadt oder auch eine größere Region sein. In der Gemeinwesenarbeit geht es darum, das Zusammenleben und die Lebensqualität in diesem Bereich zu verbessern. In der Gemeinwesenarbeit werden gemeinsam Lösungen für Probleme gesucht.

Sozialer Raum

Sozialer Raum ist der Ort, wo Menschen miteinander in Kontakt treten und miteinander kommunizieren. Soziale Räume können physisch sein, wie Straßen, Parks, Schulen, Spielplätze, aber auch virtuell sein, wie Soziale Medien oder Chaträume. Soziale Räume sind von Beziehungen und Strukturen geprägt.

Partizipation

Partizipation bedeutet, dass Menschen aktiv an Entscheidungen in ihrer Gemeinschaft teilnehmen können. Es geht darum, dass alle mitreden und mitbestimmen können.

Multiplikator:innen

Multiplikator:innen sind wichtige Personen, die viele Menschen im Gemeinwesen (Stadtteil, Bezirk, etc.) kennen und deshalb wichtige Informationen weitergeben können. Durch die Multiplikator:innen kann zu Menschen Kontakt aufgenommen werden, zu denen es noch nicht viel Kontakt gibt.

Vernetzung

Gemeinwesenarbeit zielt darauf ab verschiedene Akteur:innen, also Bewohner:innen, Organisationen, Behörden usw. miteinander zu vernetzen, um gemeinsame Ziele zu erreichen.

Kooperationspartner:innen

Kooperationspartner:innen sind Menschen oder Gruppen, mit denen man zusammenarbeitet, um gemeinsame Ziele zu erreichen. Das können zum Beispiel andere Organisationen, Behörden oder engagierte Bürger:innen sein. Durch die Zusammenarbeit mit diesen Partner:innen kann man Projekte besser umsetzen, Ideen austauschen und mehr erreichen, um das Leben in einer Gemeinschaft zu verbessern.

Unsere Veranstaltungen waren für alle Bewohner:innen von St. Pölten gedacht. Unser Ziel war es, dass Menschen unterschiedlichen Alters, Herkunft und Hintergrund teilnehmen. Besonders wichtig war uns die Nachbarschaft rund um den FH-Campus. Wir möchten, dass die Fachhochschule ein Treffpunkt für alle wird. Es war uns sehr wichtig, mit den Nachbar:innen, Multiplikator:innen und Organisationen in der Umgebung des Campus zusammenzuarbeiten und uns zu vernetzen.

Wir hoffen, dass unsere Aktivitäten von nachfolgenden Studierenden fortgesetzt werden und die FH weiter als Ort der Begegnung dienen kann.

Theorien der Gemeinwesenarbeit

Es gibt viele Theorien und Handlungsansätze, die für die Gemeinwesenarbeit wichtig sind. Einige werden hier kurz vorgestellt.

Settlement-Bewegungen

Settlement-Bewegungen in Großbritannien und den USA gelten als Vorreiter der Gemeinwesenarbeit. Zu den bekanntesten zählen Toynbee Hall in London und das Hullhouse in Chicago.

Toynbee Hall wurde 1884 von Samuel und Henriette Barnett gegründet. Ziel war es, Menschen zu befähigen selbstständig und selbstbestimmter leben zu können. Privilegierte Personen, wie Priester, Studierende und Professor:innen gaben ihr Wissen über Bildung und Erziehung an Menschen mit wenig Privilegien weiter. Damit gelang es, die Trennung zwischen dem privilegierten Teil der Bevölkerung und den Arbeits- und Armenvierteln zu reduzieren.

Jane Addams gründete 1889 ein ähnliches Projekt in Chicago – das Hullhouse. Das soziale Milieu war in Chicago ein anderes als in London. Somit waren die Problemlage und Bedürfnisse der Menschen unterschiedlich. Die Nachbarschaft bestand aus politisch geflüchteten Menschen, qualifizierten Arbeitern aus Europa und deren Familien. Sie arbeiteten unter unmenschlichen Bedingungen.

Ziel war es auch hier, ihre Lebens- und Arbeitsbedingungen zu verbessern.

Auch Gemeinwesenarbeit orientiert sich an den Verhältnissen und Bedürfnissen der Menschen im jeweiligen Stadtteil.

Community Organizing

Saul Alinsky (1909-1972) war ein bekannter Praktiker der als Community Organizing bekannten Gemeinwesenarbeit in den USA. Seine Bücher und Arbeiten beeinflussten auch die Gemeinwesenarbeit in Europa.

Community Organizing baut und entwickelt Bürger:innen-Organisationen auf. Diese entstehen durch soziale Beziehungen. Soziale Beziehungen bestehen zwischen Personen und stärken deren Macht. Ziel ist es, Machtbeziehungen zu verändern und die Lebenslage der betroffenen Personen zu verbessern. Menschen schließen sich als Gruppe zusammen und bewirken gemeinsam Veränderungen.

Eine spätere wichtige Vertreterin des Community Organizing ist Jane McAlevey. Sie hat vor allem in gewerkschaftlichen Zusammenhängen gearbeitet. Ihre Methoden sind aber auch für die Gemeinwesenarbeit hilfreich. In Österreich arbeitet das Büro für Selbstorganisation mit diesen Ansätzen.

Lebensweltorientierung

Das Konzept der Lebensweltorientierung (lebensweltorientierte Soziale Arbeit) wurde in den 1970er Jahren von Hans Thiersch entwickelt. Mit Lebenswelt sind dabei Orte gemeint, in denen Menschen Erfahrungen sammeln und wo ihr Alltag stattfindet.



Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

- ❑ Kopf und Stift (2013): Systemtheorie nach Luhmann – eine kurze Einführung. Dresden. Erklär-Video: <https://kopfundstift.de/portfolio/einfuehrung-in-luhmanns-systemtheorie/>
- ❑ Szynka, Peter/Müller, Carsten (2023): Community Organizing, in: socialnet Lexikon. Online: <https://www.socialnet.de/lexikon/Community-Organizing>
- ❑ Thiersch, Hans (2017): Eine elementare Einführung in die lebensweltorientierte Soziale Arbeit – Das Konzept Lebensweltorientierte Soziale Arbeit, für meine Enkel skizziert. Berlin/Tübingen.
- ❑ McAlevey, Jane/Balhorn, Jane (2023): Kämpfen muss gelernt sein. Online: <https://www.rosalux.de/news/id/50331/kaempfen-muss-gelernt-sein>
- ❑ Stövesand, Sabine (2019): Gemeinwesenarbeit, in: socialnet Lexikon. Online: <https://www.socialnet.de/lexikon/Gemeinwesenarbeit>
- ❑ selbstorientiert (2021): Strukturfunktionalismus nach Talcott Parsons. Erklär-Video: <https://www.youtube.com/watch?v=62LOJbQ1SIM>

Gemeinwesenarbeit soll Menschen im Alltag unterstützen. Dabei geht es auch um die Veränderung von Regeln, Gesetzen und Rahmenbedingungen.

Es geht um das Entwickeln von Angeboten im unmittelbaren Lebensraum vom Menschen, im Stadtteil oder einer Nachbarschaft. Und um das Schaffen eines Netzwerkes an unterschiedlichen Aktivitäten.

Struktur-funktionalistische Systemtheorie

Talcott Parsons (1902-1972) hat während der 1950er Jahre die struktur-funktionalistische Systemtheorie entwickelt. Er stellte sich die Frage, welche Aspekte und Faktoren eine Gesellschaft zusammenhalten. Er geht dabei von einer bestimmten Struktur sozialer Systeme aus.

Zu den Strukturen, die das System erhalten, gehören unterschiedliche Normen und Werte. Normen werden gesellschaftlich konstruiert. Menschen nehmen in den Systemen unterschiedliche Rollen ein, mit ihren Handlungen tragen sie zur Stabilität – oder auch zur Veränderung – von Systemen bei.

Systemtheorie nach Luhmann

Niklas Luhmann (1928-1998) knüpfte an die Theorie von Talcott Parsons an. Die von ihm entwickelte Systemtheorie ist eine Methode, mit der er versucht, die Welt zu beschreiben und komplexe Zusammenhänge in Gesellschaften und Organisationen zu erklären.

Wichtige Konzepte für die Gemeinwesenarbeit

Gemeinwesenarbeit hilft Menschen in einer Gemeinschaft, besser zusammenzuleben. Sie unterstützt Menschen dabei, ihr Wohlbefinden und ihre Lebensqualität zu verbessern.

In der Gemeinwesenarbeit gibt es wichtige Konzepte, die berücksichtigt werden:

Gemeinwesenorientierung

Bedürfnisse und Interessen der Menschen in der Gemeinschaft werden wahrgenommen. Die Stärken und Fähigkeiten der Menschen werden anerkannt und genutzt. Ideen und Lösungen werden vor Ort gemeinsam erarbeitet.

Soziale Gerechtigkeit

Alle Menschen haben die gleichen Rechte und werden grundsätzlich gleich behandelt. Dabei werden unterschiedliche Möglichkeiten und Mittel beachtet. Das bedeutet auch, dass jede Person die Unterstützung bekommt, die er:sie braucht, um ein gutes Leben zu führen.

Selbstbestimmung und Selbstvertretung

Die Freiheit, das eigene Leben, u. a. in den Bereichen Bildung, Wohnen, Arbeit, Privatleben zu planen und zu leben und die dafür notwendige Unterstützung zu bekommen. Die Macht für sich selbst sprechen zu können und selbst über die benötigte Unterstützung

zu entscheiden. Die Verantwortung für das eigene Leben.

Empowerment

Menschen werden dabei unterstützt, eigene Entscheidungen zu treffen und möglichst selbstständig leben und sich in die Gesellschaft einbringen zu können.

Partizipation

Partizipation bedeutet Teilhabe und Mitbestimmung. Bei Entscheidungen werden alle Menschen beteiligt, können also mitbestimmen.

Inklusion

Ohne Partizipation keine Inklusion. Inklusion bedeutet „voll dabei zu sein“. Zum Beispiel beim Herstellen und Nutzen von Dingen, beim Sorgen füreinander, beim Miteinander reden oder beim Ausruhen. Es geht um selbstbestimmte Lebensführung und eine Gesellschaft, die Vielfalt ermöglicht. Menschen werden mit ihren Unterschieden respektiert, wertgeschätzt und unterstützt. Jede Person kann aktiv am sozialen, wirtschaftlichen, kulturellen und politischen Leben teilhaben und dieses mitgestalten. Dafür werden Hindernisse sichtbar gemacht und beseitigt (zum Beispiel fehlende Rampe für Rollstuhl oder Vorurteile).



Soziale Arbeit

Sozialarbeiter:innen setzen sich für Gerechtigkeit und Menschenrechte ein. Sie unterstützen Menschen dabei, sich zu stärken und ihre Probleme zu lösen. Sie arbeiten auch an gesellschaftlichen Veränderungen, um das Leben für möglichst alle Menschen besser zu machen.

Green Social Work

Soziale Arbeit beschäftigt sich auch mit Klimafragen. Menschen und Natur stehen gemeinsam im Mittel-

punkt. Dabei wird deutlich gemacht, dass Umweltkatastrophen immer auch soziale Folgen haben. Gemeinsam wird überlegt, wie alle Menschen umweltfreundlich leben können.

Ernährungssouveränität

Alle Menschen sollen selbst bestimmen können, was sie anbauen, kaufen und essen. Jede Person soll Zugang zu guten, gesunden, nachhaltigen und kulturell passenden Lebensmitteln haben.

Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

- ❑ Bundesministerium Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz: UN-Behindertenrechtskonvention; Online: <https://broschuerenservice.sozialministerium.at/Home/Download?publicationId=19>
- ❑ Ilse Arlt Institut für Soziale Inklusionsforschung: Inklusion. Multiperspektivische Annäherungen an einen Begriff und seine Bedeutungen. Online: <https://inclusion.fhstp.ac.at/ueber-das-institut2/inklusion>
- ❑ Liedholz, Yannick / Verch, Johannes (Hg:innen) (2022): Nachhaltigkeit und Soziale Arbeit. Grundlagen, Bildungsverständnisse, Praxisfelder. 1. Auflage. Leverkusen: Verlag Barbara Budrich.
- ❑ Österreichischer Berufsverband der Sozialen Arbeit: Was ist Soziale Arbeit? Online: <https://obds.at/was-ist-soziale-arbeit/>
- ❑ ÖGUT - Österreichische Gesellschaft für Umwelt und Technik: Partizipation. Teilhaben und wirksam werden. Website mit vielen Informationen und Methoden; Online: <https://partizipation.at/>
- ❑ Österreichisches Netzwerk gegen Armut und soziale Ausgrenzung: Die Armutskonferenz. Website mit vielen Informationen und Fakten zu Armut, Ausgrenzung, Partizipation; Online: <https://www.armutskonferenz.at/>
- ❑ Via Campesina Austria. Broschüre „Die Zeit ist reif für Ernährungssouveränität“. Online: <https://www.viacampesina.at/neu-broschuere-die-zeit-ist-reif-fuer-ernaehrungssouveraenitaet/>
- ❑ Wahl, Hannah (2023): Radikale Inklusion. Ein Plädoyer für Gerechtigkeit. 1. Auflage. Graz: Leykam

Methoden der Gemeinwesenarbeit

Sozialraum-Analyse

Sozialraum-Analyse bedeutet, genau hinzuschauen, wie Menschen in einem bestimmten Gebiet leben. Man untersucht, wie sie miteinander umgehen und welche Orte sie benutzen. Ziel ist es, das Leben der Menschen besser zu verstehen und zu verbessern.

Nach einem kurzen Überblick und einer allgemeinen Einführung zur Sozialraumanalyse, werden wir ein paar Methoden kurz erklären.

Die Methode „Aktivierende Befragung“ werden wir dann genauer vorstellen.

Ziele einer Sozialraum-Analyse

- **Probleme erkennen:** Welche Schwierigkeiten haben Menschen in einem Gebiet?
- **Bedürfnisse verstehen:** Was brauchen die Bewohner:innen, um besser leben zu können?
- **Gemeinschaft stärken:** Wie kann die Nachbarschaft besser zusammenarbeiten und sich gegenseitig unterstützen?
- **Lebensqualität verbessern:** Welche Ideen gibt es, um das Leben der Menschen im Gebiet angenehmer und sicherer zu machen?

Verschiedenen Methoden der Sozialraum-Analyse

- **Beobachten und Mitmachen:** Forscher:innen machen bei Aktivitäten in der Nachbarschaft mit, um mehr über den Alltag der Menschen zu erfahren.
- **Interviews führen:** Forscher:innen sprechen mit Bewohner:innen. Sie stellen Fragen, um ihre Meinungen und Erfahrungen zu sammeln.
- **Karten erstellen:** Wichtige Orte und Strukturen in einem Gebiet, wie Treffpunkte und soziale Einrichtungen, werden auf einer Karte (oder einem Stadtplan) markiert.
- **Dokumente lesen:** Berichte und Statistiken werden gelesen, um mehr Hintergrundinformationen zu bekommen.
- **Netzwerke untersuchen:** Es wird geschaut und in einer Grafik dargestellt, wie Menschen miteinander verbunden sind und wer mit wem zusammenarbeitet.
- **Gruppengespräche:** Es werden Gespräche mit mehreren Personen gleichzeitig geführt, um ihre gemeinsamen Ansichten und Meinungen zu erfahren.

- **Fotos machen:** Es werden Fotos von der Nachbarschaft und den Bewohner:innen gemacht, um bestimmte Situationen und Orte zu dokumentieren.
- **Spaziergang-Interviews:** Bewohner:innen werden zu einem Spaziergang durch das Gebiet eingeladen, im Gespräch werden dabei direkte Eindrücke und Kommentare gesammelt.
- **Notizen machen:** Alle Beobachtungen und Erlebnisse werden aufgeschrieben, um später alles besser analysieren zu können.

Sozialraum-Analyse – Schritt für Schritt

Um eine Sozialraum-Analyse durchzuführen, musst du zuerst deine Ziele festlegen. Überlege dir, was du herausfinden möchtest. Zum Beispiel: Welche Probleme gibt es? Was brauchen die Menschen? Wähle dann das Gebiet aus, das du beobachten möchtest. Das kann ein Stadtteil, ein Dorf oder ein bestimmter Ort sein. Stelle ein Team zusammen, das dir hilft. Das können andere Forscher:innen, Studierende oder Freiwillige sein.

Entscheide, welche Methoden du benutzen möchtest. Du kannst zum Beispiel Beobachtungen, Interviews, Fragebögen oder Fotos verwenden. Bereite alle Materialien vor, die du brauchst. Dazu gehören Stifte, Notizblöcke, Kameras oder Fragebögen.

Gehe in das Gebiet und schaue dir genau an, wie die Menschen dort leben. Mach dir Notizen und nimm Fotos auf, wenn es erlaubt ist. Sprich mit den Menschen im Gebiet und stelle ihnen Fragen über ihr

Leben, ihre Probleme und Wünsche. Schreibe ihre Antworten auf. Zeichne Karten, auf denen wichtige Orte im Gebiet markiert sind, wie Spielplätze, Schulen oder Treffpunkte. Organisiere auch Gespräche mit mehreren Menschen gleichzeitig, um ihre Meinungen zu bestimmten Themen zu erfahren.

Nachdem du alle Informationen gesammelt hast, schaue sie dir genau an und sortiere sie. Finde heraus, was die wichtigsten Erkenntnisse sind.

Warum eine Sozialraum-Analyse?

- **Verstehen, was Bewohner:innen brauchen:** Du erfährst genauer, welche Probleme und Bedürfnisse Menschen in einem Gebiet haben.
- **Bessere Planung von Projekten:** Mit den Informationen aus der Sozialraumbeobachtung kannst du Projekte besser planen und umsetzen. Gemeinwesenarbeit wird dadurch passender und wirkungsvoller.
- **Menschen vor Ort einbeziehen:** Die Menschen vor Ort machen mit und fühlen sich ernst genommen. Sie sind dann eher motiviert, bei Projekten mitzuarbeiten.
- **Gemeinschaft stärken:** Mitmachen können, stärkt Zusammenhalt und Gemeinschaftsgefühl.
- **Lebensqualität verbessern:** Durch gezielte Maßnahmen, die auf den tatsächlichen Bedürfnissen basieren.
- **Eigeninitiative fördern:** Menschen werden ermutigt, eigene Ideen und Lösungen zu entwickeln und umzusetzen.



Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

- ❏ Przyborski, Aglaja., & Wohlrab-Sahr, Monika. (2019). Qualitative Sozialforschung. Ein Arbeitsbuch. Springer VS.
- ❏ Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg. (n.d.). Sozialraum und Sozialraum-analyse. Aus: https://www.lpb-bw.de/fileadmin/Abteilung_III/jugend/pdf/ws_beteiligung_dings/ws7/sozialraum_sozialraumanalyse.pdf [13.08.2024]
- ❏ ÖGUT - Österreichische Gesellschaft für Umwelt und Technik: Partizipation. Teilhaben und wirksam werden. Website mit vielen Informationen und Methoden: <https://partizipation.at/>

Stadtteilbegehung

Um ein Projekt für und mit Menschen planen und umsetzen zu können, muss man den Lebensraum der Menschen kennenlernen und versuchen ihn zu verstehen. Bei der Methode der Stadtteilbegehung sollen subjektive Eindrücke des Sozialraums gesammelt werden. Während du durch die Stadt gehst, sammelst du Eindrücke und Bilder über den Lebensraum der Bewohner:innen:

- Wohnverhältnisse und -form
- Lebenswelt und -verhältnisse
- Grünflächen
- Spielplätze
- Verkehrssituation

- Anbindung an öffentliche Verkehrsmittel
- Einkaufsmöglichkeiten
- Medizinische Versorgung
- Gasthäuser und Cafés

Mach dir während der Stadtteilbegehung Notizen oder Sprachaufnahmen, damit du nichts vergisst.

Es ist auch entscheidend, um welche Uhrzeit oder an welchem Tag du die Stadtteilbegehung machst. Deshalb solltest du sie öfter durchführen. So kannst du vielfältige Eindrücke sammeln. Nach mehreren Begehungen wirst du ein gutes Bild über den untersuchten Stadtteil haben.

Die Stadtteilbegehung ist meist der Anfang einer Sozialraumanalyse. Du und deine Kolleg:innen haben noch wenig Vorurteile und Vorannahmen. Datenmaterial sollte davor nicht recherchiert werden.

Du kannst während der Stadtteilbegehung Gespräche mit verschiedenen Menschen führen. Überlege dir am besten vorher, was du erfahren möchtest.

- Alter
- Einkommen
- Bezug von staatlichen (Geld-)Leistungen
- Struktur der Bevölkerung im Stadtteil



Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

- ❏ Deinet Ulrich/Krisch, Richard (2009): Stadtteilbegehung, in: sozialraum.de.
Online: <https://www.sozialraum.de/stadtteilbegehung.php>
- ❏ Stock, Lothar (2013): Die Sozialraumanalyse als Handlungs-instrument der Gemeinwesenarbeit. In: Stövesand, Sabine/ Stoik, Christoph/Troxler, Ueli (Hg*innen): Handbuch Gemeinwesenarbeit. Tradition und Position, Konzepte und Methoden. Deutschland – Schweiz – Österreich. Berlin: Barbara Budrich, Band 4, 369-374.

Stellt euch und euer Projekt vor. So wissen die Personen, mit wem sie sprechen und was euer Ziel und Vorhaben ist. Vielleicht findet ihr dabei auch Menschen, die bei geplanten Aktivitäten mitmachen möchten.

Stell dir abschließend die folgenden Fragen: Welche Informationen der Bewohner:innen wurden gesammelt? Wie können sie für das geplante Projekt genutzt werden?

Teilnehmende Beobachtung

Oft ist es hilfreich, den Alltag von unterschiedlichen Menschen kennenzulernen, um zu verstehen, was ihnen wichtig ist. Genau das passiert bei der Methode der teilnehmenden Beobachtung. Du verbringst Zeit mit Menschen und bist Teil von deren Alltag. So bekommst du ein gutes Verständnis dafür, was ihnen wichtig ist. Bei der teilnehmenden Beobachtung geht es darum, die Lebenswelt verschiedener Menschen kennenzulernen. Das kann dir auch dabei helfen dein Projekt gut zu planen.

Mach dir am Anfang klar, was und welche Situationen du beobachten möchtest. Es ist wichtig, dabei aufmerksam zu sein. Manchmal kann es passieren,

dass unbekannte oder vertraute Situationen nicht wahrgenommen werden. Die beobachteten Menschen könnten sich anders verhalten, wenn sie merken, dass sie beobachtet werden. Das kann man schwer vermeiden. Du musst dir klar darüber werden, dass du eine fremde Person im Alltag der Menschen bist. Versuche eine gute Beziehung zu ihnen aufzubauen. Das kann Vertrauen zwischen euch herstellen.

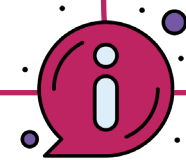
Mach dir Notizen während deiner teilnehmenden Beobachtung. So geht keine Information verloren. Du kannst auch eine Sprachaufnahme danach machen. Schreibe auf, was und wie du es erlebst, wann und wo es passiert und mit wem du zusammen bist.

Eine teilnehmende Beobachtung kannst du auch mit einer Stadtteilbegehung verbinden.

Je nachdem, wie du deine Beobachtung planst, hast du mehr oder weniger Kontakt mit den Menschen. Es gibt vier Arten, wie du eine teilnehmende Beobachtung durchführen kannst:

1. Du bist ein aktiver Teil der Situation und erlebst sie zusammen mit den beobachteten Menschen.
2. Du bist Teil der Situation, aber nimmst nicht die ganze Zeit an der Situation teil.
3. Du beobachtest die Situationen, nimmst nicht aktiv daran teil. Du reagierst auf Reaktionen der beobachteten Menschen.
4. Du bist kein aktiver Teil der Situation und beobachtest sie von außen. So hast du keinen Einfluss auf die Situation.

Das Ziel einer teilnehmenden Beobachtung ist es, Situationen und Verhalten von Menschen aus ihrer Sichtweise zu verstehen. Dabei nimmst du Teil an ihrem Alltag. Es geht darum, echte und unverfälschte Eindrücke der Lebenswelt zu gewinnen.



Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

- 📖 Kurtenbach, Sebastian (2017): Leben in herausfordernden Wohngebieten. Das Beispiel Köln-Chorweiler. Wiesbaden: Springer, 121-124.
- 📖 Vukomann, Marina (2017): Teilnehmende Beobachtung im Feld der partizipativen Quartiersentwicklung Ringvorlesung an der Hochschule Düsseldorf. Online: https://www.kinderrechte.de/fileadmin/Redaktion-Kinderrechte/4_Praxis/4.6_Beteiligungsbausteine/4.6.1_Grundlagen/4.6.1.2_Sozialraumanalyse/Baustein_A_2_3.pdf

Aktivierende Befragung

Die Aktivierende Befragung ist eine zentrale Methode der Gemeinwesenarbeit. Dabei werden Bürger:innen nach ihren Meinungen und Einstellungen gefragt. Gleichzeitig werden sie ermutigt, sich für ihre Interessen einzusetzen. Meist geht es dabei um Fragen des Wohnens und Zusammenlebens in einem bestimmten Gebiet, z. B. einer städtischen Wohnhausanlage. Die Menschen werden gefragt, was in ihrem persönlichen Umfeld gut funktioniert und was weniger gut. Dadurch sollen sie eingeladen werden, sich auch aktiv an der Entwicklung von Lösungen zu beteiligen. Eine Aktivierende Befragung ist unkompliziert und offen gehalten.

Diese Offenheit und unkomplizierte Anwendung macht die aktivierende Befragung zu einem idealen Werkzeug zur Etablierung von GWA-Projekten. Menschen können in ihrer Umwelt, zu Hause, unterwegs und bei Veranstaltungen besucht und angesprochen werden. Sie können so ihre Ideen, Anliegen, Fragen und Ziele einbringen. Bei der Befragung können sie zum Mitmachen bei geplanten Aktivitäten und Projekten eingeladen werden: im Gespräch und durch Flyer oder Post in den Stiegenhäusern.

Aktivierende Befragungen können auch im Rahmen verschiedener Veranstaltungen durchgeführt werden.

Die Methode kann flexibel eingesetzt werden. Folgende Elemente haben sich als hilfreich erwiesen:

- Recherche zu wesentlichen Akteur:innen, die bereits im Sozialraum sind. Aufsuchen und Aktivieren der Akteur:innen, an Aktionen des Projekts teilzunehmen.
- Expert:innen-Gespräche und Kennenlernen wesentlicher Akteur:innen im Rahmen von Workshops, World-Cafés etc.
- Stadtteilbegehung und Kennenlernen des Sozialraums (in unserem Projekt war das die Nachbarschaft der Fachhochschule St. Pölten).
- Teilnahme an lokalen Veranstaltungen (u. a. Tangente/Stadtprojekte, Diversity Café), dabei teilnehmende Beobachtung und Aktivierende Gespräche.
- Hausbesuche in den städtischen Wohnhausanlagen in unmittelbarer Nähe der Fachhochschule St. Pölten, Aktivierende Gespräche und Einladung an Aktionen teilzunehmen.
- Straßenbefragungen im Gebiet der Nachbarschaft (Streetwork).
- Aktivierende Gespräche im Rahmen der verschiedenen Veranstaltungen des Masterprojekts.
- Kontakte und Vernetzung über die Social-Media-Kanäle des Projektes pflegen.

Aktivierende Gespräche für Veränderung

Der GWA-Experte Christoph Stoik beschäftigt sich seit vielen Jahren wissenschaftlich mit Aktivierender Befragung. Er betont, dass bereits die Erhebung von Daten zu Veränderungsprozessen führt. An der Forschung beteiligte Personen werden von ihm nicht als „Beforschte“, sondern als an der Forschung aktiv beteiligte Personen gesehen. Auch wir machten die Erfahrung, dass Menschen Veränderungen in ihrer sozialen Umgebung wahrnehmen und sich eine Meinung dazu bilden. Mit unseren Projekten wollten wir sie dabei unterstützen, sich für Veränderungen einzusetzen.

Dabei ist es wichtig, Menschen mit einer respektierenden Haltung zu begegnen. Es ist wichtig zuzuhören und ins Gespräch zu kommen, ohne Aussagen zu bewerten. Franz Josef Krafeld beschreibt diesen Zugang in seinem akzeptierenden Ansatz. Es geht darum, Menschen offen zu begegnen – unabhängig von ihren geäußerten Meinungen oder Haltungen.

Umsetzung einer Aktivierenden Befragung

Eine Aktivierende Befragung setzt sich aus verschiedenen Teilen und Phasen zusammen. Verschiedene Autor:innen formulieren ganz unterschiedliche Möglichkeiten. Wir stellen hier einen möglichst einfach gehaltenen Ablauf vor, der zur Nachahmung einladen soll. Diese unterschiedlichen Phasen haben wir an unser Beteiligungsvorhaben und an die Planungen unserer Kooperationspartner:innen angepasst.

1. Vorbereitung

Wir bauten mit unserem Projekt auf Vorarbeiten auf. Auf der Masterarbeit „Gemeinwesenarbeit neu gedacht und selbst organisiert“ (2020), die über die FH-Bibliothek online abrufbar ist. Und auf ein Projekt zur Stärkung der Fachhochschule St. Pölten als Campus der Begegnung. Diese Vorarbeiten finden laufend Fortsetzung in unterschiedlichen Projekten der Fachhochschule St. Pölten und der dazugehörigen Bibliothek. Dadurch waren schon wichtige Kontakte zu anderen sozialen Einrichtungen geknüpft, die wir für unsere Arbeit nutzen und vertiefen konnten. So konnten wir zum Beispiel einige Veranstaltungen des Diversity Cafés besuchen und dort Aktivierende Gespräche führen.

Nachbar:innen haben wir durch aktives Aufsuchen in ihren Wohnhausanlagen und Aktivierende Gespräche eingeladen, die Fachhochschule St. Pölten mit ihren Angeboten (Bibliothek, Mensa, Garten, Hochbeete) zu nutzen.

Auch durch die Zusammenarbeit mit dem Kulturfestival „Tangente St. Pölten“ und insbesondere mit den „Tangente Stadtprojekten“ („Neue Freundschaften“) ergaben sich gute Möglichkeiten der Kooperation. Beim Besuch dieser Veranstaltungen konnten wir Bewohner:innen von St. Pölten kennenlernen und Beziehungen zu Aktivist:innen der Kunst- und Kulturszene und Vertreter:innen unterschiedlicher Communitys aufbauen. Durch diese Veranstaltungen und unsere Aktivierenden Befragungen sollten auch Menschen zum Besuch von

Veranstaltungen bewegt werden, die sonst nicht regelmäßig von Kunst und Kultur erreicht werden.

Natürlich fand zu Beginn der Arbeiten am Projekt auch eine Stadtteilbegehung statt. Wir machten auch einen Besuch im Jugendzentrum Steppenwolf. Schließlich veranstalteten wir auch eine Zukunftswerkstatt, zu der wir Aktivist:innen verschiedenster Institutionen zum gemeinsamen Planen einluden. Auch Expert:innengespräche wurden geführt.

2. Durchführung

Beim Nachdenken über geeignete Fragen an die Nachbar:innen und Gesprächspartner:innen ließen wir uns auch von Beispielen aus der Literatur anregen. Saul Alinsky ist ein wichtiger Pionier der Gemeinwesenarbeit. Er fragte seine Gesprächspartner:innen, was sie tun würden, um ihre Stadt zum glücklichsten, gesündesten, schönsten und reichsten Ort der Welt zu machen. Wir vereinfachten die Frage etwas, und verwendeten sie folgendermaßen zur Gesprächseröffnung:

- Was braucht St. Pölten, um zu einer lebenswerteren und leistbareren Stadt zu werden?

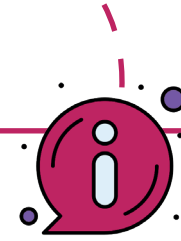
Darüber hinaus formulierten wir weitere Fragen zur Strukturierung eines einfachen Gesprächsleitfadens:

- Wie geht es Ihnen in der Nachbarschaft?
- Haben Sie Verbesserungsvorschläge für das Zusammenleben?
- Was kann getan werden, damit St. Pölten zu einer inklusiveren Stadt wird?

Konkret suchten wir Wohnhausanlagen in der Nachbarschaft der Fachhochschule St. Pölten auf und läuteten an den Türen. Die Nachbar:innen wurden zum Gespräch eingeladen, das umgehend im Stiegenhaus stattfand. Zunächst stellten wir uns und unser Anliegen vor und erklärten den Rahmen des Projekts. Danach eröffneten wir fragend das Gespräch.

Natürlich öffneten viele Menschen gar nicht erst die Türe oder waren nicht zu Hause. Viele lehnten das Gespräch auch dankend ab oder hatten nicht die Zeit, sich auf ein Gespräch einzulassen. Mit manchen Personen kam es aber zu einem lockeren Gespräch, bei dem wir viele Fragen stellen konnten. Das Gegenüber erhielt viel Raum und gab die Inhalte des Gesprächs vor. Wir fragten immer weiter nach, um das Gespräch am Laufen zu halten. Die befragten Personen erhielten schriftliche Informationen und schön gestaltete Einladungen zu den nächsten geplanten Projekten (Gärtnern, Kochworkshops, Suppenfest). In den Stiegenhäusern wurden ansprechende Einladungen plakatiert, die die Bewohner:innen an unsere Projekte erinnern sollten.

Eine wesentliche Beschränkung unseres Projekts bestand darin, dass es zu keiner gemeinsamen Planung mit den unmittelbaren Nachbar:innen kam. Von GWA-Expert:innen wissen wir, wie wichtig so eine konkrete Einbindung ist. Aber auch, dass sie viel Zeit braucht. Das haben wir im Rahmen unseres Projekts nicht geschafft.



3. Auswertung der Befragung

Die Inhalte der Aktivierenden Gespräche wurden von uns mit der Sprachmemo-App auf unseren Mobiltelefonen nach dem Gespräch auf Band gesprochen und so dokumentiert. Später haben wir auch Protokolle der Aktivierenden Befragungen und Teilnehmenden Beobachtungen geschrieben. Dabei wurden die Ergebnisse strukturiert und gebündelt. Für unsere Masterthese werden sie mit dem Verfahren der Strukturgeleiteten Textanalyse von Auer-Voigtländer und Schmid ausgewertet. Bei einer Veranstaltung zum Abschluss unseres Projekts werden sie allen Interessierten präsentiert.

Leider fehlen uns die Ressourcen, mit entstehenden Aktionsgruppen über das Ende des Studiums hinaus weiterzuarbeiten, diese zu begleiten und zu beraten. Die Ergebnisse der Aktivierenden Gespräche werden hoffentlich trotzdem in weiteren Projekten der Beteiligten und vielleicht auch weiterer Studierender weitergetragen.

Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

- ❏ Drochter, R., Fichtinger, S., Gahleitner, S., Kopp, A., Kundrat, E., Minassians, M., Trestl, M., Vettori, H., & Winkler, A. (2020): Gemeinwesenarbeit: Neu gedacht und selbst organisiert. St. Pölten. Online: <https://phaidra.fhstp.ac.at/o:4358>
- ❏ Handler, M., Stock, M., Sippel, H.-J., Stiftung Mitarbeit, & Österreichische Gesellschaft für Umwelt und Technik. (2018): Bürgerbeteiligung in der Praxis: Ein Methodenhandbuch. Stiftung Mitarbeit.
- ❏ Ruhsmann, B. (2024, Juli 9). Aktivierende Befragung. in: ÖGUT - Österreichische Gesellschaft für Umwelt und Technik: Partizipation. Teilhaben und wirksam werden. Online: <https://partizipation.at/methoden/aktivierende-befragung/>
- ❏ Stoik, C. (2009). Aktivierende Befragung / Aktivierendes Gespräch sozialraum.de. Online: <https://www.sozialraum.de/aktivierende-befragung-aktivierendes-gespraech.php>
- ❏ Szynka, P. Aktivierende Gespräche bei Saul David Alinsky. In M. Lüttringhaus & H. Richers (Hrsg.), Handbuch aktivierende Befragung (5. aktualisierte und ergänzte Auflage). Stiftung Mitarbeit.

Aktivierende Befragung – Konzept und Ablaufplan

Die Befragung im Rahmen unseres Projekts nimmt vor allem die Nachbarschaft der Fachhochschule in den Blick. Wir möchten damit einen kleinen Beitrag leisten, Wünsche und Probleme der Bewohner:innen zu erkennen und zur Hebung der Lebensqualität in der Gegend beitragen.

<p>Ziel: Was wollen wir erreichen?</p>	<p>Mit Menschen aus der Nachbarschaft ins Gespräch kommen, sie nach ihren Anliegen und Bedürfnissen fragen. Sie einladen, die Fachhochschule St. Pölten mit ihren Angeboten (Bibliothek, Mensa) zu nutzen. Sie aktivieren, an unseren Projekten teilzunehmen, neue Bekanntschaften und Beziehungen zu begründen.</p>
<p>Sinn: Warum wollen wir das erreichen?</p>	<p>Stärkung der nachbarschaftlichen Beziehungen, einen Beitrag zur Gemeinwesenarbeit in St. Pölten leisten, Begegnungen sollen ermöglicht werden und neue Freundschaften entstehen. Damit soll auch ein Beitrag zur Prävention von Einsamkeit geleistet werden.</p>
<p>Ausgangslage: Was gibt es schon? Was hilft, das Projekt voranzutreiben?</p>	<p>Viele Vorarbeiten wurden bereits durch Vorgängerprojekte an der FH St. Pölten gemacht. Z. B.: „Gemeinwesenarbeit neu gedacht und selbst organisiert“ (2020), Campus der Begegnung (2021/22). Viele Kooperationspartner:innen und soziale Initiativen sind bereits aktiv. Der Bedarf an Gemeinwesenarbeit ist bekannt. Zusammenarbeit mit dem Kulturfestival „Tangente“ ist begründet.</p>
<p>Beteiligte: Wer mit wem?</p>	<p>Bewohner:innen in unmittelbarer Umgebung der Fachhochschule St. Pölten, Nachbar:innen, Diversity Café, Tangente Stadtprojekte, Mitarbeiter:innen und Studierende der Fachhochschule St. Pölten, Aktivist:innen im Sozial- und Kulturbereich.</p>
<p>Zeitplan: Wann? Bis wann? Wie oft?</p>	<p>Dezember 2022 - Juli 2024 aufsuchende Arbeit und Befragungen, Dokumentation und Auswertung, Präsentation der Ergebnisse im September 2024.</p>
<p>Öffentlichkeitsarbeit: Wer soll von dem Projekt auf welche Art und Weise erfahren?</p>	<p>Plakate in Stiegenhäusern, Flyer und Einladungen bei persönlichen Gesprächen, Facebook, Instagram und Whatsapp-Gruppe.</p>
<p>Erfolg? Wie kannst du herausfinden, ob das Projekt erfolgreich war?</p>	<p>Nachbar:innen besuchen unsere Veranstaltungen, bringen sich ein und diskutieren mit, Nachbar:innen nutzen die Fachhochschule (Garten, Mensa, Bibliothek).</p>

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
4.11.2022	Begehung Sozialraum	Anleiter:innen und Mastergruppe	Telefon für Bild- und Tondokumentation
November 2022	Formulierungen von Fragen, Zielen und Strategien für die Aktivierende Befragung, Forschungsdesign	Forscher:innen	Literatur zur Aktivierenden Befragung
02.12.2022 – 27.06.2024	Aufsuchende Arbeit und Teilnahme an Events, Expert:innen-Gespräche	Forscher:innen	Telefon für Bild- und Tondokumentation
02.12.2022 – 27.06.2024	Laufende Dokumentation der Gespräche und Beobachtungen	Forscher:innen	Computer, Schreibprogramm
02.12.2022 – 27.06.2024	Auseinandersetzung mit Literatur zu Aktivierender Befragung, Entwicklung eines Forschungskonzepts	Anleiter:innen und Forscher:innen	Literatur zu Aktivierender Befragung, Computer
17.02.2024	Aktivierende Befragung in der Nachbarschaft	Forscher:innen	Plakate, Flyer, Tixo, Generalschlüssel
24.02.2024	Aktivierende Befragung in der Nachbarschaft	Forscher:innen	Plakate, Flyer, Tixo, Generalschlüssel
17.02. – 27.06.2024	Teilnahme an Projekten der Mastergruppe und an Veranstaltungen des Diversity Cafés, Teilnehmende Beobachtung und Aktivierende Befragung	Forscher:innen	Plakate, Flyer, Telefon für Bild- und Tondokumentation

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
17.02. – 27.06.2024	Laufende Dokumentation von Aktivierender Befragung und Teilnehmender Beobachtung. Führen eines Forschungstagebuchs oder Forschungsprotokolls	Forscher:innen	Computer
09.03. – 30.08.2024	Verfassen der Beiträge zur Masterthese, Rücksprache halten mit Kolleg:innen und Anleiter:innen	Forscher:innen	Computer, Zeit

Aktivierende Befragung – Bericht

Eine Aktivierende Befragung durchzuführen, bereitete uns zunächst große Sorgen. Die gängige Meinung in der Literatur und bei Expert:innen war, dass es viel Arbeit bedeutet und den Durchführenden viel abverlangt. Die Erfahrung hat dies bestätigt. Trotzdem war es eine gute und wertvolle Ergänzung zu unseren sonstigen Aktivitäten.

Konkrete Erfahrungen

Wir kamen in Kontakt mit Menschen, die wir sonst nie kennengelernt hätten. Gleichzeitig konnten wir unser Angebot Menschen näherbringen, die sonst nie von unserem Projekt erfahren hätten. Wir haben viel gelernt, was wir gerne weitergeben. Die Menschen, mit denen wir Gespräche führten, haben ein vitales Interesse an ihrer Nachbarschaft und sprechen gerne

darüber. Sie nehmen die Veränderungen in ihrer Umgebung wahr und bilden sich eine Meinung dazu. Sie fühlen sich mit ihren Nachbar:innen emotional verbunden und erleben Schicksale hautnah mit. Diese Verbundenheit kann positiv oder negativ sein.

Konflikte und Verbesserungspotenziale

Wir hörten viel von nachbarschaftlichen Lärmkonflikten und von der Unzufriedenheit der Menschen mit ihrer Wohnsituation. Die Miete wird oft als zu hoch empfunden, ebenso die Betriebskosten. Viele Menschen spüren die Teuerungen und haben Probleme ihr finanzielles Auskommen zu finden. Sie suchen praktikable Lösungen für existenzielle Probleme. Natürlich sind diese Themen emotional aufgeladen, was wir auch als Forschende gespürt

haben. Oft wurden wir als Vertreter:innen der Stadt St. Pölten wahrgenommen und bekamen den Ärger und die Unzufriedenheit der Bewohner:innen zu spüren. Wir versuchten den Gesprächspartner:innen den Raum zu geben, ihrem Ärger Luft zu machen, hörten aktiv zu und boten Empathie an. Dabei stellten wir fest, dass nach einer gewissen Zeit ein Gespräch möglich war und die Menschen sich öffneten.

Gelingens-Faktoren und Grenzen

Nicht jede Person möchte sich öffnen und kann durch Aktivierende Befragung erreicht werden. Es ist wichtig, die Gespräche selbst aktiv zu gestalten und auch einmal abubrechen, wenn du merkst, dass eine Person nicht erreichbar ist. Du solltest auch einen guten Tag haben und die Lust verspüren, Menschen kennenzulernen. Eine Aktivierende Befragung ist am Anfang schwer. Wir nahmen deutlich eine Hemmung wahr, an den Wohnungstüren der Menschen zu läuten. Die Grenze zum Privaten ist wahrnehmbar. Es ist verständlich, dass Bewohner:innen nicht in ihrem Alltag gestört werden wollen. Sie aufzusuchen und anzusprechen ist immer emotional und kostet Kraft. Für uns stellte es sich als praktikabel heraus, Aktivierende Gespräche vier Stunden lang durchzuführen. Dann war eine deutliche Erschöpfung zu verspüren.

Die Nachbarschaft der Fachhochschule St. Pölten

Es war interessant zu sehen, dass sich die Nachbar:innen ein sehr eingehendes Bild der Fachhochschule St. Pölten gemacht hatten. Zunächst wurden

wir mit sehr vielen Beschwerden konfrontiert, die sich auf nächtliche Ruhestörungen bezogen. Meist als jugendlich beschriebene Personen nutzen die Tisch-Bank-Kombinationen im Außenbereich der Bibliothek der Fachhochschule auch in den Nachtstunden, um ihre Freizeit dort zu verbringen. Dabei hörten sie Musik und unterhielten sich. Das führte zu Beschwerden der Anrainer:innen.

Auf der anderen Seite werden Studierende gerne als Nachbar:innen gesehen. Ältere Menschen begrüßen das Zusammenleben mit jungen Menschen und fühlen sich dadurch wohler in den Wohnhausanlagen. Wir machten berührende und faszinierende Erfahrungen. Zum Beispiel suchten wir eine ältere, weibliche Person auf, die zufällig an einer Veranstaltung unseres Projekts teilgenommen hatte. An ihrer Wohnungstür erkannte sie uns aber nicht wieder und sie konnte sich auch an ihren Besuch der Fachhochschule nicht mehr erinnern. Ihre Vergesslichkeit erschwerte eine Kontinuität in der Beziehung mit ihr aufzubauen. In einem anderen Fall konnte sich eine ältere weibliche Person nicht mehr an uns erinnern als wir sie einige Tage nach der Befragung an ihrer Wohnungstür auf der Straße ansprachen. Ihre beiden Hunde erkannten uns aber sofort wieder und ließen sich von uns erneut streicheln. Das Vertrauen, das die beiden Tiere uns entgegenbrachten, wirkte sich auch auf diese Frau aus und sie führte unser Gespräch gerne fort.

Einblicke Lebenswelten

Berührend waren auch Erzählungen von Einsamkeit, Erkrankungen und dem Tod von lieb gewonnenen Nachbar:innen. Es gab Momente, in denen es für uns schwierig war, den Menschen etwas Stärkendes oder Empowerndes mitzugeben. Es war eindrucksvoll zu sehen, wie schnell wir in Berührung mit den wahrlich bewegenden Inhalten menschlichen Lebens kamen. Der Bedarf an entlastenden Gesprächen und einer Halt gebenden Gemeinschaft ist hoch. Tragfähige Beziehungen werden auch von den Gesprächspartner:innen selbst als wichtig beschrieben. Wenn wichtige Beziehungspersonen durch Krankheit und Tod wegfallen ist es schwierig, diese zu ersetzen. Die Einsamkeit ist spürbar und wird auch von den Erzählenden als drückend beschrieben.

Potenziale und Ideen

Unsere Gesprächspartner:innen hatten aber durchaus auch selbst Ideen, wie die Situation verbessert werden könnte. Ein wesentlicher Wunsch bezieht sich auf einen Gemeinschaftstreff im Garten der Fachhochschule. Dort gab es in früherer Zeit einen Imbissstand, der als wichtiger sozialer Treffpunkt wahrgenommen wurde. Eine Wiederbelebung eines solchen Treffs wäre sicher willkommen, im besten Fall ohne Konsumdruck. Ein weiterer sehr praktischer Wunsch nach Veränderung bezog sich auf den großen Parkplatz der Fachhochschule und wurde von einer jungen, männlich gelesenen Person formuliert. Am Wochenende, wenn der Parkplatz fast leer ist, soll er Skater:innen zur Verfügung stehen, weil sich der

Belag aus feinem Asphalt äußerst gut zum Skaten eignet. Könnte ein Teil des Parkplatzes am Wochenende autofrei gehalten werden, hätten Skater:innen sicher genug Platz, diesen Ort sinnvoll zu nutzen.

Vom Nutzen sozialarbeiterischer Expertise

In fast allen Gesprächen konnten wir unser Wissen als Sozialarbeiter:innen einbringen. Wir konnten den Gesprächspartner:innen wesentliche Tipps weitergeben, wo und wie sie sich Unterstützung holen können. Themen wie materielle Grundsicherung, Ausbildung, Wohnen, Pflege, Aufenthaltsrecht und viele mehr wurden angesprochen. Eine umfassende Expertise Sozialer Arbeit, die eine praktische Hilfestellung darstellt, ist eine wertvolle Begleiterin im Prozess Aktivierender Befragung und führt bei den Gesprächspartner:innen zum Gefühl auch etwas von der Befragung gehabt zu haben.



Aktivierende Befragung – Empfehlungen

Realistische Vorhaben planen

Eine Aktivierende Befragung durchzuführen ist komplex und aufwendig. Deshalb ist eine klare Planung wichtig. Auch wenn nur wenige/r Gespräche umgesetzt werden können, lohnt es sich.

Mut und Beharrlichkeit

Die wichtigste Empfehlung in Bezug auf eine Aktivierende Befragung lautet: „Lass dich nicht entmutigen!“. Es ist ein zäher Prozess, der viel Energie kostet. Du wirst dich überwinden müssen, Leute einfach anzusprechen oder an ihren Türen anzuläuten. Oft wirst du vor verschlossenen Türen stehen und Kritik hören. Dräng dich nicht auf, aber bleib beharrlich!

Zuhören und Anerkennen

Viele Menschen sind unzufrieden mit ihren Lebensumständen. Aufmerksames Zuhören erfordert Geduld und Nachsicht, kann aber auch den Raum für Gespräche öffnen. Durch Anerkennung der Probleme und gute Fragen können Gespräche in eine konstruktive und empowernde Richtung gelenkt werden.

Kontinuität und Beziehungsaufbau

Wiederholte Begegnungen sind für den Aufbau von Beziehungen förderlicher als eine einmalige Befragung.

Abgrenzung und Entlastung

Manche Personen reden gerne, vielleicht weil sie einsam sind und wenig Gelegenheit haben, Gespräche zu führen. Du wirst dann sehr private und auch belastende Dinge erfahren. Diese belastenden Situationen gilt es als Gesprächspartner:in auszuhalten, anzuerkennen und das auch anzusprechen. Auch hier sind Zuhören und Anerkennung wichtig, damit solche Gespräche im besten Fall entlastend sein können.

Haltung und Akzeptanz

Du wirst bei deinen Gesprächen auch Personen treffen, die eine ganz andere Meinung vertreten als du selbst. Vielleicht wirst du auch mit diskriminierenden Weltanschauungen, Rassismus, Sexismus, Ignoranz und Abwertung konfrontiert. Dabei ist es wichtig, eine klare Haltung zu vermitteln und respektvoll aber deutlich gegen jede Form von Diskriminierung aufzutreten.



Gruppenmethoden: World Café – Open Space – Zukunftswerkstätten

Wenn du mit Gruppen in der Nachbarschaft gemeinsame Aktivitäten planst, können die folgenden Gruppen-Methoden hilfreich sein. Wir haben sie in unserem Projekt verwendet. Sie helfen dabei, gut miteinander ins Gespräch zu kommen. Und sorgen dafür, dass möglichst alle gut beteiligt sind.

World Café

World Café ist eine Methode, bei der Menschen in kleinen Gruppen zusammenkommen, um über bestimmte Themen zu sprechen. Diese Gespräche sollen wie in einem gemütlichen Café ablaufen.

Die Methode hilft, gemeinsam Ideen zu entwickeln und Menschen miteinander zu vernetzen. Sie unterstützt dabei wichtige Prinzipien der GWA:

- **Mitmachen:** Alle sollen bei Entscheidungen mitreden können.
- **Stärken:** Die Fähigkeiten der Menschen sollen gefördert werden.
- **Gerechtigkeit:** Alle sollen die gleichen Chancen haben.
- **Nachhaltigkeit:** Die Verbesserungen sollen langfristig sein.

Ziele

- **Dialog fördern:** Menschen sollen in einer entspannten Atmosphäre miteinander reden.
- **Lösungen finden:** Gemeinsam sollen Ideen und Lösungen entwickelt werden.
- **Vernetzen:** Kontakte und Netzwerke sollen entstehen.

World Café – Schritt für Schritt

1. **Vorbereitung:** Themen und Fragen werden festgelegt.
2. **Begrüßung und Einführung:** Methode und Themen werden erklärt.
3. **Erste Gesprächsrunde:** Ideen werden an Tischen diskutiert.
4. **Wechsel der Gruppen:** Die Teilnehmer:innen wechseln die Tische.
5. **Weitere Gesprächsrunden:** Die Diskussionen gehen weiter.
6. **Abschlussrunde:** Ergebnisse werden im Plenum vorgestellt.

Das World Café in unserem Projekt

Auch im Rahmen unseres Projekts fand ein World Café statt. Ziel war es, Student:innen, Vereine, Multiplikator:innen und Nachbar:innen zusammenzubringen, um Ideen für die Nachbarschaft zu sammeln.

Die Vorbereitung des World Cafés ist ein wichtiger Schritt. Zuerst haben wir die Themen und Fragen festgelegt, die besprochen werden sollten. Dann wurde der Raum vorbereitet. Dabei wurden die Sessel so aufgestellt, dass insgesamt 5 Gruppen zu jeweils 8 Teilnehmer:innen daran Platz nehmen konnten. Große Plakate und viele Stifte wurden auf den Tischen verteilt, damit die Teilnehmenden ihre Ideen aufschreiben konnten.

Willkommensrunde und Vorstellung

Zu Beginn gab es eine Willkommensrunde. Die Teilnehmer:innen sind im Kreis gesessen und haben sich vorgestellt. Es wurde erklärt, wie der Ablauf ist und welche Begegnungsmöglichkeiten es gibt. Dann stellten sich die Teilnehmer:innen nach der Lage ihrer Vereine auf. Auf dem Boden waren Kärtchen mit den Ortsnamen. Die Teilnehmer:innen fanden ihren Platz und erzählten über ihre Vereine und sich selbst. Dabei wurden auch die Aufgaben und Angebote der Vereine vorgestellt.

Danach haben wir unser Projekt und erste Ideen vorgestellt. Wir haben erklärt, was wir erreichen möchten und wie die Zusammenarbeit geplant ist.

Ablauf World Café Runden

Das eigentliche World Café bestand aus drei Gesprächsrunden.

In der ersten World-Café Runde sind Ideen, Anliegen und Vorschläge gesammelt worden. Ziel war es, die unterschiedlichen Perspektiven und Bedürfnisse der Gäste zu erfassen.

In der zweiten World-Café Runde wurden die gesammelten Themen vertieft. Die Teilnehmer:innen haben konkrete Aspekte der Gemeinwesenarbeit in St. Pölten diskutiert.

In der dritten World-Café Runde ging es darum, die vorher diskutierten Ideen weiterzuentwickeln. Es sind konkrete Projektideen erarbeitet und Umsetzungsmöglichkeiten besprochen worden.

Abgeschlossen wurde die Veranstaltung mit einer Reflexionsrunde, in der alle ihr Feedback geben konnten. Es sind viele neue Ideen und Netzwerke entstanden. Die Ergebnisse des World Cafés haben wertvolle Anregungen für die weitere Entwicklung unseres Projekts geboten und das Potenzial der Gemeinwesenarbeit zur Lösung lokaler Probleme gezeigt und es wurde sichtbar, wer unsere Ansprechpartner:innen zu den unterschiedlichen Projektteilen sind.

Open Space

Bei Open Space Treffen geht es darum, einen guten Raum für unterschiedliche Menschen zu schaffen. Sie sollen eigenständig und eigenverantwortlich zusammenarbeiten. Die Teilnehmenden können ihre persönlichen Interessen einbringen. Am Anfang des Open Space formulieren die Teilnehmenden ihre Anliegen. Es entsteht eine große Sammlung an verschiedenen Themen. Die Teilnehmenden bilden dann Themengruppen und arbeiten zusammen. Dabei haben alle eine Stimme und werden gehört.

Ein Treffen hat immer ein allgemeines Thema. Es gibt verschiedene Arten von Themen:

- **Dringendes Thema:** Es braucht eine schnelle Lösung.
- **Breit angelegtes Thema:** Es geht um neue und kreative Lösungsvorschläge.
- **Komplexes Thema:** Viele Ideen und Vorschläge sind vorhanden. Mehrere Personen müssen zusammenarbeiten, um eine Lösung zu finden.
- **Wichtiges Thema:** Das Treffen ist sehr wichtig für die Teilnehmenden.


Wichtige Prinzipien

1. Alle Teilnehmenden sind wichtig. Die Anzahl der Menschen ist nicht so wichtig. Motto: Die, die dabei sind, sind genau die richtigen Personen!

2. Was passiert, das passiert: Unerwartetes und Ungeplantes kann oft kreativ und wertvoll sein.
3. Es beginnt, wenn die Zeit reif ist. Egal, wie lange es dauert.
4. Vorbei ist vorbei. Der Open Space ist zu Ende, wenn die Teilnehmenden erschöpft sind.

Open Space - Schritt für Schritt

Alle Teilnehmenden suchen sich einen Platz im Sitzkreis. Ein:e Moderator:in eröffnet das Treffen. Teilnehmende können ihre Anliegen einbringen. So ergeben sich die Themen des Open Space.



Open Space
Anliegenblatt

VORHABEN/PROJEKT/THEMA:
Welche Projekte passen für die Nachbarschaft der 57e ...

EINBERUFER*IN: *Michaela*

ZEITBEDARF: 1 Stunde 2 Stunden kürzer, nämlich: Minuten

MITWIRKENDE:

Vanessa *Thomas* *Sandra* *Josef* *Julia*

Das Thema wird auf einem großen Stück Papier notiert. Jede:r Teilnehmende ordnet sich dann einem Thema zu, für das sich die Person interessiert. Die Gruppen finden sich und suchen sich einen Ort aus, an dem sie zusammenarbeiten möchten. Die Gruppen arbeiten dann eigenständig für einen gewissen Zeitraum, der davor abgesprochen wird. Während dem gemeinsamen Überlegen machen sich die Gruppenmitglieder Notizen. Das kann auf Flipchart-Plakaten passieren oder auf eigenen Ergebnisblättern, die später kopiert werden. Wichtig ist, dass auch eine Kontaktadresse darauf steht, falls es später Fragen gibt.

Anschließend werden die Ideen mit den anderen Gruppen geteilt.

Bevor alle Teilnehmenden nach Hause gehen, findet eine Abschlussrunde statt. Dabei werden die Überlegungen der Gruppen und wichtige Punkte dokumentiert und notiert. Die:der Moderator:in bringt die Mitschriften an der Wand an. So können sie alle Teilnehmende sehen. Es können auch Kopien der Ergebnis-Blätter verteilt werden. Nach der Veranstaltung sollte eine Dokumentation mit allen Ergebnissen erstellt und an alle Teilnehmenden verschickt werden.

Am Ende können alle Beteiligten über die Veranstaltung sprechen. Jede:r hat die Möglichkeit zu sagen, wie er:sie den Tag empfunden hat.

Es kann auch überlegt werden, ob es eine Weiterarbeit braucht. Die Teilnehmenden können eingeladen werden, Gruppen zu bilden, die an den Themen weiterarbeiten.

Vorteile eines Open Space

- Verschiedene Ideen und Vorschläge finden ihren Platz. Alle können sich einbringen. So arbeiten die Beteiligten motiviert zusammen.
- Vielfältige Themen können gut bearbeitet werden.

Zukunftswerkstatt

Die Zukunftswerkstatt ist eine Methode, bei der Menschen zusammenkommen, um über ihre Wünsche, Ideen und Lösungen für die Zukunft zu sprechen. Die Methode ist in drei Phasen unterteilt: Kritikphase, Fantasiephase und Realisierungsphase.

Ziele

- **Probleme erkennen:** Gemeinsam sollen die Teilnehmer:innen Probleme und Herausforderungen identifizieren.
- **Kreative Lösungen entwickeln:** In einer entspannten Atmosphäre sollen neue und kreative Ideen entstehen.

- **Umsetzbare Pläne erstellen:** Die Teilnehmer:innen sollen konkrete Pläne entwickeln, wie die Ideen umgesetzt werden können.

Zukunftswerkstatt - Schritt für Schritt

Die Vorbereitung einer Zukunftswerkstatt beginnt mit der Festlegung der Themen und Fragen, die besprochen werden sollen. Der Raum wird entsprechend vorbereitet, Materialien wie Plakate, Stifte und Moderationskarten werden bereitgestellt. Zu Beginn der Veranstaltung werden die Teilnehmer:innen begrüßt und die Methode sowie die Themen werden erklärt.

In der ersten Phase, der Kritikphase, sammeln die Teilnehmer:innen bestehende Probleme und Herausforderungen. Es wird offen über das gesprochen, was nicht gut läuft. Dies schafft eine Grundlage für die nächste Phase, die Fantasiephase. In dieser Phase sollen die Teilnehmer:innen ihre Fantasie nutzen, um neue und kreative Ideen zu entwickeln. Sie stellen sich vor, wie die Zukunft aussehen könnte, wenn alle Probleme gelöst wären.

In der letzten Phase, der Realisierungsphase, werden die besten Ideen ausgewählt und konkrete Pläne für die Umsetzung entwickelt. Die Teilnehmenden arbeiten zusammen, um zu überlegen, wie die Ideen

in die Realität umgesetzt werden können. Am Ende der Zukunftswerkstatt werden die Ergebnisse im Plenum vorgestellt und besprochen. Die Teilnehmer:innen geben Feedback und überlegen gemeinsam, wie es weitergehen soll.

Vorteile

- **Breite Beteiligung:** Viele können mitmachen.
- **Kreative Ideen:** Die Methode hilft, viele neue und kreative Ideen zu entwickeln.
- **Nachhaltige Lösungen:** Es werden langfristige und umsetzbare Pläne erstellt.
- **Positive Stimmung:** Probleme werden in positive Ideen verwandelt, was eine gute Atmosphäre schafft.
- **Vielseitig einsetzbar:** Die Methode kann in vielen Bereichen wie Wirtschaft, Umwelt, Soziales und Forschung genutzt werden.



Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

- ❑ Groß, Stephan (2020): Open Space, in: socialnet Lexikon. Online: <https://www.socialnet.de/lexikon/Open-Space#>
- ❑ Jungk, Robert/ Müllert, Norbert R. (1989): Zukunftswerkstätten. Einführung ins Konzept, konkrete Hilfestellungen zur Umsetzung und Beispiele/ Erfahrungsberichte. München 1989.
- ❑ Robert-Jungk-Bibliothek für Zukunftsfragen. Didaktische Materialien. Online: <https://jungk-bibliothek.org/materialien/>
- ❑ ÖGUT - Österreichische Gesellschaft für Umwelt und Technik (o.J.): Partizipation. Teilhaben und wirksam werden. Website mit vielen Informationen und Methoden; Online: <https://partizipation.at/>
- ❑ Stiftung Mitarbeit und ÖGUT (Hg.) (2018): Bürgerbeteiligung in der Praxis. Ein Methodenhandbuch, Bonn.
- ❑ World Café Community (2002). Café to go. Online-Anleitung: <http://www.theworldcafe.com.>

Umsetzung von konkreten Projekten und Aktivitäten

Wie können konkrete Aktivitäten und Projekte gut umgesetzt werden? Dafür gibt es kein allgemein gültiges Rezept. Wir stellen hier vor, wie wir es gemacht haben. Und hoffen, dass das hilfreich ist.

1. Themensammlung

Zu Beginn haben wir uns gefragt, welche Themen uns innerhalb der Gemeinwesenarbeit besonders interessieren. Dabei haben wir uns angeschaut, mit welchen Themen wir uns bereits in unserer beruflichen Praxis beschäftigen, welche weiteren Themen uns beschäftigen und wozu wir gerne mehr forschen möchten.

Zu den jeweiligen Themen haben wir zunächst recherchiert. Wir haben passende Literatur und Medieninhalte (z. B. Podcast, Videos oder Radio) rausgesucht.

In einer ersten Brainstorming-Runde danach kamen folgende Themen vor:

- Migration, Diversität und Zugehörigkeit
- Klima und Nachhaltigkeit (Green Social Work)
- Behinderung, Barrieren und Menschenrechte
- Essen und gesunde Ernährung

- Teilnehmende Beobachtung
- Inklusion im Sport

2. Projektplanung mit der Dragon-Dreaming Methode

In einem weiteren Schritt haben wir die Dragon-Dreaming Methode angewandt. Diese ist eine Projektplanungs- und Projektmanagement Methode aus Australien, die an die Weisheiten der Aborigines angelehnt ist. In vier Phasen soll dabei ein nachhaltiges Projekt geschaffen werden. Hierbei sollen vor allem die Bedürfnisse und Interessen aller Beteiligten berücksichtigt werden.

a. Träumen

In der ersten Phase „Träumen“ haben wir formuliert, welche Ziele wir erreichen möchten.

Wir haben folgende Idealvorstellungen definiert:

- Menschen lernen sich kennen und neue Freundschaften entstehen
- Kulturelle Brücken werden geschlagen
- Gute Gruppenzusammenarbeit und Überwindung von Konflikten gelingt



- Menschen mit ihren Anliegen fühlen sich gehört und gesehen
- Potenzial und Ressourcen der Menschen in St. Pölten wird sichtbar
- Bewusstsein für Gemeinwesenarbeit entsteht

b. Planen

Im nächsten Schritt „Planen“ haben wir die bisherigen Themen konkretisiert und uns in Gruppen aufgeteilt. Dabei haben sich folgende Schwerpunkte herausgebildet.

- **Aktivierende Befragung:** Durch die Methode der aktivierenden Befragung wollten wir aus erster Hand hören, was die Bedürfnisse der Menschen aus St. Pölten Nord sind und welche Angebote sie sich wünschen.
- **Leicht verständliche Sprache:** Um möglichst viele verschiedene Menschen zu erreichen und Inklusion zu ermöglichen, ist es wichtig, Informationen für alle verständlich zu machen. Dies ist mit leicht verständlicher Sprache möglich.
- **Essen, Kochen und Ernährungssouveränität:** In Gemeinschaft zu kochen und zu essen, kann Verbindungen schaffen und Gemeinschaft stärken. Dabei sollen auch Fragen rund um gutes, gesundes Essen und Zugang zu Lebensmitteln gestellt werden. Ein wichtiger Punkt ist auch die Nachhaltigkeit.

- **Gärtnern:** Der Garten der FH St. Pölten soll zu einem Begegnungsort werden. Menschen mit unterschiedlichem Wissen sollen zusammenkommen, um sich auszutauschen und sich kennenzulernen.
- **Sport und Inklusion:** Wir haben uns mit der Frage beschäftigt, wer normalerweise Zugang zu Sport hat. Im Allgemeinen sind dies Menschen ohne körperliche oder geistige Einschränkungen. Daher wollten wir ein Angebot für Menschen schaffen, das Alle mit einschließt.

Danach haben wir unsere konkreten Aktivitäten und Angebote entwickelt:

- Aktivierende Befragung: Befragungen in der Nachbarschaft
- Leicht verständliche Sprache: Workshops, Erstellung von Materialien
- Essen, Kochen, Ernährungssouveränität: Suppenfest, Kochworkshops
- Gärtnern: Hochbeete und gemeinsames Gärtnern im FH Garten
- Sport und Inklusion: Inklusiver Sporttag und Workshops

Konzepterstellung

Als Teil der Planungsphase hat jede Gruppe zu ihrem jeweiligen Angebot ein Konzept erstellt. Wir haben Ziele und Zielgruppen definiert, Zeit- und Arbeitspläne zur Umsetzung gemacht und Budgets erstellt.

Kooperationspartner:innen

Wichtig war auch die Suche nach Kooperationspartner:innen. Wir haben uns angeschaut, welche Personen und Organisationen in St. Pölten und Umgebung sich bereits mit unseren Themen beschäftigen. Mit diesen sind wir dann per Mail oder telefonisch in Kontakt getreten. Wir haben ihnen von unseren Projekten erzählt und sie eingeladen, diese mit uns gemeinsam zu planen und umzusetzen. Dafür haben wir uns zu Zukunftswerkstätten und World-Café-Veranstaltungen getroffen.

Dabei haben wir die gemeinsamen Ziele und Aktivitäten und unsere Zusammenarbeit geplant.

c. Durchführen

In der Phase „Durchführen“ wurden die geplanten Angebote und Aktivitäten umgesetzt.

- Kommunikation in der Gruppe
- Kontakt und Kommunikation mit den Kooperationspartner:innen
- Kontakt mit der Zielgruppe

Wie wir das für die einzelnen Aktivitäten gemacht haben, ist in anderen Kapiteln dieses Handbuchs genau beschrieben.

d. Feiern


In der letzten Phase „Feiern“ der Dragon-Dreaming Methode geht es darum, über die erfolgte Umsetzung des Projekts zu reflektieren und die Erfolge zu feiern.

Hier haben wir uns mit folgenden Fragen beschäftigt:

- Was ist gut/schlecht gelaufen?
- Was haben uns die Teilnehmer:innen zurückgemeldet?
- Was würden wir das nächste Mal verbessern?
- Wie können wir die Mitwirkenden und unsere eigene Arbeit würdigen?
- Wie können wir Erfolge feiern?



Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

-  Koglin Ilona/Kommerell Julia (2022): Das Dragon Dreaming Playbook. Als Team die Welt verändern: Aus guten Ideen erfolgreiche Projekte machen. München: Vahlen

Leicht verständliche Sprache

Eine groß angelegte Studie der Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (OECD) untersucht fortlaufend Schlüsselkompetenzen von Erwachsenen, die wichtig sind, um am täglichen gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können. Im Alter von 16 bis 65 Jahren haben 17,1 % der Erwachsenen eine niedrige Lesekompetenz und sind dadurch im Alltag und Beruf benachteiligt.

Österreich ist Vertragsland des Übereinkommens der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (UN-Behindertenrechtskonvention, UN-BRK). Nach Artikel 21 muss sichergestellt werden, dass wichtige Informationen barrierefrei zugänglich sind. Außerdem haben Menschen mit Behinderungen laut Artikel 30 das gleiche Recht wie andere, an beispielsweise Erholungs- und Freizeitaktivitäten sowie am kulturellen Leben teilzunehmen.

Das sind im Besonderen die Beweggründe für den Einsatz leicht verständlicher Sprache in unserem Projekt. Wir wollen Kommunikationsbarrieren abbauen und Informationen für viele verschiedene Menschen zugänglich machen. Besonders diejenigen, die Schwierigkeiten beim Lesen und Verstehen von Texten in der deutschen Standardsprache haben,

sollen dadurch besser teilhaben und kommunizieren können. Klar verständliche Informationen bauen Hürden im gesellschaftlichen Leben ab und können den Zugang zu kulturellen Aktivitäten erleichtern.

Was ist die leicht verständliche Sprache?

Der Überbegriff leicht verständliche Sprache fasst Texte in Leichter Sprache und Texte in Einfacher Sprache zusammen. Die Leichte und Einfache Sprache sind vereinfachte Formen der deutschen Standardsprache, um Informationen verständlicher zu machen. Dabei werden bewusst kürzere Sätze, leicht verständliche Worte und eine klare Struktur verwendet.

Zwischen der Leichten und Einfachen Sprache gibt es Unterschiede.

Leicht verständliche Sprache	
Leichte Sprache	Einfache Sprache
A1-A2	B1
Eigenes Regelwerk	Einfache Form der Alltagssprache



Leichte Sprache

Nach dem gemeinsamen europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) entspricht die Leichte Sprache den Sprachstufen A1 bis A2. Sie wurde speziell für Menschen mit Behinderungen und Lernschwierigkeiten entwickelt. Ihr Qualitätsmerkmal ist ein klares Regelwerk mit eigenen Sprachregeln, Regeln zum Inhalt und Rechtschreibregeln. Zum Beispiel werden nur Hauptsätze verwendet, pro Aussage nur ein Satz, kein Genitiv und kein Konjunktiv genutzt sowie auf viele Zeitformen verzichtet. Es gibt außerdem Empfehlungen für die Textgestaltung, welche beispielsweise Schriftgröße, Absätze und Schriftart betreffen.

Ausführliche Informationen zu den wichtigsten Regeln der Leichten Sprache und Empfehlungen für die Praxis bietet der 2016 veröffentlichte Ratgeber „Leichte Sprache“ von der Dudenredaktion und den Autorinnen Ursula Bredel und Christiane Maaß.

Einfache Sprache

Die Einfache Sprache ist in etwa auf der Sprachstufe B1 und unterscheidet sich oft nur gering von den standardsprachlichen Texten. Sie ist eine vereinfachte Form der Alltagssprache und wird auch als „Bürger-nahe Sprache“ bezeichnet. Die Sätze sind kürzer, der Satzbau einfacher und Fremdwörter oder Metaphern werden vermieden, damit möglichst viele Menschen informiert und erreicht werden – zum Beispiel auch Menschen mit geringer Lesekompetenz.

Leichte Sprache

Eigene Sprachregeln, Regeln zum Inhalt, Rechtschreibregeln
Empfehlungen für Textgestaltung

Speziell für Menschen mit Behinderungen und Lernschwierigkeiten

Einfache Sprache

Sätze sind kürzer und der Satzbau einfacher
Fremdwörter und Metaphern werden vermieden

Soll möglichst viele Menschen erreichen

Die Übersetzung von Texten in leicht verständliche Sprache unterliegt strengen Regeln. Zentrale Bedeutung hat dabei die Überprüfung der Texte durch eine Prüfgruppe. Menschen aus der Zielgruppe überprüfen, ob die Informationen wirklich verständlich sind.

Konzept vom Teilprojekt

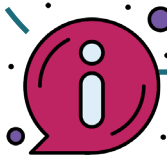
Dieses Teilprojekt zum Thema leicht verständliche Sprache ist Teil des größeren Gemeinwesenprojekts und orientiert sich am unten stehenden Konzept. Im Zuge der Projektphase wurden in diesem Teilprojekt mehrere Workshops und Interviews durchgeführt. In den nächsten Kapiteln werden ein Einführungsworkshop und ein Vernetzungsworkshop beschrieben. Außerdem werden Regeln und Tipps für die Gestaltung barrierefreier Veranstaltungen aufgelistet, Empfehlungen, die aus den Erkenntnissen beim Organisieren unserer Veranstaltungen entstanden sind und Stimmen der Teilnehmer:innen ergänzen diesen Teil des Handbuchs.

<p>Ziel: Was wollen wir erreichen?</p>	<p>Die Vernetzung von Nutzer:innen und Fachkräften der leicht verständlichen Sprache in Niederösterreich. Der Ausbau der Verbreitung und Nutzung der leicht verständlichen Sprache. Das Sammeln von guten Gründen, die für die leicht verständliche Sprache sprechen. Erkenntnisgewinn über Netzwerkarbeit zum Thema leicht verständliche Sprache.</p>
<p>Sinn: Warum wollen wir das erreichen?</p>	<p>Das Recht aller Menschen auf Teilhabe soll gestärkt werden.</p>
<p>Ausgangslage: Was gibt es schon? Was hilft, das Projekt voranzutreiben?</p>	<p>Es gibt einzelne Organisationen und Firmen in Niederösterreich, die Materialien in leicht verständlicher Sprache anbieten. Der Bedarf ist jedoch auf Grund zu weniger Angebote in Niederösterreich vorhanden.</p>
<p>Beteiligte: Wer mit wem?</p>	<p>Nutzer:innen der leicht verständlichen Sprache; Organisationen und Fachkräfte, die sich mit dem Thema beschäftigen; alle, die sich für das Thema interessieren.</p>
<p>Zeitplan: Wann? Bis wann? Wie oft?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Workshop Leichte Sprache (21. September 2023); • Expertinneninterview (31. Jänner 2024); • Einführungsworkshop (24. April 2024); • Vernetzungsworkshop (2. Mai 2024); • Radiointerview (25.06.2024).
<p>Budget: Wofür? Wie viel? Von wem? Welche Kosten sind zu erwarten?</p>	<p>Es ist kein bestimmtes Budget notwendig. Die Räumlichkeiten und technische Ausrüstung für die Workshops werden von der FH St. Pölten zur Verfügung gestellt. Eine Expertin für Leichte Sprache ist an der FH St. Pölten beschäftigt. Getränke und Snacks für die Workshops werden von den Studierenden und der Projektleitung mitgebracht.</p>

<p>Öffentlichkeitsarbeit: Wer soll von dem Projekt auf welche Art und Weise erfahren?</p>	<p>Nutzer:innen, Partnerorganisationen und alle Interessierten werden per E-Mail, über soziale Medien und auf der Internetseite des Campus St. Pölten über die Workshops informiert.</p>
<p>Erfolg? Wie kannst du herausfinden, ob das Projekt erfolgreich war?</p>	<p>Die beteiligten Personen lernen sich kennen und vernetzen sich. Gemeinsam arbeiten wir am Ziel und Sinn des Projekts.</p>

In der Gesellschaft, auf politischer und kultureller Ebene sowie in den verschiedenen sozialen Einrichtungen in Niederösterreich braucht es mehr Bewusstsein für das Thema. Wir alle können dazu beitragen, unsere

Gesellschaft inklusiver zu gestalten, sodass niemand aufgrund unverständlicher Informationen ausgeschlossen wird.



Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

- 🔗 Bredel, Ursula / Maaß, Christiane (2016): Ratgeber Leichte Sprache. Die wichtigsten Regeln und Empfehlungen für die Praxis. Berlin: Dudenverlag
- 🔗 capito (2024): Leichte Sprache. Was ist das und warum ist sie wichtig? Die häufigsten Fragen rund um leicht verständliche Sprache und barrierefreie Informationen.
Online: <https://www.capito.eu/leichte-sprache/>
- 🔗 STATISTIK AUSTRIA (2013): Schlüsselkompetenzen von Erwachsenen. Erste Ergebnisse der PIAAC-Erhebung 2011/12. Wien: STATISTIK AUSTRIA.

Workshop: Einführung in die Leichte Sprache

Der Einführungsworkshop wurde in Kooperation mit Tangente St. Pölten veranstaltet. Er richtete sich an Mitarbeiter:innen von Tangente St. Pölten, Forscher:innen und Studierende des Campus St. Pölten sowie an alle Interessierten.

Ziel war es, wichtige Grundlagen zu vermitteln, wie komplexe Themen und Inhalte in eine einfache und verständliche Sprache übertragen sowie achtsam und zielgruppenorientiert formuliert werden können.

Die Referentin Helga Mock, Koordinatorin des Büros für Leichte Sprache OKAY der Lebenshilfe in Südtirol, begann den Workshop mit einem Memory-Spiel. Dabei waren schwierige Wörter und deren Erklärungen in Leichter Sprache abgebildet. Nach dem Spiel diskutierten die Teilnehmer:innen, was ihnen bei den Texten aufgefallen war. Sie stellten unter anderem fest, dass die Hauptsätze sehr kurz waren, keine Nebensätze enthalten waren und der Text viele Absätze und Zeilenumbrüche aufwies. So hatten die Teilnehmer:innen bereits erste Regeln der Leichten Sprache kennengelernt.

Es folgte ein theoretischer Input: Die Entstehungsgeschichte der Leichten Sprache wurde erklärt, verschiedene Kommunikationsbarrieren und -hilfen wurden besprochen, die Zielgruppe der

Leichten Sprache wurde vorgestellt, verschiedene Organisationen und Prüfsiegel wurden präsentiert, und die wichtigsten Regeln der Leichten Sprache wurden vermittelt.



Als Nächstes waren die Teilnehmer:innen gefordert, das Gelernte umzusetzen. Im Raum waren verschiedene Kunstwerke abgebildet, die im Vorfeld aufgehängt worden waren. Jedes Bild hatte einen Beschriftungstext, wie man ihn häufig in Museen findet. Die Teilnehmer:innen waren eingeladen, sich ein Kunstwerk auszusuchen und den jeweiligen Beschriftungstext in Leichte Sprache zu übersetzen.



Es fiel den Teilnehmer:innen gar nicht so leicht, die Texte entsprechend umzuformulieren. Die Referentin präsentierte eine mögliche Übersetzung, wie sie im Büro OKAY für die Beschreibung des Kunstwerkes erarbeitet wurde.

Am Ende gab es durchweg positives Feedback von den Teilnehmer:innen. Viele betonten, wie wichtig dieses Thema für unsere Gesellschaft und unser Zusammenleben ist. Zum Schluss erhielten die Teilnehmer:innen noch Übungsmöglichkeiten für zu Hause.

Workshop: Vernetzung zu leicht verständlicher Sprache

Im Rahmen der Aktionswoche Inklusion am Campus St. Pölten haben wir einen Vernetzungsworkshop für Nutzer:innen und Fachkräfte veranstaltet. Ziel war es, alle handelnden Personen aus Niederösterreich zusammenzubringen, die sich mit leicht verständlicher Sprache beschäftigten. Gemeinsam haben wir darüber nachgedacht, wie die Verbreitung und Nutzung der leicht verständlichen Sprache ausgebaut und wie Angebote für Übersetzungsmöglichkeiten erweitert werden konnten.

Konzept vom Vernetzungsworkshop

Ein im Vorfeld ausgearbeitetes Konzept half dabei, das Ziel nicht aus den Augen zu verlieren und den Überblick zu behalten.

Dieses Konzept des Vernetzungswshops kann als Muster für ähnliche Veranstaltungen herangezogen werden.

<p>Ziel: Was wollen wir erreichen?</p>	<p>Die Vernetzung von Nutzer:innen und Fachkräften. Die Beantwortung der Frage, wie die Verbreitung und Nutzung der leicht verständlichen Sprache ausgebaut werden können. Das Sammeln guter Gründe, die für die Verwendung von leicht verständlicher Sprache sprechen.</p>
<p>Sinn: Warum wollen wir das erreichen?</p>	<p>Das Recht aller Menschen auf Teilhabe soll gestärkt werden.</p>
<p>Ausgangslage: Was gibt es schon? Was hilft, das Projekt voranzutreiben?</p>	<p>Es gibt vereinzelt Organisationen und Unternehmen in Niederösterreich, die Materialien in leicht verständlicher Sprache anbieten. Während der Aktionswoche Inklusion haben Betroffene die Möglichkeit, aktiv zu werden und am Thema Barrierefreiheit zu arbeiten.</p>
<p>Beteiligte: Wer mit wem?</p>	<p>Nutzer:innen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menschen mit Lernschwierigkeiten oder Behinderungen • Menschen mit Lese- und Rechtschreibschwierigkeiten • Menschen mit Hirnverletzungen • ältere Menschen • Migrant:innen <p>Partnerorganisationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lebenshilfe NÖ • Qualify for Hope • capito NÖ • Landschaftspflege

	<ul style="list-style-type: none"> • Caritas St. Pölten • IBZ St. Pölten (Diakonie) • Netzwerk Inklusion NÖ • Gemeinsam Gut Leben <p>Andere: Alle, die sich für das Thema interessieren.</p>
<p>Zeitplan: Wann? Bis wann? Wie oft?</p>	<p>Einmaliger Workshop am 02. Mai 2024 von 11:00 bis 13:00 Uhr.</p>
<p>Budget: Wofür? Wie viel? Von wem? Welche Kosten sind zu erwarten?</p>	<p>Es ist kein bestimmtes Budget notwendig. Die Räumlichkeiten und technische Ausrüstung werden von der FH St. Pölten zur Verfügung gestellt. Eine Expertin für Leichte Sprache ist an der FH St. Pölten beschäftigt. Getränke und Snacks werden von den Studierenden und der Projektleitung mitgebracht.</p>
<p>Öffentlichkeitsarbeit: Wer soll von dem Projekt auf welche Art und Weise erfahren?</p>	<p>Der Workshop wird auf der Internetseite der Aktionswoche Inklusion beworben. Die zuvor recherchierten Organisationen und Unternehmen werden direkt per E-Mail eingeladen.</p>
<p>Erfolg? Wie kannst du herausfinden, ob das Projekt erfolgreich war?</p>	<p>Die Teilnehmer:innen kommen ins Gespräch und lernen sich kennen. Wir arbeiten gemeinsam am Ziel und Sinn des Workshops. Am Ende entsteht aus den gesammelten guten Gründen ein gemeinsam entwickeltes Informationsblatt, welches vervielfältigt wird.</p>

Ablaufplan vom Vernetzungsworkshop

Ein genauer Ablaufplan war entscheidend für die Vorbereitungen, um sicherzustellen, dass nichts Wesentliches vergessen wurde und die Arbeitsabläufe gut auf die Beteiligten verteilt werden konnten.

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
10:30 – 10:50 Uhr	Raum vorbereiten: Tischinseln mit Flipcharts und Stiften; PP-Präsentation am Computer starten; Willkommensplakat vor der Tür aufhängen; Ablaufplan aufhängen; auf den Tischen Gläser, Getränke und Snacks verteilen.	1 PAX	PP-Präsentation; Flipchart für Willkommensplakat und Ablaufplan; Gläser, Getränke und Snacks; Moderationskoffer
10:50 Uhr	Empfang in der Eingangshalle – Teilnehmer:innen in den Seminarraum begleiten.	2 PAX	
11:00 – 11:10 Uhr	Ankommen; Anwesenheitsliste und Foto-Einwilligung abhaken; eine Person macht während des Workshops Fotos.	2 PAX	Anwesenheitsliste; Foto-Einwilligung; Kamera
11:10 – 11:20 Uhr	Begrüßung; Stopp-Karten austeilen (siehe Kapitel „Tipps für die mündliche Kommunikation“); Präsentation vom Lehrforschungsprojekt.	1 PAX	PP-Präsentation; Stoppkarten
11:20 – 11:35 Uhr	Vorstellungsrunde (Name und Organisation); im Plenum die Frage beantworten: Welche Angebote in Leichter Sprache gibt es? Wo fehlt das Angebot?	2 PAX	Flipchart fürs Mitschreiben; Folie mit Inputfragen
11:35 – 11:55 Uhr	Input der Expertin für Leichte Sprache.	1 PAX	

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
11:55 – 12:00 Uhr	Kleingruppenarbeit vorstellen: In der Gruppeneinteilung auf eine diverse Durchmischung achten; Inputfragen vorstellen: Was sind die Vorteile von Leichter Sprache? Wer hat Vorteile von Leichter Sprache? Wie können wir andere davon überzeugen? Was können wir ihnen sagen? Zum Beispiel der Politik oder Kulturvereine.	1 PAX	Folie mit Inputfragen
12:00 – 12:30 Uhr	Kleingruppenarbeit	alle	Pro Tisch ein Flipchart und Stifte
12:30 – 12:50 Uhr	Die Kleingruppen stellen ihre Ergebnisse vor.	alle	
12:50 – 13:00 Uhr	Für das Kommen und Interesse bedanken; Nachfragen, wer sich beim Erstellen des Informationsblatts einbringen möchte; Ausblick geben: Rückblick vom Workshop und Informationsblatt sowie Etappenziele vom Projekt werden per Mail an Teilnehmer:innen verschickt; Verabschiedung	1 PAX	Zettel und Stift zum Notieren, wer sich beteiligen möchte



Bericht vom Vernetzungsworkshop

Die Vorbereitungen für den Vernetzungsworkshop begannen mit der Ermittlung im Internet, welche Angebote es bereits in leicht verständlicher Sprache in Niederösterreich gab und wo eventuell Bedarf bestand. Außerdem war es wichtig zu wissen, welche Fachkräfte und Organisationen sich bereits mit diesem Thema beschäftigten. Diese Informationen wurden in einem Dokument mit den jeweiligen Kontaktdaten der Fachkräfte gesammelt.

Die Fachkräfte und Nutzer:innen der Organisationen wurden per E-Mail mit einer Einladung in Einfacher Sprache kontaktiert. Dabei wurden sie gebeten, ihre Zusage oder Absage sowie die Anzahl der Teilnehmer:innen mitzuteilen. Die eingehenden Antworten wurden wiederum im Dokument mit den Kontaktdaten gesammelt, um am Ende eine ungefähre Anzahl der Teilnehmer:innen festzustellen.

Auf der Internetseite der Aktionswoche Inklusion wurden die einzelnen Workshops vorgestellt. Dafür wurde ein kurzer Text vorbereitet, der den Vernetzungsworkshop einführte und die Ziele erklärte.

Das Konzept und der genaue Ablaufplan wurden einen Monat vor dem Workshop ausgearbeitet. Der Projektleitung und den Projektkolleg:innen wurde der Ablaufplan mit der Bitte um Feedback zugeschickt. Ebenso erhielt die Expertin, die im Workshop Input geben sollte, den Plan und bot daraufhin ihre Unterstützung bei der weiteren Planung an. Dafür wurde ein Termin für ein Videotelefonat ausgemacht.

Ein paar Tage vor dem Vernetzungsworkshop wurde geklärt, wie viele der Projektkolleg:innen am Tag des Workshops Zeit hatten, damit die Aufgaben gut verteilt werden konnten. Außerdem wurden Flipchart-Plakate (Willkommensplakat, Ablaufplan, Inputfragen), eine Anwesenheitsliste mit Fotoeinwilligung, die PowerPoint-Präsentation und der Moderationstext vorbereitet.



Am Tag des Workshops wollten wir bereits eine halbe Stunde vorher mit den Vorbereitungen im Seminarraum beginnen. Leider war der Raum unerwarteterweise belegt. Erst kurz vor Beginn des Workshops stellten wir die Tischinseln zusammen, hängten die Plakate auf und starteten die Präsentation am Computer. Das verlief alles etwas hektisch, da auch schon die ersten Teilnehmer:innen im Raum standen.

Der Zeitplan und Ablauf verliefen während des Workshops planmäßig. Bis auf zwei Teilnehmer:innen waren alle eingeladenen Gäst:innen anwesend. Zusätzlich nahmen noch acht weitere Personen teil. Am Ende entstanden zwischen den Teilnehmer:innen und Studierenden anregende Gespräche, aus denen sich neue Kooperationen ergaben.

Für die Nachbereitung wurden zunächst die von den Kleingruppen erarbeiteten guten Gründe und Umsetzungsideen für die leicht verständliche Sprache in eine PowerPoint-Präsentation übertragen. Daraus entstand ein Rückblick, der mit eingefügten Fotos und Erklärungstexten in Leichter Sprache versehen wurde. Dieser Rückblick wurde anschließend per E-Mail an die Teilnehmer:innen versendet.

Bei den gesammelten guten Gründen und Umsetzungsideen der Teilnehmer:innen ließen sich sechs Lebensbereiche erkennen und diesen zuordnen: Bildung, Politik, Kultur, Gesundheit, Arbeit und Teilhabe. Basierend darauf wurde ein Informations-

blatt erstellt, das den Teilnehmer:innen per E-Mail zugesendet wurde.

Die leicht verständliche Sprache trägt dazu bei, das Recht aller Menschen auf Teilhabe zu stärken. Dieses Informationsblatt soll verbreitet werden und als Anregung dienen, neue Angebote in leicht verständlicher Sprache zu entwickeln (siehe Seite 61 und 62).



„Leicht verständliche Sprache ist für alle wichtig“

„Dadurch wird ein Zugang für alle Menschen geschaffen“



Mehr Inklusion!

6 Gründe für leicht verständliche Sprache.

Nutzer:innen und Fachkräfte aus verschiedenen sozialen Einrichtungen in Niederösterreich haben die Vorteile

leicht verständlicher Sprache besprochen. Daraus sind 6 gute Gründe und Umsetzungsideen entstanden, die als Anregung dienen, neue Angebote in Leichter und Einfacher Sprache zu entwickeln. So kann das Recht aller Menschen auf Teilhabe gestärkt werden.



1. Bildung

Unterricht und Bildung muss für alle verständlich sein.

Leicht verständliche Sprache hilft, Informationen besser zu verstehen. Schüler:innen wollen im Unterricht verstehen und einen guten Abschluss erreichen. Niemand soll in der Schule ausgeschlossen werden.

Zum Beispiel sind Dialekte schwer zu verstehen. Wird in der Schule weniger Dialekt gesprochen, hilft das beim Deutschlernen.

2. Politik

Politische Entscheidungen und Gesetze müssen für alle nachvollziehbar sein.

Politische Entscheidungen beeinflussen unser Leben. Nur wenn diese Entscheidungen für alle verständlich sind, können sie richtig eingeschätzt und entsprechend mitgestaltet werden.

Zum Beispiel sollen alle Parteiprogramme in leicht verständlicher Sprache verfügbar sein.

3. Kultur

Kultur muss barrierefrei und für alle zugänglich sein.

Theater, Museen und andere kulturelle Einrichtungen haben die Aufgabe, ihre Angebote für viele Menschen zugänglich zu machen. Sie müssen dabei auf verschiedene Bedürfnisse Rücksicht nehmen.

Zum Beispiel können Audioführungen oder Programmtexte in leicht verständlicher Sprache angeboten werden.



4. Gesundheit

Informationen zur Gesundheit müssen für alle verständlich sein.

Um auf die eigene Gesundheit achten zu können, benötigen Menschen verständliche Informationen: im Gespräch mit Ärzt:innen, auf Beipackzetteln von Medikamenten, in Therapieplänen oder Befunden.

Zum Beispiel stellen diese leicht verständlichen Informationen sicher, dass Menschen weniger Hilfe von anderen benötigen.

5. Arbeit

In der Arbeitswelt müssen Aufgaben und Rechte für alle verständlich sein.

Leicht verständliche Aufgabenbeschreibungen und Unterlagen helfen, dass sich alle gut einbringen können. Sie können gemeinsame Entscheidungen treffen und sich gegenseitig helfen.

Zum Beispiel ist der gemeinsame Besuch eines Kurses zu leicht verständlicher Sprache als Team für alle nützlich.

6. Teilhabe

Menschen haben das Recht auf Teilhabe in allen Lebensbereichen.

Die Grundlage für die Mitgestaltung und Mitbestimmung in allen Lebensbereichen ist die verständliche Information und Kommunikation für alle. So kann gemeinsam ein gutes Zusammenleben gestaltet werden.

Zum Beispiel kann eine Aktion am Internationalen Tag der Leichten Sprache am 28. Mai auf die Möglichkeiten aufmerksam machen.

Im Rahmen eines Masterprojekts des Studiengangs Soziale Arbeit und der Aktionswoche Inklusion am Campus St. Pölten haben sich 24 Menschen aus mehr als 8 Organisationen vernetzt und gemeinsam überlegt, wie die Verbreitung und Nutzung der leicht verständlichen Sprache ausgebaut und die Angebote von

Übersetzungsmöglichkeiten angeboten werden können.
Ein herzliches Dankeschön geht an alle Beteiligten!
© 2024 | Josef Reithofer

Kommunikation barrierefrei gestalten

Bei der Gestaltung von Texten für Medien in leicht verständlicher Sprache und in der mündlichen Kommunikation gibt es Regeln und Tipps zu beachten. Diese helfen Menschen, die sonst von Veranstaltungen ausgeschlossen würden, weil der Zugang und das Programm zu schwierig sind. Dabei ist die leicht verständliche Sprache nur ein Teil von vielen Bereichen, die bei der Barrierefreiheit zu beachten sind.

Gestaltungsregeln von Texten

Eine einheitliche grafische Vorgehensweise beim Grafikdesign schon das Arbeitsgedächtnis der Leser:innen und ermöglicht ein entspanntes Leseerlebnis. Ein gutes Gestaltungsmuster wirkt attraktiv und lesemotivierend. Dieser Grundsatz gilt für Texte in Leichter und Einfacher Sprache genauso wie für Texte in der Standardsprache.

- Nur eine Schriftart verwenden, die einfach und gerade ist;
- Die Größe der Schrift soll mindestens 14 Punkt haben;
- Der Text soll mit einer dunklen Schriftfarbe, einem hellen Hintergrund oder durch Fettdruck hervorgehoben werden (deutlicher Kontrast zwischen Schrift und Papier);
- Kein Hervorheben durch Versalsatz, Kursivsatz

- oder Unterstreichung – wichtige Informationen werden besser mit einem Rahmen hervorgehoben;
- Viele Absätze, Aufzählungspunkte und Überschriften verwenden;
- Jeder neue Satz soll in einer neuen Zeile stehen;
- Einen Zeilenabstand von 1,5 verwenden;
- Der Text soll immer linksbündig geschrieben sein – keinen Blocksatz verwenden;
- Am Ende einer Zeile sollen keine Wörter getrennt werden;
- Es ist gut, klare und scharfe Bilder zu verwenden, die zum Text passen – nicht als Hintergrund einsetzen;
- Eine matte Papieroberfläche ist für den Druck besser geeignet als glänzendes Papier.

Diese Regeln werden vom Netzwerk Leichte Sprache vorgegeben. In der Einfachen Sprache sind die Vorgaben weniger strikt. Dennoch sind folgende Punkte wichtig, damit Texte möglichst einfach und ohne Störungen gelesen werden können.

- Übersichtliche und kontrastreiche Seiten;
- Kontinuität im Text;
- ruhiger Texthintergrund;
- optische Stolpersteine wie zu schmale Abstände, zu kleine Schrift oder Blocksatz vermeiden.





Bei der Gestaltung von Texten verhält es sich genauso wie mit dem Prüfleren des Textinhalts: Die Zielgruppe kann die Barrierefreiheit am besten beurteilen.

Tipps für die mündliche Kommunikation

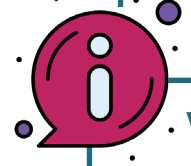
Die Bedürfnisse der Menschen sind unterschiedlich und müssen auf die Teilnehmer:innen der jeweiligen Veranstaltung abgestimmt werden. Es ist daher wichtig vorab zu wissen, wer an der Veranstaltung teilnimmt beziehungsweise welche Zielgruppe angesprochen werden soll. Die folgenden Tipps waren bei unseren Veranstaltungen hilfreich.

- Deutlich, langsam und verständlich sprechen;
- Nächste Schritte und Inhalte schriftlich oder mit Hilfe von Bildern festhalten;
- Regelmäßig fragen, ob alles verstanden wurde – zum Beispiel können rote Stopp-Karten an die Teilnehmer:innen zum Hochheben ausgeteilt werden, wenn etwas nicht verstanden wird;
- Das Gespräch wird immer mit den Teilnehmer:innen und nicht mit ihren Begleitpersonen

geführt;

- Gespräche sollen auf Augenhöhe geführt werden;
- Eine reizarme und ruhige Umgebung ist förderlich;
- Die Themen der Gespräche in der Veranstaltung, wenn möglich den Teilnehmer:innen vorher mitteilen;
- Feste Ansprechpersonen sichtbar machen – zum Beispiel können die Veranstalter:innen einheitliche T-Shirts tragen;
- Genügend Zeit und Geduld für Gespräche einplanen;
- Hinweis geben, wo sich die nächsten barrierefreien Toiletten befinden.

Diese Regeln und Tipps erheben nicht den Anspruch auf Vollständigkeit – sie basieren auf unseren Erfahrungen im Gemeinwesenprojekt und der unten angeführten Literatur. Sie sollen auch eine Anregung für weitere Überlegungen sein, wie Veranstaltungen für alle zugänglicher gemacht werden können.



Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

- ☒ Alexander, Kerstin (2020): Barrierefreies Grafikdesign. In: Maaß, Christiane / Rink, Isabel (Hg*in): Handbuch Barrierefreie Kommunikation. Kommunikation – Partizipation – Inklusion. Band 3, Berlin: Frank & Timme.
- ☒ Reichel, Christian (2020): Layout für Leichte Sprache. Damit Texte in Leichter Sprache auch gelesen werden. Austria: myMorawa von Dataform Media GmbH.
- ☒ Stadtverwaltung Freiburg (2021): Leitfaden für barrierefreie Kommunikation mit Menschen mit Behinderung im Verwaltungshandeln. Freiburg: Freiburg Inklusiv.

Empfehlungen

Das Sprechen vor vielen Menschen und in verständlicher Weise fällt nicht allen auf Anhieb leicht. Eine genaue Vorbereitung mit einem gut durchgeplanten Ablauf sowie einem Sprechtext in leicht verständlicher Sprache ist daher sehr hilfreich.

Texte in einfachen Worten auszudrücken ist gar nicht so leicht. Eine Möglichkeit ist, im Internet nach Synonymen zu suchen oder ein KI-unterstütztes Programm wie z. B. <https://www.capito.eu/digital/> zu verwenden.

Cool bleiben! Auf größeren Veranstaltungen kann es passieren, dass du von Medien interviewt wirst. Es ist in Ordnung, nervös zu sein. Oft nehmen andere deine Nervosität nicht so stark wahr, wie du es selbst fühlst.

Es gibt manchmal Teilnehmer:innen in Workshops, die viel Redezeit für sich beanspruchen. Achtet daher auf eine faire Aufteilung, damit alle zu Wort kommen können.

„Leichte Sprache trägt zu mehr Inklusion und Barrierefreiheit bei.“

„In Niederösterreich gibt es zu wenige Angebote in leicht verständlicher Sprache.“

„Es war ein sehr ergiebiger Workshop.“



Gemeinsames Kochen und Essen

Nicht alle Menschen haben den gleichen Zugang zu gutem Essen. Gesetze, politische Maßnahmen und sozio-ökonomische Entwicklungen beeinflussen, wie Lebensmittel produziert und verteilt werden. Aktuelle Herausforderungen, wie der Klimawandel oder Teuerungen, erschweren Menschen den Zugang zu gesunden Lebensmitteln.

Gemeinsames Kochen und Essen ist mehr als nur eine alltägliche Aktivität. Menschen kommen zusammen, um Speisen zuzubereiten und gemeinsam zu genießen. Dabei entstehen Verbindungen, die über das Teilen von Nahrung hinausgehen.

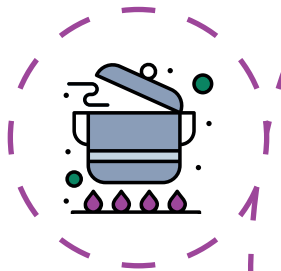
Gemeinsames Kochen und Essen bietet eine Gelegenheit, um Begegnungen zu fördern und Vorurteile abzubauen. So können Beziehungen gestärkt und ein Gemeinschaftsgefühl entwickelt werden. Neue Fertigkeiten können erlernt und Traditionen und Wissen miteinander geteilt werden. Auch Selbstwertgefühl und soziale Fähigkeiten können gestärkt werden.

Dabei geht es auch um Ernährungssouveränität, also darum, dass alle Menschen möglichst selbstbestimmt

über ihr Essen entscheiden können und alle Zugang zu gesundem und leistbarem Essen haben.

Für dieses Teilprojekt haben wir uns besonders vom Projekt „Community Cooking“ der Caritas Wien anregen lassen. Es fördert Begegnung zwischen Menschen durch Kochen. In einer Gemeinschaftsküche werden offene Kochrunden für die Nachbarschaft organisiert und auch Wissen über gesunde und nachhaltige Ernährung vermittelt. Interessierte Menschen aus der Nachbarschaft können auch eigene Ideen einbringen. Gemeinsam werden köstliche Gerichte zubereitet und neue Kontakte geknüpft. Die Rezepte werden gesammelt und auf sozialen Medien geteilt. Durch die Menschen wird die Gemeinschaftsküche zu einem lebendigen Ort, ein Platz für alle. Zum Sammeln von Eindrücken nahmen wir an einzelnen Kochrunden des Projekts teil.

Um gemeinsam mit Menschen aus St. Pölten zu kochen und zu essen, haben wir das erste St. Pöltner Suppenfest und zwei Kimchi-Workshops im Rahmen des Tangente St. Pölten Festivals organisiert und durchgeführt. Ein zweites Suppenfest für den Herbst ist in Planung.



Mit den Suppenfesten wollen wir auch zeigen, wie einfach und günstig vielfältige Topfgerichte zubereitet werden können. In den Kimchi-Workshops lernten wir zusammen mit den Teilnehmenden eine Methode, um Lebensmittel haltbar zu machen.

Lasst uns durch gemeinsames Kochen und Essen nicht nur Mahlzeiten teilen, sondern auch Freundschaften knüpfen und unsere Gemeinschaft stärken!



Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

- ❏ Barlösius, Eva (2016): Soziologie des Essens. Eine sozial- und kulturwissenschaftliche Einführung in die Ernährungsforschung. 3. Auflage. Weinheim: Juventa-Verlag.
- ❏ Meyer, Christine (2018): Essen und soziale Arbeit. 1. Auflage. Wiesbaden: Springer VS.
- ❏ Shokey, Kirsten K./Shokey Christopher (2021): Fermentieren: Gemüse einfach und natürlich haltbar machen. 7. Auflage, Innsbruck: Löwenzahn Verlag.
- ❏ Sturzenhecker, Benedikt / Rose Lotte (Hg.) (2009): Erst kommt das Fressen ...! Über Essen und Kochen in der Sozialen Arbeit. Wiesbaden: Springer VS.
- ❏ Caritas Wien: Community Cooking.
Website: <https://www.caritas-stadtteilarbeit.at/projekte/alle-projekte/community-cooking>
- ❏ Foodsharing Österreich – Lebensmittel retten und teilen. Verwenden statt verschwenden!
Website: <https://verein.foodsharing.at/>
- ❏ ÖBV - Via Campesina Austria. Website, Broschüre "Die Zeit ist reif für Ernährungssouveränität".
Zum Herunterladen:
<https://www.viacampesina.at/neu-broschuere-die-zeit-ist-reif-fuer-ernaehrungssouveraenitaet/>
- ❏ soogut Sozialmärkte. Website: <https://www.soogut.at/>

Konzept

Ziel: Was wollen wir erreichen?	Gemeinsames Kochen und Essen, Gespräche zwischen den Teilnehmenden, Verständnis füreinander, Selbstwertgefühl und soziale Fähigkeiten fördern, Gemeinschaftsgefühl stärken, Vielfalt wertschätzen, Vorurteile abbauen, neue Fertigkeiten lernen, Traditionen und Wissen mit anderen Menschen teilen, Ernährungsbildung, einfacher Zugang zu guten Lebensmitteln, Gesundheit und Wohlbefinden fördern
Sinn: Warum wollen wir das erreichen?	Interesse am Kochen und neuen Rezepten ausprobieren, Kennenlernen von Kochtraditionen von Menschen mit unterschiedlichen Hintergründen, Nutzung der Küche der Fachhochschule, Mitmachen beim Festival Tangente St. Pölten. Einfacher Zugang zu gesundem Essen, gemeinsames Kochen und Essen mit Menschen aus der Nachbarschaft rund um die Fachhochschule, Traditionen und Wissen miteinander teilen
Ausgangslage: Was gibt es schon? Was hilft, das Projekt voranzutreiben?	<ul style="list-style-type: none">• Interesse der Fachhochschule, der Nachbarschaft und von Vereinen• Öffnung der Fachhochschule als Begegnungsraum für die Nachbarschaft, Nutzung der vorhandenen Küche• Community Cooking der Caritas Wien, Marburger Suppenfest als Best-Practice-Beispiel, Kimchi-Workshops der Volkshochschule Wien
Beteiligte: Wer mit wem?	Tangente St. Pölten, Jugendzentrum Steppenwolf, foodsharing, sooGut Sozialmarkt, Philomena Theuretzbacher (Kimchi-Workshop-Leiterin), Vina Yun (Autorin), Diversity Cafe, Qualify for Hope, Emmaus, Caritas St. Pölten, Studierende und Mitarbeitende der Fachhochschule, Nachbar:innen rund um die Fachhochschule St. Pölten

Zeitplan: Wann? Bis wann? Wie oft?	Suppenfest im Mai 2024, 2 Kimchi Workshops im März und Juni 2024, 2. Suppenfest im September
Budget: Wofür? Wie viel? Von wem? Welche Kosten sind zu erwarten?	Budget für das Suppenfest (für ca. 200 Portionen) ca. 600,- € je Suppenfest Budget für die Kimchi-Workshops (für jeweils 20-30 Teilnehmer:innen): ca. je 600,- € (inklusive Honorar für Referentin bzw. Autorin)
Öffentlichkeitsarbeit: Wer soll von dem Projekt auf welche Art und Weise erfahren?	Nachbarschaft, Organisationen, Vereine, Fachhochschule Menschen in der Nachbarschaft persönlich ansprechen, E-Mail, Telefonate, Soziale Medien, Flyer, Plakate, Veranstaltungen, Multiplikator:innen, Präsentationen
Erfolgscheck: Wie kannst du herausfinden, ob das Projekt erfolgreich war?	Hohe Teilnehmendezahl an den Workshops, Nachfrage der Suppen, Rückmeldungen der Teilnehmenden während und nach den Veranstaltungen, Interesse an weiteren Veranstaltungen



„Danke für die tolle Idee und das Zusammenführen mit tollen Menschen!“

„Wundervolles Essen, wundervolle Menschen und eine wundervolle Erinnerung!“

„Ich durfte die leckere Suppe aus der Ukraine kosten! Tolle Idee mit dem Suppenfest! Das nächste Mal koche ich gerne mit!“

„Ich bin heute spontan hier und bin sehr froh heute bei diesem interkulturellem Festival dabei zu sein. Essen verbindet, so auch eure Suppen. Dschibuti, Borschtsch und iranische Gerstensuppe waren meine Favourites. Thanks.“

„Die Atmosphäre ist so schön. Die Suppen waren extrem lecker. Ihr sollt das bitte jedes Jahr machen.“

Suppenfest

Essen spielt eine wichtige Rolle im Leben vieler Menschen und schafft Gemeinschaft. Durch das gemeinsame Kochen und Essen fühlen sich Menschen verbunden. Das 1. St. Pöltner Suppenfest soll die Gemeinschaft stärken. Man kann verschiedene Suppen probieren und sehen, wie einfach und günstig es ist, gemeinsam Suppengerichte zu kochen. Bei der Veranstaltung können sich Menschen treffen, sich austauschen und kulinarische Traditionen teilen. Durch das Teilen von Speisen zeigt sich die Vielfalt und Wertschätzung von Gemeinsamkeiten und Unterschieden. Das gemeinsame Kochen und Essen hilft, Kontakte zu knüpfen und Verbundenheit zu schaffen.

In unserer heutigen Zeit stehen wir häufig vor verschiedenen Herausforderungen wie steigenden Preisen, Ressourcenverschwendung, Klimawandel, gesellschaftliche Spaltung und Einsamkeit. Um diesen Problemen entgegenzuwirken, ist es wichtig, die Gemeinschaft zu stärken. Das erste St. Pöltner Suppenfest soll Menschen unterschiedlichen Alters und Hintergrunds zusammenbringen, um gemeinsam zu kochen und zu essen.

Durch das gemeinsame Kochen und Essen können Teilnehmer:innen miteinander kommunizieren, sich kennenlernen und kulinarische Traditionen und Vorlieben teilen.

Ein Großteil der Lebensmittel für unsere Suppen werden von „soogut Sozialmarkt“ und „Foodsharing St. Pölten“ zur Verfügung gestellt. Dadurch möchten wir Möglichkeiten für günstige und gesunde Lebensmittel aufzeigen.

Die Kooperationen helfen auch dabei, die Nachhaltigkeit in der Lebensmittelproduktion zu fördern. Wir wollen dazu beitragen, die Verschwendung von Ressourcen zu reduzieren und eine nachhaltige Zukunft zu sichern.

1. St. Pöltner Suppenfest

Sei dabei, entdecke neue Rezepte, genieße leckere Suppen und die Gemeinschaft!



Samstag, 04. Mai 2024

- 10:00 bis 13:00 Uhr: Gemeinsames Kochen mit Kinderbetreuung
Ort: FH St. Pölten, Campus-Platz 1, 3100 St. Pölten
Treffpunkt: Erdgeschoss Gebäude B
- 14:00 bis 15:30 Uhr: Suppenverkostung
Ort: TangenteStraßenfest, Festivalzentrum,
Linzer Straße 16 und 18, 3100 St. Pölten

Du bist neugierig geworden und/oder hast Fragen?
Dann melde dich gerne bei Magdalena:
so221501@fhstp.ac.at oder +43 677 62393557

Wir freuen uns auf bekannte und neue Gesichter!

Konzept Suppenfest

Ziel: Was wollen wir erreichen?	Gemeinsames Kochen und Essen, Austausch zwischen den Beteiligten, besondere Suppenrezepte mit anderen Personen teilen, neue Gerichte kennenlernen, Wertschätzung von kulinarischen Gemeinsamkeiten und Unterschieden, Zusammentreffen von verschiedenen Menschen, Interesse an unterschiedlichen Küchen.
Sinn: Warum wollen wir das erreichen?	Kochen und Essen können Menschen auf besondere Weise verbinden. Wir wollen ein Fest veranstalten, das für alle zugänglich ist. Menschen können aktiv mitkochen oder einfach nur die Suppen probieren. Alle sollen ungezwungen miteinander sprechen können und eine gute Zeit miteinander haben.
Ausgangslage: Was gibt es schon? Was hilft, das Projekt voranzutreiben?	Kontakt mit interessierten Personen Marburger Suppenfest als Best-Practice-Beispiel
Beteiligte: Wer mit wem?	Verschiedene Menschen aus St. Pölten, Jugendliche aus dem Jugendzentrum Steppenwolf, Tangente St. Pölten, Soogut Markt, Foodsharing St. Pölten
Zeitplan: Wann? Bis wann? Wie oft?	siehe Ablaufplan
Budget: Wofür? Wie viel? Von wem? Welche Kosten sind zu erwarten?	10 Wärmebehälter und Brennpaste 135 Euro Lebensmittel 400 Euro Müllsäcke, Geschirr etc. 65 Euro Gesamt 600 Euro Finanzierung durch Tangente St. Pölten

<p>Öffentlichkeitsarbeit: Wer soll von dem Projekt auf welche Art und Weise erfahren?</p>	<p>Menschen, die gerne gemeinsam kochen und/oder neue Suppenkreationen kennenlernen wollen; Soziale Medien, Flyer, WhatsApp-Gruppe, Kontaktaufnahme mit interessierten Vereinen und Organisationen; Information bei sozialen Events wie beispielsweise Inklusionsbasar St. Pölten, Kontaktaufnahme mit wichtigen Personen aus den verschiedenen Initiativen Organisationen und Communitys</p>
<p>Erfolgcheck: Wie kannst du herausfinden, ob das Projekt erfolgreich war?</p>	<p>Rückmeldungen von den beteiligten Personen, Besucher:innenzahl beim zweiten Suppenfest</p>

Erstes St. Pöltner Suppenfest am 4. Mai 2024

Am 4. Mai 2024 haben wir mit verschiedenen Personen und Organisationen aus St. Pölten das erste St. Pöltner Suppenfest veranstaltet. Dafür haben wir ungefähr 200 Portionen Suppe gekocht. Danach haben wir bei einem Straßenfest der Tangente St. Pölten die Suppen mit vielen Menschen geteilt.

Im Vorfeld haben wir Personen und Organisationen gefragt, ob sie mit uns kochen wollen. Wir haben Flyer verteilt, um Interessierte zu finden. So entstand eine Gruppe von Suppenköch:innen, die miteinander kochten und ihre Rezepte teilten.

Am Vortag wurden die Lebensmittel von uns ein-

gekauft. Die benötigten Behälter zum Warmhalten der Suppen wurden von einer Cateringfirma ausgeliehen.

Für das Suppenfest haben wir zehn Suppen an drei verschiedenen Orten in St. Pölten gemacht. Wir haben in der Küche der Fachhochschule, mit Jugendlichen in einem Jugendzentrum und direkt beim Straßenfest zusammen gekocht. Insgesamt waren an die 15-20 Personen – zusätzlich zu uns selbst – beim Kochen dabei. Bei der Kochgruppe in der Fachhochschule gab es auch Kinderbetreuung. Dadurch konnten wir in Ruhe kochen und miteinander reden und auch die Kinder hatten eine gute Zeit.



Kartoffelgulasch, Linsensuppe, Borschtsch, Maraq und vieles mehr: unser Suppenfest war bunt. Am Nachmittag wurden die Suppen von uns mit zwei Autos zum Straßenfest gebracht. Gemeinsam mit den Suppenköch:innen haben wir die Suppen ausgegeben. Bei jedem Topf wurde der Name der Suppe und eine Zutatenliste platziert.

Das Straßenfest war sehr gut besucht. Es gab Musik und ein Programm für Kinder. Die Stimmung war gut und das Wetter warm. Die Besucher:innen haben neugierig und mit Begeisterung die Suppen probiert. Sie haben sich unterhalten und kennengelernt, über Essen, Traditionen und Kochgewohnheiten gesprochen. Nach ungefähr einer Stunde waren alle Suppen aufgegessen.

Die Suppen waren kostenlos. Beim Suppenfest haben wir die Besucher:innen dazu eingeladen, uns durch Komplimentkarten Rückmeldungen zur Veranstaltung und den Suppen zu geben. Wir haben viele schöne



Komplimente bekommen.

Im Anschluss an die Suppenverkostung war eine Erzählrunde für die Suppenköch:innen geplant. Diese hätten dabei von ihren Erfahrungen, Rezepten und Traditionen erzählen können und wir hätten dabei unsere Wertschätzung für ihre Mitarbeit ausgedrückt. Aus organisatorischen Gründen hat das nicht mehr stattfinden können. Stattdessen haben wir die Suppenköch:innen als Dank eine Woche später zu einem gemeinsamen Abendessen in einem Restaurant eingeladen. Im „Story Teller. Erinnerungen im Topf vereint“ wurden die Rezepte vom 1. St. Pöltner Suppenfest gesammelt. Die Sammlung der Rezepte wurde auf sozialen Medien geteilt. So bleiben die persönlichen Rezepte, die Geschichten und Traditionen lebendig.

Um die Nachhaltigkeit des Suppenfestes zu fördern, soll es ein zweites Suppenfest im September geben.

Ablaufplan Suppenfest, Vorbereitung 3. Mai 2024

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
03. Mai 2024, 8:30 Uhr	Abholung Zugangskarte für FH Küche	Magdalena	Zugangskarte FH Küche
03. Mai 2024, 09:00 bis 12:00 Uhr	Großeinkauf Zutaten, Snacks, Lagerung in der FH Küche	Magdalena, Viktoria	Zutatenliste, Auto
03. Mai 2024, bis 15:00 Uhr	Abholung der Wärmebehälter von der Cateringfirma	Magdalena, Viktoria	Auto
03. Mai 2024, 13:00 bis 14:00 Uhr	Begehung vor Ort - Festivalzentrum	Magdalena, Viktoria, Julia, Vanessa	
03. Mai 2024, 15:00 bis 16:00 Uhr	Materialien für das gemeinsame Kochen beim Jugendzentrum vorbereiten	Julia, Vanessa	Lebensmittel, Flyer, Auto
03. Mai 2024, 16:00 bis 16:20 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> Ankommen beim Jugendzentrum Begrüßung und Dank Lebensmittel in die Küche tragen, Lebensmittel sollen für die Jugendlichen sichtbar sein, um Neugierde zu wecken Orientierung, wer ist da und könnte Lust haben, gemeinsam zu kochen? 	Julia, Vanessa	Lebensmittel, Flyer (Projekt Allgemein, Suppenfest, Tangente St. Pölten), Auto

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
	<ul style="list-style-type: none"> • Einander kennenlernen, Kurzvorstellung vom Projekt „Nachbarschaft stärken – Gemeinschaft leben“ mit Flyer • Thematischer Einstieg: Inspiration Marburger Suppenfest • Erklärung vom heutigen Ablauf Einladung zur Suppenverkostung beim morgigen Tangente St. Pölten-Straßenfest • Tangente St. Pölten-Straßenfest kurz erklären, weitere Angebote, die genutzt werden können (Musik, Tanz, und andere) 		
03. Mai 2024, 16:20 bis 16:40 Uhr	Küche und Raum vorbereiten, Lebensmittel bereitstellen, Rezept der Suppe gemeinsam besprechen		Rezept, großer Kochtopf, mehrere Schneidebretter und Messer
03. Mai 2024, 16:40 bis 18:00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsames Kochen der Suppe, Brotwürfel als Suppeneinlage • Zubereitung eines Aufstriches für den gemeinsamen Ausklang nach dem Kochen • Austausch während der Zubereitung (Kochen, Zutaten, Zubereitung, persönlicher Bezug zum Rezept, Traditionen) • Gemeinsames Aufräumen 		
03. Mai 2024, 18:00 bis 19:00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsamer Ausklang mit Verkostung der Suppe (kleine Portion) und dem Essen der Aufstrichbrote • Austausch, mögliche Anregungen: Kochen, soogut, Foodsharing, Begegnungsräume in St. Pölten • Stimmungsbarometer • Dank und Ausblick 		

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
03. Mai 2024, 19:00 bis 20:00 Uhr	Transport der Suppe im Suppentopf zur FH, Zwischenlagerung in der FH-Küche		Auto

Ablaufplan Suppenfest, Suppen kochen und verteilen 4. Mai 2024

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
04. Mai 2024, 08:30 bis 09:45	<ul style="list-style-type: none"> • Vorbesprechung im Projektteam (Tagesablauf, Zuständigkeiten) • Küche und Raum vorbereiten: <ul style="list-style-type: none"> * Wegbeschreibung vom Erdgeschoss zur Küche * Lebensmittel * Kochutensilien für Kochgruppen (Schneidebrett, Messer etc.) * Catering Suppentöpfe * Willkommensplakat vor der Tür • Kinderbetreuung (kommt wann?) • Rezepte mit der passenden Mengenangabe für 4 Liter Suppe ausdrucken <p>Auf Flipchart die 8 Suppen, die gekocht werden, aufschreiben</p>	Projektteam	<ul style="list-style-type: none"> • Teamshirts • Flyer Projekt allg. • Flyer Suppenfest • Flipchart für Willkommensplakat, Flipchart Ablauf • Moderationskoffer • Getränke, Snacks • Lebensmittel, Kochutensilien für Kochgruppen

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
04. Mai 2024, 09:45 bis 10:15 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Empfang vorm Info-Tisch in der Empfangshalle • Anwesenheitsliste und Foto-Einwilligung, Namensschild • Ankommen 	2 Personen vom Projektteam	Anwesenheitsliste, Fotoeinwilligung, Namensschilder
04. Mai 2024, 10:15 bis 10:30 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Begrüßung • Ablauf erläutern (Kinderbetreuung während dem Kochen, soogut, Foodsharing, 13:00 bis 14:00 Uhr Suppentransport und Weg zum Festivalzentrum, 14:00 bis 15:30 Uhr Suppenverkostung) • Suppenkochgruppen bilden 	Magdalena, Julia	Rezepte, Lebensmittel
04. Mai 2024, 10:30 bis 12:45 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Suppen kochen • Austausch während der Zubereitung (Kochen, Zutaten, Zubereitung, persönlicher Bezug zum Rezept, Traditionen) • Gemeinsames Aufräumen • Suppen auf dem Herd warm halten 	Projektteam, Viktoria	Auto
12:00 bis 13:00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Foodsharing Gebäck Abholung 		
04. Mai 2024, 12:45 bis 13:00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Suppentöpfe für den Transport vorbereiten • Für das Kommen bedanken • Ausblick (Suppentransport, Suppenverkostung beim Tangente St.Pölten-Straßenfest, Gemeinsamen Fußweg anbieten, Fragen, ob jede:r den Weg kennt) • Verabschiedung 	Magdalena	Auto

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
04. Mai 2024, 13:00 bis 13:45 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Suppentransport zum Tangente Straßenfest - Festivalzentrum • Ortswechsel der FH-Kochgruppe zum Festivalzentrum, gemeinsamer Fußweg • Check-up - Vorbereitungen im Festivalzentrum - Rücksprache mit Marlies: <ul style="list-style-type: none"> * Tische, Stühle * Suppentafel, Zutatenübersicht je Suppentopf * 100 Suppenschalen und Suppenlöffel, 10 Suppenschöpfer * Spülmaschine * Wasserkrüge und Gläser 	<p>Suppentransport: Vanessa, Viktoria</p> <p>Vorbereitungen im Festivalzentrum: Marlies und Kolleg:innen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 2 Autos • Frischhaltefolie zum Sichern der Suppentöpfe • Zutatenkarten je Suppentopf • Flyer Projekt allg. • Flyer Suppenfest • Wasserkrüge und Gläser
04. Mai 2024, 13:45 bis 14:00 Uhr	Ankommen im Festivalzentrum, Tangente Straßenfest, Linzer Straße		
04. Mai 2024, 14:00 bis 14:15 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Offizielle Eröffnung der Suppenverkostung mit persönlicher Ansprache mit Mikrophon (Tangente, Projektteam, ev. Suppenköch:innen): • Kurzvorstellung Projekt "Nachbarschaft stärken - Gemeinschaft leben" <ul style="list-style-type: none"> * Suppenkochorte, Dank an Suppenköch:innen * soogut und Foodsharing Kooperationen * Suppen Kurzinfo, Komplimentkarten an Suppenköch:innen * Einladung zur Verkostung und Dialog über Rezepte, Kochen * Erläuterung weiterer Programmpunkte des Tages (Tangente) 	Marlies, Magda und Ali, Thomas, Magdalena, Julia	Mikrophon

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
	Dabei bedacht werden muss: zeitgleich spielen Bands, Spielpause für 15 Minuten		
04. Mai 2024, 14:15 bis 15:15 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Suppenverkostung, Besucher:innen können Komplimentkarten an Suppenköch:innen schreiben • Gemeinsamer Austausch – bekannte und neue Gesichter, Projektteam mischt sich unter die Veranstaltungsteilnehmenden und regt Dialoge an - "Mikro-Interviews", Gesprächsimpulse anhand von Impulskarten, Themen wie Kochen, Zutaten, Zubereitung, persönlicher Bezug zum Rezept, Traditionen • Geschirr im Auge behalten – kann zwischenzeitlich mit Spülmaschine gereinigt werden (vorab händisch kurz mit Wasser abspülen) • Sollte Suppe übrig bleiben: in Gläser füllen und TN:innen mitgeben 	Ausgabe je Suppentopf, Geschirr Überblick, Fotografie (9 Personen)	<ul style="list-style-type: none"> • Komplimentkarten an Suppenköch:innen – Material • Impulskarten für Dialog je Tisch • Gläser vom Projektteam (falls Suppe übrig bleibt)
04. Mai 2024, 15:15 bis 15:30 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Dank und Verabschiedung vom allg. Veranstaltungsteil • Ausblick (Gemeinsamer Abschluss mit Suppenköch:innen und Interessierten) • Rezepte auf Social Media • Erläuterung weiterer Programmpunkte des Tages (Tangente) 	Magdalena, Julia	
04. Mai 2024, 15:30 bis 16:30 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Ortswechsel zur Linzer Straße 18 • Gemeinsame Abschlussrunde mit Suppenköch:innen, • Gemeinsames Lesen der Komplimentkarten • Je nach Stimmungsbild „Erzählcafe Light Version“, ev. viele Kinder mit, Getränke und Süßes • Abschied und Dank 	Julia, Suppenköch:innen	Getränke, Snacks, Komplimentkarten

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
04. Mai 2024, 16:30 bis 18:00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Aufräumarbeiten • Zwischenlagerung der Wärmebehälter der Catering Firma in FH • Geschirr, Suppenschöpfer • Gemeinsamer Abschluss vom Projektteam 	Projektteam	
06. Mai 2024 13:00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Die ausgeliehenen Wärmebehälter zur Cateringfirma zurückbringen 	Julia, Magdalena	



Empfehlungen

Gute Stimmung der Veranstaltung nutzen

Informationen zum Projekt bereitstellen, Flyer von aktuellen und zukünftigen Events auflegen, Vernetzung anbieten (zum Beispiel über WhatsApp-Gruppe, Instagramseite, etc.) und Rezepte der Suppen zugänglich machen. Wir haben die Erfahrung gemacht, dass die Veranstaltung selbst ein guter Ort ist, um Besucher:innen von den eigenen Projekten zu berichten und in diesem Zuge auch neue interessierte Personen zu gewinnen. Während der Veranstaltung hatten wir leider wenig Zeit, das zu machen, weshalb wir beim nächsten Mal direkt eine Person dafür einteilen würden, die mit den Menschen über die Projekte spricht.

Lebensmittel retten

Bei Foodsharing, Sozialmärkten oder ähnlichen Initiativen nachfragen, ob Lebensmittel zur Verfügung stehen.

Gemeinsames Kochen

Darauf achten, dass sich alle Personen wohl fühlen. Insbesondere auf Menschen achten, die allein kommen und nicht gleich Anschluss finden.

Suppen beschriften

Namen der Suppen angeben, Inhaltsstoffe anführen; angeben, ob die Suppen vegetarisch oder vegan sind.

Beim gemeinsamen Essen

Salz und eventuell andere Gewürze zum Nachwürzen bereitstellen.

Überlegen, was mit den Suppen passiert, wenn die Veranstaltung wenig besucht ist oder ausfällt

Um Lebensmittelverschwendung zu vermeiden, haben wir uns informiert, an wen wir die Suppen bei Bedarf spenden können.

Kinderbetreuung

Für Kinderbetreuung während des Kochens sorgen. Dadurch kann ungestört gekocht werden, die Kinder haben Spaß und mögliche Gefahren einer Verletzung können vermieden werden.

Koordination

Klare Aufgabenverteilung, wer was macht; Dinge, die am Vortag vorbereitet werden können, diese auch am Vortag machen (zum Beispiel Einkauf und Abholung des Geschirrs).

Zeit

Wenn die Suppen am Tag des Suppenfests gekocht werden, genug Zeit für den Transport, Aufbau und Säuberung der Küche einplanen!

Suppentransport

Wenn die Suppen nicht am Veranstaltungsort gekocht werden, überlegt gut, wie ihr sie transportiert. Wir haben die heißen Suppen mit dem Auto transportiert und dabei einige Flecken hinterlassen. Deshalb empfehlen wir einen ausreichenden Schutz im Auto, falls die Suppen auslaufen. Die Töpfe gut verschließen und befestigen (zum Beispiel mit Frischhaltefolie und Spanngurten).

KNOBLAUCH SUPPE
WAR EXQUISIT!
DANK!

Borsch schmeckt
gut
Ich komme jeden Samstag!

LA ZUPPA DI
PATATE ERA
DELIZIOSA !
(eng: the potatoes soup /
was delicious!!!)



Kimchi Workshops

In unserem Projekt haben wir uns mit der Frage beschäftigt, was gutes Essen ist und wie man Wissen dazu teilen kann.

In der Folge haben wir uns dann dafür entschieden, Workshops zur Zubereitung von Kimchi zu organisieren.

- Kimchi ist ein sehr gesundes Gericht.
- Es kann einfach zuhause zubereitet werden.
- Kimchi wird traditionell in der Gruppe zubereitet.
- Gemeinsames Kochen schafft Gemeinschaft.

Was ist Kimchi?

Kimchi ist eine Zubereitungsart, um Gemüse zu fermentieren und länger haltbar zu machen. Die Methode kommt aus Korea und ist ca. 1500 Jahre alt. Es gibt viele verschiedene Arten von Gemüse-Kimchi. Der beliebteste Kimchi ist mit Chinakohl.

Was ist Fermentation?

Bei der Fermentation werden Lebensmittel ohne Hitzeeinwirkung haltbar gemacht. Nährstoffe und ihre positiven Wirkungen bleiben dabei erhalten. Es bilden sich Milchsäurebakterien, die gut für den Darm sind. Fermentierte Lebensmittel sind leichter bekömmlich.

Fermentierte Lebensmittel

Fermentation ist eine jahrtausendalte Tradition. Auf der ganzen Welt fermentieren Menschen aus unterschiedlichen Kulturen verschiedene Lebensmittel. Fermentierte Lebensmittel, die wir alle kennen sind:

- Joghurt und Käse
- Essig
- Sauerkraut
- Sauerteigbrot
- Kaffee
- Schokolade

Gemeinsames Kochen ist mehr als nur Essen zubereiten. Es hilft Menschen, zusammenzukommen, Freundschaften zu schließen und über gesunde Ernährung zu lernen. In Kimchi-Workshops können sich Menschen besser kennenlernen, egal, wie alt sie sind oder woher sie kommen. Sie lernen neue Rezepte und Kochtechniken kennen, die sie auch zu Hause nutzen können. Unterschiedliche Koch- und Esstraditionen, Rezepte und Kochmethoden können ausgetauscht werden. Das kann auch helfen, andere Kulturen besser zu verstehen und zu respektieren. Und es funktioniert natürlich nicht nur mit Kimchi!

Konzept

Ziel: Was wollen wir erreichen?	Förderung der Gemeinschaft und des Austauschs zwischen den Beteiligten, Vermittlung von Wissen über gesunde Ernährung und Fermentierungstechniken, Schaffung eines Begegnungsraums für gemeinsames Kochen und Lernen, Erhöhung der Selbstwirksamkeit der Teilnehmer:innen durch praktische Erfahrungen, Stärkung der Beziehungen in der Nachbarschaft/ Gemeinschaft
Sinn: Warum wollen wir das erreichen?	Interesse am Kochen und Fermentieren wecken und fördern, Nutzung gemeinsamer Aktivitäten, um soziale Bindungen zu stärken, Erhöhung des Bewusstseins für nachhaltige Ernährungspraktiken, Schaffung eines inklusiven Raums, in dem Menschen unabhängig von Alter, sozialem Status, Kultur und Sprache zusammenkommen
Ausgangslage: Was gibt es schon? Was hilft, das Projekt voranzutreiben?	Erfolgreiche Kochworkshops von anderen Einrichtungen, Bestehendes Interesse seitens der Fachhochschule durch ähnliche Projekte, Vorhandene Räumlichkeiten wie das Kitchen Lab der FH St. Pölten, Interesse und Unterstützung von lokalen Organisationen und Nachbar:innen
Beteiligte: Wer mit wem?	Bewohner:innen in unmittelbarer Umgebung der Fachhochschule St. Pölten, Nachbar:innen, Diversity Café, Qualify for Hope, Tangente Stadtprojekte, Mitarbeiter:innen und Studierende der Fachhochschule St. Pölten
Zeitplan: Wann? Bis wann? Wie oft?	<ul style="list-style-type: none">• Erste Veranstaltung: 2. März 2024 von 14:00 bis 18:00 Uhr• Zweite Veranstaltung: 27. Juni 2024 von 13:00 bis 19 Uhr• Langfristiges Ziel: Fortlaufende Workshops als Teil eines größeren Projekts zur Förderung des nachbarschaftlichen Zusammenhalts und der Ernährungssouveränität

<p>Budget: Wofür? Wie viel? Von wem? Welche Kosten sind zu erwarten?</p>	<p>Workshop 1: Honorar der vortragenden Person inklusive Lebensmittel: 3-4h Pauschale 350 € + 250 € Materialkosten: pro Person 10 € Tee, Kaffee, Gebäck, Kuchen, Snacks 50 €</p> <p>Workshop 2: Materialkosten: 200 € für Lebensmittel zum Kochen 50 € Snacks und Getränke + Honorar für die Autor:innen-Lesung beim Workshop</p> <p>Finanzierung durch Tangente Festival St. Pölten Schneidebretter, Messer und Veranstaltungsort werden von der FH-St.Pölten bzw. von Tangente St. Pölten zur Verfügung gestellt. Flyer und Rezepte: an der FH St. Pölten kopiert</p>
<p>Öffentlichkeitsarbeit: Wer soll von dem Projekt auf welche Art und Weise erfahren?</p>	<p>Bewerbung des Workshops über Social Media und durch das Verteilen von Flyern in der Nachbarschaft, in Lebensmittelgeschäften, Lokalen und an der Fachhochschule Informationsaustausch in der WhatsApp Gruppe „Nachbarschaft stärken – Gemeinschaft leben“ sowie über E-Mail-Updates Beitrag auf der offiziellen Webseite der Tangente St. Pölten</p>
<p>Erfolgscheck: Wie kannst du herausfinden, ob das Projekt erfolgreich war?</p>	<p>Rückmeldungen und Feedback der Teilnehmer:innen Anzahl der regelmäßigen Teilnehmer:innen Durchführung von Folgeworkshops und weiteren Gemeinschaftsaktivitäten</p>

Kimchi Workshop 1 am 4. März 2024

Unser erster Kimchi Workshop, organisiert im Rahmen des Masterprojekts „Nachbarschaft stärken, Gemeinschaft leben“, fand am 4. März statt.

Um Personen aus der Nachbarschaft dafür begeistern zu können, haben wir einen ansprechenden und leicht verständlichen Flyer gestaltet und diesen über verschiedenste Wege unter die Menschen gebracht. Dazu sind wir in Supermärkte und Lokale gegangen, haben an Stadtveranstaltungen teilgenommen und Vereine besucht. Dort haben wir unsere Flyer aufgelegt und mit möglichst vielen Leuten über den Workshop gesprochen.

Außerdem haben wir durch Social-Media-Kanäle und Multiplikator:innen viele Menschen erreichen können, die Interesse an diesem Workshop hatten.

Die Vorbereitungen begannen mit einem Treffen mit der Kimchi-Expertin Philomena. Wir besprachen den Ablauf und die Rezepte für die Herstellung von Kimchi und Suppengewürz. Dadurch konnte der Ablauf des Workshops festgelegt werden.

Wir besichtigten die Location vorher, um sicherzustellen, dass genügend Platz und die notwendige Ausstattung vorhanden sind. Dadurch haben wir auch erfahren, was von uns noch mitzubringen ist.



Am Tag davor wurden die benötigten Lebensmittel zur Fachhochschule geliefert und in der Küche zwischengelagert.

Am 4. März war es endlich soweit. Wir waren voller Vorfreude, dass wir endlich loslegen konnten und gleichzeitig nervös, ob wir genügend Vorbereitungen getroffen und an alles gedacht hatten. Die Begrüßung der 22 Teilnehmer:innen erfolgte in Schritten: Sie wurden am Eingang der FH abgeholt, da die Küche

nicht einfach zu finden war. Anschließend wurden sie angemeldet und durch die Räume geführt, um eine möglichst angenehme Ankunft zu ermöglichen.



Der Workshop begann mit einer kurzen Einführung zur Geschichte und Tradition des Kimchis. Außerdem hatten wir noch ein Kennenlernspiel vorbereitet. In diesem Spiel wurden Impulsfragen wie „Woher reise ich heute an?“ und „Habe ich schon Kimchi gegessen?“ gestellt. Daraus entstanden angeregte Gespräche unter den Teilnehmenden. Danach wurden die Teilnehmer:innen Schritt für Schritt durch den Herstellungsprozess geführt. Philomena erklärte besonders komplizierte Schritte und gab praktische Hilfestellungen. Dies schuf eine entspannte und lernfördernde Atmosphäre.

Ein Teil unserer Mastergruppe bereitete zeitgleich einige Aufstriche vor, da wir im Anschluss an den Workshop einen Ausklang in gemütlicher Runde mit

gemeinsamer Jause geplant hatten. Die Anderen waren zur Stelle, um die Teilnehmer:innen zu unterstützen und hatten sogar die Möglichkeit selbst Kimchi herzustellen. Das hat einen intensiven Austausch mit den Nachbar:innen ermöglicht, in dem Fragen besprochen wurden wie „Welche Workshops wünscht ihr euch in Zukunft?“ und „Was braucht es in St. Pölten und in eurer Nachbarschaft noch, um das Gemeinschaftsgefühl zu stärken?“.

Nach der Kimchi-Herstellung ließen wir den Workshop in Ruhe ausklingen. Das ermöglichte den Teilnehmer:innen, ihre Erfahrungen auszutauschen und Fragen zu stellen. Das gemeinsame Essen rundete die Veranstaltung ab und förderte den weiteren Austausch unter den Nachbar:innen.

Abschließend haben wir die Teilnehmenden darum gebeten, uns ihre Meinung zur Veranstaltung mittels Komplimentkarten mitzuteilen. Sie konnten ebenfalls angeben, falls sie neue Workshopideen haben und diese aktiv mitgestalten wollen.



Kimchi Workshop 2 am 27. Juni 2024

Den 2. Kimchi Workshop haben wir am 27. Juni 2024 veranstaltet. Am Programm stand das Zubereiten von Kimchi, Kochen von Kimchi-Fried-Rice und eine Lesung der koreanisch-österreichischen Autorin Vina Yun.

Zum Workshop haben wir über verschiedene Wege die Nachbar:innen von St. Pölten eingeladen. Wir haben Einladungen per Mail an Kooperationspartner:innen und an Teilnehmer:innen vergangener Veranstaltungen gesandt.

Und wir haben die Veranstaltung auf unseren Social-Media-Kanälen beworben. Interessierte Personen konnten sich dann per Mail für den Workshop anmelden. Insgesamt haben sich knapp 40 Personen für den Workshop angemeldet.

Ein paar Tage vor dem Workshop haben wir den Veranstaltungsort in der Linzer Straße 10-12 besucht.

Diesmal fand der Workshop im Vermittlungsraum unserer Kooperationspartner:innen Tangente St. Pölten statt. Es wurde geschaut, was es bereits dort gibt und was noch gebraucht wird. Im Gegensatz zum ersten Kimchiworkshop gab es nur eine kleine Küche mit wenig Ausstattung. Deshalb haben wir eine Liste geschrieben, mit Küchenutensilien, die noch mitzunehmen sind.

Für die Gerichte wurden Rezepte mit Kochanleitungen in einfacher Sprache erstellt und in großer Menge ausgedruckt, damit diese auch von Teilnehmer:innen mitgenommen werden können.

Am Tag vor dem Workshop wurde dann die Menge der benötigten Lebensmittel berechnet und diese eingekauft.

Am Veranstaltungstag wurden die Lebensmittel sowie Küchenutensilien mit dem Auto zum Veranstaltungsort gefahren. Zur Vorbereitung wurden die Lebensmittel portioniert und auf verschiedenen Tischgruppen verteilt. Es wurden für die Teilnehmer:innen außerdem Getränke und Snacks vorbereitet.

Um 13 Uhr waren die ersten Teilnehmer:innen da. Diese wurden beim Eingang empfangen und ihnen



wurde kurz der Ablauf des Workshops erklärt. Als alle Teilnehmer:innen anwesend waren, begannen wir den Workshop mit einer Begrüßung und Vorstellung des Projektes in der großen Runde. Zunächst gab es eine Einführung in die Geschichte von Kimchi und von dem Prozess des Fermentierens allgemein.

Anschließend las die Autorin Vina Yun ihren Beitrag "Essen" aus dem Buch "Eure Heimat ist unser Albtraum". In diesem geht es um koreanisches Essen in der Diaspora in Wien. Sie teilt ihre persönlichen Erinnerungen und Gefühle dazu, was sie mit koreanischem Essen verbindet. Vina erzählt, dass das Essen und Zubereiten koreanischer Gerichte ihre Verbindung zu Korea stärkt. Als Kind empfand sie jedoch oft Scham für ihre Wurzeln, wie viele andere migrantische Kinder.

Nach der Lesung zeigte Vina ein Video der aus Korea stammenden Youtube-Köchin Maangchi. Darauf folgte ein Video-Zuschnitt von verschiedenen Kimchi aus aller Welt, welches durch passende K-Pop-Musik untermalt wurde. Als Abschluss gab es eine offene Gesprächsrunde, in dem wir uns mit Fragen rund um Essen, besondere Gerichte und daran geknüpfte Erinnerungen beschäftigten.

Bevor es zum Zubereiten von Kimchi ging, sind wir die einzelnen Schritte des Rezeptes gemeinsam durchgegangen. Danach haben sich die Teilnehmer:innen in Gruppen von 4-5 Personen auf die Tische verteilt. Die Teilnehmer:innen wurden bei den verschiedenen Schritten von den Studierenden unterstützt und die

Zubereitung des Kimchi erfolgte schnell und problemlos. Das Kimchi wurde dann in die mitgebrachten Einmachgläser abgefüllt und konnte mitgenommen werden.

Die bereits fertigen Teilnehmer:innen konnten dann abwechselnd in der Küche Kimchi-Fried-Rice kochen. Dies erfolgt mit Unterstützung der Studierenden oder nur mit der Rezeptanleitung. Den fertigen Kimchi-Fried-Rice konnten die Teilnehmer:innen nach Geschmack mit verschiedenen Saucen und Zutaten verfeinern.

Beim gemeinsamen Essen kamen alle Teilnehmer:innen und Studierende noch einmal ins Gespräch. Es wurde über den Workshop, das Essen und vieles mehr geplaudert. Die Teilnehmer:innen waren sichtlich zufrieden und gaben uns gutes Feedback zu dem Workshop.

Nach einiger Zeit löste sich die Veranstaltung dann langsam auf und die Teilnehmer:innen verabschiedeten sich von uns.



Ablaufplan Kimchi Workshop 1

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
16.1.2024	FH St. Pölten Küchenbesichtigung	2 Personen Mastergruppe	Telefon für Bild- dokumentation
1.2.2024	Bewerbung 1: Lokale und Suppermärkte, sowie online Flyer verteilen	3 Personene Mastergruppe	Flyer und Social-Media- Posts, Klebeband, Reißnägel
26.1.2024	Bewerbung 2: Online Plattformen und E-Mails verschicken	3 Personene Mastergruppe	Social-Media-Posts und Reminder vorbereiten
2.3.2024	Kimchi Workshop 1	Mastergruppe	
10-12:30 Uhr	Vorbereitungen <ul style="list-style-type: none"> • Materialkoffer holen • Wasser und Gläser holen • Schüsselchen für Snacks/Aufstriche vorbereiten (Aufstriche sollen noch im Workshop zubereitet werden) • Check: Funktioniert alles? (Technik, etc.), Beschilderung zum Raum • Teilnehmer:innen-Liste und Frage „Foto ja/nein“ drucken • Lebensmittel einkaufen (für Aufstriche) • Mit Flyern & auf Social Media auf weitere Workshops hinweisen • Rezepte ausdrucken 	8 Personen Mastergruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Materialkoffer • Pinnwände und Pins • Flipchart (Papier) • Flipchart – Plakate gestalten • Flyer und Rezepte

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
12:30 – 13:45 Uhr	Workshopleitung Philomena Theuretzbacher kommt an, Küche besichtigen, Details zum Ablauf besprechen	1 Person Mastergruppe	Schlüsselkarte für Küche
13:45 – 14:10 Uhr	Ankommen <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart vor die Küchentür • Abholen der TN am Eingang • Begrüßen der Teilnehmer:innen • Namensschilder aus TesaKrepp • Teilnehmende finden ihren Platz Erstes Kennenlernen der Teilnehmenden	8 Personen Mastergruppe Abholen (3 Personen) Empfangskomitee (2 Personen) TN-Liste (2 Personen)	
14:10 – 14:20 Uhr	Check-in & Wer sind wir? <ul style="list-style-type: none"> • Vorstellung Mastergruppe und Projekt • Ablauf erklären • Hinweis: Wo sind die Toiletten? 	2 Personen Mastergruppe	Materialkoffer, bunte Stifte, Flipchart, Pinnwand, Plakat zum Gesamtprojekt
14:20 – 14:30 Uhr	Vorstellen, Kennenlernen Vorstellungsrunde mit Aufstellungsspiel (Impulsfragen)	2 Personen Mastergruppe	
14:30 – 17:30 Uhr	Fermentation Kurs-Ablauf <ul style="list-style-type: none"> • Einführung: ca. 30 Minuten: Was ist Kimchi? Geschichte und Tradition • Vorstellen Werkzeuge und Hilfsmittel • Herstellung von Kimchi (ca 1h) • Verkostung 	WS-Leiterin und 8 Personen Mastergruppe	

Wann?	Was?	Wer?	Material
Datum und Uhrzeit	Aktivität	Zuständige Person	Was wird gebraucht?
	<ul style="list-style-type: none"> Herstellung Suppengewürz (ca 1h) In der Zwischenzeit Zubereitung der Aufstriche 		
17:30 – 17:45 Uhr	Aufräumen	Teilnehmer:innen und Mastergruppe	
17:45 – 18:00 Uhr	Rückblick des Tages & Check-out <ul style="list-style-type: none"> Komplimentkarten verteilen Klärung von Ideen, Erwartungen, Beiträge der Personen bzw. Organisationen zu zukünftigen Projekten klären 	Teilnehmer:innen und Mastergruppe	Papier & Stifte
Ab 18:00 Uhr	Ausklang Verabschiedung, letzte Gespräche, Bedanken fürs Kommen und Mitmachen	2 Personen Mastergruppe	

TangenteSt.Pölten
Festival für Gegenwartskultur

Nachbarschaft stärken. Gemeinschaft leben.

Sei dabei beim Kimchi-Workshop!

Kimchi Kochworkshop & Lesung

**Kimchi fermentieren
Kimchi Fried Rice kochen
Lesung, Musik und Gespräch mit Vina Yun**


• Bitte mitbringen: 2 Gurken- oder Honiggläser zu je 720ml
• Anmeldung bis 20.06. bei Ana unter so221823@fhstp.ac.at

Wann?
27.06.2024
13:00 bis 19:00 Uhr

Wo?
Tangente Festival Zentrum
Vermittlungsraum
Linzerstraße 10-12
3100 St.Pölten

Folge uns gerne auf Instagram

unsere Whatsapp-Gruppe



„Vielen lieben Dank! Es hat mir heute sehr gut gefallen. Das Kochen als Workshop finde ich genial. Gesundes Essen, antientzündliche Rezepte sind willkommen.“

„Wir können nochmal zusammen andere Essen kochen.“

„Die Leute sind voll lieb und freundlich.“

„Ich würde sehr gerne öfter gemeinsam kochen. Interessant sind bestimmte Spezialitäten aus den unterschiedlichsten Ländern der Teilnehmer:innen.“

Ablaufplan Kimchi Workshop 2

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
25.05. und 24.06.2024	Bewerbung 1: Flyer verteilen bei Veranstaltungen und an der FH St. Pölten	3 Personen Mastergruppe	Flyer
7.6.2024 und 25.06.2024	Bewerbung 2: Online-Plattformen, Emails verschicken, Kooperations- partner:innen informieren	3 Personen Mastergruppe	E-Mails, Social Media Posts
19.06.2024	Kontakt mit Autorin Vina Yun	1 Person Mastergruppe	E-Mail
20.06.2024	Küchenbesichtigung	2 Person Mastergruppe	Telefon für Bild- dokumentation
24.06.2024	Rezepte erstellen in einfacher Sprache	2 Person Mastergruppe	
25.06.2024	Koordination und Aufteilung, wer bringt was mit	5 Personen Mastergruppe	Liste zum Eintragen
26.6.2024	Lebensmitteleinkauf	1 Person Mastergruppe	Lebensmittel zum Kochen, Snacks und Getränke
27.6.2024	Kimchi-Workshop 2	5 Personen Mastergruppe	
9:00 - 13:00 Uhr	Vorbereitungen <ul style="list-style-type: none"> • Transport von Lebensmitteln und Küchenutensilien zum Veranstaltungsort 		<ul style="list-style-type: none"> • Lebensmittel, Küchenutensilien • Tische und Stühle

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
	<ul style="list-style-type: none"> • Tisch und Stühle herrichten • Lebensmittel abwiegen und auf Tischgruppen aufteilen • Chinakohl für Kimchi in Salz ziehen lassen • Getränke und Snacks vorbereiten • Rezepte und Listen ausdrucken • Besprechung Ablauf mit Autorin Vina Yun, Technik kontrollieren • Aufteilung der Aufgaben 		<ul style="list-style-type: none"> • Rezepte, Kontaktliste • Bildschirm, Lautsprecher
13:00 - 14:00 Uhr	Ankommen <ul style="list-style-type: none"> • Empfang Teilnehmer:innen, Teilnehmer:innen-Liste, Namensschilder 	2 Personen Mastergruppe	TN-Liste, Namensschilder, Stifte
14:00 – 14:30 Uhr	Begrüßung & Einführung Kimchi <ul style="list-style-type: none"> • Vorstellung der Mastergruppe und Projekt • Einführung Kimchi • Einführung Fermentation • Vorstellung Autorin Vina Yun 	1 Person Mastergruppe	
14:30 – 15:15 Uhr	Lesung, Musik & Gespräch <ul style="list-style-type: none"> • Lesung von Vina Yun: „Essen“ - aus dem Buch „Eure Heimat ist unser Albtraum“ • Videos und Musik zu Kimchi • Offene Gesprächs- und Fragerunde zu den Themen der Lesung 	1 Person Autorin Vina Yun	Bildschirm, Lautsprecher

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
15:15 -15:30 Uhr	Erklärung Rezepte & Ablauf Workshop <ul style="list-style-type: none"> • Besprechen der Rezeptanleitung • Erklärung, wo was zu finden ist • Hilfestellung durch Studierende bei Fragen • Einteilung der Gruppen 	1 Person Mastergruppe	Rezepte
15:30 – 18:00 Uhr	Zubereitung Kimchi & Kimchi-Fried-Rice <ul style="list-style-type: none"> • Zubereitung von Kimchi in Gruppen von 4-5 Personen • Hilfe von Studierenden • Abwechselnd: Zubereitung von Kimchi-Fried-Rice von 2-3 Personen 	5 Personen Mastergruppe und Teilnehmer:innen	Lebensmittel, Küchenutensilien
17:00 – 18:00 Uhr	Ausklang <ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsames Essen von Kimchi-Fried-Rice • Gespräche • Bedanken bei den Teilnehmer:innen & Verabschiedungen 	5 Personen Mastergruppe und Teilnehmer:innen	
18:00 – 19:00 Uhr	Aufräumen & Rückblick <ul style="list-style-type: none"> • Aufräumen und Putzen • Reflexion in der Projektgruppe: Was ist gut/ schlecht gelaufen? 	5 Personen Mastergruppe	

„Der Workshop war wirklich sehr gut und abwechslungsreich gestaltet! Ich habe viel über das Zubereiten von Kimchi gelernt und bin schon gespannt, ihn bald zu probieren.“



Empfehlungen zum gemeinsamen Fermentieren

- **Veranstaltungsort vorab besichtigen**
 - * Prüfen, wie viele Personen Platz haben
 - * Herausfinden, was noch fehlt
- **Vorbereitungen mit der Expertin**
 - * Ablauf und Rezepte besprechen
 - * Vorstellungen und Erwartungen abgleichen
- **Begrüßungsstufen**
 - * Teilnehmer:innen Abholen – Begrüßen – Herumführen
- **Rezepterkklärungen und Teilnehmer:innenanleitung**
 - * Rezepte und Aufgaben im Vorfeld erklären
 - * Schwierige Passagen während des Workshops anleiten
- **Passendes Essen nach dem Workshop**
 - * Thematisch zur Kimchi-Herstellung passend
- **Flyer-Gestaltung**
 - * Leicht verständliche Sprache (siehe Kapitel „Kommunikation barrierefrei gestalten, S. 63f)
 - * QR-Codes, Logos (der Kooperationspartner:innen, Institutionen) einfügen
- **Werbung und Bekanntmachung**
 - * Werbung über verschiedene Kanäle (Supermarkt, Lokale, Social Media, Veranstaltungen, Vereine, Stadtverwaltung, Multiplikator:innen)
 - * Regelmäßige Erinnerung verschicken
- **Fermentieren als gute Methode für Kochen**
 - * Wenige Utensilien werden gebraucht
 - * Wenig Infrastruktur ist notwendig (keine Herdplatten, Kühlschränke, etc. notwendig)



- **Erreichbarkeit des Veranstaltungsortes**
 - * Teilnehmer:innen abholen (bei schwer erreichbaren Orten)
 - * Deutliche Wegweiser anbringen
- **Abschluss des Workshops**
 - * Langsam und entspannt ausklingen lassen
- **Ankommen der Teilnehmer:innen**
 - * Mit einrechnen, dass Teilnehmer:innen zu spät kommen
 - * Beginn des Workshops früher ansetzen
- **Anmeldungen/Abmeldungen**
 - * Gruppenanmeldungen nur mit konkreten Namen der Teilnehmer:innen
 - * Um Abmeldung bitten bei Verhinderung
- **Zeitplanung**
 - * Extra Zeit für einzelne Teile einplanen
 - * Pausen einplanen
- **Aufgabenverteilung**
 - * Ausreichend Hilfspersonen
 - * Konkrete Aufgabenstellungen
 - * Hilfestellung für Teilnehmer:innen
- **Materialien und Listen**
 - * Listen erstellen, was benötigt wird
 - * Teilnehmer:innen-Liste, Einverständniserklärung, Flyer von kommenden Veranstaltungen ausdrucken
 - * Küchenutensilien, Lebensmittel
- **Regelmäßige Kommunikation**
 - * Mit Kooperationspartner:innen
 - * Mit Teilnehmer:innen
 - * Mit dem Organisationsteam



Ideenblatt: Story Teller. Erinnerungen im Topf vereint.

Erzählungen zu unseren Lieblingssuppen und Sammlung von Rezepten vom 1. St. Pöltner Suppenfest

„Story Teller. Erinnerungen im Topf vereint“ ist eine Sammlung von Rezepten vom 1. St. Pöltner Suppenfest, das am 4. Mai 2024 stattfand. Beim 1. St. Pöltner Suppenfest wurde nicht nur gemeinsam gekocht und gegessen. In einer gemütlichen Atmosphäre lernten Menschen einander kennen und teilten Rezepte und somit auch Wissen und Traditionen miteinander.

Persönliche Rezepte sind Ausdruck einer Lebensgeschichte. Speisen und deren Geschichten bleiben in Erinnerung und werden wieder lebendig. Mit „Story Teller. Erinnerungen im Topf vereint“ wurde dieses Wissen gesammelt und bewahrt. Die Rezepte wurden als Rezeptkarten gestaltet. Sie wurden über die Soziale Medien wie Instagram sichtbar und zugänglich gemacht. Mit der erweiterten Wahrnehmung im öffentlichen Raum erfolgt eine Veränderung des gemeinschaftlichen Gedächtnisses.

Um den Austausch zu fördern, kann die Methode „Erzählcafés“ angewendet werden. Erzählcafés sind moderierte Erzählrunden. Dabei stehen Erfahrungen und Lebensgeschichten der Teilnehmenden im Mittelpunkt. Es geht dabei um wertschätzendes Zuhören und Erzählen, nicht um Diskussion. Erzähl-

cafés können an unterschiedlichen Orten angeboten werden. Erzählt wird von den Teilnehmenden selbst zu einem vorher angekündigten Thema. Ein Erzählcafé wird von einer moderierenden Person geleitet. Die Moderation achtet auch auf den respektvollen Austausch innerhalb der Gruppe. Sie gestaltet den inhaltlichen, zeitlichen und organisatorischen Rahmen des Erzählcafés. Erzählcafés dienen als leicht zugängliche Begegnungsorte. Sie fördern den gesellschaftlichen Zusammenhalt. Das Erzählen der eigenen Lebensgeschichte hilft Menschen über das eigene Leben nachzudenken und eigene Stärken zu entdecken. Die erzählten Geschichten finden Beachtung und die Wertschätzung füreinander tut gut. Erzählcafés haben keinen Anspruch auf Dokumentation. Es muss also nichts mitgeschrieben werden.

Ablauf einer Erzählrunde am Beispiel Suppenfest

- Moderierende Person erklärt den Ablauf und Tipps für ein gutes Miteinander.
- Zwei Suppenrezepte dienen als Erzähl- anregungen. Diese sollten bereits vor der Gesprächsrunde festgelegt werden.
- Teilnehmende werden eingeladen, mit ihren Geschichten anzuknüpfen.

Story Teller.
Erinnerungen im Topf vereint.



Sammlung von Rezepten
vom 1. St. Pöltner Suppenfest,
04. Mai 2024



Linsensuppe von Sevgi

„Linsensuppe essen wir gerne im Ramadan. Sie ist schnell zu kochen.“

Ein Rezept aus der Türkei.

Die Suppe wird traditionell auch
„Mercimek Corbasi“ genannt.



Linsensuppe, Seite 1

1. St.Pöltner Suppenfest

Erzählrunde zu unseren Lieblingssuppen:
„Story Teller. Erinnerungen im Topf vereint.“

Erzähle von deiner Lieblingssuppe!

Zutaten, Zubereitung
Persönliche Erinnerungen



1. St.Pöltner Suppenfest

Erzählrunde zu unseren Lieblingssuppen:
„Story Teller. Erinnerungen im Topf vereint.“

Stadt, Dorf, Land, Kontinent
Natur, Landschaft



Tipps für ein gutes Miteinander/Haltung:

- Zuhören ist genauso wichtig wie erzählen. Erzählungen sind freiwillig.
- Erzählungen aus dem eigenen Leben werden wertgeschätzt. Sie werden nicht diskutiert oder bewertet.
- Die Zeitanteile der einzelnen Erzählenden sollen fair sein. Alle, die sprechen wollen, sollten die Gelegenheit dazu bekommen. 5 Minuten pro Erzählung sind eine gute Richtlinie (hier sollte die Moderation eingreifen, wenn eine Erzählung länger dauert).
- Es bestehen keine Erwartungen an das Ergebnis eines Erzählcafés.

Zunächst wird von der moderierenden Person der Ablauf und die Regeln für ein gutes Miteinander erklärt. Anschließend dienen zwei Suppenrezepte und der persönliche Bezug zum Rezept als Anregung für weiteren Austausch. Diese wurden bereits vorab bestimmt, indem Personen gefragt wurden. Vor dem Suppenfest kann bei Bedarf ein Telefonat oder Treffen mit den Personen die ihre Suppenrezepte als Erzählanregungen teilen, stattfinden. Dieses Treffen dient als Unterstützung, um mögliche Sprachbarrieren abbauen zu können. Beim Suppenfest gehen die ausgewählten Personen mit ihrer Erzählung voran. Danach werden die Zuhörenden eingeladen, mit ihren Geschichten anzuknüpfen. Dabei ist zu beachten, dass eine Erzählanregung die Richtung für den weiteren Austausch vorgibt.

Dem moderierten Erzählteil folgt ein lockerer Teil, verbunden mit gemeinsamen Essen und Trinken. Hier kann ein gemütlicher Austausch und Begegnung stattfinden. Teilnehmende können ihrer Neugierde freien Lauf lassen, auf Gehörtes eingehen und Fragen stellen. Es kann über die Freude am Kochen und das Genießen von gutem Essen, über Traditionen in der Familie oder einer Gemeinschaft, genauso wie über Veränderungen der Esskultur, die miterlebt wurden, gesprochen werden. Die Gestaltung von Karten mit Bildern oder Redewendungen kann den Austausch unterstützen.

Ideen zur Gestaltung von Karten zum Anregen von Gesprächen:

- Erzähle von deiner Lieblingssuppe! Zutaten, Zubereitung, Persönliche Erinnerungen
- Familie, Freunde, Gemeinschaft
- Tradition, Feste
- Stadt, Dorf, Land, Kontinent, Natur, Landschaft
- Ich höre zu. Da knüpfe ich an. Ich erzähle. Frag mich was.
- Redewendungen

Bei der Gestaltung des Raumes ist auf das Schaffen einer gemütlichen Atmosphäre zu achten. Dekoration, Impulskarten oder Objekte, zum Beispiel eine Suppenschale, können auf das gewählte Thema einstimmen.

Gemeinsames Gärtnern

Viele Städte verlieren immer mehr Grünflächen. Diese sind aber ein wichtiger Lebensraum für Menschen, Tiere und Pflanzen. Deshalb entstehen immer mehr Gemeinschafts- und Nachbarschaftsgärten. Dabei bauen und pflegen Nachbar:innen, Organisationen und andere Interessierte zusammen Gärten. Sie schaffen etwas gemeinsam und es entsteht ein Gefühl von Gemeinschaft.

Grünflächen sind Orte, an denen sich Menschen gerne ausruhen und mit anderen austauschen. In Gemeinschafts- oder Nachbarschaftsgärten können sie zusammen gärtnern. Jede Person bringt unterschiedliches Wissen und unterschiedliche Erfahrungen mit, sodass alle voneinander lernen können.

In Gemeinschaftsgärten können verschiedene Pflanzen wie Kräuter, Gemüse, Obst und Beeren angebaut werden. Das unterstützt und schützt die Vielfalt der Natur. Gemeinschaftsgärten sind auch Orte der Bildung, Ernährung und des Konsums. Dort können sich unterschiedliche Menschen treffen, ohne etwas kaufen zu müssen. Die Gärtner:innen können sich zum Teil selbst mit Nahrungsmitteln versorgen. Durch die gemeinsame Aktivität können neue Kontakte und Freundschaften entstehen. Sie

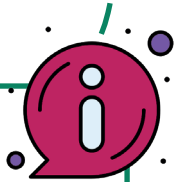
können aber auch etwas über das Gärtnern, die Natur und Tierwelt erfahren.

Gemeinsames Gärtnern ist großartig, weil unterschiedliche Menschen zusammen etwas schaffen. Sie können draußen sein, die Natur genießen und Pflanzen wachsen sehen. Es stärkt das Gemeinschaftsgefühl und bringt verschiedene Menschen näher zusammen.

Deshalb haben wir uns entschieden, auch ein Gartenprojekt zu starten. Wir haben Interessierte gesucht und mit ihnen zusammengearbeitet. Dafür haben wir mehrere Workshops organisiert. Wir konnten zwei Hochbeete im Garten der Fachhochschule aufstellen und gemeinsam mit Partner:innen bepflanzen. Eine Gartengruppe kümmert sich jetzt um die Pflege.

Soziale Arbeit bedeutet, mit verschiedenen Menschen zusammenzuarbeiten und Lebensbedingungen zu verbessern. Das betrifft auch den Lebensraum der Menschen. Deshalb braucht es auch Green Social Work (Grüne Soziale Arbeit). Sie beschäftigt sich mit Klima und Umwelt und verbindet das mit Sozialer Arbeit. In vielen Ländern hat Green Social Work eine immer größere Bedeutung. Das hat uns auch in unserem Gartenprojekt bestärkt.





Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterleisen

Falls du Lust hast mehr über dieses Thema zu erfahren, schau gerne mal in diese Bücher:

- 🔄 Müller, Christa (Hg:in) (2011): Urban Gardening. Über die Rückkehr der Gärten in die Stadt. München: oekom.
 - Hier kannst du dir das Buch gratis herunterladen:
<https://www.oekom.de/buch/urban-gardening-9783865812445>

- 🔄 Baier, Andrea/Müller, Christa/Werner, Karin (Hg:innen) (2024): Unterwegs in die Stadt der Zukunft. Urbane Gärten als Orte der Transformation. Bielefeld: transcript.
 - Hier kannst du dir das Buch gratis herunterladen:
<https://www.ssoar.info/ssoar/handle/document/93281>

- 🔄 Von der Haide, Ella (2014): Die neuen Gartenstädte. Urbane Gärten, Gemeinschaftsgärten und Urban Gardening in Stadt- und Freiraumplanung. Internationale Best Practice Beispiele für kommunale Strategien im Umgang mit Urbanen Gärten.
 - Hier kannst du dir das Buch gratis herunterladen:
<https://kobra.uni-kassel.de/bitstream/handle/123456789/2015012147238/VonDerHaideGartenstaedte.pdf>

Eine gute Einführung in Green Social Work bieten:

- 🔄 Liedholz, Yannick (2022): Who cares? Die Sozialarbeitspraxis in der Klimakrise, in: Die Armutskonferenz: Es brennt.
 - Hier kannst du die Datei herunterladen:
https://www.armutskonferenz.at/media/liedholz_klimagerechte-soziale-arbeit_2023.pdf

- 🔄 Limbrunn, Alfons/van Elsen, Thomas (Hg:innen) (2013): Boden unter den Füßen. Grüne Sozialarbeit – Soziale Landwirtschaft – Social Farming. Weinheim: Beltz Juventa.

Gartenkonzept

<p>Ziel: Was wollen wir erreichen?</p>	<p>Gemeinsam gärtnern, Förderung von Gemeinschaft, Austausch zwischen den Beteiligten, Begegnungsraum schaffen, persönliche Stärkung durch das Gefühl etwas zu schaffen, einfacher Zugang für alle</p>
<p>Sinn: Warum wollen wir das erreichen?</p>	<p>Interesse und Erfahrung am Gärtnern, freie Fläche am gewünschten Ort, Selbstwirksamkeit erhöhen, Barrieren abbauen, Zusammenarbeit mit verschiedenen Menschen und Organisationen, Nachhaltigkeit, Begegnungen, Lernort, Gemeinschaft, Vielfalt, Nachbarschaft stärken</p>
<p>Ausgangslage: Was gibt es schon? Was hilft, das Projekt voranzutreiben?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Interesse seitens Fachhochschule durch Campus der Begegnung, Öffnung der Fachhochschule für die Nachbarschaft • Best-Practice-Beispiele als Inspiration recherchieren • St. Pölten: Sonnenpark, Sturm19-Park, Otto-Glöckel-Schule • Wien: Gemeinschaftsgarten Donaukanal, Jugendzentrum Strebersdorf • Tulln: Garteln am See
<p>Beteiligte: Wer mit wem?</p>	<p>Green Steps, Qualify For Hope, Emmaus und Emmaus City Farm, Verein Wohnen, GW St Pölten u. a., Nutzer:innen der Organisationen, Studierende, Lehrende und Mitarbeiter:innen an der Fachhochschule, Nachbar:innen rund um die Fachhochschule St. Pölten</p>

<p>Zeitplan: Wann? Bis wann? Wie oft?</p>	<p>11. Jänner 23: Vernetzungstreffen mit Organisationen und Vereinen</p> <p>15. Juni und 23. August 23: Planungstreffen mit Organisationen und Vereinen</p> <p>Februar 24: 2 Workshops mit und für Organisationen und Kooperationspartner:innen und mit Nachbar:innen</p> <p>Mai 24: Treffen mit der Abteilung Facility Management der Fachhochschule St. Pölten und GW St. Pölten zur Planung der Umsetzung</p> <p>24. Juni 2024: Gartenbesprechung zur Beetbetreuung und Bepflanzen der Beete</p> <p>laufend: Kontakt mit den Kooperationspartner:innen</p>
<p>Budget: Wofür? Wie viel? Von wem? Welche Kosten sind zu erwarten?</p>	<p>Zwei Hochbeete, Wassersammelstelle, Kompost, Workshops mit Kooperationspartner:innen, Verpflegung, Dekoration und Gestaltung</p> <p>3.000 bis 5.000 Euro, Finanzierung durch Fachhochschule St. Pölten</p>
<p>Öffentlichkeitsarbeit: Wer soll von dem Projekt auf welche Art und Weise erfahren?</p>	<p>Nachbarschaft, Organisationen, Vereine, Fachhochschule etc. durch: E-Mails, Telefonate, Soziale Medien, Flyer, Plakate, Präsentationen, Gespräche</p>
<p>Erfolgcheck: Wie kannst du herausfinden, ob das Projekt erfolgreich war?</p>	<p>Feedback einholen bei Gartenbesprechung und beim gemeinsamen Anpflanzen</p> <p>Rückmeldungen durch Gartengruppe, die die Beete betreut und nutzt</p>

Gemeinsames Gärtnern an der Fachhochschule

Jänner 2023 bis August 2024

Wir haben gesehen, dass es im Garten der Fachhochschule ungenutzte Flächen gibt. So entstand die Idee, zusammen mit Nachbar:innen, Organisationen, Studierenden und Mitarbeiter:innen der Fachhochschule einen Nachbarschaftsgarten anzulegen. Dabei geht es nicht nur um das gemeinsame Gärtnern. Es geht auch darum, ein Gemeinschaftsgefühl zu schaffen. Verschiedene Personen können sich durch das Projekt kennenlernen und austauschen. Ein Platz für alle soll entstehen.

Damit das Projekt gelingen kann, gab es einige Treffen zur Planung. Am Anfang haben wir uns mit



verschiedenen Organisationen und Vereinen aus St. Pölten getroffen und über unsere Ideen gesprochen. Die Organisationen haben sich vorgestellt und ihre Interessen mitgeteilt. Gemeinsam haben wir geplant, wie der Garten der Fachhochschule genutzt werden kann. Es war wichtig, regelmäßig in Kontakt zu bleiben.

Zusammen wollten wir Hochbeete im Garten der Fachhochschule aufbauen. Gemeinsam mit Green Steps, einem Verein für Umweltbildung, haben wir zwei Workshops organisiert. Die Workshops hatten die Themen Gärtnern, Anpflanzen und Beetbetreuung. In den Workshops haben wir erste Ideen, Vorstellungen und Wünsche besprochen und aufgeschrieben.

Zusammen mit der Organisation Quality for Hope und ihren Nutzerinnen haben wir über die Gestaltung und Betreuung der Beete gesprochen. Quality for Hope ist ein Projekt zur Unterstützung von Mädchen und jungen Frauen.

Im Mai 2024 wurde es ernst. Wir hatten zwei Treffen mit der Facility Management Abteilung der Fachhochschule und dem integrativen Betrieb GW St. Pölten. Das Facility Management kümmert sich um die Verwaltung und Betreuung der Fachhochschule als

Gebäude. Dabei haben wir besprochen, wie die Hochbeete aussehen sollen, wie viele Hochbeete es geben soll und wo wir sie aufbauen möchten und können.

Mitte Juni 2024 haben wir durch die Emmaus City Farm in St. Pölten eine Pflanzenspende erhalten. Emmaus City Farm ist eine Tagesstätte, in der gegärtnert wird. Eine Studentin hat die verschiedenen Pflanzen bis zum Einpflanzen privat gepflegt.

Im Juni 2024 hat GW St. Pölten die Hochbeete im Garten der Fachhochschule aufgebaut und mit Erde befüllt. Ende Juni 2024 hatten wir eine Gartenbesprechung mit den interessierten Organisationen und ihren Nutzer:innen. Wir haben uns getroffen, um zu besprechen, wer die Hochbeete pflegen kann und was wir dazu brauchen. Eine Gartengruppe ist entstanden. Gemeinsam haben wir die Hochbeete mit verschiedenen Pflanzen wie Tomaten, Paprika, Basilikum, Rosmarin, Mangold, rote Rüben und Erdbeeren bepflanzt. So sind bunte Hochbeete entstanden.

Die Teilnehmerinnen der Organisation Qualify for Hope haben übernommen, ein Schild mit Tipps zur Gartennutzung zu gestalten. Sie schreiben auch, dass die Hochbeete öffentlich zugänglich sind. Außerdem machen sie Schilder für die Pflanzen, damit man diese gut erkennen kann.

Von Beginn an betreuen die Organisation Qualify for Hope und ihre Nutzerinnen die Hochbeete. Auch der Verein Green Steps schaut regelmäßig vorbei

und unterstützt die Gartengruppe. Die bunten Beete haben auch schon die Aufmerksamkeit von Nachbar:innen, Studierenden und Mitarbeiter:innen der Fachhochschule gewonnen.



Ablaufplan:

Workshop zum gemeinsamen Gärtnern am 29. Februar 2024

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
29. Februar 2024 15:00 – 16:00 Uhr	Vorbereitung Workshop <ul style="list-style-type: none"> • Karte zum Aufsperrern des Raumes abholen • Materialkoffer holen • 4 bis 5 Tischgruppen bilden • Wasser, Gläser und Schüsseln holen • Funktioniert alles? (Technik, etc.) • Beschilderung Raum vorbereiten • Kontaktliste und Frage Foto ja/nein (auch: Posten Soziale Medien) 	Vanessa, Thomas, Magdalena	Materialkoffer Pinnwände Pins Flipchart Powerpoint Snacks, Wasser, Gläser, Schüsseln Tische und Sessel
16:00 – 16:10 Uhr	Ankommen <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart vor Tür stellen • Begrüßung der Teilnehmer:innen • Namensschilder aus Tesakrepp • Teilnehmende finden ihren Platz • Erstes Kennenlernen der Teilnehmer:innen 	Vanessa, Thomas, Magdalena, Julia Michaela	Tesakrepp Teilnehmer:innenliste
16:10 – 16:20 Uhr	Check-in und wer sind wir? <ul style="list-style-type: none"> • Vorstellung Mastergruppe und Projekt • Kurze Worte: Was passiert heute? 	Vanessa	PowerPoint Laptop Allgemeines Plakat Pinnwand

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
16:40 – 17:00 Uhr	<p>Kurze Phantasiereise und gemeinsames Planen</p> <p>Kurze Phantasiereise (2 bis 3 Minuten)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Phantasie und Vorstellungskraft anregen • Thema: Gärtnern im Sommer <p>Gemeinsames Planen</p> <p>Teilnehmende sind in Tischgruppen und beginnen zu planen (Wünsche, Ideen, Vorstellungen)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was gefällt dir am besten am Gärtnern? • Was ist das Besondere am gemeinsamen Gärtnern? • Warst du schon Mal Teil eines Gemeinschaftsprojekts? • Hast du schon mal etwas angepflanzt? • Wo kannst du Unterstützung geben? • Wo brauchst du Unterstützung? 	Vanessa, Thomas, Julia, Magdalena, Michaela	Materialkoffer Bunte Stifte Papier Pinnwand PowerPoint-Folie mit anregenden Fragen
17:00 – 17:10 Uhr	<p>Vorstellung Gartenprojekt</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was soll passieren? • Rückblick vom Workshop am 20. Februar 2024 	Vanessa	PowerPoint A1-Ausdruck vom Gebäuderiss der Fach- hochschule

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
17:10 – 17:20 Uhr	Input Green Steps <ul style="list-style-type: none"> • Bilder werden gezeigt • Vorstellung Konzept Groovy Garden • Vorstellung Projekt Otto Glöckl Schule • Vorstellung Gartenelemente • Welche Vorteile hat ein Garten? • Was braucht es dazu? 	Green Steps	PowerPoint und Material seitens Green Steps Bilder
17:20 – 17:30 Uhr	Besuch im Garten der Fachhochschule <ul style="list-style-type: none"> • Gespräche mit Teilnehmenden • Wo könnten die Beete stehen? • Saatgutbibliothek der Fachhochschule in der Bibliothek herzeigen und vorstellen 	Vanessa, Julia, Thomas, Magdalena, Michaela, Alexandra	
17:30 – 18:00 Uhr	Rückblick des Tages und Check-out Ideen, Gedanken, Erwartungen, Beitrag der verschiedenen Organisationen und Personen <ul style="list-style-type: none"> • Wie war der Tag? • Wie gehst du heute nach Hause? • Welche Ideen hattest du heute? • Was ist für dich wichtig? • Möchte ich Teil der zukünftigen Gartengruppe sein? 	Vanessa, Julia, Thomas, Magdalena, Michaela, Alexandra	„Wetterstation“ als alternatives Stimmungsbild (bunter Ausdruck von Sonne, Wolken, Wolke und Sonne, Sturm) PowerPoint-Folie mit anregenden Fragen

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
ab 18:00 Uhr	Ausklang <ul style="list-style-type: none"> • Verabschiedung • Letzte Gespräche • Bedanken fürs Kommen und Mitmachen • Wie bleiben wir in Kontakt? • Stand der Dinge 	Vanessa, Michaela	



„Im Sturm angekommen, tolle Präsentation, ich habe Interesse.“

„Lebendige Grünflächen, ich freue mich auf frische Tomaten in der Mittagspause.“

„Sunny, happy about the project, also stormy because it's the first fh setting.“

„Sunny, riecht nach Sommer, ich möchte dabei sein.“

„Ich bin begeistert und interessiert.“

„ ... es ist eine feine Gruppe, bin bereit zum Loslegen, ich bin inspiriert.“

Ablaufplan zur Gartenbesprechung und Bepflanzen der Beete am 24. Juni 2024

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
24. Juni 2024 08:30 - 09:30 Uhr	Vorbereitung <ul style="list-style-type: none"> • Aufsperrern des Raumes • Materialkoffer holen • Wasser, Gläser und Schüsseln besorgen • Getränke und Snacks aufstellen • 4 bis 5 Tischgruppen aufstellen • Funktioniert alles? (Technik, etc.) • Teilnehmer:innenliste und Frage „Foto ja/nein“ (auch: Posten auf den Sozialen Medien) • Pflanzen zu Hochbeet bringen 	Vanessa, Ana	Materialkoffer Gläser, Wasser, Schüsseln, Getränke, Snacks Pinnwände & Pins Flipchart PowerPoint Pflanzen Gießkannen Gartenwerkzeug
9:30 – 9:40 Uhr	Ankommen <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart vor Tür stellen • Begrüßung der Teilnehmenden • Namensschilder aus Tesakrepp • Teilnehmer:innenliste ausfüllen • Erstes Kennenlernen 	Vanessa, Ana, Julia	Flipchart Teilnehmer:innenliste Tesakrepp

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
9:40 – 9:50 Uhr	Check-in und wer sind wir? <ul style="list-style-type: none"> • Vorstellung Mastergruppe und Projekt • Warum sind wir heute hier? • Was soll heute passieren? 	Vanessa	PowerPoint
9:50 – 10:00 Uhr	Ab in der Garten! <ul style="list-style-type: none"> • Gespräche mit Teilnehmenden • Hochbeete ansehen und besprechen 	Vanessa, Ana, Julia, Michaela	Pflanzen Gießkannen Gartenwerkzeug
10:00 – 10:10 Uhr	Fototermin mit Fachhochschule	Mitarbeiter:in der Fachhochschule	
10:10 – 10:30 Uhr	Kennenlernen im Garten! Aufstellungsspiel: Menschenschlange <ul style="list-style-type: none"> • Bezug zum Gärtnern (linke Seite viel Erfahrung, rechte Seite wenig/ keine Erfahrung) • Person nennt ihren Namen und Organisation • Person spricht über Erfahrung mit Gärtnern 	Julia	Aufstellungsspiel vorbereiten
10:30 – 11:00 Uhr	Gemeinsames Anpflanzen <ul style="list-style-type: none"> • über Hochbeete erzählen • Saatgutbibliothek der Fachhochschule ansprechen • Gespräche führen • Hochbeete zusammen bepflanzen und gießen • zurück in den Raum gehen 	Vanessa, Ana, Julia, Michaela	Pflanzen Gießkannen Gartenwerkzeug

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
11:00 – 11:10 Uhr	Vorstellung Gartenprojekt <ul style="list-style-type: none"> • Was soll passieren? • Was ist bis jetzt passiert? • Meilensteine 	Vanessa	PowerPoint
11:10 – 11:40 Uhr	Gartenbesprechung Zeitressourcen und Vorstellungen der Teilnehmenden besprechen Besprechung in Kleingruppe, anschließend im Plenum <ul style="list-style-type: none"> • Papier und Stifte austeilen • Wie können wir die Betreuung der Hochbeete im Garten der Fachhochschule in den nächsten Monaten organisieren? • Wie können wir die Gartengruppe gestalten? • Wer gärtnert mit? • Welche Organisationen machen mit? • Wer übernimmt welche Aufgaben? • Besprechung Sommertermin 	Vanessa, Ana, Julia, Michaela	Papier bunte Stifte Snacks und Getränke PowerPoint-Folie mit anregenden Fragen
11:50 bis 12:00 Uhr	Gemütliches Check-out <ul style="list-style-type: none"> • Ideen, Gedanken, Erwartungen, Beiträge der verschiedenen Personen und Organisationen • Nächste Schritte besprechen • Wie war der heutige Tag für dich? • Welche Gedanken hattest du heute? • Möchtest du Teil der Gartengruppe sein? 	Vanessa	PowerPoint-Folie mit anregenden Fragen

Wann?	Was?	Wer?	Material
Datum und Uhrzeit	Aktivität	Zuständige Person	Was wird gebraucht?
Ab 12:00 Uhr	Ausklang <ul style="list-style-type: none"> • Verabschiedung der Teilnehmenden • letzte Gespräche • bedanken fürs Kommen und Mitmachen • Wie bleiben wir in Kontakt? 	Vanessa, Julia, Michaela	



„Die Pflanzen wachsen jeden Tag wunderbar, es scheint, dass wir grüne Daumen haben.“ – Qualify for Hope.

„Das ist aber eine gute Idee. Ich hab selbst auch kleine Gemüsebeete am Balkon. Bin gespannt wie es fertig aussieht.“ – Nachbar:in

„Vielleicht wird das ja unser neuer Treffpunkt.“ – Nachbar:in

„Das Gärtnern in der Gemeinschaft kann den Beteiligten ein Gefühl von Zugehörigkeit vermitteln. Sie haben die Möglichkeit, einen positiven Beitrag zu leisten.“ – Green Steps



Empfehlungen zum gemeinsamen Gärtnern

- **Verbündete und Interessierte am Gärtnern finden**
 - * Organisationen, Vereine und Menschen mit gleicher Motivation erreichen und aufmerksam machen
 - * Konzept und Zielsetzung überlegen
- **Treffen mit Interessierten organisieren**
 - * Workshops und gemeinsames Planen
 - * Wünsche, Ideen und Vorstellungen sammeln
 - * Was möchten wir anpflanzen? Wer kümmert sich drum?
- **Einen guten Standort suchen und festlegen**
 - * Ansprechpersonen finden
 - * Auf geeignete Fläche und Wetterbedingungen, Bodenqualität und Wasserzugang achten
- **Mit Expert:innen zusammenarbeiten**
 - * Leute mit Fachwissen zum gemeinsamen Gärtnern einladen
 - * Unterstützung in der Planung und Betreuung anfragen
 - * Netzwerken für Gemeinschaftsgärten beitreten, z. B. dem Gartenpolylog <https://gartenpolylog.org>
- **Finanzierung vorab klären**
 - * Welche Kosten entstehen? Wer kann sie übernehmen?
 - * Kooperationspartner:innen und Fördergelder suchen; Spenden oder Mitgliedsbeiträge sammeln
- **Bau oder Kauf der Hochbeete planen**
 - * Herstellung durch professionelle Betriebe, wenn möglich soziale Betriebe nutzen.



- * Beete selbst bauen: (alte) Ziegel, Holz, Paletten (Anleitungen im Internet suchen)
- * Überlegen: Wer macht mit? Was ist möglich?
- **Gartengestaltung und benötigtes Werkzeug**
 - * Schilder mit Erklärungen zu den Pflanzen erstellen
 - * Was braucht es zum gemeinsamen Gärtnern? (Wassersammelstelle, Kompost, Kiste für Werkzeug, usw.)
 - * Bewässerungshilfe in heißen Sommermonaten nutzen (zum Beispiel Ollas oder Plastikflaschen)
 - * Überlegen: Welche weiteren Materialien und Werkzeuge braucht es?
- **Betreuung der Hochbeete sicher stellen**
 - * Gartengruppe gründen
 - * Plan zur Betreuung der Beete erstellen
 - * Wer kann wann welche Aufgabe übernehmen?



- **Gemeinsam Regeln vereinbaren und guten Austausch pflegen**
 - * Schild mit Regeln zur Nutzung und Pflege des Gartens zusammen erstellen
 - * Für regelmäßigen Austausch zwischen den Beteiligten sorgen (Treffen, Telefonieren, WhatsApp-Gruppe, usw.)
 - * Aufgaben und Verantwortung gut verteilen

Gemeinwesenprojekt MSO22
Soziale Arbeit, MA

Nachbarschaft stärken.
Gemeinschaft leben.

fhh III
st. pölten

gemeinsam gärtnern an der Fachhochschule St. Pölten

Um was gehts?
Im Garten der Fachhochschule soll ein Nachbarschaftsgarten entstehen.
Gemeinsam möchten wir Hochbeete und Flachbeete nutzen und pflegen.
Ein gemütlicher Ort zum Verweilen und Gärtnern soll entstehen.
Unterstützt von der AG Nachhaltigkeit der FH St. Pölten
derzeitige Kooperationen: GreenSteps und Quality for Hope

Zielgruppe

- Studierende Master Soziale Arbeit
- Studierende und Mitarbeiterende der Fachhochschule
- Nachbar:innen rund um die Fachhochschule

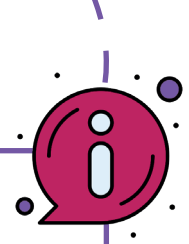
So können wir uns als Nachbarschaft (neu) kennenlernen und zusammen einen schönen Ort gestalten und genießen.

Hast du Fragen oder willst mit uns gemeinsam gärtnern?

Studierende: Vanessa Jarmer
so221801@fhstp.ac.at

Projektleitung: Michaela Moser
michaela.moser@fhstp.ac.at

Folge uns gerne auf Instagram



Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen

- 🕒 Lebenshilfen Soziale Dienste (2018): Leitfaden für Inklusion im Sport. MOI – Move on to inclusion. Graz
- 🕒 Heubach, Pieter (2013): Inklusion im Sport. Schul- und Vereinssport im Fokus. Hamburg. Disserta Verlag.
- 🕒 Bundesministerium Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (2016): UN-Behindertenrechtskonvention. Deutsche Übersetzung der Konvention und des Fakultativprotokolls. Wien.

Die 3 Projektphasen

- 1. Workshop „Sport und Inklusion“**
Kennenlernen der Teilnehmer:innen,
Vernetzung, Erfahrungsaustausch,
Wissen zum Thema Sport und Inklusion,
Vorbereitungen zum Inklusiven Sporttag,
Terminvereinbarung Vernetzungstreffen
- 2. Inklusiver Sporttag**
Menschen mit und ohne Behinderungen
probieren gemeinsam Sportarten aus;
Freude und Spaß sind im Vordergrund,
Vereine stellen sich und ihre Angebote vor,
Trainer:innen sammeln Erfahrungen im
Trainieren inklusiver Gruppen
- 3. Vernetzungstreffen**
Rückmeldungen vom Inklusiven Sporttag,
Weiterarbeit – wie geht es weiter?;
Entwicklung künftiger inklusiver Projekte

Durch die drei Projektphasen wird ein Übergang zwischen Theorie und Praxis für die beteiligten Trainer:innen ermöglicht.

Im Workshop werden Informationen und Wissen zum Thema Sport und Inklusion vermittelt, die beim Inklusiven Sporttag in die Praxis umgesetzt werden.

In der dritten Phase werden zukünftige Projekte besprochen und entwickelt. So soll Nachhaltigkeit ermöglicht werden. Die Vernetzung unter den Vereinen spielt dabei eine wesentliche Rolle.

Gesamtkonzept

<p>Ziel: Was wollen wir erreichen?</p>	<p>Das Projekt zielt darauf ab, Bewusstsein für die Inklusion von Menschen mit Behinderungen im Sport zu erzeugen, zu sensibilisieren und Aufmerksamkeit zu erzielen. Es sollte zum Umdenken anregen und Möglichkeiten aufgezeigt werden, wie die Teilhabe von Menschen mit Behinderungen im Sport gelingen kann. Menschen mit Behinderungen sollten in diversen Sportprojekten mitgedacht und Inklusion als gesamtgesellschaftlicher Prozess, zu dem jede Personen einen Beitrag leisten kann, gesehen werden.</p> <p>Weitere Ziele sind es, Menschen mit Behinderungen den Zugang zu Sportvereinen zu erleichtern, Menschen miteinander in Kontakt zu bringen und gemeinsam Freude und Spaß an der Bewegung zu haben. Bestehende Sportprojekte in und um St. Pölten werden den teilnehmenden Personen sichtbar gemacht und vorgestellt.</p>
<p>Sinn: Warum wollen wir das erreichen?</p>	<p>In der UN-Behindertenrechtskonvention im Artikel 30 wird für Menschen mit Behinderungen das Recht an Teilhabe an Kultur-, Freizeit- und Sportaktivitäten festgehalten. Dieses Recht möchten wir Menschen mit Behinderungen einräumen.</p> <p>Es sollte zu einem Umdenken in der Gesellschaft kommen, damit Menschen mit Behinderungen gleichermaßen an Sportangeboten teilnehmen können.</p>
<p>Ausgangslage: Was gibt es schon? Was hilft, das Projekt voranzutreiben?</p>	<p>In St. Pölten gibt es kaum inklusive Sportprojekte. Der Zugang für Menschen mit Behinderungen wird seitens betroffener und angehöriger Personen als schwierig erlebt. Aus diesem Bedarf heraus entwickelte sich dieses Projekt.</p>

<p>Beteiligte: Wer mit wem?</p>	<p>Die Kooperationsschulen sind die ASO St. Pölten Nord und Mitte, Daniel Gran Volksschule und Gymnasium Josefstraße. Die Trainer:innen sind aus den Vereinen und Organisationen: Alpenverein, ASVÖ NÖ, Human Bridge, Inklusionssport Graz, Naturfreunde, UTC Madaini Tennis, SKN Special Needs, Special Olympics, Sportunion und URUZ-stp. Mit der Stadt St. Pölten und dem Büro für Diversität bestehen ebenso Kooperationen.</p>
<p>Zeitplan: Wann? Bis wann? Wie oft?</p>	<p>Workshop „Sport und Inklusion“ am 25.05.2024 von 9:00 – 12:15 Uhr Inklusiver Sporttag am 17.06.2024 von 9:00 – 15:00 Uhr Vernetzungstreffen am 20.06.2024 von 17:00 – 20:00 Uhr</p>
<p>Budget: Wofür? Wie viel? Von wem? Welche Kosten sind zu erwarten?</p>	<p>Kosten fallen für den Inklusiven Sporttag an. Die Reservierung des Sportzentrums und das Mittagessen der Trainer:innen sind zu bezahlen. Die Reservierung kostete 974,70 €, das Mittagessen 350 €. Dazu kommen noch Becher, Säfte, Klebeband, Müllsäcke mit ungefähr 50 €. Das Mittagessen wird durch ein Crowdfunding finanziert. Die Reservierung für das Sportzentrum wird von der Stadt St. Pölten und dem Büro für Diversität bezahlt. Für den Workshop werden Kosten für Kaffee und Snacks gerechnet.</p>
<p>Öffentlichkeitsarbeit: Wer soll von dem Projekt auf welche Art und Weise erfahren?</p>	<p>Die Informationen zum gesamten Projekt werden den Sportvereinen und Kooperationsschulen übermittelt. Für den Inklusiven Sporttag am Nachmittag werden wir Flyer an soziale Einrichtung per E-Mail aussenden und Plakate an öffentliche Einrichtungen (Einkaufszentren, Apotheken, etc.) anbringen.</p>
<p>Erfolg? Wie kannst du herausfinden, ob das Projekt erfolgreich war?</p>	<p>Positive Rückmeldungen der Trainer:innen und Teilnehmer:innen beim Inklusiven Sporttag. Weiterer zukünftige inklusive Sportprojekte in St. Pölten.</p>

Phase 1: Workshop „Sport und Inklusion“

Konzept

<p>Ziel: Was wollen wir erreichen?</p>	<p>Ziel ist es, anhand von Informationen mögliche Hemmschwellen und Berührungängste abzubauen. Nach dieser Veranstaltung sollten die Teilnehmer:innen offen, bereit und interessiert sein an der Inklusion im Sport.</p> <p>Ein weiteres Ziel ist es, Menschen mit demselben Interessen und Zielen zusammenzubringen, einen Erfahrungsaustausch und Vernetzung zu ermöglichen.</p>
<p>Sinn: Warum wollen wir das erreichen?</p>	<p>Häufig haben Personen, die keine Erfahrungen im Trainieren von inklusiven Gruppen haben, gewisse Ängste. Um diese loszuwerden sind Informationen und ein Erfahrungsaustausch hilfreich. Dazu werden drei Vortragende über ihre Projekte und Erfahrungen berichten.</p> <p>Die Trainer:innen aus den Vereinen und Verbänden üben beim Inklusiven Sporttag die Sportarten mit den Teilnehmer:innen aus und sind auch diejenigen, die künftig inklusive Projekte durchführen und die Inklusion in den Vereinen tragen können. Mit diesem Workshop wollen wir Menschen ermutigen und bestärken, inklusive Projekte umzusetzen.</p>
<p>Ausgangslage: Was gibt es schon? Was hilft, das Projekt voranzutreiben?</p>	<p>Es gibt unterschiedliche Ausbildungen im Behindertensport, die komplex sind und lange dauern. Das ist auch gut so, um die Qualität sicherzustellen. Der Workshop sollte ein erstes niederschwelliges Angebot sein, welches nicht mehrere Tage dauert und Informationen zur Verfügung stellt. Es geht darum ein Interesse zu entwickeln, um dann möglicherweise in einem nächsten Schritt Ausbildungen durchzuführen und dient als Vorbereitung auf den Inklusiven Sporttag.</p>

<p>Beteiligte: Wer mit wem?</p>	<p>Der Workshop ist für Trainer:innen aus Sportvereinen, Vereinen mit Sportangeboten und interessierte Personen gedacht. Dazu zählen auch Personen aus Behindertensportorganisationen, Dachverbänden, angestellte Personen der Stadt St. Pölten (Sportreferat), Kooperationsschulen und Vereine, die sich mit Inklusion beschäftigen.</p>
<p>Zeitplan: Wann? Bis wann? Wie oft?</p>	<p>Der Workshop findet am 25.05.2024 von 9:00 – 12:15 Uhr statt.</p>
<p>Budget: Wofür? Wie viel? Von wem? Welche Kosten sind zu erwarten?</p>	<p>Ein Budget wird nur für Snacks und Getränke benötigt. Dies hängt von der Anzahl der Teilnehmer:innen ab. Bei uns wird das in etwa 72 € für Kaffee und Snacks betragen.</p>
<p>Öffentlichkeitsarbeit: Wer soll von dem Projekt auf welche Art und Weise erfahren?</p>	<p>Wir kontaktieren Sportvereine, Vereine mit Sportangeboten und Organisationen, die sich mit Inklusion beschäftigen via E-Mail.</p>
<p>Erfolg? Wie kannst du herausfinden, ob das Projekt erfolgreich war?</p>	<p>12 Teilnehmer:innen Mindestens fünf Stationen für den Inklusiven Sporttag</p>

Workshop „Sport und Inklusion“ am 25. Mai 2024

Der Workshop war die erste offizielle Veranstaltung des Teilprojektes „Sport für alle“ und ermöglichte in Folge einen gelungenen 1. Inklusiven Sporttag.

Es trafen Menschen mit demselben Ziel und Interesse zusammen – die Inklusion im Sport zu fördern. Personen aus Sportvereinen, Vereinen mit Sport-

angeboten, Dachverbänden, Organisationen und der Stadt St. Pölten waren vor Ort. Beim Workshop erfolgte zu Beginn eine Vorstellungsrunde. Die Teilnehmer:innen stellten sich, ihren Verein und ihre Tätigkeit vor. Sie beantworteten die Frage: „Was bedeutet Inklusion für dich?“. Die Antworten haben wir auf einem Plakat gesammelt.

Bereits bei der Vorstellungsrunde bedankten sich einige Personen für die Veranstaltung und dafür, dass „endlich einmal etwas zu diesem so wichtigen Thema gemacht wird!“. Das bestärkte uns in unserer weiteren Arbeit und zeigt wie hoch das Interesse und der Bedarf bei diesem Thema sind.

Wir sammelten auch Herausforderungen, die den Trainer:innen bereits bei der Inklusion im Sport begegnet sind. Es sind sozioökonomische Barrieren, wie Kosten für Mitgliedsbeiträge und Trainingsausstattung. Hinzu kommt die Mobilität. Wie kommen Personen zum Training und wieder nach Hause? Und die zentralen Punkte waren fehlende Angebote, mangelnde Sichtbarkeit und das Vereinbaren von Angebot und Nachfrage. Die Antworten haben wir ebenso aufgeschrieben.

Den Teilnehmer:innen war der Austausch untereinander besonders wichtig. Das machte sich in den Pausen bemerkbar. Es gab regen Austausch, Diskussionen und Einladungen für diverse Veranstaltungen. Sie merkten, wie sehr sie voneinander profitieren können, da sich die Tätigkeiten und Ressourcen häufig gut ergänzen. So hat zum Beispiel eine Person von der Stadt finanzielle Mittel für eine regelmäßige inklusive Trainingsgruppe, was ein Verein bereits seit längerem umsetzen möchte.

Anschließend folgten drei Vorträge von Vortragenden von „Be in motion“ Wien, „Inklusionssport Graz“ und „Ich will da rauf“ aus München. Sie stellten inklusive

Sportangebote vor und teilten ihre Erfahrungen, Erkenntnisse und Tipps mit uns. Sie ermutigten die Teilnehmer:innen inklusive Projekte umzusetzen und sich Inklusion zuzutrauen.

Oftmals haben Personen Ängste und Sorgen etwas falsch zu machen. Laut den Vortragenden ist das mit ausreichend Empathie und Feingefühl kaum möglich. Es geht darum, auf die persönlichen Bedürfnisse, die jeder Mensch hat, zu achten.

Zuletzt haben wir gemeinsam Organisatorisches für den Inklusiven Sporttag besprochen. Wir haben den genauen Ablaufplan vorgestellt und die Gruppengröße, Einteilungen und Zeit pro Station vereinbart. Ein Termin für das Vernetzungstreffen wurde gemeinsam vereinbart.

Wir beendeten das Treffen voller Vorfreude auf den 1. Inklusiven Sporttag in St. Pölten.



Ablaufplan Workshop „Sport und Inklusion“

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
8:15 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> • Vorbereitungen: Technik, Materialien, Versorgung, Richten der Tische • Zoom Link an Katharina senden • Eule, Mikrofon abholen • Präsentation von Michaela Portele auf den PC laden • Präsentation vorbereiten • Anwesenheitsliste vorbereiten Setting: Sesselkreis aufstellen	Sandra, Thomas, Ana	Flipchart, Stifte Moderationskoffer Tische Essen, Trinken, Gläser Online-Zugang, PC Kamera, Mikrofon
8:45 Uhr	Meeting mit Katharina starten	Sandra	
9:00 Uhr	Ankommen bei Kaffee, Kuchen, Snacks <ul style="list-style-type: none"> • Namensschilder • Datenschutz unterschreiben • Anwesenheitsliste 	Ana, Thomas	
9:20 Uhr	Kick-off <ul style="list-style-type: none"> • Vorstellungen der einzelnen Personen (Name + Organisation) • Plakate gestalten, mitschreiben: Was bedeutet Inklusion für Euch? • Welche Fragen, Herausforderungen sind entstanden? Inklusionsverständnis Übungen Exklusion, Segregation, Integration, Inklusion anhand Anordnung Stühle und Personen im Raum beschreiben.	Sandra, Ana, Thomas, Sandra	PowerPoint, Plakate, Stifte

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
10:00 Uhr	<p>Ich will da rauf</p> <ul style="list-style-type: none"> • Der IWDR und die Seilschaft Inklusion • Das Inklusionsverständnis des Vereins: Wie leben wir Inklusion? • Warum ist Klettern ein idealer Sport zur Inklusion? • Vom Aufbau zum inklusiven, langfristigen Angebot • Erfahrungsberichte: Herausforderungen und Möglichkeiten von Inklusion • Rückmeldung und Bedeutung des Projektes für die Teilnehmer:innen mit und ohne Behinderungen <p>Diskussion, Fragen</p>	Katharina Glögö	Online-Zugang, PC Kamera, Mikrofon- Ausstattung Leinwand
10:40 Uhr	<p>Be in motion</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorstellung des Vereines • Wo liegen die Barrieren beim Zugang zu Sportvereinen? • Was bedeuten die Barrieren für Menschen mit Behinderungen und deren Angehörige? • Warum ist ein Zugang zu Sportvereinen/Angeboten wichtig? Ist dieser überhaupt gewünscht? • Wie kann dieser gelingen? • Grenzen von Inklusion – gibt es die? <p>Diskussion, Fragen</p>	Michaela Portele	PowerPoint- Präsentation (im Vorhinein gesendet)

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
11:00 Uhr	Inklusionssport <ul style="list-style-type: none"> • Schrittweiser Zugang zu Sportvereinen • Was bedeutet Inklusion für die Sportvereine? • Inklusionssport Website/Link • Worauf sollte ich bei der Übungsgestaltung in der Praxis achten? Wie kann Inklusion in den Übungen gelingen? 	Heinz Tippl	
11:45 Uhr	Inklusiver Sporttag <ul style="list-style-type: none"> • Treffpunkt und Aufbau • Ablauf • Zuteilung zu den Stationen (Vereinspersonen, Studierende, Physiotherapeut:innen) • Gruppengröße • Dauer der Zeitslots Termin für das Vernetzungstreffen	Sandra	
12:15 Uhr	Ende offizieller Teil Vernetzung, Ausklang		

Phase 2: Inklusiver Sporttag

Konzept

<p>Ziel: Was wollen wir erreichen?</p>	<p>Das vermittelte Wissen vom Workshop wird beim Inklusiven Sporttag von den Trainer:innen angewendet. Die Trainer:innen haben die Möglichkeit Erfahrungen beim Trainieren von inklusiven Sportgruppen zu sammeln. Ziel ist es, dass die positiven Erfahrungen die Trainer:innen bestärken sich Inklusion zuzutrauen und in Zukunft Projekte umsetzen.</p> <p>Wir möchten auch Aufmerksamkeit erzeugen und Bewusstsein zum Thema Inklusion im Sport schaffen.</p> <p>Das zentrale Ziel des inklusiven Sporttages ist es, den teilnehmenden Personen einen freudigen Sporttag zu ermöglichen, an dem sie neue Personen und Vereine kennenlernen. Möglicherweise erlangen Personen auf diese Weise einen Zugang zu Sportvereinen. Das Aufsuchen einer Sportstätte könnte möglicherweise die erste Hürde für die Teilnehmer:innen darstellen, die sie überwinden.</p>
<p>Sinn: Warum wollen wir das erreichen?</p>	<p>In der UN-Behindertenrechtskonvention im Artikel 30 wird für Menschen mit Behinderungen das Recht an Teilhabe an Kultur-, Freizeit- und Sportaktivitäten festgehalten. Dieses Recht möchten wir Menschen mit Behinderungen einräumen.</p> <p>Es sollte zu einem Umdenken in der Gesellschaft kommen und Menschen mit Behinderungen gleichermaßen als zentraler Bestandteil betrachtet werden.</p>
<p>Ausgangslage: Was gibt es schon? Was hilft, das Projekt voranzutreiben?</p>	<p>In St. Pölten gibt es kaum inklusive Sportangebote. Inklusive Sporttage in anderen Formen gab es bereits in unterschiedlichen Städten und Gemeinden. Durch den erhöhten Bedarf an Angeboten und das hohe Engagement von Trainer:innen besteht eine große Möglichkeit zur Veränderung.</p>

<p>Beteiligte: Wer mit wem?</p>	<p>Die Kooperationsschulen, die am Vormittag teilnehmen sind die ASO St. Pölten Nord und Mitte, Volksschule Daniel Gran und Gymnasium Josefstraße.</p> <p>Am Nachmittag nehmen Personen aus sozialen Einrichtungen (Caritas, Emmaus, Gesa) teil.</p> <p>Die Trainer:innen sind aus den Vereinen und Organisationen: Alpenverein, ASVÖ NÖ, Human Bridge, Inklusionssport Graz, Naturfreunde, UTC Madaini Tennis, SKN Special Needs, Special Olympics, Sportunion und URUZ-stp.</p>
<p>Zeitplan: Wann? Bis wann? Wie oft?</p>	<p>Der Inklusive Sporttag findet von 9:00 – 15:00 Uhr im Sportzentrum Niederösterreich statt. Von 9:30 Uhr – 11:30 Uhr sind die Kooperationsschulen vor Ort.</p> <p>Am Nachmittag von 13:00 – 15:00 Uhr sind Personen aus Tageszentren, Werkstätten und sozialen Einrichtungen, wie Emmaus, Caritas, Gesa vor Ort.</p> <p>Die Stationen sind in diesen vier Stunden ständig von Trainer:innen besetzt. Folgende Sportarten können ausprobiert werden: Swingolf, Tennis, Skateboards, Sensomotorik, Fußball, Basketball, Klettern, MATP, Bewegungsspiele und Klettern.</p>
<p>Budget: Wofür? Wie viel? Von wem? Welche Kosten sind zu erwarten?</p>	<p>Zu bezahlen sind die Reservierung des Sportzentrums und das Mittagessen der Trainer:innen.</p> <p>Die Reservierung kostet 974,70 €, das Mittagessen 350 €.</p> <p>Dazu kommen noch Becher, Säfte, Klebeband, Müllsäcke 40,38 €.</p> <p>Das Mittagessen wird durch ein Crowdfunding finanziert. Die Reservierung für das Sportzentrum wird von der Stadt St. Pölten und dem Büro für Diversität bezahlt.</p> <p>Das Sportzentrum unterstützt uns bei der Finanzierung, indem sie den Beitrag um die Hälfte reduzieren.</p>
<p>Öffentlichkeitsarbeit: Wer soll von dem Projekt auf welche Art und Weise erfahren?</p>	<p>Der Inklusive Sporttag wird vorab mit den Kooperationsschulen besprochen. Für den Nachmittag senden wir die Flyer an soziale Einrichtung per E-Mail aus.</p>
<p>Erfolg? Wie kannst du herausfinden, ob das Projekt erfolgreich war?</p>	<p>Rückmeldungen der Teilnehmer:innen und Trainer:innen</p>

Bericht vom 1. Inklusiven Sporttag in St. Pölten am 17. Juni 2024

Der 1. Inklusive Sporttag in St. Pölten fand am 17.06.2024 von 9:00 – 15:00 Uhr im Sportzentrum Niederösterreich statt.

Zu Beginn gab es Grußworte von uns Studierenden, einer Landesrätin, dem Stadtrat für Sport und dem Studiengangleiter der Fachhochschule St. Pölten. Nach den Grußworten wurde gemeinsam zu dem Lied „Auf uns“ von Andreas Bourani getanzt. Die ersten Barrieren im Kopf wurden abgebaut und wir konnten gemeinsam schwungvoll in diesen besonderen und sonnigen Tag starten.

Nach dem Tanz startete der Stationenbetrieb. 160 Schüler:innen waren von den Kooperationsschulen ASO St. Pölten Nord und Mitte, der Volksschule Daniel Gran und dem Gymnasium Josefstraße dabei. Die Schüler:innen mit und ohne Behinderungen probierten von 9:30 Uhr bis 11:30 Uhr unterschiedliche Sportarten, wie Klettern, Basketball, Swingolf, Skateboards, Tennis, Fußball, MATP, Bewegungsspiele und Sensomotorik aus.

Von 12:00 bis 13:00 Uhr gab es eine Mittagspause. Die Trainer:innen und wir Studierende haben uns mit einem Mittagessen im Sportzentrum für den Nachmittag gestärkt.

Am Nachmittag nahmen 110 Personen aus unterschiedlichen sozialen Einrichtungen und Institutionen, wie Werkstätten, Tageszentren, Schulen, Beratungsstellen teil.

Spaß und Freude an der Bewegung standen an diesem Tag im Vordergrund. Es sollten Barrieren abgebaut, Aufmerksamkeit erzeugt, Bewusstsein geschaffen und die Wichtigkeit von Inklusion auf die politische Ebene getragen werden. Und das ist uns gelungen. Es wurden Medienberichte und Presseaussendungen verfasst, Grußworte von Politiker:innen, FH-Verantwortlichen gehalten und ein Umdenken der Teilnehmer:innen ist erfolgt.

Dieser Sporttag war für die Teilnehmer:innen mehr als das reine Ausprobieren von Sportarten und eine Möglichkeit einen Zugang zu Sportvereinen zu erlangen. Es war ein Tag absoluter Wertschätzung, des Respektes und Miteinanders. Es spielte keine Rolle, woher Personen kamen, welche körperliche Voraussetzungen, Fähigkeiten und Skills sie mitbrachten. Sie wurden als Menschen wertgeschätzt und konnten in einer professionellen Sportanlage mit professionellen Trainer:innen gemeinsam in einer Gruppe Sport ausüben. Es war ein lehrreicher und bereichernder Tag für alle, die mit dabei waren.

Der Sporttag konnte nur mit Hilfe der Trainer:innen in dieser Form durchgeführt werden. In diesem Sinne nochmals ein großes Dankeschön an sie! Die Trainer:innen waren aus folgenden Vereinen und Organisationen vertreten: Human Bridge, Inklusions-sport Graz, SKN St. Pölten Special Needs, Special Olympics, ASVÖ Niederösterreich, Sportunion, URUZ-stp, UTC Madainitennis, Alpenverein, Naturfreunde.

Der gesamte Aufwand war es absolut wert. Die lachenden Gesichter, die strahlenden Augen der Teilnehmer:innen und der stolze Blick nach dem Wurf des Basketballs in den Korb waren eine Bereicherung für alle. Dass Inklusion eine Frage des Wollens ist und sich wettkampffreier Sport dafür ausgezeichnet eignet, können wir nun selbst bestätigen.



„Es war großartig! Die Kinder hatten große Freude und Spaß. Es war so schön, zuzuschauen und den ‚guten Spirit‘ zu spüren.“

„Gratuliere dir nochmals zur tollen Veranstaltung am Montag und vielen Dank, dass meine Schüler:innen eine so tolle Erfahrung machen durften.“



Ablaufplan Inklusiver Sporttag

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
07:30 Uhr	Treffpunkt Studierende <ul style="list-style-type: none"> • Abholung der Kabinenschlüsseln, Zugang zu Sportstätten • Getränkebar • Pavillon (zwischen Tennisplatz -Fußballfeld aufstellen (mit schweren Steinen befestigen) - Rückgabeort vereinbaren • Kabinenbeschriftung anbringen (8 Kabinen) • Schilder, Wegweiser anbringen • Mikrofon, Lautsprecher für Grußworte, Laptop für Musik • Müllsäcke bei Biergarnituren anbringen • Schilder für Stationen • Namensschilder für Trainer:innen 	Sandra, Ana, Josef, Viktoria	Schlüssel Saft, Wasser, Kanister, Becher, Tisch Pavillon, Steine ausgedruckte Schilder ausgedruckte Schilder Mikrofon (tragbar) Müllsäcke ausgedruckte Schilder Band, Stift
8:30 Uhr	Ankunft Schulen / Empfang der Schulen / Infopoint ASO St. Pölten Nord und Mitte Daniel Gran Volksschule Gymnasium Josefstraße	Viktoria, Ana	Kabinen, WC herzeigen
08:30 Uhr	Ankunft der Trainer:innen (Aufbau)	Sandra	Ablauf ausgedruckt, Zeitslots
ab 08:45 Uhr	Infopoint Personen zum Naturrasen (bei schlechtem Wetter: Halle) begleiten	Viktoria, Ana, Josef	

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
	Empfang der Politiker:innen, Christoph Redelsteiner	Josef, Sandra	
08:50 Uhr	Grußworte: <ul style="list-style-type: none"> • Sandra • Ulrike Königsberger Ludwig (Landesrätin Soziale Verwaltung, Gesundheit, Gleichstellung) • Heinz Hauptmann (Stadtrat für Sport) • Christoph Redelsteiner (FH Studiengangleiter MSO) • Martina Eigelsreiter (Büro für Diversität) 	Sandra	Mikrofon, Rede
Nach den Gruß- worten	gemeinsamer Start am Naturrasen (bei Schlechtwetter in der Halle) Lied aufdrehen alle tanzen zusammen anschließend Stationenbetrieb 1 in den Gruppen	Ana, Josef, Sandra	Laptop, Anschluss Musikbox
laufend	Infopoint 1 Person: laufende Anmeldungen, Auskunft zu diversen Anliegen, Kabinen, WC zeigen Getränke Saft, Wasser nachfüllen Fotos, Bildaufnahmen, Filme	Viktoria, Ana, Thomas	
9:00 – 11:00 Uhr	Besuch Ulrike Königsberger Ludwig	Josef, Ana	
9:30 – 11:30 Uhr	Stationenbetrieb 1		

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
11:30 Uhr	Ende Stationenbetrieb 1 Umziehen, Versammlung am Naturrasen	Sandra	
11:45 Uhr	Treffpunkt am Naturrasen (bei Schlechtwetter Halle) Verabschiedung der Schulen, Urkunden austeilen	Ana, Josef, Magdalena, Sandra	Urkunden Teilnehmer:innen
ab 12:00 Uhr	Mittagessen für Mitarbeiter:innen im Sportzentrum		
13:00 - 15:00 Uhr	Stationenbetrieb 2		
13:00 Uhr	Mittagessen Studierende (nach Absprache, nach der Reihe - Infopoint ist immer besetzt)		
15:00 Uhr	Verabschiedung der Teilnehmer:innen, Urkunden austeilen	Ana, Josef, Magdalena, Sandra	Urkunden Teilnehmer:innen
Anschließend ca. 15:15 Uhr	Verabschiedung der Vereine Dank Urkunden an Trainer:innen austeilen	Sandra	Urkunden Trainer:innen
rasch anschließend	Aufräumen: <ul style="list-style-type: none"> • Biergarnituren (Bänke, Tische) und Sonnenschirme wegräumen • Getränkebar abbauen (Auswaschen und in das Auto von Sandra räumen) • Pavillon abbauen (zum vereinbarten Standort zurückbringen) • Müll entsorgen; Mikrofon, Lautsprecher zurückbringen • Kabinen durchsehen: Sachen vergessen, Müll in Mülleimer • Infopoint abbauen + Tische von den Stationen hereintragen 	Sandra, Josef, Magdalena, Ana, Viktoria	

9 Stationen



	Personen	Organisation	Sportart	Ort
1	Ulrike Furch	ASVÖ NÖ	Bewegungsspiele	Bet at Home Arena
2	Eveline Helm	Special Olympics	MATP	Gymnastikraum
3	Tim Börner	Sportunion	Skateboard	Asphalt
4	Vera Schonaklener	URUZ-stp	Sensomotorik	Naturrasenplatz
5	Heinz Tippl	Inklusionssport	Swingolf	Kunstrasen
6	Jürgen Huber	SKN Special Needs	Basketball	Halle
7	Philipp Kadlec	Alpenverein	Klettern	Kletterwand
7	Manuela Dorweking	Naturfreunde	Klettern	Kletterwand
8	Ramin Madaini	UTC Madaintennis	Tennis	Tennisplatz
9	Andreas Gusenbauer	Human Bridge	Fußball	Naturrasenplatz

Powered by:



„War heute eine super Sache und wir [...] hatten alle richtig Spaß! Es war eine super Möglichkeit einige Sportarten auszuprobieren und über die Grenzen hinauszuwachsen. Danke für die Einladung und Organisation!“

„Ich hoffe sehr, dass die Premiere kein „Einzelfall“ bleibt sondern der Auftakt zu vielen weiteren ‚Inklusiven Sporttagen‘ war.“

Büro für Diversität
Stadt St. Pölten

Nachbarschaft stärken. Gemeinschaft leben.

ifh///
st.pölten

Inklusiver Sporttag

Sport für ALLE!
Für Menschen mit und ohne Behinderungen

Am 17.06.2024
von 9:00-15:00 Uhr
im Sportzentrum NÖ

- Du brauchst keine Erfahrungen im Sport haben.
- Probiere gemeinsam mit anderen Personen unterschiedliche Sportarten aus
- Spaß und Freude an der Bewegung stehen im Vordergrund.

Sportvereine und Sportverbände
Alpenverein, ASVÖ Niederösterreich, BISI, UTC Madaintennis, Naturfreunde, SKN Special Needs, Special Olympics, Sportunion, URUZ-stp

Sportangebote
Basketball, Bewegungsspiele, Fußball, Klettern, Motor Activity Training Programm (MATP), Swingolf, Skateboards, Sensomotorik, Tennis

Ort:
Sportzentrum Niederösterreich
Dr. Adolf Schärf-Straße 25
3100 St. Pölten

Komm so wie DU bist. Wir freuen uns auf DICH!

Anmeldung bis 15.06.24
Sandra Mayrhofer
0660 1110774
so221507@fnstp.ac.at

powered by:

Ein Event im Rahmen des MSO-Projekts "Nachbarschaft stärken - Gemeinschaft leben"

Empfehlungen für einen inklusiven Sporttag

Auswahl der Sportanlage

Barrierefreiheit: Schau dir vorher die Sportanlage, Kabinen, Toiletten genau an und versichere dich, dass alles barrierefrei zugänglich und sicher ist.

Überlege dir, wie die Teilnehmer:innen die Sportanlage erreichen können. Sind Parkplätze vorhanden und besteht eine Anbindung an öffentliche Verkehrsmittel?

Es stellt sich heraus, dass ein großes, unüberschaubares Gelände eine Überforderung für die Teilnehmer:innen sein kann. Ein kleiner Rahmen mit einer klaren Grenze gibt Sicherheit. Aus diesem Grund wurde eine Turnhalle für nächstes Jahr statt einem Fußballplatz gewählt.

Versicherung der Teilnehmer:innen bei Verletzungen

Ganz wichtig! Achte darauf, dass alle Teilnehmer:innen versichert sind, falls sich während deiner Veranstaltung jemand verletzt. Als Veranstalter:in haftest du ansonsten dafür. Trainer:innen aus Vereinen sind meist durch ihren Verein abgesichert. Doch die Teilnehmer:innen benötigen ebenso eine Versicherung. Uns wurde diese vom Büro für Diversität der Stadt St. Pölten zur Verfügung gestellt.

Finanzierung

Wir haben für die Finanzierung sieben unterschiedliche Firmen angeschrieben und nur von einer eine Rückmeldung erhalten. Alle anderen Firmen haben sich nicht gemeldet. Das Budget aufzutreiben, braucht Ausdauer und eine klare Präsentation der Idee. Du benötigst ein konkretes Konzept und klares Vorhaben. Je konkreter du deine Idee erklären kannst und je überzeugter du selbst davon bist, desto eher kannst du auch andere Personen davon überzeugen.

Wenn es sich zeitlich ausgeht, ist es ratsam noch im Jahr vor der Veranstaltung die Anfrage auszusenden, da zu diesem Zeitpunkt das Budget für das nächste Jahr geplant wird.

Neben öffentlichen Fördergeber:innen und Sponsoring kann ein Teil der Finanzierung auch durch Crowd-Funding möglich werden. Wir haben für das Sport-Projekt die Plattform <https://www.respekt.net/> verwendet.

Größe der Veranstaltung

Es war eine große Veranstaltung mit insgesamt 270 Teilnehmer:innen. Dazu musst du im Vorhinein viel planen und benötigst ausreichend Vereine und eine große Sportanlage. Du kannst auch mit weniger Stationen und Teilnehmer:innen starten.



Es geht im ersten Schritt nicht darum, gleich eine riesige Veranstaltung umzusetzen. Es geht darum einen ersten Beitrag zur Inklusion zu leisten und den Teilnehmer:innen einen freudigen Sporttag zu ermöglichen. Und in welcher Form und Größe es dann stattfindet, ist deine Entscheidung. Wichtig ist es, einen Überblick zu behalten und den Fokus nicht zu verlieren.

Einladung Politiker:innen:

Wenn du möchtest, dass Politiker:innen zu deiner Veranstaltung kommen und Grußworte halten, dann lade diese zeitgerecht ein.

Das bedeutet im Optimalfall ein halbes Jahr, aber mindestens vier Monate zuvor. Natürlich kannst du sie später auch noch anfragen, doch die Wahrscheinlichkeit, dass sie dann an diesem Tag einen freien Termin haben, ist nicht sehr hoch. Wir haben die Anfragen Ende März gesendet und von drei Landesrät:innen und einem Bundesminister hatte nur mehr eine Landesrätin Zeit. Der Bürgermeister der Stadt St. Pölten war ebenso verhindert, schickte aber als Vertretung den Stadtrat für Sport.

Die Einladung haben wir per E-Mail versendet und von allen Politiker:innen unterschiedlicher Parteien eine Rückmeldung erhalten. Achte darauf, dass du Anfragen an Personen unterschiedlicher Parteien aussendest. Erkundige dich nach ihren Zuständigkeiten und wähle sie danach aus. Beispielsweise: Sport, Bildung, Gleichstellung, etc.



Wichtig ist es jedenfalls, Bürgermeister:innen deiner Stadt oder Gemeinde einzuladen.

Aufgabenverteilungen:

Wir haben Ablaufpläne für Trainer:innen, Mitarbeiter:innen, Lehrer:innen und Teilnehmer:innen erstellt. Wir empfehlen dir die Ablaufpläne im Vorhinein nach der Anmeldung per E-Mail auszusenden und zusätzlich welche ausgedruckt am Tag der Veranstaltung beim Infopoint aufzulegen.

Beim Erstellen der Ablaufpläne ist es hilfreich sich in die jeweiligen Personen hineinzusetzen. Das bedeutet: Du stellst dir beispielsweise vor, ein:e Trainer:in zu sein.

- Wie kommst du zum Sportzentrum?
- Brauchst du einen Parkplatz? Sind welche vorhanden?
- Gibt es eine Umkleidekabine vor Ort? Kannst du dort deine Wertgegenstände einsperren? Kannst du dort Duschen gehen?
- Sind Utensilien, Materialien vor Ort? Was brauchst du?
- Welche Personen kommen zu dir? Wo ist deine Station? Wie lange ist eine Gruppe bei dir? Welche Schuhe brauchst du?
- Gibt es etwas zu Essen, zu Trinken vor Ort?

Die Fragen von Anreise, Ankunft, Zeit vor Ort und Heimreise solltest du bei allen Personengruppen durchspielen. Die Fragen unterscheiden sich von Gruppe zu Gruppe. So haben Schüler:innen andere

Fragen, wie Trainer:innen, Unterstützer:innen oder Lehrpersonen.

Vorbereitungen vor dem Tag der Veranstaltung:

Bereite so viel wie möglich am Vortag vor. Wir haben die Mülleimer, Biergarnituren und den Pavillon am Vortag aufgestellt sowie das Mikrofon und die Musikanlage ausprobiert. Wenn es möglich ist, könnt ihr die Beschriftungen für die Kabinen, WCs und die Wegweiser zum Treffpunkt (sofern es das Wetter zulässt) auch gleich aufhängen und die Kabinenschlüssel abholen. So könnt ihr euch am Tag der Veranstaltung auf die weiteren Aufgaben konzentrieren.

Gruppeneinteilung:

Bei mehreren Kindern ist eine fixe Gruppeneinteilung im Vorhinein ratsam. Eine Einteilung vor Ort würde lange dauern und es würde ein großes Chaos bei so vielen Personen entstehen.

Diese Einteilung erfolgte bei uns durch eine optimale Kooperation mit den Schulen. Die Informationen wurden von der Direktion an die Lehrpersonen weitergegeben. Du musst also nicht alles selbst machen, sondern kannst durch Kooperationen die Aufgaben verteilen. Wichtig dabei ist auch, dass die Gruppen durchmischt sind, also Schüler:innen aus unterschiedlichen Schulen zusammen in einer Gruppe sind.

Achte auf die Gruppengröße. Optimal wären in etwa 10 Personen pro Gruppe. Das hängt auch vom Platz und der Anzahl der Betreuer:innen ab. Die Gruppengröße war bei unserer Veranstaltung teilweise doppelt

so groß und sorgte manchmal für eine Überforderung der Trainer:innen und Teilnehmer:innen. Besprich das auf jeden Fall vorab mit den Trainer:innen.

Infostand:

Installiere einen fixen Treffpunkt, wo Personen während der Veranstaltung jederzeit Informationen erhalten und Fragen stellen können. Wir haben dort auch Wasser und Saft in Getränkependern mit Becher sowie Sonnencreme zur Verfügung gestellt.

Wetter:

Achte auf das Wetter. Bei großer Hitze sind schattige Plätze, ausreichend Getränke und Sonnencreme wichtig. Wenn es möglich ist, kannst du dann möglicherweise einige Sportarten in eine Sporthalle verlegen.

Bei Regen ist die Überlegung, ob du auch in eine Halle ausweichen kannst. Willst du gleich im Vorhinein einen Ersatztermin ansetzen oder vertraust du auf ein Schönwetter? Wir haben es so gemacht, dass wir einen fixen Termin ohne Ersatztermin ausgewählt haben.

Urkunden als Erinnerung und Dank:

Wir haben den Trainer:innen als Ermöglicher:innen des 1. Inklusiven Sporttages und den Teilnehmer:innen als Sieger:innen und Teilnehmer:innen eine Urkunde als Erinnerung und zum Dank ausgestellt. Diese Urkunde haben alle vor ihrer Heimreise erhalten. Die Freude darüber war groß.



Checkliste – Alles erledigt?

- Getränkespender und Becher
- Sonnencreme
- Schattige Plätze mit Sitzmöglichkeiten
- Kabinenschlüssel
- Mikrophon
- Urkunden

Ausgedruckte Ablaufpläne für:

- Trainer:innen
- Teilnehmer:innen
- Unterstützungsgruppe (in unserem Fall wir Studierende)
- Lehrpersonen

Beschriftungen für:

- Stationen
- Kabinen
- WC
- Wegweiser zum Infopoint

Infopoint:

- Alle relevanten Informationen für die Infopoint-Mitarbeiter:innen
- Ausgedruckte Pläne der Stationen und vom gesamten Ablauf



Phase 3: Vernetzungstreffen

Konzept

<p>Ziel: Was wollen wir erreichen?</p>	<p>Beim letzten Projektteil, dem Vernetzungstreffen, geht es darum den Inklusiven Sporttag zu besprechen, Rückmeldungen einzuholen und Änderungsvorschläge auszuarbeiten. Bei einem weiteren Inklusiven Sporttag werden diese Rückmeldungen eingearbeitet und berücksichtigt. Ziel ist es, weitere inklusive Projekte gemeinsam auszuarbeiten. Der Inklusive Sporttag sollte keine einmalige Veranstaltung sein. Es sollten in Zukunft weitere inklusive Veranstaltungen stattfinden. Diese Aufgabe wird an diesem Punkt den Vereinen und der Gruppe übergeben.</p>
<p>Sinn: Warum wollen wir das erreichen?</p>	<p>Es finden oftmals einmalige Projekte und Events statt. Für eine nachhaltige Veränderung ist es notwendig über einen längeren Zeitraum hinweg Veranstaltungen umzusetzen. Im Idealfall finden solche Veranstaltungen regelmäßig statt. Das kommt vor allem auch den Teilnehmer:innen zugute. Das Vernetzungstreffen ist also mitunter entscheidend, wie es nach dem Inklusiven Sporttag weitergeht und ob es künftig Veranstaltungen wie diese geben wird.</p>
<p>Ausgangslage: Was gibt es schon? Was hilft, das Projekt voranzutreiben?</p>	<p>Vernetzungstreffen im Sportbereich und vereinsübergreifend gibt es auf diese Weise in St. Pölten nicht und aus unserer Erfahrung kaum in Gemeinden. Es kommen Personen aus unterschiedlichen Verbänden, Vereinen und Organisationen zusammen.</p>
<p>Beteiligte: Wer mit wem?</p>	<p>Am Vernetzungstreffen nehmen Personen aus Vereinen vom Workshop und dem Inklusiven Sporttag teil. Der Termin wurde beim Workshop gemeinsam vereinbart. Zur Erinnerung wird eine E-Mail ausgesendet.</p>

<p>Zeitplan: Wann? Bis wann? Wie oft?</p>	<p>Das Vernetzungstreffen findet am 20.06.2024 von 17:00 – 20:00 Uhr statt.</p>
<p>Budget: Wofür? Wie viel? Von wem? Welche Kosten sind zu erwarten?</p>	<p>Es fallen keine Kosten an.</p>
<p>Öffentlichkeitsarbeit: Wer soll von dem Projekt auf welche Art und Weise erfahren?</p>	<p>Es werden die Trainer:innen der Vereine und Personen vom Inklusiven Sporttag und dem Workshop per E-Mail eingeladen und erinnert.</p>
<p>Erfolg? Wie kannst du herausfinden, ob das Projekt erfolgreich war?</p>	<p>Ein künftiges gemeinsames nachhaltiges inklusives Projekt in St. Pölten.</p>



„Wir würden wieder daran teilnehmen und auch andere Schüler:innen sollten die Möglichkeit haben mitzumachen.“

Bericht Vernetzungstreffen 20. Juni 2024

Nur drei Tage nach dem Inklusiven Sporttag fand das Vernetzungstreffen mit den Trainer:innen statt.

Wir haben uns über den Inklusiven Sporttag ausgetauscht und über Verbesserungsmöglichkeiten gesprochen. Die Rückmeldungen waren positiv. Die Organisation und Planung waren gut. Die Struktur gab allen beteiligten Personen eine Sicherheit und Klarheit. Sie wussten genau, was sie erwartete. Die Dauer von 30 Minuten pro Station war ebenso passend. So konnten die Sportangebote in Ruhe ausprobiert werden, da ausreichend Zeit dafür war.

Die Gruppen am Vormittag waren teilweise zu groß. Laut Trainer:innen wäre eine optimale Anzahl in etwa zehn Personen bis maximal fünfzehn Personen pro Station.

Die positiven Rückmeldungen am Sporttag selbst und im Nachhinein in den sozialen Medien begeistern und bestärken uns.

Es stellte sich schnell heraus, dass uns ein 1. Inklusiver Sporttag nicht genug ist. Es sollte kein einmaliges, punktuell Event sein, sondern regelmäßig stattfinden. Aus diesem Grund veranstalten wir nächstes Jahr den 2. Inklusiven Sporttag in St. Pölten.

Dazu haben wir ein Kernteam zusammengestellt. Das ist eine Gruppe von bisher sechs Personen. Diese Personen organisieren und planen den 2. Inklusiven Sporttag. Sie können die Aufgaben untereinander verteilen und arbeiten zusammen. Die Gruppe dient auch dazu, die Aufgaben schrittweise von uns Studierenden an die Personen aus den Vereinen zu übergeben. Das nächste Treffen wird am 02.10.2024 stattfinden.

Eine weitere Möglichkeit wird uns von der Stadt St. Pölten gegeben. Wir können eine inklusive Trainingsgruppe mit wöchentlichen Trainings starten. Über diese Idee werden wir beim nächsten Termin sprechen.

Die Erfahrungen und Rückmeldungen vom 1. Inklusiven Sporttag werden nun in der Planung und Organisation vom 2. Inklusiven Sporttag berücksichtigt.

Dieses Projekt ist ein Beispiel dafür, wie Inklusion im Sport gefördert werden kann. Es zeigt, dass Veränderung möglich ist. Es ist wichtig Personen mit demselben Ziel zu finden und sie zusammen zu bringen. Gemeinsam kann unglaublich viel und Großes entstehen.

Ablaufplan Vernetzungstreffen

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
16:00 Uhr	Treffpunkt Studierende <ul style="list-style-type: none"> • Plakate aufhängen • Technik vorbereiten: Zoom Link, Eule, Mikrofon • Vorbereitung Snacks 	Sandra, Vanessa, Julia	Plakate Laptop, Eule, Mikrofon Teller, Gläser
17:00 Uhr	Treffpunkt: Ankunft Teilnehmer:innen	Sandra	
17:00 Uhr	Ankommen bei Snacks <ul style="list-style-type: none"> • Namensschilder • Datenschutz unterschreiben • Anwesenheitsliste 	Julia, Vanessa	Klebeband, Stift Anwesenheitsliste
17:15 – 18:00 Uhr	Rückblick Inklusiver Sporttag <ul style="list-style-type: none"> • Rückmeldungen der Schulen, Fotos Feedback der Trainer:innen sammeln <ul style="list-style-type: none"> • Wie ist es euch gegangen? • Was waren es für Erfahrungen? • Was lief gut? • Was könnte verbessert werden? • Was hättet ihr gebraucht? 	Sandra	PowerPoint Plakate, Stifte

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?
18:10 – 19:30 Uhr	Sammeln von Projektideen / konkrete Projektplanung <ul style="list-style-type: none"> • Welche Projekte könnten in Zukunft in welcher Form durchgeführt werden? • Kontaktdaten – wie wollt ihr miteinander in Kontakt bleiben? • Wer übernimmt welche Aufgabe, Rolle? • Was braucht ihr bis dorthin? • Was muss erledigt werden? • Welche Treffpunkte, Informationen braucht ihr? 	Sandra	Plakate
19:30 – 20:00 Uhr	Vernetzung, Ausklang		

Loslegen und Erfahrungen sammeln

Was wir als Einsteiger:innen in die Gemeinwesenarbeit gelernt haben und gerne weiter geben

Konzeption, Planung und Umsetzung des Projekts „Nachbarschaft stärken, Gemeinschaft leben“ waren für uns Studierende der Sozialen Arbeit eine herausfordernde und bereichernde Erfahrung. Viele von uns waren zum ersten Mal in einem Gemeinwesenprojekt aktiv. Wir haben viel dabei gelernt und möchten hier einiges weitergeben:

Zuerst überlegen, dann loslegen

Gute Planung ist wichtig. Bevor du ein Projekt beginnst, überlege genau, was du erreichen möchtest. Mache dir auch Gedanken darüber, warum es deiner Meinung nach sinnvoll ist, dieses Projekt umzusetzen. Klare Ziele und eine durchdachte Planung sind wichtig, damit du dich nicht in Details verlierst.

Was möchtest du erreichen? Wem soll das Projekt nützen? Dabei ist es auch wichtig zu schauen, was es schon gibt, das dir helfen kann. Außerdem sollte festgelegt werden, wer am Projekt beteiligt sein soll und wer dich unterstützen kann.

Ein genauer Zeit- und Arbeitsplan hilft, die Aktivitäten zu strukturieren: Wann startest du und wann soll das Projekt abgeschlossen sein? Wichtig ist auch die

Frage, wie viel Geld du brauchst, wofür es eingesetzt wird und wer die Kosten trägt. Öffentlichkeitsarbeit ist wichtig, damit das Projekt bekannt wird. Wer soll davon erfahren und wie erreichst du die richtigen Personen? Am Ende musst du noch überlegen, wie du überprüfen kannst, ob das Projekt erfolgreich war. In den Konzepten für unsere Projekte hier im Handbuch kannst du sehen, wie wir das alles gemacht haben.

Beziehungen, Vertrauen und Gemeinschaft aufbauen

In der Gemeinwesenarbeit ist es wichtig, Beziehungen aufzubauen und in Kontakt zu bleiben. Das fördert Vertrauen und stärkt die Gemeinschaft. Ein gutes Netzwerk entsteht nicht von allein. Dabei ist es wichtig, auf das aufzubauen, was es schon gibt, aber auch neue Kontakte zu knüpfen. Schlüsselpersonen sind besonders wertvoll. Das sind Personen, die in der Community bereits bekannt sind und denen die Menschen vertrauen. Diese Personen können helfen, Brücken zu bauen und andere zu motivieren.

Es kann herausfordernd sein, fremde Menschen anzusprechen. Oft erfordert es Überwindung, den ersten Schritt zu machen und mögliche Partner:innen zum Mitmachen zu überzeugen. Auch Misstrauen kann vorkommen. Einzelne Nachbar:innen oder Partner:innen haben vielleicht erlebt, dass in Projekten

viel geredet, aber wenig getan wird. Deswegen ist es wichtig, nicht nur zu reden, sondern auch gemeinsam zu handeln. Schaffe Möglichkeiten, bei denen alle mitmachen können.

Es ist auch wichtig, gemeinsam Erfolge zu feiern. Zum Beispiel haben wir im Gartenprojekt viel gemeinsam geplant. Im Anschluss wurde mit allen Beteiligten eine schöne Feier zur Einweihung der Hochbeete veranstaltet.



Gelebte Vielfalt ist gut, aber auch anspruchsvoll
Vielfalt in der Gemeinwesenarbeit ist großartig, bringt aber auch Herausforderungen mit sich. Menschen sind unterschiedlich und deshalb braucht es verschiedene Zugänge und Möglichkeiten, um alle einzubeziehen. Bei unseren Veranstaltungen haben wir darauf geachtet, dass für jede Person, egal welche sozialen oder kulturellen Hintergründe sie hat, etwas Passendes dabei ist. Zum Beispiel haben wir Zukunftswerkstätten, Workshops, gemeinsames Kochen oder

die Pflege der Hochbeete angeboten. Wir wollten sicherstellen, dass sich alle willkommen fühlen und bei den Aktivitäten mitmachen können. Ein guter Start und einladende Angebote helfen dabei. Wir haben den Eingang freundlich gestaltet und alle persönlich begrüßt. Es wurde eine gemütliche Atmosphäre mit gemeinsamen Essen, wie selbst gemachten Aufstrichen oder Kuchen, geschaffen. Außerdem haben wir darauf geachtet, dass sich jede Person bei den Aktivitäten einbringen kann.



Verschiedene Kommunikationswege und leicht verständliche Sprache

In der Gemeinwesenarbeit ist es wichtig, verschiedene Wege der Kommunikation und leicht verständliche Sprache zu nutzen. Ankommen können nur die Informationen, die auch verstanden werden. Es ist eine Kunst, so zu sprechen und zu schreiben, dass möglichst viele Menschen es verstehen. Im Rahmen unseres Projektes haben wir viel über leicht verständliche Sprache gelernt. Wir haben

darauf geachtet, niemand aufgrund von Sprache auszuschließen. Daher haben wir einfache, kurze Sätze verwendet und in großer, gut lesbarer Schrift Texte geschrieben. Wir haben unsere Projekte und Veranstaltungen über soziale Medien wie Instagram und Facebook, aber auch über WhatsApp-Gruppen bekannt gemacht. Außerdem haben wir direkt mit Nachbar:innen gesprochen. Informationen haben wir auch durch die Zusammenarbeit mit Partner:innen und bei Veranstaltungen wie dem Inklusionsbasar verbreitet. Wir haben Flyer erstellt, in der Nachbarschaft verteilt und an Informationstafeln in Supermärkten angebracht.

Ohne Geld keine Musik

Ohne finanzielle Mittel wird es auch in der Gemeinwesenarbeit schwierig, Projekte umzusetzen. Deshalb sind Einsatzbereitschaft und Kreativität gefragt. Es muss nach verschiedenen Möglichkeiten gesucht werden, um Geld zu bekommen. Dazu gehört es, öffentliche Förderstellen anzufragen, Spenden zu sammeln und online Spenden-Aktionen für bestimmte Zwecke zu starten. Ausdauer und Hartnäckigkeit sind notwendig, um die nötigen Mittel zu sichern. Ein gutes Konzept hilft dir dabei, finanzielle Unterstützung zu erhalten.

Fachwissen und Methoden Sozialer Arbeit sind hilfreich

In der Ausbildung und Praxis Sozialer Arbeit haben wir viel gelernt, zum Beispiel über Menschenrechte, Gesprächsführung und Organisation. In unseren Projekten haben wir unser Wissen genutzt, um

offen zu kommunizieren und die Lebenswelten der Menschen besser zu verstehen. Stärken der Gemeinschaft wurden sichtbar gemacht und genutzt. Menschen wurden auch dabei unterstützt, sich selbst zu organisieren. Mit unseren Projekten haben wir Verbindungen zwischen Menschen, Organisationen und der Gemeinschaft gefördert.



Gute Teamarbeit fällt nicht vom Himmel

Gelingende Teamarbeit will gelernt sein. Gemerkt haben wir uns vor allem: Es braucht immer eine Person, die klar verantwortlich ist. Und es hilft, wenn eine zweite Person oder auch mehrere zur Unterstützung dabei sind und kritisches Feedback geben.

Zum Beispiel war für das Gartenprojekt eine Person hauptverantwortlich. Eine weitere Person unterstützte vor allem bei den Vorbereitungen und gab regelmäßig Feedback. Bei der Umsetzung von Veranstaltungen übernahmen einzelne Teammitglieder etwa den Empfang der Teilnehmenden oder das Mitschreiben von wichtigen Punkten für die nächsten Schritte.

Flexibilität und Geduld, zwei wichtige Eigenschaften

Gemeinwesenarbeit ist ein lebendiger Prozess, der sich nach den Bedürfnissen und Bedingungen der Gemeinschaft richtet. Flexibilität ist wichtig, da sich diese Bedürfnisse und Umstände schnell verändern können. Deshalb müssen Projekte schnell auf neue Herausforderungen reagieren. Bei unseren Veranstaltungen mussten wir oft spontan mehr oder weniger Menschen aufnehmen, als angemeldet waren und wir erwartet hatten, da das Interesse sehr unterschiedlich war. Erfolge werden oft erst nach einer Weile sichtbar, daher braucht es auch Geduld. Mit der Zeit haben immer mehr Menschen von unseren Veranstaltungen erfahren und die Teilnahmezahlen sind gestiegen. Unsere Anpassungsfähigkeit und Ausdauer haben dazu beigetragen, dass unsere Arbeit positive Ergebnisse erzielt hat.

Humor baut Brücken

Wenn es einmal schwieriger wird, hilft oft ein Lachen weiter. Humor kann Spannungen abbauen und Menschen auf eine einfache Weise miteinander verbinden. In unseren Gesprächen haben wir sprachliche Hürden mit einem Lächeln und viel Körpersprache überwunden. Beim Suppenfest war der Transport der heißen Suppen eine große Herausforderung. Manches ist im wörtlichen Sinne danebengegangen, auf den Boden oder ins Auto. Humor hat uns dabei geholfen, Pannen locker zu nehmen, daraus zu lernen und gemeinsam darüber zu lachen.



Nur wer nichts tut, macht keine Fehler

Auch in der Gemeinwesenarbeit gehört es dazu, dass manchmal etwas schiefgeht. Fehler und Misserfolge sind Chancen, um daraus zu lernen und neue, bessere Wege gemeinsam zu erarbeiten. Zum Beispiel haben wir gelernt, unsere Veranstaltungen besser auf die Interessen der Gemeinschaft abzustimmen. Auch unsere Flyer und Ablaufpläne haben wir nach und nach verbessert, um sie gezielter an die Bedürfnisse der Menschen anzupassen. Wichtig ist, aus Fehlern zu lernen und sich nicht entmutigen zu lassen.

Gemeinwesenarbeit: Zusammenhalt, der in schwierigen Zeiten einen Unterschied macht

In Zeiten, in denen soziale Ungleichheiten und Vereinsamung stetig zunehmen, ist Gemeinwesenarbeit besonders wertvoll. Sie fördert das soziale Miteinander. Menschen mit unterschiedlichen sozialen und kulturellen Hintergründen kommen zusammen. Gemeinwesenarbeit nutzt die vorhandenen Fähigkeiten der Bürger:innen zum Wohl der Gemeinschaft und der Einzelnen.

Wenn nicht schon für immer, dann wenigstens für länger

Gute Projekte erfordern viel Einsatz und Energie. Das ist auch durch unsere Projekte deutlich geworden. Manche Ideen sind Eintagsfliegen, sie wirken nur kurzfristig. Bereits zu Beginn ist es wichtig zu überlegen, wie es gelingen kann, dass Projekte weiterleben können. Auch dann, wenn die ursprünglichen Organisator:innen der Projekte irgendwann nicht mehr dabei sind. Es war und ist für uns entscheidend, sicherzustellen, dass unsere Projekte weiterhin bestehen und sich weiterentwickeln, selbst wenn wir unser Studium beendet haben und nicht mehr in St. Pölten sind.

Für das Thema gemeinsam Kochen und Essen gibt es ein weiteres Projekt an der Fachhochschule. Dieses übernimmt Erkenntnisse vom 1. St. Pöltner Suppenfest und veranstaltet im Herbst 2024 das 2. St. Pöltner Suppenfest. Beim gemeinsam Gärtnern haben wir mit Bürger:innen und Partner:innen Hochbeete geplant und errichtet. Eine Gartengruppe übernimmt jetzt die Pflege und soll weitere Menschen anziehen. Beim „Inklusiven Sporttag“ sind viele Menschen auf das Thema „Sport für alle“ aufmerksam geworden. Eine Gruppe mit vor allem Vertreter:innen von Sportvereinen ist entstanden. Diese arbeitet daran, nächstes Jahr einen 2. Inklusiven Sporttag zu veranstalten.

Wir haben uns von Anfang an bemüht, mit verschiedenen Nachbar:innen, Vereinen und auch Organisationen zusammenzuarbeiten. Wir stellen

dabei sicher, so zu arbeiten, dass die Projekte weitergeführt werden können. Damit das wirklich langfristig gelingt, braucht es aber noch mehr: Es braucht Geld, Personen mit Einsatzbereitschaft und gute Strukturen. Dazu gehören Nachbarschaftszentren und die Anstellung von Sozialarbeiter:innen, Community-Multiplikator:innen sowie auch Kulturvermittler:innen, die für ihre Arbeit bezahlt werden. Und es braucht finanzielle Mittel für Aktivitäten, die von und mit den Bewohner:innen geplant und umgesetzt werden.

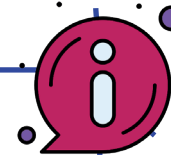


Zukunftsperspektiven für Gemeinwesenarbeit in St. Pölten



Unsere Projekte haben bestätigt: In St. Pölten gibt es viel Interesse und Potential für gemeinschaftliche Projekte. Es gibt Bewohner:innen und Organisationen mit Ideen und Einsatzbereitschaft. Und es gibt zahlreiche Herausforderungen, für die es wichtig ist, gemeinsam Lösungen zu erarbeiten.

Das hat sich auch in den Nachbarschaftsprojekten der Tangente St. Pölten gezeigt, mit denen wir eng zusammengearbeitet haben.

Bleibt also zu hoffen, dass Entscheidungsträger:innen der Stadt das auch erkennen und die notwendigen Rahmenbedingungen dafür schaffen, dass Gemeinwesenarbeit in St. Pölten wachsen kann und in Zukunft noch stärker wird.



Anknüpfungspunkte und Anlaufstellen:

-  Fachhochschule St. Pölten, Ilse Arlt Institut für Soziale Inklusionsforschung
Website: <https://inclusion.fhstp.ac.at/>
-  Büro für Diversität St. Pölten
Informationen auf:
 - www.facebook.com/diversity.stp
 - www.instagram.com/diversity.stp

Anhänge

Vorlage Projektkonzept

Was ist ein Konzept?

Ein Konzept ist ein Fahrplan oder eine Bauanleitung für ein Projekt. Es zwingt mich, jeden Schritt schon im Vorhinein gut zu überlegen und alles aufzuschreiben.

Warum brauche ich ein Konzept?

- Für einen guten Überblick: um nichts zu übersehen
- Für Projektpartner:innen: damit sie sich das Projekt vorstellen können
- Für die Finanzierung: damit Förderstellen oder Spender:innen wissen, wofür ich Geld brauche
- Als Check-Liste: damit ich immer weiß, wo das Projekt gerade steht und was noch zu tun ist
- Für die Werbung und Öffentlichkeitsarbeit: damit ich auch diese gut planen kann
- Als Basis für eine Weiterentwicklung oder Fortsetzung

Wann brauche ich ein Konzept?

Wenn ich etwas Neues planen, organisieren oder ausprobieren möchte. Oder wenn ich etwas Bestehendes verändern möchte.

Nutz die folgende Vorlage, um ein Konzept für deine bzw. eure Aktivität konkretes Projekt zu erstellen. Wenn du alle Felder ausfüllst, dann kannst du sicher sein, die wichtigsten Punkte bedacht zu haben. Und du kannst mit der Umsetzung loslegen.



Projekt:

Ziel: Was wollen wir erreichen?	
Sinn: Warum wollen wir das erreichen?	
Ausgangslage: Was gibt es schon? Was hilft, das Projekt voranzutreiben?	
Beteiligte: Wer mit wem?	
Zeitplan: Wann? Bis wann? Wie oft?	
Budget: Wofür? Wie viel? Von wem? Welche Kosten sind zu erwarten?	
Öffentlichkeitsarbeit: Wer soll von dem Projekt auf welche Art und Weise erfahren?	
Erfolg? Wie kannst du herausfinden, ob das Projekt erfolgreich war?	

Vorlage Ablaufplan

Schreib im Ablaufplan auf, was wann zu tun ist. Versuche jeden Schritt gut mitzudenken, damit bei der Umsetzung alles gut funktioniert und alle Beteiligten wissen, was sie wann zu tun haben. Konkrete Beispiele für fertige Ablaufpläne gibt es bei den Projektkapiteln.

Wann? Datum und Uhrzeit	Was? Aktivität	Wer? Zuständige Person	Material Was wird gebraucht?

Projekt-Budget und Finanzierung

Für jedes Gemeinwesen-Projekt braucht es Ressourcen. Es braucht Personen, die mitarbeiten und es braucht Geld für Materialien, Werbung, Räume und vieles mehr.

In der Vorbereitung für ein Projekt muss deshalb auch ein Projekt-Budget erstellt werden. Du musst überlegen, was du alles brauchst und was es ungefähr kosten wird.

Bei der Planung des Projekt-Budgets kannst du dich an deinem Konzept und deinen Ablaufplänen orientieren. Mach eine eigene Liste von allen Projektteilen und ihren Kosten.

Überleg, wofür es Geld braucht und was vielleicht auch auf andere Weise organisiert werden kann. Vielleicht hat ein Projektpartner Räume, die kostenlos genutzt werden können. Vielleicht sind manche Materialien dort schon vorhanden oder können zur Verfügung gestellt werden.

Um die Geldbeträge, die benötigt werden, besser abschätzen zu können, ist es wichtig, gut zu recherchieren. Du kannst auch Anfragen an Firmen stellen, was bestimmte Dinge dort kosten und dann die Beträge ins Budget nehmen.

Wenn du schon ein ähnliches Projekt umgesetzt hast oder jemanden kennst, der so etwas schon gemacht hat, kann das auch helfen, die Kosten gut einzuschätzen.

Während der Umsetzung des Projekts ist es gut zu kontrollieren, ob die Schätzungen im Projektbudget mit den tatsächlichen Kosten übereinstimmen. Falls nicht, muss das Budget entsprechend verändert werden.

Finanzierungs-Quellen

Für Gemeinwesen-Projekte gibt es verschiedene Finanzierungs-Quellen.

- 1. Kostenübernahme durch Projektpartner:innen**
Manchmal haben Projektpartner:innen Gelder, die sie für Projekte verwenden können.
Im Vorfeld ist es wichtig mit den Projektpartner:innen genau zu klären, wer welche Kosten übernimmt.
- 2. Förderung von öffentlichen Stellen**
Gemeinwesen-Projekte bringen hohen Nutzen für die Gesellschaft. Deshalb ist es mehr als berechtigt, dafür auch öffentliche Gelder einzusetzen. Erkundige dich, welche

öffentlichen Stellen für dein Anliegen zuständig sind und wie du dort Gelder beantragen könntest. Zu den öffentlichen Stellen, bei denen Gelder beantragt werden können, zählen:

- Gemeinde bzw. Bürgermeister:in
- Zuständige Stellen bzw. Abteilungen oder Referate des Landes
- Ministerien
- Sozialpartner: Gewerkschaften, Arbeiterkammer, Wirtschaftskammer, Industriellen-Vereinigung

3. Sponsoring durch Unternehmen

Du kannst auch bei Unternehmen anfragen, ob sie dein Projekt finanziell unterstützen. Fast alle Unternehmen haben ein Budget für Sponsoring. Meistens muss im Gegenzug dann auch Werbung für das Unternehmen gemacht werden. Überleg dir, ob das Unternehmen zu deinem Anliegen passt.

4. Projektförderung durch spezielle Vereine und Stiftungen

Für manche Projekte gibt es auch spezielle Vereine oder Stiftungen, wo um Geldmittel angesucht werden kann. Ein Beispiel ist die Organisation „Licht ins Dunkel“, die Projekte für Inklusion unterstützt, ein anderes die Stiftung der „Erste Bank“. Es gibt noch etliche mehr. Recherchiere, wer dein Projekt unter-

stützen könnte, welche Erfahrungen und auch Kritik es dazu gibt und überleg dann, ob der Verein oder die Stiftung zu deinen Anliegen passt.

5. Crowdfunding und Spenden

Eine weitere Möglichkeit, Geld für die Finanzierung aufzutreiben, ist das Sammeln von privaten Spenden oder der Aufruf zum Crowd-Funding. Die Grund-Idee von Crowd-Funding ist, dass viele Menschen (= eine „Crowd“) mit eher kleinen Beträgen eine Sache unterstützen. Um Crowdfunding erfolgreich zu machen, ist es sinnvoll, eine Crowdfunding-Plattform zu nutzen.

Werbung, Plakate und soziale Medien

Damit viele Menschen auf dein Projekt aufmerksam werden, ist es wichtig Werbung dafür zu machen. Durch das Erstellen von Plakaten, Flyer und das Nutzen von sozialen Medien kannst du unterschiedliche Menschen erreichen. Du informierst die Menschen über dein Projekt, deine Ideen und Fortschritte.

Plakate und Flyer kannst du zum Beispiel auf sogenannten schwarzen Brettern in Supermärkten und anderen Geschäften anbringen. Du kannst sie auch in der Nachbarschaft verteilen. Dabei kannst du sie in Briefkästen einwerfen oder Bewohner:innen ansprechen und ihnen Flyer geben. Dadurch kommst du mit unterschiedlichen Menschen in Kontakt und kannst auf dein Projekt aufmerksam machen.

Wir haben zum Beispiel einen allgemeinen Flyer für unser Projekt gestaltet. Darauf haben wir uns kurz vorgestellt, QR-Codes für unsere sozialen Medien erstellt und unsere Themen und Kontaktdaten angeführt. Die Menschen konnten auch unser selbst-entworfenes Logo und ein Gruppenfoto am Flyer finden.

Tipps für das Erstellen von Plakaten, Flyer und Beiträgen für soziale Medien

Da niemand von uns ein:e Expert:in im Erstellen von Plakaten, Flyer und Beiträgen war, haben wir überlegt, wie wir das am besten angehen können. Wir haben uns entschieden, das Online-Grafik-Tool Canva zu nutzen.

Tipps

Um einfache und kreative Flyer, Plakate und Beiträge für soziale Medien zu erstellen, kannst du die Website Canva nutzen. Dort gibt es viele kostenlose Vorlagen, die du verwenden kannst.



Auch für uns war das ein Lernprozess. Wir haben uns am Anfang gefragt: Wie können wir schöne und gut lesbare Plakate, Flyer und Beiträge gestalten? Was ist dabei wichtig?

Gut lesbare Schrift und Farben

Eine gut lesbare Schrift ist zum Beispiel Arial. Viele Menschen können sie gut lesen. Die Farben solltest du so wählen, dass der Kontrast bei Bunt- und Schwarz-Weiß-Drucken deutlich ist. Probiere es einfach aus, indem du sie selbst ausdruckst.

Nutzen von Bildern und Grafiken

Wenn du auf Veranstaltungen Fotos machst, frage die Teilnehmer:innen ob es für sie in Ordnung ist. Frage auch, ob ihr die Fotos auf den sozialen Medien veröffentlichen dürft. Wenn das für sie in Ordnung ist, kannst du die Bilder nutzen. Du kannst auch kostenlose Bilder und Grafiken von Canva verwenden. Nutzt auch Bilder von euch als Projektgruppe und stellt euch vor.

Verfassen von wichtigen Informationen

Verwende kurze Sätze auf deinen Plakaten, Flyer und Beiträgen. Sie sind gut lesbar und Leser:innen bleiben aufmerksam. Verwende wichtige Informationen, eine verständliche Überschrift und kurze Beschreibung, Datum, Ort, Kontakt und Anmeldung.

Aufmerksamkeit für dein Profil auf sozialen Medien

Erstelle QR-Codes mit den Links zu Profil deines Projekts auf sozialen Medien. Das kannst du kostenlos im Internet tun. Füge die QR-Codes beispielsweise auf Flyer, Plakate oder Präsentationen ein. So können Menschen sie mit ihren Smartphones scannen. Vergiss nicht dazu zu schreiben, wohin die QR-Codes führen.

Einheitliche Vorlagen erstellen

Beim Erstellen von Beiträgen achte darauf, dass sie einheitlich sind. Das sieht nicht nur schön aus, sondern hilft auch der Orientierung. Zum Beispiel haben wir Vorlagen für unsere Beiträge auf den sozialen Medien erstellt. Eine Vorlage für Einladungen, eine Vorlage für Rückblicke, usw.

Wir haben uns auch dazu entschieden jedem Thema eine andere Farbe zuzuordnen. Kochen und Essen orange, Gärtnern grün, Sport für alle lila, usw. Das hilft auch den Besucher:innen deiner Profile, sich zu orientieren.



Tipps für das Nutzen von sozialen Medien

Soziale Medien sind heute sehr wichtig. Du erreichst damit schnell viele verschiedene Menschen und kannst Informationen mit ihnen teilen. Deshalb ist es auch wichtig soziale Medien für die Gemeinwesenarbeit zu verwenden. Besonders junge Menschen kannst du damit gut erreichen. Du kannst dich auch mit anderen Organisationen, Vereinen und Projekten verbinden. Um eine Community (Gemeinschaft) aufzubauen braucht es viel Zeit. Beginne am besten gleich am Anfang damit.

Wir haben keine Fachkenntnisse im Umgang mit sozialen Medien. Unsere Tipps basieren auf unseren eigenen Erfahrungen und Vorstellungen.

Was solltest du unbedingt beachten?

Zuständige Personen

Besprecht im Team, wer für die sozialen Medien zuständig ist und wer welche Aufgabe übernimmt. Sonst wird es schnell chaotisch und niemand behält den Überblick. Ein bis zwei Personen sollten ausreichen.

Unterschiedliche Plattformen

Sprecht im Team darüber, welche sozialen Medien ihr nutzen möchtet. Vielleicht hat jemand von euch schon Erfahrung damit.

E-Mail-Adresse erstellen

Erstellt eine eigene E-Mail-Adresse für euer Projekt. Wir verwenden eine kostenlose Gmail-Adresse bei

Google. Du kannst aber auch gerne einen anderen Anbieter auswählen.

Profile, Seiten und Gruppe erstellen

Wir haben uns ein Profil auf Instagram, eine Seite auf Facebook und eine WhatsApp-Gruppe erstellt. Dafür haben wir unseren Projektnamen verwendet.

Profilname

Nehmt euch genug Zeit, um passende und einprägsame Namen für eure Projekt-Profile zu finden. Der Name sollte euer Projekt gut widerspiegeln. So können sich Menschen besser orientieren.

Beschreibung einfügen

Auf den Plattformen kannst du eine Beschreibung angeben. Schreibe kurz und klar darüber, wer ihr seid und was ihr macht.

Verschiedene soziale Medien

Auf den Plattformen kannst du deine unterschiedlichen Profile, Seiten und Gruppen verlinken. So können Menschen deine anderen Profile leichter finden, besuchen oder teilen.

Von Anfang an aktiv sein

Regelmäßiges Posten von Beiträgen, das Liken und Folgen anderer Seiten und Profile erzeugt Aufmerksamkeit. Du kannst dich mit privaten Personen, Organisationen, Vereinen und Projekten mit gleichen Interessen verbinden.

Direktnachrichten

Schau regelmäßig in deine Direktnachrichten. Menschen nutzen gerne diese Möglichkeit, um in Kontakt zu kommen und Fragen zu stellen.

Privatsphäre-Einstellungen

Besprecht die Einstellungen zur Privatsphäre und die Gruppenadmin-Einstellungen im Team.

Benutzername und Passwörter

Notiert euch eure Benutzernamen und Passwörter. Passt gut darauf auf.

Facebook und Instagram: Was ist möglich?

Instagram und Facebook sind beliebte soziale Medienplattformen. Nutzer:innen können Fotos, Videos und Geschichten mit Freund:innen teilen. Vielleicht hast du auch selbst dort Profile und Erfahrungen damit. Nutzt das Wissen innerhalb der Projektgruppe.

Beiträge erstellen

Teile Bilder, Einladungen oder Rückblicke mit deinen Abonent:innen. Markiere Kooperationspartner:innen, die mitmachen und Orte, an denen es stattgefunden hat. Vergiss nicht auch Hashtags (#) zu verwenden. Sie sollten zu deinem Projekt passen. Auch so können dich verschiedene Menschen finden.

Storys erstellen

Storys sind für 24 Stunden sichtbar. Du kannst sie zum Bewerben von Veranstaltungen verwenden, oder um Umfragen und Abstimmungen zu erstellen oder andere Beiträge erneut zu veröffentlichen.

Umfragen und Abstimmungen erstellen

Das lässt deine Abonent:innen und andere Menschen teilhaben und schafft Aufmerksamkeit.

Veranstaltungen erstellen

Auf Facebook gibt es die Funktion Zusage/Absage/Vielleicht anzuklicken. Du kannst auch die Veranstaltung in den Kalender deines Smartphones eintragen. Auf Instagram kannst du den Tag als Erinnerung speichern.

Instagram Highlights erstellen

Darin kannst du vergangene Storys speichern. Sie sind für alle sichtbar.

Konten verbinden

Du hast die Möglichkeit, deine Profile auf Instagram und Facebook zu verbinden. So ist dein Beitrag auf beiden Plattformen sichtbar.

WhatsApp: Was ist möglich?

WhatsApp ist eine sehr bekannte Nachrichten-App. Mit WhatsApp können Nutzer:innen Textnachrichten, Bilder, Videos, Sprachnachrichten und Dokumente senden. Du hast auch die Möglichkeit Sprach- und Videoanrufe zu machen. Vielleicht verwendest du sie auch privat und hast damit schon Erfahrung. Nutzt das Wissen innerhalb der Projektgruppe.

Gruppen-Admins

Besprecht im Team, wer sich hauptsächlich um die Gruppe kümmern wird. 1 bis 2 Personen sollten ausreichen.

Austausch mit Gruppenmitgliedern

Teile nur notwendige Informationen in der Gruppe. So können sich alle gut zurechtfinden. Mitglieder bleiben durch regelmäßiges Teilen von Neuigkeiten, Veranstaltungen und euren anderen sozialen Medien aufmerksam.

Respektvolles Miteinander

Warte nicht zu lange mit einer Reaktion, wenn eine Person eine Frage in die Gruppe stellt. Auch andere Gruppenmitglieder haben die Möglichkeit Nachrichten zu senden und Informationen zu teilen. Achte darauf, dass die Gruppenmitglieder respektvoll und höflich miteinander umgehen.

Privatsphäre achten

Achte darauf keine persönlichen Daten oder vertraulichen Informationen zu teilen. Das sollten auch die anderen Mitglieder nicht tun. Wenn du deine private Mobilnummer verwendest, denke daran, dass jedes Mitglied in der Gruppe dein Profilfoto und deinen Status sehen kann. Das kannst du aber ganz einfach in deinen Einstellungen unter Datenschutz ändern.

Es kann auch passieren, dass dir ein Gruppenmitglied in einem privaten Chat schreibt. Wenn du das nicht möchtest, dann sag es in der WhatsApp-Gruppe. Schreib es auch in die Gruppenbeschreibung.

Willst du mehr zur Nutzung von sozialen Medien erfahren? Schau gerne mal bei diesen Links vorbei:

- <https://www.saferinternet.at/>

- https://faq.whatsapp.com/?locale=de_DE
- https://help.instagram.com/?locale=de_DE
- <https://about.instagram.com/de-de/blog/tips-and-tricks>
- <https://www.facebook.com/help>

Teamshirts mit Projektlogo und Namen

Die Entscheidung, Teamshirts einzuführen, war ein wichtiger Schritt. Sie hat viele Vorteile für unser Team und unsere Arbeit. Teamshirts fördern nicht nur den Zusammenhalt und das Wir-Gefühl unter den Teammitgliedern, sondern tragen auch zu einem professionellen und einheitlichen Auftreten bei.

Durch das Tragen von Teamshirts wurde unser Team für die Menschen in der Gemeinschaft sofort erkennbar. Das hat Vertrauen geschaffen und den Zugang erleichtert. Es stärkt auch das Zugehörigkeitsgefühl, da sich alle Teammitglieder als Teil einer größeren Einheit wahrnehmen.

Schließlich helfen Teamshirts auch dabei, Barrieren abzubauen. Vor allem durch die aufgebrachten Namen vermitteln sie auch Offenheit und Nahbarkeit, was in der Gemeinwesenarbeit besonders wichtig ist. Mit einem freundlichen Lächeln und in einheitlicher Kleidung können wir Brücken zu den Menschen bauen und unsere Arbeit noch wirksamer gestalten.

Die Entscheidung für Teamshirts war daher nicht nur eine Frage unseres Erscheinungsbildes, sondern ein



Ausdruck unserer gemeinsamen Werte und unserer Einsatzbereitschaft für die Gemeinschaft.

Nachhaltigkeit ist uns in diesem Projekt sehr wichtig. Deshalb haben wir unsere Shirts von Ecolodge Home of Green Fashion OG gekauft. Anschließend wurden die Shirts in einem Caritas-Projekt in St. Pölten mit einem von einer Teilnehmerin gestalteten Logo bestickt. Dies erfolgte mithilfe einer Stickmaschine.



Tipp

Ecolodge Home of Green Fashion OG

Ecolodge Home of Green Fashion OG produziert ausschließlich ökologisch nachhaltige und fair erzeugte Mode. Das Unternehmen wurde von drei Frauen aus der Region St. Pölten-Land gegründet. Alle Produkte sind vegan, chemikalienfrei und besonders weich, da sie aus zertifizierten Materialien bestehen. Die Stoffe werden von geprüften Lieferanten bezogen, wodurch die Mode zu 100% biologisch, fair gehandelt und ethisch wie gesundheitlich unbedenklich ist.

Standards und Zertifizierungen:

- Global Organic Textile Standard (GOTS)
- Fair Wear Foundation (FWF)
- PETA-Approved Vegan

Mehr Informationen: <https://ecolodge-fashion.at/>

Tipp

Caritas St. Pölten, bbo, Beschäftigung und Berufsorientierung

Die Einrichtung bbo – Beschäftigung und Berufsorientierung – bietet Arbeitstraining für Erwachsene mit psychischen Erkrankungen. Die Teilnehmer:innen arbeiten in einem betriebsähnlichen Umfeld und erhalten dabei Unterstützung durch Fachpersonal. Das Ziel ist es, durch sozialpsychiatrische Unterstützung in den Bereichen Gesundheit, Arbeit und Ausbildung die persönlichen, sozialen und beruflichen Fähigkeiten zu stärken. Im Rahmen des bbo Bügel-services werden Kleidung professionell gebügelt und Näharbeiten ausgeführt.

Weitere Informationen:

Caritas Diözese St. Pölten. bbo. Beschäftigung und Berufsorientierung: Bügelservice.

<https://www.caritas-stpoelten.at/>

Vorlage Teilnehmer:innen-Liste

Name	Organisation	E-Mail-Adresse	Tel-Nr.	WhatsApp ja/nein	Zustimmung Foto/Video	Unterschrift

Die Teilnehmer:innen-Liste ist wichtig, um weiter mit allen Beteiligten in Kontakt zu bleiben. Sie wird manchmal auch für Fördergeber:innen gebraucht oder allgemein für eine Dokumentation der Veranstaltung. Nutze die Liste auch, um von den Teilnehmer:innen ihre Zustimmung, zum Beispiel für Foto oder Video-Aufnahmen auf der Veranstaltung abzufragen. Du kannst sie auch fragen, ob sie in eine WhatsApp Gruppe aufgenommen werden wollen. Auch weitere Spalten, z. B. zur Frage, ob weitere Infos gewünscht sind, können dazugefügt werden. Oder auch eine Spalte zur Bezahlung des Teilnehmer:innen-Beitrags, wenn es einen gibt. Überleg dir, was wichtig ist, die Teilnehmer:innen zu fragen und gestalte deine Teilnehmer:innen-Liste dementsprechend.

Dank

Dieses Handbuch ist das Ergebnis eines zweijährigen Forschungsprozesses im Rahmen des Masterstudiums Sozialer Arbeit an der Fachhochschule St. Pölten (2022-2024). Es dokumentiert die im Rahmen des Prozesses entstanden Projekte und Erfahrungen.

Die Projekte wurden mit vielen Kooperationspartner:innen umgesetzt.

Herzlichen Dank an:

- AG Nachhaltigkeit Fachhochschule St. Pölten
- Österreichischer Alpenverein
- Allgemeiner Sportverband Niederösterreichs (ASVÖ NÖ)
- AusbildungsFit Qualify for Hope St. Pölten
- Bildungsinitiative für Sport und Inklusion
- Büro für Diversität St. Pölten
- Campus & City Radio St. Pölten
- capito Niederösterreich
- Caritas St. Pölten
- Diversity Café
- Emmausgemeinschaft und Emmaus City Farm St. Pölten
- Foodsharing St. Pölten

- Gemeinsam Gut Leben
- Green Steps St. Pölten
- GW St. Pölten Integrative Betriebe GmbH
- Gymnasium Josefstraße
- Human Bridge
- IBZ St. Pölten (Diakonie)
- Jugendzentrum Steppenwolf
- Landschaftspflege, Sitzendorf an der Schmida
- Lebenshilfe Niederösterreich
- Naturfreunde Niederösterreich
- Netzwerk Inklusion Niederösterreich
- SKN St. Pölten - Special Needs
- Special Olympics Österreich
- Sportunion
- soogut Sozialmarkt GmbH
- Tangente St. Pölten
- URUZ-stp
- UTC Madainitennis
- Volksschule Daniel Gran
- Zentrum für Inklusiv- und Sonderpädagogik, ASO St. Pölten-Nord

und allen anderen Beteiligten.

