

„rund um xund – Chancengerechtigkeit und Gesundheit“



**Gesundheitsförderungsprojekt der
Offenen Jugendarbeit Dornbirn
2014 bis 2016**

Evaluationsbericht

Evaluatorinnen und für den Inhalt verantwortlich:

Dr.ⁱⁿ Eva Häfele und Mag.^a Annette Bernhard

Schweizerstraße 17

6845 Hohenems

Mobil: +43-676-475 65 80

E-Mail: eva.haefele@worknet.at

Stand: Dezember 2016

INHALT

VERZEICHNISSE	5
1 DIE AUSGANGSLAGE	8
2 DAS EVALUATIONSDESIGN	9
2.1 DIALOGGRUPPEN, ABLAUF UND METHODISCHER ZUGANG	9
2.1.1 <i>Die Dialoggruppen von „rund um xund“</i>	9
2.1.2 <i>Ablauf und methodischer Zugang</i>	10
3 EVALUATIONSERGEBNISSE – DIALOGGRUPPE JUGENDLICHE	13
3.1 ERREICHEN DER DIALOGGRUPPE	13
3.2 METHODISCHER ZUGANG	15
3.3 FORMATE UND ANGEBOTE FÜR DIE DIALOGGRUPPE JUGENDLICHE	18
3.4 ZUGÄNGLICHKEIT DER ANGEBOTE FÜR DIE DIALOGGRUPPE JUGENDLICHE	21
3.4.1 <i>Niederschwelliger Zugang</i>	21
3.4.2 <i>Partizipativer Zugang</i>	23
3.5 ERHÖHUNG DER AKZEPTANZ VON GESUNDHEITSFÖRDERNDEN MAßNAHMEN	25
3.6 EINSTELLUNG UND WISSEN DER JUGENDLICHEN	28
3.7 LEBENSWELTNAHE BEWEGUNGSANGEBOTE	32
3.8 UNTERSTÜTZUNG DURCH VERTRAUENSPERSONEN BEI DER REFLEXION	33
4 EVALUATIONSERGEBNISSE – DIALOGGRUPPE MITARBEITERINNEN	35
4.1 ERREICHEN DER DIALOGGRUPPE	36
4.2 QUALIFIZIERUNGSANGEBOTE FÜR MITARBEITENDE	38
4.3 PARTIZIPATIVE KONZEPTION, REFLEXION UND UMSETZUNG	43
5 EVALUATIONSERGEBNISSE – DIALOGGRUPPE KOOPERATIONSPARTNER	45
5.1 ERREICHEN DER DIALOGGRUPPE	45
5.2 REFERENTINNEN UND TRAINERINNEN	46
5.2.1 <i>Offenes Setting vs. schulisches Setting</i>	50
5.2.2 <i>Zusammenfassung: Bewusstseinsbildung und Qualifizierung im Offenen Setting</i>	52
5.3 STEUERUNGSGRUPPE	53
5.4 STAKEHOLDER	53
6 ANTWORTEN AUF DIE FRAGESTELLUNGEN	55
6.1 GESUNDHEITSKOMPETENZ DER JUGENDLICHEN	56
6.2 GESUNDHEITSKOMPETENZ DER MITARBEITENDEN	56
6.3 ERNÄHRUNG	57
6.3.1 <i>Highlight „Gemeinsam Kochen“</i>	57
6.3.2 <i>Meilenstein „Umstellung der Snack-Automaten“</i>	59
6.3.3 <i>Gesunde Energie statt „Red Bull“</i>	61
6.3.4 <i>„Gesunde Jause“</i>	61
6.3.5 <i>Kochen für Musikbands</i>	62
6.4 BEWEGUNG	62
6.5 GARTEN	63
6.6 ÖFFENTLICHKEITSARBEIT	64

6.6.1	<i>Kochbücher „rund um xund“</i>	65
7	WELCHE ZIELE WURDEN NICHT ERREICHT?	66
8	LERNERFAHRUNGEN UND EMPFEHLUNGEN	68
8.1	ORGANISATIONSEBENE	68
8.1.1	<i>Projektleitung</i>	68
8.1.2	<i>Zukünftige Jahresplanungen mit Gesundheitsschwerpunkt</i>	69
8.1.3	<i>Auswirkungen auf andere Betriebsbereiche</i>	69
8.1.4	<i>Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter</i>	69
8.1.5	<i>Zweijährige Finanzplanung</i>	70
8.2	ALLTAGSINTEGRIERT UND LEBENSWELTNAH	70
8.3	VERMITTLUNGSFORMATE IM OFFENEN SETTING	72
9	WISSENS- UND ERFAHRUNGSTRANSFER NACH AUßEN	74
10	ZUSAMMENFASSUNG UND FAZIT „RUND UM XUND“	75

Verzeichnisse

Zahl	Tabellen
1	Kennzahlen zu den Angeboten und Teilnehmenden der Dialoggruppen
2	Dialoggruppen und Methoden der Evaluierung
3	Kennzahlen der Angebote und TeilnehmerInnen
4	Anzahl der Angebote für MitarbeiterInnen und TeilnehmerInnenzahlen
5	Anzahl der teilnehmenden Jugendlichen an den Evaluierungsmaßnahmen
6	„rund um xund“-Kontakte Jugendliche
7	Anzahl der Qualifizierungsangebote für Mitarbeitende absolut und in Prozent
8	Anzahl der Teilnehmenden an den Qualifizierungsangeboten absolut und in Prozent
9	Teilnehmende on-line Befragung, Fokusgruppe und Interviewte
10	Teilnehmende on-line Befragung, Fokusgruppe und Interviewte
11	Zahl der Teilnehmenden an den on-line Befragungen, Zahl der Interviews mit ReferentInnen und TrainerInnen

Zahl	Grafiken
1	Altersgruppen der Jugendlichen
2	Bildungshintergrund der Jugendlichen
3	Anteil der Jugendlichen aus den Einrichtungen und Projekten der Offenen Jugendarbeit
4	Neuigkeitswert der gesundheitsfördernden Maßnahmen
5	Interessantheitswert der gesundheitsfördernden Maßnahmen
6	Veränderungen im individuellen Wohlbefinden
7	Anzahl der Qualifizierungsangebote für Mitarbeitende in Prozent
8	Anzahl der Teilnehmenden in Prozent an den Qualifizierungsangeboten in Prozent
9	Wissenstand über das in den Qualifizierungsangeboten behandelte Themenfeld
10	Gesamtzufriedenheit mit den Qualifizierungsangeboten
11	Zufriedenheit mit der inhaltlichen Konzeption der Qualifizierungsangebote
12	Zufriedenheit mit dem Praxisbezug der Qualifizierungsangebote
13	Bedarf an weiteren themenbezogenen Informationen
14	Praktische Umsetzung der Inhalte der Qualifizierungsangebote

Zahl	Abbildungen
1	Beispiele für jugendadäquate Evaluierungen: „Kochen in der Arena“ und „Gesunde Jause Albatros“.
2	Kleine Auswahl der internationalen Speisen
3	Bisherige Bestückung des Snack-Automaten
4	Neue Bestückung des Snack-Automaten
5	„pure BIO energy“ statt Red Bul

Dank

Die Evaluatorinnen bedanken sich ausdrücklich bei allen Beteiligten, die sich für ausführliche Interviews zur Verfügung gestellt haben oder an den Fokusgruppen teilgenommen haben. Dazu zählen nicht nur die Mitglieder der Steuerungsgruppe, die mit ihren wertvollen Erfahrungen und Kontakten und konkreten Ideen zur Weiterentwicklung des Gesundheitsprojektes beigetragen haben, sondern auch die zahlreichen externen ExpertInnen, TrainerInnen und Workshop-LeiterInnen, die ihr Wissen und ihre Erfahrungen großzügig zur Verfügung gestellt und zahlreiche Anregungen für „rund um xund“ beigesteuert haben.

Ein besonderer Dank gilt auch allen Mitarbeitenden der Offenen Jugendarbeit Dornbirn, die durch ihre Teilnahme an den on-line Befragungen und Workshops wertvolle Beiträge zur Optimierung von Angeboten und Aktivitäten des Projektes eingebracht haben.

Allen Jugendlichen möchten wir ebenfalls ein großes Dankeschön für ihr engagiertes Mitmachen bei den Fokusgruppen, Interviews und den Paper-Pencil-Befragungen aussprechen.

Die zweijährige Zusammenarbeit mit der Projektleiterin DSA Cornelia Reibnegger war sehr angenehm und von hoher Professionalität geprägt.

Wir freuen uns, dass wir die Möglichkeit hatten, als Evaluatorinnen dieses richtungsweisende Gesundheitsförderungsprojekt über zwei Jahre zu begleiten.

Mag.^a Annette Bernhard und Dr.ⁱⁿ Eva Häfele

Dezember 2016

1 Die Ausgangslage

Jugendliche und junge Erwachsene, die aus bildungsfernen und sozioökonomisch benachteiligten Lebenswelten stammen, verfügen meist über eine geringere Gesundheitskompetenz einerseits und sind andererseits auch besonderen Gesundheitsrisiken ausgesetzt.

Die Offene Jugendarbeit Dornbirn, die größte Einrichtung der Offenen Jugendarbeit im Bundesland Vorarlberg, setzt sich schon seit Langem mit lebensweltnahen Themen wie Wohlbefinden, jugendgerechten Angeboten zur Gesundheitsförderung und einem gesundheitsunterstützenden Zugang in der Jugendarbeit auseinander.

Ein chancengerechter und jugendadäquater Zugang zum breiten Themenfeld Gesundheitsförderung ist die zentrale Zielsetzung des Projektes „rund um xund“. Die gesundheitsfördernde Gestaltung der Umwelt- und Lebensbedingungen soll die Jugendlichen beim Erwerb von Lebens- und damit auch Gesundheitskompetenzen unterstützen. Das Projekt „rund um xund“ baut in der Umsetzung auf einem ganzheitlichen psychosozialen Gesundheitsbegriff auf, der in den folgenden Bereichen umgesetzt wurde:

- Gesundheit
- Ernährung
- Bewegung
- Garten

Damit die Offene Jugendarbeit Dornbirn ihre Aufgaben erfüllen kann, ist sie auf die Anwendung von bestimmten Grundhaltungen und Arbeitsprinzipien angewiesen. Hier kann zwischen den generellen Arbeitsprinzipien der Offenen Jugendarbeit wie Offenheit, Freiwilligkeit und Überparteilichkeit (auch Überkonfessionalität) und dynamischen Handlungsprinzipien wie Ressourcenorientierung, Bedürfnisorientierung und Lebensweltorientierung, die auf die systematische Förderung und Entfaltung der jugendlichen Potenziale ausgerichtet sind, unterschieden werden. Aus diesen zentralen Arbeitsprinzipien lassen sich zwei weitere wichtige Arbeitsprinzipien ableiten, nämlich die Partizipation und die Kultur der 2., 3. und 4. Chance.

Diese Grundhaltungen und Arbeitsprinzipien liegen auch den Angeboten und Aktivitäten zugrunde, die im Rahmen von „rund um xund“ umgesetzt wurden.

2 Das Evaluationsdesign

Die Evaluierung bezog sich einerseits auf die Ebene der Organisation und der Struktur der Offenen Jugendarbeit Dornbirn und andererseits auf die Ebene der praktischen Umsetzung in den Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit und in der nachgehenden (mobilen) Jugendarbeit.

2.1 Dialoggruppen, Ablauf und methodischer Zugang

Eine umfassende on-line Projektdokumentation, in der von der Projektleiterin und allen beteiligten Mitarbeitenden die relevanten Daten erfasst wurden, bildete die Grundlage für das prozessbegleitende Monitoring und lieferte die quantitativen Daten für die Evaluierung. Die detaillierte quantitative Darstellung der Dialoggruppen, Angebote und Ergebnisse des Gesamtprojektes von „rund um xund“ ist im Projektbericht zu finden.

2.1.1 Die Dialoggruppen von „rund um xund“

Basierend auf dem sozialraumorientierten Ansatz der Offenen Jugendarbeit Dornbirn waren die folgenden Dialoggruppen in das Projekt eingebunden:

- **Jugendliche und junge Erwachsene**, die aufgrund unterschiedlicher Deprivationsfaktoren Gefahr laufen, minorisiert oder stigmatisiert zu werden. Diesen Jugendlichen galt es im Sinne der Chancengerechtigkeit, partizipativ Zugänge zu Angeboten und Wissen zu eröffnen.
- **Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Offenen Jugendarbeit Dornbirn**, die sich im Arbeitsalltag mit den Themen Gesundheitsförderung, Wohlbefinden und Chancengerechtigkeit auseinandersetzen und durch die eigene Haltung und das Handeln diese an die Jugendlichen vermitteln konnten.
- **KooperationspartnerInnen und Stakeholder**, die im sozialräumlichen Umfeld der Jugendlichen und der Offenen Jugendarbeit die Lebenswelt mitgestalten und im Rahmen ihrer professionellen Kompetenzen in die Umsetzung von „rund um xund“ eingebunden waren und sind.

Die Dialoggruppen Mitarbeitende, Jugendliche sowie Kooperationspartnerinnen und –partner eingebunden waren über den gesamten Projektverlauf an Konzeption und Umsetzung beteiligt.

Tabelle 1: Kennzahlen zu den Angeboten und Teilnehmenden der Dialoggruppen

Angebot/Aktion für die Dialoggruppen	Anzahl	TeilnehmerInnen
Dialoggruppe Jugendliche		
Ernährungsangebote für Jugendliche	230	4.239 Personen
Bewegungsangebote für Jugendliche	134	1.673 Personen
Garten für Jugendliche	28	189 Personen
Soziale Kompetenz, psychosoziale Gesundheit für Jugendliche	84	903 Personen
Workshop-Angebote für Schulklassen	46	871 Personen
Dialoggruppe Mitarbeitende		
Qualifizierungsangebote für MitarbeiterInnen	51	341 Personen
Dialoggruppe Kooperationspartner und Stakeholder		
Steuerungsgruppe	3	20 Personen
Kooperationspartner	16	
Öffentlichkeit		
Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung	8	2.404 Personen

Die vorliegende Evaluation orientiert sich in ihrem Aufbau an den drei zentralen Dialoggruppen.

2.1.2 Ablauf und methodischer Zugang

Evaluationsgegenstand war der gesamte Prozess des Aufbaus und der Umsetzung des Projektes „rund um xund“ innerhalb des Projektzeitraumes von November 2014 bis Oktober 2016. Die begleitende prozessorientierte Evaluierung des Projektes konnte im Projektverlauf Hinweise auf die Programmumsetzung vermitteln und sie unterstützte die systematische Dokumentation des Projektes. Weiters wurde im Rahmen der begleitenden Evaluierung die Übereinstimmung der Plan- und der Programmwirklichkeit sowie die Erreichbarkeit der beschriebenen Dialoggruppen überprüft.

Im Rahmen der Evaluation des Gesamtprojektes wurde ein Mix aus qualitativen und quantitativen Methoden eingesetzt. Nachfolgend werden die Methoden und Zugänge zu den Dialoggruppen dargestellt.

Projektleitung und Schlüsselpersonen

Mit der Projektleitung DSA Cornelia Reibnegger fanden regelmäßige zweimonatliche Reflexions- und Abstimmungssitzungen zu den Angeboten für die Dialoggruppen, den Umsetzungserfahrungen und den daraus abgeleiteten Schlussfolgerungen für die weiteren Projektschritte statt.

Die begleitende Prozessevaluation und das Monitoring des Projektes ermöglichten daher eine regelmäßige und strukturierte Rückmeldung während des gesamten Durchführungszeitraumes an die Projektleitung und die beteiligten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Im ersten Jahr fanden zudem Sitzungen mit der Geschäftsführung, den zuständigen Verwaltungsfachpersonen und der zuständigen IT-Fachperson statt, die die nachhaltige Implementierung des Projektes in der Organisation der Offenen Jugendarbeit Dornbirn unterstützten.

Jugendliche

Bei der Dialoggruppe der Jugendlichen wurden ausgewählte Maßnahmen aus dem verhaltenspräventiven Bereich (Workshops) zu den verschiedenen Themenfeldern Gesundheit, Ernährung und Bewegung mittels einer Paper-Pencil-Befragung evaluiert. Insgesamt haben 105 jugendliche Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen Fragebogen ausgefüllt. In fünf teilnehmenden Beobachtungen von verschiedenen Aktionen lag die Aufmerksamkeit auf den eingesetzten Methoden, der Didaktik, der Gruppendynamik und der Interaktion zwischen den Jugendlichen und der Workshop-Leitung aber auch auf den Besonderheiten der verschiedenen Settings und der verschiedenen Formate.

Zur Halbzeit des Projektes wurden in fünf „rund um xund“-Workshops mit 40 Jugendlichen zu allen Themen des Projektes „er- und vermittelnd“ gearbeitet. Methodisch wurden anhand eines Steckbriefes die soziodemografischen Daten der TeilnehmerInnen erhoben. Im weiteren Verlauf wurden jugendgerecht gestaltete Plakate mit Fragen zum eigenen Gesundheitsverhalten und den subjektiven Bedürfnissen gemeinsam mit den Jugendlichen ausgefüllt. Im Rahmen dieser Diskussionsrunden lag der Fokus auf dem Austausch in der Gruppe und der Reflexion der eigenen Einstellungen und des eigenen Verhaltens.

Am Ende der Projektlaufzeit wurden zwei Fokusgruppen mit insgesamt 13 Jugendlichen durchgeführt. Diese Ergebnisse wurden durch fünf strukturierte Interviews mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen ergänzt.

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Bei Projektstart (Januar 2015) und während der Umsetzungsphase (Oktober 2015) wurden jeweils ein mehrstündiger Workshop mit allen Mitarbeitenden und der Geschäftsführung durchgeführt, in dem alle Beteiligten über den Projektstand, geplante und durchgeführte Aktivitäten sowie über die Rückmeldungen der Dialoggruppen informiert wurden. Die Workshops waren partizipativ angelegt und bezogen alle Teilnehmenden in die grundsätzliche Ausrichtung und Umsetzung der einzelnen Projektbereiche ein. Der erste Workshop erfasste zudem die Interessen der Mitarbeitenden an den Projektthemen und gemeinsame Überlegungen zum Projekttitel, Logo und Vorschläge für Angebote.

Die Mitarbeitenden wurden jeweils nach Abschluss der Qualifizierungsangebote mittels eines online Fragebogens zu den Angeboten und ihrer Anwendbarkeit in der Arbeit mit den Jugendlichen befragt. Eine teilnehmende Beobachtung der Interaktionen zwischen Mitarbeitenden und Jugendlichen fand bei ausgewählten Workshops und Angeboten für Jugendliche statt.

Nach Abschluss des Projektes wurde in Ergänzung zu den laufenden Befragungen eine Fokusgruppe mit sieben Mitarbeitenden durchgeführt, vier weitere Personen wurden auf der Grundlage eines strukturierten Fragebogens vertiefend zu Schwerpunktthemen befragt. Für die Evaluation der Qualifizierungsangebote wurden zudem die on-line Befragungen der externen

ExpertInnen und ReferentInnen sowie deren schriftliche Berichte zu den Qualifizierungsangeboten herangezogen.

Stakeholder und Kooperationspartner

Auch bei der Evaluierung dieser Dialoggruppe kam ein qualitativer Methodenmix zum Einsatz. Mit den TeilnehmerInnen und Teilnehmern der Steuerungsgruppe wurde eine Fokusgruppe durchgeführt, ergänzend dazu liegen schriftliche Protokolle der Sitzungen vor. Kooperationspartner wie der aks, Südwind Vorarlberg und das Olympiazentrum Vorarlberg wurden in Face-to-Face-Interviews mittels eines strukturierten Leitfadens befragt.

Externe ReferentInnen, Workshop-LeiterInnen und TrainerInnen

Die Grundlage der Evaluierung der externen Projektbeteiligten wie ReferentInnen, Workshop-LeiterInnen und TrainerInnen, die sich aus den Reihen der KooperationspartnerInnen rekrutieren, stellten die schriftlichen Berichte zu den Angeboten für Jugendliche und Mitarbeitende sowie die on-line Befragung zu den jeweiligen Angeboten dar. In Ergänzung dazu wurden ausführliche Face-to-Face-Interviews auf der Grundlage eines strukturierten Interviewleitfadens vorgenommen. Die Interviews und die on-line Befragungen wurden jeweils nach Abschluss der Qualifizierungsangebote durchgeführt. Die teilnehmende Beobachtung fand bei ausgewählten Angeboten für Jugendliche statt.

Tabelle 2: Dialoggruppen und Methoden der Evaluierung

	On-line Befragung	Paper-Pencil	Teilnehmende Beobachtung	Interview	Fokusgruppe	Dokumente/ Fotoanalyse
Projektleitung				X	X	X
Schlüssel-personen				X		
Jugendliche	X	X	X	X	X	X
Mitarbeitende	X		X	X	X	X
ReferentInnen und TrainerInnen	X		X	X		X
Stakeholder und Kooperations-partner	X			X	X	X

3 Evaluationsergebnisse – Dialoggruppe Jugendliche

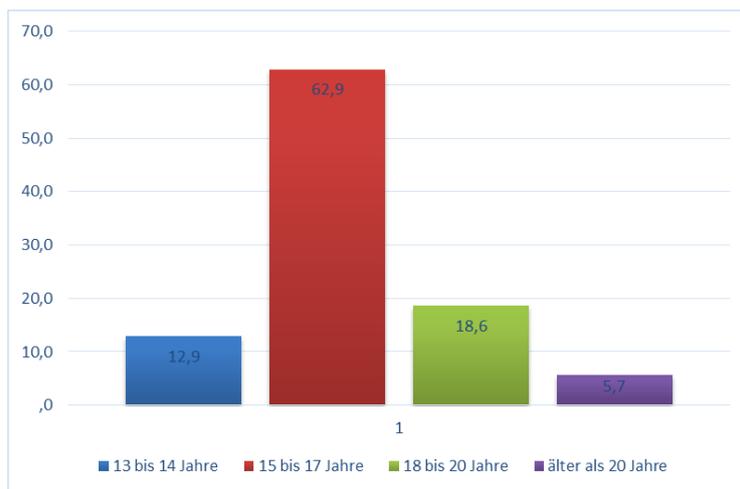
3.1 Erreichen der Dialoggruppe

Im Verlauf von zwei Jahren gab es im Rahmen des Projektes „rund um xund“ über 7.000 Kontakte mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Ziel des Projektes war es, vorwiegend Jugendliche zu erreichen, die aus bildungsfernen und sozioökonomisch benachteiligten Lebenskontexten stammen. Im Rahmen der Fragebogenerhebung (n = 105) wurden auch soziodemografische Daten zum Alter und zum Geschlecht sowie zum Bildungs- und zum Migrationshintergrund der jugendlichen Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhoben.

Die Verteilung der Geschlechter beläuft sich auf 54 % Mädchen und 46 % Burschen.

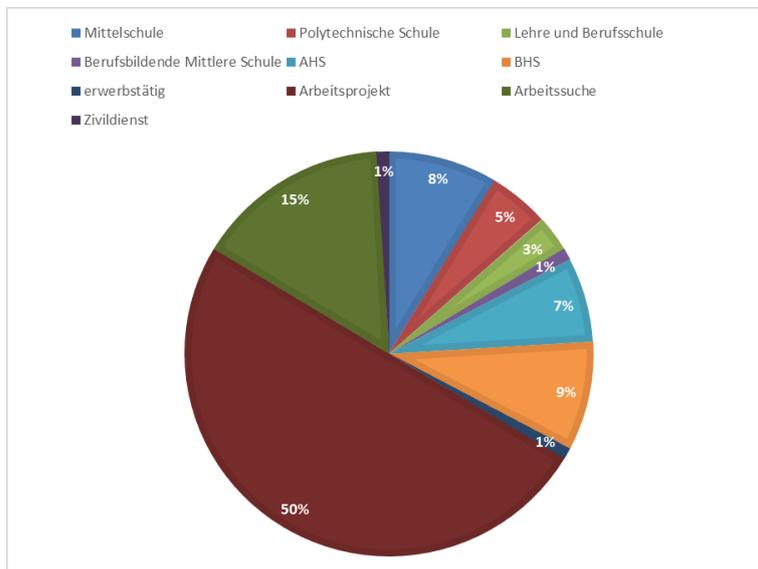
Das größte Alterssegment der befragten Jugendlichen sind mit 63 % die 15- bis 17-Jährigen. Rund 19 % sind zwischen 18 und 20 Jahre und 13 % sind 13 bis 14 Jahre alt. 35 Jugendliche machten keine Altersangaben.

Grafik 1: Altersgruppen der Jugendlichen (n=70)



Bezüglich Bildungshintergrund waren rund 50 % der Jugendlichen zum Zeitpunkt der Befragung in Arbeitsprojekte der Offene Jugendarbeit Dornbirn integriert und 15 % waren auf Arbeitssuche. Diesen 64 % stehen lediglich 15 % an Jugendlichen gegenüber, die eine höhere Schule besuchen.

Grafik 2: Bildungshintergrund der Jugendlichen



Migrationshintergrund

Um auf den Migrationshintergrund rückschließen zu können, wurde auf die Variable „Alltags-sprachen“ zurückgegriffen. 34 % der befragten Jugendlichen sprechen ausschließlich Deutsch in ihrer Familie und in ihrem Freundeskreis. Damit liegt die Anzahl jener Jugendlichen, die noch eine zweite Sprache in ihrem Alltag sprechen und einen Migrationshintergrund in die Offene Jugendarbeit Dornbirn mit einbringen, bei 66 %.

Die größte Gruppe davon sind mit 25 % türkischstämmige Jugendliche. Der Anteil von knapp 11 %, die Englisch als Zweitsprache angeben, dürfte weniger auf einen bestimmten Migrationshintergrund hinweisen als auf die Tatsache, dass die Jugendlichen untereinander teilweise auch auf Englisch ausweichen, da einige erst seit kurzem in Österreich sind und die deutsche Sprache noch nicht fließend beherrschen.

Die übrigen Prozente verteilen sich relativ regelmäßig auf zwölf verschiedene Sprachen und damit auf zwölf verschiedene Nationen als Herkunftsländer!

In Anbetracht der Ergebnisse zum Bildungs- und Migrationshintergrund konnte mit dem Projekt „rund um xund“ das Ziel erreicht werden, vor allem Jugendliche aus bildungsfernen und sozioökonomisch benachteiligten Lebenskontexten mit tendenziell niedriger Gesundheitskompetenz und zugleich erhöhtem Gesundheitsrisiko zu fördern.

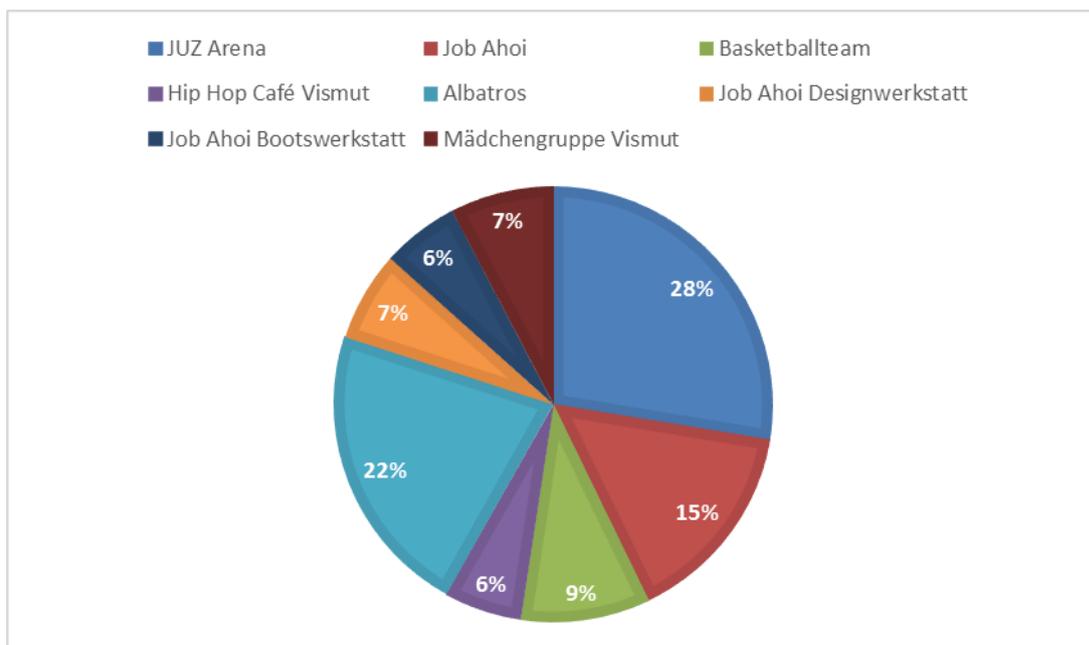
3.2 Methodischer Zugang

Bei der Dialoggruppe der Jugendlichen wurden ausgewählte Maßnahmen aus dem verhaltenspräventiven Bereich (Workshops) zu den verschiedenen Themenfeldern Gesundheit, Ernährung und Bewegung mittels einer Paper-Pencil-Befragung evaluiert.

Insgesamt haben 105 jugendliche Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen Fragebogen ausgefüllt. Dieser beinhaltet sowohl offene wie geschlossene Fragen mit dem Fokus darauf, ob und inwiefern den Jugendlichen Neues geboten werden konnte, wie interessant das Vermittelte für sie war und ob es Veränderungen in ihrer Einstellung zu den Themen Ernährung, Bewegung und in ihrem Selbstbewusstsein gegeben hat. Zudem wurden die Jugendlichen befragt, ob der Workshop einen Beitrag zu ihrem Wohlbefinden leisten konnte und sie wurden um eine grundsätzliche Bewertung der Workshops nach dem Schulnotensystem gebeten.

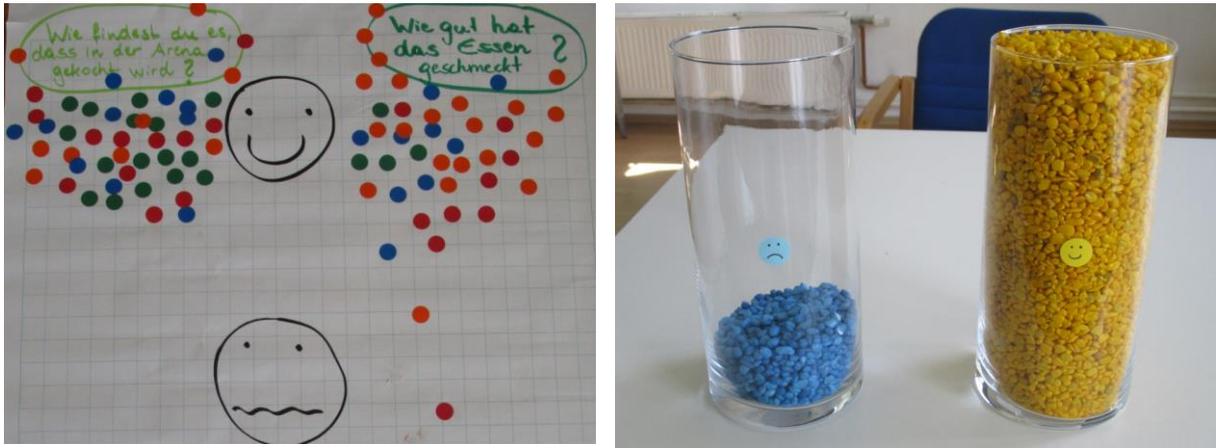
Die folgende Grafik zeigt, welche Jugendsegmente der Offenen Jugendarbeit Dornbirn zu welchen Anteilen mit den Fragebögen erreicht wurden.

Grafik 3: Anteil der Jugendlichen aus den Einrichtungen und Projekten der Offenen Jugendarbeit



Bei jenen Workshops, die nicht mittels Paper-Pencil-Fragebogen evaluiert wurden, ist die Zufriedenheit der Jugendlichen mittels verschiedener jugendgerechter Methoden (wie zum Beispiel Stimmungsbarometer) dokumentiert. Diese Erhebungen wurden unmittelbar nach dem Workshop durchgeführt.

Abbildung 1: Beispiele für jugendadäquate Evaluierungen: „Kochen in der Arena“ und „Gesunde Jause Albatros“.



In fünf teilnehmende Beobachtungen von verschiedenen Aktionen lag die Aufmerksamkeit auf den eingesetzten Methoden, der Didaktik, der Gruppendynamik und der Interaktion zwischen den Jugendlichen und der Workshop-Leitung aber auch auf den Besonderheiten der verschiedenen Settings und der verschiedenen Formate.

Zur Halbzeit des Projektes wurden in fünf „rund um xund“-Workshops mit 40 Jugendlichen zu allen Themen des Projektes „er- und vermittelnd“ gearbeitet. Methodisch wurden anhand eines Steckbriefes die soziodemografischen Daten der TeilnehmerInnen erhoben. Im weiteren Verlauf wurden jugendgerecht gestaltete Plakate mit Fragen zum eigenen Gesundheitsverhalten und den subjektiven Bedürfnissen gemeinsam mit den Jugendlichen ausgefüllt. Im Rahmen dieser Diskussionsrunden lag der Fokus auf dem Austausch in der Gruppe und der Reflexion der eigenen Einstellungen und des eigenen Verhaltens.

Parallel zum Ziel der „Vermittlung“ wurde auch „ermittelt“: Anhand der Steckbriefe und der ausgefüllten Plakate wurden aufschlussreiche Ergebnisse über das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Jugendlichen sowie zu deren Einstellung bezüglich Selbstanbau von Obst und Gemüse erhoben. Durch die Auseinandersetzung mit Wohlfühlorten in der Offene Jugendarbeit Dornbirn beinhalteten diese Workshops auch ein partizipatives Element.

Die Ergebnisse dieser begleitenden Evaluierungsmaßnahmen wurden laufend mit der Projektleiterin besprochen.

Nach der Umsetzung aller „rund um xund“-Angebote wurden zwei Fokusgruppen mit insgesamt 13 Jugendlichen durchgeführt. Die Fokusgruppen wurden der Dialoggruppe angepasst. Mittels eines Brainstormings wurde erhoben, ob es in der spontanen Erinnerung eine differenzierte Wahrnehmung von verhältnis- und verhaltenspräventiven Maßnahmen gibt. Anhand von Fotos, die die verschiedensten „rund um xund“-Aktionen abbildeten, wurde mit der gestützten Erinnerung weitergearbeitet und die Meinung der jugendlichen Teilnehmerinnen und Teilnehmer eingeholt, was sie an den Angeboten gut fanden, ob es Änderungswünsche oder Ideen für die Zukunft gibt und wie ihre Einschätzung zur Wirkung dieser Angebote ist.

Ergänzend zu den Fokusgruppen wurden fünf strukturierte Interviews mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen durchgeführt. Auch in diesen ging es darum, welche der Aktionen und Angebote der Offene Jugendarbeit Dornbirn aus Sicht der jungen Leute mit dem Thema

„Gesundheit“ verknüpft werden, wie sie deren Wirkung auf sich selbst und andere Jugendliche einschätzen und ob es Ideen für zukünftige Angebote gibt.

Tabelle 5: Anzahl der teilnehmenden Jugendlichen an den Evaluierungsmaßnahmen

Evaluierungsmaßnahmen	Anzahl Aktionen	Anzahl TeilnehmerInnen
Paper-Pencil-Fragebogen	17	105
Teilnehmende Beobachtung	5	50
„rund-um-xund“-Workshops	5	40
Fokusgruppen	2	13
Interviews	5	5
Summe	34	213

3.3 Formate und Angebote für die Dialoggruppe Jugendliche

In der Projektdauer von zwei Jahren konnten mit 449 verschiedenen Angeboten und Aktionen rund 7.000 Kontakte mit Jugendlichen gezählt werden. Die Angebote teilen sich inhaltlich in vier Themenbereiche auf, die im Gesamten einen ganzheitlichen Gesundheitsbegriff vermitteln.

Tabelle 6: „rund um xund“-Kontakte Jugendliche

Themenbereich	Anzahl Aktionen	Anzahl TeilnehmerInnen
Ernährung	230	4.239
Garten	28	189
Bewegung	134	1.673
Psychosoziale Gesundheit, soziale Kompetenz	84	903
Summe	449	7.004

Zusätzlich haben unterschiedliche Workshop Angebote zur psychosozialen Gesundheit und zur sozialen Kompetenz für Schulklassen im Jugendzentrum Vismut stattgefunden. Die Zielgruppe sind Schülerinnen und Schüler der Neuen Mittelschulen, der AHS-Unterstufen, der Berufsschulen und der Polytechnischen Schulen. Im Projektzeitraum wurden insgesamt 46 Workshops mit 871 Teilnehmenden durchgeführt. Am häufigsten fanden die Workshops zur Gewaltprävention (18 Workshops) und zur sexualpädagogischen Aufklärung (11 Workshops) statt.

Einen detaillierten Einblick in die vielseitigen Maßnahmen von „rund um xund“ vermittelt der Projektbericht. An dieser Stelle können daher nur einige der gesundheitsfördernden Maßnahmen exemplarisch erwähnt werden um einen Eindruck zu vermitteln wie vielseitig das Repertoire war.

Kochen

Im Bereich der Ernährung wurde sehr viel selbst gekocht. Denn unter den ErnährungsexpertInnen gilt die Devise: Nur wer selbst kochen kann, hat die Möglichkeit, seine Ernährung auch entsprechend selbst zusammensetzen und selbst zu gestalten. Frische Zutaten galten dabei als Standard. Das gemeinsame Kochen wurde im Laufe des Projektes strukturell in den verschiedenen Jugendhäusern verankert. Zusätzlich erhielten die Jugendlichen in diversen Workshops und Unterrichtseinheiten alle relevanten Informationen zum Thema Ernährung und Lebensmittelkunde.

Bewegung

Das Thema Bewegung wurde ebenfalls fest in den Alltag der Offenen Jugendarbeit Dornbirn integriert. Die Arena ist mit mehreren Tischfußball-, Tischtennis- und Billardtischen ausgestattet, die jederzeit für die Jugendlichen zugänglich sind. Angebote wie das Breakdance-Training im Hip-Hop-Café im Vismut oder das wöchentliche Basketballtraining sind ebenso fixe Bestandteile der Angebotsstruktur.

Neue Sportangebote wurden in Zusammenarbeit mit Vereinen zum Schnuppern angeboten. Bei einem Fitnesscheck „getarnt“ als „Challenge“ konnten die Jugendlichen erfahren, in welchen Bereichen sie körperlich in Bestform sind und in welchen Bereichen noch Trainingsbedarf gegeben wäre.

Garten

Der Garten wurde aus einer früheren Aktion übernommen und mit Jugendlichen neu angelegt. Dabei wurden Trends wie der Anbau von Kräutern und Gemüse in Hochbeeten oder das Bauen von Insektenhotels aufgenommen. Hauptsächlich aber diente der Garten als Basis für die Vermittlung von wertvollem Wissen zu heimischen Kräutern und zu ernährungstechnischen Vorzügen von frischem Obst und Gemüse.

Psychosoziale Maßnahmen

Der vierte Bereich konzentrierte sich auf Maßnahmen im psychosozialen Bereich. Neben Workshops zu Gewalt- und Mobbingprävention wurden auch Themen wie sexuelle Aufklärung, neue Medien und vieles mehr zur Förderung wichtiger Lebenskompetenzen ins Angebot mit aufgenommen.

Verhältnis- und verhaltenspräventive Maßnahmen

Im Projekt „rund um xund“ ist grundsätzlich zwischen verhältnis- und verhaltenspräventiven Maßnahmen zu unterscheiden. Die Verschränkung dieser beiden Ansätze ermöglichte es, die Jugendlichen für das Thema Gesundheit sowohl auf der bewussten wie auch auf der unbewussten Ebene zu sensibilisieren. Viele der Maßnahmen setzten im Alltag an und wurden zu einer Selbstverständlichkeit. So wird beispielsweise den Jugendlichen in der Arena Wasser statt süßer Getränke angeboten, statt Fertiggerichten wird frisch gekocht und bei Job Ahoi gibt es täglich frisches Obst zur freien Entnahme.

Angebote für die Jugendlichen im Überblick:

- Bandverpflegung durch die Mitbestimmungsteams
- Lunch-Club
- Umrüstung des Snack-Automaten
- Kochsessions in der Arena
- Thementage
- Ernährungstipps – drei Kochbücher
- Offene Sportangebote
- Vereine stellen ihre Angebote vor
- Kompetenz-Workshops für Jugendliche
- Workshop Angebote für Schulklassen in der Offene Jugendarbeit Dornbirn: Gewaltprävention, sexualpädagogische Aufklärung oder Speed-Dating mit UMF (unbegleitete minderjährige Flüchtlinge).

Settings und Formate

Sehr abwechslungsreich waren die verschiedenen Settings und Formate, in denen sich die Jugendlichen mit Gesundheitsthemen auseinandersetzen konnten. Bei den offenen Kochsessions in der Arena konnten sich die Jugendlichen freiwillig ein- und ausklinken.

Anders formatiert wurden die Inhalte dort, wo sie in den Unterricht der Arbeitsprojekte integriert und teilweise auch als Prüfungstoff vermittelt wurden. Die Sinnes- und Genussrallye hingegen war als „Challenge“ und damit als sehr spielerisches Format aufgebaut. Ebenso wie die Workshops „Globales Essen“ und die „rund um xund“-Workshops ging sie auf Tour durch die verschiedenen Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit Dornbirn, um möglichst viele der verschiedenen Jugendgruppen zu erreichen.

Partizipative Mitbestimmungsmöglichkeiten wurden dort, wo es machbar war, strukturell verankert. So gibt es in beiden Jugendhäusern – Vismut und Arena – Mitbestimmungsteams. Zusätzlich wurden die Jugendlichen in der Arena bei mehreren Gelegenheiten nach ihren Wünschen, Bedürfnissen und Ideen gefragt und diese auch in der Gestaltung des Programms und der Räumlichkeiten übernommen (zum Beispiel wurde mit der Ausweitung der Öffnungszeiten der Arena konkret auf die Wünsche der Jugendlichen eingegangen).

3.4 Zugänglichkeit der Angebote für die Dialoggruppe Jugendliche

3.4.1 Niederschwelliger Zugang

Das Ziel von „rund um xund“ war es, vor allem Jugendlichen aus benachteiligten und bildungsferneren Lebenskontexten mit Angeboten zum Thema Gesundheit zu erreichen. Wenn dies gelingen soll, ist es wichtig, die gesundheitsfördernden Maßnahmen entsprechend niederschwellig anzusetzen.

Verständlichkeit

Daher wurde großer Wert auf die Verständlichkeit sowohl auf sprachlicher Ebene wie auch in Bezug auf die didaktische Aufbereitung der Inhalte gelegt. Wie sich in der teilnehmenden Beobachtung zeigte, haben die Workshop-LeiterInnen auf die unterschiedlichen Muttersprachen Rücksicht genommen und teilweise mit Englisch ausgeholfen.

Die Vermittlung von Inhalten wurde so weit als möglich auf die Interessen der Jugendlichen abgestimmt. So wurden zum Beispiel im Unterricht der Arbeitsprojekte zum Thema Gesundheit Fragen der SchülerInnen eingesammelt und diese bearbeitet.

Viele der Angebote vermittelten die Inhalte multimodal, also auf mehreren Erfahrungsebenen und mit unterschiedlichen Methoden (vgl. konstruktivistisches Lernen). Wenn es zum Beispiel um die Inhaltsstoffe in Lebensmitteln ging, so wurde gekostet, die Etiketten gescannt und ausgewertet und Informationen zu den Inhaltsstoffen mit Bildmaterial anschaulich gestaltet.

Auch bei den „rund um xund“-Workshops, deren Ziel es war, zusätzlich zum vermittelnden Charakter auch Informationen über das Gesundheitsverhalten der Jugendlichen zu generieren, wurden statt Fragebögen grafisch gestaltete Steckbriefe und Plakate verwendet. Bei allen Angeboten lag das Augenmerk darauf, die Inhalte und Methoden möglichst jugendgerecht zu gestalten.

Dass diese Bemühungen wichtig und richtig waren, zeigt sich in der Auswertung der Evaluierungsfragebögen. Die Frage „Was hat dir besonders gut gefallen?“ wurde von den Jugendlichen mit Aussagen wie „Die Zusammenarbeit mit uns Jugendlichen“, „dass wir mit einbezogen wurden“, „dass es abwechslungsreich war“, „die Workshop Gestaltung“ und mit „die Themenvielfalt“ beantwortet.

Setting

Die Angebote und Workshops fanden zum größten Teil im für die Jugendlichen gewohnten Setting statt. So wurde (bis auf wenige Ausnahmen) das gemeinsame Kochen in den Jugendhäusern Vismut oder Arena umgesetzt. Workshops wie der „rund um xund“-Workshop oder die Sinnes- und Genussrallye sind „auf Tour gegangen“ und haben die Jugendlichen in ihren jeweiligen Settings besucht. So wurde ein Workshop mit dem Basketballteam zum Beispiel auch in der Sporthalle durchgeführt.

In der zeitlichen Gestaltung wurde auf die gewohnte Tagesstruktur der Jugendlichen eingegangen: Die Workshops wurden zu jenen Zeiten abgehalten, zu denen die Jugendlichen gewohnheitsmäßig an den Orten der Offenen Jugendarbeit Dornbirn anwesend waren.

Natürliche Gruppen

Zudem wurden die Workshops und anderen Angebote mit natürlichen Gruppen umgesetzt. Das bedeutet, dass sich die Jugendlichen untereinander gekannt haben. So konnten die jeweiligen Workshop-ModeratorInnen an der Vertrautheit und der Kommunikationskultur der Gruppen, die die JugendarbeiterInnen der Offene Jugendarbeit Dornbirn mit den Jugendlichen schon erarbeitet hatten, anknüpfen. Die Bestätigung dieses Ansatzes findet sich ebenfalls in den Antworten auf die Frage, was den Jugendlichen am besten gefallen hat: „dass wir alle in einer Gruppe waren“ und „die Offenheit“ oder in folgendem Fokusgruppenszitat: So ein Projekt ist „voll cool, wenn Leute dabei sind, die man kennt. Dann ist es voll gut.“ Mädchen, 13 Jahre

Bei den meisten Workshops waren auch die Mitarbeitenden der Offene Jugendarbeit Dornbirn, die wichtige Bezugspersonen für die Jugendlichen sind, mit dabei. Auch dies förderte die gute Atmosphäre und erleichterte den Zugang der Jugendlichen zu den gebotenen Inhalten.

„...wenn Jugendliche da drin sitzen und du sagst, du machst einen Physio¹-Workshop, dann kommt das nicht so an. Aber wenn jemand Cooler vorschlägt, dass man etwas machen könnte, - jemand der cool ist, dann ist das super. Egal ob es um Boxen geht, Breakdance oder andere Sachen. Ich glaube, dann ist das Interesse da. Im ersten Moment ist das immer so eine Hemmschwelle, aber wenn das jemand so selbstverständlich macht wie der Massimo, dann geht das.“ Junger Erwachsener, 24 Jahre, Breakdance-Gruppe

„Das ist wichtig, dass wir ihn kennen und auch dass er selber breakt, weil er weiß, wo B-Boys anfällig sind. Aber dass wir ihn kennen, das ist schon das Wichtigste.“ Junge, 17 Jahre, Breakdance-Gruppe

Die örtliche und zeitliche Integration der Aktionen und Workshops in das Setting der Offene Jugendarbeit Dornbirn so wie das aktive Mitwirken von Bezugspersonen machten das „rund um xund“-Projekt für die Jugendlichen quasi zu einem „Heimspiel“.

Freiwilligkeit

Immer dann, wenn es möglich war, wie zum Beispiel bei Angeboten im offenen Betrieb, galt als oberstes Prinzip die Freiwilligkeit. Eine wichtige Voraussetzung für die Motivation der Jugendlichen, die angebotenen Inhalte von sich aus anzunehmen und die Eigenverantwortung zu fördern.

Dennoch ist es wichtig, die Jugendlichen so gut als möglich zum Mitmachen zu motivieren, wie das Zitat eines 17-jährigen Jungen zeigt:

„Es gibt Workshops die interessanter sind als andere. Aber weglassen würde ich nichts, weil wenn man im Workshop ist, ist es doch interessant. Zum Beispiel der Workshop mit den Sinnen: Da dacht ich mir zuerst, meine Sinne habe ich schon seit 17 Jahren, was kann ich da schon Neues erfahren. Und dann bekommt man die Augen verbunden und muss

¹ Gemeint war hier das Angebot „Myofasziale Release Techniken“

Schon vor den Sommerferien 2016 berichteten die Jugendlichen aus der Arena von der Umsetzung einiger Ideen: Eine neue Sitzgelegenheit und neue Öffnungszeiten ab Herbst 2017. Auch die Mädchenreise hat inzwischen schon stattgefunden.

Der partizipative Ansatz findet sich aber auch im pädagogischen Umgang mit den Jugendlichen. Es wird darauf geachtet, sie als gleichberechtigte PartnerInnen im gemeinsamen Gestalten des sozialen Umfelds zu sehen. Dort wo es möglich ist, wurden und werden den Jugendlichen Experimentierräume, die eine Selbstwirksamkeitserfahrung ermöglichen, geöffnet:

„Im Vismut kann man auch einfach so kochen, wenn man möchte. Man kann einfach die Lebensmittel nehmen, die da sind. Wir haben gefüllte Zucchini gemacht. Das war so lecker! ...Wir haben einfach gefragt, ob wir uns etwas machen können. Und das war okay. Ist echt cool!“ Drei Mädchen zwischen 13 und 16 Jahren, Fokusgruppe „Arena“

Im Rahmen von „rund um xund“ wurden verschiedene Maßnahmen partizipativ mit den Jugendlichen umgesetzt. Der Garten wurde gemeinsam entwickelt und angelegt, beim Kochen brachten die Jugendlichen „ihre“ Rezepte mit, im Bereich der Bewegungsangebote bestimmten und bestimmen die Jugendlichen, wie das Training und die Rahmenbedingungen aussehen sollen.

In den „rund um xund“-Workshops wurde das Thema „Wohlfühlorte“ erarbeitet sowie Wünsche und Ideen erhoben, die die Orte in der Offene Jugendarbeit Dornbirn noch mehr zu Wohlfühlorten machen.

Als eigenständiges Mitbestimmungsprojekt hat die Mobile Jugendarbeit einen Jugendplatz im Dornbirner Stadtteil Haselstauden unter Beteiligung von Jugendlichen eingerichtet.

Ein respektvoller Umgang miteinander, Kommunikation auf Augenhöhe und viele Möglichkeiten mitzudenken, mitzureden, mitzugestalten und mitzubestimmen sind in der Offene Jugendarbeit Dornbirn fest verankert. Möglichkeiten der Selbstwirksamkeitserfahrung und die Stärkung von Lebenskompetenzen (Gestaltungskompetenz, Kommunikationskompetenzen u.v.m.) sind gegeben.

3.5 Erhöhung der Akzeptanz von gesundheitsfördernden Maßnahmen

In den Evaluierungsfragebögen war eine Bewertung der Workshops nach dem Schulnotensystem enthalten. Demnach erhielten die Workshops ein Notendurchschnitt von 1,3. Dabei haben 75 % der Jugendlichen die Workshops als sehr gut bewertet und 22 % als gut. Ein Genügend oder Nichtgenügend wurde gar nicht vergeben. Das Ergebnis zeugt von einer hohen Akzeptanz der „rund um xund“-Angebote.

Interessant in der Fragebogenevaluierung ist, dass sich die meisten Antworten auf die Frage, was den Jugendlichen am Workshop besonders gefallen hat, auf konkrete Workshop-Inhalte beziehen. Dabei werden die verschiedensten Methoden genannt, wie zum Beispiel die Aufgaben und Spiele bei der Sinnes- und Genussrallye, Bildmaterial zum Thema „Wie sich Familien in aller Welt ernähren“ aus dem Workshop von Südwind, der Steckbrief und die Plakate aus dem „rund um xund“-Workshop oder auch das Filmen im Videoworkshop zum Thema „Fairtrade- und Bio-Snacks im Automaten“. Grundsätzlich gilt im O-Ton als positiv „dass es abwechslungsreich war“.

Fast ebenso viele positive Hervorhebungen gibt es zum Bereich der Atmosphäre. Nennungen wie „dass wir alle zusammen Spaß hatten!“, „dass es lustig war“ oder „Spaß in der Gruppe“ lassen darauf schließen, dass die Jugendlichen jedenfalls eine positive Erinnerung an die Beschäftigung mit Gesundheitsthemen mitgenommen haben.

Die „Gruppenmotivation“ und „miteinander reden“, „dass man über alles redet, nicht wie in den Medien“ und „dass jeder seine Meinung sagt“ wird nicht nur an dieser Stelle von den Jugendlichen als positiv bewertet. Auch „die Menschen“, „das nette Personal“ und „die Zusammenarbeit mit uns Jugendlichen“ werden wertgeschätzt.

Auch in den Fokusgruppen und den Interviews sind die Jugendlichen durchwegs positiv und sehr zufrieden mit den Angeboten. Auch hier zeigt sich eine hohe Akzeptanz der gesundheitsfördernden Maßnahmen. Der Grundtenor lautet: „Einfach so weitermachen!“

„Ich denke, das ist auf jeden Fall wichtig, weil es ist wichtig für das Leben. Das Essen wird immer schlechter. Es gibt nicht mehr so viele frische Sachen, man muss viele Sachen fertig kaufen. Darum wird so ein Projekt auch immer wichtiger. Und vielleicht auch weil man es in der Schule nicht so macht, - das gesunde Essen. Dann ist es wichtig, dass man es hier macht.“ Junge aus dem Breakdance-Team, 17 Jahre

„Ich finde es gut, dass man schaut, dass die Jugendlichen nicht nur mit ungesundem Zeug aufwachsen. Ich verbring ja auch viel Zeit da!“ Arenabesucherin, 15 Jahre

Kochen und Essen

Eine besonders hohe Akzeptanz bei den Jugendlichen hat das gemeinsame Kochen. Einige Mädchen von Job Ahoi waren eingeladen, an der Evaluierungsfokusgruppe teilzunehmen. Zu diesem Zeitpunkt wären sie aber eigentlich für das Freitagskochen eingeteilt gewesen. Der Teilnahme an der Fokusgruppe stimmten sie erst zu, nachdem sichergestellt war, dass ihr Kocheinsatz nicht ausgelassen sondern nur verschoben beziehungsweise getauscht wird.

Auf die Frage, was die Jugendlichen mit dem Begriff Gesundheit verbinden, steht „Essen“ an erster Stelle: „Ich finde, es ist voll wichtig, was man isst.“ Gleich danach kommt die Bewegung. Auch wenn man danach fragt, was den Jugendlichen an Aktivitäten zum Thema Gesundheit in der

Offenen Jugendarbeit Dornbirn einfällt, dann ist das bei den Jugendlichen aus dem Jugendzentrum Arena und aus den Arbeitsprojekten, die den größten Anteil an Jugendlichen ausmachen, an erster Stelle das Kochen.

„Wir haben voll viele Kochworkshops gemacht. Und wir haben einmal einen Kochworkshop mit „elegant Essen“ gehabt. Acht Personen sind an einem Tisch gesessen und haben ausprobiert, wie man tut, wenn man elegant essen will. Grillworkshops haben wir gemacht...Ich habe bei allen mitgemacht!“ Arenabesucherin, 16 Jahre

Gemeinsam zu kochen ist für die Jugendlichen etwas Kreatives und Spannendes. Gemeinsam zu essen verbindet und schafft eine familiäre Atmosphäre. In den „rund um xund“-Workshops hat sich gezeigt: Die Arena ist für die Jugendlichen ein absoluter Wohlfühlort. Das gemeinsame Kochen und gemeinsame Essen verstärkt diese Bedeutung der Arena. Auch das Freitagskochen bei Job Ahoi in Verbindung mit der wöchentlichen Geldausgabe ist für die Jugendlichen ein wichtiges Ritual, das Verbindlichkeit schafft. Und: Sich wohl zu fühlen, angenommen zu sein, sind wichtige Voraussetzungen für eine gute Resilienz.

Insgesamt betrachtet, haben die gesundheitsfördernden Maßnahmen von „rund um xund“ die Bedürfnisse und Erwartungen der Jugendlichen absolut erfüllt. Unterhaltung und Abwechslung sind durch den Einsatz vieler verschiedener Methoden und spielerischer Elemente nicht zu kurz gekommen. So ist es gelungen, den Jugendlichen eine positive Auseinandersetzung mit Themen aus dem Gesundheitsbereich zu ermöglichen.

Anregungen der Jugendlichen

Die hohe Akzeptanz zeigt sich auch in den Antworten auf die Frage „Was hat dir nicht so gut gefallen?“ 89 % der Jugendlichen antworten mit „nichts“. Bei den 11 % der Jugendlichen, die Ideen zur noch besseren Anpassung der rund-um-xund Angebote an ihre Bedürfnisse haben, wurden folgende Tipps gegeben:

Die Jugendlichen aus den Arbeitsprojekten wünschten etwas mehr Pausen. Kürzere Dauer der Angebote und Orientierung sind für die Jugendlichen dieser Gruppe besonders wichtig. Dem sind die Workshop-LeiterInnen auch sehr schnell nachgekommen: Es empfiehlt sich, schon am Beginn eines Workshopprogramms zu besprechen, wann Pausen vorgesehen sind.

Zum Thema Fitnesscheck wurde von Seiten der Jugendlichen vermerkt, dass sich nicht alle gleichermaßen für leistungsorientierte Wettkämpfe begeistern können:

„...der Workshop mit „Schlag den Tommy“, das habe ich nicht allzu gut gefunden, aber es passt auch, also für die anderen...Meine Kritikpunkte sind, es hat halt immer so auf Leistung abgezielt. Vielleicht ist das gut zum Pushen, aber ich brauche es nicht so.“ Junge, 17 Jahre

Für Aktionen mit kompetitivem Charakter ist es wichtig, die Freiwilligkeit der Teilnahme besonders hervorzuheben. Eventuell muss darauf geachtet werden, dass diese auch entgegen einer gewissen Gruppendynamik gewährleistet wird.

Ein weiterer Hinweis bezieht sich auf Gutscheine für Lokale, die speziell gesundes Essen anbieten und für Jugendliche eher hochschwellig sind. Eine Idee der Jugendlichen für diese Situation ist, gemeinsam in der Gruppe ein solches Lokal zu besuchen.

In der Fokusgruppe mit den Jugendlichen aus den Arbeitsprojekten wurde auch thematisiert, dass innerhalb eines Zeitraums (Frühjahr 2016) das Workshop Angebot relativ dicht war. Dieser

Eindruck hat sich sicherlich dadurch verstärkt, als dass die Evaluierungsfokusgruppe zusätzlich in diesem Zeitraum stattgefunden hat.

Zudem hatten zwei Mädchen das Gefühl, dass sich der eine oder andere Inhalt – allerdings in einzelnen Elementen der Workshops - wiederholt. Diese Überschneidungen können für einige Jugendliche ein Vorteil sein. Durch Wiederholung wird der Lerneffekt gestärkt. Für andere Jugendliche hingegen scheint dann die Zeit im Workshop nicht effizient genutzt.

Das heißt für so umfangreiche Gesundheitsprojekte, die zeitliche und die inhaltliche Abstimmung der Angebote sorgfältig zu planen und auch andere Ereignissen im Umfeld der Jugendlichen außerhalb des Projekts zu berücksichtigen.

In einer der Fokusgruppen brachte ein Teilnehmer in Verbindung mit dem Wohlfühlbegriff das Thema Stress ein. Die Jugendlichen nannten vor allem Stress in der Ausbildung, Stress in der Beziehung und Stress mit den Eltern. Die Gruppe war der Meinung, dass es interessant wäre, sich mit dem Thema der Stressvermeidung beziehungsweise mit Strategien im Umgang mit Stress auseinanderzusetzen.

Als ergänzende Kommunikationsidee zu den drei Kochbüchern wurden in einem Interview die sozialen Medien genannt:

„Die sozialen Medien spielen für die Jugendlichen eine so große Rolle,...das würde ich gut finden...“ Junger Erwachsener, 24 Jahre, Breakdancer

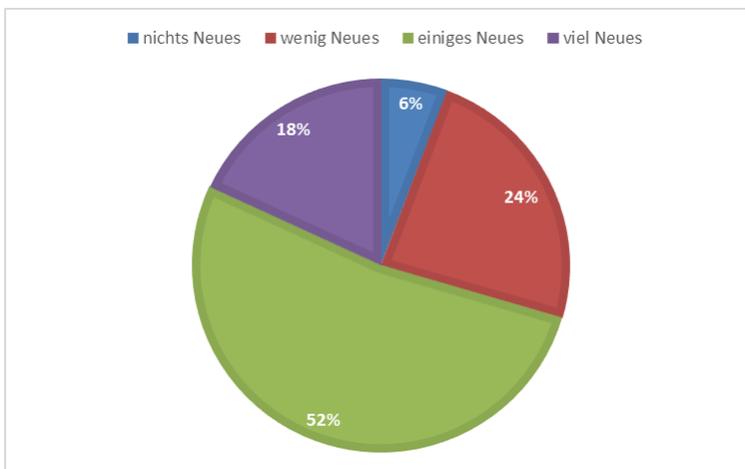
3.6 Einstellung und Wissen der Jugendlichen

Die gesundheitsfördernden Maßnahmen von „rund um xund“ waren positive Impulse zur Veränderung des Ernährungsverhaltens, des Bewusstseins und der Genussfähigkeit der Jugendlichen.

Neuigkeitswert in den gesundheitsfördernden Maßnahmen

Im Evaluierungsfragebogen wurden die jugendlichen TeilnehmerInnen gefragt, ob bei dem jeweiligen Workshop etwas Neues für sie dabei war. Das Ergebnis zeigt, dass für 18 % der Jugendlichen viel Neues und für 52% einiges Neues in den Workshops geboten wurde. Zusammengerechnet mit den 24 % jener Jugendlichen, die zumindest ein wenig Neues erfahren haben, sind es insgesamt 94%, für die grundsätzlich etwas Neues dabei war.

Grafik 4: Neuigkeitswert der gesundheitsfördernden Maßnahmen



In einem offenen Feld des Fragebogens konnten die Jugendlichen angeben, was für sie Neues dabei war. Gut 52 % nutzten diese Möglichkeit. Im Bereich Kochen und Ernährung waren allgemeine Infos neu aber auch Informationen dazu, wie „schnelles und gesundes Essen ausschauen könnte“. Im Bereich des selber Kochens ging es für die Jugendlichen vor allem um die Basics, „wie man etwas macht, schneidet, zubereitet“ und „was man wann macht beim Kochen“. Aber auch „neue Rezepte“ sorgten für Abwechslung.

Im Bereich des Gartens war vor allem die Kräuterkunde neu und die Pflanzennamen. Aber auch das Kosten von neuen Kräutern und neuem Gemüse hat die Jugendlichen beeindruckt.

Das Thema Kohlenhydrate aus dem Bereich der Lebensmittelkunde wurde als neu genannt. Auch die Auseinandersetzung mit dem Thema Kinderarbeit, zum Beispiel bei der Produktion von Lebensmitteln, war manchen Jugendlichen bislang noch unbekannt.

Sinne und Genuss neu zu entdecken, gelang über Methoden wie Obst und Gemüse zu ertasten, Kräuter über Gerüche zu erfahren und „neue Sachen zu probieren“ (zum Beispiel die Produkte aus den neu bestückten Snack-Automaten). Als eine neue Erkenntnis genannt wurde: „Man schmeckt weniger mit geschlossener Nase!“

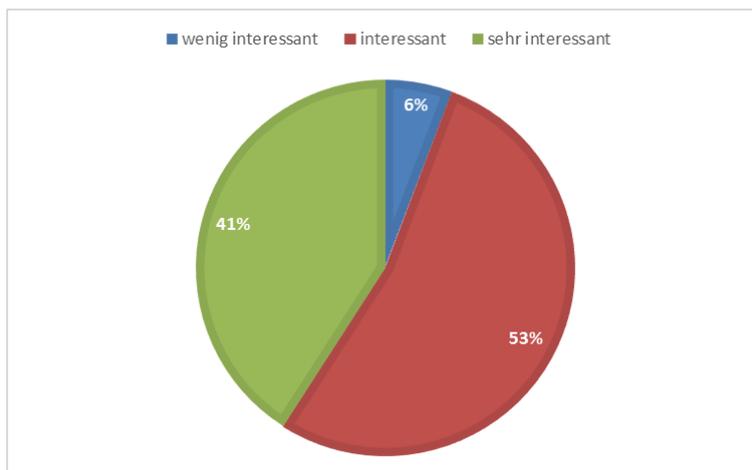
Im Themenbereich der Bewegung freuten sich die Jugendlichen „Gute Ideen für Sportangebote in der Offenen Jugendarbeit Dornbirn“ sammeln zu dürfen. Als neue Erfahrung wurde ein Reaktions-test genannt und verschiedene „Themen zur Freizeit und zum Sport“.

Die Ebene des Austauschs und der (Selbst-) Reflexion wurde von erstaunlich vielen Jugendlichen als neu empfunden. Offenbar wurden hier bei den Workshops Gesprächssituationen geschaffen, die die Jugendlichen in dieser Weise nicht oft erfahren: „Wie andere zu dem Thema stehen“ und „wie andere mit Sport und Essen umgehen“ aber auch einen „Überblick über mein Konsumverhalten“ zu bekommen wie zum Beispiel „Die Liste (das Plakat), wie oft ich was esse“ war für sie neu. Als zusätzlicher Mehrwert wurde erwähnt, dass man dabei „die anderen besser kennengelernt“ hat.

Interessanzwert der gesundheitsfördernden Maßnahmen

Auf die Frage, wie interessant die Workshops für die Jugendlichen war, antworten 41 % mit sehr interessant und 53 % mit interessant. Wenig interessant kreuzten lediglich 6 % an und nicht interessant wurde gar nicht genannt.

Grafik 5: Interessanzwert der gesundheitsfördernden Maßnahmen



Zusammengerechnet waren die „rund um xund“-Angebote für 91 % der Jugendlichen interessant. Dabei fällt auf, dass für einen Großteil jener 30 %, für die die Workshops wenig Neuigkeitsgehalt boten, dies offenbar nichts daran ändert, dass die Workshops dennoch interessant waren. Insgesamt kann dieses Ergebnis so gewertet werden, dass die angebotenen Workshops die Interessen der jugendlichen Teilnehmenden getroffen haben.

Veränderungen in der Einstellung zu den verschiedenen Themenbereichen

Auf die Frage, ob die Jugendlichen glauben, dass sich durch den Workshop etwas für sie verändert hat, antworten bei den Variablen „Einstellung zu Ernährung“ und „Einstellung zu Bewegung“ jeweils 41 % mit Ja. Veränderungen beim Selbstbewusstsein haben 40 % wahrgenommen.

Ein Statement aus dem Interview mit einer 16-jährigen Arenabesucherin verdeutlicht die Einstellungsänderung im Bereich der Ernährung:

„Mir hat es brutal viel gebracht, weil ich war immer so ein Mensch, der abnehmen wollte. Aber nie, – ich habe es nie irgendwie hingekriegt. Aber jetzt bin ich ein Mensch, der nur

noch Wasser trinkt. Und vielleicht zwei bis drei Mahlzeiten zu sich nimmt und ab 6 oder 7 esse ich kaum etwas. Das hat schon viel gebracht für mich, dass ich jetzt einmal ein bisschen aufpasse.“ Arenabesucherin, 16 Jahre

Neu gewonnene persönliche und soziale Kompetenzen und Fertigkeiten

Mit den gesundheitsfördernden Maßnahmen sind den Jugendlichen zahlreiche Kompetenzen und Fertigkeiten vermittelt worden. Im Bereich des Kochens konnten sich viele Jugendliche erste Basics aneignen beziehungsweise eine gewisse Routine entwickeln. Durch Information und Sensibilisierung kennen sie nun die Vorteile von selbst gekochtem Essen mit frischen Zutaten. Sie haben Erfahrungen im Bereich des Selbstanbaus von Kräutern und Gemüse gesammelt. Durch die Art und Weise wie die Themen aufbereitet wurden, konnte den Jugendlichen ein natürlicher und genussvoller Zugang zum Thema „Ernährung“ geboten werden.

„Ich habe Kochen gelernt. Bin jetzt sicherer beim Kochen. Ist wichtig, wenn man älter ist und zuhause alleine kochen muss!“ Arenabesucherin, 16 Jahre

„Also die Betreuer sagen, dass man kocht und man kann einfach mitmachen. Ich bin eh immer da. Da kann ich viel lernen und Erfahrungen machen. Es gibt auch die Kochbücher.“ Arenabesucherin, 15 Jahre

Mit vielseitigen Bewegungsangeboten wurden verschiedene Bewegungstypen angesprochen. Die Jugendlichen erfahren, dass Bewegung Spaß macht und das Wohlbefinden bedeutsam steigert.

Partizipative Ansätze, die Reflexion eigener Einstellungen und Verhaltensweisen und der Austausch mit anderen gaben den Jugendlichen die Gelegenheit, Selbstwirksamkeitserfahrungen machen zu können. Eine Steigerung des Selbstbewusstseins förderte auch die Bereitschaft, Eigenverantwortung zu übernehmen und selbstbestimmt zu agieren.

Einschätzung der Wirkung der gesundheitsfördernden Maßnahmen auf andere Jugendliche

Werden die Jugendlichen direkt nach ihrer Einschätzung gefragt, ob sie glauben, dass die Aktivitäten im Rahmen von „rund um xund“ auch eine positive Wirkung auf andere Jugendliche haben, sind sie realistisch optimistisch: „Glaubst du, bringt das etwas, dass es hier in der Offene Jugendarbeit Dornbirn jetzt mehr ums Thema Gesundheit geht?“

„Ich weiß nicht. Vielleicht bei ein paar Jugendlichen. Manche denken dann vielleicht mehr darüber nach. Andere halt nicht und wenn sie nicht in der Arena sind, dann trinken sie halt trotzdem süßes Zeug. Mir persönlich – also ich schau eh auf mich. Aber dass wir hier kochen und so, das finde ich gut!“ Arenabesucherin, 15 Jahre

„Ich denke, hier in der Arena achtet jeder drauf. Aber draußen dann nicht mehr so. Vielleicht ein paar aber nicht alle. Da trinkt jeder Wasser normalerweise. Außer beim Automaten lassen sie mal einen Kakao oder ein Cola raus. Aber sonst trinkt da jeder Wasser oder vielleicht mal einen Holundersaft.“

„Und du denkst, wenn sie dann rausgehen aus der Arena, dann...“

„Na, nicht alle, weil jeder ist jetzt zurzeit auf Fitness. Die meisten achten schon auf ihre Ernährung.“ Arenabesucherin, 16 Jahre

„Ich denke, es ist schwierig an uns ranzukommen. Viele denken sich, der oder die labert nur. Juckt mich eigentlich nicht. Aber wenn man sich denkt, wir befassen uns mit dem

Thema, wir machen viele Workshops, dann glaub ich, wirkt das schon. Das sind Workshops, in denen man voll viel Praktisches macht. Mit Praxis kommt man an die Leute ran besser als mit Theorie.“ Arenabesucherin, 16 Jahre

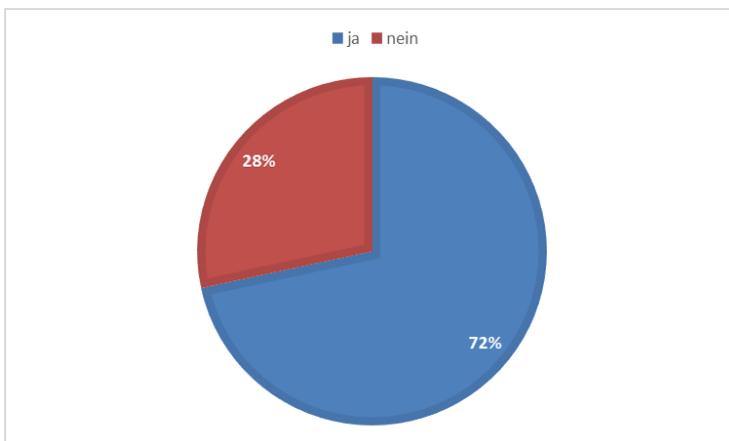
„Hast du das Gefühl, dass das Projekt Wirkung hat?“

„Ja, auf jeden Fall. Bei uns im Training sicher! Und wenn die Jugendlichen sonst so das mitkriegen, - ich glaube auf jeden Fall.“ Junge, 17 Jahre, Breakdance-Training.

Veränderungen im individuellen Wohlbefinden

Fragt man die Jugendlichen, ob sie glauben, dass der Workshop etwas zu ihrem Wohlbefinden (jetzt oder in der Zukunft) beitragen kann, sagen knapp dreiviertel (72 %) ja.

Grafik 6: Veränderungen im individuellen Wohlbefinden



Bei der Frage danach, inwiefern der Workshop zum Wohlbefinden der Jugendlichen beitragen konnte, ist sehr interessant, dass viele Jugendliche gesunde Ernährung und Bewegung direkt mit dem Wohlbefinden assoziieren: „gute Ernährung und Sport führen zu einem guten Gefühl“, „gute Ernährung und Sport fördern das Wohlbefinden“ oder durch den Workshop kann man „bewusster leben, über Ernährung und Sport nachdenken“ und „Essen macht glücklich!“. Diese Antwortkategorie liegt mit 16 Nennungen im Ranking ganz oben.

Beispiele für Veränderungen im Bereich des Selbstbewusstseins liegen vor allem in dessen Stärkung: „Ich weiß nun, dass ich mich richtig ernähre!“, „Habe mehr Selbstbewusstsein, da auch andere Personen auf ihre Ernährung achten.“

Eine Förderung des Wohlbefindens zeigt sich für manche Jugendliche auch darin, dass sie sich nach dem Workshop motiviert fühlen. Sie nehmen sich vor, Folgendes für sich zu ändern: „dass ich nicht mehr viel Süßes kaufe.“, „zuhause weniger Cornflakes essen“, „jetzt auf Zucker achten“.

Manche Jugendliche transferieren das Wohlbefinden auch in die Zukunft. Der Workshop hilft dann, „länger gesund zu bleiben“: „Man hat neue Sachen kennengelernt und das kann dir helfen, wenn du älter bist.“ Oder: „Dass wenn man sich gesund ernährt, man länger gesund und fit bleibt.“

Für andere Teilnehmenden hat der Workshop an sich zum Wohlbefinden beigetragen: „war ein interessanter, feiner Nachmittag“, „Ich hatte Spaß“.

Auch Informationen können zum Wohlbefinden beitragen. Information gibt Orientierung und fördert selbstbestimmtes Handeln: „Du weißt, dass es Besseres gibt wie zum Beispiel die Fairtrade Produkte.“ Oder „Du weißt, von wo die Produkte kommen, wer sie herstellt.“

18 TeilnehmerInnen haben einen Kommentar eingefügt, warum der Workshop nicht zu ihrem Wohlbefinden beitragen kann. Zwei Drittel der Begründungen erklären, dass sich die Jugendlichen entweder jetzt schon recht wohl fühlen oder weil sie sich mit diesem Thema schon viel beschäftigt haben.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die gesundheitsfördernden Maßnahmen von „rund um xund“ eine sehr hohe Akzeptanz bei den Jugendlichen haben. Die Auseinandersetzung mit Gesundheitsthemen hat ihnen Spaß gemacht und hat ihre Interessen abgedeckt. Für einen hohen Prozentsatz der Teilnehmenden war Neues mit dabei. Gut 40 % der Jugendlichen konnten auch direkt nach dem Workshop eine positive Veränderung in ihrer Einstellung zu Ernährung und Bewegung und in ihrem Selbstbewusstsein feststellen. Und über 70 % sagen, dass sich durch die gesundheitsfördernden Maßnahmen ihr Wohlbefinden gesteigert hat.

3.7 Lebensweltnahe Bewegungsangebote

Aus der „rund um xund“-Befragung geht hervor, dass die Jugendlichen, die in den Einrichtungen anzutreffen sind, sehr bewegungsaffin sind.

Fast alle der Jugendlichen waren in Sportvereinen aktiv. Mit steigendem Alter zeigt sich allerdings, dass viele von ihnen aus den Vereinen aussteigen. Die Vereinbarkeit der verpflichtenden Anwesenheit im Verein (oft auch am Wochenende) mit Schule oder Lehrausbildung ist ein wichtiger Grund. Durch die Leistungsorientierung wird das Training im Verein von vielen Jugendlichen nicht als Freizeit empfunden, über die die Jugendlichen frei verfügen können, sondern als Verpflichtung. Aber auch die Kosten oder die Atmosphäre im Verein werden als Ausstiegsgründe angegeben.

Offene Bewegungsangebote in der Offenen Jugendarbeit Dornbirn werden von den Jugendlichen, vor allem von den Burschen, sehr gut angenommen. Beispiele dafür sind das Breakdance- und das Basketballtraining, die zu fixen Zeiten stattfinden und sehr gut besucht sind.

Eine Leistungsorientierung ist auch hier gegeben und von den Jugendlichen auch gewünscht. Sie sind daran interessiert, professionell trainiert zu werden, um ihre Leistungen steigern zu können. Die Ziele und die Umsetzung werden allerdings nicht von oben bestimmt, sondern partizipativ festgelegt. Wer sich wann und wo und in welchem Rahmen mit einem anderen Team oder anderen Jugendlichen messen möchte, entscheiden die Jugendlichen selbst. Die Trainer übernehmen die Rolle von Coaches, die auf Augenhöhe mit den Jugendlichen kommunizieren und Mitbestimmung als ganz selbstverständlich praktizieren.

Auch jene Bewegungsangebote, die (verhältnispräventiv) in den Alltag der Jugendhäuser integriert sind, haben für die Jugendlichen großen Wert und werden ausgiebig genutzt, teilweise wird sogar hier trainiert. Gemeint sind die Billard-, Tischfußball und Tischtennistische aber auch Gelegenheiten zu tanzen.

Zusätzlich werden in den Interviews und Fokusgruppen viele Aktivitäten genannt, die von den Jugendlichen als Bewegungsangebote wahrgenommen werden. Darunter fallen Ausflüge

verschiedenster Art: Vom Kräuterspaziergang, einer Wanderung auf den Karren bis über Radausflüge, Go-Kart fahren und Fußballturniere.

Die Mädchen nützen vor allem die Bewegungsangebote aus der letzten Kategorie. Das gemeinsame Erlebnis steht für sie dabei im Vordergrund. Sie artikulieren, dass sie auch gerne mehr Fußball spielen würden. Allerdings haben sie festgestellt, dass die meisten von ihnen mit den spielerischen Fähigkeiten der Burschen nicht mithalten können, was sie vom Mitmachen abhält. Hier müsste eine Kultur geschaffen werden, die es den Mädchen möglich macht, lernen zu dürfen.

Wenn die Mädchen gefragt werden, welche Bewegungsangebote sie sich wünschen, ist die Bandbreite recht groß. Sie wären offen für vieles. Wichtig ist ihnen allerdings, weibliche Trainerinnen beziehungsweise weibliche Role-Models zu haben. Als Role-Models kämen hier durchaus die weiblichen MitarbeiterInnen der Offene Jugendarbeit Dornbirn in Frage. Die Mädchen bringen ihnen großes Vertrauen und Respekt entgegen. Aber auch externe Trainerinnen oder Coaches, die „Streetcredibility“ mitbringen, könnten die Mädchen zum Mitmachen motivieren.

3.8 Unterstützung durch Vertrauenspersonen bei der Reflexion

Die Unterstützung der Jugendlichen bei der Adaption und Integration neuer gesundheitsfördernder Einstellungen und Verhaltensweisen verläuft wie auch das Angebot der gesundheitsfördernden Maßnahmen auf verschiedenen Ebenen.

Einerseits wurden die „rund um xund“-Workshops ganz bewusst so geplant und umgesetzt, dass den Jugendlichen eine Auseinandersetzung in der Gruppe mit dem eigenen Gesundheitsverhalten ermöglicht wurde. Anhand von Plakaten wurden die Verhaltensweisen erhoben und damit bewusst gemacht.

Gemeinsam mit den anderen Gruppenmitgliedern fand unter der Anleitung von erfahrenen ModeratorInnen und ExpertInnen ein Austausch zu den Themen „Was mache ich in meiner Freizeit?“, „Was bedeutet Bewegung für mich?“, „Wie ernähre ich mich?“ und „Was sind für mich Wohlfühlorte?“ statt. Auch in den anderen Workshops waren jeweils reflexive Elemente eingebaut, die den Jugendlichen neben den oben genannten Themen bewusst machen sollten, wie sie selber Genuss erleben und gestalten, was sie zu Bewegung motiviert (Körperbild, Fitness, sich wohler fühlen), wie bewusst sie die Lebensmittel für ihre Jause aussuchen usw.

Folgende Zitate zeugen von den reflexiven Prozessen, die mit den „rund um xund“-Maßnahmen bei vielen Jugendlichen in Gang gesetzt werden konnten:

„Neu für mich war der Überblick über mein Konsumverhalten“

„Ich weiß nun, dass ich mich richtig ernähre“

„Es ist interessant, was andere sagen – Meinungen zu Sport und Ernährung“

Aber auch im offenen Betrieb in den Jugendhäusern werden Themen, die sich aus den gesundheitsfördernden Aktionen ergeben, aufgenommen und gemeinsam mit den Jugendlichen reflektiert. Wenn sich beispielsweise Jungen aufgrund von Geschlechterrollen-Klischees nicht am gemeinsamen Kochen beteiligen wollen, so wird dieses Thema im laufenden Betrieb bei verschiedenen Gelegenheiten in der Gruppe oder im Einzelgespräch aufgenommen und

besprochen. Die betroffenen Jugendlichen bekommen so die Gelegenheit, ihre Einstellung zu reflektieren und gegebenenfalls (wenn sie wollen) zu ändern und so einen zusätzlichen Zugang zu gesunder Ernährung für sich zu gewinnen.

Ebenso werden Jugendliche bei eigenem Bedarfsempfinden befähigt, ihr Verhalten zu verändern. Das offene Vertrauensverhältnis zu den Jugendarbeiterinnen und Jugendarbeitern spielt hier eine maßgebliche Rolle. Die Jugendlichen werden so angenommen wie sie sind. Das ist die beste Voraussetzung dafür, sich als Mensch selbst annehmen zu können und ein gesundes Selbstbewusstsein zu haben. Gründe für eine gesunde Ernährung und ein ausgewogenes Bewegungsverhalten liegen dann in dem Bedürfnis, sich wohl fühlen zu wollen und nicht in einem defizitären Kompensationsverhalten.

Als Vertrauens- und Bezugspersonen haben die Jugendarbeiterinnen und Jugendarbeiter eine Verantwortung übernommen: Als Role-Models geben sie den Jugendlichen ein Beispiel dafür, wie Gesundheitskompetenz gelebt werden kann.

4 Evaluationsergebnisse – Dialoggruppe MitarbeiterInnen

Ziele der Qualifizierungsangebote

In den Qualifizierungsangeboten setzten sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Sinne von „Train-the-Trainer“ mit den Themen Gesundheit und Wohlbefinden auseinander, sie aktualisierten ihr eigenes Wissen zu den Themen Gesundheitsförderung und Wohlbefinden im Kontext der Offenen Jugendarbeit und erwarben sich eine lebensweltnahe und praktikable Gesundheitskompetenz.

Durch die Angebote und Aktionen sollten die MitarbeiterInnen befähigt werden, die gendersensible Begleitung und Umsetzung von gesundheitsfördernden Angeboten für Jugendliche durchzuführen und durch ihre Haltung und Vorbildwirkung die praxisnahe Weitergabe des Wissens an die Jugendlichen zu ermöglichen. Sie erhielten Wissen, um jugendadäquate Workshops zum Kochen oder zur Lebensmittelkunde zu gestalten; Informationen zur gesunden Ernährung wurden jugendgerecht aufbereitet, um im offenen Betrieb eine optimale Vermittlung an die Jugendlichen zu ermöglichen.

Ein reflektierter Umgang mit der eigenen Haltung zu Gesundheit und Wohlbefinden und dem Verhalten ist dabei eine unabdingbare Grundlage der Vermittlungs- und Kommunikationsarbeit.

Die Mitarbeitenden als Mitwirkende bei den Angeboten für Jugendliche

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter waren ebenso Teil des Settings, in dem die Angebote und Aktivitäten für die Jugendlichen stattfanden. Indem sie als Vertrauenspersonen der Jugendlichen fungieren, mit denen sie Beziehungen aufgebaut haben, übernahmen sie auch die Funktion eines Role-Models für Gesundheitskompetenz.

In den Angeboten, die von externen ExpertInnen und Trainerinnen durchgeführt wurden, stellten sie zudem die Brücke zwischen Jugendlichen und ExpertInnen her und motivierten die Jugendlichen zu einer aktiven Teilnahme.

Partizipativer Ansatz

In der Projektentwicklung und der laufenden Umsetzung kam ein zentrales Arbeitsprinzip der Offenen Jugendarbeit durchgehend zum Tragen: Die partizipative Gestaltung und die laufende Einbindung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in die konkrete Ausgestaltung der Angebote für die Jugendlichen. Der Prozess der Auseinandersetzung mit den Themen Gesundheit und Wohlbefinden – sowohl im beruflichen Alltag als auch im privaten Lebensumfeld – war prägend für den Erfolg von „rund um xund“.

Ein konkretes Ergebnis der partizipativen Projektentwicklung war beispielsweise, dass Bezeichnung und Logo „rund um xund“ im Rahmen der Auftaktklausur gemeinsam entwickelt wurde. Die Befüllung des Snack-Automaten mit fair gehandelten und gesunden Snacks war ebenfalls das Ergebnis eines partizipativ gestalteten Entwicklungsprozesses, in dem die Geschäftsleitung, die Mitarbeitenden und die Jugendlichen einbezogen waren.

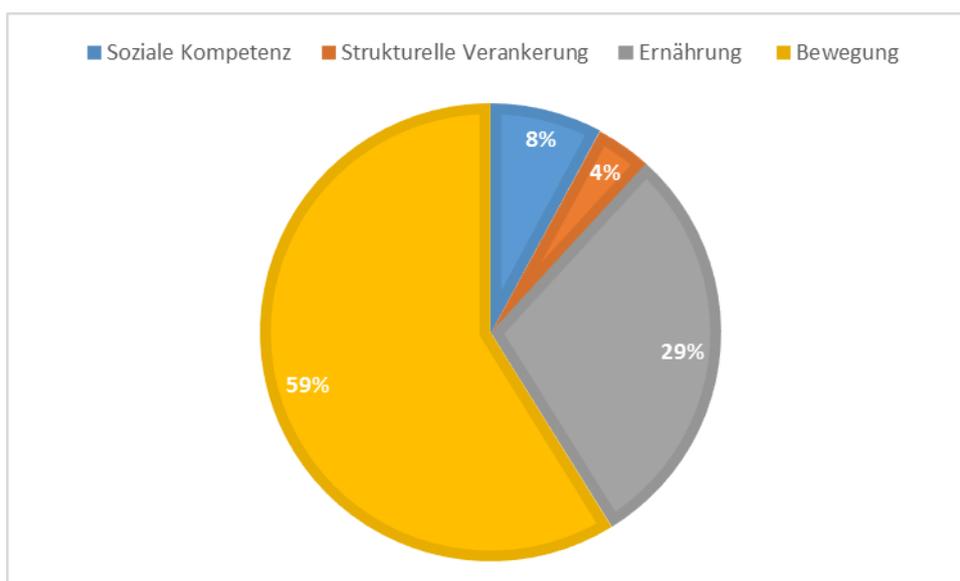
4.1 Erreichen der Dialoggruppe

Insgesamt wurden im Rahmen von 51 Qualifizierungsangeboten, Workshops und Aktionen 341 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Offenen Jugendarbeit Dornbirn erreicht. Eine detaillierte Aufstellung der einzelnen Qualifizierungsangebote ist im Controllingbericht „rund um xund“ zu finden.

Tabelle 7: Anzahl der Qualifizierungsangebote für Mitarbeitende absolut und in Prozent

Qualifizierungsangebot	Anzahl	Prozentanteil
Soziale Kompetenz	4	8%
Strukturelle Verankerung	2	4%
Ernährung	15	29%
Bewegung	30	59%
Gesamt	51	100%

Grafik 7: Anzahl der Qualifizierungsangebote für Mitarbeitende in Prozent



Von den 30 Bewegungsangeboten betrafen 29 Termine das Angebot „Yoga für Mitarbeitende“.

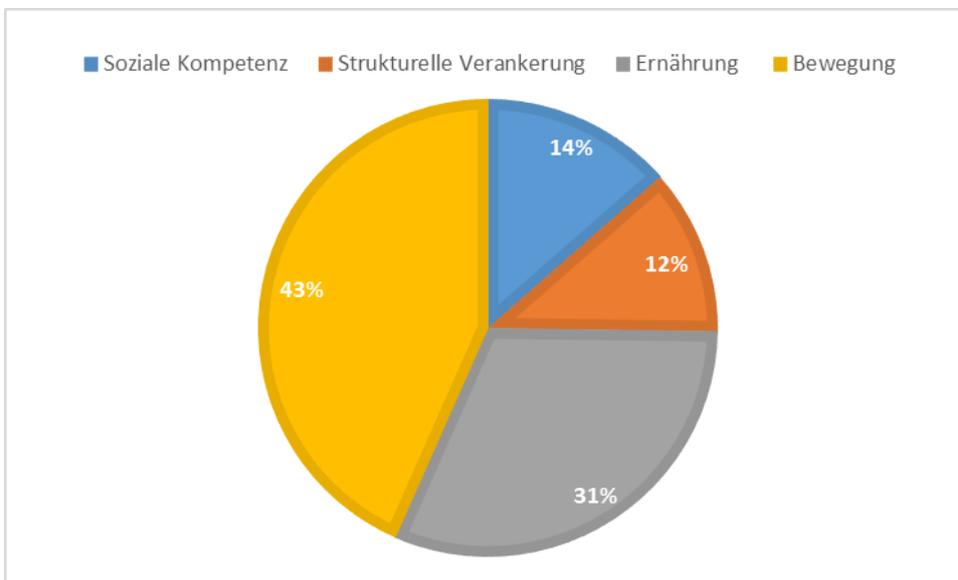
Angebote zur betrieblichen Gesundheitsförderung

Um das Thema Gesundheit auf betrieblicher Ebene zu verankern, wurden auch Angebote zur betrieblichen Gesundheitsförderung umgesetzt. Dazu zählen ein wöchentliches Yoga-Angebot und die Kochkurse in der „Essküche“, die einen wichtigen Beitrag zum Teambuilding und zur Identifikation mit „rund um xund“ leisteten.

Tabelle 8: Anzahl der Teilnehmenden an den Qualifizierungsangeboten absolut und in Prozent

Qualifizierungsangebote	Anzahl	Prozentanteil
Soziale Kompetenz	46	13%
Strukturelle Verankerung	40	12%
Ernährung	107	31%
Bewegung	148	43%
Gesamt	341	100%

Grafik 8: Anzahl der Teilnehmenden in Prozent an den Qualifizierungsangeboten in Prozent



Von den 148 Teilnehmerinnen und Teilnehmern in der Kategorie „Bewegung“ haben 140 Personen (89 %) am Angebot „Yoga für Mitarbeitende“ teilgenommen.

4.2 Qualifizierungsangebote für Mitarbeitende

Die Ergebnisse der Bewertung von Qualifizierungsangeboten durch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wurden im Rahmen der on-line Befragungen, der Interviews mit einzelnen Mitarbeitenden sowie der Fokusgruppe mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern erstellt.

Tabelle 9: Teilnehmende on-line Befragung, Fokusgruppe und Interviewte

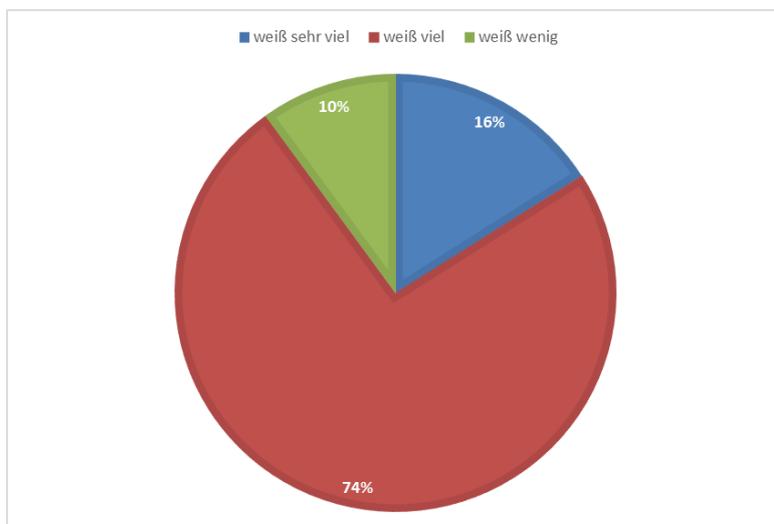
Methode	Anzahl
On-line Fragebogen	20 (2015) / 52 (2016)
Fokusgruppe	6 Personen
Leitfadengestützte qualitative Interviews (Vertiefung)	4 Personen

Die on-line Befragung im zweiten Projektjahr 2016 wurde mittels eines neuen Befragungstools ausgeführt. Die nachfolgend angeführten Grafiken beruhen daher auf den Auswertungen der on-line Befragung im zweiten Projektjahr. Schriftliche Rückmeldungen sowie die Ergebnisse der Fokusgruppen und Einzelinterviews wurden in den Text integriert.

Wissenstand über das in den Qualifizierungsangeboten behandelte Themenfeld

74 % der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beurteilten ihren Wissensstand im jeweiligen Themenbereich als zufriedenstellend, 16 % wissen sehr viel über das jeweilige Themenfeld des Qualifizierungsangebotes; 10 % sind der Ansicht, dass sie nur wenig über das behandelte Themenfeld wissen. Am geringsten wurde der Wissensstand zum Fitness-Workshop beurteilt; ihr genderspezifisches Wissen beurteilten 91 % der Mitarbeitenden als gut und sehr gut, ebenso ihr Wissen über die globalen Zusammenhänge der Nahrungsmittelproduktion und generelle Gesundheitsfragen. Auch das Wissen zu den vermittelten Inhalten der in der Essküche durchgeführten Kochworkshops beurteilten 90 % der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter als sehr gut und gut.

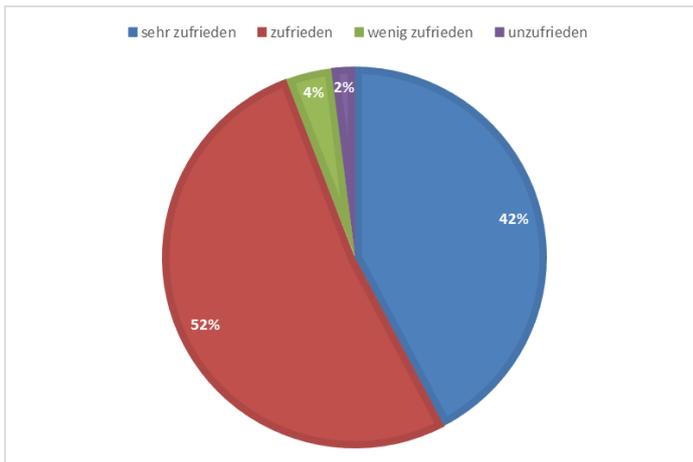
Grafik 9: Wissenstand über das in den Qualifizierungsangeboten behandelte Themenfeld (n=50)



Gesamtzufriedenheit mit den Qualifizierungsangeboten

94 % der Mitarbeitenden waren mit den Qualifizierungsangeboten sehr zufrieden und zufrieden. Drei Mitarbeitende oder 6 % waren wenig oder gar nicht zufrieden. Eine hohe Zufriedenheit gab es bei den Kochworkshops, den Workshops zu den „Globalen Zusammenhängen“, der Genderschulung und dem Workshop zu „Aufmerksamkeit und biologische Rhythmen“. Beim „Fitness-Check“, der einen eher kompetitiven Charakter hatte, war der Zufriedenheitsgrad am geringsten.

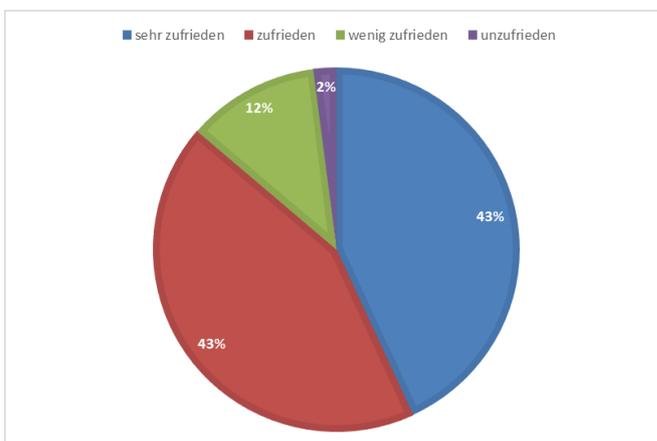
Grafik 10: Gesamtzufriedenheit mit den Qualifizierungsangeboten



Zufriedenheitsquote mit der inhaltlichen Konzeption der Qualifizierungsangebote

Mit der inhaltlichen Konzeption zeigten sich 86 % der Teilnehmenden sehr zufrieden und zufrieden, 12 % waren nicht zufrieden, eine Person zeigte sich überhaupt nicht zufrieden. Eine hohe Zustimmung gab es zur inhaltlichen Konzeption der Kochworkshops, den Workshops zu den „Globale Zusammenhängen“, der Genderschulung und dem AUVA-Workshop „Aufmerksamkeit und biologische Rhythmen“. Auch bei dieser Frage wies der Fitness-Check die geringsten Zufriedenheitswerte auf. Die Zufriedenheit bezog sich auf die partizipative Gestaltung, konkrete Umsetzungsbeispiele sowie den Austausch in der Gruppe. Inhaltliche Themen wie Chancengerechtigkeit, Fair Trade Nahrungsmittel, Bioproduktion und eine offene Haltung gegenüber anderen Menschen wurden von den TeilnehmerInnen positiv hervorgehoben.

Grafik 11: Zufriedenheit mit der inhaltlichen Konzeption der Qualifizierungsangebote



Zufriedenheit mit dem Praxisbezug der Qualifizierungsangebote

Für die Arbeit mit den Jugendlichen war vor allem der Praxis- und Umsetzungsbezug der Qualifizierungsangebote relevant. Dabei geht es im Sinne von „Train-the-Trainer“ um den Transfer des erworbenen Wissens und Kompetenzen in den konkreten Arbeitsalltag mit den Jugendlichen: 74 % der Mitarbeitenden waren mit dem Praxisbezug sehr zufrieden und zufrieden. Für 22 % der Mitarbeitenden war der Praxisbezug unbefriedigend und zwei Personen oder 4 % sahen eine praktische Umsetzung der Angebote in ihrem Arbeitsalltag als unmöglich.

Ein Blick auf die einzelnen Qualifizierungsangebote zeigt, dass der Praxisbezug von den Teilnehmenden sehr unterschiedlich bewertet wurde: Ein sehr hoher Praxisbezug wurde dem Workshop „Globale Zusammenhänge“ bescheinigt, ebenso dem AUVA-Workshop „Aufmerksamkeit und biologische Rhythmen“. Die Inhalte dieser beiden Angebote konnten von den Mitarbeitenden unmittelbar in der Arbeit mit den Jugendlichen umgesetzt werden.

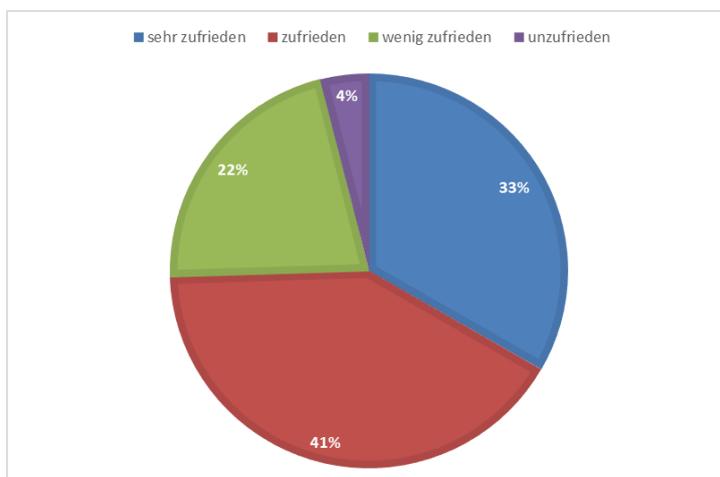
Die beiden Workshops zur Genderschulung wurden von 77 % als zufriedenstellend in ihrem Praxisbezug bezeichnet, bemängelt wurde u.a. eine gewisse Hochschwelligkeit, fehlende Hinweise auf konkrete Geschlechterverhältnisse im Arbeitsalltag mit den Jugendlichen und eine einseitige Ausrichtung des Genderthemas auf Mädchen und Frauen.

Die Kochworkshops wiesen für zwei Drittel der Teilnehmenden einen zufriedenstellenden Praxis- und Umsetzungsbezug auf. Die Zubereitung der Speisen im Arbeitsalltag auf Grundlage der erlernten Kochrezepte war erfolgreich, nur bei den „Curry-Rezepten“ fiel die Erfolgsquote der Umsetzung geringer aus.

75 % der Teilnehmenden waren mit dem Praxis- und jugendadäquaten Umsetzungsbezug des Fitness-Checks nicht zufrieden. Das starke Wettbewerbselement, die große Distanz zu den jugendlichen Lebenswelten sowie die eher auf männliche Interessen ausgerichteten Aktivitäten wurden von den MitarbeiterInnen kritisch und ablehnend kommentiert.

Zwei Drittel der Mitarbeitenden sehen sich insgesamt durch die Qualifizierungsangebote für die praktische Jugendarbeit im offenen Betrieb gut gerüstet, 38 % hingegen fühlen sich nicht gut gerüstet.

Grafik 12: Zufriedenheit mit dem Praxisbezug der Qualifizierungsangebote



Die Aussagen zu den Kochworkshops zeigten, dass das Kochen mit einfachen, saisonalen und frischen Zutaten von einem Großteil der Mitarbeitenden nicht als Mehraufwand im Vergleich zur

Erwärmung von Fertigprodukten erlebt wurde. Eine Kursteilnehmerin erhielt zudem durch den Kochworkshop eine positive Bestärkung in der Zubereitung von gesunden Speisen mit regionalen und fair gehandelten Zutaten. Andere meldeten zurück, dass sie durch die Workshops nun einen guten Überblick zum Thema ausgewogene Ernährung im Jugendalter gewonnen haben und sich gerüstet sehen, diese Fertigkeiten auch den Jugendlichen zu vermitteln.

Bewegungsangebote für die Mitarbeitenden als Teil der betrieblichen Gesundheitsförderung

Das Yoga-Angebot in den Räumlichkeiten des Jugendzentrums Vismut, das einmal während der Woche stattfand, wurde von den Teammitgliedern sehr gut angenommen. Ein eigener Fitness- und Bewegungsraum soll auch zukünftig ein regelmäßiges und abwechslungsreiches Bewegungsangebot für Mitarbeitende und Jugendliche ermöglichen.

Gartenprojekt

An den Aktivitäten im Garten haben sowohl die Mitarbeitenden als auch Jugendliche im Rahmen von Workshops (Sinnesrallye, siehe Kapitel 3 Dialoggruppe Jugendliche) teilgenommen. Die Gartenprodukte – wie Gewürze, Kräutertees, Pesto – wurden dann in den Jugendzentren in den gemeinsamen Kochaktivitäten verarbeitet. Die Gartenarbeit mit den Jugendlichen wurde von zwei engagierten und gartenerfahrenen Mitarbeiterinnen getragen, die das Gartenprojekt auch nach Projektabschluss weiterführen möchten.

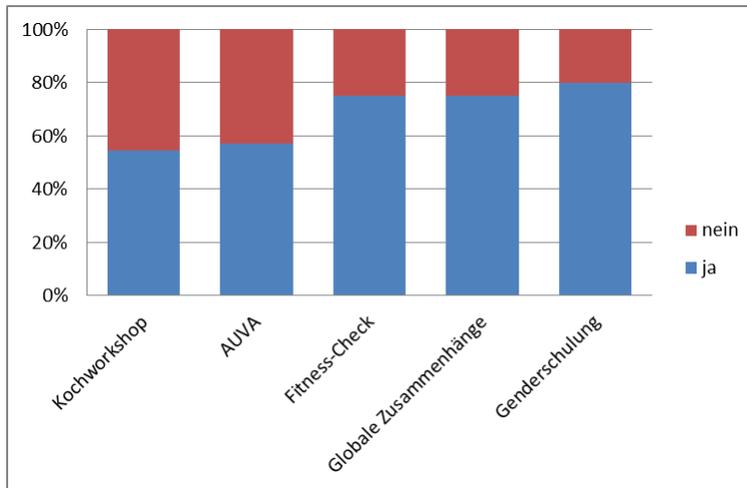
Die Wildkräuterwanderung in unmittelbarer Nähe des Jugendhauses an der Dornbirner Ache hat bei allen TeilnehmerInnen einen starken Eindruck hinterlassen und führte dazu, dass auch in der Küche verstärkt Wildkräuter eingesetzt wurden und die Mitarbeitenden Kräutermischungen und Heilkräuteranwendungen ausprobierten.

Bedarf an weiteren themenbezogenen Informationen

71 % der Mitarbeitenden wünschen sich weitere themenbezogene Informationen, damit sie ihre Arbeit mit Jugendlichen zukünftig noch besser machen können, ein Drittel sieht keinen weiteren Bedarf.

Ein konkreter Bedarf besteht an weiteren praktischen Beispielen für die Umsetzung von jugendgerechten Gesundheitsangeboten im Alltag und für die gemeinsame Bearbeitung des Themas „Gesunde Ernährung“ mit den Jugendlichen. Auch bei den „Globalen Zusammenhängen“ wünschten sich die MitarbeiterInnen eine Vertiefung der behandelten Themenbereiche.

Grafik 13: Bedarf an weiteren themenbezogenen Informationen (n=49)

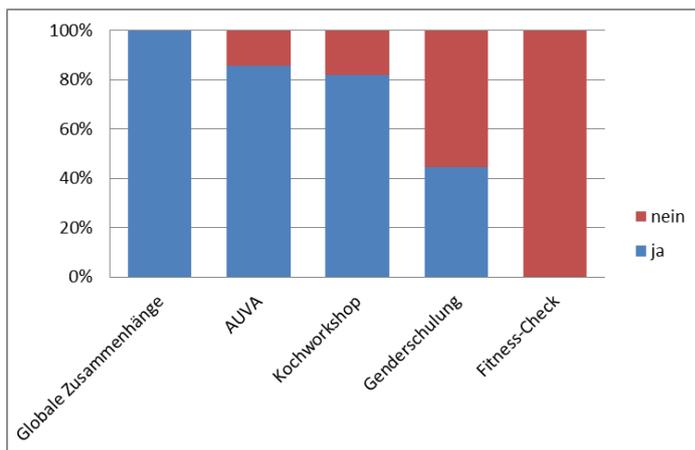


Zum Thema Genderfragen in der Offenen Jugendarbeit wurden von den Teilnehmerinnen eine Vielzahl von Vertiefungswünschen geäußert: Kulturbezogene Genderarbeit, Gendergerechtigkeit aus männlicher Perspektive und für männliche Jugendliche, jugendadäquate didaktische Umsetzung von Genderthemen, geschlechtssensible Jugendarbeit im öffentlichen Raum uvm.

Praktische Umsetzung in der Jugendarbeit

Insgesamt sehen sich zwei Drittel der Mitarbeitenden durch die Qualifizierungsangebote gut für die Arbeit mit den Jugendlichen gerüstet. 38 % sehen sich nicht gut gerüstet und bräuchten in den angeführten Themenfeldern noch vertiefende oder zusätzliche Informationen.

Grafik 14: Praktische Umsetzung der Inhalte der Qualifizierungsangebote



Die Teilnehmenden am Workshop „Globale Zusammenhänge“ fühlen sich am besten für ihre praktische Arbeit mit den Jugendlichen gerüstet; auch der AUVA-Workshop „Aufmerksamkeit und biologische Rhythmen“ sowie der Kochworkshop erhielten eine hohe Zustimmung; die Hälfte der Teilnehmenden an der Genderschulung sehen sich ebenfalls gut für den Arbeitsalltag gerüstet. Der Fitness-Check hingegen wird in Hinblick auf die praktische Umsetzung in der Arbeit mit den Jugendlichen negativ bewertet.

4.3 Partizipative Konzeption, Reflexion und Umsetzung

In die ersten konzeptionellen Überlegungen zur Gestaltung und Umsetzung des Projektes „Chancengerechtigkeit und Gesundheit“ wurden bereits vorhandene Erfahrungen der Mitarbeitenden mit Ernährungs- und Gartenprojekten einbezogen: das Pilotprojekt „Kleingarten“ startete bereits im Jahr 2011 mit einer Mädchengruppe unter Begleitung eines europäischen Freiwilligen, ab 2013 wurden dann die Kräuter und das Gemüse aus dem eigenen Garten auch in der Küche verarbeitet. Diverse Sport- und Bewegungsangebote wurden bereits in den Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit angeboten, es fehlte aber ein nachvollziehbarer Zusammenhang mit den Themen Ernährung oder Gesundheit.

Startklausur mit Mitarbeitenden als innovativer Projektansatz

Die Klausur im Januar 2015 mit 22 Mitarbeitenden der Offenen Jugendarbeit, in der das theoretische Wissen und die praktischen Erfahrungen zu den Themenfeldern in der Arbeit mit Jugendlichen erhoben wurden, stand am Beginn der konkreten Umsetzung in allen Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit Dornbirn.

In der Klausur wurden die Aufgabenbereiche und Zuständigkeiten der einzelnen Mitarbeitenden für die Bereiche Ernährung, Bewegung und Garten festgelegt, sowie Vorschläge für die verschiedenen Formate (Workshops, Bewegungsangebote, Kochaktivitäten etc.) zur Umsetzung mit den Jugendlichen ausgearbeitet. Bereits in der Startklausur wurde die Idee für ein Kochbuch von einer Mitarbeiterin eingebracht. Die Ideen für Titel und Projektlogo entstanden ebenfalls in der kreativen Atmosphäre des Startworkshops.

An diesem Nachmittag zeigte sich schon die hohe Motivation der Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für das Gesundheitsprojekt, sie äußerten ihre Begeisterung für die baldige Umsetzung in den Einrichtungen; vereinzelt wurden bereits konkrete Inhalte des Projektes sehr positiv erwähnt: der Garten, das geplante Yoga-Angebot und das gemeinsame Kochen in den Jugendzentren.

Reflexion der Umsetzung als etablierter Begleitprozess

Die über den gesamten Projektverlauf institutionalisierte Einbindung der Mitarbeitenden in die Reflexion der bereits durchgeführten Aktivitäten, die Konzeption und Umsetzung neuer Angebote ist einer der zentralen Erfolgsfaktoren für das Gesundheitsprojekt „rund um xund“.

Die Einbindung fand jeweils im Rahmen der dreiwöchig durchgeführten Teamsitzung statt, bei der die Projektleiterin ausführlich über die stattgefundenen und geplanten Aktivitäten berichtete und dazu auch das Feedback der Mitarbeitenden zu den ReferentInnen und die Reaktion der Jugendlichen einholte. Gelungene oder weniger gelungene Elemente der Angebote wurden gemeinsam diskutiert und Überlegungen zu einer Optimierung, vor allem für die Aktivitäten für die Jugendlichen, angestellt und dann umgesetzt.

Als ein Beispiel für diese prozesshafte Vorgehensweise kann der Fitness-Check herangezogen werden, der nach der „Testphase“ mit den Mitarbeitenden in einem „Challenge“ für die Jugendlichen umgesetzt wurde. Die Jugendlichen konnten ihre Fitness im „Challenge oder

Wettkampf“ mit einem beliebten und sportlich sehr versierten Jugendarbeiter unter dem Titel „Schlag den Cici“ messen.

Durch diesen regelmäßigen Austausch und die gemeinsame Weiterentwicklung der Angebote besaß das gesamte Team den gleichen Informationsstand und holte sich zusätzliche Anregungen für Aktivitäten in der eigenen Einrichtung. Durch diese Vorgangsweise trat eine deutliche Steigerung der Methodenkompetenz der Mitarbeitenden im Projektverlauf ein. Neu eintretende Teammitglieder wurden dadurch rasch in das Gesundheitsprojekt integriert und partizipierten am teaminternen Wissens- und Erfahrungstransfer.

Mitarbeitende agieren als PromotorInnen

Die hohe Identifikation der Mitarbeitenden mit den Inhalten und Umsetzung der Angebote war ausschlaggebend für die Motivation und damit die Teilnahme der Jugendlichen an den zahlreichen Aktivitäten. Die JugendarbeiterInnen stehen den jugendlichen Lebenswelten sehr nahe, sie werden als Vertrauenspersonen wahrgenommen und sie GesprächspartnerInnen und BegleiterInnen der jugendlichen BesucherInnen. Durch ihre offene und wertschätzende Haltung tragen sie dazu bei, dass sich Jugendliche mit Gesundheit und Wohlbefinden beschäftigen. Durch jugendadäquate Zugänge zur Ernährung und Bewegung wird der Gesundheitsbegriff positiv aufgeladen und von den Jugendlichen akzeptiert.

Die JugendarbeiterInnen werden daher von den Jugendlichen einerseits als Role-Models wahrgenommen und andererseits agieren sie als BrückenbauerInnen oder VermittlerInnen zu den externen TrainerInnen und ExpertInnen, indem sie Jugendliche zur Teilnahme an deren Angeboten motivieren.

Mitarbeitende als ExpertInnen

Die MitarbeiterInnen waren nicht nur in ihrer Rolle als FacharbeiterInnen der Jugendarbeit in das Projekt eingebunden, sondern konnten aufgrund zusätzlicher Qualifikationen weitere Aufgaben übernehmen. Ein Mitarbeiter, der im Projektverlauf seine Fachausbildung zum Jugendarbeiter absolvierte, ist gelernter Koch und brachte sein Wissen in das gemeinsame Kochen mit den Jugendlichen ein. Seine abschließende Projektarbeit „Hell's Kitchen“ verfasste er zu den Kochworkshops in den Jugendzentren Vismut und Albatros. Ein anderer Mitarbeiter ist ausgebildeter Ernährungsberater.

5 Evaluationsergebnisse – Dialoggruppe Kooperationspartner

Mit dem Gesundheitsprojekt „rund um xund“ betrat die Offene Jugendarbeit Dornbirn gewissermaßen Neuland. Zu Projektbeginn war eine Vernetzung mit Akteurinnen und Akteuren in den Handlungsfeldern Gesundheit und Ernährung kaum vorhanden. Die Herausforderung bestand zu Beginn darin, Fachpersonen mit der erforderlichen Expertise für Workshops und andere Angebote zu finden. Außerdem sollten die Fachpersonen mit der jugendgerechten Vermittlung im offenen und niederschweligen Setting der Jugendeinrichtungen vertraut sein oder zumindest bereit sein, sich darauf einzulassen.

Vor allem der zweite Punkt – die jugendgerechte Vermittlung im offenen Setting – führte dazu, dass im Projektverlauf der Pool an Fachpersonen laufend vergrößert werden musste. Die Ernährungsfachfrau und Diätologin Birgit Kubelka der aks Gesundheit GmbH Vorarlberg war zu Projektbeginn die einzige Expertin im Bereich Ernährung tätig; für die jugendgerechte Vermittlung ernährungsbezogener Inhalte kamen dann im Projektverlauf noch drei weitere Fachpersonen aus anderen Institutionen dazu.

5.1 Erreichen der Dialoggruppe

Die hier angeführten System- und KooperationspartnerInnen waren in die Entwicklung, Umsetzung und in die Dissemination der Angebote und Produkte von „rund um xund“ eingebunden. Im Projekt selber haben sie unterschiedliche Aufgaben und Funktionen übernommen, die nachfolgend dargestellt sind.

Zusammensetzung der Steuerungsgruppe:

- aks Gesundheit GmbH Vorarlberg (Ernährungsberaterin und Diätologin, Birgit Kubelka)
- Dachverband der österreichischen Kinder- und Jugendeinrichtungen (Geschäftsführer, Hubert Löffler)
- aha – Verein Jugendinformationszentrum Vorarlberg (Geschäftsführerin, Monika Paterno; Corinna Ender, Öffentlichkeitsarbeit)
- Offene Jugendarbeit Dornbirn (Geschäftsführer, Martin Hagen)
- Offene Jugendarbeit Dornbirn (Sozialpädagogin und Jugendberaterin, Nina Humpeler)
- Projektleitung (Cornelia Reibnegger)
- Evaluatorin (Eva Häfele)

Kooperationspartner:

- Verein Amazone (Referentin Julia Ha, Angebot klipp & klar)
- Südwind Vorarlberg (Referentin Carina Kerle)
- AUVA (Referentin Anna Mähr)
- Olympiazentrum Vorarlberg GmbH (Referentin Eva Wildauer)
- dieEisendle (Projektbegleitung und Trainerin Martina Eisendle)
- Dornbirner Jugendwerkstätten (Geschäftsführer, Elmar Luger)
- Essküche Götzis (Expertin und Trainerin, Andrea Milstein)

- Caritas, Stelle für Essstörungen (Expertin und Referentin, Alice Mansfield-Zech)
- Hug Design (Designer, Simon Hug)
- Polytechnische Schule Dornbirn (Pädagoge, Christian Weißkopf)
- koje – Koordinationsbüro für Offene Jugendarbeit und Entwicklung (Vorstand: Dissemination in die Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit Vorarlberg, Newsletter)

Weitere Kooperationspartner, die vor allem in Angebote zur psychosozialen Gesundheitskompetenz durchgeführt haben, waren:

- Supro – Werkstatt für Suchtprophylaxe (Referent, Christian Rettenberger)
- Helix – Forschung und Beratung, Salzburg (Referent, Heinz Schoibl)
- Institut für Sozialdienste – Schulsozialarbeit
- Verein Amazone (Aufklärungsworkshops klipp & klar)
- koje – Koordinationsbüro für Offene Jugendarbeit und Entwicklung (Angebot Eventbegleitung „taktisch klug“)

Weitere Stakeholder:

- Stadt Dornbirn (Jugendreferent der Stadt Dornbirn, Elmar Luger)
- koje – Koordinationsbüro für Offene Jugendarbeit und Entwicklung (Dissemination über den Newsletter der koje)

Tabelle 10: Teilnehmende on-line Befragung, Fokusgruppe und Interviewte

Methode	Anzahl Personen
On-line Fragebogen (externe ReferentInnen, TrainerInnen und ExpertInnen)	14
Fokusgruppe Steuerungsgruppe	vier Personen
Leitfadengestützte qualitative Interviews (Vertiefung)	4

5.2 ReferentInnen und TrainerInnen

Auch die ReferentInnen und TrainerInnen kamen meist aus den Reihen der oben angeführten Vorarlberger Kooperationspartner.

- Birgit Kubelka, aks Gesundheit GmbH Vorarlberg
- Julia Ha, Verein Amazone
- Carina Kerle, Südwind Vorarlberg
- Saskia Ludescher, aha – Verein Jugendinformationszentrum Vorarlberg
- Anna Mähr, AUVA
- Eva Wildauer, Olympiazentrum Vorarlberg GmbH
- Martina Eisendle, dieEisendle
- Andrea Milstein, Essküche Götzis
- Alice Mansfield-Zech, Caritas, Stelle für Essstörungen
- Walter Trampisch, Tischtennisclub Dornbirn
- Franziska Blum, Boxclub Dornbirn

- Anna Rümmele, Yoga für Mitarbeitende
- Massimo Aspirante, Ernährungsberater und Hip-Hop-Tänzer
- Eva Bechter, Ernährungsberaterin
- Hilal Iscakar, selbständige Expertin zum Thema Cybermobbing
- Oliver Huber, Kräuterveredelung, Kräuterexperte

Tabelle 11: Zahl der Teilnehmenden an den on-line Befragungen, Zahl der Interviews mit ReferentInnen und TrainerInnen

ReferentInnen/TrainerInnen	Anzahl
On-line Befragung von ReferentInnen und TrainerInnen, die Workshops und Angebote für Jugendliche durchgeführt haben	4
On-line Befragung von ReferentInnen und TrainerInnen, die die Workshop Reihe „rund um xund“ mit den Jugendlichen durchgeführt haben.	4
On-line Befragung von Mitarbeitenden, die die Kochsessions in der Arena durchgeführt haben	2
On-line Befragung von ReferentInnen und TrainerInnen, die Workshops und Angebote für MitarbeiterInnen durchgeführt haben	6
Leitfadengestützte qualitative Interviews (Vertiefungsfragen)	4

In Ergänzung zur on-line Befragung und den Interviews mit Referentinnen und Trainerinnen standen für die Evaluierung deren schriftliche Projektberichte zur Verfügung.

Die Angebote im Überblick

Die Qualifizierungsangebote für die Mitarbeitenden und die Workshops für Jugendliche wurden in allen Themenbereichen – Gesundheit, Ernährung, Bewegung, Garten und soziale Kompetenzen – durchgeführt. Mehrere Angebote befassten sich mit zwei und mehr Themenbereichen. Ein Drittel der Angebote wurde einmal durchgeführt, drei Angebote fanden insgesamt dreimal statt und vier Angebote fanden zu fünf unterschiedlichen Terminen statt.

Das Interesse an den Inhalten der Angebote wurde von 57 % der ReferentInnen mit sehr interessiert und von 36 % als interessiert bewertet. Die aktive Beteiligung beurteilten 36 % als sehr hoch, 43 % als hoch und 14 % als mittel ein. Diese Bewertungen beziehen sich auf alle Angebote für Jugendliche und Mitarbeitende.

„Essen und Kochen sind unmittelbar miteinander verbunden. Grundlegendes Wissen zum Thema Essen (Ernährung) sollte auch zukünftig ein fester Bestandteil des Projektes sein. Die Entmystifizierung von Fetten ist eines der beliebtesten Themen, und hilft dabei, sich im Fette-Dschungel zurecht zu finden.“ Ernährungsexpertin

Vielen Leuten ist völlig unklar, wieviel Zucker sie regelmäßig in Form von Getränken und Fertigprodukten zu sich nehmen. Hier hilft es, Vergleiche herzustellen und anschaulich zu machen. Ohne elementare Kochkenntnisse ist eine sinnvolle Ernährung nicht möglich. Wer einige einfache Rezepte beherrscht, macht sich von der Nahrungsmittelindustrie unabhängig.“ Ernährungsexpertin

Den ReferentInnen und Workshop-LeiterInnen war auch die Vermittlung globaler und kultureller Aspekte der Ernährung und der Erzeugung von Nahrungsmitteln ein wichtiges Anliegen. Die Zusammenhänge zwischen Produktion und Konsum sollten für Mitarbeitende und Jugendliche sichtbar gemacht werden.

Welche Vermittlungsformate eingesetzt wurden, ist u.a. im Kapitel 3 zur Dialoggruppe der Jugendlichen beschrieben. In den Workshops mit den Mitarbeitenden wurden gemeinsam Argumente für fair gehandelte und biologische Lebensmittel entwickelt und ein eigenes „Fair-Trade-Siegel“ für die Offene Jugendarbeit Dornbirn entworfen.

Ein wesentlicher Aspekt ihres Bildungsauftrages bestand darin, den Teilnehmenden Handlungsoptionen zu vermitteln und zu zeigen wie diese im eigenen Lebensumfeld umgesetzt werden können. Konkrete Ergebnisse dieser Bildungs- und Bewusstseinsarbeit waren zum Beispiel die Umstellung des Snack-Automaten weg von Fertigprodukten, Red Bull und Coca Cola hin zu Fairtrade-Produkten und gesunden Snacks; am Beispiel importierter Nahrungsmittel wurden die globalen Zusammenhänge der Produktion und Verwertung aufgezeigt. In den Workshops mit Jugendlichen wurde „Kinderarbeit bei der Nahrungsmittelproduktion“ thematisiert und gemeinsam Lösungsstrategien für einen bewussten und reflektierten Konsum entwickelt.

Organisation der Angebote

93 % (das entspricht 13 Personen) der ReferentInnen und TrainerInnen waren sehr zufrieden mit der Organisation und der Zusammenarbeit mit der Projektleiterin, eine Befragte zeigte sich zufrieden. Besonders hervorgehoben wurde von den befragten Personen, dass die Projektleitung in den Vorbereitungen für die Workshops das offene Setting mit berücksichtigte und die TrainerInnen in der Umsetzung unterstützte. Sehr positiv wurde auch die persönliche Teilnahme der Projektleiterin an den Angeboten bewertet.

Inhaltliche Konzeption und praktische Umsetzung des Gesundheitsprojektes „rund um xund“

75 % der befragten Personen beurteilten die inhaltliche Konzeption des Gesundheitsprojektes mit sehr gut, zwei Drittel ebenso dessen praktische Umsetzung. Rund ein Viertel bezeichnete die inhaltliche Konzeption mit gut und 36 % die praktische Umsetzung. Der breite und vielfältige Zugang zu den Themen und die Vielzahl der Angebote wurden von den KooperationspartnerInnen positiv bewertet. Die Integration der Angebote in den Alltag der Mitarbeitenden und Jugendlichen sowie die erlebnisorientierte Umsetzung wurden als zentrale Erfolgsfaktoren für die hohe Akzeptanz durch Jugendliche und auch die MitarbeiterInnen hervorgehoben.

Vorwissen, Interesse und Beteiligung der Mitarbeitenden

Das Vorwissen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu den Themen der Qualifizierungsangebote wurde von den ReferentInnen und TrainerInnen als im Mittelfeld liegend bewertet, bei einem Angebot war kein Vorwissen erforderlich. Das Interesse der Teilnehmenden an den Angeboten wurde von fast allen Befragten als sehr hoch bezeichnet.

„Zwei männliche Teilnehmer wunderten sich, warum Kochen immer als "so schwierig" dargestellt wird. Eine weibliche Teilnehmerin sagte dass sich ihr Weltbild in Bezug auf regelmäßig selber Kochen positiv verändert hat.“ Trainerin Kochworkshop

Die aktive Beteiligung an den Qualifizierungsangeboten nannten 67 % sehr gut, je eine Referentin bezeichnete sie als zufriedenstellend.

„Die TeilnehmerInnen empfanden den Workshop als guten Einstieg und Überblick zum Thema ausgewogene Ernährung und Essen und Trinken im Jugendalter.“

Ernährungsexpertin

Neben der Vermittlung von Fachwissen, waren die ReferentInnen und TrainerInnen mit einer zusätzlichen didaktischen Anforderung konfrontiert: Die Aufbereitung und Vermittlung der Inhalte sollte so erfolgen, dass die Mitarbeitenden ihr erworbenes Wissen auch an die Jugendlichen im offenen Betrieb weitervermitteln können. Über diese Anforderung fühlten sich die Referentinnen teilweise nicht ausreichend informiert und dies löste zu Beginn Verunsicherung bei einigen Personen aus. In einigen Fällen führte dies in weiterer Folge zu einer Umorientierung in den Vermittlungsformaten. Eine Referentin beschrieb die Situation folgendermaßen:

„Zu Beginn machte ich folgende Erfahrung: Es war nicht ganz klar, was die Mitarbeitenden über das Thema Ernährung wissen wollten. Aus den Rückmeldungen erfuhr ich, dass es darum geht, das Wissen der Mitarbeitenden so aufzubauen, damit sie es den Jugendlichen besser vermitteln können. Es war ganz klar, dass bei den Jugendlichen die Aufnahme von Informationen zur Ernährung oder zu Nahrungsmitteln ganz stark vom Vertrauen in die JugendarbeiterInnen abhing. Deshalb sollte dieses Wissen auch von den JugendarbeiterInnen an die Jugendlichen weitergegeben werden.“

Vorwissen, Interesse und Beteiligung der Jugendlichen

Ein Vorwissen der Jugendlichen für die Workshops war nicht zwingend erforderlich; das Wissen zu den angebotenen Inhalten wurde aber von den Trainerinnen und Expertinnen insgesamt als eher gering eingeschätzt. Theoretische Zugänge wurden von den Jugendlichen abgelehnt, indem sie sich aus dem Workshop verabschiedeten. Die Aufmerksamkeitsspanne der jugendlichen TeilnehmerInnen wurde von den Vortragenden als eher kurz eingestuft. Auch wenn es für die Jugendlichen langweilig wurde, dann verließen sie den Raum oder wandten sich anderen Aktivitäten im Jugendzentrum zu oder unterhielten sich mit ihren Peers.

Die Jugendlichen zeigten jedoch großes Interesse an praktischen Angeboten, in denen sie selber probieren und ausprobieren konnten; sie zeigten sich vor allem bei den Themen Ernährung, globale Zusammenhänge und der praktischen Entwicklung von Argumenten für biologische und fair gehandelte Lebensmittel sehr engagiert.

„... durch den Workshop wurde mir erst bewusst, wie ich mich ernähre ...“ Jugendlicher männlich, 17 Jahre

„Ich koche sehr gerne in der Arena mit. Ich habe gerade eine Frucht probiert, sie heißt Kiwano. Es hat mir nicht geschmeckt, wie Gelatine. Ich wollte sie aber nicht wegwerfen. Meine Mama war vor kurzem in Haiti und dort gibt es ja wenig Essen.“ Mädchen, 19 Jahre

Die aktive Beteiligung der Jugendlichen reichte von sehr hoch bis mittel. In den Rückmeldungen der Jugendlichen an die Workshop-Leitungen bezogen sie sich u.a. auf neue Zutaten, Früchte und dass sie sich vor dem Workshop keine Gedanken darüber gemacht haben, was sie an Lebensmitteln zu sich nehmen.

„Sehr positiv war, dass Jugendliche das Kochen interessiert. Man konnte die Jugendlichen wirklich gut damit abholen. „Wie kann ich aus frischen Zutaten etwas Gutes machen?“ –

Dieses Wissen bedeutet eine Steigerung der Lebenskompetenz, die für junge Frauen und Männer sehr wichtig ist.“ Referentin

Die Gesundheitskompetenz der Jugendlichen, die häufig aus bildungsfernen Familien kommen, wurde generell als schlecht beurteilt. Die ReferentInnen stellten einen großen Bedarf an Bewusstseinsbildung und konkreten Wissen über Gesundheit fest. „Es mangle den Jugendlichen an Eigenverantwortung und Bewusstsein, was ihren Körpern in Hinblick auf Nahrung und Bewegung gut tut. Der Zugang zur Gesundheit finde über ein vorteilhaftes, medialen Vorbildern entsprechendes Aussehen statt“, so eine Referentin.

„Red Bull zum Frühstück ist ein Klassiker. Die Mädchen essen dann nur einen Marsriegel über den Tag verteilt. Das Ziel ist Abnehmen; bei den männlichen Jugendlichen spielt das Gewicht eine geringere Rolle. Bei ihnen geht es sehr stark um die Optik.“ Referentin

5.2.1 Offenes Setting vs. schulisches Setting

Wie wirken sich die Arbeitsprinzipien der Offenen Jugendarbeit – Offenheit, Freiwilligkeit und Niederschwelligkeit – auf die Umsetzung der Angebote für Jugendliche aus? Welche Unterschiede zeigen sich zu einem schulischen Setting, in dem Jugendliche zur Teilnahme und zum Mitmachen verpflichtet sind?

Die Beschäftigungsprojekte „Job ahoi“ (Bootsrenovierung und Design) und das Pflichtschulprojekt „Albatros“ haben regelmäßige Schul- und Arbeitszeiten, die Jugendlichen sind zur Teilnahme verpflichtet. In diesem Setting konnten klassische Workshop-Formate eingesetzt werden: „Die Jugendlichen zeigten großes Interesse und diskutierten angeregt mit“, stellte eine Referentin positiv überrascht fest.

Die Angebote, die im offenen Betrieb der Jugendzentren „Vismut“ und „Arena“ durchgeführt wurden, fanden unter anderen Rahmenbedingungen und meist mit einer sehr heterogenen Gruppe von Jugendlichen statt. Dieses offene, ungezwungene, freiwillige und niederschwellige Setting stellte für die meisten Trainerinnen und Expertinnen eine neue und ungewohnte Erfahrung dar, mit der sie unterschiedlich zurechtkamen.

„Im offenen Setting ist es schwieriger, Jugendliche zu gewinnen, aber auch möglich. Positive Grundhaltung, motivierende kommunikative Grundhaltung der Trainerin ist ausschlaggebend.“ Referentin

Es zeigte sich daher sehr rasch, dass in einem offenen Setting differenzierte Zugänge und Formate erforderlich waren, um die Jugendlichen zu erreichen und auch im Angebot zu behalten. Für die ReferentInnen stellte die Animation der Jugendlichen eine der größten Herausforderung dar.

- Eingehen auf die heterogenen Interessen und Wissen der Jugendlichen.
- Ein persönlicher Bezug zum Thema und den Inhalten verstärkt die Teilnahmemotivation.
- Inhalte sollten einen direkten und erkennbaren Bezug zu den Lebenswelten der Jugendlichen haben. Beispielsweise kann Wissen über Zuckergehalt und Folgen eines hohen Zuckergenusses anhand von Eiscreme und Coca Cola lebensnah vermittelt werden.
- Die Jugendlichen haben generell eine kurze Aufmerksamkeits- und Interessensspanne, sie sind rasch gelangweilt und lassen sich ablenken, wenn das Angebot nicht „jugendgerecht“ umgesetzt wird. Dazu zählen ein niederschwelliger Ansatz, aktive Mitwirkung der Jugendlichen, abwechslungsreich und interaktive, Einsatz von „Belohnungen“.

Gelingt es der Referentin jedoch einen persönlichen Bezug der Inhalte zur Lebenswelt der Jugendlichen herzustellen und ihnen wertschätzend zu begegnen, dann sind sie motiviert und aktiv dabei.

Gelingende Kooperation zwischen ReferentInnen und JugendarbeiterInnen

Um diese vielfältigen Herausforderungen zu bewältigen, waren die Referentinnen auf eine enge Kooperation mit den JugendarbeiterInnen als Vertrauenspersonen der Jugendlichen angewiesen. Wichtig war, dass die teilnehmenden Mitarbeitenden mit dem Ablauf des Angebotes vertraut waren und die Jugendlichen aktivieren und zum Mitmachen motivieren konnten. Die Jugendlichen verstanden ihre JugendarbeiterInnen als Role-Model und orientierten sich daher auch an deren Interesse an den Inhalten der Angebote. Vielfach war es erforderlich, dass die Mitarbeitenden den ersten Schritt machten und die Jugendlichen auf diese Weise an das Angebot heranführten. Waren dann einige Jugendliche mit dabei und zeigten Interesse, dann zogen auch die Anderen mit.

Die externen ExpertInnen und ReferentInnen stimmten darin überein, dass praktische und lebensweltnahe Erfahrungen sowie das Selbertun im Vordergrund stehen sollten, wenn es um die Themen Gesundheit, Ernährung oder Bewegung geht.

„Es hat sich für mich wieder bestätigt, dass das Thema Ernährung vor allem über die praktische Herangehensweise - kochen, einkaufen, Garten, etc. – am Besten zu transportieren ist. Dieser Zugang sollte vermehrt Eingang in ähnliche Aktivitäten in der Zukunft finden.“ Referentin

Für die externen TrainerInnen und ExpertInnen war der Erfolg von Angeboten im offenen Setting sehr davon abhängig, wie es den JugendarbeiterInnen gelang, einen attraktiven Zugang zum Angebot an die Jugendlichen vermitteln zu können:

„Als externe Trainerin ist es ausschlaggebend, wie diese (die Jugendlichen) in das Thema "eingeführt" werden. Der Zugang zu den Jugendlichen fällt dann leichter.“

Die Befragten waren auch von der Vielfalt der Kulturen unter den Jugendlichen, ihren Umgang mit Speisen (Speiseverbote wie zum Beispiel Halal-Speisen) und damit einhergehend auch der Vielfalt der Esskulturen, die im Jugendhaus ganz selbstverständlich gepflegt und geschätzt werden, überrascht:

„Einer der größten Schätze ist es, dass viele unterschiedliche Kulturen und Esskulturen in der Offenen Jugendarbeit Dornbirn vertreten sind. In Vorarlberg gibt es hier noch ein Manko bei der Essensvielfalt im Vergleich zur Großstadt. Hier sind die Jugendlichen Botschafter für eine vielfältigen Küche.“ Workshop-Leiterin

„Türkischstämmige und muslimische Jugendliche können Verpackungen lesen. Sie essen nichts, wo Gelatine drinnen ist. Das lernen sie schon als Kinder in der Familie. Der Schritt zu lesen, wie hoch die Kohlehydratewerte sind, ist dann nur noch ein kleiner Schritt. Inhaltsstoffe zu lesen ist sicherlich eine kulturelle Fertigkeit. Die anderen Jugendlichen haben sich nie mit Inhaltsstoffen beschäftigt und lesen die Informationen zu den Inhalten auch nicht.“ Workshop-Leiterin

5.2.2 Zusammenfassung: Bewusstseinsbildung und Qualifizierung im Offenen Setting

In diesem Kapitel werden für den Wissens- und Erfahrungstransfer relevante Erkenntnisse der externen Referentinnen und Referenten, kurz zusammengefasst.

Wissensvermittlung an das Gesamtteam

Die Wissensvermittlung zu den Themen Ernährung und Gesundheit im gesamten Team hat sich bewährt und empfiehlt sich in Zukunft auch für andere Querschnittsthemen, die im Setting der Offenen Jugendarbeit umgesetzt werden. Diese positive Erfahrung kann direkt auf das Design eines anderen Projektes übertragen werden. Die Vorgehensweise empfiehlt sich besonders bei Querschnittsthemen, an denen alle Mitarbeitenden einer Einrichtung beteiligt sind. Dadurch entsteht eine größere Sicherheit in der Kommunikation mit den Jugendlichen und in der Vermittlung relevanter Inhalte. Die Methodenkompetenz wird durch den partizipativen Zugang zur Vermittlung und Umsetzung gestärkt.

Die Auseinandersetzung mit gesunder Ernährung wird durch das konkrete Tun gesteigert

Für mehrere Trainierende hat sich im Projektverlauf wiederholt bestätigt, dass das Thema Ernährung und Gesundheit vor allem über die praktische Herangehensweise wie gemeinsam kochen und einkaufen, eigene Gartenprodukte verarbeiten, etc. am einfachsten zu transportieren ist. Dieser Zugang sollte Eingang in ähnliche Aktivitäten finden.

Informationen zu Nahrungsmitteln und deren Produktion

Ein wichtiger Aspekt des Gesundheitsprojektes bestand in verständlich aufbereiteten Informationen über die Zusammensetzung von Nahrungsmitteln und deren Herstellung. Für eine nachhaltige Wirkung des Projektes musste dieses komplexe Wissen unter den Mitarbeitenden zuerst entwickelt werden. Dadurch konnte ihre Vermittlungskompetenz gestärkt werden und sie erhielten einen erfahrungs- und wissensbasierten Zugang zur Verarbeitung von Nahrungsmitteln: Gesunde Ernährung setzt grundlegende Kochkenntnisse und ein Wissen über die Bestandteile von Lebensmitteln voraus. In einem weiteren Schritt ermöglicht sie auch einen kritischen und reflektierten Einkauf von Lebensmitteln und anderen Produkten.

Offenes vs. geschlossenes Setting

Die Durchführung von Workshops und anderen Aktivitäten im geschlossenen Setting ist für externe ReferentInnen mit weniger Aufwand verbunden. Im offenen Setting wird die Motivation der Jugendlichen meist durch eine positive, motivierende, kommunikative Grundhaltung der Trainerin geweckt. Trotzdem ist es im offenen Setting generell schwieriger, Jugendliche für die Teilnahme zu gewinnen.

Erfolgsfaktor: Beziehung zwischen Jugendlichen und JugendarbeiterInnen

Der Erfolg von Workshops im offenen Setting ist abhängig von der Beziehung zwischen den Jugendlichen und JugendarbeiterInnen und wie letztere die Jugendlichen für das Angebot motivieren. Hier spielt einerseits die positive Einstellung eine Rolle und andererseits auch die aktive Teilnahme der Mitarbeitenden an den Angeboten.

5.3 Steuerungsgruppe

In der Steuerungsgruppe waren die Geschäftsführerin der Jugendinformation, die Gesundheits- und Ernährungsexpertin des aks, ein Experte der Kinder- und Jugendhilfe, der über jahrelange Projekterfahrung im Gesundheitsbereich verfügte, der Geschäftsführer der Offenen Jugendarbeit Dornbirn, sowie eine Sozialpädagogin und Jugendberaterin der Offenen Jugendarbeit Dornbirn vertreten. Die Koordination der Steuerungsgruppe oblag der Projektleiterin, die Protokollierung der Sitzungen übernahm die Evaluatorin.

Die Mitglieder der Steuerungsgruppe brachten im Rahmen der drei Sitzungen ihre Erfahrungen ein und begleiteten das Gesundheitsprojekt während des gesamten Projektzeitraums. Die gemeinsame Reflexion der Angebote unterstützte die Projektleitung in ihrer Umsetzungsarbeit. In Ergänzung zum Austausch und Feedback zum Projektverlauf und –ergebnissen, lieferten die Mitglieder der Steuerungsgruppe wertvolle Impulse zu den folgenden Themenbereichen:

- Organisatorische Verankerung der Angebote
- Vermittlung im offenen Setting
- Öffentlichkeitsarbeit und Wissenstransfer in andere Einrichtungen
- Vorschläge für Qualifizierungsangebote und Herstellung von Kontakten zu Referentinnen und Referenten
- Unterstützung bei der Kontaktaufnahme mit weiteren KooperationspartnerInnen
- Vorschläge für weitere Angebote.

Die Mitglieder der Steuerungsgruppe äußerten den Wunsch auch nach Projektende über weitere Umsetzungsschritte informiert zu werden. Sie haben sich auch alle bereit erklärt, den Wissens- und Erfahrungstransfer in ihre eigenen Einrichtungen zu fördern.

5.4 Stakeholder

Die VertreterInnen der Stakeholder zeigten sich positiv überrascht, dass das Thema Ernährung durch den breiten und alltagsintegrierten Zugang für Jugendliche zugänglich gemacht werden konnte und zugleich auch politische Aspekte wie nachhaltige Produktion und gerechter Umgang mit den Produzierenden sowie Wissen zu regionalen und biologischen Produkten auf jugendgerechte Art vermittelt werden konnte.

Ein zentrales Anliegen des zuständigen Jugendreferenten der Stadt Dornbirn ist die nachhaltige Verankerung der Themen Gesundheit, Ernährung, Bewegung und Garten als Querschnittsmaterien in den Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit Dornbirn. Eine Präsentation der

Ergebnisse des Gesundheitsprojektes in den zuständigen Gremien der Stadt wird vom Jugendreferenten aktiv unterstützt.

Die Vernetzungsarbeit und die Verbreitung der Ergebnisse mittels Kochbuch und Veranstaltungen wurde im Projektzeitraum sehr gezielt aufgebaut. Die Vernetzung von Jugendinfo, Dachverband der Offenen Jugendarbeit und der Offenen Jugendarbeit Dornbirn wurde als sehr gut bezeichnet. Seitens der Stakeholder wurde in Ergänzung auch die Vermittlung in die Einrichtungen der verbandlichen Jugendarbeit angeregt und eine Präsentation im Gremium des Landesjugendbeirates vorgeschlagen.

6 Antworten auf die Fragestellungen

Im Alltag mit den Jugendlichen greift die Offene Jugendarbeit auf bestimmte Grundhaltungen und Arbeitsprinzipien zurück. Hier kann zwischen generellen Arbeitsprinzipien wie Offenheit, Freiwilligkeit und Überparteilichkeit (auch Überkonfessionalität) und dynamischen Handlungsprinzipien wie Ressourcenorientierung, Bedürfnisorientierung und Lebensweltorientierung, die auf die systematische Förderung und Entfaltung der jugendlichen Potenziale ausgerichtet sind, unterschieden werden. Aus diesen zentralen Arbeitsprinzipien lassen sich zwei weitere ableiten, nämlich die Partizipation und die Kultur der 2., 3. und 4. Chance.

Aus diesen Grundhaltungen wird das politische Mandat der Offenen Jugendarbeit abgeleitet: Parteilichkeit für die Anliegen der Jugendlichen sowie das Sichtbarmachen der Interessen, Bedürfnisse, der vielfältigen Lebenswelten sowie der Rechte und Potenziale aller Jugendlichen.²

Diese Grundhaltungen und Arbeitsprinzipien stellen die Umsetzung der Angebote und deren Verankerung in der Organisation der Offenen Jugendarbeit Dornbirn vor verschiedene Herausforderungen, die im nachfolgenden Kapitel anhand der formulierten Projektziele beschrieben werden.

Im offenen Setting bilden die Beziehungsarbeit und der Aufbau von Vertrauensverhältnissen zwischen JugendarbeiterInnen und Jugendlichen die wesentliche Basis, um Jugendliche zur Teilnahme an Angeboten und Aktivitäten (zur Gesundheitsförderung) zu motivieren. Die MitarbeiterInnen der Offenen Jugendarbeit übernehmen in diesem Kontext unterschiedliche Aufgaben und Rollen:

- Sie sind zentrale Bezugspersonen für die Jugendlichen und üben durch ihre Haltung und ihr Verhalten eine Vorbildwirkung aus.
- Sie ermuntern die Jugendlichen im Rahmen der Beziehungsarbeit und der vielfältigen Angebote, sich mit gesundheitsfördernden Themen auseinanderzusetzen.
- Sie agieren nicht zuletzt als Role-Model für die jungen Menschen.
- Sie stellen die kommunikative Verbindung der Jugendlichen zu externen ReferentInnen und ExpertInnen her und motivieren sie durch das eigene Tun und Mitmachen.

Diese komplexe Aufgabstellung erforderte eine Verbesserung und Festigung der allgemeinen Gesundheitskompetenz innerhalb der Organisation Offene Jugendarbeit Dornbirn. Dafür waren eine stabile Grundlage und ein passender Rahmen erforderlich, in dem sich die Gesundheitskompetenz der MitarbeiterInnen und Jugendlichen entfalten konnte.

In diesem Kapitel werden die Antworten auf die Fragestellungen u.a. explizit auf die beschriebenen Grundhaltungen und Arbeitsprinzipien der Offenen Jugendarbeit bezogen.

² Koje-Koordinationsbüro für Offene Jugendarbeit und Entwicklung (2008): Das ist Offene Jugendarbeit, Bregenz, S. 40-41

6.1 Gesundheitskompetenz der Jugendlichen

Mit den gesundheitsfördernden Maßnahmen sind den Jugendlichen zahlreiche Kompetenzen und Fertigkeiten vermittelt worden. Im Bereich des Kochens konnten sich viele Jugendliche erste Grundkenntnisse aneignen beziehungsweise eine gewisse Routine bei der Vorbereitung und dem Kochen selber entwickeln.

Durch Information und Sensibilisierung kennen sie nun die Vorteile von selbst gekochtem Essen mit frischen Zutaten. Sie haben Erfahrungen im Bereich des Selbstanbaus von Kräutern und Gemüse gesammelt. Durch die Art und Weise wie die Themen aufbereitet wurden, konnte den Jugendlichen ein natürlicher und genussvoller Zugang zum Thema „Ernährung“ geboten werden.

Mit vielseitigen Bewegungsangeboten wurden verschiedene Bewegungstypen unter den Jugendlichen angesprochen. Die Jugendlichen machten die Erfahrung, dass Bewegung Spaß macht und das Wohlbefinden bedeutsam steigert.

Partizipative Ansätze, Reflexion und der Austausch mit anderen gaben den Jugendlichen die Gelegenheit, Selbstwirksamkeitserfahrungen zu machen. Eine Steigerung des Selbstbewusstseins fördert auch die Bereitschaft, Eigenverantwortung zu übernehmen.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die gesundheitsfördernden Maßnahmen von „rund um xund“ eine sehr hohe Akzeptanz bei den Jugendlichen haben. Die Auseinandersetzung mit Gesundheitsthemen hat ihnen Spaß gemacht und hat ihre Interessen abgedeckt. Für einen hohen Prozentsatz der Teilnehmenden war Neues mit dabei. Gut 40 % der Jugendlichen konnten auch direkt nach dem Workshop eine positive Veränderung in ihrer Einstellung zu Ernährung und Bewegung und in ihrem Selbstbewusstsein feststellen. Und über 70 % sagen, dass sich durch die gesundheitsfördernden Maßnahmen ihr Wohlbefinden gesteigert hat.

6.2 Gesundheitskompetenz der Mitarbeitenden

Die stimmige Vielfalt der Angebote und Aktivitäten – Ernährung, Bewegung, Gartenprojekt, soziale Kompetenz und Genderwissen – haben zu einer offensichtlichen Steigerung der allgemeinen Gesundheitskompetenz der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter geführt. Die Gesundheitsthemen wurden ab Projektstart in allen Teilbereichen der Offenen Jugendarbeit Dornbirn eingebracht und in den Arbeitsalltag integriert. Trotzdem war eine mehrmonatige Vorlaufzeit erforderlich, um das Gesundheitsbewusstsein nachhaltig im Team zu verankern.

Letztlich wurden die Angebote von allen auch als stärkend für den Zusammenhalt und die Gemeinschaft empfunden und haben insgesamt zu einem Bewusstseinswandel, vor allem in Hinblick auf eine bewusste und gesunde Ernährung, aber auch in Bezug auf die Verwendung von Produkten mit unbelasteten Inhaltsstoffen geführt.

In den Interviews und Fokusgruppen wurden eine Reihe positiver Auswirkungen und konkreter Verhaltensänderungen genannt:

- Die Bewegungsangebote, wie das Yoga für die Mitarbeiterinnen, haben eine nachhaltige Wirkung ausgelöst. Bisher bewegungsfaule Personen, betreiben jetzt regelmäßig Sport.
- Der Kochkurs in der Essküche hat dazu geführt, dass „ich statt Fleisch zu essen, jetzt vermehrt Nüsse röste“.

- Mitarbeitende nutzen beim Einkaufen Apps, die Informationen zu den Inhaltsstoffen von Produkten liefern und damit einen gezielten Einkauf gesunder Lebensmittel ermöglichen.
- Das geänderte Kaufverhalten wirkt sich inzwischen auch auf andere Familienmitglieder aus: „Die ganze Familie nutzt inzwischen die App zu den Zutaten, ich brauche jetzt deswegen auch mehr Zeit beim Einkauf.“
- Mehrere Mitarbeitende haben das Zigarettenrauchen eingestellt.
- Jugendliche werden beim bewussten Umgang mit Tabletten unterstützt, indem beispielsweise gemeinsam die Nebenwirkungen der Medikamente recherchiert werden.

„Wissen über Lebensmittel, Ernährung oder Kräuter, das für mich selbstverständlich ist, kennen viele Jugendliche nicht, das ist mir erst jetzt so bewusst geworden. Durch die Workshops konnte ich den jungen Frauen vieles vermitteln: zum Beispiel Frauenmanteltee und ein aufgewärmtes Dinkelkissen bei Regelschmerzen“, Mitarbeiterin, Projekt Job ahoi.

„Ich habe mich früher mit Gesundheit und Ernährung überhaupt nicht beschäftigt. Inzwischen kenne ich mich gut aus, ich habe ein Bewusstsein dafür erworben, viel selber recherchiert. Jetzt bin ich bereit, mich zu verändern, dann wird man erst authentisch.“ Mitarbeiterin, Jugendzentrum Arena

6.3 Ernährung

In den Workshops zur Ernährung, globalen Zusammenhängen der Nahrungsmittelproduktion und in den Kochworkshops wurde den Teilnehmenden das Basiswissen zu Themen wie Verwendung von guten Grundnahrungsmitteln, Vorteile des Kochens und Einnahmen regelmäßiger Mahlzeiten vermittelt; dazu kam Spezialwissen zu Inhaltsstoffen und Zuckergehalt, zu regional und biologisch angebauten Lebensmitteln sowie zu Produktionsbedingungen und gerechtem Handel.

In den Kochworkshops mit den Jugendlichen wurden gemeinsam verschiedene multikulturelle Rezepte ausprobiert und verkostet. In den dreimal wöchentlich stattfindenden Kochworkshops im Jugendzentrum konnte dieses Wissen gemeinsam mit den Jugendlichen praktisch erprobt und die Ergebnisse auch umgehend verkostet werden. Das Zusammenstellen von Gewürzmischungen, Pesti und Kräutertees waren Teil des Gartenprojektes. An den Mittwochen wurde mit den Jugendlichen Brot gebacken und mit dem Wissen der Kräuterwanderung konnten die Jugendlichen ihre eigene Kräuterbutter herstellen.

„Smoothies“ sind inzwischen zum bevorzugten Getränk vieler Mitarbeitender geworden, ein Verdienst einer Mitarbeiterin, die immer wieder neue Geschmackskombinationen ausprobierte und das Team zu Verkostungen einlud.

6.3.1 Highlight „Gemeinsam Kochen“

Das gemeinsame Kochen wurde auch zur Überraschung der Mitarbeitenden und Jugendlichen zu einem Highlight des Gesundheitsprojektes; „zuerst war es Nebensache, jetzt ist es Herzstück“, so ein Teammitglied. Inzwischen ist das gemeinsame Kochen und Essen ein beliebter Fixpunkt im Angebot des Jugendhauses geworden. Nicht zuletzt erzeugen das gemeinsame Einkaufen,

Zubereiten der Speisen sowie die Gespräche während dem Essen, das Gefühl Teil einer Familie zu sein.

Aus der der „rund um xund“ Befragung ist bekannt, dass bei ca. 90 % der Jugendlichen, die Mütter täglich einmal etwas Warmes kochen. Das gemeinsame Essen ist jedoch aufgrund des Alltags schwierig, wenn jeder zu einem anderen Zeitpunkt zuhause ist. Dies betrifft vor allem die Jugendlichen über 15 Jahren. Gemeinsame Mahlzeiten, an denen die ganze Familie teilnimmt, sind daher nicht mehr häufig anzutreffen.

Insgesamt löste das gemeinsame Kochen eine Haltungs- und Verhaltensänderung bei den Jugendlichen und Teammitgliedern aus. Die Gestaltung der Kochangebote war so angelegt, dass für alle Teilnehmenden ein Nutzen auf mehreren Ebenen zu erkennen war: Nahrungsmittel kennenlernen und zuordnen, einfache und schmackhafte Rezepturen selber umsetzen, im Umgang mit Lebensmitteln die Qualität abschätzen, regionale Lebensmittel jahreszeitengerecht einsetzen oder die Abfallvermeidung (Verpackung) praktizieren. Das komplexe Thema Ernährung wurde mittels „learning-by-doing“ in den gemeinsamen Kochaktivitäten vermittelt. Eine bleibende Erinnerung an das gemeinsame Kochen sind die reich bebilderten drei Ausgaben des Kochbuches.

Jugendliche:

- Die Kochworkshops im Jugendzentrum Arena haben zu einer wahrnehmbaren Haltungsänderung geführt, die weit über das Kochen hinausreichen.
- Die männlichen Jugendlichen waren anfänglich sehr skeptisch „Ich bin der Mann, ich muss nicht kochen“. Nach wiederholten Kochaktivitäten hat sich nun eine Jungengruppe gebildet, die mit großem Eifer und Stolz am Kochen teilnimmt.
- Inzwischen wird das gemeinsame Kochen von den Jugendlichen selber eingefordert.
- Die „Tischkultur in der Arena“ wurde von den Jugendlichen als etwas sehr spezielles geschätzt und ihre Bindung an das Jugendzentrum konnte gestärkt werden.

Mitarbeitende, Auszubildende und PraktikantInnen

- Im wöchentlich stattfindenden „Lunchclub“ im Jugendzentrum Vismut waren Auszubildende und Praktikanten in die Kochaktivitäten eingebunden und erwarben sich Praxiswissen durch das gemeinsame Tun. Inzwischen steuern alle eigene Rezepte bei und probieren im Lunch-Club oder in der Kochsession neue Rezepturen aus.
- Ein Auszubildender hat eine abgeschlossene Kochlehre und verfügt über Erfahrung in der Gastronomie und war daher in der Lage sein Wissen bei der Vorbereitung, im Umgang mit Lebensmitteln und Werkzeugen, bezüglich Hygienevorschriften oder beim Anrichten der Speisen einzubringen.
- Das gemeinsame Kochen bietet viel Gelegenheit für Gespräche untereinander und es wird von allen Beteiligten wie ein „Ritual“ geschätzt. Es hat letztlich zu einem festeren Zusammenhalt im Team der Offenen Jugendarbeit Dornbirn geführt.
- Im Rahmen des Angebotes „Kochen für Bands“ wurde fast wöchentlich gemeinsam gekocht.

Die MitarbeiterInnen stellen fest, dass es für die Jugendlichen zur Gewohnheit geworden ist, miteinander zu essen, die Besuche bei MacDonaldis sind seltener geworden und weniger Pizzaschachteln und Fast-Food-Verpackungen werden in den Räumlichkeiten zurück gelassen.

Auch Jugendliche mit Fluchterfahrung, die sich vielfach von Fertigpizza ernähren, erhielten in den gemeinsamen Kochaktivitäten einen Zugang zu gesundem Essen.

„Die Kochevents sind auch zukünftig sehr wichtig für Jugendliche und Mitarbeitende. Das Kochen sollte weiterhin wie ein gemeinsames Erlebnis gestaltet sein. Dazu braucht es kein großes Budget. Es braucht aber jemanden, der das immer wieder anschiebt und Verantwortung für die Durchführung übernimmt.“ Referentin

Erfolgsfaktoren: Offenheit, Freiwilligkeit, Überparteilichkeit, Überkonfessionalität, Ressourcenorientierung, Bedürfnisorientierung und Lebensweltorientierung, Partizipation und die Kultur der 2., 3. und 4. Chance.

6.3.2 Meilenstein „Umstellung der Snack-Automaten“

In den beiden Jugendzentren „Vismut“ und „Arena“ stehen Snack-Automaten für den kleinen Hunger zwischendurch zur Verfügung. Vor „rund um xund“ waren sie mit konventionellen Produkten wie Marsriegel, Coca-Cola und Red Bull gefüllt.

Die Umstellung des Snack-Automaten auf gesunde und Fair-Trade-Produkte war sowohl unter den Mitarbeitenden als auch unter den Jugendlichen ein heiß und kontrovers diskutiertes Thema, das viel Widerstand und Unverständnis auslöste. Eine Mitarbeiterin beschrieb die Situation mit den folgenden Worten:

„In der Arena war es ein Kampf, bis die Jugendlichen die neuen Snacks angenommen haben.“

Eine klare und unmissverständliche Haltung der Geschäftsführung und aller Mitarbeitenden zum neuen Angebot war daher ganz zentral für die Vermittlung der Botschaft: „Uns ist es wichtig, dass Jugendliche fair gehandelte Snacks und Getränke zur Verfügung stehen und dies wird auch so bleiben“, wie es die Geschäftsführung auf den Punkt brachte.

Mit den Mitarbeitenden wurde eine Workshop-Serie zur Bestückung der „Snack-Automaten“ mit gesunden Fairtrade-Produkten durchgeführt. Die Mitarbeitenden beschäftigten sich mit lokalen Produktionsbedingungen, Fragen der Nahrungsmittelgerechtigkeit und einem kritischen Konsum. Es wurden gemeinsam Argumente für eine Umstellung von ungesunden auf gesunde und fair gehandelte Produkte entwickelt.

Im Anschluss an die Workshops wurde mit Jugendlichen in der Arena ein Filmprojekt zu „Snack-Automat NEU“ umgesetzt. Die Jugendlichen sollten einen Werbespot zu den neuen Produkten des Snack-Automaten produzieren. Im Vordergrund standen für die Jugendlichen jedoch das Schmackhafte der neuen Snacks und weniger Fragen der Gerechtigkeit oder andere Fairtrade Überlegungen.

Aus den gemeinsamen Verkostungen der neuen Snacks entstand dann ein unterhaltsamer und informativer sowie jugendgerechter Video-Spot. Das ursprüngliche Video-Konzept wurde von den Jugendlichen partizipativ mit eigenen Argumenten und einer jugendadäquaten Bildsprache umgesetzt.

Mit diesem offenen und niederschweligen Zugang gelang es allmählich die Akzeptanz der neuen Produkte sowohl im Team als auch bei den Jugendlichen zu verbessern. Jugendliche, die neu ins

Jugendzentrum kommen, müssen jedoch wieder neu von der Wichtigkeit der gesunden und fair gehandelten Snacks überzeugt werden. Geschmacksrichtungen und neue Produkte werden nach wie vor unter den Jugendlichen intensiv diskutiert und bewertet. Den Mitarbeitenden fiel auf, dass der Konsum von Fair-Trade-Kaffee und Kakao unter den Jugendlichen gestiegen ist. Die vertrauten Snacks werden aber nach wie vor gerne konsumiert, zumal ein Lebensmittelmarkt auf dem Weg zum Jugendzentrum liegt.

Da die Fair-Trade-Produkte teurer als die regulären Snacks sind, leistet die Offene Jugendarbeit einen finanziellen Zuschuss, damit sich Jugendliche die neuen Snacks leisten können. Die Herausforderung wird zukünftig darin bestehen, die Preisentwicklung zu beobachten und bei Bedarf auch eine Anpassung bei den Produkten vorzunehmen. Die Bestückung mit gesunden und fair gehandelten Produkten ist der Geschäftsführung ein wichtiges Anliegen.

Abbildung 3: Bisherige Bestückung des Snack-Automaten



Abbildung 4: Neue Bestückung des Snack-Automaten



Erfolgsfaktoren: Offenheit, Freiwilligkeit, Überparteilichkeit, Überkonfessionalität, Ressourcenorientierung, Bedürfnisorientierung und Lebensweltorientierung, Partizipation und die Kultur der 2., 3. und 4. Chance.

6.3.3 Gesunde Energie statt „Red Bull“

In Österreich sind der Energy-Drink Marke „Red Bull“ und andere Energy-Drink-Marken von der „Speisekarte“ vieler Jugendlicher nicht mehr wegzudenken. Es ist daher nicht überraschend, dass im Zuge der Umstellung der Snack-Automaten auch „Red Bull“ durch einen anderen Energy-Drink „pure BIO energy“ ersetzt werden sollte. Eine Voraussetzung war, dass der neue Ersatz-Energy-Drink auch für Jugendliche mit schmaler Brieftasche leistbar sein sollte.

Ein direktes Konsumverbot oder der erhobene Zeigefinger würde von den Jugendlichen nicht akzeptiert, da waren sich alle Mitarbeitenden einig. Eine Verhaltensänderung konnte nur durch ein Wecken des Interesses, einer Auseinandersetzung mit den Auswirkungen der Inhaltsstoffe und ein gemeinsames Formulieren von Argumenten erreicht werden.

In Workshops wurden die Jugendlichen eingeladen, eigene Vorschläge für Alternativen zu Red Bull einzubringen, es wurden gemeinsame Recherchen zu Inhaltsstoffen, Nebenwirkungen und zu Symptomen des Konsums dieser Energy-Drinks durchgeführt. Die Jugendlichen wurden motiviert, Fragen zu stellen und sich mit den Auswirkungen der Energy-Drinks auf den eigenen Körper zu beschäftigen. Die Mitarbeitenden stellen fest, dass der Konsum von Red Bull inzwischen abgenommen hat und die Jugendlichen auf andere Getränke zurückgreifen, unter anderem auf die „Club Marte Cola“, die ebenfalls neu in das Sortiment aufgenommen wurde.

Ein Aspekt der Umstellung auf gesunde Alternativen war, dass seit „rund um xund“ in der Offenen Jugendarbeit Dornbirn in allen Einrichtungen Wasser als Basisgetränk angeboten wird, was von vielen Jugendlichen auch gut angenommen wird.

Abbildung 5: „pure BIO energy“ statt Red Bull



Erfolgsfaktoren: Offenheit, Freiwilligkeit, Überparteilichkeit, Überkonfessionalität, Ressourcenorientierung, Bedürfnisorientierung und Lebensweltorientierung, Partizipation und die Kultur der 2., 3. und 4. Chance

6.3.4 „Gesunde Jause“

Im Bildungsprojekt Albatros gibt es inzwischen täglich eine „Gesunde Jause“ mit Obst und Wasser. Eine wichtige Lernerfahrung war, dass Obst und Gemüse geschnitten und gut portioniert in Form von Gemüsesticks oder Apfelschnitzen zubereitet werden. Die „Gesunde Jause“ ist inzwischen fix

in den Tagesablauf des Bildungsprojektes integriert und wird auch zukünftig Jugendlichen und TrainerInnen zur Verfügung stehen.

Erfolgsfaktoren: Offenheit, Freiwilligkeit, Überparteilichkeit, Überkonfessionalität, Ressourcenorientierung, Bedürfnisorientierung und Lebensweltorientierung, Partizipation und die Kultur der 2., 3. und 4. Chance

6.3.5 Kochen für Musikbands

Alle Musikgruppen, die im Kulturcafé Schlachthaus im Jugendzentrum Vismut auftreten, erhalten ein von ehrenamtlichen Jugendlichen – den sogenannten Mitbestimmungsteams (Planung der Konzerte, Mitarbeit bei den Veranstaltungen) – zubereitetes Essen. Die Verpflegung für die Bands reicht von vegan bis vegetarisch, es werden Produkte aus dem eigenen Garten verarbeitet und beim Einkauf wird auf Regionalität der Nahrungsmittel und Fair-Trade-Lebensmittel geachtet.

Im Jugendzentrum Arena war der Start der Mitbestimmungsgruppe im Frühjahr 2016. Die ehrenamtliche Jugendlichengruppe organisiert unterschiedliche Projekte, unter anderem wurde in der Mitbestimmungsgruppe auch die neue Bestückung des Snack-Automaten im Jugendzentrum intensiv diskutiert und gemeinsam vorbereitet.

Erfolgsfaktoren: Offenheit, Freiwilligkeit, Überparteilichkeit, Überkonfessionalität, Ressourcenorientierung, Bedürfnisorientierung und Lebensweltorientierung, Partizipation und die Kultur der 2., 3. und 4. Chance.

6.4 Bewegung

Die Bewegungs- und Sportangebote sind inzwischen ein wesentlicher Teil des alltagsintegrierten und lebensweltnahen Wochenangebotes in den Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit Dornbirn geworden. Die meisten Sportangebote finden zu bestimmten Zeiten statt, sie sind offen für alle Jugendliche – Jungen wie Mädchen – und die Teilnahme erfolgt völlig freiwillig. Die Sport- und Bewegungsangeboten werden dann von den Jugendlichen angenommen, wenn sie keine regelmäßige Teilnahme erfordern und von wenigen Ausnahmen abgesehen von den JugendarbeiterInnen angeboten beziehungsweise begleitet werden. Die offenen Sportangebote dürfen von den Teilnehmenden keine bestimmten „Leistungen“ verlangen, können aber durchaus Wettbewerbscharakter haben. In Ergänzung zu klassischen Sport- und Bewegungsangeboten sind Tischfußball, Tischtennis und Billard beliebte Freizeitaktivitäten in den Jugendhäusern.

Das Tanztraining und Basketballtraining wurden im Projektzeitraum wöchentlich durchgeführt; für die Mädchen gab es ein eigenes Selbstverteidigungstraining. Weitere alltagsintegrierte Bewegungsangebote waren niederschwelliges Fußballspielen, Schneeschaukeln im Winter und Fahrradfahren. Das Radfahren wird in Verbindung mit der „Fahrradwerkstätte“, die von einem Jugendarbeiter ins Leben gerufen wurde, angeboten. Bei den Jugendlichen beliebt sind auch die „Pimp my bike“ Aktivitäten, bei denen den Fahrrädern ein sehr individuelle Aussehen verpasst wird. Spezielle Angebote im Bewegungsbereich waren Kegeln oder Kanufahren. Für Jugendliche

mit und ohne Fluchterfahrung gibt es seit Herbst 2016 ein regelmäßiges Fußballtraining in einer Sporthalle.

Die Bewegungsangebote wurden von Mädchen und Jungen unterschiedlich in Anspruch genommen. Beispielsweise stieß ein Zumba Angebot bei Mädchen auf weniger Interesse als bei den Jungen.

Die Bewegungsangebote für Mitarbeitende und Jugendliche sollen in Zukunft ausgebaut werden; die Geschäftsführung plant die Einrichtung eines „Bewegungs- und Fitnessraumes“, der es ermöglichen wird, diverse Sport- und Bewegungsangebote im Regelbetrieb anzubieten.

Erfolgsfaktoren: Offenheit, Freiwilligkeit, Überparteilichkeit, Überkonfessionalität, Ressourcenorientierung, Bedürfnisorientierung und Lebensweltorientierung, Partizipation und die Kultur der 2., 3. und 4. Chance.

6.5 Garten

Der Garten, der direkt neben dem Jugendzentrum VISMUT liegt und auch von der vorbeiführenden Straße gut sichtbar ist, ist ein Aushängeschild der Offenen Jugendarbeit Dornbirn geworden und genießt bei den Mitarbeitenden und einem Teil der Jugendlichen einen hohen Stellenwert. „Der Garten macht das Bild der Offenen Jugendarbeit in der Öffentlichkeit aus“, resümiert der Hausleiter des Jugendzentrums.

Im Projektzeitraum wurden sieben Workshops zum Kennenlernen und zur Verarbeitung der Gartenprodukte mit Jugendlichen und Mitarbeitenden durchgeführt. Rund um den Garten fand die Sinnesrallye für Jugendliche statt, eine Wildkräuterwanderung in den nahegelegenen Achauen der Dornbirner Ache ergänzte das Gartenangebot.

Das Gartenprojekt wurde von einer engagierten Mädchengruppe unter Begleitung einer gartenerfahrenen Jugendarbeiterin ins Leben gerufen. Die männlichen Jugendlichen zeigten sich an der Gartenarbeit weniger bis gar nicht interessiert.

Die Herausforderung bestand u.a. darin, den Garten über die Sommermonate während den Schließzeiten des Jugendzentrums zu pflegen und die Pflanzen während der Pflanzzeit vor Schädlingen zu schützen. Die Kräutertees, Pestos und Gewürzkräutermischungen, die in der Mädchengruppe produziert wurden, wurden in den Kochaktivitäten weiter verarbeitet. Ein weiteres Projekt „Topfpflanzen-to-go“ stieß bei den Jugendlichen nicht auf große Begeisterung.

Auch im Gartenprojekt zeigte sich, dass die Jugendlichen über praktisches Tun, direkte Erfahrungen und im Falle des Gartens auch eigene Produkte zum Mitmachen motiviert werden können. Durch das Ausprobieren der Wild- und Heilkräuter konnten die Mitarbeitenden und Jugendlichen Erfahrungen aus erster Hand gewinnen, die gesammelten Kräuter wurden bei der nächsten Kochgelegenheit eingesetzt

Die Geschäftsführung plant, das Gartenprojekt im bestehenden Umfang weiterzuführen, sieht aber auch noch Entwicklungsmöglichkeiten, vor allem wenn es gelingt, eine neue „Gartengruppe“ aufzubauen, die bereit ist, Verantwortung für die Gartenpflege zu übernehmen.

Inzwischen hat eine Gruppe Jugendlicher mit Fluchterfahrung ihr Interesse am Garten und der Gartenarbeit entdeckt und möchte das Gartenprojekt weiterhin aktiv betreiben. Über den Garten

können diese Jugendlichen mit heimischen Nahrungsmitteln und deren Verarbeitung vertraut gemacht werden und erhalten einen sehr persönlichen Zugang zur Essens- und Kochkultur.

Erfolgsfaktoren: Offenheit, Freiwilligkeit, Überparteilichkeit, Überkonfessionalität, Beziehungsarbeit, Ressourcenorientierung, Bedürfnisorientierung und Lebensweltorientierung, Partizipation und die Kultur der 2., 3. und 4. Chance

6.6 Öffentlichkeitsarbeit

Die begleitende Öffentlichkeitsarbeit, die über die Inhalte und Produkte des Gesundheitsprojektes „rund um xund“ informieren sollte, richtete sich an unterschiedliche Zielgruppen:

Interessierte Öffentlichkeit

- „Weihnachtsmarkt im Braukeller“ in Dornbirn: Präsentation des Kochbuches „rund um xund“ durch die Jugendlichen des Beschäftigungsprojektes „Job ahoi“.
- „Schau 2016“ – Frühjahrsmesse Dornbirn: „rund um xund“ war auf der Frühjahrsmesse mit einem eigenen Stand vertreten, an dem Informationen zum Gesundheitsprojekt und die Kochbücher vorgestellt wurden und die BesucherInnen die Gewürzmischungen aus dem Garten kennenlernen konnten.
- „Schau 2016“ „rund um xund“ war auch in die Gestaltung der Eröffnungsfeierlichkeiten der landesweit größten Messe eingebunden.
- „Bsundrigs Markt“ in Dornbirn: Präsentation der Kochbücher durch die Jugendlichen des Beschäftigungsprojektes „Job ahoi“.
- Aktionen der Mobilien Jugendarbeit am Bahnhof Dornbirn: Infostand zum Projekt.

Fachöffentlichkeit

- Fachtagung des Bundesweiten Netzwerks Offene Jugendarbeit in Österreich (boja) 2015 in Graz: Vorstellung des Gesundheitsprojektes „rund um xund“.
- Fachtagung des Bundesweiten Netzwerks Offene Jugendarbeit in Österreich (boja) 2016 in Linz „Jugendarbeit wirkt“: Vortrag und Workshop der Projektleiterin zum Thema „Jugendarbeit wirkt gesundheitsfördernd“.
- Koordinationsbüro für Offene Jugendarbeit und Entwicklung: Informationen über „rund um xund“ im Newsletter; Präsentation der Kochbücher.
- Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit in Vorarlberg wurden die Kochbücher zur Verfügung gestellt.

Über die Projektwebsite der Offenen Jugendarbeit Dornbirn: <http://www.ojad.at/angebot/rund-um-xund/> können alle relevanten Informationen abgerufen werden und die drei Kochbücher stehen dort auch als on-line Versionen zur Verfügung.

6.6.1 Kochbücher „rund um xund“

Einen sehr hohen Anteil am großen Erfolg von „rund um xund“ haben die drei Kochbücher, die in einer Gesamtauflage von 3.100 Stück erschienen sind. Durch die Publikation der Kochbücher wurden alle Aktivitäten, die im Rahmen von „rund um xund“ umgesetzt wurden, auf ansprechende und jugendgerechte Weise sichtbar gemacht. Die Produktion, in die ExpertInnen, Mitarbeitende und Jugendliche einbezogen waren, zog sich wie ein roter Faden durch den gesamten Projektverlauf.

Die Kochbücher enthalten nicht nur Rezepte, die von den Jugendlichen zubereitet und ausprobiert wurden, sondern auch nützliche Informationen zu Lebensmitteln, zu Fair Trade und zu anderen Angeboten, die im Rahmen des Projektes stattgefunden haben. Sie sind mit zahlreichen „Aktionsfotos“ illustriert und vermitteln den Enthusiasmus der Jugendlichen und Mitarbeitenden auf sehr anschauliche Weise.

Unter den Jugendlichen lösten die Kochbücher große Begeisterung aus, sie waren stolz auf ihre Kochkünste, brachten die Bücher nachhause in die Familie und zeigten sie stolz im Freundeskreis. Als positive Testimonials unterstützten die Jugendlichen damit die Verbreitung der Inhalte. Die persönlichen Abbildungen in den Kochbüchern trugen nicht unwesentlich zum sogenannten „Fame-Status“ der teilnehmenden Jugendlichen bei. Gerade die Veröffentlichung des ersten Kochbuches löste bei den beteiligten Jugendlichen einen starken Motivationsschub aus.

Die Kochbücher sind auch das „rund um xund“-Aushängeschild der Offenen Jugendarbeit Dornbirn nach Außen. Sie dokumentieren und visualisieren die Projektaktivitäten, die wesentlichen Inhalte werden transportiert und die beteiligten Jugendlichen sind in ihrem Tun sichtbar. Spenden für die Kochbücher wurden für Projekte für die Jugendlichen eingesetzt.

Die Kochbücher gelangten über unterschiedliche Kanäle in die Öffentlichkeit:

- Fachtagungen der Offenen Jugendarbeit auf nationaler und regionaler Ebene
- Bildungseinrichtungen: PädagogInnen bestellen das Kochbuch, um die Rezepte im Kochunterricht auszuprobieren;
- Bundesgymnasium Dornbirn: Präsentation des Kochbuches anlässlich der Weihnachtsfeier
- Präsentation und Einsatz der Kochbücher beim „Küchenfest“ des Stadtbezirkes Rohrbach, dem Heimatbezirk des Jugendzentrums
- Geschenk für Referentinnen und Referenten
- Attraktives Mitbringsel bei Außenterminen

Zahlreiche Medienberichte führten zu Anfragen und Bestellungen, derzeit sind von den ersten beiden Ausgaben nur noch wenige Exemplare vorhanden.

„Die Kochbücher eignen sich sehr gut zum Verteilen an andere Jugendeinrichtungen, um diese Vielfalt der Küche und des Kochens zu verbreiten.“ Referentin

7 Welche Ziele wurden nicht erreicht?

„Mobiler Suppentopf“

Die Angebote der mobilen Jugendarbeit sollten ganzjährig durch den „mobilen Suppentopf“ auf Rädern ergänzt werden. Einmal in Woche war geplant am Bahnhof Dornbirn, einem der am stärksten frequentierten Plätze der Stadt, eine warme Suppe an Jugendliche auszugeben. Es war vorgesehen, dass die warme Suppe und das benötigte Geschirr von der Küche der Dornbirner Jugendwerkstätten bereitgestellt werden. Mit der Ausgabe der Suppen sollte auch das Angebot der Offenen Jugendarbeit Dornbirn und das Gesundheitsprojekt unter Jugendlichen, die nicht die Jugendzentren besuchen, beworben werden.

Die Gründe für das Nichtzustandekommen des mobilen Suppentopfes waren sowohl struktureller als auch personeller Natur:

- In den Dornbirner Jugendwerkstätten verzögerte sich der Ausbau der Projektküche um ein Jahr. Die Projektküche steht voraussichtlich ab Januar 2017 zur Verfügung.
- Der geplante Verteilungsort Bahnhof wurde und wird auch von anderen Gruppen wie Notreisenden, Bahn- und Busreisenden stark frequentiert. Diese zählen nicht zur Zielgruppe der mobilen Jugendarbeit.
- Personelle Veränderung im Team der Mobilen Jugendarbeit.

Nicht davon betroffen waren die regulären Angebote der mobilen Jugendarbeit, Jugendliche im Winter mit warmen Tee und ganzjährig mit kleineren Snacks zu versorgen.

Platzgestaltung auf dem Vorplatz des Jugendzentrums Vismut

Die Platzgestaltung konnte nicht umgesetzt werden, da es Unklarheiten über die zukünftige Nutzung des Grundstücks, das einem anderen Eigentümer gehört, gab. Im Projektzeitraum hat die mobile Jugendarbeit dann einen neuen Jugendplatz im Dornbirner Stadtteil Haselstauden unter Beteiligung von Jugendlichen eingerichtet. Dadurch war eine Platzgestaltung vor dem Jugendzentrum Vismut keine dringende Angelegenheit mehr.

Kooperation mit den Vereinen

Die Kooperation mit Sportvereinen im Setting und in den Häusern der Offenen Jugendeinrichtung Dornbirn, wie dem Tischtennisverein war nicht erfolgreich. Eine anschließende Analyse, die auf Rückmeldungen der Mitarbeitenden und der Zuständigen aus den Vereinen geführt wurden, brachte folgende Erkenntnisse:

- Die Vereine erwarten Verbindlichkeit in Hinblick auf die Teilnahme an regelmäßig stattfindenden Trainings.
- Kinder werden von Sportvereinen meist in einer spielerischen Form trainiert, bei den Jugendlichen nimmt das Training Wettkampfcharakter an und zielt auf die Teilnahme an Wettbewerben ab.
- Es wird daher erwartet, dass die Jugendlichen über einen längeren Zeitraum verpflichtend an den Vereinsaktivitäten teilnehmen.

- Vereinsaktivitäten sind häufig auch mit Kosten (Ausrüstung, Gebühren für Wettbewerbe u.a.) verbunden.
- In der Offenen Jugendarbeit werden bedeutende personelle Ressourcen in die Beziehungsarbeit und den regelmäßigen Kontakt mit den Jugendlichen investiert. Die Zeit und die erforderlichen Personen stehen den Vereinen, die meist von Ehrenamtlichen geführt werden, nicht zur Verfügung.
- Teilweise sind die Jugendlichen auch durch ihr Verhalten angeeckt.

Fast alle der Jugendlichen waren in der Vergangenheit in Sportvereinen aktiv. Mit steigendem Alter zeigte sich allerdings, dass viele von ihnen den Vereinen den Rücken kehren. Die Vereinbarkeit der verpflichtenden Anwesenheit im Verein oft auch am Wochenende mit Schule oder Lehrausbildung, ist ein wichtiger Grund für den Rückzug. Durch die Leistungsorientierung wird das Training im Verein von vielen Jugendlichen nicht als Freizeit empfunden, über die die Jugendlichen frei verfügen können, sondern als Verpflichtung. Auch die Kosten oder die Atmosphäre im Verein werden als Ausstiegsgründe angegeben.

Der offene, niederschwellige und freiwillige Zugang zu Sport- und Bewegungsangeboten für die Jugendlichen in der Offenen Jugendarbeit ist mit dem Anspruch von regulären Vereinen nicht vereinbar. Die offenen Angebote hingegen wurden immer sehr gut angenommen.

Ein erfolgreiches Beispiel für die Kooperation mit Vereinen war der Dornbirner Boxclub. Eine Mitarbeitende der Offenen Jugendarbeit Dornbirn ist selber Mitglied und übernahm persönlich das Training der Jugendlichen.

8 Lernerfahrungen und Empfehlungen

8.1 Organisationsebene

Um die Nachhaltigkeit der Aktivitäten über das Projektende hinaus zu gewährleisten sind die Schaffung eines gesundheitsfördernden Settings in allen Einrichtungen sowie die Förderung der Gesundheitskompetenz aller Personen erforderlich. Das gesundheitsfördernde Setting wird in Maßnahmen wie zum Beispiel „bio“ und „Fair Trade-Produkte“ bei Getränken, Speisen und Snacks zu leistbaren Preisen sichtbar oder bei der „Gesunden Jause“ in den Arbeits- und Bildungsprojekten. Ein weiterer Fokus sollte zukünftig auf die Weiterentwicklung und Anpassung der Gesundheitsangebote an die Erfordernisse der Dialoggruppen Jugendliche und MitarbeiterInnen gelegt werden.

8.1.1 Projektleitung

Einen wesentlichen Erfolgsfaktor für die Projektumsetzung war die Anstellung einer Projektleiterin mit 50 Stellenprozent, die bereits in die Konzeption des Projektes einbezogen war und im gesamten Umsetzungszeitraum unterschiedliche Aufgaben wahrnahm:

- Ausarbeitung des Konzeptes
- Suche und Kontaktaufnahme mit Kooperationspartnern
- Organisation und Vorbereitung der Angebote mit Kooperationspartnern
- Teilnahme an den Teamsitzungen, um über den aktuellen Projektstand zu berichten und Feedbacks der MitarbeiterInnen zu den Angeboten einzuholen.
- Entwicklung und Umsetzung von fixen Reflexionsschleifen mit der Geschäftsführung, Mitarbeitenden und Kooperationspartnern.
- Regelmäßige Entwicklungs- und Feedbacktreffen mit dem Team der Evaluatorinnen.
- Teilnahme an Workshops mit Mitarbeitenden und Jugendlichen und Unterstützung der ReferentInnen.
- ReferentInnentätigkeit
- Öffentlichkeitsarbeit und Kommunikation nach Außen
- Dokumentation.

Die zentrale Funktion bestand im Zusammenführen aller Projektaktivitäten und der Schaffung eines Gesamtzusammenhanges, in der Einbettung der Angebote und Aktivitäten in allen Einrichtungen, in der organisatorischen Verankerung auf der administrativen Ebene sowie im konstanten Anstoßen von Aktivitäten durch Terminfixierungen und der Begleitung dieser Angebote.

Wie die Erfahrungen aus ähnlichen Projekten gezeigt haben (zum Beispiel „mehrwert für Körper und Geist“ an der Landesberufsschule Lochau), kann das Fehlen einer Projektleitung dazu führen, dass laufende Aufgaben wie Kommunikation, Öffentlichkeitsarbeit, Kontakte zu Kooperationspartnern nicht die erforderliche Aufmerksamkeit erhalten, da sie neben dem Alltagsgeschäft stattfinden müssen.

Folgerungen für zukünftige Projekte

Sollte die Offene Jugendarbeit Dornbirn in Zukunft ein ähnlich breit angelegtes Projekt aufsetzen, dann wird seitens der Geschäftsführung überlegt, wiederum eine Projektleitung zu installieren. Die Herausforderung besteht nämlich darin, ein Projekt als Querschnittsmaterie in allen Abteilungen und Einrichtungen zu integrieren und umzusetzen. Diese komplexe Aufgabe fordert einen kontinuierlichen Arbeitseinsatz, der von der Geschäftsführung und der Administration neben der Betriebsführung nicht zusätzlich wahrgenommen werden kann.

Die Erfahrungen mit „rund um xund“ haben klar aufgezeigt, dass eine Projektleitung nicht nur über soziale Kompetenzen und Feingefühl verfügen muss, sondern entsprechende Projekt-Managementkenntnisse und Umsetzungserfahrungen im Setting der Offenen Jugendarbeit mitbringen sollte.

8.1.2 Zukünftige Jahresplanungen mit Gesundheitsschwerpunkt

Um die Handlungsfelder Ernährung, Bewegung, Garten und Gesundheit im Regelbetrieb zu verankern und auch gegenüber den Fördergebern sichtbar zu machen, wird eine Überführung in die Jahresplanung vorgenommen. In dieser Planung ist die Einbettung von Angeboten und Aktivitäten in den Regelbetrieb vorgesehen und mit entsprechenden Budgetansätzen verknüpft.

8.1.3 Auswirkungen auf andere Betriebsbereiche

Die Auseinandersetzung mit Themen wie Globalisierung und Fair Trade wirken sich inzwischen auch unmittelbar auf die Einkaufspolitik der Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit Dornbirn aus: Beim Einkauf werden inzwischen vielfach die Inhaltsstoffe verschiedener Produkte geprüft und regionale sowie fair gehandelte Produkte eingekauft. Für die Prüfung der Inhaltsstoffe wird auch von den Mitarbeitenden die App „Code-Check“ eingesetzt.

8.1.4 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Förderung der intrinsischen Motivation

Um das Interesse und die hohe Motivation aller Mitarbeitenden aufrechtzuerhalten, gilt es gezielt und regelmäßig thematische Anreize zu setzen. Das können aus dem Alltag herausragende Events und Projekte sein, als positives Beispiel wurden mehrmals die „Kochworkshops“ in der Essküche hervorgehoben.

„Es braucht besondere Erlebnisse, die mit Ernährung oder Bewegung verknüpft werden, den Zusammenhalt zwischen den Mitarbeitenden selber und zwischen Mitarbeitenden und Jugendlichen stärken und positive Erinnerungen hervorrufen. Dabei darf auch der Spaßfaktor nicht zu kurz kommen.“ Trainerin

Ein engagierter „harter Kern“

Eine langfristige und nachhaltige Verankerung der Angebote und Aktivitäten steht und fällt mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Es braucht einen „harten Kern“ interessierter und engagierter Personen, die ihre erworbenen Kompetenzen im Sinne von Train-the-Trainer weiterhin in den jeweiligen Bereichen – beim gemeinsamen Kochen, bei den Bewegungsangeboten oder im Gartenprojekt – einsetzen und an die anderen Mitarbeitenden und auch Jugendliche weitergeben. Dafür braucht es jedoch entsprechende personelle und finanzielle Ressourcen.

8.1.5 Zweijährige Finanzplanung

Die Durchführung eines zweijährigen Projektes war sowohl für die Geschäftsführung als auch für die Verwaltung und die JugendarbeiterInnen etwas Neues. Eine wichtige Erfahrung auf der Ebene der Geschäftsführung war, dass bei mehrjährigen Projekten die Finanzplanung bereits im Vorfeld für den gesamten Projektzeitraum vorgenommen werden sollte.

Dies betrifft vor allem die (buchhalterische) Abgrenzung der jährlichen Einnahmen aus den Fördermitteln, die zu einem überwiegenden Teil bereits im ersten Projektjahr (2015) ausbezahlt wurden, und deren Zuweisung für das folgende Projektjahr. Damit können auch die erforderlichen finanziellen Mittel für die Tätigkeit von Ausgaben im zweiten Projektjahr buchhalterisch erfasst und entsprechend dargestellt werden.

8.2 Alltagsintegriert und lebensweltnah

Gesundheit ist „Wohlfühlen“

Für die Jugendlichen ist Wohlfühlen „Gesundheit“ und Wohlfühlen ist immer in einen sozialen Kontext eingebettet, sei es in die Gemeinschaft von Freunden, von Peers oder im Jugendzentrum mit den JugendarbeiterInnen. Gesundheit sollte nicht mit Verzicht und Selbstkasteiung verbunden werden, sondern mit lebensweltnahen, positiven Erleben: Ernährung, Bewegung und soziales Umfeld sind miteinander verwebt und werden als „normal“ und nicht aufgesetzt erlebt. Angebote und Aktivitäten sollten an jugendliche Lebenswelten anknüpfen und attraktiv sein: „Was die Jugendlichen nicht kennen, das schätzen sie nicht“, stellte eine Referentin fest.

Um die Gesundheitskompetenz der Jugendlichen zu fördern, können auch in Zukunft alltagsnahe Themen aufgegriffen werden. Ein Vorschlag von vielen war, sich mit der richtigen Bekleidung für die kalte Jahreszeit (unter Berücksichtigung modischer Strömungen – derzeit ist winterliches „knöchelfrei“ in Mode) zu beschäftigen.

Ein anderer Vorschlag war, auch in Zukunft gesundheitsbezogene Themen wie Essstörungen jugendadäquat zu thematisieren, indem die Mitarbeitenden im Sinne von Train-the-Trainer die Informationen erhalten, um das Thema dann im Freizeitkontext gemeinsam mit den Jugendlichen zu bearbeiten. Von den Jugendlichen wurde das Thema „Stress, Stressvermeidung und Umgang mit Stress“ gewünscht.

Angebote und Aktivitäten sind Alltag in den Einrichtungen geworden

Die Angebote vom „Gemeinsam Kochen“ bis zur „Gesunden Jause“ sowie die Bewegungsangebote haben inzwischen einen selbstverständlichen Platz im Alltag der Jugendzentren und der angeschlossenen Projekte gefunden. Da sie inzwischen sogar von Jugendlichen und Mitarbeitenden direkt eingefordert werden, werden sie sicherlich über das Projektende hinaus bestehen. Eine Mitarbeiterin formuliert dies folgendermaßen: „Sie werden als normal empfunden und niemand will mehr darauf verzichten.“ Alle Aktivitäten in den Jugendzentren, die einen praktischen Zugang zur Gesundheits- und Ernährungskompetenz ermöglichen und die Interessen der Jugendlichen aufgreifen, erhöhen die Motivation der Jugendlichen, sich mit den Themen auseinanderzusetzen.

Das Label „Fair Trade“ hat sich insofern auch als jugendtauglich erwiesen, als sich die BesucherInnen der Einrichtungen interessiert zeigen, wie Menschen in anderen Ländern leben und produzieren. Das Aufzeigen politischer Hintergründe und die Auswirkungen eigener Konsumententscheidungen sind Themen, mit denen sich Jugendliche gerne auseinandersetzen. Bei Allem darf der Bezug zum Alltag und Lebenswelt der Jugendlichen nicht vergessen werden. In den Workshops hat sich gezeigt, dass selbst komplexe Themen wie TTIP anhand nachvollziehbarer Beispiele erklärt und diskutiert werden können.

Genderspezifische Bewegungsangebote

Die Mädchen nützen vor allem die Bewegungsangebote aus der Kategorie Ausflüge und gemeinsame Aktivitäten. Das gemeinsame Erlebnis steht für sie dabei im Vordergrund. Sie artikulieren, dass sie auch gerne mehr Fußball spielen würden. Allerdings haben sie festgestellt, dass sie mit den spielerischen Fähigkeiten der Burschen nicht mithalten können, was sie vom Mitmachen abhält. Hier müsste eine Kultur geschaffen werden, die es den Mädchen möglich macht, lernen zu dürfen.

Wenn die Mädchen gefragt werden, welche Bewegungsangebote sie sich wünschen, ist die Bandbreite recht groß. Sie wären offen für vieles. Wichtig ist ihnen allerdings, weibliche Trainerinnen beziehungsweise weibliche Role-Models zu haben. Als Role-Models kämen hier durchaus die weiblichen MitarbeiterInnen der Offene Jugendarbeit Dornbirn in Frage. Die Mädchen bringen ihnen großes Vertrauen und Respekt entgegen. Aber auch externe Trainerinnen oder Coaches, die „Streetcredibility“ mitbringen, könnten die Mädchen zum Mitmachen motivieren.

Partizipation der Jugendlichen

Im Sinne der Selbstwirksamkeitserfahrung ist es für die Jugendlichen sehr wichtig, in die Planung und Umsetzung von Projekten einbezogen zu werden. Ebenso ist es für sie wichtig, bestehende Aufgaben und damit auch Verantwortung übernehmen zu dürfen.

Die Identifikation mit dem sozialen Umfeld aber auch mit transportierten Inhalten und Haltungen kann dadurch bei den Jugendlichen gesteigert werden. Sie selbst haben bekommen so die Möglichkeit, sich wichtige Lebenskompetenzen anzueignen.

Passende Gefäße und Highlights schaffen

Erfahrungen aus anderen Projekten, wie zum Beispiel dem Gesundheitsprojekt „alls im Grüana“ der städtischen JugendreferentInnen hat gezeigt, dass es sehr zentral ist, das Engagement aller Beteiligten – Jugendliche, Mitarbeitende und Management – in einem weiterführenden Projekt aufzufangen. Dafür braucht es konkrete Gefäße, die in der Struktur der Offenen Jugendarbeit Dornbirn inzwischen gut etabliert sind: Jugendliche und Mitarbeitende können mit einem geringen finanziellem Aufwand gemeinsamen Kochangebote weitermachen, den Garten pflegen und die Bewegungs- und Sportangebote in den Einrichtungen fortführen. Um die Identifikation mit den Themen zu festigen, eignen sich drei bis vier Highlights über das Jahr verteilt.

Sensibilisieren, Bewusstsein schaffen und Haltungen vermitteln

Derzeit beschäftigt die Offene Jugendarbeit Dornbirn acht Auszubildende, die während ihrer Ausbildungszeit in die Projektumsetzung eingebunden waren und ihre Erfahrungen als zukünftige JugendarbeiterInnen nutzen können. Auch PraktikantInnen und die sogenannten Mitbestimmungsteams haben an den Aktivitäten von „rund um xund“ teilgenommen. Dadurch entstand im Projektverlauf eine von allen Mitarbeitenden und Beteiligten getragene und gelebte Kultur, in der auch Raum für die Entwicklung neuer gesundheitsrelevanter Aktivitäten geschaffen wurde.

Für neue Mitarbeitende gibt es zudem eine strukturierte Einschulung und Übergabe, in der Ernährung, Bewegung, Garten und Gesundheit thematisch bereits fix verankert sind und die entsprechenden Haltungen verständlich dargestellt sind.

8.3 Vermittlungsformate im offenen Setting

Begleitende Informationen für externe TrainerInnen

Das offene und freiwillige Setting der Offenen Jugendarbeit stellte externe ReferentInnen und ExpertInnen in Bezug auf Inhalte, Formate und Vermittlung vor vielfältige Herausforderungen. Wie können sie zukünftig mit den Rahmenbedingungen vertraut gemacht und wie können die Lernprozesse der TrainerInnen begleitet werden? Für die neuen und mit dem Setting unerfahrenen ReferentInnen war es wichtig, persönlich zu erleben, wie positiv, gelassen und professionell die MitarbeiterInnen mit den Jugendlichen umgehen.

„Wenn bei einem vereinbarten Termin, kein Jugendlicher kam, dann war das kein Problem für das Team, alle blieben gelassen“, Referentin

Beispielhafter Lernprozess einer Trainerin dargestellt anhand der „Tischkultur“ in der Arena:

- Eingangsfrage: Wie kann ich agieren ohne lehrerhaft zu sein?
- Im ersten Workshop wurde mit Regeln gearbeitet, dies hat nicht funktioniert.
- Im zweiten Workshop wurde ein neuer Zugang zu den Jugendlichen eingeschlagen: „Ich möchte euch zeigen, wie ihr verwöhnt werden könnt.“
- Daraufhin haben sich fünf Freiwillige gemeldet. Die Trainerin ist in die Rolle der Kellnerin geschlüpft und hat zwischendurch Hinweise gegeben wie beispielsweise: Die Temperatur des Schaumweins wird erhöht, wenn das Glas und nicht der Glasstil gehalten wird.

- Der Zugang, dass die Jugendlichen als Gäste angesprochen werden, hat die Motivation verstärkt.
- Anerkennung von richtigem Verhalten und damit positives Verstärken: Richtiges Verhalten am Tisch wurde als Angebot an die Jugendlichen herangetragen; Verhalten wurde nicht korrigiert sondern sie wurden in ihrem guten Verhalten bestärkt.
- Die Bestärkung erfolgte auf der persönlichen Ebene.
- Vorhandene Kompetenzen wurden abgeholt: Ein Jugendlicher war schon einmal mit der Firma in einem Nobelrestaurant eingeladen.
- In der Gruppe ist immer jemand dabei, der schon Erfahrung gemacht hat.
- Einsatz paradoxer Interventionen: Womit kannst du dich am besten blamieren?
- Tischmanieren und gutes Benehmen sind nicht bekannt: Tischkulturen werden im Elternhaus nicht mehr gelehrt und Jugendliche haben daher keine Gelegenheiten diese zu üben.
- Muslimische Jugendliche nehmen die Gabel in die rechte Hand, sie schneiden mit der linken und führen mit der rechten die Gabel in den Mund; sie haben daher das Besteck sofort umgedreht.
- Darüber gab es Diskussionen: wie kann dieses Verhalten erklärt werden; es wurde gemeinsam versucht, nicht beschämende Auswege aus einem interkulturellem Dilemma zu finden.
- Es wurde vorgeschlagen, dass die Jugendlichen andere beobachten – Verhalten nachmachen als Tipp für partizipierendes Lernen.
- Gemeinsame Reflexion mit den MitarbeiterInnen: Viele von ihnen waren nicht mit Tischmanieren vertraut.

Beispielhafte Erfahrungen einer externen Referentin:

- Die Angebote müssen spielerisch umgesetzt werden.
- Die Trainierenden können nicht davon ausgehen, dass die Jugendlichen während der gesamten Dauer des Angebotes mit dabei sind. Angebote finden immer im Setting der Offenheit und Freiwilligkeit statt.
- Angebote werden angenommen, wenn die Jugendlichen als individuelle Personen in der Beziehung angesprochen, und wenn sich die ReferentInnen für ihr Leben und ihre Lebenswelt interessieren.
- Es dürfen keine Verbote ausgesprochen werden; Angebote werden über eine objektive wissenschaftliche Empfehlung angenommen und wenn die Vermittlung über „Geschichten aus dem Leben“ erfolgt: Mädchen können über das Anliegen Fit-Sein und schlanksein motiviert werden. Für Jungen eignet sich das Thema Fitness oder Muskelaufbau.

9 Wissens- und Erfahrungstransfer nach Außen

Um die Erfahrungen und Ergebnisse von „rund um xund“ auch außerhalb der Offenen Jugendarbeit Dornbirn bekannt zu machen, ist ein weiterer Erfahrungs- und Wissenstransfer in andere Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit und Partnerorganisationen vorgesehen. Als sehr geeignetes Mittel für diesen Transfer haben sich die drei Kochbücher erwiesen. In den Interviews und Fokusgruppen mit Stakeholdern und Kooperationspartnern wurde eine Vielzahl weiterer Vorschläge eingebracht, die nachfolgend kurz skizziert werden.

Elmar Luger, Jugendreferent der Stadt Dornbirn: Präsentation der Ergebnisse und der Evaluation im Stadtjugendbeirat sowie Kurzbericht im Stadtrat im Frühjahr 2017.

Hubert Löffler, Steuerungsgruppe: Als Transferprojekt sollte „rund um xund“ über Präsentationen oder Workshops in andere Einrichtungen der Jugendarbeit in Österreich gebracht werden.

Birgit Kubelka, Ernährungsberaterin aks: Organisation von Workshops für die Mitarbeitenden in anderen Jugendeinrichtungen zu den Themen Ernährung und Bewegung und wie diese den Jugendlichen vermittelt werden können. Über Kooperationspartner wie den aks können die Informationen zu den Angeboten auch anderen Jugendgruppen weitergegeben werden.

Birgit Kubelka, Ernährungsberaterin aks: Die „Lessons-Learned“ aus „rund um xund“ sollten in einer eigenen Publikation veröffentlicht werden. Sie könnte im Sinne einer erleichterten Umsetzung Praxistipps und konkrete Handlungsanleitungen enthalten. Die Verbesserung der Gesundheitskompetenz der Jugendlichen ist ein wichtiges Anliegen des aks.

Monika Paterno, Jugendinformation: Aufbau einer Kooperation mit Schloss Hofen, sodass Lehrlinge der dortigen Landesberufsschule während dem Schuljahr mit den Jugendlichen kochen. Damit könnte auch eine Verbindung zum Gesundheitsprojekt der LBS hergestellt werden.

Carina Kerle, Südwind Vorarlberg: Für die Auffrischung des Wissens zur globalen Gerechtigkeit und fairem Handel könnten jährlich Workshops für Mitarbeitende angeboten werden, die auch eine Weiterführung der Argumentation für die Umrüstung der Snack-Automaten und eine Reflexion der Diskussionen beinhalten können.

Elmar Luger, Jugendreferent der Stadt Dornbirn: Ausweitung der Kooperation mit der AUVA unter Einbeziehung von Sicherheitsfragen, die in der Offenen Jugendarbeit auftreten und auch gesundheitsrelevant sind (Beispiel: psychosoziale Belastungsfaktoren).

10 Zusammenfassung und Fazit „rund um xund“

Das Gesundheitsprojekt „rund um xund“ zeigt in allen Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit sehr gute Ergebnisse, die auch nach Abschluss des Projektes weiter ihre Wirkung entfalten werden, zumal die beteiligten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an einer Fortsetzung großes Interesse zeigen und ein starkes persönliches Engagement an den Tag legen.

Gesundheitsbewusstsein und Gesundheitskompetenz

- ✓ **der Mitarbeitenden** ist im Projektverlauf stark gestiegen. Diese Entwicklung zeigt sich u.a. in konkreten persönlichen Verhaltensänderungen von Mitarbeitenden, in der geplanten Einrichtung eines Bewegungsraumes, in dem regelmäßige Angebote wie Yoga umgesetzt werden können und im Wunsch nach weiteren konkreten Qualifizierungsangeboten. Dadurch ist auch das Potenzial einer Vertiefung des Wissens zu Ernährung, Bewegung und gesundem Verhalten vorhanden.
- ✓ **der Jugendlichen:** Durch die lebensweltorientierte und alltagsnahe Umsetzung der Angebote im offenen und freiwilligen Setting der Offenen Jugendarbeit konnten sich die Jugendlichen mit Interesse und persönlichem Engagement mit Ernährung, Bewegung, Gartenbau und sozialer Kompetenz auseinandersetzen und ein auf ihre Bedürfnisse und Möglichkeiten abgestimmtes praktisches Wissen gemeinsam erarbeiten. Mit viel Humor und Freude konnte das sperrige Thema Gesundheit durch learning-by-doing den Jugendlichen vermittelt werden.

Highlights „Gemeinsam kochen“ und „Kochbücher rund um xund“

- ✓ **Jugendliche und Mitarbeitende:** das gemeinsame Einkaufen, Vorbereiten, Zubereiten und Essen der gekochten Speisen ist für Jugendliche und Mitarbeitende ein Highlight des Projektes „rund um xund“. Dabei geht es nicht nur um das „Essen“ sondern vor allem um die Gemeinschaft, in die das gemeinsame Kochen, eingebettet ist. Zeit für einander und für ein Gespräch haben, der ansprechende und sehr familiäre Rahmen sowie das selber Vorbereiten und Kochen stärken den Zusammenhalt und die Verbindung unter den Jugendlichen und mit dem Team JugendarbeiterInnen. Vor dem gemeinsamen Kochen wird beim Einkauf viel Wert auf regional produzierte, biologische und fair gehandelte Lebensmittel gelegt und das Wissen über die Lebensmittel alltagsnah vermittelt.
- ✓ **Kochbücher „rund um xund“:** In den drei Ausgaben der Kochbücher finden sich zahlreiche Rezepte, die von den Jugendlichen und Mitarbeitenden vorgeschlagen, ausprobiert und dann in den Kochbüchern veröffentlicht wurden. Die Kochbücher sind reich bebildert und zeigen die Jugendlichen und die MitarbeiterInnen beim Zubereiten der Speisen und bei unterschiedlichen Workshops und anderen Aktivitäten. Auch die Kräuter aus dem eigenen Garten, Exkursionen in die nähere Umgebung, Informationen über die Zutaten und über die Lebensmittel sind anschaulich beschrieben. Die Kochbücher vermitteln neben den Zutaten und der Zubereitung auch Wissen zu biologisch angebauten Produkten, zum fairen Handel oder beispielsweise zum Zuckergehalt in Getränken.

Der Garten

- ✓ Ein sichtbares „positives Aushängeschild der Offenen Jugendarbeit Dornbirn“ wie es die Mitarbeitenden nannte, das ein unerwartetes Image der Offenen Jugendarbeit in der Öffentlichkeit schafft. Die Pflege des eigenen Gartens genießt gerade im Bundesland Vorarlberg eine hohe Anerkennung unter der Bevölkerung. Von den Jugendlichen wurden die Workshops im Garten sehr positiv aufgenommen, die praktische Gartenarbeit hingegen weniger.

Projektleitung

- ✓ Die Bereitstellung finanzieller Mittel für eine Projektleitung mit 50 Stellenprozent, die für die laufende Organisation, Umsetzungs- und Ergebniskontrolle, die Kommunikation und die Kontakte zu Stakeholdern und Kooperationspartnern zuständig war und in das Team der Offenen Jugendarbeit integriert war, war ein wesentlicher Erfolgsfaktor für das Erreichen der Projektziele. Dadurch gelang es das komplexe und anspruchsvolle Projekt „rund um xund“ in allen Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit Dornbirn – den beiden Jugendzentren, dem Beschäftigungsprojekt „Job Ahoi“ und dem Bildungsprojekt „Albatros“ – zu implementieren.
- ✓ Die Projektleitung war auch in der Lage entsprechende Anpassungen im Projektverlauf vorzunehmen und diese gemeinsam mit allen Projektbeteiligten umzusetzen. Dadurch wurde die Qualität der Umsetzung und Verbindlichkeit der Projektvorgaben über den gesamten Verlauf gesichert.

Zielerreichung in allen vorgesehenen Projektbereichen

- ✓ (Fast) alle im Rahmen des Projektes geplanten Ziele wurden erreicht.
- ✓ Vom Projekt „rund um xund“ haben alle Beteiligten – vor allem aber die Jugendlichen und die Mitarbeitenden – profitiert.
- ✓ Geplante Aktivitäten, wie die engere Kooperation mit externen Vereinen, wurden im Laufe des Projektes nicht fortgesetzt, da sich ihre Durchführung im Setting der Offenen Jugendarbeit als schwierig erwiesen hat.
- ✓ Die „Mobile Suppenküche“ konnte auf Grund der fehlenden Infrastruktur des Projektpartners und eines Mitarbeiterwechsels nicht realisiert werden.

Intendierte und nicht intendierte Wirkungen von „rund um xund“

- ✓ Mitarbeitende: Die gemeinsamen Kochworkshops in der „Essküche“ haben den Teamgeist gestärkt und das gemeinsame Interesse am Thema Ernährung und Kochen gefördert. Diese sehr positive Wirkung war nicht intendiert.
- ✓ Jugendliche und Mitarbeitende: Eine nicht intendierte Wirkung war die Stärkung des Zusammenhaltes und des Gemeinschaftsgefühls durch das gemeinsame Kochen in den Einrichtungen.
- ✓ Jugendliche: Die Neubestückung des Snack-Automaten wird von den Jugendlichen immer wieder in Frage gestellt und erfordert daher eine klare Haltung der Mitarbeitenden und ausreichend Energie für die Diskussionen zur Sinnhaftigkeit der gesunden Snacks mit den Jugendlichen. Diese Wirkung war ursprünglich nicht vorgesehen.

- ✓ Jugendliche: Die Jugendbefragungsworkshops „rund um xund“, an denen 42 Jugendliche in fünf Gruppen teilgenommen haben, waren ursprünglich zur jugendgerechten Vermittlung von Gesundheitsthemen für Jugendliche vorgesehen. In der Praxis haben sich die Workshops durch die Methode der direkten Befragung mittels eines speziell gestalteten Fragebogens und Gruppenfragen zu einer Jugendbefragung für das Gesamtprojekt entwickelt.
- ✓ Gesamtprojekt: Die Kochbücher „rund um xund“, die in der ursprünglichen Planung eine Nebenrolle spielten, haben sich als Highlight, Herzstück und „roter Faden“ entpuppt. Sie wurden in einer viel höheren Auflage produziert und sind sowohl für die beteiligten Jugendlichen als auch für die Offene Jugendarbeit Dornbirn zu einem Aushängeschild für das Projekt geworden. Diese Wirkung war nicht intendiert.

Verhältnis von Aufwand und Ertrag

- ✓ Die Erfahrung im zweijährigen Projektzeitraum zeigen, dass es Zeit braucht, um die Bedeutung von Themen wie gesunde Ernährung, Bewegung und Gesundheit im Bewusstsein der beteiligten – MitarbeiterInnen und Jugendliche – zu verankern. „rund um xund“ hat auch deutlich vor Augen geführt, dass es partizipativer Zugänge bedarf, um die Teammitglieder mit den Inhalten vertraut zu machen, sodass sie auch handlungsleitend für die Arbeit mit den Jugendlichen im offenen Setting werden können.
- ✓ Zum Verhältnis von Aufwand und Ertrag kann generell festgehalten werden, dass Einmalinterventionen in vielen Bereichen wichtige Impulse bringen, dass es aber insgesamt Kontinuität in den Angeboten braucht, um neue Jugendliche aber auch neu einsteigende Mitarbeitende mit den Themen Ernährung, Bewegung und Gesundheit vertraut zu machen.
- ✓ Der Wissenserwerb durch den „Train-the-Trainer“-Zugang und der praktische Einsatz des erworbenen Wissens durch die Teammitglieder in den unterschiedlichen Einrichtungen der Offenen Jugendarbeit Dornbirn sind maßgeblich für die Nachhaltigkeit über den Projektabschluss hinaus.
- ✓ Eine Projektdauer von zwei Jahren ist für die Implementierung und Sicherung der Nachhaltigkeit unbedingt erforderlich. Bei Projekten dieser Größenordnung wäre es sinnvoll, einen entsprechenden Budgetansatz für die weitere Umsetzung nach dem offiziellen Projektabschluss vorzusehen.