

BERICHT: Projekt *loginsSportInclusion*

Projektleitung: Alfred Auer, Ilse Gstötenbauer

Berichtszeitraum: Jänner bis Dezember 2021

Bundesminister für Kunst, Kultur, öffentlichen Dienst und Sport – „SportInclusion: Sport - Gesundheit - Soziales“. GZ 2020-0.351.227

WiG- Wiener Gesundheitsförderung

INHALT

Inhalt	1
1. Einleitung	2
2. Sport schafft Teilhabe – aber nur unter bestimmten Voraussetzungen	3
3. Zielsetzungen und Ergebnisse	3
3.1. Über die Maßnahmen zur Erreichung der Ziele.....	4
3.2. Quantitative Ziele pro Jahr.....	4
3.3. Qualitative Ziele.....	11
3.4. Qualitätssicherung – Weiterbildung - Nachhaltigkeit.....	13
4. Conclusio	14



1. EINLEITUNG

Das Projekt *SportInclusion* verfolgt das Ziel, das Sport- und Bewegungsverhalten von in Österreich lebenden Menschen, v.a. jener mit schlechteren sozialen Ausgangsbedingungen, zu verbessern. Der Verein LOGIN fungiert hier als Netzwerk und Gatekeeper, um Übergänge verschiedener (sportlicher) Parallelwelten zu ebnen und wichtige Säulen eines gesunden und gelingenden Lebens zu unterstützen: einfach gesagt, Sport, Bewegung, Gesundheit und Soziales funktional zu verschränken.

Im Projekt geht es daher auch darum, die Themen Sport und Bewegung in Sozialeinrichtungen zu lancieren, und in weiterer Folge Personen aus diesen Einrichtungen in Aktivitäten des Vereins LOGIN bzw. insbesondere über den Tu was Pass! (finanziert durch die WiG – Wiener Gesundheitsförderung) auch in andere Sportangebote zu bringen.

Die Maßnahmen im Zeitraum Jänner bis Dezember 2021 werden nachfolgend dargestellt. Aufgrund der fortdauernden Pandemie kam es auch 2021 zu erheblichen Einschränkungen in der Sportumsetzung, weshalb die geplanten Projektaktivitäten nur zum Teil wie im Antrag beschrieben, umgesetzt werden konnten. Daneben wurden alternative Wege zur Erreichung der Projektziele eingeschlagen und adaptierte Aktivitäten in Umsetzung gebracht.

Aufgrund der Corona bedingten Einschränkungen, bspw. im Teamsport, wurde die Aufmerksamkeit bis Mai 2021 auf Unterstützung bei Individualsportaktivitäten gelegt. Die geplanten Trainingsangebote in kooperierenden Sozialeinrichtungen konnten auch in diesem Jahr aufgrund von Kontakteinschränkungen nur zum kleinen Teil umgesetzt werden. Die anvisierten Vernetzungstermine mit Mitarbeitenden aus Sozial- und Gesundheitseinrichtungen, sowie mit Sportvereinen und Sportinitiativen mussten hintangestellt und größtenteils vertagt werden. So wurde die im November 2020 geplante Kick Off Veranstaltung erst im Juli 2021 in Umsetzung gebracht. Dieser Vernetzungsevent brachte eine Vielzahl an Akteur*innen des sozialintegrativen Sportsektors zusammen und fand großen Anklang. Die Folgeveranstaltung, die im November 2021 geplant war, musste Lockdown-bedingt allerdings wieder verschoben werden, und ist mit März 2022 anvisiert.

Der Schwerpunkt im Projektjahr 2021 wurde besonders auf Aktivitäten für marginalisierte Personengruppen im und um den Verein LOGIN gelegt. Personen aus Sozial- und Gesundheitseinrichtungen konnten auch im Corona Jahr 2021 in die Sportsektionen des Vereins LOGIN und den zugehörigen Sport- und Bewegungsmaßnahmen eingebunden werden. Vor allem über die Sommermonate konnten viele neue Teilnehmende erreicht werden, von denen viele nach den neuerlichen Sport- und Kontakteinschränkungen teilweise über online-Bewegungskurse und zu individueller Bewegung im Freien motiviert und angeregt werden konnten. Erstkontakte über online Aktivitäten sind mit den Schwerpunktzielgruppen im Projekt weniger zustande gekommen.

Der vorliegende Bericht umfasst den Zeitraum **01.01.2021 bis 31.12.2021** und beschreibt die umgesetzten Aktivitäten.

Corona-Bemerkung:

Im Bericht sind die Maßnahmen und auch damit verknüpfte Kosten des Corona bedingten Aufwands nur durch einzelne Hinweise abgebildet. Jedenfalls sei hiermit auf einen sich fortsetzenden, drastisch höheren Sicherheits-, Hygiene-, Informations- und Kommunikationsaufwand verwiesen.

2. SPORT SCHAFFT TEILHABE – ABER NUR UNTER BESTIMMTEN VORAUSSETZUNGEN

Sport ist nicht per se inklusiv, es braucht bestimmte Voraussetzungen – so auch eine der Ergebnisse des *Fachaustausches Sport – Gesundheit – Soziales*, der im Rahmen des Projektes am 4. Juli 2021 in der loginBase stattgefunden hat, und an dem Vertreter*innen unterschiedlicher Einrichtungen mit sozialem Sportbezug, teilnahmen.

Mehr Menschen - und hier vor allem jene, die erschwerten Zugang zu sportlichen Angeboten haben - die Teilhabe an Sport und Bewegung zu ermöglichen, ist das gemeinsame Ziel aller teilnehmenden Akteur*innen.¹

Gemäß den Wiener Gesundheitszielen (Ziel 5, 7, 8: Gesundheitskompetenz, Psychosoziale Gesundheit, Bewegung fördern) und dem Handlungsrahmen für eine gesundheitsförderliche Gesamtpolitik (vgl. Gesundheitsziele Österreich) gilt es mehr Österreicherinnen und Österreicher, bzw. in Österreich ansässige Personen, und dabei v.a. jene mit schlechteren sozialen Ausgangslagen, zu Sport und Bewegung zu bringen, und auf diesem Wege in unterstützende soziale Netze einzubinden.

Gezielt wurden daher sportferne Personen, die von sozialer und gesundheitlicher Benachteiligung betroffen sind, für die Projektaktivitäten anvisiert. Und trotz schwieriger Umstände im Jahr 2021 gelang diese Aufgabe. Es konnten – wie folgend dargestellt wird - viele Menschen über Sport und Bewegung erreicht und eingebunden bzw. zur selbständigen Weiterführung von Bewegungsmaßnahmen aktiviert, und somit ein Beitrag zu Sport, Bewegung und Gesundheit erzielt werden.

3. ZIELSETZUNGEN UND ERGEBNISSE

Im Folgenden finden sich statistische Auswertungen über Anzahl und Thema der Aktivitäten, Beteiligungen sowie demografische Daten der Teilnehmer*innen.

¹ Eine genauere Beschreibung zum Fachaustausch folgt weiter hinten in diesem Bericht.

3.1. Über die Maßnahmen zur Erreichung der Ziele

Die Vorgangsweisen im Jahr 2021 waren insbesondere an die Vorgaben der Corona-Schutzmaßnahmen-Verordnungen anzupassen: Indoor Kurse wurden erforderlichenfalls mit beschränkter Teilnehmer*innenzahl ausgestattet. Erweitert und ausgebaut wurden die Outdoor Angebote. Forciert wurden Animation und Unterstützung bei Individualsport. Daneben wurden online und Hybrid-Formate eingesetzt. Diese Handhabung ermöglichte vielen Teilnehmenden trotz Lockdowns und Ängsten und Unsicherheiten animierte Beteiligung an Bewegungsprogrammen und zumindest virtuellen Kontakt mit anderen Trainierenden.

Veranlasste Anpassungen im Sport- und Bewegungsbereich:

- Online:

Während Lockdowns und der verordneten Spoteinschränkungen wurden folgende Bewegungskurse online via Zoom angeboten: Improvisationstheatersport, Rückenfit, Meditation, Shinson Hapkido, Karatedo, Qi Gong, Rückengymnastik und Yoga. In Kooperation mit anderen Bewegungsgruppen wurden auch online Gemeinschaftstrainings umgesetzt (Aikido & Karate Doshinkan).

- Outdoor:

Insbesondere die Outdoor Angebote wurden erweitert. Während der Lockdowns wurden Menschen bei der Umsetzung von Individualsportaktivitäten motiviert und unterstützt. Wandern, Nordic Walking, Spazieren, Radtouren, Tischtennis im Park waren mit Abstand und Ausgangsregeln vereinbar und gut frequentiert.

Veranlasste Anpassungen im Bereich fachliche Verschränkung:

- Vernetzung mittels zur Verfügung stehender Kommunikationsinstrumente:

Die Vernetzung auf Multiplikator*innen und Einrichtungsebene fand verstärkt telefonisch, via Mail oder via online Kommunikationsprogrammen statt.

Daneben wurden nach Möglichkeit fachliche Zusammenkünfte im Realraum arrangiert.

3.2. Quantitative Ziele pro Jahr

3.2.1. Messung

Quantitative Ziele wurden unter Nutzung einer Datenbank gemessen. Dazu wurden begleitend zu den Aktivitäten relevante Teilnehmer*innendaten, Teilnehmer*innenzahlen sowie Beteiligungen und Kontakte erhoben. Eine EDV-gestützte Auswertung folgte anschließend. Es wurden dabei Werte erhoben, die Aufschlüsse über Kursmaßnahmen,

Zugangsströme, Teilnahme und Beteiligungswerte, udgl. Geben. Die Messdaten wurden durch eine freiwillige Registrierung der Teilnehmenden angelegt.

3.2.2. Zielerreichung – welche Ziele waren gesteckt, was wurde erreicht:

Zu erreichen galt es folgende quantitative Werte, wobei in Schwarz jeweils die zu erreichenden Zielwerte, und in Blau die gemessenen und erreichten Werte dargestellt sind.

Ziele im Sport- und Bewegungsbereich

Anzahl der Teilnehmer/innen

- 400 / 510

Anzahl der Teilnahmen an den Kursen, Aktivitäten

- 3500 / 5249

Anzahl der Teilnahmen an Wettbewerben (Turniere, etc.)

- 500/ ca. 480

Ziele im Bereich fachliche Verschränkung:

Anzahl der kooperierenden Einrichtungen

- 20 / 18

Multiplikator/innen

- 60 / 60

Anzahl der Vernetzungen im Sportbereich (Verbände, Vermittlungen)

- 18 / 12

Anzahl der Kontakte mit Sportvereinen (vorwiegend direkte Gespräche mit Vertreter*innen von Sportvereinen)

- 48 / 8

Anzahl der Vermittlungen in Sportbereiche (via [Tu was!-Pässe](#))

- 10 / 22

Anzahl der vermittelten Personen in Sportvereine

- 10 / 3 (bekannterweise)

Anhand dieser Zahlen ist ersichtlich, dass im Sport- und Bewegungsbereich alle Zielwerte erreicht wurden. Im Bereich fachlicher Verschränkung und Vermittlung waren die bekannten und erwähnten Schwierigkeiten für Veranstaltungen, Zusammenkünfte etc. durch die Corona Schutzmaßnahmen ursächlich mit maßgebend. So mussten bspw. mehrere bereits geplante und vorbereitete Konferenzen oder Austauschtreffen verschoben und schließlich auch abgesagt werden.

Folgende Maßnahmen wurden unternommen, um den Inhalten Sport, Bewegung, Gesundheit und soziale Anliegen nachzukommen:

3.2.3. Aktivitäten zur Vernetzung mit Adressat*innen und Professionist*innen

Das Akkordieren der Angebote und Leistungen hat eine wichtige Schnittstellen- und Ressourcenfunktion und dient u.a. der Treffsicherheit der Angebote. Es wurden Kontakte im Realraum und online Treffen umgesetzt. Informationsmaterial wurde kontinuierlich verteilt. Laufend erfolgten Social Media Aktualisierungen (vorwiegend Homepage und von Facebook-Features des Vereins LOGIN).

- Kooperationen: Im Jahr 2021 wurden Personen aus folgenden Einrichtungen an LOGIN vermittelt bzw. über LOGIN informiert: Anton Proksch Institut (API), Caritas, Grüner Kreis, BBRZ, Klinik Penzing, Psychosozialer Dienst, Krankenhaus Hietzing, Einrichtungen der Wiener Wohnungslosen Hilfe (WLH), Psychotherapeut*innen, Wiener Sozialdienste, Verein Dialog, SMZ Ost, Therapiezentrum Ybbs, pro mente, ÖGK Case Management, fit2work, Selbsthilfegruppen, u.a.
- Es kam zu 34 Aktivitäten mit Patient*innen/Klient*innen vor Ort, in kooperierenden Sozial- und Gesundheitseinrichtungen mit ca. 186 Beteiligungen:
 - 20 Bewegungsaktivitäten im stationären Bereich des API Abteilung I & III (Alkohol/Medikamente) mit Wanderungen, Bewegung und Aktivierung
 - 1 Kletterevent für stationäre Patient*innen der Drogenabteilung des API (Abt. II)
 - 3 Yoga, 3 Rückenfit und 3 Qi Gong Einheiten Outdoor im Sommer im Chancenhaus Hermes des Wiener Roten Kreuz
 - 4 Boccia Einheiten im Sozialbetreuten Wohnhaus Max Winter des Samariterbundes
- Es wurden 6 Exkursionen für begleitete Patient*innengruppen in die loginBase (bspw. Anton Proksch Institut, Tagesklinik Krankenhaus Penzing, Schweizerhaus Hadersdorf, u.a.) mit ca. 36 Beteiligungen durchgeführt.
- 33 offene Infostunden für Interessent*innen in der loginBase wurden von 51 Personen wahrgenommen.
- 18 Vernetzungstreffen und Kontakte (analog und digital, telefonisch) mit kooperierenden Einrichtungen, Vereinen und losen Formationen aus dem Sport- und Bewegungsfeld waren möglich. Auszugsweise: ASKÖ/WAT Wien, ASKÖ Spartensitzungen Volleyball, Fußball, FC Augustin, Karatedo Doshinkan International, Verein Bewegungshunger, Ki Aikido Wien, Volleymixed Hobby Mixed Liga, Rugby opens Boarders, Play together now, Kicken ohne Grenzen, Mentor – Goals for my future, Tanzen ohne Grenzen, Verein Neuer Start, Mamanet, Grüninnen Fußballteam, Damenfußballteam Bunt, u.a.
- 11 Multiplikator*innentreffen, bei denen in Summe über 60 Personen über die Angebote von loginsSportinclusion informiert wurden (real und digital). Inhaltlich galt es zu informieren, abzustimmen, auszutauschen und zu planen (bspw. BaWo-Forum Wohnungslosenhilfe, Regionalforum 1150, u.a.)
- Es kam zu 22 Vermittlungen in andere Sporteinrichtungen über den Tu Was-Pass

- Es konnten Beteiligungen an online Trainings in anderen Organisationen und Vereinen von ca. 15 Personen, und die Teilnahme an Präsenz-Angeboten in anderen Sportvereinen von 3 Personen gezählt werden.

Im Projektzeitraum konnten über organisierte Vernetzungs- und Kontaktaktivitäten über 300 Personen erreicht und informiert werden.

3.2.4. Aktivitäten, Teilnahmezahlen, demographische Daten, tabellarische Darstellungen

Im beschriebenen Projektzeitraum wurden umgesetzt:

- 25 unterschiedliche Kursangebote
- 768 Einheiten
- mit 5407 Beteiligungen
- von 592 unterschiedlichen Personen

Angeboten wurden:

- Ca. 1.169 Stunden Sport und Bewegung in den Kursen
- Ca. 115 Sportstunden bei Wettkämpfen, Turnieren, Meisterschaften, ...
- Ca. 1.284 Sportstunden gesamt
- Über 3,6 Stunden Sport täglich (bei 350 Sporttage im Jahr)

Auf einzelne Teilnehmer*innen hochgerechnet ergibt dies ca. **1.086.233 Personenstunden** Sport und Bewegung im Jahr 2021

Es entfielen ca. 1130 Stunden auf Einheiten im Realraum. 150 Stunden waren online Übungen.

Teilgenommenen Personen 2021:

- Insgesamt nahmen **592** unterschiedliche Menschen an den Programmen von loginsportinclusion teil. In der folgenden Tabelle findet sich ein Überblick.

Teilnehmende	Geschlecht				Gesamt
	anderes	m	w	k.A.	
0-20 Jahre	1	7	15		23
20 - 30 Jahre		62	35	1	98
30 - 50 Jahre	1	115	87		203
50 - 60 Jahre		33	40	2	75
60+		7	14		21
Keine Angabe		45	32	95	172
Gesamt	2	269	223	88	592

In nachfolgender Tabelle sind die Anzahl der Aktivitäten, die Beteiligung an den Aktivitäten, vermerkte Kontakte, die Anzahl der unterschiedlichen Teilnehmenden, sowie der Vermerk zur online Umsetzung, aufgelistet. Da hier Überschneidungen vorliegen (bspw. durch Teilnahme einer Person an mehreren Kursen), ist die Gesamtsumme an Teilnahmen höher als die Summe der Einzelpersonen, die teilgenommen haben.

Aktivität	Einheiten	Beteiligung	Kontakte	Teilnehmende	Sportstunden
Aikido	4	16	16	10	4
Bewegung und Reflexion	3	10	12	6	3
Boxen	14	44	57	16	28
Cachibol	9	45	56	17	13,5
Doshinkan Karate Kooperation	49	492	568	53	73,5
Fitte Gelenke	30	279	366	54	30
Fußball	40	598	1441	70	80
Gesundheitstraining Volleyball	7	19	22	10	7
Improvisationstheatersport	36	174	232	22	72
Karatedo	54	346	445	63	81
Klettern	13	58	75	17	26
Laufen	3	9	9	5	3
Meditation	27	132	136	14	
Meditation und Achtsamkeit	4	18	18	12	
Nordic Walking	84	614	710	66	126
Qi Gong	45	257	319	50	67,5
Rückenfit	47	270	326	50	58,75
Rückengymnastik	37	249	348	41	37
Shinson Hapkido	26	74	165	15	39
Taekwondo	11	80	175	22	22
Tischtennis	58	263	319	54	58
Volleyball	58	642	1026	89	116
Volleyball Mix Fortgeschritten	10	83	126	16	20
Wanderungen/Spaziergänge	37	277	382	87	111
Yoga	62	358	454	70	93
Aktivitäten	768	5 407	7 803	929	1169,25

Wettbewerbe und oder öffentlichen Sportveranstaltungen 2021

- Volleyball Mixed Liga:
 - kam 2021 nicht zustande.
- Volleyball Mixed/Herren Turniere:
 - 4 Mixed Turniere Organisation LOGIN
 - LOGIN Sommerfest
 - Freundschaftsmatch Verein Neuer Start am Weltflüchtlingstag
 - LOGIN Outdoor Abschluss
 - LOGIN Hallenturnier
 - Teilnahme eines LOGIN Herren Teams am Turnier vom Verein Neuer Start
- Fußball Männer Turniere/Meisterschaft:
 - 3 Turniere Organisation LOGIN:
 - LOGIN Sommerfest
 - LOGIN Winterturnier
 - Cup der guten Hoffnung:
 - 2021_2 im Herbst
 - Turnierteilnahme FC Zukunft
 - 12 Matches Kleinfeldliga (ÖKFB)
- Fußball Frauen Turniere:
 - 2 Turniere Organisation LOGIN
 - LOGIN Sommerfest
 - LOGIN Winterturnier
 - Teilnahme am Girls-Cup (Kicken ohne Grenzen)
 - Jahresturnier Play together now



Beteiligung und Teilnahmefrequenz:

Neben der Anzahl der Personen die erreicht werden sollten, sind die Anzahl der Kontakte und die Anzahl der Teilnahmen ein Zielwert und wurden erhoben. Letztere Messzahl zeigt, wie häufig je Person die Angebote genutzt wurden. Es kann aufgrund der Ergebnisse gesagt werden, dass etwa zwei Drittel der Teilnehmenden die Angebote zwischen ein und sechsmal in Anspruch nahm. Ca. ein Drittel der Teilnehmenden (213 Personen) besuchte die Programme siebenmal und darüber hinaus gehend.

Insgesamt kann daher von einer sehr guten Inanspruchnahme der Programme und somit auch von einer gelungenen Erreichung der Zielgruppen gesprochen werden.

In untenstehender Tabelle sind die Beteiligungsfrequenzen ersichtlich.

Teilnahmefrequenz	Zuweisungshintergrund			
	Sozial-Einrichtungen	Sonderkranken-Anstalten	Ohne Angaben	
1 - 2 mal	61	61	123	245
3 - 6 mal	28	37	69	134
7 - 10 mal	20	15	36	71
11 - 15 mal	7	9	12	28
>15 mal	28	23	63	114
Personenanzahl	144	145	303	592

Interpretation quantitativer Daten:

Regelmäßige Teilnahmen können als Indikator für die Zielgruppenerreichung, für soziale Verankerung sowie für Nutzung und Teilhabe angesehen werden.

Die Zahlen deuten auch auf eine durchaus individuell und punktuell vorgenommenen Nutzung. Teilnehmende haben für ihre Bedarfe aus dem zur Verfügung stehenden Angebot das für sie jeweils passende herausgenommenen. So könnte auch von einem Probierverhalten mit 1 bis 6 Kontakten und Teilnahmen bei 379 Personen gesprochen werden. Daneben wäre eine selektive Nutzung – bspw. von bestimmten Workshops und Kursen bei 99 Personen mit einer Nutzungsfrequenz zwischen 7 und 15 Beteiligungen festzustellen. Eine Gruppe von ca. 114 Personen weist häufigere Teilnahmen (> 15) auf, und scheint im Setting gut verankert.

Zu bemerken war, dass viele der Teilnehmenden auch an anderen Gesundheitsprogrammen und auf Integration (Arbeitsmarkt, Rehabilitation, ...) abzielende Maßnahmen (z.B. AMS-Kurse, therapeutische Behandlungsverfahren, Reha-Maßnahmen, etc.) angebunden waren. Das bringt erfahrungsgemäß Unterbrechungen bei den Teilnahmen mit sich. Und in nicht wenigen Fällen ist einen neuerlichen Anlauf erforderlich.

Fazit: Die quantitativen Ziele hinsichtlich Beteiligungszahlen und umgesetzten Aktivitäten konnten im Projektzeitraum, trotz eingeschränkter Möglichkeiten und erschwelter Umstände erreicht werden. Die angestrebten Ziele bei Wettbewerben war aufgrund des Entfalles vieler Tournaments, Meisterschaften udgl. (Corona-Effekte) nicht möglich.

3.3. Qualitative Ziele

Mittels Befragungen im Zuge einer Wirkungsanalyse von LOGIN wurden Effekte von Bewegung und Sport im Hinblick auf körperliche und allgemeine Fitness sowie auf psychosoziale Gesundheit mitgenommen.

Dabei waren folgende Aussagen und Ergebnisse feststellbar:

3.3.1. Verbesserung der körperlichen Gesundheit durch sportliche Aktivität

Nachdem die gesundheitlichen Probleme der Teilnehmer*innen sehr unterschiedlich ausgestaltet sind, ist es fast unmöglich, allgemein geltende Aussagen zu treffen. Jedoch stimmten bei der Umfrage 2020/21 alle Befragten mit der Aussage überein, dass sich durch LOGIN ihr körperlicher Gesundheitszustand verbessert hat. Vielfach wurde von den Teilnehmenden beschrieben, dass sie sich fitter fühlten, ihre Fitness sich auch verbessert habe, dass sie sich sportlich verbessert hätten, eine bessere Kondition und Ausdauer hätten.

3.3.2. Verbesserung der psychosozialen und seelischen Gesundheit durch sportliche Aktivität

Im Zuge der Interviews konnten verschiedenste Wirkungen, welche zur Förderung des seelischen Zustandes der Teilnehmer*innen beitragen, erkannt werden. Teilnehmende schilderten beispielsweise eine deutliche Verbesserung des körperlichen und seelischen Zustandes im Anschluss an Sportkurseinheiten. Diese Verbesserung wird unter anderem durch einen klareren Kopf und ein glücklicheres persönliches Stimmungsbild wahrgenommen. Rückführen lässt sich diese Verbesserung des psychischen Zustandes laut Angaben der befragten Personen einerseits auf die physische Anstrengung während der Kurseinheiten, denn Sportangebote werden genutzt, um sich richtig auszupeinern, um Angst und Wut, welche sich angestaut haben, abzubauen. Andererseits spielt sozialer Kontakt eine tragende Rolle. Durch den Kontakt zu „Gleichgesinnten“ und Gespräche auf „einer Ebene“ mit anderen Personen, welche ähnliche oder gleichen Erfahrungen und Probleme durchlebten und teilweise immer noch beklagen, schwindet das Gefühl der Einsamkeit und fördert im Gegenzug das Bewusstsein dafür, dass man nicht allein ist, dass man eingebunden ist.

3.3.3. Verbesserung der sozialen Teilhabe durch regelmäßige sportliche Aktivität

Ein/eine Teilnehmer*in beschreibt, dass sich durch einen Rückenfit-Kurs seine/ihre Rückenprobleme verbessert haben. Dieser/ diese geht auch darauf ein, dass diese Übungen kontinuierlich durchzuziehen, mit einem/einer Kursleiter*in viel leichter ist als sich allein Zuhause dazu aufzuraffen.

Weiters sahen viele Teilnehmer*innen einen großen Vorteil bei den Sportkurse darin, dass diese im Gruppensetting stattfinden. Es wurde oft erwähnt, dass die Teilnehmer*innen sich allein schwer tun sich aufzuraffen und Sport zu machen. Durch die Gruppe und die Anleitung bei LOGIN haben sie Spaß und Motivation daran gefunden. Eine teilnehmende Person beschrieb bspw., dass sie durch die Teilnahme an den Outdooraktivitäten die Gewohnheit, täglich einen Spaziergang, entweder mit anderen Teilnehmer*innen oder auch allein zu machen, angenommen hat.

Über die Kooperationen und Veranstaltungen, die mit anderen Sportvereinen abgehalten werden, wurde vor allem die Möglichkeit, den Verein LOGIN als Sprungbrett zu nutzen, als sehr positiv erlebt. Den Teilnehmer*innen wurde ganz gezielt Gelegenheiten von Trainings, Turnieren, Meisterschaften, udgl. offeriert, um sich in Folge auch in einem Sportverein etablieren zu können.

Die Aktivitäten wurden auch außerhalb des *loginsSportInclusion*-Angebotes von Teilnehmer*innen ausgeübt. Die Hemmschwelle, auch bei anderen Institutionen in dieser Hinsicht anzudocken, verringert sich durch zugewonnenes Können und Selbstvertrauen. Somit eröffnen sich – neben dem Benefit neu erworbener Fertigkeiten, die bereits neue Möglichkeiten eröffnen – auch Handlungsspielräume, die einen neuen bzw. erweiterten gesellschaftlichen Zugang und gesellschaftliche Teilhabe ermöglichen.

3.3.4. Qualitatives Summary

Als zusammenfassendes Ergebnis der Befragung aus 2020/21 kann gefolgert werden, dass LOGIN im Leben vieler Teilnehmer*innen Lebenslust und Motivation fördert. Weiters werden die Teilnehmenden durch die erhöhte sportliche Betätigung sowohl körperlich als auch mental ausgelastet. Einerseits Ausdauer, andererseits Entspannungsübungen und kommunikative Einheiten geben den Menschen die Möglichkeit, Wut und Stress abzubauen und die Sorgen des Alltags für einige Momente zu vergessen.

Durch das Bereitstellen von online Kursen und dem erforderlichenfalls nachgehenden technischen Support den LOGIN Mitarbeiter*innen boten, wurde auch bspw. während der Lockdown-Perioden Animation und Anleitung serviert. Zudem wurde als Sideeffekt auch neues Knowhow in Bezug auf Nutzung digitaler Medien erweitert.

3.3.5. Beiträge auf struktureller Ebene: Fachaustausch – Sport – Gesundheit – Soziales

..., so der Titel der Konferenz, die von LOGIN am 1.7.2021 in die loginBase ausgerichtet wurde. Der Fachaustausch fand insbesondere als programmatischer Teil des im ggst. Bericht beschriebenen Projekts *loginsSportInclusion* statt.

Mit Vertreter:innen aus Wissenschaft, Gesundheitsförderung, Medizin, Sport, Sozialer Arbeit, Trainer:innen, Selbstverter:innen, wurden Erfordernisse rund um das Thema für eine Verbesserung gesundheitsförderlichen Bewegungs- und Sportverhaltens v.a. von Personen mit psychosozial schlechter Ausgangssituation, bearbeitet.

Ein zentrales Ergebnis dabei war, die Initiative für eine Plattform zu ergreifen, die in formalisierter Weise weiter das Anliegen einer konzertierten Herangehensweise von Gesundheit Sport und Soziales vornimmt.

Ein weiterer Ansatz war, den Sport nicht per se für inklusiv, also als Inklusion herbeiführend, zu betrachten. Es brauche dafür bestimmte und passende Rahmenbedingungen.

Konkludent könnte die Fortführung besagter Initiative Teil eines Folgeprojekts sein.

3.4. Qualitätssicherung - Weiterbildung - Nachhaltigkeit

Auf Steuerungs- und Team-Ebene wurden regelmäßige Austausch-, Abstimmungs- und Reflexionseinheiten in Form von

- Teamsitzungen, Interventionen im Projektteam
- Reflexionstreffen mit MultiplikatorInnen

durchgeführt.

Wöchentliche Jourfixe der Projektleitung und Mitarbeitenden und in 2-monatigen Intervallen waren Konferenzen der Übungsleiter*innen angesetzt. Diese Meetings dienen der Qualitätssicherung und dem professionellen Austausch unter den Mitarbeitenden.

Weitere Maßnahmen waren Fortbildungsangebote für Sport- und Bewegungs-Trainer*innen. LOGIN Angebote haben das FIT SPORT AUSTRIA Qualitätssiegel (Shinson Hapkido, Volleyball, Nordic Walking).

Die Teilnahme an Fachtagungen und Seminaren (FGÖ bspw. Bewegungsempfehlungen kommunizieren), Gesundheitskonferenzen) bilden einen weiteren Baustein zur fachlichen Ausrichtung und für zeitgemäße Standards und fungieren daneben auch als Netzwerke für Nachhaltigkeit.

Dokumentation und Evaluation erfolgen anhand

- Interner Evaluation
- Dokumentation der Maßnahmen, Teilnahmen, u.a. relevanter Faktoren
- Berichtswesen
- temporärer Untersuchungen durch externe Organisationen

3.4.1. Multiplikator*innenschulung Mamanet

Am 19.11.21 konnte – noch kurz vor einem Lockdown - ein zur Trainerinnen-Ausbildung gehörender Theorieteil von drei Login Trainerinnen absolviert werden. Die drei Übungsleiterinnen erhielten somit das Zertifikat zur Mamanet Coach und können eigenständig Trainings in ihrer Organisation anbieten und durchführen.

Die Instruktorinnen sind auch befähigt zur



Mamanet Multiplikatorin. Mamanet kann von LOGIN aus nun auch anderen Institutionen bekannt und zugänglich für Menschen gemacht werden. Nachhaltigkeit ist damit ebenfalls impliziert.

3.4.2. Mitgliedschaften/ Dach-Fachverbände

LOGIN ist Mitglied beim Landesverband der ASKÖ /WAT Wien und seit 2015 in den Sparten Volleyball und 2017 in der Sparte Fußball als aktiv teilhabendes Mitglied in den Spartensitzungen vertreten.

Weiters ist LOGIN Mitgliedsverein im Österreichischen Kleinfeldfußballbund. Darüber hinaus sind LOGIN Übungsleiter*innen in Sportvereinen aktiv. Sie verhelfen damit der Idee der Inklusion über den Sport auch im Sinne von Nachhaltigkeit zunehmender Breite.

4. CONCLUSIO

Die Zielsetzungen können im Wesentlichen als erreicht angesehen werden. Trotz der erheblichen Behinderungen und Einschränkungen, durch die angeordneten Corona Schutzmaßnahmen.

LOGIN ist eine mit wenig bürokratischem Erfordernissen ausgestattete Organisation. So konnte auf Lockdown und Sparteinschränkungen rasch reagiert werden, Online Kurse ins Leben gerufen werden, neue Outdoor Programme, Individualsportanimationen udgl. eingesetzt werden.

Individualsport im öffentlichen Raum war ferner nicht nur eine wichtige Maßnahme zur Gesundheitsförderung. Nicht zuletzt ist die Nutzung und Aneignung öffentlichen Raumes auch ein Indikator für Teilhabe.

Die Etablierung der Initiative *Sport - Gesundheit – Soziales* in den Ebenen der Sport-, Gesundheits- und Sozialpolitik und der zugehörigen Verwaltung könnte ein Ziel für ein fortzuführendes Projekt sein.



© Fotos Verein
LOGIN