frauengesundheitszentrum

frauengesundheitszentrum

MIA
Mütter in Aktion

queraum.
kultur- und sozialforschung.

Fonds Gesundes Österreich

GESUNDHEITSPLATTFORM
Steiermark

MIA
Mütter in Aktion

Projekterfahrungen mit der Gesundheitsförderung von schwangeren Frauen und Müttern von Babys in den steirischen Bezirken Liezen und Leibnitz

2007 – 2010

IMPRESSUM

Frauengesundheitszentrum©
MIA – Mütter in Aktion, Handbuch
ISBN-13 978-3-9501442-8-4

Herausgeberin
Frauengesundheitszentrum
Joanneumring 3, 8010 Graz
✆ 0316/83 79 98
✉ frauen.gesundheit@fgz.co.at
www.fgz.co.at

Graz, September 2010, Auflage 150 Stück

AutorInnen
Mag.ª Sylvia Groth
Mag.ª Anita Rappauer
Mag. Michael Stadler-Vida
Dr.in Brigitte Steingruber

Redigiert von
Dr.in Felice Gallé

Layout
Mag.ª Rita Obergeschwandner

Fotos
Frauengesundheitszentrum©

Konzept
queraum. kultur- und sozialforschung
Obere Donaustraße 59/7a, 1020 Wien
✆ 01/95 80 911
✉ office@queraum.org
www.queraum.org

MIA – MÜTTER IN AKTION

Projekterfahrungen mit der Gesundheitsförderung
von schwangeren Frauen und Müttern von Babys
in den steirischen Bezirken Liezen und Leibnitz
2007 – 2010

HANDBUCH

FRAUENGESUNDHEITSZENTRUM, GRAZ 2010

VORWORTE

Liebe LeserInnen,

den Projektumsetzerinnen und Autorinnen dieses Handbuchs gebührt besonderer Dank: Das Handbuch bietet interessierten AkteurInnen der Gesundheitsförderungsszene einen exzellenten Überblick, aber auch konkrete Anleitungen und Empfehlungen bei der Konzeption und Umsetzung eines besonders innovativen Ansatzes der Gesundheitsförderung von schwangeren Frauen, Müttern und deren Babys. Während viele Initiativen in diesem - ohnehin auch noch eher jüngeren - Bereich der sogenannten „Frühen Hilfen" bisher primär von ExpertInnen aus dem Sozial- oder Medizinsystem gesteuert und umgesetzt werden, ist das Projekt MIA – Mütter in Aktion mit einem Bottom-up-Ansatz konzipiert und leistet damit Pionierarbeit. Grundprinzipien und wesentliche Strategien der Gesundheitsförderung wie Empowerment, Partizipation, Vernetzung und Aufbau von kommunalen Strukturen wurden in dieses Mütter-Projekt erfolgreich integriert.

Die Dokumentation macht deutlich, dass Beteiligung auf Gemeindeebene zu initiieren und zu kultivieren, gelingen kann: Es stärkt die Gesundheit der BewohnerInnen, schafft Gemeinschaft und teilt Verantwortung. Um wirkliche Beteiligung zu erreichen, braucht es einen aufsuchenden, niederschwelligen Zugang, glaubwürdige Arbeit miteinander, aber auch Ressourcen und viel persönliches Engagement seitens der UmsetzerInnen. Mütter von Babys zu stärken, wirkt sich positiv auf das gesamte Gemeindeleben aus. Kinder brauchen gestärkte Mütter, aktive Väter, sich beteiligende NachbarInnen und Gemeinden, die für die Anregungen ihrer BürgerInnen offen sind.

Ich wünsche Ihnen eine anregende und informative Lektüre und lade Sie ein, dieses Handbuch als beispielgebenden Wegweiser bei der Gestaltung von Gesundheitsförderungsprojekten für schwangere Frauen, Mütter und deren Babys zu nehmen.

Mag.ª Gerlinde Rohrauer-Näf, MPH
Interimistische stv. Leiterin Fonds Gesundes Österreich
Gesundheitsreferentin

Liebe LeserInnen,

wie können schwangere Frauen und Mütter von kleinen Kindern wirkungsvoll und gesundheitsförderlich unterstützt werden? Wie können sie sich aktiv in ihre Gemeinden einbringen, ihre Wünsche und Bedürfnisse vermitteln und Veränderungen anregen? Wie kann Zusammenarbeit zwischen ExpertInnen aus unterschiedlichen Bereichen Erfolg haben? Diese und weitere Fragen beantwortet das Handbuch, indem es zwei Jahre ***MIA – Mütter in Aktion*** *auswertet. Es fasst die Erfahrungen zusammen, die das Grazer Frauengesundheitszentrum während des Projekts gewonnen hat. Gleichzeitig gibt es Arbeitshilfen zur Umsetzung vergleichbarer Projekte.*

Mich hat das große Engagement aller Beteiligten in den südsteirischen Rebenland Gemeinden und im gesamten Bezirk Leibnitz sowie im Bezirk Liezen mit der Stadt Rottenmann sehr beeindruckt. Mein besonderer Dank gilt den Frauen, die bereit waren, ihre Erfahrungen mitzuteilen, sich an Aktionen zu beteiligen und sich miteinander auf Neues und Ungewohntes einzulassen.

Ich danke unseren Subventions- und FinanzgeberInnen, der Gesundheitsplattform Steiermark und dem Fonds Gesundes Österreich, für die Finanzierung dieses Modellprojekts. Ich danke auch ihren Vertreterinnen in der Steuergruppe, Mag.ª Ulrike Roth, Mag.ª Gerlinde Rohrauer-Näf, Dr.in Kathryn Hoffmann sowie Mag.ª Verena Krammer von der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse für ihre verständnisvolle Begleitung und ihr Controlling.

Unser Beirat hat uns in fünf Sitzungen mit Ideen angeregt und auf Fallstricke hingewiesen. Ich danke dafür Mag.ª Karin Reis-Klingspiegl von styria vitalis; der Gender Mainstreaming-Expertin Heide Cortolezis; Sonja Lamprecht, freie Hebamme; Jakob Kabas vom Sozialhilfeverband Liezen; Susanne Lucchesi-Palli, Bürgermeisterin in Weinburg im Bezirk Radkersburg, und Diplomsozialarbeiterin Barbara Berger. Die Gruppe unserer Opinion Leader unterstützte uns in drei Treffen mit ihrem politischen Sachverstand und ihrer Feldkenntnis. Mag.ª Sandra Zettinig und Mag.ª Christa Peinhaupt, Büro Landesrat/Landesrätin für Gesundheit; Mag.ª Cornelia Schweiner, Büro Landesrätin für Familie; Mag.ª Theresia Metzenrath, Büro Landesrat für Soziales; Dr. Wolfgang Klemencic, Bezirkshauptmannschaft Leibnitz; Barbara Wolfgang-Krenn, Bürgermeisterin in Pürgg-Trautenfels, Bezirk Liezen; LTAbg. Mag.ª Ursula Lackner, SPÖ, und LTAbg. Barbara Riener, ÖVP, herzlichen Dank dafür.

Ich möchte auch unseren externen EvaluatorInnen, Mag.ª Anita Rappauer und Mag. Michael Stadler-Vida von queraum danken für das konsequente Hinterfragen und die gute Zusammenarbeit – auch bei der Erstellung dieses Handbuchs.

Zuletzt gilt mein Dank meinen Mitarbeiterinnen, deren fachliche Kompetenz, Einfühlungsvermögen und außerordentliches Engagement dieses Projekt möglich machten: der Projektleiterin Dr.in Brigitte Steingruber, den Projektmitarbeiterinnen Mag.ª Anita Adamiczek, Gertrude Skoff-Papst und Mag.ª Brigitte Kratzwald, sowie Mag.ª Rita Obergeschwandner und Dr.in Felice Gallé für Öffentlichkeitsarbeit und Lektorat und Renate Gruber, die als Buchhalterin genau hingeschaut hat, damit die Rechnungen die richtige Form hatten und sich unter dem Strich alles ausging.

Mag.ª Sylvia Groth
Geschäftsführerin Frauengesundheitszentrum, Graz

Liebe LeserInnen,

Allerorts wird geklagt: Frauen bekommen weniger Kinder. Mütter fühlen sich allein gelassen in ihrer neuen Lebensphase. Immer mehr Frauen und Männer wandern aus ländlichen Gemeinden ab. Das Interesse für politisches Engagement sinkt. Mit dem Projekt MIA – Mütter in Aktion haben wir gezeigt, dass die Beteiligung von Müttern eine reale Möglichkeit ist, Gemeinden frauen- und familienfreundlicher zu machen und eine neue Dialogkultur zu beginnen. Wir haben vor Ort vorhandene Kompetenzen gebündelt und gestärkt sowie den interdisziplinären Austausch gefördert. So gelingt eine niederschwellige und frühzeitige Unterstützung von Müttern in der ersten Zeit mit ihren kleinen Kindern.

Mit MIA – Mütter in Aktion haben wir uns auf den Weg gemacht, schwangere Frauen und Mütter von Babys im ländlichen Raum zu erreichen. Es war uns ein Anliegen, herauszufinden, wie es ihnen geht und was sie brauchen. Wir haben sie ermutigt, selbst in ihren Gemeinden aktiv zu werden und ihre Wünsche umzusetzen. Unsere Vision war ein tragfähiges regionales Unterstützungsnetz für werdende Mütter, Väter und Kinder. Damit es ihren Bedürfnissen tatsächlich entspricht, ist es wichtig, dass sie selbst daran mitarbeiten. Das ist für viele nicht selbstverständlich. Es braucht Ermutigung und Begleitung. Wir sind ein Stück des Weges mit ihnen gegangen.

Es ist uns gelungen, in einem regional begrenzten Bereich Grundsteine für ein solches Netz zu legen. Dafür möchte ich mich bei den Müttern und Vätern, den Bürgermeistern und Gemeinderätinnen sowie den AnbieterInnen fürs Mitmachen bedanken. Ich wünsche ihnen gutes Gelingen beim Weiterspinnen des Netzes. Vielen Dank den Subventions- und FinanzgeberInnen, meinen Mitarbeiterinnen, Kolleginnen und unserer Geschäftsführerin, Mag.ª Sylvia Groth, die uns unermüdlich mit Rat und Tat zur Seite gestanden ist.

Ich hoffe sehr, dass unser Netzwerk sich ausdehnen wird. Deshalb haben wir dieses Handbuch geschrieben.

Viel Erfolg bei der Umsetzung Ihrer Projekte wünscht
Dr.in Brigitte Steingruber, Projektleiterin

INHALT

Einleitung *8*

1 DAS PROJEKT MIA – MÜTTER IN AKTION *9*

1.1 Ziele und Zielgruppen des Projektes 9
1.2 Theoretischer Hintergrund 10
1.3 Die Vorgehensweise – konkrete Maßnahmen im Projekt 11
1.4 Zwei Bezirke – Unterschiede und Gemeinsamkeiten bei der Umsetzung 15
1.5 Beispiele für erfolgreich initiierte und umgesetzte Projektideen 17

2 UMSETZUNG VON GESUNDHEITSFÖRDERUNGS-PROJEKTEN FÜR SCHWANGERE FRAUEN UND MÜTTER VON BABYS *18*

2.1 Projektstruktur und Projektorganisation 19
2.2 Auswahl der Gemeinden 25
2.3 Hausbesuche 28
2.4 Müttercafés 32
2.5 Frauengruppen 38
2.6 Runde Tische 41
2.7 Aktionswochen 44
2.8 Unterstützung bei der Planung und Umsetzung von Projektideen 50
2.9 Kooperation und Vernetzung 54
2.10 Nachhaltige Strukturen trotz Offenheit des Prozesses 56
2.11 Öffentlichkeitsarbeit 58

3 LITERATUR UND LINKS *61*

4 ANHANG *63*

Anhang 1: Dokumentationsvorlage für Hausbesuche 63
Anhang 2: Förderung von Projekten aus dem Aktionstopf des Projektes MIA – Mütter in Aktion 65
Anhang 3: Antragsformular für die Einreichung von Kleinprojekten 68
Anhang 4: Themenvorschläge für (Interkulturelle) Müttercafés 71

EINLEITUNG

Das hier vorliegende Handbuch entstand im Rahmen des Projektes MIA – Mütter in Aktion, das vom Fonds Gesundes Österreich und der Gesundheitsplattform Steiermark finanziert und im Zeitraum von Oktober 2007 bis September 2010 von dem Frauengesundheitszentrum in zwei Projektregionen in der Steiermark umgesetzt wurde.

Die mit der Evaluation des Projektes MIA – Mütter in Aktion betrauten ExpertInnen vom Forschungsbüro queraum. kultur- & sozialforschung fassen darin gemeinsam mit den Projektverantwortlichen des Frauengesundheitszentrums das Erfahrungswissen aus dem Projekt zusammen.

Das Handbuch richtet sich somit vor allem an Organisationen, Gemeinden und Einzelpersonen, die ein ähnliches Projekt umsetzen möchten. Ziel ist es, PraktikerInnen einen Leitfaden in die Hand zu geben, damit sie im Rahmen von MIA – Mütter in Aktion erprobte Ansätze und Strategien der Gesundheitsförderung wie Empowerment, Partizipation, Vernetzung und Aufbau von Strukturen in ihre Initiativen einfließen lassen können.

Als praxisorientierter Wegweiser soll das Handbuch somit Interessierten als Unterstützungsinstrument dienen, wenn sie ähnliche Gesundheitsförderungsprojekte konzipieren und realisieren. Das Handbuch besteht aus drei Hauptteilen:

In dem ersten Teil wird das Modellprojekt MIA – Mütter in Aktion kurz beschrieben. Diskutiert werden die Ziele und Zielgruppen sowie der theoretische Hintergrund des Projektes. Zudem beinhaltet dieser Teil des Handbuches eine Beschreibung der beiden Projektbezirke, Leibnitz und Liezen, und stellt ausgewählte Ergebnisse von MIA – Mütter in Aktion vor.

In dem zweiten Teil des Handbuches finden sich praxisbezogene Empfehlungen und Anregung für die Umsetzung eines Projektes zur Förderung der Gesundheit von schwangeren Frauen und Müttern von Babys. Ausgangspunkt sind hierfür die praktischen Erfahrungen, die die Projektverantwortlichen in den beiden Projektbezirken gesammelt haben. Reflektiert werden die Projektstruktur und die Projektorganisation, indem beispielsweise die Vor- und Nachteile einer zentralen Projektkoordination diskutiert und Funktionen und Rollen in einem Projektteam aufgezeigt werden. Entlang den Projektinhalten folgen hilfreiche Hinweise für die Auswahl von teilnehmenden Gemeinden, die Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung von Hausbesuchen, Müttercafés, Frauengruppen, Runden Tischen und Aktionswochen. Zudem werden Anregungen für die Unterstützung von Frauen gegeben, die eigene Projekte planen und umsetzen wollen. Der Aufbau von Kooperations- und Vernetzungsstrukturen, die Sicherung der Nachhaltigkeit und eine umfassende Öffentlichkeitsarbeit waren bei MIA – Mütter in Aktion zentrale Ziele. Die Lernerfahrungen in diesen Bereichen werden daher ebenfalls ausführlich diskutiert.

Der dritte Teil des Handbuches ist eine Sammlung thematischer Literaturtipps und interessanter Links. Die Instrumente und Vorlagen im Anhang bieten Interessierten zusätzliche Unterstützung für ähnliche Projekte.

1 DAS PROJEKT MIA – MÜTTER IN AKTION

1.1 ZIELE UND ZIELGRUPPEN DES PROJEKTES

Das Frauengesundheitszentrum verfolgte mit dem Projekt MIA – Mütter in Aktion das Ziel, die Gesundheit von Schwangeren und Müttern von Babys in den Bezirken Leibnitz und Liezen zu fördern. In der Projektbeschreibung (Kurzfassung, Graz, Juni 2007) sind folgende konkrete Zielsetzungen beschrieben:

- Erhöhung der Lebensqualität und des Wohlbefindens von schwangeren Frauen und Müttern von Babys im regionalen Setting (Gesundheitsförderung)
- Stärkung und Ermutigung von Frauen, die eigenen Bedürfnisse wahr und ernst zu nehmen und ihren Lebensraum in der Gemeinde/Region aktiv mitzugestalten (Verhaltensprävention und Empowerment),
- Verbesserung der Versorgung durch Vernetzung zwischen regionalen ExpertInnen und AnbieterInnen von Dienstleistungen für schwangere Frauen und Mütter von Babys und den Frauen selbst,
- Sensibilisierung für die Anliegen der Gesundheitsförderung speziell von schwangeren Frauen und Müttern von Babys auf struktureller Ebene.
- Nachhaltige Anpassung der Rahmenbedingungen auf struktureller Ebene an die Bedürfnisse der betroffenen Frauen, indem die Frauen selbst einbezogen werden (Verhältnisprävention und Partizipation).

Die primären Zielgruppen des Projektes waren somit

- Frauen vor und mit Kind(ern),
- ExpertInnen in der Schwangerschaftsvorsorge, Geburtsvorbereitung, Geburtshilfe, Erziehungsberatung, Kinderbetreuung und Sozialarbeit,
- AkteurInnen in den Gemeinden (etwa Institutionen, Vereine, Kirchen, Initiativen, PolitikerInnen, lokale ArbeitgeberInnen).

1.2 THEORETISCHER HINTERGRUND

Bei der Umsetzung der Ziele bezog sich das Projekt MIA – Mütter in Aktion auf den Gesundheitsförderungsansatz sowie den ganzheitlichen Gesundheitsbegriff der Weltgesundheitsorganisation (WHO):

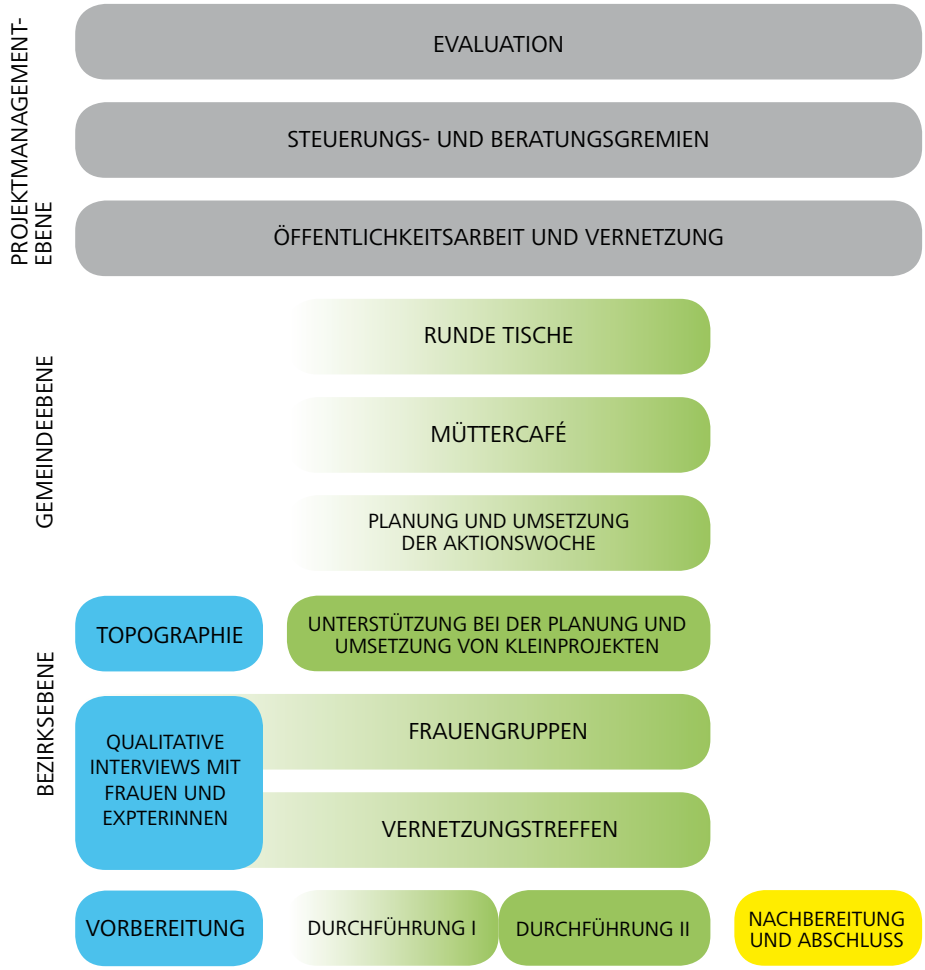
Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen. Um ein umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden zu erlangen, ist es notwendig, dass sowohl einzelne als auch Gruppen ihre Bedürfnisse befriedigen, ihre Wünsche und Hoffnungen wahrnehmen und verwirklichen sowie ihre Umwelt meistern bzw. sie verändern können. In diesem Sinne ist die Gesundheit als wesentlicher Bestandteil des alltäglichen Lebens zu verstehen.

Ottawa Charta der WHO, 1986

Körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden in der Zeit der Schwangerschaft, Geburt und Mutterschaft von Frauen ist von großer Bedeutung – und ist durch gezielte und frauenspezifische Gesundheitsförderung zu erreichen. Wie Frauen diese Lebensphase bewältigen, hängt von ihren persönlichen Ressourcen, aber auch von den strukturellen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen ab. Das Modellprojekt wendet daher die in der Ottawa Charta formulierten Strategien der Gesundheitsförderung an: Empowerment, Partizipation, Vernetzung und Aufbau von Strukturen.

1.3 DIE VORGEHENSWEISE – KONKRETE MASSNAHMEN IM PROJEKT

Ziel des Projektes war es, in zwei Modellbezirken Wirkungen bei Frauen, MultiplikatorInnen und in den Gemeinden zu erzielen, Erfahrungen zu sammeln und diese so aufzubereiten, dass sie für die Durchführung weiterer Projekte nachvollziehbare Grundlagen bieten. MIA – Mütter in Aktion war auf mehreren Ebenen aktiv.



... AUF BEZIRKSEBENE

Zu Beginn des Projektes wurde eine **Topographie der AnbieterInnen** erhoben, um einen Überblick über die Angebotslandschaft in den jeweiligen Regionen zu bieten. Sie umfasste Angebote der Schwangerenbetreuung, Geburtsvorbereitung und Geburt sowie direkte und indirekte Angebote für schwangere Frauen und Mütter wie Mütterberatungen, allgemeine Beratungsstellen, Treffpunkte für Frauen, Vereine und informelle Strukturen. Diese Topografie wurde auch genutzt, um Kooperationen mit relevanten AkteurInnen aufzubauen. Im Laufe der Projektzeit wurde daraus eine elektronische Landkarte erstellt, die eine Teilnehmerin durch eine eigene Website zu Angeboten erweiterte.

Anschließend wurden in Liezen 14 und in Leibnitz 18 **qualitative Interviews mit Frauen der Zielgruppe** als Expertinnen für sich selbst und ihre Lebenssituation geführt. Außerdem fanden je sechs **ExpertInnengespräche mit AnbieterInnen** in der Schwangerenbegleitung, Geburtsvorbereitung und Geburtenhilfe statt.

Regionsübergreifend wurden **Frauengruppen** etabliert. Die Zielgruppe waren Frauen aus den nicht ausgewählten Gemeinden, die Interesse zeigten, selbst aktiv zu werden und sich dafür **weiterzubilden**. Die Anzahl der Teilnehmerinnen an den Frauengruppen variierte im Projektverlauf zwischen vier und zehn. Mit Unterstützung der Projektdurchführenden entwickelten sie **Kleinprojekte**, die sie in ihren Bezirken umsetzten. Für die Realisierung der Projektideen wurden Förderungen aus einem eigens eingerichteten Aktionstopf vergeben. Ausgewählte Beispiele dieser Kleinprojekte werden in Kapitel 1.5 vorgestellt.

Das zentrale Element des Projektes stellte die **Planung und Umsetzung einer Aktionswoche** in jeder Region dar. Ziel war es, die regional spezifischen Anliegen und die Interessen der Frauen öffentlich zu machen. Zudem konnte die Aktionswoche die gesamte Region und einen breiten Kreis von AkteurInnen aktivieren. Eine Woche lang waren die beiden Bezirke eingeladen, sich mit den Lebensweisen und den Bedürfnissen von schwangeren Frauen und Müttern von Kleinkindern auseinander zu setzen. Gemeinsam mit den beteiligten Frauen wurde eine Vielzahl von Veranstaltungen organisiert (etwa Familienfeste, Informationsveranstaltungen, Kinderwagen-Wandertage, Vorträge, Diskussionsrunden, Ausstellungen).

Die Vernetzung von relevanten AkteurInnen, ExpertInnen und den teilnehmenden Frauen wurde durch **Vernetzungstreffen** gefördert. An den insgesamt vier Treffen je Bezirk nahmen zwischen drei und 15 Frauen teil.

... AUF GEMEINDEEBENE

Ziel war es, in einem regional abgegrenzten ländlichen Raum Kontakt mit möglichst vielen, wenn nicht allen Frauen aufzunehmen, die in der Projektlaufzeit ein Kind geboren haben. Es ging darum, herauszufinden, wie es ihnen geht, welche Unterstützung sie bekommen und welche sie sich wünschen.
Parallel dazu arbeiteten die Projektverantwortlichen mit den Frauen gemeinsam an einem öffentlichen Unterstützungsnetz auf Gemeindeebene. Folgende Methoden haben sich dabei bewährt:

In den ausgewählten Gemeinden fanden wöchentliche **Müttercafés** mit begleitender professioneller Kinderbetreuung statt. Es handelte sich dabei um ein niederschwelliges Angebot, das Frauen die Möglichkeit des Austausches und der Vernetzung mit anderen Frauen gibt. Es ermöglichte auch die Diskussion unterschiedlicher Themen. Diese Treffen organisierten die Projektmitarbeiterinnen. Ein Mal pro Monat wurden Anbieterinnen aus dem Bezirk eingeladen, ihre Arbeit vorzustellen. Der Mehrwert dieses Angebotes war: pädagogisch kompetente Kinderbetreuung, Informationen, Austausch, Wertschätzung der Gemeinde für die Frauen durch die Einladung zu Kaffee und Kuchen.

Seit 2008 fanden in beiden Bezirken 192 Müttercafés (99 Müttercafés und acht Interkulturelle Müttercafés in Rottenmann und 85 Müttercafés im Rebenland) mit insgesamt 1216 Teilnehmerinnen und 1305 teilnehmenden Kindern statt. Berücksichtigt man Mehrfachteilnahmen der Frauen, belegt die Dokumentation, dass insgesamt 97 Frauen erreicht wurden. Dies entspricht einem Anteil von 53 Prozent (61 Prozent in Rottenmann und 41 Prozent im Rebenland) an der Gesamtzielgruppe der Frauen mit Babys und Kleinkindern.

Das Projektteam führte zudem insgesamt 153 **Hausbesuche** in den Gemeinden durch. Diese aufsuchende Arbeit erreichte 83 Prozent der Zielgruppe in den ausgewählten Gemeinden. In Vier-Augen-Gesprächen erfuhren die Mitarbeiterinnen viel Interessantes über die individuelle Situation der Frauen und ermutigten sie, sich im Projekt MIA – Mütter in Aktion zu beteiligen.

Die dritte Maßnahme auf Gemeindeebene diente der Beteiligung und dem Aufbau einer Gesprächskultur im öffentlichen Raum. In regelmäßigen Runden Tischen wurden für die Frauen wichtige Themen aufgegriffen und mit Vertreterinnen der Zielgruppe, deren PartnerInnen, politisch Verantwortlichen, regionalen AkteurInnen und AnbieterInnen besprochen. Die Gespräche wurden protokolliert. Das Protokoll diente als Grundlage für notwendige oder mögliche Lösungsvorschläge. Im Projektzeitraum fanden insgesamt acht (je Bezirk vier) Runde Tische zu folgenden Themen statt: Kinderbetreuung, Familienfreundlichkeit, Vater/Mutter/Kind, Interkulturelles Zusammenleben. Zum Abschluss wurden die Ergebnisse der Hausbesuche präsentiert.

... AUF PROJEKTMANAGEMENTEBENE

Als eine wichtige Voraussetzung für eine erfolgreiche Umsetzung der Maßnahmen stellte sich eine intensive **Öffentlichkeitsarbeit sowie eine gute Vernetzung mit lokalen AkteurInnen** heraus.

Interne und externe AuftraggeberInnen bildeten die **Steuergruppe**, die den Projektverlauf und etwaige Veränderungen und Adaptierungen des Projektplans in regelmäßigen Abständen diskutierte und kontrollierte.

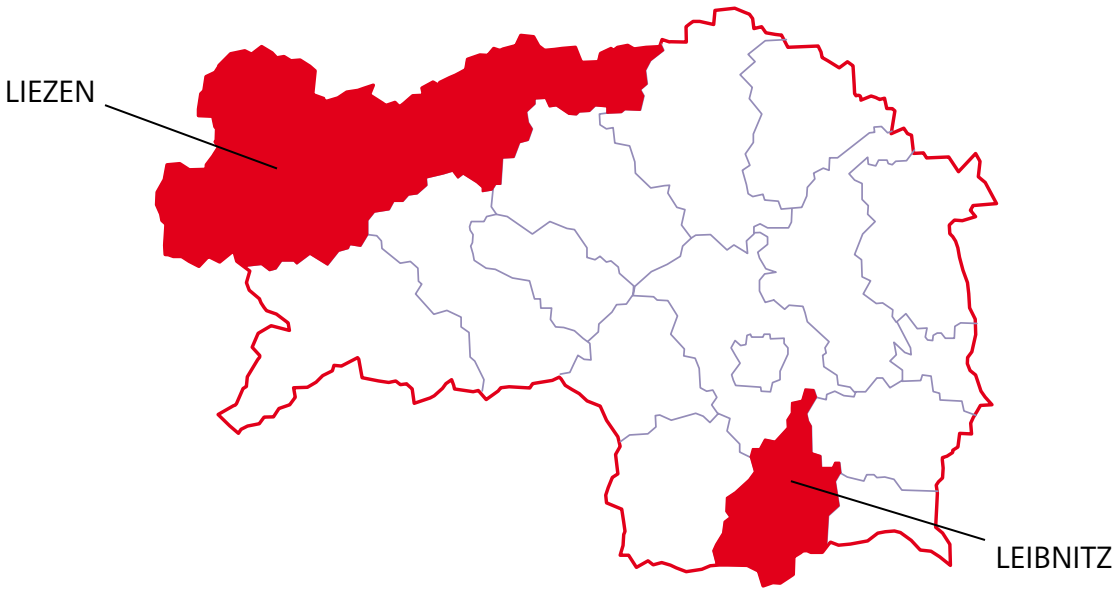
Zusätzlich begleitete ein **Beirat** das Projekt MIA – Mütter in Aktion. Dieser bestand aus ExpertInnen der Gesundheitsförderung bzw. Personen, die Erfahrungen in der Durchführung von ähnlichen Projekten haben. Er hatte – im Vergleich zur Steuergruppe – eine ausschließlich beratende Funktion.

Um die Einbindung des Projektes auf Landesebene zu garantieren, wurden VertreterInnen aus den Landesressorts Jugend, Gesundheit, Frauen und Soziales eingeladen, als **Opinion Leader** die Schirmherrschaft für das Projekt zu übernehmen. Zweimal pro Jahr wurde mit diesem Gremium der Fortschritt des Projektes diskutiert.

Das Projekt MIA – Mütter in Aktion wurde während der gesamten Laufzeit extern wissenschaftlich begleitet und evaluiert. Ausgewählte Ergebnisse der Prozess- und Ergebnisevaluation fließen in das vorliegende Handbuch ein.

Kinderwagenwandertag, Aktionswoche, Rottenmann, Mai 2009

1.4 ZWEI BEZIRKE – UNTERSCHIEDE UND GEMEINSAMKEITEN BEI DER UMSETZUNG



STRUKTURELLE RAHMENBEDINGUNGEN

Mit **Liezen** und **Leibnitz** wurden bewusst zwei sehr unterschiedliche Bezirke ausgewählt:

Liezen ist mit 3.270 km2 der größte Bezirk Österreichs. Er ist unterteilt in drei politische Regionen: den Osten mit der Stadt Liezen als Zentrum, das obere Ennstal mit Schladming und das Ausseerland, das sich in vielerlei Hinsicht stärker nach Oberösterreich ausrichtet. Landschaftlich ist der Bezirk geprägt durch die Berge und durch das breite Ennstal. Die 80.535 EinwohnerInnen wohnen in 51 Gemeinden, darunter fünf Städte und elf Marktgemeinden. Die durchschnittliche Bevölkerungsdichte beträgt 25 pro km2. Der Fremdenverkehr ist der Wirtschaftsfaktor Nummer eins. Die Bezirkshauptstadt Liezen ist das Handels- und Dienstleistungszentrum der Region, weitere Arbeitszentren sind die Gemeinden Schladming, Rottenmann und Bad Aussee mit jeweils mehr als 2.000 Arbeitsplätzen.

Es gibt sieben Gynäkologen (vier Kassenärzte) und drei Gynäkologinnen, zwei Kinderärzte und sieben Hebammen. Für Hausgeburten ist nur eine, in Oberösterreich lebende, Hebamme zuständig. Geburtsvorbereitung ist an sechs Orten möglich, zwei Doulas bieten ihre Dienste an. Mütter-/Elternberatungen gibt es in sechs Gemeinden, Stillgruppen an drei Orten. Beratungsangebote gibt es über die elf Sozialberatungsstellen der Bundeshauptmannschaft hinaus nur in der Stadt Liezen.

Zum Zeitpunkt der Bedarfserhebung gab es in dem Bezirk insgesamt zwölf Eltern-Kind-Gruppen, die sehr unterschiedlich sind und sich häufig verändern. Alle Gruppen sind kirchennah, da die Diözese die einzige Institution ist, die Ausbildungen für GruppenleiterInnen anbietet.

Der politische Bezirk **Leibnitz** (Fläche: 681 km2, EinwohnerInnen: 76.924) ist der südlichste Bezirk der Steiermark. Die einzige Stadt in diesem Bezirk ist Leibnitz mit 7.623 EinwohnerInnen. Der Bezirk Leibnitz ist stark landwirtschaftlich geprägt, Weinbau spielt eine große Rolle. Die topografischen und klimatischen Verhältnisse sowie die Bodenbeschaffenheit bieten dafür sehr günstige Voraussetzungen. Aber auch Industrie und gewerbliche Arbeitsplätze spielen eine Rolle. In den letzten Jahren hat sich der Dienstleistungssektor enorm erweitert. Der Bezirk gehörte lange zu den wirtschaftsschwächeren österreichischen Regionen, hat jedoch in den letzten 20 Jahren stark aufgeholt. Bedingt durch die Nähe zu Graz und die günstigeren Lebenshaltungskosten, hat die Bevölkerung in den letzten 20 Jahren zugenommen. Es gibt sieben Gynäkologen (drei Kassenärzte), zwei Gynäkologinnen und zwei Kinderärzte. Zwei Hebammen arbeiten freiberuflich und bieten Geburtsvorbereitung, Hausgeburt und Betreuung im Wochenbett.

Unterstützung für das Leben mit dem Säugling bieten die monatlich stattfindenden Beratungen in den fünf Mütter-/Elternberatungsstellen. Eine Doula und die mobilen Familienhelferinnen der Caritas aus Graz bieten persönliche Unterstützung. Seit 2006 gibt es ein Eltern-Kind-Zentrum in Wagna mit einem großen Angebot an Elternbildung und Spielgruppen.
Außerdem gibt es noch drei weitere Spielgruppen.

AUSWIRKUNGEN DER UNTERSCHIEDE AUF DIE ORGANISATION UND DIE UMSETZUNG DES PROJEKTES

Im Bezirk Liezen ist man es nicht gewöhnt, Projektangebote aus Graz zu bekommen. Dementsprechend dauerte die Kontaktbildung für die Auswahl der Gemeinden lange.

Die Größe des Bezirkes Liezen stellte eine Herausforderung nicht nur für das Projektteam, sondern auch für die Frauen dar. Es gibt kein Bezirksbewusstsein unter den BewohnerInnen, deshalb gestaltete sich die Teilnahme an Terminen auf Bezirksebene sehr schwierig. Bei der Gemeindeauswahl wurde deutlich, dass es kaum öffentlich zugängliche Räumlichkeiten für die Mütter von Babys in den Gemeinden gibt. Auch in der ausgewählten Gemeinde Rottenmann, der zweitgrößten Stadt des Bezirkes, konnten die Müttercafés ausschließlich in einem Gasthaus stattfinden. Erst im Laufe der Projektlaufzeit gelang es dem Projektteam, weitere Angebote in zentraler Lage anzusiedeln.

Das Projektteam lernte die in Liezen weit verbreitete Auffassung zu teilen: „Es braucht lange, bis eine Idee Fuß fassen kann - aber wenn es passiert, dann ist es auch nachhaltig."

In dem Bezirk Leibnitz dagegen ist die Nähe zu Graz zu spüren. Es gibt eine Reihe von Frauen, die immer wieder zu Angeboten nach Graz pendeln. Vernetzung unter den Frauen ist viel selbstverständlicher. In den meisten Gemeinden gibt es Räumlichkeiten für Treffen. Einige Bürgermeister haben von sich aus den Kontakt zu uns gesucht, weil sie das Projekt MIA – Mütter in Aktion in ihre Gemeinde bekommen wollten.

Mobilität ist ein großes Thema in beiden Bezirken, wenn es auch in Liezen noch schwieriger ist, da grundsätzlich sehr lange Strecken zurückzulegen sind. Für die Frauen bedeutet dies oft, dass sie einen Termin nicht wahrnehmen können, weil der Mann das Auto braucht. Mehrere Frauen aus Liezen berichteten den Projektmitarbeiterinnen, dass es sich nicht auszahle, eine Arbeit anzunehmen, da die zusätzlichen Kosten für Mobilität und Kinderbetreuung den gesamten Lohn aufbrauchen würden.

IMPULSE DURCH UNTERSCHIEDLICHE PROJEKTMITARBEITERINNEN

Im Bezirk Liezen war es in der Einstiegsphase wichtig, dass die Mitarbeiterin aus diesem Bezirk stammte. Sie sprach denselben Dialekt und fand dadurch besseren Zugang zu den Frauen.

Eine Mitarbeiterin hatte beim Einstieg drei Kinder im Alter von drei bis 14 Jahren. Die persönliche Betroffenheit und das Mitredenkönnen öffnete die Türen bei vielen Frauen.
Erfahrungen in der Familienberatung waren eine gute Basis für die dritte Mitarbeiterin. Viele Frauen wandten sich mit persönlichen Anliegen an sie.

1.5 BEISPIELE FÜR ERFOLGREICH INITIIERTE UND UMGESETZTE PROJEKTIDEEN

Im Laufe des Projektes MIA – Mütter in Aktion konnten Teilnehmerinnen bei der Umsetzung von insgesamt 14 Projektideen unterstützt werden. Ein Großteil der Projekte sind im Elternbildungsbereich anzusiedeln. Darüber hinaus wurden unter anderen folgende Projektideen umgesetzt:

- www.familieninfo.org wurde von einer Mutter mit zwei kleinen Kindern initiiert, weil sie während ihrer ersten Schwangerschaft keine Geburtsvorbereitungskurse im Bezirk Leibnitz finden konnte. Im Laufe des Projektes weitete sie dieses Angebot auch auf den Bezirk Liezen aus.
- „Mama lernt Deutsch" ist ein wöchentlicher Konversationskurs mit Kinderbetreuung für türkische Frauen in Rottenmann. MIA – Mütter in Aktion griff damit einen Wunsch auf, den türkische Frauen bei dem Runden Tisch zum Thema Gemeinsam leben in Rottenmann geäußert hatten. Den Kurs leitet eine österreichische Mutter aus dem Ort. Es gibt eine Zusage seitens der Gemeinde Rottenmann, diesen Kurs weiter zu finanzieren.
- „Von Herzen spielen – nach dem Prinzip der Natur" fördert die angstfreie Begegnung mit anderen Bezugspersonen und bietet Müttern und Vätern die Gelegenheit, mit ihren Kindern ausgelassen im Turnsaal zu balgen.
- In beiden Bezirken wurden Spielplätze geplant. Der Spielplatz im Rebenland wurde bei dem Abschlussfest feierlich eingeweiht. In Rottenmann wurden die bestehenden Spielplätze zusammen mit den Frauen analysiert. Eine Verbesserung der Spielplätze wurde für Herbst 2010 in Aussicht gestellt.

2 UMSETZUNG VON GESUNDHEITSFÖRDERUNGSPROJEKTEN FÜR SCHWANGERE FRAUEN UND MÜTTER VON BABYS

Was sind nun die Aspekte, die bei der Konzeption und Umsetzung eines Gesundheitsförderungsprojektes für schwangere Frauen und Mütter von Babys beachtet werden sollen?

Die Verantwortlichen und EvaluatorInnen des Projektes MIA – Mütter in Aktion fassen in den folgenden Kapiteln ihre Erfahrungen aus der dreijährigen Projektarbeit zusammen. Mit ihren Empfehlungen und Erfahrungsberichten möchten sie Anregungen bieten, wie Gesundheitsförderung für schwangere Frauen und Mütter von Babys gelingen kann. Die Lernerfahrungen werden dabei entlang der erforderlichen Rahmenbedingungen beziehungsweise der einzelnen Schritte der Projektumsetzung aufbereitet.

2.1 PROJEKTSTRUKTUR UND PROJEKTORGANISATION

Dieses Kapitel widmet sich den Strukturen und Rahmenbedingungen eines Projektes wie MIA – Mütter in Aktion. LeserInnen erhalten Anregungen zu Fragen wie „Welche Vor- und Nachteile hat eine zentrale Projektorganisation?“, „Welche Funktionen und Rollen sollen im Projektteam vertreten sein?“ oder „Welche Unterstützung können Steuerungs- und Beratungsgremien bieten?“.

VOR- UND NACHTEILE EINER ZENTRALEN PROJEKT-ORGANISATION

Das Projekt MIA-Mütter in Aktion wurde zentral von dem Standort des Frauengesundheitszentrums in Graz aus organisiert. Die folgende Tabelle stellt die Vorteile und die Nachteile einer zentralen Projektorganisation gegenüber:

VORTEILE	NACHTEILE
• Eine unkomplizierte und Ressourcen sparende Umsetzung ist möglich • Strukturen und Prozesse der Organisation können genutzt werden. Der Projektaufbau ist dadurch leicht und unkompliziert, die Prozesse sind erprobt. • Organisationsinterne Reflexionen sind einfacher möglich. • Die Anonymität der Projektmitarbeiterinnen wird gewahrt. • Projektmitarbeiterinnen können unabhängiger agieren, da sie nach außen hin ausschließlich die Rolle der Projektmitarbeiterin einnehmen (kein Klärungsbedarf unterschiedlicher Rollen, etwa Gemeindebürgerin). • „Nähe“ zur Organisation ist leichter beizubehalten.	• Die Vertrauensbildung und Kontaktaufnahme mit Frauen und KooperationspartnerInnen dauert länger. • Eine Grazer Anschrift des Projektes wirkt hochschwelliger als eine lokale Anschrift. • Die Fahrzeiten der Mitarbeiterinnen in die Projektregion sind Personalstunden, da der Arbeitsplatz in Graz ist.

PROJEKTTEAM FUNKTIONEN UND ROLLEN

Der Erfolg eines Projektes steht und fällt mit einem kompetenten und gut zusammenarbeitenden Projektteam. Bereits in der Planungsphase empfiehlt sich eine klare Festlegung der Funktionen (eine festgelegte Rahmenbedingung, die an klar definierte und vereinbarte Tätigkeiten gebunden ist). Im Projektteam von MIA – Mütter in Aktion waren folgende Funktionen vertreten:

- Interne Auftraggeberin (1)
- Projektleiterin (2)
- Projektmitarbeiterinnen (3)
- Verantwortliche für die Öffentlichkeitsarbeit (4)
- Verantwortliche für Projektentwicklung (5)
- Buchhalterin (6)

Eine Person, die eine bestimmte Funktion in einem Projekt ausführt, nimmt dabei – je nach Situation und Aufgabenstellung – unterschiedliche Rollen beziehungsweise Verhaltensmuster ein.

Um eine Idee davon zu vermitteln, welche Bandbreite an unterschiedlichen Rollen insbesondere die interne Auftraggeberin, die Projektleiterin, die Projektmitarbeiterinnen und die Verantwortliche für die Öffentlichkeitsarbeit im Rahmen eines Projektes wie MIA – Mütter in Aktion einnehmen, wurde folgende Tabelle gestaltet. Sie beinhaltet zudem exemplarisch Anforderungen und Kompetenzen, welche für die Erfüllung der Rollen als zentral erscheinen. Neben der fachlichen Kompetenz sind es verschiedenste Soft Skills, die eine Qualifizierung ausmachen:

1 Mag.ª Sylvia Groth MAS; 2. Dr.in Brigitte Steingruber; 3 Mag.ª Anita Adamiczek BSc, Gertrude Skoff-Papst, Mag.ª Brigitte Kratzwald; 4 Mag.ª Rita Obergeschwandner; 5 Mag.ª Christine Hirtl; 6 Renate Gruber

INTERNE AUFTRAGGEBERIN

ROLLEN (U.A.)
- Geschäftsführerin
- Repräsentantin der Organisation nach außen
- Kontakt zu FördergeberInnen
- Moderation zwischen Arbeitsbereichen
- Personalverantwortliche
- Reflexionsanregerin
- Controllerin

ANFORDERUNGEN, KOMPETENZEN (u.a.)
- Inhaltliche Inputs liefern
- Strukturiertes und vernetztes Denken einbringen
- Mitarbeiterinnen führen
- Positionieren und weiter blicken
- Finanzierung sicher stellen
- Aufgabenbereiche der Organisation und der des Projektes im Gesamtblick behalten und ausrichten
- Gelassenheit
- Erfahrung in der Leitung und Durchführung von Projekten

PROJEKTLEITERIN

ROLLEN (U.A.)
- Projektverantwortliche
- Teammitglied
- Vertretung des Projekts nach innen und außen
- Entscheiderin
- Coach
- Kontakterin
- Organisatorin
- Vernetzerin
- Animateurin

ANFORDERUNGEN, KOMPETENZEN (u.a.)
- Interesse am Thema
- Neugierde
- Offenheit
- Flexibilität
- Belastbarkeit
- Respektvolle Haltung
- Methodenvielfalt
- Multi-Tasking
- Empathie
- Bereitschaft zur Mobilität und Sachorientierung
- „Sowohl weit, als auch detailliert ansetzen können“

PROJEKTMITARBEITERINNEN

ROLLEN (U.A.)
- Coach
- Teammitglied
- Vermittlerin und Vernetzerin
- Informantin
- Zuhörerin
- Gastgeberin
- Organisatorin
- Moderatorin
- Interviewerin
- Anwältin für die Frauen und für die Sache
- Sprachrohr

ANFORDERUNGEN, KOMPETENZEN (u.a.)
- Interesse am Thema
- Neugierde
- Offenheit
- Flexibilität
- Belastbarkeit
- Respektvolle Haltung
- Methodenvielfalt
- Multi-Tasking
- Empathie
- Bereitschaft zur Mobilität und Sachorientierung
- „Sowohl weit, als auch detailliert ansetzen können“

VERANTWORTLICHE FÜR DIE ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

ROLLEN (U.A.)
- Projektmitarbeiterin
- Teammitglied
- Fotografin
- Grafikerin
- Journalistin
- Webmasterin

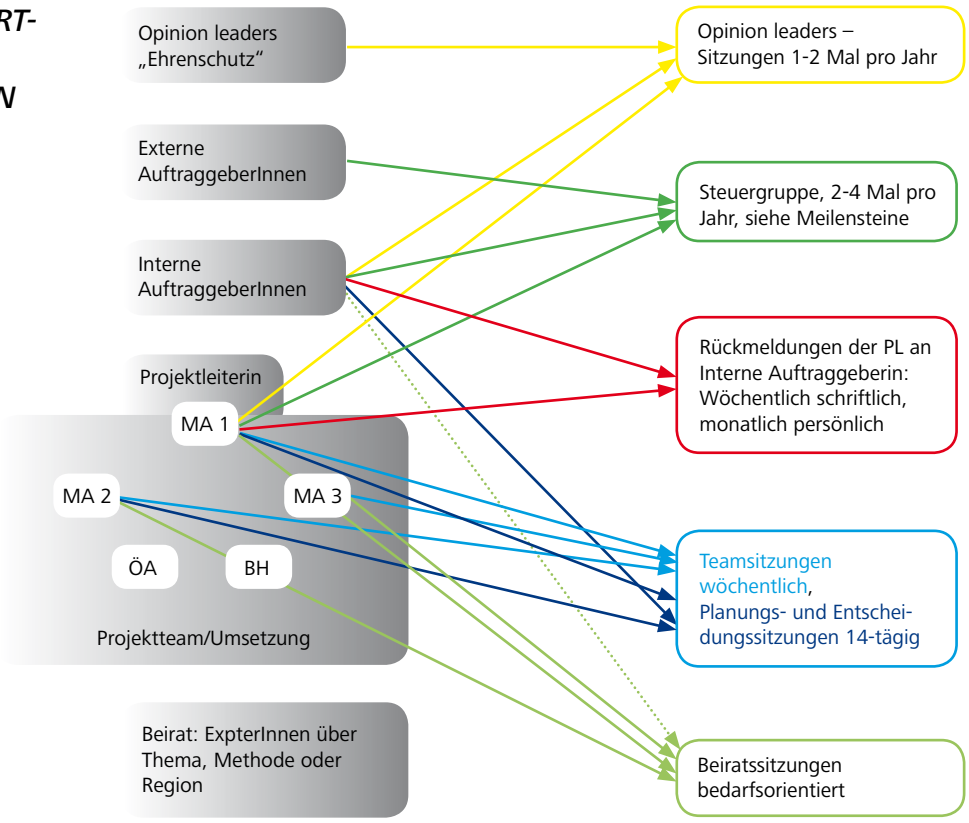
ANFORDERUNGEN, KOMPETENZEN (u.a.)
- Flexibilität
- Vermittlung zwischen Identität der Organisation und der des Projektes im Prozess
- Journalistischer Zugang zu Zielgruppen, Medien am Land und deren Arbeitsweisen

Das Projekt hatte eine sechsmonatige Vorlaufphase, in der die Projektleiterin und die Geschäftsführerin die Projektarchitektur und den Projektauftrag erarbeiteten. Im Projekt MIA – Mütter in Aktion hat es sich bewährt, dass im Projektauftrag und noch vor dem Kick-Off alle Rollen, Aufgaben und Kompetenzen im Vorhinein diskutiert und gemeinsam festgelegt wurden.
Dadurch konnten die Projektleiterin und die Mitarbeiterinnen bei Projektbeginn sofort mit der inhaltlichen Arbeit beginnen und auf Strukturen und organisationsintern festgelegte Prozesse zurückgreifen. So gab es von Anfang an für alle Klarheit, was erreicht werden soll, wie vorzugehen ist, wer welche Verantwortung trägt und wer was zu tun hat.
Dennoch gab es Bereiche, die erst im Laufe des Projektes abgeklärt werden mussten. Wie zum Beispiel der Konflikt zwischen Beteiligung und Professionalität in der Öffentlichkeitsarbeit (siehe Kapitel 2.11 Öffentlichkeitsarbeit).

Als aufwändig erwiesen sich die detaillierten Finanzierungsbedingungen und die Vertragsverhandlungen mit den beiden FördergeberInnen. Deren Ergebnis hatte große Auswirkungen auf die Dokumentation der Aktivitäten sowie auf die Rechnungslegung, Kostenstellenzuordnungen und Budgetkalkulationen.

Gefordert waren hier die interne Auftraggeberin sowie die Buchhalterin. Aufgrund der Aufgabenfestlegung war die Projektleitung damit nicht belastet. Das ermöglichte einen reibungslosen Projektstart. Es hatte jedoch eine enorme Arbeitsbelastung der internen Auftraggeberin und der Buchhalterin zur Folge, die in keiner Weise antizipiert oder personalkostenmäßig kalkuliert waren. Hier mussten pro Person zusätzlich etwa 40 Stunden angesetzt werden.

VERANTWORTLICHKEITEN FUNKTIONEN TREFFEN



WECHSEL IM PROJEKTTEAM

Personelle Wechsel innerhalb eines mehrjährigen Projektes sind keine Seltenheit. Sind diese nicht gut geplant, können daraus jedoch zeitliche Verzögerungen entstehen, Mehrarbeit, erhöhte Kosten oder Vertrauensverlust bei der Zielgruppe. Trotz der Schwierigkeiten, die ein frühzeitiger Ausstieg von ProjektmitarbeiterInnen mit sich bringen kann, ist eine vertragliche Bindung der MitarbeiterInnen für die gesamte Projektlaufzeit nicht sinnvoll. Denn befristete Verträge sind bindend und können innerhalb des Zeitraums weder von der Arbeitnehmerin/vom Arbeitnehmer noch von der Arbeitgeberin/dem Arbeitgeber gekündigt werden. Es gilt vielmehr Wege zu finden, um mit einer personellen Veränderung im Team konstruktiv umzugehen.

Bei einem Mitarbeiterinnenwechsel im Projekt MIA – Mütter in Aktion haben sich rückblickend insbesondere die genaue Projektdokumentation, ein gutes Wissensmanagement sowie die Transparenz der Abläufe und Aktivitäten als förderlich herausgestellt. Um neben dem dokumentierten Wissen auch Erfahrungswissen weitertragen zu können, also persönliches und nicht verbalisiertes Wissen, ist es empfehlenswert, eine gemeinsame Übergangsphase mit der scheidenden und mit der neuen Mitarbeiterin einzuplanen. Übergabegespräche wie auch ein Debriefing mit der scheidenden Mitarbeiterin durch die Geschäftsführerin können dabei unterstützen, Projekterfahrungen zu reflektieren und so aufzubereiten, dass diese von Nachfolgerinnen genutzt werden können.

Speziell in Projekten mit einem regionalentwicklerischen Ansatz empfiehlt es sich in der Zusammenarbeit mit den Regionen und den beteiligten Zielgruppen sensibel mit einem MitarbeiterInnenwechsel umzugehen. Die Projektumsetzung vor Ort ist stark von der Persönlichkeit der Projektmitarbeiterinnen geprägt. Das heißt, mit den Projektmitarbeiterinnen stehen und fallen Kooperationen und Vernetzungen. Empfohlen wird daher, dass ausscheidende und neue MitarbeiterInnen für einen gewissen Zeitraum gemeinsam im Projektbezirk präsent sind. Dieser schrittweise Übergang unterstützt neue MitarbeiterInnen dabei, sich in das Projekt einzufinden und bietet anderseits den beteiligten Frauen und Kooperationspartnerinnen vor Ort die Möglichkeit, sich auf Veränderungen einzustellen. Für die teilnehmenden Frauen ist es ebenfalls nicht leicht:

> *Die Frauen sagen, dass das Müttercafé ihr Leben sehr bereichert, dass es ihnen Leid tut, dass ich weggehe und sie wissen noch nicht, ob sie bei „der Neuen" noch kommen wollen.*
>
> Protokoll Müttercafé Rottenmann vom 30.4.2010

Es ist wichtig festzuhalten, dass ein Personalwechsel auch Vorteile haben kann, da neue MitarbeiterInnen neue Ressourcen und Ideen mitbringen.
In der Projektrealität sind die finanziellen Ressourcen für eine solche Doppelbesetzung häufig begrenzt. Die Erfahrungen aus dem Projekt MIA – Mütter in Aktion zeigen jedoch, dass bereits fünf gemeinsame Arbeitsstunden pro Woche in einem Übergangszeitraum von einem Monat hilfreich sind und auch von den FördergeberInnen vorab genehmigt wurden.

WIE KANN EIN MITARBEITERINNENWECHSEL GELINGEN?

ORGANISATIONSINTERN

- gutes Wissensmanagement
- genaue Projektdokumentation und verschriftlichte Strukturen und Prozesse
- Transparenz der Aktivitäten und Abläufe
- Übergangsgespräche und Debriefing

IN DEN PROJEKTREGIONEN

- Einführung und Vorstellung der neuen Mitarbeiterin durch die scheidende Kollegin
- gemeinsame Arbeit vor Ort

EINZUPLANENDE RESSOURCEN

- „Doppelbesetzung" für einen Monat: Etwa fünf gemeinsame Arbeitsstunden für die scheidende und die neue Mitarbeiterin

STEUERUNGS- UND UNTERSTÜTZUNGSGREMIEN AUF MANAGEMENTEBENE

STEUERGRUPPE

Die Steuergruppe mit den Vertreterinnen der FördergeberInnen, der Projektleitung und der internen Auftraggeberin, erfuhr, wie die Maßnahmen umgesetzt wurden, reflektierte dies und brachte die Interessen der AuftraggeberInnen ein.

Wenn es auch denkbar ist, das dieses Organ primär eine kontrollierende und damit auch potentiell hemmende Funktion haben kann, so stand bei MIA – Mütter in Aktion die unterstützende und fördernde Funktion im Vordergrund. Die Steuergruppe reflektierte die Erfolge der Maßnahmen vor dem Hintergrund der Ziele und steuerte bei Problemen Ideen und Lösungsmöglichkeiten bei. Zudem ist es wichtig, ihre Vorschläge dann einzuholen, wenn eine Verlängerung der Laufzeit geplant ist, da die Vertreterinnen die Interessen der AuftraggeberInnen kennen.

BEIRAT

Die Mitglieder des Beirats brachten ihren Sachverstand und ihre Erfahrungen aus anderen Projekten ein. Durch sie war MIA – Mütter in Aktion in die Regionen eingebettet und erfuhr auch von anderen Herausforderungen im Feld.

OPINION LEADER

Dieses Gremium hatte das Ziel, EntscheiderInnen einzubinden und für eine Verbreitung des Konzepts von MIA – Mütter in Aktion zu sorgen. Leider ging dieses Ziel nicht ganz auf. Die Mitglieder hatten so umfangreiche berufliche Verpflichtungen, dass die Sitzungen öfters verschoben werden mussten. Dennoch war die Begleitung durch die Opinion Leaders sinnvoll und bewährte sich.

2.2 AUSWAHL DER GEMEINDEN

Bei der Auswahl der Gemeinden für die Teilnahme am Projekt hat sich folgende Vorgehensweise bewährt:

1. AUSWAHLKRITERIEN FESTLEGEN

Das Projektteam entschied, sehr unterschiedliche steirische Regionen zu beteiligen, um in dem Modellprojekt Lösungen für unterschiedliche Herausforderungen finden und auswerten zu können. Bereits in der Planungsphase wurden Kriterien für die Auswahl der Gemeinden festgelegt. Um an dem Projekt MIA – Mütter in Aktion teilnehmen zu können, brauchte es

- Interesse an nachhaltiger Gesundheitsförderung für die Zielgruppe der schwangeren Frauen und Mütter von Babys,
- ein Eingebundensein der Gemeinden und Regionen in weitere Gesundheitsförderungsprojekte (etwa. Gesunde Gemeinde, Familienfreundliche Gemeinde, Jugendgesundheitsförderung),
- die Bereitschaft zur Zusammenarbeit (etwa bei Aussendungen, bei der Kinderbetreuung),
- die Bereitstellung von Ressourcen (etwa Räumlichkeiten),
- ein konkretes Interesse von Frauen, am Projekt mitzuarbeiten,
- bereits bestehende Kooperationen und
- eine (infra)strukturelle Unterversorgung.

Bei der Planung der Auswahlkriterien ist es wichtig, auf die zeitlichen Ressourcen zu achten und beispielsweise folgende Fragen in dem Projektteam zu diskutieren:

- Wie viele Auswahlgespräche sind in dem vorgesehenen Zeitrahmen möglich?
- Mit welchen Wegzeiten und mit welcher Höhe an Kilometergeld muss im Schnitt gerechnet werden?
- Danach ist zu entscheiden: Werden alle Gemeinden besucht oder nur die ersten zehn, die sich melden? Wie geht man damit um, wenn sich weniger oder keine Gemeinden melden? Gibt es bereits bestehende Kontakte, auf die man zurückgreifen kann?

Erst wenn all diese Fragen geklärt sind, ist es sinnvoll, einen Einladungsbrief zu formulieren

2. ADÄQUATEN ZEITPUNKT DER KONTAKTAUFNAHME FESTLEGEN

Plant man den Ablauf, ist es wichtig, sich nicht nur an der Projektlaufzeit auszurichten, sondern auch jahreszeitlich bedingte Ereignisse zu berücksichtigen. Bei Kooperation mit politischen VertreterInnen und großen Organisationen gilt es zu recherchieren, wann ein geeigneter Zeitpunkt für die Kontaktaufnahme ist.

Wie sich beispielsweise im Rahmen des Projektes MIA – Mütter in Aktion herausstellte, ist die Gemeindepolitik in der Vorweihnachtszeit in erster Linie von Budgetverhandlungen für das kommende Jahr bestimmt. Entgegen der ursprünglichen Planung wurde daher der Zeitpunkt der Kontaktaufnahme auf Anfang des darauffolgenden Jahres verschoben. Weiters wären die Aktionswochen laut Projektablaufplan für Oktober und November vorgesehen gewesen. Aufgrund der Verschiebung der Kontaktaufnahme und der Rückmeldung, dass dies jahreszeitlich nicht günstig ist, wurden die Aktionswochen auf den Mai des folgenden Jahres verschoben.

3. BEI DER KONTAKTAUFNAHME HIERARCHISCH VORGEHEN

Um eine gute Ausgangssituation für eine längerfristige Kooperation mit Gemeinden zu schaffen, empfiehlt es sich, bei der Kontaktaufnahme hierarchisch vorzugehen. Es erleichtert möglichen KooperationspartnerInnen die Entscheidung für die Zusammenarbeit, wenn hierarchisch höherstehende Organisationen von dem Vorhaben wissen und es auch befürworten. Die Projektverantwortlichen von MIA – Mütter in Aktion haben daher zunächst die obersten BeamtInnen in der Bezirksverwaltung und in der regionalen Politik um Unterstützung bei der Bekanntmachung des Vorhabens in den Gemeinden gebeten. In einem weiteren Schritt wurden Einladungen gemeinsam mit Empfehlungsschreiben der Bezirkshauptmänner an die BürgermeisterInnen ausgesendet.

4. PERSÖNLICHE AUSWAHLGESPRÄCHE MIT DEN GEMEINDEN FÜHREN

Danach wurden mit interessierten GemeindevertreterInnen persönliche Gespräche geführt, um – entlang der vorab definierten Kriterien (siehe Punkt 1) – die Eignung der Gemeinden für die Teilnahme am Projekt abzuklären.

Bei der Auswahl der Gemeinden ist darauf zu achten, welche Nachbargemeinden gemeinsam arbeiten beziehungsweise aus unterschiedlichen Gründen nicht kooperieren können. Wie die Projektverantwortlichen des Projektes MIA – Mütter in Aktion erfahren durften, können dafür beispielsweise geografische Gegebenheiten („Zwischen Gamlitz und Leutschach liegt ein Berg") ausschlaggebend sein. Dies verdeutlicht, an welchen vermeintlichen „Kleinigkeiten" sich ein Projekt im ländlichen Raum ausrichten sollte.

5. OFFIZIELLE PRÄSENTATION DER PROJEKTGEMEINDEN

Ein proaktiver Start des Projektes in den Bezirken und Gemeinden kann durch begleitende Öffentlichkeitsarbeit gewährleistet werden. Bei dem Projekt MIA – Mütter in Aktion wurden die Ergebnisse der Gemeindeauswahl in Presseaussendungen und Pressekonferenzen bekannt gegeben. Weitere Empfehlungen für die begleitende Öffentlichkeitsarbeit finden Sie in Kapitel 2.11.

Pressekonferenz zur Präsentation der teilnehmenden Gemeinden im Bezirk Leibnitz, April 2008

2.3 HAUSBESUCHE

Hausbesuche sind besonders geeignet um bildungsferne, sozial benachteiligte Frauen zu erreichen. Dabei wurde die Methode der aktivierenden Befragung angewendet. Diese hat sich bewährt, um

- die Lebenssituation, Interessen und Bedürfnisse aller Frauen in einem bestimmten Wohngebiet kennen zu lernen,
- im Vier-Augen-Gespräch Informationen zu bekommen, die im Müttercafé nicht zu erhalten sind,
- Wertschätzung und Interesse den Frauen gegenüber zu signalisieren,
- Vertrauen und eine persönliche Beziehung zu den Frauen aufzubauen,
- relevante Erfahrungen über die Zielgruppe des Projektes zu sammeln und
- die Frauen zu ermutigen und anzuregen, für ihre Interessen einzutreten und an einer Verbesserung der Lebenssituation in ihrem Wohnumfeld mitzuwirken.

Im Projekt MIA – Mütter in Aktion konnten in 153 Hausbesuchen 83 Prozent der Zielgruppe erreicht werden. Dies bedeutete einen Zeitaufwand von etwa 612 Stunden.

Siehe dazu die Ergebnisse der Abschlussevaluation

HAUSBESUCHE SYSTEMATISCH DURCHFÜHREN

Damit die Ergebnisse der Hausbesuche für das Projekt genutzt werden können, ist es wichtig, vorab das Ziel der Besuche zu definieren und festzulegen, welche Informationen erhoben werden sollen beziehungsweise welchen Fokus die Gespräche haben. Es kann sein, dass sich das Ziel im Laufe des Projektes verändert, weil sich befürchtete Hürden nicht gezeigt haben oder weil neue Interessen aufgetaucht sind. Damit können sich auch die Fragestellungen ändern. Als hilfreich hat sich dabei ein Gesprächsleitfaden beziehungsweise eine Dokumentationsvorlage herausgestellt (siehe Anhang 1).

Die Erfahrungen aus dem Projekt zeigen, dass solche Vorlagen einfach sein sollten. Der Leitfaden kann folgendem Schema folgen, sollte aber nicht zu umfangreich sein:

1. Eisbrecher-Fragen: Um das Gespräch in Gang zu bringen, werden als Einstieg Fragen gestellt, die leicht zu beantworten sind.
2. Fragen nach Problemen: Wichtig ist, dass die befragten Personen selbst Probleme anzusprechen können. In Gesprächen mit Frauen, die es nicht gewohnt sind, Wünsche und Anregungen auszudrücken, hat sich die Formulierung „Was stört Sie?“ als hilfreich erwiesen.
3. Fragen nach Ideen und Lösungsvorschlägen: Fragen nach Ideen zur Lösung von Problemen und zur Verbesserung der Lebenssituation stellen ein aktivierendes Element der Befragung dar.
4. Fragen der Aktivierung: Die Hausbesuche können weiters dazu genutzt werden, Interessentinnen für die Mitarbeit im Projekt zu gewinnen. Mit Fragen wie „Können Sie sich vorstellen in der Gemeinde etwas zu tun?“ kann herausgefunden werden, wie groß das Interesse am Thema ist beziehungsweise welche Gründe für ein Nicht-Engagement es gibt.

Die Fragen sollten offen sein, um die Frauen nicht auf knappe Antworten festzulegen. Gleichzeitig geben offene Fragestellungen und Fragen nach Begründungen (etwa „Warum ist das so?") Anstoß, sich über die eigene Situation und die der gesamten Zielgruppe des Projektes Gedanken zu machen, und bewirken mitunter eine Veränderung des Bewusstseins.
Mittels geschlossenen Fragestellungen können unter anderem Informationen zu den sozialen Netzwerken der Frauen, die Häufigkeit der Inanspruchnahme von Unterstützungsleistungen sowie persönliche Daten der Zielgruppe erhoben und statistisch ausgewertet werden.
Falls es Ziel des Projektes ist, sozial benachteiligte Frauen zu erreichen, ist es hilfreich vorab festzulegen, wie soziale Benachteiligung im Rahmen des Projektes definiert ist. Wichtig ist auch zu bestimmen, anhand welcher Kriterien und Beobachtungsfaktoren festgestellt wird, ob eine Frau betroffen ist.
Im Projekt MIA – Mütter in Aktion wurde anfangs entschieden, soziodemografische Merkmale nicht direkt zu erfragen, sondern nur Hinweise darauf zu dokumentieren. Es sollte nicht so wirken, als würden die Mütter aus Gründen der sozialen Kontrolle aufgesucht. Da der erste Durchgang der Hausbesuche zeigte, dass die Frauen die Erhebung von bestimmten Daten keineswegs als Zumutung empfanden und aufgrund der Ergebnisse die Ziele verändert wurden, haben die Besucherinnen im zweiten Durchgang systematisch nach Alter, Familienstand, Wohnsituation und Arbeitswünschen gefragt.

MITARBEITERINNEN VORBEREITEN UND SCHULEN

Für die aktivierende Wirkung der Hausbesuche ist die persönliche Haltung der Besucherin entscheidend. Von einer glaubwürdigen, offenen und respektvollen Grundhaltung kann man sprechen, wenn die Mitarbeiterin folgende Eigenschaften und Kompetenzen mitbringt und situationsadäquat einsetzen kann:

- Bewusstsein über das Ziel und über die eigene Rolle,
- Neugier und Interesse am Thema und an der Interviewten,
- Fähigkeit zum aktiven Zuhören,
- Flexibilität im Umgang mit dem Gegenüber und der jeweiligen Situation,
- Aufgeschlossenheit und hohe soziale Kompetenz,
- Respekt vor der Gesprächspartnerin,
- Respekt gegenüber der Meinung und Einstellung der Gesprächspartnerin,
- Respekt vor der Entscheidungsfreiheit anderer,
- Respektlosigkeit gegenüber so genannten Wahrheiten und festgefahrenen Moral vorstellungen,
- Selbstreflexion zur eigenen Rolle, eine Frau in deren privatem Setting aufzusuchen.

ERFAHRUNGEN EINER MITARBEITERIN:

Viele Frauen waren zuerst irritiert über meinen unangemeldeten Besuch und fragten auch nach, ob ich denn von der ‚Fürsorge' käme. Erst die Versicherung, dass wir alle Frauen, die in einem festgelegten Zeitraum ein Kind geboren haben, besuchen, öffnete uns die Türen. Bei dem zweiten Durchgang im Herbst und Winter 2009/10 hatte bereits die Mehrzahl der Frauen von dem Projekt gehört.
Bei der Kontaktaufnahme waren die Gemeindebediensteten aller vier Rebenlandgemeinden sehr behilflich. Sie zeichneten mir die Adressen in die Wanderkarte der Region und standen während den Dienstzeiten auch telefonisch für Nachfragen von unterwegs zur Verfügung. Oft waren Informationen über Namen des Lebenspartners der Frau oder dem „Vulgo" Namen von Bauernhöfen sehr wichtig.

MUTTERSPRACHLICHE DOLMETSCHERINNEN EINBINDEN

In Wohnumgebungen mit einem hohen Anteil an Migrantinnen ist es empfehlenswert, für die Hausbesuche muttersprachliche professionelle Dolmetscherinnen einzuplanen. Bei Besuchen von Frauen, die sich nicht gut in Deutsch ausdrücken können, ist es empfehlenswert, diese mitzunehmen. Im Projekt konnten damit sprachliche Barrieren überwunden und mehr Informationen ausgetauscht werden. Es musste jedoch die Gesprächssituation neu überdacht werden. Das Team von MIA – Mütter in Aktion machte die Erfahrung, dass die Hausbesuche durch die Anwesenheit einer Dolmetscherin einen offizielleren Charakter erhielten. Für manche Frauen hieß dies, dass sie dazu vorher ihren Mann um Erlaubnis fragen mussten. Das führte dazu, dass dieser bei dem Gespräch dabei war. So konnte aber über bestimmte frauenspezifische Themen nicht gesprochen werden, etwa das Befinden in der Schwangerschaft und bei der Geburt. Für diese Frauen hat ein Gruppenangebot im Projekt zusätzlich stärkende Bedeutung, weil es für sie in der Frauengruppe eher möglich ist, bestimmte Themen einzubringen.

Um die Anonymität der Frauen zu wahren, ist es wichtig, dass die Dolmetscherinnen nicht aus dem nahen Umfeld der Besuchten kommen.

AUSREICHEND ZEITLICHE RESSOURCEN EINPLANEN

Für alle Maßnahmen gilt natürlich, dass der zeitliche Rahmen dafür ausreichend und realistisch bemessen sein soll. Aufgrund der Erfahrungen aus dem Projekt MIA – Mütter in Aktion ist es uns ein dringendes Anliegen auf den enormen zeitlichen Aufwand für die Vorbereitung, Organisation und Durchführung der Hausbesuche hinzuweisen. Begründet ist der auffällig hohe zeitliche Aufwand einerseits in der intensiven Vorbereitungsphase: Damit das Angebot von der Zielgruppe angenommen wird, ist nämlich eine schriftliche Ankündigung vorab sinnvoll. Dabei hat es sich als besonders hilfreich herausgestellt, dass die Gemeinden selbst diese Briefe aussenden. Dies verleiht dem Angebot einen offiziellen Charakter und erhöhte die Akzeptanz in der Bevölkerung.

Andererseits machten die Projektdurchführenden von MIA – Mütter in Aktion die Erfahrung, dass es speziell im ländlichen Raum eine Herausforderung darstellen kann, die Frauen zu finden. So verfügte das Projektteam zwar über die Adressen der Frauen – doch stellte sich heraus, dass die Projektregion nicht digital erfasst ist und die Straßen somit nicht mittels GPS ermittelt werden können. Einen „Landplan" entsprechend einem Stadtplan mit logischen Hausnummern gibt es nicht. Die Projektmitarbeiterinnen waren auf Informationen und Wegbeschreibungen der Gemeindebediensteten, von PassantInnen und NachbarInnen angewiesen. Die Orientierung nach Objekten wie Sträuchern oder Bäumen war dabei häufig die einzige Möglichkeit.

Die Projektverantwortlichen empfehlen daher, einen zeitlichen Aufwand von vier Stunden pro Hausbesuch einzuplanen.

Das „Durchfragen" hatte für das Projekt MIA – Mütter in Aktion jedoch einen positiven Nebeneffekt: Die Projektmitarbeiterinnen kamen mit weiteren Frauen in Kontakt. Sie konnten die Gespräche für die Öffentlichkeitsarbeit nutzen, weitere Frauen über das Projekt informieren und sie für die Teilnahme an dem Projekt gewinnen.

HAUSBESUCHE IM ÜBERBLICK

Bei Hausbesuchen werden Frauen über ihre Bedürfnisse, Meinungen und Verbesserungsvorschläge befragt und gleichzeitig dazu ermuntert, für ihre Interessen einzustehen und in ihrem Wohnumfeld aktiv mitzuwirken.

GEEIGNET UM

- die Lebenssituation und Bedürfnisse der Frauen kennen zulernen,
- Vertrauen aufzubauen,
- Daten zu sammeln,
- Frauen zu ermutigen, selbst aktiv zu werden und ihr Lebensumfeld mitzugestalten.

TIPPS ZUR UMSETZUNG

- Systematisches Vorgehen,
- Mitarbeiterinnen schulen,
- muttersprachliche Dolmetscherinnen einbinden,
- genügend zeitliche Ressourcen einplanen.

EINZUPLANENDE RESSOURCEN

- Vier Stunden pro Hausbesuch für Vorbereitung, Wegzeit, Gespräch und Nachbereitung,
- Kilometergeld.

2.4 MÜTTERCAFÉS

Teilnehmerinnen bei einem Müttercafé in Rottenmann mit ihren Kindern

Während des Projektes fanden 194 Müttercafés mit insgesamt 1216 Teilnehmerinnen und 1305 teilnehmenden Kindern statt. Insgesamt konnten 53 Prozent der Frauen der Gesamtzielgruppe erreicht werden.

Siehe dazu die Ergebnisse der Abschlussevaluation

Im Rahmen von Gesundheitsförderungsprojekten für schwangere Frauen und Mütter von Babys sind Müttercafés geeignete Angebote, um Frauen die Möglichkeit zu bieten,

- sich zu treffen und Kontakte zu knüpfen,
- als Frauen Raum und Stimme in der Gemeinde zu beanspruchen und zu erhalten,
- Informationen und Erfahrungen auszutauschen,
- das eigene Frausein und Muttersein zu reflektieren,
- Neues dazuzulernen,
- eigene Potenziale und Handlungsmöglichkeiten zu erkennen,
- gemeinsam Kaffee zu trinken,
- informelle Unterstützungsnetzwerke aufzubauen,
- SpielpartnerInnen für die Kinder zu finden und ihre Kinder zu fördern und
- eine Anerkennung von Seiten der Gemeinde zu erfahren.

Bei der Planung und Umsetzung solcher Müttercafés sind aus Sicht der Projektverantwortlichen von MIA – Mütter in Aktion folgende Aspekte zu beachten:

SICH DER LATENTEN BOTSCHAFTEN VON ANGEBOTSTITELN BEWUSST WERDEN

Bereits zu Beginn der Projektumsetzung hat sich gezeigt, dass der Titel des Angebotes Müttercafé polarisierte. Teilnehmerinnen berichteten wiederholt, dass sie in ihrem Verwandten- und Bekanntenkreis einen Legitimationsdruck spüren. Der Begriff Müttercafé signalisiere, dass es sich dabei um nichts anderes als um einen Kaffeetratsch handle – während die Kinder abgeschoben würden.

Nach interner Reflektion hat sich das Frauengesundheitszentrum jedoch bewusst für die Beibehaltung des Titels Müttercafé entschieden. Den Verantwortlichen war es wichtig, gerade mit den Titeln die den Angeboten zugrunde liegenden Werte zu vermitteln. Im Falle des Müttercafés erscheint es den Mitarbeiterinnen sinnvoll zu signalisieren: „Ja es ist legitim, dass sich Frauen, die sonst einzeln mit ihren Familien wohnen und arbeiten, bei Kaffee und Kuchen treffen, um über Themen zu sprechen, die sie beschäftigen".

Eine allgemeine Lernerfahrung, die an dieser Stelle am Beispiel Müttercafé verdeutlicht wurde, ist somit: Bei der Betitelung von Angeboten und Veranstaltungen sollte man überlegen, welches Frauenbild transportiert werden soll. Dabei gilt es immer wieder zu balancieren zwischen dem, was für die Zielgruppe zu diesem Zeitpunkt akzeptabel ist, und den emanzipatorischen Projektzielen. Ein Projekterfolg ist erreicht, wenn Frauen selbstbestimmter handeln können. In diesem Fall heißt dies, wenn Frauen sich trauen, das Müttercafé zu besuchen, obwohl Angehörige dies (noch) nicht schätzen.

AUF DIE NIEDERSCHWELLIGKEIT DES ANGEBOTES ACHTEN

Eine zentrale Voraussetzung, damit Angebote wie das Müttercafé angenommen werden und gelingen, ist ihre Niederschwelligkeit. Die Projektverantwortlichen von MIA – Mütter in Aktion haben sich daher dafür entschieden, auf eine Anmeldung der Teilnehmerinnen zu verzichten. Die Müttercafés funktionieren nach dem Prinzip „Wer da ist, ist da".

96 Prozent der Teilnehmerinnen an den Müttercafés zeigten sich mit den für das Müttercafé zur Verfügung stehenden Räumlichkeiten (sehr) zufrieden.

Befragung der Teilnehmerinnen an den Müttercafés in Schloßberg und Rottenmann

Niederschwelligkeit meint jedoch nicht nur, dass Angebote allen offenstehen. Sie schließt auch die geografische Erreichbarkeit und eine wertebezogene Zugänglichkeit der Örtlichkeiten mit ein. Bei der Auswahl von Veranstaltungsorten sollte auch unbedingt darauf geachtet werden, dass sich die Frauen dort wohl fühlen.

Während des Projektes MIA – Mütter in Aktion hat sich gezeigt, dass geeignete Treffpunkte für Müttercafés, abhängig von regionalen Besonderheiten, sehr unterschiedlich sein können: Das Müttercafé in Schloßberg fand in freundlichen Räumlichkeiten im Gemeindeamt statt. In der Gemeinde Rottenmann wurde es in einem Gasthaus veranstaltet.

Allgemein ist zu sagen, dass Mütter in sehr vielen ländlichen Gemeinden keinen Raum haben. Dies steht im Gegensatz zu den Männern der Freiwilligen Feuerwehr, deren Räumlichkeiten in den Gemeinden in der Regel groß, repräsentativ und sehr zentral sind. Beide Tätigkeiten, die der Mutterschaft wie die der Feuerwehr, sind unbezahlte und dennoch für die Gemeinschaft sehr wichtige Tätigkeiten. Geschlechterspezifisch zeigt sich hier soziale Ungleichheit zwischen Frauen und Männern, die die BürgerInnen jedoch häufig nicht reflektieren, sondern traditionsgemäß akzeptieren. Genau hier konnte die Bewusstseinsarbeit von MIA – Mütter in Aktion erfolgreich ansetzen: Als Mitarbeiterinnen diese Unterschiede deutlich machten, reagierten die Frauen überrascht, begannen zu lachen und erkannten diese geschlechterspezifische Ungleichheit.

Müttercafés bauen auch Hemmschwellen ab, Hilfesysteme in Anspruch zu nehmen. Sie helfen den Frauen, für sich ein funktionierendes Netzwerk aufzubauen, dass sie etappenweise selbst organisieren und weiterentwickeln. Dies stärkt ihr eigenverantwortliches gemeinsames Handeln.

Bezirksübergreifendes Müttercafé im Mai 2010

EINSTIEGSHILFEN ANBIETEN

Die Freiwilligkeit der Teilnahme kennzeichnet Angebote wie das Müttercafé. Die Frauen nehmen dann teil, wenn sie einen direkten Nutzen daraus erleben und etwaige Befürchtungen ausgeräumt werden können. Wichtig ist es daher, regelmäßig niederschwellige Einstiegshilfen für interessierte Frauen zu schaffen.

In dem Projekt MIA – Mütter in Aktion haben sich dafür Veranstaltungen mit Themen wie „Durchschlafen“ oder „Wie bekomme ich wieder Ordnung in mein Leben?“ bewährt, Vorträge von Anbieterinnen aus der Region, zum Beispiel der Stillberaterin, sowie Feste. Für Migrantinnen können zudem Interkulturelle Müttercafés mit muttersprachlichen Dolmetscherinnen geeignete Einstiegshilfen sein. Aber auch die Unterstützung von anderen Teilnehmerinnen bei Sprachproblemen kann hilfreich sein. Dies zeigen die Erfahrungen in der Projektgemeinde Rottenmann. Dort hat MIA – Mütter in Aktion neben dem wöchentlichen Müttercafé in einem Gasthaus am Stadtrand ein monatliches Interkulturelles Müttercafé im Zentrum organisiert. Während es in dem Interkulturellen Müttercafé vorwiegend um interkulturelle Themen ging, lag der Fokus im Müttercafé auf Alltagsthemen. Ausgewählte Themen für (interkulturelle) Müttercafés sind im Anhang 4 gesammelt.

SPIELREGELN FÜR DEN UMGANG MITEINANDER EINFÜHREN UND IMMER WIEDER IN ERINNERUNG RUFEN. ZUM BEISPIEL:

- Jede Meinung ist wichtig.
- Andere ausreden lassen und zuhören, wenn jemand spricht.
- Wir pflegen einen wertschätzenden Umgang miteinander.
- Im Müttercafé reden wir nur über uns und nicht über Personen, die nicht anwesend sind.
- Was im Müttercafé besprochen wird, bleibt hier in diesen Räumen und dringt nicht nach außen.
- Bitte nach dem Müttercafé nicht vergessen, das Handy wieder einzuschalten. ☺☺

THEMEN AKTIV EINBRINGEN

Müttercafés bieten Frauen Lern- und Weiterentwicklungsmöglichkeiten, aber auch Unterstützung und frühe Hilfen. Wie sich im Rahmen des Projektes MIA – Mütter in Aktion gezeigt hat, bewegten sich Vorschläge der Frauen für Vortrags- bzw. Diskussionsthemen häufig im Bereich dessen, was bereits angeboten und bekannt ist. Um die Teilnehmerinnen anzuregen Neues zu denken, müssen Themen daher aktiv an die Frauen herangetragen werden.

Ich genieße es hier in Ruhe meinen Kaffee zu trinken und Themen zu diskutieren, über die ich sonst nicht reden würde. Diese Zeit habe ich nur für mich. Das ist die ganze Woche über die einzige Zeit, die ich für mich habe.

Teilnehmerin am Müttercafé

Zu bedenken ist, dass die Leiterinnen von Müttercafés immer ein Stück weit auch Sensibilisierungs- und Aufklärungsarbeit leisten. Sie sollten daher in Diskussionen nicht ausschließlich gesellschaftlich verbreitete Argumente vertreten, sondern auch alternative Betrachtungsweisen einfließen lassen. Aufgrund ihrer Erfahrungen empfehlen die Projektmitarbeiterinnen von MIA – Mütter in Aktion daher anderen Müttercafé-Organisatorinnen, sich inhaltlich und persönlich auf Diskussionen vorzubereiten, stets eine neutrale Haltung beizubehalten, Offenheit gegenüber anderen Meinungen zu signalisieren und diese auch selbst in die Diskussion einzubringen.

Bewährt hat sich eine inklusive Sprache, die Frauen in der Frauengesundheitsbewegung praktizieren. Dabei hat die Mitarbeiterin die unterschiedlichen Lebensweisen und Haltungen verschiedener Frauen im Kopf und bringt diese aktiv ein, auch wenn bisher keine der anwesenden Frauen sie geäußert hat. Dies bedeutet, bisher nicht geäußerte Meinungen und Lebensweisen mit anzuführen, um die Perspektiven der anwesenden Frauen zu erweitern und sozial bisher weniger akzeptierte oder angedachte Handlungsmöglichkeiten denkbar zu machen. Dadurch wird es den Frauen in der Runde, die dieser „Minderheit" angehören, erleichtert, sich aktiv einzubringen. Diese Zugangsweise ist sehr vertrauensbildend und gruppenförderlich. Praktisch heißt dies in einem Gespräch über Hausarbeit auch anzuführen, dass es Paare gibt, bei denen der Mann die Hausarbeit macht, Mütter gibt, die lesbisch leben, nicht jedes Kind gleich geliebt wird, es Paare gibt, die nie Sex praktizieren oder auch täglich, dass es Frauen gibt, die keine Lust auf Sexualität haben oder die Gewalterfahrungen gemacht haben, die sie nach vielen Jahren immer noch sehr beeinträchtigen.

PROFESSIONELLE KINDERBETREUUNG ANBIETEN

Wichtig ist es, begleitende Kinderbetreuung anzubieten. Einerseits gibt diese den Frauen die Möglichkeit, sich in den zwei Stunden auf sich und den Austausch mit anderen Frauen zu konzentrieren. Andererseits zeigte sich während des Projektes MIA – Mütter in Aktion ein deutlicher pädagogischer Mehrwert dieses Angebots.

Es tut einfach gut, sich mit anderen Müttern auszutauschen, auch die Kinderbetreuung finde ich toll, einfach mal ein bisschen in Ruhe den Kaffee trinken!

Teilnehmerin am Müttercafé in Schloßberg

Viele Kinder waren es bis zu dem Zeitpunkt der Teilnahme am Müttercafé nicht gewohnt, durch „fremde" Personen betreut zu werden. Zudem waren sie noch nicht mit anderen gleichaltrigen Kindern vertraut. Das Müttercafé ist somit auch eine Maßnahme der Early Childhood Intervention, die besonders für sozial benachteiligte Familien Unterstützung und Weiterentwicklung bietet (WHO 2008).

Die gesundheitsfördernde Wirkung von professioneller Kinderbetreuung auf Mütter und Kinder wurde zunehmend deutlicher: Zu Beginn war die Kinderbetreuung die Voraussetzung, um Frauen die Teilnahme zu ermöglichen. Im Laufe des Projektes zeigte sich, wie wichtig diese für die Interaktion der Kinder untereinander war. Die Kinder freuten sich aufeinander, sie fremdelten weniger und sie wurden zu einer kleinen Gruppe.

Gesund Kochen in Schloßberg

ZIELGRUPPEN GERECHT PLANEN UND ORGANISIEREN

Wer Veranstaltungen plant und organisiert, sollte an den Bedürfnissen der Zielgruppe anknüpfen. Bei der Projektumsetzung von MIA – Mütter in Aktion beispielsweise hat sich herausgestellt, dass die meisten Frauen ihren Tagesablauf sehr klar strukturiert haben und sie dadurch zeitlich nicht viel Spielraum haben. Den Vormittag haben die Frauen als Zeitpunkt für gemeinsame Aktivitäten, Angebote und Veranstaltungen am besten angenommen. Unter Migrantinnen waren aber Nachmittagstermine beliebter.
Es ist wichtig, immer zu bedenken, dass ein Müttercafé ein niederschwelliges Angebot für alle Mütter von Babys in einer Gemeinde sein soll. Allerdings braucht es Flexibilität in der Planung und Durchführung. Immer wieder kann es vorkommen, dass die Frauen kurzfristig ihr Kommen absagen, weil der Mann das Auto braucht, das Kind krank ist oder die Wetterverhältnisse nicht günstig sind.
Bei der Bewerbung des Müttercafés hat sich ein monatliches Flugblatt bewährt. Wichtig war es, diese Flugblätter in der Gemeinde zu verteilen. Im Rebenland hängten die Gemeindebediensteten die Flugblätter in den Schaukästen der vier Gemeinden aus.

WEITERE ERFAHRUNGEN DER MITARBEITERINNEN:

Die gute Qualität der Kinderbetreuung war eine wichtige Säule unseres Projektes. Leider war es oft schwer, für zwei Stunden in der Woche Fachkräfte zu bekommen. Die Zusammenarbeit mit dem Verein Kinderfreunde war hier sehr unterstützend. Besonders gut wurde unser Kinderbetreuer angenommen. Er hat mit dem Ursprünglichen Spiel unsere Angebotspalette erweitert.
Die räumliche Trennung von Müttern und Kindern wurde von den meisten Frauen sehr gut angenommen. Wichtig ist es, am Beginn der Veranstaltung immer genügend Zeit dafür einzuplanen, dass die Mütter die Kinder zur Kinderbetreuung begleiten können. Außerdem sollte es für die Kinder jederzeit möglich sein, zu den Müttern zurückzukommen. Der Austausch zwischen den Müttern und den KinderbetreuerInnen war ebenfalls ein wichtiger Bestandteil des Treffens. Dadurch konnten die Frauen erfahren, wie sich ihre Kinder in ihrer Abwesenheit verhalten und wie sie mit anderen Kindern interagieren.

Bei den Gesprächsrunden startete ich mit einem kurzen Impulsreferat, legte Literatur zum Thema auf oder spielte den Frauen ein Lied vor. (etwa „Das bisschen Haushalt ist doch kein Problem, sagt mein Mann", als es um den Wert der Hausarbeit ging). Bücher oder Internetlinks zu den jeweiligen Themen aufzulegen, hat sich bewährt und wurde von den Frauen sehr gut angenommen. Externe AnbieterInnen und ExpertInnen als Gäste im Müttercafé waren für die Frauen interessante Informationsquellen. Hier wurden die Kariesprophylaxe und das Thema Ernährung von den Müttern als besonders wichtig erachtet.
Ein geregelter Ablauf des Müttercafés war wichtig: in der ersten halben Stunde Ankommen der Frauen, informeller Austausch, die Kinder zur Kinderbetreuung bringen. Dann eine Stunde Gesprächsrunde zum Thema des Tages oder Information durch Externe. Die letzte halbe Stunde diente wieder dem Austausch, bei Bedarf auch mit den KinderbetreuerInnen.

Für die Dokumentation des Müttercafés hat es sich bewährt, das Dokumentationsformular auch als Stichwortzettel für die Vorbereitung der Veranstaltung zu benützen. Unmittelbar nach der Veranstaltung habe ich aus dem Gedächtnis Dinge ergänzt.

MÜTTERCAFÉS

Müttercafés bieten den Frauen die Möglichkeit sich zu treffen, sich über ihre Erfahrungen und zu bestimmten Themen auszutauschen und Neues dazuzulernen. Zudem wird professionelle Kinderbetreuung geboten, die Müttern und Kindern dient.

GEEIGNET UM

- für Themen zu mobilisieren und eine Reflexion anzuregen,
- selbstorganisierte Initiativen anzuregen,
- den Austausch zwischen den Frauen zu fördern.

TIPPS ZUR UMSETZUNG

- Auf Niederschwelligkeit achten,
- Einstiegshilfen anbieten,
- Spielregeln für den Umgang festlegen,
- zielgruppengerecht planen und organisieren,
- Themen aktiv einbringen,
- professionelle Kinderbetreuung anbieten.

EINZUPLANENDE RESSOURCEN

- Rauchfreie Räume für Müttercafé und Kinderbetreuung,
- zeitlicher Aufwand: 2 Stunden pro Müttercafé und Anfahrtszeit sowie 1 Stunde Dokumentation plus Zeit für persönliche Gespräche,
- Finanzielle Resourcen für Kinder betreuung, Bastel- und Zeichen material, Kilometergeld und Bewirtung (Saft, Kaffee, Kuchen, Obst),
- Kinderspielzeug.

2.5 FRAUENGRUPPEN

Die Projektmitarbeiterinnen regten je Bezirk eine regionsübergreifende Frauengruppe an. Die Zielgruppe waren Frauen, die Interesse hatten,

- selbst etwas auf die Beine zu stellen,
- eine Idee umzusetzen,
- sich selbst aktiv an der Verbesserung der regionalen Infrastruktur für die Zielgruppe zu beteiligen,
- im regelmäßigen Austausch mit Gleichgesinnten ihre Situation zu reflektieren,
- eigene Ressourcen und Fähigkeiten zu entwickeln und sich weiterzubilden,
- selbst aktiv zu werden und Kleinprojekte in ihrem Lebensumfeld umzusetzen und
- als Multiplikatorinnen ihre in der Frauengruppe gewonnenen Erkenntnisse und Fähigkeiten innerhalb ihrer sozialen Netze weiter zu geben und damit weitere Frauen zu aktivieren

Für alle Frauen war die Möglichkeit, ihr Wohnumfeld aktiv mitzugestalten, ein entscheidender Grund für die Teilnahme an der Frauengruppe.

Befragung der Teilnehmerinnen an den Frauengruppen in Leibnitz und Liezen (Juli/Oktober 2008)

Frauengruppen eignen sich insbesondere dafür,

- Frauen zu befähigen und darin zu stärken, ihre Bedürfnisse wahrzunehmen, zu artikulieren und ihr Lebensumfeld aktiv mitzubestimmen,
- Zusatzqualifikationen zu vermitteln (etwa Methodenkompetenz, Selbstreflexionskompetenz, Organisations- und Kommunikationskompetenz, Genderkompetenz, Kompetenz in Öffentlichkeitsarbeit),
- Inhaltliche Inputs zu geben (etwa Themen der Gesundheitsförderung, Begleitung schwangerer Frauen, Geburtsvorbereitung, Geburt, Betreuung von Kindern, Lebensgestaltung, Mobilität),
- herauszufinden, welche Strukturen und politische Unterstützung Frauen und Mütter in ihrer Gemeinde und Region brauchen, um die Qualität dieses Lebensabschnittes mit Kindern zu verbessern,
- Vernetzungsforum für Frauen aus dem Bezirk zu sein, die selbst aktiv werden wollen.

DAS PRINZIP DER FREIWILLIGKEIT WAHREN

Im Idealfall bestehen Frauengruppen aus einer konstanten Gruppe von maximal 14 Frauen, die sich über einen vorab definierten Zeitraum regelmäßig treffen.
Aufgrund der Erfahrungen mit dem Projekt MIA – Mütter in Aktion wird empfohlen, die Frauen nicht zu drängen, sich zu etwas zu verpflichten. Die Frauen legen großen Wert auf Freiwilligkeit und sind häufig nur bereit sich in einer Frauengruppe zu engagieren, wenn die Möglichkeit besteht, jederzeit wieder auszusteigen. Dies verweist auf ihre hohe Einbindung und Verpflichtung in ihren Familien, Nachbarschaften und an häuslichen Arbeitsplätzen sowie ihre entsprechende Prioritätensetzung. Mitunter hat diese Freiwilligkeit eine hohe Fluktuation in einer Frauengruppe zur Folge. Das Prinzip der Beteiligung schließt allerdings Fluktuation mit ein, da diese eine Folge von selbstbestimmtem Handeln ist.

Die Projektverantwortlichen hatten eine Gratwanderung zu bewältigen: Einerseits ging es darum, die Bedürfnisse und Lebensumstände der Frauen zu berücksichtigen. Anderseits sollten sie Strukturen und Rahmenbedingungen vorgeben, um die gemeinsame Arbeit an Projektideen zu ermöglichen. Die Herausforderung in einem Projekt wie MIA – Mütter in Aktion ist es, Methoden und Wege zu finden, die mit den Lebensrealitäten der Frauen (örtliche Gebundenheit, familiäre und Arbeitsverpflichtungen, Veränderung der Bedürfnisse je nach Alter und Befindlichkeit der Kinder …) vereinbar sind und ihre Teilhabe ermöglichen.
Auch in der Frauengruppe ist es wichtig, bedarfsorientiert und flexibel zu arbeiten. Themen und Termine sollten gemeinsam mit den Interessentinnen geplant werden. Welche Methoden und Wege zum Erfolg führen, ist immer von der jeweiligen Region und den beteiligten Frauen abhängig. In der Projektregion Leibnitz stellten beispielsweise Vorträge von Expertinnen zu unterschiedlichen Themen Anreize für die regelmäßige Teilnahme an den Frauengruppen dar. Im Bezirk Liezen waren Frauen nicht über Vorträge zu gewinnen und wollten keine kontinuierliche Gruppe aufbauen.

ZEIT FÜR PERSÖNLICHE GESPRÄCHE BIETEN

Neben dem Austausch in der Gruppe schätzen die Frauen die Möglichkeit, persönliche Gespräche mit den Projektmitarbeiterinnen zu führen. Um Vertrauen aufzubauen und Verbindlichkeiten zu schaffen, ist es wichtig, sich Zeit für diese Gespräche zu nehmen.

ERFAHRUNGEN EINER MITARBEITERIN:

Insgesamt fanden in Leibnitz 20 monatliche Treffen der Frauengruppe in Schloss Retzhof statt. Die Räumlichkeiten waren ideal – die Seminarräume groß und freundlich und es gab die geeignete Infrastruktur wie Internetanschluss, Beamer und Laptop vor Ort.
Für die Kinderbetreuung hatten wir immer einen eigenen Seminarraum zur Verfügung beziehungsweise konnte der schöne Schloßpark genutzt werden.
Es war wichtig, immer eine kleine Jause anzubieten.
Die Gruppendynamik in der Frauengruppe stärkte die Frauen bei der Durchführung ihrer Kleinprojekte.
Auch von den von uns angebotenen Fortbildungen zu Projektmanagement und Öffentlichkeitsarbeit profitierten die Frauen nach eigenen Angaben.
Beworben wurden die Termine jedes Mal per E-Mail mit Angabe der Agenda. Die Frauen ohne Internetanschluss bekamen einen Brief. Bei besonders wichtigen Treffen habe ich auch noch nachtelefoniert.

FRAUENGRUPPEN IM ÜBERBLICK

Frauengruppen bieten den Frauen die Möglichkeit, im regen Austausch mit Gleichgesinnten und mit professioneller Unterstützung eigene Ideen zu entwickeln und umzusetzen.

GEEIGNET UM

- Frauen zu bestärken, ihre Bedürfnisse zu artikulieren und ihr Lebensumfeld aktiv mitzubestimmen,
- ihnen Zusatzqualifikationen zu vermitteln und
- ein Vernetzungsforum für Frauen zu schaffen.

TIPPS ZUR UMSETZUNG

- Das Prinzip der Freiwilligkeit wahren,
- Zeit für persönliche Gespräche einplanen.

EINZUPLANENDE RESSOURCEN

- 3 Stunden für die Vorbereitung,
- 3 Stunden für die Veranstaltung,
- 2 Stunden für die Nachbereitung,
- 5 Stunden für ein zusätzliches Coaching der Teilnehmerinnen,
- Fahrzeit,
- Kilometergeld,
- Bewirtung,
- Kinderbetreuung und Kilometergeld für Veranstaltung und fallweise auch fürs Coaching.

2.6 RUNDE TISCHE

Im Rahmen von MIA – Mütter in Aktion wurden die Runden Tische nachträglich in den Projektverlauf eingeführt. (Anfänglich waren Informationsveranstaltungen geplant.) Sie boten die Möglichkeit, unterschiedliche Interessengruppen innerhalb der Gemeinde an einen gemeinsamen Tisch zu bekommen. So hatten die Gemeindeverantwortlichen zum Beispiel die im Gemeindealltag seltene Möglichkeit, sich über die Bedürfnisse der Mütter zu informieren. Umgekehrt bekamen die Mütter einen Einblick in die Planungsstrategien der Gemeindeverantwortlichen und deren Prioritäten.

Das Instrument der Runden Tische eignet sich in der Gemeindearbeit besonders gut, um

- unterschiedliche Gruppen an einen Tisch zu bekommen,
- eine Dialogkultur in der Gemeinde zu schaffen,
- kontrovers diskutierte Fragen von unterschiedlichen InteressensvertreterInnen auf den Tisch zu bringen, gelten zu lassen und zu klären sowie
- gemeinsam und lokal Lösungen zu entwickeln.

Im Rahmen des Projektes MIA – Mütter in Aktion wurden Runde Tische zu mehreren Themen veranstaltet. Eingeladen waren

- Mütter, schwangere Frauen und deren PartnerInnen,
- politische VertreterInnen,
- regionale AnbieterInnen, wie KindergärtnerInnen, Tagesmütter, Hebammen,
- regionale AkteurInnen, etwa die Referentin des Gesunden Gemeinde-Netzwerks.

WELCHE THEMEN EIGNEN SICH FÜR RUNDE TISCHE?

MÜTTER – VATER – KIND
Wie hat sich das Leben durch die Geburt des Kindes für die Mutter und für den Vater geändert? Ein wichtiges Thema, über das sich Paare meist zu wenig austauschen.

KINDERBETREUUNG
Derzeit Thema Nummer eins.

INTERKULTURELLES ZUSAMMENLEBEN IN DER GEMEINDE
Wünsche und Anliegen der Frauen aus verschiedenen Herkunftsländern in der und an die Gemeinde.

WIE KINDERFREUNDLICH IST DIE GEMEINDE?
Kinder- und Familienfreundlichkeit ist ein wichtiges Kriterium für die Lebensqualität in einer Gemeinde.

AUF PROFESSIONELLE MODERATION UND NACHBEREITUNG ACHTEN

Grundsätzlich haben Runde Tische keinen standardisierten Ablauf. Das Thema ergibt sich aus den Gesprächen mit der Zielgruppe, in den Müttercafés und bei den Hausbesuchen. Für die Bewerbung der Veranstaltung ist es wichtig, VertreterInnen der angesprochenen Interessensgruppen namentlich anzukündigen. Dies ist nicht immer leicht. Die Frauen scheuen sich oft davor, sich öffentlich zu zeigen und persönlich Stellung zu beziehen.

Bewährt hat sich eine professionelle Moderation der Veranstaltung. Im Rahmen von MIA – Mütter in Aktion hat die Projektleiterin diese Rolle übernommen. Eine Alternative dazu ist es, eine externe Moderation hinzuzuziehen. ModeratorInnen sollten Erfahrung mit der Moderation von Gruppen oder Teams haben, mit der Thematik des Projektes annähernd vertraut sein und für die Beteiligten des Runden Tisches neutral sein –also keine Parteilichkeit für einen der vertretenen Bereiche zeigen (Ziegenhain 2010).

Wichtig ist zudem eine gute Dokumentation durch Protokolle und Fotos, die die Ergebnisse der Runden Tische nachvollziehbar macht, auch für jene, die nicht teilgenommen haben. Daher ist es sinnvoll, den Runden Tisch in einem Team von zwei Personen zu leiten. Eine mögliche Rollenaufteilung ist: Die Moderatorin leitet die Diskussion, während sich die Ko-Moderatorin auf die Mitschrift konzentrieren kann. Das Ergebnisprotokoll sollte möglichst zeitnah an alle (potenziellen) TeilnehmerInnen ausgesendet werden. Es kann zur Bewerbung weiterer Runder Tische genutzt werden.

Eine gute Möglichkeit, eine breite Öffentlichkeit über das Angebot der Runden Tische zu informieren, bieten lokale Medien. Da Zeitungen auf die Pressetauglichkeit von Fotos achten, empfiehlt es sich, die Fotodokumentation ExpertInnen zu überlassen.

POTENZIELLE TEILNEHMERINNEN PERSÖNLICH EINLADEN

Die Bewerbung von Veranstaltungen, wie Runde Tische und Vernetzungstreffen (siehe Kapitel 2.9), hat sich als sehr zeit- und ressourcenintensiv herausgestellt. Besonders gute Erfahrungen machten die Projektmitarbeiterinnen damit, die Frauen nicht ausschließlich schriftlich einzuladen, sondern sie zusätzlich persönlich auf die Veranstaltungen anzusprechen. Manchmal ist viel Überzeugungsarbeit nötig, bis sich die Frauen zur Teilnahme entschließen. Oft äußern sie in persönlichen Gesprächen Bedenken oder Ängste, denen konstruktiv begegnet werden kann. Manche Frauen schreckt beispielsweise der Gedanke ab, sich bei Veranstaltungen zu Wort melden zu müssen. Sie beunruhigt die Vorstellung, danach von vielen Personen angesprochen zu werden. Es ist wichtig, diese Bedenken ernst zu nehmen. Doch es lohnt sich, in diesem Punkt ermutigend und unnachgiebig zu sein. Die Erfahrung zeigte, dass das Selbstbewusstsein der Frauen gerade durch die gemachten Erfahrungen gestärkt wurde und sie sehr stolz auf ihre aktive Teilnahme waren. Um solche und ähnliche Befürchtungen und Unsicherheiten auszuräumen, eignen sich persönliche Gespräche besser als schriftliche Einladungen.

ERFAHRUNGEN EINER MITARBEITERIN:

Die Bewerbung der Runden Tische war zwar sehr zeitaufwendig, dennoch unbedingt notwendig. Schwer war es, Frauen dafür zu gewinnen, namentlich auf dem Flugblatt genannt zu werden. Männer hatten keine Probleme damit.

Bewerbung von Runden Tischen

- *Flugblätter in den Schaukästen der Gemeinden, aber auch in Gasthäusern, Cafés, Geschäften, im Tourismusbüro, in der Bäckerei, bei ÄrztInnen, in der Apotheke,*
- *schriftliche Einladungen der Frauen (so meldete beispielsweise eine Teilnehmerin an einem Runden Tisch zurück: Ich bin hier, weil ich persönlich eingeladen worden bin, mit einem Brief, und die Adresse war handgeschrieben),*
- *persönliche Einladung der Bürgermeister und GemeinderätInnen.*

EINEN ZUGÄNGLICHEN VERANSTALTUNGSORT WÄHLEN

Geeignet sind Veranstaltungsorte, die zentral gelegen sind und ausreichend Platz sowie ein nettes Ambiente bieten. Auch hier gilt es zudem auf die geografische und wertebezogene Zugänglichkeit zu achten (siehe dazu Kapitel 2.4 Müttercafé). So kann die Kirche ein Ort sein, wo manche Teilnehmerinnen sich nicht wohl fühlen. Auch Räume parteinaher Organisationen schrecken manche potentiellen Teilnehmerinnen ab.

RUNDE TISCHE IM ÜBERBLICK

Die Runden Tische bieten die Möglichkeit, unterschiedliche Interessengruppen innerhalb einer Gemeinde an einen gemeinsamen Tisch zu bekommen.

GEEIGNET UM

- eine Dialogkultur in den Gemeinden zu schaffen,
- kontrovers diskutierte Themen zu besprechen und
- gemeinsam und lokal Lösungen zu entwickeln.

TIPPS ZUR UMSETZUNG

- Auf professionelle Moderation und Nachbereitung achten,
- potenzielle Teilnehmerinnen persönlich einladen und
- einen zugänglichen Veranstaltungsort wählen.

EINZUPLANENDE RESSOURCEN

- 5 Stunden für Vorbereitung (Telefonate, Gespräche, Einladung)
- 2 Stunden für die Veranstaltung: 2 Personen: Moderation und Protokoll
- 4 Stunden für die Erstellung und die Versendung des Protokolls
- Kilometergeld
- Dolmetschkosten
- Bewirtung

2.7 AKTIONSWOCHE

Cover, Folder Aktionswoche Leibnitz

Aktionswochen sind ein zentrales Element eines Projektes wie MIA – Mütter in Aktion. Sie waren Höhepunkte in den beteiligten Regionen und sind geeignet, um

- den Frauen die Möglichkeit zu geben, mit anderen gemeinsam ein Programm zu entwickeln,
- Veranstaltungen zu interessanten Themen zu organisieren,
- die Bevölkerung einzuladen, sich mit der Lebensweise und den Bedürfnissen der Frauen in der Schwangerschaft und mit Kleinkindern auseinanderzusetzen sowie die regionalen Angebote kennenzulernen,
- regional spezifische Projektideen, Interessen und Anliegen der Frauen öffentlich zu machen,
- die regionale Bevölkerung zu aktivieren und
- Kontakte zu knüpfen, Ideen zu spinnen, Anstöße für weitere Aktivitäten zu geben oder zu bekommen.

WELCHE AKTIVITÄTEN KÖNNEN IN AKTIONSWOCHEN STATTFINDEN?

Infotische von AnbieterInnen und Initiativen, Vorträge, Podiumsdiskussionen, Workshops, Eltern-Kind Feste, Basare/Flohmärkte, Spielefeste, Kinderwagen-Wandertag ...

PARTIZIPATIV VORGEHEN

Aktionswochen sind eine erfolgreiche Methode der Beteiligung und Aktivierung der Frauen sowie der gesamten Region. Grundlegend ist eine partizipative Vorgehensweise bei der Planung und Umsetzung. Das bedeutet, Frauen zu gewinnen, diese Aktionswoche mit ihren Wünschen und Ideen selbst zu gestalten. Aufgaben der Projektmitarbeiterinnen sind: motivieren, Fachwissen bieten, koordinieren und den Frauen beratend zur Seite stehen.

Das mag im ersten Moment nach einer enormen Arbeitsentlastung für die Projektmitarbeiterinnen klingen. Tatsächlich ist partizipatives Arbeiten sehr ressourcenintensiv und braucht

- Zeit, um eine Beziehung und Vertrauen zu den Frauen und in der Gruppe aufzubauen,
- Zeit, um eine Brücke zwischen „privater" und „professioneller" Zeit zu schaffen, diese Kulturen wahrnehmen und verbinden,
- Berücksichtigung der Bedürfnisse und Sichtweisen der Zielgruppe,
- Motivation der Zielgruppe zur aktiven Beteiligung,
- Zeit, um klare vorgegebene Strukturen und Rahmenbedingungen zu vermitteln oder sie gemeinsam zu erarbeiten: Wer darf was entscheiden? Wer ist wofür zu ständig? Wer macht die Öffentlichkeitsarbeit und wer ist letztverantwortlich?,
- ein hohes Maß an Flexibilität und Engagement der Projektmitarbeiterinnen,
- telefonische Erreichbarkeit der Projektmitarbeiterinnen auch außerhalb ihrer Arbeitszeit,
- die Fähigkeit der Projektmitarbeiterinnen, etwaige Probleme und Konflikte antizipieren zu können (siehe nachfolgende Punkte),
- Zeit, um auftauchende Probleme und Konflikte sofort zu bereinigen.

> *Die Frauen haben sich durch die aktive Beteiligung an der Aktionswoche enorm weiterentwickelt. Es hat ganz klar eine Stärkung stattgefunden und die beteiligten Frauen haben persönlich profitiert. Das ging aus den Rückmeldungen hervor und war auch dadurch zu merken, dass sie weitergemacht haben und neue Veranstaltungen organisiert oder Projekte entwickelt haben, von denen vorher noch nicht die Rede war.*
>
> Projektleiterin, Juni 2009

DAS ZIEL DER VERANSTALTUNG FESTLEGEN

Es ist wichtig, sich über das Ziel der Veranstaltung im Klaren zu sein. Geht es darum, ein Programm aufzustellen, das möglichst viele anspricht? Oder geht es darum, die Bedürfnisse der beteiligten Frauen sichtbar zu machen? Soll es um Motivation zum Mitmachen gehen, oder darum, Gedankenanstöße zu geben?

Das Programm der MIA – Mütter in Aktion-Aktionswochen war eine Mischung aus allem: Es gab Vorträge, Workshops, Informationsveranstaltungen, Ausstellung und Feste. Es richtete sich sowohl an Frauen, die bereits aktiviert waren, als auch an jene, die es noch zu motivieren galt.

Darüber hinaus wollte das Projektteam die ganze Familie inklusive Großeltern und Tanten erreichen. Anders als eingangs beschrieben war es jedoch nicht das Ziel, die Aktionswoche für die Präsentation der Bedüfnisse der Frauen zu nutzen. Die beteiligten Frauen haben sich bewusst gegen diese Ausrichtung entschieden.

DAS PROGRAMM ÜBERSCHAUBAR HALTEN

Der Umfang des Programmes wurde von dem Zeitrahmen, dem veranschlagten Budget und den Wünschen der Frauen bestimmt. Darüber hinaus gab es keine Einschränkungen.
Mit 25 Veranstaltungen im Bezirk Leibnitz und 38 im Bezirk Liezen war das Programm innerhalb einer Woche ausgesprochen umfangreich. (Im Nachhinein haben die Mitarbeiterinnen festgestellt, dass es zu viel war.) Das Programm der Aktionswoche diente somit der Auslotung der Interessen im Bezirk und brachte viele Erkenntnisse für alle Beteiligten.

Was spricht für eine Beschränkung?
- Überschaubarkeit des Programmes
- Möglichkeit an allen Veranstaltungen teilzunehmen

Was spricht gegen eine Beschränkung?
- Mehr Interessen abzudecken
- Ausloten, was ist in einem Bezirk Thema, was interessiert
- Alle Ideen einbeziehen zu können ohne sie zu bewerten

Gerade wenn die Wünsche und Bedürfnisse möglichst aller Beteiligten berücksichtigt werden sollen, besteht die Gefahr, dass das Programm einer Aktionswoche sehr umfangreich wird. Zu viele Veranstaltungen in kurzer Zeit können jedoch überfordern und kontraproduktiv wirken (sich auch gegenseitig konkurrieren). Für eine Beschränkung braucht es allerdings von Anfang an eine Zielvorstellung, die Kriterien der Wahl ermöglicht. Es sollte zudem darauf geachtet werden, dass es nicht zu zeitlicher Überschneidung von Veranstaltungen kommt. Falls es in einer Region viele Ideen für Veranstaltungen gibt, kann über eine zeitliche Ausdehnung auf mehrere Wochen (z.B. unter dem Titel Schwerpunktwochen) nachgedacht werden. Ein überschaubares Programm gewährleistet, dass viele Interessierte teilnehmen können.

> *Das Angebot der Aktionswoche war aus meiner Sicht bereits zu groß, ich könnte nicht alle Veranstaltungen besuchen, die mich interessiert hätten.*
>
> Teilnehmerin, Juni 2009

DEN GRAD DER BETEILIGUNG BESPRECHEN

Es ist sinnvoll, von Anfang an über das gewünschte Ausmaß an Beteiligung zu sprechen. Aufgrund der Erfahrungen aus MIA – Mütter in Aktion lassen sich folgende Zugänge unterscheiden:

1. Die Wünsche der Frauen werden aufgenommen, aber das Projektteam setzt um,
2. die Frauen wissen um die Rahmenbedingungen und vorhandenen Ressourcen und sind in die Gestaltung des Programms aktiv eingebunden oder
3. die Frauen übernehmen Teile des Programms selbstständig.

Im Rahmen des Projektes MIA – Mütter in Aktion war es eine Mischung aus allen drei Zugängen: ein Teil des Programmes wurde von den Frauen gänzlich selbstständig ausgearbeitet und auch begleitet (etwa Feste in Ratsch an der Weinstraße und in Leutschach sowie eine Veranstaltung für schwangere Frauen in Liezen). Bei anderen Veranstaltungen wurden Wünsche der Frauen aufgegriffen (etwa eine Veranstaltung zum Thema Gesunde Ernährung oder Ursprünglich Spielen). Themen wie Mit Kindern über Sexualität sprechen und Beckenbodentraining hat das Team von sich aus eingebracht.

Während der Aktionswoche war ich für die beteiligten Frauen rund um die Uhr telefonisch erreichbar.

Projektmitarbeiterin, Juni 2009

AUSREICHEND ZEITLICHE RESSOURCEN EINPLANEN

Die Planung und Vorbereitung der Aktionswoche ist für das gesamte Projektteam eine sehr zeit- und ressourcenintensive Phase. Der zeitliche Aufwand für eine aktive Beteiligung von Nicht-Professionellen darf nicht unterschätzt werden. Es bedarf einer intensiven Beziehungs- und Vertrauensarbeit, damit nicht-professionelle Beteiligte ihre Ideen einzubringen und zeit- und ressourcengerecht umzusetzen. Die professionellen Mitarbeiterinnen sind gefordert, Vernetzungsarbeit zu leisten, Geduld zu haben, zu fördern, immer wieder umzuplanen und zu improvisieren.

DEN GEEIGNETEN ZEITPUNKT ÜBERLEGEN

Die Projektmitarbeiterinnen von MIA – Mütter in Aktion empfehlen eine Aktionswoche in der Mitte der Projektlaufzeit zu veranstalten. Dafür sprechen aus ihrer Sicht folgende Aspekte:

- Die Projektmitarbeiterinnen sind mit der Infrastruktur und den Rahmenbedingungen in den Bezirken schon gut vertraut, kennen etwa geeignete Räumlichkeiten.
- AnsprechpartnerInnen sind bekannt. Bereits geknüpfte Kontakte zu Frauen, politischen VertreterInnen und AkteurInnen in den Bezirken können genutzt werden.
- Die bei der Organisation und Umsetzung einer Aktionswoche gemachten Erfahrungen können aufgegriffen und vertieft werden.
- Es bleibt noch genügend Projektlaufzeit, um die in der Aktionswoche entstandenen Kontakte zu intensivieren und das Engagement der beteiligten Frauen für weitere Aktivitäten zu nutzen.

Außerdem sollte darauf geachtet werden, dass Angebote nicht zeitgleich mit anderen regionalen Highlights stattfinden. In Liezen beispielsweise konkurrierte die Aktionswoche mit dem Narzissenfest - wodurch es schwierig war, die Aufmerksamkeit der regionalen Medien auf die Aktionswoche zu lenken. Um ein Thema in die Medien zu bringen sind Nachrichtenfaktoren wie Prominenz, Überraschung oder Konflikt gefragt. Dies kann MIA – Mütter in Aktion kaum bieten. Unser Thema gilt als wenig spektakulär. Auch in den Gemeinden haben es Frauen und Mütter mit Ihren Themen nicht leicht. Häufig verhalten sie zurückhaltender als andere Gruppen. Die meisten Samstagtermine im Jahr sind schnell für Vereinsfeste und Rallys vergeben.

SOZIAL BENACHTEILIGTE FRAUEN ANSPRECHEN

Um sozial benachteiligte Frauen zu erreichen haben sich persönliche Einladungen bewährt. Häufig fühlen sich Migrantinnen wie auch andere sozial benachteiligte Gruppen durch allgemeine Aktivitäten der Öffentlichkeitsarbeit (etwa Plakate oder Flugblätter) nicht angesprochen. In persönlichen Gesprächen bekamen die Projektmitarbeiterinnen dagegen die Rückmeldung: „Danke, dass Sie an uns gedacht haben!".

Angebote mit Dolmetscherinnen werden von Migrantinnen eher angenommen. Es ist auch günstig, persönliche Kontakte zu nutzen und die Flugblätter in verschiedene Sprachen zu übersetzen.

Wichtig ist, das Können und Wissen der Frauen einzubeziehen. Sie zu fragen, lohnt sich, denn die Strukturen am Land sind klein. Wenn eine der Frauen Kontakt zu den regionalen Medien hat, kann dies sehr hilfreich sein.

ZIELEKONFLIKT ZWISCHEN PARTIZIPATION UND PROFESSIONALITÄT ERKENNEN

Um einerseits den Grundsätzen der partizipativen Vorgehensweise (u.a. Berücksichtigung der Bedürfnisse und Sichtweisen sowie aktive Beteiligung der Zielgruppe) gerecht zu werden, aber anderseits die professionellen Qualitätsstandards zu halten, sind klare Regeln für die Zusammenarbeit zwischen professionellen Mitarbeiterinnen und nicht-professionellen Beteiligten erforderlich. Gleichzeitig ist Flexibilität gefragt, diese zu verändern, wenn sie sich als nicht konstruktiv herausstellen. Eine Klärung der Zuständigkeiten und Kompetenzen verhindert Missverständnisse und falsche Erwartungen. Beispielsweise sollten folgende Fragen zu Aufgaben, Kompetenzen und Ressourcen frühzeitig besprochen werden:

- Wer trägt was zur Zusammenarbeit bei?
- Wer darf was wann entscheiden?
- Wer hat die Letztverantwortung in den einzelnen Bereichen?
- Welche finanziellen und strukturellen Mittel stehen zur Verfügung?

Die Durchführung der Aktionswoche war eine sehr gute Methode der Aktivierung. Vor allen die mediale Präsenz im Bezirk machte den Frauen Mut.

Projektmitarbeiterin

Laien und Professionelle unterscheiden sich idealtypisch in ihren Kulturen und Arbeitsweisen. Sie haben unterschiedliche Zugänge, Zeiten, Schwerpunkte und Arbeitsmethoden. Um eine Aktionswoche durchzuführen, sind Koordinationsfähigkeit und Diplomatie nötig.
Das beginnt bei der Abstimmung der Zeiten. Für die Öffentlichkeitsarbeit ist es wichtig, frühzeitig die Daten von Veranstaltungen zu haben, um diese zeitgerecht an die Medien weiterleiten zu können. Um mit den Frauen diese frühe Verbindlichkeit zu erreichen, braucht es Verständnis für die Gesetze der Medien. Manchmal ist sogar Druck nötig – der aber dem gemeinsamen und freiwilligen Arbeiten sowie der Kreativität nicht förderlich ist.

Die Vorstellungen und die Ästhetik von Laien und ProfessionalistInnen können sich stark unterscheiden. So kam es beispielsweise bei MIA – Mütter in Aktion vor, dass die beteiligten Frauen Veranstaltungen gerne neonfarben und fettgedruckt ankündigen wollten - ein Außenauftritt, der sich mit der Corporate Identity der Trägerorganisation nicht vereinbaren lässt. Hier bedurfte es behutsamer Vermittlung.

KINDERBETREUUNG ANBIETEN

Wie bei Müttercafés und Frauengruppen empfiehlt es sich auch bei den Veranstaltungen einer Aktionswoche, eine professionelle Kinderbetreuung anzubieten. In dem Projekt MIA – Mütter in Aktion hat sich die Kinderbetreuung als „Türöffner" für die Erwachsenen herausgestellt. Angelockt durch dieses Angebot kamen häufig zunächst die Kinder – ihre Eltern folgten.

EINE EINLADENDE UND ANREGENDE ATMOSPHÄRE SCHAFFEN

In einem Projekt wie MIA – Mütter in Aktion, das stark in den privaten hineinreicht, ist das Bereitstellen von Getränken und Snacks ein wichtiges Signal. Diese Form der Gastfreundschaft fördert zudem den Austausch und die Vernetzung. Bei den Aktionswochen in Leibnitz und Rottenmann fiel auf, dass persönliche Gespräche vor allem nach dem offiziellen Ende der Veranstaltung bei „Kaffee und Kuchen" geführt wurden.

DIE AKTIONSWOCHE IM ÜBERBLICK

Eine Woche lang stehen die Bedürfnisse und Interessen von schwangeren Frauen und Müttern von Babys im Mittelpunkt zahlreicher, zum Teil von den Frauen selbst organisierter Veranstaltungen.

GEEIGNET UM

- Frauen die Möglichkeit zu geben gemeinsam Veranstaltungen zu organisieren,
- die Bevölkerung einzuladen, sich für die Lebensweise und Bedürfnissen der Zielgruppe zu sensibilisieren,
- Kontakte zu knüpfen und Ideen zu spinnen.

TIPPS ZUR UMSETZUNG

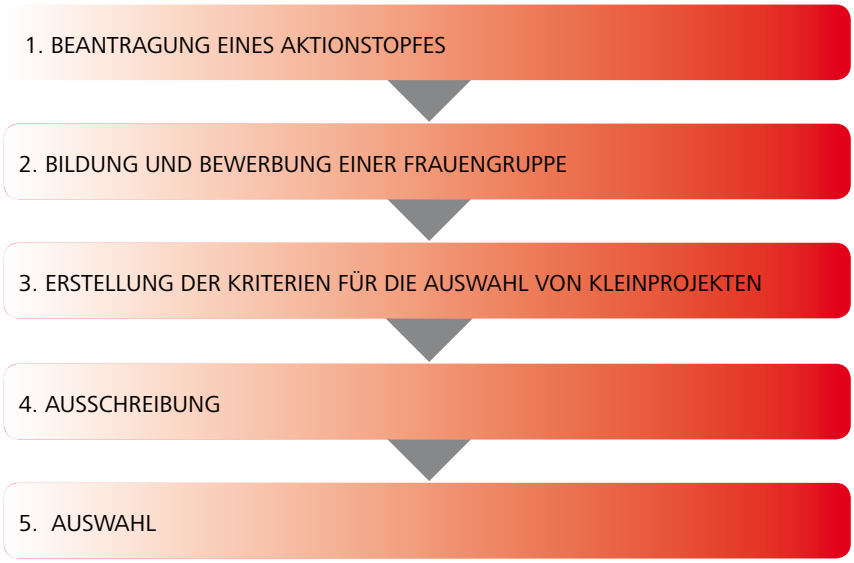
- Partizipativ vorgehen, aber auch klare Vorgaben machen,
- den geeigneten Zeitpunkt überlegen
- sich Wege zur Erreichung von sozial benachteiligten Frauen überlegen,
- Kinderbetreuung anbieten,
- eine einladende und anregende Atmosphäre schaffen.

EINZUPLANENDE RESSOURCEN

- Ein partizipatives Vorgehen ist für die Projektmitarbeiterinnen sehr intensiv. Zeit für Beziehungs- und Vertrauensarbeit sollte berücksichtigt werden.

2.8 UNTERSTÜTZUNG BEI DER PLANUNG UND UMSETZUNG VON PROJEKTIDEEN

DIE AUSWAHL VON KLEINPROJEKTEN



AD 3. ERSTELLUNG DER KRITERIEN FÜR DIE AUSWAHL VON KLEINPROJEKTEN

Die Kriterien für die Auswahl der Kleinprojekte wurden erst etliche Zeit nach dem Start von MIA – Mütter in Aktion entwickelt. So konnten Erfahrungen aus dem Projektverlauf einbezogen werden.
Mögliche Kriterien zu recherchieren und zu erstellen war sehr zeitintensiv. Die Annahme, solche Kriterien könne man aus einem anderen Projekt übernehmen, erwies sich als falsch. Es ist besonders wichtig, die Auswahlkriterien an den Inhalten und Zielsetzungen des Projektes auszurichten. (Die im Rahmen von MIA – Mütter in Aktion erstellten Kriterien finden Sie in Anhang 2.)

Durch MIA – Mütter in Aktion konnten 14 Kleinprojekte umgesetzt werden. Die Anzahl der Nutzerinnen wird auf 100 dadurch aktivierte Frauen geschätzt, plus die Nutzerinnen der Websites.

Siehe dazu die Ergebnisse der Abschlussevaluation

AD 4. AUSSCHREIBUNG

Für die Einreichung von Kleinprojekten wurden den interessierten Frauen ein Formblatt (siehe Anhang 3) zur Verfügung gestellt sowie eine Excel-Tabelle für die Berechnung des Budgets. Letzteres konnte von Styria Vitalis übernommen werden. Die Frauen gingen erfüllten diese Aufgabe sehr unterschiedlich. Das Spektrum reichte von handschriftlichen Beschreibungen bis hin zu sehr professionell aufbereiteten Unterlagen. Die Projektmitarbeiterinnen boten individuelle Coachings an und unterstützten die Frauen bei der Weiterentwicklung und der schriftlichen Aufbereitung ihrer Projektideen.

Insgesamt wurden bei dem ersten Termin zwölf Projektideen eingereicht. Elf erhielten Unterstützung im Rahmen von MIA – Mütter in Aktion. Eine Idee entsprach nicht den Projektzielen. Zwei weitere Projektideen folgten, nachdem Geld von einem Bezirk in den anderen umgeschichtet werden konnte.

AD 5. AUSWAHL

Dem partizipativen Ansatz des Projektes entsprechend wurden die Frauen aus den Müttercafés beider Bezirke bei der Auswahl der Projektideen einbezogen, indem sie gebeten wurden, diese zu bewerten. Dies ist wichtig, auch wenn diese Möglichkeit der Mitsprache von den Frauen nur zögernd angenommen wurde. Die Frauen werden aktiviert, indem ihnen vermittelt wird, dass ihre Meinung wichtig sei. Es gehe schließlich um Angebote, die in ihrer Wohnumgebung und speziell für sie entstehen sollen.

In Rottenmann kamen die Ideen für Kleinprojekte aus den Müttercafés.
Die getroffene Auswahl wurde mit den FördergeberInnen besprochen. Dies empfiehlt sich, um das Projektteam abzusichern und sicher zu stellen, dass alle beantragten finanziellen Mittel auch abgerechnet werden können.

Um die Frauen bei der Umsetzung ihrer Kleinprojekte zu unterstützen, haben sich folgende Aktivitäten bewährt:

KONKRETE ANSPRECHPERSONEN NENNEN

Es ist wichtig, ein Vertrauensverhältnis aufzubauen. Die Frauen müssen das Gefühl haben, sich mit allen Anliegen an eine Bezugsperson wenden zu können. Das Projektteam stellt zudem seine Ressourcen zur Verfügung und unterstützt bei Pressearbeit und Dokumentation.

AUF DIE BEDÜRFNISSE DER FRAUEN INDIVIDUELL EINGEHEN

Es ist es nicht sinnvoll, den Umfang der Betreuung (etwa zwei Coaching-Einheiten pro Kleinprojekt) vorab festzulegen. Da die Frauen sehr unterschiedlich sind und unterschiedliche Erfahrungen mitbringen, empfiehlt es sich, sowohl Gruppenfortbildungen wie auch individuelles Coaching anzubieten. Die Möglichkeit, die Projektmitarbeiterinnen telefonisch oder per E-Mail zu kontaktieren, wird von den Frauen gerne angenommen.
Alle Unterstützungsangebote brauchen eine begleitende Kinderbetreuung.

Spielplatzfest in Leutschach: Der kleinkindgerechte Spielplatz wird eröffnet.

EINEN RAHMEN FÜR VERNETZUNG UND AUSTAUSCH BIETEN

In den Frauengruppen (Leibnitz) und Müttercafés (Rottenmann) besprachen die Frauen ihre Erfahrungen und holten sich Tipps von den professionellen Mitarbeiterinnen. Sie konnten Fragen stellen, sich austauschen und Anregungen für die weitere Arbeit holen. Der Grundsatz: „Blöde Fragen gibt es nicht" half, Hemmschwellen abzubauen und eine möglichst ungezwungene Atmosphäre zu schaffen.

SELBSTSTÄNDIGKEIT DER FRAUEN FÖRDERN

Das Ziel der Projektmitarbeiterinnen war es, Hilfe zur Selbsthilfe zu bieten. Immer wieder lobten sie daher die Erfahrungen und Kompetenzen der Frauen. Sie verglichen etwa die Organisation von Familienfesten oder das Backen eines Kuchens mit der Umsetzung einer Projektidee. Beides braucht gut geplantes und koordiniertes Vorgehen – also Fähigkeiten, die die Frauen in ihrem Alltag bereits ausgebildet und genutzt haben

VORBILD SEIN

Bei MIA – Mütter in Aktion ist das Konzept des Lernens am Modell aufgegangen. Bewusst oder unbewusst haben die Frauen die von den Projektmitarbeiterinnen vorgelebte Kultur aufgegriffen und begonnen, sich untereinander zu vernetzen sowie Veranstaltungen zur Bewerbung ihrer Projektideen zu nutzen.

FÖRDERN STATT ÜBERFORDERN

Wichtig ist, die Frauen nicht zu überfordern und ihnen jederzeit den Rückzug zu ermöglichen. Der Kontakt sollte aber immer wieder gesucht werden. Manche Frauen brauchen etwas länger, bis sie Mut fassen. Manche brauchen einen zweiten Anstoß. Ihre familiären Verpflichtungen schränken ihre Verbindlichkeit ein.

Die nachhaltige Verankerung der Kleinprojekte ist aus Sicht der beteiligten Kooperationspartnerinnen gut gelungen. Auf einer Skala von 0 (gar nicht gelungen bis 10 sehr gut gelungen) schätzten sie diese mit 7,6 ein.

Siehe dazu die Ergebnisse der Abschlussevaluation

UMSETZUNG VON KLEINPROJEKTEN IM ÜBERBLICK

Im Rahmen von MIA – Mütter in Aktion wurden die Teilnehmerinnen unterstützt, ihre eigenen Projektideen umzusetzen.

TIPPS FÜR UNTERSTÜTZUNGSMASSNAHMEN

- Konkrete Ansprechpersonen nennen,
- auf die Bedürfnisse der Frauen indiviuell eingehen,
- einen Rahmen für Vernetzung und Austausch bieten,
- die Selbstständigkeit der Frauen fördern,
- Vorbild sein,
- ohne Überforderung fördern.

EINZUPLANENDE RESSOURCEN

- Zeit für Einzelcoaching inklusive Fahrzeit und Fahrtkosten wie auch begleitende Kinderbetreuung (Stundenhonorar und Kilometergeld)
  Beispiel: Die Begleitung einer Frauengruppe bei der Umsetzung ihrer Projektidee erforderte drei Coachingtermine zu je zwei Stunden. Die Fahrzeit betrug zwei Stunden (hin und retour: 120 km).

Kleinkindgerechter Spielplatz:
Mütter beim Modellbau

2.9 KOOPERATION UND VERNETZUNG

Gerade in der Zeit der Schwangerschaft und mit einem Neugeborenen ist für die Mütter und Väter ein großes, tragfähiges Unterstützungsnetz wichtig. In Gesprächen berichteten viele Frauen, dass sie sich mehr Unterstützung gewünscht hätten beziehungsweise wünschen würden. AnbieterInnen wiederum kritisierten die mangelnde Vernetzung untereinander. MIA – Mütter in Aktion hatte daher das Ziel, unterstützende Netze für Mütter und Familien von Kleinkindern zu schaffen.

MIA ist sozusagen daran schuld, dass wir endlich alle miteinander arbeiten können. Das Miteinander ist mir ganz wichtig gewesen. Und das ist der große Erfolg von MIA.

Kooperationspartnerin, Abschlussevaluation Mai 2010

Ein Netzwerk ist eine unbestimmte Anzahl von Personen, die voneinander wissen, sich aufeinander beziehen und im Austausch miteinander stehen. Kooperationen wiederum sind verbindliche Vereinbarungen zu einem bestimmten Zweck.

Netzwerke und Kooperationen bieten die Möglichkeit,
- nicht alles selber und alleine machen zu müssen,
- sich mit anderen ProfessionalistInnen in der Region austauschen zu können,
- Kosten zu teilen,
- Konkurrenzdenken auszuschalten,
- das Angebot für die Zielgruppe umfassender zu gestalten und somit
- ein Unterstützungsnetz zu bilden.

Die Kooperation zwischen relevanten AkteurInnen ist aus Sicht der Beteiligten sehr gut gelungen. Sie schätzten diese mit durchschnittlich 7,6 ein (Skala 0 gar nicht gelungen bis 10 sehr gut gelungen).

Siehe dazu die Ergebnisse der Abschlussevaluation

Der Aufbau von Kooperationen und die Vernetzung mit relevanten Stakeholdern kann gelingen, wenn

- die Beteiligten gegenseitige Wertschätzung und Anerkennung einbringen,
- sich dies auch in der Überzeugung ausdrückt, dass das Gemeinsame allen etwas bringt,
- die Projektstruktur dafür Raum hat oder schafft,
- Zeit und Ressourcen eingeplant sind,
- Kontakt gehalten wird und
- gemeinsame Ziele definiert und verfolgt werden.

ERFAHRUNG EINER MITARBEITERIN:

Vernetzung war von Anfang an ein zentrales Element unserer Arbeit. Wichtig war dabei, keine Konkurrenz zu bestehenden Angeboten aufzubauen. Besonders erfolgreich war es, die Anbieterinnen mit den Frauen bekannt zu machen, die sich in der monatlichen Frauengruppe trafen und eigene Projekte durchführten.
Auch Vernetzung braucht viel Zeit und viel persönlichen Einsatz.

Bei MIA – Mütter in Aktion wurde Vernetzung in die regelmäßige Frauengruppe und in die Müttercafés eingebaut. So konnten die aktiven Frauen Anbieterinnen kennenlernen – und die Anbieterinnen informellen Kontakt zu ihrer Zielgruppe aufnehmen.
Orte der Vernetzung waren:

- Müttercafés,
- Frauengruppen,
- Runde Tische,
- Aktionswochen,
- Aktionstage.

Kooperationen fanden statt zu:

- Bewerbung von Angeboten,
- Kontaktaufbau zu den Müttern,
- Organisation der Müttercafés und Runden Tische in den Gemeinden,
- Planung, Organisation Durchführung sowie Bewerbung der Aktionstage und Aktionswochen sowie der Abschlussfeste.

Es empfiehlt sich, Zuständigkeiten, Arbeitsaufträge und finanzielle Beiträge mit Kooperations- und VernetzungspartnerInnen schriftlich zu vereinbaren. Dies ist manchmal mühsam und kann einige Zeit dauern, hilft aber, etwaige Unklarheiten zu vermeiden, etwa bei

- der Eröffnung eines Festes (wer lädt ein?),
- bei mündlichen Absprachen über Beiträge der PartnerInnen, sei es finanzieller oder arbeitszeitlicher Art. Sie treten gehäuft auf, wenn Beiträge noch von anderen in der Organisation (mit-)entschieden werden müssen.

Solche Vereinbarungen können unterschiedlich aussehen. Manchmal genügt ein schriftliches Protokoll der mündlichen Absprachen. Manchmal wird es ein unterschriebenes Dokument sein. Immer aber braucht es Zeit, um Klarheit für alle Beteiligten zu schaffen.

Aktionstag in Liezen,
Mai 2010

KOOPERATION UND VERNETZUNG IM ÜBERBLICK

Unterstützungsnetze für schwangere Frauen und Mütter waren ein zentrales Ziel von MIA – Mütter in Aktion.

TIPPS FÜR DEN AUFBAU VON KOOPERATIONEN UND VERNETZUNG

- Gegenseitige Anerkennung und Wertschätzung einbringen,
- den Nutzen für beide Seiten deutlich machen,
- Ressourcen für Vernetzungsaktivitäten einplanen,
- Kontakte pflegen,
- gemeinsame Ziele definieren
- schriftliche Vereinbarungen treffen.

EINZUPLANENDE RESSOURCEN

- Zeit für Organisation, Durchführung und Aufbereitung von Treffen, für schriftliche, mündliche und persönliche Kontakte und Nachhaken,
- Fahrzeiten und Kinderbetreuung,
- die Kompetenz Bedürfnisse zu erkennen und zu vermitteln, zu unterstützen, aufzufordern und einzubinden sowie Transparenz herzustellen, Konflikte zu sehen und zu klären.

2.10 NACHHALTIGE STRUKTUREN TROTZ OFFENHEIT DES PROZESSES

Um nachhaltige Strukturen aufbauen zu können, empfiehlt das Projektteam von MIA – Mütter in Aktion folgende Maßnahmen:

LÄNGERE PROJEKTLAUFZEIT

In der Gesundheitsförderung geht man inzwischen von einer Projektmindestzeit von fünf Jahren aus. Auch in der Wirtschaft rechnet man mit einer Zeitspanne von vier Jahren, bis abzusehen ist, ob ein Unternehmen erfolgreich werden kann.

PERSÖNLICHE KONTAKTE MIT ENTSCHEIDUNGSTRÄGERINNEN

Es ist wichtig, regelmäßig Kontakte zu pflegen und Bericht zu erstatten: bei den BürgermeisterInnen, bei GemeinderätInnen und in verschiedenen Gremien der Gemeinde, etwa bei der Interkulturellen Plattform oder dem Arbeitskreis Gesunde Gemeinde. Es hat sich außerdem als wichtig erwiesen, mit ÄrztInnen, ApothekerInnen, Angestellten im Supermarkt und FriseurInnen in regelmäßigem Austausch zu sein. In kleinen Gemeinden trifft man die Bürgermeisterin oder den Bürgermeister häufig auf der Straße. Dies ist eine Gelegenheit, sie oder ihn immer wieder freundlich auf

die Anliegen der Zielgruppe anzusprechen. Bei MIA – Mütter in Aktion brachten die Projektmitarbeiterinnen den von den Frauen selbst entworfenen kleinkindgerechten Spielplatz beharrlich bei jeder Gelegenheit ins Gespräch.

Die Projektmitarbeiterinnen müssen sich bewusst sein, dass sie in der Öffentlichkeit als Sprachrohr der Frauen beziehungsweise als Vermittlerinnen auftreten. Mehr zu den unterschiedlichen Funktionen in einem Projektteam und den Rollen der Projektmitarbeiterinnen finden Sie in Kapitel 2.1.

TEILNAHME AN FESTEN UND VERANSTALTUNGEN

Auch regionale Feste im Jahreskreis sind eine gute Möglichkeit, Werbung für das Projekt zu machen und Kontakte zu pflegen. Da Feste und Veranstaltungen jedoch meist abends oder am Wochenende stattfinden, bedarf es dafür eines hohen persönlichen Engagements der Projektmitarbeiterinnen. Es ist wichtig, die Arbeitszeit dafür gesondert zu vereinbaren.

FINANZIELLE STARTHILFEN

Aus einigen Kleinprojekten, die aus dem Aktionstopf unterstützt worden waren, sind Angebote entstanden. die bereits zum Zeitpunkt des Projektabschlusses die Zusage zur Weiterfinanzierung erhielten (etwa Mama lernt Deutsch). Manche Frauen nutzten die Zeit, um einen Finanzier zu finden (beispielsweise für das Internetportal www.familieninfo.org).
Besonders der, in Kooperation mit den Rebenlandgemeinden entstandene, kleinkindgerechte Spielplatz wird nachhaltig an das Projekt erinnern und den Müttern als Treffpunkt dienen.

2.11 ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

Der Erfolg eines Projektes wie MIA – Mütter in Aktion hängt nicht nur von der Planung und Durchführung von Angeboten ab, sondern auch von einer begleitenden und Zielgruppen spezifischen Öffentlichkeitsarbeit. Konkret geht es darum,

- Frauen zur Beteiligung an dem Projekt anzuregen,
- ein Image aufzubauen,
- Informationen weiterzugeben,
- Themen des Projektes nach innen und außen zu kommunizieren,
- für die Themen zu sensibilisieren,
- die Interessen der Frauen zu vertreten und
- das Projekt regional bekannt zu machen.

Nach Einschätzung der Kooperationspartnerinnen ist es gelungen, die Bevölkerung und wichtige politische EntscheidungsträgerInnen für die Anliegen der Frauen zu sensibilisieren. Auf einer Skala von 0 (gar nicht gelungen) bis 10 (sehr gut gelungen) schätzten sie diesen Aspekt mit 7,5 ein.

Siehe dazu die Ergebnisse der Abschlussevaluation

Ein partizipativer und regionalentwicklungsbezogener Projektansatz und das zeitgleiche Engagement in mehreren Bezirken stellen besondere Anforderungen an die begleitende Öffentlichkeitsarbeit. Damit diese die gewünschte Wirkung erzielt, gilt es aus Sicht der Projektmitarbeiterinnen folgende Aspekte zu berücksichtigen:

MEDIENWIRKSAME „AUFHÄNGER" FINDEN

Um ein Thema in die Medien zu bringen sind Nachrichtenfaktoren wie Prominenz, Überraschung oder Konflikt gefragt. Dies kann MIA – Mütter in Aktion kaum bieten. Aktuelle Anlässe, die für Presseinformationen erfolgreich genützt werden können, sind etwa eine neue Studie zu Vereinbarkeit oder Muttertag.

NIEDERSCHWELLIGKEIT GEWÄHRLEISTEN, ABER AUF PROFESSIONALITÄT BESTEHEN

Wie bei der gesamten Durchführung eines Beteiligungsprojektes wird auch bei der Öffentlichkeit der Zielkonflikt zwischen Professionalität und Partizipation deutlich: Öffentlichkeitsarbeit orientiert sich an professionellen Standards. Die beteiligten Frauen haben eigene Vorstellungen, was sie ästhetisch ansprechend und wirkungsvoll finden. Es ist wichtig, den Teilnehmerinnen zu vermitteln, warum eine professionelle Öffentlichkeitsarbeit nötig ist und was eine solche ausmacht. Dies vermittelt ihnen eine Kompetenz, die sie auch bei anderen Aktivitäten brauchen und gezielt einsetzen können.

Wird dieser Abstimmungs- und Verständigungsprozess zwischen professionellen Mitarbeiterinnen und Projektteilnehmerinnen gut moderiert, ermöglicht er beidseitiges Lernen und trägt zum Erfolg der Öffentlichkeitsarbeit bei.

FRAUEN VOR ORT AKTIV EINBEZIEHEN

Speziell bei einer zentralen Projektorganisation ist es aus zeitlichen Gründen schwierig, die MedienvertreterInnen auf lokaler Ebene intensiv zu betreuen und für das Thema zu interessieren. Darum empfiehlt es sich, beteiligte Frauen in den Gemeinden als wertvolle Ressource für die Öffentlichkeitsarbeit zu nutzen. Häufig müssen sich Frauen ihrer zentrale Rolle aber erst bewusst werden. Bei der Bewerbung der Aktionswoche fiel beispielsweise auf, dass in den Bezirken zwischen „die da in Graz und wir " unterschieden wurde. Manche Frauen verließen sich darauf, dass die Öffentlichkeitsarbeit von dem Frauengesundheitszentrum gemacht wird und nutzten ihre eigenen Kontakte zu lokalen Medien nicht.

In den Zeitungen „MIAt" es zur Zeit ständig, das finde ich gut!

Zitat einer beteiligten Frau zur Medienpräsenz von MIA – Mütter in Aktion

Die Öffentlichkeitsarbeit hatte im Rahmen von MIA – Mütter in Aktion einen großen Stellenwert und war als ein systematischer Teil des Projektes mit sechs Arbeitsstunden pro Woche budgetiert. Mit den bestehenden finanziellen Ressourcen haben sich folgende Maßnahmen bewährt:

- Rahmenplakat: Es ist Kosten sparend, da nicht für jede Veranstaltung neue Plakate gedruckt werden müssen.
- Ein fixes Design bringt einen hohen Wiedererkennungswert.
- Es empfiehlt sich jedoch, die regelmäßig aktualisierten Veranstaltungshinweise färbig zu kennzeichnen und somit immer wieder aufs Neue einen Blickfang zu setzen. Denn die Projektmitarbeiterinnen erhielten die Rückmeldung, dass es ja immer das gleiche sei und Frauen es deshalb nicht gelesen hätten. Daher wurden in der Folge jeden Monat neue Fotos verwendet.
- Neuauflage des Projektfolders gegen Mitte des Projektes: Somit können aktuelle Fotos der Teilnehmerinnen verwendet und erste Erfolge des Projektes aufgegriffen werden.

Im Rahmen des Projektes MIA – Mütter in Aktion stellte es sich als problematisch heraus, dass für zwei Bezirke nur insgesamt sechs Personalstunden Öffentlichkeitsarbeit pro Woche zur Verfügung standen. Somit konnte nicht ausreichend auf die ständig steigende Resonanz in den Redaktionen und in der Öffentlichkeit reagiert werden. Die Website konnte nur minimal betreut werden und die Gestaltung der digitalen Landkarte mit den AnbieterInnen musste aufgrund von Ressourcenmangel und technischen Problemen immer wieder zurückgestellt werden. Es wäre außerdem nötig gewesen, aktiven Frauen verstärkt Unterstützung bei ihrer Öffentlichkeitsarbeit für ihre Projekte anzubieten. Dies war mit den vorhandenen Ressourcen jedoch nicht umsetzbar.

ÖFFENTLICHKEITSARBEIT IM ÜBERBLICK

Eine umfassende begleitende Öffentlichkeitsarbeit ist in einem Regionalentwicklungs- und Partizipationsprojekt elementar, um die nötige Öffentlichkeits-wirksamkeit und Medienpräsenz zu erzielen.

ES GEHT DARUM

- Frauen für das Projekt zu gewinnen,
- das Image des Projektes aufzubauen und präsent zu halten,
- Themen des Projektes zu transportieren und
- das Projekt in der Region und darüber hinaus bekannt zu machen.

TIPPS ZUR UMSETZUNG

- Medienwirksame Aufhänger finden,
- Niederschwelligkeit gewährleisten aber auf Professionalität bestehen,
- Frauen aktiv einbeziehen.

EINZUPLANENDE RESSOURCEN

- Mindestens sechs Wochenstunden während des gesamten Projektzeitraumes. Um ein Projekt in der Größenordnung von MIA – Mütter in Aktion ausreichend betreuen zu können, empfielt sich jedoch ein höherer Ressourceneinsatz im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit.

3 LITERATUR UND LINKS

Barbian, Elke; Werth, Inge (1997): Schwangerschaft als Risiko – Zur Entwicklung der Schwangerenvorsorge in Ost- und West-Bezirken Berlins. Frauen & Gesundheit. Ausgabe 11/1997.

BMGF (2005): Österreichischer Frauengesundheitsbericht 2005. Wien. www.bmg.gv.at/cms/site/attachments/2/7/3/CH0774/CMS1114154451979/oesterreichischer_frauengesundheitsbericht_2005__langfassung.pdf (10.9.2010).

BzGA (2010): Kriterien guter Praxis in der Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten. Ansatz – Beispiele – Weiterführende Informationen. Köln.

Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) (2009): Abstractband der ExpertInnentagung Gesundheitsförderungsforschung in Österreich – Aktuelle Entwicklungen und Zukunftsthemen.

Netzwerk Lebensbeginn (2008): Positionspapier www.virgil.at/fileadmin/user_upload/downloads/Broschuere_Mitglieder_Stand_2009_01.pdf (10.9.2010).

Österreichisches Familienportal www.fratz.at/trend_welt/132327_Lifestyle.htm?PHPSESSID=4ae990edd7f7a62b0b61ea7c024ed366 (10.9.2010).

Praxisdatenbank Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/?uid=2d869f0e3607011b85f0119333664dfb&id=main2 (10.9.2010).

SAGE Trainerhandbuch www.sage-eu.com/doc/pilottraining/sage_trainerhandbuch_deutsch.pdf (10.9.2010).

Schindele, Eva (1995): Schwangerschaft. Zwischen guter Hoffnung und medizinischem Risiko. Hamburg.

Schücking, Beate (2002): Generative Gesundheit von Frauen. In: Hurrelmann, Klaus; Kolip, Petra (Hg.): Geschlecht, Gesundheit und Krankheit. Männer und Frauen im Vergleich. Handbuch Gesundheitswissenschaften. Bern. S. 225–240.

Vereinte Nationen (UNCED) (1992): Agenda 21, Konferenz für Umwelt und Entwicklung von Rio de Janeiro 1992 www.agenda21-treffpunkt.de/archiv/ag21dok/kap06.htm (10.9.2010).

Weltgesundheitsorganisation (WHO) (1986): Charta zur Gesundheitsförderung. Ottawa. www.who.int/hpr/NPH/docs/ottawa_charter_hp.pdf (10.9.2010).

Weltgesundheitsorganisation (WHO) (2008): Closing the gap in a generation – Health equity through action on the social determinants of health. Genf. whqlibdoc.who.int/publications/2008/9789241563703_eng.pdf (10.9.2010).

Ziegenhain, Ute u.a (2010): Modellprojekt Guter Start ins Kinderleben. Werkbuch Vernetzung. (Hg.:) Nationales Zentrum Frühe Hilfen. Ulm.

LINKS ZU ÄHNLICHEN PROJEKTEN (10.9.2010):

www.partizipation.at

www.schutzengel-flensburg.de/

www.stadtteilmuetter.de/
www.knp-forschung.de/bot_projekte_idx-62_bmbf-01EL0809.html
Gesundheitsförderung durch Empowerment von Frauen im Setting Stadtteil - Evaluation des Projekts Stadtteilmütter in Berlin-Kreuzberg

www.fgoe.org/projektfoerderung/gefoerderte-projekte/FgoeProject_238198/677068
Vitamin R: Projektbericht Professionalisierung von FUN im Lichte der Gesundheitsförderung

www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/?id=main2&idx=2138&x=detail#gpvorgehen
Präventionsprogramm Lenzgesund. Vernetzte frühe Hilfen rund um Schwangerschaft, Geburt und erste Lebensjahre

ANHANG

ANHANG 1: DOKUMENTATIONSVORLAGE FÜR DIE HAUSBESUCHE

GEMEINDE/ORTSTEIL:
LAUFENDE NUMMER:
DATUM DES GESPRÄCHS:

FRAGEN

1. WIE GEHT ES IHNEN? WIE WÜRDEN SIE IHRE MOMENTANE LEBENSSITUATION BESCHREIBEN?

Selbsteinschätzung: sehr gut, gut, geht so, schlecht
Einschätzung durch die MIA-Mitarbeiterin
Ist zu Hause
Ist berufstätig außer Haus. Wie viele Stunden, wie weit weg?
Hilft in der Landwirtschaft/im Familienbetrieb. Wie viele Stunden?
Organisiert den Hausbau
Betreut andere Familienmitglieder – Eltern, Großeltern
Hat Freizeit wie oft und wofür?
Ist mobil/nicht mobil – eigenes Auto, Mitfahrgelegenheit, Öffentliche Verkehrsmittel
Was macht der Partner?
Ist in ein soziales Netz eingebunden. Wie groß?
Plant einen Wiedereinstieg. Wann, warum?

2. WIE IST DIE FAMILIENARBEIT BEI IHNEN AUFGETEILT?

Was macht PartnerIn? Wie oft? Zu welcher Gelegenheit?

3. WOHER BEKOMMEN SIE UNTERSTÜTZUNG?

Wie oft? Wozu? (ÄrztInnentermine, Berufstätigkeit, Kaffehausbesuch, Einkaufen, FriseurIn)

Familie – unterscheiden zwischen Eltern und Schwiegereltern
FreundInnen
NachbarInnen
Tagesmutter
Kinderkrippe
Kindergarten
Sonstiges
Gründe, Unterstützung anzunehmen, zu erbitten, zu organisieren

4. FALLS ÄLTERE KINDER:

Unterschied zwischen erstem und zweitem Kind

5. SIND SIE ZUFRIEDEN, ODER GIBT ES ETWAS, DAS SIE SICH DARÜBER HINAUS WÜNSCHEN WÜRDEN?

Finanziell
Leben auf dem Land
Angebunden sein

6. WAS STÖRT SIE AN IHRER JETZIGEN SITUATION?

7. KÖNNTEN SIE SICH VORSTELLEN, SELBST IN DER GEMEINDE ETWAS ZU TUN?

Was wissen Sie, was für andere auch wichtig sein könnte?

PERSÖNLICHE DATEN

Alter
Familienstand/Lebenssituation: verheiratet, allein lebend, mit PartnerIn, aber unverheiratet, mit Eltern, Schwiegereltern im gleichen Haus
Wohnsituation: Wohnung, Einfamilienhaus, Mehrgenerationenhaus, Landwirtschaft
Kinder: Anzahl, Alter
Ausbildung
Beruf vor dem Kind
Wiedereinstieg geplant?

HINTERGRUNDINFORMATION/ANMERKUNGEN:

WAS WIRD ALS RESSOURCE WAHRGENOMMEN?

SCHLAGWORTE

ANHANG 2: FÖRDERUNG VON PROJEKTEN AUS DEM AKTIONSTOPF DES PROJEKTES MIA – MÜTTER IN AKTION

Mit **MIA – Mütter in Aktion** hat sich das Frauengesundheitszentrum zur Aufgabe gestellt, schwangere Frauen und Mütter von Babys darin zu stärken, selbst aktiv zu werden und in ihren Gemeinden unterstützende Lebensbedingungen für Frauen rund um die Geburt eines Kindes und die ersten gemeinsamen Jahre mit dem Baby zu schaffen. Denn nur sie selbst wissen genau, was sie brauchen.

Beauftragt wurde das Frauengesundheitszentrum dazu vom Fonds Gesundes Österreich und der Gesundheitsplattform Steiermark.

Zur Unterstützung dieses Anliegens wird ein Aktionstopf in der Höhe von 15.000 € pro Bezirk eingerichtet. Er soll mithelfen, in den Bezirken speziell nach den Wünschen und Bedürfnissen der Frauen ausgerichtete Angebote zu entwickeln und auszuprobieren.

Die dabei gemachten Erfahrungen sollen dokumentiert und für weitere Projekte zur Verfügung gestellt werden.

Ein Projekt ist für uns ein zeitlich begrenztes Vorhaben wie etwa ein Fest, eine Veranstaltung, ein Kurs …

Die maximale Förderungshöhe pro eingereichtem Projekt beträgt 2000€.

FÖRDERRICHTLINIEN

- Die Projekte sollen einen Beitrag dazu leisten, die Ziele von MIA – Mütter in Aktion umzusetzen. Es soll
  - die Lebensqualität und das Wohlbefinden von schwangeren Frauen und Müttern von Babys auf Gemeinde ebene erhöhen,
  - Frauen stärken und ermutigen, die eigenen Bedürfnisse wahr zu nehmen und ihre Gemeinde/Region mitzugestalten,
  - regionale ExpertInnen und AnbieterInnen von Dienstleistungen für schwangere Frauen und Mütter von Babys und den Frauen selbst vernetzen,
  - für die Anliegen der Gesundheitsförderung speziell für schwangere Frauen und Mütter von Babys auf politischer und struktureller Ebene sensibilisieren,
  - durch Zusammenarbeit die Rahmenbedingungen und Strukturen gemeinsam mit den Frauen verändern und entwickeln.
- Deshalb sollen die Projekte dieselben Zielgruppen wie MIA – Mütter in Aktion ansprechen
  - Frauen, die sich in der Phase der Familiengründung befinden, schwangere Frauen, Frauen mit Babys,
  - ExpertInnen sowie AnbieterInnen von Dienstleistungen für die oben beschriebene Gruppe von Frauen,
  - PolitikerInnen, MitarbeiterInnen von Institutionen, Vereinen, Kirchen, Initiativen in der Gemeinde.
- Einreichen können Frauen dieser Zielgruppe aus den Bezirken Leibnitz und Liezen.
- Im Rahmen von MIA – Mütter in Aktion können einmalige Projekte oder Teile eines langfristig angelegten Projektes unterstützt werden.
- Das Projekt soll in dem Zeitraum zwischen Oktober 2009 bis Juni 2010 durchgeführt werden. Es ist wichtig, dass der Zeitraum in der Antragstellung fest steht. In jedem Fall muss das Projekt bis Ende Juni 2010 abgeschlossen sein.
- Finanziert werden ausschließlich Sachkosten wie
  - ReferentInnenhonorare,
  - Kinderbetreuung (Stundensatz 10€); für Frauen, die an einer Veranstaltung teilnehmen, aber auch für die antragstellenden Frauen selbst, während sie das Projekt durchführen,
  - Kilometer-Geld (0,36 € pro km); in einem Fahrtenbuch muss dafür Start und Ziel, Zeitangabe, Kilometerstand und der Grund jeder Fahrt dokumentiert werden,

- Layout und Druckkosten von Unterlagen für die Öffentlichkeitsarbeit: Flugblatt, Plakat etc., mit Rechnung,
- Einrichten einer Website mit Rechnung,
- Bewerbung durch Anzeigenschaltung mit Rechnung bis maximal 150 €,
- Dolmetschkosten oder Kosten für Übersetzung,
- Teilnehmerinnenbeiträge für passende Veranstaltungen,
- projektbezogene Sachkosten mit Rechnung auf den Namen Aktionstopf MIA – Mütter in Aktion (wie Arbeitsmaterialien, Imbiss).

- Nicht finanziert werden Personalkosten und Honorare für Leistungen, die die Antragstellerinnen selbst erbringen.

AUSWAHLKRITERIEN

- Einhaltung dieser Förderrichtlinien und
- Übereinstimmung mit den Zielen und Zielgruppen von MIA – Mütter in Aktion: Das Projekt leistet einen Beitrag dazu, die Lebensqualität von schwangeren Frauen und Müttern von Babys im Bezirk zu erhöhen.
- Das Konzept ist nachvollziehbar. Die Umsetzung scheint realistisch.
- Es gibt eine nachvollziehbare und realistische Budgetierung der Einnahmen und Ausgaben. Allfällige andere GeldgeberInnen müssen angegeben und bereits zugesagte Gelder vermerkt werden.
- Die projekteigenen Ziele verfolgen eine Idee und Vision: Was möchte ich mit meinem Vorhaben für schwangere Frauen oder Mütter von Babys verändern, erreichen?
- Das Projekt ist nicht kommerziell oder auf Gewinn ausgerichtet.
- Das Projekt ist im Bezirk angesiedelt und bezieht eine oder mehrere Gemeinden mit ein.
- Das Projekt zielt auf Nachhaltigkeit ab. Mit dem Vorhaben möchte die Antragstellerin etwas bewirken, das längerfristig, also über das Projekt hinaus, anhalten soll.
- Das Projekt wird von Frauen aus der Zielgruppe eingereicht.
- Das Projekt wird mit Beteiligung von weiteren Frauen und Müttern entwickelt und durchgeführt. Es erfolgt ein Austausch unter den Frauen.

DURCHFÜHRUNG DER FÖRDERUNG

1. Einreichung des vollständig ausgefüllten Antrags bis 31. August 2009 an: Frauengesundheitszentrum, Projekt MIA – Mütter in Aktion, Joanneumring 3, 8010 Graz.
2. Die eingerechten Anträge werden vom MIA – Mütter in Aktion Projektteam nach unten benannten Kriterien ausgewertet.
3. Klärung eventuell offener Fragen mit dem MIA – Mütter in Aktion-Projektteam.
4. Im Rahmen eines Mütterkaffees im September werden die Frauen eingeladen, die Anträge zu bewerten, ihre Meinungen und Stellungnahmen dazu abzugeben.
5. Die Entscheidung über die Vergabe erfolgt Ende September durch die Projektleiterin von MIA- Mütter in Aktion, Dr.in Brigitte Steingruber, und durch die Geschäftsführerin des Frauengesundheitszentrums, Mag.a Sylvia Groth.
6. Übermittlung der begründeten Zusage oder Absage an die Antragstellerinnen. Bei einer Absage ist eine neuerliche Einreichung bei entsprechender Veränderung des Antrags möglich.
7. Die Mitarbeiterinnen von MIA – Mütter in Aktion unterstützen einreichende Frauen im Rahmen der monatlich stattfindenden Frauengruppe (Bezirk Leibnitz) oder durch Einzelcoaching im Ausmaß von maximal fünf Stunden vor Projektbeginn, fünf Stunden während der Projektlaufzeit und fünf Stunden zur Nachbereitung (Bezirk Liezen) und durch Weiterverweis.
8. In begründeten Fällen ist eine teilweise Vorauszahlung möglich.
   Die endgültige Abrechnung mit den Originalrechnungen, dem Bericht über die erreichten Ziele, die gesetzten Maßnahmen, die Beteiligten und die Erfolge ist bei der endgültigen Abrechnung vorzulegen.

VERPFLICHTUNG FÜR GEFÖRDERTE PROJEKTE

- Durchführung des Projektes laut Antrag und
- Dokumentation und Abrechnung spätestens vier Wochen nach Projektende.
- In allen Veröffentlichungen muss die Finanzierung über den Aktionstopf von MIA – Mütter in Aktion offengelegt sein. Ein diesbezügliches Logo wird von dem Frauengesundheitszentrum zur Verfügung gestellt.

ANHANG 3: ANTRAGSFORMULAR FÜR DIE EINREICHUNG VON KLEINPROJEKTEN

PROJEKTTITEL

Beschreibe das Projekt mit einem treffenden Namen.

(Hier eintragen!)

PROJEKTZIEL

Was willst du konkret mit dem Projekt erreichen?

(Hier eintragen!)

PROJEKTABLAUF

Beschreibe, in welcher Reihenfolge welche Schritte durch wen gesetzt werden.

(Hier eintragen!)

PROJEKTKOSTEN

Was wird das Projekt voraussichtlich insgesamt kosten? Führe bitte alle Kosten, etwa externe Honorarkosten, Materialkosten, Fahrtkosten oder Sonstiges an.

(Hier eintragen!)

FINANZIERUNG

Mit welchen Mitteln wird das Projekt finanziert? (etwa Eigenmittel, Eigenleistungen, Sponsoren, Gemeindezuschuss, Projektfonds, Spenden, Teilnahmegebühren oder sonstige Beiträge)

(Hier eintragen!)

Zur Unterstützung bei der Erstellung der Kalkulation gibt es eine Musterkalkulation!

PROJEKTSTART

(Hier eintragen!)

PROJEKTENDE GEMEINDE

(Hier eintragen!)

PROJEKT-VERANTWORTLICHE

Name, Adresse, Telefon, E-Mail-Adresse (falls vorhanden), Tätigkeit/Ausbildung

(Hier eintragen!)

WEITERE BETEILIGTE

Name, Adresse,
Telefon, E-Mail

(Hier eintragen!)

ANTRAGS-STELLERIN

(falls nicht mit der Projekt-veranwortlichen ident)
Name, Adresse,
Telefon, E-Mail-Adresse (falls vorhanden),
Tätigkeit/Ausbildung

(Hier eintragen!)

Im Falle der Zusage verpflichte ich mich, die Förderrichtlinien anzuerkennen.

Ort, Datum

Unterschrift

ANHANG 4: THEMENVORSCHLÄGE FÜR MÜTTER-CAFÉS

THEMENVORSCHLÄGE FÜR INTERKULTURELLE MÜTTECAFÉS

- Kennenlernen, Wünsche
- Familie heißt für mich
- Feste im Jahreslauf
- Winterspaziergang und Spiele im Schnee
- Rund um das Thema Geburt
- Die Sozialarbeiterin stellt sich vor und berichtet über ihre Arbeit
- Gesundheit bedeutet für mich
- Stadtführung

THEMENVORSCHLÄGE FÜR MÜTTECAFÉS

- Ein Kind verändert mein Leben
- Geburtserfahrungen
- Kochen für Kinder im Sommer
- Kind und Beruf
- Was kostet ein Baby?
- Was mich stark macht
- Das erste Lebensjahr
- Halloween – Spaß oder Ärgernis
- Kinderreime alt und neu
- Empfängnisverhütung
- Stress raus – Entspannung rein
- Rezeptbörse Weihnachtskekse
- Grüne Insel Irland – Reisen mit Kind
- Kinderbetreuung
- Mein Körper und ich
- Interkulturelles Zusammenleben
- Fremdsprachen spielerisch lernen – für Eltern und Kinder
- Kraftquellen im Alltag
- Freizeitangebote für Familien und Kleinkinder in der Region
- Picknick am Spielplatz
- Spielzeugtauschbörse
- Erfahrungen rund um Schwangerschaft und Geburt
- Verhütung
- Österreich liest, Besuch in der Bücherei
- Gibt es noch Nachbarschaftshilfe?
- Was ist Kinderschutzarbeit?
- Beruf Tagesmutter
- Besuch im Seniorenzentrum
- Gemeinsames Keksebacken
- Gemeinsames Spielen und Singen
- Familienfeste
- 20 Monate Müttercafé: Rückblick und Ausblick
- Alles Familie
- Hören und Staunen, Spiele mit Geräuschen
- Welche Erziehungsziele sind mir wichtig
- Frauen dürfen Nein sagen

- Spiele im Schnee
- Internationaler Frauentag
- In der Erziehung Grenzen setzen
- Kräuter auf der Fensterbank
- Das Frauenschutzzentrum stellt sich vor

LIEBLINGSSPIELE AUS DEN MÜTTERCAFES IN ROTTENMANN:

MÜLLER, MÜLLER SACKERL!
Müller, Müller Sackerl,
wir werfen's übers Bacherl,
wir werfen's übers Müllerhaus,
da rinnt das ganze Mehl heraus.

Kind wird in Decke gelegt, an den vier Ecken der Decke gehalten und leicht zum Text geschaukelt. Zum Schluss lässt man das Kind vorsichtig auf den Boden rollen.

RI- RA- RUTSCH,
wir fahren mit der Kutsch,
in der Kutsche fahren wir,
auf dem Esel reiten wir,
wir fahren mit der Kutsch,
ri- ra- rutsch.

Kind sitzt mit dem Gesicht zu uns gewandt auf den Knien und wird mit den Händen festgehalten, Bewegung im Rhythmus des Textes.

RINGA, RINGA REIHE,
sind der Kinder dreie,
sitzen unterm Hollerbusch,
machen alle husch, husch, husch.
Kommt die weiße Fledermaus, hebt uns alle wieder auf.

Ringa, Ringa reihe,
Supperl steht am Feier.
Supperl geht schon über,
sitzen alle nieder.
Kommt die weiße Fledermaus,
hebt uns alle wieder auf.

Bei diesem sehr beliebten Kinderlied gibt es viele unterschiedliche Varianten.
Ähnlich dazu aus der Türkei, verschriftlicht von Kevsa Keskin, Rottenmann.

MINI MINI BIR KUŞ
Mini mini bir kuş doğmuştu
Pencereye konmuştu
Aldım onu içeriye
Cik Cik Cik Cik ötsün diye
Pır pır ederken canlandı
Ellerim bak boş kaldı.