

„BIG“- Projekt in Großostheim nimmt Fahrt auf

Großostheim. (eB) Seit Mai 2013 nimmt die Gemeinde Großostheim am Projekt "BIG-kompetenz" teil. "BIG" ist die Abkürzung für "Bewegung als Investition in Gesundheit" und wurde vom Institut für Sportwissenschaft und Sport der Universität Erlangen-Nürnberg mit Unterstützung des Bayerischen Staatsministeriums für Umwelt und Gesundheit (StMUG) entwickelt. Teilnehmer sind bayerische Städte und Gemeinden, die neue Wege bei der Gesundheitsförderung und Integration von Frauen mit Migrationshintergrund und deutschen Frauen in schwierigen Lebenslagen beschreiten möchten.

Das BIG-Projekt hat das Ziel, das auch die teilnehmenden Frauen durch Bewegung körperlichen Risiken vorbeugen, z.B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Krebs, Bluthochdruck oder Übergewicht. Aber es geht auch um die Entwicklung von Selbstvertrauen und sozialer Unterstützung.

Das ist die größte Herausforderung von BIG: Diejenigen für Bewegung zu gewinnen, die es am nötigsten haben, aber am schwierigsten zu erreichen sind. Besonders wichtig ist bei BIG, dass die beteiligten Frauen in die Planung und Vorbereitung der Angebote einbezogen werden und dadurch auch Kenntnisse und Fähigkeiten erwerben, um sich in den Strukturen von Sportangeboten, Vereinen und Verantwortlichkeiten zurecht zu finden.

Im Sommer 2013 hat das BIG-Projekt in Großostheim an "Fahrt" gewonnen. In bisher zwei Planungssitzungen mit Frauen aus der Zielgruppe, Sportaktiven, Vertretern der Kommunalpolitik aus dem Gemeinderat sowie des TV Großostheim wurden die Grundzüge des Projekts in Großostheim ausgearbeitet. Der TV ist über sein ohnehin vielfältiges Bewegungsangebot hinaus bereit, ausschließliche BIG-Kurse mit seinen Übungsleiterinnen zu konzipieren. Kurse, die nicht an einen Verein angebunden werden, laufen vorerst über das Mehrgenerationenhaus Mosaik. Weiterer Kooperationspartner ist die AOK Aschaffenburg.

BIG startete Anfang Oktober mit ersten Bewegungsangeboten aus dem Bereich des Freizeitsports. Die ersten Frauen besuchten die bereits langjährig bestehende Gymnastikgruppe der "Montagsturnerinnen" in Ringheim. Die Information und Gewinnung weiterer Frauen der Zielgruppe hat in der jetzigen Phase zentrale Bedeutung im Projekt. Mit einem ersten Flyer wurde in den letzten Tagen bei Multiplikatoren (z.B. Ärzten, Kindertageseinrichtungen, Alleinerziehendenberatung, Schulen) in Großostheim und geeigneten Landkreisstellen für das Projekt geworben. Die Verteilung und der direkte Kontakt mit den Ansprechpartnern wird durch Projektkoordinator Bernd Noack im Infoladen Ringheim übernommen. Der Flyer dient zur Darstellung des Projektes bei der jeweiligen Stelle. Darüber hinaus wird er an Frauen der Zielgruppe gezielt ausgegeben, damit sie sich im Infoladen melden. Konkret durchgeführt wird das BIG-Projekt durch das Mosaik Mehrgenerationenhaus Bachgau, insbesondere das Quartiersmanagement der Sozialen Stadt im Infoladen Ringheim.

BIG braucht Ihre Hilfe:

Einige Frauen wollen Fahrrad fahren lernen. Das BIG-Projekt möchte diesen Wunsch gern aufgreifen. Deshalb suchen wir mindestens ein gebrauchtes Damenrad in der Größe 26 Zoll. Das Rad sollte einen leichten Einstieg haben und gut erhalten sein, so dass keine Reparaturen durchgeführt werden müssen.

Bitte wenden Sie sich mit ihrer Fahrradspende oder allgemeinen Fragen zum "BIG-Projekt" an den Infoladen Ringheim, Bernd Noack, Anne-Frank-Straße 12d, 63762 Großostheim, Telefon: 06026/ 999229

E-Mail: bernd.noack@mosaik-bachgau.de