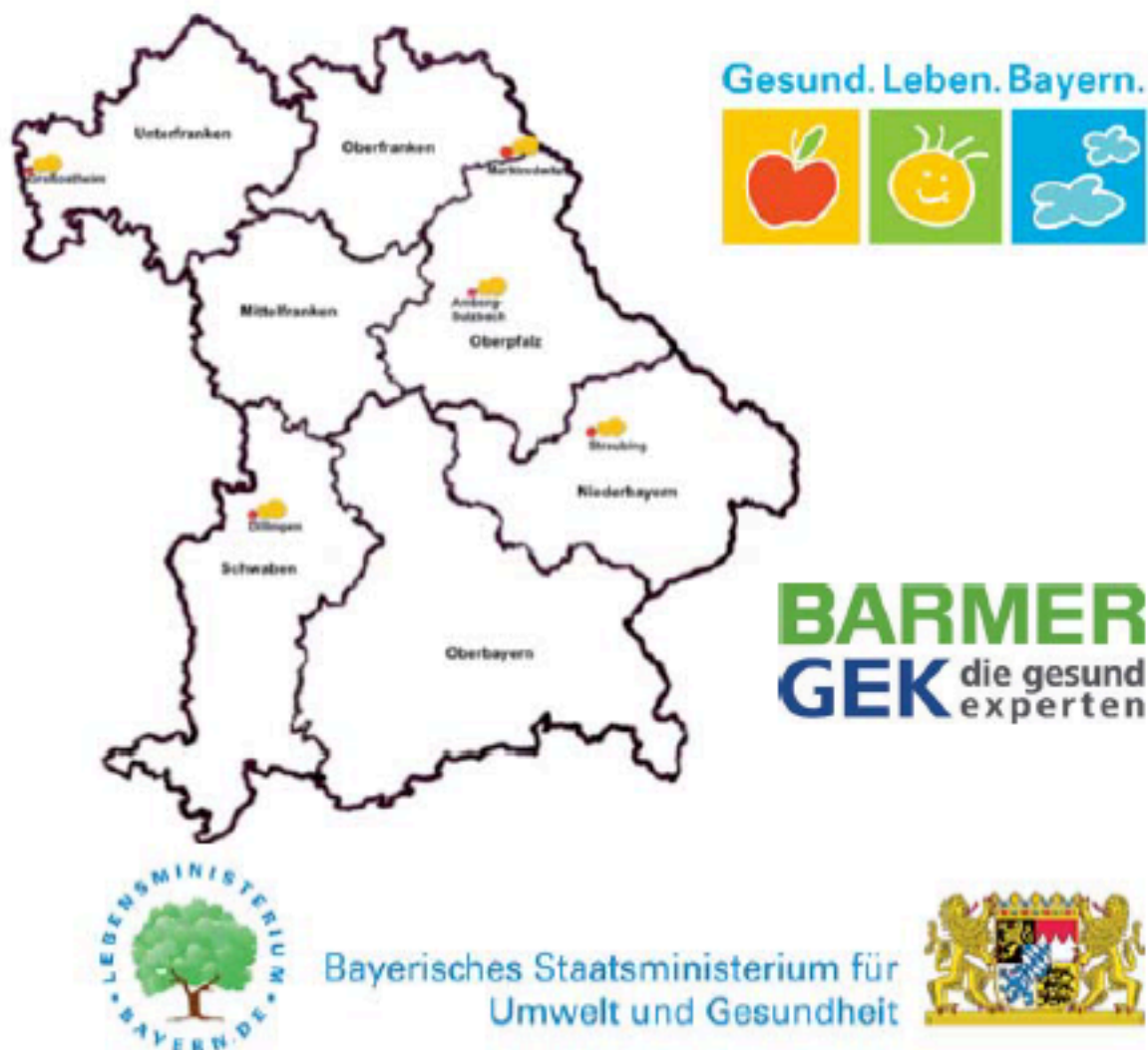


BIG – Projekt in Großostheim

Was ist das BIG- Projekt? Es hat nicht etwas mit Größe oder Gewichtigkeit zu tun, was in den kommenden Monaten in Großostheim versucht wird. „BIG“ ist die Abkürzung für das Projekt „Bewegung als Investition in Gesundheit“. Das BIG-Kompetenzzentrum des Instituts für Sportwissenschaft und Sport der Universität Erlangen-Nürnberg hat für das vom Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit (StMUG) geförderte Projekt „BIG.kompetenz“ bayerische Kommunen gesucht, die neue Wege bei der Gesundheitsförderung und Integration von Frauen mit Migrationshintergrund und deutschen Frauen in schwierigen Lebenslagen beschreiben möchten. Im Januar 2013 hat sich das Institut für Sportwissenschaft und Sport für fünf Partnerkommunen für das Projekt BIG.kompetenz entschieden. Neben Großostheim als kleinster Gemeinde kamen Amberg-Sulzbach, Dillingen, Marktredwitz und Straubing in die Auswahl.



Die Kommunen werden den BIG-Ansatz zur Bewegungsförderung gemeinsam mit den Frauen aus der Zielgruppe und Partnern aus dem Bereich Prävention, Gleichstellung, Integration und Sport bei sich vor Ort umsetzen. Hierfür werden sie mit einer Anschubfinanzierung durch das StMUG im Rahmen der Gesundheitsinitiative Gesund.Leben.Bayern unterstützt. Durch die Teilnahme an dem Projekt BIG.kompetenz erhalten die beteiligten Kommunen die Chance, den erfolgreich erprobten BIG-Ansatz bei sich vor Ort unter wissenschaftlicher Begleitung umzusetzen und eine Vorreiterrolle in der Gesundheitsförderung zu übernehmen.

Das BIG-Projekt hat das Ziel, dass die Frauen an den positiven Effekten von Bewegung teilhaben, von denen sie bisher noch nicht profitieren, z.B. Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Krebs, Vermeidung von Bluthochdruck und Übergewicht, Linderung von z.B. Rückenschmerzen, Entwicklung von Selbstvertrauen und sozialer Unterstützung. Das ist die praktische Herausforderung von BIG: Diejenigen für Bewegung zu gewinnen, die es am nötigsten haben, aber am schwierigsten zu erreichen sind.

Konkret durchgeführt wird das Projekt in Großostheim durch das Mosaik Mehrgenerationenhaus Bachgau, insbesondere das Quartiersmanagement des Programms Soziale Stadt Ringheim. Besonders wichtig ist bei BIG, dass die Frauen, die mitmachen wollen, direkt 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.