Institut für Bildung in der Informationsgesellschaft

Zwischenbericht

Evaluation des Projekt 3F – Fit for Family

IBI – Institut für Bildung in der Informationsgesellschaft gGmbH

Jenny Hayes

Berlin, November 2024

Inhaltsverzeichnis

1. Evaluation des Projekts 3F – Fit for Family 1
2. Ergebnisse der Evaluation 2
2.1. Die Evaluationsworkshops 2
2.2. Themen im 3F-Projektteam 2
Verlängerung der Begleitung 2
Zugang zu Familien zwecks Befragung 3
Zugang zu Netzwerken und Unterschiede der Projektstandorte 3
2.3. Entwicklungen in der Projektstruktur 3
2.4. Die Befragungen 5
Das Anliegen von 3F – Fit for Family kommt gut an 5
Die FaBeLos als Kickstarter 5
Motivierte Steuerungsgruppen 5
Missverständnisse in der Kommunikation mit Projektakteur*innen 6
Kommunikation des Projektanliegens 6
Schwierigkeiten der Projektpartner*innen vor Ort 7
Verbesserungswünsche 7
Begrenzte Ressourcen und Personalmangel 7
Vernetzung und Kooperationsaufbau als zentraler Nutzen für die Projektakteur*innen 8
Erreichen der Zielgruppe 8
Die 3F-Materialien 9
Niedrigschwellige Bewegung als Thema gesetzt 9
3. Schlussfolgerungen für die Projektarbeit 10
4. Nächste Schritte der Evaluation 12
5. Anhang 13
5.1. Logisches Modell Stand November 2023 13

1. Evaluation des Projekts 3F – Fit for Family

Die Evaluation des Projekts 3F – Fit for Family wurde nach einer ersten zweijährigen Laufzeit von 2021 bis 2023 erneut für den Zeitraum 2023 bis 2025 beauftragt. Die Projektbegleitung baut auf dem Logischen Modell, das mit dem 3F-Team (und teilweise unter Beteiligung der Kaufmännischen Krankenkassen) erarbeitet wurde und bezieht die Erkenntnisse aus den Befragungen der vorhergehenden Evaluation mit ein.

Eine Übersicht der Aktivitäten und Erhebungen ist in der folgenden Tabelle dargestellt:

Auftaktworkshop mit den zentralen Projektakteur*innen mit Weiterentwicklung des Logischen Modells aus dem vorhergehenden Projektzeitraum, Absprache der Evaluationsschwerpunkte	November 2023
Begleitung der online-Befragung der FaBeLos (Gestaltung und Überarbeitung des Fragebogens)	April 2024
Leitfadengestützte qualitative telefonische Einzelinterviews mit den externen Akteur*innen (Projektbeteiligte und Kontaktpersonen) in der Projektregionen Göttingen und Hildesheim	Zeitraum Mai – November 2024
Gruppeninterview mit den zentralen Projektakteur*innen in der Projektregion Hildesheim	Juni 2024
Evaluationsworkshop zur Reflexion der Projektaktivitäten mit Revision des Logischen Modells, Rückmeldung von Ergebnissen	Juni 2024
Leitfadengestütztes qualitatives Interview mit dem Projektteam	November 2024
Zwischenbericht	November 2024

„3F hat sich wie ein fehlendes Puzzleteil in die Dinge gefügt, die es schon gibt."

2. Ergebnisse der Evaluation

2.1. Die Evaluationsworkshops

Im Rahmen des Auftaktworkshops im November 2023 wurde auf das in der ersten Evaluationsphase erstellte Logische Modell zurückgegriffen. Anhand dessen wurden die festgehaltenen Projektaktivitäten, die erwarteten Ergebnisse und Wirkungen der Aktivitäten, die geplant oder bereits umgesetzt waren, überprüft. Diese Überarbeitung des Logischen Modells überraschte die 3F-Mitarbeiterinnen dahingehend, dass das „alte" Modell unzureichend erschien und erheblicher weiterer Ergänzungen bedurfte. Zudem waren zu Beginn der Arbeit in den Projektregionen Baltrum, Hildesheim und Göttingen Fragen des Zugangs und die Belastungen durch den Wegfall mehrerer zentraler Ansprechpartner relevant. Der Fokus der Evaluation wurde erörtert und stärker auf die Effekte von 3F – Fit for Family auf Familien und Sozialraum festgesetzt.

Im Laufe des zweiten Evaluationsworkshops im Juni 2024 wurde das Logische Modell als Grundlage für die Entwicklung von Indikatoren für die Projekterfolge verwendet. Darüber hinaus wurden unterschiedliche Möglichkeiten der Gestaltung von Kooperationen zwischen Projektregionen und 3F erörtert. Dabei wurden spezifische Herausforderungen und konkrete praktische Antworten wie auch Fragen der professionellen Haltung besprochen und der Abbruch der Projektpartnerschaft mit Baltrum noch einmal analysiert.

2.2. Themen im 3F-Projektteam

Das 3F-Projektteam setzte sich im Verlauf der Arbeit an den Standorten Baltrum, Göttingen und Hildesheim mit unterschiedlichen und die Regionen übergreifenden Themen auseinander. Dabei war ein hohes Maß an Selbstreflexion und die Bereitschaft, das eigene Handeln in Frage zu stellen, zu beobachten. Die Herausforderungen, die die Umsetzung von 3F – Fit for Family mit sich brachte, wurden vertieft und äußerst zielorientiert reflektiert. Mögliche Handlungsalternativen wurden erörtert und teilweise im Projektverlauf bereits erprobt. Das Projektteam zeigte sich eingespielt und griff auf die Erfahrungen aus den bereits beendeten Standorten zurück.

Verlängerung der Begleitung

Das 3F-Projektteam trägt sich mit der Überlegung, ob eine Verlängerung der Projektbegleitungen sinnvoll ist. Die Zeit, die benötigt wird, um sich in der Region zu etablieren, das eigene Anliegen zu vermitteln und Arbeitsstrukturen aufzubauen, ist erheblich und verkürzt die eigentliche Umsetzungsphase der Aktivitäten, die auf die Zielgruppe gerichtet ist. Diese Erkenntnis wird untermauert durch Rückmeldungen aus der ersten Projektphase, aus der die Befragten der Steuerungsrunden einhellig von einer ausgeprägten Findungsphase bei Projektstart berichteten, die nötig war, um Strukturen wie Runde Tische und Steuerungsrunden zu initiieren und eine gemeinsame eigene Vorstellung zum Vorgehen in der Region zu erarbeiten. Zusätzlich

tragen die Jahreszeiten zu einer Strukturierung der Projektarbeit bei, die nicht umgangen werden kann: Netzwerke und Strukturen, die im Herbst/Winter fertig etabliert sind, können sich aufgrund von Faktoren wie Witterung, Krankheitswellen und auch Schließzeiten in den Sommermonaten weit weniger gut entwickeln als wenn die Aktivitäten im Frühling/Sommer beginnen können.

Zugang zu Familien zwecks Befragung

Verschiedene Wege der Befragung von Familien, Eltern, Begleitpersonen und Kindern, die die unterschiedlichen Angebote, die im Rahmen von oder in Kooperation mit 3F – Fit for Family entstehen, wurden bereits zu Beginn der Arbeit an den Standorten erörtert. Eine Befragung der teilnehmenden Familien hat bereits bei der Auftaktveranstaltung auf Baltrum stattgefunden. Die Evaluation berät 3F – Fit for Family weiterhin, um geeignete Tools und Methoden sowie Designs (qualitativer, quantitativer oder gemischter Zugang) zu finden, die Zielgruppe beispielsweise live vor Ort oder online zu befragen. Im Rahmen der Wirkungsorientierung wurde auch erörtert inwieweit Effekte wie die Wahrnehmung, dass Bewegungsangebote „gut tun", bei der Zielgruppe gemessen werden können.

Zugang zu Netzwerken und Unterschiede der Projektstandorte

Als weiteres Thema reflektierte das Team intensiv den Zugang zu den jeweiligen unterschiedlichen Projektregionen. Diese können sich aufgrund ihrer geografischen Lage, unterschiedlich etablierten Institutionen, dem Entwicklungsstand und Charakter der ausgeprägten Netzwerken sowie persönlicher Beziehungen und etablierten Kommunikationswegen teilweise stark unterscheiden. Auch im Verlauf der Zusammenarbeit kann es aufgrund von neuen Entwicklungen (Personalwechsel, Fördermöglichkeiten, Um- und Neubau) zu Veränderungen kommen, die sich auf die Zusammenarbeit mit 3F auswirken und die Bedarfe und Interessen der Kooperationspartner*innen beeinflussen. Diese Veränderungen können es erforderlich machen, die Klärung von Rollen, Zuständigkeiten und Kommunikationswegen auch im Verlauf der Projektarbeit neu zu justieren.

2.3. Entwicklungen in der Projektstruktur

Zum Auftakt der neuen Projektlaufzeit mit den Standorten Baltrum, Hildesheim und Göttingen ist 3F – Fit for Family mit der ersten Ausbildungsrunde von FamilienBewegungsLots*innen gestartet. Die Wahl dieses Einstiegs hat den Projektpartner*innen zufolge zu einer guten „*Greifbarkeit*" des 3F-Angebots beigetragen und „*frischen Wind*" in das Thema Qualifizierung gebracht. Die FaBeLos werden als wichtiger und innovativer Bestandteil von 3F – Fit for Family betrachtet: Das Interesse der regionalen Akteur*innen an dieser Ausbildung ist hoch und deckt den Bedarf an niedrigschwelligen Zugängen (zur Ausbildung wie auch zur Zielgruppe selbst). Darüber hinaus öffnen die FaBeLos die Standorte für das Anliegen niedrigschwellige Bewegung für alle an sich und steigern Aufmerksamkeit und Interesse für die Projektziele.

3F – Fit for Family hat kürzlich ein Beratungsangebot für Organisationen und Kommunen gestartet, das unterschiedliche Beratungsthemen anbietet und diese auf der 3F-Webseite auch erläutert. Die Nutzung dieses Angebots wird von der Evaluation weiter verfolgt und die Rolle

der Beratung für eine mögliche Verlängerung der Standortbegleitung sowie eventuelle weitere Aspekte erörtert.

2.4. Die Befragungen

Die Ergebnisse der Gruppen- und Einzelinterviews werden im Folgenden thematisch zusammengefasst wiedergegeben.

Das Anliegen von 3F – Fit for Family kommt gut an

> *„Über die Kinder bekommen wir auch die Familien, besonders an Brennpunkten funktioniert das so."*

Auch wenn die Befragten unterschiedliche Schwierigkeiten bei der Umsetzung berichten, kommt das originäre Anliegen von 3F gut an. Besonders die Niedrigschwelligkeit und Anpassungsfähigkeit der Bewegungsimpulse wird positiv bewertet. Durch diesen Ansatz könnten Zielgruppen aktiviert werden, die sonst nicht erreicht werden und Räume (auch Zeit-Räume) genutzt werden, die sonst „unbespielt" bleiben. Durch diese Art, Bewegung neu zu denken und zu initiieren, könnten Lücken in der Angebotslandschaft geschlossen werden und Zielgruppen erreicht werden, die dann bei entsprechenden Gelegenheiten in Aktivitäten mit einbezogen werden. So können beispielsweise Kinder(gruppen) in Übergangs- und Wartesituationen aktiv werden und Eltern/Begleitpersonen, die normalerweise nur auf ihre Kinder warten und passiv (z.B. am Handy) ausharren, in ein Bewegungsangebot zusammen mit den Kindern integriert werden. Häufig handelt es sich dabei um Erwachsene, die selbst einen Bedarf an Bewegungsförderung haben, aber alleine nicht für die Teilnahme an einem Bewegungsangebot erreichbar wären.

Die FaBeLos als Kickstarter

Die FamilienBewegungsLots*innen fungieren quasi als Kickstarter für 3F – Fit for Family an den neuen Standorten. Das Angebot der FaBeLo-Ausbildung schafft (zunächst auch kostenlos) einen konkreten Mehrwert für die Teilnehmenden und streut das Projektthema in der Region. Wird die FaBeLo-Ausbildung spezifisch auch für Fachkräfte angeboten, sollten laut Rückmeldung einzelner Befragter auch die Inhalte angepasst werden, um die bereits vorgebildeten Teilnehmenden nicht zu sehr mit bereits bekannten Themen zu konfrontieren. Einzelne Projektpartner*innen wünschen sich noch mehr praktische Beispiele und Module in der Ausbildung und die Ausweitung auf das Setting Pflege und die Arbeit mit Senior*innen.

Motivierte Steuerungsgruppen

In den Steuerungsgruppen saßen laut Aussage der Befragten die „richtigen Leute", die sich sehr engagiert der gemeinsamen Sache widmeten. Die Stimmung war positiv und es wurde zielorientiert ausgelotet, an welchen Stellen in der Region Bedarfe noch nicht gedeckt waren. Dabei funktionierte die Integration des Projekts in die vorhandenen Netzwerke nach Ansicht eines Teils der Befragten schnell und gut. Der wichtigste Nutzen der Steuerungsrunden war die Vernetzung der Teilnehmenden untereinander und der Aufbau von Kooperationen in die Projektregion hinein. Darüber hinaus wurde der Zugang zu Ressourcen im Stadtteil wie beispielsweise Sportstätten oder auch personelle Kapazitäten für Bewegungsinitiativen erschlossen. Innerhalb der Steuerungsgruppen konnte auch das Thema der Präsentation des Projekts 3F –

Fit for Family nach außen, also weiteren Akteur*innen sowie der Zielgruppe gegenüber erörtert werden, was sich aufgrund der (für Nutzer*innen verwirrenden) Vielzahl der Angebote von unterschiedlichen Organisationen und Kooperationen schwierig gestaltete.

Missverständnisse in der Kommunikation mit Projektakteur*innen

Im Gegensatz zur Evaluation der Vorgängerlaufzeit schilderten einige Personen Kommunikationsprobleme zwischen dem 3F-Projektteam und den Partner*innen an den jeweiligen Standorten. In einer Region bezog sich dies vor allem auf die Vereinbarung von Terminen, welche aufgrund (zu) geringer Vorlaufzeit (von Seiten des 3F-Teams) oder aufgrund der sehr unterschiedlichen Verfügbarkeit und Arbeitszeiten der haupt-, neben- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden schwierig waren. Einzelne Andere berichteten von Erwartungen an 3F – Fit for Family (beispielsweise im Einzelfall die Hoffnung auf personelle Ressourcen), die durch eine missverständliche Kommunikation geweckt wurden und in der Folge zu Enttäuschungen der Projektpartner geführt hatten. In keiner Weise wurden dabei die 3F-Mitarbeiterinnen persönlich kritisiert, sondern die Arbeit des Projektteams und dessen Bereitschaft, sich auf die jeweiligen Akteur*innen einzustellen, wurde im Allgemeinen gelobt:

> *„Man wird in jede Planung mit einbezogen; jeder Vorschlag, jede Idee wird aufgenommen und besprochen."*

Anders entwickelte sich die Zusammenarbeit auf der Insel Baltrum. Trotz anfänglicher Schwierigkeiten des 3F-Teams, einen Zugang zur den Strukturen auf der Insel zu bekommen, konnte eine erfolgreiche Auftaktaktion vor Ort durchgeführt werden. Trotzdem kam es im Frühsommer 2024 zum vollständigen Projektabbruch von Seiten des verantwortlichen Partners auf Baltrum, der schilderte, in der Kommunikation zwischen den Akteurinnen grob übergangen worden zu sein, obwohl er deutlich darauf hingewiesen hatte, dass er als Zugangstor zur Insel über alle Vorgänge informiert werden müsse.

Im Gegensatz zur vorhergehenden Projektlaufzeit wurden damit erstmals Kommunikationsprobleme von Seiten der Befragten mitgeteilt.

Das 3F-Projektteam setzte sich ausführlich intern, aber auch in Zusammenarbeit mit der Evaluation, mit dem Projektabbruch, der möglichen eigenen Beteiligung und Möglichkeiten, Ähnliches in Zukunft zu verhindern, auseinander.

Kommunikation des Projektanliegens

Die Befragten berichteten im Vergleich zur vorhergehenden Evaluation deutlich weniger von Schwierigkeiten, Ansatz und Ziele von 3F – Fit for Family zu begreifen und in ihren Netzwerken an die Kooperationspartner*innen und Zielgruppen zu vermitteln. Dies kann auf die gewachsene Erfahrung des Projektteams zurückzuführen sein, das möglicherweise noch besser in der Lage ist, die Stoßrichtung von 3F zu vermitteln und möglichen Missverständnissen oder Unklarheiten zuvorzukommen – was gleichermaßen für die einbezogenen Projektpartner*innen gelten könnte, die – gut gebrieft – das Anliegen auch an die Kontaktpersonen im Netzwerk vermitteln können. Die Mitarbeiterinnen von 3F setzten sich darüber hinaus immer wieder mit dem eigenen Kommunikationsverhalten und der Frage, ob dieses ausreichend auf die jeweiligen Netzwerkpartner*innen zugeschnitten ist, auseinander.

Schwierigkeiten der Projektpartner*innen vor Ort

Als Hinderungsgrund für die Umsetzung von Bewegungsangeboten schilderten einige Befragte zum einen die Sorge von Erziehungspersonen, die Bewegungsangebote initiieren wollen, nicht ausreichend qualifiziert zu sein – zum anderen bestehe Unsicherheit darüber, welche Person die Aufsichtspflicht innehabe, wenn Angebote für Erwachsenen und Kinder gemeinsam angeboten werden. Diese Hemmnisse zu beseitigen und über die Aufsichtspflicht der Eltern bei gleichzeitiger Anwesenheit mit den Kindern aufzuklären, sollte auch Teil der Arbeit von 3F sein.

Verbesserungswünsche

Neben der Entlastung von Tätigkeiten der Projektorganisation wünschen sich die Akteur*innen noch niedrigschwelligere Materialien, die möglichst auch mehrsprachig und in Leichter Sprache verfügbar sind. Außerdem könnte die zusätzliche Nutzung von bereits vorhandenen niedrigschwelligen Materialien anderer Anbieter nützlich sein (z.B. LuckyMotion Bewegungsbox). Angeregt wurde zusätzlich die verstärkte Verwendung von beispielhaften Angeboten, zum einen, um das Angebot besser verstehen und verbreiten zu können, zum anderen, um modulhafte Bewegungsideen wie beispielsweise die Bewegte Abholzeit mit den zugehörigen Schildern zu verbreiten und auch in andere Settings wie (bewegte) Pausen oder (bewegte) Räume zu integrieren. Eine Kiste mit Materialien könnte den Einrichtungen zur Verfügung gestellt werden, und die Mitarbeitenden von den FaBeLos in der Nutzung beraten und unterstützt werden. Weiterhin wurde die Idee geäußert, die FaBeLo Schulung noch weiter zu verkürzen (beispielsweise auf nur 9 Lerneinheiten), da die Teilnehmenden zeitlich sehr eingeschränkt seien.

Begrenzte Ressourcen und Personalmangel

> *„Personen bewegen, auch Institutionen bewegen geht nur mit Personal vor Ort."*
>
> *„Nachhaltigkeit braucht Macher*innen vor Ort, die bezahlt werden."*

In den Befragungen taucht immer wieder das Probleme des Personalmangels auf. Dies bezieht sich zum einen auf die Ressourcenprobleme der bereits in 3F involvierten Personen, die die Arbeit für Fit for Family zusätzlich zur ihrer eigentlichen Arbeit „nebenher" machen, zum Anderen könnten Personen in unterschiedlichen Beschäftigungsformen (haupt-, neben- und ehrenamtlich) nicht gleichermaßen in die Projektarbeit einbezogen werden. Das Ausscheiden von Beteiligten im Projektverlauf reiße oftmals große Löcher, die nicht ohne Weiteres ausgeglichen werden könnten. Ähnlich wie in bereits beendeten Regionen wurde der Wunsch geäußert, organisatorische Tätigkeiten für 3F von Seiten des 3F-Teams abzufedern. Das Werben für die Umsetzung von Bewegungsangeboten bei den Partner*innen vor Ort stößt ebenfalls häufig auf eine Angst vor Mehrarbeit. Dem begegnen die Akteur*innen damit, immer wieder die eigenen Vorteile bei der Umsetzung von kleinen Bewegungsimpulsen zu betonen, die in die Aktivitäten, die ohnehin bereits stattfinden, integriert werden können (beispielsweise eine bewegte Pauseneinheit während des Unterrichts).

Einzelne Befragte äußerten außerdem, von der teilweise hohen Anzahl von Teilnehmenden an Veranstaltungen mitunter überfordert zu sein. Auf der anderen Seite diene die Vernetzung innerhalb des Projekts auch dem Austausch und der Bündelung von Personalkapazitäten.

Vernetzung und Kooperationsaufbau als zentraler Nutzen für die Projektakteur*innen

„Ohne 3F wären die Leute nie zusammengekommen."

Ähnlich wie in der vorhergehenden Evaluation wurden die Vernetzung und der Aufbau von Kooperationsstrukturen in der Region als wesentlicher Nutzen der Teilnahme an 3F – Fit for Family beschrieben. Auch wenn es Stimmen gab, die die Kommunikation durch das 3F-Projektteam in einzelnen Fällen kritisierten, scheint der Netzwerkaufbau in den aktuellen Projektregionen wie auch die Integration in die bereits bestehenden Strukturen reibungsloser zu verlaufen. Starke Projektpartner*innen in den jeweiligen Regionen, die überzeugt hinter 3F – Fit for Family stehen, können als Ankerpunkte dienen, um 3F immer wieder ins Spiel bringen.

Ob dieser Eindruck an der veränderten Schwerpunktsetzung der Evaluation liegt, nämlich weniger die interne Projektorganisation innerhalb von Steuerungsrunden und weiteren Austauschformaten in den Fokus zu nehmen, bleibt zu überprüfen.

Nicht alle Projektpartner*innen können einen befriedigenden Nutzen aus der Steuerungsgruppe ziehen – zum Teil, weil in ihrem Tätigkeitsbereich die Anknüpfungspunkte fehlen (oder neue Ideen erfordern) oder Initiativen aus personellen Gründen oder Mangel an Räumlichkeiten nicht umsetzbar sind. Einzelne Befragte erwähnten die Herausforderung, neue Strukturen in die bereits bestehenden Netzwerke zu integrieren, ohne Parallelstrukturen zu schaffen. Trotzdem äußerten sich diese Personen wertschätzend, waren laut eigener Aussage gerne dabei und konnten die Projektidee, Kontakte und auch die 3F-Materialien an Andere weitertragen.

Da die Problematik der Netzwerk-Terminvereinbarungen bereits bekannt war, erörterte das 3F-Team regelmäßig Überlegungen, wie eine Terminvereinbarung mit den Projektpartner*innen gestaltet werden kann, die sowohl die Verbindlichkeit unterstützt wie auch flexibel genug auf die Kapazitäten der Teilnehmenden reagiert.

Erreichen der Zielgruppe

„Wir haben vielen Menschen Bewegung näher gebracht, sehr viele Veranstaltungen gemacht. So viel, das kann man nicht mehr dokumentieren."

„3F ist immer dabei."

Die Befragten berichteten von einer großen Vielzahl umgesetzter Bewegungsaktionen und Angeboten, die teilweise auch überlaufen waren sowie von einer Integration von 3F (beispielsweise der Materialien) in bereits bestehende Initiativen.

Zur Bekanntheit der „Marke" 3F – Fit for Family und zum Wiedererkennungswert von 3F an sich lautet die häufigste Aussage es „*kenne keiner*" (was allerdings auch auf andere gemeinnützige Organisationen und Initiativen zutreffe). Jedoch schilderten Befragte eine große Nachfrage

nach den 3F-Angeboten und -Materialien, nach denen im ganz wörtlichen Sinn explizit gefragt wurde und eine erhöhte Aufmerksamkeit dafür, dass im Wohnumfeld „etwas passiert".

> *„Sie* [Erwachsene und Kinder] *fragen viel nach, werden von Kitas geschickt, was findet hier statt?"*
>
> *„Da ist was, das ist 3F."*

Die 3F-Materialien

Die 3F-Materialien werden nach eigener Aussage gern und in verschiedenen Settings genutzt. So werden diese an die Zielgruppe verteilt und im Rahmen von Veranstaltungen als Preise genutzt, ausgehangen, ausgelegt und an Kooperationspartner*innen weitergegeben. Einige der Befragten berichteten, dass die Materialien auch wiedererkannt werden und meinen, dass diese auch im privaten Raum genutzt werden. Im Allgemeinen wird die Niedrigschwelligkeit, sowohl in der Bestellung wie auch der inhaltlichen Gestaltung, sowie die kostenlose Verfügbarkeit hervorgehoben und konkrete Einsätze, beispielsweise des Kreideparkours, geschildert.

Niedrigschwellige Bewegung als Thema gesetzt

> *„3F hat einen riesigen Impuls, der ist nicht messbar. Leute werden aktiver*, [sagen:]*"es macht auf einmal so viel Spaß"."*

Ähnlich wie in der vorhergehenden Evaluation festgestellt, bestätigen die Rückmeldungen der befragten Projektpartner*innen, dass 3F – Fit for Family als wesentliche Wirkung eine Steigerung des Bewusstseins für die Bedeutung von Bewegung im Alltag und die Möglichkeiten für Bewegungsaktivitäten verursacht hat, welche ohne weitere Voraussetzungen zeitlicher, räumlicher oder materieller Art auskommen. Dieses Konzept, einmal verstanden, überzeugt die Teilnehmenden und begeistert sie nachhaltig. Dazu gehört auch, dass durch 3F – Fit for Family Bewegungshindernisse konsequent abgebaut werden. Auch Personen, die durch ihre Qualifikation oder als Privatperson bereits mit der Bedeutung von Bewegung vertraut sind, schätzen die erneute Sensibilisierung und fühlen sich motiviert, sich erneut dafür zu engagieren.

3. Schlussfolgerungen für die Projektarbeit

- Die Projektverantwortlichen sollten die Möglichkeit der Verlängerung der Begleitung durch 3F – Fit for Family prüfen. Dabei sollten auch folgenden Aspekte berücksichtigt werden:
  - Welche Zeitspanne erscheint für eine Verlängerung angemessen?
  - Soll das Vorgehen (während der gesamten Begleitung? Während der Verlängerungszeit?) angepasst werden oder handelt es sich lediglich um eine zeitliche Verlängerung?
  - Welche besonderen Herausforderung stellen sich bei einer möglichen Verlängerung? – Und welche Chancen bieten sich?
- Im Vergleich zur vorherigen Projektlaufzeit scheint das Verstehen und „Greifen" des Projekts 3F weniger Schwierigkeiten zu machen. Das Projektteam sollte trotzdem weiterhin die Alleinstellungsmerkmale wie Niedrigschwelligkeit, Alltagsbezogenheit und Einbezug der ganzen Familie betonen und erläutern, um das Anliegen von 3F – Fit for Family zu verbreiten und mögliche Vorbehalte abzubauen.
- Die Voraussetzungen wie auch Entwicklungen innerhalb eines Netzwerks erfordern ein sensibles Einstellen auf die jeweiligen Netzwerkstrukturen und -bedarfe, gegebenenfalls erneut im Projektverlauf. Eine besondere Rolle spielt dabei der generelle Personalmangel in den Regionen und die speziellen Bedingungen von ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen. Diese bei der Projektumsetzung zu berücksichtigen, auch beim Thema Terminvereinbarungen und gegenseitige Erwartungen, stellt eine wiederkehrende Herausforderung dar.
- Die FaBeLo-Ausbildungen wurden als geeigneter und Begeisterung weckender Türöffner etabliert, der zu Beginn der Arbeit an den Standorten das Interesse weckt, konkreten Nutzen für die Teilnehmenden bietet und das Anliegen von 3F – Fit for Family ganz praktisch deutlich macht. Die Überlegung, unterschiedliche Schulungen für Engagierte und Fachpersonen anzubieten, sollte weiter verfolgt werden und im Verlauf auf Zweckmäßigkeit überprüft werden.
- Bei der Vermittlung der Konditionen, zu denen die FaBeLo-Schulungen stattfinden, kam es im Projektverlauf mitunter zu Missverständnissen. Eine deutlichere Kommunikation wurde vom 3F-Projektteam bereits besprochen und beispielsweise auf der Webseite umgesetzt.

- Folgende weitere Schlüsse aus der vorhergehenden Evaluation haben sich auch in dieser Projektlaufzeit noch einmal bestätigt:
- Die Etablierung des 3F-Themas in den Stadtteilen findet zu einem erheblichen Teil als Agenda-Setting statt in dem Sinne, dass Einrichtungen und Netzwerke dieses als Querschnittsthema aufnehmen. Dies bedeutet, dass 3F über die konkreten in den Netzwerken aufgebauten Strukturen zur Bewegungsförderung hinaus wirkt. Es ist zu erwarten, dass Ergebnisse aus diesem Prozess eine nachhaltige Wirkung erzielen, die voraussichtlich aber nicht mehr mit dem Projekt in Verbindung gebracht wird.
- Die 3F-Materialien kommen bei den Projektbeteiligten gut an und werden sehr wertgeschätzt. Ob die Zielgruppe ebenso begeistert ist, sollte nach Möglichkeit im weiteren Verlauf überprüft werden.

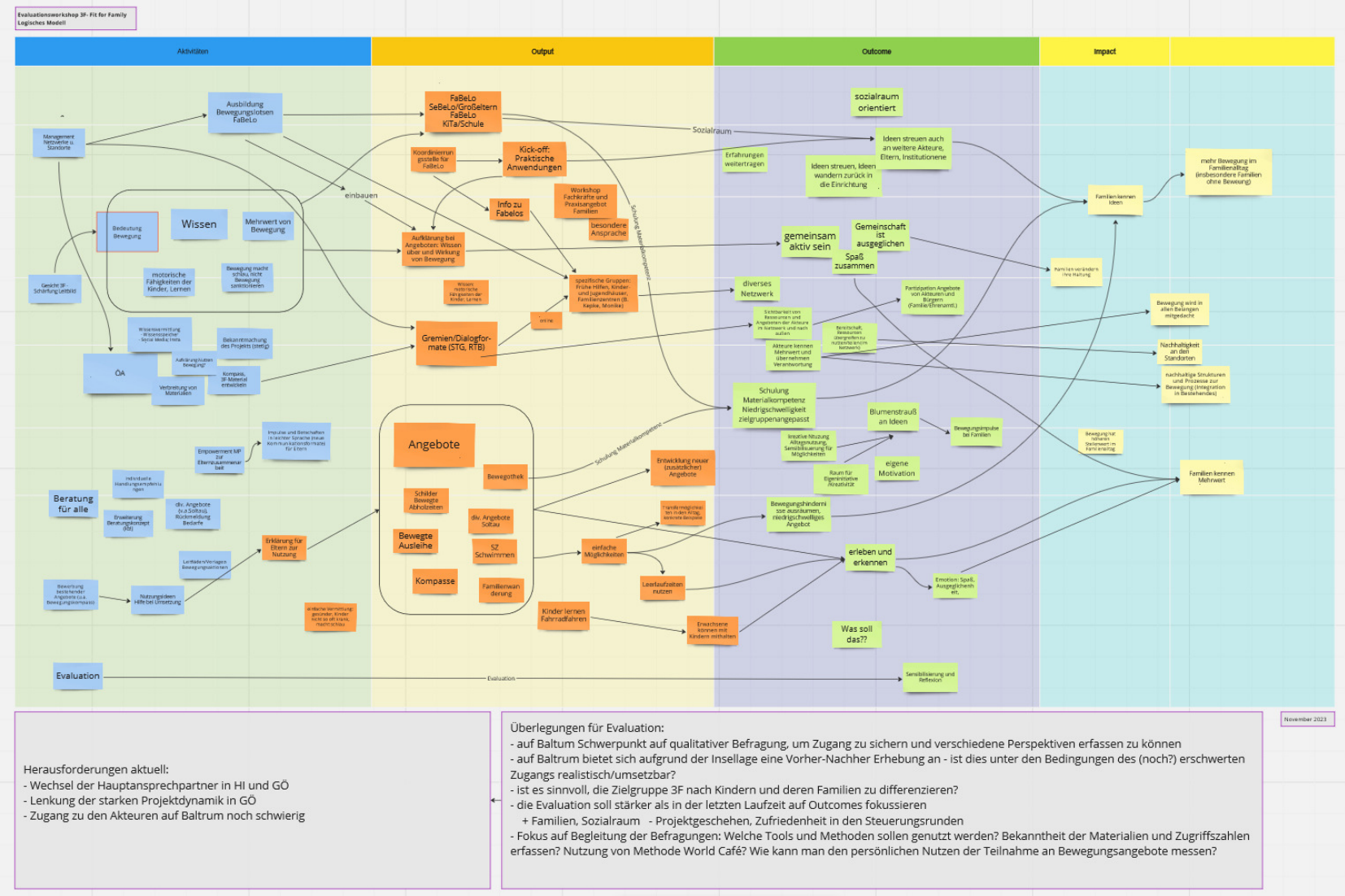
- Zu Beginn der Arbeit an den Standorten ist es weiterhin wichtig, eine Findungsphase zu erlauben. Nach der Findungsphase erscheint es sinnvoll, eine sehr individuelle Art der Umsetzung zu ermöglichen und zu fördern. Die Akteur*innen profitieren von der Vermittlung von Erkenntnissen aus anderen Projektregionen, gleichzeitig sollten sie darin bestärkt werden, einen „eigenen Weg“ zu finden.

4. Nächste Schritte der Evaluation

Im kommenden Frühjahr 2025 findet der abschließende Reflexionsworkshop mit dem 3F – Team statt, gefolgt von einer weiteren Interviewserie der am Projekt beteiligten Akteurinnen in Hildesheim und Göttingen. Aufgrund des Wegfalls des Projektstandorts Baltrum besteht die Möglichkeit, zusätzlich abgeschlossene Standorte in die Befragung einzubeziehen, um Hinweise auf die Entwicklung nach Projektende zu gewinnen. Im Verlauf des Jahres werden die innerhalb des Projekts entstandenen Dokumente gesichtet und interne Befragungen der Zielgruppe sowie ggf. der FaBeLo*s und weiterer Personengruppen methodisch begleitet. Nach Absprache der Anforderungen an den Abschlussbericht der Evaluation wird dieser im Herbst 2025 fertiggestellt.

5. Anhang

5.1. Logisches Modell Stand November 2023



Herausforderungen aktuell:
- Wechsel der Hauptansprechpartner in HI und GÖ
- Lenkung der starken Projektdynamik in GÖ
- Zugang zu den Akteuren auf Baltrum noch schwierig

Überlegungen für Evaluation:
- auf Baltum Schwerpunkt auf qualitativer Befragung, um Zugang zu sichern und verschiedene Perspektiven erfassen zu können
- auf Baltrum bietet sich aufgrund der Insellage eine Vorher-Nachher Erhebung an - ist dies unter den Bedingungen des (noch?) erschwerten Zugangs realistisch/umsetzbar?
- ist es sinnvoll, die Zielgruppe 3F nach Kindern und deren Familien zu differenzieren?
- die Evaluation soll stärker als in der letzten Laufzeit auf Outcomes fokussieren
  + Familien, Sozialraum - Projektgeschehen, Zufriedenheit in den Steuerungsrunden
- Fokus auf Begleitung der Befragungen: Welche Tools und Methoden sollen genutzt werden? Bekanntheit der Materialien und Zugriffszahlen erfassen? Nutzung von Methode World Café? Wie kann man den persönlichen Nutzen der Teilnahme an Bewegungsangebote messen?