

Mitteilung zur Kenntnis

Geschäftszeichen:
I/52

Verantwortliche/r:
Amt 52

Vorlagennummer:
52/147/2024

Entwicklung BIG-Projekt

Beratungsfolge	Termin	N/Ö	Vorlagenart	Abstimmung
Sportbeirat	27.02.2024	Ö	Kenntnisnahme	
Sportausschuss	27.02.2024	Ö	Kenntnisnahme	

Beteiligte Dienststellen

I. Kenntnisnahme

Der Bericht der Verwaltung dient zur Kenntnis.

II. Sachbericht

BIG (**B**ewegung als **I**nvestition in **G**esundheit) wurde 2005 an der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU) entwickelt. Ziel des Projekts ist die Förderung von Bewegung und Gesundheit bei Frauen – insbesondere bei solchen, die durch die üblichen Sportangebote (z. B. Sportvereine, Fitnessstudios, Sport im öffentlichen Raum) nicht erreicht werden. Das sind beispielsweise Frauen in schwierigen Lebenslagen, alleinerziehend, mit Migrationshintergrund, geringem Einkommen, kulturellen oder gesundheitlichen Barrieren. BIG bietet niedrigschwellige Bewegungs- und Gesundheitsangebote an und orientiert sich dabei an den Bedürfnissen der Zielgruppe (partizipatives Konzept). BIG-Angebote sind kostengünstig, wohnortnah, mit Kinderbetreuungsmöglichkeit; die Coaches sind weiblich und kultursensibel. Die Teilnahme bei BIG ist einfach, unbürokratisch und nicht leistungsorientiert.

Das BIG Projekt wurde inzwischen auf 23 Standorte in Deutschland übertragen (s.u.). Die Stadt Erlangen nimmt dabei eine Leuchtturmposition ein und ist der erfolgreichste Standort mit dem größten Angebot, der längsten Laufzeit und der höchsten Teilnehmerquote.

BIG auf Rekordkurs

BIG genießt eine hohe Akzeptanz. Die neuesten Auswertungen zeigen, dass sich die Anmeldezahlen nach dem Pandemieeinbruch nicht nur erholt haben, sondern auf ein Rekordhoch angestiegen sind. Bei den wöchentlichen Sport- und Bewegungskursen ist die Zahl der durchschnittlichen Anmeldungen (ca. 750) um rund 25 % gewachsen (953).



Besonders bei den sonstigen Angeboten/Workshops ist ein hoher Anstieg zu beobachten. Hierbei

handelt es sich um Angebote, die nicht in einem wöchentlichen Rhythmus stattfinden. Darunter fallen einmalige Veranstaltungen (z. B. Wanderungen, Ausflüge, Radtouren) oder auch kurze Schnupperkurse (z. B. Kajak, Feldenkrais), in denen neue Sportarten ausprobiert werden können. Hier hat sich die Zahl seit Beginn der Aufzeichnungen vervielfacht. Daran lässt sich erkennen, dass die Nachfrage nach kleinen Bewegungseinheiten ohne Verbindlichkeiten (z. B. Mitgliedschaft, Jahresbeiträge, feste Trainingstage, Leistung, Wettkampf, Spiele etc.) sehr hoch ist.



Evaluierung BIG Erlangen 2022

Im Sommer/Herbst 2022 hat die FAU das BIG Projekt umfassend evaluiert, um Erkenntnisse über die langfristigen Wirkungen des Projekts und dessen Nachhaltigkeit zu erhalten. Dazu wurden u. a. Interviews und mehrsprachige Fragebögen kombiniert. In Erlangen haben sich 185 Kursteilnehmerinnen mit Wurzeln aus 20 verschiedenen Ländern beteiligt. Die jüngste Teilnehmerin war 20 Jahre, die älteste 83 Jahre alt. Hier einige spannende Ergebnisse:

Nachhaltigkeit: 50% der Befragten besuchen BIG länger als 4 Jahre und knapp 25% länger als 8 Jahre. 47% der Befragten haben das BIG-Angebot zum ersten Mal während der Coronajahre (2020-2022) wahrgenommen. Diese Ergebnisse zeigen, dass BIG sowohl eine hohe Bindung schafft, gleichzeitig aber auch genug Raum für neue Teilnehmerinnen lässt. Dadurch bleibt das Projekt dynamisch und lebendig.

Bewegungsverhalten & Gesundheit: 57,1% der Befragten gaben an, durch BIG mehr Sport zu treiben. 50% bewegen sich bis zu 2 Stunden pro Woche, gefolgt von 2-4 Stunden (27,3%) und mehr als 4 Stunden (13,1%). Die gesteigerte körperliche Aktivität spiegelt sich in der Gesundheit wider. 80,8 % der Frauen empfinden eine Verbesserung ihres Gesundheitszustands durch die Teilnahme bei BIG. Dieser wird überwiegend als sehr gut oder gut bewertet. 28,8 % der Frauen gaben an, dass sie dank BIG auch verstärkt auf eine gesunde Ernährung achten.

Selbstbewusstsein: 36,8% der Frauen gaben an, dass sich die Teilnahme bei BIG positiv auf ihr Selbstbewusstsein ausgewirkt hat. Die Möglichkeit, das Projekt aktiv mitzugestalten (kooperative Planung), spielt dabei eine wichtige Rolle. Besonders bei Frauen mit geringerem Bildungsstand und geringerem Einkommen ließ sich dieser Effekt beobachten.

Integration: Neben den positiven Auswirkungen auf ihr körperliches Wohlbefinden war die Verbesserung der sozialen Integration ein wichtiger Gewinn für die Teilnehmerinnen: 68 % der Frauen gaben an, neue Kontakte und neue Freunde/Bekannte gefunden zu haben. 56,8 % berichteten, dass sie sich aufgrund ihrer Teilnahme bei BIG besser integriert und in ihrem Wohnort besser aufgenommen fühlen.

BIG Standorte bundesweit (Stand 2023):



Anlagen: BIG Flyer April bis August 2024

III. Zur Aufnahme in die Sitzungsniederschrift

IV. Zum Vorgang