

Gemeinde Kirchberg bewegt

«Gemeinde Kirchberg bewegt» wurde im Jahr 2009 ins Leben gerufen, um die Gesundheitsförderung in der Gemeinde Kirchberg unter dem Motto «Bewegung und Begegnung» zu stärken.



«Bewegt» steht hierfür nicht nur für die körperliche Aktivität sondern auch für eine soziale, nachhaltige und bewusste Lebensweise. Das Duell gegen die Gemeinde Flawil im Rahmen von *schweiz.bewegt* besuchten alleine beim Eröffnungsevent über 1'000 bewegungsfreudige Kirchberger/innen. Nach der Realisierung der Helsana Trails folgte 2013 der Event «rund um die Welt». Die Bevölkerung der Gemeinde Kirchberg umrundete zu Fuss in zehn Wochen die Erde rund fünf Mal (200'000 km). Dafür wurde eine Gemeindewanderkarte mit landschaftlich abwechslungsreichen Routen von unterschiedlicher Länge und Leistungsanforderung entworfen, die der Bevölkerung kostenlos abgegeben wurde. Am Ende von «rund um die Welt» stand die Teilnahme am GP Bern auf dem Programm. Rund 180 «Sportler/innen» nutzten die Gelegenheit um die einmalige Atmosphäre in Bern laufend, wandend oder joggend zu geniessen.

Es ist dem OK gelungen, in den letzten Jahren ein Bewegungsfieber zu entfachen und die Einwohner-



innen und Einwohner immer wieder mit neuen Ideen zu mehr körperlicher Betätigung zu animieren. Rund ein Drittel der Bevölkerung der 8'300 Seelengemeinde nahm aktiv an den Events teil.

Das OK arbeitet für das Jahr 2015 an der Realisierung eines Generationenspielplatzes sowie der Wanderausstellung «CLEVER - spielend, intelligent einkaufen». Bei CLEVER geht es um den nachhaltigen Einkauf, denn seit 2014 soll die gesunde und nachhaltige Ernährung ebenfalls bearbeitet und der Bevölkerung näher gebracht werden. Dem aber nicht genug: für 2017 laufen bereits die Vorbereitungen für einen Jahresevent.

Weitere Informationen: www.kirchberg-bewegt.ch

NACHGEFRAGT



Lukas Fust

Gemeinderat Kirchberg
Beauftragter für Prävention
und Gesundheitsförderung

Was hat das Projekt für eine Bedeutung für die Gemeinde?

Diese Projekte begünstigen das Bild einer Gemeinde weit über die Gemeindegrenzen hinaus. Als Ergänzung zu den zahlreichen Vereinen fördern solche unverbindlich und unregelmässig stattfindenden Events zudem das Gesicht einer aktiven und lebendigen Gemeinde und steigern deren Ausstrahlungskraft und Standortattraktivität. Sie dienen der Pflege der Gemeinschaft. Sie bieten der Bevölkerung die Möglichkeit, die Gemeinde und die Mitmenschen näher kennen zu lernen und sich vermehrt mit einem gesundheitsfördernden Lebensstil auseinander zu setzen. Die knapp 3'000 T-Shirts von «Gemeinde Kirchberg bewegt» aus den Jahren 2010/13 werden von Kirchbergerinnen und Kirchbergern getragen. Man verbindet mit ihnen abwechslungsreiche Momente. Zudem tragen die Shirts dazu bei, den zwischenmenschlichen Kontakt zu fördern und senken die Hemmschwelle,

Kontakt:
Lukas Fust
Tel. 071 930 02 29
lukas.fust@gmx.ch

miteinander ins Gespräch zu kommen, wenn man sich z.B. auf einer Wanderung trifft. Man spürt einen gewissen Stolz in einer Gemeinde zu wohnen, die regelmässig etwas Aussergewöhnliches leistet.

Wie ist die Projektidee entstanden? Hat es bereits Projekte gegeben, die Sie inspiriert haben und von deren Erfahrungen Sie profitieren konnten?

Der Ursprung liegt in dem Projekt «Coop Gemeinde Duell von schweiz.bewegt». Die erstmalige Teilnahme gegen Flawil im Jahr 2010 zeigte auf, wie begeisterungs- und bewegungsfreudig die Bevölkerung der Gemeinde Kirchberg ist. Um jedoch die Attraktivität und das Feuer aufrecht zu erhalten, setzt sich das OK von «Gemeinde Kirchberg bewegt» laufend dafür ein, neue Ideen und Projekte zu entwickeln. Die Veranstaltungen und Infrastrukturprojekte sollen einen gesunden Lebensstil fördern und die Anhängerschaft laufend vergrössern.

In welcher Form können Sie anderen Gemeinden Unterstützung bieten, die ein ähnliches Projekt planen?

Wir sind jederzeit offen für konstruktive Gespräche und gewähren Interessenten gerne Einblick in unsere Arbeit und unsere Ideen. Gerne stellen wir auch das Material zur Verfügung. Und wer weiss, vielleicht ergibt sich daraus ja eine Idee für ein gemeinsames gemeindeübergreifendes Projekt.

QUALITÄTSMERKMAL «LERNEN AUS PROJEKTEN»

Wie wichtig es für den Erfolg eines Projekts ist, die Bedürfnisse der Zielgruppe gezielt abzuholen, zeigt das Vorgehen in Rapperswil-Jona eindrücklich auf. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, um die Bedürfnisse einer Zielgruppe zu erfahren und kennen zu lernen: im Gespräch, mit einer schriftlichen Umfrage, in Einzel- oder Gruppeninterviews (z.B. Fokusgruppen). In bestimmten Settings sind auch Versammlungen, Gesundheitszirkel oder Zukunftswerkstätten möglich. Eine erfolgreiche Form der Auseinandersetzung mit den Bedürfnissen der Zielgruppe ist grundsätzlich die Partizipation, d.h. die Mitwirkung der Zielgruppe in der Planung und Umsetzung von Beginn weg. Mehr Informationen zum Thema «Lernen aus Projekten» und weitere Qualitätskriterien erfolgreicher Prävention und Gesundheitsförderung finden Sie unter www.quint-essenz.ch.
