



GesundeKommune KREIS PADERBORN

Projektbericht 2019 bis 2025

GesundeKommune ist ein gemeinsames Projekt von:



KreisSportBund
Paderborn e.V. 
Gemeinsam sind wir stärker!

 **Die Techniker**

INHALTSVERZEICHNIS

1	EINLEITUNG	1
2	PROJEKTSCHRITTE	3
2.1	DAS JAHR 2019.....	3
2.2	DAS JAHR 2020.....	3
2.3	DAS JAHR 2021.....	4
2.4	DAS JAHR 2022.....	4
2.5	DAS JAHR 2023.....	5
2.6	DAS JAHR 2024.....	5
2.7	DAS JAHR 2025.....	6
3	EVALUATIONSERGEBNISSE	7
4	FAZIT UND AUSBlick	8
5	ANHANG	11

1 EINLEITUNG

Das Projekt „Gesunde Kommune“ ist im September 2019 mit dem Ziel gestartet, die Gesundheit im Kreis Paderborn unmittelbar in den Kommunen zu stärken. Es handelt sich um ein gemeinsames Projekt des Kreises Paderborn, des KreisSportBundes Paderborn e. V. (KSB Paderborn) und der Techniker Krankenkasse (TK). Das Projekt bezieht sich auf die Lebenswelten von Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren und Menschen ab 55 Jahren, wobei der Fokus auf verhaltensorientierten Maßnahmen liegt.

Anhand des Projektes „Gesunde Kommune“ soll ein abgestimmtes Gesamtkonzept aller Akteurinnen und Akteure im Kreis Paderborn in Form einer Präventionskette entstehen. Präventionsketten sind als integrierte kommunale Gesamtstrategien zu betrachten. Für die Zielgruppen Kinder von 0 bis 6 Jahren und Erwachsene ab 55 Jahren ist das Ziel des Projektes, Teilstücke einer Präventionskette aufzubauen. Dabei wird bei den 0-6-Jährigen der Übergang von der Betreuung zuhause in die Fremdbetreuung und bei den über 55-jährigen der Übergang vom Erwerbsleben in den Ruhestand in den Fokus genommen. Die inhaltlichen Schwerpunkte wurden auf die Themenfelder Ernährung, Bewegung, Umweltbedingungen sowie Stress und Entspannung mit den übergeordneten Zielen Sensibilisierung, Vernetzung, Informationsweitergabe und Abbau von Barrieren festgelegt.

Die Vorgehensweise des Projektes (Abb. 1) orientiert sich an dem „Gesundheitspolitischen Aktionszyklus“ (Public Health Action Cycle). Hierbei erfolgen zu Beginn des Projektes Befragungen zum aktuellen Stand der Gesundheitsförderung sowohl auf Kreisebene als auch in den teilnehmenden Städten und Gemeinden. Zudem werden in den Städten und Gemeinden vor Ort die Akteurinnen und Akteure zu den bestehenden Bedarfen sowie die Zielgruppen (bei den 0–6-Jährigen stellvertretend die Eltern) zu ihren individuellen Bedürfnissen befragt. Die Befragungen der Bürgerinnen und Bürger wurden digital in allen teilnehmenden Kommunen zum jeweils lokalen Projektstart durchgeführt. Darüber hinaus werden bereits vorhandene Angebote erfasst und einzelne Daten aus der Sozial- und Gesundheitsberichterstattung zur Auswertung hinzugezogen.

In einem nächsten Schritt werden Netzwerkstrukturen auf Ebene des Kreises und auf Ebene der einzelnen Städte und Gemeinden aus- oder ggf. neu aufgebaut sowie runde Tische, sogenannte Gesundheitswerkstätten, einberufen. Auf Grundlage der Bedarfs- und Bedürfnisbestimmung und der Netzwerkstrukturen wurden partizipativ individuelle, auf die jeweilige Stadt und Gemeinde zugeschnittene Maßnahmen geplant, umgesetzt und anschließend evaluiert. Voraussetzung für eine erfolgreiche Projektarbeit stellt die kontinuierliche intersektorale Zusammenarbeit der Projektmitarbeitenden und Akteurinnen und Akteuren vor Ort dar. Das Projekt wurde schrittweise in den interessierten Städten und Gemeinden des Kreises Paderborn anhand des beschriebenen Projektzyklus durchgeführt. Zu den bis August 2025 teilnehmenden Kommunen gehören Delbrück, Lichtenau, Bad Lipppringen, Bad Wünnenberg und Borchen.



Abbildung 1: Ablauf des Projektes „Gesunde Kommune“. Quelle: eigene Darstellung in Anlehnung an Rosenbrock 1995

Im Projektverlauf wurde das Vorgehen kontinuierlich auf die Herausforderungen und Erkenntnisse der Projektarbeit angepasst. Bereits zu Beginn wurde deutlich, dass der Aufbau von Netzwerkstrukturen im Vordergrund stehen soll und das Fundament für die Projektarbeit bildet. Das Vorgehen in den Kommunen wurde dementsprechend angepasst. Folglich lag der Schwerpunkt der Arbeit in den Kommunen auf der Zielgruppenbefragung und der Netzwerkarbeit. Die Analyse der gesundheitsrelevanten Daten rückte in den Hintergrund. Durch verschiedene Maßnahmen und den Austausch mit relevanten Akteurinnen und Akteuren in den Kommunen zeigte sich, dass ein gut funktionierendes Netzwerk essentiell für den Erfolg des Projektes ist. Daraufhin wurden auch die Projektziele (Abb. 2) konkretisiert und auf „Hilfe zur Selbsthilfe“, „Brücken bauen“ sowie „Vorhandenes nutzen, vernetzen und beraten“ festgelegt.



**Hilfe zur
Selbsthilfe**



Brücken bauen



**Vorhandenes
nutzen, vernetzen
und beraten**

Abbildung 2: Ziele des Projektes „Gesunde Kommune“. Quelle: eigene Darstellung

In Bezug auf die festgelegten Zielgruppen ist insbesondere die Erreichbarkeit der Zielgruppe ab 55 Jahren herausfordernd. Überwiegend wurde die ältere Altersgruppe angesprochen.

Für einen gelungenen Ablauf des Projektes bedarf es effizienter Strukturen mit einer klaren Aufgabenverteilung. Die Arbeitsgruppe, welche durch die Projektmitarbeitenden des KSB Paderborn gebildet wird, ist für die konkrete Planung und Umsetzung des Projektes zuständig. Vertreterinnen und Vertreter des Gesundheitsamtes des Kreises Paderborn, des KSB Paderborn und der TK bilden das Kernteam. Das Kernteam unterstützt die Arbeitsgruppe sowohl auf organisatorischer als auch auf fachlicher Ebene und ist für die strategische Projektsteuerung verantwortlich. Dem Gesundheitsamt des Kreises Paderborn obliegt die Projektleitung. Die TK fördert das Projekt finanziell nach § 20a SGB V.

2 PROJEKTSCHRITTE

Im Folgenden werden die wichtigsten Projektschritte und Entwicklungen in den Jahren 2019 bis 2025 beschrieben. Dabei handelt es sich nicht nur um Meilensteine, sondern auch um umgesetzte Maßnahmen, die den Projektverlauf geprägt haben. Die gesamten Jahresberichte zu den Jahren 2020 bis 2024 sind im Anhang zu finden. Sie bieten eine detaillierte Übersicht der durchgeführten Maßnahmen und Ergebnisse.

2.1 DAS JAHR 2019

Am 01. September 2019 fiel der offizielle Startschuss für das Projekt „Gesunde Kommune“ im Kreis Paderborn. Das Gesundheitsprojekt zielt darauf ab, Projekte für eine nachhaltige Gesundheits- und Bewegungsförderung gerade in unserer eher ländlich geprägten Region aufzubauen.

Die ersten vier Monate des Projektes bezogen sich insbesondere auf die thematische Einarbeitung der Projektmitarbeitenden sowie die Entwicklung einer Projektstrategie. Zudem wurden Hospitationen bei anderen Gesundheitsförderungsprojekten ermöglicht und zahlreiche Informationen für den Projektverlauf eingeholt.

2.2 DAS JAHR 2020

Im Jahr 2020 wurde an den Projektstart angeknüpft. Das Projektteam legte den Grundstein für das Projektvorhaben. Trotz der Corona-Pandemie wurden wichtige Fortschritte erzielt. Es galt, Strukturen aufzubauen und Projektziele festzulegen. Durch die Einrichtung einer Außenstelle des KSB Paderborn in Delbrück zeigten die Projektmitarbeitenden in der Pilotkommune Präsenz.

Ein besonderer Fokus lag in diesem Jahr auf der Zielgruppe der Kinder von 0 bis 6 Jahren in Delbrück. Um Bedarfe und Bedürfnisse der Familien zu ermitteln, wurden hier eine umfangreiche Online-Akteur-Befragung durchgeführt und eine Elternbefragung vorbereitet. Parallel dazu begann die Vorbereitung zur Einbindung der zweiten Zielgruppe, der Menschen ab 55 Jahren. Die Zusammenarbeit mit der Katholischen Hochschule NRW, der Universität Paderborn, dem Kreisjugendamt sowie dem Stadtsportverband Delbrück trug wesentlich zur fachlichen Qualität und Vernetzung des Projekts bei.

Auch im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit wurden wichtige Schritte umgesetzt: Ein einheitliches Projektlogo für den gesamten Kreis und seine Kommunen wurde entwickelt, der Internetauftritt

überarbeitet und ein Informationsvideo sowie eine Projektbroschüre erstellt. Über Social-Media-Kanäle, Presseberichte und der Präsenz der Projektmitarbeiterinnen wurde das Projekt zunehmend sichtbar gemacht.

Mit der Einrichtung eines wissenschaftlichen und politischen Beirats, regelmäßigen Klausurtagungen des Kernteams sowie der Planung kreisweiter Netzwerkveranstaltungen wurden weitere Grundlagen für die künftige Projektarbeit geschaffen.

2.3 DAS JAHR 2021

Im Mittelpunkt des Jahres 2021 stand der Abschluss der Bedarfs- und Bedürfniserhebungen in der Pilotkommune Delbrück, bei denen Akteurinnen und Akteure sowie Bürgerinnen und Bürger ab 55 Jahren zu ihrer gesundheitlichen Situation und ihren Wünschen befragt wurden. Trotz Einschränkungen durch die Corona-Pandemie gelang es dem Projektteam, Veranstaltungen wie das Forum „Gesunde Kommune“ oder Impulsvorträge zum Thema Gesundheitsförderung erfolgreich im digitalen oder hybriden Format durchzuführen.

Ein besonderer Schwerpunkt lag zu diesem Zeitpunkt bereits auf der Vernetzung regionaler Akteurinnen und Akteure, um gemeinsam Ideen zur Förderung der Gesundheit zu entwickeln und umzusetzen. So entstanden etwa die „Bewegungsweltreise“ für Kinder und die Verzahnung der Beteiligten/Mitwirkenden und ihrer Arbeitsfelder. Darüber hinaus leistete das Projektteam wichtige Kommunikationsarbeit, beispielsweise in der Erstellung eines Erklärvideos innerhalb des KSB und bei externen Partnern. Das Verständnis für das Projekt wurde somit geschaffen und Kooperationen weiter ausgebaut. Eine Online-Befragung auf Kreisebene machte sichtbar, dass Gesundheitsförderung in vielen Institutionen zwar als bedeutend gilt, aber durch begrenzte Ressourcen und mangelnde Abstimmung erschwert wird.

In Delbrück bildeten die Ergebnisse der Bürger- und Akteur-Befragungen die Grundlage für zahlreiche lokale Aktivitäten: von digitalen Gesundheitswerkstätten über Ernährungsbildungsprojekte in Kitas bis hin zu Austauschformaten für Familienzentren. Dabei zeigten sich vor allem Bedarfe in den Bereichen Bewegung, Ernährung und sozialer Austausch. Die Maßnahmen förderten nicht nur die Gesundheitskompetenz, sondern auch die Zusammenarbeit zwischen Stadtverwaltung, Vereinen, Bildungseinrichtungen und zivilgesellschaftlichen Beteiligten.

2.4 DAS JAHR 2022

Das Jahr 2022 war für das Projekt Gesunde Kommune von vielfältigen Kooperationen und wichtigen Entwicklungen geprägt. Besonders hervorzuheben ist die Ausweitung des Projekts auf eine weitere Kommune: In Lichtenau fiel mit einer großen Bewegungsaktion zur Wiederaufforstung des Waldes der offizielle Startschuss. Unter dem Motto „Bewegung für den Wald“ kamen zahlreiche Bürgerinnen und Bürger in Bewegung, sammelten gemeinsam Baumspenden, pflanzten im Rahmen einer öffentlichen Aktion die ersten Bäume und setzten so als Gemeinschaft ein Symbol für Nachhaltigkeit und Gesundheit.

Mit der Entspannung der Corona-Lage konnten viele Veranstaltungen wieder in Präsenz stattfinden. So wurden unter anderem Gesundheitswerkstätten in Delbrück und Lichtenau durchgeführt, Netzwerktreffen zur Bewegungsförderung organisiert und pandemiebedingt verschobene Veranstaltungen nachgeholt.

Gleichzeitig nutzte das Projektteam die Gelegenheit, auf überregionalen Veranstaltungen über die bisherigen Erfahrungen und Erfolge zu berichten, beispielsweise bei der Konferenz „Gesund in Kommune – Verstetigung erreichen“ in Magdeburg.

Im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit setzte das Projektteam neue Impulse: Mit der Nutzung der digitalen Plattform Crossiety wurde in Lichtenau eine moderne Form der Bürgerkommunikation etabliert, ergänzt durch einen quartalsweisen Newsletter und regelmäßige Pressearbeit.

Neben der Waldaktion in Lichtenau fanden zahlreiche weitere Aktivitäten statt, darunter Gesundheitswerkstätten, Fahrsicherheitstrainings für Geflüchtete, Kreativwettbewerbe zur Zahngesundheit, Informationsveranstaltungen zu Adipositas und psychischer Gesundheit sowie die Kampagne „Ohne Ehrenamt geht es nicht“, die das freiwillige Engagement im Kreis Paderborn sichtbar machte.

2.5 DAS JAHR 2023

Im Jahr 2023 setzte das Projektteam zahlreiche Maßnahmen zur Förderung von Gesundheit, Gemeinschaft und Bewegung erfolgreich um. Neben dem Projektstart in den Kommunen Bad Lippspringe, Bad Wünnenberg und Borchken wurde das Netzwerk weiter ausgebaut und bestehende Kooperationen vertieft. Zu den Höhepunkten des Jahres zählte das Forum Gesunde Kommune „Vielfalt der Unterstützung im Bereich der psychischen Gesundheit“. Darüber hinaus organisierte das Projektteam ein landesweites Vernetzungstreffen für die von der Techniker Krankenkasse geförderten Gesundheitsförderungsprojekten.

Ein zentrales Anliegen des Jahres war die nachhaltige Verstetigung des Projektes über 2025 hinaus. Hierzu entwickelte das Kernteam Ideen, um gesundheitsfördernde Strukturen dauerhaft im Kreis Paderborn zu verankern. Dies wurde durch eine Absichtserklärung des Kreises sowie der Kommunen Delbrück und Borchken bekräftigt, die sich damit zur weiteren Stärkung der Gesundheitsförderung bekannten.

Inhaltlich prägten vielfältige Mitmachaktionen das Jahr: Die Bewegungsinitiative „Sport im Park“ wurde erfolgreich in Delbrück und erstmals in Bad Lippspringe umgesetzt. Der „Bewegungspass“ motivierte über 800 Kita- und Grundschulkinder in Delbrück und Lichtenau zu mehr Aktivität. Für ältere Menschen wurden in mehreren Kommunen begleitete Spaziergänge ins Leben gerufen, um Bewegung und Begegnung zu fördern. In Lichtenau stieß zudem das neue Format „Naturstrolche für Groß und Klein“ auf große Resonanz.

2.6 DAS JAHR 2024

Das Jahr 2024 war für das Projekt „Gesunde Kommune“ im Kreis Paderborn geprägt von Wachstum, neuen Impulsen und wichtigen Weichenstellungen für die Zukunft. Nach dem erfolgreichen Aufbau in den Vorjahren wurde die Projektarbeit in den Kommunen Bad Wünnenberg und Borchken intensiviert und um weitere Maßnahmen ergänzt. In beiden Kommunen fanden Gesundheitswerkstätten sowie Bürgerbefragungen statt, die Erkenntnisse zu Bedarfen, Wünschen und bestehenden Strukturen der Gesundheitsförderung lieferten. Dabei wurde deutlich, dass Themen wie Bewegung, Ernährung, psychische Gesundheit und soziale Teilhabe eine zentrale Rolle spielen.

Neben der Projektarbeit vor Ort wurde 2024 der Fokus verstärkt auf Vernetzung und Wissenstransfer gesetzt.

Das Projektteam beteiligte sich an Arbeitsgruppen, Fachkonferenzen und Netzwerktreffen, um Erfahrungen auszutauschen, Impulse für die eigene Arbeit zu gewinnen und Erkenntnisse

weiterzugeben. Besonders hervorzuheben ist das Forum „Resilienz in verschiedenen Lebensphasen“, das gemeinsam mit der katholischen Hochschule Nordrhein-Westfalen (katho NRW, Standort Paderborn) organisiert wurde.

Der Bewegungspass 2024 brachte über 4.000 Kinder aus mehreren Kommunen dazu, ihren Weg zur Kita oder Schule aktiv zurückzulegen und Bewegung in ihren Alltag zu integrieren. Ergänzend wurden in verschiedenen Städten die Formate „Gemeinsam unterwegs – Begleitete Spaziergänge“ sowie „Sport im Park“ erfolgreich fortgeführt und erweitert. Diese niedrigschwlligen Angebote schaffen nicht nur Bewegung, sondern auch Begegnung und fördern den gesellschaftlichen Zusammenhalt.

Parallel zur praktischen Arbeit rückte 2024 die Zukunft des Projektes und die Verfestigung verstärkt in den Fokus. Mit Unterstützung der Hochschule Bochum (ehemals Hochschule für Gesundheit) startete eine umfassende Evaluation, um Wirksamkeit, Strukturen und Bedarfe systematisch zu erfassen. Ziel ist es, die Erkenntnisse für die Verfestigung und Weiterentwicklung des Projekts über den aktuellen Förderzeitraum hinaus zu nutzen. Zudem wurde die Arbeitsgruppe „Gesunde Kommune“ unterhalb der Kommunalen Gesundheitskonferenz als dauerhaftes Netzwerk zwischen Kreisverwaltung, Kommunen und Kooperationspartnern etabliert.

2.7 DAS JAHR 2025

Im Jahr 2025 wurden wichtige Meilensteine des Projektes „Gesunde Kommune“ erreicht.

Das Projektteam stellte die Projektarbeit auf dem Gesundheitsförderungskongress „Armut und Gesundheit“ in Berlin vor. Darüber hinaus wurde die Forumsveranstaltung als katho-Forum „Gesunde Kommune“ verstetigt und wird federführend durch die katholischen Hochschule Nordrhein-Westfalen (katho NRW, Standort Paderborn) fortgeführt.

Die TK stellt dem Kreis Paderborn für zwei Jahre einen Verfügungsfonds zur Förderung von Mikroprojekten zur Gesundheitsförderung zur Verfügung. Die geförderten Projekte sollen niedrigschwellige, nachhaltige Angebote schaffen und den Zugang zu gesundheitsfördernden Strukturen im Kreis Paderborn erleichtern.

Die Erkenntnisse der im vergangenen Jahr durchgeführten Evaluation wurden im Kreistag vorgestellt und trugen maßgeblich dazu bei, dass ein entscheidender Meilenstein für das Projekt „Gesunde Kommune“ erreicht wurde: Das Projekt „Gesunde Kommune“ wird für weitere vier Jahre von der Techniker Krankenkasse gefördert. Der Fokus der Projektarbeit wird erweitert und zukünftig werden alle Zielgruppen in den Blick genommen.

Ein Highlight in der Projektarbeit stellt der Gesundheitspass für die Zielgruppe ab 55 in Borchener Bürgerinnen und Bürger dar. Die Borchener Bürgerinnen und Bürger hatten in einem Aktionszeitraum von 6 Wochen die Möglichkeit, bei verschiedenen Vereinsangeboten, Gesundheitsimpulsen, Gemeinschaftsaktionen oder Beratungen Punkte zu sammeln und das Bewusstsein für einen aktiven und gesunden Lebensstil durch Bewegung, Bildung und Begegnung anzuregen.

Ein ausführlicher Jahresbericht wird voraussichtlich Anfang 2026 veröffentlicht.

3 EVALUATIONSERGEBNISSE

Im Zeitraum von Februar bis November 2024 führte die Hochschule Bochum (ehemals Hochschule für Gesundheit) die Evaluation des Projekts „Gesunde Kommune Kreis Paderborn“ durch. Es wird aufgezeigt, dass durch gezielte Vernetzung und niedrigschwellige

Bewegungsangebote ein Netzwerk sowie nachhaltige Angebote entstanden sind. Methodisch beruht die Evaluation auf 22 leitfadengestützten Expertinnen- und Experteninterviews, einer Angebotsbefragung (34 Erwachsene, 6 Kinder), einer Netzwerkbefragung (Rückmeldungen von 53 Befragten) sowie einer ökonomischen Betrachtung der eingesetzten Ehrenamtsressourcen.

Die Angebote (beispielsweise begleitete Spaziergänge, Sport im Park, Bewegungspass, Naturstrolche, Gesundheitswerkstätten) wurden durchweg positiv bewertet: Kinder wollen durchgehend erneut teilnehmen, rund 68 % der Erwachsenen würden ähnliche Angebote weiterhin nutzen und fast die Hälfte der erwachsenen Teilnehmenden hatte keinerlei Beanstandungen. Der Informationsfluss funktionierte über klassische Kanäle wie Flyer und Plakate sowie über Newsletter. Eltern und Kinder wurden zusätzlich verstärkt über Social Media und persönliche Empfehlungen erreicht. Inhalte, Veranstaltungsorte und Übungsleitungen wurden besonders geschätzt, soziale Vernetzung und Gruppenzusammenhalt blieben vergleichsweise weniger hervorgehoben.

Auf der Ebene des Netzwerks konnte das Projektteam Kontakte zu 912 Akteurinnen und Akteure aus 129 Institutionen herstellen. Das befragte Netzwerk zeigt, dass 46 % der Verbindungen neu durch das Projekt entstanden sind, während 54 % auf bestehenden Kontakten aufbauen. Zentrale Knoten sind das Präsidium und das Projektteam des KSB Paderborn sowie das Kreisgesundheitsamt. Laut Befragung werden rund 73 % der Verbindungen voraussichtlich auch nach Projektende fortbestehen. Für einen langfristigen Erhalt werden jedoch vor allem eine übergeordnete Netzwerkkoordination, weiterhin vorhandene Angebote und finanzielle Mittel als notwendig gesehen.

Ökonomisch generierte das Projekt durch Fördergelder, Stiftungen und Sachspenden rund 22.320 €, daneben konnte ein erheblicher ehrenamtlicher Einsatz mobilisiert werden: Insgesamt wurden von September 2019 bis Juni 2024 rund 4.354 Ehrenamtsstunden geleistet. Werden diese Stunden mit dem durchschnittlichen Bruttostundenlohn berechnet, ergeben sich Opportunitätskosten von etwa 107.000 €, was den deutlichen ökonomischen Mehrwert und die Bedeutung des Ehrenamts für die Projektumsetzung unterstreicht.

Die Evaluation dokumentiert konkrete Verstetigungen, wie beispielsweise den Bewegungspass für Kinder oder die begleiteten Spaziergänge in mehreren Kommunen sowie ähnliche Projekte in anderen Kommunen. Gleichzeitig macht sie deutlich, dass Nachhaltigkeit nicht automatisch entsteht: Netzwerkerhalt und langfristige Fortführung einzelner Maßnahmen hängen maßgeblich von institutionalisierter Koordination, personellen Ressourcen und einer langfristigen Finanzierung ab.

Empfehlenswert ist daher die Schaffung einer klaren, übergeordneten Netzwerkkoordination mit benannten Ansprechpersonen. Ebenso sinnvoll sind regelmäßige Netzwerktreffen, fortlaufende Evaluation und eine gezielte Kommunikationsstrategie, um Sichtbarkeit, Teilnehmenbindungen und die Anpassungsfähigkeit erfolgreicher Formate weiter zu sichern.

Insgesamt zeigt die Evaluation, dass das Projekt „Gesunde Kommune Kreis Paderborn“ erfolgreich Bewegungs- und Gesundheitsförderung verknüpft, wirkungsvolle Angebote geschaffen und ein weitreichendes Netzwerk aufgebaut hat.

Der ausführliche Abschlussbericht Evaluation des Projektes „Gesunde Kommune Kreis Paderborn“ ist im Anhang zu finden.

4 FAZIT UND AUSBLICK

Das Projekt „Gesunde Kommune Kreis Paderborn“ hat sich in den vergangenen Jahren als ein erfolgreiches Projekt der kommunalen Gesundheitsförderung etabliert. Durch die enge Zusammenarbeit von Kreis Paderborn, KSB Paderborn, der TK und den beteiligten Kommunen konnten tragfähige Strukturen geschaffen und die Themen Gesundheitsförderung Prävention und Teilhabe dauerhaft in den kommunalen Alltag integriert werden. Die zentralen Schwerpunkte umfassen die Bereiche Ernährung, Bewegung, Umweltbedingungen sowie Stressbewältigung und Entspannung.

Mit der erfolgreichen Umsetzung von Projekten wie „Sport im Park“, den „Naturstrolchen für Groß und Klein“, den Gesundheitswerkstätten, Gesundheitspass und zahlreichen Netzwerktreffen wurde Gesundheit sichtbar, erlebbar und gemeinschaftlich gestaltet. Die Evaluation der Hochschule Bochum hat bestätigt, dass die Projektziele erreicht wurden und die entstandenen Strukturen nachhaltig wirken. Nachhaltige Strukturen konnten aufgebaut werden, in dem z. B. in der Kommune Lichtenau das Projekt „Naturstrolche“ verstetigt wurde, die begleiteten Spaziergänge eigenständig in den Kommunen eingeführt wurden und das Katho-Forum „Gesunde kommune“ dauerhaft etabliert werden konnte.

Von der ursprünglichen Planung wurde punktuell abgewichen. Insbesondere die Corona-Pandemie erforderte Anpassungen im Projektverlauf, führte aber auch zu innovativen Lösungen. So wurden digitale Formate entwickelt und Freiluftangebote wie „Sport im Park“ oder „Begleitete Spaziergänge“ ausgeweitet, um trotz Einschränkungen Bewegungs- und Begegnungsräume zu schaffen. Auch thematische Schwerpunkte haben sich im Verlauf verändert. Im Vergleich zu früheren Schwerpunktsetzungen haben Maßnahmen zur Bewegungsförderung an Relevanz zugenommen, während die Themen Zahngesundheit und Ernährung weniger im Fokus standen. Neben der Bewegungsförderung rückten soziale Teilhabe, psychische Gesundheit und generationenübergreifende Ansätze in den Fokus.

Die eingesetzten Mittel wurden verantwortungsvoll, effizient und zielgerichtet verwendet. Durch die Kombination aus hauptamtlicher Koordination, ehrenamtlichem Engagement und der Nutzung vorhandener Ressourcen konnte eine hohe Wirkung erzielt werden. Die Projektsteuerung erfolgte kontinuierlich und partizipativ über regelmäßige Sitzungen des Kernteam. Die Arbeit ist geprägt von Transparenz, Kooperationsbereitschaft und einer klaren fachlichen Linie, die sich an den Bedarfen der Zielgruppen orientierte.

Aus Sicht der beteiligten Institutionen und Akteurinnen und Akteure ist das Projekt in mehrfacher Hinsicht als gelungen zu bewerten. Besonders positiv hervorgehoben wurden die gute Zusammenarbeit zwischen Kreis, KSB und TK, die offene Kommunikation, die enge Einbindung der Kommunen und die hohe Identifikation der Mitarbeitenden mit dem Projekt. Als herausragend gilt die Möglichkeit, wissenschaftliche Begleitung durch die Hochschule Bochum und praktische Umsetzung zu verbinden. Der Fokus richtete sich auf eine direkte Kommunikation vor Ort, sodass auch die gesamte Vorgehensweise auf die Kommune individuell angepasst wurde. Es hat sich gezeigt, dass die Zielgruppenbefragung erfolgsversprechender ist, wenn das Projekt „Gesunde Kommune“ bereits vor Ort bekannt ist. Aus diesem Grund wurde die Befragung an eine Maßnahme geknüpft, wodurch die Bürgerinnen und Bürger eine direkte Verbindung zum Projekt aufbauen konnten und das Thema Gesundheitsförderung für sie verständlicher wurde.

Außerdem hat das Projektteam während der Projektarbeit festgestellt, dass ein interdisziplinäres Team wichtig ist, da durch die verschiedenen Professionen mehr Sichtweisen einfließen und das Thema Gesundheitsförderung ganzheitlich betrachtet werden kann. Dennoch wurden beim Projekt „Gesunde Kommune“ überwiegend Maßnahmen im Bereich Bewegung durchgeführt.

Dies liegt daran, dass die Kernarbeit des KSB im Bereich Bewegung liegt und es für das Projektteam herausfordernd ist, Themenbereiche ohne entsprechende Qualifikation durchzuführen. Ebenso ist als Erkenntnis zu ziehen, dass aufgebaute Strukturen nur weitergeführt werden können, wenn ein Projektteam besetzt ist und eine Ansprechperson für die Kommunen und weitere Beteiligte zu erreichen ist.

Der Projektstart war zudem durch einen hohen Bedarf an konzeptioneller Vorbereitung gekennzeichnet, da geeignete Vorgehensweisen, Erhebungsinstrumente und Kommunikationswege erst entwickelt werden mussten. Die pandemiebedingten Einschränkungen erschweren diese Phase zusätzlich und verlangten eine kurzfristige Umstellung auf digitale Formate. In der Pilotgemeinde zeigte sich darüber hinaus ein geringer Bekanntheitsgrad des Projekts, wodurch der Bedarf an zielgerichteter Öffentlichkeitsarbeit deutlich wurde. Zudem wurde erkennbar, dass kommunale Rahmenbedingungen erheblich variieren, was eine standardisierte Vorgehensweise ausschloss und ein hohes Maß an Flexibilität voraussetzte. Auch das Grundverständnis des Projekts als Impulsgeber musste zunächst vermittelt werden, um realistische Erwartungen zu schaffen. Insgesamt zeigte sich, dass die erfolgreiche Umsetzung eine kontinuierliche Anpassung sowie eine fortlaufende Abstimmung zwischen den beteiligten Akteurinnen und Akteuren erforderte.

Nach nunmehr fünf Jahren intensiver Arbeit steht das Projekt an einem Wendepunkt. Die bisherige Förderung endet, doch der Bedarf, die Strukturen fortzuführen und auszubauen, ist deutlich spürbar. Das Fundament ist gelegt: In den fünf Kommunen Delbrück, Lichtenau, Bad Lippspringe, Borchen und Bad Wünnenberg sind gesundheitsfördernde Netzwerke entstanden und eine Absichtserklärung zur Gesundheitsförderung verabschiedet worden. Zum Ende der aktuellen Förderperiode steht das Projekt an einem stabilen Punkt. Die Netzwerke sind gewachsen und die beteiligten Kommunen zeigen großes Interesse an einer Fortführung. Mit der Einrichtung der Arbeitsgruppe „Gesunde Kommune“ unterhalb der kommunalen Gesundheitskonferenz wurde bereits eine dauerhafte Austausch- und Steuerungsebene geschaffen, die die Kommunen künftig stärker miteinander verbinden soll. Der TK-Verfügungsfonds, der seitdem 01. April 2025 angelaufen ist, hat sich als wichtiges Instrument erwiesen. Durch den TK-Verfügungsfonds werden nachhaltige Strukturen weiter ausgebaut und Institutionen dazu angeregt, sich verstärkt mit Fragen der Gesundheitsförderung auseinanderzusetzen.

Mit der Verlängerung ab dem 01. September 2025 soll diese erfolgreiche Arbeit fortgeführt und in eine Phase der Verfestigung und Weiterentwicklung überführt werden. Ziel ist es, die „Gesunde Kommune“ dauerhaft als Bestandteil der kommunalen Gesundheitsstrategie zu verankern. Dazu wird die Koordinationsstruktur im Gesundheitsamt des Kreises Paderborn ausgebaut und die Zusammenarbeit mit dem KreisSportBund Paderborn e. V. fortgesetzt.

Ein weiteres zentrales Ziel der nächsten Jahre ist die Ausweitung auf weitere Kommunen im Kreisgebiet. Die bisherigen Erfahrungen haben gezeigt, dass die entwickelte Struktur übertragbar ist. Zudem wurde die Zielgruppe auf alle Bevölkerungsgruppen ausgeweitet, sodass weitere Lücken innerhalb der Präventionskette geschlossen werden können.

Ziel ist es, bis 2029 alle Städte und Gemeinden des Kreises Paderborn (Büren, Salzkotten, Hövelhof, Altenbeken und Stadt Paderborn) in das Netzwerk einzubinden und ihnen die Möglichkeit zu geben, an der Initiative teilzuhaben. Dabei kann jede Kommune eigene Schwerpunkte setzen, die ihren jeweiligen Bedarfen entsprechen, während die Kreiskoordination für einen übergeordneten fachlichen Rahmen sorgt.

Darüber hinaus wird die wissenschaftliche Begleitung fortgesetzt. Sie soll die Qualität der Arbeit sichern, Erfolge messbar machen und den Transfer von Wissen und Erfahrungen unterstützen. Auf dieser Basis können Handlungsempfehlungen für Politik und Verwaltung entwickelt werden, die die Gesundheitsförderung langfristig stärken. Ziel ist es, den Kreis Paderborn als Modellregion für intersektorale und beteiligungsorientierte Gesundheitsförderung zu etablieren.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass die „Gesunde Kommune Kreis Paderborn“ gezeigt hat wie durch intersektorale Zusammenarbeit, wissenschaftliche Begleitung und bürgernahe Umsetzung nachhaltige Veränderungen entstehen können. Die bisherigen Ergebnisse bilden eine solide Grundlage für die kommenden Jahre. Mit der Verlängerung des Projekts wird der Weg in Richtung einer dauerhaft gesunden, aktiven und solidarischen Kommune konsequent weitergeführt. Die „Gesunde Kommune“ soll künftig nicht nur ein Förderprojekt sein, sondern ein selbstverständlicher Bestandteil des kommunalen Handelns, ein lebendiges Netzwerk, das Gesundheit als gemeinsame Aufgabe versteht und langfristig für alle Generationen im Kreis Paderborn erlebbar macht.

5 ANHANG

Im Folgenden sind die ergänzenden Jahresberichte und der Evaluationsbericht aufgeführt, die über den jeweiligen Download-Link abrufbar sind:

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------------|
| Anhang 1: Jahresbericht 2020 | (Download-Link) |
| Anhang 2: Jahresbericht 2021 | (Download-Link) |
| Anhang 3: Jahresbericht 2022 | (Download-Link) |
| Anhang 4: Jahresbericht 2023 | (Download-Link) |
| Anhang 5: Jahresbericht 2024 | (Download-Link) |
| Anhang 6: Evaluationsbericht | (Download-Link) |