

# Handreichung zum Antragsverfahren zur Förderung von Projekten in Lebenswelten nach § 20a SGB V durch die Krankenkassen/ -verbände in NRW

**Hinweis:** Diese Handreichung soll Sie bei der Antragstellung unterstützen. Sie werden entlang von Leitfragen, zentralen Informationen und Hinweisen zu den jeweiligen Antragsabschnitten durch die Antragstellung geleitet.

Bitte beachten Sie bei der Antragstellung zusätzlich die Förder- und Ausschlusskriterien des Leitfadens Prävention (Kapitel 4 – Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten nach §20a SGB V) des GKV-Spitzenverbands. Auf den Leitfaden können Sie [hier](#) zugreifen.

## Folgende Unterlagen werden für eine vollständige Antragseinreichung benötigt:

- Unterschriebenes Antragsformular
-  Finanzplan
-  Ziele-Maßnahmen-Tabelle (ZiMT)
- Ggf. Absichtserklärung(en) der kooperierenden Personen/ Institutionen

## Inhalt

1. Antragsteller .....	1
2. Zielgruppenbestimmung .....	1
3. Projektbegründung .....	2
4. Ziele .....	3
5. Projektkonzeption .....	4
5.1. Nutzung und Aufbau von Strukturen .....	5
5.1.1. Angaben zur Personalressource .....	5
5.1.2. Aufbau Steuerungsgruppe .....	6
5.1.3. Netzwerknutzung und -aufbau .....	7
5.2. Analyse und Planung .....	8
5.3. Umsetzung von verhaltens- und verhältnispräventiven Maßnahmen .....	9
5.4. Evaluation .....	11

# 1. Antragsteller

## Leitfragen:

→ Wer stellt den Antrag?

## Weitere Informationen und Hinweise:



- Die Antragstellung muss durch die Kommune erfolgen, z. B. durch ein kommunales Amt oder in Kooperation zwischen mehreren kommunalen Ämtern.
- Eine Antragstellung durch das Gesundheitsamt ist vorteilhaft. Falls die Antragstellung nicht durch das Gesundheitsamt erfolgt, muss die Rolle und die Art der Einbindung des Gesundheitsamtes erläutert werden.

## Wichtig:



Die Projektumsetzung muss in kommunaler Verantwortung liegen. Das bedeutet, dass die Kommune die Fördermittel erhält, verwaltet und für die Umsetzung des Projekts verantwortlich ist (inkl. Nachweispflicht gegenüber dem Fördermittelgeber).

# 2. Zielgruppenbestimmung

## Leitfragen:

→ Wen möchten Sie in Ihrem Projekt erreichen? Bei wem soll sich durch Ihr Projekt etwas verändern?

→ Wie viele Personen werden Sie voraussichtlich mit Ihrem Projekt erreichen?

## Hintergrundinformationen:

Als Zielgruppe werden Gruppen von Menschen bezeichnet, die ähnliche Merkmale oder Lebenssituationen aufweisen und deren gesundheitliche Situation durch gezielte Handlungen verbessert werden soll. In der lebensweltbezogenen Gesundheitsförderung stehen oftmals **vulnerable Zielgruppen** im Fokus, also Bevölkerungsgruppen, die aufgrund sozialer Problemlagen gegenüber anderen Gruppen (gesundheitlich) benachteiligt sind. Vulnerable Zielgruppen verfügen entsprechend über weniger Bewältigungsressourcen und höhere Zugangsbarrieren. Daher sind vulnerable Zielgruppen für die Projekte nach § 20a SGB V **auszuwählen**, um einen Beitrag zur gesundheitlichen Chancengleichheit zu leisten. Im Leitfaden Prävention des GKV-Spitzenverbandes werden Beispiele vulnerabler Zielgruppen genannt:

- Alleinerziehende
- Menschen mit Migrationshintergrund
- (alleinlebende) ältere Menschen

## Weitere Informationen und Hinweise:

### Mehr als eine Zielgruppe:



Sie müssen im Antrag nicht zwingend mehr als eine Zielgruppe benennen. Entscheiden Sie auf Basis der Bedarfslagen und Rahmenbedingungen, an welche Zielgruppe(n) Sie sich mit eigenen, bereits verfügbaren Ressourcen und den Ressourcen der Förderung wenden können. Dies kann auch die Reichweite Ihrer Kooperationspartnerinnen und -partner betreffen.

Wichtig ist, dass Sie sich über die Diversität Ihrer Zielgruppe(n) im Hinblick auf soziodemografische Merkmale, Bedarfslagen, vorhandene Ressourcen, Zugänge, Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner oder Ausgestaltung der Angebote bewusst sind. Diese gilt es im Antrag zu skizzieren und im gesamten Projektverlauf zu berücksichtigen.

**Angabe der durch das Projekt erreichten Personen:**



Im Antrag sollen Sie benennen, wie viele Personen der fokussierten Zielgruppe(n) Sie durch das Projekt erreichen. Orientieren Sie sich dazu zum einen an bekannten Bevölkerungszahlen und nehmen Sie auch eine (möglichst realistische) Schätzung vor, inwiefern Ihr Projekt diese statistisch ausgewiesenen Bevölkerungszahlen umfassend erreichen kann.

**Wichtig:**



Achten Sie bei der Auswahl der Zielgruppe(n) darauf, dass diese einen nachvollziehbaren Bedarf aufweist/ aufweisen. Je konkreter Sie die Zielgruppe(n) und deren Diversität spezifizieren, desto zielgerichteter können Sie diese im Projekt adressieren.

### 3. Projektbegründung

**Leitfragen:**

- ➔ In welcher Lebenswelt soll das Projekt verortet sein?
- ➔ Welche gesundheitlichen und sozialen Problemlagen gibt es konkret für Ihre ausgewählte Lebenswelt und die benannte(n) Zielgruppe(n)?
- ➔ Welche Daten liegen Ihnen vor, um die Problemlagen im Antrag zu veranschaulichen?

**Wenn bereits mindestens ein Projekt in dem Themenfeld durchgeführt wurde:**

- ➔ Was für Erkenntnisse konnten in dem vorherigen Projekt gewonnen werden?
- ➔ Wie kann das Projekt auf diesen Erkenntnissen aufbauen und weiterentwickelt werden?
- ➔ Welche Handlungsbedarfe haben sich aus dem vorherigen Projekt für dieses Projekt abgeleitet?

**Hintergrundinformationen:**

Für den Antrag brauchen Sie noch keine tiefgehende Analyse durchzuführen. Eine dezidierte Erhebung der objektiven Bedarfe und subjektiven Bedürfnisse ist der erste wesentliche Schritt zu Beginn Ihres Projekts (siehe Abschnitt 5.2. *Analyse und Planung*).

Im Antragsformular müssen Sie jedoch begründen, warum die von Ihnen ausgewählte(n) Zielgruppe(n) von Bedeutung bzw. vulnerabel ist/ sind. Nehmen Sie in der Begründung Bezug auf die ausgewählte Lebenswelt und das betrachtete Handlungsfeld. Skizzieren Sie dabei auch die Gegebenheiten in der betrachteten Lebenswelt. Stellen Sie dabei dar, aus welchen Daten/ Informationen Sie die gesundheitliche Problemlage und den entsprechenden Handlungsbedarf Ihres geplanten Projekts ableiten.

Wenn Sie bereits ein Projekt oder mehrere Projekte in dem Themenfeld durchgeführt haben, sollen Sie zudem darstellen, wie Sie auf Basis der gewonnenen Erkenntnisse Ihre jetzige Projektidee konzipiert haben. Wichtig ist, dass keine reine Weiterfinanzierung von Projekten möglich ist, sondern eine Weiterentwicklung deutlich werden muss.

**Weitere Informationen und Hinweise:**

**Handlungsfelder der Gesundheitsförderung sind z. B.:**

- Bewegungsförderung

- Stressbewältigung
- Förderung gesunder Ernährung
- Suchtprävention
- Förderung der Gesundheitskompetenz
- Querschnittsthema Klimawandel und Gesundheit

**Daten(quellen)**, die Sie zur Darstellung der gesundheitlichen/ sozialen Lage nutzen können:



- Kommunale Gesundheitsberichterstattung
- Sozialberichterstattung
- INSEK-Berichte bzw. Planungsdokumente aus der Stadtentwicklung
- Schuleingangsuntersuchungen
- Erfahrungen/ Daten aus vorherigen Projektzusammenhängen, die in einem ähnlichen Themenfeld stattgefunden haben
- Einschätzung der kommunalen und lokalen Expertinnen und Experten (z. B. Mitglieder der Kommunalen Gesundheitskonferenz, des Kinder- und Jugendgesundheitsdienst, Quartiersmanagerinnen und -manager, Migrationsberatungsstellen)



**Wichtig:**

Im Antrag muss deutlich werden, inwiefern in der ausgewählten Lebenswelt für die benannte(n) Zielgruppe(n) ein gesundheitsförderlicher Handlungsbedarf besteht.

## 4. Ziele

**Leitfragen:**

- ➔ Was möchten Sie durch Ihr Projekt erreichen?
- ➔ Was soll sich durch Ihr Projekt in der ausgewählten Lebenswelt verändern?
- ➔ Welche Ziele möchten Sie auf der Strukturebene (Verhältnisprävention) erreichen?
- ➔ Was soll sich für die Zielgruppe(n) durch Ihr Projekt verändern?
- ➔ Welche Ziele wollen Sie auf Verhaltensebene (Verhaltensprävention) erreichen?

**Hintergrundinformationen:**

Die Zielformulierung ist ein **Kernelement** im Projekt. Hieraus ergeben sich der Zeitplan sowie wichtige Meilensteine, anhand derer Sie die Projektdurchführung reflektieren und bewerten können. Wichtig ist, dass Sie und Ihre Kooperationspartnerinnen und -partner sich auf gemeinsame Projektziele verständigen. Für die Formulierung von Zielen gibt es unterschiedliche Hilfsmittel. Weit verbreitet sind die *SMART-Kriterien*:

- **Spezifisch:** Es ist klar, was genau sich bei wem verändern soll.
- **Messbar:** Die Ziele lassen sich überprüfen. Der Grad der Zielerreichung lässt sich durch bestimmte Indikatoren beurteilen.
- **Akzeptiert:** Es besteht ein Konsens, dass das Ziel verfolgt werden soll. Die Akteurinnen und Akteure/ Zielgruppe(n) sehen die Veränderungen als notwendig an.
- **Realistisch:** Das Ziel ist unter den individuellen Voraussetzungen in der Kommune tatsächlich erfüllbar.
- **Terminiert:** Das Ziel muss zu einem bestimmten Zeitpunkt erreicht sein (Zeitpunkt mit angeben).

Die Ziele sollten zudem **wirkungsorientiert** formuliert sein. D.h. sie beschreiben, welche Wirkungen auf der strukturellen Ebene und der Ebene der Zielgruppe(n) erreicht werden sollen. Eine konkrete Zielformulierung werden Sie im Projektverlauf im Anschluss an die Bedarfs- und Bedürfnisanalyse vornehmen. Im Antrag empfiehlt es sich bei den Teilzielen zwischen **Zielen auf der Strukturebene/ Verhältnisebene** und **Zielen auf Ebene der Zielgruppen/ Verhaltensebene** zu unterscheiden, um zu veranschaulichen, wie Sie die übergeordneten Ziele erreichen wollen.

**Weitere Informationen und Hinweise:**

**Beispiele für Struktur-/ Verhältnisziele:**

- Aufbau und Etablierung einer Steuerungsgruppe.
- Auf- und/oder Ausbau von Arbeitsstrukturen wie themenbezogene Netzwerke und Arbeitsgruppen (z. B. Runder Tisch zur Bewegungsförderung, Integration gesundheitsförderlicher Themen in bestehende Arbeitsstrukturen, wie z. B. in Arbeitsgruppen der kommunalen Verwaltung).
- Schulung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren zur Wissensvermittlung und/ oder Durchführung niedrigschwelliger Maßnahmen.



**Beispiele für Ziele auf Ebene der Zielgruppen/ Verhaltensziele:**

- Veränderung von gesundheitsbezogenem Wissen, Fähigkeiten oder Verhalten.
- Zuwachs an Gesundheitsressourcen.

Im Rahmen der Antragsstellung müssen Sie zudem eine **Ziele-Maßnahmen-Tabelle (ZiMT)** ausfüllen, in welcher Sie operative Ziele sowie Maßnahmen zur Erreichung dieser für die jeweiligen Phasen des Projekts formulieren. In der ZiMT legen Sie zudem fest innerhalb welcher Zeiträume Sie dies umsetzen wollen. Die ZiMT stellt im Laufe des Projekts ein lebendiges Dokument dar, anhand welchem Sie Ihren Projektfortschritt dokumentieren und fortschreiben.

**Wichtig:**



Formulierte Ziele sind der Start- und Anhaltspunkt für Evaluationen, die Sie im Projekt selbst oder durch Externe durchführen. Entsprechend sollten sich Ihre Angaben im Abschnitt 5.4. *Evaluation* auf die an dieser Stelle formulierten Ziele beziehen.



Informationen zu der Formulierung von Wirkungszielen finden Sie in dem [Kursbuch Wirkung](#) von Phineo.

## 5. Projektkonzeption

Skizzieren Sie in diesem Abschnitt den **Ablauf Ihres Projekts**. Die Darstellung soll dabei entlang des lebensweltbezogenen Gesundheitsförderungsprozesses (siehe [Leitfaden Prävention des GKV-Spitzenverbandes](#), Kapitel 4) erfolgen. Der lebensweltbezogene Gesundheitsförderungsprozess unterteilt sich in 6 Phasen (Vorbereitung, Nutzung/ Aufbau von Strukturen, Analyse, Planung, Umsetzung und Evaluation) und ist als Lernzyklus zu verstehen. Die folgenden Unterkapitel des Antrags orientieren sich an diesem Prozess. Da Sie die Vorbereitungsphase bereits bei Antragstellung abgeschlossen haben sollten, wird diese im Folgenden nicht aufgegriffen.

### Hintergrundinformationen:

In allen Phasen sollen die Kernelemente der Gesundheitsförderung (wie Setting-Ansatz, Partizipation und Empowerment) berücksichtigt werden. Der **Setting-Ansatz** meint die Schaffung von gesundheitsfördernden Lebenswelten (Aufbau von Strukturen und Angeboten unter der Kombination verhaltens- und verhältnisorientierter Maßnahmen). Dabei werden die Lebenswelten der Menschen und die damit verbundenen Rahmenbedingungen, unter denen die Menschen leben, lernen und arbeiten betrachtet. **Partizipation** meint umfassende Beteiligungsmöglichkeiten der Zielgruppe(n) in allen Phasen des Gesundheitsförderungsprozesses (Analyse, Planung, Umsetzung, Evaluation). **Empowerment** ist ein Prozess, der Fähigkeiten stärkt und Handlungspotenziale der Zielgruppe(n) steigert. Somit sollen Menschen befähigt werden, ihre soziale Lebenswelt und ihr Leben selbst zu gestalten.

### Weitere Informationen und Hinweise:

**Partizipation** erfordert dialogorientierte Formate, im Rahmen derer die Zielgruppe(n) die Möglichkeit erhält/ erhalten, eine Meinung und Vorstellung zum Projektthema zu entwickeln und gemeinsam unter Berücksichtigung verfügbarer Ressourcen die konkrete Umsetzung und Bewertung zu planen. Beispiele für partizipative Elemente:



- Quartierswerkstätten
- Aktivierende Befragung, Bürgerbeteiligung
- Peer-Ansätze
- Stadtteilkonferenz, Kinder- und Jugendforen, Kinderkonferenz

### Wichtig:



Halten Sie in jeder Phase des lebensweltbezogenen Gesundheitsförderungsprozesses (Analyse, Maßnahmenplanung, Umsetzung, Evaluation) fest, wann und wie Sie die Zielgruppe(n) beteiligen wollen.



Auf der Internetseite von Prof. Dr. Michael Wright zur [partizipativen Qualitätsentwicklung](#) erhalten Sie Tipps und Anregungen, wie es gelingen kann Partizipation praktisch umzusetzen. Eine Übersicht von Beteiligungsmethoden finden Sie zudem [hier](#).

## 5.1. Nutzung und Aufbau von Strukturen

### 5.1.1. Angaben zur Personalressource

#### Leitfragen:

- ➔ Auf wie viele Mitarbeitende ist die Projektkoordination aufgeteilt?
- ➔ Wo ist die Projektkoordination angesiedelt?
- ➔ Welche Aufgaben übernimmt die Projektkoordination?
- ➔ Welche Aufgaben übernimmt die Projektleitung?
- ➔ Welche Qualifikationen soll die Projektkoordination aufweisen?
- ➔ Wie viele Wochenstunden sind für die Projektkoordination angesetzt?

### Hintergrundinformationen:

Die **Projektkoordination** ist Dreh- und Angelpunkt in Ihrem Projekt und die **einzige förderfähige Personalausgabe**. Sie ist die zentrale Ansprechperson und das „Gesicht“ des Projekts. Ihre wichtigste Aufgabe ist es, die Prozesse im Projekt aufzusetzen, zu koordinieren und eine Kooperationskultur zu entwickeln, die auf die Bedingungen der Kommune/ des Quartiers und die Ressourcen

der Beteiligten zugeschnitten ist. Dazu gehören die Vernetzung der lokalen Akteurinnen und Akteure (auf Verwaltungsebene und im Sozialraum) sowie die Partizipation der Zielgruppe(n). Um dies zu erreichen, ist eine Beziehungsorientierung, gegenseitiges Vertrauen, interdisziplinäre Offenheit und eine Transparenz der jeweiligen Interessen von essenzieller Bedeutung. Die Projektkoordination koordiniert die Angebotsentwicklung und -umsetzung, setzt gesundheitsfördernde Maßnahmen aber nicht selber um.

**Weitere Informationen und Hinweise:**

Es kann sinnvoll sein, die Stundenanteile der Projektkoordination auf mehrere Personen und/ oder verschiedene Ämter aufzuteilen (ggf. können Stundenanteile auch in den Sozialraum gegeben werden). Das hat mehrere Vorteile:

- Arbeitsschwerpunkte und Aufgaben innerhalb des Projekts können entsprechend der Kapazitäten und Kompetenzen aufgeteilt werden.
- Erfahrungswissen und Handlungsfähigkeit bleiben trotz Fluktuation/ Abwesenheit bestehen.
- Bei Besetzung aus unterschiedlichen Fachämtern wird die verbindliche Mitarbeit verschiedener Verwaltungsbereiche gefördert sowie verschiedene Fachexpertisen, Daten, Akteurinnen und Akteure und Zielgruppenzugänge in das Projekt eingebracht.



Im Sinne einer möglichst langfristigen Verstetigung des Projekts sollten Sie bereits ab Projektbeginn eruieren, inwiefern die Koordinationsfunktion als bestehende Arbeitsstruktur nach Projektende erhalten werden kann. Es bedarf einer entsprechenden nachhaltigen Finanzplanung und z. B. frühzeitigen Verhandlungen in Bezug auf den Stellenplan und Haushaltsmittel. Anderenfalls kann es sich auch anbieten, die Projektkoordination bei Bestandspersonal anzusiedeln.

**Wichtig:**

Die Personalausgaben sind folgendermaßen gedeckelt.

**Personalkosten kommunaler Strukturaufbau:**



Erstförderung: max. 120.000 € (degressiv 50.000 €/ 40.000 €/ 30.000 € oder 40.000 € pro Jahr)

Zweitförderung: max. 75.000 € (25.000 € pro Jahr)

**Personalkosten zielgruppenspezifische Interventionen:**

Max. 44.000 € (11.000 € pro Jahr)

**5.1.2. Aufbau Steuerungsgruppe**

**Leitfragen:**

- ➔ Welchen Auftrag hat die Steuerungsgruppe?
- ➔ Welche Personen werden als Mitglieder in die Steuerungsgruppe eingeladen und mit welcher Funktion?
- ➔ Welche Erwartungen haben Sie an die Beteiligten?
- ➔ Welche Vorstellungen haben Sie bzgl. der Organisation und Administration innerhalb der Steuerungsgruppe?

**Hintergrundinformationen:**

Die Steuerungsgruppe dient der Steuerung/ Koordination des Projekts und liegt in kommunaler Verantwortung. Beziehen Sie alle relevanten Akteurinnen und Akteure in die Steuerungsgruppe mit

ein, u. a. Projektleitung, politische Vertretung, Leitungsebene und erfahrene Verwaltungsfachkräfte aus den relevanten Verwaltungsressorts, Stakeholder aus dem Sozialraum, Zielgruppenvertreterinnen und -vertreter. Bestenfalls sitzen hier Personen mit Entscheidungskompetenz. Zu den Aufgaben der Steuerungsgruppe gehören die Verantwortung der Projektstrategie, die Formulierung von Teilzielen und die verbindliche Entscheidung über die nächsten Projektschritte. Außerdem trägt sie die Verantwortung zur Entwicklung einer Verstetigungs- und Nachhaltigkeitsstrategie.

**Weitere Informationen und Hinweise:**

Zentrale Aufgaben der Steuerungsgruppe:



- Verantwortung für die Projektstrategie.
- Controlling von Arbeits- und Finanzplänen.
- Engen Kontakt halten mit politischen Akteurinnen und Akteuren.
- Verbindliche Entscheidungen über nächste Projektschritte.

**5.1.3. Netzwerknutzung und -aufbau**

**Leitfragen:**

- ➔ Welche Arbeits- und Netzwerkstrukturen sollen aufgebaut werden?
- ➔ Auf welche bestehenden Netzwerkstrukturen und Kooperationen kann zurückgegriffen werden?
- ➔ Welchen Beitrag soll Ihr Netzwerk zur Erreichung der Projektziele leisten?
- ➔ Welche Aufgaben soll das Netzwerk übernehmen, um diese Ziele zu erreichen?
- ➔ Wer sind relevante Partnerinnen und Partner für ein Netzwerk zur Gesundheitsförderung? Welche Rolle übernehmen diese jeweils im Projekt/ Netzwerk?

**Hintergrundinformationen:**

Kommunale Gesundheitsförderung braucht Partnerinnen und Partner. Gesundheitsförderung hat Bezüge in verschiedene kommunale Ämter (z. B. Gesundheit, Jugend, Soziales, Stadtplanung und Umwelt), aber auch in die verschiedenen Institutionen und Lebenswelten von Menschen (z. B. Kita, Schule, Freizeitzentren, Sportvereine, Wohlfahrtsträger, Beratungsstellen, öffentlicher Raum). Im Projekt geht es daher darum, Akteurinnen und Akteure mit verschiedenen Funktionen und aus verschiedenen Bereichen (politische Repräsentanz, Türöffner zu Zielgruppen, Fachexpertise, Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, etc.) zusammenzubringen und eine gemeinsame Handlungsstrategie zur Gesundheitsförderung mit entsprechenden Maßnahmen zu entwickeln.

Im Projekt müssen Sie entsprechende Vernetzungsstrukturen auf- bzw. ausbauen: z. B. Kooperationen, Netzwerke, Runde Tische oder Arbeitsgruppen. Sie müssen nicht zwangsläufig ein neues Netzwerk aufbauen, sondern können auch vorhandene Arbeitsstrukturen nutzen und das Thema Gesundheitsförderung und Prävention dort integrieren. Vermeiden Sie den Aufbau von Parallelstrukturen, diese sind in aller Regel schon in der Projektlaufzeit wenig effektiv und auch im Hinblick auf Nachhaltigkeit kaum hilfreich. Im Antrag ist folglich darzustellen, an welchen bestehenden Strukturen Sie anknüpfen und wo ein Strukturaufbau sinnvoll sein könnte.

**Weitere Informationen und Hinweise:**

Im Antrag müssen Sie noch keine abschließende Liste von möglichen Netzwerk-/ Kooperationspartnerinnen und -partnern präsentieren. Je mehr Partnerinnen und Partner Sie aber bereits im Antrag mit Aufgabe und Funktion benennen und deren Unterstützungsbereitschaft durch entsprechende Absichtserklärungen oder Kooperationsvereinbarungen bele-



gen können, desto besser. Wichtig ist, dass Sie deutlich machen, welche Funktion und Aufgaben Ihre Kooperationspartnerinnen und -partner im Projekt übernehmen sollen. Wenn Sie schon konkrete Namen haben, tragen Sie diese samt zugehöriger Institution und Aufgabe in die vorgesehene Liste ein.

**Wichtig:**



Dem Antrag sind sogenannte Absichtserklärungen/ Letter of Intent (LoI) der Kooperationspartnerinnen und -partner als Anhang beizufügen. Nutzen Sie diese, damit Ihre Kooperationspartnerinnen und -partnern Ihre Unterstützungsabsicht und Ihren Beitrag zum Projekt erläutern und verbindlich machen.



Die Plattform für Ernährung und Bewegung e. V. (peb) bietet weiterführende Informationen rund um das Thema kommunale Gesundheitsmoderation, z. B. [Hinweise zur Netzwerkarbeit in der Gesundheitsförderung](#). Auch über das Projekt [Kontextcheck](#) können Sie weitere Informationen und Arbeitshilfen zum Thema Netzwerkarbeit erhalten.

## 5.2. Analyse und Planung

**Leitfragen:**

- ➔ Mit welcher Fragestellung und welchen Methoden werden die Bestands-, Bedarfs- und Bedürfnisanalyse durchgeführt?
- ➔ Wie sollen die Ergebnisse aus den drei Analyseschritten zusammengeführt und ausgewertet werden?
- ➔ Mit welchen Formaten und Methoden planen Sie die Beteiligung der Zielgruppe an der Projektplanung, -umsetzung und -bewertung?
- ➔ Welche Handlungsfelder der Gesundheitsförderung spielen in Ihrem Projekt eine Rolle?
- ➔ Wie planen Sie die Verstetigung und nachhaltige Umsetzung Ihres Projekts?

**Hintergrundinformationen:**

Die Analysephase zu Projektbeginn – bestehend aus dem Dreiklang Bestands-, Bedarfs- und Bedürfnisanalyse – meint die Beschreibung der Ausgangssituation in der Kommune und im Sozialraum. Ziel ist die Darstellung von gesundheitlichen und sozialen Bedarfslagen, Angebotslücken, Zugangshürden, objektiven Bedarfslagen sowie Bedürfnissen und Potenzialen der Zielgruppe(n). Dafür werden z. B. bestehende städtebauliche Strukturen, Netzwerk- und Angebotsstrukturen identifiziert, objektive Bedarfe für verhaltens- und verhältnispräventive Maßnahmen unter Einbindung von Erfahrungswissen von lokalen Akteurinnen und Akteuren erfasst und die Zielgruppen in einem partizipativen Prozess zu ihren Wünschen und Vorstellungen befragt. Nach der Analyse aller drei Schritte werden Teilziele formuliert und entsprechende bedürfnisorientierte Maßnahmen geplant. Dafür wird ein Aktionsplan aufgesetzt, der im Verlauf des Projekts fortgeschrieben wird. Ein zentrales Ziel der Förderung ist es, dass im Projekt umgesetzte gesundheitsförderliche Maßnahmen und Strukturen auch über den Projektzeitraum erhalten bleiben (Verstetigung) und langfristig gesundheitsfördernde Effekte erzielen (Nachhaltigkeit). Eine wesentliche Voraussetzung für Nachhaltigkeit liegt in der Verstetigung von wirkungsvollen Strukturen und Angeboten, die in der Projektlaufzeit dazu beitragen, Lebenswelten gesundheitsförderlich zu gestalten und die Zielgruppen unterstützen, gesundheitsförderliche Lebensstile zu entwickeln und beizubehalten. Entsprechend sind konzeptionelle Überlegungen und Aktivitäten zur Verstetigung bereits frühzeitig, also in der Planungsphase Ihres Projekts, zu berücksichtigen. Nur so können Sie die Nachhaltigkeit Ihres Vorhabens strategisch in den Blick nehmen.

### Weitere Informationen und Hinweise:

Für die Erhebung können je nach Zielgruppe und Erkenntnisinteresse verschiedene **Methoden** verwendet werden:



- Sekundärdatenanalysen (z. B. Daten der Schuleingangsuntersuchungen)
- Leitfadeninterviews (z. B. mit Fachkräften aus den ortsansässigen Institutionen)
- Zielgruppenbefragungen (z. B. Fokusgruppen, Blitzbefragung, schriftliche Befragung)
- Quartiersbegehungen, Community Mapping, Stecknadelmethode, Photovoice
- Teilnehmende Beobachtung
- Werkstattformate (z. B. Zukunftswerkstatt, Open Space)

Es gibt verschiedene Strategien, wie **Nachhaltigkeit** in Ihrem Projekt aktiv geplant werden kann:



- Schulung und Einsatz von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, die auch über die Projektzeit hinaus das Thema Gesundheitsförderung aktiv verbreiten.
- Entwicklung eines gemeinsamen Handlungskonzepts.
- Integration der Projektaufgaben in die Regulararbeit und/oder Delegation der Verantwortung für Gesundheitsförderung in Lebenswelten, um Angebote dauerhaft zu implementieren und arbeitsfähige Strukturen langfristig aufzubauen.
- Bildung von auf Dauer ausgelegten Netzwerkstrukturen (z. B. durch die Nutzung etablierter Netzwerke und Arbeitsgremien zu Beginn des Projekts).
- Entwicklung verschiedener Finanzierungsstrategien und -konzepte im Anschluss an den Förderzeitraum.
- Durchführung gezielter Öffentlichkeitsarbeit.

Dies ist keine abschließende Liste. Die Punkte sollen verdeutlichen, dass die Nachhaltigkeit eines Projekts kein Zufall ist, sondern vielmehr ein planvolles Vorgehen und auf Langfristigkeit ausgerichtete Projektaktivitäten benötigt.

### Wichtig:



Nehmen Sie sich Zeit für die Analysephase und die Auswertung. Die Analysephase kann sich über das gesamte erste Projektjahr erstrecken. Wichtig ist, dass Sie bereits in dieser Zeit Kontakt zu Akteurinnen und Akteuren und Zielgruppen aufnehmen und beide partizipativ in die Analyse der Ausgangslage und die Planung der Maßnahmen einbinden. Denken Sie bei der Planung der Analysephase auch über Ihren Evaluationsansatz nach. Datenauswertungen und -erhebungen zu Beginn des Projekts können im Sinne einer ersten Erhebung die Basis Ihrer Evaluation sein.

## 5.3. Umsetzung von verhaltens- und verhältnispräventiven Maßnahmen

### Leitfragen:

- ➔ Wie setzen Sie die definierten Ziele in Ihrem Projekt um?
- ➔ Welche verhältnisbezogenen Maßnahmen planen Sie umzusetzen, um die Lebenswelt der Zielgruppe(n) gesundheitsförderlich zu verändern? *Geben Sie Beispiele der Umsetzung.*
- ➔ Welche verhaltensbezogenen Maßnahmen planen Sie umzusetzen? *Geben Sie Beispiele der Umsetzung.*

### Hintergrundinformationen:

In diesem Abschnitt skizzieren Sie verhaltens- und verhältnispräventive Maßnahmen. Da Sie noch nicht wissen, welche Ergebnisse Ihre Analyse liefert, können Sie hier nur Maßnahmen skizzieren. Es soll zeigen, dass Sie eine Vorstellung davon haben, was auf Strukturebene erreicht werden soll (z. B. die Ausbildung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, der Aufbau von Vernetzungsstrukturen) und was auf Ebene der Zielgruppen umgesetzt werden soll (z. B. niedrigschwellige Bewegungsangebote wie Stadtteilspaziergänge, Sport im Park oder offene Turnhallen). Wichtig ist, dass Sie auf niedrigschwellige Zugänge zu Angeboten und Maßnahmen achten und diese im Antrag darstellen. Es geht also nicht darum, hochschwellige Gesundheitskurse anzubieten, sondern unter Beteiligung der Zielgruppen und Institutionen niedrigschwellige Maßnahmen zu entwickeln, die in den Lebensalltag der Menschen verankert werden können. Die Ausführungen sollten sich auf die von Ihnen definierten Ziele (*Abschnitt 4. Ziele*) beziehen.

- **Verhältnisorientierte Maßnahmen** zielen darauf ab, die Lebensbedingungen zu verändern sowie gesundheitsförderliche Strukturen langfristig und nachhaltig in der Lebenswelt zu verankern. Dabei spielen der Auf- und Ausbau von Vernetzungsstrukturen, Schulung und Sensibilisierung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, Institutionalisierung von Angeboten und Veränderungen sowie die Etablierung gesundheitsfördernder Regelungen eine wichtige Rolle. Insbesondere für die Lebenswelt Kommune ist die Vernetzung von Akteurinnen und Akteuren wichtig, um deren Angebote aufeinander abzustimmen und bedarfsgerecht neue Angebote zu entwickeln, um Angebotslücken zu schließen.
- **Verhaltensbezogene Maßnahmen** zielen immer darauf ab, die Zielgruppe(n) zu befähigen, ihr Wissen, ihre Einstellungen und ihr Verhalten gesundheitsförderlich zu verändern. Dazu gehört die Vermittlung von gesundheitsbezogenem Wissen, Fähigkeiten und Kompetenzen aus den Handlungsfeldern der Gesundheitsförderung (Bewegung, Stressbewältigung, Suchtprävention, Gesundheitskompetenz, psychische Gesundheit).
- **Niedrigschwellige Maßnahmen** können durch ein Tailoring erreicht werden. Dies beschreibt Angebote, Botschaften, Aktivitäten, Veranstaltungen, Befragungen etc., die auf ausgewählte Zielgruppen „zugeschnitten“ werden. Der Zuschnitt von Maßnahmen auf die Bedürfnisse einer bestimmten Zielgruppe hat den Vorteil, dass mögliche Hürden von Anfang an abgebaut und die Attraktivität für die Zielgruppe angehoben wird.

Wenn Sie die im Antrag skizzierten Maßnahmen nicht alle umsetzen können bzw. dafür auf Basis der Bedarfe und Bedürfnisse andere Maßnahmen umsetzen, können Sie natürlich umsteuern. Wichtig ist, dass Sie diese Änderung begründen und in der Projektdokumentation ausweisen.

### Weitere Informationen und Hinweise:

#### Wichtig:



Legen Sie dem Antrag eine ausgefüllte **Ziele-Maßnahmen-Tabelle (ZiMT)** bei. Die ZiMT konkretisiert Ihre Vorhabenbeschreibung: Sie legen darin fest, welche operativen Ziele Sie anstreben, welche Maßnahmen Sie zur Erreichung dieser umsetzen und in welchem Zeitraum Sie diese umsetzen wollen. Die ZiMT ist ein wichtiges Planungs-instrument, welches Sie im Projektverlauf aktualisieren und für Dokumentationszwecke verwenden sollten.



Eine Vorlage der ZiMT sowie weitere Informationen finden Sie [hier](#).

## 5.4. Evaluation

### Leitfragen:

- ➔ Wie dokumentieren Sie die Aktivitäten in Ihrem Projekt?
- ➔ Wie wird die Evaluation des Projekts durchgeführt?
- ➔ Wie werden die Ergebnisse für die Qualitätssicherung und Weiterentwicklung des Projekts genutzt?

### Hintergrundinformationen:

Im Rahmen der Projektförderung nach § 20a SGB V müssen Sie Ihre Projektdurchführung dokumentieren und die Zielerreichung messen und bewerten.

Grundsätzlich ist es Ihnen freigestellt, ob Sie eine Selbst- oder Fremdevaluation durchführen.

Überlegen Sie, welchen Nutzen eine externe Vergabe haben kann und welche Ressourcen Ihnen für eine Evaluation zur Verfügung stehen. Hier kann es hilfreich sein, mit Hochschulen zusammenzuarbeiten. Im Rahmen der Evaluation des Projekts ist es wichtig, Ideen zu entwickeln, die auf der einen Seite praktikabel und pragmatisch sind und auf der anderen Seite Ihnen bei der Umsetzung Ihres Projektansatzes die notwendigen Informationen liefern, um Entscheidungen zur Projektsteuerung und -weiterentwicklung zu treffen.

### Weitere Informationen und Hinweise:

In der Evaluation wird zwischen verschiedenen Evaluationsarten unterschieden. Für ein Projekt der Gesundheitsförderung sind insbesondere die Prozess- und Ergebnisevaluation relevant. Orientieren Sie sich im Antrag an Methoden der Prozessevaluation und berücksichtigen Sie z. B. folgende Fragen:



- Wird das Projekt wie geplant umgesetzt?
- Gibt es Probleme mit der Kommunikation oder dem Informationsfluss?
- Welche Hindernisse lassen sich identifizieren und beheben?
- Welche förderlichen Bedingungen lassen sich identifizieren?
- Wie gelingt der Netzwerkaufbau? Wurden kommunale und politische Partnerinnen und Partner gewonnen?
- Wie viele Personen nutzen die Angebote? Entsprechen die entwickelten Maßnahmen den Bedürfnissen der Zielgruppe(n)? Welche Hindernisse halten von der Nutzung ab? Wie ist die Akzeptanz der Maßnahmen und Inhalte?
- Hat sich das Wissen/ Kompetenzen/ Verhalten verändert? Wurden in der Lebenswelt nachhaltig gesunde Lebensverhältnisse geschaffen?

### Wichtig:



Mit Antragsbewilligung verpflichten Sie sich zur Dokumentation der Projektaktivitäten. Diese sind gegenüber der GKV nachzuweisen und im Rahmen von Berichten einzureichen. Nutzen Sie hierfür die Ziele-Maßnahmen-Tabelle (ZiMT), um ihren aktuellen Stand fortlaufend zu dokumentieren und den Soll-Ist Stand zu dokumentieren.



Auf der Internetseite des Landesentrums Gesundheit NRW finden einen [Leitfaden zur Selbstevaluation](#).