

## **Bewegung und Begegnung, Dorfläden und Mobilität – was Dörfer im Programm „Dorferneuerung“ für die Gesundheit nutzen**

---

Dipl.-Geographin Nathalie Franzen, Dorf- und Regionalplanerin

Das Programm der Dorferneuerung wie auch der Wettbewerb „Unser Dorf hat Zukunft“ sind wichtige Anreize in den Dörfern. Sie motivieren die Dorfgemeinschaften dazu, sich mit ihrem Ort, ihrem Lebensumfeld auch kritisch auseinanderzusetzen und Ziele für die weitere Entwicklung zu erarbeiten. Dabei steht die ganzheitliche Betrachtung des Dorfes und seiner sozialen Strukturen im Vordergrund. Aber weder in der Verwaltungsvorschrift für die Dorferneuerung (VV-Dorf) noch in den Bewertungsrichtlinien für den Dorfwettbewerb taucht das Wort „Gesundheit“ explizit auf. So stellt sich die Frage, ob Gesundheit hier keine Rolle spielt oder ob sie immanent in allen Themenfeldern enthalten ist.

Bei Betrachtung der umgesetzten Projekte in den Orten wie auch der Fachvorträge bei entsprechenden Tagungen lässt sich eher auf die zweite Antwort schließen: Hier finden sich Aspekte wie sportliche Gesundheitsförderung im Sinne von Bewegungsangeboten, aber auch zur gesunden Ernährung. Wichtig sind auch Angebote, die der sozialen Isolierung vor allem im Alter entgegenwirken, sei es speziell für Senioren oder zur Verbindung von Jung und Alt. Auf Beispiele hierzu wird im Workshop näher eingegangen und inwieweit Verschiedenes miteinander verbunden und der Gesundheitsbezug deutlicher werden kann.

Die Beispiele basieren auf Dorfberatungen und Entwicklungsbegleitungen von hunderten Dörfern in RLP.

### ***Bewegung im Dorf - ganz klassisch***

In fast jedem Dorf gibt es einen Sportverein, meist auch mit verschiedenen Sparten (Fußball, Handball, Tennis, Tischtennis, Tanzen, Gymnastik, Bogenschießen, Zumba, Aerobic, Badminton, Reiten, etc.). Meist sind dies auch die mitgliederstärksten Vereine. Daneben gibt es auch teils selbst organisierte Angebote wie z.B. Lauftreffs, Nordic Walking Gruppen: oder auch Bouleplätze. Letzteres hat sich in den letzten Jahren zum Trendsport entwickelt: in fast jedem Dorf wird, falls noch nicht vorhanden, die Schaffung einer Boulebahn vorgeschlagen.

### ***Wie komme ich von hier nach da? Mobilität ist wichtig***

Für die Mobilität von Dorf zu Dorf gibt es für Menschen, die nicht selbst Auto fahren verschiedene Möglichkeiten, die schon vielerorts umgesetzt wurden, so z.B. Mitfahrbänke (Bereits seit Mitte der 1990er Jahr in Lauterbach-Maar im Vogelsbergkreis, heute auch in der Eifel oder in Rheinhessen). Zur

Förderung der Radfahrer entstehen Ladestationen für E-Bikes, und die Nationalparkgemeinde Malborn denkt über die Schaffung einer Finnenbahn zur Verbindung ihrer Ortsteile nach.

Innerorts wurden in Dorfwentwicklungsprozessen u.a. Wege mit Rast- und Aktiv-Angeboten wie Sitzgruppen, Spielpunkten, Trimm-Angeboten entwickelt und tlw. mit seniorenrechtlichen Schwerpunkten angegangen.

Wichtig im Dorf ist auch die Barrierefreiheit sowohl in öffentlichen Gebäuden wie auch auf Gehwegen und Plätzen. So werden hier alte Dorfpfade Rollatorgerecht (wieder) hergestellt, abseits von Straßen und Hochborden. Ziel ist: Selbständige Teilhabe statt alleine zuhause bleiben, denn Isolierung und Vereinsamung sind das Gegenteil von gesundem Altwerden.

### ***Gesundheit! Angebote im Dorf***

In Bärweiler ist im Zuge der Fortschreibung des Dorferneuerungskonzepts ein Markttag mit Waren und Dienstleistungen zur Versorgung und zum Zusammenkommen entstanden. Das Angebot ist niedrigschwellig, man kann ohne Voranmeldung teilnehmen und ohne „neu“ in einer Gruppe zu sein – das sind oft Argumente älterer Menschen, sich selbst zurückzuziehen und nicht an organisierten Angeboten im Ort teilzunehmen. Hintergrund des Markttag in Bärweiler war, dass dort wie in den meisten Orten mobile Händler (Bäcker, Metzger, Obst/Gemüse, TK-Kost) unterwegs waren, aber jeder für sich. Ziel des Projektes war somit, alle Akteure einzubinden, um an festen Tagen (z.B. monatlich / 14-tägig) zu einer festen Zeit alle Anbieter an einem Ort zusammen zu holen (sowohl Verkaufswagen als auch Stände von regionalen Selbstvermarktern). Eine Ergänzung war das Angebot von Kaffee und Kuchen im Bürgerhaus, in dem auch Dienstleistungsangebote verschiedener Anbieter, genutzt werden konnten, z.B. Fußpflege, Kosmetikbehandlung, Beratung durch Apotheker, Reisebürostand usw. Und die Modenschau vom Modemobil mit „Models“ aus dem Ort war der Publikumsrenner.

Diente der Markttag vor allem dem sozialen Miteinander, ist das folgende Projekt zusätzlich mit Bewegungsanreizen verbunden:

In Flornborn entstehen derzeit mehrere inhaltlich verbundene Treffpunkte und Freizeitangebote für Jung und Alt. So wird ein bestehender Spielplatz u.a. mit einem Fitnessgerät für Erwachsene aufgewertet, es wird ein Generationentreffpunkt mit Sitzbereich und Geräten für Jung und Alt errichtet und ein bestehender, aber wenig attraktiver Platz durch eine Wipp-Pumpe mit Wasserfontäne und einen Barfußpfad verbessert.

Auch gemeinsames Gärtnern ist gut für die Gesundheit und die Gemeinschaft. Mal übernimmt die örtliche Gymnastikgruppe die Anlage und Pflege von Bauerngartenbeeten in einem Dorfmittelpunkt, mal wird die Friedhofsgestaltung verbessert. So entstand in Wallertheim ein „Garten der Erinnerung“ und in Flornborn ein „Pfad des Lebens“ mit thematischen Beeten, die von Paten gepflegt werden.

Gesunde Ernährung ist ein Thema, das mit dem Einkaufen vor Ort verbunden ist. So entstehen nach der Aufgabe der alten Tante-Emma-Läden bereits seit den 1990er Jahren Dorfläden als Bürgerläden, also nicht von Einzelpersonen, sondern von einem Verein oder einer kleinen Genossenschaft geführte Läden. Kernfunktion ist auch hier die Lebensmittelversorgung (bevorzugt mit regionalen bzw. Bioprodukten), ergänzend kommen Dienstleistungen wie Reinigungsannahme, Café-Bereich (Treffpunkt!), Schuhreparaturannahme, Versandhaus-Bestellshop, evtl. auch Postagentur und Lottoannahmestelle hinzu. Vorteile dieser Bündelung sind: Die Attraktivität des Einzelangebotes erhöht sich für den Kunden durch die verschiedenen Zusatzangebote: ein Weg erfüllt mehrere Zwecke (Synergie), außerdem lassen sich durch die räumliche Zusammenfassung der Angebote Kosten einsparen, da das Personal mehrere Dienstleistungen mitbetreuen kann. Dies kann auch evtl. Umsatzenschwankungen ausgleichen.

So kann auch die Selbständigkeit älterer Menschen im Dorf länger erhalten werden, da das eigenständige Einkaufen diese fördert, ganz im Gegensatz zum Mitbringenlassen von Produkten.



### **Wie sind diese Projekte entstanden?**

Alle stammen aus der Beteiligung der Ortsbevölkerung im Rahmen von Dorferneuerung. Dies findet in Rheinland-Pfalz üblicherweise in der Dorfmoderation statt, bei der alle Alters- und Bevölkerungsgruppen in die Planung der Weiterentwicklung ihres Dorfes einbezogen werden. Hierbei entstehen Arbeitsgruppen, die sich z.B. um das Miteinander der Generationen, um Projekte für Jung und Alt oder auch um Freizeit und Naherholung kümmern und gemeinsam mit einer Dorfmoderatorin oder einem Dorfmoderator nachhaltige Projekte zu entwickeln. Sowohl die Dorfmoderation selbst als

auch viele der hierbei entwickelten Projekte sind durch das Dorferneuerungsprogramm förderfähig, und wenn auch noch Eigenleistungen von Bürger/innen eingebracht werden, bleiben nicht mehr allzu hohe Kosten für die Kommune übrig. Förderfähig sind lt. Verwaltungsvorschrift für die Dorferneuerung (VV-Dorf) z.B. „initiative Vorhaben und kleinere bauliche Projekte örtlicher Sozial-, Kultur- und Beratungsarbeit, insbesondere von örtlichen Selbsthilfegruppen für Kinder, Jugendliche, Behinderte und ältere Bürgerinnen und Bürger“ sowie „Maßnahmen zur (...) naturnahen Erholung“.

Die Vorgehensweise bei Dorfmoderationen ist unterschiedlich, in der Regel findet zu Beginn eine Auftaktveranstaltung statt, bei der aktuelle Stärken und Schwächen, aber auch Ziele und Visionen für die Zukunft des Dorfes von den Teilnehmenden zusammengetragen werden. Hier entstehen oft kreative Ideen, wie z.B. gemeinsames Mittagessen für Kindergarten und / oder Grundschule mit den Senioren, Tag der Vereine zur Neubürgerintegration, Schaffung von rollatorgerechten Dorfrundwegen usw. Diese werden dann mit Interessierten und der Ortsgemeinde zu Projekten ausgearbeitet, und eine Förderung beantragt. Die Beratung zu den passenden Fördertöpfen ist auch Bestandteil der Dorfmoderation. Vielfach werden zu den erdachten Projekten auch Befragungen im Ort durchgeführt, zum einen für ein gutes Meinungsbild, zum anderen auch für die Motivation zum Mitmachen. Hier kann z.B. gut ermittelt werden, welche Angebote auf einer Generationenfreizeitfläche gewünscht sind und welche eher nicht so beliebt sind. Die ist auch von Ort zu Ort recht unterschiedlich: Wünschen sich im einen Dorf die Erwachsenen geeignete Fitnessgeräte, sind im nächsten Dorf eher eine Erwachsenenschaukel oder Relaxbänke die Favoriten.

---

## **Und wenn wir noch (zu) wenig Angebote im eigenen Dorf haben?!**

### **Chancen durch Bürgerengagement:**

- Gemeinsame Projekte wie Generationentreffs, Markttag, o.ä. organisieren → der zunehmenden Individualisierung entgegenwirken, niedrighschwellige Angebote zum Zusammenkommen
- Einstieg über Dorfmoderation / Dorfkonferenz o.ä. für eine breite Beteiligung und Akzeptanz
- Wer aktiv Projekte mit entwickelt, hilft auch eher bei der Umsetzung und übernimmt Patenschaften
- Gründung von Dienstleistungstauschbörsen (Zeittausch) kann viele Probleme lösen, unbürokratisch und kostenlos (helfen, mitfahren, Begleitung bei Spaziergängen, Kontakt → soziale Infrastruktur).

### **Grenzen fürs Bürgerengagement:**

- Die Hilfe von Kommunen ist notwendig, um die Initiativen von Bürgern zu unterstützen: unbürokratisch helfen, mit Wissen unterstützen, z.B. auch Hilfe bei Planungsleistungen oder Förderanträgen. Wichtig auch: Würdigung von Engagement!
- Die Fördermöglichkeiten für den ländlichen Raum sind tlw. nur sehr bürokratisch zu erreichen und Kommunen i.d.R. besser gestellt als z.B. Vereine
- Größere bauliche Maßnahmen oder Versorgungsangebote sind ohne Investor kaum zu schultern

## **Fazit**

Gemeinsame Projekte wie Generationentreffs, Markttage, o.ä. wirken der zunehmenden Individualisierung entgegen. Wichtig sind vor allem niedrighschwellige Angebote zum Zusammenkommen, da sonst die Gefahr zunehmender Vereinsamung besteht. Ein guter Einstieg ist über die Dorfmoderation bzw. Dorfkonferenzen o.ä. möglich, was eine breite Beteiligung und Akzeptanz ermöglicht, denn: Wer aktiv Projekte mit entwickelt, hilft auch eher bei der Umsetzung und übernimmt Patenschaften.

Die Hilfe von Kommunen (Orts- und Verbandsgemeinden) ist aber auch wichtig, um die Initiativen von Bürgern zu unterstützen: unbürokratische Hilfe, mit Wissen unterstützen, z.B. das Erbringen einfacher Planungsleistungen oder das Stellen von Förderanträgen. Sehr wichtig ist auch die Würdigung von Engagement und zwar bereits im Anfangsstadium, nicht nur bei der Einweihung von umgesetzten Projekten.

Link: <http://www.dorfplanerin.de/>