

Lernen & Verändern. Ein Projekt im Wandel
Von „Frauen vernetzen“ zum „ABS-Café“

März 2017

Yvonne Giedenbacher
kolkhos.net GmbH

im Auftrag der
ARGE Frauen vernetzen

Das Projekt wurde gefördert im Rahmen der Initiative „Auf gesunde Nachbarschaft!“ des Fonds Gesundes Österreich.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung
2. Frauen vernetzen – ABS-Café
3. Aus beiden Projekten lernen
4. Empfehlungen für ProjektumsetzerInnen

1. Einleitung

Die ARGE Frauen vernetzen war 2015 angetreten, mit dem Projekt *Frauen vernetzen. Familien stärken – Region beleben* die Zielgruppe der Schwangeren und Familien (Frauen) mit Kleinkindern zu erreichen, den Austausch der Frauen untereinander und die gegenseitige (soziale) Unterstützung zu fördern und damit zu stärkeren (nachbarschaftlichen) Netzwerken, einem verbesserten Wohlbefinden der Frauen und Kinder und einer größeren Verbundenheit junger Familien mit der Region Waldviertler Kernland beizutragen.

Nach der Recherche- und Aufbauarbeit wurde das Projekt 2016 mit viel Enthusiasmus gestartet. Nach einigen Monaten Laufzeit stellte sich jedoch Ernüchterung ein: Das Angebot des regelmäßigen offenen Austausches zwischen interessierten Frauen in drei Gemeinden der Region wurde von der Zielgruppe kaum angenommen. Obwohl sich das Projektteam sehr darum bemühte, mehr Teilnehmerinnen für die Treffen zu gewinnen, war nach fünf Monaten klar, dass das Projekt in der gewählten Form die Erwartungen nicht erfüllen konnte.

Das Projektteam entschied sich dafür, das Problem offensiv anzugehen. Gemeinsam wurden Ideen für einen Relaunch entwickelt, der Fördergeber wurde über das neue Konzept informiert und um Zustimmung ersucht, potenzielle Partnerorganisationen angesprochen.

Aus *Frauen vernetzen* war das *ABS-Café* hervorgegangen. Mit einem leichter verständlichen und niederschwelligeren Angebot, mehr Standorten und verstärkten Synergien (mit bestehenden Angeboten) startete das verwandelte Projekt im Herbst 2016 neu durch.

Und der Erfolg gibt dem Projektteam recht: Die Teilnehmerinnen-Zahlen sind im Vergleich zum Ursprungsprojekt deutlich gestiegen und das Interesse am *ABS-Café* ist anhaltend hoch. Es gibt Anzeichen dafür, dass die ursprünglichen Ziele – nämlich Vernetzung, Stärkung, Solidarität, gegenseitige Unterstützung, verbessertes Wohlbefinden – mit dem neuen Angebot erreicht werden könnten.

Der vorliegende Bericht fasst die Lernerfahrungen aus beiden Projekten überblicksartig zusammen. Aufgrund der relativ kurzen Laufzeit beider Projekte hat diese Aufstellung einen vorläufigen Charakter. Doch vielleicht kann sie zukünftigen ProjektumsetzerInnen, die mit ähnlichen Zielgruppen und zu ähnlichen Themen arbeiten, nützlich sein, um Angebote und Aktivitäten adäquat zu gestalten.

Der Bericht ist das Ergebnis aus mehreren Workshops bzw. Gesprächen mit dem Projektteam und einer Analyse der zum Projekt vorliegenden Dokumente (z.B. Protokolle, Statistiken, Präsentationen). Nach einem kurzen Überblick über den **Hintergrund und die Ziele** des Projekts (bzw. der Projekte) und **summarischen Darstellungen von *Frauen vernetzen* und *ABS-Café***, werden die **Lernerfahrungen** entlang übergeordneter Themen zusammengefasst. Im Anschluss daran findet sich ein kurzer Überblick über die aus diesen Lernerfahrungen ableitbaren **Umsetzungsempfehlungen** für andere ProjektträgerInnen.

2. Frauen vernetzen – ABS-Café

Der Hintergrund

Das Waldviertler Kernland ist eine von mehr als 70 Kleinregionen in Niederösterreich. Die Region liegt im südlichen Waldviertel und bestand zu Beginn des Projekts im Jahr 2015 aus 13 Gemeinden. Inzwischen arbeiten 14 Gemeinden in der Kleinregion zusammen. Die Region erstreckt sich über 550 km² und hat rund 13.000 EinwohnerInnen.

Das Waldviertler Kernland ist ländlich geprägt, dünn besiedelt und war in den vergangenen Jahrzehnten von einem Bevölkerungsrückgang betroffen. Die Region erlebt wie viele andere periphere Gebiete auch eine zunehmende Überalterung, weil viele junge Menschen, allen voran Frauen zwischen 20 und 29 Jahren, in die Städte abwandern. Jährlich werden in der Region etwa 100 Kinder geboren.

Das Waldviertler Kernland versucht die Region für Familien mit Kindern zu attraktivieren, um das Wohlbefinden dieser Gruppe zu erhöhen, die Bindung an die Region zu verstärken und die Abwanderung zu stoppen. Eine Maßnahme war die Einführung der *NÖ Kinderbetreuung*, die eine Lücke im Kinderbetreuungsangebot schließt: So werden an den Standorten der NÖ Kinderbetreuung unter 3-Jährige ebenso betreut wie etwa Volksschulkinder in der Freizeit. Zusatzangebote wie saisonale Aktivitäten oder auch Lerncoaching runden das Angebot der NÖ Kinderbetreuung ab.

→ Mehr Informationen zur NÖ Kinderbetreuung:
www.noekinderbetreuung.at

Die Zielgruppen & Ziele des Projekts

Der Ausgangspunkt für die Entwicklung des Projekts „Frauen vernetzen. Familien stärken – Region beleben“ war der Wunsch, die Region für werdende Eltern und Eltern mit Kleinkindern attraktiver zu machen. Die Hauptzielgruppe waren, der Ausrichtung der Initiative „Auf gesunde Nachbarschaft!“ des *Fonds Gesundes Österreich* entsprechend, **Schwangere und Frauen mit Kleinkindern**.

→ Die Initiative „Auf gesunde Nachbarschaft!“ im Internet:
www.gesunde-nachbarschaft.at

Die **übergeordneten Ziele („Vision“)** des Projekts wurden folgendermaßen formuliert:

- Schwangere und Mütter von Babys sollten sich in der Region **gut aufgehoben** fühlen, den Wert von **guter Nachbarschaft und Vernetzung** kennen und wissen, dass sie selbst zu einer Verbesserung ihres **Wohlbefindens und ihrer Gesundheit**, zur Verbesserung der Rahmenbedingungen und zur Förderung der Kinder beitragen können.
- **Stabile Frauennetzwerke** verbessern den sozialen **Status** von Frauen in der Gesellschaft, die **Solidarität** der Frauen untereinander und die **Familienfreundlichkeit** in den Gemeinden.

- Die **Kleinregion** gewinnt an **Attraktivität** für Jungfamilien und mehr junge Menschen entscheiden sich dafür, im Waldviertler Kernland ihren Lebensmittelpunkt zu finden.

Umgesetzt wurde das Projekt von einer **Arbeitsgemeinschaft** (ARGE Frauen vernetzen) aus dem *Verein Kleinregion Waldviertler Kernland* und der *NÖ.Regional.GmbH*.

→ Mehr Informationen zu den ARGE-Partnerorganisationen:
www.waldviertler-kernland.at und www.noeregional.at

Die Umsetzung von „Frauen vernetzen“

Vor dem öffentlichen Start des Angebots von „Frauen vernetzen“ wurde eine **umfassende Recherche** in den Gemeinden der Region vorgenommen. Es wurden viele **Gespräche** mit GemeindevertreterInnen, VertreterInnen der *Gesunden Gemeinde*, BibliothekarInnen etc. geführt und die Situation (d.h. die Angebote) für schwangere Frauen und junge Familien in der Region erhoben. Außerdem wurden die passenden **Räumlichkeiten** für das Angebot gesucht.

Eine **Fragebogenaktion** („aktivierende Befragung“) zu den Bedürfnissen und Möglichkeiten der Zielgruppe wurde regionsweit durchgeführt.

Das Angebot wurde **inhaltlich ausgearbeitet und personell** besetzt. Parallel dazu wurden **Öffentlichkeitsarbeit und Werbung** für das Projekt vorbereitet.

Die **Steuerungsgruppe** wurde aufgebaut und 2016 zum ersten Mal einberufen.

Das Projekt wurde **großflächig und über mehrere Kanäle** beworben (z.B. BürgermeisterInnen-Brief, Medienarbeit, Einladungskarten, Internet).

Im Februar 2016 fand schließlich das erste sogenannte **Netzwerktreffen** statt. Die Netzwerktreffen wurden in **drei Gemeinden** in der Region angeboten und fanden in jeder Gemeinde 1x / Monat statt. Als Treffpunkte dienten verschiedene Räumlichkeiten (z.B. Volksschule, Pfarrsaal).

Die Netzwerktreffen waren **inhaltlich sehr offen** gehalten. Beworben wurden sie als „Plattform, wo Begegnung und Austausch erleichtert [...] und Aussprache, Diskussion und Ideen (ermöglicht) werden.“ Auf den Werbematerialien wurden Begriffe wie „Bildung“, „Kommunikation“, „Gesundheit“, „Werte“, „Eigeninitiative“ oder „Selbstbewusstsein“ verwendet.

Die Treffen wurden von einer Erwachsenentrainerin **moderiert**, die jeweils ein Thema für die Diskussion vorbereitete (z.B. „Kennenlernen und miteinander reden“ für die erste Runde, „Kommunikation innerhalb der Familie“, „Beziehung oder Erziehung“). Es war jedoch geplant, dass die Teilnehmerinnen selbst Themen einbringen und diese diskutieren und die Moderatorin nur kleine **Impulse** setzt und für einen **wertschätzenden Austausch** sorgt.

Als längerfristiges Ziel war angedacht, dass die Gruppen nach Projektende in die **Selbstorganisation** entlassen werden können und sich die beteiligten Frauen nicht nur in die Gruppe, sondern auch ins Gemeindegesehen (für die Anliegen von Frauen) einbringen.

Zwischen Februar und Juni 2016 fanden insgesamt **15 Netzwerktreffen** statt. Die **Teilnehmerinnenzahl** schwankte zwischen 0 und 7, wobei eine Abwärtstendenz festzustellen war. Aufgrund der mangelnden Nachfrage nach dem Angebot, wurde das Projektkonzept stark überarbeitet. Im Herbst 2016 erfolgte der **Relaunch** als *ABS-Café*.

ABS-Café – Austausch, Bildung und Spaß für die ganze Familie

Das **ABS-Café** ist in insgesamt **neun Gemeinden** des Waldviertler Kernlandes präsent. Das Café ist zeitlich mit der **Elternberatung** gekoppelt, d.h. es findet manchmal vor, meistens aber nach der Elternberatung statt.

Die sogenannte *Mutter-Eltern-Beratung* ist ein Angebot zur Gesundheitsvorsorge für Kinder von der Geburt bis zur Schulzeit. In mehr als 300 niederösterreichischen Gemeinden beraten KinderärztInnen, AllgemeinmedizinerInnen und diplomierte Kinderkrankenschwestern 1–2 x / Monat Eltern in Fragen der medizinischen Vorsorge (z.B. Impfungen, kindliche Entwicklung).

→ Mehr Informationen zur Mutter-Eltern-Beratung in Niederösterreich:
<http://www.noe.gv.at/Gesundheit/Gesundheitsvorsorge-Forschung/Mutter-Eltern-Beratung.html>

Das ABS-Café findet in fast allen Gemeinden entweder in den Räumlichkeiten der **NÖ Kinderbetreuung** oder in einem **Kindergarten** statt. ExpertInnen aus verschiedenen Bereichen halten einen kurzen Input von ca. 15 Minuten zu einem **festgelegten Thema** (z.B. Strömen, Bildungsberatung NÖ, Kinesiologie, Entspannungsübungen, Bewegungswerkstatt für 0–3-Jährige), die Teilnehmerinnen und Teilnehmer (in einigen Fällen waren auch Männer anwesend) können **sich informieren** und sich zu den jeweiligen Themen – und darüber hinaus – **austauschen**.

Ein Mitglied des Projektteams ist anwesend und moderiert das Treffen bei Bedarf leicht. **Getränke, Kaffee und Kuchen** sorgen für eine Café-Atmosphäre. Die Kinder nutzen die Zeit zum Spielen in der in den meisten Gemeinden **kindgerechten Umgebung**.

Das **Programm** für die ABS-Cafés wird jeweils für drei Monate veröffentlicht. Die **Bewerbung** erfolgt auch wie bei *Frauen vernetzen* über die unterschiedlichsten Kanäle.

Die **Anzahl der TeilnehmerInnen** variiert sehr stark von Gemeinde zu Gemeinde und von Termin zu Termin, ist jedoch im Durchschnitt deutlich höher als bei *Frauen vernetzen*.

3. Aus beiden Projekten lernen

Das Beispiel *Frauen vernetzen – ABS-Café* zeigt, wie produktiv es im Verlauf eines Projekts sein kann, das Scheitern eines Konzepts anzuerkennen, aus diesem Scheitern zu lernen und darauf zu reagieren. Freilich braucht es dafür **Rahmenbedingungen**, innerhalb derer und **Menschen**, für die dieses Lernen und die konzeptuelle Neuausrichtung auch möglich ist. Im Fall von *Frauen vernetzen – ABS-Café* trugen wohl **mehrere Faktoren** zu dem erfolgreichen Relaunch bei:

- ein ambitioniertes und motiviertes **Projektteam**, das vom grundsätzlichen Nutzen des Projekts überzeugt war,
- eine **längere Projektlaufzeit**, die eine Analyse, Umplanung und Neuausrichtung auch zeitlich ermöglichte und nicht zuletzt
- ein **Fördergeber**, der sich offen für sinnvolle Adaptionen des Projektplans zeigte.

An dieser Stelle werden die **Lernerfahrungen aus beiden Projekten** zusammengefasst dargestellt. Klar ist, dass diese Gedanken zum jetzigen Zeitpunkt nur ansatzweise belegt werden können. Niemand weiß, ob sich das Projekt *Frauen vernetzen* in seiner ursprünglichen Form nicht doch noch zu einem Erfolg entwickelt hätte oder ob sich das *ABS-Café* zu einem nachhaltigen Angebot (weiter-) entwickeln lässt. Aktuell lassen sich höchstens **Trends** ablesen oder vorsichtige **Hypothesen** aufstellen. Trotzdem: Hier soll es um die Erfahrungen aus diesen beiden Projekten gehen. Vielleicht können andere, vergleichbare Projekte – auch wenn natürlich jede Region ihre Eigenheiten hat und sehr viel von den handelnden Personen abhängt – einen Nutzen daraus ziehen.

Besonderheiten der Zielgruppe

Schwangere Frauen und Mütter mit Kleinkindern sind eine **sehr interessante Zielgruppe** – auch und vor allem für die Gesundheitsförderung. Das Besondere an diesen Frauen ist, dass es Menschen „**am Übergang**“ sind und dass sie größeren Belastungen bzw. Belastungsrisiken ausgesetzt sind. Die (soziale) Stärkung dieser Frauen – so zumindest die These im Projekt *Frauen vernetzen / ABS-Café* – trägt zu einem größeren Wohlbefinden bei und stärkt mittelbar auch die Angehörigen (insbesondere die Kinder) und in weiterer Folge auch die Region.

Schwangere Frauen bzw. Jungmütter sind oft gerade aus der Arbeitswelt ausgestiegen bzw. haben diesen Schritt unmittelbar vor sich. Die sozialen Kontakte und die Beziehung zum Partner verändern sich. Die Schwangerschaft und das Leben mit Baby oder Kleinkind bringen oft große (körperliche und psychische) Herausforderungen mit sich.

Diese Lebensphase birgt einerseits vielleicht eine **große Chance für Veränderungen** und damit auch für neue Impulse von außen (etwa durch ein Projekt), andererseits erschwert sie – so legen es zumindest die Erfahrungen im Waldviertler Kernland nahe – die Erreichung und vor allem Aktivierung dieser Zielgruppe. Warum?

- Für viele Jungmütter rückt angesichts der Anforderungen durch ein Kind die **Selbstsorge** in den Hintergrund.
- In dieser Phase ist häufig eine **Retraditionalisierung** der Geschlechterrollen zu beobachten. Ein Projekt, das auf Solidarisierung, Vernetzung und Stärkung von Frauen setzt, wirkt in einer solche Phase vielleicht zu hochschwierig, weil es Widersprüche und Probleme in den Geschlechterverhältnissen sichtbar macht.
- Die Zielgruppe ist einem **schnellen Wandel** unterworfen. Mit zunehmendem Alter der Kinder wandeln sich die Fragen, Bedürfnisse und Herausforderungen der Frauen. Dies erschwert die Arbeit mit dieser Gruppe.
- Dieser rasche Wandel, d.h. die eher kurze Phase der Gruppenzugehörigkeit, erschwert auch die Herausbildung von **MultiplikatorInnen** aus der Gruppe selbst. Auch **andere MultiplikatorInnen bzw. FürsprecherInnen** für diese Zielgruppe fehlen bzw. werden von den Frauen selbst nicht als solche gesehen.
- In einer Phase, in der das Belastungsniveau vielfach ohnehin sehr hoch ist, scheuen sich viele Frauen vor neuen Engagements. Das heißt, die **Selbstorganisation** aus der Gruppe heraus wird stark erschwert.

Inhaltliche Ausrichtung des Angebots

Neben den veränderten Rahmenbedingungen (Anbindung an die Elternberatung), brachte die Neuausrichtung des Projekts vor allem auch eine **inhaltliche Änderung**. Während bei *Frauen vernetzen* die Themen aus den Gruppen selbst kommen sollten und daher **große Offenheit** gegeben war, macht das ABS-Café **klare inhaltliche Angebote**, die Möglichkeit zum Austausch untereinander wird zwar thematisiert (siehe Titel **ABS-Café**), aber nicht in den Vordergrund gestellt. Aus dem Vergleich zwischen den beiden Projekten lassen sich folgende Schlussfolgerungen ziehen:

- Allzu **große inhaltliche Offenheit** wirkt auf potenzielle Teilnehmerinnen eher abschreckend. Die Bereitschaft, sich in einer Gruppe mit unbekanntem Frauen zusammenzufinden und gemeinsam Themen zu entwickeln, hielt sich bei *Frauen vernetzen* in Grenzen. Ein **genau definierter Programmpunkt** (z.B. Input zu einem bestimmten Thema) schafft Klarheit und wirkt anziehend („Das kann ich mir dort abholen“).
- **Begriffe** wie „Vernetzung“ oder die Einladung, sich mit **Frauenthemen**, der gesellschaftlichen Stellung der Frau etc. auseinanderzusetzen, erzeugten bei den angesprochenen Frauen kaum Interesse. Das Konzept war eventuell zu „hochschwierig“ oder „intellektuell“, wie das Projektteam selbstkritisch bemerkte.
- **Vertrauen** spielt bei derartigen Austauschformaten eine entscheidende Rolle. Gerade in kleinräumigen Strukturen muss ich mich als Teilnehmerin darauf verlassen können, dass persönliche Informationen (z.B. Partnerschaftsthemen, Krisen) nicht weiter erzählt werden. Vertrauen entwickelt sich aber erst **mit der Zeit** – die Bereitschaft, in einer unbekanntem Gruppe über persönliche, teilweise intimen Themen zu sprechen, hält sich dementsprechend in Grenzen.
- Die große thematische Offenheit führte dazu, dass *Frauen vernetzen* insgesamt **schwer zu kommunizieren** war. Einfache, leicht verständliche

Konzepte kommen für gewöhnlich besser und schneller bei den Zielgruppen und möglichen MultiplikatorInnen an.

- Gerade Frauen in dieser Phase fällt es vielleicht schwer, etwas „**nur**“ für sich selbst zu tun (siehe weiter oben). Das ABS-Café bietet einen **guten Mix aus Inputs**, die **Frauen/Eltern und Kinder** berücksichtigen (z.B. Selbstheilungskräfte, Entspannung für Groß und Klein)

Rahmenbedingungen des Angebots

Aus den Erfahrungen mit den beiden Projektkonzepten lassen sich einige Schlüsse ziehen, was **geeignete Rahmenbedingungen** für ein Angebot für schwangere Frauen und Mütter mit Babys und Kleinkindern betrifft.

- Es hat sich bewährt, dass das Angebot des ABS-Café zeitlich und räumlich mit dem der nö. Elternberatung **verknüpft ist**. Die Elternberatung ist ein langjährig etabliertes Angebot mit hohem Bekanntheitsgrad. Sie wird **regelmäßig**, zu lange im Vorhinein **bekannt** Terminen abgehalten. Diese Verbindung – das ABS-Café wird entweder davor, meist aber danach in denselben Räumlichkeiten organisiert – stärkt das ABS-Café. Interessierte müssen sich **keinen eigenen Termin** dafür reservieren, sondern können „zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen“.
- Die **Räumlichkeiten** für ein derartiges Angebot spielen eine große Rolle. Schon in *Frauen vernetzen* zeigte sich, dass die ursprünglich angedachten Bibliotheken sich weniger als Treffpunkte für die Zielgruppe eignen. Die Räumlichkeiten der NÖ Kinderbetreuung bzw. von Kindergärten eignen sich viel besser, weil sie in der Regel **groß und hell** sind und für die mitkommenden Kinder **Spielmöglichkeiten** bieten. Außerdem lernen so schwangere Frauen bzw. Mütter mit Babys **die Räume und Institutionen gleich kennen**. Allerdings ist zu beachten, dass das Waldviertler Kernland mit der NÖ Kinderbetreuung vor Ort in den Gemeinden eine Sonderstellung hat. Der Zugang zu Kindergärten „von außen“ ist ungleich schwieriger (z.B. zeitliche Verfügbarkeit, für derartige Zwecke passende Räume).
- Die richtige **Uhrzeit** für derartige Angebote ist aus den Projekterfahrungen kaum abzuleiten. In *Frauen vernetzen* wurden sowohl Vormittags- als auch Abendtermine angeboten. Das *ABS-Café* beginnt je nach Standort zwischen 08:30 und 14:00 Uhr.
- Ein zeitlicher Rahmen von **1,5 bis 2 Stunden** hat sich für die Gruppen bewährt.
- Nicht nur die Räume beeinflussen die Atmosphäre, auch Faktoren wie **Begrüßung, Moderation und Gastlichkeit** spielen eine wichtige Rolle für das Wohlfühl. Im *ABS-Café* werden die TeilnehmerInnen von dem/der ReferentIn und der Projektmitarbeiterin **begrüßt**, die Diskussion nach dem Impuls durch den/die ReferentIn wird nur ganz **locker moderiert**, **Getränke, Kaffee und Kuchen** stehen zur Verfügung. Für Räume außerhalb von Kinderbetreuungseinrichtungen wurde eine **Spieletasche** für die Kinder zusammengestellt.
- Während *Frauen vernetzen* nur in drei Gemeinden angeboten wurde, um den Austausch zwischen den Gemeinden in der Region zu fördern, wird das *ABS-Café* aktuell in neun Gemeinden organisiert. Bei *Frauen vernetzen* zeigte sich, dass die Zielgruppe nicht bereit war, in andere Gemeinden zu fahren. Ob dies

an der inhaltlichen / organisatorischen Ausrichtung des Angebots oder an der **Mobilitätsbereitschaft** potenzieller Teilnehmerinnen lag, ist nicht zu beantworten.

Kommunikation & Werbung

Für beide Projekte wurde und wird **laufend Öffentlichkeitsarbeit und Werbung** betrieben. Das Projektteam nützt dafür eine ganze Reihe von Kanälen, über deren Wirksamkeit derzeit allerdings noch nicht viel ausgesagt werden kann, u.a.

- Aktivierende Befragung vor Projektstart
- BürgermeisterInnen-Brief
- Website des Waldviertler Kernlandes
- Facebook-Seite des Waldviertler Kernlandes
- Plakate (Vordrucke, in die das aktuelle Programm jeweils eingedruckt wird)
- Medienarbeit (diverse Gemeinde- und Regionalzeitungen)
- WhatsApp-Gruppe
- Einladungskarten
- Flyer (z.B. zum Auflegen auf Gemeindegätern etc.)
- Persönliche Projektpräsentationen
- Für beide Projekte wurde ein klares Corporate Design mit Wiedererkennungswert entwickelt.

Es hat sich gezeigt, dass sich die **WhatsApp-Gruppe** sehr gut dafür eignet, **kurzfristig Erinnerungen an anstehende Termine** zu verschicken. Zudem führt eine derartige Gruppe dazu, dass die Teilnehmerinnen selbst Freundinnen und Bekannte zum Kreis hinzufügen.

Synergien

Beim *ABS-Café* wurde deutlich sichtbar, dass es sehr sinnvoll ist, **Synergien mit anderen Angeboten** zu suchen. Eine wichtige Voraussetzung dafür ist natürlich eine genaue Kenntnis der Region und eine Vernetzung mit relevanten Organisationen und Personen.

- Das ABS-Café konnte **terminlich und räumlich** an die Elternberatung andocken. Dies erleichtert den Frauen die Teilnahme (siehe weiter oben).
- Die fachlichen Inputs werden meist von **ExpertInnen** gehalten, die ein Interesse daran haben, dass die Frauen die jeweiligen Angebote kennen und eventuell auch außerhalb des ABS-Cafés in Anspruch nehmen. Das ABS-Café erzeugt somit eine **Win-Win-Situation**.
- Bei der Einrichtung von **Steuerungs- oder Vernetzungsgruppen** u. Ä. sollte dieser Aspekt des gegenseitigen Nutzens ebenfalls beachtet werden.

4. Empfehlungen für ProjektumsetzerInnen

Die im Folgenden aufgelisteten Empfehlungen an ProjektträgerInnen sind mit zwangsläufigen Einschränkungen behaftet. Sie speisen sich aus den Lernerfahrungen aus diesen beiden Projekten mit jeweils relativ kurzer Laufzeit, in einer bestimmten Region, mit einer bestimmten Zielgruppe.

- Die **Zielgruppe** muss hinsichtlich ihrer Lebenssituation, Probleme, Ressourcen und Möglichkeiten möglichst genau analysiert werden.
- Schwangere Frauen und Frauen mit Kleinkindern sind eine **temporäre Zielgruppe**. Ihre Herausforderungen und Bedürfnisse ändern sich mit zunehmendem Alter der Kinder.
- Frauen mit Kleinkindern stellen die eigenen Bedürfnisse oft zurück. Eine Ansprache, die **Frauen und Kinder** einschließt und für beide Gruppen Möglichkeiten und Angebote aufzeigt, ist vermutlich erfolgsversprechender als eine Fokussierung auf „Frauenthemen“.
- Der **Sozialraum** birgt Möglichkeiten und Einschränkungen. So ist es in einer ländlichen Region zum Beispiel vielleicht schwieriger, in einer unvertrauten Gruppe offen über persönliche/intime Themen zu sprechen, als in einer Großstadt.
- **Gruppen brauchen Zeit**, um sich zu entfalten. Vertrautheit und Vertrauen zueinander sind wichtige Grundlagen für Offenheit und gegenseitige Unterstützung.
- Das Angebot sollte möglichst **niederschwellig** gestaltet werden. Dazu gehört u.a. eine **klare inhaltliche Ausrichtung**, die gut kommunizierbar ist. Die Zielgruppe muss auf einen Blick verstehen können, was das Angebot für sie bringt. Zur Niederschwelligkeit gehört auch, dass **keine Anmeldung** für die Teilnahme notwendig ist.
- Die **Atmosphäre** von Treffpunkten ist sehr wichtig. Dazu gehören gute Räumlichkeiten mit entsprechender Ausstattung (auch hier sollten die Bedürfnisse von Müttern und Kindern berücksichtigt werden), eine freundliche Begrüßung, ein niederschwelliges Angebot mit der Möglichkeit (aber nicht dem Zwang) zur Interaktion; Kaffee und Kuchen erhöhen das Wohlfühl der Teilnehmerinnen.
- Werbung und Marketing sollten über möglichst **viele Kanäle** erfolgen und den **Möglichkeiten und Interessen** der Zielgruppe entsprechen.
- Bei der Etablierung eines neuen Angebots sollten (terminliche, räumliche, inhaltliche) **Synergien** mit anderen Angeboten, Institutionen, AkteurInnen gesucht werden.