

Checkliste: Gesunde Ernährung im Quartier	
	Welche Multiplikatorinnen und Multiplikatoren können gewonnen werden (z.B. Schlüsselpersonen aus der Community)?
	Wird die Zielgruppe in die Entwicklung und Gestaltung des Projekts einbezogen?
	Was ist bei der Projektdurchführung besonders zu beachten (Kinderbetreuung, religiöse Feiertage etc.)?
	Wer muss noch bei der Projektentwicklung eingebunden werden (lokale Akteure, gesetzliche Krankenkassen, Kommune)?
	Welche anderen Projekte gibt es zu diesem Thema? Ist eine Unterstützung möglich?
	Auf welchen Ebenen können weitere Anreize für einen gesunden Lebensstil geschaffen werden?
	Welche Ressourcen gibt es dafür im Quartier und auch außerhalb (regionale Anbieter, Verpflegungsnetzwerke etc.)?
	Gibt es Runde Tische, Arbeitskreise usw. zu diesem Thema?
	Wie werden die Erkenntnisse und Ergebnisse des Projekts nachhaltig verankert?

Checkliste: Bewegungsförderung im Quartier (1)	
Bestandserhebung:	
	Wie ist die Situation im Stadtteil bezüglich Fußwegen, Radwegen, Zebra- streifen, Fußgängerampeln, Sitzbänken etc.?
	Welche Plätze im Stadtteil könnten als Bewegungsräume genutzt werden?
	Wie können die Bewohnerinnen und Bewohner in die Suche nach solchen Plätzen einbezogen werden?
	Welche Plätze werden vorwiegend von Kindern, Jugendlichen, älteren Men- schen oder anderen „besetzt“ und wie könnten diese im Sinne der Bewegungsförderung für alle verändert werden?
	Was geben die Kinder, Jugendlichen usw. für Bedürfnisse an (z.B. Platz zum Fußballspielen, Skateboard fahren, Spaziergehen etc.)?
Erhebung von Potenzialen:	
	Welche Einrichtungen, Institutionen, Vereine etc. im Quartier bieten Maß- nahmen zur Bewegungsförderung an?
	Wie können diese genutzt werden, um auch Angebote für Nichtvereinsmit- glieder zu machen?
	Können Sportanlagen und Schulhöfe geöffnet und um spielerische und kommunikative Aspekte ergänzt werden?
	Können ungenutzte Räume und ungewöhnliche Spielorte (z.B. in Grünanlagen zwischen Wohnblöcken, auf Garagenhöfen, Brachen) für bestimmte Zielgruppen nutzbar gemacht werden – auch temporär?

Checkliste: Bewegungsförderung im Quartier (2)

Entwicklung von Maßnahmen und Vorhaben:

	Welche Maßnahmen lassen sich aus der Analyse ableiten?
	Wirken die Maßnahmen der Verinselung entgegen – d.h., sind die Wegstrecken sicher und bewegungsfreundlich gestaltet?
	Wie lässt sich die Aufmerksamkeit für das Thema auch bei Akteuren anderer Bereiche (z.B. Kommunalpolitikerinnen und -politikern) erhöhen (z.B. Eingaben in den jeweiligen Fachausschuss)?
	Werden Bewegungsanreize bei der Planung und Gestaltung aller frei zugänglichen öffentlichen Räume berücksichtigt?
	Gibt es einen Arbeitskreis im Stadtteil oder ein Stadtforum oder Ähnliches? Können dort Vorschläge eingebracht werden?

**Checkliste für Vereine, um neue Zielgruppen in ihrer
Umgebung anzusprechen:**

	Gibt es in unserer Stadt Gruppen, die für unseren Verein als neue Mitglieder interessant wären?
	Haben wir bereits Mitglieder, mit denen wir „neue“ Zielgruppen ansprechen können?
	Was wissen wir über potenzielle Mitglieder, über deren Interessen, Treffpunkte, Möglichkeiten, Beiträge zu zahlen, verfügbare Freizeit?
	Kann unser Verein offene Angebote für (noch-)Nicht-Mitglieder machen? Gibt es Sportstätten vor Ort? Können wir dafür – ggf. mit kommunaler Unterstützung – Mitgliedsbeiträge senken oder erlassen?
	Welche Partnerinnen und Partner haben wir, die diese Angebote unterstützen könnten (Übernahme von Mitgliedsbeiträgen, Bereitstellen von Räumlichkeiten, Vermittlung von Teilnehmenden)?
	Gibt es Ganztagschulen, Kindergärten, Familientreffs, Wohnungsbau-gesellschaften, ein regionales Bewegungszentrum, die Sportvereine als Partner suchen?
	Welche guten Erfahrungen gibt es? Gibt es in unserer Region oder unserer Sportart „Vorreiter“, die wir ansprechen können? Was bieten die Sportverbände auf Kreis- oder Landesebene zur Unterstützung an?

Checkliste: Stressbewältigung im Quartier	
	Welche Stressfaktoren, Hindernisse, Einschränkungen usw. ergab die Bestandsaufnahme (soziale Vereinsamung, hoher Lärmpegel usw.)?
	Wie können die Zielgruppen in die Bestandsaufnahme von Stressfaktoren im Quartier eingebunden und aktiviert werden (Spaziergänge, Versammlungen, Befragungen usw.)?
	Welche Ideen zum Abbau von Stressfaktoren gibt es?
	Wie lassen sich diese Ideen umsetzen und wer kann dabei helfen?
	Welche Einrichtungen, Vereine, Institutionen usw. bieten Programme zur Stressbewältigung an?
	Wer gehört an einen Runden Tisch o.Ä. zum Thema „Lärm“ usw.?
	Wie können Entscheidungsträger für das Thema sensibilisiert werden?
	Wer sind geeignete Ansprechpartner?