netzwerk zukunftsraum land
LE 14-20

Resilienzwochen

Neuausrichtung des Tourismusbetriebs in Richtung gesundheitsfördernde Angebote zur Verbesserung der individuellen Lebenssituation und Burn-Out Prävention mittels natürlicher Ressourcen und kreativer Arbeit

THEMENBEREICH | BASISDIENSTLEISTUNGEN, LEADER, GEMEINDEN
UNTERGLIEDERUNG | TOURISMUS | GESUNDHEIT | BILDUNG & LEBENSLANGES LERNEN | LEADER | WISSENSTRANSFER
PROJEKTREGION | VORARLBERG
LE-PERIODE | LE 14–20
PROJEKTLAUFZEIT | 22.02.2017-22.02.2020
PROJEKTKOSTEN GESAMT | 227 372,00 €
FÖRDERSUMME AUS LE 14-20 | 90 948,80 €
MASSNAHME | FÖRDERUNG ZUR LOKALEN ENTWICKLUNG (CLLD)
TEILMASSNAHME | 19.2. FÖRDERUNG FÜR DIE DURCHFÜHRUNG DER VORHABEN IM RAHMEN DER VON DER ÖRTLICHEN BEVÖLKERUNG BETRIEBENEN STRATEGIE FÜR LOKALE ENTWICKLUNG
VORHABENSART | 19.2.1. UMSETZUNG DER LOKALEN ENTWICKLUNGSSTRATEGIE
PROJEKTTRÄGER | ERHOLUNGSHEIM MARIA HILF

KURZBESCHREIBUNG

Die täglichen privaten und beruflichen Herausforderungen können zur Last werden. Um einen guten Umgang damit zu finden, bietet das Kloster Pension Maria Hilf in St. Gallenkirch die „Resilienz-Tage“ an, die im Rahmen des LEADER-Projekts Resilienzwochen entwickelt wurden.

Die ganzheitliche Verbindung von Körper, Verstand, Emotion und Seele steht im Mittelpunkt der Resilienz-Tage. In gesundheitsfördernder Natur lernen die Teilnehmenden neue Methoden und Werkzeuge sowie neue Blickwinkel kennen. Ziel ist die Verbesserung der individuellen Lebenssituation und Burn-Out Prävention der Teilnehmenden. Das professionell geleitete Programm bietet einen Mix aus Naturerlebnis, Fachvorträgen, Reflexion und sozialem Beisammensein. Im Projekt wurde das Programm entwickelt, getestet und die Infrastruktur des Erholungsheims angepasst. Das neue Angebot ist eine wichtige Grundlage für die wirtschaftliche Stabilität des Tourismusbetriebs Maria Hilf.

AUSGANGSSITUATION

Im Rahmen des LEADER-Projekts Ma-Hilf wurden in 2014 verschiede Szenarien der Positionierung und Weiterentwicklung von Maria Hilf untersucht. Nun geht es darum, gestärkt und überzeugt, die Erkenntnisse daraus auch umzusetzen. In zahlreichen Interviews mit Fachleuten aus verschiedenen Bereichen, vor allem aber mit Psychotherapeutinnen und -therapeuten sowie Psychiaterinnen und Psychiatern wurde uns die Notwendigkeit und Wirksamkeit dieses

Konzeptansatzes bestätigt. Da es sich um ein ganzheitliches, Sektor übergreifendes und neuartiges Angebot handelt, wurde um Unterstützung aus LEADER ersucht. Auf Grund der dringenden Angebotserweiterung für betroffene Menschen, aber auch der wirtschaftlich begründeten Neupositionierung des Maria Hilf, ist eine zeitnahe Umsetzung anzustreben. Die Rahmenbedingungen sind auf Grund des bestehenden Beherbergungs- und des angeschlossenen Landwirtschaftsbetriebs günstig. So können, aufbauend auf den bestehenden Stärken, auf der Grundlage einer soliden und umfassenden Planung die erforderlichen Adaptierungen für Garten, Innenhof und Kreativraum realisiert werden. Die Ausprägung der Montafoner Kulturlandschaft soll dabei ebenso berücksichtigt werden wie die neuesten Erkenntnisse aus dem Bereich Gesundheitsprävention.

ZIELE UND ZIELGRUPPEN

- Die wirtschaftlich und emotional begründete Neupositionierung des Klosters Maria Hilf im Bereich der Salutogenese (Wissenschaft zur Entstehung und Erhaltung von Gesundheit) schafft in der Primärprävention ein wichtiges Angebot in der Region.
- Kooperationen mit Unternehmen der Region aber auch Fachleuten zur Umsetzung des Angebotes werden getroffen.
- Der neu geschaffene Gartenbereich, Innenhof und Kreativraum bilden die Rahmenbedingungen, dass das definierte Angebot der Resilienzwochen auch umgesetzt werden kann.
- Der Gemeinschaftsplatz und Ruheraum Garten ist öffentlich frei zugänglich.
- Das professionell begleitete Wechselspiel von praktischer Betätigung in der Natur bzw. im kreativen Bereich und den darauf abgestimmten Ruhezeiten fördert den Aufbau der Resilienz der Teilnehmenden.
- Gästen soll neben der Naturschönheit im Winter auch die blühende Naturlandschaft in den restlichen Jahreszeiten näher gebracht und damit ein Beitrag zur Ganzjahresdestination geleistet werden.
- Durch das Rahmenprogramm der Resilienzwochen soll die Kommunikation zwischen Einheimischen und Gästen intensiviert und von regionalem Handwerk begleitet werden.
- Das Projekt kann Vorzeigebeispiel für vergleichbare Regionen sein.

PROJEKTUMSETZUNG UND MASSNAHMEN

Zentrale Aufgabe im Projekt ist die Schaffung und Platzierung eines Angebotes zur Gesundheitsprävention am Markt sowie die Anpassung der hierfür benötigten Infrastruktur. Es bedarf einer detaillierten Verschriftlichung der Zielsetzung und ein Marketing- und Kommunikationskonzept, um vorausschauende Planungsgrundlagen zu erstellen, schnell Bekanntheit zu erlangen und das neue Angebot erfolgreich anzubieten.

Sich wohlfühlen und finden ist eine der wichtigsten Komponenten der Resilienzwochen. Um dies bestmöglich zu unterstützen, werden Teile der Infrastruktur des Klosters Maria Hilf für diesen Zweck optimiert. Im Innenhof wird durch die Aufwertung der Sitz- und Verweilmöglichkeiten ein Kreativarbeitsplatz in Wechselwirkung mit dem vom Platz einsehbaren und neuen Kreativraum entstehen. Die vorgelagerte Wiese wird in einen öffentlich zugänglichen Entspannungs- und Nutzgarten mit angebautem Gemüse, Obst, Beeren und Kräutern im Sinne der Naturvielfalt der Region verwandelt. Barrierefreie Wege durch den Garten, Erschließungen der Mariengrotte angebunden an bestehende Wanderwege und ein kleiner Bachlauf durch das Gelände schaffen eine Wohlfühlumgebung für die Eckpfeiler des neu geschaffenen Angebotes: Natürlichkeit, Regionalität und Gesundheitsförderung.

Basierend auf dem erarbeiteten Marketingkonzept wird das neue innovative Angebot zur Stärkung der Resilienz aktiv und breit beworben, um bereits erste Resilienzwochen im Sommer 2017 anzubieten und für 2018 im Sommer weiterzuentwickeln. Parallel und nach dem Projekt wird die restliche Infrastruktur basierend auf den definierten Eckpfeilern adaptiert und erweitert.

ERGEBNISSE UND WIRKUNGEN

Ein Team von Fachleuten aus den Bereichen Psychologie, Unternehmensberatung und Pharmazie hat die Entwicklung der Resilienz-Tage intensiv unterstützt und begleitet. Gemeinsam als „Resilienz-Team-Maria Hilf“ trafen wir uns für vier Workshops und viele Telefonkonferenzen, vom schriftlichen Austausch mittels unzähliger Emails ganz zu schweigen. "Was ist Resilienz und wie können wir diese erlebbar machen?", war eine der ersten und eine der wichtigsten Fragen, die wir für uns beantworten konnten.

Resilienz ist für uns kein Add-on und auch keine Marketingstrategie. Deshalb reicht es nicht, die Definition aus Google oder Wikipedia abzuschreiben, sondern sie muss Schritt für Schritt erarbeitet und verinnerlicht werden. Das Ergebnis war eine solide Grundlage, auf der wir jetzt aufbauen können, bereichert mit wunderbaren Begegnungen und äußerst positiven und berührenden ersten Auswirkungen auf die beteiligten Menschen.

Die Außenanlagen des Gebäudes wurden als Produktions- und Erholungsgarten gestaltet und sind öffentlich zugänglich. Der Innenhof mit Kreativraum wurde barrierefrei und den Bedürfnissen angepasst umgebaut. Zur Bewerbung der Resilienz-Tage wurden ein Video, ein Flyer und detaillierte Informationen auf der Internetseite von Maria Hilf erstellt.

Die Resilienz-Probewoche in 2019 brachte wertvolle Erkenntnisse für die Umsetzung des Programms. Ein Pool an potenziellen Seminarleiter*innen steht bereit. Die Herausforderung für das Resilienz-Team ist es jetzt, Arbeitnehmer*innen, Unternehmen und weitere Interessierte für die Teilnahme an den Resilienz-Tagen zu begeistern.

Das Kloster mit dem Kernprodukt Resilienz neu zu positionieren und unter Berücksichtigung der Regeln des Ordens die wirtschaftliche Stabilität zu erlangen, wurde während des gesamten Projektzeitraumes nach bestem Wissen und Gewissen vorangetrieben. Durch das Projekt ist es gelungen, die Grundlage für die wirtschaftliche Stabilität zu legen. Auch entstand durch die Neupositionierung im Bereich der Primärprävention ein neues Angebot im Tal.

Wir konnten wertvolle Grundlagen für die Entwicklung unserer und vergleichbarer Regionen schaffen. Durch unser Angebot und die öffentlich zugängig gemachten Freiflächen (Garten, Innenhof, Wege in der Umgebung) brachten wir Einheimische und Gäste zusammen und ermöglichten durch die Nutzung der Nebensaison einen verträglichen Ganzjahrestourismus für Maria Hilf.

Der Mehrnutzen durch das Zusammenspiel professionell begleiteter, praktischer Tätigkeit in der Natur, kreativem Tun im Kreativraum, Wissensvermittlung durch Fachvorträge und Zeiten der Ruhe und Reflektion ist enorm. Dieser wunderbaren Wirkung einen Raum zu geben war das schönste Ergebnis.



Regio-V

LINKS

Projektbeschreibung auf der Website der LAG Regionalentwicklung Vorarlberg (http://www.regio-v.at/projects/169/resilienzwochen)
Projektbeschreibung auf der Website der LAG Regionalentwicklung Vorarlberg (https://www.regio-v.at/projects/45/resilienzwochen)
Informationen zu den Resilienz-Tagen auf der Seite von Maria Hilf (https://www.mariahilf-montafon.at/de/resilienztage/)