



Kurzbeschreibung

Die Idee zum Projekt „aktivWeg“ entstand im Jahr 2022 im Rahmen des Förderprogramms Zukunftswerkstatt Kommunen. Entlang eines ca. vier Kilometer langen Wegs um Romrod besteht für Vereine die Möglichkeit, sich an einer Station zu präsentieren. An einigen Stellen wird der Weg noch ausgebaut und befestigt. Eine neue Brücke soll im nördlichen Bereich über die Antrift (heimischer Bachlauf) führen. Auch die weitere Infrastruktur mit Beschilderung und Info-Tafeln je Station werden bereitgestellt. Die Vereine kreieren ihre Stationen nach eigenen Wünschen und Vorstellungen. Es kommen Aktivitäten in Frage, die mit Bewegung und Fitness oder dem Erleben der Geschichte und der Natur zu tun haben können. Neben der Aktivität an der jeweiligen Station haben die Vereine die Möglichkeit, auf einer Tafel über ihren Verein zu informieren. Das Herrichten

und der Unterhalt der Station an sich ist Aufgabe des jeweiligen Vereins. Die Idee ist, dass sich so der „aktivWeg“ langsam mit Leben füllt und durch weitere Stationen immer attraktiver und interessanter für die einheimische Bevölkerung, aber auch für Besucher aus der Umgebung wird. Auf barrierefreie Wegführung wurde geachtet. So kann das Angebot auch von Seniorinnen und Senioren sowie von Menschen mit körperlichen Einschränkungen genutzt werden. Als erste Station wurden bereits fünf Fitnessgeräte in der Nähe des Sportplatzes durch die Freiwillige Feuerwehr aufgestellt. Das Projekt verbindet somit auf wunderbare Weise die Präsentationsmöglichkeit der einzelnen Vereine (bestenfalls zum Ziel der Mitgliedergewinnung – ein wichtiger Punkt zum Thema Demografie im ländlichen Raum) mit einem informativen, abwechslungsreichen Bewegungsprogramm für Menschen aller Altersgruppen (Stichpunkt „Naherholung“).

Ort des Projekts	36329 Romrod
Bundesland/Bundesländer	Hessen
Einwohner der Gemeinde	10.952
Zeitpunkt der Umsetzung	2022-laufend
Freiraumtyp	Freiraumsystem

Bewegung und Gesundheit

Welchem Typ entspricht das Projekt?

Gebaute Projekte Programme und Aktionen

Welchen inhaltlichen Schwerpunkt setzt das Projekt in der Förderung von Bewegung und Gesundheit?

- Verbesserte Vernetzung des Freiraumsystems
- Verbindungsrouten und Wege für aktive Mobilität
- Bewegungsfördernde, multifunktionale Gestaltung von Grünräumen
- Soziale Treffpunkte mit Bewegungsangeboten
- Sport- und Bewegungsprogramme für öffentliche Grünräume

Lebensqualität

Welche Mehrwerte der Lebensqualität bietet Ihr Projekt darüber hinaus?

- Freizeit/Erholung
- aktive Mobilität
- Begegnung/soziale Teilhabe
- Klimaangepasste Grün- und Freiräume
- Naturerfahrung/Biodiversität

Bewegung und Gesundheit

Der „aktivWeg“ ist ein vier Kilometer langer „Erlebnisweg“, die einzelnen Stationen werden zu Fuß abgelaufen (können aber auch z. B. mit Inline-Skates abgefahren werden). Einige Stationen werden diverse Bewegungs- und Sportmöglichkeiten anbieten, z. B. die bereits bestehende Station mit den Fitnessgeräten der Freiwilligen Feuerwehr. Somit wird der körperlichen Fitness und Ausdauer Genüge getan. Der „aktivWeg“ kann von einzelnen Personen ebenso genutzt werden wie von (kleineren) Gruppen oder Familien, die gemeinsam Spaß an Bewegung im Freien haben. Die zwischenmenschliche Komponente ist hier nicht zu vernachlässigen – gemeinsame Erlebnisse in der Natur stärken nachweislich die mentale Gesundheit, da sie eine Gelegenheit zum Stressabbau bieten und das Wohlbefinden stärken. Somit hat der „aktivWeg“ auch eine präventive Auswirkung auf die seelische Gesundheit.

Projektbeteiligte

Gemeindeverwaltungsverband
Träger

AG "aktivWeg"
Planungsinstanz

Kompetenzzentrum T-D-C e. V.
Fördermittelgeber ZWK

ortsansässige Vereine
"Stations-Paten"

Lebensqualität

Die Vereine planen „ihre“ Station und sind mit der Umsetzung und Pflege betraut. Dies setzt eine aktive Vereinsarbeit voraus. Menschen, die sich in Vereinen engagieren, arbeiten als Team zusammen und sind in der Lage, ein gemeinsames Ziel zu finden. Das führt zu einer Stärkung des „Wir-Gefühls“. Für Besucherinnen und Besucher, die mit Freunden und/oder Familie aktiv in der Natur gemeinsam Zeit verbringen und Spaß an Bewegung und Information haben, wirkt sich der „aktivWeg“ in allen Altersstufen positiv auf das geistige und körperliche Wohlbefinden und somit auf eine höhere Lebensqualität aus. Eventuell trägt das Projekt zu einer verbesserten Identifikation mit der Region bei, die ebenfalls positive Auswirkungen auf die mentale Gesundheit hat (Zugehörigkeitsgefühl). Auf Dauer gesichert wird das Projekt durch die Instandhaltung und Pflege der Stationen durch den jeweiligen Verein, der auf diese Weise die Möglichkeit wahrnimmt, sich selbst der Öffentlichkeit zu präsentieren und ggf. sogar neue Mitglieder auf diesem "aktivWeg" gewinnen kann.

Prozess und Zusammenarbeit

Der angedachte Weg wurde im Rahmen des SILEK (Integriertes Ländliches Entwicklungskonzept mit räumlichem und thematischem Schwerpunkt) ausgearbeitet. Im Rahmen des laufenden Förderprogramms „Zukunftswerkstatt Kommune“ wurde beschlossen, den Weg als „aktivWeg“ zu nutzen und die Vereine mit einzubinden. Es fand eine Auftaktveranstaltung statt, bei der verschiedene Akteure und Vereinsvorsitzende eingeladen waren und über die Projektidee informiert worden. Es wurde eine Arbeitsgruppe „aktivWeg“ gegründet. Diese hat die Aufgabe, Ideen für Stationen zusammenzutragen und weiter zu konkretisieren sowie sich über Fördermöglichkeiten zur Finanzierung einzelner Stationen zu informieren.



aktivWeg Romrod
Quelle: Stadt Romrod

Station 1 - Fitnessgeräte (Freiwillige Feuerwehr Romrod)
Quelle: Stadt Romrod



Einweisung Fitnessgeräte/Präsentation "Station-Pate" FFW
Quelle: Stadt Romrod

Einweihung Station 1 - Testlauf gelungen!
Quelle: Stadt Romrod

aktivWeg Romrod

