

Im Alter IN FORM „Mehr Wohlbefinden und Lebensqualität im Alter“

Konzept: Werkstattveranstaltungen/Arbeitstagen
für Verantwortliche und Akteure in der Seniorenarbeit

Anmerkungen zum Konzept vorab:

Je nach **Ausgangssituation** ist das Konzept der Werkstattveranstaltung anzupassen:

Hat die Lenkungsgruppe die Werkstattveranstaltung vorbereitet oder ist der Werkstatt eine Informations- und Motivationsveranstaltung vorausgegangen, kann davon ausgegangen werden, dass die Akteure/Teilnehmenden für die Zielsetzungen der Werkstattveranstaltung sensibilisiert sind.

Sofern zuvor keine Informations- und Motivationsveranstaltung stattgefunden hat oder sehr viele (mehr als die Hälfte) neue Akteure/Teilnehmende anwesend sind, muss mit einer Informations- und Motivationsphase begonnen werden (siehe Teil I). In diesem Fall sollte für die Werkstattveranstaltung, je nach Größe der Kommune bzw. Anzahl der Teilnehmenden, eine Zeit von 4 bis 6 Stunden eingeplant werden.

Sofern bereits eine Informationsveranstaltung stattgefunden hat und nicht sehr viele neue Akteure an der Werkstattveranstaltung teilnehmen, sollte nur eine kurze Einführungsphase zum Wiedereinstieg in das Thema eingeplant werden (siehe Teil II, „Erinnerungsphase“). In diesem Fall sind, je nach Größe der Kommune bzw. Anzahl der Teilnehmenden, 3 bis 4 Stunden für die Werkstattveranstaltung einzuplanen.

Das folgende Konzept sollte entsprechend den Ausgangsbedingungen in den Kommunen und den Zielsetzungen der Lenkungs-/Steuerungsgruppe **angepasst** werden!

Viel Erfolg!!

Werkstattveranstaltungen/Arbeitstagen für Verantwortliche und Akteure in der Seniorenarbeit

Dauer:

Je nach Zielsetzung und Anzahl der Teilnehmenden können die Werkstattveranstaltungen/Arbeitstagen an einem Tag oder zwei halben Tagen durchgeführt werden.

Zielgruppen:

- Verantwortliche und Akteure in der Seniorenarbeit sowie Fachkräfte, die in den Aufgabenbereichen Gesundheit, Bewegung, Ernährung tätig sind (siehe Qualitätsbaustein 7, Checkliste zur Auswahl von Teilnehmenden in der Lenkungsgruppe)
- Dienstleister für ältere Menschen und aus dem Gesundheitsbereich
- Interessierte, die sich für die Gesundheitsförderung älterer Menschen engagieren möchten

Zielsetzungen:

Die Teilnehmenden sind informiert über...

- die Einflussgrößen auf die Gesundheit
- die Bedeutung gesunder Lebensstile, einer ausgewogenen Ernährung, ausreichender Bewegung und sozialer Teilhabe
- die Gesundheitsziele im Handlungsfeld I „Gesund älter werden“
- Deutschlands Initiative IN FORM
- die Zielsetzungen des Projektes „Im Alter IN FORM“
- die Zielsetzungen des BAGSO-Konzepts „Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit älterer Menschen fördern“
- die Bedeutung der Integration gesundheitsförderlicher Angebote in die Seniorenarbeit
- die Ziele und Handlungsfelder zur Verbesserung der Angebote für ältere Menschen zur Förderung des Wohlbefindens und der Lebensqualität

Die Teilnehmenden diskutieren...

- die Vielfalt der vorhandenen Angebote für ältere Menschen
- die Stärken und Schwächen der Angebote im Hinblick auf
 - die Zielgruppen älterer Menschen, die an den Angeboten teilnehmen
 - die Zielgruppen älterer Menschen, die zur Teilnahme an den Angeboten motiviert werden sollten
 - die Erreichbarkeit/Barrierefreiheit der Angebote für die Zielgruppe
 - die Angemessenheit/Ausrichtung und Gestaltung der Angebote bzgl. der bedarfsgerechten Betreuung der jeweiligen Zielgruppen
 - den Beitrag der Angebote zur Förderung der Gesundheit von speziellen Zielgruppen
 - den Verbesserungsbedarf bei den bestehenden Angeboten
 - den zusätzlichen Bedarf an Angeboten für die Förderung des Wohlbefindens (körperlich, psychisch und kognitiv) zur Sicherung eines flächendeckenden Netzes von Angeboten für spezielle Zielgruppen

Die Teilnehmenden zeigen Ideen auf...

- für die (quantitative und qualitative) Verbesserung der aktuell bestehenden Angebote
- für ergänzende Angebote zur Förderung des Wohlbefindens älterer Menschen

Die Teilnehmenden entwickeln...

- eine Prioritätenliste der erarbeiteten Ideen
- konkrete (SMARTER) Ziele für die Verbesserung der Angebote
- Ablaufpläne zur Umsetzung der Ziele durch verschiedene Arbeitsgruppen

Teilnehmende sind bereit, die Ablaufpläne umzusetzen.

Ablaufplanung: die konkrete zeitliche und inhaltliche Planung der einzelnen Arbeitsschritte für jede Veranstaltung muss sich an der verfügbaren Zeit, der Anzahl der Teilnehmenden in Abhängigkeit von der Größe der Kommune, des Gremiums und den jeweils aktuellen Erkenntnissen aus den Erstgesprächen und Absprachen orientieren.

Abkürzungen:

- TN: Teilnehmende
MO: Moderatorin/Moderator
BAGSO: Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen
DGE: Deutsche Gesellschaft für Ernährung
DTB: Deutscher Turner-Bund
DGAZ: Deutsche Gesellschaft für AlterszahnMedizin
DStGB: Deutscher Städte- und Gemeindebund

Ablaufplan der Werkstattveranstaltungen

Werkstatt I			
Zeitbedarf	Ziele	Inhalt	Methode
20 Min.	<p>Die Teilnehmenden (TN) beschreiben:</p> <ul style="list-style-type: none"> den Anlass der Werkstattveranstaltung die Aufgabenbereiche der anwesenden Personen 	<p>Begrüßung durch den Einladenden oder eine andere wichtige Person, z.B. Bürgermeisterin/Bürgermeister</p> <p>Vorstellungsrunde (nur in Stichworten) Person, Institution, Organisation, Funktion</p>	<p>Flipchart mit Tagesordnung Moderation (MO)</p> <p>Flipchart mit Stichworten zur Vorstellungsrunde, Aufgabenfeld der TN auf Kärtchen sammeln und auf Pinwand clustern.</p>
30 Min.	<p>TN erläutern:</p> <ul style="list-style-type: none"> die Zielsetzungen der BAGSO die Einflussgrößen auf die Gesundheit die Ziele des Handlungsfelds 1 der Gesundheitsziele „Gesund älter werden“ die Intention und Zielsetzungen von „Im Alter IN FORM“ die Zielsetzungen für Kommunen 	<p>BAGSO-Projekt „Im Alter IN FORM“</p> <p>Kooperationspartner: DGE, DTB, DGAZ, DSTGB</p> <p>Zielsetzungen der Initiative „Mehr Wohlbefinden und Lebensqualität im Alter“</p> <p>Fachliche Hintergründe: Regenbogenmodell Handlungsfeld 1 der Gesundheitsziele 7. Altenbericht</p> <p>IN FORM: Zielsetzungen zur Gestaltung der Lebenswelten der älteren Menschen</p>	<p>MO: Präsentation PPT im Dialog mit den Teilnehmenden</p> <p>Fachliche Hintergründe: siehe https://im-alter-inform.de/gesundheitsfoerderung/foerderung-der-gesundheit/</p>

Zeitbedarf	Ziele	Inhalt	Methode
<p>20 bis 30 Min.</p>	<p>TN stellen dar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • welche Aspekte bei der Verbesserung der Angebote für ältere Menschen zu berücksichtigen sind 	<p>Seit vielen Jahren werden von den Trägern und Akteuren zahlreiche gute Angebote für ältere Menschen durchgeführt. Diese leisten schon wertvolle Beiträge zur körperlichen, geistigen und psychischen Gesundheit älterer Menschen.</p> <p>Im Hinblick auf die Vielfalt der Interessen und Wünsche der Zielgruppen sowie deren Unterstützungsbedarf und die absehbare Zunahme der Anzahl der älteren Menschen stellen sich für Kommunen verschiedene Fragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Welchen aktuellen und zukünftigen Bedarf für die verschiedenen Zielgruppen älterer Menschen sehen wir in der Pilotkommune? • Wie ist die aktuelle Angebotsstruktur und inwieweit wird sie dem aktuellen und zukünftigen Bedarf der Zielgruppen gerecht? • Welche Verbesserungen sind wünschenswert? • Wie könnten diese Verbesserungen aussehen und was muss passieren? • In welchen Bereichen besteht besonderer Handlungsbedarf? <p>Dies sind die zentralen Fragestellungen für die Ausrichtung der Gesundheitsförderung in der Pilotkommune! Wir werden die Ausgangssituation und die Gegebenheiten in der Kommune analysieren und Aspekte zur Bewertung durchgehen.</p>	<p>MO erläutert die zentralen Fragestellungen zur Bewertung der aktuellen Angebotsstruktur im Hinblick auf den aktuellen und zukünftigen Bedarf der Zielgruppen (anhand der <i>BAGSO Im Alter IN FORM Pyramide</i> und PPT)</p> <p>Präsentation durch MO: Darstellung, welche Aspekte und Fragestellungen im Prozess der Verbesserung der Angebote für ältere Menschen berücksichtigt werden sollten</p>

Zeitbedarf	Ziele	Inhalt	Methode
s.o.	<p>TN erörtern</p> <ul style="list-style-type: none"> • welche neuen Zielgruppen erreicht werden sollen • Stärken und Schwächen der Angebote sowie Ansätze zur Verbesserung 	<p>1. Perspektive: Zielgruppen älterer Menschen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Welche Zielgruppen mit besonderem Unterstützungsbedarf in der Pilotkommune benötigen unsere Aufmerksamkeit? Bzw. welche Zielgruppen werden bisher mit den bestehenden Angeboten nicht erreicht? • Welche neuen Zielgruppen sollten erreicht werden und mit welcher Zielsetzung in den Bereichen soziale Teilhabe, Verpflegung, Bewegung? <p>2. Perspektive: Angebote</p> <ul style="list-style-type: none"> • Welche Angebote sind in der Seniorenarbeit schon vorhanden? • Wo liegen die Stärken dieser Angebote hinsichtlich: der teilnehmenden Zielgruppen, der Erreichbarkeit, der Kapazität, des Bedarfs, der Qualität? • Mögliche Ansätze zur Verbesserung: <ul style="list-style-type: none"> ○ weitere Personen zur Teilnahme motivieren ○ Verbesserung der Erreichbarkeit der Angebote ○ Verbesserung der Qualität durch ergänzende Verpflegungs- oder Bewegungsangebote ○ Weiterbildung der Akteure ○ weitere Standorte oder Verlagerung des Standorts • Was sind weitere wünschenswerte oder ergänzende Angebote? Sollten die bestehenden Angebote auf andere Gemeinden/Quartiere ausgedehnt werden? 	Moderation

Zeitbedarf	Ziele	Inhalt	Methode
60 Min. je nach Größe der Kommune bzw. Anzahl der TN	Die TN erörtern die Vielfalt der vorhandenen Angebote für ältere Menschen sowie ihre Stärken und Schwächen	Stärken-Schwächen-Analyse der vorhandenen Angebote (mittels der Kriterien gemäß untenstehender Tabelle)	Gruppenarbeit Einteilung der Gruppen nach Themen a) Soziale Teilhabe (ohne Bewegung, ggf. mit Beköstigung) b) Bewegung c) Mahlzeiten-/Ernährungsangebote oder nach Quartieren oder Ortsteilen (dann bearbeitet eine Gruppe alle Themen nacheinander)
10 Min.	Die TN bewerten die aktuellen Angebote in ihrer Gesamtheit	Wie bewerten Sie die Gesamtstruktur der Angebote im Hinblick auf die verschiedenen Zielgruppen älterer Menschen? Für welche Zielgruppen besteht besonderer Handlungsbedarf? Was könnten wir tun?	Diskussion im Plenum Fragen auf Flipchart Anregungen aufschreiben!
10 Min.	Die TN erörtern ihren Weiterbildungsbedarf	Schulungsangebote der BAGSO und von anderen Trägern werden vorgestellt.	MO, PPT und Arbeitsblätter
10 Min.	Die TN bewerten die aktuellen Angebote mit Blick auf die Gesundheitsziele	Ziele im Handlungsfeld I der Gesundheitsziele „Gesund älter werden“: <ul style="list-style-type: none"> • Sehen alle TN einen dringenden Handlungsbedarf für spezielle Zielgruppen im Sinne der Gesundheitsziele? Wie gehen wir weiter vor? Möglichkeiten der Vorgehensweise gemäß BAGSO-Konzept Im Alter IN FORM werden erörtert.	Diskussion im Plenum: Anregungen aufnehmen und zur Abstimmung stellen

Ende Werkstatt I Je nach zeitlichen Anforderungen kann die Diskussion hier unterbrochen und zu einem späteren Zeitpunkt weitergeführt werden. Ggf. ist ein neuer Termin für eine zweite Werkstattveranstaltung zu vereinbaren.

Werkstatt II Wenn die Fortsetzung der Werkstattveranstaltung zu einem neuen Termin erfolgt, sollte für die Werkstatt II ein Zeitrahmen für einen einführenden Rückblick eingeplant werden. Werkstatt II sollte eine Einführung beinhalten, bei der die Ergebnisse der Werkstatt I kurz zusammengefasst werden (z.B. Präsentation der Ergebnisse auf PIN-Wänden)

Zeitbedarf	Ziele	Inhalt	Methode
2 Min.	TN stellen das Programm vor	Begrüßung Feststellen, wie viele neue Akteure teilnehmen! Zielsetzung und Verlauf der Veranstaltung	Moderatorin/Moderator Präsentation
10 Min.	TN erläutern, was bisher erarbeitet wurde	Fragestellungen: Was waren unsere Ziele in Rahmen der Veranstaltung? <ul style="list-style-type: none"> • Was haben wir berücksichtigt? • Was haben wir bisher erarbeitet? • Welchen Handlungsbedarf haben wir festgestellt? 	Präsentation oder Erarbeitung der Fragestellungen im Plenum
45 Min.	Die TN entwickeln Vorschläge für Maßnahmen zur Verbesserung der Angebotsstruktur in der Kommune	Erarbeitung von Ideen für Verbesserungen von Angeboten zur Förderung des Wohlbefindens älterer Menschen gemäß der Checkliste zur Bewertung der aktuellen Angebotsstruktur (siehe Anhang)	Je nach Größe der Kommune bzw. Anzahl der Teilnehmenden kann die Bewertung der Angebote im Plenum oder jeweils in den Gruppen mittels der Arbeitsblätter im Anhang durchgeführt werden.

Zeitbedarf	Ziele	Inhalt	Methode
<p>30 Min.</p>	<p>Die TN</p> <ul style="list-style-type: none"> • entscheiden, welche Ideen umgesetzt werden sollen • und stellen eine Prioritätenliste auf <p>TN formulieren eindeutige Ziele für ausgewählte Maßnahmen</p> <p>TN erarbeiten Ablaufpläne zur Umsetzung der Ziele</p>	<p>Erarbeitung der Rangfolge der Ideen sowie SMARTER Ziele und Ablaufpläne für die Umsetzung der ausgewählten Maßnahmen (siehe Anhang)</p> <p>Vereinbarung von Verantwortlichkeiten und Ablaufplanungen</p>	<p>Je nach Größe der Kommune bzw. Anzahl der Teilnehmenden kann die Bewertung der Angebote im Plenum oder jeweils in den Gruppen mittels der Arbeitsblätter im Anhang durchgeführt werden.</p> <p>Die Gruppen erarbeiten anhand der Arbeitsblätter die Ablaufplanungen.</p>
<p>10 Min.</p>	<p>TN vereinbaren</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ziele/Maßnahmen • und Umsetzungsstrategien <p>TN vereinbaren ggf. neue Termine</p>	<p>Rückblick auf den Prozess und Hervorhebung der erarbeiteten Maßnahmen zur Verbesserung der Zielsetzungen</p> <p>Alle Akteure sollten die erarbeiteten Ziele und Ablaufpläne (inkl. Terminplanung) befürworten und gemeinsam vereinbaren.</p> <p>Terminvorschläge</p>	<p>Präsentation und Abfrage der Zustimmung</p> <p>Abstimmung</p>
<p>Schlusswort von Politik oder Verwaltung!</p>			

**Analyse der Angebote nach Themen:
1. Soziale Teilhabe**

Bitte tragen Sie alle Angebote zur Förderung der sozialen Teilhabe, die Ihnen bekannt sind oder die in Ihrem Zuständigkeitsbereich liegen, in die Tabelle (zur Präsentation auf der PIN-Wand) ein.

Angebot (Bezeichnung)	Träger	Wo?	Wie oft?	Wieviel TN?	Alters- gruppe TN	Was wird geboten? (z.B. Aktivität, Beköstigung etc.)	Weitere TN möglich / gewünscht?	Was könnte für die Gesundheit älterer Menschen mehr getan werden?

**Analyse der Angebote nach Themen:
2. Bewegung**

Bitte tragen Sie alle Angebote zur Förderung des körperlichen Wohlbefindens, die Ihnen bekannt sind oder die in Ihrem Zuständigkeitsbereich liegen, in die Tabelle (zur Präsentation auf der PIN-Wand) ein.

Angebot (Bezeichnung)	Träger	Wo?	Wie oft?	Wieviel TN?	Alters- gruppe TN	Ist das Angebot abwechslungs- reich?	Weitere TN möglich / gewünscht?	Was könnte besser werden?

**Analyse der Angebote nach Themen:
3. Mahlzeiten/Ernährungsangebote**

Bitte tragen Sie alle Angebote zur Förderung einer leckeren und ausgewogenen Ernährung, die Ihnen bekannt sind oder die in Ihrem Zuständigkeitsbereich liegen, in die Tabelle (zur Präsentation auf der PIN-Wand) ein.

Angebot (Bezeichnung)	Träger	Wo?	Wie oft?	Wieviel TN?	Alters- gruppe TN	Mahlzeiten: Lecker und ausgewogen?	Weitere TN möglich / gewünscht?	Was könnte für Gesundheit mehr getan werden?

Checkliste zur Bewertung der aktuellen Angebotsstruktur

Auf der Basis der Analyse sollten nun die wünschenswerten Veränderungen/Verbesserungen gemeinsam erarbeitet werden!

Seit vielen Jahren werden von den Trägern und Akteuren zahlreiche gute Angebote für ältere Menschen durchgeführt. Diese leisten schon wertvolle Beiträge zur körperlichen, geistigen und psychischen Gesundheit älterer Menschen. Im Hinblick auf die Vielfalt der Interessen und Wünsche der Zielgruppen sowie deren Unterstützungsbedarf und die absehbare Zunahme der Anzahl der älteren Menschen stellen sich für die Kommune verschiedene Fragen:

Perspektive: Zielgruppen älterer Menschen

Aspekte zur Bewertung	Überlegungen/Planungen	Welchen speziellen Bedarf sehen Sie für diese Zielgruppe?
<ul style="list-style-type: none"> • Welche Zielgruppen mit besonderem Unterstützungsbedarf in der Pilotkommune benötigen unsere Aufmerksamkeit? 		
<ul style="list-style-type: none"> • Welche Zielgruppen mit besonderem Unterstützungsbedarf in der Pilotkommune werden bisher mit den bestehenden Angeboten nicht erreicht? 		

Ziele in den verschiedenen Handlungsfeldern erarbeiten!			
	Soziale Teilhabe	Bewegung	Lecker und ausgewogene Mahlzeiten
<ul style="list-style-type: none">• Welche Zielsetzungen sollten für die Zielgruppen mit besonderem Unterstützungsbedarf in den Bereichen Soziale Teilhabe, Bewegung, Mahlzeiten/ Ernährung erreicht werden?			

Aspekte zur Bewertung	Überlegungen/mögliche Ideen/ Planungen	Welche Maßnahmen möchten Sie konkret zur Verbesserung umsetzen?
<p>Wo sehen Sie Verbesserungsbedarf bei den Angeboten zur Förderung der sozialen Teilhabe hinsichtlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • der teilnehmenden Zielgruppen • ihrem Bedarf, Interesse • der Häufigkeit • der Erreichbarkeit • der Kapazität • der Qualität • Sonstiges? 		

Aspekte zur Bewertung	Überlegungen/mögliche Ideen/ Planungen	Welche Maßnahmen möchten Sie konkret zur Verbesserung umsetzen?
<p>Wo sehen Sie Verbesserungsbedarf bei den Angeboten zur Förderung der Bewegung hinsichtlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • der teilnehmenden Zielgruppen • ihrem Bedarf, Interesse • der Häufigkeit • der Erreichbarkeit • der Kapazität • der Qualität • Sonstiges? 		

Aspekte zur Bewertung	Überlegungen/mögliche Ideen/ Planungen	Welche Maßnahmen möchten Sie konkret zur Verbesserung umsetzen?
<p>Wo sehen Sie Verbesserungsbedarf bei den Angeboten zur Förderung der Ernährung hinsichtlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • der teilnehmenden Zielgruppen • ihrem Bedarf, Interesse • der Häufigkeit • der Erreichbarkeit • der Kapazität • der Qualität • Sonstiges? 		

Eine Prioritätenliste der Ideen/Maßnahmen erarbeiten!

Möglicherweise wird eine Reihe wünschenswerter Ideen bzw. Maßnahmen in den vier Handlungsfeldern erarbeitet. Es ist sinnvoll, dass zunächst die wichtigsten Maßnahmen in Angriff genommen werden, damit Akteure nicht überfordert werden und möglichst bald erste Erfolge erkennbar werden. So wird die Motivation der Akteure aufrechterhalten.

Für die Erarbeitung einer Rangfolge der Ideen für Maßnahmen gibt es verschiedene demokratische Verfahren:

1. Abstimmung im Plenum durch die TN. Dies ist sinnvoll, wenn nur wenige Ideen zur Wahl stehen.
2. Ideenspeicher: Eine vierspaltige Tabelle wird aufgezeichnet, alle Ideen werden in der ersten Spalte untereinander eingetragen. Die TN erhalten maximal drei Klebepunkte und kleben diese in der zweiten Spalte neben die Ideen/Maßnahmen an, die ihre Favoriten sind. In der dritten Spalte wird jeweils die Summe der Klebepunkte vermerkt. In der vierten Spalte wird die Rangfolge eingetragen.

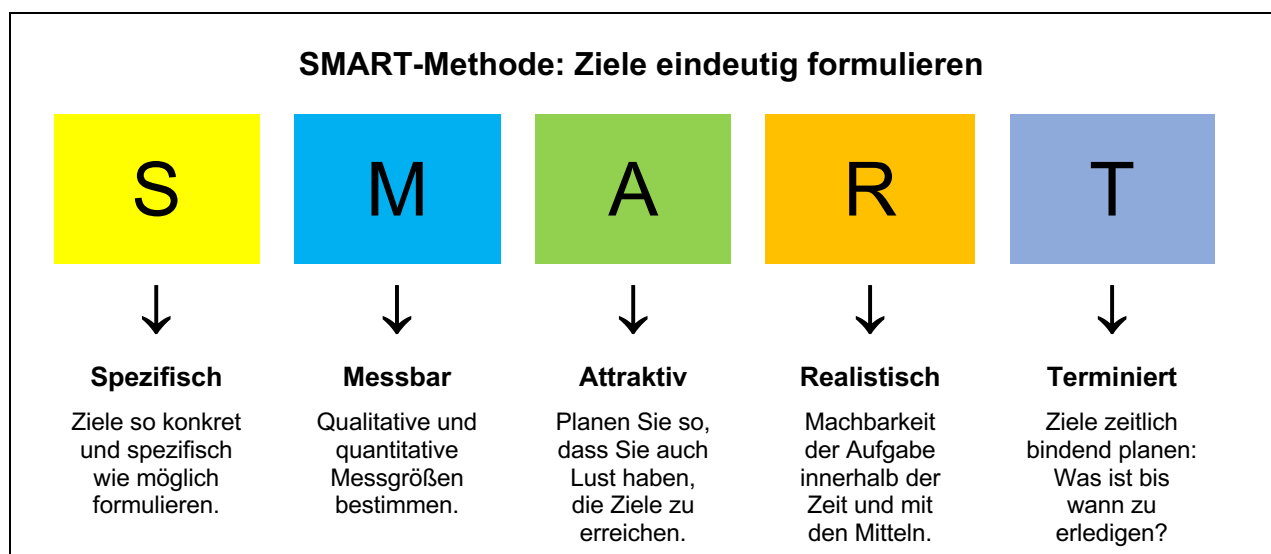
Ideen	Punkte	Summe der Punkte	Rangfolge

Ziele eindeutig formulieren

Um die Ideen und Maßnahmen erfolgreich umzusetzen, ist es besonders wichtig eindeutige Ziele zu formulieren, damit für alle Beteiligten klar ist, wie das Ergebnis aussehen soll, was erreicht werden soll. Die sogenannte SMART-Formel bietet dazu eine gute Hilfestellung.

Ein Ziel ist nur dann SMART, wenn es diese fünf Bedingungen erfüllt:

Das Ziel ist **s**pezifisch, **m**essbar, **a**traktiv, **r**ealistisch, **t**erminiert



Beispiel: „Wir werden ab September 2020 zweimal wöchentlich einen Mittagstisch mit selbst zubereiteten, schmackhaften und nährstoffreichen Mahlzeiten für 4,80 € anbieten, der von 25 bis 30 älteren Menschen besucht wird.“

Arbeitsblatt:

Umsetzung der vereinbarten Ziele!

Ziele für die Bereiche	Welchen Handlungsbedarf sehen Sie, um die Ziele zu erreichen?	Welchen Weiterbildungsbedarf sehen Sie für Akteure in den Bereichen <ul style="list-style-type: none"> • Förderung der sozialen Teilhabe • Förderung der Bewegung • Förderung ausgewogener Ernährung / leckerer Mahlzeiten? 	Wer übernimmt Verantwortung für die Umsetzung der Maßnahmen?
Soziale Teilhabe: 1. XXXXX 2. XXXXX 3. XXXXX			
Bewegung: 1. XXXXX 2. XXXXX 3. XXXXX			
Leckere, ausgewogene Mahlzeiten: 1. XXXXX 2. XXXXX 3. XXXXX			

Ablaufplanungen: Welche Arbeitsschritte sind erforderlich, um die Maßnahmen zu erreichen?

Was ist zu tun? Arbeitsschritte so genau wie möglich eintragen!	Wer ist verantwortlich?	Was wird benötigt?	Wer kann unterstützen?	Bis wann?