



AusZeitHöfe

Landerlebnis für Körper & Geist

Natürlich achtsam – auch in Ihrer Region

Gefördert durch:





Trends erkennen Netzwerke bilden Regionale Wirtschaft stärken Ländlichen Raum aufwerten

Leitfaden zur Entwicklung und Erprobung gesundheitlicher, präventiver Angebote:
Erkenntnisse des Modellprojektes zur Übertragung auf ganz Niedersachsen





Projektträger

- ▶ LandTouristik Niedersachsen e.V.

Projektzeitraum

- ▶ Februar 2020 – September 2022

Projektpartner

- ▶ Touristikagentur Teufelsmoor-Worpswede-Unterweser e.V.
- ▶ Touristikverband Landkreis Rotenburg (Wümme) e.V.

Projektförderung

- ▶ Programm „Soziale Innovation – Daseinsvorsorge“
- ▶ Europäischer Sozialfonds (ESF) 70-%-Förderquote (Übergangsregion)



Inhalt

- ▶ **1. Wie ist AusZeitHöfe entstanden?** Seite 5 – 9
Ideen, Hintergründe und Ziele des Projektes
- ▶ **2. Wie wurde AusZeitHöfe umgesetzt?** Seite 10 – 24
Vorgehensweise, Netzwerkbildung, Vermarktungsstrategie
- ▶ **3. Was ist bei AusZeitHöfe herausgekommen?** Seite 25 – 32
Entstandene Angebote und Projekterkenntnisse
- ▶ **4. AusZeitHöfe in Ihrer Region?** Seite 33 – 36
Wie können wir gemeinsam AusZeitHöfe-Angebote in Ihrer Region entwickeln?
- ▶ **Weitere Informationen und Ansprechpartner** Seite 37





1. Wie ist AusZeitHöfe entstanden?

Ideen, Hintergründe und Ziele des Projektes



Gefördert durch:



1.1 Ideengeber für AusZeitHöfe Gesellschaftliche Entwicklungen



- ▶ Burnout-Risiko in der Gesellschaft steigt seit Jahren
- ▶ Wenig Zeit für Familie/ Freunde/ sozialen Austausch führt zu erhöhter mentaler Belastung
- ▶ Alle Altersgruppen sind betroffen; es braucht Möglichkeiten für alle Altersgruppen
- ▶ Ländlicher Raum bringt zusätzliche Verstärkung der Probleme durch lange Fahrtstrecken sowie verringerte gesundheitliche, kulturelle und soziale Angebote



1.1 Ideengeber für AusZeitHöfe Trends & Herausforderungen



- ▶ Noch kein vergleichbares Angebot in Niedersachsen vorhanden
- ▶ Green Care (gesundheitsfördernde, pädagogische oder soziale Programme auf Bauernhöfen in Österreich)
- ▶ Achtsamkeit und Entschleunigung gewinnen immer mehr an Bedeutung, sinnvolle und sinnhafte Gestaltung der Freizeit steigt
- ▶ Prävention: mentalen Beschwerden vorbeugen
- ▶ Wahl eines ländlich-geprägten Modellgebietes für Projektumsetzung: Landkreise Rotenburg (Wümme) und Osterholz





1.2 Die Ziele von AusZeitHöfe für AusZeitHöfe-Angebote



Zielsetzungen für AusZeitHöfe-Angebote

- ▶ Präventiv und niedrigschwellig
- ▶ Für einheimische Bevölkerung sowie für Touristen gleichermaßen
- ▶ Teilweise durch Krankenkassen anerkannt/ bezuschusst
- ▶ Für alle gesellschaftlichen Gruppen und Altersklassen

1.2 Die Ziele von AusZeitHöfe für den Projekterfolg



Zielsetzungen des Projekts allgemein

- ▶ 15 – 25 Personen im AusZeitHöfe-Netzwerk
- ▶ Stärkung der regionalen Wirtschaft durch Vernetzung unterschiedlicher wirtschaftlicher Akteure in der Modellregion
- ▶ Stärkung der regionalen Wettbewerbsfähigkeit durch neuartige, präventive Gesundheitsangebote
- ▶ Attraktivitätsstärkung des ländlichen Raumes durch niedrigschwellige Angebote für die einheimische Bevölkerung
- ▶ Entwicklung von 5 – 10 marktfähigen AusZeitHöfe-Angeboten





2. Wie wurde AusZeitHöfe umgesetzt?

Vorgehensweise, Netzwerkbildung, Vermarktungsstrategie



2. Wie wurde AusZeitHöfe umgesetzt?

Das Wichtigste im Überblick



Netzwerk bilden & pflegen

- ▶ Netzwerkpartner identifizieren, für AusZeitHöfe begeistern und zueinander bringen
- ▶ Kontinuierliche Treffen & Workshops, kurzer Draht zum Projektteam

Ideen & Angebote entwickeln

- ▶ Workshops zur Ideenfindung, Reiserecht, Preisgestaltung, Vermarktung und Social Media
- ▶ Bilaterale Treffen der Angebotspartner, Unterstützung durch Projektteam bei Ausgestaltung

Angebote vermarkten & Aufmerksamkeit erzeugen

- ▶ Ausführliche Onlinedarstellung der Angebote, Social-Media-Postings, Darstellung von AusZeitHöfe in den Printprodukten des Projektteams
- ▶ Aufmerksamkeitssteigerung für AusZeitHöfe: Pressemitteilungen, Social-Media-Kampagnen, Messeauftritte und Veranstaltungen

2.1 Netzwerk bilden & pflegen

AusZeitHöfe verbindet (land-)touristische Leistungsträger, vor allem Ferienhöfe, mit Anbietern gesundheitlicher, therapeutischer oder sozialer Leistungen.

Dafür muss ein Netzwerk dieser Akteure geschaffen werden, in dem diese zueinander finden und individuelle Angebote entwickeln können.

Wichtig für das Netzwerk sind auch potentielle Nutzer von AusZeitHöfe-Angeboten, wie Schulen, Kindergärten, Senioreneinrichtungen oder Unternehmen, die in die Gesundheit ihrer Arbeitnehmer investieren möchten.



2.1 Netzwerk bilden & pflegen



Workshops



digital & vor Ort



Angebotstests



2.1 a) Netzwerk bilden

Was ist zu tun?

- ▶ Mögliche Netzwerkpartner identifizieren
- ▶ Netzwerkpartner erreichen und Aufmerksamkeit für AusZeitHöfe erzeugen
- ▶ Netzwerkpartner müssen sich gut kennenlernen, um einzuschätzen, mit wem sie gemeinsam Angebote entwickeln möchten/ können

Wie sind wir vorgegangen?

- ▶ Zuarbeit durch die Projektpartner, die direkt vor Ort die Leistungsträger und Anbieter kennen. Ferienhöfe aus unserem Verband für Teilnahme an AusZeitHöfe begeistern.
- ▶ Einladung zum Projektauftritt über großen Einladungsverteiler, Presseankündigungen und Social Media sowie z.T. persönliche Ansprache möglicher Akteure durch LTN und Projektpartner
- ▶ Projektauftrittveranstaltung: Umfangreiche Vorstellung der Projektidee, gegenseitiges Kennenlernen der Netzwerkpartner durch ausführliche Vorstellungsrunden; Austausch zu den Erwartungen an das Projekt, Frage- und Diskussionsrunden



2.1 b) Netzwerk pflegen

Was ist zu tun?

- ▶ Austausch zwischen Netzwerkpartnern untereinander und mit dem Projektteam stärken und lebendig halten
- ▶ Netzwerkpfege durch regelmäßige Workshops und Arbeitstreffen

Wie sind wir vorgegangen?

- ▶ Umfangreiche Workshop-Nachbereitung, Gründung einer Facebook-Gruppe, Bereitstellung einer ausführlichen Kontaktliste aller Akteure mit Nennung der Leistungen und Ideen für AusZeitHöfe-Angebote, um die gegenseitige Kontaktaufnahme zu erleichtern
- ▶ Thematische angepasste Workshops, die die Angebotsentwicklung erleichtern (Ideenfindung, Preisgestaltung, Reiserecht, Vermarktung, Social Media); zusätzlich wurden Angebotstests durchgeführt, bei denen die Netzwerkpartner die Angebote einiger Partner erproben konnten und Veranstaltungsorte vorgestellt wurden



2.2 Ideen & Angebote entwickeln



AusZeitHöfe lebt von Ideen, aus denen marktfähige Produkte entstehen.

Bestenfalls umfasst ein AusZeitHöfe-Angebot mehrere Tage, es ist die Übernachtung auf einem LTN-Ferienhof enthalten und das Angebot findet auf dem Bauernhof oder in der umgebenden Natur statt.

Wichtig ist, dass festgelegt wird, wer welche Rolle im Angebot einnimmt, die Preisgestaltung alle Leistungsbestandteile aller Anbotspartner berücksichtigt sowie rechtliche Vorgaben bedacht werden.

2.2 Ideen & Angebote entwickeln



Workshops



digital & vor Ort



In den Workshops: Inhaltliche und rechtliche Rahmenbedingungen aufzeigen, Hilfestellung durch Projektteam, kreatives Miteinander mit gesamtem Netzwerk



Netzwerkpartner entwickeln gemeinsam ihre Angebote



2.2 a) Ideen entwickeln

Was ist zu tun?

- ▶ Inhaltliche Ausgestaltung der Angebote mit den Partnern abstimmen

- ▶ Rahmenbedingungen vermitteln, beraten und Hilfestellung geben

Wie sind wir vorgegangen?

- ▶ Umfangreiche Einführung in die Ziele von AusZeitHöfe im Auftaktworkshop, um alle Netzwerkpartner zu motivieren und auf den gleichen Kenntnisstand zu bringen
Kreativ-Workshops zur Ideenfindung, Angebotspartner vermitteln und Tipps geben für mögliche Angebotsbestandteile und Durchführungsorte (z.B. Ferienhöfe)

- ▶ Workshops zu Reiserecht und Preiskalkulation sowie Anforderungen zur Anerkennung durch die Krankenkassen (Kontakt zur AOK Niedersachsen)



2.2 b) Angebote entwickeln

Was ist zu tun?

- ▶ Netzwerkpartner finden zueinander
- ▶ Netzwerkpartner bleiben in Kontakt
- ▶ Netzwerkpartner entwickeln ihre Angebote eigenständig

Wie sind wir vorgegangen?

- ▶ In den Workshops genügend Raum gelassen für Austausch zwischen den Netzwerkteilnehmern. In Einzelgesprächen mit den Netzwerkteilnehmern deren Ideen und Vorstellungen ermitteln, sodass passende Partner aus dem Netzwerk vermittelt werden konnten.
- ▶ Bereitstellung einer ausführlichen Kontaktliste aller Akteure mit Nennung der Leistungen und Ideen für AusZeitHöfe-Angebote, um die gegenseitige Kontaktaufnahme zu erleichtern.
- ▶ Kontakt halten zu Netzwerkteilnehmern und Projektpartnern, um Stand der Dinge zu erfahren, Probleme zu klären, Tipps zu geben und eventuell weitere Partner zu vermitteln.
-> Ein „offenes Ohr“ haben.



2.3 Angebote vermarkten & Aufmerksamkeit erzeugen

Wie sind wir vorgegangen?

Vermarktung der Angebote hauptsächlich online.
Umfangreiche Darstellungen auf bauernhofferien.de,
die von Projektpartnern und Anbietern verlinkt werden konnten.
Jedes Angebot erhielt ein Posting auf Instagram und Facebook (@bauernhofferien).

Projekträger und -partner stellten AusZeitHöfe auf ihren Webseiten, in Printprodukten und regelmäßig auf ihren Social-Media-Seiten vor. Alle Anbieter waren angehalten, zusätzlich selber in ihren Kanälen und Printprodukten auf ihre Angebote aufmerksam zu machen.
Wichtig: Vernetzung/ Community Management auf Social Media zwischen allen Akteuren

Entwicklung eines Logos um Wiedererkennung zu erleichtern.
Die AusZeitHöfe-Anbieter erhielten das Logo in der Partnerversion zur Verwendung in ihren Werbemedien.



2.3 a) Vermarktungsstrategie des Projektträgers

Online: www.bauernhofferien.de/auszeithoefe



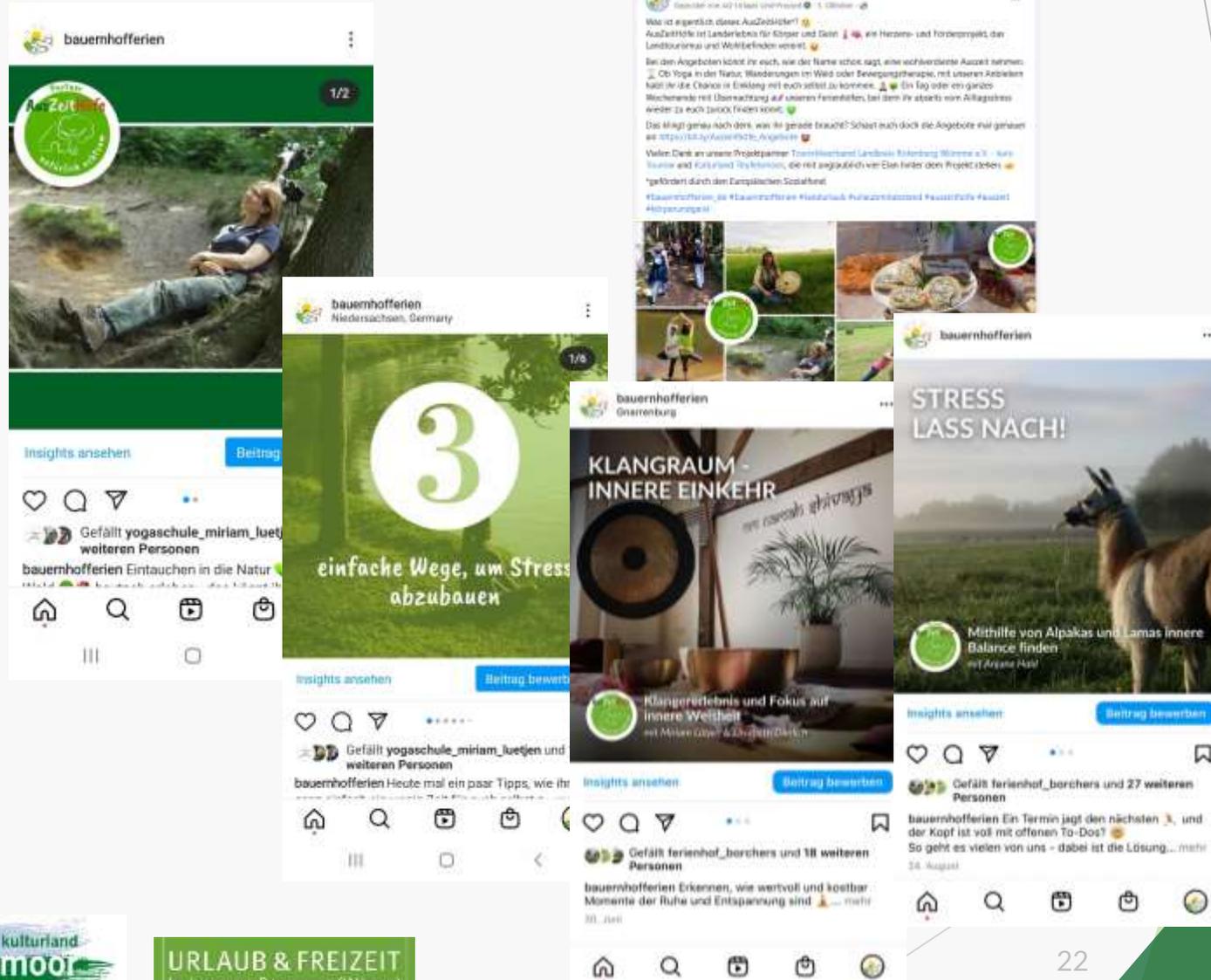
- ▶ Centerpage, auf der alle Angebote gelistet werden
- ▶ Eigene Unterseite für jedes Angebot
- ▶ Viele Bilder, die Stimmung machen und die Angebotsinhalte zeigen
- ▶ Ausführliche Darstellung der Inhalte und Zielsetzung des Angebots
- ▶ Alle Informationen zu Kursleitern, Ferienhof/Veranstaltungsort, Anmeldung, Preis und Übernachtung
- ▶ URL kann von den Anbietern für die eigene Vermarktung genutzt werden



2.3 a) Vermarktungsstrategie des Projektträgers

Social Media

- ▶ Postings und Stories allgemein zum Thema, um AusZeitHöfe bekannt zu machen
- ▶ Je Angebot ein Posting
- ▶ Ggf. begleitende Stories



2.3 a) Vermarktungsstrategie des Projektträgers



Postkarten & Share Pics

- ▶ AusZeitHöfe bekannt machen
- ▶ QR-Code auf der Rückseite verlinkt auf Internetseite www.bauernhofferien.de/auszeithoefe

2.3 a) Vermarktungsstrategie des Projektträgers

AusZeitHöfe bekannt machen über Messen und Veranstaltungen



Roll-Up für Messen
und Veranstaltungen



Messen in 2022:
Tag der Niedersachsen, Hannover
Hafengeburtstag Hamburg

Projektveranstaltungen
2022



2.3 b) Vermarktungsstrategie der Projektpartner

AusZeitHöfe in Printmaterialen und auf den Webseiten der Projektpartner



AusZeitHöfe im Nordwärts Magazin



<https://www.nordwaerts.de/aktiv-entspannt/landhoferlebnisse/auszeithoefe-fuer-koerper-geist/>



<https://www.kulturland-teufelsmoor.de/angebote/auszeithoefe/>



3. Was ist bei AusZeitHöfe herausgekommen?

Entstandene Angebote und Projekterkenntnisse



Gefördert durch:



3.1 Die Angebote - Beispiele



Yoga und Wandern



Ein Naturerlebnis
für
Körper, Geist und Seele

Inhalt

- ▶ Tagesangebot
- ▶ Erlebniswanderung auf einem Nordpfad-Wanderweg:
Natur sehen, hören, riechen und schmecken
- ▶ Yogaübungen, Atemübungen, Meditationseinheiten in der Natur

Angebotspartnerinnen

- ▶ Ines Stein, Erlebniswanderleiterin
- ▶ Miriam Lütjen, Yoga-Trainerin
- ▶ Regina Borchers, Ferienhof Borchers
- ▶ Dörthe Viebrock, Ferienhaus Viebrock

Angebotsdetails

- ▶ Max. 12 Teilnehmer
- ▶ 44,- € pro Person
- ▶ Dauer 5 Stunden
- ▶ Übernachtung zusätzlich buchbar

<https://www.bauernhofferien.de/auszeithoefe-angebot-yoga-wanderung>



3.1 Die Angebote - Beispiele



Finde deine Meditation



Pferde erleben



Inhalt

- ▶ 4 Tage
- ▶ Verschiedene Meditationstechniken
- ▶ In Zusammenarbeit mit Pferden die eigenen Körpersprache kennenlernen
- ▶ Pro Tag jeweils zweistündige Einheiten vormittags und nachmittags

Angebotspartnerinnen

- ▶ Ulrike und Anjana Hald, Tiertherapeutinnen, Herzfeldhof Worpswede
- ▶ Kirsten Egger, Massagetherapeutin

Angebotsdetails

- ▶ 4 - 8 Teilnehmer
- ▶ 470,- € pro Person
- ▶ Übernachtung auf dem Herzfeldhof zusätzlich buchbar

<https://www.bauernhofferien.de/auszeithoefe-angebot-meditation-pferde-erleben>



3.1 Die Angebote - Beispiele



**Wecke deine
Lebensgeister!**



**Kraftschöpfen aus
Natur und Klang**



Inhalt

- ▶ Tagesangebot im Frühling
- ▶ Wanderung in der Natur
- ▶ Klangbad mit verschiedenen Klangschalen und Tam Tam Gong
- ▶ Lebensgeister wecken, Altes hinter sich lassen und durch die Energie des Klanges ganzheitliche Tiefenentspannung erfahren

Angebotspartnerinnen

- ▶ Miriam Lütjen, Yoga-Trainerin
- ▶ Frauke Klemme, Geomantin
- ▶ Regina Borchers, Ferienhof Borchers
- ▶ Dörthe Viebrock, Ferienhaus Viebrock

Angebotsdetails

- ▶ 38,- € pro Person
- ▶ Dauer 3 Stunden
- ▶ Übernachtung zusätzlich buchbar

<https://www.bauernhofferien.de/auszeithoefe-angebot-kraftschoepfen-aus-natur-und-klang>



3.1 Die Angebote - Beispiele

Entspannt in Bewegung



Der dunklen Jahreszeit trotzen



Inhalt

- ▶ 3 Tage im November
- ▶ Verschiedene Übungen zu Bewegung und Entspannung
- ▶ Ausdauer, Balance, Koordination, Kräftigung der Muskulatur
- ▶ Bekämpfung des „Novemberblues“

Angebotspartnerinnen

- ▶ Bernhardine Fecht, Gesundheitspädagogin
- ▶ Daniela Raimann, Pension „Buntes Moor“

Angebotsdetails

- ▶ 6 – 10 Teilnehmer
- ▶ 140,- € pro Person
- ▶ Übernachtung in der Pension „Buntes Moor“ zusätzlich buchbar

<https://www.bauernhofferien.de/Auszeithoefe-Angebot-Entspannt-in-Bewegung>



3.1 Die Angebote - Beispiele

Alpaka- und Lama-Tour „Wiesenwildnis“



Das besondere Tier- und Naturerlebnis

Inhalt

- ▶ Tagesangebot für Familien in den Sommerferien
- ▶ Spaziergang mit Alpakas und Lamas
- ▶ Stress und Alltagshektik abbauen durch Beschäftigung mit den Tieren

Angebotspartnerinnen

- ▶ Anjana Hald, Ergotherapeutin und Profi in tiergestützter Therapie vom Herzfeldhof Worpswede

Angebotsdetails

- ▶ 28,- € pro Erw. + Tier
- ▶ 20,- € pro Kind + Tier (10 – 14 Jahre)
- ▶ 15,- € pro Begleitperson ohne Tier
- ▶ Kinder unter 10 Jahre kostenlos

<https://www.bauernhofferien.de/wiesenwildnis-alpakas>



3.2 Projekterkenntnisse

- ▶ Die Netzwerkbildung ist essentiell. Da die Akteure aus sehr unterschiedlichen Bereichen kommen, ist es wichtig, bei Workshops und Netzwerktreffen genügend Zeit und Raum einzuplanen, damit sie sich gut und intensiv kennenlernen und untereinander austauschen können.
- ▶ Die Betreuung durch die Projektpartner vor Ort ist entscheidend, da sie in ihrer Region den kürzeren Draht zu den Akteuren haben, besondere Umstände ihrer Region kennen und dadurch Wege ebnen sowie passende Projektpartner zueinander bringen können.
- ▶ Eine gute Kommunikation der Projektidee und der Projektziele hilft den Netzwerkteilnehmern, die Angebote passend zu gestalten.
- ▶ Die Menschen stehen dem Thema und der Idee von AusZeitHöfe sehr offen gegenüber – es trifft den Zeitgeist. Diese grundsätzliche Begeisterung direkt in Buchungen der Angebote umsetzen, erwies sich als Herausforderung. Hier müssen wir besser werden.



Corona-Pandemie zeitgleich mit Projektstart

3.3 Herausforderung: und während des gesamten Projektzeitraums.



Netzwerkbildung erschwert, da keine Präsenzveranstaltungen möglich

- ▶ Maßnahme: Digitaler Projektstart „Webi-Workshop“ an zwei Terminen mit umfangreichen Vorstellungsrunden und intensiven Gesprächen zu den Erwartungen an das Projekt, damit sich die Netzwerkteilnehmer gut kennenlernen können und die Projektidee verstehen

Einbeziehung von Ärzten, Senioreneinrichtungen, Schulen und Kindergärten während der Pandemie nicht möglich

- ▶ Maßnahme: Verschieben in die Phase der Verstetigung nach Projektende, da diese Akteure besonders durch die Pandemie gefordert waren und keine Kapazitäten für neue Projekte hatten.

Durchführung der Angebote erschwert oder nicht möglich

- ▶ Maßnahmen: Austausch zu den Corona-Maßnahmen zwecks Anpassung der Angebote, kurzfristige Markteinführungen, coronakonforme Angebote (kleinere Gruppen/ weniger Teilnehmer, Tagesangebote statt mehrtägige Angebote mit Übernachtung)



4. AusZeitHöfe in Ihrer Region

Ausweitung und Weiterentwicklung von AusZeitHöfe
in ganz Niedersachsen

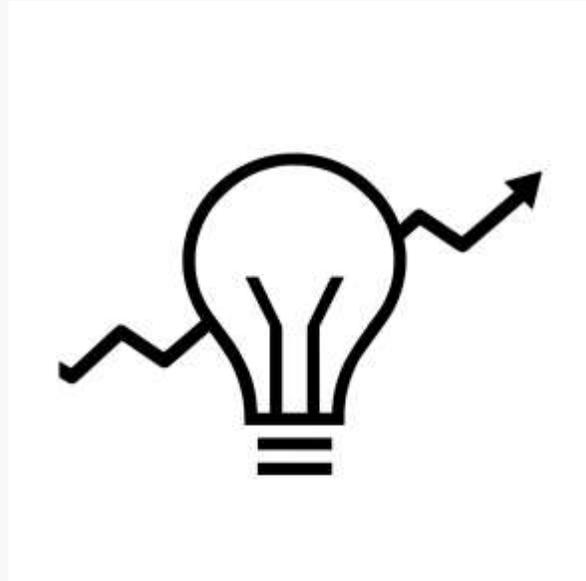


4.1 Was haben mit Ihnen wir vor?

- ▶ Ausgehend von LTN-Ferienhöfen AusZeitHöfe-Angebote in anderen Regionen Niedersachsens entwickeln
- ▶ Partner aus Ihrer Region für Angebote finden: Waldpädagogen, Yoga-Trainer, Ernährungsberater, Kunsttherapeuten, tiergeschützte Therapien, Psychologen usw.
- ▶ Neue Angebote entwickeln für weitere Zielgruppen: Kindergärten & Schulklassen, Senioren, Familien
- ▶ Neue Themenfelder abdecken, z.B. Ernährung, Natur- und Umweltbildung, Teambuilding für Unternehmen, betriebliches Gesundheitsmanagement
- ▶ Anerkennung durch die Krankenkassen vorantreiben



4.2 Was haben Sie vor? – Haben Sie was vor?



Raum und Zeit für Ihre Ideen!



4.3 Wer macht was?



Rolle der LTN:

- ▶ Vermittler von AusZeitHöfe-Partnern (Ferienhöfe und Anbieter der inhaltlichen Leistungen)
- ▶ Ideengeber für mögliche Angebote
- ▶ Unterstützung bei Angebotsausgestaltung und -vermarktung
- ▶ Wissensvermittlung zu rechtlichen und organisatorischen Rahmenbedingungen

Rolle der Tourismusverbände:

- ▶ Kontaktherstellung zu möglichen AusZeitHöfe-Anbietern in der Region
- ▶ Identifizierung regionsspezifischer Bedarfe/ Möglichkeiten für AusZeitHöfe-Angebote, Rückkopplung an die LTN
- ▶ Unterstützung bei Angebotsvermarktung

Weitere Informationen

Umfassende Projektinformationen
www.bauernhofferien.de/projekt-auszeithoefe

Alle AusZeitHöfe-Angebote im Überblick
www.bauernhofferien.de/auszeithoefe

Informationen zum Programm
„Soziale Innovation“
www.stelle-fuer-soziale-innovation.de

Kontakt Projektträger

LandTouristik Niedersachsen e.V.
www.bauernhofferien.de

- ▶ Vivien Ortmann
vivien.ortmann@bauernhofferien.de
0441/ 361060-11
- ▶ Sabine Arndt
sabine.arndt@bauernhofferien.de
0441/ 361060-12



Kontakt Projektpartner

Touristikagentur Teufelsmoor-Worpswede-Unterweser e.V. www.kulturland-teufelsmoor.de
▶ Thorsten Milenz milenz@teufelsmoor.de

Touristikverband Landkreis Rotenburg (Wümme) e.V. www.nordwaerts.de
▶ Udo Fischer fischer@tourow.de