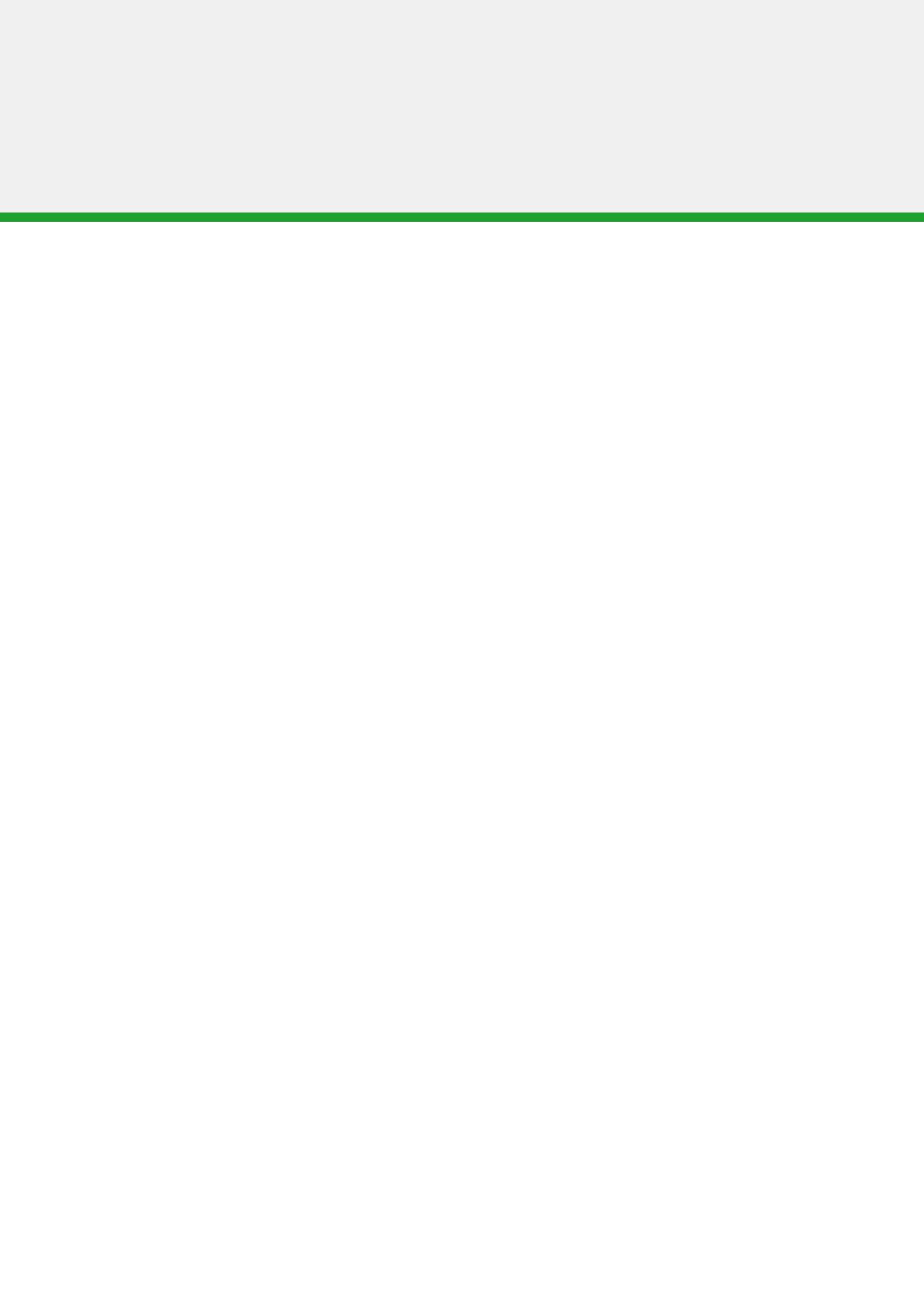




DOSB | Frauen gewinnen!

DOSB | Netzwerkprojekt „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“

Projektdokumentation und mehr



DOSB | Netzwerkprojekt
„Bewegung und Gesundheit –
mehr Migrantinnen in den Sport“

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

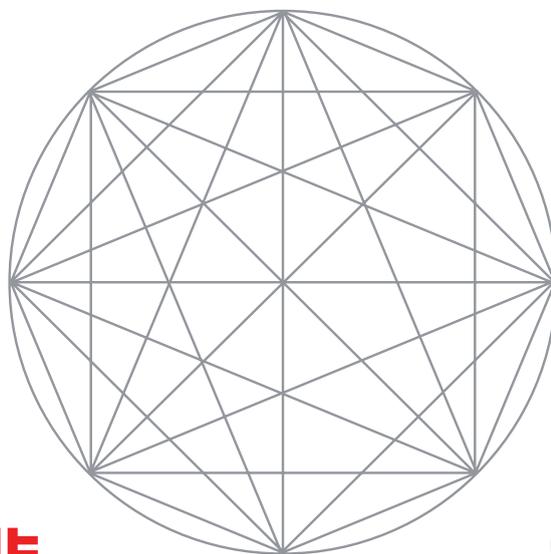


**SPORTJUGEND
BERLIN**

DTB 
DEUTSCHER TURNER-BUND



DEUTSCHER OLYMPISCHER **SPORT**BUND
FRAUEN GEWINNEN!



in FORM

Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

LSV

Landessportverband
Baden-Württemberg e.V.



Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.

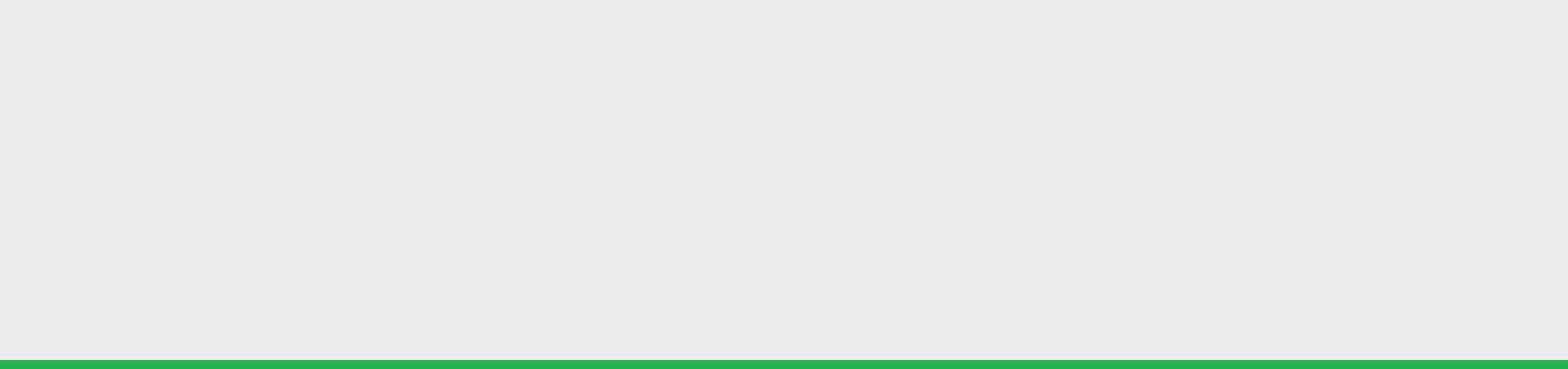
 **JU • JUTSU**

SELBSTVERTEIDIGUNG • FITNESS • WETTKAMPF
DEUTSCHER JU - JUTSU VERBAND E.V.

Inhalt

Grußwort des Bundesministers Dr. Philipp Rösler	7
Vorstellung des Netzwerkprojekts durch DOSB-Vizepräsidentin Ilse Ridder-Melchers	8
Netzwerkprojekt: „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“	11
Zur Förderung des Sportengagements von Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund (<i>Prof. Dr. Christa Kleindienst-Cachay und Katrin Neumann</i>).....	12
Vereine als Katalysatoren für die interkulturelle Öffnung der Gesellschaft (<i>Prof. Dr. Heather Cameron</i>)	18
Was verstehen wir unter „Integration“? (<i>Verena Zschippang</i>)	22
Gesundheitsförderung für und von Migrantinnen	25
Ein Weg zur integrierenden Versorgung (<i>Ramazan Salman</i>)	26
Die Bedeutung von Sport für die Weiblichkeit (<i>Dr. med. Gisela Gille</i>).....	30
Sport, Frauen und Religion.....	35
Zur Macht der Blicke auf den Frauenkörper (<i>Prof. Dr. Birgit Krawietz</i>)	36
Die Rolle des Sports im Islam (<i>Bekir Alboğa</i>).....	40
Sport überwindet religiöse und kulturelle Grenzen (<i>Sidar Demirdögen</i>).....	42
Vernetzung und stadtteilbezogene Arbeit	45
Starkes Netzwerk, starker Sport, starke Kommune (<i>Verena Zschippang</i>).....	46
Qualifizierung von Fach- und Führungskräften	49
„Sport interkulturell“ (<i>Verena Zschippang</i>)	50
Interkulturelles Lernen im Sport (<i>Andreas Schmitz und Anno Kluß</i>)	52
Drei, zwei, eins – Start.....	57
Gemeinsam zu neuer Stärke: Interview mit Thomas Ritter.....	58
Good-Practice-Beispiele – Deutscher Ju-Jutsu-Verband e. V. (DJJV).....	61
Berliner Ju-Jutsu-Verband/Budo-Club Berlin, Kodokan Hamburg, Todtglüsinger Sportverein von 1930, TV 1868 Burghausen/SV Gendorf Burgkirchen	

Good-Practice-Beispiele – Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e. V. (DLRG).....	71
Ortsgruppe Grömitz, Ortsgruppe Wolfsburg, Ortsgruppe Waldshut-Tiengen	
Good-Practice-Beispiele – Deutscher Turner-Bund e. V. (DTB).....	79
Turnverein Kesselstadt 1860, Turngemeinde Hanau 1837, Turn- und Sportverein 1860 Hanau, SKG Sprendlingen	
Good-Practice-Beispiele – Landessportverband Baden-Württemberg e. V. (LSV).....	89
MTV Stuttgart, TB Cannstatt, TV 89 Zuffenhausen, TB Untertürkheim, SKG Gablenberg	
Good-Practice-Beispiele – Sportjugend (SJB) im Landessportbund Berlin e. V....	101
Erster Berliner Judo Club, „Grupo Menino do Curuzu“, „Seitenwechsel“, „No Style Combat“	
Das Bundesprogramm „Integration durch Sport“	111
Good-Practice-Beispiele – „Integration durch Sport“ aus den Landeskoordinationen	115
Hamburger Sportbund, Landessportbund Niedersachsen, Landessportverband für das Saarland, Sportjugend Hessen	
Schlussfolgerungen und Handlungsempfehlungen	133
Wie und wo erreichen wir Migrantinnen?	
Wie und wo erreichen wir Migrantinnen?	134
Worauf gilt es bei der Angebotserstellung zu achten?.....	
Worauf gilt es bei der Angebotserstellung zu achten?.....	136
Was haben wir über Migrantinnen gelernt?	
Was haben wir über Migrantinnen gelernt?	140
Wie machen wir unsere Vereine fit für die Zukunft?	
Wie machen wir unsere Vereine fit für die Zukunft?	141
Wie können Verbände in der Integrationsarbeit unterstützt werden?	
Wie können Verbände in der Integrationsarbeit unterstützt werden?	145
<i>(Verena Zschippang)</i>	
Interkulturelle Öffnung im Sport – praxisorientiert und chancenreich <i>(Andreas Schmitz und Anno Kluß)</i>	
Interkulturelle Öffnung im Sport – praxisorientiert und chancenreich <i>(Andreas Schmitz und Anno Kluß)</i>	146
Arbeitshilfe „Interkulturelle Öffnung“ der Deutschen Sportjugend.....	
Arbeitshilfe „Interkulturelle Öffnung“ der Deutschen Sportjugend.....	150
Dank	158
Projektbeirat, Evaluation	
Impressum	162



Grußwort des Bundesministers Dr. Philipp Rösler

Bundesministerium für Gesundheit



Liebe Leserinnen und Leser,

Bewegung ist gut für die Gesundheit. Jeder von uns weiß dies und die über 91.000 Sportvereine, die wir in Deutschland haben, belegen: Viele Menschen nutzen ihre Freizeit, um Sport zu treiben. Über die Bedeutung des Sports für unsere Gesundheit wird bei uns also nicht nur viel geredet und geschrieben, viele Menschen begeistern sich vor allem aktiv dafür.

Zu Recht werden dem Sport nicht nur gesundheitsfördernde Fähigkeiten zugesprochen, sondern auch völkerverbindende Eigenschaften nachgesagt, weil im sportlichen Miteinander Toleranz und Teamgeist gefördert werden.

Gerade für unsere Bürgerinnen und Bürger mit Migrationshintergrund können Sportvereine eine wichtige Hilfestellung sein, um sich schneller in die Gesellschaft zu integrieren und ein Zugehörigkeitsgefühl zu entwickeln. Insbesondere Mädchen und Frauen aber nahmen bisher das Angebot der Sportvereine nur sehr zögerlich wahr.

Um auch sie für den Sport zu begeistern und Hemmschwellen abzubauen, hat der Deutsche Olympische Sportbund mit Unterstützung des Bundesministeriums für Gesundheit im Jahre 2008 das Netzwerkprojekt „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“ gestartet.

Mit diesem Projekt, das in fünf ausgewählten Sportverbänden und mehr als 20 Vereinen durchgeführt wurde, lernten Frauen und Mädchen nicht nur ausschließlich den Vereinssport kennen, sondern wurden auch an unser Gesundheitswesen herangeführt oder konnten beispielsweise einen Sprachkurs besuchen. Mit dem Netzwerkprojekt „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“ sollte gerade Frauen mit Migrationshintergrund verdeutlicht werden, dass Integration nicht heißen muss – die eigenen kulturellen Wurzeln zu verleugnen, sondern sie um ein Mehr an Erfahrungen zu bereichern.

Denn schließlich ist auch Winston Churchill der Spagat von „no sports“ hin zu „keine Stunde, die man mit Sport verbringt, ist verloren“, gelungen.

Welche Erkenntnisse aber letztendlich alle Beteiligten aus diesem wichtigen Projekt gezogen haben, können Sie dieser Broschüre entnehmen.



Dr. Philipp Rösler
Bundesminister

Vorstellung des Netzwerkprojekts durch DOSB-Vizepräsidentin Ilse Ridder-Melchers

Sport ist Türöffner für eine nachhaltige Integration

In den Medien kursiert so manches Modewort, das auf den ersten Blick wenig mit unserem Leben zu tun hat. „Globalisierung“ ist so ein Begriff. Sie findet irgendwo in der Welt statt. Wir spüren aber selbst, wie die Welt näher zusammenrückt, dass der Globus merklich kleiner wird. Und wir erleben sie in unserem Alltag: Da gibt es den türkischen Gemüseladen um die Ecke, die spanische Tapas-Bar im Szeneviertel, die Thai-Massage neben dem Supermarkt, den italienischen Arbeitskollegen im Büro. Und da haben wir sie – die Globalisierung vor unserer Haustür!

„Integration“ ist auch so ein Begriff: Den bringt die Globalisierung quasi huckepack mit, denn nicht nur der türkische Gemüsehändler und die spanische Kellnerin, auch ihre Kinder und Ehepartner leben inmitten unserer Gesellschaft. Oder auch nicht – wenn sie eben nicht wirklich Teil unserer Stadt oder Gemeinde sind, weil Sprachschwierigkeiten, kulturelle Unterschiede oder schlicht das Unwissen über ihre Möglichkeiten in unserer Gesellschaft nahezu unüberwindbare Hindernisse darstellen. Gleichzeitig kann Integration nur gelingen, wenn auch wir bereit sind, Menschen offen und ohne Vorurteile gegenüberzutreten. Fakt ist: Zahlreiche Faktoren beeinflussen den Zugang und die Teilhabe an und zu unserer Gesellschaft. Das sind vor allem Herkunft, Bildung und Alter; obendrein – und entscheidend – auch das Geschlecht. Sport ist damit auch ein Türöffner für nachhaltige Integration!

Mehr Migrantinnen in den Sport!

Das Statistische Bundesamt beziffert die aktuelle Zahl von Menschen mit Migrationshintergrund in Deutschland auf 15,3 Millionen. Knapp die Hälfte davon sind Mädchen und Frauen. In den Sportvereinen sind Migrantinnen leider kaum zu finden. Dabei bietet gerade der Sport vielfältige Wege in unsere Gesellschaft. Viele zugewanderte wünschen sich ausdrücklich mehr Bewegung. Oft mangelt es an Wissen, wie oder wo

das Erwünschte in einem ihnen zumeist fremden Land zu bekommen ist. Genau an dieser Stelle setzte unser Netzwerkprojekt „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“ an. Zentrales Anliegen war es, verschiedenste Varianten auszuprobieren, um herauszufinden, welche Ansprache notwendig ist und welche Hürden Migrantinnen davon abhalten, am Verbandsport teilzunehmen.

Zauberformel: Sport + X = Integration im Doppelpack!

Die grundlegende Maxime für unser Netzwerkprojekt war: über den sportlichen „Tellerrand“ hinausschauen. Dazu brauchten wir kommunale Partner mit Erfahrung in der interkulturellen Arbeit, die gemeinsam mit uns Angebote speziell für Migrantinnen entwickeln konnten. Unsere effektive Formel lautete: Sport + X. Das bedeutet: Die Vereine organisierten das Sportangebot. Von Bildungsträgern und Beratungszentren, Schulen und Volkshochschulen, Gesundheitsdiensten, Frauenbüros und Wohlfahrtsverbänden wurden z. B. Sprachkurse, Berufsberatungen, Bewerbungshilfen und Ernährungsberatungen beige-steuert. Dafür stand das „X“. Die präventiven und gesundheitsorientierten Maßnahmen sollten die Lebenssituation der teilnehmenden Mädchen und Frauen gezielt verbessern. So gab es beispielsweise einen dreimonatigen Kombi-Kurs, in dem Mädchen das Schwimmabzeichen erwerben konnten, während der städtische Mädchentreff parallel eine Bewerbungshilfe für die jungen Schwimmerinnen organisierte.

Beispiele:

Kurs 1

Sportart + Gesundheitsamt
(Schwimmen + Ernährung)

Kurs 2

Sportart + Volkshochschule
(Anfängerinnenschwimmen + Sprachförderung)

Kurs 3

Sportart + Mädchentreff
(Schwimmabzeichen + Bewerbungshilfe)

Sportvereine und kommunale Partner öffneten sich so gegenseitig neue Türen für kreative Ideen und praktische Hilfen – Integration im Doppelpack! Uns als DOSB interessierte dabei vordergründig, welche Angebote und Faktoren besonderen Erfolg versprechen, um unsere Vereine fit (-ter) für Migrantinnen zu machen.

Innovative Projekt-Experimente mit langfristigem Mehrwert

Finanziert wurde das über 2,5 Jahre laufende Projekt vom Bundesministerium für Gesundheit. Unsere Projektauswahl fiel nach Entscheidung einer Jury auf den Deutschen Ju-Jitsu-Verband, die Deutsche Lebensrettungs-Gesellschaft, den Deutschen Turner-Bund, den Landessportverband Baden-Württemberg und die Sportjugend im Landessportbund Berlin. Ein hochkarätig besetzter Beirat (siehe S. 158) begleitete und beriet das Netzwerkprojekt. Die Aufgabe für die Verbände lautete: innerhalb von 18 Monaten in mindestens drei Vereinen Aktionen für Migrantinnen initiieren. Jeder einzelne Verein sollte dabei drei unterschiedliche integrierte Kursangebote in einem Zeitraum von jeweils zwölf Wochen erproben und über seine Erfahrungen berichten. Experimentierfreude und innovatives Denken waren gefragt.

Unser Dank geht an alle Beteiligten: an das Bundesministerium für Gesundheit, an die Partnerverbände und auch an alle mitwirkenden Vereine, die mit ihrem Know-how sowie ihrem haupt- und ehrenamtlichen Engagement zum Gelingen beigetragen haben. Projektleiter und -leiterinnen mussten gewonnen und Projekte entwickelt werden, das Netzwerk zwischen dem DOSB und den Beteiligten im Sport war zu organisieren, Netzwerkpartner und -partnerinnen außerhalb des Sports mussten gefunden und die Migrantinnen persönlich angesprochen werden. Hier gilt den Übungsleiterinnen ein ganz besonderer Dank. Zudem waren konkrete Sportangebote abzustimmen, Zusatzangebote zu entwickeln und Räumlichkeiten für beide Angebote zu finden, und das

alles in engen Zeitfenstern. Lohn der Arbeit, sowohl für den Sport als auch für die Kooperationspartner/-innen außerhalb des Sports: Netzwerke entstanden und Kooperationen wurden erprobt, die nun über das Projekt hinaus weiter genutzt werden können. Kurzum: Das Projekt war ein voller Erfolg.

Globalisierung im Sportverein? Migrantinnen machen's möglich!

Von den wertvollen Erfahrungen dieses Netzwerkprojekts sollen in Zukunft alle Verbände und Vereine profitieren – und schlussendlich vor allem die neu gewonnenen Mädchen und Frauen. Uns interessiert nun vor allem: Wie kann der Vereinssport generell für alle Mädchen und Frauen, aber speziell für diejenigen mit Migrationshintergrund attraktiver werden? Welche Angebote entsprechen den Wünschen und Bedürfnissen von Frauen aus unterschiedlichen Kulturkreisen in puncto Bewegung und Sport? Wie können Aspekte der sportlichen Prävention – und somit auch das deutsche Gesundheitswesen – Menschen nahegebracht werden, die oftmals mit einem ganz anderen Verständnis von Gesundheitsbewusstsein aufgewachsen sind? Dabei darf nicht vergessen werden, dass nicht nur die Mädchen und Frauen von passgenauen Angeboten profitieren, sondern auch die Vereine von den Erfahrungen und der neuen Vielfalt. Wie war das nochmal – Globalisierung vor der Haustür? Funktioniert garantiert auch im Sportverein! Schauen Sie selbst.



Autorin:
 Ilse Ridder-Melchers
 Vizepräsidentin für Frauen
 und Gleichstellung im DOSB

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



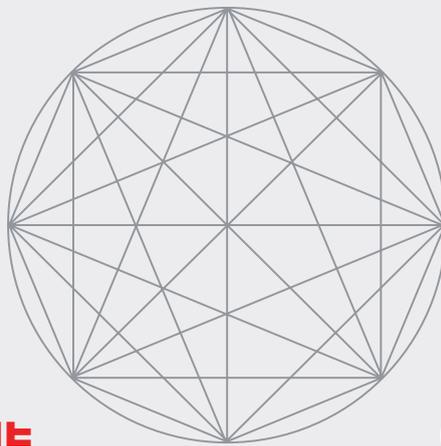
**SPORTJUGEND
BERLIN**



DTB
DEUTSCHER TURNER-BUND



DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND
FRAUEN GEWINNEN!



JU·JUTSU
SELBSTVERTEIDIGUNG · FITNESS · WETTKAMPF
DEUTSCHER JU - JUTSU VERBAND E.V.

in FORM

Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

LSV

Landessportverband
Baden-Württemberg e.V.



**Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.**



I Netzwerkprojekt: „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“



Mit der Annäherung an das Thema „Migrantinnen in den Sport“ eröffnen sich für den organisierten Sport Fragen: Migrantinnen – wer ist damit eigentlich gemeint? Wie finden Migrantinnen am besten zu einem gesunden und aktiven Lebensstil? Welche Rolle spielen ihre Religion und Kultur dabei? In welchem Zusammenhang stehen die verschiedenen Aspekte der sportlichen Betätigung von Migrantinnen und von Frauen mit Migrationshintergrund? Was bedeuten Migrantinnen für die Sportvereine? Wie erreichen die Sportvereine Migrantinnen? Und schließlich: Was verstehen wir eigentlich unter „Integration?“

Mit diesen und anderen Fragen setzte sich das Netzwerkprojekt auseinander. Die folgenden Beiträge zeigen unterschiedliche Ansätze, wie wir die Themen „Integration“, „Mädchen und Frauen“, „Gesundheit“ und „Bewegung und Sport“ bearbeitet haben. In Good-Practice-Beispielen unserer Projektpartner stellen wir besonders gelungene Ergebnisse der Vereinsarbeit vor Ort vor. Gerade weil keine Patentrezepte existieren, wollen wir damit Einblicke geben, auf welchen Wegen Migrantinnen für das Thema „Bewegung und Gesundheit“ erreicht werden können, welche Zugangsbarrieren vorhanden sind, was notwendig ist, um diese abzubauen und wie schließlich eine wirkungsvolle Unterstützung der Sportvereine aussehen kann.

Diese Broschüre will vor allem Lust darauf machen, sich den vielfältigen Facetten der interkulturellen Zusammenarbeit insbesondere mit Migrantinnen und Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund neugierig und offen zu nähern. Die Good-Practice-Beispiele sollen als Orientierungshilfen das Nachmachen erleichtern.

In unserem Netzwerkprojekt haben wir sowohl Migrantinnen als auch Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund angesprochen. Für eine bessere Lesbarkeit verwenden wir in der Broschüre die Begriffe abwechselnd. Gleichzeitig weisen wir auf die unterschiedliche Bedeutung der Begriffe hin (siehe Infobox auf Seite 19).

Zur Förderung des Sportengagements von Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund

Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund – eine sportabstinente Gruppe?

Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund sind im organisierten Sport nach wie vor stark unterrepräsentiert. Darüber können weder die Berichterstattung der Medien über prominente Sportlerinnen mit Migrationshintergrund wie z. B. über Lira Bajramaj, die in der Nationalmannschaft Fußball spielt, noch die zunehmende öffentliche Beachtung der sportlichen Leistungen einiger Hochsportiver, im Spitzensport erfolgreicher Frauen mit Migrationshintergrund hinwegtäuschen. Vor allem im nichtwettkampfsportlichen Bereich, d. h. im Breitensport, fehlt diese Gruppe weitgehend. So beträgt der Organisationsgrad erwachsener Migrantinnen nach Schätzungen 1 – 4 % (vgl. Landessportbund Nordrhein-Westfalen 2004, S.15; Halm 2007, S.105). Im Vergleich dazu: Für alle weiblichen Sporttreibenden dieser

Altersgruppe liegt er immerhin bei etwa 20 % (vgl. DOSB 2008/09). Naturgemäß ist die Sportbeteiligung in den

jüngeren Altersgruppen wesentlich höher als bei den eher sportfernen erwachsenen Frauen, auch bei den Migrantinnen. So sind den Daten des Deutschen Jugendinstituts zufolge immerhin 21 % der sechs- bis elfjährigen Mädchen mit Migrationshintergrund im Sport – in diesen Zahlen sind auch Angebote von Jugendhäusern und Kulturvereinen enthalten – organisiert (vgl. Deutsches Jugendinstitut 2000, S.27 f.). Diese Zahl wird aber wieder deutlich relativiert, wenn man sich die Beteiligung der altersgleichen Mädchen ohne Migrationshintergrund mit 58 % vor Augen führt. Betrachtet man Daten zum Sportengagement im Jugendalter, so zeigt sich sogar ein noch etwas höherer Prozentsatz an organisiert Sport treibenden jungen Migrantinnen, nämlich 28 %. Allerdings ist die Differenz zu den deutschen Mädchen mit 42 % auch hier ganz erheblich (vgl. Mutz 2009, S.108). Woran liegt das?



Ursachen des geringen Sportengagements

In der Forschung gibt es dazu bislang nur wenige belastbare Daten. Einige der wenigen empirischen Arbeiten dazu hat Mutz (2009) geliefert, indem er anhand von Pisa-Daten (also von 15-jährigen Schülerinnen und Schülern) auf den Zusammenhang zwischen Sportvereinsengagement, Geschlecht und ökonomischem bzw. kulturellem Kapital der Familien hingewiesen hat. Seine Ergebnisse bestätigen, dass die geringe Beteiligung von jungen Mädchen mit Migrationshintergrund am organisierten Sport – im Vergleich zur deutschen Bevölkerung – nicht pauschal auf die gesamte Gruppe der Migrantinnen gleichermaßen zutrifft, sondern eben in hohem Maße mit sozioökonomischen Variablen korreliert. Prozentuale Durchschnittszahlen wie die oben aufgeführten verdecken dagegen eher die große Heterogenität innerhalb der Gruppe der Migrantinnen, die durch die verschiedenen Herkunftsländer mit ihren unterschiedlichen Kulturen, die sozioökonomische Lage, das Bildungsniveau und den normativen bzw. kulturellen Hintergrund der Familien bedingt ist.

Geschlecht, Herkunftsland und Sportengagement

Von den 15-jährigen Jugendlichen mit Migrationshintergrund, und zwar männlichen und weiblichen zusammengefasst, treiben insgesamt 43 % Sport im Verein. Dies sind erstaunlicherweise nur 4 % weniger als bei den Jugendlichen ohne Migrationshintergrund. Schaut man sich aber die Gruppe der Migranten und Migrantinnen genauer an und differenziert die Ergebnisse nach „Geschlecht“, so zeigt sich, dass zwar 57 % der männlichen Jugendlichen mit Migrationshintergrund, dagegen nur 28,2 % der weiblichen Jugendlichen mit Migrationshintergrund Sport im Verein treiben. Der Geschlechterunterschied fällt dagegen bei den Jugendlichen ohne Migrationshintergrund längst nicht so gravierend aus: 53,8 % der männlichen Jugendlichen und 42,1 % der weiblichen Jugendlichen ohne Migrationshintergrund sind in einem Sportverein organisiert. Der Faktor „Geschlecht“ scheint



also ein ganz entscheidender Faktor für das Sportengagement gerade bei Migrantenjugendlichen zu sein. Zieht man dann noch den Faktor „Herkunftsland“ hinzu, so zeigt sich, dass Migrantinnen aus den „klassischen“ Herkunftsländern der Migrantenbevölkerung in Deutschland, nämlich Türkei einerseits und Russland/Kasachstan (Spätaussiedlerinnen) andererseits, am geringsten in Sportvereinen vertreten sind, nämlich nur zu 20,5 % (Türkei) bzw. 20,2 % (Russland/Kasachstan). Höhere Werte weisen hingegen Migrantinnen aus den Herkunftsländern Italien (34,3 %), Griechenland (28,9 %) und Polen (30,3 %) auf (vgl. Mutz 2009, S. 110). Damit wird deutlich, dass die Religion, z. B. der muslimische Glaube, nicht alleinige Ursache für die geringe Sportbeteiligung von Migrantinnen sein kann, denn die Spätaussiedlerinnen haben eine andere Religionszugehörigkeit. Sie gehören meist mennonitischen oder baptistischen Freikirchen an. Nicht ausgeschlossen ist aber, dass bestimmte soziokulturell bedingte Werte

Zur Förderung des Sportengagements von Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund

und Normen, die das Verhalten von Frauen und jungen Mädchen in diesen beiden Herkunftsgruppen reglementieren und die ein Sportengagement erschweren, durch eine bestimmte Art und Weise der Religionsausübung nahegelegt werden.

Muttersprachlicher Hintergrund, sozioökonomische Bedingungen und Sportengagement

Nach den Ergebnissen von Mutz hat neben den Herkunftsländern der Migrantinnen das häufige Praktizieren der deutschen Sprache und die Übernahme alltagskultureller Verhaltensmuster der Aufnahmegesellschaft großen Einfluss auf die Chancen zur Teilhabe am Vereinssport. Das bedeutet: Wenn in der Familie Deutsch gesprochen wird und – damit einhergehend – wenn in weiten Teilen die kulturellen Gewohnheiten der Mehrheitsgesellschaft geteilt werden, dann ist die Wahrscheinlichkeit größer, dass die Töchter in einem Sportverein integriert sind (vgl. Mutz 2009, S. 110). Dagegen schrumpfen die Partizipationschancen für Migrantinnen, in deren Familien nicht Deutsch gesprochen wird und – damit einhergehend – vorrangig traditionelle Wertemaßstäbe und Rollenorientierungen bestehen. Nur noch etwa 20 % dieser Gruppe (über alle Herkunftsländer hinweg) sind im Sportverein, während es bei der Gruppe derer, die Deutsch als Muttersprache haben, immerhin 36 % sind (vgl. ebd., 112). Da aber Schülerinnen und Schüler mit türkischem Migrationshintergrund zu knapp 80 % aus Familien stammen, in denen nicht deutsch gesprochen wird, haben wir es hier in der Tat mit einer problematischen Gruppe zu tun. Interessanterweise zeigt der Sprachgebrauch bei den männlichen Jugendlichen mit Migrationshintergrund aber keine Auswirkungen auf das Sportengagement: Sie sind zu 68 % in Sportvereinen organisiert und haben damit den höchsten Organisationsgrad unter allen Jugendlichen. Daraus kann man schließen, dass die für Mädchen und Frauen geltenden Verhaltensnormen in den Familien, in denen nicht Deutsch gesprochen wird, für das geringe Sportengagement zumindest mitverantwortlich sein dürften.

Darüber hinaus wirken sich die sozioökonomischen Lebensbedingungen Jugendlicher sowohl bei Jugendlichen mit als auch bei denen ohne Migrationshintergrund in ganz erheblichem Maß auf das Sportvereinsengagement aus (vgl. Cachay/Thiel 2008). Darunter versteht man das Maß an Verfügung über ökonomisches und kulturelles Kapital. Substanzielle Unterschiede zeigen sich bei jugendlichen Migranten wiederum besonders stark im Geschlechtervergleich: Bei Jugendlichen mit Migrationshintergrund, die einen hohen Zugriff auf sozioökonomische Ressourcen haben, sind 62 % der männlichen und immerhin 47 % der weiblichen Jugendlichen in einem Sportverein organisiert. (Zum Vergleich Jugendliche ohne Migrationshintergrund: männlich 59 % zu weiblich 55 %.) Das heißt, bei Einwanderinnen mit privilegierter sozialer Herkunft ist die Sportvereinsteilhabe auf einem beachtlich hohen Niveau und zwar unabhängig vom Herkunftsland! Im Gegensatz dazu sinkt das Niveau der Sportvereinszugehörigkeit bei sozial benachteiligten Jugendlichen mit Migrationshintergrund stark ab, und zwar in alarmierender Weise bei den weiblichen Jugendlichen. In Zahlen ausgedrückt, bedeutet dies: Bei Jugendlichen mit geringem sozioökonomischem Kapital sind immerhin noch 51 % der männlichen Einwandererjugendlichen in Sportvereinen vertreten, hingegen nur noch 18 % der weiblichen Migrantinnen und zwar über alle Herkunftsländer hinweg (vgl. Mutz 2009, S.115). Dies zeigt, dass man das niedrige Sportengagement keinesfalls ursächlich auf die nationale Herkunft und die Religionszugehörigkeit zurückführen kann, wie dies alltagstheoretisch immer wieder gemacht wird, wenn man von der „Problemgruppe“ der türkischen Migrantinnen spricht.

Jedoch ist aufgrund der ökonomischen Lage der Mehrheit der türkischstämmigen Familien die Situation der Mädchen und jungen Frauen – im Hinblick auf ihre Partizipationschancen am Sport – als besonders problematisch einzuschätzen. Denn über 80% der türkischen Einwanderergruppe sind in den beiden untersten ökonomischen Milieus angesiedelt (vgl. Alt 2006, S.10 f.; Mutz 2009, S.110). Dementsprechend bilden die sozial



Privilegierten unter den türkischen Einwandererkindern und -jugendlichen, die in ihrem Sportverhalten dem der deutschstämmigen Mädchen angenähert sind, lediglich eine sehr kleine Minderheit.

Erschwerter Zugang zum Sport durch Additionseffekte

Um das geringe Sportvereinsengagement von Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund wirklich differenziert aufklären zu können, bedarf es also einer Zusammenschau verschiedener Faktoren, nämlich der Merkmale: Herkunftsland, sozioökonomische Lage, Bildungsniveau, normativer und wertmäßiger Hinter-

grund, der wiederum von der Intensität der Religionsausübung, und zwar unabhängig von der jeweiligen Glaubenszugehörigkeit, erheblich beeinflusst wird (vgl. Kleindienst-Cachay 2009). Nicht übersehen werden darf, dass die Intensität des Einflusses der Traditionen des Herkunftslandes in hohem Maß mit der Zugehörigkeit zu einer bestimmten Sozialschicht korrespondiert. Gesemann weist darauf hin, dass die Einhaltung von Normen und Werten des Herkunftslandes umso rigider ist, je niedriger der soziale Status einer Einwandererfamilie ist (vgl. Gesemann 2006, S.10). Für viele Migrantinnen mit türkisch-muslimischem Hintergrund dürfte deshalb die Notwendigkeit der Einhaltung der frauenspezifischen Gebote ihres Kulturkreises eine erhebliche Barriere im Zugang zum Sport darstellen (Geschlechtertrennung, Beaufsichtigung der Töchter durch erwachsene Familienmitglieder, Verhüllungsgebot, Nacktheitstabu). Aus diesen Geboten ergeben sich Handlungsanforderungen, die das Eintreten in den „alltäglichen“ Sportbetrieb hier in Deutschland erschweren, wenn nicht gar verhindern können.

Die Schwierigkeiten, die sich für muslimische Mädchen und junge Frauen aus diesen Regeln ergeben, korrespondieren aber nicht mit der Religion als solcher, sondern vielmehr mit der Intensität der Religionsausübung, durch die die Einhaltung der religiös bedingten Erziehungsnormen moderiert wird (vgl. Boos-Nünning/Karakasoglu 2005, S.21 f.), und auch in hohem Maße mit der Kompromissbereitschaft der einzelnen Familie. Die geringe Beteiligung der Mädchen und Frauen am Sport dürfte zudem auch aus den unzureichenden Kenntnissen der Familien über den Sport und dessen Organisationsformen sowie aus der fehlenden Einsicht über die positiven Effekte, die Spiel und Sport insbesondere für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen haben, resultieren. Auch Gefühle der Fremdheit gegenüber einer sehr „deutschen“ Institution wie dem Sportverein dürften mitverantwortlich sein. Eltern mit Migrationshintergrund, die mehrheitlich der ökonomischen und bildungsmäßigen Unterschicht angehören und sportlich nicht selbst aktiv sind, werden ihre Töchter mit großer

Zur Förderung des Sportengagements von Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund

Wahrscheinlichkeit nicht ohne Anregung von außen in einen Sportverein schicken. Und für die Mehrzahl der Mädchen entfällt auch die Vorbildfunktion der Eltern in Bezug auf das Sporttreiben.

Bei Jungen mit Migrationshintergrund ist dies grundsätzlich anders, denn erstens sind sie nicht denselben restriktiven Erziehungsnormen ausgesetzt und zweitens dient der Sport, vor allem der Fußballsport, als Projektionsfläche für Männlichkeit. Dies ist auch bei Migrantenfamilien in hohem Maß akzeptiert. Nicht zuletzt dürften aber auch fehlende finanzielle Ressourcen eine Rolle spielen, wenn Familien ihre Töchter nicht im Sportverein anmelden, denn was für einen Sohn in der Familie noch als finanziell tragbar erachtet wird, braucht für eine Tochter noch lange nicht zu gelten.

Interventionsmöglichkeiten

Wenn es sich bei dem beobachtbaren geringen Sportengagement weiter Teile der weiblichen Migrantenbevölkerung eher um ein soziales und bildungsspezifisches Problem ganz bestimmter sozialer Gruppen handelt, dann haben wir es nicht nur mit einem sportpolitischen, sondern vor allem mit einem sozialpolitischen Problem zu tun. Daraus folgt: Will man das Sporttreiben von Migrantinnen in der Breite fördern, dann muss man zielgruppenspezifische Angebote vor allem für Mädchen und Frauen aus sozial und bildungsmäßig benachteiligten Familien machen. Diese Sportangebote müssen so angelegt sein, dass das Sporttreiben mit dem spezifischen Wertehintergrund dieser Mädchen und Frauen in Einklang gebracht werden kann. Das heißt, es sollte so organisiert sein, dass frauenspezifische Regeln und Normen beachtet werden können. Ferner: Die Angebote müssen inhaltlich so strukturiert sein, dass Mädchen und Frauen die Erfahrung machen können, dass Sport und Spiel zum Wohlbefinden beitragen, dass sie soziale Kontakte und auch persönliche Erfolgserlebnisse ermöglichen und dass sie als Teil alltagskultureller Praxis auch zum Rollenverständnis einer Frau mit Zuwanderungsgeschichte „passen“.



Autorinnen:

Prof. Dr. Christa Kleindienst-Cachay
Abteilung für Sportwissenschaft,
Universität Bielefeld



Katrin Neumann, B.A.
Abteilung für Sportwissenschaft,
Universität Bielefeld

Die Einzelprojekte der Sportvereine, die im Rahmen des Projekts „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“ gefördert wurden, haben sich genau dieser Programmatik verschrieben. Die Ausgestaltung der Angebote folgt Kriterien, die anhand einer Analyse des Sportverhaltens der Adressatinnen gewonnen wurden (vgl. Kleindienst-Cachay 2007). So ist das Sportangebot breitensportlich ausgerichtet und inhaltlich auf die Wünsche der Zielgruppe abgestimmt. Zu diesen spezifischen Wünschen gehören z. B. Schwimmkurse, die in einem von den Blicken der Öffentlichkeit abgeschirmten Schwimmbad stattfinden. Überall sind die Sportkurse mit zusätzlichen Beratungs- und Bildungsangeboten gekoppelt, auch um die Teilnehmerinnen mit mehr Kenntnissen über die gesundheitsfördernde Wirkung des Sporttreibens auszustatten und um sie zur persönlichen Weiterbildung anzuregen. Das Angebot reicht dabei von der Ernährungsberatung über die Beantwortung von Fragen zum deutschen Gesundheitssystem und Erziehungsberatung bis hin zu Deutschkursen. Alle Sportkurse sind bewusst niedrigschwellig, d. h. es besteht keine Notwendigkeit zur vertraglichen Bindung an einen Sportverein, obwohl dies sicher im Sinne der Nachhaltigkeit ein Fernziel ist. Besonders wichtig ist dabei, dass die Angebote kostenlos sind, d. h. auch sozial Benachteiligte haben Zugriff. Im Sinne der Integration stehen die Kurse selbstverständlich auch Mädchen und Frauen ohne Zuwanderungsgeschichte offen. Sie sind stadtteilbezogen und die Kontakte zur Zielgruppe werden über Kooperationen mit Bildungs- und Erziehungseinrichtungen sowie Migrantinnenorganisationen hergestellt. Auf diese Weise erreicht man Mütter und Kinder gleichermaßen und kann in Angeboten wie beispielsweise dem Mutter-Kind-Schwimmen beide Adressatengruppen später an weiterführende breitensportliche Angebote im Verein anschließen, um eine längerfristige Bindung an den Sport anzubahnen. Kurzum: Ein wichtiger Einstieg in Maßnahmen zur Verbesserung der Integration von Migrantinnen in den Breitensport ist gemacht und die Projekte können anderen Sportvereinen als gelungene Beispiele dienen.

Infobox:

- | In Deutschland lebten im Jahr 2009 ca. 15,7 Mio. Menschen mit Migrationshintergrund, davon 7,8 Mio. Frauen.¹

- | Der Migrationsstatus einer Person wird aus ihren persönlichen Merkmalen zu Zuzug, Einbürgerung und Staatsangehörigkeit sowie aus den entsprechenden Merkmalen ihrer Eltern bestimmt.

- | Bei den Personen mit Migrationshintergrund ist zu unterscheiden zwischen:
 - zugewanderten Ausländern (1. Generation)
 - in Deutschland geborenen Ausländern (2. und 3. Generation)
 - Spätaussiedlern
 - eingebürgerten zugewanderten Ausländern
 - Personen mit mindestens einem zugewanderten Elternteil oder Elternteil mit ausländischer Staatsangehörigkeit

Quelle:

¹ Statistisches Bundesamt, 2010, <http://www.destatis.de>

Vereine als Katalysatoren für die interkulturelle Öffnung der Gesellschaft

Deutschland profitiert von einer großen Vielfalt an Menschen und Kulturen, welche die Lebensqualität bereichern. Wir können von diesem kulturellen Reichtum profitieren und intensiver leben, wenn wir kontinuierlich neue Wege des Zusammenlebens probieren und entdecken. Dabei ist es wesentlich, intransparente Machtstrukturen, aus denen Privilegien resultieren, zu hinterfragen und herauszufinden, wie diese zersetzt und negative Vorannahmen gegenüber anderen überwunden werden können. Sportvereine, die seit langem Stellung für das Lehren und Leben demokratischer und partizipatorischer Werte beziehen, zeigen einen vielversprechenden Weg für diese Aufgabe, ein besseres, gerechteres und einschließendes Deutschland zu gestalten.

Der demografische Wandel und seine Folgen

Mit den sozialen Veränderungen der letzten Jahre werden aus diesen impliziten Aufgaben nun immer explizitere Anforderungen. Der gesellschaftliche Wandel macht vor den Türen der Vereine nicht halt und selbst das eigentliche Kerngeschäft des Sports verlangt eine Adaption an die sich ändernde Welt. Der

demografische Wandel führt einerseits dazu, dass es mehr ältere Menschen gibt, die einen erhöhten Bedarf an altersgerechten Sportangeboten haben. Andererseits gibt es weniger Kinder, diese brauchen jedoch durch den Wandel der familiären Strukturen und den Umbau des sozialen Sektors mehr und qualitativ hochwertigere Betreuung als in den vergangenen Jahrzehnten.

Ein aktuelles Beispiel hierfür ist die Einführung der Ganztagschulen, deren Nachmittagsprogramm u. a. in Kooperation mit den Landessportbünden gestaltet wird. Das pädagogische Konzept der Ganztagschule eröffnet neue Interaktionsmöglichkeiten zwischen den Institutionen Schule und Verein und bietet den Sportvereinen die Chance, mehr Kinder und Jugendliche als jemals zuvor am Standort Schule zu erreichen. Aufgrund höherer Kontaktfrequenz können Vereine einerseits ambitioniertere pädagogische Konzepte und Ziele verwirklichen, andererseits sind solche komplexeren Konzepte auch Voraussetzung für den Erfolg dieser neuartigen Kooperation.





Interkulturelles Wissen wird zur Sozialkompetenz

Eine weitere Herausforderung sind die steigenden Ansprüche an die interkulturelle Kompetenz. Die zunehmende Globalisierung trägt ebenso wie die landesspezifische Geschichte der Migration des Exportweltmeisters Deutschland dazu bei, dass interkulturelles Wissen zunehmend zu sozialen Kernkompetenzen gehört, deren Vermittlung von zunehmender Relevanz für die sozialerzieherische Arbeit wird. Teil dieser Kernkompetenz ist das Bewusstsein der individuellen Ansichten und Verhaltensweisen, das zwar in Deutschland vorausgesetzt wird, jedoch von der Welt nicht geteilt wird. Junge Menschen, die im Leben erfolgreich sein wollen, können von der frühen Erfahrung der Selbstreflexion und dem Bewusstsein darüber profitieren, wie sie auf andere einwirken und in welcher Gemeinschaftsform sie lieber leben möchten, anstatt übliche Wege als unveränderbar anzusehen.

Die Projekte, die innerhalb dieser Broschüre vorgestellt werden, haben diese neuen Herausforderungen bereits erfolgreich angenommen.

Intercultural vs. Gender Mainstreaming

Interkulturelle Öffnung bedeutet nicht die Integration derer, die „anders“ sind, in ein bestehendes System, sondern vielmehr, dass alle Beteiligten in Partizipation notwendige gesellschaftliche Veränderungen entwerfen und umsetzen und so das System gemeinsam ändern. Dabei ist Veränderung als stetiger Prozess zu verstehen, in dem Entwicklung, Wachstum und Öffnung immanente Glieder sind.

Doch auch das Prinzip der interkulturellen Öffnung ist nicht kritiklos zu sehen. Ebenso, wie man die Lebenserfahrung einer Person nicht darauf reduzieren kann, dass sie eine Frau ist, kann man das Erleben der Umwelt nicht einzig der sozialen Zuschreibung „Migrant“ zuordnen oder dass es sich um eine weibliche Migrantin handelt. „Intercultural Mainstreaming“ kann daher nur ein Schritt in die Richtung zu einem umfassenderen Ansatz des Verstehens und der Herausforderung der herrschenden gesellschaftlichen Machtstrukturen sein. Es ist nicht möglich, die Komplexität eines Individuums mit der bloßen Addition seiner unterschiedlichen sozialen, kulturellen oder biologischen Merkmale zu erfassen.

Vereine als Katalysatoren für die interkulturelle Öffnung der Gesellschaft

Infobox:

- | Der Begriff der interkulturellen Öffnung wird im Deutschen synonym zum englischen Ausdruck des „Intercultural Mainstreaming“ gebraucht, der durch seine Parallelität zum Begriff des Gender Mainstreaming bereits auf die hinter diesem stehenden Theorien und Konzepte verweist.
- | Beim „Gender Mainstreaming“ handelt es sich um eine geschlechterdifferenzierte Folgenabschätzung zur Verbesserung der gesellschaftlichen und institutionellen Strukturen und letztlich um eine Strategie zur Sicherstellung der allgemeinen Gleichstellung.
- | Das Konzept des „Intercultural Mainstreaming“ hat dieselben Ziele, betrachtet Strukturen jedoch aus der Perspektive eines kulturellen, ethnischen, nationalen und/oder religiösen Hintergrunds. Der deutsche Begriff bezieht sich dabei auf Menschen mit Migrationshintergrund.
- | Das Konzept der interkulturellen Öffnung betont ebenso wie das Modell des „Gender Mainstreaming“ den Aspekt der Partizipation und geht damit über die Idee der „Integration“ hinaus. Der Begriff „Integration“ impliziert, dass etwas außerhalb eines bestehenden Systems in dieses eingefügt wird

Wir müssen Wege für ein Miteinander finden, welche die Vielschichtigkeit und Individualität jedes Einzelnen berücksichtigen. Vermeintliche Unterschiede innerhalb verschiedener Konzepte wie „Gender“ und „Intercultural Mainstreaming“ zu betrachten und Personengruppen, die so erst als „Andere“ definiert worden sind, mit einem Aktionsplan in eine ebenso vermeintliche „Normalität“ integrieren zu wollen, ist dafür vielleicht nicht die beste Lösung. Die Idee, dass es „normale“ Vereinsmitglieder nicht gibt, ebenso wenig wie den „normalen“ Verein und dass es daher nicht um Integration, sondern um Inklusion gehen muss, stellt hingegen einen Weg dar, der für jeden Verein umsetzbar ist.

Das verlangt von uns, Strategien zu entwickeln, die uns die Reflexion über unsere Ähnlichkeiten wie Unterschiede ermöglichen und uns helfen, uns darüber bewusst zu werden, dass sich Macht durch spezielle Privilegien vollzieht, die manchen Positionen zugewiesen werden und anderen nicht. Und wir müssen lernen, diese Privilegien, von denen die einen profitieren und die andere aufgrund ihrer gesellschaftlichen Positionen diskriminieren, als solche zu erkennen. Der prüfende Blick auf die eigene Position und die kritische Hinterfragung der eigenen Praxis ist immer eine schwierige Aufgabe, besonders, wenn sie vermeintlich allgemeingültige Ideen herausfordern.

Qualifizierung als Chance

Der Prozess, der dadurch angestoßen wird, kann durchaus auf Widerstände stoßen. Das könnte manche Vereine überraschen und es besteht die Gefahr, dass sie zu früh aufgeben. Dabei entstehen gerade durch die Auseinandersetzung mit und das Überwinden von Widerständen im Sinne des sportlichen und freundschaftlichen Wettkampfgedankens nicht nur bessere Athleten, sondern auch bessere Konzepte. Die Auseinandersetzung mit anderen Ansätzen und Einstellungen führt auch immer dazu, sich mit den eigenen Positionen zu befassen und das ist eine wichtige Bedingung für gelungene Inklusion.



Die Vereinskultur bietet Raum für die Reflexion von Unterschieden und Gemeinsamkeiten und den Austausch darüber. Das passiert im Vereinsheim beim Stammtisch oder auch im aktiven Training, wenn wichtige Multiplikatoren im Verein wie etwa die Trainer und Trainerinnen eine Kultur des Diskurses befördern und anregen.

In Verbindung damit fördern Beispiele über Trainingsgegebenheiten in anderen Umfeldern auch ein gesteigertes Bewusstsein für die eigenen Privilegien und bieten einen guten Einstieg in die kritische Hinterfragung der eigenen Position.

Eine lebendige Diskussionskultur wird natürlich durch ein interkulturelles Team verstärkt. Interkulturelle Öffnung im Verein heißt stets ganz praktisch, Möglichkeiten zu schaffen, nicht nur neue Mitglieder zu gewinnen, sondern auch Trainerteam, Vorstand und Administration möglichst differenziert zu besetzen.

Über eine solche Politik der Partizipation kann sich eine größere Auseinandersetzung über soziale Verantwortlichkeiten von Institutionen und Individuen ergeben. Der Verein kann zum Katalysator für das Streben nach mehr gesellschaftlicher Verantwortung werden. Wer im Verein erlebt, dass er etwas ändern kann, inklusive bestehender Machtstrukturen, überträgt diese Erfahrung in den Alltag. Wer im Verein richtungsweisend agiert, tut das auch in seinem näheren und weiteren Umfeld. Das Bewusstsein für die eigene Selbstwirksamkeit ist in dem organisatorischen Konstrukt „Verein“ bereits angelegt: niedrigschwellig, bürgernah, partizipatorisch und demokratisch in ihrer rechtlichen Struktur und historisch gewachsene gesellschaftliche Institutionen, erfüllen Vereine bereits alle Voraussetzungen, die Herausforderungen des gesellschaftlichen Wandels anzunehmen.



Autorin:

Prof. Dr. Heather Cameron

**Juniorprofessorin für Integrationspädagogik
an der FU Berlin**

Was verstehen wir unter Integration?

Unsere Arbeit im Netzwerkprojekt „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“ folgt dem Grundverständnis von Integration, das in dem vom Bund geförderten Programm „Integration durch Sport“ entwickelt wurde. Daher ist das hier vorgestellte Integrationsverständnis ein wichtiger Schritt zum Verständnis der Projektarbeit.

Integrationsverständnis des Bundesprogramms „Integration durch Sport“

Wir verstehen unter Integration die Möglichkeit der gleichberechtigten Teilhabe aller in Deutschland lebenden Menschen am gesellschaftlichen Leben, gerade auch im Sportverein. Da Menschen mit unterschiedlichen Herkunftsbiografien Teil unseres Landes sind, ist es unser Ziel, in den Sportvereinen eine Atmosphäre zu entwickeln, in der sie sich entfalten und aktiv einbringen können, ob als sportlich oder ehrenamtlich Aktive. Dies setzt gegenseitigen Respekt und die Anerkennung kultureller Vielfalt voraus. Die Einhaltung rechtsstaatlicher und demokratischer Grundpositionen bildet dabei den Rahmen, in dem sich gelingende Integration bewegt.

Vielfalt bedeutet Chancen – Vielfalt ist Reichtum

Im Programm „Integration durch Sport“ verstehen wir Zuwanderung als Bereicherung für die deutsche Sportlandschaft. Die Vielfalt und die Besonderheiten unterschiedlicher Kulturen betrachten wir nicht als Gegensätze, sondern als wichtige Ergänzungen und damit als Gewinn für uns alle. Das setzt voraus, dass wir die Pluralität unserer Gesellschaft und die daraus entstehenden Potenziale, Erfahrungen und Kompetenzen (z.B. den Umgang mit verschiedenen Sprachen, Systemen und Kulturen), die Zugewanderte aufgrund ihrer Migrationsgeschichte einbringen, anerkennen und für gemeinsame Ziele nutzen.

Dialog und Interaktion

Integration gelingt nur über Interaktion und Dialog. Aufeinander zuzugehen und miteinander zu kommunizieren, sind Grundvoraussetzungen für eine erfolgreiche Integrationsarbeit. Das Programm „Integration durch Sport“ unterstützt und fördert den Dialog zwischen Migrantinnen und Migranten und der einheimischen Bevölkerung – sowohl innerhalb von Sportgruppen, Vereinen und dem vereinsorganisierten Sport insgesamt als auch in kommunalen und überregionalen Netzwerken. Das Programm leistet damit einen wichtigen Beitrag zur praxisnahen Anwendung und Vertiefung der deutschen Sprache.

Dauerhafte Aufgabe für alle

Integration ist ein langfristiger, kontinuierlicher Prozess, der durch die permanente Verständigung über gemeinsame Grundlagen des Zusammenlebens und Miteinanders

Autorin:

Verena Zschippang

DOSB-Projektleiterin,

„Bewegung und Gesundheit –
mehr Migrantinnen in den Sport“





Infobox:

! Erfahren Sie mehr zum Bundesprogramm „Integration durch Sport“ auf Seite 111 der Broschüre und auf der Website: www.integration-durch-sport.de

(im Sport) immer wieder neu definiert wird. Vor diesem Hintergrund stellt Integration eine dauerhafte Aufgabe für alle dar, die sich grundsätzlich nicht nur auf die Zugewanderten bezieht, sondern ebenso an die Einheimischen richtet.

Sport bietet Raum für Teilhabe

Der organisierte Sport bietet mit seinen vielfältigen Potenzialen und sozialen Möglichkeiten ein wichtiges Handlungsfeld für die Begegnung von Menschen mit Migrationshintergrund und der einheimischen Bevölkerung. Der Integrationsprozess im und durch den Sport muss aktiv gestaltet werden. Integrationspotenziale des (vereinsorganisierten) Sports werden durch gezielte Maßnahmen bewusst angeregt und gefördert.

Migrantensportvereine

Migrantensportvereine können einem Teil der Migrantinnen und Migranten soziale Heimat bieten und sie sprechen Menschen an, die vielleicht sonst nicht den Weg in einen Sportverein gefunden hätten. Damit bereichern sie nicht nur die Sportlandschaft, sondern sie üben auch eine wichtige Brückenfunktion aus. Um das integrations- und verständigungsfördernde Potenzial des Sports auszuschöpfen, sind in der Folge jedoch die Öffnung der Sportvereine für Teilnehmerinnen und Teilnehmer unterschiedlicher Herkunft und der Aufbau inter-

kultureller und partnerschaftlicher Strukturen gleichermaßen bedeutend, sowohl für Vereine mit überwiegend deutschen, als auch für solche mit überwiegend zugewanderten Mitgliedern.

Gemeinsame Verantwortung

Integration ist ein gesamtgesellschaftlicher Prozess, in dem jede/r Einzelne gefordert ist, ihre/seine individuellen Fähigkeiten so einzubringen, dass ein respektvolles Zusammenleben mit anderen in Anerkennung von deren Unterschieden und damit eine gleichberechtigte Teilhabe aller Menschen möglich wird. Dieses Engagement und das Zusammenspiel von Menschen, Zugewanderten und Einheimischen, sowie von privaten und öffentlichen Institutionen gestalten den Integrationsprozess und bestimmen maßgeblich seinen Erfolg. Dem organisierten Sport kommt dabei eine besondere Rolle zu und er stellt sich dieser Verantwortung, indem er Integrationsprozesse im und durch den Sport gezielt unterstützt und fördert.

¹ Der DOSB versteht unter Migrantensportvereinen Sportvereine, die von Migrantinnen und Migranten gegründet wurden bzw. maßgeblich von ihnen organisiert werden, deren Mitglieder überwiegend Migrantinnen und Migranten sind und die in ihrem Selbstbild und ihrer Außenwahrnehmung mit dem Migrationshintergrund ihrer Mitglieder im Zusammenhang stehen.



I Gesundheitsförderung für und von Migrantinnen



Obwohl das Thema „Gesundheit“ für Migrantinnen eine wichtige Rolle spielt, sind spezifische Kenntnisse über Gesundheitsthemen und über die gesundheitsfördernde Bedeutung von Bewegung und Sport nicht im wünschenswerten Umfang vorhanden. An dieser Stelle setzte das DOSB-Netzwerkprojekt an. Gesundheit, Sport und Integration – ein wechselseitiger Bezug in zweierlei Hinsicht: Zum einen bietet gerade der Vereinssport einen großen und offenen sozialen Raum. Er ermöglicht es, schnell Kontakte zu knüpfen, individuelle und kollektive Verantwortung zu tragen, persönliche Grenzen selbst und gemeinsam auszutesten. Dies alles sind Schritte, die das Selbstbewusstsein stärken und den eigenen Handlungshorizont erweitern. Zum zweiten folgte das Netzwerkprojekt einem Ansatz, der explizit auf die Strukturen, Regeln und Angebote des deutschen Gesundheitssystems hinweist. Informations- und Aufklärungsarbeit zu Versorgungsstellen, aber auch zu Themen wie Hygiene, Vorsorge und Sexualität waren daher integrale Bestandteile des Projekts.

Ob als Präventionsmaßnahme oder als elementarer Beitrag zu einer gesunden Lebensweise – die folgenden Beiträge zeigen, dass der organisierte Sport auch unter einer integrationspolitischen Perspektive ein wichtiger Partner und zivilgesellschaftlicher Akteur des deutschen Gesundheitswesens ist.

Ein Weg zur integrierenden Versorgung

Obwohl mittlerweile 15,7 Millionen Menschen über einen Migrationshintergrund verfügen, können Migrantinnen und Migranten in Deutschland nur unzureichend vom guten deutschen Gesundheitswesen profitieren. Das führt nicht selten zu erheblich schlechteren Gesundheitschancen.

Leider lässt die notwendige Orientierung im Alltag eines fremden Landes die Vorsorge für die eigene Gesundheit für Migrantinnen und Migranten oft in den Hintergrund treten.

Gesundheit und Migration als Chance

Neben Bildungssystem und Arbeitsplatz ist das Gesundheitswesen die dritte Säule für die Förderung von Integration. Mehr als bei den Erstgenannten berührt die medizinische Versorgung die Menschen an ihren verletzlichen Stellen, in ihrem privaten Umfeld, und macht sie angewiesen auf Beziehungen zum Arzt, zur Pflegekraft und zum System. Gesundheit und Migration stellen deshalb eine wichtige Aufgabe für das Sozial- und Gesundheitswesen dar. Denn eine gesunde Bevölkerung ist wirtschaftlich erfolgreicher, hat mehr Chancen auf Bildung und verursacht geringere soziale Kosten. Die Grundfragen lauten hierbei, welche gesundheitsgefährdenden und gesundheitserhaltenden Prozesse in der Migration wirksam werden und wie das Gesundheitssystem Deutschlands

hilfreich intervenieren bzw. ressourcenorientiert fördern und seinen Beitrag zur Integration leisten kann. Vor diesem Hintergrund wurde vor über 20 Jahren in Hannover das Ethno-Medizinische Zentrum e. V. gegründet. Es gilt in Deutschland und Europa als führendes Kompetenzzentrum und als Beispiel guter Praxis für Migration, Gesundheit und Zugang zum Gesundheitssystem.

Das Ethno-Medizinische Zentrum in Deutschland

Das Ethno-Medizinische Zentrum e. V. (EMZ) ist ein gemeinnütziger Verein, der die gesundheitliche und soziale Integration von Migrantinnen und Migranten in Deutschland und Europa fördert. Seine Aufgabe ist es, Vertrauen zu schaffen, Verantwortlichkeiten zu bestimmen und als „Brücke“ zwischen den Einrichtungen öffentlicher Gesundheit und den Migrantinnen und Migranten zu dienen. Wichtigstes Ziel seiner Arbeit ist es, diesen Bürgerinnen und Bürgern gleichberechtigten Zugang zu den Angeboten des Gesundheits-, Sozial- und Bildungswesens zu ermöglichen.

Haupttätigkeitsfelder sind der Dolmetscherdienst für das Sozial- und Gesundheitswesen, die Fortbildungen zur interkulturellen Kompetenz für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Gesundheitsberufe und die mehrsprachigen Kampagnenprogramme zur Gesundheitsaufklärung für



Autor:

Ramazan Salman

**Diplom-Sozialwissenschaftler, Geschäftsführer
des Ethno-Medizinischen Zentrums e. V. (EMZ)**

Migrantinnen und Migranten durch muttersprachliche Mediatoren. Die Themen sind vielfältig, sie reichen von Frauen- und Kindergesundheit, Brustkrebsvorsorge, Ernährung und Bewegung bis zur seelischen Gesundheit.

Heute gehört zu wichtigen Handlungsfeldern des Zentrums auch die Gesundheits- und Integrationsforschung. Diese realisieren wir in Kooperation mit der Medizinischen Hochschule in Hannover, der Ludwig-Maximilians-Universität in München, der Uniklinik Ulm, der Hochschule Villingen-Schwenningen, der Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Hamburg und der Abteilung Public Health der Universität Bielefeld. Gefördert werden diese Forschungstätigkeiten u. a. vom Bundesministerium für Bildung und Forschung sowie vom Bundesgesundheitsministerium.

Bis 2002 arbeitete das EMZ als ein Landeszentrum in Niedersachsen und wurde vom Ministerium für Soziales, Familie und Gesundheit Niedersachsen und durch die Stadt und Region Hannover institutionell gefördert. Ab 2003 führte die finanzielle Unterstützung der Betriebskrankenkassen (BKK) zur Erprobung einer länderübergreifenden Projektidee (MiMi). Heute sind wir in zehn Bundesländern mit landesweiten Programmen für Migrantinnen und Migranten aktiv, die von der Europäischen Union sowie von Ministerien in Schleswig-Holstein, Hamburg, Niedersachsen, Hessen, Nordrhein-Westfalen und Bayern finanziert werden. Zusätzlich zur Zentrale in Hannover sind Landesfilialen in Bayern und Nordrhein-Westfalen eingerichtet, in denen Landesprojektkoordinatoren tätig sind.

Projekte des EMZ wurden mehrfach ausgezeichnet: Prophylaxepreis der Deutschen Gesellschaft für Zahnerhaltung 2001, Janssen Cilag Zukunftspreis 2006, Qualitätspreis der Akademie für öffentliches Gesundheitswesen 2004, Gesundheitspreis Nordrhein-Westfalen 2006, Nachhaltigkeitspreis des Deutschen Rates für Nachhaltigkeit 2008 und Sozialunternehmer des Jahres 2009 (Schwab Foundation).



Das größte und erfolgreichste Projekt des EMZ ist das Projekt „MiMi – interkulturelle Gesundheit mit Migranten für Migranten in Deutschland“. Es ist heute als Schlüsseltechnologie der Integration anerkannt. Unsere Organisation hat sich mit diesem Projekt zum Ziel gesetzt, der gesundheitlichen Benachteiligung von Migrantinnen und Migranten entgegenzuwirken und diese in einen Prozess sowohl der Aufklärung als auch der interkulturellen Öffnung mit einzubinden.

MiMi – mit Migranten für Migranten

Ein Erfolg versprechender Weg, Migrantinnen und Migranten für Gesundheitsförderung und Prävention zu erreichen, sie zu informieren und für ein gesundheitsbewusstes Leben zu sensibilisieren, besteht in der Ausbildung von Mediatoren bzw. Lotsen und der muttersprachlichen Informationsvermittlung in den Lebenswelten der Migrantinnen und Migranten („Interkultureller Setting-Ansatz“). Das größte und auch erfolgreichste Projekt hierzu ist das MiMi-Gesundheitsprojekt des EMZ „Mit Migranten für Migranten – Interkulturelle Gesundheit in Deutschland“.

Ein Weg zur integrierenden Versorgung

Infobox:

- | Das EMZ führt MiMi mit über 180 Kooperationspartnern in 53 Städten und Kommunen bundesweit durch.
- | Die Kommune ist für viele Migrantinnen und Migranten ein Ort, in dem Vertrauen aufgebaut und Sicherheit für die Qualität in Beratung, Gesundheitsförderung und Behandlung gewährleistet wird (Salman/Ngassa Djomo 2009).
- | Im DOSB-Projekt war MiMi fester Kooperationspartner in mehreren Standorten der Projektumsetzung.
- | Mit dem Projekt MiMi hat sich das EMZ zum Ziel gesetzt, der gesundheitlichen Benachteiligung von Migrantinnen und Migranten entgegenzuwirken und diese in einen Prozess sowohl der Aufklärung als auch der interkulturellen Öffnung mit einzubinden.

Die sechs

Bausteine des MiMi-Projekts

- 1. Schulung der Gesundheitsmediatoren und Gesundheitslotsen:** In einer 50-stündigen Schulung werden Migrant/-innen mit guten Sprachkenntnissen und hoher Bildung von Ärzten, Psychologen und Pädagogen zu interkulturellen Gesundheitsmediatoren („Halk Saglik Elemanlari“) ausgebildet. Die Inhalte der Schulung sind u. a. der Aufbau und die Angebote des deutschen Gesundheitssystems, wichtige Präventionsthemen wie Ernährung und Bewegung, Kindergesundheit oder Methoden der Erwachsenenbildung.
- 2. Mehrsprachige Gesundheitskampagnen:** Die ausgebildeten Mediatorinnen und Mediatoren geben das neu erworbene Wissen an ihre Landsleute weiter. Das Besondere: Die mehrsprachigen Veranstaltungen finden

in Vereinen, Moscheen, Schulen, Betrieben und in den Gemeindehäusern der Migrantengruppen statt („lebensweltorientierter Ansatz“).

3. Gesundheitswegweiser: In einem „Gesundheitswegweiser“ bzw. in Gesundheitsleitfäden oder -broschüren werden relevante Informationen über das Gesundheitssystem und wichtige Präventionsthemen in bis zu 15 Sprachen bereitgestellt.

4. Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung: Die bisher ausgebildeten Mediatorinnen und Mediatoren organisieren sich lokal und in einem nationalen Netzwerk. Presseberichte, Tagungen und Projektkonferenzen sowie Internetpräsenz sind feste Bestandteile des Projekts.

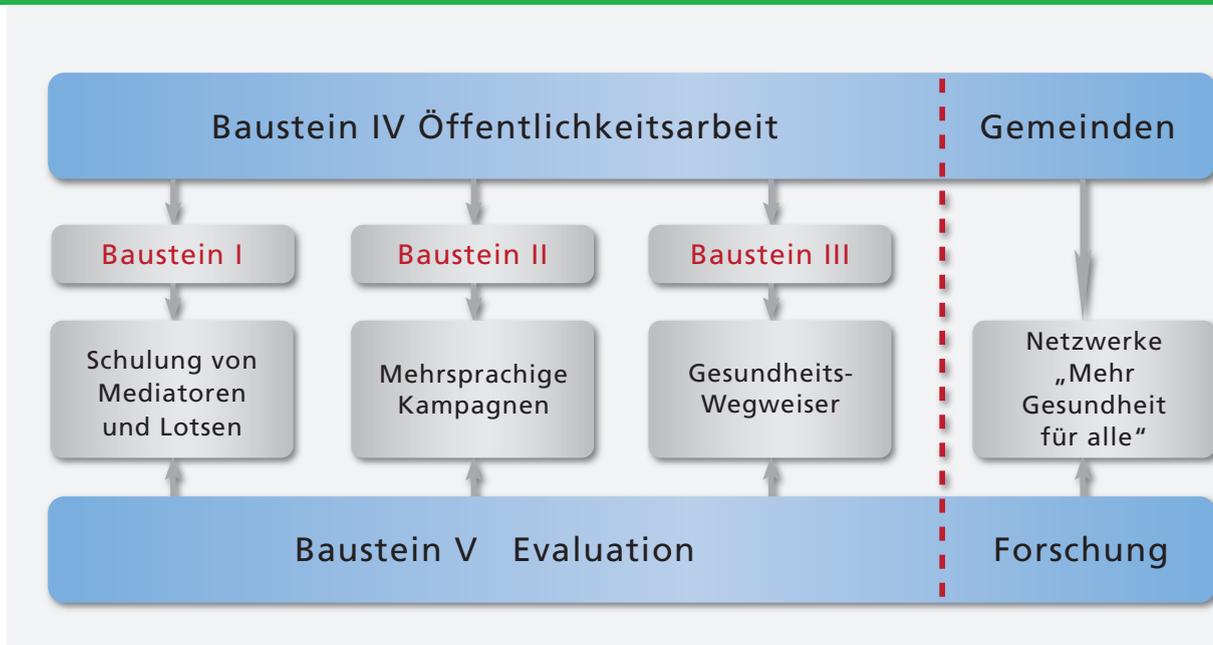
5. Evaluation: Diese erfolgt mit Hilfe von Fragebögen für die mehrsprachigen Kampagnen, mittels Interviews sowie anhand der Auswertung regelmäßiger Projektkonferenzen.

6. Forschung: Durch Kooperationen mit Universitäten und Forschungseinrichtungen werden wichtige Themen und Fragestellungen analysiert und erforscht. Mit Hilfe dieser Ergebnisse können neue Lösungen entwickelt und nachhaltigere Strukturen aufgebaut werden.

Das Projekt MiMi:

Konzept und Bausteine, 2009

Mediatoren bzw. Lotsen sind engagierte, erfolgreich integrierte Migrantinnen und Migranten. Das heißt, es handelt sich um Menschen, die in beiderlei Richtungen loyal sind: Sie sprechen sowohl Deutsch als auch ihre Herkunftssprache gut, sie sind mit der Lebenssituation ihrer Landsleute vertraut und sind positive Schlüssel- und Identifikationspersonen für diese. In einer Schulung werden sie von Experten zu den Strukturen des deutschen Gesundheitswesens sowie zu gesundheitsrelevanten Themen qualifiziert und lernen darüber hinaus, dieses Wissen in Gesundheitskampagnen in ihrer Muttersprache an Landsleute zu vermitteln.



Die Kampagnen beinhalten beispielsweise Themen wie Infektionserkrankungen, Arbeitsunfälle, reproduktive Gesundheit, Zahngesundheit, Impfprogramme, HIV/AIDS, Suchtfragestellungen, Kindergesundheit, Brustkrebsfrüherkennung und vieles mehr.

Das MiMi-Projekt läuft besonders erfolgreich mit der türkischen Gemeinschaft. Im Laufe des MiMi-Projekts wurden bereits über 3.000 dokumentierte muttersprachliche Informationsveranstaltungen zur Gesundheit umgesetzt. Sehr gefragte Themen der Mediatorenveranstaltungen waren bis jetzt „Ernährung und Bewegung“, „Kindergesundheit und Unfallprävention“ sowie „Seelische Gesundheit“. Die meisten der Mediatoren und Lotsen sind Frauen (ca. drei Viertel), ebenso wie die Mehrheit der Teilnehmer in den Veranstaltungen.

Seit 2008 wird der MiMi-Ansatz von der Europäischen Union im Kontext des Projekts „Aids and Mobility Europe“ gefördert und vom Ethno-Medizinischen Zentrum gemeinsam mit „Associated Partners“ in Istanbul, London, Kopenhagen, Brüssel, Tallinn und Rom eingeführt. Somit wird MiMi als soziale Integrationstechnologie exportiert und findet vielerorts Nachahmer.

Von dem im Projekt MiMi entwickelten mehrsprachigen Wegweiser wurden bisher über 280.000 Exemplare be-

stellt, sie wurden mehr als 150.000-mal als Downloadversion im Internet heruntergeladen. Sie können national und international in Deutsch, Türkisch und Russisch sowie in weiteren zwölf Sprachen im Internet bestellt oder abgerufen werden (www.ethno-medizinischeszentrum.de oder www.bkk-promig.de). In ihnen werden das deutsche Gesundheitswesen und seine Angebote dargestellt oder Krankheiten und wie man sich dagegen schützen kann beschrieben.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) würdigte das MiMi-Projekt 2009 als führendes Beispiel guter Praxis mit einer internationalen Case Study (http://www.euro.who.int/socialdeterminants/socmarketing/20070403_2). Damit ist auch die Übertragbarkeit des Konzeptes MiMi angesprochen.

Heutzutage sind sowohl das Gesundheitswesen als auch Migrantinnen und Migranten mehr denn je auf Konzepte und Ansätze für eine integrierende Versorgung angewiesen. Sicherung und Förderung der Gesundheit sind somit immer zugleich Bestandteil von Integrationsförderung.

Interkulturelle Ansätze und Konzepte für Prävention, Beratung, Therapie und Pflege haben sich im Gesundheitswesen bewährt. Sie müssen in Zukunft weiterentwickelt und implementiert werden.

Die Bedeutung von Sport für die Weiblichkeit

Es gibt nicht die typische Migrantin, die typische Frau mit Migrationshintergrund, die typische Drittstaatenangehörige. Aber allen diesen Frauen ist gemeinsam, dass sie häufig über ein noch geringeres Körperwissen verfügen als die Frauen der Aufnahmegesellschaft.

Individuelle, kulturell oder religiös bedingte Ätiologievorstellungen (Ursache und Begründung) von Gesundheit und Krankheit beeinflussen die persönlichen Möglichkeiten dieser Frauen, aber auch ihrer Töchter, zu gesundheitsförderlichen sportlichen Aktivitäten. Insbesondere bei Frauen aus dem muslimischen Kulturkreis verhindern nicht nur spezielle, traditionelle Gebote wie das der Geschlechtertrennung, Beaufsichtigung und Verhüllung die sportlichen Aktivitäten von Mädchen und Frauen mit ihren das Selbstwertgefühl und das soziale Netz stärkenden Konsequenzen.

Infobox:

- | Hinter der ÄGGF steht ein Zusammenschluss von zurzeit 90 Ärztinnen im gesamten Bundesgebiet.
- | Mit einem ganzheitlichen Präventionskonzept verfolgt die ÄGGF seit vielen Jahren den Ansatz, Mädchen zu gesundheitsförderlichem Verhalten und damit auch zu sportlicher Aktivität zu führen.
- | In präventiven Gesprächsveranstaltungen in Schulen werden die Mädchen dabei unterstützt, ihren Körper kennen, schätzen und schützen zu lernen.
- | Im Projekt „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“ ist die ÄGGF sowohl Netzwerkpartnerin des Deutschen Olympischen Sportbunds (DOSB) als auch dessen konkrete Kooperationspartnerin bei Projekten vor Ort.

Sport und Körperlichkeit – (k) ein Tabu?

Es geht vor allem um die Sorge vor negativen Auswirkungen von Sport auf die Menstruation als dem Symbol weiblicher Fruchtbarkeit und auch um die Vorstellung der Verletzungsmöglichkeit des Hymens durch sportliche Aktivitäten. Kultursensibilität bei der Kenntnisvermittlung versteht sich hier von selbst, fällt aber auch nicht schwer angesichts der Tatsache, dass viele dieser von Mythen umwobenen Vorstellungen von den zyklischen Abläufen im weiblichen Körper vor noch nicht allzu langer Zeit auch bei uns nicht ungewöhnlich und das Gebot der Virginität sowie arrangierte Ehen auch in unserem Kulturkreis unhinterfragter Alltag waren.

Andere Länder, andere Voraussetzungen

Basiskenntnisse zur weiblichen und männlichen Anatomie fehlen bei Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund fast immer, der Informationsbedarf und das Interesse daran sind überwältigend und Kenntnisse lassen sich im Rahmen der ärztlichen Gesprächsveranstaltungen hervorragend vermitteln. Manchmal ist

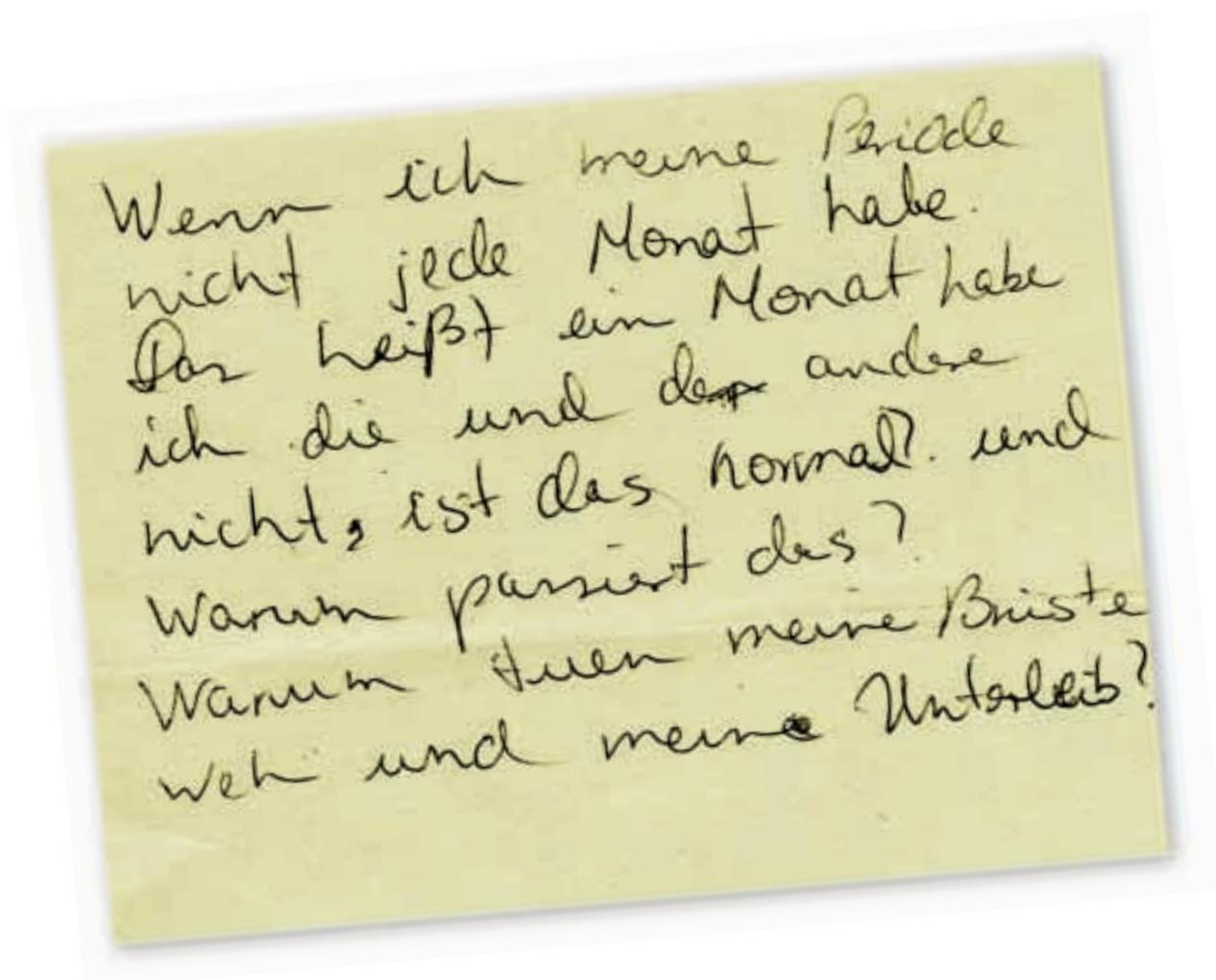
den Frauen selbst in der Ursprungssprache kein Wort für ihre Geschlechtsorgane bekannt, „da man darüber nicht spricht“.

Allgemeine und persönliche Hygienevorstellungen differieren. Oft genug treffen wir auf die Vorstellung, Wasser sei während der Menstruation, zumindest aber an den Tagen, an denen es stark blutet, irgendwie schädlich. Immer wieder geben Frauen an, deshalb während der ersten Tage auf das Waschen zu verzichten. Der Tipp, bei Regelschmerzen in die warme Badewanne zu gehen, überrascht die meisten muslimischen Frauen. Eine junge Frau hatte seit drei Jahren Angst, unfruchtbar zu sein, weil sie an dem Tag ihrer Menarche lange im Meer gebadet hatte („Ich habe doch nicht gewusst, dass ich meine Tage bekomme!“).

Die Bedeutung der Menstruation

Die Beeinflussung oder gar Gefährdung der Fruchtbarkeit ist für Frauen aus dem muslimischen Kulturkreis durchgängig von besonderer Wichtigkeit und spiegelt deren Bedeutung für die Rolle und den Wert der Frau in der Gesellschaft wider. Ein regelmäßiger Zyklus ist für die Definition von Weiblichkeit elementar.

Die Menstruation wird dennoch häufig mit Negativem (Krankheit, Unreinheit) assoziiert, eine starke Menstruation gilt deshalb als Ausdruck einer notwendigen Reinigung des weiblichen Körpers. Immer wieder muss betont werden, dass die Menstruation ein Zeichen dafür ist, dass der weibliche Körper gesund, lebendig und weiblich funktioniert und dieser Vorgang deshalb grundsätzlich Anlass für Stolz und nicht für



Die Bedeutung von Sport für die Weiblichkeit

Schamgefühle sein sollte. Sport während der Menstruation gilt meistens als schädlich, weil dadurch der Blutfluss beeinträchtigt wird – ebenso wie Baden und Duschen oder das Tragen und Heben von Gewichten. Eine Wärmflasche zur Linderung der Dysmenorrhoe dürfe niemals direkt auf den Bauch, sondern maximal auf die Füße gelegt werden. Insbesondere bei der Kontrazeptionsberatung muss deshalb auch immer darauf verwiesen werden, dass die hormonale Kontrazeption (z. B. die Pille) die Menstruationsstärke ohne Konsequenzen für den weiblichen Körper oder für die weibliche Fruchtbarkeit reduziert.

Sport und Jungfräulichkeit

Viel Raum nimmt auch immer das Thema Jungfräulichkeit ein, was sich an einem „intakten“ Hymen festmacht, das traditionell in der Hochzeitsnacht unter einer Blutung platzt – die Verantwortung für die Ehre der Familie ist von der Beschaffenheit des Hymens abhängig. Dieses Hymen gilt es deshalb durch nichts zu gefährden, weder durch die Benutzung von Tampons noch durch Sport oder sonst irgendwelche Ereignisse („Ich hätte am Dienstag meine Regel kriegen müssen, die ist aber nicht gekommen. Am Donnerstag bin ich mit dem Fahrrad hingefallen, da habe ich geblutet. Bin ich jetzt noch Jungfrau?“).



Autorin:

Dr. med. Gisela Gille

Vorsitzende der Ärztlichen Gesellschaft zur Gesundheitsförderung der Frau e. V. (ÄGGF)



ÄGGF-Ärztin Andrea Mais

Die Aufklärung darüber, dass das Jungfernhäutchen unter dem Einfluss der weiblichen Hormone nach der Pubertät in aller Regel nur noch wie ein weicher und dehnbarer Saum rund um den Scheideneingang liegt und dass Tampongebrauch unbedenklich möglich ist, ja beim Sport, insbesondere beim Schwimmen, eine große Hilfe im Hinblick auf Beweglichkeit und Sicherheit/Kontrolle ist, ist eine elementare Botschaft für alle Frauen, die bis in die Familien hinein wirkt.

Und selbst beim „ersten. Mal“ erfolgt bei der Mehrzahl der Mädchen bei rücksichtsvollem Umgang miteinander keine Blutung, was immer wieder Nachdenklichkeit auslöst und im Gefolge natürlich auch die Korrektur der Vorstellung zulässt, dass beim Sport das Jungfernhäutchen „platzen“ könnte.

Frauengesundheit ist ein großes Thema

Allgemeine Fragen zur Frauengesundheit werden immer spontan thematisiert: zum Frauenarztbesuch und den Vorsorgeuntersuchungen, zum richtigen Zeitpunkt für den ersten Frauenarztbesuch der Töchter, zu den Vorsorgeuntersuchungen beim Kinder- und Jugendarzt; aber auch zur Sexualität und zum Umgang damit in unserer Kultur, zum Sexualekundeunterricht in Schulen, zu den Gründen von Kinderlosigkeit (Chlamydien oder auch Zeugungshindernisse beim Mann), zu den Impfungen (aktuell die HPV-Impfung), zur Verhütung und den sexuell übertragbaren Erkrankungen, zu gynäkologischen Erkrankungen (Myome, Inkontinenz, Brustkrebs).

Die ÄGGF als Mittlerin

Es geht bei den gesundheitsförderlichen Themen zur Frauengesundheit nicht um deren kultursensible Vermittlung allein, sondern die ärztliche Aufklärung ist eine zwingend notwendige Voraussetzung dafür, dass Frauen

die sportliche Betätigung nicht als eine Gefährdung ihrer eigenen generativen Potenz und damit ihrer gesellschaftlichen Existenz sowie auch der ihrer Töchter wahrnehmen. Als Ärztinnen der „Mehrheitskultur“ genießen wir großes Vertrauen – dank unserer fachlichen Kompetenz, aber auch dank unserer Schweigepflicht. Mädchen und Frauen akzeptieren von uns Ärztinnen die Aussagen zu positiven frauengesundheitlichen Auswirkungen von Sport. Immer bedanken sich die Frauen sehr intensiv für diese Gespräche, oft genug wird um Fortsetzung gebeten. Damit leisten wir „Empowerment“ von Frauen mit Zuwanderungsgeschichte im Sinne von Integration durch Bildung, aber auch im Sinne von Integration in die Angebote von Schulsport und Sportvereinen.



Die Ärztinnen der ÄGGF



I Sport, Frauen und Religion



Sport tut allen Menschen gut, auch Migrantinnen und insbesondere auch den Frauen aus islamischen Ländern. Ein Kopftuch tragend, immer zehn Schritte hinter dem Mann gehend, unselbständig: Dieses in vielen Köpfen verankerte Bild schreibt Musliminnen häufig per se eine Sportabstinenz zu. Doch es trifft heute längst nicht mehr auf alle Migrantinnen zu!

„Sport, Frauen und Religion“ schließen einander nicht aus, sondern hier schafft Wissen Sicherheit und bietet Chancen, damit Migrantinnen und Vereine aufeinander zugehen können. Die folgenden Beiträge geben einen tieferen Einblick in diese miteinander verwobenen Zusammenhänge.

Zur Macht der Blicke auf den Frauenkörper

Der Islam ist keine Person und spricht demzufolge nicht mit einer Stimme. Es handelt sich mit über 1,5 Mrd. Anhängern um die zweitgrößte Weltreligion, die diesen Erfolg gerade auch ihrer Wandlungs- und Anpassungsfähigkeit an unterschiedliche lokale Kontexte verdankt. Die ganz außerordentliche Bandbreite vom innerislamischen Pluralismus bis hin zu allerlei Formen von Transkulturalität wird jedoch gerade von den Medien häufig nicht reflektiert.

Orientbilder prägen unsere Wahrnehmung

Schon seit den Anfängen des Orientalismus diente insbesondere der Körper der Frau dazu, Vorstellungen des Westens über sein grundsätzlich anderes zu konstruieren. Als besonders charakteristisch erschienen dabei die Segregation und Lethargie der orientalischen Frau – sei es im Harem oder hermetisch abgeriegelt unter ihrem Schleier. Sich selbst imaginierte man im Kontrast dazu als aktiv, systematisch vorgehend und als in meist zielgerichteter Bewegung befindlich, mithin Eigenschaften, die üblicherweise gerade auch mit westlicher Moderne und Sport assoziiert werden. Maler wie Ingres gestatten uns einen voyeuristischen Blick auf den Körper der „Orientalin“ – zeitlos passiv bzw. elegisch Genüssen hingegeben, auf jeden Fall ohne jedwede Muskelanspannung. Bei der Assoziierung muslimischer Frauen mit Abschließung und Passivität ist es bis heute vielfach geblieben.

In orientalistischer Wahrnehmung wurden dagegen muslimischen Männern immer schon zwei grundlegende Modi zuerkannt: entweder pfeiferauchend und hedonistisch entspannt oder aber wild, martialisch, aufgestachelt, hoch zu Pferde. Solche gerade auch von den Kreuzzügen und Türkenkriegen befeuerten Vorstellungen von männlicher muslimischer Kriegswut reichen bis in die heutige Zeit.

Der westliche Zuschauer erschauert aufs Neue bei Fernseh- und anderen Bildern vom Dschihad-Aktivismus aus

archaischen Gotteskrieger-Camps in Afghanistan oder Pakistan, in denen verlumpte Gestalten eine Art Mimikry von militärischem Zirkeltraining aufführen.

Sport im Islam

Sport mit seinen Charakteristika formeller Gleichheit, Standardisierung, Rationalisierung und Spezialisierung gilt bekanntermaßen als Erfindung des 18. und 19. Jahrhunderts im Zuge der bzw. als Gegengewicht zu der sich von England aus in alle Welt ausbreitenden Industrialisierung, die erstmals auch so etwas wie eine klar erkennbare Freizeit hervorbrachte. Einschlägige historisch frühere Aktivitäten fallen dagegen unter Stichpunkte wie Kriegskunst, Jagd, Tanz, Festivitäten mit Akrobatik und dergleichen mehr. Nach Ausweis des allumfassenden islamischen Rechts bzw. normativen Islams („Fiqh“) sowie seiner jeweils unterschiedlichen regionalen Ausgestaltung war bei solchen Unternehmungen eine Teilhabe von Frauen jeweils nur in ganz beschränktem Maß vorgesehen.

Viele muslimische Gelehrte verweisen jedoch darauf, dass allein schon das fünfmal täglich zu verrichtende Gebet, das auch für Frauen obligatorisch ist, sowie ferner die Pilgerfahrt nach Mekka und der Fastenmonat Ramadan die starke somatische Orientierung dieser

Religion und der von ihr propagierten Lebensweise mit ihrer Betonung von Wohlergehen und Gesundheit anzeigen. Tatsache ist, dass der Prophet Muhammad (gest. 632 n. Chr.) kein Homo sedens war; als ehemaliger Karawanenführer war er mobiler als viele seiner Zeitgenossen. Er soll nicht nur Kamele und Pferde geritten haben, sondern praktizierte auch Bogenschießen, die Jagd, Laufen und sogar Ringen.

Rolle von Aischa für den Sport

Mit seiner Lieblingsfrau Aischa soll er wiederholt um die Wette gelaufen sein; mal besiegte sie ihn, mal war es umgekehrt. Allerdings habe er dies, wie einige Autoren hervorheben, nicht vor männlichen Zuschauern ausgetragen, sondern die Männer vorausgeschickt.

Was kriegerische Aspekte angeht, so waren Frauen üblicherweise nicht aktiv am Dschihad beteiligt, was auch damit zu tun haben mag, dass gefangen genommene Frauen zuvor nach altarabischer Sitte als Beute verteilt worden waren. Aischa dirigierte jedoch rollenwidrig in

der sogenannten Kamelschlacht die Kämpfenden von ihrem Kamel aus. Die ständige Rückbezugnahme auf die islamische Frühgemeinde im 7. Jahrhundert n. Chr., auf Koran und Sunna des Propheten und seiner Gefährten ist jedoch nicht das Entscheidende, sondern das, was 1.400 Jahre endloser Diskussionen, schriftlicher Darlegungen und konkreter Praktiken inkl. Übertretungen und Duldungen daraus gemacht haben.

Bewegung dehnt Normen

Strikte Segregation ist ein eher urbanes Phänomen; bei den Nomaden oder in stark landwirtschaftlich ausgerichteten Gegenden ist der Aktionsradius von Frauen immer schon weiter ausgefallen. Kaum ein muslimischer Autor stellt heutzutage die körperlichen und auch seelischen Vorzüge des Sports für ein gesundes, ausgeglichenes Leben in Frage. Dabei wird jedoch jede athletische Disziplin einzeln erörtert und einer genauen Wertung unterzogen.



Zur Macht der Blicke auf den Frauenkörper

Die Hauptbedenken, die gegenüber bestimmten Sportarten artikuliert werden, haben damit zu tun, dass Triebkontrolle nicht internalisiert und individualisiert, sondern vor allem durch Geschlechtersegregation vorgenommen wird. Die diversen Regelungen des normativen Islams erzeugen dementsprechend ein anderes Körperbewusstsein. Situationen und Räume, die von vielen Nichtmuslimen in ihrer gemischtgeschlechtlichen Nutzung (analog der modernen Arbeitswelt) als unproblematisch erlebt werden – wie beispielsweise öffentliche Schwimmbäder –, werden als Sphären schuldhafter Übertretung der gottgewollten Geschlechterrollen empfunden. Außerdem erhöht Sport wie z. B. das Fahrradfahren oder die Teilnahme an überregionalen Wettkämpfen den der Frau traditionell zuerkannten Bewegungsradius und löst auch deswegen Argwohn aus.

Bedeutung der Kleidung

Bestimmte Sportarten, die Frauen eine weitgehende Entkleidung vorschreiben, wie etwa Beachvolleyball mit seinen knappen Bikinis, rhythmische Sportgymnastik mit ihren eng anliegenden Trikots oder Tennis erzeugen besonderes Unbehagen.



Autorin:

Prof. Dr. Birgit Krawietz

Islamwissenschaftlerin,

Forschungsschwerpunkt: Islamisches Recht
und Kulturgeschichte, FU Berlin

Männliche Zuschauer und mehr noch die mediale Übertragung von Sportereignissen setzen viele Sporttreibende Frauen heftiger Kritik und persönlichen Schuldgefühlen aus. Die Normvorgabe an Frauen, dadurch ihre Ehre und Würde zu bewahren, dass nur Hände, Füße und Gesicht sichtbar sein sollen (beim Mann ist lediglich die Zone vom Nabel bis zum Knie zu bedecken, was allein schon beim Fußball geflüchtlich übersehen wird), und auf ihre Jungfräulichkeit zu achten, schränkt den Kreis bevorzugter Sportarten deutlich ein. Ein besonderes Phänomen ist daher die Begeisterung vieler muslimischer Mädchen und Frauen für Kampfsportarten. Diese erlauben ihnen, eine Sportbekleidung zu tragen, die nicht gleich unter den Generalverdacht der Unzüchtigkeit fällt. Atmungsaktive Sportbekleidung wie der Capster ermöglichen verstärkte Teilhabe.

Verschiedene Sportlerinnen wie die ohne islamische Kopfbedeckung reitende jordanische Prinzessin Haya (jetzt Gattin des Herrschers von Dubai und Premierministers der VAE sowie Präsidentin der Internationalen Reiterlichen Vereinigung) polarisieren die Gemüter. Deutlich sichtbare Athletinnen rufen allerlei Stellungnahmen auf den Plan, insbesondere die Forderung nach abgeschlossenen Sporträumen nur für Frauen. Äußerungen zum weiblichen Sport beziehen sich jedoch vielfach nicht nur auf den Sachverhalt als solchen, sondern dienen stellvertretend auch als Ventil verkappter gesellschaftlicher bzw. politischer Kritik.

Zwei Schritte vor, ein Schritt zurück

Nachdem im 20. Jahrhundert der Staatsfeminismus in Ländern wie dem Iran, der Türkei, Ägypten, Tunesien usw. den Körper der Frau überstürzt enttabuisiert und damit auch den Frauensport zu einer Bühne und einem scheinbar untrüglichen Indikator des nationalen Modernisierungsgrades erhoben hat, ist das Pendel längst zurückgeschlagen und wird von islamistischen und vielen anderen Kreisen genutzt, eigene Vorstellungen zu artikulieren und entsprechende Forderungen zu erheben.

Islamische Jurisprudenz (nicht zu verwechseln mit dem Gesetzesrecht islamischer Länder) wird in diesem Zusammenhang in selektiver Weise primär für ihre Stellungnahmen zu weiblicher Scham zitiert, obwohl ihre kritische Evaluierung von Sportarten insgesamt auf einer sehr viel breiteren Basis erfolgt, wie beispielsweise Vorbehalte gegenüber besonderer Brutalität, Verwischung der Geschlechtergrenzen, Geldverschwendung, Warnung vor Pflichtvergessenheit oder bestimmten verbotenen Wettkampfmodalitäten. Generell ist jedoch der Islam als durchaus körperfreundlich und vor allem als körperbewusst anzusehen. Religionsrechtliche Gutachten, die sportinteressierten Frauen lakonisch bescheinigen, sie blieben durch Hausarbeit und Betreuung ihrer Kinder ohnehin ausreichend in Bewegung, sind wesentlich seltener geworden.

Jetzt wäre es noch schön, wenn nicht nur die nicht konfessionsungebundene Islamwissenschaft, sondern auch die islamische Jurisprudenz kritisch den Umstand reflektieren würde, dass der Körper der Frau vielfach ungebührlich als Zone symbolischer Auseinandersetzungen instrumentalisiert und zum sichtbaren Zeichen islamischer Lebensordnung umfunktioniert worden ist.



Die Rolle des Sports im Islam

Für die Beantwortung der Frage „Islam und Sport?“ gibt ein Blick in den Qur'an (deutsch: Koran) und in die Sunna Aufschluss. Während Allahs Botschaft im Koran eher konzentriert und sprichwörtlich ist, erläutert die Sunna des Gesandten Muhammed, wie die Worte des Koran zu deuten sind.

Hinsichtlich des Sports gibt es im Koran kein Verbot. Und das bedeutet nach der Grundsatzmethode muslimischer Jurisprudenz: Solange eine Sache nicht ausdrücklich verboten ist, ist sie grundsätzlich zulässig. Die allgemeinen Ratschläge im Koran gebieten, sich gesund zu ernähren und sich gesund zu halten. Die Sunna lehrt, dass auch die Gesundheit ein Geschenk Allahs ist, mit der verantwortungsvoll und schonend umzugehen ist. Wenn der Sport also zur Förderung und Schonung der Gesundheit führt, so ist er laut Koran und Sunna eine empfehlenswerte, gute Sache. Einige Koran-Kommentatoren gehen sogar noch weiter und sagen, dass eine gesunde Ernährung den Verzehr von Bioprodukten erforderlich mache.

Vitalhaltung von Körper und Geist

Im Koran heißt es weiter: Alle Verhaltensweisen, die auf die Natur von Menschen, Tieren und Pflanzen oder auf den gesunden Verstand einen negativen Einfluss haben, sind zu vermeiden. Diese allgemeine Botschaft gilt nicht nur für die Nahrung, sondern auch für den Sport. Sportarten, die eine Unversehrtheit und Gesundhaltung des menschlichen Körpers beeinträchtigen oder einen unheilbaren Schaden hinterlassen, sind zu vermeiden.

Auch in der Sunna wird die Vitalhaltung von Geist und Körper großgeschrieben – wie z. B. ein Blick auf zwei Gottesdienste im Islam beweist: Die Praxis des Gebets ist im weiteren Sinn auch eine Körperertüchtigung und beim Pilgergang nach Mekka werden etliche Kilometer zu Fuß zurückgelegt. Was nichts anderes bedeutet, als dass beide religiöse Handlungen nicht nur den Geist, sondern auch den Körper vital und gesund erhalten.

Dementsprechend stark muss beim Sport auf den Effekt der Vitalität und Gesundheit geachtet werden. Die Religion verlangt einen humanen Umgang mit den Sportlerinnen und Sportlern. Hoher Erfolgsdruck ist genauso unerwünscht wie ein Über-die-Grenzen-Gehen oder Sportarten, die zu schweren und unheilbaren Schäden führen. Die islamische Ethik lässt solche Formen des Sports nicht zu – sie sind demnach zu vermeiden.

Sport fördert die Gemeinschaft

Die Weltgemeinschaft ist ein multiethnisches, ein multireligiöses und multikulturelles Unternehmen. Als wesentliche Basis der Geschwisterlichkeit unter den Menschen erwartet der Koran von den Nationen und Ethnien eindeutig, dass sie sich kennenlernen. Aus diesem Blickwinkel der Förderung kollektiver Solidarität

und globaler Freundschaft, der Friedensförderung, Versöhnung und Geschwisterlichkeit unter den Menschen wird Sport vom Islam – unter Beachtung der universellen Ethik und im Rahmen der oben genannten Grenzen – sogar ausdrücklich empfohlen.

„Wir haben euch von Mann und Weib erschaffen und euch zu Völkern und Stämmen gemacht, dass ihr einander kennen möchtet“¹ – die Worte des Koran sind hier sehr eindeutig.

Auf heutige Zeiten übertragen, bedeutet das: Der Sport, vor allem internationale Sportveranstaltungen wie die Olympischen Spiele schaffen eine Atmosphäre grenzübergreifenden Kennenlernens und fördern die Begegnung zwischen internationalen Sportlerinnen und Sportlern, Organisatorinnen und Organisatoren, ehrenamtlichen wie angestellten Helferinnen und Helfern, Besucherinnen und Besuchern sowie Zuschauern mit unterschiedlichem nationalen, kulturellen und religiösen Hintergrund.

Respekt, Toleranz und gegenseitige Achtung werden durch Kennenlernen und Verurteilung von Apartheid, Rassismus und Intoleranz gestärkt. Es sind nicht nur die Menschen (Sportlerinnen und Sportler), sondern auch die Staaten, die sich durch gemeinsame Sportveranstaltungen besser kennenlernen.

Die „klassischen“ Sportarten des Islam

Zwar sind im Koran keine ausdrücklichen Stellen zu finden, die sich mit der körperlichen Betätigung beschäftigen, doch ein Blick in die Sunna hilft weiter. So ermuntert der Prophet Mohammed dazu, mehreren Sportarten nachzugehen. Er konzentriert sich in seinen Ausführungen auf Sportarten, die zur Erholung dienen. Doch auch Sportarten, die ein körperliches Training für nicht vermeidbare Kämpfe darstellen, werden positiv erwähnt.

| Bogenschießen: Bei diesen Wettkämpfen mit Pfeil und Bogen ist es verboten, etwas Lebendiges als Übungsziel zu benutzen. Die Rechte von Menschen, aber auch aller Tiere sind zu schützen.

| Speerspiele: Um einen vorsichtigen und sicheren Umgang mit dem Speer zu erlernen, werden Speerdarbietungen in der islamischen Gemeinde – gelegentlich sogar in der Moschee – ausgeübt.

| Reiten: Reiten ist unter Beachtung der Tierrechte erlaubt.

| Jagen: Das Jagen oder Töten von Lebewesen ist ohne feststellbaren Bedarf oder Bedürftigkeit nicht zugelassen. Obgleich das Jagen im Islam als eine nützliche Sportart angesehen wurde, gilt das Verbot auch für Jagdtiere. Ein grundsätzliches Jagdverbot gilt während der Pilgerfahrt in Mekka und innerhalb des heiligen Bezirks von Mekka.

| Ringkampf: Um nicht vermeidbaren Kämpfen vorzubeugen, kann man sich im Ringkampf üben.

| Wettlaufen: Gleiches gilt auch für das Wettlaufen. Findet das Wettlaufen jedoch im Sinn eines Glücksspiels statt, erlischt die Erlaubnis.

| Schwimmen: Es ist tradiert, dass der Prophet schon als junger Mensch Schwimmen gelernt hat. Das Schwimmen ist eine Sportart, die vom Islam daher ebenfalls empfohlen wird.

Auch die Nachfolger des Propheten folgten diesen Empfehlungen. Sie stellten Plätze für Training und Wettkampf und unterstützten Sportler auch finanziell.

Heute lässt sich sagen: Solange weibliche und männliche Muslime die Kleidungsregeln ihres Körpers beachten, dürfen sie jede Sportart ausüben, die ihrem Wesen, ihrem Leistungsvermögen und ihrer Natur entspricht.



Autor:

Bekir Alboğa, M.A.

Islamwissenschaftler, Bundesdialogbeauftragter und Referatsleiter für interreligiöse und interkulturelle Zusammenarbeit der DITIB (Türkisch-Islamische Union der Anstalt für Religion e. V.)

¹ Koran, 49:13

Sport überwindet religiöse und kulturelle Grenzen

Es gibt unzählige Schriften und erfolgreiche Praxisbeispiele zur integrationspolitischen Bedeutung des Sports. Sport kann verbinden, Grenzen überwinden und schafft Begegnungen von Menschen unterschiedlichster Herkunft und sozialer Zugehörigkeit. Sport bringt nicht nur Menschen zusammen, sondern kann auch das Solidaritätsgefühl stärken. Gerade hier ergeben sich zentrale Herausforderungen für alle Akteure im Bereich Integration, Sport und Medien. Ein Beispiel dafür lieferte die FIFA WM 2010TM. Deutsche und Türkeistämmige feierten „ihren“ Mesut Özil bei der Fußball-Weltmeisterschaft in Südafrika und trotzten dem in vielen Zügen emotionalen Schlagabtausch der deutschen und türkischen Medien.

Sportidole mit Vorbildfunktion

Die Zunahme von erfolgreichen Sportlerinnen mit Migrationshintergrund hat auf Seiten der türkeistämmigen Migrantinnen und Migranten zwei bedeutende Tendenzen bestärkt. Es ist zum einen eine größere Motivation, sich am organisierten Sport zu beteiligen mit dem Traum, eines Tages genauso erfolgreich wie Mesut Özil, „Susi“ Kentikian & Co zu werden. Zum anderen bewirkte sie eine nicht unbedeutende Dynamik hinsichtlich des Sportverhaltens von jungen Migrantinnen – gerade aus frauenpolitischer Sicht von wichtiger Relevanz.

Immer mehr junge Migrantinnen wagen sich in typisch „männlich“ besetzte Sparten wie beispielsweise in den Fußballsport. Aber auch im Boxsport betreten immer mehr junge Migrantinnen den Ring oder sie eifern in einer Gummersbacher Handballmannschaft ihren berühmten Vorbildern nach.

Das Sichtbarwerden von erfolgreichen Sportlerinnen mit Migrationshintergrund hat demnach nicht nur eine höhere sportliche Beteiligung von Migranten insgesamt bewirkt. Es hat auch einen wichtigen Beitrag leisten können, dass gerade junge Migrantinnen

sich aus traditionellen Rollenzuschreibungen befreien und gängige Klischeebilder aufbrechen – nicht selten mit Unterstützung ihrer Eltern. Denn noch immer wird gern suggeriert, dass Migranteneltern ihre Töchter in typische Mädchensportarten lenken bzw. sich dagegen wehren, dass ihre Töchter sich für eine typisch männliche Sportart entscheiden wollen. Solch ein Verständnis widerspricht der gesellschaftlichen Realität und verdeckt den dynamischen Prozess, in dem sich ein Großteil der Migrantinnen und Migranten befindet – mit all seinen Problemen und Chancen.

Zwischen Tradition und Moderne

Migrantinnen sind keine homogene Gruppe, sondern zeichnen sich durch komplexe Lebensformen aus. Darin begegnen wir auch Konstellationen, in denen „Tradition“ und „Moderne“ gleichzeitig gelebt werden, d. h. den Ansprüchen des Elternhauses gerecht werden, aber auch ihre Chancen nutzen, sich in der Gesellschaft eigenständig und frei zu bewegen. Dieser Balance-Akt ist oft mit Konflikten verbunden, mit denen Migrantinnen nicht selten alleingelassen werden.



Gesundheit ist universal

So gehören religiös begründete Bedenken oder gar Verbote auch zu unseren Erfahrungen. Fälle wie etwa von jungen Migrantinnen, die nicht am Sport- oder Schwimmunterricht teilnehmen dürfen, sind uns bekannt und berühren im Kern die Grundfrage nach dem Recht auf körperliche Selbstbestimmung von Frauen. Umso mehr ist es wichtig, Migrantinnen zu unterstützen bei ihrem Wunsch, über ihren Körper und über ihre Lebenswege selbst bestimmen zu können. Dies gilt für die Mütter wie für die Töchter gleichermaßen. Und genau hier setzt unser Verband an. Für die sportliche Partizipation von Migrantinnen verfolgt unser Verband dabei folgende Strategie: Wir führen eine Vielzahl von Infor-

mationsveranstaltungen zu „Gesundheit und Sport“ für erwachsene und junge Migrantinnen durch, in denen wir vor allem die gesundheitlichen Aspekte sportlicher Betätigung hervorheben. Die zentrale Botschaft ist klar: Gesundheit ist ein universaler Wert, auf den Frau und Mann gleichermaßen Anspruch haben. Dieser inhaltliche Zugang zum Sport ermöglicht uns vor allem eines: die Überwindung religiöser, traditioneller oder geschlechtsspezifischer Argumente oder Vorstellungen, die Frauen daran hindern, sich sportlich zu betätigen.

Ein Rollenbild im Wandel

Die Lebenssituation von Migrantinnen ist nicht statisch bzw. starr. Gleiches gilt für ihre sportliche Teilhabe, die gekennzeichnet ist von Aufbruch, Konflikten, Neuorientierung und emanzipatorischem Potenzial für Migrantinnen. Der Anstieg von Sportlerinnen mit Migrationshintergrund nimmt dabei eine wichtige Vorreiterrolle ein. Hieraus ergeben sich wichtige integrations- und frauenpolitische Herausforderungen für den Sport.



Autorin:

Sidar Demirdögen

Vorsitzende des Bundesverbandes der Migrantinnen und Vorstandsmitglied im Deutschen Frauenrat



I Vernetzung und stadtteilbezogene Arbeit



Sportvereine sind wichtige Partner und integrale Bestandteile der kommunalen Infrastruktur. Für viele Bereiche des öffentlichen Lebens wie Gesundheit, Bildung, Jugendarbeit und Stadtentwicklung leisten sie eigenständige und unverzichtbare Beiträge. Ihre vielseitigen Angebote tragen darüber hinaus zur Attraktivität von Kommunen bei und leisten einen identitätsstiftenden Beitrag für den Zusammenhalt des Gemeinwesens.

Dabei arbeiten Sportvereine häufig mit kommunalen und räumlich benachbarten Einrichtungen zusammen. Kraft und Dynamik entwickeln sich bei dieser Zusammenarbeit vor allem dann, wenn sich die Kooperationspartner auf gemeinsame Ziele verständigen und dadurch insgesamt an Stärke gewinnen. Denn je besser die Vernetzung funktioniert, umso eher entsteht aus vielen einzelnen Zahnrädchen und Zahnrädern ein zuverlässig funktionierendes Uhrwerk.

Starkes Netzwerk, starker Sport, starke Kommune

Teamwork ist gefragt

Die Zusammenarbeit von Kommunen und Sportvereinen ist auch in Zukunft von zentraler Bedeutung, denn Sport und Sportvereine tragen in hohem Maß zur Lebensqualität der Menschen bei. Sport macht Wohnorte zu lebenswerten Orten. Er schafft Bindungen, er steht für Identifikation und gemeinschaftlichen Zusammenhalt. Mit anderen Worten: Ein starker Sport macht auch die Kommune stark. In zahlreichen Workshops und Tagungen ist die Zukunft von Sportvereinen und Kommunen ein wesentliches Thema. Gefragt sind Konzepte, die über den „Tellerrand“ hinausschauen. So stellt sich zum Beispiel die Frage, wie Sportvereine auch vor dem Hintergrund finanzieller Engpässe in den Kommunen ihre Zukunft gestalten können. Eine mögliche Antwort lautet: indem sie geeignete Einrichtungen vor Ort als Partner finden, sich gemeinsam mit ihnen neue Formen der Zusammenarbeit erschließen und so Ziele realisieren, die im gemeinsamen Interesse liegen.

Infobox:

- | Vgl. das Interview mit dem Amtsleiter der Fachstelle Sport der Stadt Hanau, Thomas Ritter, auf Seite 58.
- | Mehr Informationen in der DOSB-Tagungsdokumentation „Starker Sport – starke Kommunen“ und in der DOSB-Broschüre „Netzwerkarbeit“.

Netzwerkarbeit schafft Perspektiven

Ein Beispiel dafür stellt das DOSB-Netzwerkprojekt „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“ dar. Es zeigt Wege auf, wie sich die Sportvereine vor Ort stärker vernetzen und ihre Kooperationen mit Einrichtungen vor Ort intensivieren können. Ein breit angelegtes Netzwerk mit verlässlichen Kooperationen erweitert den Handlungsspielraum der Vereine, zeigt Perspektiven für ihre Arbeit auf, bereichert die Angebotspalette vor Ort und erschließt neue Zielgruppen für den Sport.



Autorin:

Verena Zschippang

DOSB-Projektleiterin,
„Bewegung und Gesundheit –
mehr Migrantinnen in den Sport“



**Im DOSB-Netzwerkprojekt griffen viele
verschiedene Zahnräder gut ineinander und ...**



**... sorgten für eine gemeinsame
und nachhaltige Zusammenarbeit.**



I Qualifizierung von Fach- und Führungskräften



Die zunehmende kulturelle und soziale Heterogenität in unserer Gesellschaft stellt die Handlungsfähigkeit unserer Sportvereine jetzt und in Zukunft vor große Herausforderungen. Vor diesem Hintergrund zählt die Vermittlung interkultureller Kompetenzen auch im Sport zu den zentralen Schlüsselqualifikationen unserer Zeit. Die Zusammenarbeit mit Menschen aus unterschiedlichsten Kulturkreisen und damit verschiedensten Denk- und Verhaltensmustern erfordert spezifische Kenntnisse und Fähigkeiten. Dabei muss den unterschiedlichen lebenskulturellen Hintergründen und Traditionen von Frauen und Männern besondere Aufmerksamkeit gewidmet werden.

Die folgenden Berichte informieren über Ansätze zur Vermittlung interkultureller Kompetenzen im und durch den Sport und zeigen die darin liegenden Potenziale auf. Außerdem stellen wir konkret eine Qualifizierungsmaßnahme vor, die sich an Übungsleiter und -leiterinnen und Führungskräfte im Sport richtet. Der adäquate Umgang mit interkulturellen Unterschieden wird auch in Zukunft eine wichtige Voraussetzung sein, damit Menschen mit Migrationshintergrund die Sportvereine als gesunde und soziale Lebensräume entdecken und nutzen. Geschlechtersensible Integrationsarbeit bildet damit eine Grundlage für die künftige Handlungsfähigkeit von Sportvereinen und -verbänden.

Qualifizierung von Fach- und Führungskräften „Sport interkulturell“

Das Modul „Sport interkulturell“ existiert seit 2004 als Qualifizierungsmaßnahme innerhalb des Bundesprogramms „Integration durch Sport“ des Deutschen Olympischen Sportbundes

Die Fortbildungskonzeption von „Sport interkulturell“ ist auf drei Säulen aufgebaut: der Prozess- und Teilnehmendenorientierung, dem Erfahrungslernen und dem interkulturellen Lernen. Die Qualifizierungsmaßnahme verfolgt vier vom DOSB formulierte Ziele: die Sensibilisierung der Teilnehmenden für kulturell bedingte Differenz, die Erweiterung ihres Handlungsspektrums in Bezug auf ihre sozialen Beziehungen, den Transfer des interkulturellen Lernens in den Verein und die Integration von Angehörigen der Mehrheitsgesellschaft und von Menschen mit Migrationshintergrund im Sport.

Zeit für kulturelle Sensibilisierung

Der Lehrgang soll Übungsleiterinnen und -leitern für kulturelle Differenzen sensibilisieren und erarbeitet neue Ideen für den Umgang mit multikulturellen Sportgruppen. Den Teilnehmenden wird ein Eindruck davon vermittelt, wie ihre eigene Kultur das Denken und Handeln beeinflusst und welches die Chancen, aber auch die Risiken der interkulturellen Arbeit im Sport sind. Um dies zu vermitteln, orientieren sich die Trainerinnen und Trainer an sogenannten „Spielfeldern“ des interkulturellen Lernens im Sport zu Themenbereichen wie „Gefühle/Irritationen/Fremdheit“, „Kulturelle Ressourcen“, „Wahrnehmung und Kommunikation“, „Werte und Konflikte“ sowie „Kulturelle Vielfalt im Sport“.





Ein neues Kulturverständnis

Die Seminare beruhen auf vier Kernthesen zum Thema Kultur: Menschliches Verhalten und menschliche Wahrnehmung sind kulturgebunden; der größte Teil der Kultur ist unbewusst; Kultur ist ein Orientierungssystem und Kultur ist veränderbar bzw. verändert sich. Der Begriff „Kultur“ ist hier ausdrücklich nicht auf Nationalität und/oder Ethnie beschränkt, sondern meint die Ausdrucksweisen, Verhaltensmuster und Institutionen, die aufgrund einer Prägung durch die wirkenden Normen und Werte einer Gesellschaft zutage treten.

„Sport interkulturell“ in der Praxis

Durchgeführt werden die Seminare von Trainerinnen und Trainern der Bildungsagentur „context“ sowie seit 2008 auch durch speziell geschulte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Programms „Integration durch Sport“. Diese nehmen im Vorfeld an einer vom DOSB organisierten Schulung „Train the Trainer“ teil, die in Zusammenarbeit mit „context“ durchgeführt wird.

Erfahren Sie mehr dazu auf der Website:
www.integration-durch-sport.de sowie bei den in den Landessportbünden angegliederten Landeskoordinator/-innen.



Autorin:

Verena Zschippang

DOSB-Projektleiterin,
„Bewegung und Gesundheit –
mehr Migrantinnen in den Sport“

In der gegenwärtigen gesellschaftlichen Debatte um Migration und Integration werden auf (bildungs-) politischer, wissenschaftlicher und pragmatischer Ebene zahlreiche didaktische Ansätze entwickelt, diskutiert und zum Teil gegeneinander ausgespielt (von „Anti-Bias“ über „Managing Diversity“ und „Interkulturelles Lernen“ bis „Transkultur“). Diese Ansätze differieren je nach Perspektive auf die gesellschaftlichen Entwicklungen, nach der fokussierten Zielgruppe und dem Verständnis von Kultur und Kommunikation. Gemeinsam ist allerdings ihr Ziel, das Zusammenleben der Menschen unabhängig von Herkunft und anderen Merkmalen zu erleichtern und gerecht zu gestalten.

Sport interkulturell

Seit 2005 verfolgt der DOSB mit der Qualifizierungsmaßnahme „Sport interkulturell“ (Hauptziele: Sensibilisierung für kulturelle Unterschiede und Entwicklung/Stärkung interkultureller Kompetenzen) ein dezidiert ausgearbeitetes Konzept des interkulturellen Lernens. Gemeinsam mit einer konsequent umgesetzten prozess- und teilnehmendenorientierten Didaktik und der Verwendung eines offenen und flexiblen Kulturbegriffs zeigt diese Qualifizierung außergewöhnlich positive Ergebnisse.¹

Im Folgenden werden wir den Ansatz des Interkulturellen Lernens (IKL) mit Grundlagen des organisierten Sports in Verbindung setzen und damit erstens erläutern, wieso IKL so gut zum Sport passt und zweitens beschreiben, was IKL eigentlich bedeutet.

Sport und IKL: Beides braucht Übung

IKL bemüht sich um Verständigung über (scheinbar) bestehende Grenzen der Kommunikation, die irgendwie mit kulturellen Hintergründen zu tun haben, hinweg. Interkulturelles Lernen ist per definitionem ein pädagogischer Ansatz. Dieser zielt ab auf Erkenntnisgewinn und Verhaltensänderung und erfordert ständige Übung und Training/Schulung. In den „Sport interkulturell“-

Trainings beginnen wir mit einer ersten Sensibilisierung für die Thematik. Es geht darum, neue Erkenntnisse über die eigenen Perspektiven auf sich und die Welt zu bekommen. Schon bald kommt es zu „Aha“-Effekten. Die Teilnehmenden beginnen zu verstehen, wie (interkulturelle) Kommunikation funktioniert, wie Missverständnisse, Irritationen und auch Konflikte entstehen und wie sie Lösungsansätze für Situationen/Fragen in ihrem sportlichen (Arbeits)Alltag finden können. Am Ende der 15-stündigen Fortbildung stellen die Teilnehmenden fest, dass das Erlernte geübt, mit Erfahrungen und Erlebtem angereichert und immer wieder reflektiert werden muss.² Hier ist bereits die erste Affinität zum Sport erkennbar, weshalb wir auch von interkulturellen Trainings sprechen.

Sport und IKL: Beides macht Spaß, hat man erst mal angefangen

Die zweite interessante Affinität bezieht sich auf die Motivation, die Voraussetzungen und den ersten Impuls. Der wichtigste Grund, sich im organisierten Sport zu betätigen, ist wohl die Lust an der Bewegung und am Wettkampf, verbunden mit dem Wunsch nach Kontakt und Kommunikation („das Gesellige“). Wenn man nicht



von Kind an daran gewöhnt ist, besteht der erste Schritt zu sportlicher Betätigung in der Überwindung der eigenen Trägheit und des Gefühls, „es“ (was immer auch damit gemeint sein mag) nicht zu schaffen. Ebenso ist es mit dem IKL. Das Thema scheint zu komplex zu sein, die – vielfach in den Medien problematisierend aufgearbeiteten – Fragen der Integration wirken unlösbar. Angst, Unsicherheit und (vorweggenommene?) Frustration machen keine Lust auf IKL. Doch auch hier – das zeigen die Erfahrungen – gilt: Man fängt an, ganz leicht, und bemerkt, dass man sowieso schon einiges „drauf“ hat, dass man Kommunikation, auch die Kommunikation mit den „anderen“, üben kann. Fortschritte sind schnell feststellbar – und schließlich will man nicht mehr damit aufhören. So, wie sich durch Sport das körperliche und seelische Wohlbefinden verbessert und der Gesundheit Genüge getan wird, stellen sich beim IKL durch entstehende interessante Kontakte, durch mehr Verständigung, durch die sich auftuenden Möglichkeiten, etwas für Integration und den sozialen Frieden in der Gesellschaft zu tun, Befriedigung und Wohlbefinden ein. IKL weckt die Neugier, die Kontaktfreudigkeit, die Lust, eigene Perspektiven und Horizonte zu erweitern und – im wahrsten Sinne des Wortes – „mehr von der Welt“ zu sehen. IKL macht – wie der Sport – Spaß und gute Laune!

Die Voraussetzungen für IKL

1. Das Verständnis von Kultur ist offen und weit gefasst. Jeder Mensch besitzt eigene kulturelle Hintergründe, die seine Identität prägen und die er mit anderen Menschen teilweise teilt. Eine eindimensionale Beschränkung auf nationale („die Russen, die Deutschen“), ethnische („die Kurden, die Araber“) oder gar religiöse („die Muslime, die Christen“) Kulturen ist schädlich.
2. Je vielfältiger die Zielgruppe, desto besser. Bei den „Sport interkulturell“-Trainings finden wir Junge und Alte, Frauen und Männer, Akademiker/-innen und Ungelernte, Boxer und Basketballer, politisch links Denkende und Konservative, Übungsleiterinnen und Übungsleiter und Vereinsvorstände – und ja, auch – Ägypter, Kasachinnen und Badenser. Bestens! Hier braucht es ein bisschen strukturierten Raum und Zeit, um miteinander in intensiven und wohltuenden Austausch zu kommen. Sofort erweitert sich das kulturelle Wissen der Beteiligten kolossal!
3. Die Teilnehmenden in interkulturellen Lernprozessen bringen ihre Erfahrungen, Fähigkeiten und Ressourcen mit ein und lernen, sich selbst als Expertinnen und Experten für ihr (interkulturelles) Handeln anzuerkennen und wertzuschätzen („Empowerment“). Dies verlangt freilich, in interkulturellen Trainings stringent teilnehmenden- und erfahrungsorientiert vorzugehen.

Qualifizierung von Fach- und Führungskräften

Interkulturelles Lernen im Sport

„Sport interkulturell“ zeigt: Die Angebote, Zugänge und Strukturen des organisierten Sports bieten gute Voraussetzungen, um IKL zu ermöglichen. Im DOSB sind Menschen aller Herkünfte, Geschlechter, Alters- und Berufsgruppen usw. organisiert und garantieren per se eine schnell herstellbare Vielfalt. In den entsprechenden Dokumenten wird auch hier mit einem offenen Kulturbegriff gearbeitet.³ Allerdings gibt es bei den einzelnen Akteuren zum Teil noch erheblichen Entwicklungsbedarf. Schließlich gehört die Beschäftigung mit dem eigenen Verständnis von Kultur originär zum IKL dazu! Letztendlich ist auch hier eine Affinität der Didaktik feststellbar: Sportliche Leistungen beim Einzelnen werden auch erst dann wirklich erreicht, wenn er oder sie über fremde Anerkennung hinaus Vertrauen in die eigenen Kompetenzen entwickeln kann und dies Antrieb und Motivation befeuert.

Interkulturelles Lernen im Sport⁴

IKL ist eine Form des sozialen Lernens, die zugleich auf das Feld der kulturellen Unterschiedlichkeit und auf eine gleichberechtigte und gelingende Kommunikation aller Individuen und Gruppen abzielt. Es geht darum, voneinander und übereinander zu lernen. Unter anderem ergeben sich im IKL folgende Lernchancen:⁵



Autoren:

Andreas Schmitz, Anno Kluß

Diplom-Pädagogen, context – interkulturelle Kommunikation und Bildung

Reflexion der kulturellen Hintergründe

Die eigenen kulturellen Hintergründe werden reflektiert. Das ist die Voraussetzung dafür, Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen verschiedenen Kulturen überhaupt identifizieren zu können und so in einen Dialog mit Menschen anderer Kulturen zu treten. Darüber hinaus können Irritationen, die in interkulturellen Begegnungssituationen entstehen können, besser eingeordnet werden. Teilnehmende der „Sport interkulturell“-Trainings werden z. B. aufgefordert, sich zunächst einzeln mit der eigenen Biografie zu beschäftigen (Was hat mich nachhaltig geprägt, welche Werte wurden mir vermittelt, welche Rolle spielt (-e) Religion, Nation, Sport usw.?). Im anschließenden Austausch darüber in heterogenen (Klein-) Gruppen besteht die Möglichkeit, sich gegenseitig mit Neugier zuzuhören, mit Empathie Rückmeldungen zu geben und auch schon über erlebte Irritationen (in der Sporthalle, bei der Vereinsversammlung, im sonstigen Leben) ins Gespräch zu kommen.

Durch geeignete Formen und Methoden, die die Vielfalt kultureller Perspektiven in den Vordergrund rücken, werden verfestigte Stereotype und Vorurteile gelockert und besprechbar gemacht. Es bedarf der Kommunikation miteinander (und nicht übereinander) und des Respekts für die „Eigenarten“ der jeweils anderen – hier bietet der Sport eine hervorragende Plattform, weil es das gemeinsame Erleben und gemeinsame Ziele sowieso gibt und notwendige Kommunikationsräume durch den Trainer/ die Übungsleiterin geschaffen und begleitet werden können. Dies wiederum braucht natürlich ein entsprechendes Bewusstsein und das Wissen um Ansätze des IKL.

Verständnis für fremde Kulturen

Andere, fremde Kulturen werden ein bisschen mehr verstanden. In interkulturellen Kontaktsituationen werden wir konfrontiert mit anderen, uns fremden kulturellen Orientierungssystemen. Die Bedeutungen und Regeln dieser Systeme gilt es zu entschlüsseln, wenn wir uns kompetent und kulturell angemessen darin bewegen wollen. Dies betrifft sowohl die Verhaltensebene (z. B.

Umgang mit Zeit, Pünktlichkeit, Hygiene, Ordnungen, Geschlechterrollen) als auch ganze Strukturen. So lohnt z. B. ein Blick auf oder besser: ein Austausch über die unterschiedlichen Sportsysteme in den Herkunftsländern der Migrantinnen und Migranten, um Missverständnisse im Bereich der Leistungserwartung, des Elternengagements oder der Autorität des Trainingspersonals aufzudecken und zumindest besprechbar zu machen. Nicht alles Unverständene und Fremde wird verstehbar oder gar akzeptierbar, aber andererseits kann endlich Platz für Überraschungen und Faszination entstehen.

Relativierung des Unverständnisses

Das Nichtverstehen und die Unsicherheit werden erträglicher. IKL bedeutet unter Umständen, vertraute Gewohnheiten hinter sich zu lassen, Risiken einzugehen und Unsicherheiten auszuhalten. Denn oftmals finden wir uns in einer Situation wieder, die bei uns Orientierungsverlust und Nichtverstehen hervorruft. Im Training „Sport interkulturell“ besprechen wir immer wieder die Gefühle und Reflexe, die sich einstellen, wenn man sich auf anderskulturelle Sichtweisen einlässt. Wenn wir aber dies tun und nicht vorschnell die neuen Wahrnehmungen und Erfahrungen nach unseren eigenen kulturellen Mustern bewerten, entstehen gerade in solchen Situationen neue Potenziale für Entwicklung und Veränderung, die wiederum Energien freisetzen, Lösungen für bisher unlösbar scheinende Probleme zu finden.

Thematisierung der gesellschaftspolitischen Aspekte

Gesellschaftspolitische Aspekte werden thematisiert. IKL findet innerhalb eines gesellschaftlichen Rahmens statt, der von ökonomischen, politischen und sozialen Machtungleichgewichten geprägt ist (z. B. findet man in vielen Kinder- und Jugendgruppen im Sport unterschiedliche Aufenthaltstitel). Diese müssen thematisiert werden. Interkulturelles Lernen lebt von der Gleichberechtigung der Lernpartnerinnen und -partner. Gibt es aber große ökonomische und rechtliche Unterschiede, ist diese

Gleichberechtigung infrage gestellt. Interkulturelle Bildungsarbeit muss immer auch die Aufmerksamkeit auf all das lenken, was dieses Lernen auf gesellschaftlicher Ebene verhindert. Dadurch gerät die Diskriminierung von Angehörigen anderer Kulturen in den Blick.

IKL ist ein Prozess

Abschließend konstatieren wir: Interkulturelles Lernen ist ein schillernder Begriff für eine Didaktik, die Menschen dazu befähigt, in Gruppen, die von Vielfalt gekennzeichnet sind, wirkliche (interkulturelle) Verständigung herzustellen. Interkulturelle Verständigung wiederum bedeutet, die Neugier auf „die anderen“ zu wecken und immer wieder wachzuhalten, statt sich mit pauschalen Gewissheiten zufriedenzugeben. IKL findet nicht einfach so statt, wo Menschen mit unterschiedlichem kulturellen Kontext zusammentreffen – so, wie Integration durch Sport auch nicht einfach so passiert. Vielmehr ist es notwendig, dass Menschen an den eigenen Perspektiven und dem eigenen Verhalten arbeiten, es „trainieren“. Um dieses Training effektiv zu gestalten und gleichzeitig „soziale Unfälle“ zu vermeiden, wird es am besten durch sensibilisierte und qualifizierte Teamerinnen und Teamer begleitet. Wie im Sport auch.

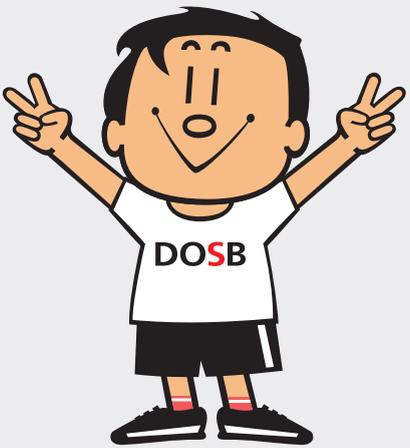
¹ Vgl. <http://www.integration-durch-sport.de/de/integration-durch-sport/das-programm/sport-interkulturell>.

² Einige Teilnehmende belegen das gleiche Training aus diesem Grund sogar ein zweites oder drittes Mal bzw. wünschen sich Aufbaumodule.

³ Vgl. das DOSB Grundsatzpapier „Sport und Zuwanderung“ von 2004 (wird zurzeit überarbeitet) und die vom DOSB unterzeichnete „Charta der Vielfalt“ unter (<http://www.vielfalt-als-chance.de>)

⁴ Inhaltlich und zum Teil auch wörtlich beziehen wir uns hier auf die Ausführungen in DOSB, Sport interkulturell – Fortbildungskonzept zur kulturellen Vielfalt im sportlichen Alltag, Frankfurt/M. 2009, S. 20 ff.

⁵ Im Folgenden werden einzelne Aspekte des IKL hervorgehoben. Für eine umfassendere Darstellung siehe ebd.



I Drei, zwei, eins – Start!



Ziel des Netzwerkprojekts war es, beidseitig vorhandene Barrieren von Migrantinnen und Sportvereinen abzubauen und so neue Zugänge zueinander zu erproben. Gemeinsam mit dem Deutschen Ju-Jitsu-Verband, der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft, dem Deutschen Turner-Bund, dem Landessportverband Baden-Württemberg und der Sportjugend im Landessportbund Berlin und ihren mehr als 20 Vereinen und Ortsgruppen wurde das Projekt bundesweit umgesetzt.

Mit dem Kernstück des Projekts „Sport + X“ wurden neue Kooperationen mit kommunalen Partnern aufgebaut und bestehende Kooperationen weiterentwickelt. Auf den folgenden Seiten wird dargestellt, wie die einzelnen Sportvereine dabei vorgegangen sind, was sie daraus gelernt haben und welche Empfehlungen sich aus ihren Erfahrungen ableiten lassen.

Infobox:

I In der Broschüre werden ausgewählte Good-Practice-Beispiele vorgestellt. Jeder Partnerverband des Netzwerkprojekts stellt auf Anfrage gern ausführliche Erfahrungsberichte zur Verfügung.

I Die Handlungsempfehlungen in diesem Kapitel basieren auf den hier vorgestellten Good-Practice-Beispielen. Weitere Handlungsempfehlungen werden im Evaluationsbericht vorgestellt.

Begriffserklärung:

I Kooperationspartner sind Partner, die direkt an der Bereitstellung der „Sport + X“-Angebote beteiligt waren.

I Netzwerkpartner sind Partner, die im Umfeld mitgewirkt haben – z. B. bei der Herstellung von Kontakten.

Drei, zwei, eins – Start!

Gemeinsam zu neuer Stärke

Die Stadt Hanau hat sich aktiv am Netzwerkprojekt „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“ beteiligt und liefert damit ein positives Beispiel für eine gelungene Netzwerkarbeit mit der Stadt. Ein Interview mit Thomas Ritter.

Herr Ritter, was haben Sie sich von diesem Netzwerkprojekt erwartet?

Die Initiative des DOSB hat einfach perfekt zu uns gepasst. Die Stadt Hanau besitzt einen Sportentwicklungsplan, in dem die Vernetzung der Sportvereine mit sportexternen Partnern eine wichtige Rolle für die Gewinnung neuer Nutzergruppen spielt. Bisher hatten wir beim Stichwort „Vernetzung“ vor allem an Schulen und Ähnliches gedacht. Durch das Netzwerkprojekt rückte die Vernetzung mit Stadtteilzentren, mit dem Integrationsbüro, dem Frauenbüro, privaten Trägerorganisationen usw. in den Mittelpunkt. Für uns war klar, dass die Umsetzung der Handlungsempfehlungen des Sportentwicklungsplans mit unserer Projektteilnahme einen zusätzlichen Schub bekommen kann. Gleichzeitig war das Netzwerkprojekt ein Anstoß für uns, noch stärker darauf hinzuwirken, dass Migrantinnen die Angebote ausprobieren und danach – so unsere Hoffnung – auch weiterempfehlen.



Interviewpartner:

Thomas Ritter

**Amtsleiter der Fachstelle Sport
der Stadt Hanau**

Was hat Sie an der Projektidee am meisten überzeugt?

Die Kernidee: eine Vernetzung der Sportvereine mit sportexternen Partnern zur Erstellung von kombinierten Sport- und Zusatzangeboten.

Was war Ihre Aufgabe als Netzwerkpartner?

Die Fachstelle Sport hatte die Aufgabe, die Vernetzung voranzutreiben. Zu diesem Zweck haben wir Räumlichkeiten zur Verfügung gestellt, Kontakte vermittelt, Veranstaltungen durchgeführt und Werbematerialien wie z. B. Projekt-T-Shirts bereitgestellt.

Wie gestaltete sich der Projektablauf aus kommunaler Sicht?

Die DTB-Referentin und eine Verbandsvertreterin stellten uns das Projekt vor. Zunächst ging es darum, nach Partnern in den Stadtteilen zu suchen, in denen viele Menschen mit Migrationshintergrund leben. Wir haben also geprüft, welche Sportvereine dort zu Hause sind und welche soziale Infrastruktur vor Ort gegeben ist. Danach haben wir allen für die Projektumsetzung relevanten Akteuren aus den Gebieten, also dem Integrationsbüro, den Stadtteilzentren, den Vereinen etc. das Projekt in einem Gespräch am Runden Tisch vorgestellt. Schön war, dass alle eingeladenen Partner kamen und sofort einwilligten, an dem Projekt teilzunehmen. Damit waren die Netzwerkpartner gefunden. In Einzelgesprächen mit den Partnern haben wir den Zugang zur Zielgruppe der Migrantinnen jeweils genau geplant. Anschließend kümmerte sich der DTB um die Öffentlichkeitsarbeit mit dem Schwerpunkt



auf Hanau, wo sowohl der Projekt-Startschuss als auch die Abschlusspressekonferenz zur Projektteilnahme stattfanden. Während der Projektlaufzeit haben wir die Referentin immer wieder über das Projekt auf dem Laufenden gehalten und ihr Ansprechpartner für ihre Anfragen vermittelt.

Was lief gut, was nicht so gut?

Die Zusammenarbeit lief mit allen Beteiligten sehr zufriedenstellend. Ich hatte keine Rückmeldungen über Probleme bei der Projektumsetzung. Gut gefallen hat mir, dass einzelne Vereine anderen Vereinen mit Übungsleiterinnen „aushalfen“. Sportvereine, die sich normalerweise eher als Konkurrenten sehen, hatten plötzlich eine Kooperationsbeziehung – ein Modell, das vor dem Hintergrund der angespannten Finanzlage und schwindender Personalressourcen sicherlich Zukunft hat. Natürlich gab es auch einige Kritikpunkte, die aber bestimmt einfach zu beheben sind. So waren die Kurslaufzeiten zu kurz angelegt. Hier wären sechs bis zwölf Monate reiner Kurslaufzeit sicher angemessener gewesen. Wenn Mundpropaganda so wichtig ist, dann sollten die Kurse auch dann noch stattfinden, wenn sich das Angebot

herumgesprochen hat. Unglücklich war in unserem Fall auch, dass die Kursstarts wegen des Ramadan verschoben werden mussten. Aber wie heißt es so schön: Aus Erfahrung wird man klug.

Hat die Kombination von Sport- und Zusatzangeboten in der Integrationsarbeit eine Zukunft?

Ich halte es für sehr sinnvoll, mit diesen oder ähnlichen Angeboten fortzufahren. Sie führen zum einen die Migrantinnen an Sport- und Bewegungsangebote heran, zum anderen unterstützen sie die Integration der teilnehmenden Frauen. Der Bedarf an Sport- und Bewegungsangeboten ist groß. Wenn die Vereine es schaffen, sich für diese Zielgruppe noch weiter zu öffnen, haben nicht nur die Migrantinnen und die Vereine etwas davon. Unsere Stadt strebt auf allen gesellschaftlichen Ebenen Integration an. Das Miteinander von Bürgerinnen und Bürgern mit und ohne Migrationshintergrund ist daher für die Stadt Hanau, aber auch für die Vereine ein Gewinn. Dazu trägt dieses Netzwerkprojekt bei.





Ziel des Deutschen Ju-Jutsu-Verbands ist es, Migrantinnen durch Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse zu stärken und für den Sport zu begeistern. Neben der sportlichen Komponente sind Informationen zu Präventionsmaßnahmen, Konfliktverhalten und dem rechtlichen Rahmen der Selbstverteidigung feste Bestandteile aller Kurse. Außerdem erhalten sie durch Zusatzangebote die Möglichkeit, persönliche Fähigkeiten zu entdecken sowie Vertrauen in dieselben aufzubauen und auszuweiten.

Dietrich Brandhorst
DJJV-Ehrenpräsident



„Ich begrüße das Projekt ‚Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport‘. Gerade diese Zielgruppe ist meines Erachtens in unserer Gesellschaft durch die konservative Einstellung ihrer Familien usw. sehr stark eingeeengt. Hier ist Sport eine ideale Hilfe für die Betroffenen und außerdem das Beste für deren Gesundheit.“



Roland Köhler
DJJV-Vizepräsident Leistungssport

„Ziel eines Sportverbands ist es, immer mehr Menschen zum Sport zu bringen. Dies gilt speziell für Menschen mit Migrationshintergrund, bei denen es wesentlich schwerer ist, sie in den Verein zu integrieren. Aus diesem Grund haben im Deutschen Ju-Jutsu-Verband e. V. Projekte wie dieses absolute Priorität und bekommen die Unterstützung des kompletten Vorstands. ‚Migrantinnen in den Sport‘ ist eine Vision, die in unserer multikulturellen Gesellschaft Realität werden muss und die durch dieses Projekt einen Schritt vorangetrieben wird. In diesem Sinne wünsche ich allen Beteiligten, dass ‚Migrantinnen in den Sport‘ überall, von den Spitzenverbänden über die Vereine bis zu den Sportlerinnen und Sportlern, die nötige Anerkennung und Unterstützung findet.“

Aus dem Deutschen Ju-Jutsu-Verband e. V.

Selbstverteidigung – mit Clownerie



Berliner Ju-Jutsu Verband e. V.

Detlev Krause
Minzeweg 11
12357 Berlin
<http://www.ju-jutsu-berlin.de>

Budo-Club Berlin e. V.

Düsterhauptstraße 17
13469 Berlin
<http://www.bcberlin.de>

Übungsleiterin:

Annika Brückner

Netzwerkpartner:

| Gesellschaft für Sport und
Jugendsozialarbeit (GSJ)

Kooperationspartner:

| Mädchensportzentrum „Wilde Hütte“
| Janusz-Korczak-Grundschule

Sportangebot:

Selbstverteidigung

Zusatzangebot:

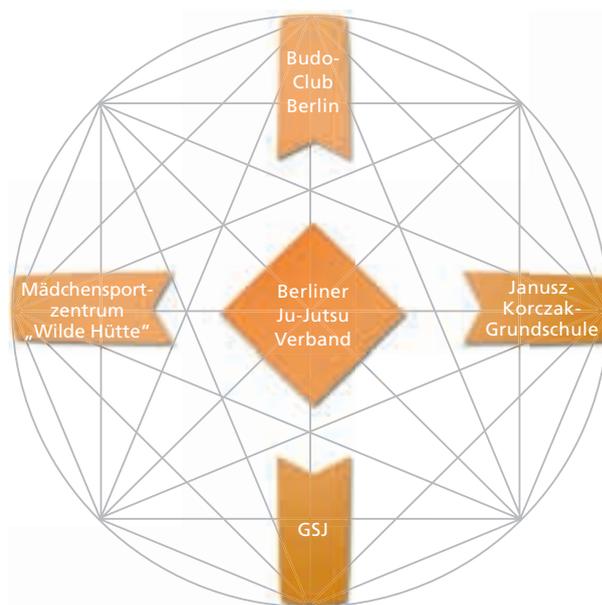
Clownerie-Theaterkurs

Ort:

Mädchensportzentrum „Wilde Hütte“

Teilnehmerinnen-Alder:

10–11 Jahre



Die Vorbereitung

Für den Start des gemeinsamen Angebots war es von Vorteil, dass die Integrationsbeauftragte des Berliner Ju-Jutsu Verbands bereits gute Erfahrungen in der Kooperation mit dem Mädchensportzentrum „Wilde Hütte“ in Berlin-Neukölln gemacht hatte. Wegen der guten Erfahrungen aus der bisherigen Zusammenarbeit war das Mädchensportzentrum schnell bereit, seine Räumlichkeiten kostenfrei zur Verfügung zu stellen und stand mit seinen Sozialpädagogen immer wieder unterstützend zur Seite.

Über allem stand die GSJ (Gesellschaft für Sport und Jugendsozialarbeit) als Schnittstelle. Sie ist Trägerin des Mädchensportzentrums und hat den Kontakt sowohl zur Clownerie-Kursleiterin als auch zur Janusz-Korczak-Grundschule vermittelt, die von der Teilnahme am Projekt der Berliner Ju-Jutsu Vereine sofort begeistert war.

Nachdem die Kursleiterin das Projekt persönlich in den vierten und fünften Klassen der Janusz-Korczak-Grundschule vorgestellt hatte, konnten sich die Schülerinnen gleich für das Angebot anmelden.

„Höhepunkt waren die Gürtelprüfung und die Clownerie-Theateraufführung am Ende des Projekts. Beides stellte für die Mädchen eine besondere Herausforderung dar: Beides kostete Mut und für beides musste die Prüfungsangst überwunden werden. Es war einfach toll zu sehen, wie tapfer und vor allem wie selbstbewusst die Mädchen diese Aufgaben bewältigten.“

Annika Brückner, Integrationsbeauftragte, Berliner Ju-Jutsu Verbands

Das Angebot

Im sportlichen Teil wurden neben den Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungsübungen auch Techniken aus dem Ju-Jutsu-Prüfungsprogramm trainiert.

Das Zusatzangebot „Clownerie-Theater“ unterstützte die Thematik des Selbstverteidigungskurses. Auch hier standen die Förderung des Selbstbewusstseins, die Entwicklung von Strategien gegen Stresssituationen und das Ausprobieren unterschiedlicher Rollen im Mittelpunkt.

Zum Kursabschluss fanden eine Ju-Jutsu-Gürtelprüfung (Weiß-Gelb-Gurt) und die Theateraufführung vor Familien und Freunden statt.

Was fiel auf?

Das Netzwerk hat hervorragend funktioniert. Die Partner waren optimal ausgesucht und arbeiteten gut zusammen. Sowohl der sportliche Selbstverteidigungsteil als auch der Clownerie-Theater-Part wurden gut angenommen, die Mädchen hatten viel Spaß und arbeiteten rege mit.

Das Resümee

Die Mädchen nahmen am Selbstverteidigungskurs und am Clownerie-Theaterkurs mit viel Spaß und großem Engagement teil. Sie waren stolz auf ihre Leistung und die Ausgabe der DOSB-Abschlussurkunden kam bei den Kursteilnehmerinnen sehr gut an.

Das Alter der Mädchen war ideal für das Projekt gewählt: Mit zehn oder elf Jahren sind sie Sport durch die Teilnahme am Schulsport gewöhnt und haben (noch) keine Berührungängste in Bezug auf den Körperkontakt beim Training.

Weil dieses Projekt so erfolgreich gestartet war, boten die beiden Kursleiterinnen es ebenfalls an der Hugo-Heimann-Grundschule an. Auch hier nahmen zahlreiche Mädchen der fünften Klasse (elf Jahre alt) begeistert am Kursangebot teil.

Die Gürtelprüfung und die Theateraufführung wurden für beide Kurse zusammen veranstaltet und fanden mit einem Grillfest – und einem Schnupperkurs im Klettern – einen krönenden Abschluss.

Weitere Folgekurse mit ähnlichem Konzept sind bei den Partnern bereits in Planung.

Tipp

Für die Zielgruppe „Junge Mädchen“ sind Grundschulen ein guter Zugang.

Aus dem Deutschen Ju-Jutsu-Verband e. V.

Sicherheitsberatung mit Gymnastik



Kodokan Hamburg e. V.

Weg am Denkmal 11

22844 Norderstedt

<http://www.kodokan.info>

Übungsleiterin:

Fatma Keckstein

Netzwerkpartner:

| Kinder- und Familienzentrum Schnelsen

| Gleichstellungsbeauftragte Norderstedt

Kooperationspartner:

| MiMi Hamburg

Sportangebot:

Selbstverteidigung

Zusatzangebot:

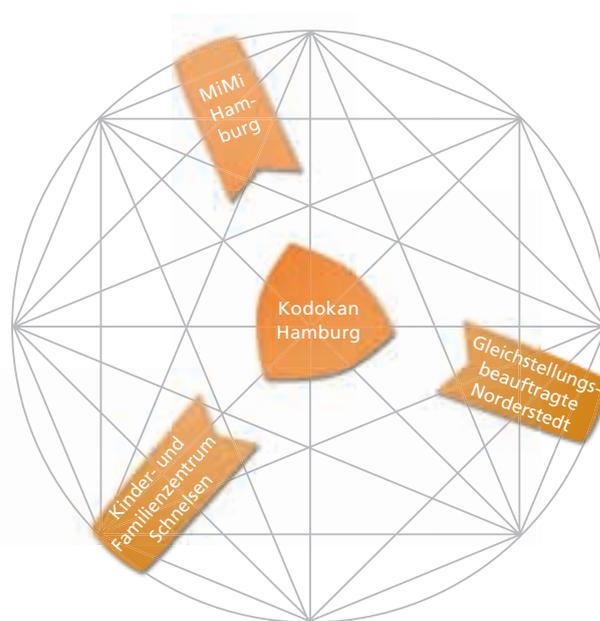
Gesundheit, Pflege, Erste Hilfe beim Kind

Ort:

Kinder- und Familienzentrum Schnelsen

Teilnehmerinnen-Alter:

20–70 Jahre



Die Vorbereitung

Das Kursangebot wurde nicht als „Selbstverteidigungstraining“, sondern als „Sicherheitsberatung mit Gymnastik“ bezeichnet. Die Idee hinter dieser Namensgebung: Die Frauen sollten gut beraten und fit gemacht werden, um dann auch ihren Kindern Sicherheits- und Selbstverteidigungstipps geben zu können. Durch diesen „Zusatznutzen“ standen auch die Ehemänner der Frauen einer Kursbeteiligung sehr positiv gegenüber.

Die Frauen wurden direkt über das Frühstückstreffen des Kinder- und Familienzentrums Schnelsen gewonnen. Die MiMi-Referentin stellte das Projekt persönlich vor und stand von Anfang an als Dolmetscherin zur Verfügung, sodass die sprachliche Verständigung kein Problem war.

Das Angebot

Der sportliche Teil des Kurses war ein Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurs nach dem bundesweit einheitlichen Konzept des Deutschen Ju-Jutsu-Verbands e. V.

Durch das Zusatzangebot der MiMi-Referentin erhielten die Frauen wichtige Informationen über das deutsche

„Warum der Kurs so gut ankam? Weil er als ‚Sicherheitsberatung mit Gymnastik‘ angeboten wurde. So konnten die Frauen zu Hause ohne Probleme von ihrem Sport erzählen und nützliche Sicherheitstipps an ihre Kinder weitergeben. Dank dieser ‚Präventivmaßnahme‘ stimmten die männlichen Familienmitglieder der Teilnahme ihrer Frauen schnell zu.“

Morasah Mazloumsaki-Schütt, MiMi-Referentin

Gesundheitssystem. Dabei kamen vor allem Themen wie der Umgang mit Medikamenten, gesunde Zähne oder Erste Hilfe beim Kind zur Sprache, die für die Frauen und ihre Kinder wichtig sind.

Der Kurs wurde in je zwei Einheiten aufgeteilt: Die MiMi-Kurseinheiten fanden während des Frühstücks statt, anschließend wurden die Frauen in Selbstverteidigung trainiert.

Um Berührungängste abzubauen und einen sensiblen, langsamen Einstieg für die Frauen zu erarbeiten, wurden Sport- und Zusatzangebote sehr niedrigschwellig angelegt. Alle Frauen konnten bei den Übungen sehr gut mitmachen.

Was fiel auf?

Die meisten Frauen sprachen nur wenig Deutsch und hatten Verständnisschwierigkeiten. Da die Frauen überwiegend aus demselben Sprachgebiet wie die MiMi-Referentin kamen, stellte dies aber kaum ein Problem dar. Die MiMi-Referentin begleitete die Frauen auch zu den Selbstverteidigungskursen, übersetzte dort und hatte für alle Fragen ein offenes Ohr.

Das Resümee

Die Anbindung des Sportangebots an eine feste bestehende Runde – wie hier das Frühstückstreffen – war die Basis für ein erfolgreiches Gelingen. Hier lernten die Kursteilnehmerinnen sich kennen, freuten sich über die Abwechslung und waren von Anfang an mit sehr viel Spaß dabei. Auch die Kursaufteilung – erst die MiMi-

Einheit während des Frühstückstreffs und dann die Selbstverteidigungseinheit – wurde von den Frauen sehr gut angenommen.

Da die Thematik des Selbstverteidigungskurses sehr niedrigschwellig angesetzt und die Kursstruktur offen gehalten war, nahmen die Frauen sehr interessiert am „Training“ teil. Dabei half den Teilnehmerinnen, dass die ihnen vertraute MiMi-Referentin sie im Kurs begleitete. Auch die sensible Herangehensweise der Selbstverteidigungs-Kursleiterin, die durch Übungen mit Schlagpolstern und anderen Hilfsmitteln nach und nach Berührungängste der Frauen abbaute, trug entscheidend zum Gelingen des Netzwerkprojekts bei.

Wie schon erwähnt, passte die MiMi-Referentin durch ihr kulturelles Umfeld perfekt zu den Kursteilnehmerinnen. Sie war die Schlüsselperson in diesem Kursprojekt.

Grundsätzlich hat es sich gelohnt, viel Zeit und viele Möglichkeiten zum Reden einzuplanen. Beim Frühstück, bei einer Tasse Tee oder Kaffee konnten sich die Frauen in aller Ruhe austauschen. Die in diese Zeit integrierten theoretischen Elemente der Zusatzangebote wurden vor diesem Hintergrund sehr aufmerksam wahrgenommen.

Tipp

Ein Sportangebot in vertrauten Räumen baut Schwellenängste ab.

Aus dem Deutschen Ju-Jutsu-Verband e. V.

Selbstverteidigung für Frauen mit Behinderungen



Todtglüsingener Sportverein
von 1930 e. V.

Tostedter Straße 20

21255 Todtglüsingener

<http://www.todtgluesinger-sv.de>

Übungsleiterinnen:

Anke von Berg/Anne Eichenauer

Netzwerkpartner:

- | Gleichstellungsbeauftragte
- | das vereinseigene Netzwerk,
eingebunden in der Dorfgemeinschaft

Kooperationspartner:

- | „Der Runde Tisch“
- | Polizei Tostedt
- | Lebenshilfe

Sportangebot:

Selbstverteidigung

Zusatzangebot:

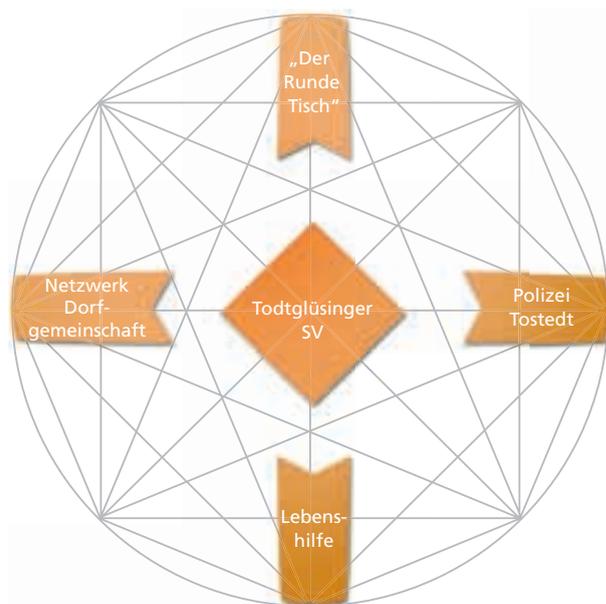
Rückenschule, Notfallhilfe, Reisen, Sozialhilfe

Ort:

Dojo Sporthaus Todtglüsingener SV (Sport),
Versammlungsraum des Sporthauses (Zusatzangebot)

Teilnehmerinnen-Alter:

17–41 Jahre



Die Vorbereitung

Dieses DJJV-Projekt unterschied sich in einem wesentlichen Punkt von den anderen hier vorgestellten DJJV-Projekten: Es richtete sich an Frauen mit Behinderungen, mit und ohne Migrationshintergrund.

Der Todtglüsingener SV stand der Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe von Anfang an sehr offen gegenüber. Der Verein hat großes Interesse daran, gezielt Mädchen und Frauen für den Sport zu begeistern und ihre Integration zu fördern. Mit seiner breitgefächerten Angebotspalette und unterschiedlichen Strategien bindet er seine Mitglieder vielfältig in die Vereinsarbeit ein – wie z. B. eine der beiden Kursleiterinnen, die sowohl im Verein als auch in der Lebenshilfe aktiv ist.

Durch ihre Arbeit für die Lebenshilfe hatte die Kursleiterin langjährige Erfahrung in der Arbeit mit behinderten Menschen. Da sie die Frauen und ihre Bedürfnisse persönlich kannte, ließen sich die Kursinhalte von Anfang an speziell auf diese besondere Zielgruppe abstimmen und sehr niedrigschwellig ansetzen.

„Kurse für Frauen mit Behinderungen sind wie ein ‚Überraschungsei‘: Man weiß nie so genau, wie der Kurstag funktionieren wird. Dabei unterschieden sich die Wünsche und das Verhalten der Migrantinnen nicht von denen der deutschen Frauen. Im Gegenteil: Trotz unterschiedlicher Nationalitäten und Behinderungen konnte ein toller gemeinsamer Nenner gefunden werden.“

Anne Eichenauer, Todtglüsinger SV

Die Kursteilnehmerinnen wurden direkt von der Lebenshilfe zur Kursteilnahme eingeladen. Dabei war es von Vorteil, dass die Kursleiterin die Frauen, die in der Lebenshilfe arbeiteten oder betreut wurden, gezielt auf das Angebot ansprechen konnte.

Das Angebot

Der sportliche Teil des Kurses war ein Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurs nach dem bundesweit einheitlichen Konzept des Deutschen Ju-Jutsu-Verbands e. V.

Die Zusatzangebote orientierten sich an den Bedürfnissen der Kursteilnehmerinnen. Wichtig waren Informationen über gesunde Körperhaltung, Entspannungsübungen und rechtliche Grundlagen für den Bezug von Sozialhilfe, um den Frauen den Weg in die Eigenständigkeit zu erleichtern. Informationen über Reisemöglichkeiten für Menschen mit Einschränkungen sollten den Frauen Mut machen und ihnen zeigen, welche Unterstützungen hier möglich sind. Informationen der Polizei zu Notwehr, Nothilfe, Anlaufstellen im Notfall und häuslicher Gewalt unterstützten und ergänzten die Selbstverteidigungseinheiten.

Die Herausforderung in diesem Kursprojekt lag in den unterschiedlichen Behinderungen der Frauen begründet: Alle Frauen hatten geistige Behinderungen und Lerneinschränkungen. Zwei Kursteilnehmerinnen litten unter hochgradigen Depressionen. Eine Teilnehmerin hatte spastische Lähmungen und saß im Rollstuhl, konnte jedoch mit Unterstützung kurze Strecken laufen.

Was fiel auf?

Für die Teilnahme am Selbstverteidigungskurs holte die Kursleiterin einen Teil der Frauen persönlich zu Hause ab und brachte sie wieder zurück. Das erforderte viel persönliches Engagement.

Das Resümee

Die Kursteilnehmerinnen haben sich sehr wohl gefühlt und unter der fürsorglichen, kompetenten Anleitung der Kursleiterinnen viel gelernt. Sie wurden gemäß ihrer persönlichen Stärken gefördert und gefordert, so dass alle Beteiligten mit dem Kursverlauf sehr zufrieden waren.

Der Referent der Polizei wurde sehr positiv aufgenommen und bewies, dass auch männliche Referenten willkommen sind. Es sollte jedoch darauf geachtet werden, dass männliche Referenten für die Probleme und kulturell bedingten Bedenken der Frauen sensibilisiert sind.

Der Kurs für Frauen mit Behinderungen wurde auch deshalb sehr dankbar angenommen, weil die Kursleiterinnen im Umgang mit Behinderungen gut ausgebildet waren. Um das persönliche Engagement nicht zu sehr zu strapazieren, sollte im Vorfeld ein Fahrdienst für den Kursbesuch mit in die Planung einbezogen werden.

Tipp

Eine gemeinsame Abstimmung der Inhalte schafft Vertrauen.

Aus dem Deutschen Ju-Jutsu-Verband e. V.

Selbstverteidigung & Co.



TV 1868 Burghausen e. V.

Kanzelmüllerstraße 94

84489 Burghausen

<http://www.tv1868.de>

SV Gendorf Burgkirchen e. V.

Kastanienweg 8

84508 Burgkirchen

<http://www.svgb-ju-jutsu.de>

Projektkoordinatorin:

Andrea Ordner

Übungsleiter und -leiterinnen

Ramona Brandl/Thomas Rogger/Andrea Ordner

Netzwerkpartner:

| Weiterführende Schulen Burghausen

| Gleichstellungsbeauftragte

| Integrationsclub und Büro für Übersiedler

Kooperationspartner:

| Bayerisches Rotes Kreuz

| Der Weiße Ring e. V.

| Polizei Burghausen

| Frauen helfen Frauen e. V.

| Kreiskliniken Altötting/Burghausen

Sportangebot:

Selbstverteidigung

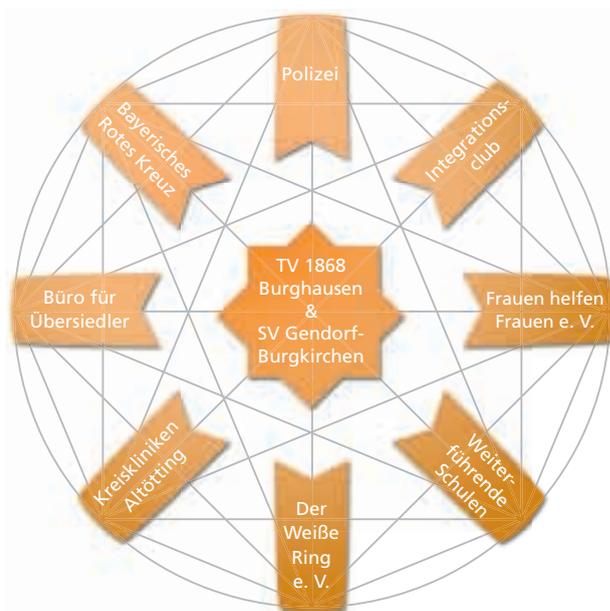
Zusatzangebot:

Opferhilfe, Zivilcourage, Erste Hilfe,
nonverbale Kommunikation

Ort: Leistungszentrum Süd (Bayern)

Teilnehmerinnen-Alter:

11–44 Jahre



Die Vorbereitung

Geplant waren drei zeitlich parallel laufende, nahezu identische Kursprojekte. Dafür gingen die beiden benachbarten Sportvereine eine Kooperation ein. Es erwies sich als vorteilhaft, dass beide Vereine bereits über gut funktionierende Beziehungen verfügten und schnell für die Zusammenarbeit begeistert werden konnten.

In einem ersten Schritt informierte die Projektkoordinatorin alle Partner in persönlichen Gesprächen über das Vorhaben. Die Ansprechpartner/-innen übernahmen ihrerseits eine Multiplikatorenfunktion. Für die sportfernen Einheiten hatte die Projektleiterin ihr vertraute Institutionen gewinnen können, was eine positive, nachhaltige Kooperation förderte.

Um gezielt Mädchen in der gewünschten Altersklasse anzusprechen, besuchte die Projektleiterin die Realschule und das Gymnasium, stellte das Projekt dort in den Klassen persönlich vor und verteilte Flyer und Anmeldezettel.

„Trotz verbindlicher Anmeldung erschienen einige Mädchen nicht. Es stellte sich heraus, dass die Mütter ihnen zwar die Teilnahme erlaubt hatten, die Väter aber nicht damit einverstanden waren. Andere hatten den Starttermin vergessen. Wir haben bei den Mädchen, die trotz Anmeldung nicht zum Kursstart erschienen sind, telefonisch nachgehakt. Beim zweiten Mal waren die Kurse dann voll.“

Andrea Ordner, Projektkoordinatorin, TV 1868 Burghausen

Das Angebot

Der sportliche Teil des Kurses war ein Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurs nach dem bundesweit einheitlichen Konzept des Deutschen Ju-Jutsu-Verbands e. V., in dem die Frauen und Mädchen Selbstverteidigung und Selbstbehauptung altersgerecht trainierten.

Die Zusatzangebote orientierten sich an den Interessen der Kursteilnehmerinnen und unterstützten und vertieften die Themen des Selbstverteidigungskurses (Polizei: Zivilcourage; Frauen helfen Frauen: nonverbale Kommunikation, Panikreaktionen). Der Erste-Hilfe-Kurs erweiterte die Alltagskompetenz der Frauen und Mädchen und förderte ihr Selbstvertrauen.

Bewusst wurden die Kurse auch für Nichtmigrantinnen geöffnet, um durch gemeinsames Training gegenseitiges Verständnis und damit den Integrationsprozess bei allen Teilnehmerinnen zu fördern.

Was fiel auf?

Viele Kursteilnehmerinnen meldeten sich nur zögerlich an. Die Nachfrage ergab: Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund fühlten sich zuerst nicht angesprochen, da sie sich nach eigenen Aussagen nicht „als Migrantinnen“ empfinden. Ähnlich ging es der deutschen Zielgruppe, die sich durch das Angebot ebenso wenig angesprochen fühlte. Dieses Verständnisproblem konnte jedoch durch persönliche Ansprache und Erklärungen behoben werden.

Das Resümee

Die Kursteilnehmerinnen waren von Anfang an mit sehr viel Spaß dabei. Die Frauen und Mädchen akzeptierten den männlichen Co-Trainer ohne Probleme und probierten die Selbstverteidigungstechniken mit ihm aus.

Da die Kursleiterin die Teilnehmerinnen auch zu den Zusatzangeboten begleitete, wurde sie zu einer konstanten Vertrauensperson im Kurssystem.

Wenn, wie hier, Kurse für Migrantinnen ohne feste Angliederung an bestehende Institutionen oder Gruppen angeboten werden, spielen die persönliche Ansprache und Betreuung für den Abbau von Schwellenängsten und für die Akzeptanz des Kurses eine besonders wichtige Rolle.

Wie gut das Netzwerk funktioniert hat, zeigt die Tatsache, dass die beteiligten Partner ihre Zusatzangebote in Zukunft – über das Netzwerkprojekt des DOSB hinaus – bei den Selbstverteidigungskursen der beiden Vereine vor Ort präsentieren wollen.

Die ausführlichen Erfahrungsberichte können bei Frau Keckstein unter fatma@keckstein.net angefordert werden.

Tipp

Bei jungen Teilnehmerinnen auch die Eltern der Mädchen über das Kursangebot informieren



I Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e. V. (DLRG)



Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.



Mit dem Netzwerkprojekt wollte die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) erreichen, dass Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund schwimmen lernen. Zudem war es Ziel, die Teilnehmerinnen durch Zusatz- und Kursangebote an die deutsche Sprache heranzuführen und sie durch verschiedene Maßnahmen mit dem deutschen Gesundheitssystem und seinen vielfältigen Angeboten vertraut zu machen.



Ute Vogt
DLRG-Vizepräsidentin, MdB

„Integration muss praktisch gelebt werden. Sie erschöpft sich nicht in wohlmeinenden Appellen. Wir müssen konkrete, lebensnahe Beiträge leisten. Das Netzwerkprojekt des Deutschen Olympischen Sportbunds ‚Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport‘ war für die DLRG ein Projektansatz, dem durch die Verbindung des sportlichen Angebots mit qualifizierenden und bildenden Zusatzangeboten eine vielversprechende Konzeption zugrunde lag. Im Projektverlauf hat sich gezeigt, dass sich das Schwimmen für Mädchen und Frauen – unabhängig von ihrer ethnischen Herkunft – zunehmender Beliebtheit erfreute. Die Schwimmkurse wurden zum großen Renner. Zum Ende des Projekts gab es lange Wartelisten von Migrantinnen, die einen Kurs belegen wollten: ein positives, vielversprechendes Resultat.“

Aus der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft e. V. (DLRG)

Mit Nachhilfe freischwimmen

DLRG Grömitz e. V.
Fahrenhorst 8
23738 Lensahn
<http://www.groemitz.dlrg.de>

Übungsleiterin:
Elif Basarin

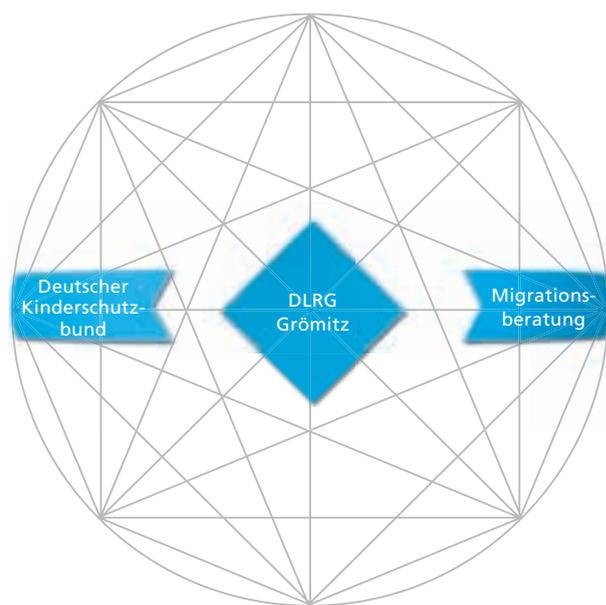
Netzwerkpartner:
| Migrationsberatung

Kooperationspartner:
| Deutscher Kinderschutzbund (DKSB)

Sportangebot:
Schwimmen

Zusatzangebot:
Nachhilfe Deutsch

Teilnehmerinnen-Alter:
9–12 Jahre



Die Vorbereitung

Von Anfang an war dieses Projekt durch die gute Partnerschaft der DLRG Grömitz mit dem Deutschen Kinderschutzbund (DKSB) Ost-Holstein (Neustadt) und mit der Migrationsberaterin geprägt. Vor dem Hintergrund, dass es in Neustadt nur wenige ausländische Mitbürger (6,78 %) gibt und traditionelle Vorurteile in der kleinen Stadt zum Alltag gehören, konnte das „migrantinnenfreundliche“ Netzwerkprojekt mit viel Engagement und Überzeugungskraft erfolgreich ins Leben gerufen werden.

Das Angebot

Das Kombiprojekt von DLRG und DKSB bot den Mädchen Gelegenheit, in einem Anfängerkurs schwimmen zu lernen und in den Nachhilfestunden des Deutschen Kinderschutzbunds ihre deutschen Sprachkenntnisse zu verbessern.





„Die Tatsache, dass es für Mädchen in Neustadt eine kleine ‚Oase‘ gibt, wo sie Unterstützung, Anerkennung und Zuwendung finden, wo sie Spaß haben und mit Freude lernen können, wo ihre mentale, seelische und körperliche Entwicklung gefördert werden, ist ein Gedanke, der uns mit besonderem Stolz erfüllt.“

Elif Basarin, Projektleiterin DLRG, Grömitz/Neustadt

Der Schwimmkurs fand im Hallenbad „Grömitzer Welle“ statt. Aufgrund der Badschließung während der Schulferien standen an drei Abenden doppelte Schwimmstunden auf dem Plan. Am Folgetag trafen sich die Mädchen dann zur „Deutschstunde“ des Kinderschutzbunds.

Was fiel auf?

Es war schön zu sehen, wie die Mitarbeiterinnen des Kinderschutzbunds die Mädchen über die reine Vermittlung der Sprache hinaus unterstützten. Mit gezielten Hilfen, aber auch mit Integrationskursen und Beratungsgesprächen, wurde die Alltagskompetenz der Mädchen nachhaltig gestärkt.

Das Resümee

Wie viel Spaß der Kurs den Mädchen gemacht hat, zeigt die Tatsache, dass gleich am ersten Projekttag mit „Pink ist toll, Schwimmen ist cool“ ein gemeinsames Motto kreiert wurde.

Überraschenderweise gab es in der Gruppe keinerlei religiös motivierte Wünsche oder Erwartungshaltungen, was die Ausgestaltung des Bades oder der Rahmenbedingungen für die Kurse betraf.

Erklärtes Ziel der DLRG war es, die Teilnehmerinnen zu ermutigen, dem Verein beizutreten, um sie so möglichst dauerhaft als Mitglieder zu halten. Es zeigte sich eine große Offenheit der DLRG-Mitglieder gegenüber den

Migrantinnen. Gleichzeitig gab es anfangs Unsicherheiten über die Ansprache der Mädchen und darüber, wie man sie für den Verein gewinnen kann. Hier gilt es, in weiteren, ähnlich gestalteten Kursen weitere Erfahrungen zu sammeln.

Summa summarum stellte das Jugendgruppenangebot der DLRG Grömitz ein tolles Podium dar, das sich perfekt für die Integration nutzen lässt. Deutsche und ausländische Kinder, Jugendliche und Heranwachsende können sich hier zum gegenseitigen Gedankenaustausch treffen und aufeinander zugehen.

Der Kurs wurde als Schwimm-Aufbaukurs mit geändertem Zusatzprogramm fortgesetzt.

Tipp

Den Kursnamen von allen Teilnehmerinnen gemeinsam auswählen lassen – das stärkt die Identifikation.

Aus der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft e. V. (DLRG)

Anfängerinnenschwimmen und Frauenfrühstück

DLRG-Ortsgruppe Wolfsburg e. V.

Schleusenpfad 1

38440 Wolfsburg

<http://www.wolfsburg.dlrg.de>

Projektleitung:

Werner Jacobs

Übungsleiterin:

Petra Brosig

Netzwerkpartner:

| Bildungszentrum Wolfsburg GmbH

| Gleichstellungsbüro der Stadt Wolfsburg

Koordinationspartner:

| Diakonie

| Lebenshilfe

Sportangebot:

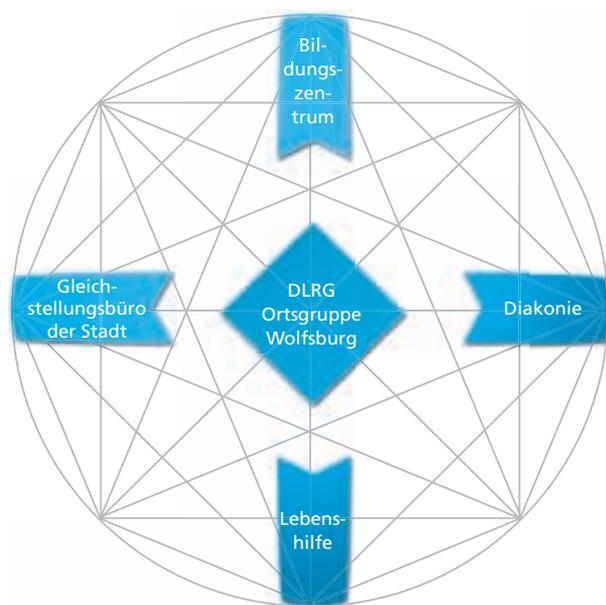
Anfängerinnenschwimmen

Zusatzangebot:

Frauenfrühstück

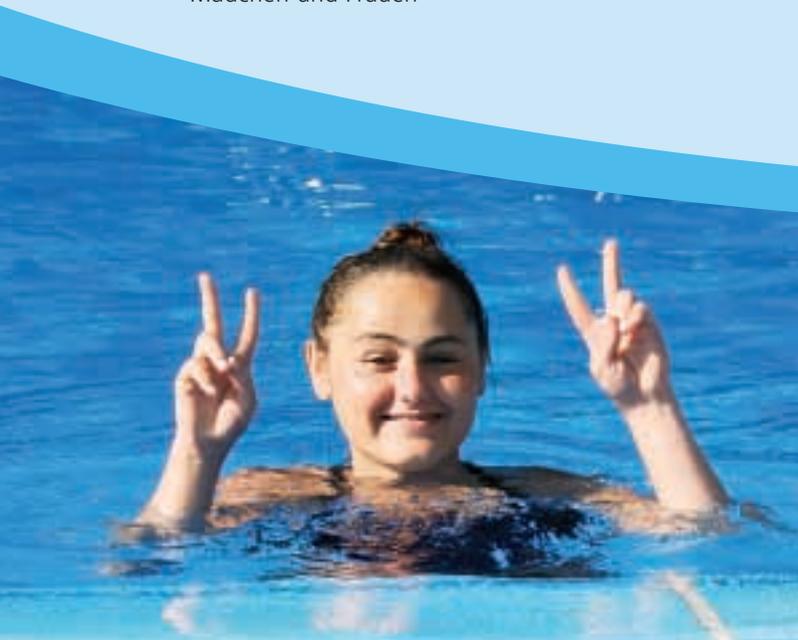
Teilnehmerinnen-Alter:

Mädchen und Frauen



Die Vorbereitung

Von Anfang an hatte sich die DLRG bemüht, Teilnehmerinnen für das Netzwerkprojekt auch über die Zeitung zu finden. Es meldete sich eine Mitarbeiterin der Diakonie mit einer Gruppe von Migrantinnen, die davon träumten, schwimmen zu können. Nach einem Kennenlerngespräch wurde das Projekt vorgestellt. Die Migrantinnen wünschten sich ein Bad nur für Frauen – das fand die DLRG bei der Lebenshilfe. Die Räumlichkeiten waren optimal: Relativ kleine Fenster mit Milchglasscheiben erlaubten keinen Einblick und die zusätzliche Installation von farbigem Licht im Raum ermöglichte es, Erkenntnisse aus der Farbtherapie einzusetzen. Aufgrund der positiven Voraussetzungen von Netzwerkpartnern und Badbetreiber war der Kurs sofort voll.





Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V.

„Nicht nur das Schwimmen, auch das regelmäßig stattfindende Frühstück fand großen Anklang. Hier konnten die Frauen diskutieren und sich austauschen. Eine besondere Hilfe erhielten wir dabei von unserem Netzwerkpartner, der das Thema ‚Integration‘ in Gesprächen und Arbeitsgruppen vertiefte. Da haben wir viel dazugelernt.“

Petra Brosig, Übungsleiterin, DLRG-Ortsgruppe Wolfsburg

Das Angebot

In der ersten Stunde war an ein geregeltes Kursangebot nicht zu denken: Die Frauen stürzten sich einfach voller Freude ins Wasser und tobten darin herum. Es ging sehr laut und fröhlich zu. Freiraum zu haben und sich auszuprobieren, das Wasser selbst zu erfahren, war allen ein elementares Bedürfnis. Diese Erkenntnis nahm die Übungsleiterin in die Kursgestaltung auf.

Außerhalb des Wassers wurde – neben geblockten Veranstaltungen wie dem Erste-Hilfe-Kurs – regelmäßig einmal im Monat ein Frauenfrühstück durchgeführt. Das erfreute sich großer Resonanz. Da die Kursleiterin durch zwei weibliche FSJ-Kräfte (Freiwilliges Soziales Jahr im Sport) unterstützt wurde, konnte während der Schwimmzeiten eine Kinderbetreuung angeboten werden.

Was fiel auf?

Am Ende jeder Stunde gab es eine Entspannungsphase, in der die Teilnehmerinnen einfach „die Seele baumeln“ lassen konnten. Das war sehr wichtig für sie. Allerdings wollten die Frauen das Wasser danach am liebsten gar nicht mehr verlassen – auch nicht, als die nächste Gruppe kam. Mit 15 Minuten „Wasserverbot“ zwischen den beiden Gruppenterminen wurde eine Lösung gefunden. Diese Zeit ließ sich perfekt für das Besprechen anstehender Veranstaltungen und Aktivitäten nutzen.

Das Resümee

Die Vereinsführung hat sich um Organisation, Kontakte und Finanzen gekümmert, sich überall für das Projekt eingesetzt und viel Überzeugungsarbeit geleistet. Das kam sehr gut an.

Der Frauenschwimmkurs wurde im Anschluss an das Projekt fortgeführt. Neben dem Brustschwimmen beherrschen die Frauen jetzt auch das Kraulschwimmen. Sie können außerdem springen und tauchen und lernten Elemente aus dem Rettungsschwimmen kennen. Zunächst waren es die Teilnehmerinnen des ersten Kurses, mit denen weitergearbeitet wurde, mittlerweile sind es ganz andere Frauen. Auch deutsche Frauen sind herzlich willkommen.

Tipp

Ein projektbegleitendes Frauenfrühstück lockert die Atmosphäre auf, bietet neue Einblicke und schafft Vertrauen.

Aus der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft e. V. (DLRG)

Frauenschwimmen und Palaver

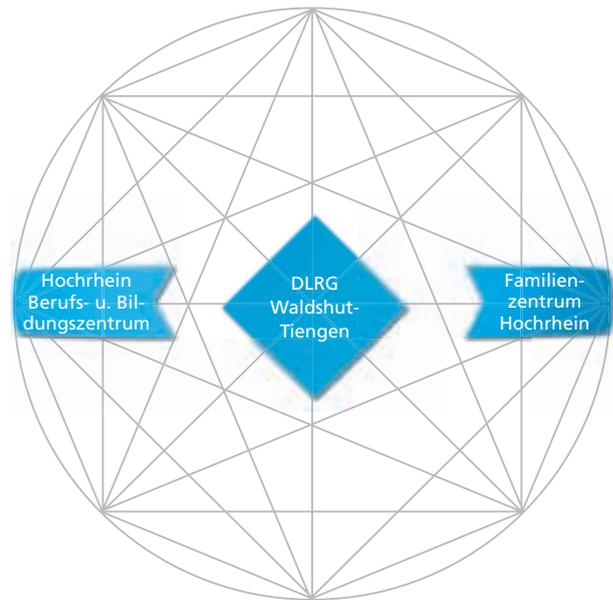
DLRG Waldshut-Tiengen e. V.
Maueräcker 1
79771 Klettgau
<http://www.waldshut-tiengen.dlrg.de>

Übungsleiterin:
Elke Lehr

Kooperationspartner:
| Familienzentrum Hochrhein (FaZ)
| Hochrhein Berufs- und Bildungszentrum (HBBZ)

Sportangebot:
Schwimmen

Zusatzangebot:
Frauengesprächskreis und Sprachunterricht



Die Vorbereitung

Die Gruppendynamik in einer bereits funktionierenden Gruppe (durch den Sprachkurs im HBBZ) war eine wichtige Voraussetzung, um möglichst viele Frauen erfolgreich anzusprechen.

Im informellen Netzwerk der Frauen hat sich das Kursangebot schnell herumgesprochen und ist zu einem echten Geheimtipp geworden.

Das Angebot

Das Schwimmen stärkte die Frauen nicht nur physisch: Da die Tür zum Hallenbad ohne Aufsicht nicht geöffnet blieb, mussten sich die Frauen an konkrete Regeln und Zeitvorgaben halten. Damit führte die Teilnahme am Schwimmunterricht ganz automatisch zu mehr Sozialkompetenz und Selbstbewusstsein, da jede Frau für ihr Zeitmanagement selbst verantwortlich war.





Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.

„Integration bedeutet für mich gegenseitigen Respekt. Den konnten wir im Projekt tagtäglich gemeinsam üben: sowohl die Frauen, die hier eine neue Heimat gesucht und zum Teil gefunden haben, als auch die Übungsleiterinnen, die geduldig lernen mussten, mit wenig Sprache und viel Empathie zu verstehen.“

Elke Lehr, Übungsleiterin, DLRG Waldshut-Tiengen

Die Kombination von Frauenpalaver und Sprachkurs bot den Frauen eine gute Möglichkeit, sich über das Schwimmen hinaus auszutauschen.

Aufgrund der hohen Teilnehmerinnenzahl und der unterschiedlichen Schwimmfähigkeiten mussten die Frauen, die zweimal wöchentlich den Lehrgang besuchten, in zwei Gruppen aufgeteilt werden.

Was fiel auf?

Die PR-Arbeit vor Ort war hervorragend. Die lokalen Zeitungen berichteten regelmäßig über das Projekt und sogar das ZDF sendete zwei Beiträge. Die Frauen waren sehr stolz auf das große Feedback. Sie erhielten eine CD mit Erinnerungsbildern aus dem Projekt und einem Mitschnitt der gesendeten Reportage mit Zustimmung des ZDF.

Das Resümee

Das große Interesse am Schwimmen hat die DLRG sehr positiv überrascht.

Durch das Projekt sind viele neue Kontakte entstanden, bereits bestehende wurden vertieft. Die offene Kommunikationsarbeit und der Austausch über alle

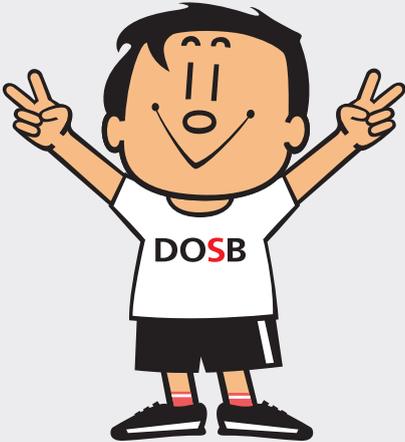
Projektebenen unter Beteiligung externer Expertinnen und Experten haben eine hervorragende Netzwerkarbeit ermöglicht. Das Erkennen und Kennenlernen von informellen Netzwerken der Migrantinnen hat zu neuen Ansätzen der Ansprache und einer ersten Kontaktaufnahme geführt – eine gute Basis für die künftige Zusammenarbeit.

Da die DLRG-Ortsgruppe auf lange Sicht keine kostenlose Kurse anbieten kann, wird in Zukunft ein Kostenbeitrag für die Kursteilnahme erhoben. Es ist zu prüfen, welche Rolle die finanzielle Förderung für die Teilnahme der Frauen am Schwimmunterricht spielt.

Die ausführlichen Erfahrungsberichte können kostenlos per E-Mail an kommunikation@bgst.dlrg.de angefordert werden.

Tipp

Die lokale Presse über das Kursangebot informieren und zu einem Interview einladen.





Von den knapp 5 Mio. Mitgliedern des Deutschen Turner-Bundes sind 3,5 Mio. Mädchen und Frauen. 80 % der Mitglieder sind im Bereich der GYMWELT (das sind Fitness- und Gesundheitssport, Gymnastik, Tanz, Vorführungen und Natursport) aktiv. Angesichts dieser Zahlen ist festzuhalten, dass die Angebotspalette des DTB vor allem Mädchen und Frauen anspricht und sich an ihren Interessen und Bedürfnissen orientiert. Der DTB ist damit auch attraktiv für Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund.

PD Dr. Maike Tietjens
DTB-Vizepräsidentin Personalentwicklung,
Gleichstellung und Frauen

„Es war eine schöne Erfahrung, zu sehen, dass – auch wenn der Kulturkreis, aus dem die Frauen kommen, ein anderer ist – die persönlichen Bedürfnisse und Interessen doch sehr ähnlich sind.“



Prof. Dr. Walter Brehm
DTB-Vizepräsident GYMWELT

„Ein erster Schritt ist getan, wir konnten Erfahrungen sammeln und Empfehlungen für die Vereine formulieren. Es ist jetzt an uns, diese Ideen auszubauen und für Nachhaltigkeit zu sorgen.“

Aus dem Deutschen Turner-Bund e. V.

Mutter und Kind in Bewegung



Turnverein Kesselstadt 1860 e. V.

Kastanienallee 144

63452 Hanau

<http://www.tvkesselstadt.de>

Übungsleiterin:

Katja Simon

Netzwerkpartner:

| Weststadtbüro

Kooperationspartner:

| Frauenbüro der Stadt Hanau

| MiMi Hessen

Sportangebot:

Mutter-Kind-Turnen

Zusatzangebot:

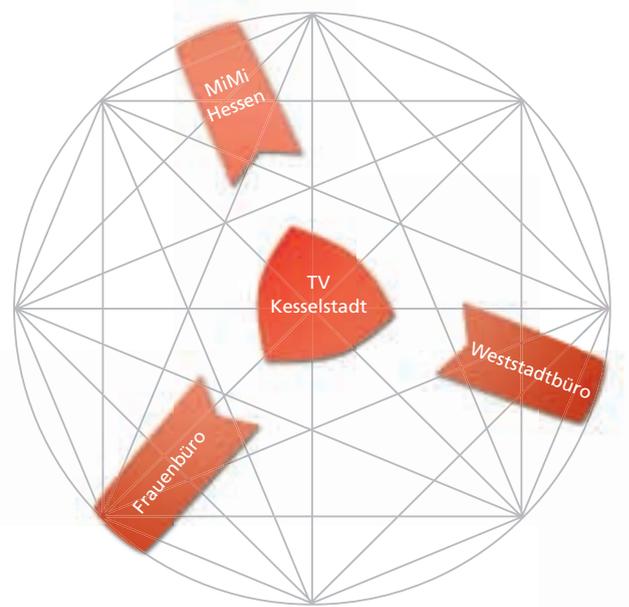
Hilfe für Frauen in Hanau,
Bewegung und Ernährung

Ort:

Vereinsheim TV Kesselstadt

Teilnehmerinnen-Alter:

20–40 Jahre, Vorschulkinder



Die Vorbereitung

Bei seinen Aktivitäten wurde der TV Kesselstadt vom Weststadtbüro, einem Treffpunkt für Bürgerinnen und Bürger der Hanauer Weststadt unterstützt. Da es in einer Stadt wie Hanau viele Angebote für Migrantinnen gibt, stand die Koordinierung der Kurstermine an erster Stelle. Dadurch wurde vermieden, dass sich das Kursangebot des Vereins mit anderen Angeboten überschneiden könnte.

Die Mütter wurden direkt über das Weststadtbüro eingeladen. Viele kannten den Verein bereits durch seine Angebote und waren sofort an einer Teilnahme interessiert. Über die Mütter wurden auch die Kinder zur Kursbeteiligung aktiviert. Außerdem lagen die Flyer überall im Weststadt-Viertel aus – in Geschäften und Kindergärten, im Kinderhort, in der Schule, im Jugendzentrum und bei der Frühförderung. Der Ansturm auf das erste Training war entsprechend hoch, ca. die Hälfte der Frauen nahm das Angebot in der Folge regelmäßig wahr.

Das Angebot

Das sportliche Angebot umfasste ein Mutter-Kind-Turnen. Es wurde sehr niederschwellig angesetzt, da viele Frauen noch nie in ihrem Leben Sport betrieben hatten.

„Integration ist Fleißarbeit mit vielen Hausaufgaben. Am Anfang dachte ich, wir erreichen bei den Frauen überhaupt nichts. Im Kurs schien einfach nichts vorwärtszugehen. Bis ich auf einem Stadtteilstfest von ‚meinen‘ Kursteilnehmerinnen so herzlich begrüßt und umarmt wurde, dass ich gespürt habe: Ich bin für die Frauen ein vertrauter Mensch. Das hat sehr gutgetan.“

Petra Heckmann, Turnabteilung, TV Kesselstadt

Das Zusatzangebot orientierte sich an den speziellen Wünschen der Frauen. Auf Nachfrage wurde erklärt, was es bedeutet, als Frau in Deutschland zu leben. Darüber hinaus erhielten die Frauen wichtige Hilfestellungen für ihr Leben in Hanau und zum Themenkreis Bewegung und Ernährung.

Der Sportkurs stand im Vordergrund, das Zusatzangebot wurde in drei gesondert stattfindenden Kurseinheiten behandelt.

Was fiel auf?

Das Weststadtbüro ist sehr klein, weshalb die Sportkurse dort nicht stattfinden konnten. Da das „nicht einsehbare“ Vereinsheim des TV Kesselstadt jedoch in fußläufiger Entfernung lag, trafen sich die Frauen und ihre Übungsleiterin am ihnen bekannten Weststadtbüro und gingen zusammen in die Räume des Vereinsheims hinüber. Eigentlich war diese Begleitung eher eine Notlösung gewesen, doch das änderte sich schnell: Die Frauen lernten sich bei dem gemeinsamen Spaziergang besser kennen, bauten Vertrauen auf und hatten riesigen Spaß.

Immer wieder kam es vor, dass auch Frauen ohne Kinder beim Mutter-Kind-Turnen erschienen. Auf Nachfrage wurde deutlich: Die Frauen wollten etwas für sich tun. Da es in ihrem Kulturkreis kein Mutter-Kind-Turnen gibt, dachten sie einfach: Turnen ist Turnen. Die Kursleiterinnen waren gern bereit, ihr Trainingsangebot umzustellen und boten für diese Frauen Gymnastik statt Mutter-Kind-Turnen an.

Das Resümee

Nach anfänglichen Raumproblemen lief das Projekt sehr gut an. Das Netzwerk zwischen Verein und dem Weststadtbüro funktionierte perfekt, so dass beide Partner beschlossen haben, die Zusammenarbeit fortzuführen.

Klar ist geworden: Integrationsarbeit bedeutet auch, einen langen Atem zu haben, stets den ersten Schritt in Richtung Annäherung zu machen und immer aktiv zu bleiben. Erst am Ende des Kurses wurde deutlich, dass die Frauen tatsächlich selbständiger und selbstbestimmter agierten.

Da im Vorfeld nicht immer klar ist, ob und wenn ja, wie oft Migrantinnen in ihrem Kulturkreis bereits mit Sport in Berührung gekommen sind, empfiehlt es sich, den Anspruch des Sportangebots anfangs eher niedrig zu halten – zum Beispiel kann Gymnastik der passende Einstieg sein.

Tipp

Gerade am Anfang gilt: Vertrauensarbeit ist wichtiger als ein ausgefeiltes Trainingskonzept.

Aus dem Deutschen Turner-Bund e. V.

Frauengymnastik direkt vor Ort



Turngemeinde Hanau 1837 a.V.

Jahnstraße 3

63450 Hanau

<http://www.tg-hanau.de>

Übungsleiterin:

Saskia Rust

Netzwerkpartner:

| Stadtteilbüro Süd-Ost

Kooperationspartner:

| Frauenbüro der Stadt Hanau

| „Kompetenz unterstützt“

Sportangebot:

Frauengymnastik

Zusatzangebot:

Frauen in Deutschland,

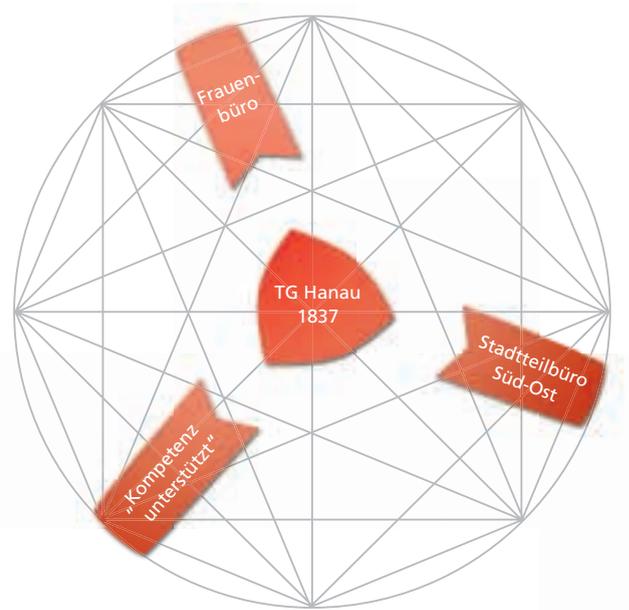
Hilfestellungen für Frauen in Hanau,

Handy-Verträge,

Verträge richtig abschließen

Teilnehmerinnen-Alter:

20–60 Jahre



Die Vorbereitung

Einmal mehr zeigte sich bei diesem Projekt: Gute Netzwerkarbeit kann schnell zu ausgebuchten Kursen führen. Für dieses Kursangebot wurden die Frauen direkt von den Mitarbeitern des Stadtteilbüros Süd-Ost eingeladen. Auch einfache Handzettel kamen zum Einsatz. Mit Erfolg: Von Anfang an bildete sich eine große Gruppe, die regelmäßig zu den Kursen erschien.

Das Angebot

Das sportliche Angebot umfasste ein Gymnastiktraining, in dem es vor allem darum ging, sich fit zu halten, um Rückenschmerzen und Beschwerden vorzubeugen.

Das Zusatzangebot orientierte sich an den speziellen Wünschen der Frauen. Hier wurde erklärt, was es bedeutet, als Frau in Deutschland im Allgemeinen und in Hanau im Besonderen zu leben. Es gab wichtige Hilfestellungen vor allem im Umgang mit Handys und für den Abschluss von Verträgen.

„Die Trainingsstunden mit Migrantinnen verlaufen etwas anders. Nicht, dass sie andere Ziele hätten als wir. Nein, sie haben dieselben Problemzonen und wollen abnehmen, aber sie brauchen Zeit, um die Übungen zu verstehen. Insgesamt geht alles ein bisschen langsamer, und das ist auch gut so. Man muss sich einfach nur mehr Zeit für sie nehmen.“

Saskia Rust, Übungsleiterin, TG Hanau

Was fiel auf?

Von Anfang an war klar: Die Teilnehmerinnen sind in vertrauter Umgebung einfach besser zu erreichen. Das Sportangebot der TG Hanau wurde daher direkt vor Ort in das Stadtteilzentrum Süd-Ost verlegt. Glücklicherweise hatte das Zentrum einen Raum frei, so blieb die Suche nach einer freien Halle erspart.

Das Resümee

Die städtischen Partner vermittelten den Zugang zur Zielgruppe durch bestehende Kontakte und stellten den Übungsraum zur Verfügung.

In einer „normalen“ Sporthalle hätte das Projekt aufgrund der begrenzt verfügbaren Übungsräume nicht oder nur schwierig durchgeführt werden können

Durch Gespräche vor und nach den Stunden, durch Erklärungen, wie ein Verein aufgebaut ist, was geleistet wird und wieso eine Mitgliedschaft wichtig ist, gelang es, eine Annäherung an die Migrantinnen zu erreichen und Neugier zu wecken. Einige der Frauen trauten sich, anschließend zum Vereinstraining zu gehen. Dass sie dort Trainingsbekleidung tragen sollten, war überhaupt kein Thema. Auch die Kopftücher wurden – nachdem klar war, dass keine Männer am Kurs teilnahmen – abgelegt.

Insgesamt erwies es sich als sehr vertrauensbildend, dass die Übungsleiterin der Bitte um Verständnis für das Verhüllungsgebot der islamischen Religion sofort nachkam und den Frauen die Entscheidung offenließ.

Hanau ist eine Stadt mit einem hohen Anteil von Menschen mit Migrationshintergrund. Die Einbindung dieser Gruppe in das Vereinsleben ist für die Zukunftsfähigkeit der Vereine von hoher Bedeutung.

Tipp

Prüfen, ob Sportangebote auch in Räumen von Kooperationspartnern durchgeführt werden können.

Aus dem Deutschen Turner-Bund e. V.

Frauengymnastik mit Informationsschnittstelle



Turn- und Sportverein
1860 Hanau e. V.
Philipp-August-Schleißner-Weg 2a
63452 Hanau
<http://www.tsv1860Hanau.de>

Übungsleiterin:

Saskia Rust

Netzwerkpartner:

| Nachbarschaftshaus Lamboy/Tümpelgarten

Kooperationspartner:

| Frauenbüro der Stadt Hanau

| MiMi Hessen

Sportangebot:

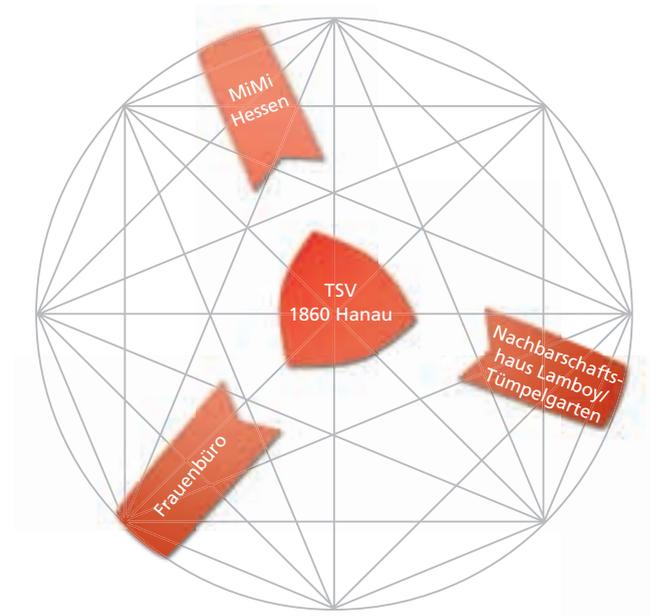
Frauengymnastik

Zusatzangebot:

Frauen in Deutschland,
Hilfestellung für Frauen in Deutschland,
Bewegung und Ernährung

Teilnehmerinnen-Alter:

20–60 Jahre



Die Vorbereitung

In Zusammenarbeit mit dem Nachbarschaftshaus besuchten die Übungsleiterin der künftigen Gruppe und die Abteilungsleiterin der Gymnastikabteilung des TSV 1860 Hanau dort mehrere Frauengesprächsrunden. Sie luden die Frauen aus dem Nachbarschaftshaus ein und zeigten ihnen anhand kleiner Übungssequenzen, was sie im Kurs erwarten würde. Ein Flyer, der in Schulen, Kitas und Geschäften verteilt wurde, präsentierte das Vereinsangebot.

Das Angebot

Das sportliche Angebot umfasste ein Gymnastiktraining, in dem es vor allem darum ging, sich fit zu halten, um Rückenschmerzen und Beschwerden vorzubeugen. Die Frauen hatten von Anfang an viel Spaß ... und MUSKELKATER – eine Empfindung, die ihnen bisher völlig unbekannt gewesen war.

Das Zusatzangebot orientierte sich an den speziellen Wünschen der Frauen. Ihnen wurde z. B. erklärt, was es bedeutet, als Frau in Deutschland zu leben. Auch

„Mir hat besonders gefallen, dass ich über das Netzwerkprojekt in Hanau auch die Verantwortlichen in den anderen Hanauer Vereinen kennenlernen konnte. Es gab viele interessante und informative Gespräche mit diversen Organisationen und Verantwortlichen, die uns neue Ideen und andere Sichtweisen eröffnet haben.“

Ursula Schindzielorz, Gymnastikabteilung, TSV 1860 Hanau

erhielten die Migrantinnen wichtige Hilfestellungen für ihren Alltag und zum Themenkreis Bewegung und Ernährung.

Für die Frauengymnastik wurde eine Kinderbetreuung eingerichtet.

Was fiel auf?

Leider gab es im Nachbarschaftshaus keine freien Räumlichkeiten. Dafür lag das Vereinsheim ganz in der Nähe. Mit den Interessentinnen wurde vereinbart, sich an den ersten drei Kurstagen im Nachbarschaftshaus zu treffen, um von dort gemeinsam über die Straße zum Vereinsheim zu gehen. Vorab schauten sich die Teilnehmerinnen die Halle im Keller des Vereinsheims an, die eine Umkleidekabine und einen eigenen Eingang durch den Garten besitzt. Die Frauen waren begeistert und auch erleichtert, als sie die nicht einsehbare Halle sahen.

Das Resümee

Nach anfänglichen Raumproblemen lief das Projekt sehr gut an.

Die unterschiedlichen Arbeitszeiten von Ehrenamtlichen und Hauptberuflern waren immer wieder ein Thema. Es war oft schwierig, alle „an einen Tisch“ zu bekommen. Wenn Frauen zu den Trainingsstunden kommen, finden sie das einfach nur positiv und wollen weitermachen. Diese Möglichkeit sollte ihnen – ob im Verein oder mit einem neuen Kurs – geboten werden.

Dass die Übungen gut durchgeführt werden konnten, lag vor allem an der Übungsleiterin, die die Übungen sehr geduldig und so lange erklärte, bis sie auch wirklich alle verstanden hatten.

Eine intensivere Vernetzung mit anderen am Ort tätigen sozialen Einrichtungen, z. B. dem Nachbarschaftshaus, wäre wünschenswert. So könnte das Sportangebot von Vereinen auch im Angebotsverzeichnis von anderen sozialen Einrichtungen präsentiert werden – und umgekehrt.

Bei starker Kälte, an muslimischen Feiertagen (davon gibt es mehr als den Ramadan – bitte informieren!) und kurz vor den Ferien waren die Migrantinnen familiär stark eingebunden. Bei der Erstellung von Angeboten sollte dies berücksichtigt und die Kurse sollten entsprechend von Mitte September bis Dezember und vom Februar bis zu den Sommerferien angeboten werden.

Tipp

Die Kooperation mit den Partnern eventuell auch für die Planung von Räumlichkeiten oder Personal nutzen.

Aus dem Deutschen Turner-Bund e. V.
Musikgarten für Babys & Co.



Sport- und Kulturgemeinschaft
Sprendlingen 1886 e. V.
Seilerstraße 9–13
63303 Dreieich
<http://www.skg-sprendlingen.de>

Übungsleiterinnen:

Kathrin Dante/Ilona Höttinger

Netzwerkpartner:

| Integrationsbüro der Stadt Dreieich

Kooperationspartner:

| Kita der Versöhnungsgemeinde

| Mädchen-Café

Sportangebot:

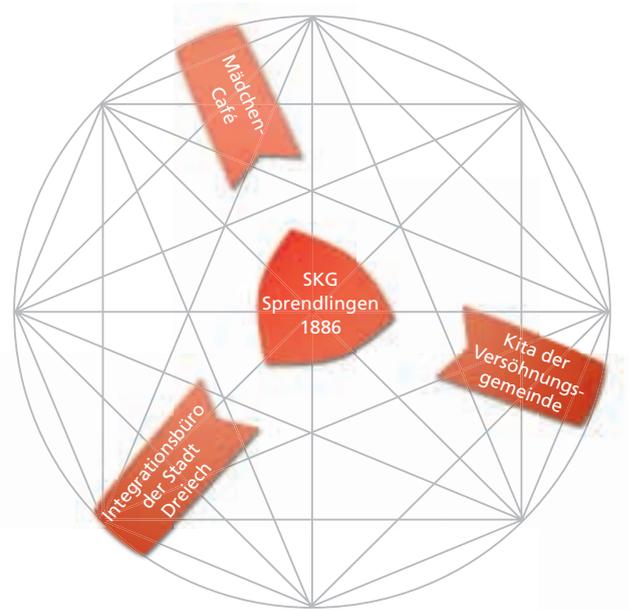
Mutter- und-Kind-Turnen

Zusatzangebot:

Musikalische Früherziehung für Babys

Teilnehmerinnen-Alter:

Mütter mit Kleinkindern



Die Vorbereitung

Die Versöhnungsgemeinde ist eine Institution, die bei Migrantinnen bekannt ist und der sie vertrauen, da sie immer gute Arbeit leistet. Für die Kursteilnahme wurden Mütter mit Migrationshintergrund direkt im Kindergarten der Gemeinde angesprochen und eingeladen. Vor Kursbeginn fand eine Schnupperstunde statt, in der Flyer verteilt wurden. Binnen einer Woche war der Kurs gut belegt.

Das Angebot

Aller Anfang ist schwer: Eigentlich war das Angebot als reines Mutter-Kind-Turnen geplant. Da jedoch dafür keine Übungsleiterin zur Verfügung stand, nahm der Verein das Angebot des Kooperationspartners gern an und veranstaltete stattdessen einen „Musikgarten“. Dort wurden Babys bis 18 Monate und ihre Mütter zum musikalischen Spiel eingeladen. In dieser frühen Phase sind

„Es ist manchmal aufwändig, das Netzwerk zu pflegen und sich gleichzeitig um die Wünsche der Migrantinnen zu kümmern. Aber auf die Dauer bekommt man viel zurück. So habe ich mich sehr über die Mundpropaganda gefreut, die zwei neue Kursteilnehmerinnen zu uns führte. Auch die Unterstützung durch die Gemeinde bei der Hallenabhängung hat gutgetan.“

Kathrin Dante, Übungsleiterin, SKG Sprendlingen 1886

gemeinsames Musizieren und Musikhören eine wichtige Nahrung für Körper, Seele und Gehirn; eine gute Gelegenheit für Mütter, einmal außerhalb der Familie an der Entwicklung ihres Kindes teilzuhaben.

Was fiel auf?

Bei diesem Projekt wurde Teamwork wirklich großgeschrieben. Beide Kooperationspartner waren sicher, dass ein Mutter-Kind-Turnen in Form eines „Musikgartens“ oder auch „solo“ in der Nachbarschaft auf großes Interesse treffen würde und vereinbarten, den Kurs gemeinsam auf die Beine zu stellen, sobald eine geeignete Übungsleiterin zur Verfügung steht.

Das Resümee

Die Kooperation zwischen der Versöhnungsgemeinde und der SKG Sprendlingen lief von Anfang an hervorragend. So konnte der Verein die guten Kontakte der Versöhnungsgemeinde für die Gewinnung der Teilnehmerinnen nutzen und wurde auch beim Gestalten des Kursangebots tatkräftig unterstützt.

Neben der fehlenden Übungsleiterin für das Mutter-Kind-Turnen stellte die Koordination der Kurszeiten immer wieder ein Problem dar, da Arbeit und Familie auch die Teilnehmerinnen beanspruchten. Die Zusammenarbeit mit allen Beteiligten (Netzwerkpartner wie Migrantinnen) fußte auf einer langsamen Annäherung. Je besser man sich kennenlernte, desto größer wurde das Vertrauen und desto kontinuierlicher wird sich die gemeinsame Arbeit auch in Zukunft fortsetzen lassen.

Die ausführlichen Erfahrungsberichte können beim DTB bei Maria Irala unter maria.irala@dtb-online.de angefordert werden.

Tip

Regelmäßig mit den Netzwerkpartnern treffen, damit auf Herausforderungen schnell reagiert werden kann.





In Stuttgart leben rund 230.000 Menschen mit Migrationshintergrund. Mädchen und Frauen sind in den Sportvereinen und in Sportangeboten deutlich unterrepräsentiert. Der LSV startete das Netzwerkprojekt in Kooperation mit dem Sportkreis Stuttgart und dem Programm „Gemeinschaftserlebnis Sport“, um speziell Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund zu erreichen: „Wir möchten verstärkt diese Zielgruppe für Bewegungs- und Sportangebote gewinnen“, so LSV-Präsident Dieter Schmidt-Volkmar.



Rainer Hipp
LSV - Hauptgeschäftsführer

„Der Landessportverband Baden-Württemberg ist seit über 20 Jahren mit dem Programm ‚Integration durch Sport‘ in der Integrationsarbeit tätig. Zahlreiche Positionspapiere zu Sport und Zuwanderung, die in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Olympischen Sportbund erstellt wurden, stellen eine wesentliche Grundlage des Arbeitsschwerpunkts Integration dar. Hierbei wird aufgrund gesellschaftlicher und politischer Entwicklungen ein pluralistischer Integrationsansatz vertreten. Über verschiedene Handlungsansätze

der Netzwerkarbeit, aktive Teilhabe oder Qualifizierung werden über das Medium Sport an die Situation vor Ort angepasste Angebote für eine gelingende Integration geschaffen. Dabei hat sich gezeigt, dass oft spezielle Rahmenbedingungen notwendig sind, um Frauen mit Migrationshintergrund zum Sporttreiben zu animieren. Durch das DOSB-Netzwerkprojekt wurden in der Stadt Stuttgart für Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund neue Zugänge zu Sport, Bewegung und Gesundheit erprobt und für den Vereinssport nutzbar gemacht.“

Aus dem Landessportverband Baden-Württemberg e. V.
Fit im Tanzen, fit am PC



MTV Stuttgart e. V.
Am Kräherwald 190a
70193 Stuttgart
<http://www.mtv-stuttgart.de>

Übungsleiterin:
Katharina Krell

Netzwerkpartner:
| Gemeinschaftserlebnis Sport

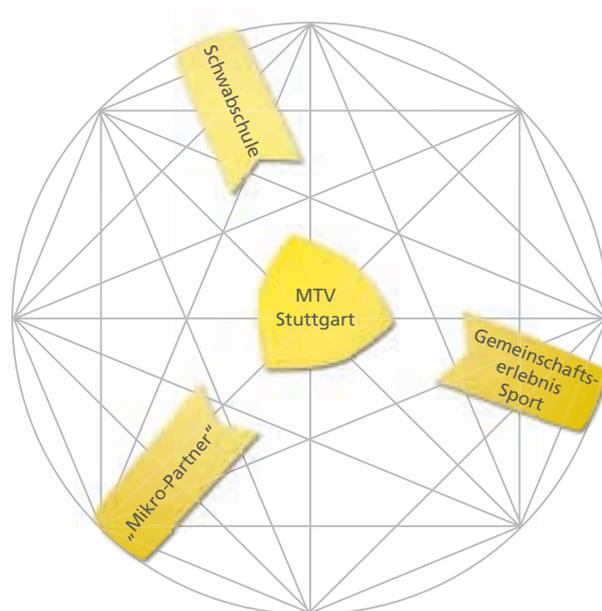
Kooperationspartner:
| „Mikro-Partner“
| Schwabschule

Sportangebot:
Fitness-Tanz

Zusatzangebot:
Computerkurs

Ort:
Sporthalle Schwabschule und
Räumlichkeiten von „Mikro-Partner“

Teilnehmerinnen-Alter:
14–57 Jahre



Die Vorbereitung

Von Anfang an bestand an dem Computerkurs-Zusatzangebot großes Interesse, so dass die Plätze schnell belegt waren. Mit der Verteilung von Flyern in den umliegenden „Mama lernt Deutsch“-Kursen und in den Erziehungsberatungskursen des Elternseminars wurde die Zielgruppe gut erreicht. Über Mundpropaganda sprach sich das Angebot im Eltern-Kind-Zentrum schnell herum und auch in der Schwabschule selbst wurden die Flyer mit großem Interesse wahrgenommen. Von Vorteil war auch die Ankündigung in der lokalen Presse: Sowohl die russischsprachige Zeitschrift „Impuls“ als auch das Stuttgarter „Wochenblatt“ berichteten über das Kursangebot.

Das Angebot

Fitness – für den PC?! In den wöchentlich stattfindenden Kursstunden lernten die Teilnehmerinnen nicht nur, Maus und Tastatur zu bedienen. Der allgemeine Umgang mit

„In der ersten Stunde hatte ich Angst, dass die Frauen nur wegen des Computerkurses gekommen waren. Während ich sie noch die Teilnehmerlisten ausfüllen ließ, waren mir die ersten schon wieder entwischt. Positiv überrascht war ich, als ich an die Halle kam und die Frauen dort schon umgezogen auf den Start des Gymnastikangebots warteten.“

Katharina Krell, Übungsleiterin, MTV Stuttgart

dem PC, die „Basics“, zählten ebenso zu den Unterrichtsthemen wie „Ich und das Internet“, ein Überblick über Softwareprodukte und konkrete Vertiefungen mit besonderem Nutzen für Migrantinnen.

Nach dem Einsatz von Kopf und Hand folgte das Training des restlichen Körpers. Der Kurs startete mit einer kleinen Aerobic-Kombination zum Aufwärmen. Anschließend wurde beim Krafttraining (Zirkel und BOP) Kondition für den choreografischen Tanzschluss teil aufgebaut.

Sowohl das Sport- als auch das Zusatzangebot fanden im Stuttgarter Westen statt. Für das Sportangebot stellte „Gemeinschaftserlebnis Sport“ (GES) eine Hallenzeit in der Schwabschule zur Verfügung. Von Vorteil war hier, dass die gut ausgestattete Schulturnhalle von außen nicht einsehbar ist.

Was fiel auf?

In der ersten Stunde brachten einige Mütter überraschend ihren Nachwuchs mit. Für acht Kinder im Alter bis sechs Jahren musste auf die Schnelle eine Kinderbetreuung organisiert werden. Insbesondere während des Computerkurses mit den vielen Geräten, Kabeln und Steckdosen erwies sich dies als notwendig. Dagegen war in der Sporthalle ausreichend Platz und Material sowohl für die Frauen als auch für die Kinder vorhanden.

Das Resümee

Das Computerkursangebot sorgte für einen regelrechten Ansturm auf die Kursplätze. Die Projektreferentin staunte nicht schlecht, als die Frauen auch an dem angebotenen Fitness-Tanzkurs mit sehr viel Begeisterung teilnahmen. Mehr noch: Viele Frauen wünschten sich eine Fortführung des Sportangebots, auch wenn das Computerangebot nicht weiterfinanziert worden wäre. Die große Teilnehmerinnenzahl in beiden Kursangeboten wurde durch die Nähe der beiden Veranstaltungsorte (PC-Raum und Sporthalle liegen nur 500 m voneinander entfernt) weiter begünstigt.

Schön war, dass „Mikro-Partner“ viel Verständnis für das Problem mit der Kinderbetreuung hatte und sofort Spielsachen und Räumlichkeiten zur Verfügung stellte.

Auch sonst war das Thema Kinderbetreuung im Verlauf des Kurses keine große Hürde: Schnell meldete sich die Bekannte einer Kursteilnehmerin, die diese Aufgabe gern ehrenamtlich übernahm. Das war natürlich ideal.

Tipp

Das Thema Kinderbetreuung auch im Kurs diskutieren. Vielleicht gibt es eine ehrenamtliche Lösung.

Aus dem Landessportverband Baden-Württemberg e. V.

Gymmix und Mama lernt Deutsch



TB Bad Cannstatt e. V.

Emil-Kiemlen-Weg 51

70376 Stuttgart

<http://www.tbcannstatt.de>

Übungsleiterin:

Birgit Wiede-Renz

Netzwerkpartner:

| „Frauen im Stadtteil aktiv“

| Stabsstelle für Integrationspolitik

Kooperationspartner:

| Nachbarschaftstreff Hallschlag

Sportangebot:

Gymnastik-Mix

Zusatzangebot:

Mama lernt Deutsch

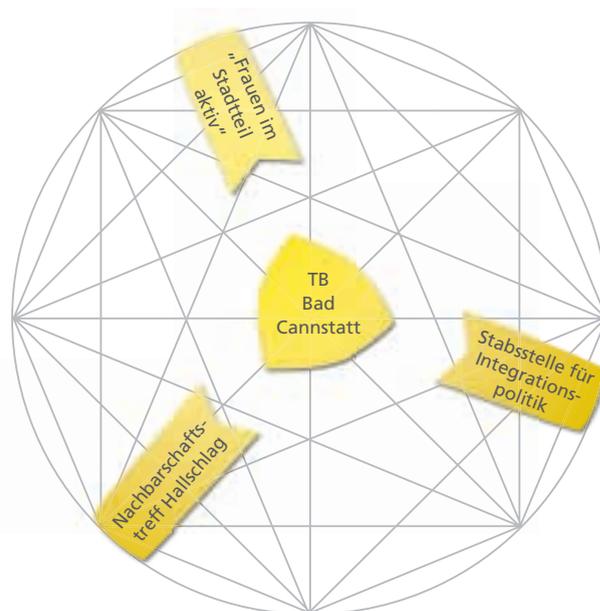
Ort:

Gymnastikraum des Nachbarschaftstreffs

Hallschlag

Teilnehmerinnen-Alter:

25–50 Jahre



Die Vorbereitung

Netzwerken par excellence: Die Kontaktaufnahme mit dem Nachbarschaftstreff Hallschlag war ein voller Erfolg. Der Gymnastikraum für das Sportangebot stand bereits im Vorfeld zur Verfügung, so dass der TB Bad Cannstatt nur noch eine Übungsleiterin „organisieren“ musste. Zur Anpassung der Angebotsinhalte an die Zielgruppe wurden die Migrantinnen bei einem Nachbarschaftstreffen befragt, welches Angebot und welche Zeiten sie sich wünschten.

Das Netzwerkprojekt wurde in den bereits bestehenden „Mama lernt Deutsch“-Kursen vorgestellt. Darüber hinaus gab es Veröffentlichungen im monatlich erscheinenden Infobrief des Nachbarschaftstreffs und in einer russischsprachigen Zeitschrift.

Das Angebot

Und eins und zwei und drei und vier: Bei Gymmix handelt es sich um eine Mischung aus Aerobic, Bauch-Beine-Po, Dehnungsübungen und Entspannung. Im „Mama-lernt-Deutsch“-Kurs erhielten die Teilnehmerinnen ein Kommunikationstraining in Deutsch. Darüber hinaus wurden

„Nationalität und Religiosität der Teilnehmerinnen sind für die Terminplanung wichtig. Wir haben nicht bedacht, dass in unserem Kurs Ramadan und Schulferien zusammenkamen. Sonst hätte die eine oder andere der vielen türkischen Teilnehmerinnen sicher regelmäßiger und auch öfter an unserem Angebot teilgenommen.“

Birgit Wiede-Renz, Übungsleiterin, TB Bad Cannstatt

sie über Schul- und Ausbildungsmöglichkeiten informiert, sie erhielten Kontakte und Unterstützung und lernten die Vielfalt der Angebote im Stadtteil kennen und nutzen.

Die Gymnastik- und Sprachkurse wurden direkt im Anschluss im Gymnastikraum des Nachbarschaftstreffs Hallschlag angeboten, der während der Kurslaufzeit kostenlos zur Verfügung stand. Der Raum ist von außen nicht einsehbar und mit Materialien wie Petzi-Bällen, Matten, Gewichten etc. ausgestattet.

Was fiel auf?

Anfangs nahmen Frauen unterschiedlicher Nationalität am Angebot teil. Nach und nach kamen immer mehr Türkinnen in die Gruppe, die von dem Angebot über Mundpropaganda erfahren hatten. Das änderte sich mit den Sommerferien, in denen viele Frauen in die Türkei verreisten. Aus einer Anzeige in der Zeitschrift „Impuls“ hatten aber einige aus Russland stammende Frauen von dem Angebot erfahren und besuchten die Kurse verstärkt während der Sommerferien. Leider begann der Fastenmonat Ramadan in diesem Jahr direkt im Anschluss an die Sommerferien, so dass in den letzten zwei Stunden nur noch ein bis zwei Frauen anwesend waren. Insgesamt kam keine feste Gruppe zustande, jede Frau war im Schnitt an fünf Terminen anwesend. Ein weiterer Punkt, den es künftig zu optimieren gilt: Teilweise waren zu den Stunden bis zu vier Kinder im Alter bis zu drei Jahren dabei. Hier wäre eine Kinderbetreuung sinnvoll gewesen.

Das Resümee

Das „Networking“ klappte hervorragend, so dass die Kurse schnell realisiert werden konnten. Da der Raum schon im Vorfeld zur Verfügung stand, musste der Verein nur eine Übungsleiterin bereitstellen.

Grundsätzlich ist die zeitliche Belastung der Migrantinnen aufgrund von Kinderbetreuung und Haushalt sehr hoch. Das führte dazu, dass die Termine von ihnen nicht regelmäßig wahrgenommen werden konnten. Allerdings wurde ein Angebot der zeitlichen Entzerrung der Kurse von den Teilnehmerinnen abgelehnt.

Wenn viele Türkinnen an den angebotenen Kursen teilnehmen, sollten diese nicht in den Sommerferien stattfinden, da hier Reisen in das Herkunftsland den Vorrang haben. Auch eine Überschneidung mit dem Fastenmonat Ramadan sollte vermieden werden.

Tipp

Bei Angeboten für junge Frauen die Möglichkeit einer Kinderbetreuung einplanen.

Aerobic und Frauenthemen



TV 89 Zuffenhausen e. V.

Fleiner Straße 76a

70437 Stuttgart

<http://www.tv-89-zuffenhausen.de>

Übungsleiterin:

Katharina Krell

Netzwerkpartner:

| Stabsstelle für Integrationspolitik

Kooperationspartner:

| Jugendhaus Zuffenhausen

| pro familia

| Hauswirtschaftsschule Zuffenhausen

Sportangebot:

Aerobic und Tanz

Zusatzangebot:

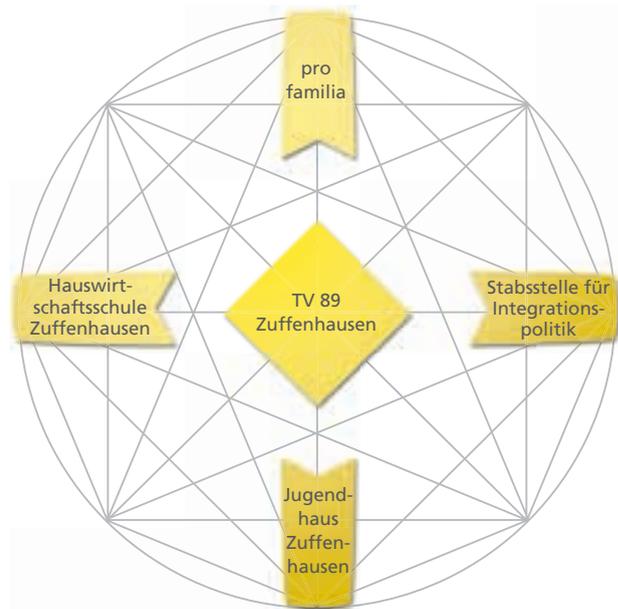
Aufklärung zu frauenrelevanten Themen

Ort:

Jugendhaus Zuffenhausen

Teilnehmerinnen-Alter:

15–18 Jahre



Die Vorbereitung

Gewusst mit wem, ist gewusst wie! Die Verantwortliche der Stabsstelle für Integrationspolitik empfahl den Kontakt mit der Hauswirtschaftsschule in Zuffenhausen, die schon sehr lange auf der Suche nach einem Sportangebot für die Mädchen einer Klasse war. Nach einem gemeinsamen Planungsgespräch war die Zusammenarbeit klar: Der TV 89 Zuffenhausen stellte ein Sportangebot für die Zeit nach den Herbstferien zusammen, die Lehrerin der Hauswirtschaftsschule kümmerte sich um die Mädchen und organisierte die Räumlichkeiten.

Das Angebot

„Let’s dance“: Nach dem ersten Aufwärmen, einigen Dehnungsübungen und einer kurzen Kräftigung stand eine Hip-Hop-Choreografie auf dem Programm.

Nach dem Sportkurs konnten sich die Mädchen an drei Terminen à vier Unterrichtseinheiten bei pro familia über Themen wie weibliche Rollenbilder, Verhütungsmethoden, sexuell übertragbare Krankheiten, Frauenarzt, Freundschaft, Liebe und Partnerschaft u. Ä. informieren.

„Uns hat besonders überrascht, dass keines der Mädchen außerhalb der Schule ein Hobby hatte. Sicher wäre etwas Hobby-Erfahrung gerade für den Umgang mit einer doch sehr trainingsintensiven Choreografie wünschenswert gewesen.“

Katharina Krell, Übungsleiterin TV 89 Zuffenhausen

Die Termine wurden direkt zwischen pro familia und der Lehrerin der Hauswirtschaftsschule vereinbart, die ihre Schülerinnen zu dem Zusatzangebot begleitete.

Was fiel auf?

Es wurde lange nach einer geeigneten Räumlichkeit gesucht. In der Hauswirtschaftsschule selbst gab es kaum Möglichkeiten und die umliegenden Sporthallen waren bereits belegt. Erst kurz vor Beginn kam die Zusage vom Jugendhaus Zuffenhausen (ca. 300 m von der Schule entfernt), das zwölf Wochen lang kostenlos einen Raum zur Verfügung stellte.

Die Motivation der Mädchen war anfangs sehr hoch, ließ mit der Zeit jedoch nach. Die Mädchen waren oft müde oder klagten über Bauchschmerzen und konnten deshalb nicht teilnehmen. Teilweise waren sie sehr unkonzentriert, so dass die Schritte oft wiederholt werden mussten und die Choreografie in der nächsten Stunde schon wieder vergessen war. Parallel dazu zeigte sich schnell, dass die etwas besseren Tänzerinnen unterfordert waren. Um alle Mädchen gleichermaßen zu aktivieren, perfektionierten die guten Tänzerinnen ihre Schritte und halfen anschließend den etwas Schwächeren.

Das Resümee

Die Zusammenarbeit mit der engagierten Hauswirtschaftslehrerin hat sehr gut funktioniert – vor allem wurde die Projektreferentin bei der Werbung, bei der Raumsuche, aber auch bei der Koordination des Zusatzangebots von pro familia stark entlastet.

Die Erfahrung, dass Tanzen nicht einfach so funktioniert, dass man die Schritte immer wieder üben und am Tanzen dranbleiben muss, war auf der einen Seite eine große Herausforderung. Die Mädchen mussten immer von neuem motiviert und angespornt werden, zusammenzuarbeiten und synchron zu bleiben. Auf der anderen Seite hat genau diese Arbeit die Gruppe im Verlauf des Kurses sehr zusammengeschweißt.

Die drei Jungen der Klasse monierten, dass es für die Mädchen ein Angebot gab und für sie nicht. Das Jugendhaus Zuffenhausen, in dem das Tanzangebot für die Mädchen stattfand, akquirierte die Jungen daher kurzerhand für ein jugendhauseigenes Boxprojekt.

Tipp

Themen und Ideen gemeinsam angehen – dann kann vieles gelingen.

Aus dem Landessportverband Baden-Württemberg e. V.
Schwimmen auf der Gesundheitswelle



TB Untertürkheim e. V.
Augsburger Straße 371
70372 Stuttgart
<http://www.tb-untertuerkheim.de>

Übungsleiterinnen:
Julia Eitler/Katharina Krell

Netzwerkpartner:
| Stabsstelle für Integrationspolitik

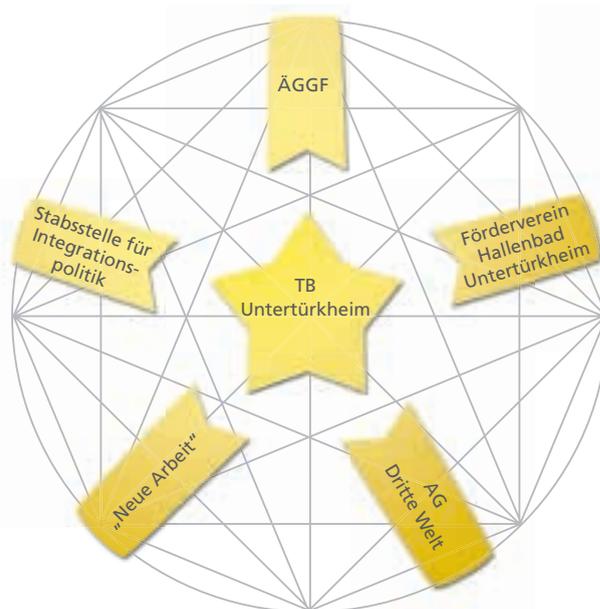
Kooperationspartner:
| Förderverein Hallenbad Untertürkheim
| ÄGGF (Ärztliche Gesellschaft zur Gesundheitsförderung der Frau)
| „Neue Arbeit“
| AG Dritte Welt

Sportangebot:
Schwimmen, Wassergymnastik

Zusatzangebot:
Gesundheitsberatung (ÄGGF),
Computerkurs („Neue Arbeit“)

Ort:
Hallenbad Untertürkheim, Schulungsräume von
„Neue Arbeit“ (Computerkurs)

Teilnehmerinnen-Alter:
16–57 Jahre



Die Vorbereitung

Sport für Migrantinnen war in Untertürkheim nichts Neues. Es existierte bereits ein Vorgängerprojekt, „Mädchen und Frauen für den Sport“ – Initiiert vom Sportkreis Stuttgart und „Gemeinschaftserlebnis Sport“. Darauf konnte der TB Untertürkheim mit dem Netzwerkprojekt aufbauen. Die Grundidee wurde beibehalten und das Angebot wurde in enger Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft Dritte Welt (AGDW) und der Stabsstelle für Integrationspolitik erstellt. Aufgrund des Vorgängerprojekts, aber auch der guten Vernetzung sprach sich schnell herum, dass es in Untertürkheim wieder ein Sportangebot für Migrantinnen gibt – diesmal im Rahmen des DOSB-Netzwerkprojekts. Schon nach einer Stunde waren alle 60 (in den späteren Kursen sogar 70) Plätze belegt, so dass eine Warteliste angelegt werden musste. Da das Mindestteilnehmerinnenalter von Anfang an auf 16 Jahre festgelegt wurde, war eine Kinderbetreuung nicht erforderlich.

Das Angebot

Schwimmen macht Spaß, und wie. Vom Anfängerschwimmkurs über den Schwimmkurs für Fortgeschrittene bis hin zur Wassergymnastik mit Bällen, Brettern

„Sportstätten – in unserem Fall die Schwimmhalle – sollten von außen nicht einsehbar sein. Auch wenn die Frauen nach den ersten Trainings gar nicht mehr darauf achten, können Fensterfronten ein Grund für mangelndes Kursinteresse sein. Mit etwas Improvisationsgeist und großen Tüchern oder Papier lässt sich ein guter Sichtschutz herstellen.“

Julia Eitler, Übungsleiterin, TB Untertürkheim

und Nudeln reichte das Angebot, das von allen Teilnehmerinnen mit viel Begeisterung aufgenommen wurde. Die Zusatzangebote Gesundheitsberatung und Computerkurs fanden ebenfalls großen Anklang. Praktisch war, dass die Gesundheitsberatung mit Themen wie „Menstruationshygiene im Sport“, „Vorsorgeuntersuchungen“ oder „Ernährung und Übergewicht“ direkt im Empfangsbereich des Schwimmbads angeboten wurde. Doch auch die Computerkurse, in denen die Frauen den PC und die Kommunikationsmöglichkeiten per E-Mail und über das Internet kennenlernten, wurden rege besucht.

Was fiel auf?

Die Schwimmkurse fanden im Hallenbad Untertürkheim, einem ehemals städtischen Bad statt. Das Bad verfügt über zahlreiche Umkleidemöglichkeiten (auch Einzelkabinen) und ist zur Straße hin nicht einsehbar. Nach hinten hat es jedoch eine Glasfront, so dass der Beckenbereich von der Vereinsgaststätte des dort liegenden Rudervereins zu sehen ist. In den ersten vier Stunden haben die Frauen die Fenster abgeklebt und mit Schwimmbrettern zugestellt, danach war der Sichtschutz kein Thema mehr.

Die Teilnehmerinnenzahl von rund 60 bis 70 Frauen pro Kurs erwies sich als grenzwertig. Auch wenn durchgängig zwei Übungsleiterinnen – eine als Aufsicht, eine als Kursleiterin – im Einsatz waren, konnte so keine individuelle Betreuung realisiert werden. Da viele Frauen nach einer anderen Kurszeit, z. B. morgens oder abends, sowie nach zusätzlichen Schwimmzeiten fragten, wurde mehr-

fach versucht, eine zweite Schwimmbadzeit zu organisieren – leider ohne Erfolg. Um der großen Nachfrage dennoch zu entsprechen, wurde schließlich ein zweiter Schwimmkurs angeboten.

Das Resümee

Die Tatsache, dass in Untertürkheim bereits im Vorfeld ein Sportangebot für Migrantinnen existierte, trug dazu bei, dass der Kurs in kürzester Zeit ausgebucht war. Dank der guten Netzwerkarbeit waren sowohl Übungsleiterinnen als auch Kursräumlichkeiten vorhanden, was zum reibungslosen Ablauf beitrug.

Eine ähnliche Entwicklung wie beim Sichtschutz war bei der Badebekleidung erkennbar: Zu Beginn trugen die Frauen lange T-Shirts und Leggings, die sich beim Schwimmen mit Wasser vollsogen. Die Frauen merkten schnell, dass es sich im Badeanzug besser schwimmen lässt. Manche Frauen trugen über ihrem Badeanzug oder Bikini eine kurze Radlerhose oder ein enges Top.

Keine der Teilnehmerinnen wollte im Burkini (ein Ganzkörperschwimmanzug) schwimmen, obwohl über 70 % der Frauen Musliminnen waren.

Tipp

Die Badebekleidung sollten die Frauen im Rahmen der Sicherheitsvorschriften selbst auswählen können.



SKG Gablenberg 1884 e. V.

Lenninger Straße 8

70186 Stuttgart

<http://www.skg-gablenberg.de>

Übungsleiterin:

Canan Güneri

Netzwerkpartner:

| Gemeinwesenarbeit Stöckach

| Jugendamt

Kooperationspartner:

| Gesundheitsamt

| Kindergarten Heilandskirche

| Deutsches Rotes Kreuz

Sportangebot:

Gymnastik

Zusatzangebot:

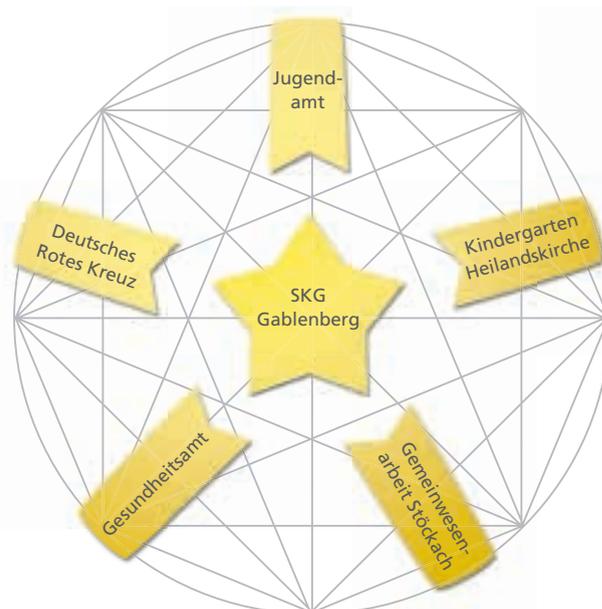
Kindererziehung, Gesund essen – besser lernen

Ort:

Gemeindesaal Heilandskirche

Teilnehmerinnen-Alter:

37–47 Jahre



Die Vorbereitung

Durch die guten Kontakte des Netzwerkpartners Gemeinwesenarbeit Stöckach zum Kindergarten der Heilandskirche durfte der Gemeindesaal der Heilandskirche kostenlos genutzt werden. Der Raum ist sehr groß und hell. Außerdem liegt er direkt neben dem Kindergarten und war für alle Teilnehmerinnen sehr gut zu erreichen. Von Vorteil war bei der Raumorganisation sicherlich die Tatsache, dass ein Großteil der am Gymnastikkurs teilnehmenden Frauen ihre Kinder im Kindergarten der Heilandskirche angemeldet hatte.

In einem ersten Treffen legten Verein und Netzwerkpartner das Sport- und Zusatzangebot sowie die Rahmenbedingungen fest. Gestartet wurde mit einer Schnupperstunde, für die die Gemeinwesenarbeit Stöckach bei den Migrantinnen, zu denen bereits Kontakt bestand, geworben hatte.

Sowohl die Schnupperstunde als auch der anschließende Kurs waren von Anfang an sehr gut besucht.

„Am Anfang kam ich mir fast vor wie in der Türkei. Alle Frauen haben untereinander und auch mit mir Türkisch gesprochen. Das hat dazu geführt, dass die beiden deutschen Frauen, die ebenfalls am Kurs teilnahmen, Verständigungsprobleme hatten. Wir haben das besprochen und dann gemeinsam die Kurssprache ‚Deutsch‘ festgelegt.“

Canan Güneri, Übungsleiterin, SKG Gablenberg 1884

Das Angebot

Das Gymnastik-Sportangebot startete jeweils mit einem leichten Aufwärmtraining. In den einzelnen Übungsstunden wurden Rücken, Beckenboden, aber auch Arme und Beine trainiert. Kleine Spiele und Entspannungsübungen sorgten immer wieder für Spaß und Abwechslung. Im Zusatzangebot, das zum Teil beim Netzwerkpartner der Gemeinwesenarbeit Stöckach und zum Teil bei Elternabenden des Kindergartens stattfand, standen Themen wie die Kindererziehung und der Zusammenhang von gutem Essen und Lernerfolg im Fokus.

Viele Frauen brachten ihre Kinder in die Gymnastikstunde mit. Für Kinder, die für den Kindergarten noch zu jung waren, wurde über den Netzwerkpartner eine Kinderbetreuung organisiert.

Was fiel auf?

Da der Verein in der Zeit, in der der Gemeindesaal zur Verfügung stand, keine Übungsleiterin bereitstellen konnte, half das Deutsche Rote Kreuz mit einer Übungsleiterin sowie einigen Sportmaterialien aus. Die Materialien durften sogar über die gesamte Kurslaufzeit im Gemeindesaal deponiert werden.

Das Resümee

Es stellte sich als gute Idee heraus, das Angebot auf den Vormittag zu legen. Die Räumlichkeiten waren gut erreichbar. Zu der Türkisch sprechenden Übungsleiterin bauten die zum Großteil türkischen Kursteilnehmerinnen schnell Vertrauen auf.

Sowohl der Anschluss an eine bekannte Organisation als auch die Kinderbetreuung über den Kindergarten haben entscheidend zur guten Reaktion auf das Kursangebot beigetragen. Hier wurde deutlich, wie wichtig eine gute Vernetzung für den Erfolg eines Projekts ist.

Der Verein und die Heilandskirche haben direkt im Anschluss gemeinsam zwei weitere Kurse realisiert.

Tipp

Das Thema Sprache offensiv angehen – die meisten Kursteilnehmerinnen wollen gern Deutsch lernen.



I Sportjugend (SJB) im Landessportbund Berlin e. V.



Die Handlungsfelder der Sportjugend Berlin sind zielgruppenspezifisch ausgerichtet und setzen unter gesellschafts- und jugendpolitischen Erfordernissen entsprechende Schwerpunkte. Ziel der sozialen Arbeit ist in einem berlinweit existierenden Netzwerk der Sportjugend die Unterstützung der sozialen Eingliederung und Förderung von benachteiligten Kindern und Jugendlichen. Prävention und Intervention in sozial hochbelasteten Stadtquartieren und schwierigen Sozialräumen stehen im Vordergrund.



Tobias Dollase
Vorsitzender Sportjugend Berlin

„Integration im und durch Sport ist eine dauerhafte gesellschaftliche Aufgabe mit vielen Facetten. Sport bietet den unterschiedlichen Bevölkerungsgruppen große Potenziale der Begegnung, der Erlangung sozialer Anerkennung und der Gesundheitsvorsorge. Er fördert darüber hinaus in ungewöhnlicher Weise den Zusammenhalt der Gesellschaft. Trotz der durchaus positiven Integrationsbilanz des organisierten Sports und der Berliner Sportvereine gehören Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund zu den noch unterrepräsentierten

Bevölkerungsgruppen im organisierten Sport. Diese Tatsache war für die Sportjugend Berlin mit ausschlaggebend, sich an der Umsetzung des Netzwerkprojekts ‚Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport‘ zu beteiligen. Die Ergebnisse des Netzwerkprojektes und die davon abzuleitenden strategischen Umsetzungsschritte werden im organisierten Berliner Sport die zukünftige Integrationsarbeit für Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund konzeptionell verändern, um bestehende Defizite abzubauen.“

Von der Matte auf die Bühne



Erster Berliner Judo Club e. V.

c/o Barbara Westphal
Pintschallee 10b
12347 Berlin
<http://www.ebjc.de>

Übungsleiterin:

Lea Folkerts

Netzwerkpartner:

- | Migrationsbeauftragter des Bezirks
Berlin-Neukölln
- | Gleichstellungsbeauftragte des Bezirks
Berlin-Neukölln
- | Jugendmigrationsdienst

Kooperationspartner:

- | Karl-Weise-Schule

Sportangebot:

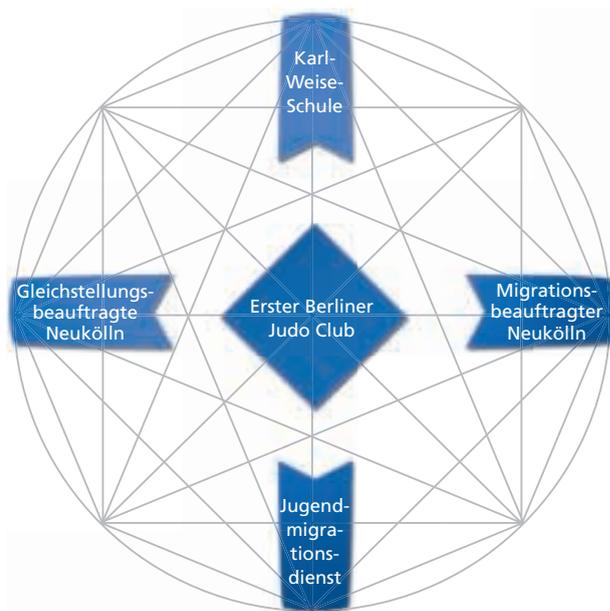
Judo

Zusatzangebot:

Theater zum Thema
„Gesunde Ernährung“

Teilnehmerinnen-Alter:

Mädchen der dritten Klasse



Die Vorbereitung

Die Gewinnung der Karl-Weise-Schule als Partnerin war ein großer Glücksfall für das Netzwerkprojekt. So konnten die Mädchen direkt in der Schule und im Hort angesprochen werden. Das Projekt wurde in der Schule persönlich vorgestellt. Interessierte Teilnehmerinnen meldeten sich anschließend über die bei der Koordinatorin ausliegende Liste für das Kursangebot an.

Das Angebot

Beim Projektangebot Judo ging es nicht nur sportlich zu. Natürlich standen Bewegungsspiele, Übungen und einfache Judo-Techniken ganz oben auf dem Kursplan. Doch die Vermittlung von Judo-Werten und die Stärkung der Sozialkompetenz waren wichtige „Beiwerte“, die Mädchen wie Initiatoren gleichermaßen begeisterten.

„Als wir für das Netzwerkprojekt angefragt wurden, dachten wir vor allem daran, mehr Menschen für unseren Verein zu begeistern. Durch die Arbeit am Projekt ist ein weiterer Faktor dazugekommen: Die Akzeptanz unserer Vereinsmitglieder für diese Art der Projektarbeit hat sich erheblich verbessert.“

Barbara Westphal, Vorstand, Erster Berliner Judo Club

Beim Zusatzangebot ging es um das Thema „Gesunde Ernährung“. Für das Theaterspiel war die Kreativität der TeilnehmerInnen gefragt: Zunächst ging es darum, die Aufgaben der DarstellerInnen im Stück zu entwickeln. In einem weiteren Schritt schrieben die Mädchen selbst ihre Gedanken zur Handlung nieder. Natürlich wurde am Ende auch gespielt – was allen Beteiligten sichtbar viel Spaß machte.

Was fiel auf?

Mit dem starken Netzwerk wurde die Basis für weitere Gemeinschaftsprojekte gelegt. Die Kombination von Sport- und Zusatzangebot kam sehr gut an, so dass das Theaterprojekt über den Auftritt in der Karl-Weise-Schule auf Auftritte sowohl innerhalb von Berlin-Neukölln als auch innerhalb des Netzwerks ausgeweitet wurde.

Das Resümee

Die Mädchen haben mit großer Freude an den Kursangeboten teilgenommen.

Die Unterstützung der Karl-Weise-Schule und die Kooperation mit ihr verliefen hervorragend. Gemeinsam mit der Schulleitung werden bereits Pläne für weitere Projekte geschmiedet. Das Sportangebot wird in Form einer Sport-AG im kommenden Schuljahr weitergeführt. Ziel dieser AG wird es sein, die Mädchen auf die ersten Gürtelprüfungen vorzubereiten – und für eine Fortführung ihrer sportlichen Aktivität im Verein zu gewinnen.

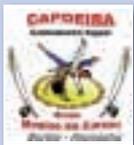
Über den Auftritt an der eigenen Schule hinaus konnte die Theatergruppe weitere Auftritte sowohl innerhalb des Kiezes als auch des Netzwerkprojekts realisieren. Das gute Zusammenspiel zwischen den Kooperationspartnern hat dazu geführt, dass das Theaterspielen mit seiner interessanten und für die Zielgruppe äußerst motivierenden Form der Sprachkompetenzförderung schnell eine Vorbildfunktion für weitere Akteure der Jugendsozialarbeit bekam.

Der Verein ist mit den Ergebnissen des Netzwerkprojekts sehr zufrieden: Die bestehende Kooperation mit der Schule wurde gefestigt und der Verein konnte seine Angebote über die starken Netzwerkpartner für die Akteure im Kiez noch bekannter machen.

Tipp

Kooperationen mit Schulen erleichtern das Finden von TeilnehmerInnen und Sporthallen.

Streetdance und Ernährung



Grupo Menino do Curuzu e. V.

c/o Brigitta Bremme
Warschauer Straße 66
10243 Berlin

Übungsleiterin:

Liliana Bremme

Netzwerkpartner:

| Seniorenfreizeitstätte
| SOJA – Sportorientierte Jugendarbeit

Kooperationspartner:

| BBC-Jugendclub

Sportangebot:

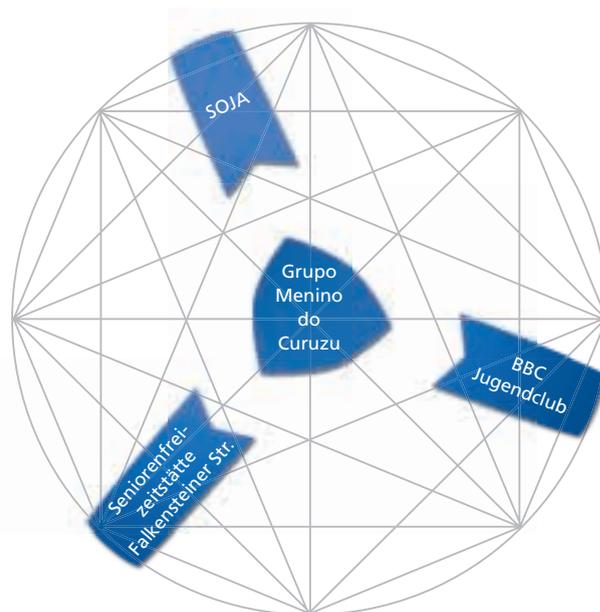
Streetdance

Zusatzangebot:

Gesundheits- und Erziehungsberatung
„Probier mal, wie das schmeckt!“

Teilnehmerinnen-Alter:

8–10 Jahre



Die Vorbereitung

Eigentlich war das Kursangebot in der Konzeption für 12- bis 16-jährige Mädchen angedacht. Die Klientel des BBC-Jugendclubs hatte sich jedoch im Frühjahr verändert, so dass die Kurse kurzfristig an die Bedürfnisse von Mädchen im Alter von acht bis zehn Jahren angepasst werden mussten.

Durch die direkte und persönliche Ansprache der Mädchen im BBC-Jugendclub war es möglich, schnell und ohne großen werblichen Aufwand eine Gruppe zusammenzustellen.

Das Angebot

In Zeiten von DSDS, Popstars, Supertalent etc. haben viele Mädchen den Traum, so tanzen zu können wie ihre Stars. Das Angebot „Streetdance“ passte damit perfekt in die Zeit – und zur Zielgruppe.

Die Mädchen hatten die Möglichkeit, Schritte und Kombinationen aus den Bereichen Streetdance, Hip-Hop, Latin, Krumping, Popping und Jump Style zu erlernen.



„Am Anfang war das schon eine Überraschung. Die Mädchen im Jugendclub waren viel jünger als – wie gedacht – zwischen 12 und 16 Jahre alt. Wir waren sehr gespannt, ob Streetdance überhaupt ankommt. Kam es aber. Die Mädels haben super mitgemacht. Nicht nur beim Training und beim anschließenden Vortanzen. Sie waren auch beim Kochen mit viel Begeisterung dabei.“

Liliana Bremme, Übungsleiterin Grupo Menino de Curuzu

Neben dem aktiven Einstudieren der Schritte wurden den Mädchen theoretische Kenntnisse über den Ursprung der einzelnen Tanzstile vermittelt. Ziel war die gemeinsame Erarbeitung einer kurzen Choreografie.

Das Zusatzangebot widmete sich dem Thema „Probier mal, wie das schmeckt!“ In Gesprächen wurde zusammen mit den Mädchen herausgearbeitet, was gesundes Essen ist, warum es gesund ist und wie man gesundes Essen kocht. In kindgerechter Weise stellte die Jugendclub-Referentin Vitamine, verschiedene Nährstoffe und deren Bedeutung vor.

Was fiel auf?

Einer der Höhepunkte des Kurses war das gemeinsame Kochen. Die Mädchen erhielten dabei Rezepte, so dass sie die Gerichte zu Hause nachkochen konnten. Der praktische Bezug zur Theorie des Zusatzangebots wurde sehr gut aufgenommen.

Das Resümee

Die teilnehmenden Mädchen hatten alle sehr viel Spaß am Tanzen. Durch das Tanztraining gelang es der Trainerin, bei den Mädchen Freude an der Bewegung zu wecken und zu fördern. Auch das Selbstbewusstsein und das Selbstvertrauen wurden gestärkt.

Tipp

Ein starkes Motto macht neugierig:
„Probier mal, wie das schmeckt!“

Aus der Sportjugend im Landessportbund Berlin e. V.
Gesundheitsorientiertes Fitnessstraining



Seitenwechsel e. V.

Gneisenaustraße 2a

10961 Berlin

<http://www.seitenwechsel-berlin.de>

Übungsleiterin:

Silvana Bosso

Kooperationspartner:

| E.-O. Plauen-Grundschule

| Arkasu e. V.

| HeileHaus e. V.

Sportangebot:

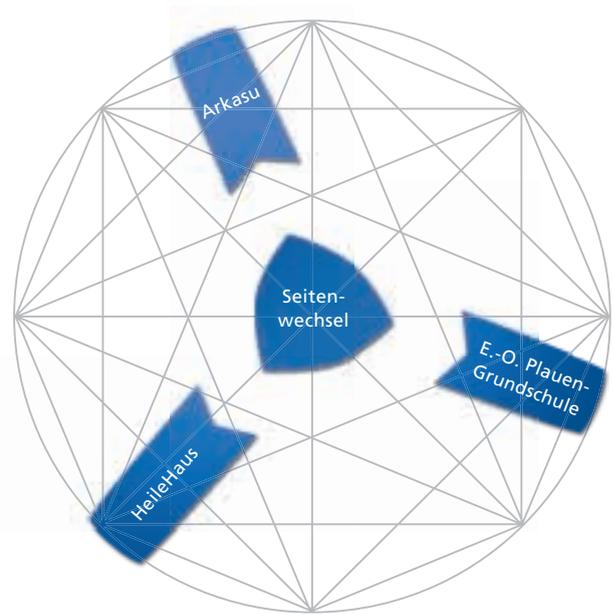
Fitness

Zusatzangebot:

Gesundheits- und Erziehungsberatung

Teilnehmerinnen-Alter:

25–40 Jahre



Die Vorbereitung

Das Netzwerkprojekt wurde für die Mütter der Basketball Mädchen des Vereins initiiert. Da die Mütter sowieso während des Trainings ihrer Töchter auf der Tribüne sitzen, bot ihnen das Fitness-Sportangebot mit Gesundheits- und Erziehungsberatung eine Alternative zum Warten.

Mit einem Fragebogen wurden potenzielle Interessen aus der Gruppe der Mütter ermittelt. So konnten die Frauen das Kursangebot im Vorfeld mitbestimmen. Das größte Interesse bestand zu den Angeboten Fitness und Gesundheit/Aerobic.

Für die Ansprache der Teilnehmerinnen war es sehr positiv, dass die Kursteilnehmerinnen die Mütter von bereits trainierenden Mädchen waren. So konnte der Kurs schnell und mit einer konstanten Teilnehmerinnenzahl beginnen.

Das Angebot

Das Kursangebot fand parallel zum Basketball-Training der Kinder statt. In zehn Wochen wurde den Frauen ein gesundheitsorientiertes Fitnessstraining mit kommunikativen Elementen angeboten. Das Ausprobieren der

„Es war wirklich sehr schön zu erleben, wie die Kursteilnehmerinnen zu einem richtig tollen Team zusammengewachsen sind. Dabei ging die Motivation weit über den Sport hinaus. Die Frauen führten mit uns aber auch untereinander viele wichtige Gespräche. Das Selbstbewusstsein stieg von Woche zu Woche spürbar an. Das war auch für uns ein tolles Gefühl.“

Silvana Bosso, Trainerin, Seitenwechsel

individuellen Möglichkeiten stand dabei im Vordergrund. Um herauszufinden, was den Teilnehmerinnen am besten liegt, wurden sowohl „bewegte“ als auch ruhigere Elemente in das Programm integriert.

Parallel dazu fand eine Beratung im Bereich Gesundheit statt. Bezüglich eines Zusatzangebots hatten die Frauen im Vorfeld den Wunsch nach einer Erziehungsberatung geäußert. Dies wurde in Form von zusätzlichen Erziehungsberatungs-Einheiten berücksichtigt.

Was fiel auf?

Lange Pausen entstanden durch Sommerferien und Ramadan.

Die Kursteilnehmerinnen kamen ausschließlich aus der Türkei, die Kursleiterin jedoch nicht. Das war zwar bei diesem Kurs kein Problem, könnte jedoch bei anderen Kursen vor allem zu Sprachproblemen führen.

Möglicherweise wäre es eine Lösung, Übungsleiterinnen aus dem Teilnehmerinnenkreis auszubilden.

Das Resümee

Die Gruppe war sehr lebendig, die Frauen hatten viel Spaß an den gemeinsamen Spielen und zeigten sich hochmotiviert. Das war sicher auch ein Grund für die sehr lockere und offene Lernatmosphäre. Die Teilnehmerinnen nutzten die Kurse auch, um sich auszutauschen und individuelle Themen zu besprechen, was sich zum Teil störend auf die Übungsstunden auswirkte.

Mit der Informations-, Motivations- und Kompetenzförderung unterstützten die beiden Zusatzangebote die Eigeninitiative der Teilnehmerinnen und den selbstverantwortlichen Umgang mit ihrem eigenen Körper.

Um die Kursteilnehmerinnen zu erreichen, empfiehlt es sich – angesichts der Mehrzahl an türkischen Teilnehmerinnen –, wenn möglich, eine türkischstämmige Übungsleiterin einzusetzen.

Summa summarum kann festgestellt werden: Für die Vereine stellen die Zusatzangebote eine perfekte Möglichkeit dar, das eigene Angebot in einem anderen Umfeld zu bewerben. Die teilnehmenden Frauen nutzen die Chance, im Sport- und Gesundheitsnetzwerk ihr ganz persönliches Lieblingsangebot zu finden, wahrzunehmen und ggf. über informelle Netzwerke an andere Frauen weiterzuempfehlen

Tipp

Bei der Kurserstellung auf Ramadan und Ferienzeiten achten.

Selbstverteidigung mit Zukunft



No Style Combat e. V.
Grünberger Straße 73
10245 Berlin
<http://www.no-style-combat.org>

Übungsleiterin:
Ines Strobel

Netzwerkpartner:
| Migrationsbeauftragter des Bezirks Neukölln

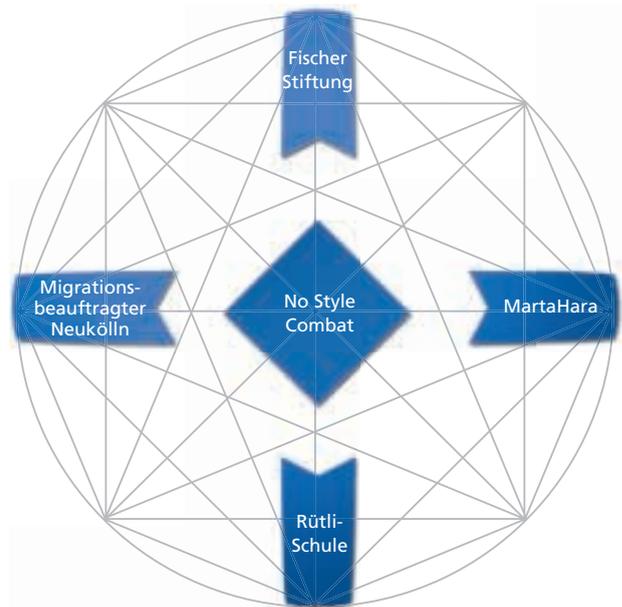
Kooperationspartner:
| MartaHara e. V.
| Fischer Stiftung
| Rütli-Schule

Sportangebot:
Selbstverteidigung und Selbstbehauptung

Zusatzangebot:
Zukunftswerkstatt – soziale Verantwortung

Ort:
Sporthalle der Rütli-Schule

Teilnehmerinnen-Alter:
12–16 Jahre



Die Vorbereitung

„No Style Combat“ ist ein kleiner Sportverein, der sich auf Kampfsportarten spezialisiert hat und sehr offen für integrative Projekte ist.

Das Netzwerkprojekt wurde von der Kursleiterin im Sportunterricht der Rütli-Schule vorgestellt und als Projekt im Rahmen der Schulzeit angekündigt (Anmerkung: Der Kurs fand nicht innerhalb des regulären Sportunterrichts statt, sondern zusätzlich dazu innerhalb der ersten beiden Blöcke des Unterrichts am Vormittag.) Die Rütli-Schule hat als Problemschule mit vielfältigen sozialen Konflikten bundesweit Bekanntheit erlangt.

Das Angebot

Das speziell für Schulen mit hohem Migrationsanteil konzipierte Trainingsangebot verfolgte das Ziel, ein Bewegungsangebot für Mädchen umzusetzen, das ihren Bedürfnissen und Ansprüchen gerecht wird und ihre Handlungsräume erweitert. Das auf Selbstverteidigung

„Bei den Teilnehmerinnen mussten wir feststellen: Der Sport kann sich in diesem Alter gegenüber bereits vorhandenen oder parallel ablaufenden Sozialisationsprozessen nicht wirklich durchsetzen. Damit die positiven Werte des Sports auch wirklich nachhaltig wirken können, sind gute Kooperationen und Vernetzungen mit anderen Strukturen wichtig.“

Susanne Diemer, Vorsitzende, No Style Combat

basierende Angebot für Mädchen sollte ein Lernklima schaffen, das auf Konfliktfähigkeit, gegenseitige Anerkennung und Respekt zielt.

Als Zusatzangebot bot der Kooperationspartner Marta-Hara e. V. eine Zukunftswerkstatt an, in der das Thema „Was wir brauchen, um stark zu sein“ und damit Fragen zur Sozialkompetenz ausführlich behandelt wurden.

Der Selbstverteidigungskurs fand während der Schulzeit statt, die Zukunftswerkstatt wurde ebenfalls vor Ort an der Schule realisiert.

Was fiel auf?

Auch wenn die Neugier am Anfang groß war und die Mädchen viel Spaß an den Fallübungen hatten, kollidierte die Lust am Toben und Bewegen schon bald mit dem Selbstbildnis, das die Mädchen von sich als Frauen haben. Viele empfanden die körperliche Anstrengung als „unweiblich“ und erklärten, dass Sport bei „ihnen“ nicht üblich sei. Aus dieser Ungeübtheit heraus zeigte ein Großteil der Teilnehmerinnen sportlich-motorische Defizite. Die Übungsleiterin reagierte darauf und gestaltete das Sportangebot entsprechend niedrigschwelliger.

Das Resümee

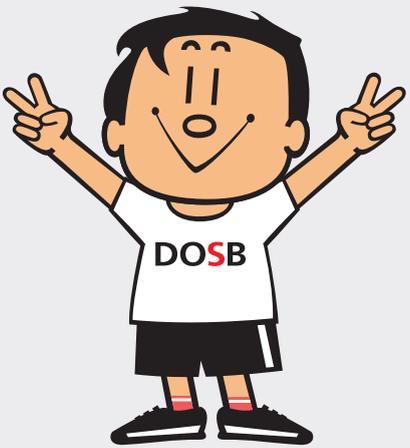
Mit der Rütli-Schule war ein guter Partner für ein auf junge Migrantinnen abgestimmtes Sportangebot gefunden. Auch der Sportverein hat sich mit einem speziell für Schulen mit hohem Migrationsanteil konzipierten Trainingsangebot optimal vorbereitet.

Allerdings bestätigte sich in dem Kurs eine Erfahrung aus der langjährigen Trainingspraxis in diesem Bereich: Kulturelle Bilder und Normen werden zu einem „Bewegungs-Hemmnis“ für Mädchen, wenn diese die Bilder und Normen als Teil ihrer Identität empfinden. Der Kurs hat deutlich gemacht: Die Neugier und die Lust an der Bewegung lassen sich für selbstbewusste Entwicklungen im Jugendalter nur noch weitaus weniger als bei Kindern nutzen.

Ganz anders waren die Erfahrungen mit einem ähnlichen Kursangebot, das „No Style Combat“ für jüngere Mädchen im Netzwerkprojekt mit einer anderen Schule initiiert hatte: Hier waren die sportlichen Selbstverteidigungseinheiten das Zugpferd, da die Kinder im Alter von sieben bis elf Jahren noch ein enormes körperliches Bedürfnis haben, sich motorisch auszuzeichnen und entsprechend offen für die Kursinhalte sind.

Tipp

Kulturelle Bilder und Normen bei der Kursgestaltung für junge Frauen berücksichtigen.



I Das Bundesprogramm „Integration durch Sport“



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Das Bundesprogramm „Integration durch Sport“ wird vom Bundesministerium des Innern (BMI) aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestags und durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert. Es betrachtet Zuwanderung als Bereicherung für die deutsche Sportlandschaft. Vielfalt und Besonderheiten unterschiedlicher Kulturen werden nicht als Gegensätze, sondern als gegenseitige Ergänzung und damit als Gewinn für alle betrachtet. Dazu gehört, die Vielschichtigkeit unserer Gesellschaft anzuerkennen und Potenziale, die sich in den Erfahrungen und Kompetenzen von Menschen mit Migrationshintergrund widerspiegeln, zu fördern und gemeinsame Gestaltungsräume zu schaffen.



Walter Schneeloch
Vizepräsident Breitensport des
Deutschen Olympischen Sportbunds

„Im Sport haben wir mit dem Programm ‚Integration durch Sport‘ ein solides Fundament und viele funktionierende Good-Practice-Beispiele geschaffen. Nun gilt es, das Programm weiter auszubauen und zu stärken, damit wir unserer wachsenden Verantwortung gerecht werden.“

Das Bundesprogramm „Integration durch Sport“

Grundlage unserer Arbeit im Netzwerkprojekt „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“ ist ein Grundverständnis von Integration, das in dem vom Bund geförderten Programm „Integration durch Sport“ entwickelt wurde. Daher ist das hier vorgestellte Integrationsverständnis ein wichtiger Schritt zum Verständnis der Projektarbeit.

Die Programmstruktur

Das Programm „Integration durch Sport“ ist auf Bundesebene an den Deutschen Olympischen Sportbund angegliedert. Auf Landesebene wird es eigenverantwortlich von den Landes- und Regionalkoordinations (bzw. den Landes- und Regionalkoordinatoren und -koordinatorinnen) umgesetzt, von denen die Sportvereine, Netzwerkpartner und freiwillig Engagierten an der Basis in ihrer Integrationsarbeit vor Ort konzeptionell, planerisch und organisatorisch unterstützt werden.

Das Bundesministerium des Innern (BMI) und das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) stehen dem Programm als Zuwendungsgeber und Partner im Prozess der Programmoptimierung begleitend zur Seite.

Bundeskoordination

Die Bundeskoordination im Deutschen Olympischen Sportbund übernimmt die Steuerung und Gesamtkoordination des Programms. Damit wird eine einheitliche Ausrichtung der 16 Landesprogramme unter Berücksichtigung länderspezifischer Gegebenheiten und Bedürfnisse gewährleistet. Zu den zentralen Aufgaben der Bundeskoordination gehören die Beratung und Begleitung der Landeskoordinations bei der Umsetzung der Programmkonzeption, die kontinuierliche Weiterentwicklung der

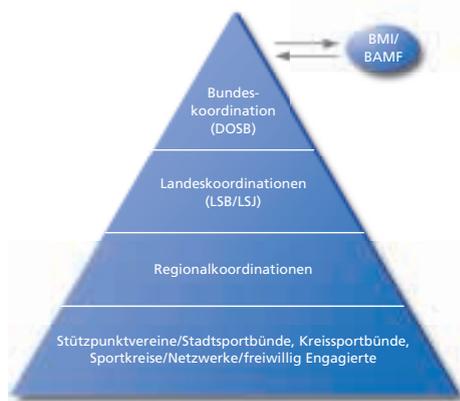
Programmarbeit auf der Grundlage gesellschaftlicher und politischer Entwicklungen sowie wissenschaftlicher Erkenntnisse, die Dokumentation, Vernetzung und Multiplikation der Erfahrungen und Erkenntnisse aus der Programmarbeit, der Transfer der Bundesmittel an die Landeskoordinations, die Akquise von Drittmitteln für die Ausweitung der Programmarbeit sowie die Kommunikation und Präsentation des Programms nach innen und außen.

I Landes- und Regionalkoordinations

Die Landes- und Regionalkoordinations sind in den einzelnen Bundesländern an die jeweiligen Landessportbünde (LSB) bzw. die Landessportjugenden (LSJ) angegliedert und setzen das Programm vor dem Hintergrund der bundesländerspezifischen Rahmenbedingungen auf Landesebene um. Sie beraten und begleiten Sportvereine, Netzwerke und Projekte vor Ort bei der Entwicklung und Umsetzung von sportbezogenen Integrationskonzepten, bieten finanzielle Unterstützung, aktivieren, betreuen und koordinieren die vielen freiwillig Engagierten an der Basis, sind am Aufbau und der Pflege von Netzwerken beteiligt und zeichnen darüber hinaus für die Entwicklung und Umsetzung von Qualifizierungsangeboten im Rahmen der interkulturellen Öffnung sowie die Öffentlichkeitsarbeit der einzelnen Landesprogramme verantwortlich.

I Stützpunktvereine

Die Programmstruktur bilden sogenannte Stützpunktvereine: Sportvereine, die sich im Rahmen des Programms „Integration durch Sport“ für die Integrationsarbeit engagieren. Ihr zentraler Stellenwert für die Programmumsetzung liegt in der Gewährleistung einer regelmäßigen, langfristigen und kontinuierlichen Arbeit vor Ort und der Schaffung und Förderung von Integrationsstrukturen unter Einbindung des organisierten Sports.



Das Programm unterstützt die Stützpunktvereine dabei in Form von materieller bzw. finanzieller Förderung oder ideell, bspw. durch konzeptionelle Beratung und Begleitung. Für eine finanzielle Förderung von Stützpunktvereinen, die im Regelfall als Anschubfinanzierung auf fünf Jahre begrenzt ist, gelten entsprechende Förderbedingungen (erhältlich bei der zuständigen Landeskoordination).

Sportvereine, die aufgrund der Sozialraumstruktur (z. B. erhöhter Anteil der Zielgruppe im Verein oder im Umfeld des Vereins) einen erkennbaren Integrationsbedarf haben oder die bei ihrem integrativen Engagement unterstützt werden wollen, können sich an die zuständige Landeskoordination wenden.

I Freiwillig Engagierte

Das Programm „Integration durch Sport“ arbeitet – wie der organisierte Sport allgemein – auf der Grundlage des freiwilligen Engagements. Freiwillig Engagierte sind eine wichtige Voraussetzung für die erfolgreiche und kontinuierliche Umsetzung der Integrationsarbeit an der Basis.

Die Einsatz- und Tätigkeitsfelder der freiwillig Engagierten im Programm „Integration durch Sport“ sind sehr vielfältig. Sie können als Übungsleiter/-innen, Betreuer/-innen von Sportmobileinsätzen, Ansprechpartner/-partnerinnen in den Vereinen, Netzwerkkoordinatoren und -koordinatorinnen, Multiplikator/-innen oder Integrationsbeauftragte tätig sein. Dementsprechend gestaltet sich das Aufgabenspektrum der freiwillig Engagierten sehr vielseitig und umfasst je nach Einsatzfeld eher sportpraktische oder organisatorische Aufgaben, z. B.:

- I Durchführung regelmäßig stattfindender oder mobiler Sport- und Bewegungsangebote
- I Ansprache der Zielgruppen zur Teilnahme am Sport und deren Überführung in die Strukturen des organisierten Sports (Gewinnung neuer Vereinsmitglieder)
- I Planung und Durchführung außersportlicher Vereinsaktivitäten und von Unterstützungsleistungen für die Zielgruppen
- I Anleitung, Beratung und Betreuung der Sporttreibenden in ihrer sportlichen, persönlichen und sozialen Entwicklung
- I Gewinnung neuer Kooperationspartner (insbesondere

durch die Ansprache von Migrantenorganisationen) sowie Aufbau und Pflege von Netzwerken
I Vermittlung von Informationen über das Programm und die Integrationsarbeit im Sport

Ein speziell für das Programm entwickeltes Fortbildungsangebot, das variabel und bedarfsorientiert zur Qualifizierung der freiwillig Engagierten im Programm eingesetzt wird, umfasst die (Weiter-) Entwicklung der erforderlichen sportfachlichen und -pädagogischen sowie sozialen und interkulturellen Kompetenzen. Damit wird eine qualifizierte Betreuungs- und Integrationsarbeit durch die freiwillig Engagierten im Programm gewährleistet.

I Netzwerke

Ein wichtiger Bestandteil der Programmstruktur und notwendige Voraussetzung für eine umfassend angelegte Integrationsarbeit sind Netzwerke. Sie bündeln Ressourcen, bieten Möglichkeiten zum Informations- und Erfahrungsaustausch zwischen den Netzwerkpartnern sowie zur Entwicklung gemeinsamer neuer Ideen (z. B. in Form von Kooperationsprojekten). Gezielte Kooperationen mit Partnern innerhalb und außerhalb des Sports helfen bei der Verbreitung der Sport- und Bewegungsangebote und ermöglichen darüber hinaus die Bereitstellung von zielgruppenspezifischen Zusatzangeboten und Unterstützungsleistungen.

Zu den Netzwerkpartnern des Programms gehören u. a. Sportorganisationen, Behörden (z. B. Polizei, Sozialamt, Sportamt), Bildungseinrichtungen (z. B. Schule, Kindergarten) und soziale Einrichtungen (z. B. Wohlfahrtsverbände, Kirchen).

Zukünftig gilt es, Migrantenorganisationen stärker und systematischer als bisher in die Netzwerkstrukturen des Programms einzubinden. Sie verfügen über Kontakte zu den Zielgruppen und kennen deren Bedürfnisse, was für die Umsetzung der Programmarbeit wichtig ist. Eine enge Zusammenarbeit mit Migrantenvereinen (z. B. Sportvereine, Kulturvereine, religiöse Vereine etc.) erweitert die Möglichkeiten, Migranten und Migrantinnen zu erreichen und für die Teilnahme und Mitwirkung am Programm zu gewinnen.



I „Integration durch Sport“ aus den Landeskoordinationen



Das Bundesprogramm richtet sich vornehmlich an Menschen mit Migrationshintergrund. Eine aktive Rolle beim Integrationsprozess im und durch den Sport kommt den Landeskoordinatoren und -koordinatorinnen zu. Ihre Stützpunktvereine nehmen in der Integrationsarbeit einen zentralen Stellenwert ein. Sie sind es, die eine regelmäßige, langfristige und kontinuierliche Arbeit vor Ort gewährleisten und Integrationsstrukturen unter Einbindung des Sports erst ermöglichen. Mit dem Fokus auf einem lokalen „Empowerment“ initiiert und entwickelt das Programm gemeinsam mit den Sportvereinen und Partnern netzwerkorientierte Gesamtkonzepte, die an die lokale Bedarfslage angepasst sind. Einige dieser Projekte werden nachfolgend beispielhaft vorgestellt.

Hamburger Sportbund e. V.

Gymnastik für Frauen mit Kids

Hamburger Sportbund e. V.
Haus des Sports
Schäferkampsallee 1
20357 Hamburg
<http://www.hamburger-sportbund.de>

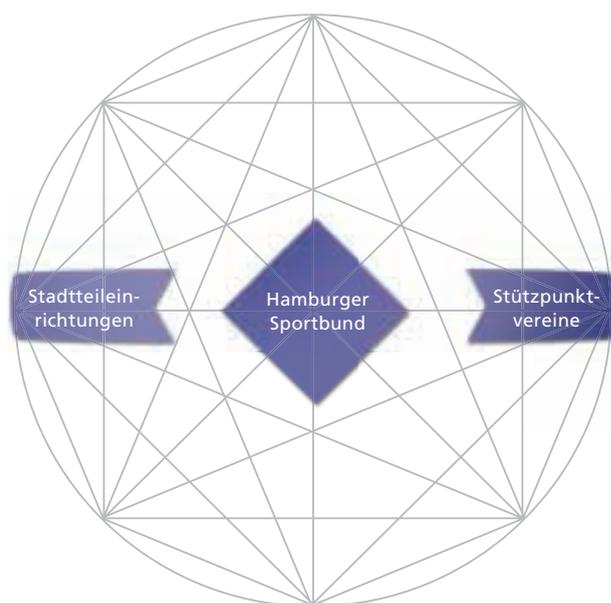
Landeskoordinatorin:
Kristjana Krawinkel

Kooperationspartner:
| Stützpunktvereine,
z. B. SV Nettelburg/Allermöhe von 1930 e. V.,
FTSV Lorbeer-Rothenburgsort von 1896 e. V.
| Stadtteileinrichtungen,
z. B. Kinder- und Familienzentrum Lohbrügge,
Elternschule Rothenburgsort

Sportangebot:
Gymnastik

Zusatzangebot:
Kinderbetreuung

Teilnehmerinnen-Alter:
Junge Mütter



Die Vorbereitung

Insgesamt wurden drei Kurse „Gymnastik für Frauen“ in mehreren Stadtteilen Hamburgs angeboten. Die Kurse fanden in der Regel in enger Kooperation mit einem Sportverein im Stadtteil und einer Stadtteileinrichtung wie z. B. dem Kinder- und Familienzentrum Lohbrügge oder der Elternschule Rothenburgsort statt.

Das Programm Integration durch Sport wird in Hamburg gefördert durch:



Alle Projekte wurden im Rahmen des Programms „Integration durch Sport“ gefördert.

„Unser Ziel, durch Begegnung Brücken zu bauen, haben wir nicht nur für die Migrantinnen erreicht. Auch die Kooperation zwischen Landes- bzw. Regionalkoordinator und Stützpunktvereinen hat zu neuen Möglichkeiten der Zusammenarbeit geführt. Auf dieser Basis lässt sich die Brücke in eine erfolgreiche gemeinsame Zukunft jetzt noch leichter und vor allem sehr stabil aufbauen.“

Kristjana Krawinkel, Landeskoordinatorin, Hamburger Sportbund

Das Angebot

Die Gymnastikkurse wurden vormittags angeboten, wenn die Kinder in der Schule waren. Kleinere Kinder konnten zum Kurs mitgebracht werden, da eine Kinderbetreuung ausgeschriebener Kursbestandteil war. Im Anschluss an jeden Kurstermin fanden Gesprächsrunden statt, die den Frauen die Möglichkeit gaben, sich auszutauschen, die deutsche Sprache zu erlernen und Freundschaften zu schließen.

Was fiel auf?

Als besonders vorteilhaft erwies sich die enge Kooperation mit den Stützpunktvereinen wie z. B. mit dem SV Nettelburg/Allermöhe und mit den Stadtteileinrichtungen wie dem Kinder- und Familienzentrum Lohbrügge, die vor Ort ein ausgezeichnetes Netzwerk zur Verfügung stellen konnten.

Das Resümee

Die umfassende Betreuung und Beratung durch die Übungsleiterin motivierte die Teilnehmerinnen zu einer dauerhaften sportlichen Betätigung in den umliegenden Sportvereinen und band sie in den regulären Vereinsbetrieb ein.

Die Kurse sind sehr erfolgreich verlaufen. Die Frauen nahmen motiviert an den Bewegungsangeboten teil und der Zulauf wurde immer größer.

Die Kinderbetreuung ermöglichte es den Müttern, trotz ihrer Kinder sportlich aktiv zu werden. In den im Anschluss angebotenen Gesprächsrunden konnten die Frauen neue soziale Kontakte aufbauen und bestehende intensivieren.

Ein Beispiel für zukunftsweisende Netzwerkarbeit: Das Gymnastikangebot in Rothenburgsort wurde vom FTSV Lorbeer eigenverantwortlich übernommen und wird gemeinsam mit der Elternschule Rothenburgsort weitergeführt.



Tipp

Wer seine Kräfte bündelt, kann sich stärker präsentieren.

Hamburger Sportbund e. V.

Internationale Frauensportgruppe

E. S. V. Grün-Weiß Hamburg e. V.

Julius-Vosseler-Straße 195

22527 Hamburg

<http://www.gweimsbuettel.de>

Projektkoordinatorin:

Ilse Stephan

Kooperationspartner:

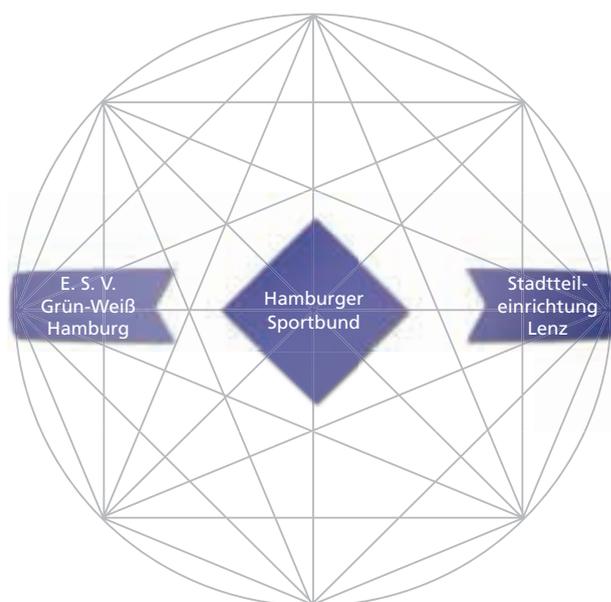
| Stadtteilerichtung Lenz e. V.

Sportangebot:

Gerätetraining/Gymnastik

Teilnehmerinnen-Alter:

Frauen jeden Alters



Die Vorbereitung

Nach dem Ende des Projekts „Essen und bewegen – international, günstig und gesund“ wurde von einigen Teilnehmerinnen in der Lenzsiedlung der Wunsch nach einem fortführenden Bewegungsangebot geäußert.

Das Angebot

Im Rahmen der Maßnahme „Internationale Frauensportgruppe“ erhielten Frauen mit Hüft-, Knie- oder Rückenschmerzen sowie Übergewicht ein abwechslungsreiches Training mit Einsatz verschiedener Kleingeräte.

Das Programm Integration durch Sport wird in Hamburg gefördert durch:



Alle Projekte wurden im Rahmen des Programms „Integration durch Sport“ gefördert.



„Von Anfang an haben wir gespürt, dass dieser Kurs auf Wunsch von Frauen ins Leben gerufen wurde, die sich zum Teil aus dem Projekt ‚Essen und bewegen‘ schon kannten. Das Gemeinschaftsgefühl in der Gruppe war sehr groß und dementsprechend selbstbewusst nahmen die Frauen aktiv an den Angeboten teil.“

Ilse Stephan, Projektkoordinatorin, E. S. V. Grün-Weiß Hamburg

Auf physiologischer Ebene standen die Förderung der Koordination und Mobilisation, Verbesserung der Motorik, Steigerung der Ausdauer und Kräftigung der Muskulatur im Mittelpunkt. Die Übungen wurden allein, zu zweit und mit der Gruppe ausgeführt.

Was fiel auf?

Die Kombination von Wissensvermittlung zur gesunden Ernährung und zur sportlichen Bewegung motivierte zur Übernahme von Eigenverantwortung und stärkte das Selbstbewusstsein der Teilnehmerinnen.

Das Resümee

Das Angebot führte an das Thema „Gesundheitsfördernde Bewegung“ heran und förderte auf diese Weise einen dauerhaften Zugang zur Zielgruppe.

Die Teilnehmerinnen hatten den ganzen Kurs über viel Spaß an der Bewegung. Aber auch die Reduktion von Beschwerden, die soziale Teilhabe, die Integration in die Vereinsstrukturen und die dauerhafte Anbindung an den Sportverein waren Kursergebnisse, mit denen alle Beteiligten höchst zufrieden waren: die Landeskoordinatoren, die Sportvereine und die Migrantinnen.

Tipp

Wünsche der Frauen aufnehmen und daraus neue Kursangebote entwickeln.

Hamburger Sportbund e. V. Essen und Bewegen

Hamburger Sportbund e. V.
Haus des Sports
Schäferkampsallee 1
20357 Hamburg
<http://www.hamburger-sportbund.de>

Landeskoordinatorin:
Kristjana Krawinkel

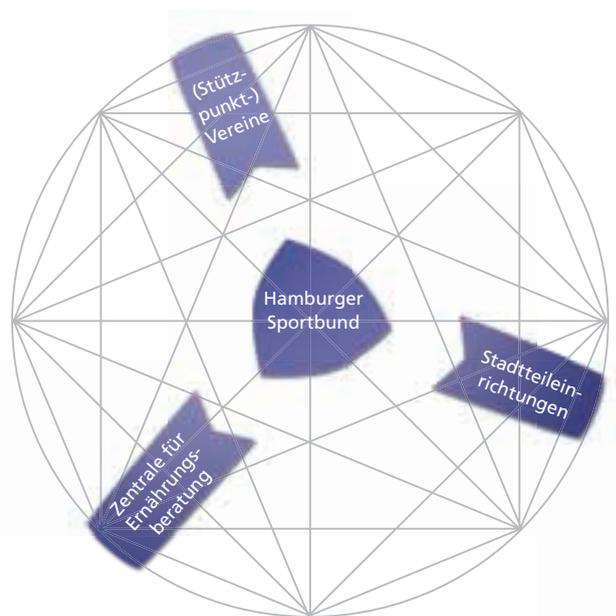
Kooperationspartner:

- | Zentrale für Ernährungsberatung
- | Stadtteileinrichtungen,
z. B. Elternschule und Bürgerinitiativen
- | (Stützpunkt-) Vereine,
z. B. E. S. V. Grün-Weiß Hamburg e. V.,
SC Vorwärts Wacker von 1904 e. V.,
Altonaer Turnverband von 1845 e. V.,
SV Eidelstedt von 1880 e. V.,
Bramfelder SV von 1945 e. V.,
TC Wilhelmsburg von 1909 e. V.,
Harburger Turnerbund von 1865 e. V.

Sportangebot:
Bewegung

Zusatzangebot:
Gesunde Ernährung

Teilnehmerinnen-Alter:
Erwachsene Frauen



Die Vorbereitung

Das Projekt wurde vom HSB initiiert und zusammen mit der Zentrale für Ernährungsberatung konzipiert. Vorteilhaft für die Umsetzung und Teilnehmerinnengewinnung war die Vernetzung zwischen Stadtteileinrichtungen wie der Elternschule und Bürgerinitiativen und dem Sportverein des Stadtteils.

Das Projekt zeichnete sich durch einen niedrighschwelligem Zugang aus: Die Teilnehmerinnen wurden dort abgeholt, wo sie sich regelmäßig treffen. Von Anfang an waren sie an der Kursgestaltung beteiligt und legten gemeinsam die Kursschwerpunkte fest.

Das Programm Integration durch Sport wird in Hamburg gefördert durch:



Alle Projekte wurden im Rahmen des Programms „Integration durch Sport“ gefördert.

„Der HSB hatte bereits 2008 im Rahmen der Integrationsförderung von Menschen mit Migrationshintergrund ein Projekt zum Thema ‚Essen und Bewegen‘ ins Leben gerufen und aufgrund des Zulaufs in den folgenden Jahren weiter ausgebaut. Von den bestehenden Kontakten haben wir gerade bei der Teilnehmerinnengewinnung sehr profitiert. Kaum hatten wir uns umgeschaut, waren die Kurse schon voll.“

Kristjana Krawinkel, Landeskoordinatorin, Hamburger Sportbund

Das Angebot

Das Angebot setzte sich aus einer Kombination von Ernährungsberatungseinheiten (gemeinsames, gesundes Kochen der verschiedenen Nationalitäten) und Bewegungseinheiten zusammen, die aufeinander abgestimmt und auf jede Zielgruppe passend zugeschnitten waren.

Was fiel auf?

Das Thema Ernährung bot eine gute Gelegenheit, einen außersportlichen Zugang zu den Migrantinnen zu finden. Der Vorteil: Ernährung knüpft an die Traditionen der Zielgruppe an. Es war schön, wie im Laufe des Kurses ein großes gegenseitiges Verständnis der Teilnehmerinnen füreinander wuchs.

Das Resümee

Über den Kurs konnte das Bewusstsein der Teilnehmerinnen für gesunde Ernährung und Bewegung geschult werden. Vor allem das gemeinsame Kochen hat die Frauen sehr begeistert.

Auf das Konzept, bei dem der Schwerpunkt auf den Ernährungseinheiten lag, folgte ein Aufbaukonzept mit stärkerem Fokus auf dem Bewegungsanteil. Das Ziel, die Motivation zu sportlicher Bewegung schrittweise zu steigern, wurde so sehr gut erreicht.

Tipp

Das Thema Ernährung knüpft an die Traditionen vieler Migrantinnen an und ist ein Türöffner!

Gymnastik für Frauen aus aller Welt

SV Vorwärts Nordhorn e. V.

Immenweg 93

48531 Nordhorn

<http://www.vorwaerts-nordhorn.de>

Übungsleiterin/Referentin:

Anke Moorweßel

Netzwerkpartner:

| Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Nordhorn

Kooperationspartner:

| Grundschule „Altendorfer Schule“ Nordhorn

| Niedersächsisches Kooperations- und Bildungsprojekt („NiKo“)

Sportangebot:

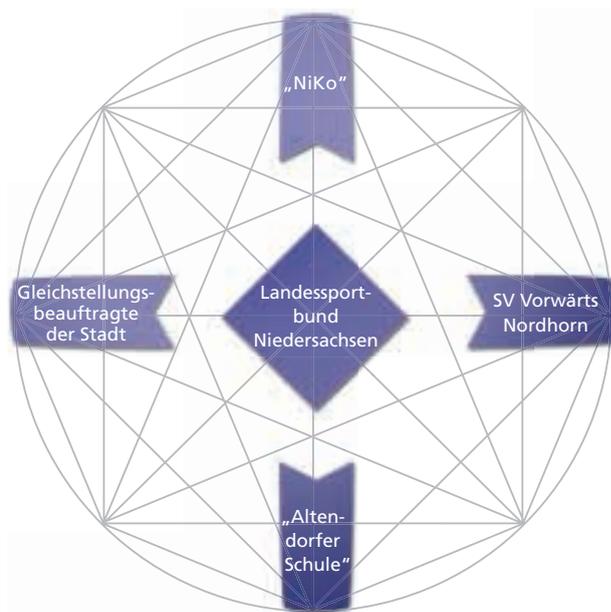
Gymnastik für Frauen aus aller Welt

Zusatzangebot:

Computerlehrgang, gesundes Frühstück, Erste Hilfe (Sofortmaßnahmen), Behördengänge

Teilnehmerinnen-Alter:

20–62 Jahre



Die Vorbereitung

Durch das Programm der Landesregierung „Niedersächsisches Kooperations- und Bildungsprojekt“ (NiKo) wurde in den Jahren 2007/2008 u. a. ein Elterncafé für Mütter an zwei Grundschulen angeboten. Aus diesem Angebot heraus äußerten die Frauen bzw. die Mütter wiederholt den Wunsch, gemeinsam Sport zu treiben.

Mit finanzieller Unterstützung des Landessportbunds Niedersachsen wurde daher das Angebot „Gymnastik für Frauen aus aller Welt“ vom SV Vorwärts Nordhorn ins Leben gerufen.

Die Frauen wurden von der Kursleiterin persönlich eingeladen. Außerdem lagen Flyer u. a. in Geschäften, Kindergärten und Grundschulen aus. Von Beginn an wurde das Angebot sehr gut angenommen.

Das Angebot

Teilnehmerinnen aus den verschiedensten Herkunftsländern trafen sich einmal in der Woche, um sich gut gelaunt und mit viel Spaß zu bewegen. Das sportliche



„Die große Resonanz von allen Seiten hat uns doch sehr überrascht – nicht nur im Kurs selbst. Letztendlich zeigt uns das sehr positive Feedback, dass sich der Einsatz, der manchmal schon über unsere Kräfte hinausging, wirklich gelohnt hat.“

Anke MoorweBel, Übungsleiterin, SV Vorwärts Nordhorn

Angebot umfasste ein umfangreiches Bewegungstraining. Es wurde sehr niedrigschwellig angesetzt, da viele Teilnehmerinnen noch nie in ihrem Leben Sport betrieben hatten.

Das Zusatzangebot gab den Frauen Gelegenheit, sich über die Themen zu informieren, die ihnen auf dem Herzen lagen: Das konnte der Umgang mit dem Computer sein, die Zubereitung eines gesunden Frühstücks oder auch ein Behördengang, der sich gemeinsam einfach leichter erledigen lässt.

Was fiel auf?

Der Sport hat sich zu einer ersten Anlaufstelle entwickelt. Daraus haben sich inzwischen weitere Anschlussprojekte wie z. B. Kochkurse, gemeinsames Radfahren, Stadtbesichtigungen sowie Deutschkurse gebildet, die von den Migrantinnen sehr gern wahrgenommen werden.

Das Resümee

Die Gymnastikgruppe besteht seit zwei Jahren und ihre Mitgliederzahl nimmt kontinuierlich zu. Über die Medien wie Presse und Internet sowie die Preisverleihung „Sterne des Sports“ hat sich die Gruppe „Gymnastik für Frauen aus aller Welt“ landesweite Bekanntheit erworben. Darüber hinaus konnte sich die Gruppe beim Landesturntag und bei einer Veranstaltung des Niedersächsischen Ministeriums für Soziales, Frauen, Familie, Gesundheit und Integration öffentlich präsentieren.



Tipp

Interessen der Teilnehmerinnen zu beachten, ist Grundvoraussetzung zur Erstellung von Sport- und Zusatzangeboten.

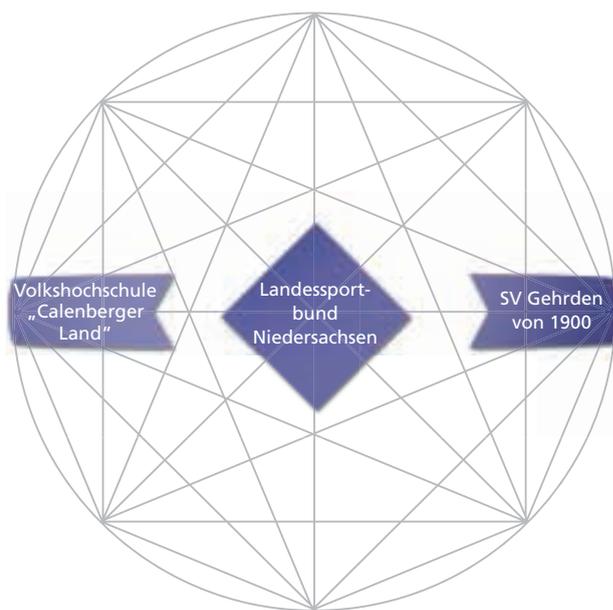
Landessportbund Niedersachsen e. V. Gymnastik für Einsteigerinnen

SV Gehrden von 1900 e. V.
Lange-Feld-Straße 17
30989 Gehrden
<http://www.sv-gehrden.de>

Übungsleiterin:
Petra Dobiasch

Netzwerkpartner:
| Volkshochschule „Calenberger Land“

Teilnehmerinnen-Alter:
20–50 Jahre



Die Vorbereitung

Im SV Gehrden hatte man sich in der Vergangenheit mit dem Thema Integration nicht explizit beschäftigt und sah zunächst auch keine Notwendigkeit, ein spezielles Sportangebot für Migrantinnen zu entwickeln. Die Übungsleiterin, die sich sehr für das Leben der Migrantinnen vor Ort interessiert, wollte dennoch einen Gymnastikkurs speziell für diese Zielgruppe auf die Beine stellen. Sie nahm daher Kontakt zur Volkshochschule „Calenberger Land“ auf.

Gemeinsam wurde ein kostengünstiger Schnupperkurs speziell für muslimische Frauen entwickelt und in der Volkshochschule beworben. Die ersten Stunden fanden in den Räumen der Volkshochschule statt. Anschließend stellte der SV Gehrden seine Halle zur Verfügung. Nachdem der erste Kurs leider aufgrund des beginnenden Ramadan scheiterte, wurde ein zweiter Schnupperkurs von den Frauen sehr gut angenommen. Die jüngeren Frauen brachten sogar ihre Mütter zum Training mit.

„Die Sporterfahrung der Frauen lag praktisch bei null. Wir mussten ganz von vorn und sehr behutsam anfangen. Das Tragen von Kopftuch oder Tunika hatte ich ausdrücklich erlaubt, denn die Kleidung sollte keine Rolle spielen. Ich wollte die Frauen ja kennenlernen, sie sollten sich wohlfühlen. Nach dem Schnupperkurs sind tatsächlich alle dabeigeblichen.“

Petra Dobiasch, Übungsleiterin, SV Gehrden

Das Angebot

Im Mittelpunkt des niedrigschwellig angesetzten Schnupperkurses standen Übungen zur Haltung und Bewegung. Zum Aufwärmen wurde orientalische Musik aufgelegt, was sehr gut ankam und die anfänglichen Unsicherheiten schnell verschwinden ließ.

Der Schnupperkurs war auf zwei Monate anberaumt.

Was fiel auf?

Nachdem den Teilnehmerinnen der Sinn und Zweck einer Vereinsmitgliedschaft erklärt wurde, erwarben die meisten Frauen eine – die sie übrigens bis heute behalten haben.

Die Annäherung der Frauen geschah auch untereinander sehr vorsichtig. Dabei stellte die Sprachbarriere die größte Hürde für das zwischenmenschliche Miteinander dar.

Das Resümee

Das Verständnis der Übungsleiterin für die Sitten und Gebräuche der Migrantinnen war die wesentliche Voraussetzung für den Erfolg des Kurses. Insbesondere der offene Umgang mit dem Thema Kleidung war eine gute Basis für die vertrauensvolle Zusammenarbeit. Dass sich die Übungsleiterin viel Zeit für die Frauen, aber auch für ihre eigenen Erfahrungen mit dem Kurs (Stichwort: Ramadan) gelassen hat, wurde sehr positiv aufgenommen.

Nach dem erfolgreich angelaufenen Schnupperkurs konnte mit finanzieller und öffentlichkeitswirksamer Anschubhilfe des Landessportbunds Niedersachsen ein dauerhaftes, neues und speziell auf Migrantinnen zugeschnittenes Sportangebot im Verein etabliert werden. Binnen eines Jahres erwarben die meisten Teilnehmerinnen eine Vereinsmitgliedschaft.

Mit der Mitgliedschaft im Verein wuchs das Interesse der Frauen, noch einen zweiten Termin in der Woche wahrzunehmen. Hier war von Vorteil, dass die Übungsleiterin bereits einen Kurs „Haltung und Bewegung“ für Frauen anbot und die Migrantinnen sofort dort einsteigen konnten.



Tipp

Ein Schnupperkurs ist eine gute Generalprobe. Erste „Fehler“ lassen sich jetzt noch korrigieren.

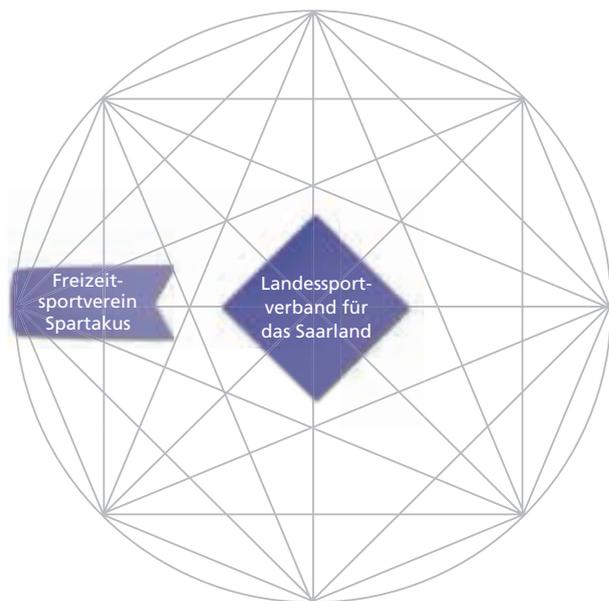
Tai-Bo, Body Pumping, Rückenschule und Musiktanz ab 60

Freizeitsportverein Spartakus e. V.
Spartakus.saar@gmx.de

Übungsleiterin:
Olga Viktorova

Sportangebot:
Tai-Bo, Body Pumping, Rückenschule, Musiktanz

Teilnehmerinnen-Alter:
Frauen ab 60



Die Vorbereitung

Die Frauensportgruppe der „Grauen Rosen“ wurde ins Leben gerufen, um dem demografischen Entwicklungsstand gerecht zu werden. Durch die Einbettung in den Freizeitsportverein Spartakus konnten bestehende Kontakte genutzt werden. Viele Vereinsmitglieder, die sich bereits „im Alter“ befanden, nahmen das Angebot wahr, sodass der Kurs schnell gut besucht wurde.

Das Angebot

Die Teilnehmerinnen trainierten von Anfang an zwei Stunden pro Woche. Das Angebot war mit Tai-Bo, Body Pumping, der Rückenschule und dem Musiktanz sehr abwechslungsreich gestaltet. Auch hatten die Teilnehmerinnen die Möglichkeit, das Angebot individuell selbst zu bestimmen. Die sehr erfahrene Übungsleiterin stellte sich auf diese Wünsche jeweils ein.

Das sportliche Angebot wurde durch offene Integrations-Tagesveranstaltungen und gemeinsame Unternehmungen ergänzt.

Was fiel auf?

Durch das Sportangebot steigerte sich nicht nur die physische Leistungsfähigkeit der Seniorinnen. Insbesondere

mit dem geselligen Teil der Übungsnachmittage und den offenen Integrations-Tagesveranstaltungen wurde auch der altersbedingten Vereinsamung aktiv entgegengewirkt.

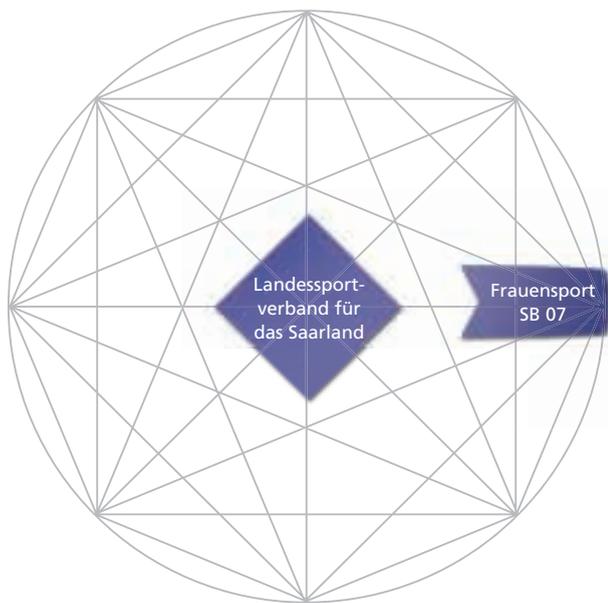
Das Resümee

Durch die Gründung der Sportinitiative bekamen über 60-jährige Frauen mit und ohne Migrationshintergrund die Möglichkeit, unter fachkundiger Leitung und Betreuung Tai-Bo (mittlerweile auch Aerobic und Jazzdance) zu betreiben.

Die freiwillige Ausrichtung des Angebots und der Fokus auf den eigenen Antrieb der Teilnehmerinnen führten dazu, dass sich die „Grauen Rosen“ zunehmend intensiver in den Verein einbrachten und engagierten.

„Von wegen ‚altes Eisen‘: Die Teilnehmerinnen nahmen sehr aktiv am Training teil. Es hat viele im Publikum überrascht zu sehen, mit wie viel Spaß, aber auch wie viel sportlichem Ehrgeiz die ‚Alt-Sportlerinnen‘ ihren ersten öffentlichen Auftritt als ‚Graue Rosen‘ am Tag der Integration in Saarbrücken bewältigten. Respekt!“

Olga Viktorova, Übungsleiterin, Freizeitsportverein Spartakus



Die Vorbereitung

Das „Libellen“-Gymnastikangebot des Vereins richtete sich vor allem an junge Mädchen und konnte von Anfang an von der Einbindung in den erfolgreich aktiven Vereinsfrauensport SB 07 profitieren. Auch die Kompetenz und der eigene Migrationshintergrund der Übungsleiterin sorgten dafür, dass der Kurs nach kurzer Zeit „voll“ war.

Das Angebot

Die Sportgruppe „Libelle“ wurde 2008 als Unterabteilung des Integrationsvereins Frauensport SB 07 gegründet. Mit der neuen Sportgruppe bot der Verein allen Mädchen, die Interesse und Gefallen an rhythmischer Sportgymnastik haben, die Möglichkeit, diese Sportart unter fachkundiger Anleitung zu erlernen und wett-kampfmäßig zu betreiben.

Was fiel auf?

Da die Mädchen eine Sportart ausüben konnten, die ihnen wirklich Spaß machte, war der Zufriedenheitsfaktor entsprechend hoch. Gerade die öffentlichen Auftritte, bei denen die Mädchen mit viel Eigeninitiative dabei waren, halfen dabei, Berührungängste abzubauen und das Selbstbewusstsein zu stärken.

Frauensport SB 07 e. V.

Hauptstraße 91
66128 Saarbrücken

Übungsleiterin/Referentin:

Irina Makhina

Sportangebot:

Rhythmische Sportgymnastik für alle Mädchen

Teilnehmerinnen-Alter:

Mädchen und junge Frauen

Das Resümee

Die aktive und überzeugende Übungsleiterin leistete einen wesentlichen Beitrag zum Erfolg des Kurses. Immer wieder stellte sich heraus, dass die Teilnehmerinnen stark auf die Übungsleiterin fixiert waren – was im Falle eines Personalwechsels unbedingt zu berücksichtigen ist.

Tipp

Zur Stärkung des Selbstbewusstseins das Training mit öffentlichen Auftritten „spicken“.

Sportjugend Hessen e. V.

Rhythmische Sportgymnastik

Tanzsportclub Fulda e. V.

Dorfallee 3

36039 Fulda

<http://www.tsc-fulda.de>

Übungsleiterin:

Jutta Schultz

Netzwerkpartner:

| Ausländerbeirat

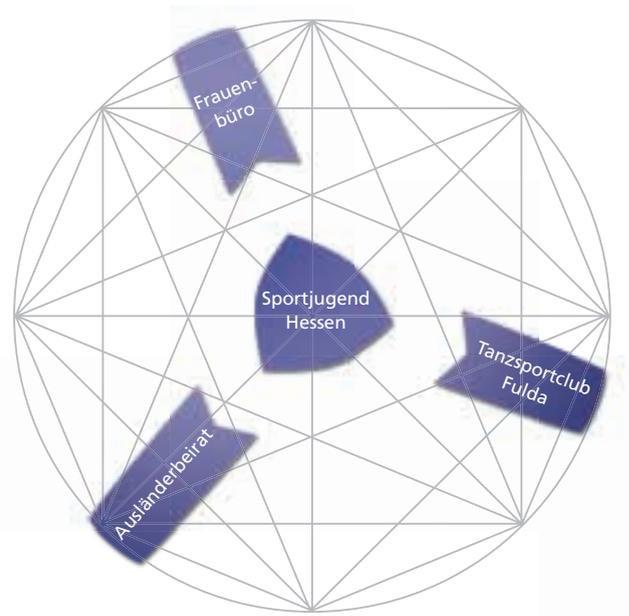
| Frauenbüro

Sportangebot:

Rhythmische Gymnastik

Teilnehmerinnen-Alter:

Frauen mit und ohne Migrationshintergrund
im Alter von 41–71 Jahren



Die Vorbereitung

Die Netzwerkpartner wiesen in ihren Auskünften und in ihren Infoschriften auf Angebote des TSC Fulda und Mitgliedschaftsmöglichkeiten im Verein hin. Die meisten Kontakte erfolgten durch Mundpropaganda und gezielte Pressehinweise.

Das Angebot

Der Verein präsentierte rhythmische Sportgymnastik als Breitensportangebot. Mit dem Sportprogramm wollte man nicht nur ein Gemeinschaftsgefühl schaffen, sondern auch Verständnis für die Gegebenheiten in der neuen Heimat Deutschland erreichen.



„Die Ziele unseres Angebots lagen nicht nur im sportlichen Bereich. Wir wollten versuchen, Mädchen und Frauen aus unterschiedlichen Herkunftsbereichen eine Verständigungsmöglichkeit in deutscher Sprache zu bieten. Dass sich bei dem Kurs Freundschaften gebildet haben, ist eine willkommene Begleiterscheinung.“

Franz Mahr, Vorsitzender, Tanzsportclub Fulda

Was fiel auf?

Für die Frauen war das gemeinschaftliche Moment von entscheidender Bedeutung. Sie waren sehr an „deutschem“ Tanzen und an Erkenntnissen über die anderen Kursteilnehmerinnen interessiert.

Die Ehemänner der Frauen hatten – positiv wie negativ – großen Einfluss auf die Beteiligung. Nachdem die Partner von einem Engagement ihrer Frauen im Verein überzeugt worden waren, brachten sich die Frauen gern und gewinnbringend in die Vereinsaktivitäten ein.

Das Resümee

Die Frauen freuten sich über die Möglichkeit, in einer reinen Frauengruppe ihrer sportlichen Präferenz nachgehen zu können. Da untereinander ausschließlich Deutsch gesprochen wurde, gelang ganz nebenbei auch der Abbau von Sprachbarrieren. Man traf sich mehrmals im Jahr zum privaten Austausch, lud sich gegenseitig zum Abendessen ein und gestaltete Vereinsfeste kulinarisch mit.

Die größte Hürde für den Beitritt zum Sportverein nach einer Probezeit von einem Monat ist nach wie vor der Mitgliedsbeitrag. Trotz Sozialverträglichkeit (8 Euro pro Monat) war den interessierten Teilnehmerinnen der Beitrag zu hoch, in einigen Fällen angeblich nicht aufzubringen. Der Sportverein kann dies nur zum Teil durch Zuwendungen der Stadt, von politischen Parteien und Sponsoren ausgleichen.

Für den Sportverein hat sich die Einbindung der Frauen unterschiedlichster Herkunft in die vielfältigen Aktionen als gewinnbringend für alle Vereinsbereiche erwiesen.

Tipp

Die Terminierung im Vorfeld mit den Teilnehmerinnen absprechen. Das vermeidet Missverständnisse.

Sportjugend Hessen e. V. Kick it like Nia Künzer

Sportjugend Hessen e. V.
Otto-Fleck-Schneise 4
60528 Frankfurt am Main
<http://www.sportjugend-hessen.de>

Übungsleiter/-in:

Marion Weber
Thomas Künzer

Netzwerkpartner:

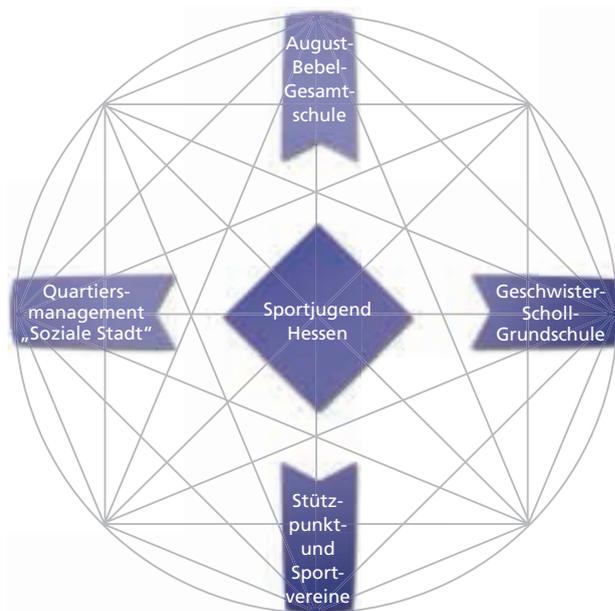
| Quartiersmanagement „Soziale Stadt“
| Stützpunkt- und Sportvereine

Kooperationspartner:

| Geschwister-Scholl-Grundschule
| August-Bebel-Gesamtschule

Teilnehmerinnen-Alter:

6–10 Jahre



Die Vorbereitung

Der Besuch der Fußballspielerin und WM-Siegerin Nia Künzer bei einer Veranstaltung der Grundschule in Niedergirmes bot im Frühjahr 2010 eine gute Chance für das Netzwerkprojekt: Die Mädchen waren von der ehemaligen Nationalspielerin so begeistert, dass sich Schulleitung und Sportlehrerin mit bekannten Netzwerkpartnern an einen Tisch setzten. Gemeinsam mit dem Übungsleiter von „Integration durch Sport“ (übrigens der Vater von Nia Künzer) startete die Sportlehrerin das Projekt Mädchenfußball in Niedergirmes mit Mädchen der ersten bis vierten Klasse der Grundschule sowie mit Fünftklässlerinnen der benachbarten August-Bebel-Gesamtschule.



„Am Anfang stand der Wunsch der Mädchen, ihrem Vorbild Nia Künzer nachzueifern. Natürlich wollte der Verband mit dem Kursangebot auch die dauerhafte Einbindung der Mädchengruppe in die Organisationsstrukturen des Fußballvereins vor Ort erreichen. Es ist noch zu früh, um wirklich sagen zu können, ob dieses Ziel erreicht wurde. Aber wir sind auf einem guten Weg.“

Marion Weber, Übungsleiterin

Das Angebot

Mädchen und Frauen und besonders solche mit Migrationshintergrund sind im Sport immer noch unterrepräsentiert. Diese Tatsache trifft in besonderem Maß auf den Stadtteil Niedergirmes zu. Um dem entgegenzusteuern, sollte ein Sport- und Bewegungsangebot speziell für Mädchen mit und ohne Migrationshintergrund ins Leben gerufen werden, dessen Fokus – angesichts der positiven Reaktionen zum Besuch von Nia Künzer – deutlich auf dem Fußballspielen liegt.

Was fiel auf?

Wie viel Spaß das Angebot den Mädchen machte, konnte man an ihren verschwindend geringen Fehlzeiten ablesen. Und das, obgleich ein ähnlich gelagertes Angebot im Stadtteil zwei Jahre vorher noch gescheitert war.

Das Resümee

Wichtig für das Gelingen war die überaus engagierte Sportlehrerin, die Vertrauen schuf und den Zugang zu den Mädchen für den zweiten Übungsleiter wesentlich erleichterte. Beide Übungsleiter haben mit großem frei-

willigen Engagement eine fußballspezifische Fortbildung besucht, deren Anregungen sie mit Begeisterung an die Mädchen weitervermittelten.

Im Jahr 2010 fanden erste Spielbegegnungen und Turniere statt – die Mädchen wollten ihr Können unbedingt endlich im Wettkampf erproben. Darüber hinaus konnten erste Kontakte zu Vereinen mit Fußballmannschaften in benachbarten Ortsteilen geknüpft werden, um talentierten und hochmotivierten Mädchen eine Perspektive im Sportverein zu ermöglichen.

Tipp

Ein bekanntes Gesicht aus dem Sport ist ein optimaler Multiplikator.



I Schlussfolgerungen und Handlungsempfehlungen



Die dargestellten Good-Practice-Beispiele beschreiben zentrale Erkenntnisse, aus denen sich Handlungsempfehlungen ableiten lassen. Sie sollen als Orientierungshilfe und Ratgeber dienen. An dem Netzwerkprojekt haben sich 21 Vereine beteiligt, die bundesweit mehr als 70 kombinierte Sport- und Zusatzangebote erstellt und umgesetzt haben. Die Projektarbeit in unseren Sportvereinen hat vor allem eines gezeigt: Es lohnt sich, Neues auszuprobieren, offen zu sein und Geduld zu haben. Wer am Ball bleibt, kann schließlich gemeinsame Erfolge feiern.

Ergänzend zu den Handlungsempfehlungen, die aus den Good-Practice-Beispielen gewonnen wurden, spricht der darauf folgende Beitrag „Interkulturelle Öffnung im Sport – praxisorientiert und chancenreich“ vor allem das Sportverbands- und -vereinsmanagement an. Darin werden Ansätze skizziert, wie Verbände und Vereine konkret durch die Orientierung an einer Interkulturellen Öffnung bei der nachhaltigen Integrationsarbeit unterstützt werden können.

Danach stellen wir eine Arbeitshilfe der Deutschen Sportjugend (dsj) vor. Sie ist wichtiges Instrument zur Personal- und Organisationsentwicklung für die dsj und ihre Mitgliedsorganisationen. Ihr wichtigster Bestandteil ist ein interkultureller Selbstcheck, der (Jugend-) Organisationen im Sport und außerhalb des Sports dabei helfen kann, sich auf ihrem Weg der interkulturellen Öffnung selbst zu analysieren und einzuschätzen. Die Arbeitshilfe für den interkulturellen Selbstcheck kann angepasst an die jeweils vorliegenden Strukturen verwendet werden.

Wie und wo erreichen wir Migrantinnen?

Migrantinnen in ihrem Umfeld aufsuchen

Junge Menschen mit (und ohne) Migrationshintergrund lassen sich am besten über Kindertagesstätten (bspw. auch Sport-Kitas) und Schulen erreichen, ihre Eltern über dort stattfindende Elternsprechstunden.

Der Zugang zu Erwachsenen bietet sich über Sprach- und Volkshochschulen an. Migrantinnen, die sich dort weiterbildeten, zeigten sich durchweg begeistert von den Sportangeboten.

In der Freizeit organisieren sich viele Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund unter anderem in Nachbarschaftstreffs, in Bürger- und Familienzentren, Interkulturellen Büros, Stadtteileinrichtungen und Vereinen, die den Frauen Handarbeits-, Mal- und Kochkurse und vieles mehr anbieten. Das sind Freizeitaktivitäten, die sie in ihren Herkunftsländern auch gern gemacht haben.

Daher empfiehlt sich die genaue Analyse des Einzugsgebiets: Wer lebt dort, welche Sprachen werden gesprochen und welche Vereine, welche Organisationen, welche städtischen und kommunalen Fachabteilungen etc. arbeiten bereits mit Migrantinnen?

Persönliche Ansprache öffnet Türen

Flyer und Zeitungsanzeigen sind hilfreiche und unterstützende Instrumente, um Migrantinnen für Angebote zu gewinnen. Als erfolgversprechender und zielgerichteter erweist sich jedoch die persönliche Ansprache. Auf die Frauen zuzugehen und sie dort anzusprechen, wo sie sich bereits organisieren, ihnen Angebote zu unterbreiten, diese genau zu erklären und sie somit für Sport, Bewegung und mehr zu begeistern sind Schritte, die uns gezeigt haben: So gewinnen wir die Frauen am besten. Begeisterung erzeugte bei vielen Migrantinnen schon die Tatsache, dass jemand auf sie zukam und Angebote für sie erstellen möchte. Damit wurden Türen geöffnet.

Freundlichkeit und Respekt schaffen Vertrauen

Wenn man davon ausgeht, dass viele Frauen einen Sportverein noch nie von innen gesehen haben, ihnen Sportarten zu weiten Teilen völlig unbekannt sind und sportbezogene Begriffe behutsam vermittelt werden müssen, dann ist Freundlichkeit, gepaart mit Geduld und dem Respekt vor anderen Kulturen und damit Erfahrungshintergründen notwendig.





Den Frauen zeigt man damit eine grundlegende Wertschätzung ihrer Person, was Berührungängste ab- und Vertrauen aufbaut. Vertrauen spielt deshalb eine große Rolle, weil den Frauen vor allem darüber das bislang Unbekannte (wie zum Beispiel eine Turnhalle, Umkleieräume, Sportarten, Sportgeräte, der Sportverein etc.) nähergebracht werden kann. Vertrauen hat also einen großen Einfluss darauf, ob sich Migrantinnen für einen Sportverein entscheiden bzw. sich darin wohlfühlen. Dies alles sind Voraussetzungen für die aktive Teilnahme und Teilhabe der Frauen.

Netzwerkaufbau

Ob Dorfgemeinschaft, (Klein-) Stadt oder Metropole: Überall bestehen bereits Kooperationen und Partnerschaften, an die sich ein Anschluss lohnt. Das kann einerseits bilateral geschehen, indem Sportvereine auf Partnerinnen und Partner im Umfeld zugehen und Kooperationen aufbauen. Eine andere, in unserem

Netzwerkprojekt sehr erfolgreich umgesetzte Variante ist der Anschluss an bestehende kommunale Koordinationsstellen, die ihrerseits bereits über ein weitgefächertes Netzwerk verfügen und Sportvereinen so auf schnellstmöglichem Weg weiterhelfen können. Sportvereine und ihre Angebote können an sogenannten kommunalen „Runden Tischen“, in der Arbeit von Integrationsstabsstellen, Gleichstellungs- und Frauenbüros, Landratsämtern, bei Quartiersmanagements, Lokalen Bündnissen, Mehrgenerationenhäusern etc. mitdiskutiert und vor allem mittransportiert werden. Die Ideen der Sportvereine wurden dann in den jeweiligen Stadtteilen an die städtischen Einrichtungen getragen, in denen Migrantinnen ihre Freizeit oder ihre Weiterbildung gestalteten. Leiterinnen oder Mitarbeiterinnen dieser Einrichtungen trugen dann zunächst die Vorstellungen der Sportvereine an die Frauen heran. Aus der Begeisterung heraus konnte sich in einem weiteren Schritt die Übungsleiterin mit ihrem Sportangebot für die Frauen vorstellen.

Schlussfolgerungen und Handlungsempfehlungen

Worauf gilt es bei der passgenauen Angebotserstellung zu achten?

Vor der Gestaltung des Angebots gilt es immer zu überlegen: Für wen wird es gemacht? Je genauer die Zielgruppe im Vorfeld definiert ist, desto einfacher und vor allem passender lässt sich das Angebot anschließend ausarbeiten.

Kursangebote bedarfsorientiert gestalten

In der Broschüre wurde bereits mehrfach darauf hingewiesen: Es gibt sie einfach nicht, DIE Migrantinnen – so wenig, wie es DIE Deutschen oder DIE Bayern gibt. Entsprechend ist es wichtig, das Gespräch mit den potentiellen Teilnehmerinnen zu suchen und das Angebot passgenau auf die Frauen auszurichten. Dafür muss im Vorfeld der Angebotserstellung die Zielgruppe genau definiert werden. Prospektive Teilnehmerinnen sollten unter anderem nach ihren zeitlichen Möglichkeiten, dem Anfahrtsweg und ihren Wünschen zum Angebot befragt werden.

Die Auswahl und die Erstellung der Angebote sollte mit viel Bedacht vorgenommen werden, um möglichst flexibel auf die Bedürfnisse der Kursteilnehmerinnen eingehen zu können. Je niedrighschwelliger und passgenauer das Angebot, desto größer ist die Chance, dass sich alle Teilnehmerinnen darin wiederfinden und sich aktiv daran beteiligen.

Angebote für junge Mütter und ältere Migrantinnen sprechen eine eindeutige Sprache. Da viele Migrantinnen am Nachmittag und Abend in ihren Familien stark eingebunden sind, ist eine Abstimmung bei der Kursterminierung notwendig, damit eine regelmäßige Teilnahme gewährleistet werden kann.

Kinderbetreuung während des Sportangebots ermöglichen

Für junge Mütter oder auch Großmütter wird ein Sportangebot besonders attraktiv, wenn ihre familiäre Verpflichtung, die Kinder/Enkel zu versorgen, über eine Kinderbetreuung während des Sports sichergestellt werden kann. Beispiele in unserem Netzwerkprojekt zur Kinderbetreuung zeigen gute Ansätze: Großmütter, Schwestern oder Cousinen der Kinder haben die Betreuung übernommen (indem sie zum Beispiel im Nachbarraum malten), ein anderes Mal hat sich die Kooperation mit „Kinderbewegungswelten“ als sehr hilfreich erwiesen ebenso wie die Aufgabenübertragung an FSJlerinnen.



Frauen durch kurze Wege die Angebotsannahme erleichtern

Idealerweise sollten die Kurse in einer für die Migrantinnen bekannten Umgebung gehalten werden. In Familien, bei denen die Mütter allein für Kindererziehung und Haushaltsführung zuständig sind, aber auch für immer mehr alleinerziehende Mütter, wird ein Sportangebot attraktiver, je kürzer die Wege sind und je vertrauter die Umgebung ist.

Bei der Kurserstellung eine Eingewöhnungsphase einplanen

Vor dem Hintergrund, dass viele Migrantinnen noch nie aktiv und regelmäßig oder vielleicht überhaupt in einem Sportverein Sport getrieben haben, empfiehlt es sich, zu Beginn des Kurses eine Eingewöhnungsphase einzuplanen. In dieser Phase lernen sich Übungsleiterin und Teilnehmerinnen gegenseitig und auch die Teilnehmerinnen untereinander kennen. Für den weiteren Verlauf und die Gestaltung des Angebots lassen sich bereits in dieser Phase des Kursbetriebs wichtige Erkenntnisse gewinnen: So sollte beobachtet und besprochen werden, ob die Frauen mit Bezeichnungen aus dem Sportbezug umgehen können. Was bedeutet „Körperspannung“ oder was heißt es, unter Wasser auszuatmen, was sind „Pratzen“ und welche Spielregeln müssen erklärt werden? Dies beginnt bereits bei der Bezeichnung der Kurse: Statt „Bodyfit“ kann der Kurs „Bauch-Beine-Po“ heißen – diese Begriffe sind grenz- und kulturübergreifend verständlich. Die einzelnen Übungen sollten zu Beginn öfter wiederholt, erklärt und vorgeführt werden, bis sich Bewegungsabläufe eingespielt haben. Hilfreich ist das Aufzeigen von Variationen, mit denen eine Übung leichter oder anspruchsvoller wird.

Hinweis: Auch die Einbindung in Verpflichtungen wie Pünktlichkeit, Geräteauf- und -abbau, Verantwortungen für den Materialschrank oder Ähnliches gilt es zunächst vorzustellen, zu erklären und auszuprobieren, um dann allmählich als feste Bestandteile in die Kurse und damit als Teil des Sportvereinswesens in Fleisch und Blut überzugehen.

Zusatzangebote während der Sportangebote näher bringen

Im Netzwerkprojekt wurden die Zusatzangebote sehr gut angenommen. Allerdings war der Anreiz zumeist das Sportangebot; erst zu einem späteren Zeitpunkt im Kursverlauf, als sich die Teilnehmerinnen besser kennengelernt hatten und sich trauten, Wünsche zu äußern, rückten die Zusatzangebote stärker in den Fokus.

Die Kombination von Sport- und Zusatzangeboten bedarf besonderer Aufmerksamkeit. Es sind Gespräche und Abstimmungen mit den Teilnehmerinnen in den Kursen nötig, um zu klären, inwieweit Zeit für Zusatzangebote besteht. Die Teilnehmerinnen der Kurse im Netzwerkprojekt waren mit den Zusatzangeboten mehr als zufrieden, doch die zeitliche Einteilung spielte in diesem Fall die Hauptrolle. Die Herausforderung besteht darin, die Zusatzangebote ebenfalls bedarfsorientiert, attraktiv und im Einklang mit dem Sportangebot zu erstellen.

Zusatzangebote wie Gesundheits-, Sprach-, Computer-, Erste-Hilfe- oder Ernährungsberatungskurse sind immer abhängig von der Verfügbarkeit der Partnerinnen und Partner. Hier treffen feste Verwaltungs- und Organisationsstrukturen auf die flexibel zu erstellenden Kursangebote. Daher ist auch hier das Gespräch mit allen beteiligten Akteuren und Akteurinnen die Voraussetzung für ein gelingendes Angebot. Der Sport hat dabei einen klaren Wettbewerbsvorteil, weil so manches Sportangebot flexibel in den Räumlichkeiten der Kooperationspartner und -partnerinnen durchgeführt werden kann (bspw. Gymnastik, Yoga etc.) und die Frauen damit keine zusätzlichen Wege in die Vereine zurücklegen müssen.

Neue Ideen für Kursangebote entwickeln

Neben den sportlichen und gesundheitlichen Anreizen stehen für Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund in erster Linie der Spaß und das Miteinander im Vordergrund. Bei allem Ehrgeiz sollte in den Kursen daher auch Raum für Gespräche, Lachen und Fragen freigehalten werden. Die Inhalte der Kurse können z. B. durch einen Spaziergang im Viertel vertieft werden. Gerade

Worauf gilt es bei der passgenauen Angebotserstellung zu achten?

wenn es um Ernährung geht, macht es Sinn, die Theorie etwa mit einem Kochkurs „aufzupeppen“. Das Kochen einfacher Gerichte kommt gut an und sorgt für Nachhaltigkeit, da die Teilnehmerinnen anhand der Rezepte die Gerichte ganz einfach zu Hause nachkochen können. Schülerinnen türkischer Herkunft fanden es beispielsweise toll, etwas über verschiedene Varianten von Vollkornbrot zu lernen und diese mit nach Hause zu nehmen.

Für ein Gemeinschaftsgefühl sorgen weiterhin gemeinsame Frühstücke oder Nachmittagsimbisse („Frauenpalaver“) im Vorfeld oder Nachgang der Kurse. Auch die gemeinsame Beteiligung an Vereinsveranstaltungen hat integrative Wirkung.

Der Sportverein bietet nicht nur einen sehr großen sozialen Raum, sondern er ist gleichzeitig informeller Lernbereich. Wenn Räumlichkeiten in den Vereinen zur Verfügung stehen, dann ist es durchaus überlegenswert, ob dort ergänzende Angebote eingerichtet werden können: eine Hausaufgabenhilfe, Basteleinheiten oder Malstunden für Kinder oder auch interessante Workshops, in denen Beratungen und Informationen zu spezifischen alltagswichtigen Themen für die Frauen aufbereitet werden. Verstärkt wurden im Netzwerkprojekt Informationen rund um das deutsche Gesundheitswesen und zur Gesundheit weitergegeben und Beratungs- und Anlaufstellen vermittelt.

Angebote ohne Männer sicherstellen

Frauen mit Migrationshintergrund besonders aus muslimischen Kulturkreisen wird die Geschlechtertrennung vorgeschrieben. Der Aufwand, ihnen Sportangebote zu unterbreiten, die dies berücksichtigen, ist dafür nicht unbedingt groß. Ein entsprechendes Schild an der Tür der Umkleiden und an der Halle suggeriert, dass Männer für die Übungsstunde keinen Zugang haben. Das ist den Frauen auch deshalb wichtig, damit sie in ihren Familien die Unterstützung für ihre sportliche Betätigung bekommen. Ausnahmen können zum Teil die Kampfsportarten sein. In einem Selbstverteidigungskurs ist es entscheidend, ob man lernt, sich gegen eine Frau oder einen Mann zu verteidigen. Es sollte allerdings im Vorfeld eines Kurses thematisiert werden.

Räumlichkeiten bei Bedarf abdunkeln

Ein Raum mit Sichtschutz sollte den Frauen dann ermöglicht werden, wenn er durch große Fenster von außen einsehbar ist. Der Bedarf ist vor allem bei muslimischen Frauen vorhanden. Abhängtücher oder andere Mittel, die hierfür zum Einsatz kommen, können durch Kooperationen ausgeliehen oder bereitgestellt werden.

Sowohl nicht einsehbare Räume als auch Angebote nur für Frauen wurden von der Mehrheit aller Teilnehmerinnen befürwortet!

Kleidungswahl im Sport den Frauen überlassen

Solange es den Sicherheitsbestimmungen und den sportartspezifischen Regeln nicht entgegensteht, sollten die Teilnehmerinnen selbst entscheiden dürfen, in welcher Kleidung sie Sport treiben. In keinem der Schwimmangebote hat eine Frau zum Beispiel einen Burkini tragen wollen. Vielen war selbst der Begriff nicht geläufig. In den Schwimmangeboten trugen die Frauen Leggings und ein etwas weiteres Shirt. Daran hat sich niemand gestoßen. Es ist eine grundlegend vertrauensbildende Maßnahme, den Frauen zu überlassen, in welcher Bekleidung sie Sport





treiben wollen. Dennoch sollte durchaus erklärt werden, welche Funktion Sportkleidung hat. Besonders Mädchen mit Migrationshintergrund war oft nicht bewusst, dass zum Sport treiben, Sportschuhe gehören. Hier greifen Sicherheitsstandards.

Feiertage bei Kursterminierung beachten

Der Ramadan ist einer der bekanntesten islamischen Feiertage und Fastenmonat. Der Koran sieht vor, dass alle Muslime während des Ramadan fasten sollen. Abgesehen davon, dass Sport mit leerem Magen wenig Freude bereiten und der Gesundheit nicht zuträglich sein dürfte, sind vor allem die Frauen in dieser Zeit an familiäre Verpflichtungen gebunden. Dies sollte bei der Festlegung der Kurslaufzeiten bedacht werden. Zudem gibt es weitere Feiertage, die zu beachten sind.

Angebote auch monoethnischen Gruppen anbieten

Eine der zentralen Fragen der Angebotserstellung ist die, ob Angebote nur für Migrantinnen oder Frauen mit Migrationshintergrund auch mit Integration zu tun haben. Die Antwort ist: JA!

Besonders für Frauen, die bislang noch nicht in unserer Gesellschaft angekommen sind, sehr zurückgezogen und vor allem in einer weniger säkularen Umgebung mit Gleichgesinnten in Deutschland leben, sind solche Sportangebote der erste Schritt in Richtung Selbstbestimmung. Auch diese Frauen haben großes Interesse an Sport und Gesundheit. In ihrer Wahrnehmung allerdings ist auch im Sport kein Platz für sie. Das Netzwerkprojekt hat gezeigt, sie sind willkommen! Vor allem Musliminnen haben diese Angebote gern angenommen. Denn dem Sport wird unter den gleichen Voraussetzungen nachgegangen. Zunächst lernen sie einen offeneren Umgang untereinander und mit der Übungsleiterin, in weiteren Schritten sind es die kleinen Erfolge über gelernte und gut umgesetzte Übungen und ein besseres Wohlbefinden, das die Frauen stärkt. In einigen Kursen haben die Frauen Kopftuch tragend begonnen und sie im Laufe der Zeit abgelegt – vorausgesetzt, die Rahmenbedingungen stimmten: keine Männer und keine von außen einsehbaren Räume. Die Wahrscheinlichkeit, dass sie mittelfristig an gemischt-ethnischen Kursen teilnehmen, ist dann gegeben, wenn man ihnen nicht vorschreibt, den zweiten vor dem ersten Schritt zu gehen zu.

Was haben wir über Migrantinnen gelernt?

Im Netzwerkprojekt konnten viele Vorurteile über Migrantinnen abgebaut werden. Zentrale Erkenntnisse, die wir von und mit den Frauen mit Migrationshintergrund bei unseren Angeboten gewonnen haben, seien hier noch einmal zusammengefasst.

| Es gibt nicht DIE Migrantinnen.

| Migrantinnen in unserem Projekt verstanden sich mehrheitlich als Frauen, nicht als Migrantinnen oder Frauen mit Migrationshintergrund.

| Die Frauen zeigten große Offenheit gegenüber (herkunftsgemischten) Frauensport und Zusatzangeboten.

| Musliminnen in unseren Kursen benötigten geschützte Räume und legten im Laufe der Angebotszeit ihre Kopftücher ab.

| Die Angebote haben das Verhalten vieler Frauen positiv verändert, sportlich-koordinativ ebenso wie ihre Sozial- und Handlungskompetenzen.

| Veränderungen brauchen Zeit. Die Teilnehmerinnen waren offen für gegenseitige Lernprozesse und zeigten Stolz über das, was sie am Ende erreicht hatten.

| Vertrauen wird über Freundlichkeit und Respekt hergestellt und ist Voraussetzung für eine gelingende Zusammenarbeit.

| Motive für das Interesse an Sportangeboten sind unter anderem:

- etwas für die Gesundheit tun (beispielsweise Gewichtsreduzierung)
- Neues kennenlernen (bspw. bislang unbekannte Sportarten und Sportangebote)
- nette Menschen kennenlernen

| Die Kursteilnahme bewirkte bei der Mehrheit der Frauen unter anderem:

- ein stärkeres Selbstbewusstsein
- eine Besserung gesundheitlicher Beschwerden
- eine Minderung des Alltagsstresses

| Für die Mehrheit der Teilnehmerinnen galt der Wunsch: keine Männer in den Kursen! Vor allem keine Schwimmmeister, Übungsleiter (Ausnahmen waren Selbstverteidigungskurse) oder Hausmeister, die versehentlich den Kursraum oder den Umkleidebereich betreten könnten.

| Der Spaß und die Freude an den kombinierten Angeboten, vor allem aber den Sportangeboten, waren bei vielen Frauen so groß, dass sie andere Familienmitglieder (auch die Männer) in ihren Familien für den Sport begeistern konnten.



Schlussfolgerungen und Handlungsempfehlungen

Wie machen wir unsere Vereine fit für die Zukunft?

Die Zeiten haben sich geändert: Auch im Sportverein ist der demografische Wandel bereits zu spüren. Dabei spielen Entwicklungen wie der Rückgang der Anzahl von Kindern und Jugendlichen in Deutschland und der wachsende Anteil von Migrantinnen, Migranten und Menschen mit Migrationshintergrund an der Gesamtbevölkerung eine immer wichtigere Rolle für die Sportvereine. In den urbanen Ballungszentren haben einige Stadtteile schon jetzt zwischen 60 und 80 Prozent der Menschen Migrationshintergrund.

Unsere Sportvereine können sich den gesellschaftlichen Herausforderungen gewachsen fühlen, wenn sie eine Kultur der Vielfalt willkommen heißen, fördern und bereitstellen. Wollen wir also zukunftsfähig bleiben, dann müssen wir uns weiter öffnen.

Vereinswesen

I Übungsleiterinnen kommt eine besondere Rolle zu

Im Netzwerkprojekt kam den Übungsleiterinnen eine Schlüsselrolle zu. Für die Teilnehmerinnen waren sie:

- Vertrauenspersonen
(aufgrund eines adäquaten Umgangs)
- Respektspersonen
(aufgrund sportfachlicher Kompetenzen) und
- Ansprechpartnerinnen
(über sportliche Belange hinaus).

In diesem Zusammenhang treffen die Übungsleiterinnen oft auf andere Rollenverständnisse, Erwartungshaltungen und Verhaltensweisen. Hierfür bietet sich die Qualifizierungsmaßnahme „Sport interkulturell“ an, die Übungsleiterinnen dabei hilft, sich in die Lage anderer hineinzusetzen und Situationen aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. Sie lassen dabei einen Lernprozess zu, der Zeit in Anspruch nehmen kann, sich aber am Ende auszahlt. Verhaltensweisen und Einstellungen auf beiden Seiten ändern, um sich einander anzunähern – das braucht Zeit. Um diesen Prozess verständnisvoll zu

begleiten und sich selbst nicht in Frage zu stellen, weil ein Kurs mit Migrantinnen einen anderen Charakter annimmt als die übliche Übungsstunde, dafür gibt die Qualifizierungsmaßnahme Hilfestellungen (siehe auch S. 51 der Broschüre).

Die Vermittlung interkultureller Kompetenzen spricht auch die Managementebene in Vereinen und Verbänden an. Eine Sensibilisierung der Führungsebene unterstützt und erleichtert die Arbeit der Übungsleiterinnen und schafft im gesamten Vereinsleben einen offeneren Umgang mit Migrantinnen und Migranten.

I Unterstützung im Vereinsumfeld ist gefragt
Vereinsvertreterinnen und -vertreter, die sich mit Kursangeboten für Migrantinnen beschäftigen, begegnen zum Teil starken Vorurteilen im eigenen Vereinsumfeld. Gerade weil Übungsleiterinnen und Engagierte für die Teilnehmerinnen aber wichtige und herausfordernde

Wie machen wir unsere Vereine fit für die Zukunft?

Aufgaben annehmen, benötigen sie breite Unterstützung aus den eigenen Reihen. In einigen Vereinen des Netzwerkprojekts haben Vereinsführung und Übungsleiterinnen Hand in Hand gearbeitet und sorgten damit für einen reibungslosen Kursablauf. Das Umfeld zu sensibilisieren, bedarf aber ebenfalls konkreter und nachhaltiger Maßnahmen.

Vereinsmitgliedschaft

I Neue Formen der Vereinsmitgliedschaft sind gefragt

Der Schritt zu einer unbefristeten Vereinsmitgliedschaft ist bisweilen zu groß. Wachsende Mobilität und Flexibilität führen allgemein zum Wunsch nach neuen, zeitlich überschaubaren Sportkursen. In Zusammenhang damit steht auch die Frage nach der Finanzierung. So hat sich im Netzwerkprojekt herausgestellt, dass Migrantinnen damit geholfen ist, kostenlose Sportstunden zum „Schnuppern“ anzubieten. Für andere wiederum ist das, was nichts kostet, wohl auch nichts wert. Vor diesem Hintergrund ist es sinnvoll, in Zukunft auch neue Formen der Vereinsmitgliedschaft und der Finanzierung zu entwickeln und zu testen.

Netzwerkarbeit – Chancen nutzen

I Kontakte nutzen, regionale (Sport-) Netzwerke aufbauen

Der Aufbau nachhaltiger und verlässlicher Partnerschaften ist eine Investition in die Zukunft, sie braucht Zeit und Pflege. Je enger Netzwerk- und Kooperationspartner zusammenarbeiten, desto weniger Arbeit bleibt für den Einzelnen und desto größer ist der gemeinsame Erfolg. Klar strukturierte Verantwortlichkeiten und eine Partnerschaft auf Augenhöhe, die von einem regelmäßigen Austausch begleitet wird, sind die Basis für Nachhaltigkeit und Verlässlichkeit.

Auch wenn es Zeit braucht: Am Ende macht sich die Suche nach kompetenten Partnerschaften bezahlt. Schon der Blick ins unmittelbare Umfeld zeigt, dass bereits Kreise und Netzwerke bestehen, die sich über neue Verbündete

freuen. Vielerorts können hier die Sportvereine anknüpfen und dazu beitragen, attraktive Freizeitangebote für Frauen zu erstellen. Auch in kommunalen Schnittstellen finden sich hilfreiche und interessierte Ansprechpartner. Viele Partner im Netzwerkprojekt hatten den Sportverein und damit die Möglichkeiten von Sportangeboten für Migrantinnen noch gar nicht bedacht und freuten sich umso mehr über diese Ergänzung ihrer Angebotspalette.



Eine Sprachschule änderte z. B. ihr Curriculum so ab, dass vor allem Sporttermini, Erfahrungen mit dem Sport und Erlebtes im Sportverein thematisiert wurden. Auch Sportvereine öffneten sich. In einer Ortsgruppe wurde das Aufwärmtraining von Migrantinnen geleitet – zum Beispiel mit einem orientalischen Bauchtanz, an dem alle Frauen als Einstieg in die Übungsstunde Spaß hatten.

Sportvereine, die bislang wenig miteinander zu tun hatten oder eher in Konkurrenz zueinander standen, können sich in vielerlei Hinsicht unterstützen: mit der gegenseitigen Bereitstellung von Sporthallen und Übungsleiterinnen oder dem Austausch über das Gelingen einer nachhaltigen Gewinnung von Migrantinnen für den Sport und den Verein. Erfolgskonzepte auszutauschen und Problemlagen gemeinsam zu diskutieren, hilft Beteiligten und Interessierten.

Auch zentrale Stellen des Sports wie die Kreis- und Stadtsportbünde können mit ihren Erfahrungen weiterhelfen. Sie kennen bereits viele mögliche Kooperationspartner und unterstützen Sportvereine mit Kontakten und Know-how. Diese gilt es zu stärken.

| Kooperation Kita/Schule und Sportverein

Kitas und Schulen bieten den besten Zugang, um Nachwuchskräfte für den Sportverein zu gewinnen. Lehrerinnen und Lehrer, Rektoren und Rektorinnen sind wichtige Partner und haben gleichzeitig eine Multiplikatorenfunktion, um Bewegungsräume innerhalb und außerhalb der Schulen zu schaffen und Eltern für sportliche und gesundheitsorientierte Aktivitäten ihrer Kinder zu gewinnen. Zudem können die Schulsportanlagen für Sportangebote genutzt werden. Wenn das Angebot auf das Interesse der Kinder und Jugendlichen stößt, kann es in das Ganztagsangebot eingebunden werden. Mit Sportvereinen im Ganztagsangebot wird nicht nur mehr sportliche Kompetenz in den Schulalltag transportiert, sondern es werden auch die psychosozialen Ressourcen (soziale Kompetenzen, Teamgeist, etc.) der Jugendlichen gestärkt.

Aufgrund des hohen Anteils an Mädchen mit Migrationshintergrund an den Schulen sind Schulleiterinnen und -leiter oft an separaten Sportangeboten für Mädchen und Jungen interessiert. Auch sie erkennen die Notwendigkeit von Geschlechtertrennung an.

| Partnerschaften zu Migrantenorganisationen aufbauen

Erste Kooperationen mit Migrantenorganisationen in unserem Projekt haben gezeigt: Es ist wichtig, sie einzubinden. Ihre Arbeitsweise mag völlig anders aussehen, als wir sie kennen. Ihre Ziele aber, sich mit kreativen Ideen in gemeinsame Interessenlagen einzubringen, bergen enormes Potenzial. Auch sie sind Brückenbauer zwischen unterschiedlichen Kulturen und in der Lage, das gegenseitige Verständnis zu fördern. Zudem erlaubt eine frühe Einbindung in Projektideen einen gemeinsamen Arbeitsprozess, bei dem sich allmählich verschiedene Ansätze miteinander entwickeln und zu einem bestmöglichen Erfolgsszenario führen, bei dem alle von- und miteinander lernen. Unbekannte Hintergründe, die zum Scheitern einer Projektidee führen können, werden so aufgefangen und lassen sich in neue, Erfolg versprechende Ideen verwandeln. Doch auch hier: das miteinander Lernen und aneinander Wachsen erfordern Zeit und Geduld.

Förderung freiwilligen Engagements

Als wichtigste Ressource der Vereine gilt das freiwillige Engagement. Doch immer weniger Menschen sind bereit, sich dauerhaft in einem und für einen Verein zu engagieren. Diese Entwicklung ist für die Vereine durchaus mit existenziellen Sorgen verbunden. Mit der Teilhabe von Migrantinnen bzw. Frauen mit Migrationshintergrund am Sport können nicht nur potenzielle neue Vereinsmitglieder, Übungsleiterinnen und Integrationslotsinnen gewonnen werden. Sie als aktiven Teil des Vereinslebens willkommen zu heißen und ihnen die Chance auf Mitgestaltung und Mitbestimmung zu geben, das zeigt die eigentlichen Potenziale auf. Es bedarf allerdings neuer, moderner Formen der Teilhabe und Mitgestaltung. Diese unterliegen einem Entwicklungsprozess, der damit

Wie machen wir unsere Vereine fit für die Zukunft?

beginnt, die Frauen für das Sporttreiben zu gewinnen und sie darüber in ihrer Persönlichkeit zu stärken. Mit der sukzessiven Übergabe von Verantwortung an die Frauen lässt sich der Prozess Schritt für Schritt fortführen.

Die vielen Möglichkeiten zum freiwilligen Engagement im Verein gehen über die reine Übungsleiterinnen-Tätigkeit hinaus. Vor allem Frauen aus Kulturkreisen mit sehr engen familiären Bindungen können einen wertvollen Beitrag dazu leisten, ein stärkeres Gemeinschaftsgefühl in die Vereine zu tragen. Dies kann eine Kultur der

gegenseitigen Solidarität befördern und den Vereinsmitgliedern helfen, in ihrer Vielfalt zusammenzuwachsen: beste Voraussetzungen, um sich gern und freiwillig zu engagieren.

Als festes Instrument der Personal- und damit Organisationsentwicklung ist es heute wichtiger denn je, auch Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund den Weg in verantwortungsvolle Positionen zu ebnet und sie entsprechend zu begleiten. Denn auch ihre Bildungspotenziale sind Ressourcen der Zukunft.



Wie können Verbände in der Integrationsarbeit unterstützt werden?

Das Netzwerkprojekt steht beispielhaft für die interkulturelle Öffnung des Sports. Das bedeutet: Auch der Verband sollte sich zu einer gezielten und konsequenten interkulturellen Zusammenarbeit verpflichten.

Interkulturelle Sensibilisierung als fester Bestandteil der Bildungsarbeit

Neben den Sportvereinen, die vor allem über die direkte Interaktion der Übungsleiterinnen nahe an den Belangen der interkulturellen Zusammenarbeit mit Migrantinnen stehen, sollte sich auch die Verbandsarbeit verstärkt interkulturellen Belangen zuwenden. Bei den Partnerverbänden des Netzwerkprojekts zeigt sich dies vor allem in der Etablierung von Arbeitskreisen und -gruppen zur Integrationsarbeit, aber auch in der Entwicklung von Ausbildungsmodulen zur interkulturellen Sensibilisierung, die in die grundständige Lehrarbeit bspw. von Sportverbänden eingehen. Hier arbeiten unter anderem Expertinnen und Experten des Bildungsbereichs fachübergreifend mit solchen aus den Bereichen Gesundheit, Integration und Gleichstellung zusammen. Diese interdisziplinären Ansätze gilt es zu festigen und zu verstetigen.

Sportvereine in Integrationsfragen unterstützen

Wenn sich Vereine auch in Zukunft erfolgreich dem Thema Integration widmen wollen, ist ein kontinuierlicher Informations- und Erfahrungsaustausch unverzichtbar. Das Thema an sich ist bereits sehr komplex. Sportvereine, die sich dem Thema nähern wollen, benötigen daher größtmögliche Unterstützung. Auskünfte darüber, wie man ein geförderter Stützpunktverein im Bundesprogramm „Integration durch Sport“ werden kann, welche Qualifizierungsmöglichkeiten (Schulungen, Seminare etc.) angeboten werden, mit welchen ersten Schritten in einer Projektplanung man eine Zielgruppe erreicht, an welche Partnerangebote sich anschließen lässt etc. – diese und noch mehr Fragestellungen verlangen intensive Aufklärungsarbeit.

Eine zentrale Rolle spielen in diesem Zusammenhang die Landeskoordinatorinnen und -koordinatoren des Bundesprogramms "Integration durch Sport". Ein gegenseitiger Austausch über Integrationsfragen und angrenzenden Themen mit interessierten Verantwortlichen im Sport sorgt für schnellst- und bestmögliche Unterstützung der Vereine. Gute Beispiele dafür: Der Deutsche Turner-Bund arbeitete in der Qualifizierung der Übungsleiterinnen über die Maßnahme „Sport interkulturell“ eng mit der Sportjugend Hessen zusammen, die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft mit dem Landessportbund Niedersachsen.

Öffentlichkeitsarbeit intensivieren

Mit Veröffentlichungen in regionalen wie überregionalen Medien, in den verbandseigenen Zeitschriften und im Internet erfährt die geleistete Integrationsarbeit der Sportvereine Wertschätzung. Das führt zu einer positiven öffentlichen Wahrnehmung der Integrationsarbeit im und durch den Sport. Neben der Förderung von Toleranz erfährt auf diese Weise eine breite Öffentlichkeit von erfolgreichen Beispielen der Teilhabe auch und insbesondere von Migrantinnen.



Autorin:

Verena Zschippang

DOSB-Projektleiterin,
„Bewegung –
mehr Migrantinnen in den Sport“

Schlussfolgerungen und Handlungsempfehlungen

Interkulturelle Öffnung im Sport – praxisorientiert und chancenreich

Interkulturelle Öffnung (IKÖ) ist auch im Bereich des Sports zunächst nichts anderes als ein weiteres Schlagwort im Bemühen, gesellschaftliche Integration in den Griff zu bekommen. Dahinter steckt allerdings die Erkenntnis, dass all die vielen Maßnahmen in einzelnen Bereichen (z.B. Integration durch Sport, Migrantinnen im Sport, Antidiskriminierung, aber auch Mitgliedergewinnung, Vereinsmanagement) zwar in sich sinnvolle Ergebnisse und Erfolge zeitigen, dass aber gerade auf der Ebene der Strukturen, im Verein oder der Sportorganisation spürbar nachhaltige Wirkungen kaum auszumachen sind. Es macht sich vielerorts das Gefühl breit, dass die guten Ansätze verpuffen und man immer wieder neu anfangen muss. Mit dem Ansatz der IKÖ bietet sich die Chance, nachhaltige Veränderungen zu erzielen, indem sinnvolle Maßnahmen in stringente Steuerung, Planung und Querschnittsarbeit eingebettet werden.

Wie kann die Idee der Interkulturellen Öffnung effektiv und praxisnah umgesetzt werden?

Die folgenden Ausführungen skizzieren ein methodisch-didaktisches Konzept, das von „context – interkulturelle kommunikation und bildung“ in Zusammenarbeit mit dem Landessportbund NRW entwickelt wurde. Es ist als Fortbildungsreihe modular aufgebaut und greift die vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) 2005 vorgeschlagenen Umsetzungsschritte zur IKÖ auf:

- | „Aufarbeitung des Themenkomplexes ‚interkulturelle Öffnung‘ innerhalb der Organisation mit dem Ziel, weiterführende Ansätze zu entwickeln und zu erproben
- | Qualifizierung der Multiplikator/-innen im Bereich der interkulturellen Kompetenz
- | Themenbezogene Schwerpunktsetzung, so dass zunehmend Angebote gemacht werden, die sich inhaltlich mit Partizipationsmöglichkeiten von Menschen mit Migrationshintergrund beschäftigen
- | Verstärkte Beteiligung von Menschen mit Migrationshintergrund an den bestehenden Maßnahmen“¹

Grundsätzlich kann das Ziel der Integration und der Teilhabe aller Menschen im sportlichen Betrieb (im Besonderen liegt der Fokus auf Menschen mit Zuwanderungsgeschichte) durch das Konzept der IKÖ erreicht werden, weil...

- | ... es sowohl die individuelle Ebene als auch die Organisation als Ganzes anspricht.
- | ... es die Ressourcen und Potenziale aller Beteiligten in den Vordergrund stellt, anstatt sich an Problemen festzubeißen.
- | ... es schon im Titel eine Zielrichtung anzeigt: Veränderung durch Öffnung der bestehenden Organisation und der Einzelnen. Wenn Integration ein wechselseitiger Prozess zwischen Aufnahmegesellschaft und Zugewanderten ist, dann ist IKÖ die Voraussetzung, dass dieser Prozess gelingt.
- | ... es Interkulturelle Sensibilisierung aller Beteiligten als unbedingte Voraussetzung ansieht. Hier liegt die Betonung auf alle (gerade die Präsidien und Vereinsvorstände sind hier angesprochen, da es sich bei IKÖ

um einen Organisations-, Personal-, und Qualitätsentwicklungsprozess handelt!).

I ... es auf Organisationsstrukturen, -prozesse und -ergebnisse eingeht.

I ... in öffentlicher Verwaltung am ehesten verbreitet ist und daher in diesem Bereich wertgeschätzt wird und anschlussfähig ist.

I ... es aus dem Non-Profitbereich stammt und daher nicht die Bilanzsumme in den Vordergrund stellt, sondern ein gelungenes Zusammenleben, das sich daran misst, dass alle sich gleichermaßen wohl fühlen.

I ... Nachhaltigkeit erzeugt, weil es an der Haltung der Hauptakteure arbeitet.

Das nun vorgestellte Konzept zur modularen Fortbildungsreihe „Interkulturelle Öffnung im Sport“ schließt an die Inhalte der ÜL-C Ausbildung an und folgt gleichzeitig Grundsätzen interkultureller Didaktik.

Die vier Themenbereiche/Module bilden unterschiedliche Zugangswege zur größeren und vernetzten Thematik. So wird der Druck genommen, „von Anfang an dabei sein zu müssen“ und gleichzeitig der Anreiz geschaffen, sich weiter zu qualifizieren, egal an welcher Stelle man angefangen hat. Dennoch bauen die Module auch in ihrer Reihenfolge sinnvoll aufeinander auf und bieten Teilnehmenden, die an der gesamten Reihe teilnehmen, einen großen Zusatzgewinn.

Modul I:

Kontakt und Verständigung interkulturell

Wenn „bunt gemischte“ Gruppen zusammenkommen, lohnt es sich, gerade die Kontaktaufnahme und Verständigung miteinander besonders intensiv zu begleiten. Kinder und Jugendliche, die zum Sportverein kommen, haben sehr unterschiedliche sprachliche und kulturelle Hintergründe, haben Migrationserfahrung mit der Familie oder sind „einheimisch“, stammen aus unterschiedlichen sozialen Schichten oder unterscheiden sich einfach nur in ihren körperlichen, geistigen und sozialen Fähigkeiten.

Auf Dauer soll all das im Sportverein keine Rolle mehr spielen, das ist die große Chance. Gerade beim Start einer neuen Gruppe, oder wenn immer mal wieder Gruppenmitglieder hinzukommen, ist es für eine erfolgreiche Integration hilfreich, die Gruppe zu unterstützen und dabei auf kulturelle Besonderheiten zu achten. Es steht also die Interkulturelle Sensibilisierung im Vordergrund, die Voraussetzung für jegliche Öffnungsprozesse ist. Die Teilnehmenden lernen, interkulturelle Situationen sensibel wahrzunehmen und zu analysieren, anstatt distanziert auf „die anderen“ zu schauen. Der kulturelle Anteil von Kommunikation und Konflikt wird identifiziert. Kontakt und Verständigung ziehen sich als Themen durch sämtliche Fragestellungen der interkulturellen Öffnung im Sport: Wie bekommen wir Kontakt zu potenziellen Mitgliedern? Wie viel Körperkontakt ist (auch im Sport) erlaubt? Wie verläuft sozialer Kontakt in unterschiedlichen kulturellen Systemen? Wie einladend ist unser Sportverein für unterschiedlichste Gruppen? Wodurch entstehen Missverständnisse? Wie lassen sie sich beheben? Am Beispiel der kulturell vielfältigen Seminargruppe werden all diese Aspekte in der Seminarsituation bewusst gemacht, im Vereinsleben identifiziert und Handlungsansätze zum Umgang mit dieser soziokulturellen Vielfalt herausgearbeitet.

Modul II:

Sportpraxis und interkulturelle Projekte

Im Übungsbetrieb gibt es viele alltäglich zu organisierende „Kleinigkeiten“, die im Kontext von Migration und unterschiedlichen kulturellen Vorstellungen schnell zum Zankapfel bzw. zum Ausschluss potenzieller Mitglieder geraten, sei es die Diskussion über das Duschen nach dem Sport, der Umgang mit religiösen Essvorschriften (z.B. kein Schweinefleischgenuss), die Kleiderordnung (Kopftücher, Badeanzüge, kurze Hosen), scheinbar ethnisch orientierte Cliquenbildung bis hin zur Mitgliedergewinnung und Elternarbeit. Es ist hilfreich, sich über viele kleine

¹ s. BMFSFJ, Kinder und Jugendplan des Bundes. Maßnahmen für Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund. Brief an Empfänger von KJP-Mitteln vom 09.02.2005 Bonn. (www.bmfsfj.de)

Schlussfolgerungen und Handlungsempfehlungen

Interkulturelle Öffnung im Sport – praxisorientiert und chancenreich

„Tipps und Tricks“ des Vereinsalltags auszutauschen, die im organisierten Sport über Jahrzehnte der Integration hin entwickelt wurden, um gemeinsam Sport treiben zu können. Auch die Orientierung an „Beispielen guter Praxis“, wie Prozessen der Vereinsentwicklung, der interkulturellen Öffnung eines Vereins, oder einer gelungenen Kooperation mit der nahen Moschee- und Kirchengemeinde kann viel Neues bringen. Sport im Verein bedeutet eben mehr als eine bestimmte Sportart einzeln oder in der Gruppe auszuführen. Die Teilnehmenden lernen typische Situationen, Hindernisse und Lösungswege für den multikulturellen Sportvereinsalltag kennen. Es geht um die Sportpraxis auf dem Feld und um das soziale Leben drumherum. Um Konflikte zu bearbeiten und das Potenzial von vielfältigen Gruppen zu nutzen, sind Schlüsselqualifikationen in der Kommunikation, Konfliktanalyse, partizipativen Gruppenleitung entscheidend.

Modul III:

Über den Tellerrand schauen - Gesellschaftliche Tendenzen und Vereinsentwicklung

Der organisierte Sport spielt in der Gesellschaft der Bundesrepublik eine große Rolle. Gesellschaftliche Entwicklungen beeinflussen die erfolgreiche Entwicklung des Vereins. Zuwanderung und auf lange Sicht zunehmende Alterung der Gesellschaft sind zurzeit die heiß diskutierten Themen. Kein Sportverein kann „nur für sich“ oder mit einem „weiter so wie immer“ bestehen. Es gilt, sich für aktuelle Tendenzen zu öffnen, sei es für Trendsportarten, die Gleichberechtigung der Geschlechter, die Integration verschiedener Zuwanderungsgruppen, Veränderungen durch neue Formen des Ehrenamtes, der Freizeitgestaltung Jugendlicher oder die notwendige Vernetzung und Kooperation mit anderen Akteuren in der Gemeinde/ im Stadtteil. In diesem Modul geht es darum, den Bezug zu gesellschaftlichen Themen, der Organisation (dem Verein) und der eigenen Person herzustellen. Die Besonderheit dieses Moduls ist es, dass insbesondere Vereinsmanager/innen eingeladen werden, die sich für den Themenbereich „Interkulturelle Öffnung“ interessieren. Auf der Ebene der Funktion im Verein wird hier die

Gruppe bewusst noch heterogener gestaltet (Übungsleiter/innen und Vereinsmanager/innen). Die unterschiedlichen Perspektiven auf das Gleiche, nämlich Sportler/innen mit und ohne Migrationsgeschichte im Verein, werden hier nutzbar gemacht. Teilnehmende, die bisher eher Übungsleiter/innen waren, werden durch erste Einblicke für Möglichkeiten der Mitgestaltung des Vereins im Management motiviert. Vereinsmanager/innen, die schon lange ihre Funktion wahrnehmen, haben die Möglichkeit, „die Zeichen der Zeit“, wie demographischen Wandel, Struktur und Prozess der Einwanderungsgesellschaft, Chancen von Vielfalt im Verein zu erkennen und für ihren Verein zu nutzen.

Modul VI:

Verein(t) verändern

Im vierten und abschließenden Modul stehen Maßnahmen zur Fortentwicklung des Vereins im Bezug auf Interkulturelle Öffnung im Vordergrund. Die Teilnehmenden lernen das Konzept der Interkulturellen Öffnung kennen und wenden es auf ihren Verein hin an. Auf Grundlage der im dritten Modul durchgeführten Umfeld- und Vereinsanalyse beginnen sie, Veränderungen zu planen. Sie werden sich klar darüber, was sie mit ihrer Arbeit erreichen möchten, und planen die ersten Umsetzungsschritte für die weitere Praxis. Sie entwickeln ein Selbstbild des „interkulturell kompetenten Übungsleiters“ oder der „interkulturellen Lotsin“, verstehen sich also als fachkompetente Akteur/innen. Mit diesem Selbstbewusstsein identifizieren sie, welche entscheidenden Personen sie auf welche Art und Weise als nächstes „ins Boot holen“ müssen, um die anstehenden Veränderungen in Gang zu bringen. Besonders wird der Erfolgsfaktor „Kooperation zwischen unterschiedlichen Organisationen“ beleuchtet. Sport und Integration gehen nach Erfahrung und Analyse vieler Praktiker/innen besonders dann gut zusammen, wenn Sportvereine mit Schulen, Kindergärten, Wohlfahrtsverbänden, Jugendsozialarbeit, Kirchen und Moscheen und Migrant/-innenselbstorganisationen kooperieren. Besonders mit Einrichtungen, in denen sich „per se“ sehr unterschiedliche Bevölkerungsgruppen treffen, wie in Schulen und Kindertageseinrichtungen, oder wo

sich Migrant/-innen zusammengetan haben, können Sportvereine eine Win-Win Situation anstreben: die einen beherrschen Sport als Methode, unentdeckte persönliche Talente sichtbar zu machen, Spaß am Zusammenspiel, der Kooperation und des Gemeinschaftserlebens zu fördern; die anderen haben Zugang zu unterschiedlichsten Gruppen der Gesellschaft, die sich für Sport interessieren könnten und möglichen Nachwuchs für die Vereine darstellen, der im Sinne einer gesellschaftlichen Partizipation aller Bevölkerungsgruppen an der Integration der Einwanderungsgesellschaft mitwirken kann.

Fortbildungssystem und Anschlussfähigkeit

Der Ansatz der Interkulturellen Öffnung setzt – wie schon mehrfach erwähnt – in erster Linie an den Strukturen der Verbände und Vereine an, es ist eine Querschnittsaufgabe, die „topdown“ organisiert werden muss, um nachhaltige Wirkung zu erzielen; d.h. die Führungsgremien müssen wissen, um was es geht, und es unterstützen.

Das oben beschriebene didaktische Konzept geht die Überwindung von strukturellen und organisatorischen Hindernissen pädagogisch an. Hierzu braucht es eine gute Einbettung in die bestehenden Aus- und Fortbildungsstrukturen:

! Vorstellbar wäre z.B., die einzelnen Module als mögliche Teile des mehrstufigen Qualifizierungssystems für Mitarbeiter/-innen im Sportverein zur Verlängerung der ÜL-C oder ÜL-B Lizenz anzuerkennen.

! Zusätzlich ist es denkbar, die Modulreihe im Sinne einer Ausbildung im Rahmen von Sonderausbildungen z.B. als ÜL-B anzuerkennen, um den besonders Engagierten und Motivierten auch eine Auszeichnung zu ermöglichen. Mit Blick auf das Vereinsmanagement könnte gerade hier bei den Teilnehmenden, die üblicherweise auf der Ebene der Gruppenleitung „stehen bleiben“, Interesse für Fragen der Vereinsentwicklung geweckt werden. Gleichzeitig würde neues Potenzial genutzt, z.B. von Mitgliedern mit Migrationshintergrund, die sich für die Vereinsgestaltung einsetzen. Themen wie

„Vereinsanalyse/-entwicklung“ oder „Vereinsaktivitäten planen“ schaffen für Teilnehmende aus der Vereinsmanager-C Ausbildung eine neue Begegnung zwischen Management und Expert/-innen der Integrations- und Gruppenarbeit und zwischen Menschen mit und ohne Migrationsgeschichte.

! Über den sportverbandsinternen Wert hinaus bietet eine modular gestaltete Lizenzausbildung/-fortbildung hervorragendes Potenzial, bisher Außenstehende einzubinden. Das Themenfeld Migration/Interkulturelles Lernen ist in der aktuellen Situation des demographischen Wandels ein Zukunftsthema, das in vielen Bereichen anschlussfähig ist. Daher könnte die Fortbildung auch Interessierten angeboten werden, die bisher noch nicht im organisierten Sport aktiv sind, z.B. Gruppenleiter/-innen, die sich im offenen Ganztage der Schulen engagieren und hier tagtäglich mit kultureller/migrantischer Vielfalt umgehen. Für sie ist insbesondere der über die eigentliche sportliche Aktivität hinausgehende Mehrwert der Qualifikation bedeutsam. Gleichzeitig lernen sie den verbandlich organisierten Sport kennen und bauen durch die gemeinsame Lernerfahrung in der Gruppe persönliche und organisationsbezogene Bindungen auf. Hier liegt auch ein besonderes Potenzial, Menschen mit Zuwanderungsgeschichte zu erreichen.



Autoren:

Andreas Schmitz, Anno Kluß

Diplom-Pädagogen, context – interkulturelle kommunikation und bildung

Arbeitshilfe „Interkulturelle Öffnung“ der Deutschen Sportjugend

Nachfolgend stellen wir eine Arbeitshilfe der Deutschen Sportjugend (dsj) vor. Sie stellt ein wichtiges Instrument zur Personal- und Organisationsentwicklung für die dsj und ihre Mitgliedsorganisationen dar. Als wichtigen Bestandteil enthält sie einen interkulturellen Selbstcheck, der (Jugend-)organisationen im Sport helfen kann, sich auf dem Weg zur interkulturellen Öffnung selbst zu analysieren und einzuschätzen.

Entsprechend dieser Arbeitshilfe können alle Mitgliedsorganisationen des Sports, aber auch sportferne Institutionen, Organisationen und Vereine, die in festen Netzwerken mit dem Sport kooperieren, den interkulturellen Selbstcheck an ihre jeweiligen Strukturen anpassen.

Er soll dazu anregen, Ansatzpunkte für die interkulturelle Öffnung in der eigenen Organisation zu identifizieren. Wichtigstes Ziel ist die Förderung der Vielfalt und Anerkennung von Unterschieden: Interkulturelle Öffnung hat gegenseitige Anerkennung und Wertschätzung zum Ziel, das Verständnis von kultureller Vielfalt als Bereicherung und Teilhabe auch in den Strukturen.

Interkultureller Selbstcheck – ein Instrument zur Ist-Analyse

Vorlage für den interkulturellen Selbstcheck für die Kinder- und Jugendarbeit im Sport ist der interkulturelle Selbstcheck des Landesjugendring NRW (vgl.: <http://www.ljr-nrw.de>). Durch die dsj-AG Chancengerechtigkeit wurde er für die spezifischen Bedingungen im organisierten Kinder- und Jugendsport angepasst. Der interkulturelle Selbstcheck wurde zudem in eine 5-Schritte-Methode zur interkulturellen Öffnung eingebettet, mit deren Hilfe Ziele entwickelt und Maßnahmen zur interkulturellen Öffnung initiiert werden können.

Die dsj - Broschüre „Interkulturelle Öffnung im organisierten Kinder- und Jugendsport“ steht auf der Website der dsj (www.dsj.de) unter dem Button „Publikation“ kostenlos zum Download zur Verfügung. Sie kann zudem bei der dsj bestellt werden. Die folgenden Ausführungen sind dieser Broschüre vollständig entnommen.



Interkulturelle Selbstcheck – Vorgehen

Der interkulturelle Selbstcheck erfragt Zugänge und Möglichkeiten zur Teilhabe von Menschen mit Migrationshintergrund auf verschiedenen Strukturebenen der Jugendorganisationen im Sport. Er ermöglicht eine Ist-Analyse, auf deren Basis Ziele und Aktivitäten entwickelt werden können, um die interkulturelle Öffnung der Jugendorganisationen im Sport voranzubringen. Daher ist der vorliegende interkulturelle Selbstcheck immer auch im Kontext eines umfassenderen Interventionsprogrammes zu sehen. Analog zu den fünf- bzw. sechs-Schritte-Methoden aus den Bereichen Gender Mainstreaming und Diversity-Management wurden daher fünf Schritte für die Umsetzung interkultureller Öffnung identifiziert. Der interkulturelle Selbstcheck ist der erste Schritt in dem im Folgenden dargestellten Verfahren.

1. Ist-Zustand ermitteln

Wie ist die Organisation interkulturell aufgestellt?

- | Interkulturellen Selbstcheck durchführen
- | Erklärungen für Ergebnisse suchen
- | Vorhandene Maßnahmen identifizieren und bewerten

2. Ziele definieren

Wie profitiert die Organisation von der interkulturellen Öffnung? Wie kann die Organisation zur gesamtgesellschaftlichen Strategie der interkulturellen Öffnung beitragen?

- | Neue Zielgruppen finden
- | Ansatzpunkte beschreiben
- | Ziele formulieren

3. Einen Plan entwerfen

Wie kann die kulturelle Vielfalt gefördert werden? Wie lässt sich der Plan in einzelne Maßnahmen übersetzen?

- | Maßnahmen entwickeln und bewerten
- | Zeitplan festlegen

4. Maßnahmen umsetzen

Welche Bedeutung haben die Maßnahmen im Gesamtkontext der interkulturellen Öffnung?

- | Ziele im Blick behalten

5. Erfolg messen

Welche Wirkung haben die Maßnahmen?

I Erfolge gemäß Zielstellung und Zeitplan bewerten

Bei der Formulierung von Zielen können die Fragen des interkulturellen Selbstchecks als Orientierung dienen.

Die im Folgenden erfragten Einschätzungen können von Einzelpersonen oder in der Gruppe vorgenommen werden.

Wenn Fragen durch verschiedene Personen abweichend beantwortet wurden, ist es hilfreich zu klären, ob bei der Beantwortung ein unterschiedliches Verständnis zugrunde lag. Voneinander abweichende Interpretationen der Fragen geben auch Hinweise auf Wahrnehmungsunterschiede hinsichtlich der Thematik. Hier kann es interessant sein, weiter zu diskutieren.

Interkultureller Selbstcheck – Durchführung

Strukturen der Jugendorganisation im Sport ¹	trifft voll und ganz zu	trifft weitgehend zu	trifft teilweise zu	trifft nicht zu	weiß nicht
Teilnehmer/-innen / Ehrenamtliche					
1. Die Jugendorganisation erreicht bei ihren Veranstaltungen viele Teilnehmer/-innen mit Migrationshintergrund. ²					
Vorstand					
2. Die Vorstandsmitglieder haben unterschiedliche nationale oder kulturelle Hintergründe.					
3. Es gibt Konzepte, um die Vorstandstätigkeit von Menschen mit Migrationshintergrund gezielt zu fördern.					
Gremien					
4. In den Gremien arbeiten Menschen mit Migrationshintergrund mit.					
5. Bei der Terminierung der Sitzungen und Veranstaltungen werden kulturelle und religionsspezifische Bedürfnisse von Menschen mit Migrationshintergrund (z.B. religiöse oder kulturelle Feiertage, Verpflegung) berücksichtigt.					
Optional: Hauptberufliche Mitarbeiter/-innen³					
6. Bei den Mitarbeiter/-innen auf Honorarbasis sind Menschen mit Migrationshintergrund vertreten.					

Schlussfolgerungen und Handlungsempfehlungen
**Arbeitshilfe „Interkulturelle Öffnung“
 der Deutschen Sportjugend**

Strukturen der Jugendorganisation im Sport	trifft voll und ganz zu	trifft weitgehend zu	trifft teilweise zu	trifft nicht zu	weiß nicht
Optional: Hauptberufliche Mitarbeiter/-innen³					
7. Bei den Mitarbeiter/-innen in Teilzeit oder Vollzeit sind Menschen mit Migrationshintergrund vertreten.					
8. Bei den Mitarbeiter/-innen in Leitungspositionen sind Menschen mit Migrationshintergrund vertreten.					
9. Die Mitarbeiter/-innen tragen regelmäßig interkulturelle Themen in die Organisation.					
Kooperationen und Netzwerke auf Organisationsebene					
10. Es bestehen Kontakte zu Migrant/-innen-Selbstorganisationen.					
11. Es gibt bereits punktuelle Kooperationen oder Projekte mit Migrant/-innen-Selbstorganisationen.					
12. Es bestehen dauerhafte Kooperationen mit Migrant/-innen-Selbstorganisationen (z.B. Projekte, Arbeitskreise).					
Mitgliedsvereine					
13. Multikulturelle oder nach ethnischer Herkunft organisierte Sportvereine sind Mitglied in der Organisation.					
14. Es gibt abgestimmte Konzepte, um die Mitgliedschaft von multikulturellen oder nach ethnischer Herkunft organisierten Sportvereinen zu fördern.					
Ergebnis-Strukturen der Jugendorganisation im Sport (bitte zusammenzählen)					

¹ Jugendorganisationen der Spitzenverbände, Jugendorganisationen der Sportverbände mit besonderen Aufgaben und Landessportjugenden.

² Als Vergleich können folgende Zahlen dienen: In Deutschland haben 18,6 % der Menschen einen Migrationshintergrund, bei den Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen unter 25 Jahren jede/-r Vierte (vgl. BMFSFJ 2008: S. 22). Dabei ist der

Anteil von Menschen mit Migrationshintergrund regional sehr unterschiedlich. Einen Überblick für die kreisfreien Städte und Landkreise findet sich in der Veröffentlichung BMFSFJ 2008: S. 36. Hier lässt sich auch gut der Anteil in den einzelnen Bundesländern erkennen.

³ Jugendorganisationen ohne haupt- oder nebenberufliche Mitarbeiter/-innen lassen die entsprechenden Zeilen frei.

Verbandspolitik der Jugendorganisation im Sport	trifft voll und ganz zu	trifft weitgehend zu	trifft teilweise zu	trifft nicht zu	weiß nicht
Politisches Leitziel					
1. Das Thema interkulturelle Öffnung wird in der Organisation diskutiert.					
2. Bei wichtigen Entscheidungen wird der Ansatz der interkulturellen Öffnung beachtet.					
3. Die interkulturelle Öffnung ist in der Organisation (Leitbild, Satzung, Selbstverständnis) fest verankert.					
4. Die personelle Zuständigkeit für das Thema interkulturelle Öffnung ist klar festgelegt.					
5. Für das Thema interkulturelle Öffnung engagiert sich ein Gremium.					
6. Für interkulturelle Arbeit stehen ausreichend Haushaltsmittel zur Verfügung.					
Personalpolitik					
7. In Stellenausschreibungen wird der Wunsch nach interkultureller Kompetenz deutlich.					
8. In Stellenausschreibungen wird der Wunsch nach einer Erhöhung des Anteils an Mitarbeiter/-innen mit Migrationshintergrund deutlich.					
Qualitätsmanagement					
9. Interkulturelle Öffnung und interkulturelle Kompetenz sind Qualitätsmerkmale.					
10. Es gibt formulierte Ziele zur Umsetzung der interkulturellen Öffnung auf der Ebene der Organisation (z.B. im Leitbild).					

Arbeitshilfe „Interkulturelle Öffnung“ der Deutschen Sportjugend

Verbandspolitik der Jugendorganisation im Sport	trifft voll und ganz zu	trifft weitgehend zu	trifft teilweise zu	trifft nicht zu	weiß nicht
11. Es gibt formulierte Ziele zur Umsetzung der interkulturellen Öffnung auf der Ebene der Personalentwicklung (z.B. Gewinnung und Bindung von ehrenamtlichen und hauptberuflichen Mitarbeiter/-innen mit Migrationshintergrund).					
12. Es gibt formulierte Ziele zur Umsetzung der interkulturellen Öffnung auf der fachlichen Programm- und Projektebene (z.B. in Konzeptionen und Angeboten).					
13. Es gibt formulierte Ziele zur Umsetzung der interkulturellen Öffnung auf der Ebene der Sportvereine					
14. Es gibt eine Zielkontrolle, in der das Erreichte im Bereich interkulturelle Öffnung gemessen wird.					
Aus- und Fortbildungen					
15. Das Thema interkulturelle Öffnung wird in den Veranstaltungen regelmäßig angesprochen.					
16. Die Jugendorganisation veranstaltet regelmäßig Schulungen oder Seminare zu interkulturellen Themen.					
17. Interkulturelle Öffnung ist in den Aus- und Fortbildungskonzepten verankert (z. B. Jugendleiter/-innenausbildung gemäß Rahmenrichtlinien).					
18. Die Teilnahme von Mitarbeiter/-innen an Fortbildungen zu interkulturellen Themen (z.B. interkulturelle Öffnung, Antirassismus, Antidiskriminierung etc.) wird ausdrücklich gewünscht und gefördert.					
Ergebnis Verbandspolitik der Jugendorganisation im Sport <i>(bitte zusammenzählen)</i>					

Öffentlichkeitsarbeit der Jugendorganisation im Sport	trifft voll und ganz zu	trifft weitgehend zu	trifft teilweise zu	trifft nicht zu	weiß nicht
Informationsmaterial/Selbstdarstellung					
1. Die Organisation stellt sich in der Öffentlichkeit bewusst als interkulturell dar.					
2. Die Informationsmaterialien über die Organisation (Leitbild, Satzung etc.) sind mehrsprachig.					
3. Die visuelle Darstellung der Organisation macht die Vielfalt der Zielgruppen deutlich.					
4. Die Organisation spricht in ihrer Öffentlichkeitsarbeit insbesondere auch Menschen mit Migrationshintergrund an.					
Ergebnis Öffentlichkeitsarbeit der Jugendorganisation im Sport <i>(bitte zusammenzählen)</i>					



Arbeitshilfe „Interkulturelle Öffnung“ der Deutschen Sportjugend

Angebote und Aktivitäten der Jugendorganisation im Sport: Freizeit-, Bildungs-, Gruppenangebote, Ferienfreizeiten	trifft voll und ganz zu	trifft weitgehend zu	trifft teilweise zu	trifft nicht zu	weiß nicht
Planung und Konzeptionierung					
1. Bei der Planung der Angebote wird Rücksicht genommen auf kulturell und/oder religiös bedingte Unterschiede (Verpflegung, Unterbringung, Programmablauf, Termine etc.).					
2. Bei konzeptionellen und pädagogischen Überlegungen spielen interkulturelle Fragestellungen eine wichtige Rolle.					
3. Es werden Angebote konzipiert, die allen Kindern und Jugendlichen den Zugang erleichtern (Angebotsformen, Teilnahmebeiträge).					
Teilnahme und Werbung					
4. An den Angeboten nehmen viele Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund teil.					
5. In der Ausschreibung werden Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund als Teilnehmer/-innen der Angebote angesprochen.					
Leitung der Angebote					
6. Die Leitungsteams setzen sich interkulturell zusammen.					
7. Bei Seminaren/Veranstaltungen werden Menschen mit Migrationshintergrund als Referent/-innen eingesetzt.					
Ergebnis Öffentlichkeitsarbeit der Jugendorganisation im Sport <i>(bitte zusammenzählen)</i>					

Gesamtauswertung <i>(Erreichte Punktzahl eintragen)</i>	trifft voll und ganz zu	trifft weitgehend zu	trifft teilweise zu	trifft nicht zu	weiß nicht
Ergebnisse Strukturen der Jugendorganisation im Sport					
Ergebnisse Verbandspolitik der Jugendorganisation im Sport					
Ergebnisse Öffentlichkeitsarbeit der Jugendorganisation im Sport					
Ergebnisse Angebote und Aktivitäten der Jugendorganisation im Sport					
Gesamtergebnis aller Bereiche <i>(bitte zusammenzählen)</i>					

Interkultureller Selbstcheck – Auswertung

Mit der Auswertung des interkulturellen Selbstchecks und der Diskussion der Ergebnisse ist der erste Schritt für eine Ist-Analyse getan. Nun ist es wichtig, vorhandene Maßnahmen zu identifizieren, mit denen die Jugendorganisation bereits zur interkulturellen Öffnung beiträgt. Auf dieser Grundlage gilt es nun, Ziele zu definieren, die existierenden Maßnahmen zu bewerten und ggf. zu modifizieren, neue Maßnahmen zu entwickeln und umzusetzen und schließlich den Erfolg anhand der aufgestellten Ziele zu messen und zu beurteilen (siehe Interkultureller Selbstcheck - Vorgehen).

Interkulturelle Öffnung ist ein Prozess, der Neugierde, Aufgeschlossenheit und Ausdauer bedarf. Eine Möglichkeit, das Interesse zu befördern und neue Impulse zu setzen, stellen interkulturelle Trainings dar. Sie vermitteln interkulturelle Kompetenzen und können die Bereitschaft erhöhen, sich mit der Vielfalt in der eigenen Organisation auseinanderzusetzen.

Auf den Weg zur interkulturellen Öffnung sollen möglichst Viele mitgenommen werden. Dabei ist es erstrebenswert, dass sich Menschen mit und ohne Migrationshintergrund an dem Prozess beteiligen, um vielfältige Perspektiven einzubeziehen. Auf diese Weise trägt interkulturelle Öffnung dazu bei, dass der organisierte Kinder- und Jugendsport seine Potenziale noch besser nutzt, neue Zugänge zu seinen Strukturen schafft und die Teilhabe von allen Menschen noch stärker fördert. Die dsj unterstützt die interkulturelle Öffnung ihrer Mitgliedsorganisationen durch die Bereitstellung von Publikationen, Beratungs- und Vernetzungsangebote sowie regelmäßige Fortbildungen und Veranstaltungen zu wichtigen Teilaspekten des Themas.

I Dank

Projektbeirat

- | Ilse Ridder-Melchers (DOSB-Vizepräsidentin Frauen und Gleichstellung, Leitung)
- | Dr. Petra Drohsel (Bundesministerium für Gesundheit)
- | Romy Bartels (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge)
- | Walter Schneeloch (DOSB-Vizepräsident, Integration)
- | Ingo-Rolf Weiss (Vorsitzender der Deutschen Sportjugend)
- | Prof. Dr. Christa Kleindienst-Cachay (Wissenschaftlerin, Uni Bielefeld)
- | Prof. Dr. Heather Cameron (Wissenschaftlerin, FU Berlin)
- | Vertreterin Landessportbünde: Martina Spindler (LSB Sachsen)
- | Vertreterin Spitzenverbände: Cornelia Straub (Tanzsportverband)
- | Vertreterin Sportverbände mit besonderen Aufgaben: Elsbeth Beha (DJK-Sportverband)
- | Verena Zschippang (Projektleiterin Netzwerkprojekt)

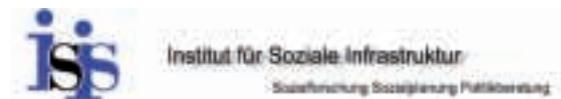


Der Projektbeirat tagte am 29. Juni 2009 in der Selimiye Moschee in Niederkassel-Lüllsdorf. Vertreter der DITIB organisierten für die anwesenden Mitglieder des Beirats eine Moschee-Begehung.

Von links nach rechts: Nevzat Coşgun (DITIB-Referatsleiter für Sport und Jugend), Elsbeth Beha, Dr. Petra Drohsel, Prof. Dr. Heather Cameron (hinten), Ilse Ridder-Melchers, Bekir Alboğa (Referatsleiter DITIB), Prof. Dr. Christa Kleindienst-Cachay (hinten), Recep Açıkgöz (Imam), Cornelia Straub, Martina Spindler, Ramazan Elmas (Vorsitzender der DITIB-Moschee Niederkassel-Lüllsdorf)

Evaluation

Die Auswertung des gesamten Projektes wurde durch das Institut für Soziale Infrastruktur in Frankfurt am Main (www.isis-sozialforschung.de) vorgenommen. Sie wurde mit der freundlichen Unterstützung des Bundesgesundheitsministeriums erstellt.

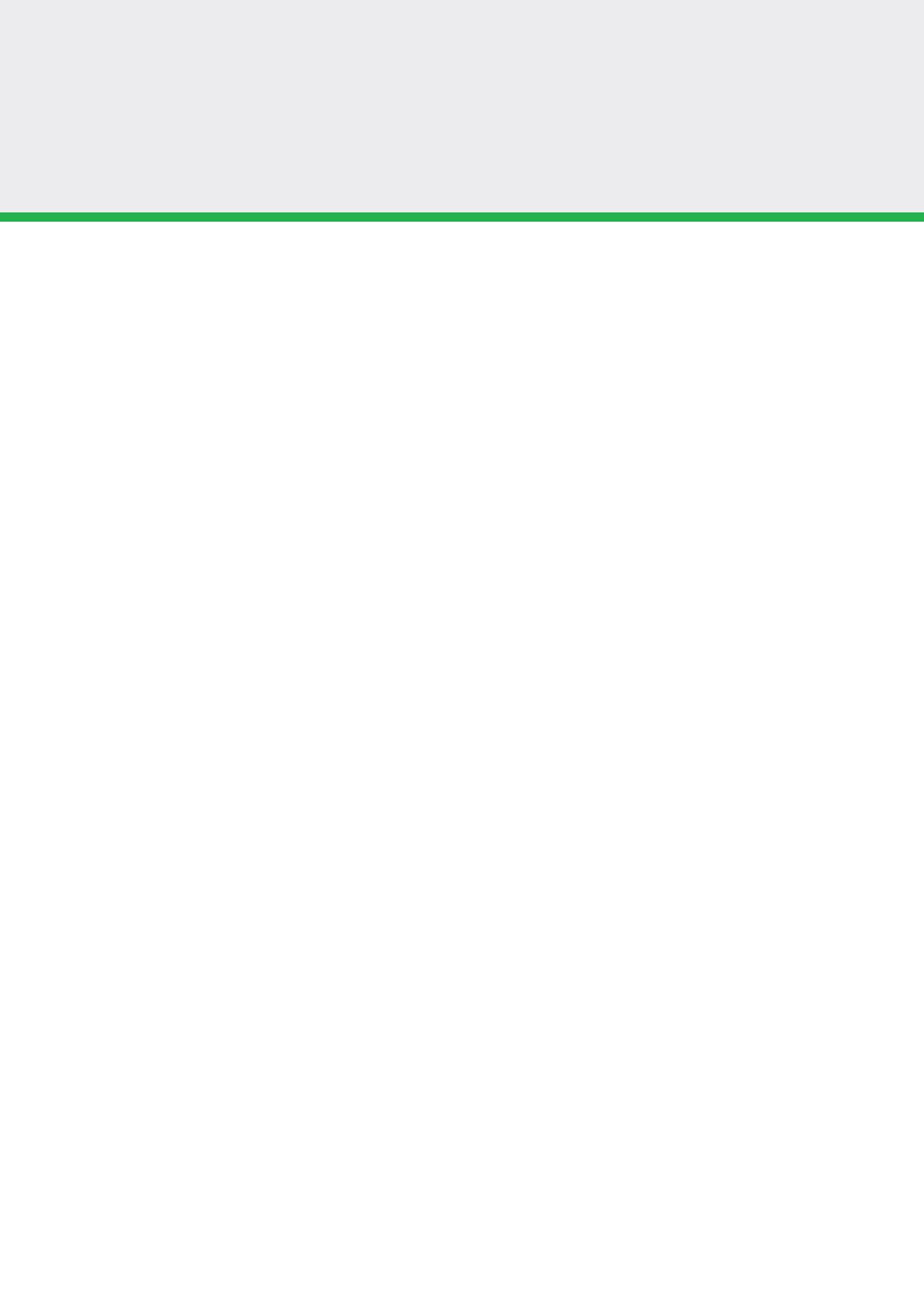


Der Deutsche Olympische Sportbund bedankt sich bei allen Beteiligten des Projektes. Besonderer Dank gilt den teilnehmenden Verbänden mit ihren Vereinen und Ortsgruppen. Hier insbesondere den Übungsleiterinnen, deren enormes Engagement sich weit über die Durchführung des Sportangebots hinaus erstreckte.

Dank aber auch allen Netzwerk- und Kooperationspartnern, die mit uns und unseren Partnerverbänden aktiv geworden sind und zum Gelingen des Netzwerkprojektes im gesamten Bundesgebiet beigetragen haben.

Den Vertreter/-innen des Projektbeirats danken wir für die begleitende Unterstützung im Netzwerkprojekt.

Für die finanzielle Unterstützung dieses Projektes bedanken wir uns beim Bundesgesundheitsministerium.



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

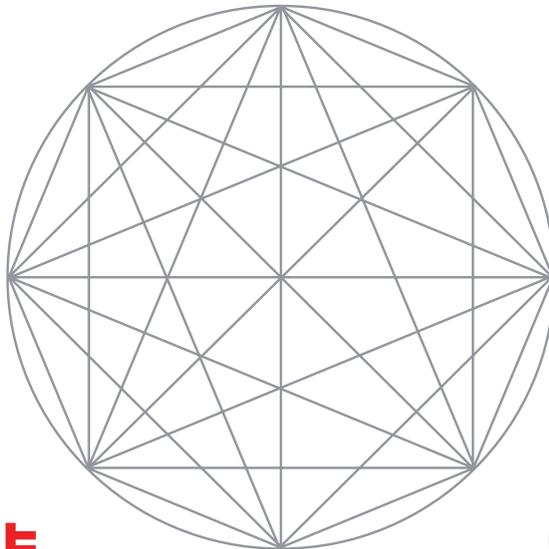


**SPORTJUGEND
BERLIN**

DTB 
DEUTSCHER TURNER-BUND



DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND
FRAUEN GEWINNEN!



 **JU·JUTSU**
SELBSTVERTEIDIGUNG • FITNESS • WETTKAMPF
DEUTSCHER JU - JUTSU VERBAND E.V.

in FORM

Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

LSV

Landessportverband
Baden-Württemberg e.V.



**Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.**

Impressum

Titel:

DOSB-Netzwerkprojekt „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“

Herausgeber:

Deutscher Olympischer SportBund | Geschäftsbereich Sportentwicklung | Ressort Chancengleichheit & Diversity
Otto-Fleck-Schneise 12 | 60528 Frankfurt am Main | Tel. +49 (0) 69 / 67 00 361 | Fax. +49 (0) 69 / 67 00 1361
E-Mail: office@dosb.de | Download: www.integration-durch-sport.de

Redaktion:

Verena Zschippang | 1. Auflage: 5.000 Stück

Für die Texte zu den Praxisbeispielen zeichnen sich die jeweiligen Verbände verantwortlich.

Bildnachweis:

© LSB NRW: Erik Hinz/Andrea Bowinkelmann | DJJV, DLRG, DTB, LSV BW, SJ Berlin | HSB, LSB Niedersachsen, LSVS, Sportjugend Hessen | Fotolia.com

Layout und Produktion:

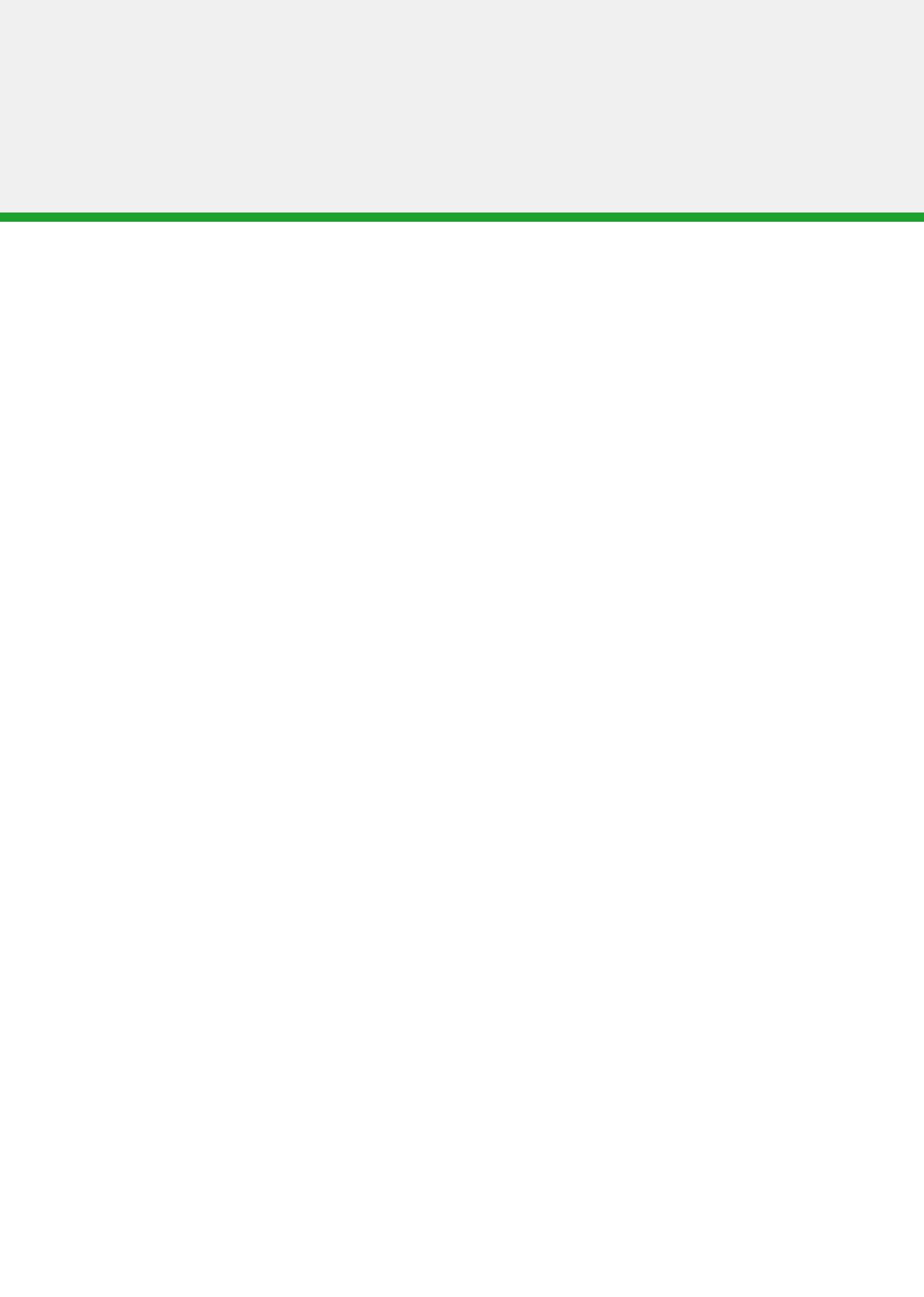
B2 Design | Nordring 82 a | 63067 Offenbach | info@b2design.info



„Trimmy, bekannte Symbolfigur der erfolgreichen Trimm Dich-Kampagne der Siebziger Jahre, ist nun (wieder) das offizielle Maskottchen des DOSB. Die Reaktivierung dieses besonderen Maskottchens ist in vollem Gang und wird kontinuierlich erweitert.“

Bereits jetzt informiert Trimmy auf seiner Facebook-Seite über aktuelle Geschehnisse in den unterschiedlichsten Sportthemen. Darüber hinaus ist er als Walking Act im ganzen Land unterwegs, um die Aktionen des DOSB zu unterstützen und mit seinem sympathischen Auftreten dem Sport ein Gesicht zu verleihen“.

www.trimmy.de | www.facebook.de/trimmy



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

in FORM

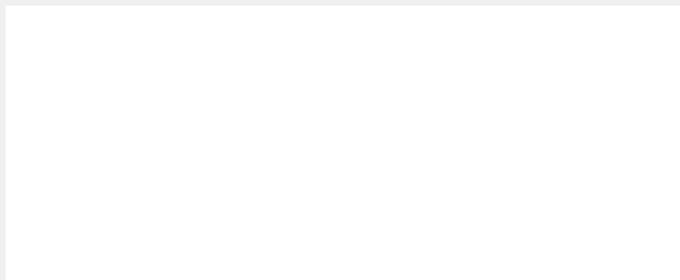
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

Netzwerkprojekt: „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“



Das Netzwerkprojekt „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“ wurde im Zeitraum von September 2008 bis Februar 2011 mit der freundlichen Unterstützung des Bundesgesundheitsministeriums gefördert.

Diese Broschüre wird Ihnen überreicht durch:



Deutscher Olympischer Sportbund | Otto-Fleck-Schneise 12 | D-60528 Frankfurt am Main
Tel. +49 (0) 69 / 67 00 0 | Fax +49 (0) 69 / 67 00 140 | www.dosb.de | E-Mail office@dosb.de