



***Sport-Gender-Integrationsprojekt:
Mamanet Austria – Sportverband
für Mütter und alle Frauen ab 30
Every mother can!
Konzept und Zwischenbericht November 2019***

erstellt von

Elisabeth Speiser-Havel

speiser@mamanet.at

+43-699-11942346

www.mamanet.at

November 2019



 Bundesministerium
Öffentlicher Dienst
und Sport



Inhaltsverzeichnis

1	<i>Kurzbeschreibung des Projekts</i> _____	2
2	<i>Ausgangslage – Schaffung Rahmenbedingungen</i> _____	2
3	<i>Struktur</i> _____	4
4	<i>Bereits erreichte Ziele durch Gender Mainstreaming</i> _____	4
5	<i>Fortführung und Ausweitung 2019/20</i> _____	7
	5.1 Bewerbung, Präsentationen, Mitmach- Stationen und Schnuppertrainings _____	7
	5.2. Aus – und Fortbildung _____	8
	5.3. Wöchentliche Kurse _____	8
6	<i>Wettkampfbetrieb</i> _____	9
	6.1. Mamanet international - CSIT Weltspiele _____	10
7	<i>Integration (Inklusion) bei Mamanet</i> _____	10
8	<i>Der Gesundheitsaspekt</i> _____	11
9	<i>Kooperationsprojekte mit dem Österreichischen Behindertensportverband</i> _____	11
10	<i>Mamanet I am aware</i> _____	12
11	<i>Mamanet als Betriebssport</i> _____	12
12	<i>Resümee und mittelfristige Finanzierung</i> _____	13
13	<i>Projektpartner</i> _____	13

1 KURZBESCHREIBUNG DES PROJEKTS

Mamanet ist eine niederschwellige Sportbewegung für Mütter (jeden Alters) und alle Frauen ab 30 (auch ohne Kinder) in der Sportart Cachibol und wird in Israel seit 14 Jahren sehr erfolgreich umgesetzt.

Der Teamsport Cachibol ist dem Volleyball ähnlich, jedoch in jedem Alter viel leichter und in kürzester Zeit erlernbar – auch ohne sportliche Vorerfahrung und unabhängig von Größe und Gewicht. Der Ball wird nur gefangen und geworfen, daher macht es sofort Spaß und Frustrationsmomente bleiben einfach aus.

Die niederschwellige Sportart wird bewusst als Instrument für Soziales eingesetzt.

Mamanet ist viel mehr als eine Sportart, die jede(r) nach dem Motto: "Every mother can!" schnell spielen kann. Mamanet ist ein "Lifestyle" für die ganze Familie. Das soziale Netzwerk, Wir-Gefühl, der Austausch und die Unterstützung innerhalb der mittlerweile internationalen Mamanet-Familie, sowie die Vorbildwirkung in der eigenen Familie und im Mamanet Team sind genauso wichtig. Jedes Team entscheidet selbst, ob es leistungsorientiert in einer Liga spielen möchte oder nicht.

Ende Oktober 2015 fand die erste internationale Mamanet Konferenz statt. Das umfangreiche Gesamtkonzept wird nun individuell europaweit, in den USA, Kanada und Afrika umgesetzt. Österreich ist ganz vorne mit dabei.

Mamanet Austria wird seit September 2016 direkt über das Sportministerium gefördert. Nur durch die finanzielle Unterstützung durch das Sportministerium konnte für Mamanet in Österreich eine dermaßen erfolgreiche Basis gelegt werden.

Im November 2019 sind 37 wöchentliche Kurse in 7 Bundesländer aktiv und mehrere weitere Kurse im Aufbau. 12 Teams spielen in drei regionalen Ligen im Wettkampf, wobei auch Teams mit hohem Anteil an Frauen mit Fluchtgeschichte teilnehmen.

Kooperationspartner sind alle drei Sportdachverbände, Landesverbände, Sportvereine, Fachverbände z.B. ÖVV (Österreichischer Volleyball Verband), Caritas, VHS, AMS, Österreichischer Betriebssportverband, Plattform für Alleinerziehende, VIDC, Fair Play, Österreichischer Behindertensportverband, Wohnpartner Wien u.v.m...

In der Diplomarbeit (Fertigstellung November 2019) mit dem Titel: „Evaluierung des Frauenprojektes ‚Mamanet‘ in Bezug auf den sozialen Mehrwert“, werden das Projekt an sich und deren Fortschritte mehr als positiv beurteilt. Siehe Diplomarbeit im Anhang.

Mamanet Austria wurde mit dem Frauenpreis der Grünen Meidling, dem BSO Sport Cristall - Frauen Power Award (hinter dem Fußball EM Frauen Nationalteam) und dem Integrationspreis Sport NÖ ausgezeichnet.

2 AUSGANGSLAGE – SCHAFFUNG RAHMENBEDINGUNGEN

Die Zielgruppe der Mütter (außer in Kombination mit den Kindern) wird derzeit bei Bewegungsangeboten international und im österreichischen Sport kaum erfasst.

Eine fehlende Kinderbetreuung ist ein Hemmnis für Freizeitaktivitäten.

Viele Frauen beenden nach der Geburt des ersten Kindes ihre sportlichen Aktivitäten.

Mütter unterstützen eher die sportlichen und anderen Interessen der Kinder (Taxidienst, Zuschauen...), als selbst aktiv zu sein.

Eine positive Vorbildwirkung im Bewegungsbereich für die Kinder fehlt oftmals.

Studien aus Israel und der Columbia University NY belegen den Zuwachs von Kindern in Sportvereinen in Israel seit Mamanet. Auch in Österreich ist bereits eine positive Tendenz zu sehen.

Mamanet Austria wird vom Zentrum für Sportwissenschaften Wien (ZSW) wissenschaftlich begleitet. Eine erste Evaluierung in Österreich wurde im August 2017 (Bakkalaureatsarbeit – 106 Seiten) präsentiert. Eine weitere Diplomarbeit zum Thema wurde überaus erfolgreich im Sinne von Mamanet im November 2019 abgeschlossen (siehe Anhang).

Mamanet Austria wird dankenswerterweise im 4. Jahr vom Sportministerium gefördert. Die Förderung für die Vollzeitanstellung von Generalsekretärin Elisabeth Speiser-Havel und Sportkoordinatorin sowie Verantwortliche für Integrations- und Sozialprojekte, Mag. Christina Gschweidl, die zusätzlich in Vollzeit angestellt ist, ist bis Ende August 2020 gesichert.

Mamanet Austria beschäftigt Eva Stefanski, die die Verantwortung für die Sozialprojekte trägt, Frau Jumana Abu Diab als Mamanet Coach und Dolmetsch sowie bis zu acht Frauen mit Migrations- und Fluchtgeschichte als ausgebildete Coaches und Kinderbetreuerinnen in speziellen Trainingseinheiten und Flüchtlingsheimen auf PRAE Basis.

Das Ausbilden und Einsetzen von Frauen mit Fluchtgeschichte in neuen Mamanet Gruppen wie in Flüchtlingsheimen ist nicht nur maßgeblich, um Frauen in den Heimen neue Perspektiven zu geben, sondern auch wichtig, um Mamanet Frauen mit Coaches Ausbildung zu einer gewissen Unabhängigkeit zu verhelfen. Durch eigene E-Mailadressen, Bankkonten und Austausch im Mamanet-Netzwerk wird ein Veränderungsprozess in deren Familien möglich. Die Väter kümmern sich vermehrt um die Kinder, während die Mütter in der Liga spielen, und kommen bestenfalls mit den Kindern zu den Bewerben. „The mother ist the star!“ Umkehr Stereotyp!

Ein umfassendes Ausbildungskonzept für alle Mamanet Leistungsstufen wurde entwickelt und die Referate: Schiedsrichter, Wettkampfsport, Sozial- und Integrationsprojekte, sowie die Regionalvertretungen Süd, Nord und Mitte wurden eingerichtet. Eine damit verbundene Datenbank und ein Ranglistensystem sind online abrufbar.

Derzeit gibt es 37 wöchentliche Kurse in Wien, Niederösterreich, Burgenland, Salzburg, Tirol, Steiermark und Vorarlberg. Mit allen drei Dachverbänden wurden unterschiedliche best practice Modelle zur Verbreitung erarbeitet und MultiplikatorInnen ausgebildet.

Besonders hervorzuheben sind die äußerst erfolgreichen Kooperationen mit dem Österreichischen Behindertensportverband und dem Österreichischen Betriebssportverband.

Ergänzend zu den Teams der Mütter (nur sie dürfen Liga spielen) gibt es mittlerweile mehrere Hobbygruppen, wo Mütter mit ihren Kindern gemeinsam Mamanet spielen, sowie reine Kindergruppen.

Im 3. „Wettkampfsjahr“ wurde der regionale Ligenbetrieb auf 3 regionale Ligen mit jeweils 4 Teams ausgebaut. Vorrangiges Ziel war es regionale Ligen zu bilden. Dabei wurde aber auch darauf geachtet, dass die Ligen vom Niveau her möglichst ausgeglichen sind.

Mehrere Termine (Schnuppertrainings, Workshops, Mit-Mach Stationen..) zur Gründung weiterer Teams sind bis Ende 2020 bereits fixiert.

3 STRUKTUR

Mamanet Austria unterliegt dem Gesamtkonzept von Mamanet Israel (international) und wird mit individuellen Anpassungen umgesetzt. Konzeptvorstellung und erste Schulungen für andere Länder durch Mamanet Israel erfolgten im Oktober 2015 in Eilat.

„Weltverband“ bzw. „Umbrella Organisation“ ist die CSIT (Confédération Sportive Internationale Travailleuse et Amateur).

Der Verband: „Mamanet Austria – Sportverein/Verband für Mütter und alle Frauen ab 30“ wurde am 23.11.2015 in Wien gegründet. Bei der Zusammensetzung des Vorstands wurde Wert daraufgelegt diesen mit Frauen zu besetzen. Unter der Federführung von Präsidentin Mag. Sonja Spindelhofer wurde mit den Vizepräsidentinnen Christa Prets und Mag. Petra Huber viel Frauen Power freigesetzt.

Bei der Mitgliederversammlung im November 2016 wurden weitere Personen, die im Projekt aktiv tätig sind, in den Vorstand gewählt, der Vereinsname auf: „Mamanet Austria - Sportverband für Mütter und Frauen ab 30“ geändert und der Vereinssitz mit Klosterneuburg, Heisslergasse 13, festgesetzt.

Seit der Mitgliederversammlung im November 2018 bereichern den Mamanet Vorstand VertreterInnen aller Dachverbände und renommierte Beiräte. So z.B. Generalsekretär der CSIT als Mamanet Austria Kassier Mag. Wolfgang Burghardt, Beate Schütz (Obfrau des SU FC Land Laa um Thaya), Mag. Rudolf Sporrer als 1. Rechnungsprüfer und tatkräftiger Unterstützer und Vorsitzender des ASVÖ Sportausschusses Reg. Rat Dietrich Sifkovits.

Da eine direkte Förderung über das Sportministerium nur bis Ende August 2020 gesichert ist, müssen weitere Förderquellen aufgetan werden, um Mamanet am Leben zu erhalten. Dies könnte als Sportfachverband über die Bundes-Sport GmbH und/oder über andere Ministerien, Länder, Gemeinden und Sozialeinrichtungen versucht werden.

Eine Aufnahme in die BSO als außerordentliches Mitglied soll Anfang 2020 erfolgen. Landesverbände werden angestrebt.

4 BEREITS ERREICHTE ZIELE DURCH GENDER MAINSTREAMING

Folgende Ziele wurden bis **September 2019** gesetzt und größtenteils bereits erreicht. Die Maßnahmen entsprechen den Empfehlungen der **EU: Gender Equality in Sport; Proposal for Strategic Actions 2014 – 2020**. Eine zweite Evaluierung fand durch die Universität Wien im Rahmen einer Diplomarbeit im November 2019 statt.

1. Die Barrieren für den Einstieg oder Wiedereinstieg in den Sport für Mütter jeden Alters und für alle Frauen ab 30 (auch ohne Kinder) zu minimieren:

Ein niederschwelliges Angebot (vorerst unverbindliches, unkompliziertes Ausprobieren, kostengünstiges Angebot, tlw. Kinderbetreuung, zum Wohnort naher Trainingsort usw.) trägt wesentlich zur nachhaltigen Teilnahme bei. Durch das direkte Ansprechen, Auffordern und Wertschätzen trauen sich Frauen eher zu daran teilzunehmen: „Every mother can!“

2. Die Frauen für eine sinnvolle, gesunde, sozial bereichernde und freudvolle Freizeitgestaltung zu motivieren:

Cachibol macht einfach Spaß und kann rasch erlernt werden. Dadurch entstehen keine Frustmomente. Bewegung und sportliche Leistung passieren quasi nebenbei. Gut ausgebildete Coaches tragen Sorge für ein gesundes Training (gründliches Aufwärmen, Spielflussübungen, kurzes Match). Mamanet ist aber mehr als ein Bewegungsangebot. Es entstehen Frauennetzwerke, neue Freundschaften und die Mütter helfen einander: „We are family!“, so sehen das alle.

3. Die bestmöglichen Rahmenbedingungen für eine Teilnahme zu schaffen:

Bewegungsangebote nahe zum Wohnort. Z.B.: direkt im Ort in der Kleinstadt in den Bundesländern. In Wien z.B. im Gemeindebau, in der Schule der Kinder usw. In Wien noch nicht flächendeckend, daher ist die Fahrtzeit zum Trainingsort für einige zu weit. Dies soll aber mit der Gründung von weiteren Teams behoben werden.

Bei Bedarf Training im geschützten Rahmen und Garantie, dass keine Männer anwesend sind.

Kinderbetreuung (auch mit Bewegung) wird sehr gut angenommen, positive Vorbildwirkung und Umkehr Stereotyp: Die Mutter ist der Star!

4. Zielgruppen zu erreichen, die sonst eher keinen Zugang zum Sport hätten. Der Anteil dieser Frauen (z.B. stark übergewichtige Frauen, ältere Frauen, die noch nie Sport betrieben haben, Frauen mit Migrationsgeschichte, Alleinerziehende, psychisch Erkrankte, Frauen und inder mit Behinderung usw.) soll mindestens 25 % betragen.

Der Zuspruch von Müttern und Frauen, die sonst keinen Sport machen würden bzw. könnten, ist erstaunlich hoch. Frauen über 60, die noch nie Sport betrieben haben, entdecken Mamanet ebenso wie alleinerziehende Mütter, die sich sonst keine Zeit für sich selbst nehmen würden. Sie spielen gemeinsam mit stark Übergewichtigen leistungsorientiert in einem Team, mit ehemaligen Leistungssportlerinnen und Frauen mit Migrationsgeschichte.

Auch die Kooperation mit der Österr. Plattform für Alleinerziehende zeigt, dass Mamanet viele Bedürfnisse und sogar Defizite von Alleinerziehenden erfüllen kann.

Eine gemeinsame Aktion im Rahmen einer Imagekampagne am Tag des Sports 2018 in Kooperation mit dem Österreichischen Volleyballverband und der Teilnahme von. Z.B. Maria Stern war medienwirksam und hat Nachfolgeprojekte an sich gezogen.

So ist ein wöchentlicher Kurs mit einer Unterorganisation, JUNO, für November 2019 geplant.

Die Kooperation mit dem Österreichischen Behindertensportverband ermöglicht nun auch Frauen und Kindern mit Behinderung eine Teilnahme an Mamanet. Der Zuspruch und Erfolg bei „Sozial- und Integrationsprojekten“ ist sehr hoch (ca. 1/3).

So haben mehrere Frauen mit Migrations- bzw. Fluchtgeschichte die Ausbildung zur Mamanet Coach gemacht und leiten Trainings in Flüchtlingsheimen aber auch „normalen“ Kursen.

Acht ehemals arbeitslose Frauen mit Migrationsgeschichte haben die Mamanet/Cachibol Ausbildung abgeschlossen und werden als Coaches und Kinderbetreuerinnen eingesetzt. Bei Mamanet entstand ein positiver Diskurs zum Thema „Kopftuch“. Mehrere Frauen haben im Rahmen des Projektes das Kopftuch ganz (auch in der Öffentlichkeit) abgenommen. Mamanet stärkt nachweislich das Selbstbewusstsein der Frauen in allen Teilen Österreichs unabhängig von Bildung, Schicht und Religion.

Dies führt auch zu nachhaltigen Veränderungen in den Familien, wie z.B. einer Vorbildwirkung für die Kinder und mehr Unterstützung durch die Väter/Männer.

5. Strukturen zur Sportausübung auf unterschiedlichem Leistungsniveau (regionale Ligen) aufbauen:

Bei ca. 900 Mamanet Aktivitäten (Mitmach – Stationen, Schnuppertrainings, Präsentationen, Aus – und Fortbildungen für Coaches und Multiplikatorinnen und wöchentlichen Kursen) wurden bis September 2019 mind. 5000 Personen erreicht.

Nach nur rund 3 ¼ Jahren wurde mit derzeit 37 wöchentlichen Kursen der Anteil an sportausübenden Frauen um ca. 490 Frauen (auch in Vereinen) erhöht. Ca. 310 Kinder sind aktiv (in der Kinderbetreuung, als SchreiberInnen und in eigenen Cachibol Kursen) in das Projekt eingebunden und ca. 900 (Väter, Freunde, Familie) unterstützen die Mütter auch als Zuschauer bei Wettkämpfen. Somit sind im Moment rund 2000 (mit Coaches, SchiedsrichterInnen usw.) Personen aktiv bei Mamanet Austria.

Mehrere Gruppen befinden sich gerade im Aufbau, können aber noch kein wöchentliches Training anbieten (Z.B.: Mamanet Wiesen), da sie noch keine Hallen- und Turnsaalzeiten haben. Ein deutlicher Anstieg ist bis Ende des Jahres 2020 zu erwarten, da zahlreiche weitere Aktionen geplant sind und MultiplikatorInnen Mamanet verbreiten.

Meist wird Mamanet in Mehrspartenvereinen angeboten.

Es wurden aber auch eigene Mamanet Vereine (z.B. im Burgenland ASKÖ, in NÖ Sportunion) gegründet. Neuerster Verein ist: ASVÖ Mamanet Frauenkirchen.

Der **regionale Ligenbetrieb** im 3. Jahr besteht aus 12 Teams in drei Ligen. Dabei wurde auch Bedacht auf eine Ausgeglichenheit innerhalb der Ligen gelegt.

6. Den Anteil von Funktionärinnen in Österreich zu erhöhen:

Im Mamanet Präsidium und Vorstand (8 Frauen, ein Mann) werden bewusst Frauen für Entscheidungspositionen eingesetzt. In der Rechnungsprüfung und im Beirat finden sich aber tatkräftige männliche Unterstützer wieder.

Auch in den neugegründeten Mamanet Vereinen übernehmen Frauen die Entscheidungsfunktionen und wachsen mit ihren Aufgaben. Das ist im Grunde das ganz besondere an Mamanet, nämlich Frauen zuzusehen, wie sie als Spielerinnen und Funktionärinnen sichtlich größer werden!

7. Den Coaches werden nach einem gendergerechten Leitbild aus- und fortgebildet:

Im Rahmen von Workshops, internationalen Seminaren, laufenden Coach the Coaches Fortbildungen, gemeinsamen Ausbildungen mit der BSPA Wien Fortbildungsakademie (mittlerweile auf 3 Leistungsstufen) und eigenen Seminaren für Vereine, wurden mehr als 190 Personen ausgebildet. Dies ist mehr als doppelt so viele, wie erwartet.

5 FORTFÜHRUNG UND AUSWEITUNG 2019/20

5.1 Bewerbung, Präsentationen, Mitmach- Stationen und Schnuppertrainings

Weitere Präsentationen in Gremien und Organisationen, wie Dach – und Fachverbänden (z.B. Präsentation bei der ASVÖ Sportfachwartetagung), Vereinen, Gemeinden und Sozialeinrichtungen, Großveranstaltungen, ASVÖ Familiensporttagen, Tag des Sports uvm. sind geplant sowie der Ausbau der guten Kooperation mit dem Österr. Volleyballverband (ÖVV), anderen Fachverbänden, dem Behinderten – und Betriebssportverband.

Die Ausbildung von MultiplikatorInnen ist ein wesentlicher Faktor zur Ausweitung von Mamanet.

Da Mamanet/Cachibol so schnell erklärt und schnell gespielt werden kann, haben Mitmach-Stationen bei Events und eigene Schnuppertrainings auf Anfrage einen großen Effekt.

Mitmach – Stationen wie beim Tag des Sports (Wien, Klosterneuburg), bei Österreichischen Nachwuchs Meisterschaften, ASVÖ Familiensporttagen, Frauenläufen uvm., locken interessierte Frauen, aber auch Vereine, an. Mamanet muss einfach persönlich ausprobiert werden.

Gemeinsam mit der ASKÖ Burgenland wurde ein sehr gut funktionierendes Konzept zur Verbreitung von Mamanet im Burgenland entwickelt: Mamanet Austria lädt gemeinsam mit der ASKÖ Burgenland zu Workshops und Schnuppertrainings in den verschiedenen Regionen, um das Interesse vor Ort zu erwecken. Nach und nach werden Coaches und Multiplikatorinnen ausgebildet und zur Bewerbung eingesetzt.

Beim ASVÖ präsentierte sich Mamanet erstmals beim KoordinatorInnen Treffen des ASVÖ 2017 in Faak am See als Tagesordnungspunkt, mit einem Schnuppertraining und Workshop.

Folglich fanden gemeinsame Aktivitäten bei den ASVÖ Familiensporttagen in Hohenems (Vorarlberg) und Eibiswald (Steiermark), Graz, Sport in deiner Stadt (Wien), Gols und Oberpullendorf (B) statt. Weitere Termine in Kooperation mit dem ASVÖ Kärnten, Vorarlberg und Steiermark sind in Planung. Generalsekretär Mag. Paul Nittnaus unterstützt die Kooperation sehr. Mamanet wird darüber hinaus bei der ASVÖ Sportfachwartetagung im November 2019 vorgestellt.

Auch mit der Sportunion gibt es bereits gemeinsame Projekte. Der Bundesverband informierte die Landesverbände über das Projekt. Die Sportunion NÖ leitete die Information an ausgewählte Vereine weiter und so entstand ein Vorzeigeprojekt im Weinviertel mit dem Verein SU Fitnessclub Laa um Thaya. Außerdem entstanden Gruppen im Waldviertel beim ASV Schrems und in Heidenreichstein.

Weitere gemeinsame Aktionen - nicht nur in Niederösterreich - sind in Planung.

Berichte zu den Events und Projekten unter www.mamanet.at

Um Mamanet nachhaltig auszuweiten, sind noch mehrere Präsentationen bei neuen möglichen Kooperationspartnern und die Intensivierung der bestehenden Kooperationen nötig und müssen MultiplikatorInnen zumindest anfänglich von Mamanet Austria finanziert werden.

5.2. Aus – und Fortbildung

Die erste Informationsveranstaltung und Konzeptvorstellung fand im Oktober 2015 in Israel durch Mamanet Israel statt. Ziel war eine Übertragung des Konzeptes auf andere Staaten.

Im Februar 2016 lud die AICS zum ersten „Mamanet Professional Seminar“ in Rom im Olympia Stützpunkt: „scuola dello Sport – Largo Giulio Onesti ein, bei dem Sissi Speiser-Havel teilnehmen konnte und den letzten Schliff in der Ausbildung zum Mamanet Coach und zur Multiplikatorin absolvieren konnte.

Darauffolgend werden Teams nicht nur in Österreich gebildet, sondern müssen auch die Strukturen für eine qualitative Coaches- und SchiedsrichterInnen Ausbildung international aufgebaut werden. Um nicht nach zu hinken, initiiert Mamanet Austria regelmäßig Aus- und Fortbildungen.

Unter anderem den **1. Basisworkshop** zur Mamanet - und Cachibol BetreuerIn im Rahmen des ASKÖ/WAT Akademietages (Mai 2016).

Ein Meilenstein für Mamanet Austria war sicherlich das **1. Internationale Mamanet Seminar** von 1.-4. September 2016 in Wien. In 4 Tagen wurden die ersten Mamanet Coaches, SchiedsrichterInnen und SchreiberInnen in Theorie und Praxis von den israelischen ExpertInnen ausgebildet. Über 30 TeilnehmerInnen aus Österreich, Zypern und Italien nahmen teil. ALLE österr. TeilnehmerInnen, die die Möglichkeit hatten, eröffneten danach eigene Gruppen!

"Coach the Coaches" Fortbildungen finden mit dem Ziel einer interaktiven Fort- und Weiterbildung aller, die bereits die Ausbildung im September 2016 absolviert hatten und eigene Gruppen leiten bzw. begleiten, statt. Wichtig dabei sind nicht nur Trainingsinhalte, sondern auch die Vermittlung der Mamanet Werte wie Gemeinschaft, Zusammenhalt, Gender Aspekt (z.B. Verwendung von Weiblichkeitsformen in rein weiblichen Teams) und Spaß.

Mittelfristig muss Mamanet in die in Österreich vorhandenen anerkannten und professionellen Ausbildungsstrukturen implementiert werden. Der erste Schritt dazu gelang bei der Aus- und Fortbildung im April 2017 gemeinsam mit der **BSPA Fortbildungsakademie** auf der Schmelz. Mit dem 2. BSPA Fortbildungsseminar in 3 Aus- und Fortbildungsstufen verankerte sich Mamanet im März 2018 nochmals in den österr. Ausbildungsstrukturen und finden die Ausbildungen nun als Fixpunkt jährlich statt. Beim nächsten Ausbildungsmodul im März 2020 soll auch einer der mehreren Schwerpunkte, die Ausbildung von Coaches im Behindertensportbereich, sein. Ausbildungen gemäß der BSPA Kriterien werden angestrebt.

Bis dahin sind zahlreiche Aus- und Fortbildungen direkt über Mamanet Austria, aber auch vor Ort bei neugegründeten Teams, interessierten Landesverbänden usw. geplant bzw. möglich. Dies ist mit Kosten verbunden.

Nur eine weitere qualitativ hochwertige Aus- und Fortbildung von Coaches und SchiedsrichterInnen und die Zusammenarbeit mit den Organisationen der in Österreich anerkannten Aus- und Fortbildungsorganisationen gewährleistet ein professionelles Vorankommen für Mamanet Coaches und SchiedsrichterInnen.

5.3. Wöchentliche Kurse

Die TeilnehmerInnen der 37 wöchentlichen Kurse (Stand November 2019) in Wien, Niederösterreich, Salzburg, Steiermark, Tirol, Vorarlberg und dem Burgenland, die größtenteils über die Schnuppertrainings und Mitmach- Stationen und/oder KooperationspartnerInnen erreicht wurden, sind extrem unterschiedlich und so gestalten sich

auch die Teams. So nehmen z.B. alleinerziehende Frauen, die „schon immer auf so ein Angebot gewartet haben“, teil wie Karrierefrauen ohne Kinder, die „endlich mal etwas für sich selbst tun wollen“. Türkische Frauen mit Kopftuch und deren Kinder sind genauso dabei wie Mitarbeiterinnen der israelischen Botschaft oder Neueinsteigerinnen über 60. Allen ist das Erleben der Wertschätzung und des Gemeinschaftsgefühls gemein. Dies erscheint im Sport normal zu sein, allerdings ist das für die Teilnehmerinnen neu, da sie davor meist keinen Teamsport erlebt haben. Auch ehemalige Leistungssportlerinnen (vorwiegend Volleyball und Handball) finden sich „neu“ bei Mamanet.

Wöchentliche Kurse werden, wie in jeder anderen Sportart, über die Vereine finanziert. Das heißt der Verein berechnet die Kosten für Coaches, Kinderbetreuung, Turnsaal, Material usw. und legt einen dementsprechenden Mitgliedsbeitrag fest, der von den Teilnehmerinnen bezahlt wird.

Alle Mamanet Teams sollten Mitglied bei Mamanet Austria sein. Um auch hier niederschwellig bleiben zu können, nimmt Mamanet derzeit nur einen Mitgliedsbeitrag im ersten Jahr von 30€/Team/Jahr ein. Bei Teilnahme am Ligenbetrieb wird ein Anerkennungsbeitrag von 25€/Spielerin/Saison eingehoben. Der Mitgliedsbeitrag ab dem 2. Jahr erhöht sich auf 100€/Jahr.

Ziel ist es Mamanet auch finanziell möglichst niederschwellig anbieten zu können. Gerade Kurse mit Kinderbetreuung können teuer werden.

Kurse in Sozialeinrichtungen wie Flüchtlingsheimen sind kostenlos und werden zu 100% über Mamanet Austria finanziert.

Wöchentliche Kurse unter: <http://www.mamanet-austria.at/de/kurse>

Zahlreiche Schnuppertrainings und Workshops bei größeren Events aller Dachverbände, einigen Landesverbänden und Fachverbänden, aber auch Mehrspartenvereinen wie UWW oder Gemeinden, sowie sozialen Einrichtungen sind schon bis Ende 2020 fixiert.

6 WETTKAMPFBETRIEB

Mamanet Austria ist stolz in so kurzer Zeit den Aufbau regionaler Ligen in Österreich geschafft zu haben.

Auch wenn Mamanet vorerst Spaß bedeutet, wollen sich die teilnehmenden Frauen rasch im Wettkampf messen.

Der Ligenbetrieb startete in Österreich Ende November 2017 mit 3 Ligen und 9 Teams. Mamanet Austria gewährleistete die Durchführung von regionalen Wettkämpfen. Vorerst spielten die „benachbarten“ Teams in drei Ligen in einer Hin- und Rückrunde. Einmal im Jahr wird eine nationale Meisterschaft veranstaltet. Lange Fahrtstrecken sollen vermieden werden. Dieses Konzept wurde aus Israel übernommen.

2019/20 nehmen insgesamt 12 Teams in 3 regionalen Ligen am Ligenbetrieb teil. Dabei wurde nach internationalem Vorbild Rücksicht auf die Regionalität genommen, aber auch auf Leistungsstärke und Erfahrung der Teams. Neue Teams sollen nicht von Erfahrenen „überrollt“ werden.

Für eine professionelle Umsetzung des Ligenbetriebs war die Entwicklung eines nachhaltigen Systems (inkl. notwendiger Sportkoordination im Verband, Aufbau und Finanzierung regionaler Ligenverantwortliche, Schiedsrichter, Datenbank, Ranglistensystem, usw.) notwendig.

6.1. Mamanet international - CSIT Weltspiele

Seit der 1. Internationalen Mamanet Konferenz im Oktober 2015 entstehen in mehreren Ländern Europas und auch in Amerika, Kanada und Afrika zeitgleich nationale Strukturen für Mamanet.

Den internationalen Rahmen bildet die CSIT: <http://www.csit.tv/en/world-sports-games>

Im Sommer 2015 wurden die Sportart Cachibol und das Gesamtkonzept von Mamanet vorgestellt. 50 Athletinnen nahmen an den IV. CSIT World Sports Games in Lignano teil. Mittlerweile wurde eine eigene Sportkommission im CSIT für Mamanet/Cachibol eingerichtet.

Bei den CSIT Weltspielen in Riga/Litauen (Juni 2017) stand erstmals auch Mamanet am Programm und ein österreichisches Team war dabei. Um das stärkste Team aus Österreich entsenden zu können, fanden 3 Sichtungstrainings und ein Vorbereitungswochenende statt. Ella Raiber als Nationalteamtrainerin selektierte gemeinsam mit ihrem Team das Nationalteam, leitete die Trainings und agierte als Coach in Riga.

Das österreichische Team erreichte den sehr guten 14. Platz (von 33 teilnehmenden Teams).

Bei den CSIT World Sports Games 2019 in Spanien/Tortosa erreichte das großartige Österreichische Auswahlteam den tollen **5.Platz** und wurde unter der Hand sogar als heimlicher Favorit gehandelt!

Die nächsten CSIT Spiele finden 2021 in Zagreb statt.

Mamanet International wurde als Teil der UNO als Friedensbotschafterin aufgenommen.

Mamanet Austria ist international das Vorzeigeprojekt für Integration.

7 INTEGRATION (INKLUSION) BEI MAMANET

Die wöchentlichen Kurse der sogenannten „Sozialprojekte“ liefern mittlerweile einen wesentlichen Beitrag zum Sportprojekt Mamanet. Frauen mit Migrationsgeschichte betreiben ernsthaft Sport, nehmen am Wettkampfbetrieb teil und nehmen auch eine Vorbildwirkung innerhalb der Familie ein. Die Ehemänner unterstützen, kommen zu Spielen, feuern ihre Frauen an und kümmern sich um die Kinder, damit die Frauen Sport betreiben können.

Einige Frauen haben sogar im Rahmen von Mamanet das Kopftuch ganz abgenommen.

Zwei Trainingseinheiten (für Anfängerinnen und Fortgeschrittene) für jene Frauen, die ursprünglich an den wöchentlichen Kursen in den Grundversorgungshäusern (Flüchtlingsheimen) teilgenommen haben, werden im Ernst Happel Stadion angeboten und sehr gut angenommen (bis zu 18 Frauen/Training!). Einige Frauen dieser Gruppe trainieren und spielen auch schon zusätzlich mit regulären Wettkampf- und Ligenteams am Abend in regulären Vereinstrainings und in den Regionalen Ligen.

Acht Frauen mit Migrations- bzw. Fluchtgeschichte haben die Mamanet/Cachibol Ausbildung abgeschlossen und werden als Coaches und Kinderbetreuerinnen eingesetzt. Integration bei Mamanet funktioniert selbstverständlich und ganz „nebenbei“.

8 DER GESUNDHEITSASPEKT

Um Mamanet zu spielen, bedarf es keiner sportlichen Vorerfahrung. „Every mother can!“.

Größe, Gewicht, Alter und Talent sind egal. Es kann innerhalb kurzer Zeit erlernt werden und ein Spiel kommt sehr rasch zu Stande. Auch auf hohem Niveau gespielt ist es für den Körper nicht so belastend wie vergleichsweise Volleyball.

Durch den hohen Spaßfaktor wird eine Anstrengung kaum wahrgenommen. Schon bei der Trainingsgestaltung wird auf ein abwechslungsreiches und spielerisches Programm geachtet.

Daher gelingt es auch Frauen nachhaltig zu erreichen, die sonst weniger bis keinen Zugang zum Sport hätten. Auch eignet sich Cachibol hervorragend für Ex-Sportlerinnen, die ihren Sport verletzungs- oder altersbedingt nicht mehr ausüben können. Der Zuwachs an ehemaligen Handballerinnen ist derzeit groß.

Bewegung – Ernährung – Gesundheit sind die Schlagwörter der Initiative: www.noetutgut.at. Bei 24 Einheiten zu je 60 Minuten über einen Zeitraum von 9 Monaten werden die Teilnehmerinnen in Begleitung von fachkompetentem Personal individuell betreut. Mit dem Ziel den Ein- oder Wiedereinstieg in die gesunde Bewegung leistbar zu ermöglichen.

Daher war eine Kooperation naheliegend.

10 Frauen probierten im Sommer 2019 Mamanet begeistert aus.

Nächster Schritt war den Frauen eine nachhaltige Möglichkeit zur gesunden und leistbaren Bewegung zu bieten. Seit Herbst 2019 trainieren einige Frauen aus dem Projekt im Mamanet Kurs von WAT20 mit.

Ergänzend zur gesunden Bewegung wirkt sich das Gemeinschaftsgefühl innerhalb der Mamanet Familie auch positiv auf die Psyche aus.

Einige Kontakte zu Psychosozialeinrichtungen und wenige Schnuppertrainings (z.B. für Burn Out Patienten, ehemals Drogensüchtigen) wurden initiiert.

9 KOOPERATIONSPROJEKTE MIT DEM ÖSTERREICHISCHEN BEHINDERTENSSPORTVERBAND

Frauen mit Behinderung, aber auch Mütter von Kindern mit Behinderung, ist der Zugang zum Sport erschwert möglich. Daher war eine Kooperation mit dem ÖBSV naheliegend und wurden gemeinsame Projekte initiiert.

Am Pfingstwochenende 2019 veranstaltete der ÖBSV eine Frauensportwoche in Faak am See. Während der zwei Mamanet Einheiten und einem Workshop am Abend wurden die Mamanet Regeln gemeinsam mit den ÖBSV Trainerinnen und TeilnehmerInnen so abgeändert, damit auch Frauen mit Behinderung zukünftig Mamanet spielen können.

Bei der ÖBSV Aktivsportwoche im Sommer 2019 für Kinder und Jugendliche im Rollstuhl in Schielleiten konnten auch die Begleitpersonen und Geschwisterkinder Mamanet ausprobieren und wurden auch gleich für ein Schnuppertraining Ende August 2019 ins Ernst Happel Stadion in Wien eingeladen.

Bei diesem Schnuppertraining trainierten Frauen des Österreichischen Behindertensportverbandes gemeinsam mit den schon geübten Spielerinnen und nehmen nun auch bei einem wöchentlichen Kurs teil.

Bei der Frauensportwoche in Faak kam auch der Plan zu Stande ein Schnuppertraining im Sport- und Olympiazentrum Rif für die Mütter von Rollikindern anzubieten.

Conny Wibmer, Leistungsträgerin beim RSV Basket Salzburg 1 (also selbst im Rollstuhl), organisierte das Training für Mütter und Kinder am selben Ort zur selben Zeit. Das entspricht dem Grundgedanken von Mamanet.

Ein wöchentlicher Kurs startet im Herbst 2019, an dem auch 2 Frauen aus Somalia teilnehmen.

10 MAMANET I AM AWARE

In mehreren Ländern und Staaten veranstalten Mamanet Verbände und Vereine in Kooperation mit Pink Ribbon jährlich im Oktober große medienwirksame „I am aware Turniere“, um auf die Brustkrebsvorsorge aufmerksam zu machen.

Auch Mamanet Austria widmete sich beim Funturnier des Fitnessclub Land um Laa im September 2019 erstmalig dem wichtigen Thema. Für die gute Sache wurde gespendet (<https://pinkribbon.at>).

Nach internationalem Vorbild plant Mamanet Austria gemeinsam mit der Österreichischen Krebshilfe und dem ASVÖ am 10. /11. Oktober 2020 in der Rundhalle Hopsagasse in Wien auf vier Feldern ein großes Mamanet Turnier im Sinne von Pink Ribbon.

Bei diesem Turnier sollen 12 Mamanet Teams (ca. 8 aus Österreich und vier aus dem Ausland) sowie ca. 4 Kinder Teams (Kinder der Spielerinnen und/oder eigene Mamanet Kids Teams) teilnehmen.

Jede Teilnehmerin sowie die teilnehmenden Kinder erhalten kostenlos ein rosa Pink Ribbon T-Shirt.

Vor dem Finale am Sonntag könnte ein medienwirksames Spiel mit Prominenten stattfinden.

11 MAMANET ALS BETRIEBSSPORT

Erste Kontakte über Mamanet Spielerinnen, die in der Gemeinde Wien tätig sind, und Vertretern von Versicherungsanstalten, sowie dem Österreichischen Betriebssportverband wurden geknüpft.

Im Dezember 2018 wurde im Rahmen des 1. ÖBB Elternnetzwerktreffens neben dem Thema "Wiedereinstieg" auch Mamanet präsentiert. Einige Frauen der ÖBB trainieren bereits in Vereinen und hat sogar eine Teilnehmerin einen eigenen Kurs in Stockerau aufgebaut.

Bei der 1. Betriebssport Messe für Trendsportarten im Oktober 2019 wurden Mamanet, Microsoccer, Bassalo, Headis, Prellball, eine Flugsimulation von Comfly u.v.m. vorgestellt.

Mamanet Austria freut sich auf weitere gemeinsame Projekte mit dem Österreichischen Betriebssportverband, da Mamanet bestens für Firmensport geeignet ist.

12 RESÜMEE UND MITTELFRISTIGE FINANZIERUNG

Dank der Anschubfinanzierung und der bisherigen Förderung durch das Sportministerium konnten eine Basis geschaffen und erstaunliche Erfolge im Aufbau von Mamanet in Österreich in kurzer Zeit gesetzt werden. Mamanet ist bereits jetzt ein Begriff in den österreichischen Sportstrukturen und ein Vorzeigeprojekt in Sachen Gender, Frauen- und Gesundheitsförderung und Vorbildwirkung für Kinder sowie Integration im organisierten Sport. Preise wie der BSO Sport Cristall, Frauenpreis der Grünen und der Integrationspreis Sport NÖ sowie die Evaluierung der Sportuniversität Wien bestätigen den Erfolg, aber können nicht das Wachsen einer neuen Sportart von Frauen in Teams, als Coaches und in Führungspositionen in Vereinen und im Verband zur Gänze widerspiegeln.

Mamanet muss (vorerst) auch finanziell niederschwellig sein. Daher ist auch der Mitgliedsbeitrag bei Mamanet mit 30€/Team und Jahr sehr niedrig bemessen. Eigenmittel sind daher derzeit nur gering, aber auch durch regionale Förderungen, Preisgelder und kleine Spenden vorhanden. Sponsoren sind leider nur regional aufgesprungen. Die Medienpräsenz auch im regionalen Fernsehen wächst.

Der Höhepunkt der Finanzierung für den Strukturaufbau durch das Sportministerium bzw. Bundesministerium für Öffentlichen Dienst und Sport sollte mit dem 4. Förderjahr erreicht sein.

Um Mamanet professionell weiterzuführen und nachhaltig in den österreichischen Sportstrukturen zu verankern, braucht es noch Zeit und ist eine weitere finanzielle Unterstützung nötig.

Im Breitensportprojekt Mamanet stehen Gesundheit, Soziales und Integration ebenso im Zentrum wie der Sport. Da Mamanet am guten Weg ist in Österreich flächendeckend wirksam zu sein, soll eine Teilfinanzierung mittelfristig auch über Länder und Gemeinden erfolgen.

In jedem Fall werden sich zukünftig die Eigenmittel durch Mitgliedsbeiträge und Seminargebühren erhöhen und ist die Hoffnung auf mehr Medienpräsenz und damit mittelfristig auch auf Sponsoren gegeben.

13 PROJEKTPARTNER

- Bundesministeriums für öffentlichen Dienst und Sport
- Mamanet Israel
- CSIT
- Universität Wien (ZSW)
- Dachverbände (ASKÖ, Sportunion, ASVÖ)
- Landesverbände
- Mehrspartenvereine
- Sportvereine (vorwiegend Ballsportarten)
- ÖVV und andere Sportfachverbände
- Österreichischer Behinderten Sportverband

- Fit Sport Austria
- Österreichische Krebshilfe – Pink Ribbon
- VIDC (fair play)
- Schulen
- Wohnpartner Wien
- Gemeinden
- AMS– abz Wiedereinstieg
- Frauenhäuser Wien
- ÖPV (Österr. Plattform für Alleinerziehende)
- Caritas Wien, Obdach Wien, Diakonie NÖ
- u.v.m.

Wir danken dem Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport und der Sektion Sport für die Unterstützung, ohne die dieses außergewöhnliche Projekt derzeit nicht möglich wäre!