



***Mamanet Austria – Sportverband
für Mütter und alle Frauen ab 30
Every mother can!
Abschlussbericht 2. Förderjahr
November 2018***

erstellt von

Elisabeth Speiser-Havel

speiser@mamanet.at

+43-699-11942346

www.mamanet.at

November 2018



Inhaltsverzeichnis

1	<i>Kurzbeschreibung des Projekts</i> _____	2
2	<i>Ausgangslage – Schaffung Rahmenbedingungen</i> _____	2
3	<i>Struktur</i> _____	3
4	<i>Bereits erreichte Ziele</i> _____	3
5	<i>praktische Umsetzung – best practice Modelle</i> _____	5
	5.1 Bewerbung, Präsentationen, Mitmach- Stationen und Schnuppertrainings _____	5
	5.2. Aus – und Fortbildung _____	6
	5.3. Wöchentliche Kurse _____	7
6	<i>Integration un Inklusionsprojekt</i> _____	7
	6.2. Was bewirkt das Projekt hinsichtlich Integration/Inklusion von Frauen? _____	8
	6.3. Projekt für geflüchtete Frauen _____	8
7	<i>Der Gesundheitsaspekt</i> _____	9
8	<i>Wettkampfbetrieb</i> _____	9
	8.1. Regionale Ligen _____	9
9	<i>Mamanet am Arbeitsmarkt</i> _____	10
10	<i>Resümee</i> _____	10
11	<i>Projektpartnerinnen</i> _____	11

1 KURZBESCHREIBUNG DES PROJEKTS

Mamanet ist eine niederschwellige Sportbewegung für Mütter (jeden Alters) und alle Frauen ab 30 (auch ohne Kinder) mit der Sportart Cachibol und wird in Israel seit rund 15 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.

Mamanet ist aber 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 und im eigenen 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 „weltweit“ in Europa, den USA, Kanada, Australien tlw. sogar in Afrika umgesetzt. Österreich ist ganz vorne mit dabei.

Nach der Anschubfinanzierung der ASKÖ Bundesorganisation konnte ein nahtloser Übergang zur Finanzierung über das Sportministerium ab September 2016 zum Aufbau von Mamanet Austria gewährleistet werden.

Nur durch die finanzielle Förderung durch das Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport und der Sektion Sport konnte für Mamanet in Österreich eine dermaßen erfolgreiche Basis gelegt werden.

Kooperationspartner sind alle drei Sportdachverbände, Landesverbände, Sportvereine, Fachverbände, wohnpartner, Caritas, Diakonie, VHS, AMS, Plattform für Alleinerziehende, Fair Play, Österr. Pensionistenverband u.v.m...

Bernhard Ludwig, Psychologe, Führungskraft-Fortbildner, überzeugter Infarkt-Feind und Seminar Kabarettist ist Mamanet Botschafter.

Mamanet Austria wurde 2017 für ein Projekt in Meidling mit dem Frauenpreis der Grünen Meidling ausgezeichnet, erreichte beim BSO Cristall – Frauen Power Award 2017 den 2. Platz (hinter dem Frauen EM Fußball Nationalteam) und gewann den NÖ Integrationspreis 2017/18.

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.

Mamanet wird vom Zentrum für Sportwissenschaften Wien (ZSW) wissenschaftlich begleitet. Die Evaluierung hat im Mai 2017 mittels Fragebögen begonnen und wurde im August 2017 (Bakkalaureatsarbeit – 106 Seiten) erstmals präsentiert. Weitere Diplomarbeiten über Mamanet sind in Planung.

Dank der Förderung durch die Sportabteilung der ASKÖ Bundesorganisation konnten die Rahmenbedingungen zur Gründung des Verbandes, einer Office Struktur, Erstellung einer Homepage und erste Schritte zur Ausbildung von BetreuerInnen und der Bildung erster Teams geschaffen werden. Die Generalsekretärin, Elisabeth Speiser-Havel konnte in Vollzeit angestellt werden.

Nach Beendigung der Anschubfinanzierung der ASKÖ konnte ein nahtloser Übergang durch die Förderung des Sportministeriums ab August 2016 geschaffen und Mag. Christina Gschweidl zusätzlich in Vollzeit angestellt werden.

Derzeit gibt es 31 wöchentliche Kurse in Wien, Niederösterreich, Burgenland, Kärnten, Tirol, Steiermark und Vorarlberg. Ein best practice Model mit allen drei Dachverbänden zur Übertragung wurde erarbeitet und wird erfolgreich in den Bundesländern genutzt.

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“ ist die CSIT (Confédération Sportive Internationale Travailleuse et Amateur).

Der Verband in Österreich: „Mamanet Austria – Sportverein/Verband für Mütter und alle Frauen ab 35“ 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.

In der Generalversammlung am 23. November 2018 wird der Vorstand neu gewählt und stellen sich auch Personen aller Dachverbände zur Wahl.

Mamanet könnte mittelfristig wie jeder andere Sportfachverband strukturiert werden, kann allerdings (noch) nicht die Kriterien einer Mitgliedschaft bei der BSO (Bundessportorganisation) erfüllen. Landesverbände werden angestrebt.

4 BEREITS ERREICHTE ZIELE

Folgende Ziele wurden bis **Herbst 2018** gesetzt und größtenteils bereits erreicht. 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:

1. 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 Frustrationsmomente. 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.

2. 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 Am Schöpfwerk, im Frauenhaus und in den Flüchtlingsheimen. 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. Garantie, dass keine Männer anwesend sind.

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

3. Zielgruppen zu erreichen, die sonst eher keinen Zugang zum Sport hätten. Dabei soll der Anteil von Sozialprojekten (z.B. Teams mit muslimischen Frauen, Asylantenprojekte, Zusammenarbeit mit z.B. Frauenhäusern, Organisationen für psychisch Erkrankte usw.) im Verhältnis zu „normalen“ Teams 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.

Im Rahmen des „Tag des Sports 2018“ wurde gemeinsam mit der Österr. Plattform für Alleinerziehende (ÖPA) in einem Promimatch auf die neue Imagekampagne der ÖPA aufmerksam gemacht. Die Ziele der Kampagne „Wir sind der Maßstab“ sind die Anerkennung von Trennungsfamilien als vollwertige Familienform in der Gesellschaft und die Stärkung des Bewusstseins, dass die Probleme, die Alleinerziehende typischerweise betreffen, nicht individuell, sondern struktureller Natur sind. Kurzum das Image von Alleinerziehenden soll zukünftig positiv besetzt werden.

Der Zuspruch bei „Sozial- und Integrationsprojekten“ ist sehr hoch (derzeit über 1/3). Siehe auch Punkt 6. Integration und Inklusionsprojekt.

4. Strukturen zur Sportausübung auf unterschiedlichem Leistungsniveau (regionale Ligen z.B. eine in Wien, eine Klosterneuburg, eine Schwechat mit kurzen Fahrtstrecken, nur ein nationales Turnier pro Jahr...) aufbauen:

Bei ca. 1100 Mamanet Aktivitäten (Mitmach – Stationen, Schnuppertrainings, Präsentationen, Aus – und Fortbildungen für Coaches und Multiplikatorinnen und wöchentlichen Kursen wurden bis Oktober 2018 mind. 5000 Personen erreicht.

Mit 31 wöchentlichen Kursen wurde der Anteil an sportausübenden Frauen inzwischen um ca. 350 Frauen (auch in Vereinen) erhöht. Einige Gruppen befinden sich im Aufbau, können im Moment noch kein wöchentliches Training anbieten, da sie noch keine Hallen- und Turnsaalzeiten haben. Ein Anstieg ist bis Ende des Jahres zu erwarten, da weitere Aktionen mit Schwerpunkt im Waldviertel, Oberösterreich, Tirol und Vorarlberg geplant sind.

Meist wird Mamanet in Mehrspartenvereinen angeboten, doch haben sich inzwischen auch schon 7 eigene Mamanet Vereine gegründet. Zwei weitere sollen in Kürze folgen.

Der regionale Ligenbetrieb startete im November 2017 in Pinkafeld. Insgesamt 9 Teams spielten in 3 regionalen Ligen in der Saison 2017/18. An der Nationalen Meisterschaft nahmen 8 Teams teil.

Die Erfahrung zeigt, dass intensive und langwierige Prozesse vor Ort nötig sind, um Mamanet nachhaltig und erfolgreich zu etablieren. Daher werden Multiplikatorinnen eingesetzt, die in der Region Schnuppertrainings anbieten bzw. Mamanet bei div. Events vorstellen. Das Mamanet Austria Team bietet dann in der Region Mamanet Seminar – Tage an, um die bestehenden Teams zu unterstützen und neue InteressentInnen für weitere Teams in der Region zu begeistern.

6. Den Anteil von Funktionärinnen in Österreich zu erhöhen:

Im Mamanet Präsidium und Vorstand werden bewusst Frauen für Entscheidungspositionen eingesetzt. Eine Quote von 70% Frauen zu 30% Männern ist vorgegeben.

Auch in den neugegründeten Mamanet Vereinen übernehmen Frauen die Entscheidungsfunktionen.

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

Mehr als 110 Personen wurden im Rahmen von Aus- und Fortbildungen für Coaches, SchiedsrichterInnen und MultiplikatorInnen bisher ausgebildet. Fachliche und soziale Kompetenz, Mamanet Werte, sowie Genderthemen (Verwendung von Weiblichkeitsformen, ordentliche Abbildung von Frauen in den Medien, Gewaltfreiheit, Einsetzten von Frauen als FunktionärInnen usw.) sind wichtiger Bestandteil. Neben unterschiedlichen Aus- und Fortbildungsmöglichkeiten, wie z.B. speziellen regionalen Workshops, Coach the Coaches Einheiten, Seminaren für KooperationspartnerInnen wie z.B. Sportunion Steiermark usw., hat sich die jährliche Aus- und Fortbildung an der BSPA Wien Fortbildungsakademie erfolgreich etabliert.

5 PRAKTISCHE UMSETZUNG – BEST PRACTICE MODELLE

5.1 Bewerbung, Präsentationen, Mitmach- Stationen und Schnuppertrainings

Präsentationen in Gremien und Organisationen, wie Dach – und Fachverbänden, Vereinen, Gemeinden und Sozialeinrichtungen sowie der Ausbau von Kooperation sind die Grundlage für eine Ausweitung von Mamanet in Österreich.

War es am Anfang sehr schwierig etwas Neues zu „verkaufen“, so kommen inzwischen immer mehr Frauengruppen, Organisation und Vereine von sich aus auf Mamanet zu.

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

Mitmach – Stationen locken interessierte Frauen aber auch Vereine an. Mamanet muss einfach persönlich ausprobiert werden.

Ein gutes Beispiel? ist das Konzept zur Verbreitung von Mamanet im Burgenland: Mamanet Austria lädt gemeinsam mit der ASKÖ Burgenland zu Workshops und nachfolgendem Schnuppertrainings in den versch. Regionen ein. Mamanet bildet dann die Coaches und Multiplikatorinnen aus. Es wurden bereits drei Mamanet ASKÖ Vereine im Burgenland gegründet.

Beim ASVÖ präsentiert sich Mamanet regelmäßig bei den ASVÖ Familiensporttagen. Auf diesem Weg wurden drei Teams gegründet.

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 schönes Projekt im Wein- und Waldviertel mit 3 Teams. Weitere 2 Vereine wurden in NÖ und im Burgenland gegründet. Die Sportunion Steiermark bietet im November eine Ausbildung zur Mamanet Coach an. Im April 2019 ist eine weitere Basisausbildung in Graz geplant.

Weitere gemeinsame Aktionen mit allen 3 Dachverbänden sollen gesetzt werden.

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

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.

Weitere internationale Seminare in Österreich und Italien fanden statt.

Nicht nur Teams werden in Österreich gebildet, sondern müssen auch die Strukturen für eine qualitative Coaches- und SchiedsrichterInnen Ausbildung aufgebaut werden.

Alle begann mit dem 1. Basisworkshop zur Mamanet - und Cachibol BetreuerIn im Rahmen des ASKÖ/WAT Akademietages (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 seitdem 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 Werten wie Gemeinschaft, Zusammenhalt,

Gender Aspekt (z.B. Verwendung von Weiblichkeitsformen in rein weiblichen Teams) und Spaß.

Mittelfristig muss Mamanet in den in Österreich vorhandenen anerkannten und professionellen Ausbildungsstrukturen implementiert werden. Seit 2017 finden jährlich Aus- und Fortbildung gemeinsam mit der BSPA Fortbildungsakademie Wien auf der Schmelz statt.

An diesen Seminarwochenenden nehmen Coaches, Mamanet Spielerinnen, all jene die neue Mamanet Gruppen gründen wollen, potentielle SchiedsrichterInnen, Kinderbetreuerinnen und MultiplikatorInnen teil. Insgesamt im Durchschnitt über 35 Personen. Wichtig ist die Finanzierung der Ausbildung für arbeitslose Frauen (tlw. mit Migrationsgeschichte), die dann entgeltlich im Projekt zur autonomen Nachhaltigkeit z.B. in Flüchtlingsheimen eingesetzt werden.

Teilnehmende Frauen der wöchentlichen Kurse (v.a. aus dem Flüchtlingsheimen) zeigen großes Interesse an Fortbildungen teilzunehmen, auch um neue Perspektiven zu gewinnen.

5.3. Wöchentliche Kurse

Die TeilnehmerInnen der 31 wöchentlichen Kurse (Stand Oktober 2018) in Wien, Niederösterreich, Steiermark, Tirol, Vorarlberg, Kärnten 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 über 30 ohne Kinder, die „endlich mal etwas für sich selbst tun wollen“. Türkische Frauen mit Kopftuch und deren Kinder sind genauso dabei wie Neueinsteigerinnen über 60. Zuletzt ist eine regelmäßige Teilnahme von arabischen Frauen, die sich eine Teilnahme auch leisten können, zu bemerken. 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.

Wöchentliche Kurse werden - wie in jeder anderen Sportart – über die Vereine und unabhängig von Mamanet Austria 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.

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.

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

6 INTEGRATION UND INKLUSIONSPROJEKT

Integration bei Mamanet funktioniert selbstverständlich und ganz nebenbei.

Frauen, aber auch jugendliche Mädchen, nehmen bei fast allen wöchentlichen Kursen (z.B. mittels Hop in Job Card oder Tuwas Passes) je nach Möglichkeit des Anbieters kostenlos teil.

Der Zuspruch bei „Sozial- und Integrationsprojekten“ ist sehr hoch (derzeit über 1/3). So haben 2 Teams mit jeweils ca. 80% muslimischen Türcinnen 2017/18 in der Liga mitgespielt. 5 Frauen aus diesen Kursen haben die Mamanet/Cachibol Ausbildung abgeschlossen und werden in anderen Kursen als Coaches und Kinderbetreuerin eingesetzt.

Besondere Freude macht die Arbeit in den Flüchtlingsheimen. Hierbei geht die Kooperation über den wöchentlichen Kurs hinaus, so unterstützt das Mamanet Netzwerk die Frauen in den Heimen z.B. mit Sachspenden. Für jene Frauen aus diesen Gruppen, die richtig sportlich trainieren wollen, wurde ein eigener Kurs im Ernst Happel Stadion eröffnet. An dem wöchentlichen Kurs mittwochs Vormittag nehmen regelmäßig bis zu 18 Frauen teil, die tlw. über eine Stunde öffentlich und ohne Begleitung anreisen. Einige Frauen nehmen auch am Abend an regulären Trainings teil.

Besonderer Erfolg ist ein Inklusionsteam der Frauen, die im Ernst Happel Stadion gemeinsam mit Frauen aus Kursen, die (noch) nicht Liga spielen trainieren. Ein Wettkampfteam soll für die Saison 2018/19 gebildet werden.

6.2. Was bewirkt das Projekt hinsichtlich Integration/Inklusion von Frauen?

Im Rahmen von Mamanet wurden bisher zahlreiche Frauen mit Migrationsgeschichte, Frauen aus sozial schwachen Familien und Frauen, die sich am Rande der Gesellschaft fühlen, durch persönliches Ansprechen erreicht. Dies sind (österreich.) Alleinerziehende, stark Übergewichtige, aber eben auch Frauen mit Migrationsgeschichte. Teilweise sprechen die Frauen und Kinder schlecht Deutsch. Im Teamsport geht es zwar auch ohne Worte, aber ist zu bemerken, dass die Frauen und u.v.a. die kleinen Kinder verstehen wollen. Durch die Durchmischung lernen alle viel voneinander.

Ein geschützter Rahmen im Training (z.B. keine Männer anwesend) ist gewährleistet. So können muslimische Frauen Sportkleidung tragen und die Kopftücher abnehmen. Auch österreichische Frauen profitieren davon, so können sich z.B. stark Übergewichtige auch frei bewegen.

Neben dem Training unterhalten wir uns sehr viel, auch über Politik, Brauchtum und Religion. Innerhalb der Mamanet Familie ist sogar eine positive „Kopftuchdebatte“ entstanden. Die Frauen sprechen offen darüber, warum sie das Kopftuch tragen (müssen).

Es ist deutlich zu merken, dass alle Frauen im Projekt an Selbstsicherheit gewinnen, sich mehr zutrauen.

Einige Frauen haben inzwischen auch in der Öffentlichkeit das Kopftuch abgenommen. Selbstverständlich aus eigener Entscheidung.

6.3. Projekt für geflüchtete Frauen

Gemeinsam mit der Sportunion und "wieder wohnen" - Betreute Unterkünfte für wohnungslose Menschen gemeinnützige GmbH (FONDS SOZIALES WIEN) startet Mamanet ein Projekt für geflüchtete Frauen im Notquartier für Flüchtlinge im Geriatrie Zentrum (Obdach Wien) am Wienerwald.

In 5 Häusern der Caritas Wien (Grundversorgungshäuser) ist Mamanet überausgut angelaufen. Bis zu 20 Frauen und Kinder nehmen pro Standort teil. Wertschätzung und das Wahrnehmen der Frauen in ihren Bedürfnissen bewirken die nachhaltige Teilnahme. Das Feedback ist enorm. So haben die Frauen Gelegenheit ihre Alltagssorgen und Traumata für 1/1/2 Stunden zu vergessen und einfach Spaß zu haben. Das sprechen sie auch ehrlich (im Rahmen der Evaluierung) an. So kam das Feedback zu uns, dass einige Frauen vor Mamanet depressiv waren und durch das Projekt nicht nur mehr Spaß haben, sondern auch andere Frauen zur Teilnahme motivieren.

Die Standorte (meist kleine Gymnastikräume im Keller) sind nicht optimal für ein Cachiboltraining. Daher wurde ein Turnsaal im Ernst Happel Stadion über UAB organisiert.

Ein Inklusionsteam gemeinsam mit Frauen aus Kursen, die (noch) nicht Liga spielen, soll als Wettkampfteam in der Saison 2018/19 in der Liga Wien/Mitte mitspielen.

7 DER GESUNDHEITSASPEKT

Um Cachibol 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.

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

In Israel gibt es bereits eine Liga für Frauen über 70. Auch in Österreich wurden Angebote für Pensionisten erstellt.

8 WETTKAMPFBETRIEB

8.1. Regionale Ligen

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

Der Ligenbetrieb startete in Österreich Ende November 2017. Mamanet Austria gewährleistet die Durchführung von regionalen Wettkämpfen. Vorerst spielen die benachbarten Teams ca. 1 - 2 Mal in 4 Monaten gegeneinander. Einmal im Jahr wird eine Nationale Meisterschaft veranstaltet. Lange Fahrtstrecken sollen vermieden werden.

Dieses Konzept wurde aus Israel übernommen.

In der Saison 2017/18 nahmen 9 Teams an 3 regionalen Ligen teil. Bei der Nationalen Meisterschaften traten 8 Teams gegeneinander an.

Für die Saison 2018/19 haben sich bereits 11 Teams gemeldet. Weitere Meldungen sind zu erwarten.

8.2. CSIT Weltspiele

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

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

Bei den CSIT Weltspielen in Riga/Litauen (13.-18 Juni 2017) stand erstmals Mamanet am Programm und auch ein österreichisches Team war dabei. Um das stärkste Team entsenden zu können, fanden 3 Sichtungstrainings und ein Vorbereitungswochenende statt.

Das österreichische Team erreichte den sehr guten 14. Platz (von 33), schließlich spielte es nur gegen erfahrene israelische Teams.

Die nächsten CSIT Spiele finden von 2.-7- Juli 2019 in Tortosa (Spanien) statt.

Mamanet International wurde als Teil der UNO als Friedensbotschafterin aufgenommen.

9 MAMANET AM ARBEITSMARKT

Durch Mamanet wurden bisher einige Arbeitsplätze (meist auf PRAE Basis) geschaffen. So werden Frauen „aus den Gruppen heraus“ zu Mamanet Coaches ausgebildet, um nachhaltig ein Mamanet Training vor Ort (in Vereinen, Gemeinden, Flüchtlingsheimen usw.) zu leiten. Die Frauen wachsen hierbei sichtbar an den Aufgaben und insbesondere für vormals unbeschäftigte Frauen eröffnen sich neue Perspektiven.

Auch im Mamanet Austria Verband werden regelmäßig Frauen in Teilzeit beschäftigt, die als AssistentInnen oder PraktikantInnen mitarbeiten und sich dann bei erfolgreicher Mitarbeit aus einem bestehenden Beschäftigungsverhältnis und mit einem guten Zeugnis für Anstellungsverhältnisse bewerben können.

In der Kooperation mit dem Verein ZORO im Rahmen des Projektes „Hop in Job“ sind Synergien zu erwarten. Menschen mit „buntem Lebenslauf“ können kostenlos bei Mamanet Austria die Ausbildung zur Mamanet Coach absolvieren, sich in wöchentlichen Kursen beweisen und Selbstbewusstsein erlangen. Die gemeinsame Vision ist, die Teilnehmerinnen für potentielle Arbeitgeber bishin zu dem Angebot Mamanet als Betriebssport anzubieten, attraktiver zu machen. Weitere Folgetermine um Mamanet im Arbeitsmarktservice zu implementieren z.B. mit FAB, ibis acam sind in Planung.

Teilnehmende Frauen sind z.B. österreichische Langzeitarbeitslose, Frauen die zu Gunsten der Familie auf ihre eigene berufliche Karriere verzichtet haben und Frauen mit Migrationsgeschichte. Mamanet ist stolz bei einer positiven Entwicklung am Arbeitsmarkt im möglichen Rahmen beisteuern zu können und wäre froh dies Schiene weiter ausbauen zu können.

10 RESÜMEE

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 österr. 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 bleiben. Eigenmittel sind daher gering aber auch ein wenig durch Spenden vorhanden. Um Mamanet weiterhin professionell weiterzuführen und nachhaltig in den österr. Sportstrukturen zu verankern braucht es noch Zeit und sind weitere Förderungen durch öffentliche Mittel, Sponsoren aus der Wirtschaft sowie Medienpräsenz notwendig.

11 PROJEKTPARTNERINNEN

- Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport
- Universität Wien (ZSW)
- Dachverbände (ASKÖ, Sportunion, ASVÖ)
- Landesverbände
- Vereine (vorwiegend Ballsportarten)
- ÖVV und andere Sportfachverbände
- Schulen
- Ballschule Peter Frey
- Caritas Wien
- Wohnpartner Wien
- Gemeinden
- VHS – abz Wiedereinstieg
- Hilfswerk Wien
- Frauenhäuser Wien
- ÖPV (Österr. Plattform für Alleinerziehende)
- Caritas Wien
- wieder wohnen (Obdach Wien)
- Diakonie
- Fair Play
- Pensionistenverband Österreich
- Gustl kocht
- u.v.m.

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