



***Ausweitung von Mamanet Austria –  
Sportverband für Mütter und alle Frauen ab 30  
Every mother can!  
Zwischenbericht Jänner 2020***

erstellt von

Elisabeth Speiser-Havel

[speiser@mamanet.at](mailto:speiser@mamanet.at)

+43-699-11942346

[www.mamanet.at](http://www.mamanet.at)

Jänner 2020

 **Bundesministerium  
Öffentlicher Dienst  
und Sport**



## Inhaltsverzeichnis

<i>1</i>	<i>Präambel/Kurzbeschreibung des Projekts</i>	<i>2</i>
<i>2</i>	<i>Gegenstand und Ziele der Förderung</i>	<i>3</i>
<i>3</i>	<i>Zielindikatoren und Fortschritt</i>	<i>6</i>
<i>4</i>	<i>Projektpartner</i>	<i>7</i>

## 1 PRÄAMBEL/KURZBESCHREIBUNG DES PROJEKTS

*Der Verband (Rechtsform Verein) MAMANET Austria hat es sich zum Ziel gemacht Mütter (jeden Alters) und alle Frauen ab 30 (auch ohne Kinder) mit einer niederschweligen Sportart „Cachibol“ sportlich aktiv zu machen.*

*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. Bei Cachibol wird der Ball nur gefangen und geworfen, somit macht es sofort Spaß und Frustrationsmomente bleiben aus.*

*Durch diese niederschwellige Sportart werden Barrieren für den Einstieg oder Wiedereinstieg in den Sport für Frauen minimiert. Vor allem Mütter, die sich keine Zeit für sportliche Aktivitäten nehmen können bzw. wollen, aber auch für Frauen die bisher keinen Teamsport erlebt haben, ist Mamanet - Cachibol ein optimaler Einstieg. Das Motto von MAMANET Austria lautet: „Every mother can!“.*

*Für MAMANET Austria stehen Spaß, Wertschätzung, Gewalt- und Religionsfreiheit im Vordergrund.*

*Cachibol Teams entscheiden eigenständig, ob leistungsorientiert in einer Liga gespielt wird oder die Freude und der Spaß an der Bewegung im Vordergrund stehen.*

*Die Schaffung von Perspektiven für Frauen - eventuell auch verbunden mit Arbeitsplätzen - ist ein wesentlicher Bestandteil des Konzeptes. Kooperationen mit den Sport-Dachverbänden, ausgewählten Fachverbänden sowie Sozialeinrichtungen werden forciert.*

*In Österreich wurde MAMANET Austria bereits mit mehreren Preisen ausgezeichnet.*

Auch im laufenden Förderjahr ist Mamanet Austria sehr erfolgreich und mittlerweile ein Begriff in den österr. Sportstrukturen. Es ist ein Vorzeigeprojekt in Sachen Gender, Frauen- und Gesundheitsförderung und hat Vorbildwirkung für Integration und Inklusion im organisierten Sport.

Vereine/Organisationen kommen jetzt auf Mamanet zu – nicht wie anfangs umgekehrt, Die Eigenmittel steigen langsam, das öffentliche Interesse (auch bei Medien) wächst und Projektpartner reichen bei anderen/verschiedenen Fördergebern ein.

Mamanet Austria wird vom Zentrum für Sportwissenschaften Wien (ZSW) wissenschaftlich begleitet. In zwei Abschlussarbeiten werden die Erfolge von Mamanet Austria äußerst positiv dargestellt und bestätigt sowie die Wichtigkeit des Projektes unterstrichen.

Durch die äußerst erfolgreiche Kooperation mit dem Österreichischen Betriebssportverband erreicht Mamanet nun auch den Firmensport.

Derzeit gibt es 37 wöchentliche Kurse in Wien, Niederösterreich, Burgenland, Salzburg, Tirol, Steiermark und Vorarlberg.

Durch Mamanet wurde der Anteil an sportausübenden Frauen, aber auch Kindern, in österreichischen Vereinen deutlich erhöht.

Zahlreiche Schnuppertrainings, Workshops, Mit-Mach Stationen, Vorträge usw. zur Gründung weiterer Teams sind bis Sommer 2020 und größere Turniere bis Ende 2020 fixiert.

Alle aktuellen Informationen unter: [www.mamanet.at](http://www.mamanet.at)

## 2 GEGENSTAND UND ZIELE DER FÖRDERUNG

*2.1. Durch das niederschwellige Angebot (sowohl sportlich als auch finanziell) werden auch Frauen erreicht, die gerne Sport ausüben möchten, aber den Sprung zur regelmäßigen Sportausübung noch nicht geschafft haben.*

Die niederschwellige Sportart Mamanet wird bewusst als Instrument für Soziales eingesetzt. Um Frauen zu einer Teilnahme zu motivieren, ist ein persönliches Ansprechen (Auffordern) enorm wichtig. Dies geschieht erfolgreich bei Projektvorstellungen, Mitmach-Stationen, Schnuppertrainings und Workshops. Auf allen Drucksorten wie Rollups, Flyer, Einladungen usw. ist daher der Slogan: „Mütter aufgepasst, ihr seid dran!“ zu finden.

Durch die Schaffung der nötigen Rahmenbedingungen (z.B.: Kinderbetreuung, kurze Wege zum Trainingsort, passende Trainingszeiten, regionale Ligen, kostengünstige Angebote...) wird die neue Zielgruppe der Mütter bestmöglich erfasst.

Auch Frauen, die nach der Geburt des ersten Kindes ihre sportlichen Aktivitäten beendet haben, wird so der Wiedereinstieg erleichtert.

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 sind genauso wichtig.

*2.2. Es werden Zielgruppen erreicht, die sonst keinen oder einen schlechten Zugang zum Sport haben.*

Der Zuspruch von Müttern und Frauen, die sonst keinen Sport machen würden und könnten, ist bei Mamanet 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 könnten/würden. Sie alle spielen mittlerweile gemeinsam mit stark Übergewichtigen, aber auch leistungsorientiert in einem Team, mit ehemaligen Leistungssportlerinnen und Frauen mit Migrations- und Fluchtgeschichte.

Auch die Kooperation mit der Österr. Plattform für Alleinerziehende (z.B.:JUNO) zeigt, dass Mamanet viele Bedürfnisse und sogar Defizite von Alleinerziehenden erfüllen kann.

Die Zusammenarbeit mit dem Österreichischen Behindertensportverband ermöglicht nun auch Frauen und Kindern mit Behinderung eine Teilnahme an Mamanet. Trainerinnen des ÖBSV werden zu Mamanet Coaches ausgebildet und können auch Mamanet zukünftig inklusiv als Sportart im ÖBSV anbieten.

Ein Mamanet Anfängerkurs ist inklusiv und die Teilnahme daran von Menschen mit besonderen Bedürfnissen ist möglich.

Bis zu 45 Frauen trainieren im geschützten Rahmen- keine Männer anwesend- in den Sozialeinrichtungen (Flüchtlingsheimen) und zusätzlich bis zu 3x wöchentlich in einem Turnsaal im Ernst-Happel-Stadion am Vormittag sowie „normal“ bei bezahlten Vereinstrainings am Abend. Die Leistungsstärksten spielen gemeinsam mit Frauen aus Österreich erfolgreich im Liga-Wettkampfbetrieb. Die Frauen können bei diesen Trainings die Kinder mitnehmen, für die ein eigenes Bewegungsangebot vorgesehen ist .

2.3. *Die Betreuer und Betreuerinnen, Coaches, Schiedsrichter und Schiedsrichterinnen bei MAMANET Austria sind sensibel für die Bedürfnisse ihrer Zielgruppe und bestärken die teilnehmenden Frauen durch ein professionelles, gendergerechtes Training bzw. Wettkampf.*

Bei allen Fort- und Ausbildungen, Workshops, Seminaren usw. durch Mamanet Austria wird großer Wert daraufgelegt, dass Coaches und SchiedsrichterInnen für die Bedürfnisse der Teilnehmerinnen sensibilisiert werden. Frauengruppen „ticken“ oftmals anders als Männergruppen. Spaß, Soziales sowie Fair Play und nicht der Wettkampf an sich stehen im Vordergrund. In Frauen Gruppen sollen Weiblichkeitsformen verwendet werden. Z.B.: Team statt Mannschaft, Angreiferin statt Angreifer, Spielerin statt Spieler usw..

Unter diesen Aspekten wurde ein umfassendes Ausbildungskonzept für Coaches und SchiedsrichterInnen für drei Leistungsstufen in Zusammenarbeit mit der BSPA (Bundessportakademie) entwickelt

2.4. *Ziel ist es auch den Anteil an sportausübenden Frauen in Vereinen zu erhöhen.*

Durch Mamanet wurde der Anteil an sportausübenden Frauen mit insgesamt rund 650 Vereinsmitgliedschaften deutlich erhöht.

2.5. *Kinder, die ihre Mütter zum MAMANET Training begleiten und eine eigene sportliche Betreuung erfahren, sollen zu Sportaktivitäten in Sportvereinen motiviert und frühzeitig in Sportvereine integriert werden.*

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 Einführung von Mamanet. Auch in Österreich ist bereits eine positive Tendenz zu sehen.

Grund dafür ist die Vorbildwirkung. Durch Mamanet entsteht eine Umkehr des Stereotyps (the mother is the star!). Väter und Kinder jubeln der Mutter zu und motivieren die Kinder zur Bewegung.

Darüber hinaus ist Kinderbetreuung für viele Teilnehmerinnen (Z.B. muslimische Frauen, Alleinerziehende) eine Notwendigkeit, um an Mamanet teilnehmen zu können. Mütter von oftmals bis zu 8 Kindern können nicht alle Kinder gleichzeitig bei den Vätern oder älteren Geschwistern lassen. Sind die Kinder dabei, gibt es zu Hause keinen Diskussionsbedarf. Auch in den Sozialeinrichtungen ist die Kinderbetreuung notwendig, damit der Einstieg möglichst niederschwellig ist.

Derzeit wird bei 8 Kursen in Wien Kinderbetreuung dankend angenommen.

Ergänzend zu den Teams der Mütter, die in der Mamanet Austria Liga spielen; sind mehrere Hobbygruppen entstanden, wo Mütter mit ihren Kindern gemeinsam Mamanet spielen und auch reine Kindergruppen (meist Kinder der Mamanet Spielerinnen).

*2.6. Seit Beginn des Projektes MAMANET Austria wird größter Wert daraufgelegt, dass Frauen als Entscheidungsträgerinnen fungieren.*

Im derzeitigen Mamanet Austria Vorstand sind 10 Frauen von insgesamt 11 Vorstandsmitgliedern. Präsidentin, Vizepräsidentin und Generalsekretärin leiten Mamanet Austria. Der einzige Mann ist als Kassier für die Finanzen zuständig. Weitere Männer sind im Beirat aktiv und unterstützend tätig.

Alle Mamanet Austria Vereine werden von Obfrauen oder Präsidentinnen geleitet und auch in den anderen Teams haben die Frauen das Sagen. In den Vereinen und Teams (vor allem auch bei Spielen) unterstützen die Männer aktiv.

*2.7. Frauen aus Mamanetkursen werden für Tätigkeiten als Coaches und Sportfunktionärinnen ausgebildet und geschult; somit entstehen neue Perspektiven für die Frauen (auch für Arbeitslose mit Migrationsgeschichte).*

Nach ein bis zwei Schnuppertrainings durch Mamanet Austria müssen sich (vor allem bei neu entstehenden Gruppen ohne Infrastruktur) die Teams selbst organisieren, um ein wöchentliches Training durchführen zu können. Da anfangs meist „nur“ Frauen dabei sind und Mamanet Austria die Frauen auch auffordert Verantwortung zu übernehmen, werden so Frauen aus der Gruppe heraus Coaches und Funktionärinnen. Sie machen die Ausbildung zur Coach bei Mamanet Austria und gründen Mamanet Vereine mit Hilfe der drei Dachverbände.

Arbeitslose Frauen mit Migrations- und Fluchtgeschichte werden bei der Ausbildung zur Mamanet Coach unterstützt. Sie arbeiten als Coaches und Kinderbetreuerinnen entgeltlich in Flüchtlingsheimen, Anfängerkursen und bei Mitmach -Stationen.

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.

Bei Mamanet entstand sogar ein positiver Diskurs zum Thema „Kopftuch“. Mehrere Frauen haben im Rahmen des Projektes das Kopftuch ganz (auch in der Öffentlichkeit) abgenommen.

*2.8. Teilnehmende Frauen engagieren sich auch in den MAMANET Austria Entscheidungsgremien.*

Im Verband Mamanet Austria wurden die Referate: Schiedsrichter, Wettkampfsport, Sozial- und Integrationsprojekte, sowie die Regionalvertretungen Süd, Nord und Mitte eingerichtet.

Die Leitung der Referate (Vorstand) obliegt größtenteils Frauen, die aus dem Projekt Mamanet erwachsen sind.

Auch die Schriftführerin (Präsidium) ist eine Mamanetspielerin (ohne sportliche Vorgeschichte) der ersten Stunde.

### *2.9. Ausweitung des wöchentlichen MAMANET Austria Trainingsprogramms in allen Bundesländern.*

Im Jänner 2020 sind 37 wöchentliche Kurse in 7 Bundesländer aktiv.

Im Frühjahr 2020 wird der Schwerpunkt bei der Betreuung bestehender Teams im Westen – in Hinblick auf neue Teams in deren Umgebung – sein.

Beginn ist ein großangelegtes Seminarwochenende Anfang März in Absam/Tirol, an dem auch ein Team aus Vorarlberg und Neulinge aus der Umgebung sowie aus Salzburg eingeladen sind. Gleich am darauffolgenden Wochenende findet die jährliche BSPA Ausbildung auf der Schmelz in Wien statt, bei der weitere Multiplikatorinnen ausgebildet und Strategien zur Verbreitung entwickelt werden.

### *2.10. Frauen engagieren sich in Wettkampfteams und treten gegeneinander in regionalen Ligen an.*

Eine Arbeitsgruppe des Mamanet Austria Vorstandes beschloss für die Saison 2019/20 - entgegen der Idee möglichst viele kleine regionale Ligen zu bilden- weniger Ligen mit mehr Teams zu starten. Grund für diese Entscheidung sind das unterschiedliche Leistungsniveau in den verschiedenen Teilen Österreichs und der Neueinstieg eines noch unerfahrenen Teams in den Ligabetrieb. Im Gegensatz zum Vorjahr ist nun das Leistungsniveau innerhalb der Ligen besser angepasst. So werden unerfahrenere Teams nicht gleich verschreckt und bleiben motiviert.

Derzeit spielen 12 Teams in drei regionalen Ligen im Wettkampf, wobei auch Teams mit hohem Anteil an Frauen mit Fluchtgeschichte teilnehmen.

Dieses Konzept scheint - die ersten Spiele sind absolviert - sehr gut aufzugehen.

Um die Ligen am Ende durchzumischen, treten die drei Erstplatzierten jeder Liga bei der Nationalen Meisterschaft im Juni 2020 gegeneinander an und auch die 4. Plätze können sich bei einem Turnier die Platzierungen noch ausspielen.

## **3 ZIELINDIKATOREN UND FORTSCHRITT**

### *3.1. Erreichung von 8000 Frauen, die mindesten 2x aktiv Mamanet gespielt haben.*

Insgesamt wurden bisher durch Schnuppertrainings, Workshops, Mit-Mach Stationen, Turnieren usw. in Vereinen, Verbänden bei Kooperationspartnern und Großevents wie z.B.: ASVÖ Familientage, Ferienmesse Wien, Tag des Sports usw. mindestens. 7.500 Menschen (größtenteils Frauen) erreicht.

### *3.2. Insgesamt 500 Vereinsmitgliedschaften.*

Derzeit sind 413 Mütter und 90 Kinder als Mitglieder in Vereinen und bei Mamanet Austria registriert.

3.3. *Insgesamt 40 formelle Sportgruppen als eigene Vereine oder Sparten von Mehrspartenvereinen*

27 wöchentlichen Kurse finden derzeit in Vereinen statt.

3.4. *Insgesamt 12 informelle Sportgruppen wie z.B.: Hobbyteams oder auch Kindergruppen, sowie gemischte Teams (Mütter und Kinder)*

Ca. 280 Spielerinnen und Kinder werden wöchentlich in 16 wöchentlichen Einheiten in Schulen und Sozialeinrichtungen betreut.

3.5. *Insgesamt 12 ausgebildete Multiplikatorinnen, die Mamanet in den Bundesländern vorstellen und neuen Teams beim Aufbau helfen.*

Derzeit sind 11 Multiplikatorinnen in Österreich aktiv, wobei bei der jährlichen BSPA Ausbildung auf der Schmelz in Wien im März 2020 weitere Multiplikatorinnen ausgebildet und Strategien zur Verbreitung entwickelt werden.

3.6. *Erreichung von 150 Personen (95% Frauen), die als MAMANET Austria Coach aus- und fortgebildet werden*

Bisher wurden über 200 Frauen im Rahmen von Mamanet ausgebildet und sind dadurch Arbeitsplätze entstanden.

3.7. *Mindestens insgesamt 5 regionale Ligen*

In der Saison 2019/20 spielen 12 Teams in drei regionalen Ligen. Das Konzept der regionalen Ligen wurde für die laufende Spielsaison abgeändert. Daher weniger Ligen mit mehr Teams als im letzten Jahr. Siehe Punkt 2.10..

3.8. *Einführung von MAMANET in mindestens 7 Bundesländern*

Mamanet ist bereits in 7 Bundesländern vertreten, zumindest ein weiteres soll 2020 erfasst werden.

3.9. *Mindestens 10 Frauen mit Migrationsgeschichte als MAMANET Austria Coaches einsetzen*

Derzeit arbeiten 8 Frauen mit Fluchtgeschichte auf PRAE Basis für Mamanet Austria. Weitere 4 sollen im Rahmen der BSPA Ausbildung das Zertifikat als Coach erhalten und danach eingesetzt werden.

## 4 PROJEKTPARTNER

- ✓ Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport
- ✓ Bundes Dachverbände (ASKÖ, Sportunion, ASVÖ)
- ✓ Bundes Landesverbände
- ✓ Sportfachverbände



- ✓ Mehrspartenvereine
- ✓ Sportvereine (vorwiegend Ballsportarten)
- ✓ Ballschule Wien
- ✓ Österreichischer Betriebssportverband und Firmen (z.B. ÖBB)
- ✓ Österreichischer Behindertensportverband
- ✓ Sozialeinrichtungen - Caritas Wien, Obdach Wien, Diakonie usw.
- ✓ ZSW Sportuniversität Wien
- ✓ Frauenhäuser Wien
- ✓ ÖPA (Österr. Plattform für Alleinerziehende)
- ✓ CSIT (Internationaler Amateur – Arbeitersportverband)
- ✓ Mamanet Israel
- ✓ Wohnpartner Wien
- ✓ AMS
- ✓ ZORO – Hop im Job
- ✓ Login
- ✓ VIDC Wiener Institut für internationalen Dialog und Zusammenarbeit
- ✓ Fair Play
- ✓ Uvm.