

Das Gemeinschaftsprojekt des Internationalen Bunds und Schwäbischen Turnerbunds „aktiF“ fördert Vereine, die Mädchen und Frauen mit Zuwanderungsgeschichte für Freizeitsport im Verein begeistern möchten. Auf dieser Seite stellen wir regelmäßig die Konzepte der aktiF-Vereine vor und lassen euch an deren Ideen, Erfahrungen und Lerneffekten teilhaben.



aktif-bw.de

TSV Waldenbuch

Fitnesskurs für geflüchtete Frauen baut Brücke zu langjährig in Waldenbuch lebenden Migrantinnen

IDEE

Im Fokus stand zunächst ein Fitnesskurs für geflüchtete Frauen. Mit funktioneller Gymnastik und Entspannungsübungen, sollte sportlichen Neueinsteigerinnen, Lust auf Bewegung gemacht werden.

HERANGEHENSWEISE

Die Ansprache erfolgte persönlich und mithilfe eines mehrsprachigen Flyers. Durch das Engagement von Claudia Schneider und Gabriele Wieser-Kick im Flüchtlingsfreundeskreis, bestanden bereits wertvolle persönliche Kontakte zu Bewohnerinnen des Flüchtlingsheims. Vertrauen und Neugierde wurde geweckt, indem die Kursleiterin die Frauen zu den ersten Terminen abholte.

Der Kurs lief gut an, doch irgendwann kamen plötzlich weniger Frauen. Der simple Grund: ein genehmigter Sprachkurs der die Aufmerksamkeit der Frauen forderte. Zudem ist regelmäßiger Sport vielen dieser Frauen fremd. Schulsport für Mädchen gibt es in ihren Heimatländern oft ebenso wenig wie den Freizeitsport, wie wir ihn kennen. Wöchentliche Fitness? Eine völlig neue Erfahrung. Eine kulturübergreifende Herausforderung ist dagegen die Kinderbetreuung. Ein begleitendes Angebot für Kinder kann daher ein wichtiger Pluspunkt sein.

Aus der Not gebar der Erfolg: Über ihren persönlichen Kontakt zum Moschee-Verein begeisterte Gabriele



FAKTEN AUF EINEN BLICK

- Vereinsgröße: rund 1900 Mitglieder
- Zielgruppe: Frauen
- Sportangebot: ½-jähriger Fitnesskurs, mittwochs 11 – 12 Uhr
- Sportstätte: nicht einsehbarer Raum auf dem Vereinsgelände
- Team – Kursleiterin: Claudia Schneider, Koordination: Gabriele Wieser-Kick (Geschäftsführerin) und Ulrike Deinaß (Abteilungsleiterin)
- Netzwerk: Freundeskreis für Flüchtlinge, Moschee-Verein
- Finanzierung: 34 € pro Kursstunde über das Projekt aktiF

Wieser-Kick eine Gruppe von Frauen, die schon länger in Deutschland leben, den Weg in den Sportverein aber noch nicht gefunden hatten.

Auf die kulturellen Besonderheiten wurde respektvoll Rücksicht genommen. Neben der Auswahl eines geschützten Raums wurde der Kurs

beispielsweise über Ramadan ausgesetzt. Mit frischer Energie erschienen die Frauen nach der Fastenzeit wieder motiviert zum Kurs.

LERNEFFEKTE

Eine persönliche Ansprache und regelmäßige Erinnerungen sind wichtig.

Frauen am besten in der Gruppe ansprechen und einladen.

Auf spezielle Bedürfnisse der Frauen eingehen (z.B. geschützter Raum) und dies in der Ansprache unterschwellig vermitteln. Das schafft Vertrauen und erspart den Frauen Unannehmlichkeit, selbst danach fragen zu müssen. //

Claudia Schneider leitet das speziell auf Migrantinnen zugeschnittene Kursprogramm.



Ihr habt Interesse selbst aktiF-Verein zu werden? Informiert euch unter

aktiv-bw.de