



**Genderprojekt:
Mamanet Austria – Sportverband
für Mütter und alle Frauen ab 30
Every mother can!
Konzept und Zwischenbericht März 2018**

erstellt von

Elisabeth Speiser

speiser@mamanet.at

+43-699-11942346

www.mamanet.at

April 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 durch Gender Mainstreaming</i>	3
5	<i>Fortführung und Ausweitung 2018/19</i>	6
	5.1 Bewerbung, Präsentationen, Mitmach- Stationen und Schnuppertrainings	6
	5.2. Aus – und Fortbildung	7
	5.3. Wöchentliche Kurse	8
6	<i>Integration (Inklusion) bei Mamanet</i>	8
7	<i>Der Gesundheitsaspekt</i>	9
8	<i>Wettkampfbetrieb</i>	9
	8.1. Regionale Ligen	10
	8.2. Mamanet international - CSIT Weltspiele	10
9	<i>Resümee</i>	11
10	<i>Projektpartner</i>	11

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 12 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 europaweit und tlw. 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.

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

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.

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) präsentiert.

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 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. Seit Februar 2018 ist MMag. Julia Kolar-Havel als Projektassistentin auf PRAE Basis bei Mamanet beschäftigt. Frau Jumana Abudiab macht ein Praktikum.

Mehrere arbeitslose Frauen wurden als Coaches ausgebildet und sind auf PRAE Basis bei Mamanet eingesetzt.

Ein umfassendes Ausbildungskonzept wurde entwickelt und ein Schiedsrichterreferat ist im Aufbau. Eine eigene Datenbank und ein Ranglistensystem sind in Ausarbeitung.

Derzeit gibt es 28 wöchentliche Kurse in Wien, Niederösterreich, Burgenland, Kärnten, Steiermark und Vorarlberg. Mit allen drei Dachverbänden wurden unterschiedliche best practice Modelle zur Verbreitung erarbeitet und MultiplikatorInnen ausgebildet.

Zahlreiche Termine (Schnuppertrainings, Workshops, Mit-Mach Stationen..) zur Gründung weiterer Teams sind bis Herbst 2018 bereits fixiert. Insgesamt wurden mind.

Auch eine Struktur für den Wettkampfbetrieb wurde aufgebaut. Bereits 9 Teams spielen in drei regionalen Ligen gegeneinander.

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: „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.

Mamanet soll mittelfristig wie jeder andere Sportfachverband strukturiert werden, kann allerdings (noch) nicht die Kriterien einer Mitgliedschaft bei der BSO (Bundessportorganisation) erfüllen. Eine Aufnahme in die BSO als außerordentliches Mitglied soll noch 2018 erfolgen. Landesverbände werden angestrebt.

4 BEREITS ERREICHTE ZIELE DURCH GENDER MAINSTREAMING

Folgende Ziele wurden bis **August 2018** gesetzt und größtenteils bereits erreicht. Die Maßnahmen entsprechen den Empfehlungen der **EU: Gender Equality in Sport; Proposal for Strategic Actions 2014 – 2020**. Eine Evaluierung fand durch die Universität Wien im

Rahmen einer Bachelorarbeit (zwei Studentinnen über 100 Seiten) statt. Gleich zu Beginn aus der Zusammenfassung unter Resultate: „Die Evaluierung ergibt, dass alle von Mamanet Austria definierten Zielsetzungen erreicht werden konnten und die Begeisterung für das Projekt aller befragten Mitglieder der „Mamanet Familie“ sehr groß sind.“ - Schilling S., Speer V. (2017) *Evaluierung des Frauenprojektes Mamanet S1*

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. 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 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. Dieser Querschnitt spiegelte sich auch im österreichischen Nationalteam für die CSIT Weltspiele im Juni 2017 wider.

Auch bei der 30 Jahre Feier der Plattform für Alleinerziehende war schnell klar, dass Mamanet viele Bedürfnisse und sogar Defizite von Alleinerziehenden erfüllen kann.

In Klagenfurt wird z.B. in Kooperation mit Rainbows, dem Katholischen Familienwerk und der Diözesanen Sportgemeinschaft ein wöchentlicher Kurs speziell für Alleinerziehende

und ihre Kinder angeboten. Eine gemeinsame Aktion mit der Österr. Plattform für Alleinerziehende im Rahmen einer Imagekampagne ist für Juni geplant.

Der Zuspruch und Erfolg bei „Sozial- und Integrationsprojekten“ ist sehr hoch (ca. 1/3). So finden z.B. zwei wöchentliche Kurse in Meidling mit ca. 80% muslimischen Türkinnen statt, die inzwischen schon in der Liga Wien Mitte Wettkämpfe bestreiten.

Weitere wöchentliche Kurse finden in Flüchtlingsheimen (4 Caritas Grundversorgungshäuser, „Obdach Wien“ Lainz und Diakonie Baden statt sowie in Frauenhäusern und „Jugend“zentren (come2gether Erdberg, Z9).

Mit dem Tu was Pass können z.B. Asylwerberinnen und arbeitslose Frauen kostenlos und je nach Möglichkeiten des Anbieters an den Kursen teilnehmen.

Eine Trainingseinheit für die Frauen, die an den wöchentlichen Kursen in den Häusern teilnehmen und für Frauen des VIDC (fair play) im Ernst Happel Stadion wird sehr gut angenommen. (Bis zu 18 Frauen/Training!) Einige Frauen dieser Gruppe trainieren auch schon zusätzlich in regulären Wettkampf und Ligenteams mit.

Sechs 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 Kopftuch. Mehrere Frauen haben im Rahmen des Projektes das Kopftuch ganz (auch auf der Straße) abgenommen. Mamanet stärkt nachweislich das Selbstbewusstsein der Frauen in allen Teilen Österreichs und unabhängig von Bildung 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 z.B. eine in Wien, eine Klosterneuburg, eine Schwechat mit kurzen Fahrtstrecken, nur ein nationales Turnier pro Jahr...) aufbauen:

Bei ca. 500 Mamanet Aktivitäten (Mitmach – Stationen, Schnuppertrainings, Präsentationen, Aus – und Fortbildungen für Coaches und Multiplikatorinnen und wöchentliche Kurse) wurden bis März 2018 mind. 3000 Personen erreicht.

Nach nur rund 2 Jahren wurde mit derzeit 28 wöchentlichen Kursen der Anteil an sportausübenden Frauen um ca. 320 Frauen (auch in Vereinen) erhöht. Ca. 290 Kinder sind aktiv (in der Kinderbetreuung, als SchreiberInnen) in das Projekt eingebunden und ca. 800 (Väter, Freunde, Familie) unterstützen die Mütter auch als Zuschauer bei Wettkämpfen. Somit sind im Moment rund 1500 (mit Coaches, SchiedsrichterInnen usw.) Personen aktiv bei Mamanet Austria.

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

Meist wird Mamanet in Mehrspartenvereinen angeboten.

Es wurden aber auch eigene Mamanet Vereine (im Burgenland ASKÖ, in NÖ Sportunion) gegründet.

Der **regionale Ligenbetrieb** startete im November 2017 mit 9 Teams in drei Ligen. Um einen professionellen Ligenbetrieb gewährleisten zu können sind zahlreiche Maßnahmen wie der Aufbau eines Schiedsrichterreferates, Ausbildungen für Coaches und Schiedsrichter sowie die Entwicklung einer individuell gestalteten Datenbank (gemäß der neuen EU- Datenschutzverordnung) und ein Ranglistensystem notwendig. Beides ist in Ausarbeitung.

6. Den Anteil von Funktionärinnen in Österreich zu erhöhen:

Im Mamanet Präsidium und Vorstand (8 Frauen ein Mann) werden bewusst Frauen für Entscheidungspositionen eingesetzt.

Aber auch in den Neugegründeten Mamanet Vereinen übernehmen Frauen die Entscheidungsfunktionen und wachsen mit ihren Aufgaben.

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 120 Personen ausgebildet. Dies ist mehr als doppelt so viele, wie erwartet.

5 FORTFÜHRUNG UND AUSWEITUNG 2018/19

5.1 Bewerbung, Präsentationen, Mitmach- Stationen und Schnuppertrainings

Weitere Präsentationen in Gremien und Organisationen, wie Dach – und Fachverbänden, Vereinen, Gemeinden und Sozialeinrichtungen, Großveranstaltungen wie z.B. Fit Sport Austria Kongress, ASVÖ Familiensporttage, Tag des Sports uvm. sind geplant sowie der Ausbau der guten Kooperation mit dem Österr. Volleyballverband (ÖVV).

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 einen großen Effekt.

Mitmach – Stationen wie beim Tag des Sports (Wien, Klosterneuburg), bei Österreichischen Meisterschaften Volleyball U12, 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 zu Verbreitung von Mamanet im Burgenland entwickelt: Mamanet Austria lädt gemeinsam mit der ASKÖ Burgenland zu Workshops und Schnuppertrainings in den versch. Regionen. Mamanet bildet Coaches und Multiplikatorinnen aus.

Eine (anfängliche) Finanzierung (best practice model) erfolgt über Mamanet Austria.

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

Folglich fanden gemeinsame Aktivitäten bei den ASVÖ Familiensporttagen in Hohenems (Vorarlberg) und Eibiswald (Steiermark) und Sport in deiner Stadt (Wien) statt. Weitere Termine in Kooperation mit dem ASVÖ Kärnten, Vorarlberg und Steiermark sind fixiert. Generalsekretär Paul Nittnaus unterstützt die Kooperation sehr.

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 dem Verein SU Fitnessclub Laa um Thaya.

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 sehr viele 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.

Von 18.-21.2.16 lud die AICS zum ersten „Mamanet Professional Seminar“ in Rom im Olympia Stützpunkt: „scuola dello Sport – Largo Giulio Onesti ein, bei dem Sissi Speiser teilnehmen konnte und den letzten Schliff in der Ausbildung zum Mamanet Coach und zur Multiplikatorin absolvieren konnte.

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

Unter anderem den **1. Basisworkshop** zur Mamanet - und Cachibol BetreuerIn im Rahmen des ASKÖ/WAT Akademietages (28. 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 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. 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. Ausbildungen gemäß der BSO Kriterien werden angestrebt.

Bis dahin sind zahlreiche Aus- und Fortbildungen direkt über Mamanet Austria auch vor Ort bei neugegründeten Teams, interessierten Landesverbänden usw. geplant. 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 28 wöchentlichen Kurse (Stand März 2018) in Wien, Niederösterreich, Kärnten, Steiermark, 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 von 30€/Team/Jahr ein. Bei Teilnahme am Ligenbetrieb wird ein Anerkennungsbeitrag von 25€/Spielerin/Saison eingehoben.

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, Fit Sport Austria, aber auch Mehrspartenvereinen wie UWW oder Gemeinden usw. sind schon bis Ende 2018 fixiert. Die Durchführung kann nur mit einer weiteren Förderung durch das Sportministerium gewährleistet werden!

6 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.

Eine Trainingseinheit für die Frauen, die an den wöchentlichen Kursen in den Häusern teilnehmen und für Frauen des VIDC (fair play) im Ernst Happel Stadion wird sehr gut angenommen. (Bis zu 18 Frauen/Training!) Einige Frauen dieser Gruppe trainieren auch schon zusätzlich in regulären Wettkampf- und Ligenteams

Sechs Frauen mit Migrationsgeschichte haben die Mamanet/Cachibol Ausbildung abgeschlossen und werden als Coaches und Kinderbetreuerinnen eingesetzt. Integration bei Mamanet funktioniert selbstverständlich und ganz „nebenbei“.

Derzeit hat Mamanet keine finanziellen Ressourcen mehr, um in weiteren Sozialeinrichtungen (die Nachfrage ist groß) Mamanet wöchentlich anbieten zu können.

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. Der Zuwachs an ehemaligen Handballerinnen ist derzeit groß.

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 bereits erste Infotrainings mit dem Österr. Pensionistenverband (Uschi Mortinger) veranstaltet.

Im Frühsommer stehen einige Termine in Kooperation mit dem Pensionistenverband im Burgenland an.

Einige Kontakte zu Psychosozialeinrichtungen und wenige Schnuppertrainings (z.B. für Burn Out Patienten, ehemals Drogensüchtigen) wurden initiiert. Um hier der Nachfrage gerecht zu werden fehlen leider die finanziellen Ressourcen.

8 WETTKAMPFBETRIEB

Wir sind stolz in so kurzer Zeit den Aufbau regionaler Ligen in Österreich geschafft und auch schon mit einem Nationalteam in Riga bei den CSIT Weltspielen teilgenommen zu haben.

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 mit 3 Ligen und 9 Teams. Mamanet Austria gewährleistet die Durchführung von regionalen Wettkämpfen. Vorerst spielen 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.

Um einen Ausbau und eine professionelle Umsetzung des Ligenbetriebs gewährleisten zu können, ist die Entwicklung eines nachhaltigen Systems (inkl. notwendiger Sportkoordination im Verband, Aufbau und Finanzierung regionaler Ligenverantwortliche, Schiedsrichter, Datenbank, Ranglistensystem, usw.) notwendig.

8.2. 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 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 2015 teil. Mittlerweile wurde eine eigene Sportkommission im CSIT für Cachibol/Mamanet eingerichtet.

Bei den CSIT Weltspielen in Riga/Litauen (13.-18 Juni 2017) stand erstmals auch Mamanet am Programm und auch ein österreichisches Team war dabei. Um das stärkste Team 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.

Die Entscheidung, wer schlussendlich in den Kader des Nationalteams kam, erfolgte aufgrund folgender Kriterien:

- * Leistung
- * regelmäßige Teilnahme an den Trainings in den Mamanet Kursen
- * Teilnahme an der BSPA Fortbildung (1.+2. April 2017).
- * Teilnahme an mind. 2 von 3 Sichtungstrainings:
- * Teilnahme am Nationalteamtraining (3. und 4. Juni 2017) (Trainingswochenende in Schwechat)
- * Vertretung der Mamanet und CSIT Grundsätze und Werte

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

Mamanet International wurde als Teil der UNO als Friedensbotschafterin aufgenommen.

Mamanet Austria ist international das Vorzeigeprojekt für Integration.

Die Teilnahme bei den European Sports For All Games: <https://sportsforall2018.eu/> ist geplant. Die nächsten CSIT Spiele stehen 2019 in Spanien an, sind aber abhängig von weiteren Förderungen.

8.3. Mamanet als Betriebssport

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

Mamanet eignet sich ideal, um einen gesunden Mehrwert für Angestellte in Betrieben zu bieten. Meist sind in größeren Firmen Turnsäle oder Gymnastikräume vorhanden.

Um Mamanet als Betriebssport voranzutreiben sind weitere finanzielle Mittel nötig.

9 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 sein. Daher ist auch der Mitgliedsbeitrag bei Mamanet mit 30€/Team und Jahr sehr niedrig bemessen. Eigenmittel sind daher gering aber auch durch Spenden vorhanden. Sponsoren sind leider noch nicht aufgesprungen.

Um Mamanet professionell weiterzuführen und nachhaltig in den österr. Sportstrukturen zu verankern braucht es noch Zeit und ist eine weitere Förderung nötig.

10 PROJEKTPARTNER

- Bundesministerium für Sport
- Mamanet Israel
- CSIT
- Universität Wien (ZSW)
- Dachverbände (ASKÖ, Sportunion, ASVÖ)
- Landesverbände

- Vereine (vorwiegend Ballsportarten)
- ÖVV und andere Sportfachverbände
- VIDC (fair play)
- Schulen
- Pensionistenverband Österreich
- Wohnpartner Wien
- Gemeinden
- VHS – abz Wiedereinstieg
- Frauenhäuser Wien
- ÖPV (Österr. Plattform für Alleinerziehende)
- Caritas Wien
- wieder wohnen
- u.v.m.

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