Wiederaufbau von Mamanet Austria nach Corona
„Every mother can!“
Abschlussbericht 5. Förderjahr

erstellt von

Elisabeth Speiser-Havel
speiser@mamanet.at
+43-699-11942346
www.mamanet.at

Oktober 2021

Bundesministerium
Kunst, Kultur,
öffentlicher Dienst und Sport

Inhaltsverzeichnis

1 Präambel/Kurzbeschreibung des Projekts 2
2 Ausgangslage – Schaffung Rahmenbedingungen 4
3 Gegenstand und Ziele der Förderung 4
4 Zielindikatoren und Fortschritt 20
5 Kooperationspartnerinnen 21

1 PRÄAMBEL/KURZBESCHREIBUNG DES PROJEKTS

Mamanet ist eine internationale niederschwellige Sportbewegung für Mütter (jeden Alters) und alle Frauen ab 30 (auch ohne Kinder), **bei der Sport als Mittel für Soziales** eingesetzt wird.

Der Teamsport 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 das Spiel 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.

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

Mamanet Austria wird seit September 2016 als Projekt direkt über das für den Sport zuständige Bundesministerium gefördert.

Hauptziel ist es Frauen und ihre Kinder (wieder) zum Sport zu bewegen. Dabei werden insbesondere auch Frauen angesprochen, die von sich selbst glauben nicht sportlich zu sein und/oder aus unterschiedlichen Gründen eher schwer Zugang zum Sport haben.

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 ein optimaler Einstieg.

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

Die Teams entscheiden eigenständig, ob leistungsorientiert in einer Liga gespielt wird.

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

Das **5. Förderjahr** war auch für Mamanet von der **Corona Krise stark beeinflusst.**

Im Herbst 2020 meldeten **fast alle Vereine die Mitgliedschaft** für die Saison 2020/2021 und starteten die meisten Vereine/Teams mit dem Training bis zum Lockdown Anfang November 2020. Sogar ein neuer ASVÖ Sportverein mit Mamanet Tirol – Absam wurde gegründet. Wegen **Corona** kamen aber doch einige wöchentliche Kurse gar nicht zu Stande.

Mamanet Austria erstellte ein ausführliches **Corona Präventionskonzept,** das stetig an die jeweils gültigen Maßnahmen angepasst wurde und den Mamanet Vereinen, die laufend aktuell informiert wurden, zur Verfügung gestellt wurde.

Auch wurden gleich Ende 2020 anonyme **Online-Fragebögen** für alle Vereinsverantwortlichen und Spielerinnen entwickelt, um die Umstände und Rahmenbedingungen der Vereine/Teams, aber auch die persönlichen Befindlichkeiten und Bedürfnisse in der Coronazeit zu erheben. Die Links zu den Fragebögen wurden an alle Vereine und registrierten Spielerinnen ausgeschickt. Die starke Beteiligung zeigte den hohen Stellenwert von Mamanet auf.

Basierend auf den Rückmeldungen wurden verschiedene Maßnahmen wie u.a.:

der stetige Kontakt zu den VereinsvertreterInnen, Coaches und Spielerinnen, die Umstellung auf **Online Trainings und Aus- und Fortbildungen (sehr umfangreiches Hybrid Konzept!) sowie mehrere Online Aktionen** wie z.B. die Video Challenge, Erstellung und regelmäßige Aussendung eines **Newsletters,** Installierung des Mamanet YouTube Kanals, Betreuung der Vereine vor Ort, wenn gerade erlaubt, Sommeraktionen bei den Vereinen und vieles mehr, umgesetzt.

Schmerzlich waren die wegen Corona immer kurzfristig abgesagten **Turniere**, wie z.B.: das sehr groß angelegte „Internationale ASVÖ I am aware Turnier“ im Oktober 2020 und das Pfingstturnier im Mai 2021 unter dem Motto: „Mamanet zeigt Zivilcourage gegen Partnergewalt“.

Die Durchführung des Wettkampfbetriebes im Rahmen von regionalen Ligen und eine Nationale Meisterschaft waren nicht möglich und mussten auch mehrere Funspiele abgesagt werden.

Dafür konnten auch **neue Projekte** wie Trainings in der Justizanstalt Schwarzau (Frauengefängnis), Schnuppertrainings mit und bei neuen Gruppen (Grüne Wirtschaft Wien, Ballschule Liezen, Sparte Loginsleben u.a.) gestartet und bestehende Kooperationen vertieft werden.

So auch z.B. mit dem Österreichischen Betriebssportverband und den im Herbst 2020 geplanten Mamanet Betriebsmeisterschaften, der Einrichtung eines Referats für Betriebssport bei Mamanet und der Einbringung von Mamanet Austria Generalsekretärin Sissi Speiser im Gender Beirat des ÖBSV.

Auch wurde international v.a. in Europa mit dem Ziel der Gründung eines Europäischen Mamanet Verbandes genetzwerkt.

Mamanet Austria wurde im November 2020 als **ordentliches Mitglied in die CSIT** aufgenommen.

Ein ganz besonderes Eigenprojekt war die **Beschickung des Inklusionsteams** zu den CSIT World Sports Games 2021 – gemeinsam mit der ASKÖ - bestehend aus Frauen mit Fluchterfahrung, österreichischen Staatsbürgerinnen und Frauen mit physischen und psychischen Beeinträchtigungen. Eine umfangreiche Vorbereitung fand statt, aber konnten die Weltspiele aufgrund von Corona nicht durchgeführt werden.

In Summe war auch das 5. Förderjahr trotz Corona erfolgreich und ist Mamanet 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 – auch international.**

Vereine/Organisationen kommen jetzt auf Mamanet zu – nicht wie anfangs umgekehrt – und das öffentliche Interesse (auch bei Medien z.B.: Bericht im Ö1 Mittagsjournal) wächst.

Alle aktuellen Informationen unter: www.mamanet.at

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 deutlichen Zuwachs von Kindern in Sportvereinen in Israel seit Mamanet.
Mamanet wird vom Zentrum für Sportwissenschaften Wien (ZSW) wissenschaftlich begleitet. Schon zwei Evaluierungen (2017 und 2019) wurden im Rahmen einer Bachelor- und einer Diplomarbeit erstellt.

2020 untersuchte die FH Burgenland am Beispiel von Volleyball beim Verein Login und bei Mamanet Austria inwieweit Teamsport für sozialarbeiterische Prozesse der Gesundheitsförderung und Integration nutzbar gemacht werden kann. Mamanet Austria wurde sehr positiv bewertet.

Die Mamanet internen Umfragen und persönlichen Kontakte während der **Corona Krise** haben nicht nur aufgezeigt, wie wichtig Mamanet für die Teilnehmerinnen ist, sondern auch allgemeine Probleme wie z.B. Vereinsamung, Steigerung von psycho-sozialen Krankheiten und Gewalt in der Partnerschaft .

Um eine nachhaltige Implementierung in die österreichischen Sportstrukturen mit **Planungssicherheit zu schaffen, ist eine mehrjährige** Grundförderung notwendig. Vor allem die Teilnahme an Mamanet von Frauen in schwierigen Lebenssituationen (mit Fluchtgeschichte, alleinerziehend, stark übergewichtig, mit physischen und/oder psychischen Beeinträchtigungen, gewaltbedroht u.v.m.) ist von einer Bundesförderung abhängig.

3 GEGENSTAND UND ZIELE DER FÖRDERUNG

3.1. 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.

In der Saison 2020/21 war dies durch Lockdowns und Coronamaßnahmen nur schwer möglich. Um den Kontakt zu halten wurden gleich Ende 2020 anonyme Online-Fragebögen für alle Vereinsverantwortlichen und Spielerinnen erstellt, um die Umstände und Rahmenbedingungen der Vereine/Teams, aber auch die persönlichen Befindlichkeiten und

Bedürfnisse in der Coronazeit, zu erheben. Die Links zu den Fragebögen wurden an alle Vereine und registrierten Spielerinnen ausgeschickt.

Es haben sich fast ¼ der Mamanet Spielerinnen und nahezu alle Coaches und Vereinsverantwortlichen beteiligt.

Ziel war es die Situation der Mamanet Frauen in der Corona Zeit allgemein, ihre sportliche Aktivität, Angebote wie z.B. Online Trainings der Mamanet Vereine und die Kommunikation zwischen Coaches bzw. Vereinsverantwortlichen und den Spielerinnen zu erfassen.

Die Fragebögen konnten anonym beantwortet werden. Weit mehr als die Hälfte der Spielerinnen und Coaches gaben aber Namen und Vereinszugehörigkeit bekannt.

Wie erwartet waren sowohl Coaches als auch Spielerinnen durch Corona durchschnittlich bis überdurchschnittlich belastet.

50% machten keine (Online) Trainings im Verein, 21,7% trainierten 1x die Woche, 11,7% wollten gerne ein Training in Anspruch nehmen, wenn es vorhanden gewesen wäre.

Immerhin machten aber rund die Hälfte der Spielerinnen 2x die Woche Bewegung, 35% 1x die Woche. Das auch selbstständig.

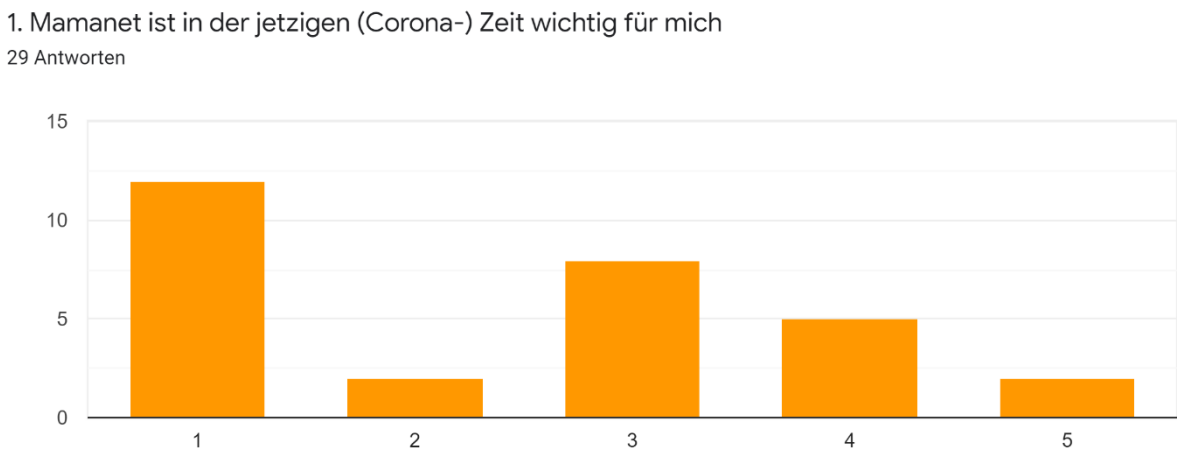
Die Kommunikation und Information zwischen Coaches, Vereinsverantwortlichen und Spielerinnen gestaltete sich sehr unterschiedlich.

So hatten 61,7 % öfter als 1x im Monat Kontakt zur/m Coach, 60% mind. 1x alle zwei Wochen Kontakt mit anderen Spielerinnen im Team, 47,4 % bekamen ca. alle 3 Wochen die Verbandsinfos weitergeleitet aber 19,3 % erhielten keinerlei Infos von ihren VereinsvertreterInnen über Mamanet Austria.

56,1 % informierten sich zumindest 1x im Monat selbstständig über die Mamanet Austria Aktivitäten, 10,5% 1x die Woche aber 31,6 % wussten nicht, dass Mamanet Austria in den sozialen Medien (Internet mit eigener Homepage, Facebook, Instagram und eigener YouTube Kanal) vertreten ist.

Laut Fragebögen wollten fast alle bald wieder Mamanet spielen und freuten sich schon sehr, wenn das echte Mamanet Training wieder beginnt.

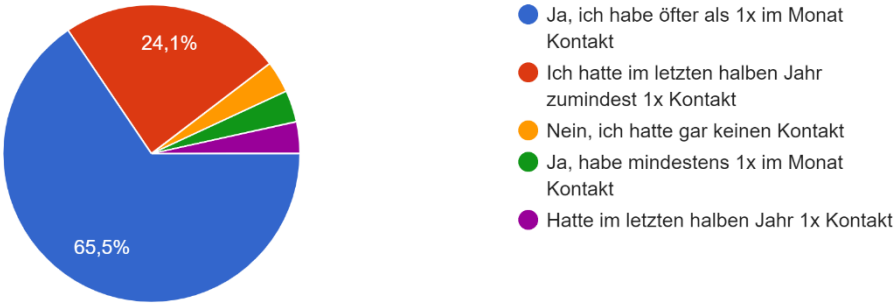
<u>Auswertung Coaches/Vereinsverantwortliche:</u>



(1 = sehr wichtig……5 = gar nicht wichtig)

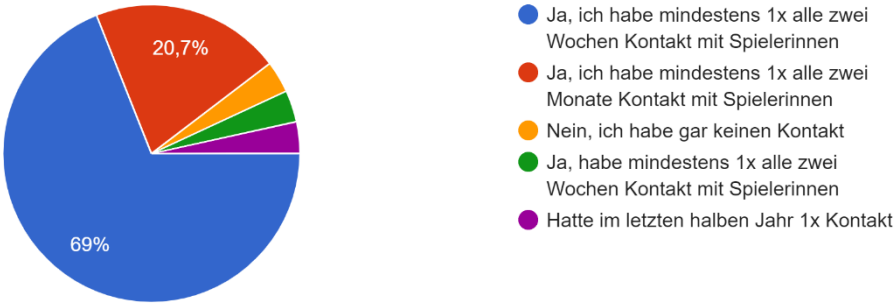
2. Ich bin gut in Kontakt mit den anderen Vereinsverantwortlichen (Coach, Teamadministratorin, Vorstand)

29 Antworten



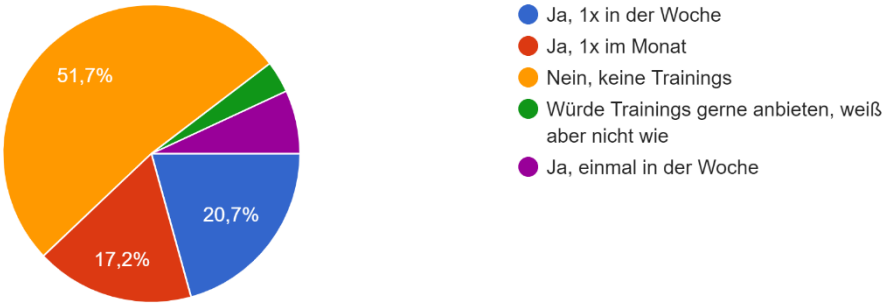
3. Ich bin gut in Kontakt mit meinen Spielerinnen, obwohl wir nicht gemeinsam Mamanet trainieren können

29 Antworten



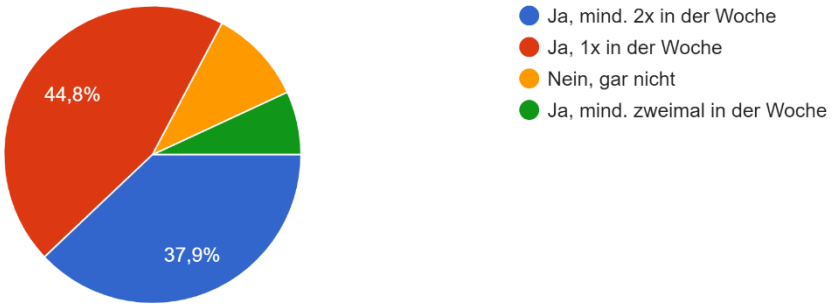
4. Ich oder jemand anderes aus dem Verein bietet auch jetzt regelmäßig Trainings (z.B.: online) für unsere Spielerinnen an

29 Antworten



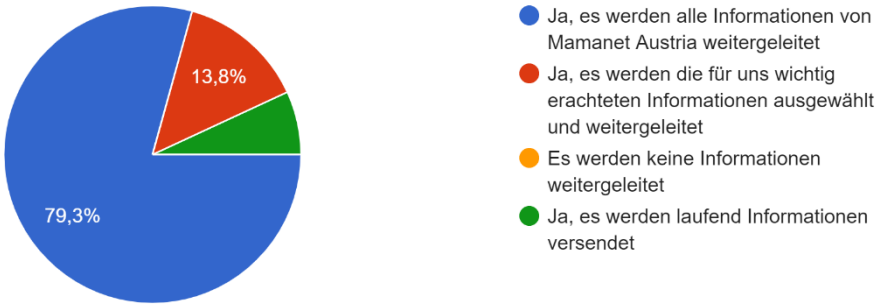
5. Ich mache für mich selbstständig Bewegung

29 Antworten



6. Ich oder eine andere Vereinsverantwortliche bemühen uns verlässlich alle Informationen vom Verband Mamanet Austria an unsere Spielerinnen ...orld Games 2021, Video Challenge weiterzugeben

29 Antworten



7. Ich habe noch einen gültigen Zugang zur Mamanet Austria Datenbank und wir halten unsere Daten trotz Corona aktuell

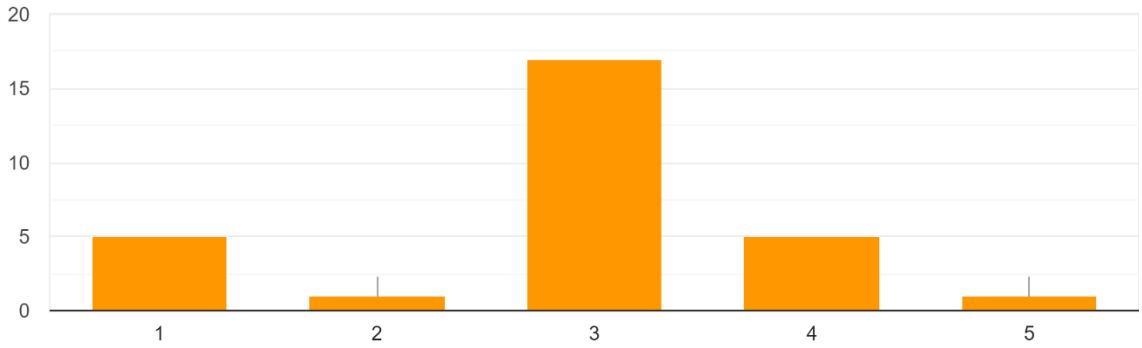
25 Antworten

8. Ich informiere mich selbständig und regelmäßig über Aktuelles in den sozialen Medien von Mamanet Austria wie auf der Homepage, Facebook, youtube Kanal und Instagram Seite

28 Antworten

9. Ich persönlich fühle mich sehr belastet durch die allgemeinen Corona Maßnahmen

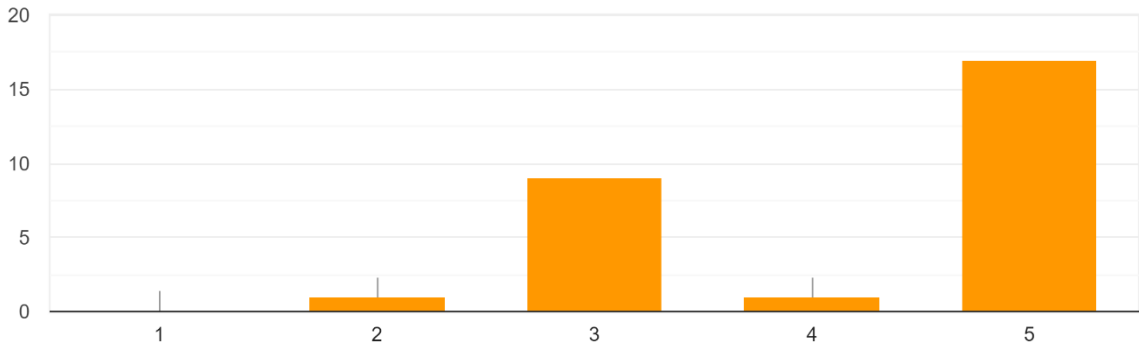
29 Antworten



(1 = fühle mich sehr belastet…….5 = fühle mich gar nicht belastet)

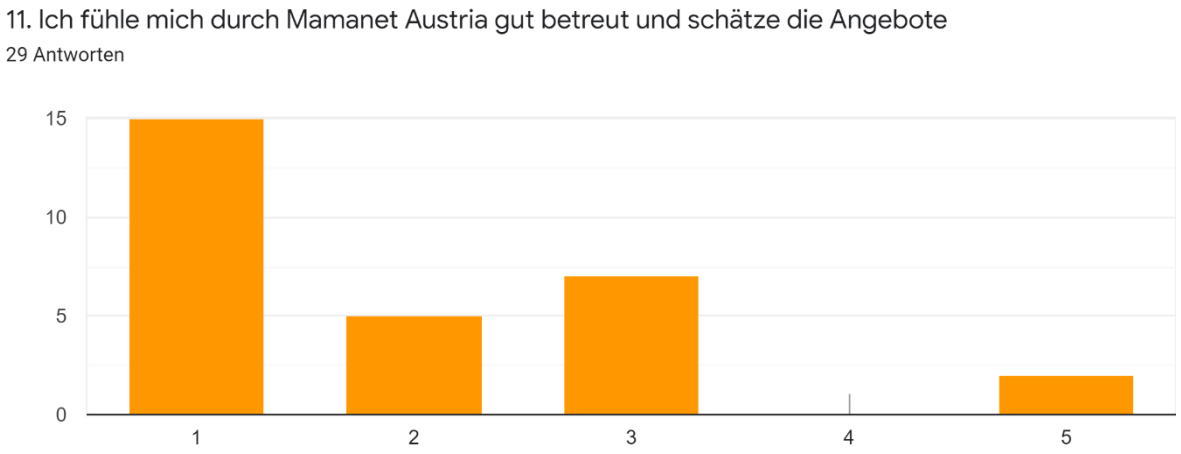
10. Ich fühle mich derzeit überfordert für Mamanet aktiv zu sein und kann mir nicht mehr vorstellen Mamanet Coach oder vereinsverantwortlich zu sein

28 Antworten

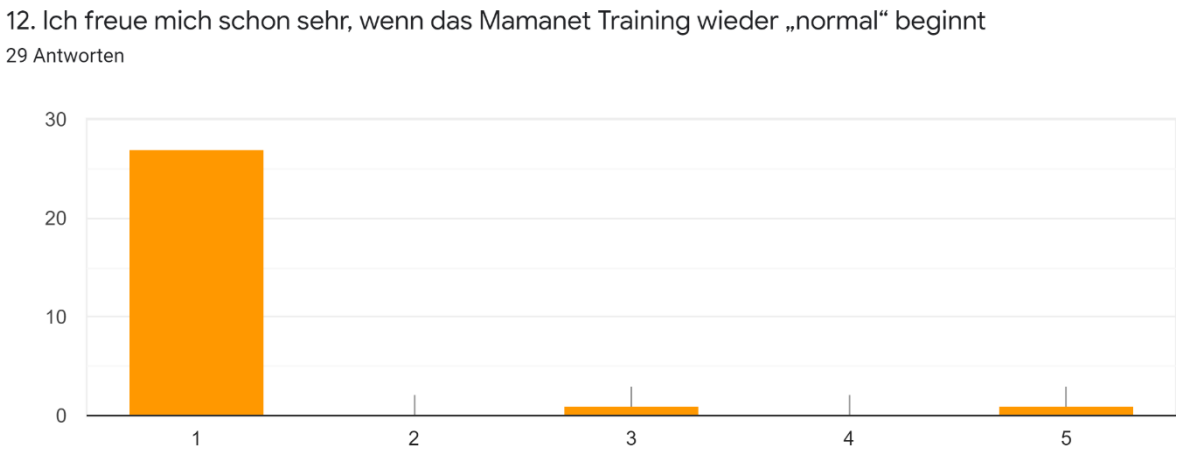


(1 = fühle mich sehr überfordert……5 = fühle mich gar nicht

überfordert)



(1 = fühle mich sehr gut betreut….. 5 = fühle mich gar nicht gut betreut)



(1 = freue mich sehr…… 5 = freue mich gar nicht)

Einige Zitate aus den Fragebögen der Coaches:

„Im Moment muss man den Frauen viel Verständnis entgegenbringen. Manche sind ausgepowert durch Mehrfachbelastung, schwierige berufliche Situation, Kinder, Haushalt, Ängste, Krankheiten. Die meisten brauchen dringend Bewegung, Abwechslung, Gespräche, Spaß.“

„Wir freuen uns schon sehr, wenn wir wieder spielen dürfen und wenn es "nur" outdoor ist. Für viele war es doch der einzige Sport den sie machen und es fehlt dies sehr. Auch die soziale Komponente fehlt extrem. Der Austausch, das Tratschen und vor allem das Lachen.“

„Die Situation ist sicher nicht einfach. Wir müssen aber das Beste daraus machen. Selbst in Bewegung bleiben und andere motivieren mitzumachen. Hoffe, dass alles bald wieder zur Normalität wird und wir alle wieder mit Sport und Bewegung durchstarten können. Bleibt alle gesund. Das ist das Wichtigste. Bis bald.“

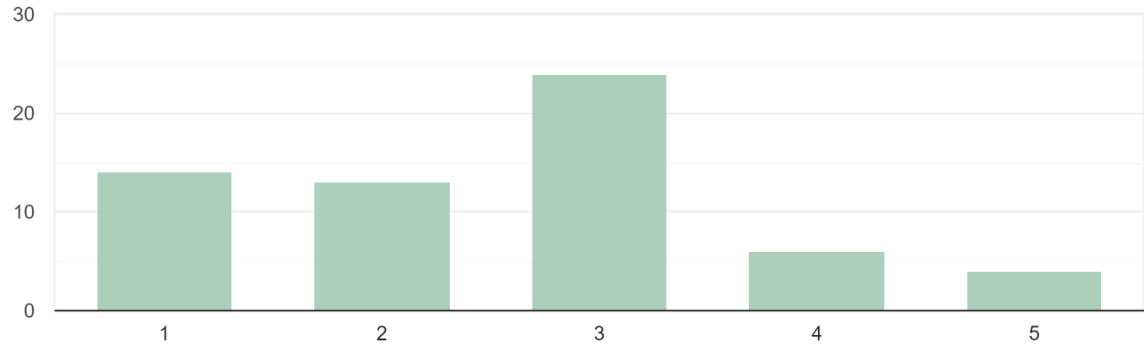
„Mamanet ist eine Familie. Wir halten zusammen, auch in Zeiten wie diesen. Mein Team und ich freuen uns schon riesig auf die Zeit, wo wir wieder uneingeschränkt zusammenspielen können!“

„UAB erstattet einen Teil des MB, das finde ich sehr positiv und hilft dabei die Spielerinnen auch weiter zu halten.“

Auswertung Spielerinnen:

1. Mamanet ist in der jetzigen (Corona-) Zeit wichtig für mich

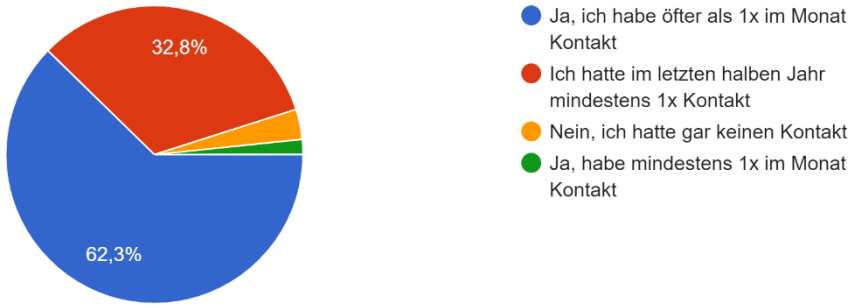
61 Antworten



(1 = sehr wichtig…… 5 = gar nicht wichtig)

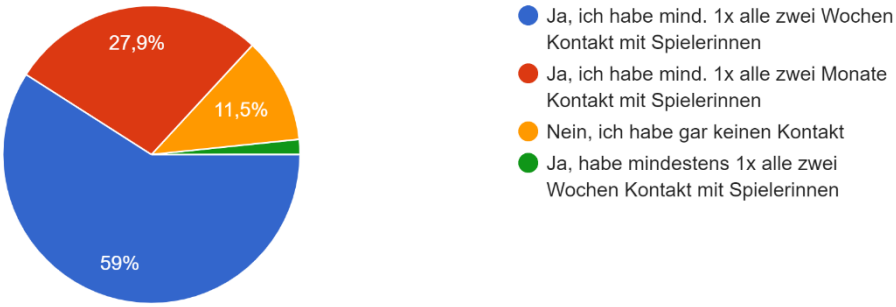
2. Mein/e Coach ist mit mir gut in Kontakt, obwohl wir nicht gemeinsam Mamanet trainieren können

61 Antworten



3. Ich habe regelmäßig Kontakt zu den anderen Spielerinnen in meinem Team z.B. in einer eigenen WhatsApp Gruppe

61 Antworten

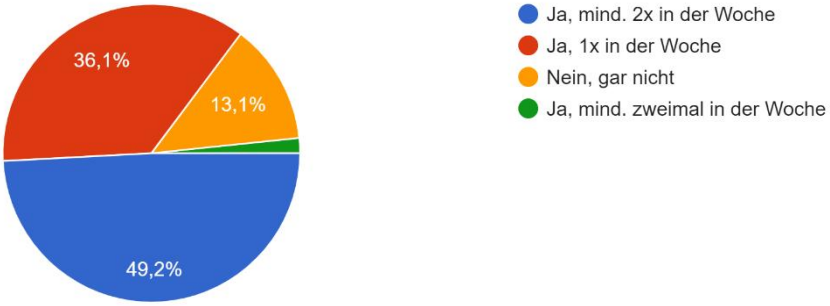


4. Unser Mamanet Verein bietet auch jetzt regelmäßig Trainings (z.B.: online) für uns an

61 Antworten

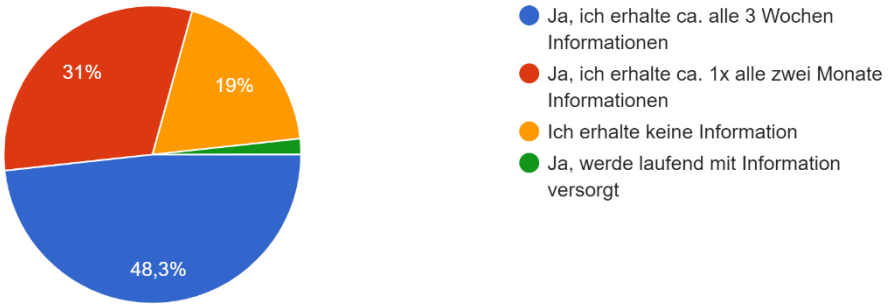
5. Ich mache für mich selbstständig Bewegung

61 Antworten



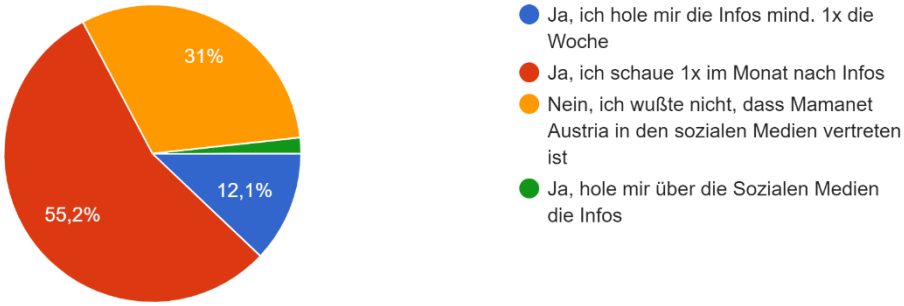
6. Ich erhalte regelmäßig Informationen vom Verband Mamanet Austria, über unsere Vereinsverantwortlichen, z.B.: zu den Themen: ak...ildungen, CSIT World Games 2021, Video Challenge

58 Antworten

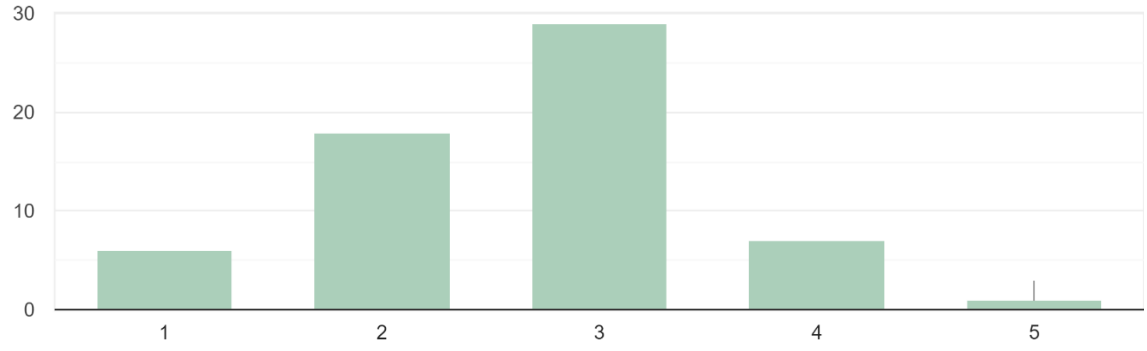


7. Ich informiere mich selbständig und regelmäßig über Aktuelles in den sozialen Medien von Mamanet Austria wie auf der Homepage, Facebook, youtube Kanal und Instagram Seite

58 Antworten

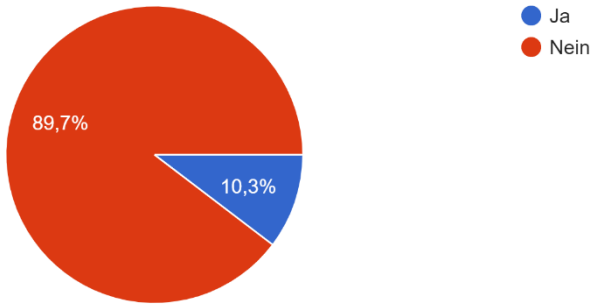


8. Ich persönlich fühle mich sehr belastet durch die allgemeinen Corona Maßnahmen
61 Antworten

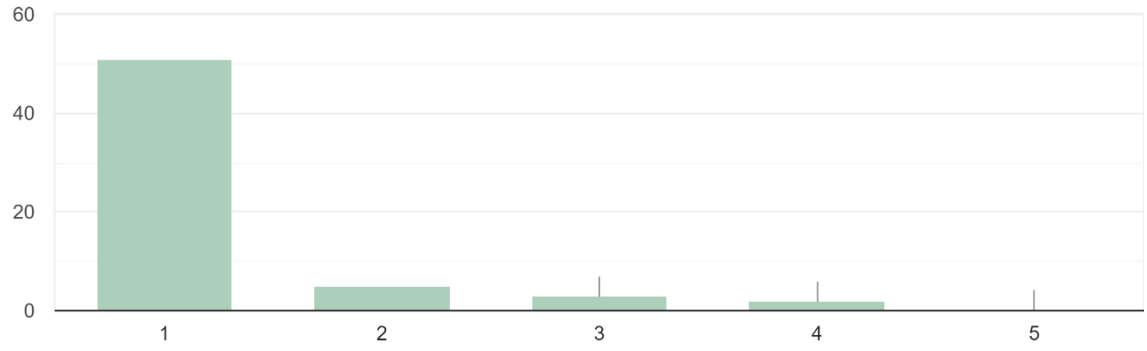


(1 = belastet mich sehr…….5 = belastet mich gar nicht)

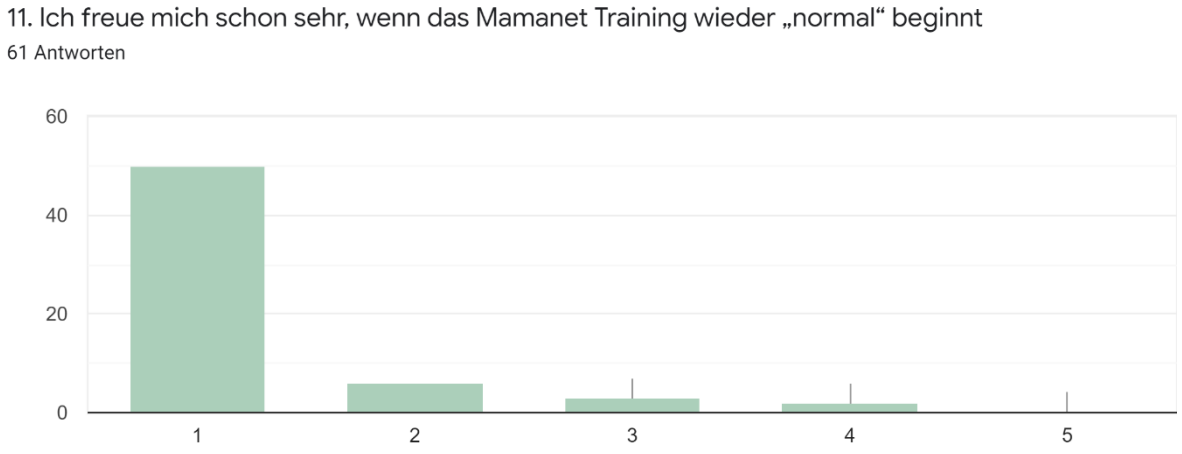
9. Ich habe bereits vor Corona mit Mamanet aufgehört
58 Antworten



10. Ich kann mir vorstellen wieder Mamanet zu spielen
61 Antworten



(1 = werde bestimmt wieder spielen….. 5 = werde nicht wieder spielen



(1 = freue mich sehr…..5 = freue mich gar nicht)

Einige Zitate aus den Fragebögen der Spielerinnen:

„Ich bin sehr froh darüber, Mamanet für mich entdeckt zu haben. Für mich ist es zu einer wichtigen Stütze in meinem Leben geworden und der persönliche Austausch fehlen schon sehr. Ich hoffe, dass wir sehr bald wieder spielen oder zumindest legal wieder trainieren dürfen.“

„Ich freue mich immer, wenn wir ein gemeinsames Online-Workout machen“

„Mir fehlt zwar nicht die Bewegung an sich, da ich auch ohne Mamanet sehr viel Sport treibe, aber mir fehlt der Spaß im Team und der Ballsport als Ergänzung zum Ausdauer- und Kraftsport! Aber ich blicke positiv in die Zukunft, dass wir alle noch mehr schätzen werden als Team dann wieder aktiv sein zu DÜRFEN!“

„Toll, dass ihr auf Online-Fortbildung umgestiegen seid und wir so "am Ball" und in der spielfreien Zeit dennoch in Kontakt mit dem Sport zu bleiben und Neues lernen können bzw. vorhandenes Wissen wieder auffrischen können. Toll, dass ihr generell den Kontakt mit den einzelnen Gruppen über die Coaches und tlw. auch direkt zu uns Spielerinnen rege aufrecht haltet und auch die Präsenz in den sozialen Medien ausbaut. Die Video-Challenge war ein echtes Highlight für unser Team :-).“

„Mamanet macht meine Gesundheit und mein Leben besser!“

Um allen Spielerinnen, die in der Mamanet Austria Datenbank erfasst sind, regelmäßig und bestmöglich zu erreichen war der logische Schluss einen **Mamanet Austria Newsletter** einzurichten. Dieser wird nun ca. alle zwei Monate ausgeschickt.

Basierend auf den Rückmeldungen wurden auch verschiedene Maßnahmen, wie u.a.:

der stetige Kontakt zu den VereinsvertreterInnen, Coaches und Spielerinnen, der Ausbau von regelmäßigen **Online Trainings und Aus- und Fortbildungen sowie mehrere Online Aktionen** wie z.B. die Video Challenge**,** Installierung des Mamanet YouTube Kanals,

Mamanet auf Instagram, regelmäßige online Meetings mit unterschiedlichen Gruppen im In- und Ausland, durchgeführt.

Mamanet Austria YouTube Kanal: https://www.youtube.com/channel/UCiUbsChsEjefvzz-YXqVX-Q

In den Zeiten, in denen Mamanet im Turnsaal/in der Sporthalle oder zumindest im Freien möglich war, gab es möglichst viele offene Angebote (Österreichweit) auch für neue, interessierte Frauen und deren Kinder (auch: Bewegt im Park, Mach mit im Prater….)

Mamanet Austria Coaches unterstützten **die Vereine vor Ort** mit speziellen Trainings und Workshops insbesondere im Rahmen der kostenlosen Sommeraktion.

Vereinzelt fanden auch Schnuppertrainings mit und bei neuen Gruppen (Grüne Wirtschaft Wien, Ballschule Liezen u.a.) statt und wurde Mamanet in unterschiedlichen neuen „Communties“ beworben und vorgestellt.

Auf allen Drucksorten wie Rollups, Flyer, Einladungen usw. ist der Slogan: „Mütter aufgepasst, ihr seid dran!“ zu finden.

Auch Frauen, die nach der Geburt des ersten Kindes ihre sportlichen Aktivitäten beendet haben, wurde der Wiedereinstieg mit Mamanet erleichtert.

3.2. 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 nach wie vor hoch,** da diese explizit angesprochen und gefördert werden.

Frauen über 60, die noch nie Sport betrieben hatten, entdeckten Mamanet ebenso wie alleinerziehende Mütter, die sich sonst keine Zeit für sich selbst nehmen könnten/würden. Sie alle spielten gemeinsam mit stark Übergewichtigen, aber auch leistungsorientiert in einem Team, mit ehemaligen Leistungssportlerinnen aus anderen Sportarten wie z.B. Handball und Volleyball und Frauen mit Migrations- und Fluchtgeschichte.

Im vergangenen Förderjahr kamen auffällig viele neue Spielerinnen mit **psychischen Beeinträchtigungen** zu Mamanet, die teilweise von ihren Therapeuten (aus REHAB Zentren für seelische Gesundheit) zu den Kursen „geschickt“ werden. Sie berichten, dass Mamanet für sie neue Perspektiven bietet und sie durch Mamanet insgesamt mehr Lebensfreude erfahren.

Einige inklusive Kurse sind entstanden. Die Verbesserung der Fitness bei Frauen mit **körperlichen Einschränkungen** ist deutlich mitzuverfolgen.

Durch die engere Kooperation mit StoP (Stadteile ohne Partnergewalt, https://stop-partnergewalt.at/) nehmen auch Frauen mit **Gewalterfahrung** an Trainings teil.

Noch mehr Frauen aus **sozial schwachem Umfeld** wurden über die Organisation **Loginsleben** (https://www.loginsleben.at/home.html) erreicht. Daraus resultiert nun eine wöchentliche Mamanet Bewegungseinheit.

Im Sommer 2021 fand ein erstes Training in der **Justizanstalt Schwarzau** (einziges Frauengefängnis in Österreich) statt.

Besonders erfreulich ist eine neue Kooperation mit den **Österreichischen jungen Musliminnen**, die Mamanet den ganzen August einmal wöchentlich ausprobieren konnten.

So trainierten trotz Corona ca. 40 Frauen aus sozial schwachem Umfeld und/oder mit Fluchtgeschichte **im geschützten Rahmen -** keine Männer anwesend - bis zu 3x wöchentlich in einem Turnsaal im Ernst-Happel-Stadion am Vormittag sowie „normal" bei kostenpflichtigen Vereinstrainings am Abend.
Trainings in Sozialeinrichtungen konnten coronabedingt nicht stattfinden. Darüber hinaus wurden einige Flüchtlingsheime, in denen Mamanet angeboten wurde, geschlossen.

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

3.3. Die Betreuerinnen und Betreuer, Coaches, Schiedsrichterinnen und Schiedsrichter bei Mamanet Austria sind sensibel auf 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 auf 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.

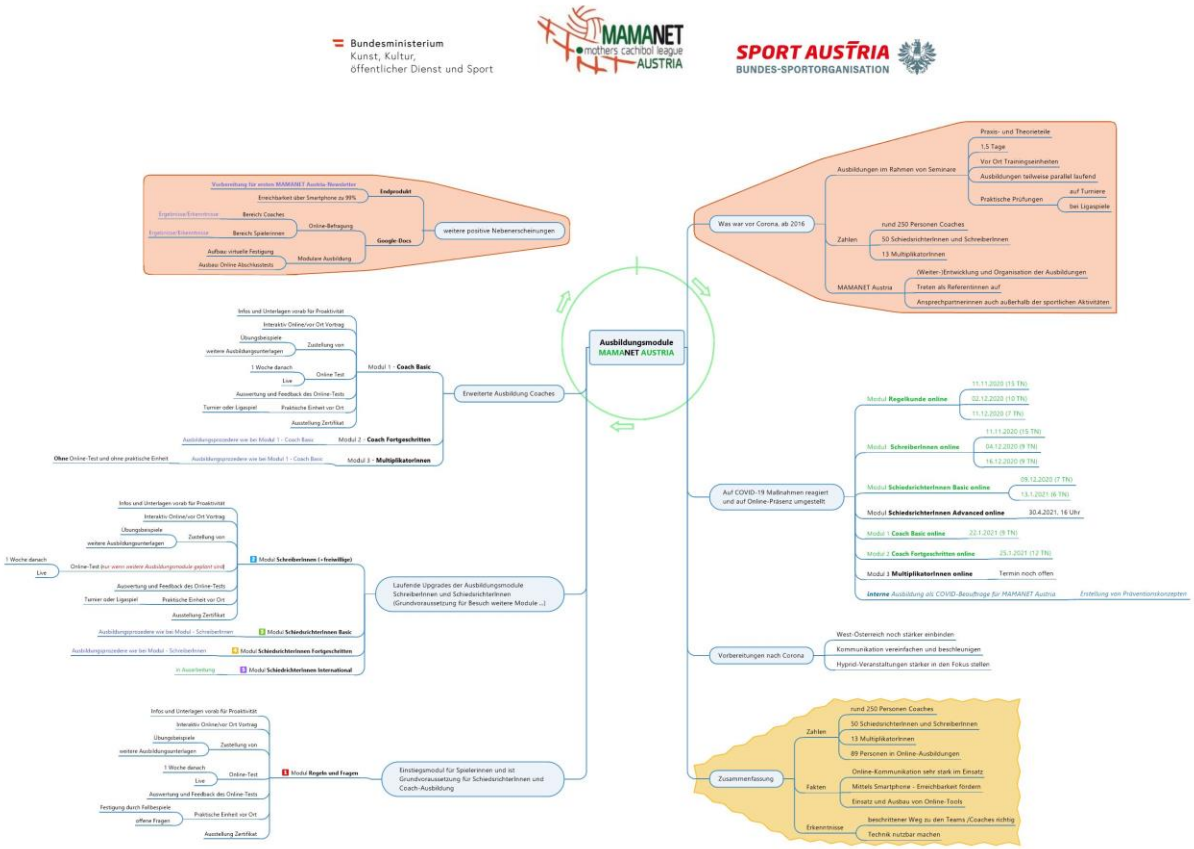
Unter diesen Aspekten wurde ein umfassendes Ausbildungskonzept für Coaches und SchiedsrichterInnen für drei Leistungsstufen in Zusammenarbeit mit der BSPA (Bundessportakademie -Fortbildungsakademie) und Mamanet Israel entwickelt.

Dieses wurde um das **Modul: „Gewaltprävention"** in Zusammenarbeit mit StoP erweitert.

Noch vor dem Lockdown im Winter gelang ein Pilotprojekt mit der Ballschule Peter Frey in Liezen:
14 TrainerInnen und Sportbegeisterte aus Liezen und Umgebung erhielten ein ganzes Wochenende eine vielseitige Ausbildung und wurden mit dem Konzept der Ballschule vertraut gemacht. Da es in Liezen kaum Angebote für Frauen gibt, wurde auch Mamanet vorgestellt.

17 Mamanet Coaches der Ballschule Frey wurden beim **Mamanet Seminar in Baden** ausgebildet.

Aufgrund von Corona wurde ein sehr umfangreiches **hybrides Ausbildungskonzept** erarbeitet, zu dem Beispielvideos erstellt wurden. Die Lockdownzeiten wurden für die theoretische Ausbildungen zur SchiedsrichterIn, SchreiberIn, Coach und MultiplikatorIn genutzt. Das Angebot nahmen insgesamt **89 Personen** wahr! Die praktischen Teile erfolgen ab Herbst 2021.



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

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

Eine Steigerung war aufgrund von Corona nicht möglich.

3.5. Kinder, die ihre Mütter zum Mamanet *Training begleiten und eine eigene sportliche Betreuung erfahren, sollen zu Sportaktivitäten in Sportvereinen motoviert 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.

Im 5. Projektjahr wurden 4 Kurse in Wien mit Kinderbetreuung durchgeführt.

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

3.6. Seit Beginn des Projektes Mamanet Austria wird größter Wert daraufgelegt, dass Frauen als Entscheidungsträgerinnen fungieren.

Der Sportfachverband Mamanet Austria wurde von Frauen gegründet. Bei der Generalversammlung im November 2020 wurden eine neue Präsidentin gewählt und um die **Referate Betriebssport, Gewaltprävention und Gleichstellungspolitik** und **Regionalvertretung West** erweitert.
Im derzeitigen Mamanet Austria Vorstand sind von insgesamt 13 Vorstandsmitgliedern **10 Frauen**. Präsidentin, Vizepräsidentin und Generalsekretärin leiten Mamanet Austria. Weitere Männer sind im Beirat und der Rechnungsprüfung aktiv und unterstützend tätig.

Fast 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.

3.7. *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 in weiterer Folge die Ausbildung zur Coach bei Mamanet Austria und gründen Mamanet Vereine mit Hilfe der drei Dachverbände.

Arbeitslose Frauen mit Migrations- und Fluchtgeschichte wurden auch in diesem Projektjahr bei der **Ausbildung zur Mamanet Coach** unterstützt, wenngleich die Möglichkeiten wegen Corona beschränkt waren. Die Teilnahme an den Online Kursen war aufgrund technischer Voraussetzungen und der Sprachbarriere schwierig.

Mamanet ist in der **türkischen Community** stark vertreten. 12 Frauen aus diesem Kreis nutzten die Online Angebote.

Das Einsetzen von Frauen mit **Fluchtgeschichte** in (neuen) Mamanet Gruppen wie in Flüchtlingsheimen war in diesem Förderjahr wegen Corona nicht möglich. Dennoch wurden Mamanet Frauen mit Fluchterfahrung als Coaches eingebunden, auch um ihnen 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 spielen und coachen.

3.8. *Teilnehmende Frauen engagieren sich auch in den* Mamanet *Austria Entscheidungsgremien.*

Im Verband Mamanet Austria wurden im Zuge der Generalversammlung im November 2020 **die Referate: Schiedsrichter, Wettkampfsport, Sozial- und Integrationsprojekte, sowie die Regionalvertretungen Süd, Nord, Mitte und West** eingerichtet.

Die **Leitung** der Referate (Vorstand) **obliegt mehrheitlich Frauen**, die aus dem Projekt Mamanet erwachsen sind. Einzig das Referat Schiedsrichter wird von einem Mann bereichert.

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

3.9. *Ausweitung des wöchentlichen Mamanet Austria Trainingsprogramms in allen Bundesländern.*

Vor Ausbruch der COVID-19-Pandemie im März 2020 waren 37 wöchentliche Kurse in 7 Bundesländer aktiv.

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

Großes war geplant, aber wegen Corona nicht umsetzbar. Mehrere Aktionen sind ab Herbst 2021 vorgesehen. Die neue Präsidentin von Mamanet Austria hat ihren Wohnsitz in Salzburg und möchte den Ausbau im Westen und ihrem Umfeld unterstützen.

3.10. Frauen engagieren sich in Wettkampfteams und treten gegeneinander in regionalen Ligen an.

Vor Ausbruch der Corona Krise spielten 12 Teams in drei regionalen Ligen im Wettkampf, wobei auch Teams mit hohem Anteil an Frauen mit Fluchtgeschichte teilnahmen.

2020/21 konnte wegen Corona kein Wettkampf – und regionaler Ligenbetrieb stattfinden. Funspiele waren geplant, an denen der Großteil der Vereine teilnehmen wollte. Diese mussten aber trotz gewissenhafter Vorbereitung abgesagt werden.

Auch die großen Turniere, wie das Internationale „ASVÖ I am aware Turnier“ im Herbst 2020 und das Pfingstturnier im Mai 2021, mussten abgesagt werden.

4 ZIELINDIKATOREN UND FORTSCHRITT

Einige Kurse, geplante Veranstaltungen, Schnuppertrainings und Aus- und Fortbildungen konnten aufgrund der COVID-19-Pandemie nicht sattfinden. Trotzdem konnten die meisten bestehenden Vereine/Teams bei Laune gehalten werden und sind die meisten Mamanet Mitglieder erhalten geblieben.

Die gesetzten Zielindikatoren zum Wiederaufbau konnten allerdings wegen der unvorhergesehenen Pandemieentwicklung **nicht auf den IST Stand vor Corona erreicht werden.**

4.1. Erreichung von 8.000 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. Eine Steigerung war wegen Corona nur geringfügig möglich und wird auf insgesamt 7.800 Personen geschätzt.

4.2. Insgesamt 500 Vereinsmitgliedschaften.

420 Mütter und 95 Kinder wurden als Mitglieder in Vereinen und bei Mamanet Austria registriert. In der Saison 2020/21 wurden trotz Corona 415 Personen registriert.

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

25 wöchentlichen Kurse fanden trotz Corona in Vereinen statt.

4.4. Insgesamt 15 informelle Sportgruppen wie z.B.: Hobbyteams oder auch Kindergruppen, sowie gemischte Teams (Mütter und Kinder).

Trainings in sozialen Einrichtungen und auch Schulen waren nicht möglich!

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

Einige Aktionen waren geplant, konnten aber coronabedingt nicht umgesetzt werden.

4.6. 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.

Weitere 89 Personen haben die Online Ausbildung in Anspruch genommen und sollen nach Absolvierung der Praxisprüfungen ab Herbst 2021 eingesetzt werden.

4.7. Mindestens insgesamt 5 regionale Ligen

Coronabedingt konnten keine Regionalen Ligen stattfinden.

4.8. Einführung von MAMANET in mindestens 7 Bundesländern

Mamanet ist bereits in 6 Bundesländern vertreten. Eine Ausweitung war wegen Corona nicht möglich.

4.9. Mindestens 10 Frauen mit Migrationsgeschichte als Mamanet Austria Coaches einsetzen.

16 Frauen mit Fluchtgeschichte wurden zur Mamanet Coach ausgebildet und arbeiten, soweit wegen Corona möglich, für Mamanet Austria.

5 KOOPERATIONSPARTNERINNEN

- ✓ Bundesministerium für Kunst, Kultur öffentlichen Dienst und Sport
- ✓ Sport Austria
- ✓ Bundes Dachverbände (ASKÖ, Sportunion, ASVÖ)
- ✓ Bundes Landesverbände
- ✓ Ausgewählte Sportfachverbände wie z.B.: ÖVV
- ✓ Mehrspartenvereine
- ✓ Sportvereine (vorwiegend Ballsportarten)
- ✓ CSIT (Internationaler Amateur – Arbeitersportverband)
- ✓ Sozialeinrichtungen - Caritas Wien, Obdach Wien, Diakonie usw.
- ✓ ZSW Sportuniversität Wien
- ✓ StoP- autonome Frauenhäuser
- ✓ Justizanstalt Schwarzau
- ✓ Österreichische Junge Musliminnen
- ✓ ÖPA (Österr. Plattform für Alleinerziehende)
- ✓ Österreichischer Betriebssportverband
- ✓ Mamanet Israel
- ✓ Wohnpartner Wien
- ✓ AMS/abz Wiedereinstieg
- ✓ Arbeiterkammer
- ✓ VHS Bundesorganisation
- ✓ Loginsleben
- ✓ VIDC Wiener Institut für internationalen Dialog und Zusammenarbeit
- ✓ Fair Play
- ✓ Österreichischer Behindertensportverband (ÖBSV)
- ✓ Und viele mehr...

Wir danken dem Bundesministerium für Kunst, Kultur, öffentlichen Dienst und Sport und der Sektion Sport für die Unterstützung, ohne die dieses außergewöhnliche Projekt – das eigentlich gar keines mehr ist - nicht möglich wäre!