

Neustadt-Projekt

Jahresbericht 2013

Schriftenreihe Nr. 28

Herausgeber: ARBEIT & LEBEN gGmbH
Hintere Bleiche 34, 55116 Mainz
Tel.: (0 61 31) 140 86-0
Fax: (0 61 31) 140 86-40
E-Mail: info@arbeit-und-leben.de
Internet: www.arbeit-und-leben.de

Text und Redaktion: Doris Hormel, Luciano Becht, Svenja Bergemann

verantwortlich: Gabriele Schneidewind (Geschäftsführerin)

erschienen: April 2014



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM
FÜR INTEGRATION, FAMILIE,
KINDER, JUGEND UND FRAUEN

Stadt Mainz

Inhalt

Vorwort	3
1 Projektstruktur und Projektleitung.....	5
2 Teilnehmer/innenstatistik	8
3 Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.....	9
3.1 KINDER-ELTERN-ANGEBOT (KEA).....	9
3.2 JUNGENGRUPPE	10
3.3 MÄDCHENGRUPPE.....	11
3.4 ANGEBOT IN DER GANZTAGSSCHULE – KÖRPERMUSIK, TANZEN UND GESELLSCHAFTSSPIELE	12
3.5 FRAUENTREFF.....	13
3.6 KINDERBETREUUNG.....	14
3.7 INTEGRATIONSKURSE	15
3.8 STARK DURCH BEWEGUNG – SPORT UND GESUNDHEIT FÜR AKTIVE FRAUEN	16

Vorwort

Mit diesem aktuellen Jahresbericht geben wir einen Überblick über unsere Aktivitäten und Bildungsangebote im Rahmen unserer stadtteilbezogenen und landesweiten Integrationsarbeit des Neustadt-Projektes. Im letzten Jahr konnten wir voller Stolz unser 30-jähriges Jubiläum gemeinsam mit dem 40-jährigen Bestehen von ARBEIT & LEBEN RLP begehen.

Wir sind zu einer Institution in der Stadt und im Land geworden und führen vor Ort Bildungsangebote für Migrantinnen und Migranten durch, die im Bereich Schule, Arbeit, Sprache, Politik, Sport und Gesundheit angesiedelt sind. Die Erfahrungen und Kenntnisse, die wir in dieser Arbeit über die Situation und Bedarfe von Migrant/innen immer wieder neu sammeln, fließen ein in unsere landesweiten Aktivitäten und Vernetzungs- und Lobbyarbeit. Mit viel Engagement und zeitlichen Ressourcen investieren wir hier in einen Austausch mit Kolleg/innen, Expert/innen und politisch Verantwortlichen, um fundierte Kenntnisse und gelingende Projektansätze einbringen zu können und über die Stadtgrenzen hinaus wirksam werden zu lassen.

Für 28 Schüler/innen bieten wir im Rahmen unseres Kinder-Eltern-Angebotes eine intensive Hausaufgabenbetreuung an. Im Zuge dessen arbeiten wir auch sehr intensiv mit den Eltern zusammen und führen mit diesen Beratungsgespräche und themenbezogene Elternabende durch. Auch die enge Zusammenarbeit mit den jeweiligen Klassenlehrer/innen ist hier von großer Bedeutung und wird von uns aktiv gestaltet.

Die meisten Kinder sind über einen langjährigen Zeitraum in unserer Einrichtung und über diese intensive Betreuungsform können wir einen großen Einfluss auf den Bildungsweg der Kinder nehmen. Im zurückliegenden Jahr haben nahezu alle Kinder der vierten Jahrgangsstufe eine Empfehlung für das Gymnasium oder die Integrierte Gesamtschule erhalten.

Hierüber hinaus bieten wir auch wöchentlich stattfindende geschlechtsspezifische Angebote für Mädchen und Jungen und einen offenen Fußballtreff auf dem Goetheplatz an. Das Fußballangebot wird mittlerweile von zahlreichen Jungen und Mädchen aus der Nachbarschaft wahrgenommen. Im Zuge unserer vielfältigen Kooperationen arbeiten wir u.a. seit Jahren sehr eng mit der Goethegrundschule zusammen. Hier führen wir im Rahmen der Ganztagschule zahlreiche Angebote zu Tanz, Musik und Spiel durch und sind auch mit einer intensiven Hausaufgabenbetreuung für lern- und sprachschwache Kinder aktiv.

2013 nahmen mehr als einhundertachtzig Kinder und Jugendliche an den vielfältigen Angeboten teil.

Im Erwachsenenbereich führen wir seit Beginn unserer Existenz den türkischsprachigen Frauentreff, einschließlich adäquater Kinderbetreuung, durch. Hier machen bis zu 40 Frauen wöchentlich von der Möglichkeit Gebrauch, sich zu Themen wie Gesundheit, politische Teilhabe, Soziales und gesellschaftliche Strukturen fortzubilden. Schwerpunkte 2013 waren u.a. die intensive Auseinandersetzung mit dem Holocaust, eine Exkursion zur Gedenkstätte in Osthofen sowie der Besuch der Neuen Synagoge in der Mainzer Neustadt. Mit großem Interesse nahmen unsere Teilnehmerinnen diese Angebote wahr. Wir können hier einen Beitrag leisten zur politischen Bildung und Teilhabe der Migrantinnen, der Einstellungen und Meinungen nachhaltig über die Projektgrenzen hinaus in der Community prägen kann.

Weitere Schwerpunkte unserer Arbeit waren die Durchführung von aufeinander aufbauenden Integrationskursen – Basis I bis Basis III – sowie Sportangebote. Im Erwachsenenbereich nahmen im ver-

gangenen Jahr mehr als zweihundertvierzig Frauen unsere Bildungsangebote wahr. Parallel zu unseren Bildungsangeboten bieten wir stets eine Kinderbetreuung an, mit dem Ziel, möglichst vielen Frauen / Müttern eine Teilnahme zu ermöglichen. Im Rahmen dessen haben wir kontinuierlich mehr als sechzig Säuglinge und Kleinkinder in unserer Einrichtung betreut. Für das nächste Jahr prüfen wir die Möglichkeit, Integrationskurse auch für Flüchtlinge anzubieten. Wir halten es für zentral, ein solches Angebot in der Landeshauptstadt für diese Zielgruppe mit hohem Bedarf vorhalten zu können.

Besonders hervorzuheben ist für 2013 unsere enge Kooperation mit dem Migrations- und Integrationsministerium im Projekt „Bündnis gegen Menschenhandel zur Arbeitsausbeutung“. Hier konnte in gemeinsamer konzeptioneller Arbeit ein Unterrichtsmodul entwickelt werden, das den ersten niedrigschwelligen Schritt darstellt, Betroffene dabei zu unterstützen, Arbeitsausbeutung zu erkennen und darauf zu reagieren. Das Kernstück des Unterrichtsmoduls besteht aus einem professionell produzierten Kurzfilm und einem Leitfaden zu seinem Einsatz in Integrations- und Sprachkursen, in Schulen, bei Migrationsberatungsstellen, Gewerkschaften und Bildungsträgern. Wir freuen uns darauf, dass der Film und die entsprechenden Materialien am 11.06.2014 zum ersten Mal präsentiert werden können.

Erwähnung verdient an dieser Stelle auch unser Angebot für Kulturgruppen, denen wir unsere Räumlichkeiten in den Abendstunden und am Wochenende zur Verfügung stellen. Im vergangenen Jahr waren zwölf Vereine und Initiativen aus den Bereichen Musik, Theater, Politik, Tanz und Sprache mit mehr als zweihundert Mitgliedern im Neustadt-Projekt aktiv. Der Kontakt und die Arbeit mit diesen Migrantenorganisationen, die sich kulturell, sozial und auch politisch in ihrer Freizeit engagieren, ist für uns ein wichtiger Zugang zur Gruppe der Migrant/innen. Sie fungieren als Multiplikator/innen in verschiedene Communities hinein und werden zum Beispiel im kommenden Jahr für die Bewerbung und Sensibilisierung der Wahlen zu den landesweiten Migrations- und Integrationsbeiräten wichtige Kooperationspartner für uns sein.

Zusätzlich zu den geschilderten Angebotsformen führen wir niedrigschwellige Beratung für alle Menschen an, die den Weg zu uns finden. Sei es telefonisch, digital oder in unserer Einrichtung vor Ort. Hier ist festzustellen, dass die Themen Armut, Arbeit, Schule und Wohnungsnot zunehmend an Bedeutung gewinnen.

Unser Dank gilt auch dieses Jahr unseren zahlreichen Förderern und Kooperationspartner/innen. Stellvertretend für alle seien hier genannt: die Landeshauptstadt Mainz, das Land Rheinland-Pfalz, das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge, der Europäische Sozialfonds, der Förderverein des Neustadt-Projektes sowie das Mainzer Jobcenter, die Goethegrundschule, das Quartiersmanagement, das Mainzer Büro für Migration und Integration und viele mehr.

Doris Hormel - Luciano Becht – Svenja Bergemann – Corinne Hunou

1 Projektstruktur und Projektleitung

Personal

Hauptamtliche Mitarbeiter/innen:

Doris Hormel:	Projektleitung
Luciano Becht:	Kinder- und Jugendbereich, Elternbildung, Praxisanleitung, Verwaltung, Öffentlichkeits- und Gremienarbeit
Svenja Bergemann:	Arbeit mit Frauen, Gesundheitsangebot, Integrations- und Alphabetisierungskurse, berufsbezogene Sprachförderung, Verwaltung, Öffentlichkeits- und Gremienarbeit
Corinne Hunou:	Integrations- und Alphabetisierungskurse, berufsbezogene Sprachförderung, Verwaltung, Öffentlichkeits- und Gremienarbeit

Nebenamtliche Mitarbeiter/innen:

Darüber hinaus sind 26 nebenamtliche Mitarbeiter/innen in der pädagogischen Gruppenarbeit sowie in den Kursangeboten tätig.

Das nebenamtliche Team setzt sich aus Kollegen/innen mit unterschiedlichen (beruflichen) Qualifikationen und aus verschiedenen Herkunftsländern zusammen (Deutschland, Frankreich, Marokko, Iran, Palästina, Polen und Türkei).

Aktivitäten 2013

- 08. März Kinderausflug
- 18. April Jubiläumsfest 40 Jahre ARBEIT & LEBEN RLP – 30 Jahre Neustadt-Projekt – 20 Jahre Konversion im ZDF
- Teilnahme am Fachtag „Zusammenarbeit mit Eltern“ am 26. April
- 21. Mai Fachaustausch mit ASD, Quartiersmanagement und Jugendhilfeplanung
- 16. Juni Beteiligung am Hoffest auf dem Gelände des Neustadtzentrums
- 08. September Informationsstand Domplatzfest „Interkulturelle Woche“
- 14. September interne Fortbildung zum Thema „Menschenhandel“ in Kooperation mit dem MIFKJF Ministerium für Integration, Kinder, Familie, Jugend und Frauen
- Teilnahme am Weltkindertag am 20. September
- 13. – 15. Dezember Wochenendseminar des Frauentreffs: „Aktive Stressbewältigung im Alltag – Anleitung mit praktischen Übungen“

Förderverein

Der Förderverein leistet ideelle und finanzielle Unterstützung und Lobbyarbeit für die Aktivitäten des Neustadt-Projektes. Anlässlich des dreißigjährigen Jubiläums hat der Förderverein ein Dienstfahrrad gespendet. Nochmals herzlichen Dank dafür, es leistet uns wichtige Dienste.

Finanzen

Die finanziellen, ideellen und politischen Förderer zur Aufrechterhaltung unserer Angebote sind:

- Landeshauptstadt Mainz
- Ministerium für Integration, Familie, Kinder, Jugend und Frauen
- Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Weiterbildung und Kultur
- Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie
- Europäischer Sozialfonds
- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge
- Jobcenter Mainz
- Förderverein Neustadt-Projekt

Gremientätigkeit

Als Projektverantwortliche arbeiten wir in folgenden Gremien im Stadtteil, der Stadt Mainz sowie des Landes Rheinland-Pfalz mit:

- Arbeitsgemeinschaft Stadtteil- und Gemeinwesenarbeit – Städtischer Zusammenschluss aller Gemeinweseneinrichtungen in Mainz
- Arbeitsgruppe Multikulturalismus – Arbeitsgruppe aller Mainzer Einrichtungen im Kontext Migration und Integration. Beteiligung an der Entwicklung und Umsetzung des Konzeptes zur Interkulturellen Öffnung der Kommune
- Elternnetzwerk – Zusammenschluss aller Institutionen / Träger in der Arbeit der kindlichen Frühförderung / Grundschule in der Mainzer Neustadt
- Gesundheitsteams vor Ort – Kooperation von Trägern, die niedrigschwellige Gesundheitsangebote umsetzen
- Initiativausschuss für Migrationspolitik in Rheinland-Pfalz – Vernetzungsgremium der Nichtregierungsorganisationen im Integrationsbereich in RLP
- Landesbeirat für Migration und Integration – zur Beratung der Landesregierung in allen relevanten Fragen der Migration und Integration. Teilnahme an der AG Interkulturelle Öffnung in Arbeit und Ausbildung und der AG Bildung
- Netzwerk Integration – Zusammenschluss der Mainzer Integrationskursträger und Migrationsberatungsstellen unter Koordinierung des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge
- Neustadtgruppe – Arbeitsgruppe aller sozialen Einrichtungen der Mainzer Neustadt
- Neustadtrat – Zentrales Organ zur Umsetzung des Bund-Länder-Programms Soziale Stadt für die Mainzer Neustadt

Perspektiven

Zu unseren Kernangeboten im Neustadt-Projekt gehören – wie auch in den Jahren zuvor – das Kinder-Eltern-Angebot (Hausaufgabenbetreuung, pädagogische Förderung, Elternberatung, Fachaustausch mit Lehrer/innen), die Jungen- und Mädchengruppe, der Frauentreff samt Kinderbetreuung sowie der offene Fußballtreff. In diesen Bereichen setzen wir zunehmend partizipative Ansätze um und versuchen die Teilnehmenden – auch und gerade die Eltern – verstärkt in die inhaltliche Ausgestaltung unserer Angebote einzubeziehen. An die Kernangebote angeschlossen sind die Aktivitäten in der Goethegrundschule, in der wir seit geraumer Zeit Hausaufgabenbetreuung mit Kommunikati-

onsförderung sowie verschiedene Angebote im Bereich der Ganztagschule anbieten. Auch diese Angebote gehören mittlerweile zum festen Repertoire unserer Einrichtung.

Im Moment prüfen wir, inwieweit wir auf Basis dieser Kooperation Elternintegrationskurse in der Schule anbieten können. Den Arbeitsansatz der Elternbildung in der Schule verfolgen wir seit Jahren (z.B. mit dem damaligen Rucksackprojekt), um die Schule verstärkt konkret in die Integrationsarbeit einzubinden. Dieses Angebot ergänzt die bestehenden Integrationskurse für Migrantinnen, die wir seit Jahren mit der so wichtigen Kinderbetreuung anbieten.

Einen zunehmenden Stellenwert in unserer Stadtteilarbeit bekommt auch die Beratung. Immer häufiger wenden sich Menschen mit Beratungsbedarf an uns. Hier ist festzustellen, dass die Anliegen der Menschen, über die von uns angebotenen Bereiche hinaus, zunehmend existentiellen Charakter haben. Die Themenpalette reicht von Wohnungssuche, Arbeitsplatzverlust, drohender Obdachlosigkeit, Schwangerschaft, schulischen und familiären Problemen bis hin zu drohender Armut.

Unser Angebot *Sport und Gesundheit für aktive Frauen* werden wir weiter fortsetzen und wir begrüßen es außerordentlich, dass dieses ursprünglich für Migrantinnen konzipierte Angebote auf zunehmendes breiteres Interesse stößt. Wöchentlich treffen sich hier Mainzerinnen, mit und ohne Migrationshintergrund, und machen gemeinsam Sport. Im nächsten Jahr möchten wir aktiv auf die Gruppe der Flüchtlinge zugehen, um sie in das Angebot einzubeziehen.

Mit Beginn des neuen Jahres wird unsere Kollegin, Frau Corinne Hunou, in den neuen Räumlichkeiten unter der Geschäftsstelle von ARBEIT & LEBEN die zunehmend nachgefragten Angebote der ESF-BAMF berufsbezogenen Sprachkurse ‚Fit‘ organisieren und durchführen. Für den Bereich der Integrationskurse wird Frau Svenja Bergemann von nun an die Ansprechperson sein.

2014 werden wir die Kooperation mit dem MIFKJF im Projekt „Bündnis gegen Menschenhandel zur Arbeitsausbeutung“ fortsetzen. Das Kernstück des Unterrichtsmoduls, ein professionell produzierter Kurzfilm, der einen niedrighwelligen Zugang zum Thema ermöglicht, wird realisiert werden. Das Modul eignet sich für die Anwendung in Integrations- und Sprachkursen, in Schulen, bei Migrationsberatungsstellen, Gewerkschaften und Bildungsträgern. Den Durchführenden werden neben einem Leitfaden für die Vorbereitung auf das Modul eine Unterrichtsfeinplanung sowie eine Diskussionshilfe für die Auswertung des Moduls zur Verfügung gestellt.

Das Unterrichtsmodul wird bundesweit kostenlos zur Verfügung stehen. Am 11.06.2014 soll es zum ersten Mal durch Bündnispartner des XENOS-Projekts präsentiert werden. Vielfältige Aktivitäten zur Präsentation und Verbreitung des Moduls werden sich daran anschließen.

Weiterhin planen wir eine vertiefte Zusammenarbeit mit den Akteuren der Flüchtlingsarbeit (inprocedere). Wir prüfen und planen die Durchführung von berufsbezogenen Sprachkursen und Integrationskursen für die Zielgruppe Flüchtlinge, die einen hohen Unterstützungsbedarf zeigen und für die wir unsere Angebotsstruktur öffnen möchten.

Nicht zuletzt wird im kommenden Jahr die Bewerbung und Sensibilisierung für die Wahlen zu den Migrations- und Integrationsbeiräten im Neustadt-Projekt und darüber hinaus einen wichtigen Stellenwert in der Arbeit einnehmen. Die vergangenen Jahre haben gezeigt, dass diese Aktivierungsarbeit zentral ist für eine breite Beteiligung von Migrant/innen an diesem demokratischen Prozess.

2 Teilnehmer/innenstatistik

Angebot	TN-Anzahl	Altersspanne	Herkunft
Kinder & Jugendliche			
Kinder-Eltern-Angebot /KEA - 4 x pro Woche -	28 Kinder und Jugendliche	6 – 15 Jahre	Afghanistan, Deutschland, Marokko, Pakistan und Türkei
Jungengruppe - wöchentlich -	6 Jugendliche	12 – 15 Jahre	Afghanistan, Deutschland und Türkei
Mädchengruppe - wöchentlich -	9 Kinder und Jugendliche	9– 14 Jahre	Afghanistan und Türkei
AG Gesellschaftsspiele, Körpermusik und Tanz für Grundschüler/innen - wöchentlich -	52 Kinder	7 – 10 Jahre	Deutschland, Italien, Marokko, Thailand, Türkei
Qualifizierte Hausaufgabenbetreuung mit Kommunikationstraining für Grundschüler/innen - 3 x pro Woche -	80 Kinder	6 – 10 Jahre	Afghanistan, Bosnien, Bulgarien, Deutschland, Italien, Marokko, Pakistan, Türkei
Offener Fußballtreff - wöchentlich -	12 Kinder	10 – 14 Jahre	Deutschland, Türkei, Afghanistan
Gesamt	177		
Erwachsene			
Frauentreff - wöchentlich -	34 Frauen	32 - 74 Jahre	Türkischer und kurdischer Herkunft
Frauentreff – Kinderbetreuung - wöchentlich -	10 Kinder	1 – 13 Jahre	Türkischer und kurdischer Herkunft
Integrationskurse Basis I, II, III - bis zu 4 x pro Woche -	187 Teilnehmende sowie 51 Kinder	21 – 62 Jahre Säuglinge und Kleinkinder bis 6 Jahre	Albanien, Brasilien, Bulgarien, China, Indien, Irak, Iran, Italien, Japan, Kenia, Marokko, Nepal, Nigeria, Pakistan, Portugal, Russland, Senegal, Serbien, Spanien, Syrien, Thailand, Türkei, Ukraine, Ungarn, Vietnam
Stark durch Bewegung – Sport und Gesundheit für aktive Frauen – wöchentlich -	24 Frauen und 4 Kinder	31 – 69 Jahre	Deutschland, Marokko, Syrien und der Türkei
Kulturgruppen und Vereine in der Mainzer Neustadt - wöchentlich -	Etwa 200 Erwachsene und Jugendliche	14 – 70 Jahre	<ol style="list-style-type: none"> 1. Albanische Kulturgruppe 2. Chorgruppe 3. Dersim Kulturverein 4. Deutsch-Äthiopische Gesellschaft 5. Irakischer Kulturverein 6. Iranische Gesellschaft für Vielfalt 7. Iranischer Elternverein 8. Iranischer Rat für Demokratie 9. Sina 10. Theatergruppe Schauspielareal 11. Türkische Musikgruppe 12. Türkische Sazgruppe
Erwachsene und Jugendliche gesamt	445		
Kinder	65		
Teilnehmende Gesamt	687		

3 Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

3.1 Kinder-Eltern-Angebot (KEA)

Im Bereich der Kinder-Eltern-Arbeit (KEA) des Neustadtprojekts werden zurzeit 28 Kinder und Jugendliche von der 1. bis zur 8. Klasse betreut. Die 17 Mädchen und 11 Jungen haben unterschiedliche religiöse und nationale Hintergründe (Türkisch, Afghanisch, Marokkanisch, Pakistanisch, Deutsch). Das Team setzt sich aus Mitarbeiter/innen aus Deutschland, der Türkei, dem Iran und Marokko zusammen. An vier Tagen die Woche besuchen die Kinder und Jugendlichen das Neustadtprojekt, wobei jeweils in der ersten Stunde der Betreuung der Fokus auf den Hausarbeiten liegt. Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der Herausbildung sozialer Kompetenzen. Dieses erfolgt durch die zusätzlichen pädagogischen Angebote in der zweiten Stunde.

Aktivitäten

Im Verlauf des letzten Jahres konnten wir unser konzeptionelles Angebot weiter ausbauen: Montags können interessierte Kinder Gitarre spielen lernen und dienstags geht es gemeinsam zum Fußballspielen. Beide Angebote werden von den Kindern gut angenommen. Außerdem gehen wir jeden zweiten Donnerstag mit den Kindern in die Anna-Seghers-Stadt-Bücherei, sodass die Kinder die Gelegenheit haben, sich dort Bücher auszuleihen und mit Spaß und Freude ans Lesen herangeführt werden. Im Juni gab es ein gemeinsames Hoffest aller im Neustadtzentrum ansässigen Vereine. Eine Gruppe von Schülerinnen durfte auf der Bühne zeigen, was sie an Gitarrenkenntnissen schon alles gelernt hatten. Ende September fand dann das Kinderfest des Kinderschutzbundes statt, an dem sich das Neustadtprojekt mit einem Stand zum Torwandschießen beteiligte. Sowohl das Hoffest als auch das Kinderfest waren ein Erfolg, und wurden von den Kindern begeistert aufgenommen. Zudem gab es einen Ausflug zur neuen Coface-Arena, bei dem sich die Kinder einmal hautnah alles anschauen und unseren Stadion-Führer mit Fragen löchern durften.

Pädagogische Einschätzung

Mit Beginn des neuen Schuljahres gab es wie jedes Jahr einen Umbruch in der KEA, da die ältesten Kinder das Neustadtprojekt verließen und neue hinzukamen. Besonders für die erste bis vierte Klasse konnten wir eine große Nachfrage beobachten, die unser Angebot an Plätzen sogar überstieg. Auch im Hinblick auf den Schulwechsel gab es Veränderungen für die Kinder, da einige die Grundschule verließen und nun eine weiterführende Schule besuchen. Mit Freude stellten wir fest, dass nahezu alle der betreuten Kinder eine Empfehlung für die IGS oder sogar fürs Gymnasium bekamen. Das zeigt, wie sich durch die kontinuierliche Begleitung und Förderung der Lernprozesse in der KEA die schulischen Leistungen nachhaltig stabilisieren und verbessern. Durch einen partizipativen Ansatz versuchen wir, die Kinder aktiv in die Gestaltung des Freizeitangebots mit einzubeziehen und so ihr Verantwortungsbewusstsein zu fördern. Daher wählen die Kinder Gruppensprecher/innen, mit denen regelmäßige Treffen stattfinden, bei denen sie die Gelegenheit haben, eigene Vorschläge oder auch Kritik anzubringen. Auch die Eltern möchten wir noch aktiver in die Arbeit miteinbeziehen. Neben den Elternabenden, die zweimal im Jahr stattfinden, führen wir auch oft Einzelgespräche mit Eltern durch und haben ein offenes Ohr für ihre Anliegen. Durch diese Zusammenarbeit mit den Eltern, aber auch durch die Kontaktaufnahme mit den jeweiligen Lehrer/innen, möchten wir die von uns betreuten Kinder möglichst ganzheitlich fördern.

Perspektiven

Für 2014 ist schon der nächste Ausflug geplant: Wir möchten mit den Kindern eine Führung durch die Werkstatt eines Instrumentenbauers unternehmen. Dies soll ihnen nicht nur Einblick in ein interessantes Arbeitsfeld geben, sondern besonders den älteren Kindern bzw. Jugendlichen mögliche Berufsperspektiven aufzeigen, die sie bis dahin vielleicht noch nicht kannten. Des Weiteren möchten wir im kommenden Jahr die Einbeziehung der Eltern noch stärker in den Fokus nehmen und die Partizipation der Kinder und Jugendlichen weiter so fortführen.

3.2 Jungengruppe

Die Jungengruppe ist ein offenes Angebot für geschlechtsspezifische Gruppenarbeit, die von einem marokkanischen Jurastudenten und einem türkischstämmigen Magisterstudenten der Sportwissenschaften betreut wird. Das offene Angebot wird von Jugendlichen aus dem Stadtteil der Mainzer Neustadt angenommen. Die Gruppe trifft sich jeweils freitags in den Nachmittagsstunden und setzt sich aus Teilnehmern mit und ohne Migrationshintergrund zusammen.

Aktivitäten

Die pädagogische Arbeit der Jungengruppe im Neustadt-Projekt ist ein regelmäßig stattfindendes geschlechtsspezifisches Angebot. Die Gruppe der Jugendlichen im Alter zwischen zwölf und sechzehn Jahren trifft sich regelmäßig einmal pro Woche in unseren Räumen und wird durch zwei Fachkräfte angeleitet. Die Teilnehmer der Jungengruppe setzen sich aus verschiedenen Nationalitäten zusammen (afghanisch, deutsch, türkisch). Die Jugendlichen, die einen Migrationshintergrund haben, sind zumeist Angehörige der zweiten Generation. Die angeleiteten Aktivitäten haben zum Ziel, die Teilnehmenden bei der Entwicklung sozialer Kompetenzen und der Herausbildung der Frustrationsgrenze zu unterstützen. Hierzu werden Aktivitäten, stets in Abstimmung mit und unter der partizipativen Einbindung der Teilnehmenden, im sportlichen Bereich durchgeführt, Exkursionen zu in Mainz ansässigen jugendgemäßen Einrichtungen umgesetzt und Ausflüge ins Freie wie beispielsweise zum Rheinufer, öffentlichen Parks, Naherholungsgebieten etc. durchgeführt. Auch das Kochen nimmt, insbesondere in den Wintermonaten, einen großen Stellenwert in der wöchentlichen Arbeit mit den Jungen ein.

Konkrete Aktivitäten im zurückliegenden Jahr waren:

- diverse Sportangebote wie Fußball, Basketball, Schwimmen
- gemeinsames Kochen / Backen / Einkaufen
- Einüben des Umgangs mit neuen Medien (Social Media)
- kreative Freizeitgestaltung (Minigolfspielen, Bowlingspielen, Indoorspielplätze, Ausstellungsbesuche)
- Exkursionen (Ausstellungen, Natur)
- selbstorganisierte Übernachtung (unter Einbeziehung der Eltern)

Pädagogische Einschätzung

Seit Jahren zeigt sich, dass ein geschlechtsspezifisches Angebot in dieser Form als sehr sinnvoll und geeignet für diese Zielgruppe erscheint. Gerade die Möglichkeit für die jugendlichen Teilnehmer, partizipativ an der inhaltlichen Ausrichtung der verschiedenen Aktivitäten mitwirken zu können, erweist sich zunehmend als wichtiges Instrument in der pädagogischen Arbeit. Die Jungen erlernen in einem begleiteten Rahmen, Eigenverantwortung zu übernehmen und für das Gelingen oder Scheitern von Aktivitäten mit Rechnung zu tragen. Auch haben die Jungen in diesem Betreuungsrahmen die Möglichkeit, in einem geschützten Umfeld und ohne den alltäglichen Druck – sei es familiär oder schulisch – aus sich heraus gehen zu können.

Perspektiven

Die kontinuierliche Teilnahme der Jugendlichen veranlasst uns, dieses Angebot auch weiterhin zur Verfügung zu stellen. Auch im neuen Jahr wird es wieder Exkursionen geben. Geplant ist u.a. auch eine Übernachtungsaktion in unseren Räumlichkeiten mit selbstorganisiertem Rahmenprogramm.

3.3 Mädchengruppe

Die Mädchengruppe wurde in der ersten Jahreshälfte von sechs Mädchen kontinuierlich besucht. Nach den Sommerferien hat sich die Gruppe auf neun Teilnehmerinnen vergrößert. Die Mädchen sind zwischen neun und elf Jahre alt und ihre Eltern türkischer und afghanischer Herkunft. Betreut werden die Kinder von einer Lehramtsstudentin und einer Studentin der Sozialen Arbeit. Der Schwerpunkt der Arbeit besteht in der Durchführung von Aktivitäten, bei denen auch ein Vertrauensverhältnis zu den Kindern aufgebaut werden soll.

Aktivitäten

Im zurückliegenden wurden u. a. folgende Aktivitäten durchgeführt:

- Gestalten eines Mosaikspiegels
- Anfertigen von Gipsmasken
- Filzen
- Nähen von Stofftieren
- Durchführen eines Beautytags
- Spielen/Aufführen von Theaterstücken
- Betreuung eines Standes am Hoffest
- Erstellen eines eigenen Kochbuchs
- Basteln von Schmuckstücken

Pädagogische Einschätzung

Die regelmäßige Teilnahme der Mädchen und der Zulauf nach den Sommerferien zeigt, dass dieses Angebot eine wertvolle Bereicherung für sie darstellt.

Einige der durchgeführten Projekte, zum Beispiel das Mosaikprojekt, haben sich über einen längeren Zeitraum hingezogen. Dabei haben die Mädchen viel Ausdauer und Durchhaltevermögen gezeigt und gelernt, dass es sich lohnt, für ein gewünschtes Ergebnis auch längerfristig und zielgerichtet an einer Sache zu arbeiten.

Des Weiteren haben die Mädchen auch dieses Jahr wieder viel Verantwortung bei der Planung und Durchführung der gemeinsamen Aktivitäten übernommen. So haben sie beispielsweise für das Kochen eigenständig Rezepte herausgesucht, Einkaufslisten geschrieben, sind mit den Betreuerinnen einkaufen gegangen und haben das Kochen weitgehend selbstständig übernommen. Im Laufe des Jahres haben sie die Rezepte der besten Gerichte gesammelt und daraus ein eigenes Kochbuch erstellt. Auch durch einen eigenen Stand am Hoffest auf dem Gelände des Neustadtzentrums, an dem die Mädchen anderen Kindern das Filzen beigebracht haben, lernten sie Verantwortung zu übernehmen.

Auch dieses Jahr hat die Mädchengruppe selbstständig Regeln erarbeitet, die von allen unterschrieben und fortan von der Gruppe sehr gewissenhaft eingehalten wurden.

Zusätzlich wird den Mädchen in der Mädchengruppe die Möglichkeit geboten, informelle Gespräche, über Themen, die sie aktuell interessieren, zu führen. In einem geschützten Rahmen können sie sich in der Gruppe oder auch in Einzelgesprächen mit den Betreuerinnen über Probleme, Sorgen oder andere Themen austauschen.

Perspektiven

Gegen Ende des Jahres hatten wir vermehrt Anfragen von Mädchen, die auch gerne an dem Gruppenangebot teilnehmen würden. Für die Durchführung größerer Aktivitäten müssen wir jedoch die Teilnehmerzahl begrenzen und können nicht alle interessierten Kinder fest in die Gruppe aufnehmen. Um dem Zulauf trotzdem gerecht zu werden, wollen wir einen monatlichen „Tag der offenen Tür“ einführen.

Für das neue Jahr haben wir drei größere Ausflüge geplant. Zusätzlich wollen wir mit den Mädchen einen Erste-Hilfe-Tag durchführen und wieder ein größeres kreatives Projekt angehen. Wie im letzten Jahr sollen sich die Mädchen intensiv an der Planung der Aktivitäten beteiligen.

Eine Herausforderung für das kommende Jahr besteht darin, durch eine Stärkung des Gruppengefühls die Gruppe zusammenzuhalten um dadurch einer erneuten Spaltung entgegenzuwirken.

3.4 Angebot in der Ganztagschule – Körpermusik, Tanzen und Gesellschaftsspiele

Mit pädagogischen Angeboten im Nachmittagsbereich beteiligen wir uns seit der Umwandlung der Goethegrundschule in eine Ganztagschule. Die Teilnahme der Kinder findet nach einem freiwilligen Zuteilungsverfahren statt. Die Angebote werden durch eine Studentin der Sozialwissenschaften umgesetzt. Die Arbeitsgruppen Körpermusik, Tanz und Gesellschaftsspiele finden regelmäßig montags, dienstags und mittwochs von 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr in den Räumlichkeiten der Goethegrundschule statt.

Aktivitäten

In beiden Schulhalbjahren waren wir mit unseren Stammangeboten, der Tanz AG und der AG Gesellschaftsspiele und im neuen Schulhalbjahr 2013/14 zusätzlich mit dem neuen Angebot der AG Körpermusik am Nachmittagsprogramm der Ganztagschule vertreten. Der Ablauf der AG Tanzen ist stets nach einem festen Schema konzipiert. In den ersten zehn Minuten haben die Kinder die Möglichkeit sich aufzuwärmen. Im Anschluss hieran wird Musik aufgelegt. Mittels der musikalischen Untermalung werden bestimmte Bewegungsabläufe einstudiert und geprobt. Hierdurch kommen die Kinder mit Musik und Tanz in Kontakt und erlernen Rhythmen, Körperhaltung und körperliche Koordination. Im Anschluss wird die Gruppe in zwei oder drei Einheiten aufgeteilt und es werden unterschiedliche Tanzbewegungen durchgeführt. In den letzten zehn Minuten werden alle drei Gruppen wieder vereinigt und eine Gesamtchoreographie eingeübt. Im Zuge der AG Gesellschaftsspiele werden die Kinder an Spielformen und -varianten herangeführt, die sie von ihrem Elternhaus (noch) nicht kennen. Hier werden die Konzentration und Kreativität der Kinder gefördert und soziale Kompetenzen eingeübt. Das neu geschaffene Angebot der Körpermusik wird nach einem ähnlichen Prinzip wie im Tanzangebot umgesetzt. Auch das Einüben von Bewegungsabläufen, das Erlernen von Rhythmen und die choreographische Einstudierung in der Gruppe finden Anwendung. Das Besondere an dieser Angebotsform ist die Gestaltung von Musik ohne Zuhilfenahme von Instrumenten. Mittels Klopfen, Klatschen, Stampfen etc. kommt der gesamte Körper der Teilnehmer/innen zum Einsatz.

Pädagogische Einschätzung

Insbesondere die Angebote der Tanz AG und der AG Körpermusik werden von den Kindern gerne angenommen. Bewegung scheint für viele der Kinder ein guter Ausgleich zu einem für sie anstrengenden Schultag zu sein. Die Kinder werden bewusst in die Verantwortung genommen und sind abwechselnd für bestimmte einstudierte Abläufe verantwortlich. Dies dient einerseits dem Erlernen sozialer Kompetenzen und andererseits werden sowohl verhaltensauffälligere, aber auch introvertiertere Kinder aktiv mit eingebunden. Im Rahmen der AG Gesellschaftsspiele werden die Kinder mit Freizeitmöglichkeiten vertraut gemacht und das Erlernen von Regeln sowie der Umgang mit Gewinnen und Verlieren eingeübt.

Perspektiven

Die Fortführung über das Schulhalbjahr 2013/14 hinaus ist fest geplant und auch für das kommende Schuljahr ist vorgesehen, diese Angebotsformen – dann wieder mit neuen Teilnehmer/innen - fortzusetzen. Die Einbindung der Kinder und das Erlernen von Social Skills stehen hierbei weiter im Vordergrund unserer Angebote.

3.5 Frauentreff

Der wöchentlich stattfindende Frauentreff für Frauen türkischer und kurdischer Herkunft ist eines der Angebote, das seit Bestehen des Neustadt-Projektes, stattfindet. Neben zahlreichen Themen der Erwachsenenbildung gibt es auch zweimal im Monat den offenen „Kulturtag“ und thematische Exkursionen.

Aktivitäten

Folgende Seminare, Fortbildungen und Informationsveranstaltungen führten wir im Frauentreff durch:

- „Rassismus-Fremdenfeindlichkeit-Rechtsextremismus“ (Referentin: Frau Svenja Bergemann, M.A.)
- „Deutsche Geschichte und der Holocaust“ (Referent: Herr Dogan Demirgöz)
- Besuch mit Führung der Gedenkstätte Osthofen
- Exkursion: Geführte Besichtigung der Neuen Synagoge Mainz
- Informationsveranstaltung: „Brustkrebs-Früherkennung und der Umgang damit“ In Kooperation mit MiMi (Referentin: Frau Emine Zeybek, Dipl. Päd.)
- „Gesunde Stressbewältigung mit Kindern in der Pubertät“ (Referentin: Frau Gül Yilmaz, Soz. Päd.)
- Besuch der Ausstellung im Mainzer Rathaus „Traditionelle Kopfbedeckung“
- Wochenendseminar: „Aktive Stressbewältigung im Alltag – Anleitung mit praktischen Übungen“ (Referentin: Psychologin Semra Firat und Kunsttherapeut Hasan Hüseyin Deveci)
- Traditionelles Jahreseröffnungs- und Abschlussfest
- Kino: „Kino Tag – Türkisches Kino“, Theater: „Das Leben ist schön“ und „The Butterfly´s Dream“
- Asurefest, Ramadanfest, Iftar Essen, 8. März Weltfrauentag, Muttertag, Opferfest, Newroz Fest
- Tagesausflüge in Mainz und Umgebung unter dem Titel „Wir erkunden unser Mainz“
- Wöchentliches Sportangebot

Pädagogische Einschätzung

Im Jahr 2013 stießen unsere bedarfsorientierten Angebote seitens unserer Frauen auf großes Interesse. Durch unseren regelmäßig stattfindenden „Kulturtag“ haben wir immer wieder neue Teilnehmerinnen gewinnen können. Unsere thematische Auseinandersetzung mit der deutschen Geschichte und dem Thema Rechtsextremismus wurde seitens der Frauen mit großem Interesse aufgenommen und führte dazu, dass sich die Teilnehmerinnen einen Besuch der Gedenkstätte Osthofen wünschten, welcher ihnen noch lange im Gedächtnis bleiben wird.

Der Höhepunkt des Jahres war für unsere Teilnehmerinnen das Wochenendseminar zum Thema Stressbewältigung im Alltag. Durch die neu gewonnenen Informationen können sie Stressformen differenzieren und wie man diesen bewältigt. Auch wurden die Teilnehmerinnen an Therapiemöglichkeiten herangeführt. So konnten sie ihre frisch erworbenen Erkenntnisse künstlerisch umsetzen und malten in Gruppenarbeiten drei sich ergänzende Bilder. Die fertigen Bilder sind nun bei uns im Neustadt-Projekt zu sehen. Die Teilnehmerinnen bedankten sich über die vielseitig gewonnenen Erkenntnisse und wünschen sich auch im kommenden Jahr ein Wochenendseminar.

Perspektiven

Auch 2014 sollen weiterhin Informationsveranstaltungen zum Themenschwerpunkt „Frauen und Gesundheit“ angeboten werden. Zusätzlich hierzu ist wieder ein Wochenendseminar geplant, bei dem sich die Frauen mit ihrer seelischen und körperlichen Gesundheit auseinandersetzen können. Aufgrund der positiven Resonanz aus 2013 planen wir vermehrt die kreativen und künstlerischen Talente unserer Teilnehmerinnen zu fördern und wollen entsprechend Seminare und begleitete Gruppenarbeiten anbieten.

3.6 Kinderbetreuung

Die verschiedenen Angebotsformen, an denen Eltern / Mütter teilnehmen, werden stets mit Kinderbetreuung begleitet. Der Zeitraum ist dabei unterschiedlich, einige Kurse finden vormittags (Integrationskurse) statt, andere am Nachmittag (Frauentreff, Sport für aktive Neustädterinnen). Die Eltern / Mütter können somit unbeschwert an den diversen Aktivitäten teilnehmen, da unsere Mitarbeiterinnen durch viel Erfahrung und Professionalität hohe Kompetenzen haben.

Aktivitäten

Die Kinder verschiedenen Alters (0 bis 3 Jahre) lernen spielerisch (z.B. Malen, Tanzen, Singen) dazu und werden auf den Aufenthalt in der Kindertagesstätte vorbereitet. Das Ziel hierbei ist außerdem durch gemeinsame Aktivitäten Konflikte bereits im frühen Alter meistern zu können. Somit wird gewährleistet, dass die Kinder ausgeglichen sind. Uns ist es zudem sehr wichtig, geregelte Tagesabläufe zu haben, die wir beispielsweise mit einem gemeinsamen Frühstück und festen Ritualen erzielen.

Pädagogische Einschätzung

Um soziale Werte vermitteln zu können, fördern wir die Kinder in ihrer Entwicklung, indem sie kreativ arbeiten und Konflikte vernünftig und dennoch kindgerecht klären können. Außerdem möchten wir bezwecken, dass die Kinder ihr Selbstbewusstsein stärken, da sie selbstständig Aufgaben erledigen und sich auf den Alltag, der sie erwartet, vorbereiten können. Es wird Wert darauf gelegt, dass sie sich im späteren Leben gut zurechtfinden können, was unserer Meinung nach am besten gelingt, wenn die Kinder ihre Persönlichkeit frei entfalten können. Das besondere Augenmerk der Betreuung liegt auf dem Wohlbefinden der Kinder, auf das wir stark achten.

Perspektiven

Eltern können sicher sein, dass ihre Kinder bei unseren erfahrenen und fortgebildeten Mitarbeiterinnen in guten Händen sind. Die Kinderbetreuung wird es auch in Zukunft geben, damit die Möglichkeit für Eltern bzw. Mütter bestehen bleibt, an den Veranstaltungen teilnehmen zu können.

Die Kinderbetreuung erhält großes Lob seitens der Eltern, da sich eine positive Entwicklung der Kinder durch die intensive Betreuung bemerkbar macht. Zwar ist die Eingewöhnungsphase anfangs teils schwierig, dafür ist das Ergebnis im weiteren Verlauf jedoch umso besser; die Kinder fühlen sich wohl und sind gerne da. Anders als in Regeleinrichtungen der Frühförderung sind die kursteilnehmenden Mütter im gleichen Haus, sodass im Bedarfsfall die jeweilige Mutter jederzeit zu ihrem Kind kann. Hierdurch können Trennung und der damit verknüpfte Trennungsschmerz recht gut aufgefangen werden.

Wir können mit Überzeugung sagen, dass die Kinder mit uns als weiteren Bezugspersonen zusammen den ersten Schritt in die soziale Gesellschaft machen und somit eine gute Grundlage für den weiteren Lebensweg geschaffen wird.

3.7 Integrationskurse

Im Neustadt-Projekt wurden im Jahr 2013 Integrationskurse (Basiskurse und Aufbaukurse) speziell für bildungsferne / bildungsbenachteiligte, weibliche Teilnehmende mit der Möglichkeit einer Kinderbetreuung nach den Richtlinien des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) angeboten und auch erfolgreich durchgeführt.

Ein Integrationskurs umfasst 900 Unterrichtsstunden (9 Module). Ein Modul mit 100 Unterrichtsstunden ist auf 20 Unterrichtstage mit jeweils fünf Unterrichtsstunden pro Unterrichtstag ausgelegt.

Die Kurse finden grundsätzlich dreimal in der Woche mit je 5 Unterrichtsstunden statt. Einer der Kurse wird ab Januar 2014 viermal in der Woche stattfinden. Somit werden die Kursteilnehmerinnen in die Lage versetzt, ein Modul innerhalb eines Zeitraumes von knapp zwei Monaten zu absolvieren. Ziel dieser Kurse sind entsprechend der Vorgaben des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge der Erwerb, die Verbesserung und die Festigung der deutschen Sprachkompetenz durch das Einüben grammatischer Strukturen, der Wortschatzerweiterung, des Satzbaus etc. Eine wesentliche Rolle kommt hierbei dem Üben von einfachen kommunikativen Mustern zur Bewältigung von Alltagssituationen, wie sie im Kindergarten, in der Schule, bei Ämtern und Arztbesuchen entstehen, zu. Einen großen Wert legen wir auch auf der Vermittlung von Lernstrategien („Lernen erlernen“), zumal viele Kursteilnehmerinnen sich in lernungewohnten Lebensabschnitten befinden.

Pädagogische Aktivitäten

An den Integrationskursen nahmen durchschnittlich zwölf bis maximal zwanzig Personen teil. Im Unterricht werden die Lehrwerke „Schritte Plus“ (Integrationskurse), „Intensivtrainer Schritte plus“, „Diktate zu Schritte plus“, Grammatikbücher und verschiedene telc-Modelltests eingesetzt. Außerdem werden zusätzliche Materialien benutzt, vor allem Originaltexte im Hinblick auf das Einüben von realen Alltagssituationen wie z.B. Originalformulare, Überweisungen, Zeitungstexte, Wohnungsanzeigen, Stellenangebote etc.

Bei Ausflügen haben die Kursteilnehmerinnen wichtige Alltagssituationen bewältigt (u.a. Besuch einer Buchhandlung), sich mit Kultur und Tradition in Mainz beschäftigt (Besuch des Mainzer Doms, des Weihnachtsmarktes und des Gutenberg-Museums) sowie den „Tag der offenen Tür“ wichtiger sozialer Einrichtungen (AWO, Caritas, DRK) wahrgenommen.

Zusätzlich wurde in Kooperation mit dem Deutschen Roten Kreuz in den Räumlichkeiten des Neustadt-Projekts eine Veranstaltung zum Thema „Erste Hilfe bei Kindern“ durchgeführt.

Pädagogische Einschätzung

Im Allgemeinen herrscht bei den Teilnehmerinnen ein atmosphärisch angenehmes Klima. Neue Teilnehmerinnen wurden zumeist schnell in die bestehenden Gruppen integriert. Die Kurse wurden, bis auf wenige Ausnahmen, regelmäßig besucht. Viele Frauen verlassen jedoch aufgrund von Behördenterminen o.ä. den Unterricht vorzeitig.

Die oben genannten Lernziele wurden im Unterricht erfolgreich erarbeitet. Die Teilnehmerinnen konnten individuell Lernstrategien entwickeln, um auch selbstständig zuhause weiter zu lernen. Sie haben gelernt, einfache Gespräche im Alltag zu führen, praktische Behördengänge zu erledigen, Notizen und kurze Texte zu verstehen und zu schreiben. Auch das Hörverständnis wurde intensiv geübt, sodass beispielsweise Ansagen an Bahnhöfen verstanden werden können.

Perspektiven

Geplant sind die Weiterführung der Integrationskurse in der jetzigen Form sowie die Vorbereitung der Teilnehmerinnen auf den „Deutschtest für Zuwanderer“ (DTZ) und die „Leben in Deutschland“-Prüfung. Beide Prüfungen finden voraussichtlich im Mai statt. Ausflüge und praktische Einheiten bleiben weiterhin fester Bestandteil der Kurse und bilden einen komplementären Charakter, den die Kursteilnehmerinnen sehr schätzen.

3.8 Stark durch Bewegung – Sport und Gesundheit für aktive Frauen

Bei der aktiven Frauen-Sportgruppe handelte es sich um Neustädter Frauen mit und ohne Migrationshintergrund zwischen 25 und 74 Jahren, die sich ein Mal wöchentlich treffen, um ihren Körper durch Bewegung gesund zu halten. Zum Teil besteht die Gruppe aus Frauen, die bereits in den vergangenen sieben Jahren (2006-2012) teilgenommen haben; zum Teil stoßen immer wieder neue Teilnehmerinnen hinzu, die über Mund-zu-Munde-Propaganda von dem kostenfreien Angebot erfahren haben. Alle Gruppenmitglieder verfolgen ein gemeinsames Ziel: häufigen Krankheitsbildern vorzubeugen und durch gezieltes Training den Gesundheitszustand zu verbessern und die Beweglichkeit zu fördern. Unseren Fokus haben wir im Jahr 2013 auf die Vorbeugung der krankheitsbedingten körperlichen Beschwerden gelegt, auf die Stabilisierung des Beckenbodens sowie auf ausführliche Dehnungs- und Entspannungspraktiken. Das mittlerweile eingespielte Sportteam hat zunehmend Spaß an Bewegung und dem gegenseitigen Austausch.

Aktivitäten

Wöchentlich trafen sich die Frauen zur zweistündigen Trainingseinheit, die aus folgenden Inhalten bestand: In den ersten 10 – 15 Minuten wurde ein Aufwärmtraining durchgeführt, damit sich der Organismus von Ruhe auf Belastung umstellen konnte. Die nächsten 45 Minuten bestanden aus einem leichten Krafttraining zur Stärkung der Muskulatur. Der zweite Teil der Trainingseinheit bestand aus Dehnübungen und Übungen zur Stärkung der Rückenmuskulatur. Daran schloss sich der letzte Teil, die Entspannungsphase an. Wir konnten im Laufe der Zeit eine deutliche Besserung des Allgemeinzustands der Frauen beobachten. Begleitend zu dem Sportangebot fanden verschiedene Informationsveranstaltungen zu den Themen „Gesunde Stressbewältigung mit Kindern in der Pubertät“, „Orthopädisches Schuhwerk zur Entlastung des Rückens“, „Gesunde und ausgewogene Ernährung bei Erwachsenen und Kindern“, „Osteoporose“ und „Brustkrebs – Früherkennung und der Umgang damit“ statt. Als ein Zusatzangebot boten wir auf Wunsch der Frauen ein Wochenendseminar (von Freitag bis Sonntag) zum Thema „Aktive Stressbewältigung im Alltag – Anleitung mit praktischen Übungen“ an.

Pädagogische Einschätzung

Durch das überdurchschnittlich positive Gruppengefühl und den Zusammenhalt der Teilnehmerinnen können wir von einer sehr guten und schnellen Entwicklung sprechen, die sich sowohl auf das Selbstbewusstsein als auch auf das neue Körpergefühl der Frauen bezieht. Die Kombination aus Theorie und Praxis während der Übungsstunden einerseits und die hohe Motivation der Teilnehmerinnen andererseits haben zu der Entwicklung eines Bewusstseins für gesundes Leben geführt, welches die Frauen gerne weiter ausbauen möchten. Die sozial-psychologischen Faktoren spielen dabei keine geringe Rolle, denn die soziale Kompetenz und die kommunikativen Fähigkeiten, wie das Aufeinander-Zugehen, schaffen eine überdurchschnittlich positive Gruppendynamik und bauen Ängste nachhaltig ab.

Perspektiven

Da unsere Erfahrungen zeigen, dass solche niedrigschwelligen Projekte nur erfolgsversprechend sind, wenn sie kontinuierlich angeboten werden, werden wir das Projekt auch im Jahr 2014 mit fortführenden Modulen anbieten. Die Kontinuität des Sportangebots ist uns sehr wichtig, um die Fortschritte der Teilnehmerinnen zu festigen und zu erweitern. Im nächsten Jahr soll zudem die Gruppe der Flüchtlinge verstärkt angesprochen und motiviert werden, das Sportangebot wahrzunehmen.