



**Bericht  
&  
Abrechnung der städtischen Mittel**

für das  
**Frauennetz West e.V.**  
als Träger des  
**Mädchen- & Frauenladen „Sie'ste“**

Berichtszeitraum: Januar 2010 bis Dezember 2010

Sie'ste  
Mädchen- & Frauenladen  
Moltkestraße 72  
89077 Ulm

Telefon 0731 · 335 34  
Fax 0731 · 360 85 56  
info@sieste.de  
www.sieste.de

Trägerin  
FrauenNetz West e.V.

Konto:  
Frauennetz West e.V.  
Sparkasse Ulm  
BLZ 630 500 00  
Nummer 65 63 101

## Inhaltsübersicht:

### 1. Einführung

### 2. Verlauf der Arbeit und die Aktivitäten

2.1 Im Frauennetz West e.V.

2.2 In der Vernetzung

2.3 Im Mädchen- & Frauenladen

2.4 Finanzielle Situation

2.5 Personelle Situation

### 3. Perspektiven

Anlagen:

- Abrechnung der Zuschüsse
- Wirkungskennzahlen
- Abschlussbericht des Projektes Gesundheitsförderung bei Benachteiligte
- Schaubild Vernetzung
- Schaubild Anzahl der Besucherinnen
- Infoblatt über die Angebote im „Sie 7ste“

## 1. Einführung

Das Frauennetz West. e.V. ist seit 20 Jahren in der Weststadt aktiv und eröffnete im Dezember 1991 den Mädchen- & Frauenladen „Sie´ste“. Das „Sie´ste“ ist mit seiner gemeinwesenorientierten Arbeit im Stadtteil zu einer konstanten Einrichtung geworden.

Das Projekt Gesundheitsförderung für Benachteiligte wurde drei Jahre über die Soziale Stadt gefördert und kann 2011 durch die Stadt Ulm und weiterer Sponsoren weitergeführt werden. Detaillierte Berichte und die Abrechnung sind an die Sanierungstreuhand abgegeben worden. Der Abschlussbericht 2008-2010 ist in der Anlage beigefügt.

## 2. Verlauf der Aktivitäten

### 2.1 Im Frauennetz West e.V.

Das Frauennetz West e.V. ist Trägerin des Mädchen- & Frauenladen „Sie´ste“. Unsere vordringlichste Aufgabe ist es den Betrieb und die Angebote im „Sie´ste“ zu planen, zu organisieren und zum Teil durchzuführen. Belange, Wünsche und Bedürfnisse von Frauen und Mädchen im Stadtteil, insbesondere derer, die nicht deutscher Herkunft sind, werden bei unseren Angeboten berücksichtigt.

Im Frauennetz arbeiten die Frauen ehrenamtlich mit.

Es finden monatliche Sitzungen statt, an denen alle interessierten Mitgliedsfrauen teilnehmen.

Themenschwerpunkte im Berichtsjahr:

- Programme und Angebote des „Sie´ste“ wurden reflektiert, ergänzt und abgestimmt, personelle Angelegenheiten wurden besprochen und entschieden.
- Festlegung darüber, wer in welchen örtlichen Gremien und Projekten mitarbeitet und wer die Kontakte zu den vernetzten Einrichtungen hält. Die Vertreterinnen hatten die Aufgabe regelmäßig Bericht zu erstatten.
- Projekt Gesundheitsförderung
- Klausurtagung
- Effektivere und weniger zeitaufwendigere Möglichkeiten der Kassenführung und Prüfung
- Buchprojekt "Aufbruch nach Deutschland - Ankommen in Ulm", Werbung, Verkauf
- Öffentlichkeitsarbeit
- Sinnvolle und effektive Nutzung der Mittel, Mitgliederwerbung, Sponsorensuche
- Betreuung der Mitgliedsfrauen und Interessentinnen
- stärkere Einbindung von Migrantinnen in die Arbeit des Frauennetzes

- Reflektion und Planung der Arbeit des Frauennetz
- Vorbereitung und Durchführung der jährlich stattfindenden Mitgliederversammlung

Die Aufgaben und die Arbeit des Frauennetzes im Jahr 2010 waren geprägt durch die umfangreiche Arbeit am Projekt Gesundheitsförderung und den „Regelbetrieb“ im Mädchen- & Frauenladen Sie´ste.

Im Rahmen der Sozialen Stadt beantragte die Sanierungstreuhand Ulm Mittel für den Stadtteilschrank, der zahlreiche Einzelprojekte beinhaltet. Eines dieser Einzelprojekte ist die Gesundheitsförderung bei Benachteiligten, für das wir uns beworben hatten und im Frühsommer 2007 eine Konzeption erstellten. Bis 2010 erhalten wir für dieses Projekt Fördergelder. Während des Berichtsjahres hat das Projektteam (bestehend aus 4 Frauen, 2 mit Migrationshintergrund) nach Möglichkeiten gesucht, wie das Projekt weitergeführt werden kann. Durch Sponsoren und Spende wird es auch in 2011 im Bereich Gesundheitsförderung Angebote geben.

Ein weiterer Schwerpunkt unserer Arbeit in 2010 war die Öffentlichkeitsarbeit. Hier verstärkten wir unsere Zusammenarbeit mit der Presse und so erschienen zahlreiche Artikel über unsere Aktivitäten und über Sponsoren in der Südwest Presse.

Außerdem entschloss sich das Frauennetz, um hier im Stadtteil alle Bewohnerschichten über uns zu informieren, ein Straßenfest mit einem kleinen Flohmarkt zu organisieren. Leider waren die Kosten der Stadt für die Beschilderung der Straßensperrung so hoch, dass wir kaum einen Erlös hatten.

Wir hatten beim - Markt der kleinen Dinge - im Haus der Begegnung zum fünften Mal einen Verkaufsstand. Der Erlös floss auch dieses Jahr in unsere Hausaufgabenbetreuung.

## **2.2 In der Vernetzung**

Es ist uns ein Anliegen, Strukturen in der Weststadt so zu gestalten, dass sie effektiv sind und die Interessen von Mädchen und Frauen angemessen berücksichtigt werden

Die Vernetzung wurde in den Berichten der letzten Jahre ausführlich beschrieben.

Über die aktuelle Arbeit des Frauennetzes in verschiedenen Gremien gibt das Schaubild in der Anlage einen Überblick. Das Schaubild zeigt, wie umfangreich unsere Mitarbeit ist. Diese wird zum Teil ehrenamtlich, zum Teil hauptamtlich wahrgenommen.

Durch das Projekt Gesundheitsförderung wurden die Kontakte zu den Migrantenvereinen, den Sportvereinen und zu den Einrichtungen im Stadtteil noch erweitert. Die eigentliche Vernetzung der Gesundheitsförderung ist im Schaubild nicht enthalten, es wäre zu umfangreich.

Die Zusammenarbeit mit den Vernetzungspartnern war sehr positiv. Besonders zu erwähnen ist hier die kontinuierliche, gute Zusammenarbeit mit dem Jugendhaus Inseltreff Weststadt und der Kontaktstelle.

Durch die räumliche Nähe des Weststadthauses besteht ein guter Informationsaustausch und die Zusammenarbeit ist sehr gut. Seit vielen Jahren war eine Mitgliedsfrau (nicht immer die gleiche) des Frauennetzes im Vorstand der AG West vertreten. Zur Wahl in 2010 hat sich aus zeitlichen Gründen keine Frau aus unseren Reihen zur Verfügung gestellt.

Die Interessengemeinschaft Kinder und Jugendliche in der Weststadt plante auch im Berichtsjahr wieder gemeinsame Aktionen mit dem Spielmobil und den B(l)auspielplatz. Sie stellte einen gemeinsamen Antrag um besondere Angebote in den Einrichtungen durch Mittel von Stärken vor Ort, vorher LOS, durchführen zu können.

Durch die positiven Zustimmungen und die guten Erfahrungen aus der Verköstigung der Kinder und Mitarbeiter bei der Ferienaktion B(l)auspielplatz beteiligten wir uns auch dieses Jahr wieder und unsere Mitarbeiterin übernahm den Bereich der Verpflegung. Für die entsprechenden Tage stellte sie einen Menüplan zusammen, plante das Mittagessen und die Zwischenmalzeiten, organisierte den Einkauf und kochte dann zusammen mit 4-6 Kindern ein warmes Mittagessen. Als Zwischenmalzeit gab es viel Obst und Gemüse.

In der Koordinierungsgruppe im Sozialraum arbeiten wir weiterhin mit.

Zum ersten Mal fand in den Herbstferien 2010 für Jungen und Mädchen die geschlechterspezifische Aktion - Feuerrot und Neonblau - statt. Bei der Suche von Sponsoren brachten wir unser Wissen und unsere Kontakte aus den Mädchenwochenaktionen ein. Außerdem beteiligten wir uns bei der Programmplanung und bei der Durchführung dieser Aktion.

Auch im Ulmer Frauenforum arbeiten wir in zahlreichen Arbeitskreisen und in der Funktion als Sprecherin aktiv mit. Mit Rukiye Kaplan ist seit 2010 die erste Migrantin im Sprechergremium vertreten.

Die Mitarbeit in überregionalen Einrichtungen konnte aus Zeitmangel und finanziellen Gründen auch in diesem Jahr nicht wahrgenommen werden. Wir sind Mitglied in der LAG Mädchen.

### **2.3 Im Mädchen- & Frauenladen „Sie´ste“**

Die Hausaufgabenbetreuung wurde in diesem Jahr auch 4 Mal in der Woche durchgeführt und wir können nicht mehr als 12 Mädchen sinnvoll betreuen.

Im Rahmen der Hausaufgabenbetreuung führen wir auch regelmäßige Elterngespräche, um den Eltern Anleitung zu geben wie sie ihr Kind unterstützen können, um sie zu ermuntern mit den Lehrerinnen Gespräche zu führen oder um sie in Erziehungsfragen zu beraten.

Die regelmäßige Teilnahme an der Hausaufgabenbetreuung konnte geringfügig gesteigert werden.

Seit zwei Jahren unterstützt uns eine Ehrenamtliche an einem Tag bei der Hausaufgabenbetreuung. Wir erhalten immer wieder Anfragen von Frauen, die während ihrer Arbeitslosigkeit etwas tun wollen. Das finden wir toll und wir bieten ihnen die Möglichkeit in der Betreuung. Wenn diese Frauen dann, was ja gut ist, wieder eine Arbeitsstelle finden, hören sie auf, das führt zu einer Fluktuation, die zwar bei der zusätzlichen Betreuung keine gravierenden Auswirkungen hat, aber für die reguläre Betreuung ungeeignet wäre.

Mit dem Landratsamt Alb-Donau-Kreis wurde im Rahmen des Mädchencafés eine interkulturelle Konzeption für ein Modellprojekt erarbeitet und gestartet. Schwerpunkt unserer „Esspedition mit Pippi“ ist, bei den Mädels Spaß an guter Ernährung zu entwickeln, Informationen über Nahrungsmittel und ihre Verarbeitung kindgerecht und unter Berücksichtigung ihrer entsprechenden interkulturellen Essgewohnheiten zu vermitteln und ihren Spaß an der Bewegung zu fördern. Finanziert wurde das Projekt vom Land BW über die Initiative „Komm in Form“. Serrando, Verein für Zirkuskünste in Ulm e.V. war weiterer Kooperationspartner des Projektes und nutzte unsere Räumlichkeiten für sein Angebot. Die Kontakte entstanden über die Gesundheitsförderung.

Da unsere Mädels in der warmen Jahreszeit gerne auf dem Spielplatz Sonnenschein sind, spielen wir dort gemeinsam mit allen Kindern, die sich dort aufhalten. Wir erreichen durch diese Aktionen mehr Kinder und tragen so dazu bei, dass zumindest in den Sommermonaten der Spielplatz unregelmäßig betreut wird.

Da durch das Projekt - Esspedition mit Pippi - unsere frei verfügbaren Nachmittage um 10 Nachmittage gekürzt waren, war die Beteiligung der Mädels an der Programmgestaltung zahlenmäßig niedriger, da aber das Projekt von den Mädels sehr gut angenommen wurde und sie ihr Wissen aktiv erweitern konnten ist das unserer Meinung nach ein guter Ersatz (Wirkungskennzahl 2.2).

Unser internationales Frauencafé ist für unsere türkischen Besucherinnen eine wichtige Anlaufstelle bei Fragen und Informationen.

An diesen Nachmittagen fanden einige Vorträge mit Referentinnen von außen statt und zahlreiche Gesprächsrunden, die sich am Bedarf der Besucherinnen orientieren. Themenschwerpunkte sind: Gesundheit, Fragen zur Schule, Erziehung, Kommunalpolitik, Religion, Ausländerpolitik, Stadtteilarbeit, Sport und Vereine und zur Zukunftsperspektive hier lebender Migrantinnen und ihrer Familien.

Im Frauenfrühstück treffen sich Frauen unterschiedlichsten Alters und Nationalität und tauschen sich aus. Durch die neuen Räume sind Frauen aus der Nachbarschaft neugierig geworden, besuchen uns und es finden immer wieder auch Rollstuhlfahrerinnen den Weg ins Sie´ste. Es finden 2010 auch mehr Frauen türkischer Herkunft den Weg zum Frühstück.

Beide Frauentreffs und das Mädchencafé sind im Umfang gleich geblieben. Unsere Angebote für die Frauen und Mädchen wurden sehr gut besucht.



Immer wieder nutzen unsere Besucherinnen aber auch andere Frauen aus dem Stadtteil, unsere Treffs um sich in den verschiedensten Bereichen Beratung zu holen. Es ist immer eine Erstberatung, wie Hilfe beim Ausfüllen von Formularen, Frage nach Anlaufstellen oder Erziehungs- und Schulberatung. In einigen Fällen war es notwendig eine Dolmetscherin einzubeziehen.

Seit Oktober 2006 trifft sich bei uns regelmäßig wöchentlich eine Frauengruppe die Kreativangebote, vor allem Filzen, durchführt und alle Bewohnerinnen des Stadtteils dazu einlädt und ihr enormes und kreatives Wissen weitergibt.

Seit 2009 bietet diese Gruppe ehrenamtlich einmal im Monat am Mittwochabend von 18.00 bis 20.00 Uhr einen Kreativabend an, an dem auch Dinge hergestellt werden für den Verkauf beim Markt der kleinen Dinge. Mehrere Frauen mit körperlicher bzw. geistiger Behinderung (aus der Nachbarschaft und der Lebenshilfe) besuchen dieses Angebot, unter anderem auch Rollstuhlfahrerinnen. Dieses Angebot wird sehr gut angenommen.

Aus dem ersten Nordic Walking Kurs der im Rahmen der Gesundheitsförderung durchgeführt wurde, entwickelte sich ein regelmäßiger offener Lauftreff der in den Wintermonaten ab 17.00 Uhr und in der Sommerzeit ab 17.30 Uhr am Sie´ste startet.

Ein Modellcomputerkurs Frauen 50+ zur Nutzung des Internets wurde 2009 in Cooperation mit dem ZAWiW (Konzeption und Organisation) und mehreren ehrenamtlichen Frauen (Organisation und Durchführung) entwickelt. Da der Bedarf dieses Kurses bei unseren Migrantinnen sehr groß war, fanden auch 2010 Kurse statt.

In der Begegnungszone konnte kein weiterer regelmäßiger Treff zum Austausch durch ehrenamtliche Frauen entwickelt werden, da Vorträge und Kurse zur Gesundheitsförderung auch in der Begegnungszone statt fanden (Wirkungskennzahl 4.3)

In 2010 führten wir keinen Ausflug durch. Wir besuchten aber Ausstellungen in Ulmer Museen und der vh.

Im November 2010 haben wir gemeinsam mit einer Moderatorin unseren Klausurtag durchgeführt. Bedingt durch die mögliche Strukturänderung im Schulbereich beschäftigten wir uns mit der Frage: Zukunft gemeinsam gestalten – wohin wollen wir uns entwickeln? Ziel des Klausurtages war ein Grundgerüst für die Arbeit 2011 zu entwickeln.

Im Rahmen des Projektes Gesundheitsförderung bei Benachteiligten werden unsere Räume von der Projektgruppe regelmäßig genutzt und es fanden zahlreiche Kurse und Vorträge hier statt.

Auch 2010 führt die Kontaktstelle für die ausländische Bürgerschaft in unseren Räumen Deutschkurse durch. Unter anderem nahmen Mütter von Mädels der Hausaufgabenbetreuung dieses Angebot an.

Die Räumlichkeiten des Sie´ste werden außerdem von der Türkisch-deutschen Frauenfreundschaftsgruppe und ihrer Folkloregruppen genutzt. Diese feierte am 9. Oktober ihr 20-jähriges Jubiläum im Sie´ste. Anlässlich dieses Jubiläums wurde die 1995 von den türkischen Frauen erarbeitete Ausstellung „Frauen in der Türkei“ - Auseinandersetzung mit einem Klischee - konserviert, gerahmt und im Sie´ste gezeigt. Eine anschauliche Ausstellung über Trachten und ihre historische Bedeutung aus dem türkischen Raum fand viel Bewunderung. Sie wurde von einer Frau in jahrelanger Recherche zusammengetragen und in vielen Nähstunden anschaulich gestaltet. Viele Besucher/innen kamen zum feiern.

Es fanden Sitzungen zahlreicher Arbeitsgruppen im Sie´ste statt, u.a. von Tatmotiv Ehre, den Sprecherinnen und Arbeitskreisen des Ulmer Frauenforums, Sitzungen der IG Kinder und Jugendliche West, der KGSR West, Kooperationspartner/innen der Gesundheitsförderung. Bedingt durch die neuen Räume und weiteren Angeboten haben wir nach der Eröffnung (2008) viele neue Nutzerinnen gewonnen.

Aus dem in der Anlage beigelegten Schaubild wird ersichtlich, dass die Zahl der Besucherinnen im letzten Jahr gestiegen ist, enthalten sind Vorträge und Kurse der Gesundheitsförderung die im Sie´ste stattfanden. Nicht in der Statistik enthalten sind Aktionen außerhalb des Sie´ste und Teilnehmerinnen die im Rahmen der Gesundheitsförderung an Vorträgen und Kursen in anderen Treffs, Vereinen und Einrichtungen sich treffen.

## **2.4 Finanzielle Situation**

Ein Großteil der Mittel, die wir von der Stadt erhalten haben, wurde für Miete, die Finanzierung der Teilzeitstelle und Honorare verwendet. Von Einzelpersonen erhielten wir Spenden, vom Land einen Zuschuss für die Hausaufgabenbetreuung, außerdem erheben wir Unkostenbeiträge von unseren Besucherinnen fürs Frauenfrühstück, Mädchencafe, Internationales Frauencafe und für die Hausaufgabenbetreuung.

Durch sparsames Wirtschaften und zusätzliche ehrenamtliche Tätigkeiten konnten wir die Teilzeitstelle halten und die Honorarkräfte finanziert und so eine Kontinuität unserer Arbeit im „Sie´ste“ gewährleisten.

Die Einnahmen und Ausgaben unserer Abrechnung sind recht ausgewogen, wenn berücksichtigt wird, dass wir Ende 2010 Sponsorengelder für die Gesundheitsförderung für 2011 erhielten und wir noch Anspruch auf Mittel von Stärke vor Ort haben, die erst nach Projektabrechnung in 2011 ausbezahlt werden, aber vom Frauennetz ausgelegt wurden.



Da die Räume im ersten Stock schwerpunktmäßig für die Angebote des Projektes Gesundheitsförderung genutzt werden, sie aber einen eigenen Eingang haben ist auch die Nutzung durch Männer unproblematisch. Außerdem sind sie getrennt von unserem Büro (Datenschutz) und unseren Materialien. Deshalb bietet sich dort auch die Möglichkeit, diese Räume unterzuvermieten, um sie besser zu nutzen und um finanzielle Mittel zu erhalten. Dies wurde mit der UWS abgeklärt. Für diese Räume wurde ein Vermietungskonzept ausgearbeitet.

## **2.5 Personelle Situation**

Im Berichtszeitraum haben wir durch den Zuschuss der Stadt die Teilzeitstelle im „Sie´ste“ halten können. Weiterhin standen uns, im Rahmen der vernetzten Arbeit, die 10 Std./Woche einer hauptamtlichen Mitarbeiterin vom Jugendhaus Inseltreff Weststadt zur Verfügung, auf die wir auch weiterhin nicht verzichten können. Durch die Honorartätigkeiten und die umfangreiche ehrenamtliche Arbeit konnten wir die Angebote im „Sie´ste“ in vollem Umfang aufrecht erhalten und der großen Anzahl von Aktivitäten und Besucherinnen gerecht werden.

## **3. Perspektiven**

Da das Sie´ste nun barrierefrei erreicht werden kann und auch eine Behindertentoilette vorhanden ist, ist es unser Ziel diesem Personenkreis die Möglichkeiten in unserer Einrichtung bekannt zu machen.

Bis 2011 werden die Schwerpunkte des Frauennetzes sein:

- unsere neue Konzeption auch Raumkonzeption weiter zu entwickeln.
- In Zusammenarbeit mit dem Landratsamt findet im Mädchencafe das Projekt Expedition mit Pippi bis April 2011 statt
- Mädchentreff für Jugendliche initiieren
- Gesundheitsförderung bei Benachteiligten: Angebote entwickeln und durchführen, erschließen von finanziellen Mitteln

In Kooperation mit Einrichtungen der IG Kinder und Jugendlichen in der Weststadt werden auch 2011 gemeinsame Angebote für Kinder und Jugendliche im Bereich Sport, Bildung und Freizeit auch in den Ferien geplant und durchgeführt.

Im Stadtteil kommt mehr als ein Drittel der Bewohnerinnen nicht aus dem deutschsprachigen Kulturkreis. Es gibt, bis auf das türkische Theater Ulüm, kaum Möglichkeiten diese Bevölkerungsgruppe an Kultur heran zu führen und noch weniger Möglichkeiten sich kulturell zu betätigen. Kinder und Jugendliche erhalten dabei zu wenig Förderung. Mit interessierten Frauen und entsprechenden Organisationen werden wir versuchen im Stadtteil auf kultureller Ebene Möglichkeiten der Partizipation und Beteiligung zu schaffen. Erste Schritte wie gemeinsame Teilnahme an Ausstellungen, Kulturveranstaltungen, Angebote unserer Kreativ AG sind bereits unternommen.

In 2011 ist auch wieder ein Ausflug geplant.

Wir sind bestrebt, dass sich in unserer Begegnungszone Angebote zum kulturellen Austausch etablieren.

**Für die Zuschüsse und die Unterstützung bedanken wir uns bei der Stadt und dem Gemeinderat recht herzlich und hoffen auf weitere Unterstützung.**

Mit freundlichen Grüßen

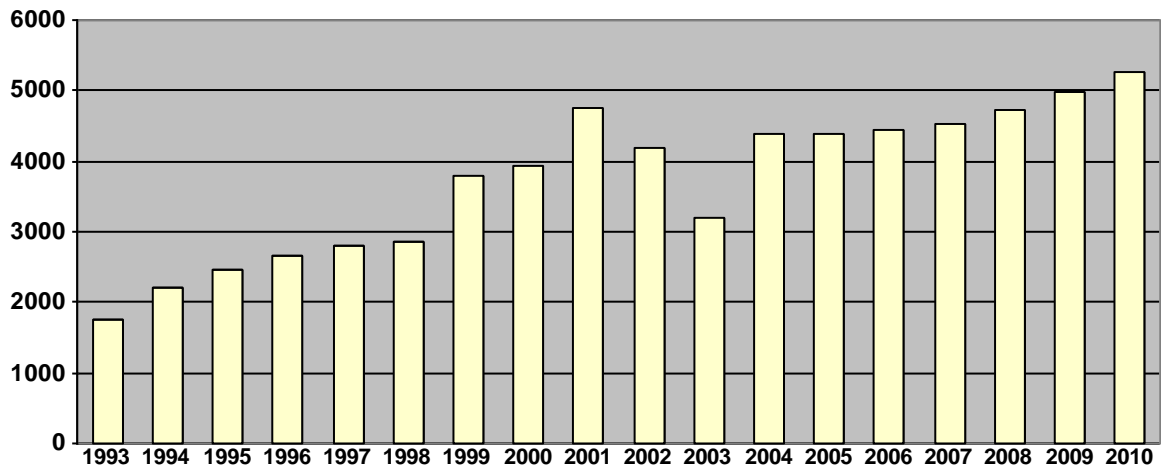
Im Auftrag:

Sigrid Räkel-Rehner  
Vorstandsfrau

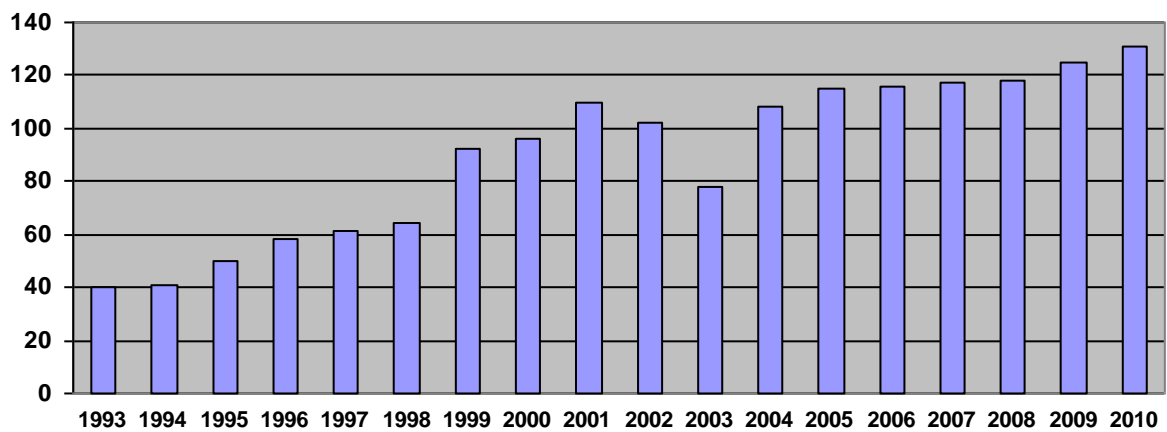
Christl Flaig  
Kassenführung



## Schaubild: Anzahl der Besucherinnen

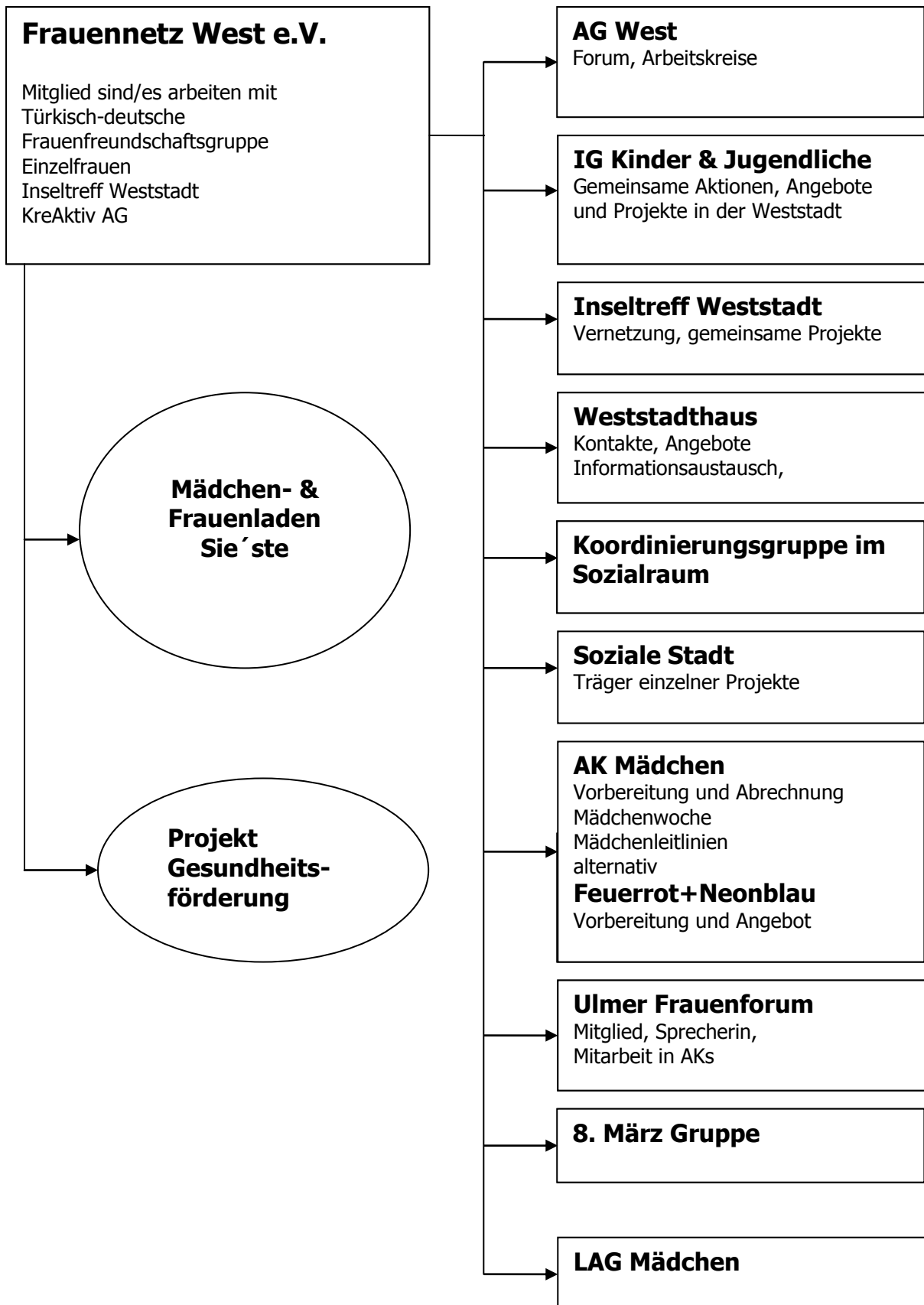


Das Schaubild zeigt die **Entwicklung der Besucherinnen auf die Jahre bezogen**.



Das Schaubild zeigt die **Entwicklung unserer wöchentlichen Besucherinnen**.

## Vernetzungsschaubild



# Abschlußbericht des Projekts – 2010

## I. Angaben zum Projekt

<b>Projektname</b>	Gesundheitsförderung
<b>Projektträger Ansprechpartnerinnen</b>	Frauennetz West e.V. Sigrid Räkel-Rehner, Rukiye Kaplan

## II. Projektergebnisse im Zeitraum von 01.01. bis 31.12.2010

<b>1. Projektkonzept/ Projektverlauf</b> (Wurde eine Veränderung des Konzepts vorgenommen, wenn ja, weshalb?)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Planung und Durchführung notwendiger, niederschwelliger Angebote</li><li>• Vernetzung der im Gesundheitsbereich tätigen Personen und Einrichtungen in der Weststadt zur gegenseitigen Information über Angebote, Informationsveranstaltungen und zur Planung gemeinsamer Angebote</li><li>• Förderung der Präsenz von Selbsthilfegruppen und die Integration von betroffenen Migrantinnen</li><li>• Förderung der Integration von besonders Benachteiligten in Sport- und Freizeitvereinen</li><li>• Esskulturen fördern und gesund gestalten</li><li>• Stärkung der psychosozialen Kompetenz der Frauen mit Migrationshintergrund</li><li>• Förderung von Referentinnen und Referenten mit Migrationshintergrund als Vorbildfunktion</li><li>• Einbeziehung der im Stadtteil aktiven Migrantenvereine zur Gewinnung und Schulung von Multiplikatorinnen</li></ul>
<b>2. Auf welchen Zielen liegt der Schwerpunkt der Projektarbeit?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Planung und Durchführung niederschwelliger Angebote im Bereich Ernährung, Bewegung und Referate, um die psychosoziale Kompetenz zu verbessern</li><li>• Planung und Durchführung niederschwelliger Angebote in unserer Einrichtung und der Kooperationspartner/Innen</li><li>• Förderung der Integration von besonders Benachteiligten im Sportverein</li><li>• Organisation einer Mädchenfußballmannschaft</li><li>• Esskulturen fördern und gesund gestalten</li><li>• Stärkung der psychosozialen Kompetenz der Frauen mit Migrationshintergrund</li><li>• Förderung von Referentinnen und Referenten mit Migrationshintergrund als Vorbildfunktion</li></ul>

## Modellvorhaben Soziale Stadt 2007 - 2010

<p><b>3. Teilnehmer/ Teilnehmerinnen</b> weiblich/männlich Altersstruktur Nationalität/Migrationshintergrund Besonderheiten</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• über 90% der Teilnehmer/innen waren weiblich</li> <li>• über 80% hatten einen Migrationshintergrund</li> <li>• die Altersstruktur lag zwischen 7 - 75 Jahren</li> </ul>
<p><b>4. Gruppengröße</b> Anzahl der Teilnehmer/innen je Gruppe</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 23 Vorträge</li> <li>• 2 Vorträge mit 3 weiteren Kursterminen</li> <li>• 12 Kurse</li> <li>• Kurse: 3-8 Personen, bedingt durch die Größe der Räume und des Lehrschwimmbeckens</li> <li>• 20-30 Mädchen beim Fußballtraining</li> <li>• Vorträge: 5 -60 Personen</li> <li>• Projekt „Komm in Form“ des Landes Baden-Württemberg über gesunde Ernährung für Grundschülerinnen mit weiteren Kooperationspartnern</li> </ul>
<p><b>5. Kontinuität der Teilnahme</b> Anzahl der Abbrüche Gründe für Abbrüche</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 Kurse fanden nicht statt</li> </ul> <p>Gründe könnten sein: Geringes Interesse, fehlende Einsicht der Notwendigkeit, finanzielle Probleme</p>
<p><b>6. Beschreiben Sie den momentanen Stand der Zielerreichung</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 70 Frauen haben Schwimmen gelernt, 20 Frauen Rad fahren; hier ist die Nachfrage sehr groß</li> <li>• Vorträge und Kurse wurden im allgemeinen gut besucht</li> <li>• 12 Familien konnten motiviert werden, im Sportverein Mitglied zu werden</li> <li>• 20 – 30 Mädels konnten zum Fußballtraining motiviert werden</li> <li>• Kontinuität der Angebote führte zur erhöhten Nachfrage und Zunahme der Teilnehmerinnen</li> <li>•</li> </ul>
<p><b>7. Wie bewerten Sie das Projekt insgesamt?</b></p>	<p>Die Gesundheitsförderung wurde von einem Team von 4 Frauen gemeinsam durchgeführt. Zwei von ihnen haben einen Migrationshintergrund. Die Arbeit zeichnete sich dadurch aus, dass die Frauen, die auch in der Weststadt leben, ihre interkulturellen Kenntnisse, Erfahrungen und persönlichen Beziehungen einbrachten, die sie durch</p>



## Modellvorhaben Soziale Stadt 2007 - 2010

	<p>jahrelanges ehrenamtliches und professionelles Engagement für soziale Belange und Chancengleichheit erworben hatten. Wir konnten Frauen motivieren und zum Mitmachen aktivieren, die im Alltag besondere Belastungen bewältigen müssen oder von Chancenungleichheit betroffen sind. Für sie waren die Angebote oft der erste Anstoß sich mit der Gesundheitsprävention zu beschäftigen. Wir haben somit den Eindruck gewonnen, dass besonders die Frauen und Mädchen erreicht wurden, die sonst wenig Anschluss ans öffentliche Leben haben.</p> <p>Dies geschah durch intensive regelmäßige Werbung in den Einrichtungen, persönliche Ansprache der Multiplikatorinnen und Teilnehmenden, besonders durch die Mitarbeiterinnen mit türkischem Migrationshintergrund - der sog. Brückenpersonen.</p> <p>Die Veranstaltungen fanden in unserer Einrichtung statt oder in den Einrichtungen der Kooperationspartner. Bei den Kooperationspartnern fanden die gewünschten Vorträge meistens im Rahmen der regelmäßigen Treffen statt. Häufig wurden die Veranstaltungen zweisprachig abgehalten. Gezielt wurden für die Vorträge und Kurse Fachfrauen- und Männer gesucht, die selbst aus dem Kulturkreis stammen. Ein wesentlicher Grund dafür war, dass diese Personen als Vorbilder agierten und nach Bedarf zweisprachig referieren konnten. Somit erreichten wir sprachlich benachteiligte Menschen leichter. Auch war es für die Referenten und Referentinnen eine Anerkennung ihrer Kompetenz und ihres Fachwissens.</p> <p>Gerade die Vorträge im psychosozialen Bereich wurden gut besucht und deshalb mehrmals angeboten: Beispiele: Wie Erziehung (wieder) Freude macht, Unruhige Kinder fordern Elternhaus und Schule heraus, Mein Kind kommt in die Schule, Wege zum psychischen Wohlbefinden in der Familie. Die Gespräche mit der Frauenärztin führten zum gegenseitigen besseren Verständnis.</p> <p>Das Sie'ste bot in lockerer Atmosphäre eine gute Plattform, die Frauen wurden ernst genommen und ihnen zugehört. Die Informationen und der Erfahrungsaustausch mit anderen eröffnete ihnen oft einen anderen Blick auf die Erziehung und nahm ihnen das sog. „schlechte Gewissen“.</p> <p>Die Ernährungsvorträge führten dazu, dass in den darauf folgenden Treffen dieses Thema weiter intensiviert werden konnte.</p> <p>Ca. 70 Frauen haben in unseren Kursen Schwimmen gelernt und 20 Frauen Radfahren! Es konnte erreicht werden, dass die Stadt Ulm ab Februar 2011 Badezeiten speziell für Frauen im Westbad anbietet.</p> <p>Bei der großen Nachfrage ist es wichtig, dass weiterhin ermäßigte Kurse angeboten werden, weil die Frauen es sich nicht leisten können. Auch brauchen sie Unterstützung und Begleitung zu den Kursen.</p> <p>Durch Gespräche mit Schulleitungen, Sportlehrerinnen,</p>
--	--

**Modellvorhaben Soziale Stadt  
2007 - 2010**

	<p>Lehrern und Eltern gründete sich eine neue Trainingsgruppe Mädchenfußball im Alter zwischen 9 und 14 Jahren. Einmal wöchentlich treffen sich zwischen 20-30 Mädchen zum Kicken (Vereinsgelände des ESC in der Weststadt) und werden von zwei Frauen trainiert. Mädchen erhielten eine Chance Fußball zu spielen, dass sie in ihrem Selbstbewusstsein stärken wird und die Eltern (besonders die Väter) mit Stolz erfüllt.</p> <p>12 Familien konnten als neue Mitglieder im Sportverein gewonnen werden.</p> <p>Durch das breit gefächerte niederschwellige Angebot zur Gesundheitsförderung ist es uns gelungen, viele Frauen besonders mit Migrationshintergrund zu erreichen. Wir meinen, dass wir damit einen Beitrag dazu leisten konnten, den Gesundheitszustand der im Stadtteil lebenden Familien zu verbessern. Dies wurde uns auch in einer Nachbesprechung mit den Kooperationspartnern bestätigt.</p>
<p><b>8. Einschätzung des Projekts über die gesamte Laufzeit gesehen?</b></p>	<p>Siehe Punkt 7.</p>
<p><b>9. Nachhaltigkeit</b> Welche Ergebnisse, Wirkungen bleiben nach Projektende?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die psychosoziale Kompetenz der Besucherinnen konnte verbessert werden</li> <li>• Das Wissen zu den unterschiedlichsten Gesundheitsthemen wurde erweitert</li> <li>• Erhöhung der Lebensqualität durch den Erwerb der Fähigkeit zum Schwimmen</li> <li>• Radfahren können, heißt: mehr Bewegung, mehr Mobilität, mehr Flexibilität, mehr Selbstständigkeit, mehr Unabhängigkeit für die Frauen</li> <li>• Badezeiten speziell für Frauen</li> <li>• Mädchenfußballtraining</li> <li>• Integration und Wahrnehmung von Angeboten im Sportverein</li> <li>• Wöchentlicher Lauffreff</li> <li>• Initiierung weiterer Schwimmkurse für Frauen durch einen anderen Anbieter</li> <li>• Das kontinuierliche, regelmäßige Angebot führte zu mehr Vertrauen und mehr Besucherinnen im dritten Jahr des Projektes</li> </ul>
<p><b>10. Nennen Sie die wichtigsten Kooperationspartner und stellen Sie deren Mitwirkung dar.</b></p>	<p>Referentinnen und Referenten:</p> <p>Ärzt/innen, Physiotherapeutinnen, Psychotherapeutinnen, Psychologinnen, Pädagoginnen, Krankenschwestern, Sporttherapeutinnen, Sozialpädagogen/innen,</p>

Modellvorhaben Soziale Stadt  
2007 - 2010

	<p>Ernährungsberaterinnen, Sprecherin der Frauenselbsthilfe nach Krebs, Verbraucherberaterin</p> <p>Kooperationspartner/innen:</p> <p>AG-West, Dichterviertel-Treff, DiTib, AWO, Kath. Kindergarten Heilig Geist, Kindergarten St. Elisabeth, Gesundheitsamt, Landratsamt Alb-Donau-Kreis, Universität Ulm, DLRG, ESC, Beratungsstelle für Schwangerschafts- und Familienfragen, Schulen in der Weststadt</p>
--	---

**01.02.2011**