SIGI BEWEGT!

FrauenschwimmenPLUS 2017

Caritas

SIQ! Sport - Integration - Qualifikation

SIQ! Sport – Integration – Qualifikation

Caritas Campus
Mariengasse 24, EG 39,
8020 Graz

Impressum

SIQ+ Bewegt! ist eine Zeitschrift des Projektes SIQ+ Sport - Integration - Qualifikation, die acht Mal jährlich über unseren Email-Verteiler verschickt wird oder bei Veranstaltungen aufliegt. Verfasst werden die Beiträge von den Projekt-MitarbeiterInnen und -PraktikantInnen.

AutorInnen dieser Ausgabe:

Michael Teichmann
Elisabeth Narnhofer
Bernd Stadlober
Birol Yimaz

Fotos; SIQ+, Maryam Mohammadi

http://siq.caritas-steiermark.at

Mehr Informationen auch auf Facebook unter: **http://www.facebook.com/#!/siq.qualifikation**

Inhalt

FrauenschwimmenPLUS 4

Marathon Graz 5

Ausblick IALG 5

GRAgustl 2017 5

15 Plus 5

EUROPA INTEGRATION ÄUSSERES BUNDESMINISTERIUM REPUBLIK ÖSTERREICH

STADT GRAZ BILDUNG & INTEGRATION

GRAZ SPORT

Das Land Steiermark → Bildung, Familie und Jugend

SPORT MINISTERIUM

2017/3

IN DIESER AUSGABE:

Editorial

In unserem neuen Herbst-Journal steht zunächst unser umfangreiches sportintegratives Angebot FrauenschwimmenPLUS im Mittel-punkt. Dabei freuen wir uns ganz besonders, einige der wunderbaren Bilder der feministischen Fotokünstlerin Maryam Mohammadi, die im Rahmen einer Fotosession entstanden sind, zu präsentieren. Vielen Dank für diesen großartigen ehrenamtlichen Einsatz!

Weiters berichten wir über die erfreuliche Zukunft der IALG, unsere Teilnahme am Graz Marathon, wir lassen unser Sommerprogramm GRAgustl, das bereits zum zehnten Mal über 110 Kinder sportliche und lehrreiche vier Wochen bescherte, noch einmal Revue passieren und, last but not least, stellt Birol Yilmaz sein sportintegratives und -pädagogisches Ü15 Modul für Burschen ausführlich vor. Abgerundet wird unser Journal durch eine kleine Fotoauswahl weiterer SIQ+-Aktivitäten der letzten Wochen.

Wir wünschen Ihnen/Euch allen einen wunderschönen und sportlichen Herbst! Viel Freude beim Lesen und Schauen wünscht das SIQ+ Team!

www.facebook.com/#!/siq.qualifikation
http://siq.caritas-steiermark.at.

FrauenschwimmenPLUS

Der letzte Block FrauenschwimmenPLUS 2017 beginnt am Samstag, 11.11.2017.

An 4 Terminen (Einstieg jederzeit möglich) gibt es für jugendliche Mädchen (ab 13) und für Frauen mit Flucht- bzw. Migrationshintergrund noch die Chance, kostenlos Schwimmen zu erlernen bzw. zu trainieren. Doch eigentlich geht es bei diesem speziellen Sportintegrationsangebot um wesentlich mehr: Selbstvertrauen tanken, in Kontakt treten, Kommunikations- und Sprachtraining, Frauennetzwerke kennen lernen und sich selbst zu ermächtigen, am gesellschaftlichen Leben umfassender teilzunehmen. Dazu tragen auch verschiedene Expertinnen bei, die bei FrauenschwimmenPLUS mitmachen und ganz ungezwungen und informell über frauen- bzw. familienrelevante Angebote und Anlaufstellen in Graz informieren. Dieser informelle Rahmen macht es möglich, dass auch eine sonst eher schwer zu erreichende Zielgruppe nützliche Informationen und Kontakte erhält. Im letzten Block wird u.a. eine Expertin vom Frauengesundheitszentrum Graz bei einer Einheit mit dabei sein.

Beim FrauenschwimmenPLUS kommen aber nicht nur Frauen zum Zug, sondern auch deren Kinder zwischen 4 und 10 Jahren: Die Kinder können ihre Mamas zum ATG in die Kastellfeldgasse begleiten und toben sich zeitgleich in der angrenzenden Turnhalle beim Sport- und spielerischen Sprachtraining aus.

Wie gesagt: 2017 warten noch 4 Termine auf die Teilnehmerinnen und deren Kinder:

Sa,	**11.11.**
Sa,	**18.11.**
Sa,	**25.11.**
Sa,	**2.12.**

Die Einheit mit den Kindern findet jeweils von 17:00-18:30 Uhr und die Einheit ohne Kinder findet von 18:30-20:00 Uhr statt. Die Anmeldung erfolgt vor Ort – also einfach zum Beginn der gewünschten Einheit ins ATG kommen!

Detailinformationen: siehe Flyer im Anhang

Marathon Graz

Da wir unsere Kids und Jugendlichen natürlich zu nichts zwingen, sondern vielmehr Einladungen aussprechen, bei diversen Events mitzumachen, haben wir uns umso mehr gefreut, dass sich eine Vielzahl von SIQ+-Athleten und Athletinnen zum diesjährigen Marathon in Graz angemeldet haben. Wir waren sowohl bei den JUNIOR Bewerben als auch bei der Viertelmarathondistanz vertreten! Wir haben gelacht, geschwitzt, abgeklatscht und definitiv alles gegeben! ☺ Alle Kids und Jugendlichen sind ins Ziel gekommen und haben eine Medaille umgehängt bekommen! Das wurde natürlich bei einem anschließenden gemeinsamen Essen gebührend gefeiert!
See you next year, Marathon Graz! ☺

Ein großes Dankeschön an die sBausparkasse für das Sponsoring unseres Laufteams!

Ausblick IALG

Da der Fußballsport immer noch DIE Sportart Nummer 1 ist – nicht nur in den meisten Teilen der Welt, sondern auch bei uns, soll natürlich auch SIQ+ ein passendes Programm anbieten. Doch beim Fußballspielen geht es nicht nur um den Sport an sich, sondern es geht (uns) um wesentlich MEHR!
Mit MATCHDAY+ soll die Idee von der IALG noch direkter und persönlicher an die Teams, Spielerinnen und Spieler herangebracht werden. ☺

Stay tuned, more information is coming soon! ☺

GRAgustl 2017

Viel Neues gab es dieses Jahr bei GRAgustl – Graz im August –, unserem abwechslungsreichen Sommer-Sport-Lern-Freizeit-Angebot für Kinder der 1. bis zur 6. Schulstufe, das SIQ+ zusammen mit den Lerncafés organisiert und durchführt.
Wir wollen GEMEINSAM eine tolle Zeit haben! Das war die Idee, die innerhalb des Teams, bestehend aus Hauptamtlichen, Ehrenamtlichen, TrainerInnen und PraktikantInnen, nach außen getragen werden sollte. Und es soll gleich vorweg genommen werden: Der Weg, den wir mit GRAgustl 2017 gegangen sind, soll auch in den nächsten Jahre weitergegangen werden! ☺

Dass sich dieser Gedanke durch den ganzen Tag gezogen hat, zeigt sich im Ablauf:
GEMEINSAMES Ankommen am Morgen, GEMEINSAMES Lernen am Vormittag, GEMEINSAMES Spielen in der Mittagspause, GEMEINSAMES Sporteln am Nachmittag, GEMEINSAMES Verabschieden.
Ein klassenweise gestaltetes Lernprogramm am Vormittag, bei dem nicht nur der Schulstoff des letzten Jahres wiederholt wurde, sondern auch diverse andere Themen zur Diskussion standen, wurde am Nachmittag von einem vielseitigen Sportangebot abgerundet (Fußball, Ballspiele, Handball, Volleyball, Tennis, Tanzen, AntiAggro-Training, Mental-Adventure-Training, Schwimmen). Einmal haben wir sogar von Radio Steiermark Besuch bekommen! Kinder wurden interviewt, haben dann Rollen getauscht und der Reporterin einige Fragen gestellt! ☺
Durch zwei „Sporttage“, an denen wir diverse Sportvereine aus Graz eingeladen haben, konnten unsere Kids auch verschiedene Vereine kennenlernen.
Herzlichen Dank an dieser Stelle noch einmal an GAK Juniors, HSG Graz, UBSC Graz, UVC Graz, DropIn Graz und AGT Kickstart fürs Vorbeikommen und das lässige Programm! ☺ In der letzten Woche standen noch Ausflüge (Rettung, Polizei,...) und andere Spiele (Chaos Game, Fotorally durch Graz) am Programm, die für einen abwechslungsreichen Abschluss für alle Beteiligten der vier GRAgustl-Wochen gesorgt haben!

DANKE an alle Praktikantinnen, Praktikanten, Trainerinnen und Trainer, Ehrenamtliche, Hauptamtliche, Geldgeber und natürlich auch an alle KIDS und JUGENDLICHEN für aufregende, spannende, lustige, intensive, magische 4 Wochen, voller Smileys, Spielen, Weinen, Trösten, Sporteln, Abklatschen, Tanzen, Lernen, …

In diesem Sinne: DESPACITO ;)

15 PLUS

Nach der Sommerpause hat unser

umfangreiches Modul für die Ü15 im September wieder neu gestartet. Jeden Freitag trainieren wir von 14:30-17:30 Uhr am Mucharplatz. Am Programm stehen Lauf-, Kletter-, Fußball sowie Kraft- und Stabilitätsübungen. Ich begleite das gesamte Sportprogramm mit Motivations- und Kommunikations-methoden. Unter anderem wird jedes Mal besprochen, wie die vergangene Woche gelaufen ist. Dabei sind Schule, Freund/innen und Familie wichtige Themen. Das Erlebte wird gemeinsam diskutiert. Negative und positive Erlebnisse werden gleichermaßen behandelt.

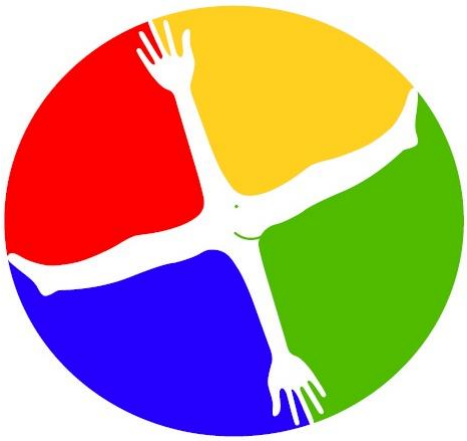
Jedes Mal sind zwischen 20 und 25 Jugendliche anwesend. Circa 15 davon nehmen sehr regelmäßig teil, die anderen kommen gelegentlich oder stoßen neu dazu. Alle Sportler sind talentiert, sind teamfähig und haben Spaß. Die meisten wünschen sich, in einer guten Mannschaft zu spielen, 3-4-mal die Woche zu trainieren und am Wochenende an Turnieren teil-zunehmen.

Über das Training lernen wir auch immer wieder neue Jugendliche kennen. Das macht Spaß und stärkt die Gruppe. Wir sind eine Gruppe, die stark zusammenhält und nie aufgibt! Das positive Denken ist zentral. Die Hintergründe der einzelnen Personen treten tatsächlich in den Hintergrund – im Vordergrund stehen das positive Zusammengehörigkeitsgefühl, die Ge-sundheitsförderung, die Persönlich-keitsentwicklung und der Spaß am Sport!

Der Übergang zum Vereins- bis hin zum Profisport ist auch Teil unserer Arbeit. Wir begleiten Jugendliche regelmäßig zu Sichtungs-trainings zum GAK. Zentrale Kompetenzen wie Disziplin, Pünktlichkeit, Verlässlichkeit, gutes Benehmen, Respekt und Teamfähigkeit üben wir dabei kontinuierlich. Der GAK bietet Kindern und Jugendlichen aus einkommensschwachen Familien die Möglichkeit, einen vergünstigten Mitgliedsbeitrag zu bezahlen. Das Geld wird für Sportkleidung und -ausrüstung, Trainingslager etc. verwendet. Jedoch stellt auch diese vergünstigte Gebühr für viele eine Hürde dar! Manche Kinder sind sehr talentiert, das (fehlende) Geld sollte nicht der Grund sein, der sie vom Fußballspielen abhält.

Eine Ziel des Projekts behalte ich dabei immer im Auge: die „kritische“ Übergangsphase der Jugendlichen bestmöglich zu begleiten. Mit 15 Jahren müssen viele Entscheidungen für den späteren Lebensweg getroffen werden (Schule, Lehre etc.). Neue Kontakte zu Bezugspersonen, Freund/innen, Kolleg/innen werden geknüpft und neue Räume erschlossen. Teil meiner Arbeitsweise ist, 1-mal pro Monat die Schulen der Jugendlichen zu besuchen.

In der Pause komme ich mit ihnen bei einer Jause und einem Getränk ins Gespräch. Denn die Motivation ist nicht nur für den Sport, sondern auch für die schulischen Leistungen sehr wichtig. Ziel ist, den Kontakt auch zu Direktor/innen und Lehrpersonal zu halten und zu intensivieren. Zum Beispiel ist dies bereits mit der Direktorin des BORG Monsberger gut gelungen.

Geplant ist auch, dass die Jugendlichen 1-mal pro Monat ins Caritas-Büro kommen können, um positive und negative Erlebnisse zu besprechen. Das soll helfen, eine Beziehung aufzubauen und das Vertrauen stärken.

Ich arbeite sehr motiviert am Projekt. Unter anderem auch deshalb, weil ich meine eigene aktive Fußballkarriere aufgeben musste und ich talentierte Nachwuchsspieler bestmöglich fördern möchte.