

Oberberg AKTUELL



Fotos: Kreissportbund Oberberg.

SPORTMIX

Sport als Integrationsmotor

Red: 03.11.2022, 15:48 Uhr

Oberberg - Selbstverteidigungskurs für Frauen mit Fluchthintergrund – ein Gemeinschaftsprojekt der Kreissportbünde Oberberg und Rhein-Berg.

An zwei Wochenenden fand zum wiederholten Mal ein Selbstverteidigungs-/Selbstbehauptungskurs mit 18 Frauen und Mädchen mit Fluchthintergrund im Rahmen des Projektes „Willkommen im Sport“ in Overath statt. An dem Gemeinschaftsprojekt der Kreissportbünde Oberberg und Rhein-Berg für geflüchtete Frauen und Mädchen ein großer Erfolg. Es nahmen Frauen aus Afghanistan, Eritrea, Myanmar, Somalia, Marokko, Usbekistan und der Ukraine an dem Workshop teil. Das Angebot, das in Kooperation mit der Stadt und dem Stadtsporverband Overath organisiert wurde, beinhaltete neben dem Sport- und



Bewegungsangebot auch Kinderbetreuung, Verpflegung und einen Shuttleservice.

Die Frauen lernten in einem geschützten Rahmen, sich gegen verschiedene Formen von Gewalt zu schützen und zu wehren. Neben dem Erlernen der Techniken ging es auch darum, ein selbstbewusstes Auftreten, sowohl verbal als auch durch die Körpersprache, zu üben. Das Schreien eines lauten „Nein“ war für einige Frauen ungewohnt und stellte die erste Hemmschwelle dar. Die Trainerinnen und Betreuerinnen vom Taekwondo-Team Kocer standen den Frauen sowohl bei den praktischen Übungen als auch bei der Vermittlung von theoretischen Inhalten als Vertrauenspersonen zur Seite.

„Um auch die Sportvereine als ‚Integrationssprungbrett‘ einzubinden, ist es wichtig die Frauen über den Workshop an Sportangebote in Vereinen heranzuführen“, sagt Henk Allhoff, Fachreferent „Integration durch Sport“ beim KSB Oberberg. Es habe bereits Anfragen nach passenden Vereinsangeboten in der Umgebung gegeben. Eine Fortsetzung des Projektes im nächsten Jahr ist angedacht.

WERBUNG

[Datenschutzerklärung](#)