

Radfahren verbindet

Anregungen für Organisationen und Personen der Bereiche Klimaschutz, Nachhaltigkeit, Mobilität, Integration & Frauen- und Gesundheitsförderung, die radinteressierte Frauen unterstützen wollen.



Inhalt

Vorwort	2
Latente Radfahrbedürfnisse	3
Nachhaltiger Bedarf an Radkursen für Frauen	4
Modell: Modulares Fördersystem für radinteressierte Frauen	5
Bewusstseinsarbeit: Warum sollen Migrantinnen (mehr) Fahrrad fahren?	6
Radfahren – Mythen und Fakten	7
Gestaltung von Informationsveranstaltungen zu Gesundheit und Radfahren	9
Radfahrende Migrantinnen stärker öffentlich sichtbar machen	11
Migrantinnen sichtbar machen und Raderlebnisse verbinden	12
Implementierung von Radkursen mit unterschiedlichen Lernniveaus	13
Übungsmodul „Leihrad-Nutzung“ für leichteren Radzugang	18
Was wissen radinteressierte Migrantinnen über „Citybike Wien“?	20
Was wünschen sich Radkursteilnehmerinnen, um Radsicherheit zu gewinnen?	21
Internationale Good Practices Radförderung radinteressierter Frauen	22
Fazit	26
AutorInnen	27
Literatur	28
Impressum	29

Vorwort

Seit 2010 ist der Klima- und Energiefonds für österreichische Städte und Stadtregionen ein wichtiger Partner und Wegbegleiter auf ihrem Weg zur intelligenten, nachhaltigen Stadtentwicklung. Die österreichischen Städte und Regionen haben in den vergangenen Jahren bei vielen Gelegenheiten bewiesen, dass sie bereit sind, klimarelevante intelligente Lösungen zu entwickeln.

Die Gestaltung umweltverträglicher und bedürfnisorientierter Mobilitätslösungen ist für die Umsetzung der Vorhaben der Pariser Klimakonferenz essentiell: Bis 2050 sollen die Treibhausgasemissionen in den Industrieländern und damit auch in Österreich um mindestens 80 Prozent reduziert werden.

Um diese ambitionierten Ziele erreichen zu können ist es notwendig, im Bereich Mobilität den Umstieg stärker als bisher voranzutreiben. Die gezielte Förderung emissionsloser Mobilitätsformen wie zu Fuß gehen und Radfahren gewinnt dabei zunehmend an Bedeutung. Gezielte Förderung heißt in diesem Zusammenhang, alle sozialen Gruppen in einer zielgruppenadäquaten Form für nachhaltige Mobilität zu adressieren. Dabei sollten auch bisher weniger beachtete Zielgruppen in den Fokus gerückt werden. Um diese zu erreichen, ist es von großer Bedeutung, Erkenntnisse über diese sozialen Gruppen zu gewinnen. Eine solche Gruppe sind beispielsweise Frauen mit Migrationshintergrund.

Es ist dem Klima- und Energiefonds in den vergangenen Jahren durch seine aktive Netzwerkarbeit gelungen, eine entscheidende Brücke zwischen Forschung und Umsetzung innovativer Lösungen zu schlagen. Wir unterstützen daher die Verbreitung der Forschungsergebnisse zur Mobilität von Frauen mit Migrationshintergrund, die das Konsortium um das Institut für Höhere Studien erarbeitet hat. Mit der vorliegenden Broschüre soll aktuelles Wissen über ungenutzte Mobilitätspotenziale bei Migrantinnen sowie Wissen über überwindbare Barrieren, vor allem aber über nachahmenswerte Good Practices zeitnah verbreitet werden.

Interessierte Städte und Organisationen können diese Forschungsergebnisse zur Radmobilität von Migrantinnen für die Entwicklung und Umsetzung örtlicher Maßnahmen nutzen, ohne dass das Rad im wahrsten Sinn des Wortes überall neu erfunden werden muss: Der weitere Ausbau der Vernetzung zwischen ForscherInnen und VertreterInnen in Städten und Stadtregionen ist dabei durchaus erwünscht!



Theresia Vogel
Geschäftsführerin des Klima- und Energiefonds

Latente Radfahrbedürfnisse

Über die Alltagsmobilität von Frauen mit Migrationshintergrund wissen wir bisher sehr wenig. Daher ging das Forschungsprojekt „MigRad – Migrantinnen erobern das Fahrrad“ der Frage nach, ob Frauen mit Migrationshintergrund Interesse am Radfahren haben und welche Rahmenbedingungen sie brauchen (vgl. Segert et al. 2015).

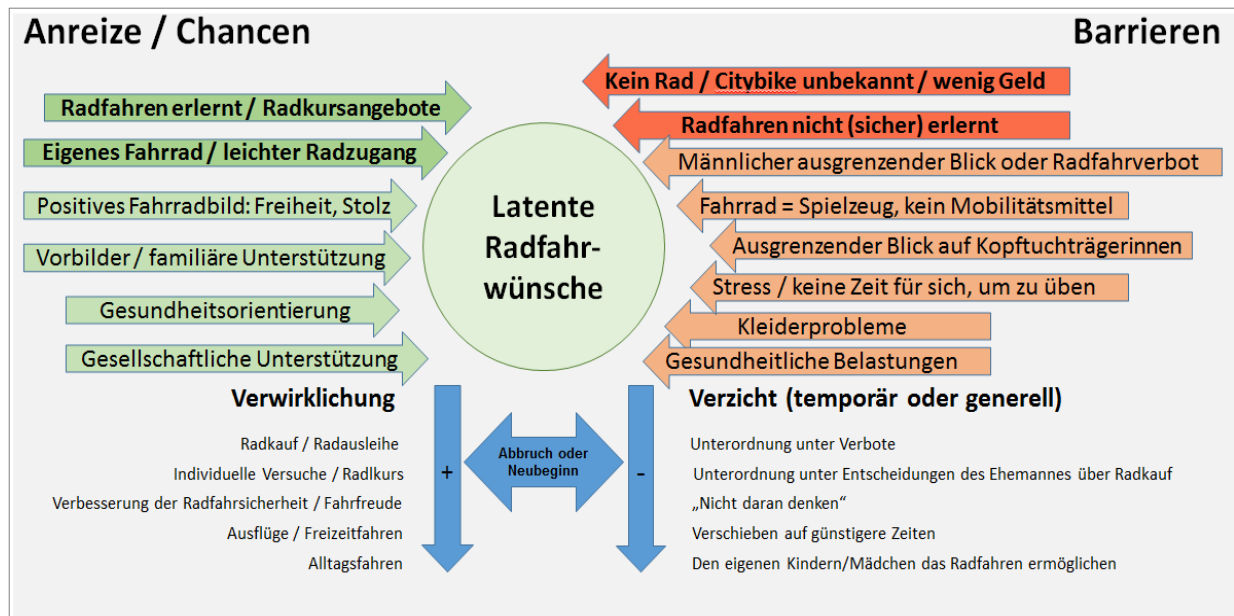


Abbildung 1: Chancen und Barrieren für radinteressierte Migrantinnen, Quelle: Segert et al. 2015, 65

Zentrales Ergebnis der Studie „MigRad – Migrantinnen erobern das Fahrrad“

Viele Frauen mit Migrationshintergrund würden gern Radfahren, sie werden aber daran durch vielfältige Barrieren teils ein Leben lang gehindert.

Wichtige Barrieren:

Das Radfahren wurde in der Kindheit nicht erlernt. Die Frauen haben kein eigenes Rad und oft auch keinen Zugang zu einem Leihrad. Wenn sich das Umfeld aber ändert, werden bisher blockierte latente Bedürfnisse geweckt, und viele Frauen werden aktiv.

Vielfalt an Barrieren erfordert modulares Fördersystem:

1. Erwachsenenradkurse mit unterschiedlichen Lernniveaus speziell für Frauen
2. Hilfe beim Zugang zu einem fahrtüchtigen Fahrrad
3. Bewusstseinsbildende und motivationsfördernde Events, um Ängste abzubauen und die Motivation, Rad zu fahren, zu stärken.

Nachhaltiger Bedarf an Radkursen für Frauen

Forschungsergebnisse der Befragung von Teilnehmerinnen an Radkursen im Zeitraum 2012 bis 2017 [N=119]

Dreiviertel der Teilnehmerinnen können nach dem Besuch eines Erwachsenenradkurses für Anfängerinnen eigenständig Fahrrad fahren. Wirklich sicher fühlen sich die meisten aber erst nach der Teilnahme an einem Fortgeschrittenenkurs.

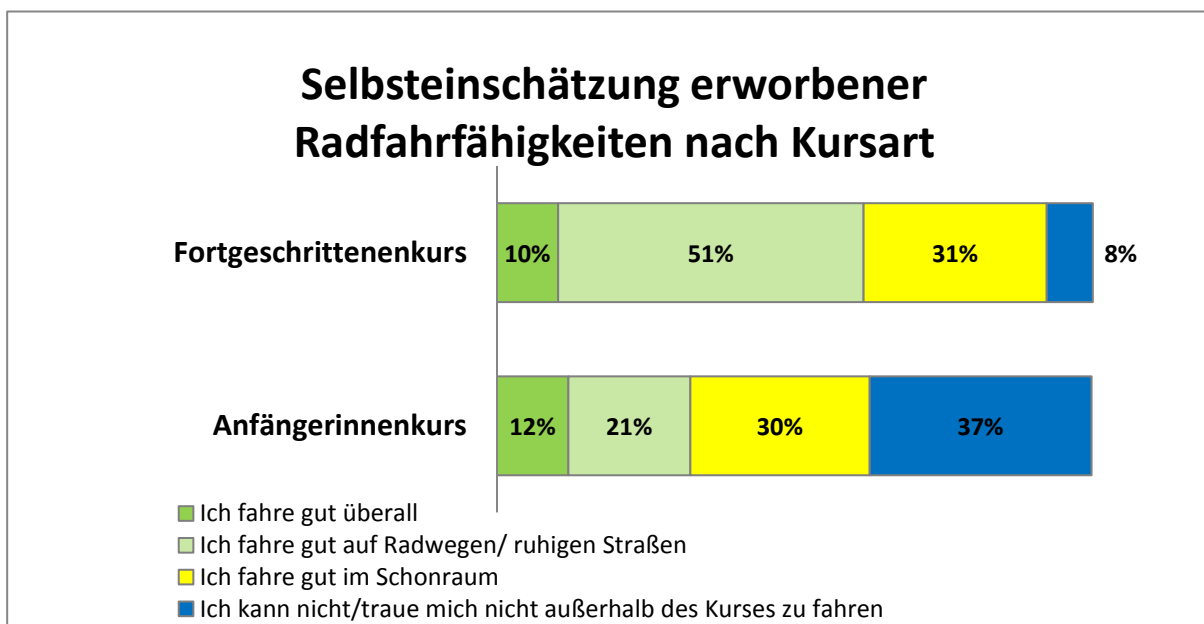


Abbildung 2: Selbsteinschätzung erworbener Radfahrfähigkeiten, Quelle: Segert et al. 2017, 47

Nachhaltige Lernmotivation

35% der Teilnehmerinnen wünschen sich nach Abschluss des Anfängerinnenkurses eine weitere Teilnahme an einem Fortgeschrittenenkurs. 40% wünschen sich geführte Ausflüge.

Damit mehr radinteressierte Frauen mit Migrationshintergrund ihren latenten Radfahrwunsch realisieren, haben wir ein modulares Fördermodell entwickelt.

Grundidee des Modells:

Temporäre Einzelmaßnahmen reichen nicht. Es braucht ein aufeinander abgestimmtes System mit 3 Förderschwerpunkten:

Zielgruppenadäquate Bewusstseinsarbeit

Radkurse unterschiedlicher Lernstufen

Hilfe beim Radzugang

Modell: Modulares Fördersystem für radinteressierte Frauen

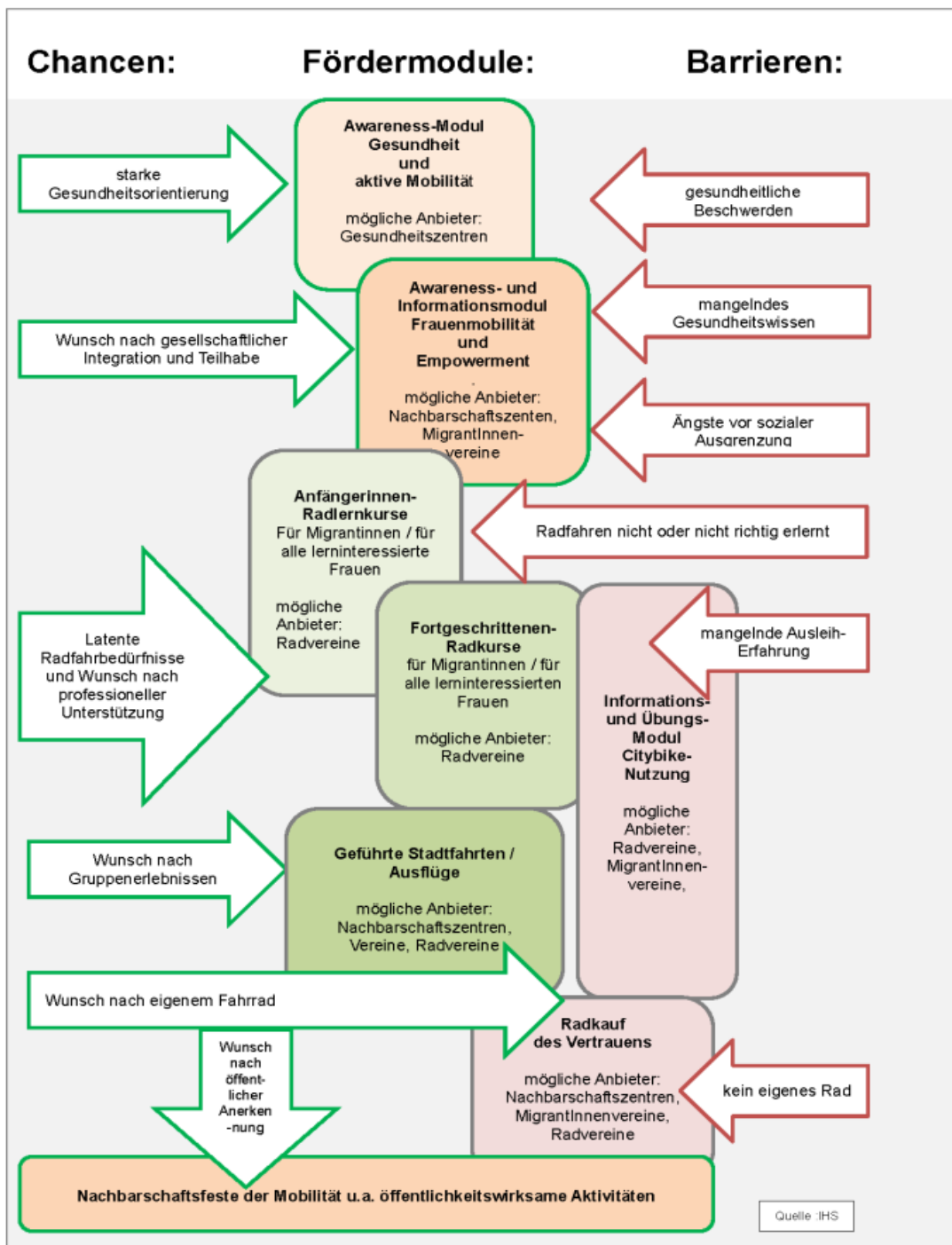


Abbildung 3: Modell „Modulares Fördersystem für radinteressierte Frauen“, Quelle: Segert et al. 2015, 69

Auf den folgenden Seiten wird die Arbeit an diesem Modell dargestellt.

Bewusstseinsarbeit: Warum sollen Migrantinnen (mehr) Fahrrad fahren?

Forschungsergebnis

Migrantinnen, die gern Radfahren würden, sind nicht selten unschlüssig, ob das gut für ihre Gesundheit ist.

**Daher ist Aufklärungsarbeit wichtig:
Radfahren hält gesund –
das gilt für alle, auch für Migrantinnen.
Radfahren hat aber noch mehr Wirkungen: Es
kann helfen, gesundheitliche Belastungen zu
lindern oder zu überwinden.**

Migration ist per se kein Gesundheitsrisiko. Traumatische Migrationserfahrungen sowie damit verbundene soziale und psychische Mehrfachbelastungen bringen jedoch gesundheitliche Risiken mit sich.

Mit dem Gesundheitszustand in Österreich lebender MigrantInnen befasste sich 2015 detailliert ein von der Arbeiterkammer Wien und dem Bundesministerium für Gesundheit in Auftrag gegebener Bericht (vgl. Anzenberger et al. 2015). Dabei wurde festgestellt, dass Personen mit Migrationshintergrund in Österreich seltener einen sehr guten oder guten Gesundheitszustand angeben als Personen ohne Migrationshintergrund.

Dies trifft in besonderem Ausmaß auf Personen aus der Türkei sowie aus dem ehemaligen Jugoslawien zu. Auch ihren psychischen Gesundheitszustand beschreiben Menschen mit Migrationshintergrund als schlechter im Vergleich zu jenen ohne Migrationshintergrund. Hinzu kommen noch frauenspezifische Mehrfachbelastungen. Diese führen laut österreichischem Frauengesundheitsbericht zu einer statistisch nachweisbaren Potenzierung von Gesundheitsrisiken bei Migrantinnen (vgl.

Bundesministerium für Gesundheit und Frauen, 2011).

Im Detail leiden Migrantinnen vergleichsweise häufiger unter:

- Diabetes
- Bluthochdruck
- Adipositas
- Schilddrüsenerkrankungen
- orthopädischen Erkrankungen
- psychischen Erkrankungen.

Alle diese Erkrankungen können durch mehr und gezielte Bewegung positiv beeinflusst werden. Doch dieser Sachverhalt muss vielen Frauen erst bewusst gemacht werden.

Radfahren – Mythen und Fakten



*Frau am Rad mit Spaß und ohne Angst.
Foto: Eliza Brunmayr, Radlobby Wien*

Oft erschwert eine Vielzahl von Ängsten bei Migrantinnen die Bereitschaft dieser Frauen, Radfahren im Erwachsenenalter nachholend zu erlernen oder an verschütteten Fähigkeiten anzuknüpfen und diese wieder aufzufrischen. Diese Ängste wurzeln oft in verbreiteten Irrtümern und Unwissenheit über den Zusammenhang von Radfahren und Gesundheit bzw. Krankheiten.

Folgende Mythen sind unter Migrantinnen verbreitet:

- Frauen dürften während der Menstruation nicht Radfahren;
- Frauen, die einen Kaiserschnitt hinter sich haben, dürften nicht Radfahren;
- Bei Frauen nach einer weiblichen Genitalverstümmelung sei Radfahren unmöglich;
- Beim Radfahren könnte das Jungfernhäutchen reißen;
- Arthrose würde Radfahren unmöglich machen;
- Radfahren würde die Wirbelsäule kaputt machen;

- Erwachsene Frauen könnten Radfahren nicht mehr erlernen;
- Erwachsene Frauen, die Radfahren zu lernen versuchen, würden stürzen. Daher sei das Risiko eines zusätzlichen gesundheitlichen Problems sehr hoch.
- Frauen würden nicht genug Kondition bzw. Fitness besitzen, um mit dem Radfahren noch als Erwachsene zu beginnen.

Solche und andere Vorurteile bzw. Ängste hindern einen Teil der Migrantinnen, die eigentlich Lust haben, Rad zu fahren, daran, damit auch tatsächlich zu beginnen.

Diese gesundheitsbezogenen Irrtümer und Ängste werden durch soziale Ängste und negative Erfahrungen verstärkt:

- Angst, von der eigenen Familie oder anderen MuslimInnen abgelehnt zu werden;
- Ängste im Straßenverkehr, vor allem vor dem Autoverkehr;
- Verletzungsängste beim Erlernen sowie beim Fahren.
- Manche Kopftuchträgerinnen haben Angst vor Gerede in ihrer Community, aber auch auf der Straße ganz allgemein.

Viele Gesundheitsargumente sprechen für das Radfahren

Regelmäßiges Radfahren stärkt die Gesundheit von:

- **Herz-Kreislauf-System:**
Radfahren regt den Blutkreislauf an, steigert das Schlagvolumen des Herzens und vergrößert dabei das Blutvolumen. So wird das Herz mit der Zeit effektiver und leistungsfähiger. Regelmäßiges Radfahren verringert das Risiko einer im mittleren Lebensalter häufig auftretenden Herz-Kreislauf-Erkrankung um das Vielfache.

- **Atemwege:**
Durch Radfahren wird die Lunge gleichmäßig mit Sauerstoff versorgt und die Atemmuskulatur gekräftigt.
- **Gelenke:**
Radfahren ermöglicht eine gelenkschonende Bewegung, weil der Sattel das Körpergewicht trägt. Somit eignet sich Radfahren auch für Menschen mit Übergewicht oder Gelenksproblemen.
- **Durchblutung:**
Durch die regelmäßige Bewegung werden Muskulatur und Gelenke bestens durchblutet und versorgt. Somit eignet sich Radfahren auch für Menschen mit vielfältigen gesundheitlichen Problemen.
- **Rücken:**
Radfahren kräftigt die Rückenmuskulatur. Dadurch wird die Wirbelsäule stabilisiert und die Bandscheiben werden geschont. Die Beweglichkeit verbessert sich, und die Koordination wird gestärkt.
- **Ausdauer:**
Regelmäßiges Radfahren trainiert die Ausdauer, was vielfältige positive Effekte hat.
- **Muskulatur:**
Radfahren trainiert nicht nur die Beinmuskulatur, sondern auch die Rücken- und Bauchmuskulatur sowie die Schulter- und Armmuskulatur.
- **Immunsystem:**
Was viele nicht wissen: Radfahren ist eine sehr vorteilhafte Bewegungsmethode zur Stärkung des Immunsystems.
- **Überschüssige Fettpolster:**
Beim Radfahren können unliebsame Fettpolsterchen abgebaut werden, was Frauen jeden Alters anspricht.
- **Wohlfühleffekt:**
Radfahren hat für alle einen enormen Wohlfühleffekt, der bei psychischen Belastungen besonders positiv wirkt. Anders gesagt: Radfahren macht glücklich. Bei psychischen Erkrankungen kann sich zusätzlich der soziale Kontakt beim Radfahren sehr positiv auswirken.

Fazit

Radfahren ist für jede Frau geeignet, die ihr Herz-Kreislauf-System trainieren, dabei aber auch die Gelenke schonen möchte. Von Übergewicht Betroffene profitieren ebenso wie Diabetikerinnen, Menschen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Gelenksabnützungen sowie an Depressionen Erkrankte. Durch den Wohlfühleffekt kann nicht selten die Einnahme von Medikamenten reduziert werden.

Gestaltung von Informationsveranstaltungen zu Gesundheit und Radfahren

Die vielfältigen Wissenslücken und verbreiteten Mythen erfordern eine systematische Aufklärungsarbeit unter Migrantinnen über die Vorteile des Radfahrens.

Wir haben die Erfahrung gemacht, dass sich Gesundheitsveranstaltungen aller Art, aber auch Basisbildungskurse, Sprachkurse, Vereins- und Nachbarschaftstreffen oder -feste sehr gut dafür eignen.

Anleitung zur Gestaltung von Informationsveranstaltungen

Die Zahl der Menschen, die das Rad in der Stadt häufig nutzen, nimmt zu. Das Fahrrad vereinfacht den komplexen Alltag enorm, denn es lässt sich überall schnell, einfach und direkt vor der Tür abstellen. Es verbraucht dadurch wenig Platz. Gleichzeitig ist ein Fahrrad kostensparend im Gebrauch, egal, ob es zum Einkaufen oder in die Arbeit, privat oder beruflich genutzt wird. Das Fahrrad ist ein Transportmittel, das in unserer heutigen Zeit nicht mehr wegzudenken ist.

Es wäre schön, wenn möglichst viele Menschen unterschiedlicher Herkunft, Geschlecht, Religion und Sprache die unzähligen Vorteile, die das Radfahren bereitet, erkennen und daran partizipieren.

Das Bewusstsein für das Radfahren bei Migrantinnen zu wecken, sie zu motivieren und zu informieren, stellt jedoch eine Herausforderung dar. Denn Migrantinnen sind mit vielfältigen Barrieren konfrontiert, die es ihnen erschweren, ihre latenten Radfahrbedürfnisse „zum Leben zu erwecken“.

Zum einen sind manche Frauen mit Migrationshintergrund mit starken Vorbehalten, insbesondere in ihren Familien und in ihren ethnischen Communities, konfrontiert. Zudem entwickeln sie selbst Ängste aufgrund ihrer Migrationserfahrungen.

Zum anderen gibt es aber Tendenzen zu einem neu entwickelten Bewusstsein für umweltfreundliche Transportmittel. In den letzten Jahren findet das Fahrradfahren auch bei Migrantinnen immer mehr Aufmerksamkeit und das Interesse, selbst Radfahren zu erlernen oder wieder zu praktizieren, wird geweckt. Es bedarf jedoch einiger Hilfsmittel, um Migrantinnen zu erreichen und sie zu motivieren.

Bewährt haben sich in unserer Arbeit:

- ✓ Präsentationen bei Infoveranstaltungen;
- ✓ Gestaltung von Plakaten mit Testimonials;
- ✓ Mehrsprachige Broschüren.

Radfahren lernen die meisten Menschen in der Kindheit. Daher gehört für Frauen, denen dies verwehrt bleibt, Mut dazu, sich im Erwachsenenalter als Radfahranfängerin in der Öffentlichkeit zu zeigen, insbesondere als kopftuchtragende Muslimin. Aus diesem Grund ist es umso wichtiger, dass die praktische Wissensvermittlung in einem „geschützten“ Raum stattfindet.

Vorträge zum Thema Radfahren sollten ...

- ✓ wenn möglich, in der jeweiligen Erstsprache abgehalten werden;
- ✓ von sprach- und kulturkompetenten Vortragenden, die das Thema gut beherrschen (um auf Fragen kompetent antworten zu können) gehalten werden;
- ✓ in einfacher Sprache/in kurzen Sätzen vorgetragen werden;
- ✓ für leichte Verständlichkeit auch viele Bilder/Illustrationen beinhalten;
- ✓ interaktive Sequenzen enthalten;
- ✓ nicht zu lang sein;
- ✓ viel Raum für Fragen und Diskussion lassen.

Inhaltlich ist wichtig, dass interessierte Frauen ...

- ✓ vieles über die vielfältigen gesundheitlichen Vorteile des Radfahrens erfahren;
- ✓ über die vielen Mythen und Fakten, die das Erlernen erschweren, aufgeklärt werden;
- ✓ Grundkenntnisse in Verkehrskunde vermittelt bekommen;
- ✓ Informationen zu Rechten und Pflichten beim Radfahren bekommen;
- ✓ Wissen erlangen, wo sie ein günstiges Fahrrad erwerben können;
- ✓ notwendige Begrifflichkeiten (z.B. Mehrzweckstreifen, Radweg, etc.) sprachlich erlernen;
- ✓ erkennen, dass Radfahren emanzipatorische Freiheit bedeutet;
- ✓ ein belastbares Selbstbewusstsein als Radfahlerin gegenüber dem motorisierten Individualverkehr durch Motivation entwickeln können.

Folgendes sollte im Vorfeld bei der Durchführung von Informationsveranstaltungen für Migrantinnen beachtet werden:

- ✓ Die Zielgruppe sollte in ihrem geschützten sozialen Umfeld kontaktiert werden. Dies können Frauenvereine bzw. Projekte zur

Frauenförderung, Kulturvereine, Moscheen usw. sein.

- ✓ Der zielgruppenadäquaten Gestaltung von Informationen über den niederschweligen und kostenfreien Zugang zu Radfahrkursen sollte genügend Aufmerksamkeit gewidmet werden.
- ✓ Muttersprachliche Begleiterinnen sollten die Aufgabe der Wissensübermittlung, Aktivierung und Sensibilisierung übernehmen.
- ✓ Es ist wichtig, immer eine Kontaktperson, die Zugang zu den Frauen hat, zu finden! (Vereinsobfrauen, Vereins-Frauenkomitee-Vorsitzende, Vereins-Kulturbbeauftragte, usw.)
- ✓ Gruppen sind besser zu erreichen und zu motivieren als Einzelpersonen!

Man muss das Rad nicht immer wieder neu erfinden. Im Internet gibt es Materialien in vielen Sprachen, die man nutzen kann, um Radfahren zu erlernen.

Bei der Verwendung ausländischer Materialien, die Informationen zu Verkehrszeichen und Straßenverkehrsordnung enthalten, sollten bei den Verkehrsregeln die Unterschiede zu Österreich beachtet werden.

Links zu mehrsprachigen Materialien:

<http://www.germanroadsafety.de/>

<https://www.adfc-radfahrschule.de/kurse-fuer-fluechtlinge.html>

<http://hamburg.adfc.de/verkehr/themen-a-z/verhalten/verkehrsregeln-mehrsprachig/>

<http://www.schulterblick.at/portfolio/flyer-verkehrsregeln-in-arabisch-und-farsi>

https://www.klimaaktiv.at/mobilitaet/mobilitaetsmanagement/bildung/Literaturtipps/Mat_Radfahrpruefung.html

<http://sghanstedt.elbnetz.com/ueber-uns/>

<http://www.sportintegration.de/fahrradfahren-fuer-fluechtlinge/>

<http://www.jugendrotkreuz.at/oesterreich/angebote/radfahrpruefung/englisch-farsi-arabisch/>

Radfahrende Migrantinnen stärker öffentlich sichtbar machen

Eine unserer wichtigsten Erfahrungen:

Radfahrende Migrantinnen müssen stärker öffentlich sichtbar gemacht werden:

- Zum einen für Frauen, die Fahrrad fahren wollen, sich aber noch nicht trauen;
- Zum anderen für alle Menschen in Österreich, die glauben, es gäbe keine radinteressierten Migrantinnen.

Was tun?

Warum nicht in der Gemeinde gemeinsam mit Migrantinnen ein Plakat entwickeln, um Radfahrende Migrantinnen sichtbar zu machen?

Sie können auch das Plakat nutzen, welches im Rahmen des Projekts „Frauen in Fahrt“ entstanden ist. Wir nutzen es nicht nur für Informationsstände über Gesundheit und Radfahren bei Veranstaltungen, sondern auch als Grundlage für Flyer, die wir für die Information einsetzen.

Das Plakat ist online abrufbar unter:

http://www.fem.at/FEM_Sued/fraueninfahrt.html

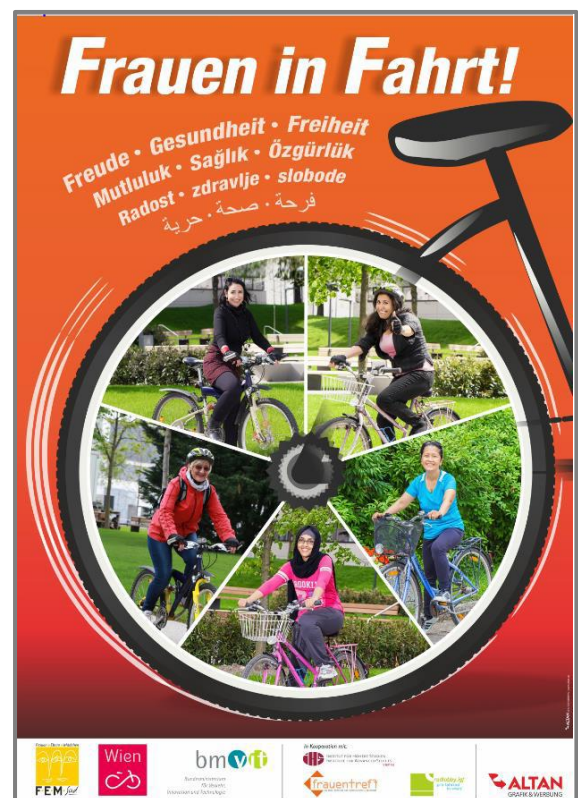


Abbildung 4: Dieses Plakat entstand gemeinsam mit radinteressierten Migrantinnen. Die beteiligten Migrantinnen hatten viel Spaß beim Shooting, und sie sind stolz, Testimonials für das Radfahren zu sein.
Quelle: Hilde Wolf, FEM Süd.

Migrantinnen sichtbar machen und Raderlebnisse verbinden

30 Migrantinnen nahmen im April 2017 erstmals gemeinsam an der RadpaRADe in Wien teil. Obwohl ein Teil von ihnen Anfängerinnen oder lange nicht Rad gefahren waren, sind fast alle Teilnehmerinnen die gesamte Strecke mitgeradelt. Nur bei wenigen reichte die Fahrroutine oder die Kraft noch nicht ganz aus.

Migrantinnen bei der Radparade

Weil viele von diesen Migrantinnen kein eigenes Rad besitzen, hatte „Citybike Wien“ unbürokratisch ein Rad zur Verfügung gestellt. Außerdem wurde die Aktion durch eine gemeinschaftsstiftende Schirmmütze unterstützt. Die Frauen waren begeistert.



Teilnehmerinnen mit Migrationshintergrund bei der Radparade 2017, Foto: Christian Fürthner, Mobilitätsagentur Wien

Implementierung von Radkursen mit unterschiedlichen Lernniveaus

Zwei unserer wichtigen Erfahrungen bei der Implementierung von Radkursen für Frauen sind:

- ✓ OrganisatorInnen sollten stets offen für die Bedürfnisse von Frauen sein – so entstehen neue Maßnahmen und Initiativen.
- ✓ Für so komplexe Initiativen wie „Radkurse für erwachsene Frauen“ ist eine vertrauensvolle Kooperation zwischen Organisationen unterschiedlicher Bereiche (Mobilität, Frauenförderung, Integration usw.) unabdingbar. Das zeigt die Implementierungsgeschichte der Radkurse in Wien.

Wie die Radkurse in Wien begannen

Ausgangspunkt der Erfolgsgeschichte der Wiener Radkurse für Frauen waren die Wünsche von Frauen mit Migrationshintergrund. Sie wurden zunächst vom Frauenzentrum Pyramidops aufgenommen, ein erster Kurs wurde organisiert.

Durch die Kooperation mit der Radlobby Wien und der Mobilitätsagentur Wien konnte das Kursangebot bis 2017 verstetigt, ausgebaut sowie professionalisiert werden.

Eine Organisatorin erzählt den Anfang einer Erfolgsgeschichte, die auf einem Nachbarschaftsfest begann:

„Als einige türkische Frauen auf einem Straßenfest gefragt wurden, ob sie gerne Radfahren lernen würden, lachten sie und sagten ‚Ja!‘ Es sei aber eher ein ‚Traum aus ihrer Kindheit‘. Diesen Frauen wurde der Traum vom Radfahren durch die Organisation der ersten Frauen-Radfahrkurse im Frühling 2012 durch den Verein Pyramidops Frauentreff wahr.“

Bei der Organisation des ersten Radfahrkurses für Frauen 2011/2012 wurde insbesondere auf den leichten, niederschweligen und kostenfreien Zugang geachtet. Um den Erfolg des Radkurses sicherzustellen wurde ein professioneller Kursanbieter gesucht und in der Radlobby Wien gefunden, mit der eine gute Zusammenarbeit entwickelt wurde und bis heute ein regelmäßiger Austausch stattfindet.



Abbildung 5: Der erste Radkurs für Migrantinnen wurde mit dem „Integrationspreis Sport 2012“ des Österreichischen Integrationsfonds (ÖIF) ausgezeichnet. Quelle: Gül Lüle, Pyramidops, 2012

Eine wichtige Unterstützung wurde der Wiener Radkursinitiative durch die Mobilitätsagentur Wien zuteil. Von ihr wurden Räder und Roller zum Üben gekauft, die jederzeit für die Kurse ausgeliehen werden können. Zudem werden die Radkurse finanziell gefördert, sodass sie im Unterschied zu Kursen in anderen europäischen Städten gratis angeboten werden können. In anderen Städten erheben die OrganisatorInnen einen Unkostenbeitrag von etwa 4 Euro pro Trainingseinheit. Die Mobilitätsagentur Wien unterstützt zudem die Vernetzung verschiedener Akteure, die sich für Radkurse engagieren oder die neu dafür gewonnen werden sollen.

Seit 2012 wurden 23 Kurse vom Trainerinnen-Team der Radlobby IG Fahrrad durchgeführt. Die öffentliche Anerkennung der Wiener Radkurse zeigt sich auch darin, dass die Organisation dafür 2015 mit dem VCÖ-Mobilitätspreis 2015 in der Kategorie „Gesellschaftlicher Wandel und Mobilität“ ausgezeichnet worden ist.

Entwicklung der Frauenradkurse in Wien

2012: 1 Radkurs für Anfängerinnen (finanziert durch die WIG);

2013: 3 Radkurse für Anfängerinnen (2 davon finanziert durch die Mobilitätsagentur Wien, 1 durch die Österreichische Energieagentur), 1. Trainerinnenausbildung;

2014: 5 Radkurse für Anfängerinnen + 1 Kurs für Fortgeschrittene (4 Kurse finanziert durch die Mobilitätsagentur Wien & Charity-Projekt Bike2Help; 2 Kurse finanziert durch den ÖAMTC);

2015: 4 Radkurse für Anfängerinnen + 1 Kurs für Fortgeschrittene (3 Kurse finanziert durch die Mobilitätsagentur Wien & Charity-Projekt Bike2Help; 1 Kurs finanziert durch die Crowdfunding-Plattform „respekt.net“);

2016: 2 Radkurse für Anfängerinnen, 2 für Fortgeschrittene (3 Kurse finanziert durch die Mobilitätsagentur Wien, 1 Kurs finanziert durch die Caritas);

2017: 3 Radkurse für Anfängerinnen, 2 für Fortgeschrittene (finanziert durch die Mobilitätsagentur Wien); weitere Kurse möglich; 2. Trainerinnenausbildung.

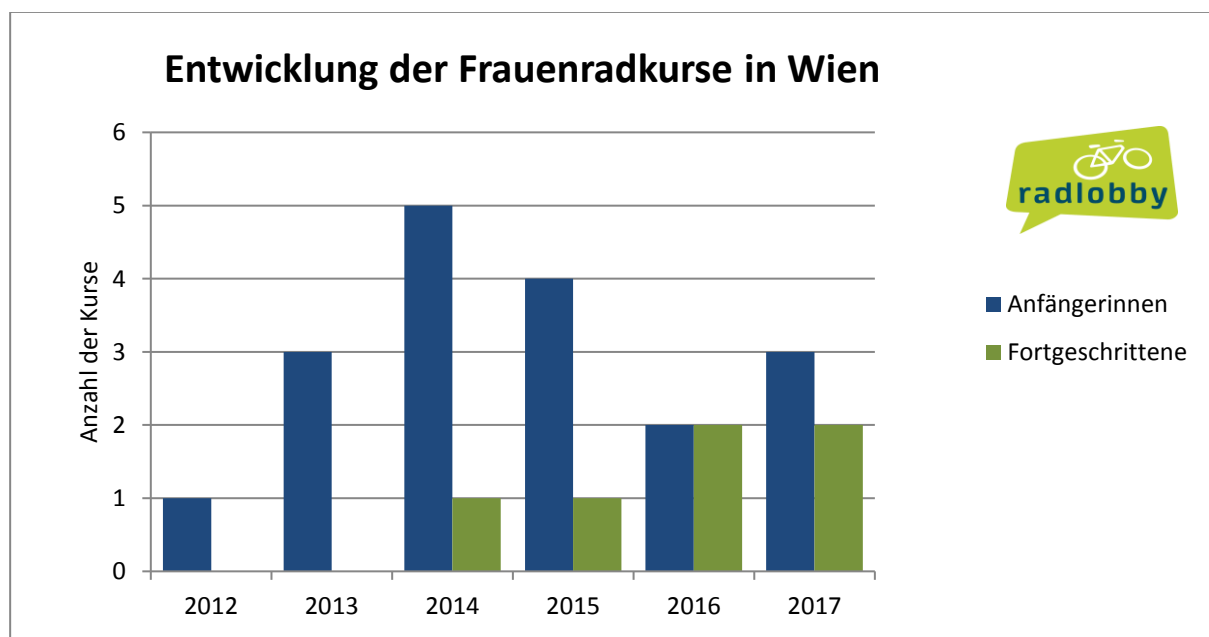


Abbildung 6: Entwicklung der Radkurse, durchgeführt durch die Radlobby Wien, Quelle: Radlobby Wien 2017

Sie wollen in Ihrer Gemeinde einen Radkurs für AnfängerInnen organisieren?

Die Radlobby IG Fahrrad gibt ihre Erfahrung bei der Organisation von Radkursen weiter und bietet Schulungen an, in welchen zukünftige RadtrainerInnen in der Methode des angstfreien und selbstermächtigenden Radfahren-Lernens unterrichtet werden.

Kontakt: wien@radlobby.at



*Erklärungen der Radtrainerin bei einem Anfängerinnenkurs in Simmering: Die Pause wird für das Erlernen von Verkehrsregeln genutzt.
Foto: Eliza Brunmayr, Radlobby Wien*

Bedeutung der Radkurse und Organisation

Radfahren ist für viele Frauen keine Selbstverständlichkeit. Kulturelle Regeln oder der mangelnde Zugang zu einem Rad verunmöglichen es Frauen aus manchen

Herkunftsländern, selbst Radfahren zu lernen oder es als erwachsene Frauen weiter betreiben zu können. Durch das neue Lebensumfeld können sich diese kulturellen Regeln verändern.



*Radanfängerinnen im Frühling 2017 mit der Trainerin Somia Babiker (Mitte), die selbst als Erwachsene in einem Kurs der Radlobby Radfahren gelernt hat.
Foto: Peter Provaznik*

Als Erwachsene ist es gar nicht so einfach, Radfahren zu lernen. Die Erfahrung zeigt, dass unter behutsamer und professioneller Begleitung durch Trainerinnen jedoch schnell überraschende Fortschritte erzielt werden können. Benefits daraus sind Bewegung, Gesundheit und Freude. Aber auch zu Selbstbewusstsein, Mobilitätsverbesserung, Unabhängigkeit und Integration tragen die Kurse bei!

Häufig äußern sich Radkursteilnehmerinnen sehr positiv über ihre Erfahrungen in den Kursen. Wie die Aussage einer Teilnehmerin zeigt:

„Jede Woche habe ich etwas geschafft, von dem ich dachte, ich könnte das nie tun.“



*Übungen im Anfängerinnen-Kurs 2015,
Foto: Eliza Brunmayr, Radlobby Wien*

Weitere Lernstufe nach oder parallel zu den Radkursen: Geführte Radausflüge

Neben den Anfängerinnen- und Fortgeschrittenenkursen werden in Wien in unregelmäßigen Abständen Radausflüge durchgeführt. Sie werden in der Regel durch eine erfahrene Radtrainerin geführt.



Beim Radausflug. Foto: Aysel Kilic, Piramidops

Erfahrungen aus den Radkursen – Radfahren lernen braucht regelmäßige Übung – auch nach erfolgreichem Radkurs!

Die Organisation solcher Übungen kann von den Trainerinnen der Radkurse an erfahrene Radlerinnen aus anderen Vereinen übergehen werden.

Neue Medien unterstützen die Organisation von Radkursen und die Kommunikation

Forschungsergebnis der Befragung:

87% der Radkursteilnehmerinnen haben ein eigenes Handy. 40% davon nutzen eine Mobilitäts-App. Das ist eine gute Basis für die Nutzung von WhatsApp, um radinteressierte Frauen über Kurse und andere Events zu informieren. Einige Radtrainerinnen nutzen daher WhatsApp in ihrer Arbeit.



WhatsApp-Nachricht einer Radgruppe.

Foto: Aysel Kilic, Piramidops

Anhaltendes Problem: Häufig kein eigenes Fahrrad auch nach der Kursteilnahme

Forschungsergebnis der Befragung:

Selbst nach erfolgreichem Abschluss eines Radkurses kaufen viele Frauen kein eigenes Rad.

Aus den Fokusgruppen ergeben sich vielfältige Gründe, warum radinteressierte Frauen kein Rad kaufen, obwohl sie es erfolgreich erlernt haben.

Zu diesen Gründen gehören:

- Fehlende finanzielle Mittel;
- Unsicherheit in der Einschätzung der eigenen Radfahrfähigkeiten;

- Daraus resultierend: Unsicherheit, ob sich die Investition bereits lohnt;
- Unzureichende Radfahrfähigkeiten;
- Gesundheitliche Probleme;
- Keine sichere Abstellmöglichkeit für ein eigenes Rad in Wohnnähe;
- Unzureichende Radwegstrukturen in Wohnnähe;
- Fehlende Zeit, um häufig Radfahren üben zu können („Ein Kauf lohnt sich scheinbar nicht.“);
- Spezifische biografische Belastungen.

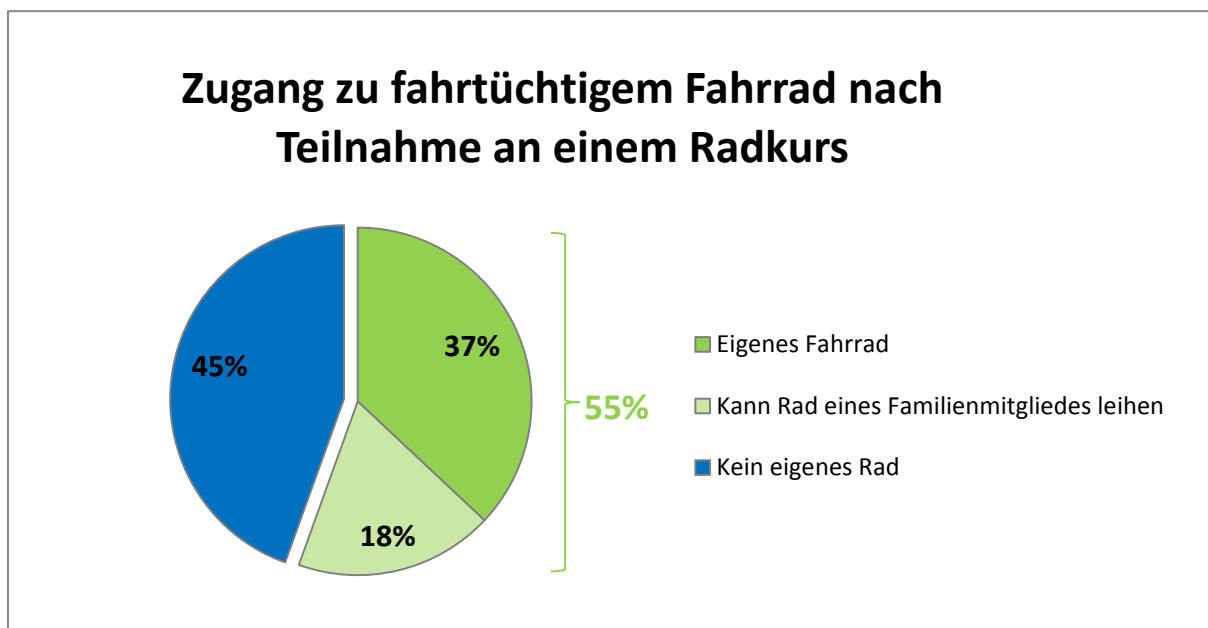


Abbildung 7: Zugang von radinteressierten Migrantinnen zu fahrtüchtigem Rad.

Quelle: Segert et al. 2017, 46

Übungsmodul „Leihrad-Nutzung“ für leichteren Radzugang

Das Leihrad-Übungsmodul wurde als Teil der „Frauen in Fahrt-Radkurse“ der Radlobby IG Fahrrad entwickelt, um die Funktionsweise des Leihradsystems „Citybike Wien“ zu vermitteln. Leihräder sind eine kostenlose bis kostengünstige Möglichkeit, auch ohne Radbesitz ein Rad zu nutzen. Damit die öffentlichen Leihräder als Option wahrgenommen werden, bieten wir in den Kursen Gelegenheit, den Ausleih- und Rückgabevorgang, die Handhabung und das Fahrverhalten der Citybikes unter Begleitung praktisch kennenzulernen.

Erfahrungen mit dem Leihrad-Übungsmodul sind sehr positiv, die Hemmschwelle nach dem Kurs eigenständig ein Leihrad zu nutzen wird dadurch wesentlich herabgesetzt.

Ablauf des Leihrad-Übungsmoduls

Vorab Checkliste für notwendige Materialien:

- ✓ Mitbringen: Radkarten, Citybike-Wien-Anmeldeformulare & Citybike-Wien-Karten zur Entlehnung der Räder;

Vermittlung von praktischem Wissen:

1. Einstieg: Schon von Citybikes gehört?

- ✓ Gesprächsrunde und Wissensstand ermitteln, mögliche Einstiegsfragen sind:
 - Wer hat Citybikes in der Stadt schon wahrgenommen?
 - Wer kennt „Citybike Wien“?
 - Wer weiß, wie das Ausleihen von einem Leihrad funktioniert?
 - Wer ist selbst schon einmal mit einem Leihrad gefahren?

2. Wie funktionieren Leihräder? Erklären der Funktionsweise von Citybike Wien.

- ✓ Entlehn- und Rückgabevorgang erläutern;
- ✓ Tarifgestaltung erklären;
- ✓ Konzept von Bike-Sharing erklären (etwa, dass ein Rad an einer Station entlehnt wird und an einer beliebigen anderen Station zurückgegeben werden kann);
- ✓ Beispiel bringen für eine typische Leihrad-Fahrt (etwa in multimodaler Kombination mit zu Fuß gehen und U-Bahn);
- ✓ Einfache Sprache verwenden!
- ✓ Auf Fragen eingehen, Fragen klären. Gibt es Verständnisschwierigkeiten aufgrund von sprachlichen Barrieren?
→ Vielleicht kann eine andere Teilnehmerin übersetzen.

3. Wie kann man sich anmelden?

- ✓ Erklären, was es für die Anmeldung braucht und wo bzw. wie diese stattfinden kann.
- ✓ Möglichkeit von Citybike-Wien-Karten (und Partnerkarten) vorstellen.

4. Wie findet man Citybike-Stationen?

- ✓ Am Beispiel der Radkarte Wien zeigen und gemeinsam Stationen suchen: Wo ist die nächstgelegene Station? Wo sind Stationen in der Nähe von Wohnorten der Teilnehmerinnen?
- ✓ Vorzeigen: Stationssuche per Citybike-Wien-App.
- ✓ Erwähnen und vorzeigen: Suche von weiteren Stationen beim Terminal.

Praktische Übung bei einer Citybike-Wien-Station

1. Gemeinsames Anmelden und Entleihen an einer Citybike-Wien-Station:

- Wie funktioniert der Entlehn- und Rückgabevorgang (Wenn man bereits als Nutzerin angemeldet ist)?
- Eine Leihradstation in einer verkehrsberuhigten Zone bietet sich als entspannter Übungsort an.
- Mit einer Testkarte bzw. Citybike-Karte des Kursanbieters vorzeigen, wie man ein Leihrad entlehnt, aus der Station entnimmt und wieder korrekt zurückgibt.
- Die Teilnehmerinnen das Entleihen, Leihrad entnehmen und Zurückgeben aktiv ausprobieren lassen.
- Hilfreich ist, wenn die Teilnehmerinnen bereits bei „Citybike Wien“ angemeldet sind. Das kann ermöglicht werden, indem bereits in der ersten Kurseinheit eine gemeinsame Bestellung von Citybike-Karten organisiert wird.
- Teilnehmerinnen, die noch nicht angemeldet sind, erhalten eine Citybike-Karte des Kursanbieters.

2. Mit einem Leihrad fahren

- Vorurteile und Hemmnisse abbauen (Citybikes sind zu schwer bzw. schwer zu fahren), Rücktrittbremse kennenlernen und anhand von Bremsübungen sicheres Anhalten erlernen, Fahren mit Gepäck im Lenkerkorb – Kurven- und Bremsübungen, einhändig Fahren.
- Die Rücktrittbremse beim Leihrad erschwert zunächst das Losfahren mit dem Rad, da es nicht so leicht möglich ist, das Pedal wie gewohnt (und mit den Übungsrädern gelehrt) vor dem Losfahren in die optimale Startposition zu bringen.

- Die Teilnehmerinnen müssen aktiv aufgefordert werden, das Leihrad auszuprobieren, da sie ansonsten bevorzugt zu den (gewohnten) Übungsrädern greifen.
- Wenig erfahrene Radfahrerinnen brauchen ausreichend Eingewöhnungszeit, bis sie das Leihrad gut kontrollieren können.
- Bei Radkursen für Fortgeschrittene, wo mit der Gruppe im Verkehr gefahren wird, ermöglicht die Mitnahme und Nutzung von einem bzw. einigen Citybikes eine höhere Flexibilität bei der Gruppengröße: Wenn mehr Teilnehmerinnen kommen als Kursräder vorhanden sind, ermöglichen die Citybikes eine Teilnahme für alle. Für den Fall, dass eine Teilnehmerin schon eine halbe Stunde früher gehen muss, kann eine Leihrad-Station mit gutem ÖV-Anschluss angefahren und das Rad dort abgegeben werden.

Bisherige Erfahrungen & Adaptierungen

Anmeldevorgang:

Ursprünglich war das Konzept so ausgelegt, dass der Anmelde-Vorgang am Terminal gemeinsam durchgeführt wird. Das hat sich nicht bewährt, weil es eine lange Wartezeit für die anderen Teilnehmerinnen bedeutet. Der Anmeldevorgang kann sich etwa durch die Wahl eines bereits vergebenen Benutzernamens oder Probleme bei der Bezahlung der Anmeldegebühr noch weiter verzögern.

Stattdessen wurde erprobt, dass interessierte Teilnehmerinnen ein Formular für die Bestellung einer Citybike-Karte ausfüllen. Die ausgefüllten Bestellformulare werden von der Kursleiterin gesammelt an „Citybike Wien“ gesendet. Das hat den Vorteil, dass die Teilnehmerinnen zugleich auch eine Partnerkarte bestellen können, was von den meisten in Anspruch genommen worden ist. Wartezeiten während der Kurseinheit werden mit diesem Vorgehen vermieden.

Was wissen radinteressierte Migrantinnen über „Citybike Wien“?

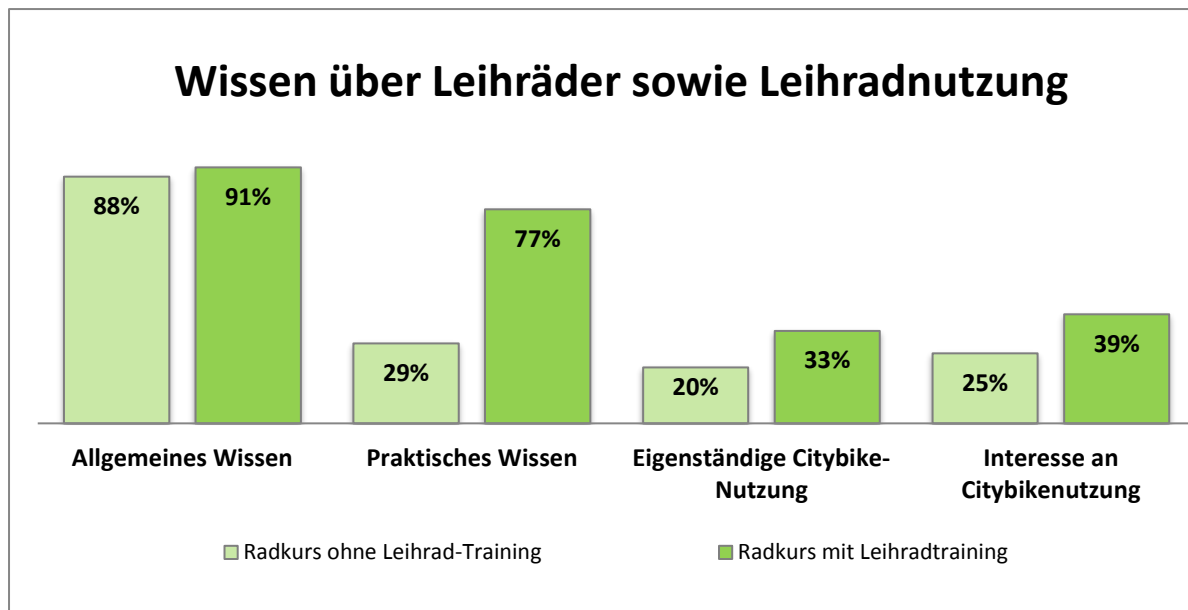


Abbildung 8: Wissen und Leihradnutzung bei Radkursteilnehmerinnen mit Migrationshintergrund.
Quelle: Segert et al. 2017, 47.

Forschungsergebnis der Befragung

Durch das Übungsmodul zur Leihradnutzung steigt:

- der Anteil der Frauen, die sich praktisch mit der Nutzung von „Citybike Wien“ auskennen;
- der Anteil der Frauen, die Leihräder eigenständig nutzen.

Gleichzeitig sinkt:

- der Anteil der Frauen, die sich die Anmeldung in ihrer Muttersprache wünschen.

Daher lohnt es sich, ein Leihradtraining in die Radkurse für Erwachsene zu integrieren.

Was wünschen sich Radkursteilnehmerinnen, um Radsicherheit zu gewinnen?

Forschungsergebnisse der Befragung

Radkursteilnehmerinnen haben vielfältige Wünsche. Jede zweite wünscht sich ein eigenes Rad. Leihräder kommen für einige von ihnen in Frage, wenn sie sich beim Radfahren etwas sicherer fühlen (zum Beispiel nach Abschluss eines Fortgeschrittenenkurses). Dann wünschen sie sich (mehr) Leihradstationen in der Nähe ihrer Wohnungen. Die gerechte Verteilung von Leihradstationen in allen Stadtbezirken ist ein wichtiger Faktor, um Migrantinnen bei ihrem Wunsch, Rad zu fahren, effektiv zu unterstützen.

Weitere Wünsche beziehen sich auf anfängerinnenfreundlichere Radwege im Wohnbezirk. Eine gerechte Verteilung von baulich getrennten und breiten Radwegen in allen Stadtbezirken ist daher ein weiterer Faktor, damit mehr radinteressierte Migrantinnen tatsächlich im Alltag das Rad benutzen.

In den Befragungsergebnissen fällt auf, dass sich 29% der befragten Migrantinnen eine spezielle Gratisausleihe von Leihrädern in einer verkehrsberuhigten Zone in Wohnnähe wünschen, wo sie eigenständig Radfahren üben können, ohne dass sie (schon) ein eigenes Rad besitzen müssen (Segert 2017 et al., 51).

Das Pariser Angebot „P’tit Vélib“ kommt in der Organisationsstruktur diesen Wünschen radinteressierter Anfängerinnen weitgehend entgegen (siehe unten Seite 25).

Es ist allerdings auf Kinder zugeschnitten. Aus Sicht von Wiener RadexpertInnen könnten dem Übungsbedürfnis von radlosen Anfängerinnen auch Gutscheine für Radkursabsolventinnen für die Nutzung eines Leihrades an privaten Radleihstationen entgegenkommen. Solche Gutscheine könnten von der Stadt oder von Sponsoren gefördert werden. Probiert wurde das aber noch nicht.

Befund aus den Radkursen:

➔ In Radkurse integrierte Beratungen beim Radkauf, gemeinsame Besuche von Flohmärkten und Radwerkstätten werden von den Frauen sehr gut angenommen und helfen jenen radinteressierten Migrantinnen, für die Leihräder keine Option sind.

Internationale Good Practices

Radförderung radinteressierter Frauen

Radkurse für Migrantinnen oder Flüchtlinge gibt es in vielen europäischen Städten. Nachfolgend einige Beispiele für Good Practices der Radförderung in anderen europäischen Städten:

Radschule Montreuil

<http://www.velocoledemontreuil.com/>

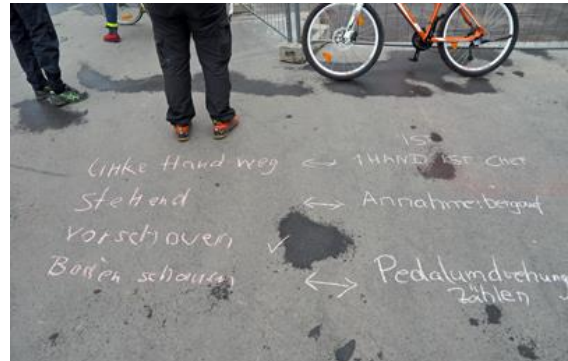


Übungen in der Radschule Montreuil,
Foto: Eliza Brunmayr, Radlobby

Viel Erfahrung mit Radkursen hat die Radschule Montreuil (siehe Bild), am Rande von Paris. Sie bietet seit 2002 ehrenamtlich Radkurse für Erwachsene an, die sie von absoluten Anfängen bis hin zum Meistern komplexer städtischer Verkehrssituationen begleitet. An einem Wochenende nehmen bis zu 200 RadschülerInnen verschiedenster Niveaus teil.

„moveo ergo sum“ – Radfahrkurse für Frauen Hamburg

Die Initiative hat sich der Qualitätssicherung für Radkurse verschrieben. Es werden daher nicht nur Kurse angeboten, sondern auch Prinzipien des Radtrainings und neue Übungsformen entwickelt.



Beim Radkurs in Hamburg,
Foto: Christian Burmeister



Clichy à vélo-MDB
clichy@mdb-idf.org
Mieux se Déplacer à Bicyclette
www.mdb-idf.org

Radschule Clichy

<http://mdb-idf.org/category/nos-relais-locaux/clichy/>

Die Radschule des MDB in Clichy bietet seit 2010 Radkurse für Frauen an. Auf einem stadtnahen ruhigen Gelände erlernen sie zunächst die Grundtechniken des Radfahrens, bei Regen findet das Training in einer Halle statt. Die Trainerinnen arbeiten ehrenamtlich im Rahmen des Vereins MDB.



Teilnehmerinnen und Trainerinnen der Velo Ecole Clichy
Foto: Patrick Roland, MDB Clichy

Radwerkstatt „Solicycle Clichy“ organisiert von „etudes et chantiers“
<http://solicycle.org/>
<http://etudesetchantiers.org/>



*Die Radwerkstatt Clichy ist sehr innovativ und arbeitet u.a. alte Posträder zu Lastenrädern um.
Fotos: Patrick Roland, MDB Clichy*

Die Sozialorganisation „Etudes et chantiers Île de France“ organisiert in Clichy und anderen französischen Städten eine Radwerkstatt. Arbeitslose MigrantInnen erhalten für ein Jahr eine Stelle als RadmonteurInnen und reparieren unter professioneller Anleitung Fahrräder für AnwohnerInnen mit kleinem Geldbeutel. So wie in Österreich viele TürkInnen an Radinitiativen beteiligt sind, sind es in Frankreich Frauen und Männer aus diversen afrikanischen Ländern (siehe Bild oben).

Regelmäßig kommen ehemalige Radkursteilnehmerinnen von Clichy a vélo MDB, um ihr Rad zu reparieren oder ein eigenes Rad zu erwerben.

Mädchenfahrradwerkstatt des Vereins kidbike e.V. im Mädchenzentrum Alia
<http://kiddbike.de/mfw>

In Berlin Kreuzberg, einem Bezirk, wo viele MigrantInnen leben, bietet der Verein KidBike e.V. eine Radwerkstatt nur für Mädchen an. Dort können Mädchen und junge Frauen unter fachgerechter Anleitung lernen, das eigene Fahrrad zu reparieren. Wer keines hat, kann auch aus gespendeten Rädern ein eigenes Fahrrad zusammenbauen. Um radinteressierte Mädchen anzusprechen, arbeitet der Verein mit anliegenden Schulen zusammen.

Da unter den beteiligten Mädchen viele Kinder mit Migrationshintergrund sind, von denen manche die deutschen Worte für die Radbestandteile nicht kennen, wird die Werkstattzeit auch zum Lernen der deutschen Sprache genutzt.

2016 hat der Verein erstmalig ein Projekt angeboten, bei dem Mädchen Fahrräder für Kinder von Flüchtlingen reparieren bzw. aufbauen. Die fertigen Räder wurden an Unterkünfte für Geflüchtete übergeben, mit denen die OrganisatorInnen von KidBike e.V. zusammenarbeiten.

Gratis Velo Verleih und Radwerkstatt „Züri rollt“ des AÖZ Zürich
<https://www.stadt-zuerich.ch/aöz/de/index/shop/veloverleih.html>

Das AÖZ Zürich organisiert seit 1994 im Rahmen von gemeinnützigen Arbeitsplätzen (GEP) einen Radverleih sowie die technische Wartung dieser Räder in eigener Werkstatt.

An den Ausleihstationen und in der Radwerkstatt werden SozialhilfebezieherInnen unabhängig vom Aufenthaltsstatus eingesetzt. An den Ausleihstationen sind sie auch im unmittelbaren KundInnenkontakt tätig. Sie bedienen selbständig bei der Ausleihe das Computersystem.

Auch wenn zu Beginn der Maßnahme keine Deutschkenntnisse verlangt werden, sind sie dennoch willkommen und werden in parallel angebotenen Sprachkursen gefördert. Durch diese soziale und mobilitätsfördernde Maßnahme profitieren alle ZüricherInnen und Gäste.

**Recycelte Räder und Radkurse für Flüchtlinge
Radlobby, Rotes Kreuz und SOS Mitmensch
Korneuburg.**

<http://www.radlobby.org/noe/korneuburg-radkurse-fuer-gefluechtete-als-schritt-in-die-unabhaengigkeit/>

https://www1.meinbezirk.at/korneuburg/c-lokales/radl-fuer-fluechtlinge_a1691073



Einer der aktiven „Schrauber“ in der Flüchtlingswerkstatt in Korneuburg.

Foto: Richard Stawa, Radlobby Korneuburg

Radkurse werden nicht nur in Großstädten organisiert. „Radl für Flüchtlinge“ in Korneuburg ist ein Beispiel für die gute Zusammenarbeit eines Radvereins mit einer Sozialorganisation. Das Beispiel zeigt: In kleineren Städten funktioniert die Kommunikation zwischen unterschiedlichen Organisationen oft informeller. Das erleichtert die sektorübergreifende Kooperation.



Abbildung 9: Plakat einer Radaktion der Radlobby Korneuburg.

Außerdem erscheinen die Sammlung von Radspenden und ihre Reparatur dort leichter als die Organisation der Nutzung von Leihrädern von „nextbike Niederösterreich“ für Flüchtlinge.

#BIKEYGEES e.V. Berlin

<http://bikeygees-berlin.org/de/>



Bei der Auszeichnung mit dem Hatun-Sürücü-Preis.

Foto: Annette Krüger, #BIKEYGEES e.V. Berlin

Die Radkurse von #Bikeygees e.V. sind eine Initiative zweier Frauen, die inzwischen mit mehr als 50 Helferinnen zusammenarbeiten. Sie alle unterstützen in ihrer Freizeit Flüchtlinge, das Radfahren zu lernen.

Das Besondere an dieser Initiative ist zum einen, dass sie sich der Förderung des Radfahrens einer der schwächsten gesellschaftlichen Gruppen widmet. Zum anderen, bietet #bikejees gemischte „offene Kurse“ für Frauen und Männer an. Das heißt, die Kurse finden nicht an festgelegten Kurstagen, sondern an Wochenenden statt, die kurzfristig vorher bekannt gegeben werden. Es gibt keinen Kurszwang, kommen kann, wer Lust dazu hat. Diese Angebotsform verlangt den Organisatorinnen viel Kommunikations- und Organisationsarbeit ab – sowohl mit den vielen ehrenamtlichen HelferInnen, als auch in der Zusammenarbeit mit Flüchtlingsheimen und Vereinen.

2017 wurde die Initiative mit dem Hatun-Sürücü-Preis ausgezeichnet.

P'tit Velib' Paris

<http://blog.velib.paris.fr/ptit-velib/>

P'tit Velib' – das „kleine Rad-Verleihsystem“ in Paris – ist ein saisonales Angebot der Stadt in Zusammenarbeit mit örtlichen Vereinen. An vier punktuellen Radausleihstationen werden in den Sommermonaten an drei Tagen pro Woche Leihräder für Kinder unterschiedlichen Alters angeboten. Vor Ort werden vier Euro Aufwandsentschädigung eingehoben.

So können Kinder kostengünstig Radfahren üben, ohne dass ihre Eltern für sie (vorerst) ein eigenes Rad kaufen müssen.

Es ist nicht sicher, ob dieses Angebot auch nach dem Betreiberwechsel von Velib' Paris weitergeführt werden wird. Als Good Practice kann es jedoch als Anregung dafür dienen, nicht nur die vorhandenen Leihradssysteme auf ihre Tauglichkeit für verschiedene NutzerInnengruppen hin zu hinterfragen.

Hier wurden Leihrad Points als stationäre Anlaufpunkte für radinteressierte Anfängerinnen organisiert. Diese Idee geht davon aus, dass Radfahren auch für Menschen, die (noch) kein eigenes Rad besitzen, praktische Übung erfordert.

LESE-TIPP:

„SCHWUPPDWUPP – Spielerische Übungen mit und auf dem Fahrrad“ von Christian Burmeister, erschienen im R.G. Fischer Verlag.

Weitere LINKS zu internationalen Good Practices

Radangebote von Integra

<http://www.integra.or.at/fahrradservice/>

Social Center „Second Home“

<https://www.facebook.com/secondhomeljublana/>

Radkurse von DONNA Mobile München

<https://www.donnamobile.org/info1>

https://docs.wixstatic.com/ugd/c2311b_40f74c92cb324cdf88c663e8320af4cb.pdf

Radkurse für Frauen bei Vrouw en Vaart Amsterdam, New West

<http://www.vrouwenvaart.nl/>

Radwerkstatt des Vereins Rückenwind e.V.

<http://rueckenwind.berlin/>

Fietsvriendinnen – Radkurse von Mobycon

<http://www.mobycon.com/action/news/item/1272/presenting-in-stockholm-on-cycling-for-women-and-ethnic-groups.html>

Fazit

- ➔ Es gibt unter MigrantInnen ein verstecktes Bedürfnis, Rad zu fahren.
- ➔ Radkurse für Erwachsene bieten eine gute Chance, solche Frauen auf's Rad zu bringen.
- ➔ Radkurse sollten in verschiedenen Lernstufen angeboten werden.
- ➔ Radausflüge und Events mit Radinformationen oder Probiermöglichkeiten ergänzen das Angebot sinnvoll.
- ➔ Die Organisation von Radkursen und ihren Begleitmaßnahmen kann auf ehrenamtlicher oder (teil-)geförderter Basis von NGOs aus unterschiedlichen Feldern wie Mobilität, Integration, Nachbarschaftshilfe, Gesundheits- oder Frauenförderung übernommen werden.
- ➔ Eine Förderung durch die Gemeinden bei der Suche von Lernräumen, bei der Finanzierung von passenden Rädern, bei der Vernetzung und der Öffentlichkeitsarbeit ist hilfreich und notwendig.
- ➔ Dabei ist die sektorübergreifende Zusammenarbeit von Verwaltungseinheiten der Integration, der Gesundheit, der Mobilität und der Frauenförderung unabdingbar. Nur so kann ein nachhaltiges Finanzierungsmodell gesichert werden, das dem nachgewiesenen nachhaltigen Bedürfnis von Migrantinnen am Radfahren entspricht.
- ➔ Gute Beispiele der Radförderung profitieren in hohem Maße von einem starken politischen Commitment der Gemeindevertretung, am besten beginnend mit der/dem Bürgermeister/in.
- ➔ Eine entsprechende Schulung der Trainerinnen ist wichtig und kann unter info@radlobby.at angefragt werden. Wie die Erfahrungen in Amsterdam, Paris, München und Wien zeigen, ist es hilfreich, Trainerinnen mit Migrationshintergrund auszubilden. Sie wirken gleichzeitig als Vorbilder und Kommunikatorinnen.
- ➔ Nicht jede Gemeinde muss das Rad neu erfinden, gute Ideen und Materialien finden sich im Netz. Die Entwicklung vor Ort braucht aber intensive Kommunikation von OrganisatorInnen unterschiedlicher Institutionen.
- ➔ Der Österreichische Radgipfel, der seit 2007 durch das Lebensministerium organisiert wird, könnte einmal alle nationalen Radinitiativen zu einem Treffen mit internationalen VorreiterInnen einladen. Es gibt viele Themen, die gemeinsam beraten werden könnten.

AutorInnen

Eliza Brunmayr

Studierte Kultur- und Sozialanthropologie sowie Geographie an der Universität Wien und arbeitet seit 2013 für die Radlobby Wien in den Bereichen Öffentlichkeitsarbeit und Radkurse. Die leidenschaftliche Alltagsradfahlerin möchte einen Beitrag für ein zukunftsfähiges Verkehrssystem leisten und als Radtrainerin und Leiterin der „FahrSicherRad“-Radfahrschule der Radlobby andere Menschen unterstützen, die Freude am Radfahren zu entdecken und sicher unterwegs zu sein.

Kontakt: eliza.brunmayr@radlobby.at

Figen Ibrahimoglu

Diplomierte Sozialarbeiterin und seit 2010 Mitarbeiterin des Frauengesundheitszentrums FEM Süd im Kaiser Franz Josef-Spital. Arbeitsschwerpunkte in der Sozialberatung für Frauen mit Migrationshintergrund, vor allem in Türkisch sowie in der Gesundheitsförderung und -vorsorge.

Kontakt: femsued.post@wienkav.at

Gül Lüle

Geschäftsführerin des Frauenvereins Pyramidops „Frauentreff“. Ausbildungen in Management, Beratung und Training. Kompetenzen und langjährige Erfahrung in Gender- und Diversitätsarbeit; entwickelt Empowerment-Projekte mit und für Migrantinnen.

Kontakt: pyramidops@tele2.at

Aysel Kilic

Ausgebildete Diplomsozialbetreuerin. Arbeitet mit körperlich und geistlich behinderten Menschen. Langjährige Erfahrung als Radfahrtrainerin und Wanderführerin. Großes Interesse an der Entwicklung von Radfahrkursen und Mobilität von Frauen.

Kontakt: aysel60@yahoo.com

Astrid Segert

Promovierte Soziologin am Institut für Höhere Studien in der Forschungsgruppe „Sozialökologische Transformationsforschung“ (SET). Sie arbeitet in den Themenfeldern „Theorien sozialer Praktiken“ und „Milieuforschung“. Ihr besonderes Interesse gilt der Erforschung von Innovationen für eine nachhaltige Entwicklung der Mobilität und hier insbesondere der Erforschung gleicher Mobilitätschancen auch für Frauen mit Migrationshintergrund sowie der Vernetzung unterschiedlicher sozialer und ökologischer AkteurInnen.

Kontakt: segert@ihs.ac.at

Hilde Wolf

Klinische und Gesundheitspsychologin und Arbeitspsychologin. Seit 1999 Geschäftsführerin des Frauengesundheitszentrums FEM Süd im Kaiser Franz Josef-Spital in Wien, davor wissenschaftliche Mitarbeiterin des Ludwig Boltzmann Instituts für Frauengesundheitsforschung. Ausbildungen in Gesundheitsförderung und Sozialmanagement mit MBA-Abschluss.

Kontakt: hilde.wolf@wienkav.at

Literatur

ADFC. *Die Effekte des Radfahrens*. [Online] abrufbar unter:
<https://www.adfc.de/Gesundheit/Gesund-bleiben/Die-Effekte-regelmaessigen-Radfahrens/Seite-6-Herz-Kreislaufsystem>.

Anzenberger, J., Bodenwinkler, A., Breyer, E. (2015): *Migration und Gesundheit. Literaturbericht zur Situation in Österreich*. Im Auftrag der Arbeiterkammer Wien und des Bundesministeriums für Gesundheit. Wien: Gesundheit Österreich GmbH.

Bundesministerium für Gesundheit. (2011): *Österreichischer Frauengesundheitsbericht 2010/2011*. Wien.

Grancy, Alice. (2017): *Wenn das Fahrrad die Freiheit bringt*. Presse am 29.06.2017. [online] abrufbar unter:
<http://diepresse.com/home/science/5240154/Wenn-das-Fahrrad-die-Freiheit-bringt> (04.09.2017).

Radlobby Korneuburg. *Mittwoch ist Schraubtag*. [online] abrufbar unter:
https://www.radlobby.at/sites/default/files/atoms/files/20160901_news_0.pdf. (04.09.2017).

Segert, A., Brunmayr, E., Ibrahimoglu, F. und Sarikaya, N. 2015. *Migrantinnen erobern das Fahrrad. Forschungsbericht. Endbericht*. IHS Wien. [online] abrufbar unter:
<http://irihs.ihs.ac.at/3238/1/IHSPR6661164.pdf>. (07.07.2017).

Segert, A., Brunmayr, E., Ibrahimoglu, F., Kilic, A., Lüle, G., Sarikaya, N., Wolf, H. (2017): *Frauen in Fahrt. Research Report. Endbericht*. IHS Wien. [i. E.]

Impressum

Eigentümer, Herausgeber und Medieninhaber

Klima- und Energiefonds
Gumpendorfer Straße 5/22
1060 Wien

Redaktion & Lektorat

Daniela Kain

AutorInnen

Eliza Brunmayr
Figen Ibrahimoglu
Aysel Kilic
Gül Lüle
Astrid Segert
Hilde Wolf



Die Projekte „Migrantinnen erobern das Fahrrad“ und „Frauen in Fahrt“ wurden im Rahmen des Programms „Mobilität der Zukunft“ durch das bmvt gefördert.

Wir sind bemüht, alle Texte geschlechtsneutral zu formulieren. Die Texte spiegeln die persönliche Meinung der AutorInnen wider. Wir haben diese Broschüre mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt und die Daten überprüft. Rundungs-, Satz- oder Druckfehler können wir dennoch nicht ausschließen.

Grafische Bearbeitung

Diese Broschüre wurde aus Mitteln des Klima- und Energiefonds gefördert.
Stand: Oktober 2017

Bildmaterial Umschlag: Fotocredits: Karip Gülcehre, FEM Süd
Fotos Seite 7, 15 und 22 Eliza Brunmayr, Seite 12 Christian Fürthner, Seite 15 Peter Provaznik, Seite 16 Aysel Kilic, Seite 22 Christian Burmeister, Seite 22 und 23 Patrick Roland, Seite 24 Richard Stawa, Seite 24 Annette Krüger.