

Aktivitäten 2020



Bewegen. Verbinden. Stärken.

Ein zentrales Element unseres gemeinnützigen Vereins *Bike Bridge* (BB) ist das Fahrrad(fahren), welches einen bedeutenden Baustein für den Aufbau persönlicher und innergesellschaftlicher Brücken symbolisiert. Der Hauptfokus ist die Vernetzung zwischen Frauen und Mädchen mit Flucht- und Migrationsgeschichte (Teilnehmerinnen) untereinander und Frauen ohne Flucht- und Migrationsgeschichte (Trainerinnen), durch mehrwöchige Bewegungs- und Freizeitangebote. Durch die Förderung des gesellschaftlichen Engagements und die Verbesserung der sozialen & räumlichen Mobilität der Teilnehmerinnen, stärken wir langfristig und nachhaltig den sozialen Zusammenhalt in der Gesellschaft.

Hierüber hinaus trägt *Bike Bridge* dazu bei, die Vision einer offenen, toleranten und Vielfalt wertschätzenden Gemeinschaft zu realisieren. Mittels unserer Aktivitäten & Angebote, aber auch durch Kooperationen mit diversen Akteur*innen aus dem sozialen & zivilgesellschaftlichen Sektor, schaffen wir stetig neue Brücken zwischen Menschen, Projekten & Organisationen und immer neue Räume der Begegnung & des Austauschs.

Hauptaktivitäten sind unsere Bike & Belong (B&B) Fahrradkurse, in denen die Zielgruppe mit der Unterstützung von Ehrenamtlichen in Theorie & Praxis das Radfahren lernt. Unsere Ziele in den B&B Kursen sind die Verbesserung der physischen & gesundheitlichen Kompetenz der Teilnehmerinnen, sowie die Verbesserung ihres physischen & psychosozialen Wohlbefindens. Neben verschiedenen körperlichen Vorteilen bietet das Radfahren für die Teilnehmerinnen eine wichtige Lebenskompetenz, welche einhergeht mit einem Gefühl von Selbstwirksamkeit, Autonomie & Freiheit. Zudem schaffen wir, indem wir die Kurse bewusst klein halten, ein sicheres und familiäres Umfeld, welches sich positiv auf das Zugehörigkeitsgefühl & die zwischenmenschlichen Beziehungen in der Gruppe auswirkt.

Das Bike & Belong Konzept

Durch die regelmäßigen Monitoring- und Evaluationsmaßnahmen unserer Aktivitäten, arbeiten wir kontinuierlich an unserem Konzept. Wir passen es an, erweitern, überarbeiten und probieren neue Ansätze aus. Der aktuelle Stand ist die Kombination aus kostenlosen Fahrradkurs-Angeboten, offenen Trainings und zusätzlichen Events & Aktivitäten. Ausführliche Informationen zu unserem Konzept, unseren Angeboten sowie unseren Projekten können auf unserer Homepage nachgelesen werden: <https://www.bikebridge.org/>.

Unsere Fahrradkurse

In den Bike & Belong Fahrradkursen lernen sich ca. 10 Teilnehmerinnen & 10 Trainerinnen kennen und üben gemeinsam das Fahrradfahren. Dank der angestrebten 1:1 Tandemsituationen in den Fahrradkursen, bauen die Teilnehmerinnen & Trainerinnen schnell ein persönliches Verhältnis zueinander auf.

Die Kursdauer (es gibt Kurse für Anfängerinnen & Fortgeschrittene) beträgt ca. zwei Monate, in welcher auch 1x wöchentlich die Möglichkeit besteht zu einem, durch einige Trainerinnen begleiteten, offenen Training zu kommen. Die ehrenamtlichen Trainerinnen werden durch unseren Train-The-Trainer Workshop auf die Kurse vorbereitet.

Neben den praktischen Übungseinheiten auf dem Fahrrad besteht ein B&B Fahrradkurs auch aus sport- & erlebnispädagogischen Elementen, Theorie, kleineren Spracheinheiten (Deutsch), einem Reparaturworkshop & gemeinsamen (Fahrrad-) Ausflügen. Darüber Hinaus bieten wir den Teilnehmerinnen nach Absolvieren der Fahrradkurse (inkl. Zertifikat) an, günstig ein Fahrrad bei uns zu erwerben oder/und im kommenden Jahr einen Kurs als Trainerin oder Koordinatorin zu begleiten. Oftmals bieten wir hiermit für einige Teilnehmerinnen die erste Möglichkeit einer Beschäftigung in Deutschland und somit Einkommensquelle an.

Gemeinsame Events & Aktivitäten

Neben den fahrradspezifischen Inhalten eines Bike & Belong Kurses organisieren wir regelmäßig gemeinsame Events und Aktivitäten, in welchen wir, zumeist gemeinsam mit unseren Kooperationspartner*innen, Zusatzevents durchführen. Dies können Kochevents, Yogakurse, Sprachkurse, oder gemeinsame Feste sein. Diese Angebote sind i.d.R. für alle Teilnehmerinnen & Trainerinnen (auch aus den vorigen Jahren) offen und je nach Größe des Events auch für die ganze Familie & Freunde.

Der Standort Freiburg

Im Jahr 2020 werden wir in unseren Fahrradkursen das Thema **Freiburg kennenlernen** thematisieren. Da viele von unseren Teilnehmerinnen & Trainerinnen nicht in Freiburg aufgewachsen sind bzw. neu zugezogen sind, möchten wir mit ihnen in Freiburg beliebte Orte besuchen. Im Fokus stehen wie jedes Jahr, so auch im fünften, das Wohlbefinden, die Vernetzung & Integration aller Teilnehmerinnen. Es sind mehrere Radtouren mit verschiedenen Schwierigkeitsstufen geplant. Neben dem Kennenlernen der Stadt & der Umgebung möchten wir den gegenseitigen Austausch unter unseren Teilnehmerinnen & Trainerinnen fördern und vertiefen. Wir werden drei Kurse in drei neuen Stadtteile anbieten: in Betzenhausen, Weingarten & Vauban. Der vierte Kurs findet an der alten Stadthalle statt: unserem altbekannten Trainingsort.

Insgesamt werden 2020 voraussichtlich vier Kurse in Freiburg angeboten: zwei Kurse für Anfängerinnen im Sommer (acht Wochen mit wöchentlichem Trainingstermin), sowie zwei Kurse für Fortgeschrittene im Herbst (drei Wochen mit zwei wöchentlichen Terminen). Neben den Bike & Belong Kursen bieten wir auch wieder unser wöchentlich stattfindendes Trainingsangebot auf dem Verkehrsübungsplatz an, im Stadtteil Waldsee. Im offenen Training können alle Frauen üben, egal ob sie bereits an einem Bike & Belong Fahrradkurs teilnehmen oder nicht. Auch hier sind ehrenamtliche Trainerinnen zur Unterstützung vor Ort, sowie hauptamtliches BB Personal.

Zusätzlich organisieren wir mehrere Events & Workshops in 2020:

Wie gewohnt wird es wieder Stammtische & Picknicks für Familien, sowie Kochevents (3) mit *Über den Tellerrand e.V. Freiburg geben*. Einen Workshop zum Thema Frauengesundheit mit *ProFamilia e.V. Freiburg*, zwei traumasensible Yogakurse und zwei Erste-Hilfe-Kurse. Aufgrund der großen Nachfrage bieten wir erneut einen DIY-Workshop zur Herstellung

verschiedener Balsame an. Neu in 2020 ist unser Computerkursangebot, welches im Oktober starten wird.

Kontakt & weitere Infos:

Charlene Marek & Carola Schneider (Projektkoordination)

Mail: freiburg@bikebridge.org



Radeln ohne Alter meets Bike Bridge – Eine neue Zielgruppe & ein neues Projekt

Ganz nach dem Motto **Jeder hat ein Recht auf Wind in den Haaren** organisieren wir 2020 Rikschaausfahrten für & mit Senior*innen in Freiburg in Zusammenarbeit mit *Radeln ohne Alter Deutschland e.V.* Wir möchten besonders die Mobilität älterer Menschen verbessern und somit ihre Teilhabe am gesellschaftlichen Leben steigern.

Durch die Ausfahrten schaffen wir ein Freizeitangebot für eine häufig exkludierte Zielgruppe und bringen die verschiedenen Zielgruppen unserer Vereinsangebote (Menschen mit und ohne Flucht- und Migrationsgeschichte & Senior*innen) miteinander in Kontakt & Austausch. Wie auch unsere B&B Kurse, soll das neue Projekt dazu beitragen den sozialen Zusammenhalt in der Gesellschaft zu fördern & zu stärken.

Ehrenamtliche werden zu Rikschapilot*innen ausgebildet und laden interessierte Senior*innen auf einen gemeinsamen Ausflug in die Stadt oder ins Grüne ein. Bei einem gemeinsamen Café bleibt Zeit sich Geschichten zu erzählen, voneinander zu lernen & gemeinsam zu lachen.

Kontakt & weitere Infos:

Clara Speidel (Projektleitung)

Mail: clara@bikebridge.org



Bike Bridge Stuttgart

Bereits 2018 konnte in Kooperation mit dem *Württembergischen Radsportverband e.V.* und dem *Württembergischen Landessportbund e.V.* an zwei Standorten ein Bike & Belong Kurs durchgeführt werden. Im Stuttgarter Süden fand in Kooperation mit dem *Gebrüder Schmid Zentrum*, dem *Freundeskreis Flüchtlinge S-Süd* und dem *Keller 5* (einer offenen Fahrradwerkstatt) ein erster Kurs statt. Es folgte ein weiterer Kurs in Bad Cannstatt, zusammen mit dem *Liebfrauenheim* und dem *Freundeskreis Neckarpark*.

In 2019 konnte das Angebot auf insgesamt vier Kurse an drei Standorten ausgeweitet werden. Neben Stuttgart-Süd und Bad Cannstatt kam Zuffenhausen als dritter Kursstandort hinzu. Hier kooperierten wir mit dem *Katholischen Bildungswerk Stuttgart* und dem Projekt Girls for Girls des *Malteser Hilfsdienst e.V. Stuttgart*. Im Sommer 2019 fand in Zuffenhausen ein Kurs für Anfängerinnen und im Herbst ein Kurs für Fortgeschrittene statt.

Für 2020 sind neben Kursen für Anfängerinnen in Stuttgart-Süd & in Bad Cannstatt auch Herbstkurse im Stadtteil Münster und in Fellbach (Rems-Murr-Kreis) geplant.

Kontakt & weitere Infos:

Mail: stuttgart@bikebridge.org

Bike Bridge e.V. wird gefördert durch das Bundesprogramm „Integration durch Sport“ des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) aus Mitteln des Bundesministeriums des Innern, für Bau und Heimat. Das Programm wird in Württemberg durch den Württembergischen Landessportbund in Kooperation mit dem Landessportverband Baden-Württemberg umgesetzt.



Unser Skalierungsprojekt: Miteinander statt Nebeneinander

Seit diesem Jahr bietet sich uns die großartige Möglichkeit, dank der umfangreichen Unterstützung mehrerer Förderpartner*innen, insbesondere der *Aktion Mensch Stiftung*, das erprobte Bike & Belong Konzept auf weitere Standorte auszuweiten. Nach dem Standort Stuttgart, in welchem 2018 und 2019 bereits Fahrradkurse umgesetzt wurden, planen wir bis 2023 sechs weitere Standorte zu bespielen. In diesem Jahr sind bereits **Frankfurt & Hamburg** als neue Bike Bridge Standorte fest in unser Netzwerk integriert. Zudem planen wir, mit motivierten Kooperationspartner*innen vor Ort, bereits erste Pilotprojekte für 2020 in München & Köln.

Zudem werden wir, dank der Unterstützung der *Heidehof Stiftung*, für die Laufzeit des Skalierungsprojektes (2020-2023) jährlich einen **Bike Bridge Summit** organisieren, in welchem sich unsere Partner*innen, Förder*innen, und Mitarbeiter*innen austauschen und vernetzen können. Daneben soll der Summit auch Raum bieten die Aktivitäten im Jahresrückblick zu reflektieren & Aktivitäten für das Folgejahr zu planen. Die Jahreskonferenz 2020 wird im letzten Quartal des Jahres, vermutlich in den Räumen des Kreativparks Lokhalle, in Freiburg stattfinden.

Kontakt & weitere Infos:

Lena Pawelke (Projektleitung)

Mail: lana@bikebridge.org

Gefördert von:



Schöpflin Stiftung:

Unsere neuen Standorte

Bike Bridge Frankfurt

Im Jahr 2019 gab es in Frankfurt im Stadtteil Gallus einen Pilotkurs nach dem Bike & Belong Konzept. Dieser konnte dank der freundlichen Unterstützung der *Stiftung Polytechnischen Gesellschaft Frankfurt am Main* und in Kooperation mit dem *Mehrgenerationenhaus Gallus* konnte umgesetzt werden. Zusammen mit *Über den Tellerrand e.V. Frankfurt* und *Family Playdates* fanden zusätzliche Aktionen, wie z.B. ein Frauenkochevent und ein Bastelnachmittag statt.

2020 sind in Frankfurt zwei Kurse geplant: ein Kurs für Anfängerinnen im Stadtteil Bonames, sowie ein Kurs für Fortgeschrittene im Gallus. Mit dem alten Flugplatz in Bonames und in Kooperation mit der Diakonie Frankfurt & Offenbach liegen sehr gute Rahmenbedingungen vor, um dort einen B&B Kurs durchführen zu können. Der Kurs im Gallus soll gerade auch Teilnehmerinnen aus dem letzten Jahr die Möglichkeit geben, auf dem Fahrrad noch sicherer zu werden. Zudem wird regelmäßig ein offenes Training auf dem Jugendverkehrsplatz im Grüneburgpark angeboten.

Für 2020 sind zwei Kurse in den Stadtteilen Bonames & Gallus sowie weitere Aktivitäten, wie Frauenkochevents, ein Sommerfest mit *Über den Tellerrand e.V. - Frankfurt*, sowie Radtouren, geplant.

Kontakt & weitere Infos:

Judith Häring (Projektkoordination)

Mail: frankfurt@bikebridge.org

Bike Bridge Hamburg

Für den Start unseres neuesten Standorts Hamburg sind im Jahr 2020 zwei Kurse für Anfängerinnen, ein offenes Training sowie eine Multiplikator*innen-Schulung in Hamburg geplant. Um den Standort neu auf- und schnell auszubauen wurden verschiedene Kooperationen, u.a. mit *Über den Tellerrand Hamburg*, *ParkSportInsel e.V.* und dem

Hamburger Sportbund e.V., auf die Beine gestellt. Dabei liegt der Fokus zunächst auf dem Hamburger Süden.

Die Teilnehmerinnen werden v.a. über verschiedene lokale Akteure*innen, wie den *Hamburger Frauenhäusern*, *Die Insel hilft e.V.*, *Hamburg für Frauen*, der *Stadtteildiakonie Veddel* sowie *kulturhoc* angesprochen & informiert. Zusammen mit *Über den Tellerrand e.V. Hamburg* & anderen Kooperationspartner*innen werden im Laufe des Jahres zusätzliche Aktivitäten, wie ein gemeinsames Frühstück für Frauen sowie Kochabende, stattfinden. Wir hoffen so in diesem Jahr eine gute Basis für viele kommende Kurse & weitere Angebote in Hamburg bilden zu können. Geplant ist es den Standort Hamburg auch in 2021 weiterzuführen.

Kontakt & weitere Infos:

Stephanie Brunsen (Projektkoordination)
Mail: hamburg@bikebridge.org

Starte Bike Bridge in Deiner Stadt! Unsere Multiplikator*innen-Schulung

Wir wünschen uns, dass Frauen in anderen Städten & Gemeinden die Möglichkeit haben Fahrradfahren zu lernen, sich auszutauschen & Kontakte zu knüpfen. Seit 2019 bieten wir deshalb unsere Multiplikator*innen-Schulungen an. In zwei Workshops werden Interessierte auf die Planung, Durchführung & Leitung eines Bike & Belong Fahrradkurses vorbereitet. Wir möchten unser erprobtes & bewährtes Kurskonzept teilen, unsere Erfahrungen an alle Interessierten weitergeben, um somit auch 2020 möglichst viele Fahrradkurse bundesweit zu ermöglichen.

2020 bieten wir Schulungen in Hamburg & Frankfurt an. Termine werden baldmöglichst veröffentlicht.

Anmeldung & weitere Infos:

Clara Speidel (Projektleitung)
Mail: clara@bikebridge.org

Gefördert von:



Schöpflin Stiftung:

Unsere Wirkungsmessung

Wir beobachten & evaluieren regelmäßig unsere Aktivitäten & Angebote wie z.B. die Multiplikator*innen-Schulungen, die B&B Kurse & unser Rahmenprogramm. Unsere Teilnehmerinnen, ehrenamtlichen Trainerinnen sowie Stakeholder werden auf der Grundlage unterschiedlicher Methoden befragt und ihr Feedback für die Verbesserung unserer Angebote berücksichtigt. Diese Form des Monitoring und der Evaluation gilt vor allem für unsere langjährigen Standorte Freiburg & Stuttgart.

Im Jahr 2020 arbeiten wir für die Evaluierung unseres Skalierungsprojekts **Miteinander statt Nebeneinander** mit dem Institut für Evaluation, genannt *Univation*, zusammen.

Die Effekte & Wirkungen unserer Arbeit erfassen wir abschließend auf Basis der Wirkungstreppe von Phineo (mehr Informationen hierzu unter <https://www.phineo.org/>), über welche wir sowohl auf lokaler als auch auf gesellschaftlicher Ebene unsere Wirkungen ermitteln & überprüfen können. Phineo nutzt für diese Wirkungsmessung das Wirkt-Siegel, welches wir, nach einer ausführlichen Prüfung durch Phineo im Jahr 2019, erhalten haben. Es bescheinigt, dass unsere Arbeit wirkungsvolle Lösungen, für die von uns thematisierten gesellschaftlichen Probleme, beiträgt.

Kontakt & weitere Infos zu unserer Wirkungslogik & -messung findet Ihr auf unserer Homepage <https://www.bikebridge.org/> oder bei:

Shahrzad Mohammadi (Projektleitung wissenschaftliche Begleitung)
Mail: shahrzad@bikebridge.org

Aktueller Stand - Mai 2020

Aufgrund der aktuellen Situation und den gesetzlichen Einschränkungen können auch wir unsere langfristig vorbereiteten Aktivitäten nicht wie geplant umsetzen. Nicht im zeitlichen Rahmen und vermutlich auch nicht in bekanntem Umfang und nach bekanntem Konzept. Dieses Jahr werden zum ersten Mal seit fünf Jahren im Mai in Freiburg keine Radkurse für Anfängerinnen starten können. Das macht uns sehr traurig und wir arbeiten mit Hochdruck an alternativen Angeboten & Aktivitäten.

Daher ist es uns (noch) nicht möglich (Stand 27.05.2020) konkrete Termine festzulegen.

Derzeit arbeiten wir fleißig an einem neuen Projekt: unseren **Bike Bridge Lernvideos**, in denen wir allen, die gerne Fahrradfahren lernen oder es jemandem beibringen möchten, wichtige Tipps, Übungen & Hilfestellungen geben!

Zusätzlich stellen wir unsere Fahrräder am Standort Freiburg für ehemalige Teilnehmerinnen zur Verfügung, sodass diese stets mobil bleiben und sich für die kommenden Fahrradkurse einradeln können. Als weiteres Angebot bieten wir unsere Fahrrad-Kurierdienste an und erledigen für alle, die momentan nicht raus können auf dem Fahrrad Einkäufe, Fahrten zur Post, zur Apotheke etc.

Unser neues Projekt **Radeln ohne Alter meets Bike Bridge** haben wir leider aktuell erstmal pausieren müssen. Für den Start, sobald möglich, ist jedoch alles vorbereitet, die Rikschas wurden geliefert und bereits rund 20 Ehrenamtliche warten auf ihren Einsatz als Rikschapilot*innen. Das freut uns riesig!

Wir bleiben optimistisch & innovativ und danken an dieser Stelle unseren Förderpartner*innen für die große Flexibilität & Unterstützung.

Wir hoffen natürlich, dass wir auch dieses Jahr unsere Projekte durchführen können (in welcher Form & Größe werden wir sehen) und bereiten alles soweit vor, dass wir jederzeit starten können!

Bleibt gesund & bis ganz bald!
Euer Bike Bridge Team