

Radfahren – das kann ein Stück Freiheit bedeuten

■ GoldenHearts bietet zum vierten Mal Fahrradkurs für Mütter an.

PFORZHEIM. Viele Frauen mit Migrationsgeschichte durften in ihrem Heimatland weder in die Schule gehen noch Sport machen, selbst das Fahrradfahren war ihnen verboten. So auch Alieh (Name geändert), die mit Anfang 20 mit ihrer Familie aus Afghanistan nach Pforzheim kam. Seit zwölf Jahren lebt sie nun hier, sie war im Heimatland nur wenige Jahre in der Schule, Deutsch lesen und schreiben lernt sie gerade in einem GoldenHearts Sprachkurs.

Sie erzieht hier ihre vier Kinder, mit den Lehrern ihrer Kinder sprechen kann sie allerdings nicht.

Auch die Kommunikation mit Behörden oder eigenständiges Einkaufen ist kaum möglich, denn sie spricht kaum Deutsch. Dass sie bei einem Fahrradkurs, organisiert von der gemeinnützigen Organisation GoldenHearts, im vergangenen Frühjahr gelernt hat, nun eigenständig Fahrrad zu fahren, ist für die junge Frau ein großes Erfolgserlebnis. Ermuntert wurde sie von der Lehrerin ihres Sprachkurses und von anderen Frauen, die am Fahrradkurs teilnehmen wollten.

Diese Chance wollte sich die junge Mutter nicht entgehen lassen. Als sie hörte, dass sie auch ihre kleinen Kinder mit zum Fahrradkurs bringen durfte, da es eine parallel zum Kurs organisierte Kinderbetreuung geben würde,

meldete sie sich schließlich für den Kurs an. Erst schüchtern und zögerlich, konnte die GoldenHearts Kursleiterin Margaretha von Reinersdorff die Afghanin mit viel Geduld an das Balancieren auf einem Roller heranführen. Wochen später erfolgte der Umstieg auf ein Kinderfahrrad.

Mit einer Helferin an jeder Seite wurde die junge Mutter immer mutiger. Zum Ende des Kurses im Juli nach rund 25 Trainingsstunden gelang es Alieh schließlich, alleine ihre Runden um die aufgestellten Hütchen zu ziehen. Die Freude über diesen Erfolg trägt sie heute noch in sich. Nun kann sie endlich gemeinsam mit ihrer Familie eine kleine Fahrradtour unternehmen und längere Distanzen mit dem Fahrrad bewältigen. Dass sie neben dem Fahr-



Mit Rollern zum Fototermin: So sehen Frauen aus, die ihren Radkurs erfolgreich beendet haben.

FOTO: GOLDENHEARTS

radfahren auch ihr Deutsch im Kurs üben konnte, war ein willkommener Nebeneffekt.

Besonders gefreut hat sich Alieh aber auch über die neuen Bekanntschaften, die sie dank des Kurses außerhalb des familiären Umfeldes knüpfen konnte. „Die Möglichkeit, den eigenen Radius zu erweitern und künftig mit dem Fahrrad größere Strecken als zu

Fuß zurücklegen zu können, ist für die von GoldenHearts betreuten Frauen ein Gewinn“, sagt GoldenHearts-Geschäftsführerin Frauke Janßen. „Am Ende ziehen wir mit den zu uns gezogenen Familien an einem Strang“, sagt Janßen. Zum vierten Mal bietet die gemeinnützige Organisation ab dem 9. April wieder einen Fahrradkurs speziell für Frauen an. Das Kon-

zept des Kurses ist angelehnt an das Programm des Vereins Bike-Bridge aus Freiburg, das speziell für Frauen mit Migrationsgeschichte erdacht wurde. GoldenHearts möchte damit ein Bewegungsangebot für Frauen bieten, die bislang keine Möglichkeit hatten, das Fahrradfahren zu erlernen. Anmeldungen an info@goldenhearts.online. *pm*