

# Schlussbericht Velofahrkurs für Frauen mit Migrationsgeschichte 2024



**so!mobil**

OO **PRO VELO**  
SOLOTHURN



**Lions Club Solothurn**

**Rotary**  **Solothurn**



Energiestadt

Grenchen  
für Klima und Umwelt



Energiestadt

Zuchwil  
european energy award  
Gold

**STADT SOLOTHURN**

 **KANTON solothurn**

## Einführung

Der Velofahrkurs für Frauen mit Migrationshintergrund fand dieses Jahr zum neunten Mal erfolgreich statt. Die Teilnehmerinnen lernten während vier Kurseinheiten und zwei Übungskursen mit Übungsvelos und der Unterstützung durch freiwillige Helferinnen Velo zu fahren und Regeln im Strassenverkehr zu beachten.

## Projektorganisation

sol:mobil	Projektleitung und Koordination
Pro Velo Solothurn	Technische Leitung
Polizei Stadt Solothurn	Verkehrskundeunterricht
Altes Spital Solothurn	Workshop Helferinnen, Suche nach Helferinnen und Velos
Schulhaus Hermesbühl	Infrastruktur, Kursareal
Energiestadt Grenchen	Finanzielle Unterstützung
Energiestadt Gold Zuchwil	Finanzielle Unterstützung
Lions Club Solothurn	Finanzielle Unterstützung
Soroptimist Club Solothurn	Finanzielle Unterstützung
Rotary Club Solothurn	Finanzielle Unterstützung
Private SpenderInnen	Finanzielle Unterstützung

## Allgemeines

Insgesamt meldeten sich 16 Frauen aus neun Solothurner Gemeinden für den Velofahrkurs an. Da die meisten Teilnehmerinnen noch nie auf dem Velosattel gesessen hatten, legte die Kursleitung die maximale Teilnehmerinnenzahl auf 14 Frauen fest. So konnten die acht Helferinnen die Frauen bestmöglich unterstützen. Zwei Frauen standen auf der Warteliste, wovon im Verlauf des Kurses eine nachrücken durfte, weil eine Teilnehmerin unfallbedingt aufhören musste. Zwei Frauen entschieden sich aus persönlichen Gründen den Kurs nicht zu besuchen. Am Schluss absolvierten zwölf Teilnehmerinnen erfolgreich den Kurs.

Die Teilnehmerinnen kamen aus sechs verschiedenen Nationen (Myanmar, Eritrea, Afghanistan, Syrien, Ägypten, Somalia). Die Fahrkompetenzen zu Beginn des Kurses waren bei den meisten sehr gering. Drei Frauen konnten bereits ein bisschen velofahren, fühlten sich aber sehr unsicher und hatten vor allem mit dem Loslassen des Lenkers zum Handzeichen geben grosse Mühe. Am ersten und zweiten Kursabend stand folglich das Anfahren lernen im Vordergrund. Mit einfachen Übungen mit Übungsvelos stärkten sie ihr Gleichgewicht und überwandern anfängliche Unsicherheiten. Weitere Übungen ohne pedalen halfen kurze Strecken zurückzulegen und zu bremsen. Dafür brauchten sie die tatkräftige Unterstützung der Helferinnen. Am Ende des ersten Kursabends konnten wesentlich mehr Frauen als gedacht bereits selbstständig losfahren und pedalen.

Am dritten Kursabend lernten die Teilnehmerinnen die Regeln des Strassenverkehrs während der Theorielektion mit der Stadtpolizei Solothurn kennen. Mit anschliessenden Übungen zum Bremsen und Kreiseln fahren, sollte die gelernte Theorie in der Praxis umgesetzt werden. Aufgrund des starken Regens wurde der Kurs aber an jenem Abend frühzeitig abgebrochen.

Ab dem vierten Kursabend machte eine kleinere Gruppe Ausfahrten auf den Quartierstrassen in der Nähe des Schulhauses. Dabei übten die Frauen vor allem Handzeichen zu geben, bremsen, links abzubiegen, schalten und auf andere Verkehrsteilnehmende Rücksicht zu nehmen. Die restlichen

Teilnehmerinnen nutzen die Zeit, um mithilfe eines Parcours auf dem Schulhausareal ihre Fahrkompetenzen zu verbessern.

Nach Abschluss des Kurses konnten zehn Frauen in Quartierstrassen Velo fahren. Eine Frau war sich noch sehr unsicher, weshalb sie sich für den Velofahrkurs 2025 voranmeldete. Einer weiteren Teilnehmerin gelang es bis zuletzt nicht, die Balance zu finden, um selbstständig Velo zu fahren.

## **Rekrutierung Helferinnen und Velosuche**

Aufgrund der langen Warteliste aus dem vergangenen Jahr lag der Fokus dieses Jahr weniger auf der Bewerbung des Kurses, sondern auf der Rekrutierung von Helferinnen. Hierfür kontaktierte die Projektleitung in einem ersten Schritt alle ehemaligen Helferinnen, wovon sechs sich anmeldeten. Eine davon musste sich aber aus gesundheitlichen Gründen wieder abmelden. Drei neue Helferinnen konnten über andere Kanäle wie Zeitungsartikel, Webseite sowie Social Media so!mobil und Altes Spital, Emails an Multiplikatoren (Integrationsdienste, Kirchgemeinden, etc.) und Newsletter auf den Kurs rekrutiert werden.

Als Auftakt für den Velofahrkurs fand Ende April das Helferinnen-Briefing statt. Dabei lernten sich die Helferinnen und das Organisationsteam kennen. Die ehemaligen Helferinnen erzählten von ihren Erfahrungen und erleichterten somit den neuen Helferinnen den Einstieg in den Kurs. Der Projektleiter vom Alten Spital konnte krankheitsbedingt leider nicht den geplanten Workshop zu Migration und Integration sowie die Unterstützungsarbeit während des Kurses durchführen. Alternativ bot er an, die Helferinnen bei Fragen und Unsicherheiten telefonisch oder persönlich zu unterrichten, was die Helferinnen sehr begrüßten. Der Workshop wird für nächstes Jahr wieder eingeplant und entsprechend den Vorkenntnissen der Helferinnen angepasst.

Damit die Teilnehmerinnen auch nach dem Kurs weiter velofahren üben, ist es wichtig, dass sie ein eigenes Velo besitzen. Deshalb begibt sich das Organisationsteam jedes Jahr auf die Suche nach kleineren Damenvelos, die es an die Teilnehmerinnen verkaufen kann. Die Velosuche wurde in das Mailing an die Helferinnen und Sponsoren integriert, auf den Social Media-Kanälen von so!mobil und Altes Spital aufgeschaltet und im Newsletter von Weststadt Solothurn eingebunden. Weiter kaufte das Organisationsteam geeignete Velos von der Velobörse in Solothurn und Grenchen ab. Bis zum Kursbeginn war die gewünschte Anzahl Damenvelos zum Verkauf vorhanden.

Der Velofahrkurs bestand aus vier Einheiten Velofahrkurs und zwei Übungskursen. Die Teilnahme an den sechs Kursabenden war wie im vergangenen Jahr obligatorisch. Für den ersten Kursteil wurden Übungsvelos zur Verfügung gestellt. Für den zweiten Teil sollten die Frauen ihre eigenen Velos mitbringen oder eines der kleineren Damenvelos kaufen. Fünf Frauen verfügten bereits zu Kursbeginn über ein eigenes Velo und fünf andere kauften ein kleines Damenvelo aus dem Velofuhrpark. Zwei Frauen waren bei Kursende noch auf Velosuche. Sie werden via Whatsapp-Gruppe bis Ende August über günstige Angebote in der Region auf dem Laufenden gehalten.

## **Infrastruktur**

Zum zweiten Mal fand der Velofahrkurs auf dem Schulhausareal des Schulhauses Hermesbühl statt. Für das Helferinnen-Briefing und die Theorielektion der Stadtpolizei Solothurn stellte die Schule ein Zimmer zur Verfügung.

Das Schulhausareal eignet sich besonders gut für die Durchführung des Velofahrkurses. Denn es verfügt über einen grossen Pausenplatz, einen Unterstand bei regnerischem Wetter, Zugang zu sanitären Anlagen und einen Spielplatz für die Kinder. Die nahegelegene Quartierstrassen sind ruhig

und verkehrsaarm. Die Übungsvelos konnten bei der Musikschule deponiert werden, leider ohne Unterstand. Die Teilnehmenden holten ihre Velos jeweils selbstständig und übten dabei das Stossen des Velos. Vor und nach dem Velofahrkurs ist der Velofuhrpark auf dem Areal der Ypsomed in Solothurn stationiert.

Das Organisationsteam erwarb sechs neue Übungsvelos und dank der Mithilfe der Helferinnen acht kleinere Damenvelos zum Verkauf. Um zwischen Übungsvelos und Velos zum Verkauf zu unterscheiden, wurden die Übungsvelos mit einem Buchstaben und die zum Verkauf stehenden Velos mit einer Zahl im Veloinventar festgehalten. Für nächstes Jahr sollten wieder ca. fünf Damenvelos zum Verkauf gesucht werden.

## **Danksagung**

so!mobil möchte sich bei Pro Velo Solothurn und Altes Spital Solothurn für die sehr gute Zusammenarbeit bedanken. Ein grosses Dankeschön geht auch an alle Sponsoren, ohne die der Kurs nicht stattgefunden hätte: an das Aktionsprogramm Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit des Kantons Solothurn und der Gesundheitsförderung Schweiz (ASO), die Energiestädten Grenchen und Zuchwil, den Lions Club Solothurn, den Rotary Club Solothurn, den Soroptimist Club Solothurn sowie die privaten SpenderInnen.

Schliesslich möchte sich das Organisationsteam für den unermüdlichen Einsatz der acht freiwilligen Helferinnen bedanken. Dank euren Ermutigungen, hilfreichen Tipps und tatkräftigen Unterstützung haben die Teilnehmerinnen grosse Freude am Velofahren gefunden.

## Impressionen

Zeitungsartikel Solothurner Zeitung: <https://www.solothurnerzeitung.ch/leserbeitrag/nwch/mehr-bewegungsfreiheit-dank-velofahrkurs-id.2645016>

