



Mentorinnenprogramm – she. Support handball equity

Was ist she.?

she. ist eine Initiative von [handball Inspires](#), die das Ziel hat, Trainerinnen im Handball auf ihrem sportlichen Weg zu unterstützen und Mädchen und Frauen für den Trainerinnenjob zu begeistern. Um das zu erreichen, setzt she. folgende drei Maßnahmen um:

support: Mentorinnenprogramm: Erfahrene Trainerinnen kommen mit Mentis zusammen, um Wissen zu teilen und Netzwerke zu schaffen.

Handball – Forum: Impuls- und Fachvorträge von Trainerinnen unterstützen dich bei deinem handballerischen Weg.

Equity-Öffentlichkeitsarbeit: Kampagnen schaffen Vorbilder für Frauen, um als Trainerinnen Verantwortung zu übernehmen.

Das Mentorinnenprogramm:

Ziel des Mentorinnenprogramms ist das Empowerment von Mädchen und Frauen, die als Trainerin starten wollen. Junge Trainerinnen und Anwärtnerinnen bekommen eine erfahrene Trainerin an die Seite gestellt, die sie sportfachlich berät, sie bei Ihrer persönlichen Entwicklung sowie bei Herausforderungen als Trainerin unterstützt und zukunftsorientierte Impulse setzt.

Aufgaben und Rollenbeschreibung von Mentorin und Mentee:

Das Mentorinnenprogramm seid ihr. Ihr füllt es mit Leben ganz nach Euren Anliegen, Bedürfnissen und Möglichkeiten. Wir schaffen die nötigen Voraussetzungen, indem wir den Startschuss für ein Tandem legen, einen organisatorischen Rahmen setzen und Euch bei Fragen unterstützen. Die konkrete Intensität hängt von Euch ab. Ihr entscheidet gemeinsam über Euer Engagement. Eigene Ideen sind willkommen!

Aufgaben Mentorin:

- Generelle Ansprechpartnerin bei sportlichen sowie persönlichen Herausforderungen der Mentee als Trainerin
- Besuch von Trainingseinheiten und Spielen der Mentee und anschließende Besprechung (Minimum ein Spiel und ein Training)
- Einladung zu Hospitation bei eigenem Training und eigenen Spielen
- Unterstützung bei der Erstellung von Trainingsplänen
- Bewerbung von she. und dem Mentorinnenprogramm über eigene Kanäle



Aufgaben Mentee:

- Proaktive Kommunikation mit der Mentorin
- Verfassen eines Mentee-Berichts (nach 6 Monaten)
- Testimonial-Aktivitäten für she
 - o Fotos vom Kick-off an she. senden
 - o Fotos und kleiner Bericht Trainingsbesuch, Spielbesuch und Hospitation
 - o Bewerbung von she. und dem Mentorinnenprogramm über eigene Kanäle
- Aktive Teilnahme an she. Foren

Umfang und Zeitplan:

Grundsätzlich ist ein Start immer möglich und die offizielle Dauer des betreuten Mentorinnenprogramms beträgt in etwa ein Jahr. Zu Saisonbeginn gibt es jährlich ein digitales Treffen mit allen Mentorinnen und Mentees, bei dem Fokus auf dem persönlichen Kennenlernen liegt.

Beispielhafter Zeitplan:

Zeit	Inhalt
Start	Digitales oder persönliches Auftaktmeeting zwischen Mentorin und Mentee
Erstes Quartal	Selbstständiger Austausch nach eigenen Bedürfnissen und Wünschen
Erstes Quartal	Trainingsbesuch durch Mentorin mit anschließender Auswertung
Zweites Quartal	Hospitation durch die Mentee bei der Mentorin
Drittes Quartal	Spielbesuch durch Mentorin mit anschließender Auswertung
Viertes Quartal	Auswertung mit she
Viertes Quartal	Übergang in eigenständiges Tandem Übergang in neue Rollen (Mentee wird Mentorin)

Wir versuchen eine regionale Nähe zwischen Mentorin und Mentee sicherzustellen, um Trainings- und Spielbesuche ermöglichen zu können.

Interesse geweckt?

Ihr wollt einen Beitrag zu mehr Diversität und Chancengleichheit im Handball und Sport leisten Dann meldet Euch unter she@handballinspires.de

Verantwortliche: Maria Schmidt & Martin Berger