

HOCH 10

Übungsleiter*innen mit Migrationsgeschichte berichten von ihrem Engagement für Integration in den Berliner Bezirken.

Die Projekte und Programme des Landessportbunds Berlin:
SPORTBUNT – Vereine leben Vielfalt!
INTEGRATION DURCH SPORT
SPORTJUGEND BERLIN

Omar, DOSB C-Lizenz Breitensport und D-Lizenz Kinderleichtathletik

LANDES
**SPO
RT**
BUND
**BER
LIN**



IBEN

Sport **VEREINT** *wie kaum eine andere gesellschaftliche Bewegung*

Die Integration von Menschen mit Migrationsgeschichte in die zivilgesellschaftlichen Strukturen ist ein zentrales Anliegen in unserem bürgerschaftlichen Engagement. Das Projekt „SPORTBUNT – Vereine leben Vielfalt“ (seit 2016), das Programm „Integration durch Sport“ und das Projekt „Integration junger Menschen und Stadtteilarbeit“ der Sportjugend Berlin zeigen die Vielfalt von Engagement, ehrenamtlicher Arbeit und Integration in einem Verband oder einem Verein. Der Namenszusatz des Projekts SPORTBUNT – „Vereine leben Vielfalt“ – dient geradezu als Blaupause für die unterschiedlichen Formen von Engagement im Sport.

Mit einer Neuauflage des Magazins „HOCH 10“ möchten wir Protagonist*innen aus der Berliner Vereinswelt porträtieren und zeigen, wie Integration und ehrenamtliches Engagement funktionieren können. Sport und Bewegung sind nicht nur elementare Bestandteile unserer Gesellschaft, gerade diese Bereiche leben vom Handeln und der intrinsischen Motivation der mehr als 60.000 Ehrenamtlichen in den Berliner Vereinen. Die Beweggründe wie auch Motive für Engagement sind vielfältig: der Verein als soziale Heimat, das Zusammenleben und Sporttreiben mit Gleichgesinnten, dazu die Kombination aus Spaß, Fair Play, Leidenschaft und Kommunikation. Sport hat diese vereinende Kraft wie kaum eine andere gesellschaftliche Bewegung.

Die Anzahl der Ehrenamtlichen, die in ihrer Freizeit und ohne monetäre Gegenleistung aus eigenem Interesse ihre Arbeitsleistung, Unterstützung und Hilfe in vielfältiger Weise anbieten, ist für Sportvereine unerlässlich. Gerade deshalb müssen Würdigung und Wertschätzung der einzelnen freiwillig Engagierten viel stärker priorisiert werden. Die gesellschaftliche Anerkennung muss entsprechend Ausdruck finden. Denn am Ende sind es nicht das Ehrenamt und Engagement, die betrachtet werden müssen, sondern der Mensch dahinter, mit all seinen Facetten und seiner Einzigartigkeit.

Berlin ist Europäische Freiwilligenhauptstadt 2021. Dem herausragenden Engagement soll noch mehr Sichtbarkeit verliehen werden, darüber hinaus soll die Berliner Ehrenamtsstrategie mit ihren Handlungsempfehlungen in die Realität umgesetzt werden. Viele Elemente werden bereits im Projekt „SPORTBUNT – Vereine leben Vielfalt“, dem Programm „Integration durch Sport“ sowie in Maßnahmen der Sportjugend Berlin gelebt und erlebbar gemacht. Wir freuen uns auf eine spannende Reise, geprägt von Engagement, Vielfalt und Individualität unserer Protagonist*innen.

„Ausprobieren, riskieren und niemals aufgeben. Denn man lebt nur einmal.“



KÄMPFERIN

gegen Vorurteile

Doha wurde 2001 im Libanon geboren und wuchs in Berlin auf. Als Boxtrainerin hilft die Studentin des Gesundheitsmanagements Mädchen und Frauen dabei, ihr Selbstwertgefühl zu stärken.

Welche Rolle spielt Sport in Deinem Leben?

Ich war in der Oberstufe sehr schüchtern, saß immer ganz hinten, hab nichts gesagt – die stille Streberin, die Außenseiterin. Es gab Diskriminierung, Mobbing und Rassismus. Ich weiß, wie sich das anfühlt. Und vor allem, wie man da rauskommt. Im Sportunterricht war das anders, da gehörte ich dazu, egal welche Sportart.

Du trainierst Mädchen zwischen 12 und 18 Jahren sowie Frauen von 25 bis 45 Jahren. Was ist der Unterschied?

In der Frauengruppe bin ich die Jüngste. Eine krasse Erfahrung, da ich plötzlich die war, die gefragt wird, wie es geht. Die Frauen wollen Höchstleistung, wollen immer gepusht werden und ein superintensives Training. Die Mädchen ticken da anders: anderer Alltag, andere Gefühle, andere Hormone. Die brauchen mehr Spielerisches oder wollen auch mal so richtig am Sandsack Stress abbauen.

Was magst Du besonders am Trainerin sein?

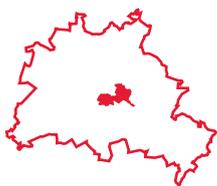
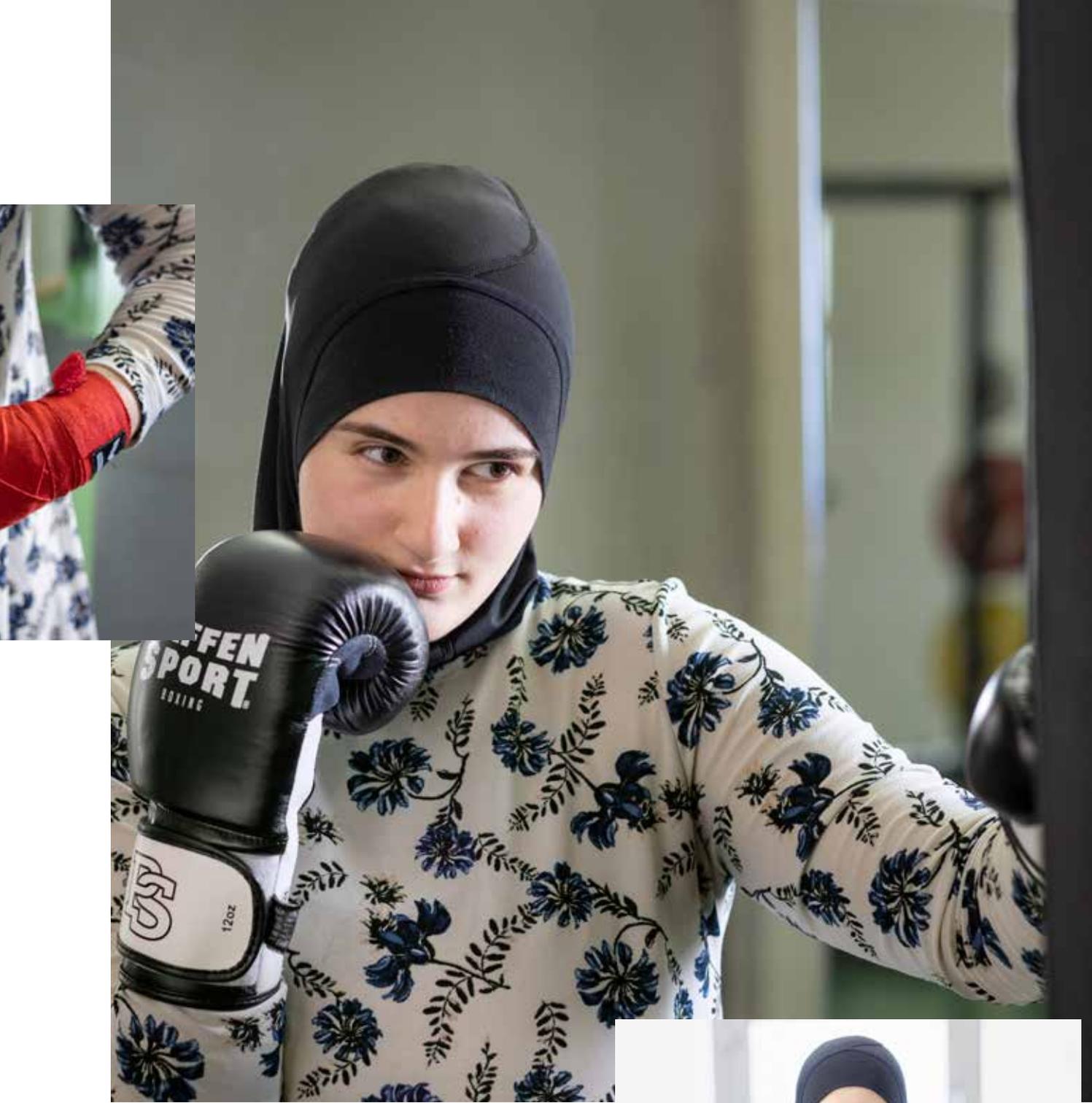
Wenn ich alles gebe und am Ende eine Person fix und fertig zu mir kommt und total begeistert sagt, wie toll es heute war.

Was ist das Wichtigste für Dich als Trainerin?

Etwas gegen Vorurteile zu tun. Ich möchte gern Mädchen und Frauen jeder Herkunft, Ethnie oder Religion unterstützen und ihnen als Vorbild dienen. Ich möchte ihnen dabei helfen, stolz auf sich zu sein und ihr Selbstwertgefühl zu steigern.

Was ist das Besondere an Deinem Verein?

Wir schaffen safe spaces – Orte, wo Menschen wie ich auch ohne Kopftuch trainieren können und sich dabei wohlfühlen. Wo die Tür zur Halle zugeht und wir als Frauen und Mädchen unter uns sind.



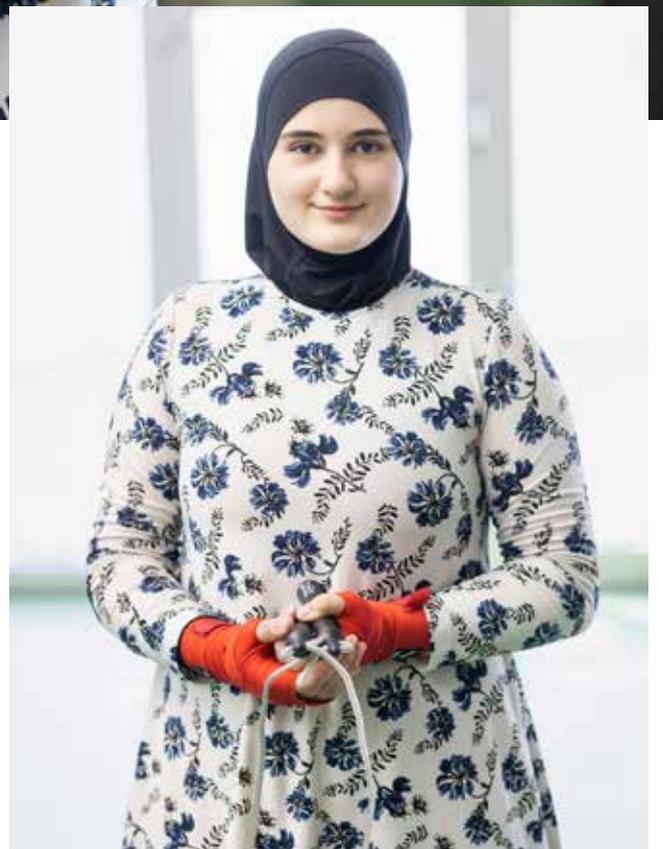
Doha

Verein: Boxgirls e. V., Seitenwechsel e. V.

Sportart: Boxen

Bezirk: Friedrichshain-Kreuzberg

Qualifikation: C-Lizenz Boxen



Pädagoge mit **KICK**

Rot und Weiß sind Haithams Farben als Ü40-Kicker des 1. FC Union Berlin. Bunter geht es in der Trainingsgruppe des 1977 geborenen Syrers zu, wo der vierfache Vater Kindern und Jugendlichen mit Fluchtgeschichte Übersteiger, Hackentricks und Respekt beibringt.

Wie bist Du zum Sport gekommen?

Wir haben als kleine Kinder immer auf der Straße gespielt. Vereine gab es nicht so viele. Wir sind einfach nach der Schule raus auf den Sandplatz. Und wer das Glück hatte, einen Ball zu besitzen, war auf dem Platz immer der Chef. Er entschied über Foul oder Nicht-Foul und wann ein Spiel zu Ende war.

Was hast Du beruflich gelernt?

Ich habe eine Ausbildung als Kameramann, Sport war immer nur Freizeit. Trotzdem würde ich sagen, dass Fußball immer mein Leben war. Zusätzlich habe ich in Berlin eine Fachausbildung zum pädagogischen Assistenten gemacht.

Hast Du als Übungsleiter eine Grundregel auf dem Platz?

Ja, auf dem Platz bin ich nicht Haitham, sondern „Trainer“. Es braucht eine gewisse Grenze. Ohne Regeln wird den Kleinen schnell langweilig. Und, wo ich keine Abstriche mache, ist Respekt. Untereinander, gegenüber dem Trainer und dem Gegner.

Wie gefällt Dir Berlin?

Berlin hat meiner Meinung nach ein großes Problem. Wer hier einmal gewohnt hat, kann eigentlich nie wieder woanders wohnen. Aber im Ernst, ich verdanke dieser Stadt extrem viel. Meine Ausbildung als Pädagoge, C-Lizenz, B-Lizenz und so viele großartige Begegnungen. Besonders mag ich Köpenick, nicht nur wegen Union. Es ist ruhig und grün und hat einen speziellen Platz in meinem Herzen, weil ich hier zuerst gewohnt habe, als ich herkam.

Worauf bist Du stolz?

Ich habe in Berlin bei null angefangen und mir und meiner Familie eine neue Heimat geschaffen.



Haitham

Verein: 1. FC Union Berlin e. V.

Sportart: Fußball

Bezirk: Treptow-Köpenick

Qualifikation: DOSB B-Lizenz

Sport in der Prävention,
Fußball-Schiedsrichter



*„Tue zuerst das
Notwendige, dann
das Mögliche und
plötzlich schaffst du
das Unmögliche.“*



„Ich glaube fest daran, dass wir von jedem Menschen etwas lernen können, egal wie alt, egal woher.“

Für Träume und ZIELE kämpfen



Asma, geboren in Afghanistan, ist Schwimmtrainerin und angehende Juristin. Frauen zwischen 16 und 50 Jahren lernen bei ihr das Schwimmen und die Freude am Element Wasser.

Wie würdest Du Dich beschreiben?

Ich bin eine Frau, die ihre Zukunft genau plant. Natürlich läuft nicht alles immer nach Plan, aber dann finde ich Wege, meine großen Ziele im Blick zu behalten. Dass ich Jura studieren wollte, wusste ich mit 7 Jahren. Jeder muss für seine Träume und Ziele kämpfen. Auf der Couch sitzen und denken, dass es von selbst passiert, funktioniert nicht.

Warum ausgerechnet Jura?

Ich will gern Dinge verändern. Und dafür musst du die Regeln ganz genau kennen.

Warum muss jeder Mensch schwimmen können?

Es ist einfach schön, schwimmen zu können. Wenn ich auf dem Wasser treibe, denke ich nichts anderes als: „Ich schwimme.“

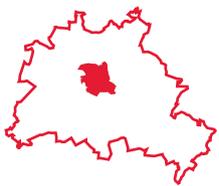
Das hilft auch bei Stress, und den haben ja viele Menschen heutzutage.

Wie bist Du zu Deinem Verein gekommen?

Ich war in einem Heim für Geflüchtete und jemand lud mich zum Schwimmen ein. Ehrlich gesagt, konnte ich schon schwimmen, aber es war eine wunderbare Möglichkeit, mal rauszukommen und sich zu bewegen. Nach ein paar Wochen hat mich ein Trainer angesprochen. Er wies mich darauf hin, dass ich eigentlich als Assistentin arbeite und fragte, ob ich das nicht auch offiziell machen möchte.

Kannst Du von Deinen Schwimmschüler*innen etwas lernen?

Ich glaube fest daran, dass wir alle von jedem Menschen etwas lernen können, egal wie alt, egal woher.



Asma

Verein: Pro Sport 24 e. V.

Sportart: Schwimmen

Bezirk: Mitte

Qualifikation: DOSB B-Lizenz

Sport in der Prävention,
Rettungsschwimmerin





Immer in Bewegung, immer **AM BALL**

Reinhold, geboren 1957 in Kasachstan, ist studierter Physiklehrer und Volleyballtrainer. Wer irgendwann irgendwas mit einem Ball machen will, ist bei ihm jederzeit genau richtig.

Du bist in den 1960er-Jahren in Kasachstan aufgewachsen. Wie war das?

Das war eine sehr sportbegeisterte Generation. Kein Internet, keine Konsolen. Ein Ball hat uns gereicht. Und zu Hause waren wir fünf Jungs: Wilhelm, Rudolf, Walter, Ewald und ich. Da gehörte Wettkampf automatisch dazu.

Hast Du eine Lebensphilosophie?

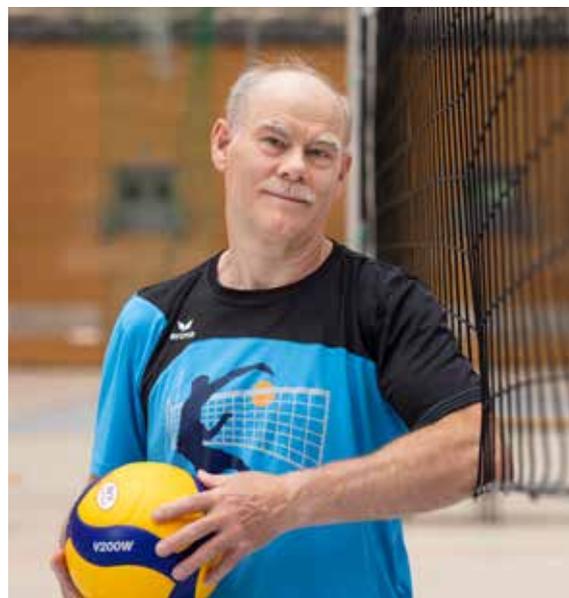
Fit zu sein, das ist meine Philosophie. Nach dem Aufstehen mache ich zwei Stunden Gymnastik, dann mit dem Rad zur Arbeit. Immer in Bewegung, das ist meine Art zu leben. Wenn mich jemand fragt, ob ich Sport machen will, sage ich niemals nein, egal wie müde ich bin.

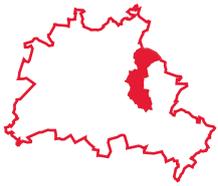
Du hast auch als Sozialarbeiter in einer Unterkunft für Geflüchtete gearbeitet?

Ja, da waren Hunderte Männer in einer Unterkunft, voller Energie und kaum etwas zu tun. Wir haben eine Halle gemietet und dort in Kooperation mit Vereinen Sport gemacht. Anfangs ohne Schuhe, dann mit gespendeten Schuhen von der Bundeswehr. Wenn jemand besonders gut war, habe ich ihn mitgenommen zum Probetraining bei einem Verein. So habe ich viele untergebracht.

Wie würden Dich andere Menschen beschreiben?

Wahrscheinlich, dass ich ein großes Herz für alle habe. Manch einer wundert sich darüber, weil es für mich wirklich keinen Unterschied macht, wo jemand herkommt und welche Sprache er spricht. Auf dem Platz sind alle gleich und darauf bestehe ich auch: Respekt. Und klar, manchmal wird es heißblütig. Wenn es dabei aber nicht mehr um Sport geht, sage ich: Wir sind hier in Deutschland. Hier sind wir alle gleich.





Reinhold

Verein: CJD e. V. BENN Pankow |

VSV Hohenschönhausen 1987 e. V.

Sportart: Volleyball, Fußball, Tischtennis

Bezirk: Lichtenberg

Qualifikation: DOSB C-Lizenz

Leistungssport Volleyball



*„Respekt für alle.
Auf dem Platz sind
alle gleich. Wir
spielen immer
miteinander und nicht
gegeneinander.“*

LERNEN

und lernen lassen

Omar, geboren 1992 im Irak, ist ein begeisterter Sport-Allrounder und trainiert Kinder zwischen 9 und 15 Jahren, die ihm dafür beim Deutschlernen geholfen haben.

Was hast Du gemacht, bevor Du nach Deutschland kamst?

In Bagdad hatte ich sechs Jahre lang ein eigenes Fitnessstudio. Neben Trainingsprogrammen habe ich auch Ernährungspläne für meine Schützlinge geschrieben. Ich habe Jura studiert und dann einige Monate in einer Kanzlei gearbeitet.

Du bist trotzdem weggegangen?

Am Leben zu bleiben ist das Allerwichtigste. Deshalb habe ich bei null angefangen, besser gesagt bei Minus – ein junger Mann mit arabischem Hintergrund, ohne Deutschkenntnisse in einem Heim für Geflüchtete mit Hunderten Menschen in einem Raum. Dazwischen lernst du Vokabeln: „danke, bitte, Tisch, Stuhl“. Heute habe ich eine Ausbildung, einen Job, eine Wohnung und bin Trainer. Darauf bin ich stolz. Nun fehlt mir nur noch ein langfristiges Aufenthaltsrecht in Deutschland zu meinem Glück.

Und hast Du sofort wieder als Trainer gearbeitet?

Kinder und Jugendliche durfte ich nicht sofort trainieren. Da gibt es Regeln, und das ist gut so. Aber als Ehrenamtlicher konnte ich zum Beispiel bei großen Veranstaltungen im Berliner Olympiastadion helfen.

Kannst Du auch etwas von Deinen Kindern lernen?

Deutsch! Du kannst auswendig lernen, nach welcher Präposition welcher Fall kommt, aber erst durch regelmäßiges Sprechen kannst Du dieses Wissen anwenden. Kinder sagen einfache Sätze, und ich habe sie immer wiederholt. Sie durften mich auch immer verbessern. Da haben sie mir sehr geholfen.

Was bedeutet Dir Dein Verein?

Ich liebe meinen Verein. Viel Spaß, nette Kinder, tolle Kolleg*innen. Ich werde nie aus meinem Verein austreten. Auch, wenn ich mittlerweile woanders wohne und die Wege sehr weit sind.



Omar

Verein: TuS Lichterfelde e. V.

Sportart: Leichtathletik

Bezirk: Steglitz-Zehlendorf

Qualifikation: DOSB C-Lizenz

Breitensport, D-Lizenz Kinderleichtathletik

*„Spaß haben und
gesund bleiben.
Darum geht es.“*



Die **FREUDE** *am Leben erhalten*

Für dauerhafte Spannkraft und Lebensfreude bei Senior*innen sorgt Ghadeer, die 1998 in Syrien geboren wurde. Für sie ist Alter bei kontinuierlichem Training nicht mehr als eine Zahl.



„Sport ist meine Nahrung für Seele, Psyche und Körper.“

Wie ist es für Dich, in einem Verein zu sein?

In Deutschland ist es leichter, Sport zu machen und neue Dinge auszuprobieren. Das ist toll. Mir hilft der Verein auch, die deutsche Kultur kennenzulernen. Ich bin eine flexible Frau, sehr offen, aber es bleibt auch oft eine kleine Distanz. Das hat natürlich viel mit Sprache und kulturellen Unterschieden zu tun.

Was ist besonders wichtig für Dich als Trainerin?

Ich möchte gern besonders Frauen ermutigen, Sport zu treiben, weil es wichtig für den Körper und die Seele ist. Und alle sollen wissen, dass ein Kopftuch dabei kein Hindernis ist.

Was ist Dein Aufgabenbereich als Trainerin?

Ich leite Senior*innen beim Rehabilitationssport an, also häufig Menschen, die Probleme mit der Wirbelsäule oder dem Herzen haben oder einfach ihre Gesundheit stärken wollen. Das macht mir großen Spaß.

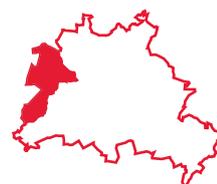


Was wünschst Du Dir für die Zukunft?

Derzeit mache ich eine Ausbildung zur Sport- und Fitnesskauffrau. Toll wäre eine duale Ausbildung mit einem Praxispartner. Eine Mischung aus Arbeit und zur Schule gehen, würde mir noch besser gefallen. Mein Wunsch im Sport ist es bei den deutschen Meisterschaften im Stand-up-Paddling erfolgreich zu sein. Und mein beruflicher Traum ist es, beim Landessportbund Berlin zu arbeiten.

Wie geht es Dir in Berlin?

Berlin ist toll für mich, meine Familie ist hier. Hier sind die Menschen offener als anderswo, sehr hilfsbereit. Spandau liebe ich besonders, weil es ruhig ist. Es gibt tolle arabische Einkaufsläden und ich bin mit meiner Tochter schnell am Wasser für das Training im Stand-up-Paddling bei den Wasserfreunden Spandau 04 e. V.



Ghadeer

Verein: Spannkraft e. V.

Sportart: Reha/Gesundheit

Bezirk: Spandau

Qualifikation: DOSB B-Lizenz

Sport in der Prävention

Mutaz wurde 1988 im Sudan geboren. Durch SPORTBUNT mit dem Shaolin Kultur Verein verbunden, trainiert er dort zweimal wöchentlich Kinder und Jugendliche.



Kung-Fu als **LEBENSSTIL**

Wie hast Du Kung-Fu gelernt?

Von meinem Meister im Sudan, einem hoch angesehenen Mann. Sehr, sehr streng, aber ein Mensch, zu dem man aufblicken konnte.

Was macht diesen Kampfsport so besonders?

Kung-Fu ist mehr als nur ein Sport, es ist ein Lebensstil, der dich immer fordert und fördert. Ein Energiespender für jeden Zentimeter des Körpers, der Körper und Geist fokussiert und dir Möglichkeiten für die Selbstverteidigung gibt. Kung-Fu heißt wörtlich „etwas durch harte geduldige Arbeit Erreichtes“. Und wer etwas schafft, erntet Selbstvertrauen.



Du trainierst Kinder, was ist das Besondere daran?

Alles ist sehr spielerisch angelegt. Ganz am Anfang ist es eine Mischung aus Turnen, Kickboxen und Kung-Fu. Was die Kinder vor allem lernen, ist Fair Play, Respekt und Toleranz. Im Sport sind wir alle gleich.

Kannst Du auch etwas von den Kindern lernen, die Du trainierst?

Auf jeden Fall schon mal die deutsche Sprache. Da habe ich noch viel zu tun. Zum Glück funktioniert beim Training auch viel über das Vorzeigen. Mit Händen und Füßen, im wahrsten Sinne des Wortes.

Wie geht es Dir in Berlin?

Die Stadt ist großartig, ein Meer von Möglichkeiten. Die Wege können allerdings ziemlich weit werden, wenn man von einem ans andere Ende der Stadt muss.



Mutaz

Verein: Shaolin Kultur Verein e. V.

Sportart: Kung-Fu

Bezirk: Pankow

Qualifikation: DOSB C-Lizenz
Breitensport

*„Was die Kinder vor allem lernen,
ist Fair Play, Respekt und Toleranz.
Im Sport sind wir alle gleich.“*



Die **OPTIMISTIN**

Rania, geboren 1973 in Syrien, ist Hebamme und engagiert sich ehrenamtlich mit Sportkursen für Frauen im SOS Familienzentrum Berlin.

Was bedeutet Sport für Dich?

Ganz einfach: Sport bedeutet alles für mich. Sport hat mir während einer schweren Krankheit zum Beispiel etwas gegeben, an dem ich mich festhalten konnte. Sport gibt mir Kraft und Hoffnung. In Bewegung sein heißt leben.

Was ist Dein ursprünglicher Beruf?

Ich habe mehr als 20 Jahre als Hebamme gearbeitet. Dadurch kenne ich den weiblichen Körper sehr genau, auch was die Beanspruchung von Muskeln betrifft. Das ist die Voraussetzung, um Frauen vor und während einer Geburt zu helfen, aber auch um den Körper danach wieder fit zu bekommen.

Wie bist Du zum Sport gekommen?

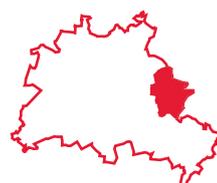
Ich habe in einem Fitnesscenter in Syrien trainiert, fast 15 Jahre lang. Dort war eine Trainerin, die mich beeindruckt und mir viel beigebracht hat.

War das Sportangebot vergleichbar mit dem in Deutschland?

In meiner alten Heimat gab es für Frauen traditionell wenig Freizeitaktivitäten. Manchmal langweilen sie sich dadurch. Das tut nicht gut. Da rauszukommen und Körper und Geist zu fordern, ist extrem wichtig für das Wohlbefinden.

Lernst Du etwas von den Frauen, die Du trainierst?

Von jeder Einzelnen. Manch eine bringt mich immer noch durch ein ganz spezielles physisches Problem zum Grübeln. Wir suchen und finden dann gemeinsam genau die richtige Lösung, und oft lässt sich das dann auch für andere Frauen anwenden.



Rania

Ehrenamt: SOS Familienzentrum Berlin

Sportart: Aerobic, Frauensport

Bezirk: Marzahn-Hellersdorf

Qualifikation: Aerobic-Ausbildung in Syrien

*„Sport gibt
mir Kraft und
Hoffnung.“*





Ohne **FLEISS** kein Preis

Abdulrahman, geboren 1969 in Syrien, ist immer in Bewegung. Er macht drei- bis viermal pro Woche den Leichtathlet*innen des VfB Hermsdorf Beine. Und gute Laune.

Was bedeutet Sport für Dich?

Ich bin ein Mensch, der immer in Bewegung sein muss. Ohne Sport kann ich mir das Leben gar nicht vorstellen. Sport ist wie Atmen für mich.

Wie gefällt Dir Berlin?

Am Anfang war ich mir gar nicht so sicher, ich war fremd, alles war fremd. Heute ist die Stadt zu meiner Heimat geworden, vor allem durch den Verein.

Was ist denn das Besondere an Deinem Verein?

Die LG Nord ist meine Familie. Ich kenne viele Menschen, die darunter leiden, zu wenig Kontakte zu haben, gerade zu Deutschen. Das überrascht mich immer, weil ich im Verein schon so viele tolle Menschen kennengelernt habe.

Und warum ausgerechnet Leichtathletik?

Mir gefällt die Vielfalt, sowohl an Sportarten als auch an Fertigkeiten. Es braucht Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Technik. Und um die einzelnen Disziplinen wie Hochsprung oder Stabhochsprung zu erlernen, muss man einen Schritt nach dem anderen tun. Wie im echten Leben.

Was mögen die Menschen, die Du trainierst, an Dir?

Dass ich die Dinge mit Spaß verbinde. Wenn Sport nicht mit Freude verbunden ist, macht es keinen Sinn. Und ich bin bekannt dafür, sehr genau auf die Technik zu achten. Es kommt einfach oft auf die ganz kleinen Details an.

Welche sportlichen Wünsche hast Du für die Zukunft?

Ich habe früher in Syrien viel mit Menschen mit Behinderung gearbeitet. Deshalb freue ich mich schon sehr auf die Special Olympics World Games im Sommer 2023 und hoffe, dabei mithelfen zu dürfen.



Abdulrahman

Verein: VfB Hermsdorf e. V. (LG Nord)

Sportart: Leichtathletik

Bezirk: Reinickendorf

Qualifikation: DOSB B-Lizenz

Sport in der Prävention



*„Sport ist wie
Atmen für mich.“*





Sport ist mein **LEBEN**

Ahmad wurde im Jahr 1986 in Syrien geboren, wo er Sport studiert und als Lehrer gearbeitet hat. Für den SCC trainiert der ehemalige Profivolleyballer im Rahmen der Senatsinitiative „Profivereine machen Schule“ Grundschüler*innen zwischen 6 und 12 Jahren.



Was bedeutet Berlin für Dich?

Berlin ist ein bisschen wie die ganze Welt, nur in klein: so viel Kultur, so viele Nationalitäten auf einem Fleck.

Wie wichtig ist Sport für Dich?

Ganz einfach: Sport ist mein Leben. Das meine ich genau so. Wenn ich keinen Sport treiben kann, bekomme ich schlechte Laune.

Trainierst Du lieber Kinder oder Erwachsene?

Schwer zu sagen. Beides macht Spaß auf unterschiedliche Art. Bei den Kindern geht es vor allem um Technik, bei Erwachsenen um Taktik. Ich mag bei Kindern, wie verschieden sie sind. Manche können etwas auf Anhieb, andere brauchen Unterstützung, zum Beispiel für die Motorik.

Bist Du ein strenger Trainer für die Kinder?

Manchmal ja. Mir ist wichtig, dass die Kinder etwas lernen, aber auch Spaß haben. Ich achte auch genau darauf, wie es den Kindern geht. Manchmal ist jemand traurig oder müde. Dann muss man darauf eingehen und Rücksicht nehmen. Aber die ganze Zeit den Kopf streicheln, muss auch nicht sein.

„Wenn ich keinen Sport treiben kann, bekomme ich schlechte Laune.“



Was sind Deine Pläne für die Zukunft?

Ich würde gern noch die B- und A-Lizenzen machen und ein höherklassiges Team trainieren. Falls ich es irgendwie organisieren kann, will ich unbedingt mein Studium fertigmachen, aber das ist nicht so einfach.

Was muss man mitbringen, um Volleyball zu spielen?

Ab einem bestimmten Niveau musst du sehr schnell und sehr schlau sein, da gibt es höchstens drei oder vier Sekunden für einen Spielzug, da muss jede Bewegung sitzen.



Ahmad

Verein: SC Charlottenburg e. V.

Sportart: Volleyball

Bezirk: Charlottenburg-Wilmersdorf

Qualifikation: DOSB C-Lizenz

Breitensport, C-Lizenz Leistungssport
Volleyball

Vielsprachige **KORB-** *legerin*



Barbora wurde 1985 in Tschechien geboren, wuchs in Deutschland als erfolgreiche Leistungssport-Basketballerin auf und engagiert sich in dem Projekt spOrt365 für öffentlich zugängliche Sportstätten.

Du hast einen Master in Internationalen Beziehungen. Wie kamst Du zum Sport?

Beim Praktikum in einer Botschaft habe ich gemerkt, dass mir das alles zu theoretisch ist. Ich wollte keine Texte schreiben, die im Endeffekt keiner liest. Also bin ich zur Integration gewechselt und habe es mit meiner Basketballvergangenheit verknüpft.

Du sprichst vier Sprachen fließend. Ist Sport auch so etwas wie eine Sprache?

Ja, definitiv. Sport ist eine Sprache ohne Worte, ein Mittel zur Kommunikation. Durch Sport kommen die verschiedensten Menschen zusammen, die sich sonst nie begegnen würden. Wer sich auf dem Platz miteinander freut oder Frust schiebt, hat automatisch eine Verbindung, ohne dass ein Wort gesprochen wurde.

Für ALBA Berlin hast Du in einer sogenannten „Brennpunktschule“ gearbeitet. Was kann Sport da bewirken? Kinder haben extrem viel Energie. Sie sollen den ganzen Tag still sitzen und Regeln befolgen, die sie oft von zu Hause gar nicht kennen. Da braucht es einen Ausgleich. Genau deshalb war Sport mein Lieblingsfach, von der ersten bis zur 13. Klasse.

Nun gibt es ja beim Sport auch Regeln ...

Klar, beim Basketball sind es ganz besonders viele. Aber spielerisch zu lernen, sich daran zu halten, fällt vielen leichter.

Was erhoffst Du Dir vom spOrt365-Projekt im Görlitzer Park?

Im Vormittagsbereich möchten wir den Schulen und Kitas der Umgebung einen Raum geben, sich sowohl spielerisch auszutoben, als auch neue Sportarten kennenzulernen. Im Nachmittagsbereich möchten wir der Öffentlichkeit diesen Raum schenken. Wir wollen mithilfe des Sports eine neue Atmosphäre in den Görli bringen, die in den ganzen Park hinausstrahlt.



„Für Integration braucht man nicht nur Menschen mit Migrationsgeschichte, sondern alle. Dafür ist Sport perfekt.“



Barbora

Verein: Turngemeinde in Berlin 1848 e. V.,
Projekt „spOrt365 im Görlitzer Park“

Sportart: Basketball

Bezirk: Neukölln

Qualifikation: DBB-D-Trainerin Basketball

Der **PRÄZISE**

Bei Mohamed Amine läuft keiner ins Abseits. Der 1994 in Tunesien geborene Ex-Nachwuchs-Profi trainiert die Verbandsligaspieler der A-Jugend beim FC Internationale Berlin und ist Trainer an der Fußballschule „Willkommen im Sport“.

Wie kamst Du nach Deutschland?

Ich bin zum Studieren nach Berlin gekommen und mache jetzt meinen Master in Maschinenbau. Berlin ist heute meine zweite Heimat, eine Traumstadt.

Was magst Du am Fußball besonders?

Die Teamarbeit. Eine Mannschaft ist wie eine Familie. Man muss zusammenhalten und viel kommunizieren, erst recht bei Problemen. Probleme ansprechen, bearbeiten und lösen, so lernen wir für die Zukunft. Auf dem Platz und im Leben.

Hast Du ein Trainer-Vorbild?

Als Achtjähriger hatte ich einen Trainer, der mich geliebt hat wie seinen Sohn. Er hat mir Verantwortung als Kapitän gegeben. Ich war stolz, wusste aber auch, dass er viel erwartet. Ich liebe ihn bis heute. Er war ein Trainer der alten Schule, sehr streng. Wer heute eine Lizenz macht, lernt viele neue Dinge. Der Fußball und die Jugend von heute sind nicht mehr die von vor 20 Jahren. Es wird anders geführt.

Und wie bist Du als Trainer?

Ich bin sehr präzise, jedes Hütchen steht bei mir immer exakt auf einer Linie. Ich bin geduldig, kann Dinge zwei oder dreimal erklären, ohne genervt zu sein. Und private Probleme der Spieler gehören für mich auch dazu. Wohlfühlen ist wichtig, auch für den Erfolg. Und ich habe Vertrauen in eigene Entscheidungen der Spieler auf dem Platz.

Welche Rolle spielt Dein Verein für Dich?

Eine wichtige Rolle, die Zusammenarbeit zwischen den Trainer*innen ist sehr eng. Wir treffen uns nach dem Training und tauschen uns aus. Die Teams sind wie kleine Kernfamilien, die zusammen in eine große Familie gehören.



Mohamed Amine

Verein: FC Internationale Berlin 1980 e. V.

Sportart: Fußball

Bezirk: Tempelhof-Schöneberg

Qualifikation: im Lizenzerwerb zum
Trainer C – Fußball

*„Fußball gehört zu
meinem Leben.“*



Drei sportliche **WEGE** zur Integration

SPORTBUNT – Vereine leben Vielfalt!

Das Projekt unterstützt Menschen mit einer Fluchtgeschichte, die sich sportlich in einem Verein betätigen oder engagieren möchten. SPORTBUNT bietet mit seinem großen Netzwerk Sportvereinen und -verbänden, die sich interkulturell öffnen möchten, neben einer fachlichen Beratung im Rahmen des Förderprogramms „Sportangebote für geflüchtete Menschen“ auch finanzielle Unterstützung.

Wie kann man als Verein oder Verband mitmachen?

Trainingsangebote im Verein, Schnupperkurse, Sportangebote in Unterkünften – fast alles ist möglich. Egal ob es um die Umsetzung eigener Ideen oder eine erste Beratung geht.

So kann man als Sportler*in mitmachen:

Ihr habt eine Lieblingssportart und sucht den passenden Verein? Ihr möchtet Sport treiben, wisst aber nicht genau, welcher Sport zu Euch passt? Ihr könnt Euch vorstellen, Euch als Trainer*in zu engagieren? Gemeinsam finden wir es heraus! Meldet Euch einfach beim Team von SPORTBUNT. Wir sprechen Deutsch, Arabisch, Englisch, Französisch.

ZAHLEN & FAKTEN

Seit 2016 wurden ...

118

Personen mit einer Fluchtgeschichte zum*zur DOSB-Übungsleiter*in-C im sportartübergreifenden Breitensport ausgebildet

1.030

Personen in Berliner Sportvereinen integriert

477

Projekte umgesetzt

KONTAKT

+49 30 55525356
sportbunt@lsb-berlin.de
www.sportbunt.de



Programm „Integration durch Sport“

Das Programm unterstützt Berliner Sportvereine und -verbände in der Umsetzung integrativer Sportangebote, bei der interkulturellen Öffnung und bietet auch selbst Sport an. Außerdem berät es Vereine und bietet Fortbildungen an, zum Beispiel zum Thema Vielfalt.

Wie kann man als Verein oder Verband mitmachen?

1. Mit dem Team von „Integration durch Sport“ in Verbindung treten.
2. Beratungstermin wahrnehmen / Förderantrag stellen / Fortbildung besuchen.

Wie kann man als Ehrenamtliche*r mitmachen?

Für die Durchführung von Sportangeboten sind wir stets auf der Suche nach engagierten Helfer*innen, die unser Team unterstützen möchten.

1. Termin für ein Vorgespräch / Kennenlernen.
2. Deine erste Veranstaltung wartet auf Dich!

ZAHLEN & FAKTEN

Über **158.000**
Teilnehmer*innentage pro Jahr

Fast **2.500**
Beratungsgespräche pro Jahr

Über **30.000**
Ehrenamtsstunden pro Jahr

KONTAKT

+49 30 30098521
ids@lsb-berlin.de
www.integration.dosb.de



Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Sportjugend Berlin

Integration junger Menschen und Stadtteilarbeit

Berliner Sportvereine erhalten organisatorische und finanzielle Hilfe für Freizeit- und Breitensportangebote, die junge Menschen zu regelmäßigem Sporttreiben anregen, Vereine im Kiez besser bekannt machen, Integration und Inklusion fördern, die Gesundheit stärken, Ferien sinnvoll gestalten oder geschlechtsspezifisch sind und auch neue Zielgruppen im Verein integrieren.

So kann Bedarf angemeldet werden:

Nach Kontaktgespräch formlos auf Vereinskopfbogen das geplante Vorhaben sowie den Bedarf mit entsprechender Zielstellung beschreiben, kalkulierten Finanzierungsplan beifügen und Antrag rechtsverbindlich unterschreiben.

Wie kann man als Verein mitmachen?

Ein neues Vereinsangebot planen oder bewährte Maßnahmen weiterentwickeln und mit uns Kontakt aufnehmen.

ZAHLEN & FAKTEN

300 Beratungsgespräche pro Jahr

Kooperationen mit **30**
Berliner Sportvereinen und bezirklichen
Jugendvertretungen pro Jahr

10.000
Kinder und Jugendliche jährlich direkt erreicht

KONTAKT

+49 30 30002-168 / 169
info@sportjugend-berlin.de
www.sportjugend-berlin.de



BERLIN



Senatsverwaltung
für Bildung, Jugend
und Familie



IMPRESSUM

Herausgeber:

Landessportbund Berlin e. V.

Verantwortlich: Friedhard Teuffel

Projektteam: Britt Finkelmann, Sabrina Hampe,

Alexander Fuchs, Sylvia Reichmuth,

Oliver Weiß, Angela Baufeld

Interviews: Nico Laubisch

Copyright: „Sport in Berlin“

Eigenverlag des Landessportbunds Berlin

Jesse-Owens-Allee 2, 14053 Berlin

Gestaltung: Realgestalt GmbH

Fotos: Roland Horn Fotografie

Auflage: 3.000 Exemplare

Berlin im August 2021

www.lsb-berlin.de



