



# Wie Integration durch Sport gelingen kann

Tipps für Trainer\*innen



**Schwierigkeiten bei der Kommunikation überwinden**



**Kennenlernen und einander verstehen**

Wir erlernen einige Wörter in Fremdsprachen (Zahlen, Startsignale o.ä.) und nutzen sie im Training.

Wir bitten mehrsprachige Mitglieder um Mithilfe.

Wir achten auf gutes Verständnis und eine einfache Sprache.



**Die persönliche Ansprache ist das wirksamste Mittel, um auf sich aufmerksam zu machen.**



**Alltagshindernisse aus dem Weg räumen**



**Praktische Lösungen anbieten**

Wir fragen den Bedarf nach Kinderbetreuung während des Trainings ab. Wir überlegen, ob wir unser Trainingsangebot auch in einem für die Zielgruppe vertrautem Umfeld anbieten können (z.B. Yoga in der Moschee).

Wir vernetzen uns für Mitfahrgelegenheiten.

Wir sorgen für ein sicheres und geschütztes Umfeld vor, während und nach dem Training.



## **Andere Kulturen, Lebensarten und Religionen verstehen und kennenlernen**



### **Offenheit und Akzeptanz leben**

Wir schaffen eine offene Gesprächskultur.

Wir zeigen, dass wir bestimmte Kleiderordnungen oder religiöse Vorschriften beachten und respektieren.

Wir etablieren eine Duschkultur, die für alle akzeptabel ist (z.B. Duschen in Unterwäsche).

Wir erklären Regeln verständlich.

Wir bilden uns weiter und geben unser Wissen weiter.



## **Ängste und Bedenken überbrücken**



### **Zusammengehörigkeit und Wohlbefinden fördern**

Wir gehen geduldig und verständnisvoll miteinander um.

Wir versuchen Kontaktschwellen abzubauen und kommen aus unserer eigenen Komfortzone.

Wir integrieren Spiele zur Förderung des Miteinanders in unser Aufwärmprogramm.

Wir sprechen Personen direkt an und suchen den Blickkontakt.



**Wie beim Sport auch: Manche Dinge sind herausfordernd und werden uns nicht sofort gelingen, aber indem wir sie üben und geduldig sind, werden wir besser darin.**

### **Herausgeber**

Attilas Fight Club e.V.

Schützenpfad 46

55218 Ingelheim



*Eine Initiative von Attilas Fight Club e.V., in Zusammenarbeit mit dem Beirat für Migration und Integration der Stadt Ingelheim und mit Unterstützung des Landessportbunds Rheinland-Pfalz, der Stabsstelle für Vielfalt und Chancengleichheit der Stadt Ingelheim, des Stadtverbandes Ingelheim und des Weiterbildungszentrums Ingelheim / Koordinierungs- und Fachstelle Partnerschaft für Demokratie Ingelheim.*

*Der Leitfaden wurde mit Mitteln der Partnerschaft für Demokratie Ingelheim im Rahmen des Bundesprogramm „Demokratie leben!“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert.*

Gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**