

Wenn Sport Brücken baut – unser Besuch bei Gemma! in Graz

Sport verbindet. Nach diesem Motto lebt auch unsere Partnerinitiative gemma! – GEMEINSAM MACHEN. Besonders junge Geflüchtete und Vertriebene profitieren von dem breiten Angebot des Vereins. Im Vordergrund steht dabei das Schaffen eines Begegnungsraums, in dem Freundschaften geschlossen werden und der interkulturelle Austausch und so auch Integration gefördert wird.

Im Rahmen des gemeinsamen österreichweiten Sportprojekts werden bei gemma! regelmäßig Sportkurse, die von professionellen Trainer:innen begleitet werden, angeboten. Neben Badminton, Boxen und anderen Schnuppereinheiten steht vor allem Schwimmen im Zentrum des von dem Verein initiierten Sommerprogramms. Am 23. August durfte die *asylkoordination österreich* im wahrsten Sinne des Wortes in die Welt der Schwimmkurse von gemma! eintauchen und sich von dem Programm im Grazer Augartenbad selbst überzeugen.



Die von gemma! initiierten Kurse fördert neben körperlicher Fitness nicht nur das physische Wohlbefinden, Ausdauer und die Gesundheit, sondern stärkt zur selben Zeit den Zusammenhalt der Gruppe, die Motivation und das Selbstbewusstsein der am Training Teilnehmenden. Gemma! weiß, dass gegenseitiges Händereichen und Brückenbauen Integration fördert und das Vertrauen und Zugehörigkeitsgefühl stärkt.



Mittels der Sportkurse wird den Teilnehmenden ein Verständnis von Nähe und Distanz nähergebracht, Teamfähigkeit trainiert und Sprachbarrieren überwunden. Sport ist eine universelle Sprache. Regeln und Bewegungen sind oft intuitiv und tragen Schritt für Schritt ganz niederschwellig zum Spracherwerb bei. Dabei steht Inklusion bei den Schwimmkursen in Graz an oberster Stelle. Es sind somit alle Interessierten eingeladen, gratis am Programm teilzunehmen. Egal, welches Alter oder Geschlecht, ob Schwimmanfänger:in oder Profi. Was die Anwesenden bei unserem Besuch teilten, waren gegenseitige Wertschätzung, Zugehörigkeit und Freude am Sport und perfekten Badewetter.

Nach den Aufwärmübungen ging's mit den professionell geführten Übungen zum Erlernen grundlegender Schwimmtechniken los. Während die eine Gruppe am Feinschliff der Schwimmfertigkeiten arbeite übte die andere das Auftauchen von Ringen und anderen Utensilien. Zwischendurch versuchten sich die Mutigen unter uns am Sprungbrett, bevor zur wohlverdienten Mittagspause auf den Rasen gerufen wurde.

Zwischen den Einheiten wurde uns von den Trainer:innen über die eindrücklichsten Erlebnisse der Schwimmkurse berichtet. „Der Fortschritt, den wir bei machen Teilnehmer:innen sehen, ist echt toll“. Die in einigen



Fällen vorherrschende Angst vor dem Wasser kann durch das Vertrauen in die Trainer:innen und in deren Kompetenzen in kürzester Zeit überwunden werden und ermöglicht so wiederum die Bildung von neuem Selbstbewusstsein.

„Eine Sache, die ich total schön finde ist, dass sich auch die Teilnehmenden untereinander total gut helfen. Natürlich einerseits mit dem Übersetzen - wir vertreten auch einige Sprachen, aber nicht alle von unseren Teilnehmenden. Dann bilden sich teilweise Paare. Da zeigen Leute, die schon besser schwimmen können, den Anfänger:innen was sie tun sollen und helfen ihnen dabei. Das hilft uns natürlich und stärkt unsere Kapazitäten. So vermehrt und multipliziert sich das einfach und das finde ich wahnsinnig schön“.

- Verena



Mithilfe ihrer Wasserpistole beendete unsere jüngste Mitschwimmerin kurzerhand die für sie wohl schon zu lange Verschnaupause und trieb uns mit breitem Grinsen wieder ins Nass, wo es mit diversen Partner- und Gruppenübungen weiterging. Abschließend fand ein Wetttauchen statt, bei dem die Anwesenden ihre Fähigkeit, die Luft anzuhalten unter Beweis stellten.

Letzter Stopp unseres Graz-Besuchs stellte das Erzählcafé dar, in das wir nach der herzlichen Verabschiedung im Augartenbad eingeladen wurden. Das Erzählcafé ist ein Ort der Begegnung, der Platz bietet, um sich auszutauschen, Spiele zu spielen und so die Gemeinschaft sowie den Spracherwerb stärkt und fördert. Dort berichteten uns die Mitglieder, wie sie auf gemma! gestoßen sind und inwiefern der Verein eine Bereicherung darstellt. Alles in allem kann gesagt werden, dass gemma! nicht nur eine Plattform darstellt, die ein breites Programm an Aktivitäten zur Verfügung stellt. Gemma! bietet Geflüchteten einen Safe-Space, in dem Freundschaften geschlossen werden und das Miteinander zählt.

Durch den persönlichen, ungezwungenen Austausch auf Augenhöhe wird Vertrauen aufgebaut, Freundschaften geschlossen und Perspektiven geschaffen. Gemma! verdeutlicht, welchen Stellenwert Graswurzelinitiativen wie diese in der österreichischen Integrationslandschaft haben. Infolgedessen trägt deren Förderung zu einer demokratieorientierten, vernunftgeleiteten Integrationspolitik bei.

Die **asylkoordination österreich** bedankt sich bei gemma! für das Engagement und die Einladung zum Schwimmtraining in Graz.

