

«Der Schweizer hat eine Grenze: Bis hierhin ist okay, da drüben aber nicht mehr»

Integration durch Sport Sie wollen Freundschaften schliessen, Deutsch lernen, Stress abbauen: Wie der Verein Sportegration seit zehn Jahren Geflüchteten aus der Einsamkeit hilft.



Bei Sportegration Anschluss gefunden: Yaccouba Barry, Anna Motruk, Dawood Haidari und Aryar Baravi (v. l. n. r.) mit Vereinsgründerin Annina Largo (ganz rechts). Foto: Sabine Rock

Marcel Rohner

Yaccouba Barry geht in die Knie und zieht mit einem Kiesel eine Linie auf die Steinplatte vor ihm. «Der Schweizer hat eine Grenze», sagt er, «bis hierhin», er zeigt mit dem Finger auf die eine Seite seiner Linie, «ist okay, da drüben aber nicht mehr.» Gelächter, nickende Köpfe um ihn herum, Anna Motruk ergänzt: «Die Schweizer sind so nett, aber manchmal habe ich das Gefühl, dass sie ein Limit an Freundschaften haben – zehn sind das Maximum, warum können es nicht zwölf sein?»

Fragen wie diese beschäftigen die Gruppe, die sich hier hinter dem Schweizer Landesmuseum am Zürcher Hauptbahnhof eingefunden hat. Auf unterschiedlichste Weise wurden die drei Männer und die eine Frau damit schon konfrontiert.

Kriege, Unterdrückung und Krisen haben sie hierher gebracht. Yaccouba Barry verliess Sierra Leone mit 17 und war vier Jahre auf der Flucht. Anna Motruk dachte einst, sie würde ein paar Monate in der Schweiz bleiben und dann in die Ukraine zurückkehren. Dawood Haidari aus Afghanistan war monatelang zu Fuss unterwegs, von der Türkei über den Balkan nach Italien. Aryar Baravi stammt aus der kurdischen Autonomen Region Rojava, jahrelang heimgesucht vom syrischen Bürgerkrieg und dem IS-Terror.

Drei, vier oder fünf Jahre sind sie nun in der Schweiz, sie finden sich in diesen Themen. Stimmen einander zu, weil sie dieselben Erfahrungen machen. Etwa auch die, dass sie im Deutschkurs

eine Sprache lernen, die Einheimische untereinander kaum sprechen. Schweizerdeutsch, für Menschen aus dem Ausland ein Rätsel. Baravi wirft ein «Kei Ahnig» ein und lacht, er verstehe nicht viel, wenn Schweizer sich unterhielten.

Von Fussball über Yoga bis hin zu Breakdance

Schon lange bevor Yaccouba Barry, Anna Motruk, Dawood Haidari und Aryar Baravi in die Schweiz finden, gibt die Zürcher Anwältin Annina Largo Lektionen in Fitnessboxen. Es ist das Jahr 2016, Worte wie Asylkrise oder Flüchtlingswelle dominieren medial, in Deutschland wird «Flüchtling» das Wort des Jahres, in den Strassen die Demonstrationen der Pegida, auch in der Schweiz kocht die Debatte hoch – das Fremde als Bedrohung.

Largo, die mit der Gruppe beim Landesmuseum sitzt und zuhört, bietet damals bald ein erstes kostenloses Training für Geflüchtete an, es kommen rund 25 Menschen – und einige fragen gleich, wann das nächste stattfindet.

Nun sagt Largo: «Ich hatte damals nicht die Idee, dass das Ganze so gross wird, wie es heute ist.» Aus dieser ersten Stunde Fitnessboxen entsteht noch 2016 der Verein Sportegration, heute ist er in den Kantonen Zürich, Bern, beider Basel und seit kurzem Aargau verankert. 27 Sportarten stehen im Stundenplan, schweizweit über 200 Freiwillige leiten 80 Trainings pro Woche: von Fussball über Yoga bis hin zu Breakdance. Dazu vermittelt Sportegration Schnuppertrainings in anderen Vereinen.

Einheimische sind willkommen, die Durchmischung ist ein Ziel des Vereins.

Largo sagt: «Das Thema war damals omnipräsent, viele Leute überlegten sich, etwas zu machen. Diese Stunden zu geben, war für mich naheliegend, weil es so einfach ist, durch den Sport Anschluss zu finden.» Danach sei alles organisch gewachsen, Teilnehmende brachten Freunde, Bekannte aus Largos Umfeld meldeten sich, um sich zu engagieren.

«Was wir machen, ist an sich nichts Komplexes, umso schöner ist es, zu sehen, was man damit bewirken kann.»

Annina Largo
Gründerin Verein Sportegration

Zwei Jahre nach Vereinsgründung kündigt sie in der Kanzlei, in der sie angestellt ist, und schafft sich eine eigene Stelle. Heute besteht das bezahlte Team von Sportegration aus acht Festangestellten, die meisten arbeiten Teilzeit, und jeweils fünf Praktikanten und Praktikantinnen im halbjährlichen Turnus. Largo ist Vereinspräsidentin und Co-Geschäftsführerin, sie verantwortet unter anderem das

Fundraising und die Budgetplanung, noch immer hat sie Kontakt mit Menschen, die damals ihr erstes Training besuchten.

Dieses Jahr feiert der Verein sein 10-Jahr-Jubiläum. Das Angebot ist kostenlos, es solle niederschwellig sein und bleiben, sagt Largo, die Kommunikation läuft über Whatsapp, eine Registrierung ist nicht nötig. Darum lässt sich auch nicht sagen, wie viele Menschen die Angebote nutzen. «Wir wissen aber», sagt Largo, «dass wir 2025 über alle Trainings verteilt über 23'000 Teilnahmen hatten.»

Sportegration hilft, die Sorgen zu vergessen

Darunter sind Menschen wie Dawood Haidari, 30 Jahre alt, er joggt unter der Woche mehrmals in einer Laufgruppe in Winterthur, Fussball spielt er ebenfalls, dazu besucht er Fitnesskurse. Anfangs sei er sechs Monate zu Hause gesessen, er habe die Asylunterkunft kaum verlassen. Allein mit den Gedanken an die lange Flucht, die Bilder der Heimat Afghanistan präsent – und um ihn herum all die Menschen in der Unterkunft.

«So wird der Mensch verrückt», sagt Haidari nun. Über Kollegen kam er zu Sportegration, heute haben die Termine Priorität, «mein Leben ist viel besser geworden, ich konnte früher mit niemandem sprechen, heute habe ich viel Kontakt mit Menschen und lerne neue Kulturen kennen». Der 30-Jährige absolviert momentan eine Vorlehre als Montageelektriker, Aryar Baravi, der neben ihm sitzt und einer seiner besten Freunde geworden ist, arbeitet beim Brezelkönig.

«Viele Leute, die bei Sportegration mitmachen, stehen unter Stress», sagt Yaccouba Barry, der 25-Jährige aus Sierra Leone, der auf der Flucht ein paar Monate in Tunesien verbrachte und nun Englisch, Deutsch und Französisch spricht. Barry lebte selbst drei Monate in einer Notunterkunft im Zürcher Oberland, in der Menschen mit negativem Asylbescheid untergebracht sind. Die Zeit machte ihm zu schaffen. «Aber wenn wir zusammen Sport treiben, können wir diese Sorgen vergessen.»

Ein Freund nahm Barry einst mit in die Laufgruppe, dieselbe, in der Haidari joggt. Sieben Kilometer, das sei ihm zu anstrengend gewesen, sagt Barry und lacht, darum und wegen seiner Lungenprobleme wechselte er zum Fussball. Heute ist er selbst einer der über 200 Freiwilligen, die Kurse leiten, jeden Donnerstag fährt er aus dem Zürcher Oberland nach Altstetten zum Fussball. «Im Ausland so allein zu sein, ist sehr schwierig», sagt Barry, «Sportegration hat mir viel Stress genommen.»

«Mehr Einheimische bei Sportegration wären schön»

Annina Largo sagt: «Was wir machen, ist an sich nichts Komplexes, umso schöner ist es, zu sehen, was man damit bewirken kann.» Dieses Jahr feiern zwei Kursteilnehmende aus Afghanistan und Bolivien ihre Hochzeit, der Bräutigam aus Afghanistan war in Largos erstem Kurs.

Die Ukrainerin Anna Motruk ist für das Gespräch aus Bern angereist, wo sie lebt. Sie sagt: «Das Angebot hilft mir, mein Deutsch zu verbessern, Stress abzubauen, nette Menschen kennen zu ler-

nen und Kontakte zu knüpfen.» Die 29-Jährige nimmt regelmässig an Yoga- und Trampolinkursen teil. «Das Gefühl der Gemeinschaft, etwas zusammen zu unternehmen, das ist, was mir an Sportegration gefällt.»

Nur, da ist eben die Sache mit den Freundschaften, alle Anwesenden sind sich einig: Die Einheimischen sind schwierig zu knacken, «man kann mit ihnen über alles reden», sagt Motruk, «aber die meisten kennen ihre Freunde noch vom Kindergarten». Barry stimmt zu: «Wenn du nicht mit ihnen aufgewachsen bist, ist es schwierig, mit Schweizern befreundet zu sein.» Ihm selbst helfe aber die Freiwilligenarbeit, die er im Zürcher Kreis 9 leistet, er hilft älteren Menschen im Alltag. So lerne er die Schweizer Kultur auch besser kennen.

Die Trainings sind für Einheimische offen, es steht allen frei, zum Fussball oder Volleyball zu gehen, nur im Schwimmkurs sollen die wenigen Plätze von jenen besetzt werden, die auf das kostenlose Angebot angewiesen sind. Largo sagt, es gebe Kurse, in denen Einheimische klar in der Unterzahl seien, in anderen sei das Verhältnis ausgeglichen. Aryar Baravi sagt, in der Winterthurer Laufgruppe joggen vielleicht fünf Schweizer und Schweizerinnen mit, im Fitness nehmen weniger teil. «Mehr wären schön, auch das würde mir helfen, die Sprache besser zu lernen.»

Integration, von so vielen Menschen wird sie verlangt. Angebote wie Sportegration zeigen auf: Wenn die Bereitschaft von beiden Seiten da ist, kann es so einfach sein.