

Mitteilungen

Mitgliederzeitschrift der
Evangelischen Frauenhilfe im Rheinland e.V.



**HÖREN - ZUHÖREN
DAZUGEHÖREN**



Evangelische Frauenhilfe
im Rheinland



Fotos Umbau Haus der Frauenhilfe in Bonn © EFHiR | Fotos Dünenklinik auf Spiekeroog © Knipswerkstatt; neuer Speisesaal © Dünenklinik



Liebe Leserinnen und Leser,

in unserer Frühjahrsausgabe geht es um das Thema „Zuhören“. In unserer Gesellschaft kommunizieren wir pausenlos. Smartphones, Internet und soziale Medien sind unsere ständigen Begleiter, aber das Zuhören, Hinhören und Aufeinanderhören geht immer mehr verloren. Aber es gibt auch viele positive Beispiele, wo Zuhören gelingt: in der Familie, unter Freund*innen oder auch in der Frauenhilfe. In Simbabwe sitzen dafür ausgebildete Großmütter auf einer sog. „Freundschaftsbank“, hören zu und helfen, bei uns gibt es das Konzept der Telefonseelsorge.

Dennoch haben in unserer Gesellschaft immer mehr Menschen das Gefühl, nicht gehört zu werden. Das zeigt die

Kampagne „Unerhört!“ der Diakonie Deutschland, die verschiedene Randgruppen in den Blick nimmt.

Mit diesem Heft wollen wir zum gegenseitigen Zuhören auffordern, denn Zuhören schafft Zugehörigkeit und Zusammenhalt. Und den brauchen wir ganz besonders angesichts der aktuellen Herausforderungen. Passen Sie auf sich auf, unterstützen Sie sich gegenseitig und bleiben Sie gesund!

Das Redaktionsteam wünscht Ihnen viel Freude beim Lesen!

Christine Kucharski

Referentin für
Öffentlichkeitsarbeit
Evangelische Frauenhilfe
im Rheinland e.V.



Impressum

Mitteilungen Nr. 87/ April 2020 der Ev. Frauenhilfe im Rheinland e. V. (EFHiR)

Auflage: 16.500 Exemplare

Herausgeberin: Evangelische Frauenhilfe im Rheinland e. V., Ellesdorfer Str. 52, 53179 Bonn, Tel.: 0228 9541 117, E-Mail:

oeffentlichkeit@frauenhilfe-rheinland.de, www.frauenhilfe-rheinland.de;

V.i.S.d.P.: Dagmar Müller, Leitende Pfarrerin

Redaktion: Christine Kucharski, Simone Pfitzner, Renate Schulz, Katrin Weber

Gestaltung: Christine Kucharski

Anzeigen: Media Marketing Meckenheim

Druck: Druck Center Meckenheim GmbH

Bildnachweise: Titelbild: Freundschaftsbank © Rainer Kwiotek; **Themenmotive**

S. 6-16: Freundschaftsbank: Rainer

Kwiotek; Frauen auf dem Sofa: contrast-

werkstatt/ AdobeStock; Frau am Telefon:

Rainer Sturm/ pixelio.de; Unerhört!: Kathrin

Harms/Diakonie; Bank: Lupo/ pixelio.de;

Kinder: pezibear/ pixabay.com

Nächste Ausgabe: Oktober 2020

Inhaltsverzeichnis

Andacht „Die Kraft des Zuhörens“ 4

Thema „Zuhören“

- **Auf mich hört ja keine*r** 6
- **Verschiedene Arten des Zuhörens** 8
- **Freundschaftsbank in Simbabwe** 9
- **Zuhören schafft Zugehörigkeit** 10
- **Einfach mal zuhören - Kampagne Unerhört!** 13
- **Wo Zuhören gelingt** 15

Rubrik MUT-MENSCH 17

Landesverband 18

70 Jahre Müttergenesungswerk 20

Aus den Regionen 23

Projekte zum Thema Demenz 26

Veranstaltungen 28

Rätsel + Literaturtipps 30

Gratulationen 32



Die Kraft des Zuhörens

Nur in der Ich-Du-Beziehung ist wirkliche Begegnung möglich

Als junge Pfarrerin - ich war damals gerade seit ein paar Monaten in der Krankenhauseelsorge - wurde ich zu einer Patientin gerufen, die gerade erfahren hatte, dass sie an Krebs erkrankt war. Sie war aus meiner damaligen Sicht älter, heute weiß ich, sie war noch jung: Anfang vierzig und eine bildhübsche Frau mit vollem, dunklem Haar. Die Krankenschwestern riefen mich, weil die Frau, Lydia K., sehr verzweifelt war und niemand auf der Station Zeit hatte, sich zu ihr zu setzen.

Sie weinte sehr und erzählte, wie sie sich fühlt. Ich hörte mir das an. Und langsam ergriff mich auch ihre Verzweiflung und als sie laut aufschluchzte, weil der Arzt ihr gesagt hatte, ihr würden mit der Chemotherapie die Haare ausfallen, war es auch um meine Fassung geschehen. Auch bei mir rollten die Tränen.



Danach stand ich eine Weile vor der Tür des Zimmers und habe mich gefragt, was ich da eigentlich mache: „Du

Symbol Krankenhauseelsorge sollst die Menschen trösten und nicht auch anfangen zu weinen!“ So begann meine erste Krise als Klinikseelsorgerin. Einige

Tage lang habe ich mit mir gerungen, ob ich diese Arbeit fortsetze, ob ich überhaupt für die Seelsorge geeignet bin. Bis es bei mir an der Bürotür klopfte. Lydia K. stand davor. Sie sei gekommen, um mir zu sagen, es seien ganz viele Menschen an ihrem Krankenbett gewesen, aber nur ich hätte ihr wirklich geholfen und sie getröstet!

Diese überraschende Wendung war für mich ein Meilenstein in meiner Berufung. Gott sei Dank habe ich zu Beginn meiner Dienstzeit dort etwas über die Kraft des Zuhörens gelernt: Wie wichtig es ist, einfach nur da zu sein, zuzuhören, nicht zu kommentieren, keine Ratschläge zu geben und ein Stück des Weges mitzugehen und dabei darauf zu vertrauen, dass die den Menschen eigene Kraft sich aus der Ohnmacht und Hilflosigkeit den Weg in die Lebendigkeit sucht.

Die Begegnung mit Lydia K. begleitet mich bis heute. Lydia K. war bei mir im Krankenhaus, in der Bahnhofsmision und ist es auch heute in der Diakonie. Sie hat mir geholfen, keine Angst vor Situationen zu haben, die scheinbar ausweglos sind und vor allem hat sie mir geholfen, keinen Druck zu haben, Antworten geben zu müssen.

Das gelingt nicht immer. Es erfordert die Bereitschaft zuzuhören. Das zeigte



mir beispielsweise der Alltag mit meinen Kindern: Sie ertappten mich immer wieder dabei, wie ich nicht ganz aufmerksam und aktiv zuhörte, wenn sie von ihrem Schulvormittag in aller Ausführlichkeit berichteten.

Heute, die Kinder sind längst aus dem Haus, mein Mann ist seit ein paar Jahren verstorben, bin ich oft in der Situation, dass ich im Alltag niemanden habe, dem ich von meinen alltäglichen Erfahrungen, Begegnungen, Erlebnissen erzählen kann. Da hört niemand zu. Da gibt es kein Teilen des Alltäglichen. Jetzt, weil mir ein Zuhörer oder eine ZuhörerIn fehlt, spüre ich die Kraft des Zuhörens.

Der jüdische Religionsphilosoph Martin Buber hat mit seiner Beschreibung des ‚Dialogischen Prinzips‘ einen Ansatz herausgestellt, der immer auch das Andere, das Gegenüber zum Sein, zum Existieren und zur Selbsterfahrung braucht.

Nur in der Ich-Du-Beziehung sei eine wirkliche Begegnung, ein wahrhaftiges Gespräch möglich. Und damit auch die Erkenntnis dessen, was ich bin.



Und noch viel mehr: Buber sieht in der Ich-Du-Beziehung des Menschen, in der Beziehungsfähigkeit, den Dreh- und Angelpunkt zum ‚ewigen DU‘ Gottes. Er sagt: „Die verlängerten Linien der Beziehungen schneiden sich im ewigen DU.“

DAS kann ich in vielen Begegnungen erfahren: Mit meiner Familie, meinen Freund*innen, Arbeitskolleg*innen. Mit Menschen, die ich als mein „Du“ nur erkennen muss. Sie hören mir zu, ich höre ihnen zu. Und manchmal werde ich daran erinnert, dass ich auch in der Stille, im Zwiegespräch mit Gott, ein „Du“ finde.



Grit de Boer

Diakoniefarrerin in Bonn, davor einige Jahre Leiterin der Bahnhofsmision Bonn und Krankenhauseelsorgerin in Gütersloh



Auf mich hört ja keine*r Warum Zuhören wichtig ist

„Aber auf mich hört ja keine*r!“ - wie oft habe ich das im Laufe meines Lebens so vor mich hin gebrummelt, weil mal wieder etwas nicht so läuft, wie ich es mir vorstelle. Meist wurde das in meiner Familie mit den Worten kommentiert: „Das ist ja das, was die Indianer so verurteilen!“

Ziemlich verrückt – könnte man meinen, was haben die Indianer mit meinem Grummeln zu tun. Mich hat das aber immer wieder ins Lot gebracht, wer bin ich denn, dass die Welt auf mich zu hören hätte?

Ziemlich verrückt – ist, dass ich diesen Satz immer häufiger höre, aber mit einer anderen Melodie und einer anderen Tonart – nicht mehr schmunzelnd und augenzwinkernd, sondern bierernst bis wütend.

Ja, ich beobachte mehr und mehr, dass Menschen mit diesen Worten ihr Gefühl zum Ausdruck bringen, nicht gehört und nicht gesehen zu werden. Meistens im ganz großen Kontext: die da oben, wir (oder manchmal gar nur ich) hier unten – und sie meinen damit gleich, die tun nichts für mich. Die sorgen nur für sich. Ich komme zu kurz.

Ziemlich verrückt – so kommt mir die Welt, mein Umfeld und mein Alltagsleben häufig vor, die Welt steht Kopf, so ist mein Gefühl. Und tatsächlich scheint

sich da etwas in unserer Welt verrückt zu haben. Wie konnte es dazu kommen, dass viele sich nicht mehr als Teil einer großen Gemeinschaft erleben, sondern nur noch das eigene Wohl, die eigenen Befindlichkeit als Maßstab haben? Wie kann sich das wieder ändern?

Viel ist darüber gedacht worden. Viele haben appelliert, doch wieder zu alten Tugenden zurückzukehren. Manche haben resigniert. Nur verändert hat das nichts. *Ziemlich verrückt!*



Kampagne Unerhört! © Kathrin Harms/Diakonie

Da der Mensch nun mal ein Erfahrungstier ist, habe ich mich irgendwann gefragt, warum kommt mir das so bekannt vor? Und ich entdeckte ziemlich schnell eine Parallele aus meiner Arbeit mit Hörgeschädigten.

Wenn das Hören mehr und mehr verlernt wurde, Zuhören und Verstehen unmöglich wurden, dann zählte schnell nur noch die Innensicht. Doch die war oft mit den anderen nicht kompatibel. Und so entstanden Selbstzweifel (die waren doch früher nicht so komisch),



Misstrauen (irgendetwas haben die gegen mich), Rückzug (ich will mit denen nichts mehr zu tun haben) bis hin zu Identitätsverlust (ich gehöre nicht mehr dazu).

Und so verrückt, wie es auch klingen, mag: In dem Moment, in dem ich – aus welchen Gründen auch immer – das Zuhören verlerne, bin ich mir selbst genug. Ich kann das Ganze nicht mehr hören, ich schalte auf Durchzug oder ich bin mir selbst die Nächste, sollen sich doch andere um den ganzen Driss kümmern oder oder oder. Wenn ich nur in meiner eigenen Blase unterwegs bin, setzen offensichtlich die gleichen Mechanismen ein wie bei körperlicher Hörschädigung.

Misstrauen, Rückzug, Identitätsverlust – und dann heißt es: Ich glaube nur, was ich sehe. Dann scheinen alle simplen plakativen Parolen freien Zutritt zu meinem Inneren zu haben. Dann gröle ich nur noch laut durch die Welt, aber ich höre nicht mehr hin, und ich gehöre eben auch schnell nicht mehr dazu. Wie verheerend das ist, ist deutlich erkennbar in unserer Gesellschaft - und für jede*n erlebbar.

Ziemlich verrückt, dass die Antwort auf die Frage „Kann man was dagegen tun?“ einfach ist: „Ja, zuhören!“

Lernen wir wieder zuzuhören, fangen wir wieder an, andere verstehen zu

wollen, es holt uns aus unsern Zweifeln und dem Gefühl der Bedeutungslosigkeit heraus und schafft letztlich Zugehörigkeit.

Auch wenn die Antwort einfach ist, der Weg dahin ist es nicht. Diejenigen die nach langer Schwerhörigkeit ein Hörgerät bekommen, wissen davon ein Lied zu singen. Hören muss tatsächlich wieder gelernt werden, das geht nicht mal eben so.

Für unser „Hörproblem“ heißt das:

- Wir müssen lernen nachzufragen, wenn wir etwas nicht verstehen.
- Wir müssen uns neu in andere Wirklichkeiten einfühlen.
- Wir müssen wieder verschiedene Perspektiven gegeneinander halten und möglichst das größte gemeinsame Vielfache entdecken.
- Wir werden dafür einander aber wieder mehr und mehr vertrauen.
- Und zu guter Letzt: Irgendwann werden wir wieder eine Gemeinschaft sein, bunt und mit unterschiedlichen Bedürfnissen, aber gemeinsam unterwegs.

Ziemlich verrückt – Zuhören schafft die Zugehörigkeit, die gerade alle so vermissen!



Simone Pfitzner
Redaktionsteam,
Referentin Seelsorge im
Alter, Soest



Verschiedene Arten des Zuhörens

Einfühlungsvermögen hat viel mit richtigen Zuhören zu tun. Was aber ist „richtiges Zuhören“? Für das Verständnis des eigenen und fremden Zuhör-Verhaltens ist es hilfreich, die folgenden **vier Arten des Zuhörens** erkennen zu können:

- **Pseudo-Zuhören** (oder „Ich verstehe“...-Zuhören)

Dabei geht es den Beteiligten lediglich darum, möglichst schnell selbst wieder zu Wort zu kommen und den Gesprächspartner oder die Gesprächspartnerin mit dafür hilfreichen Floskeln wie „Ich verstehe“ abzuspiesen.

- **Aufnehmendes Zuhören**

Die Zuhörer*innen lauschen aufmerksam dem Gesagten und stellen eigene Antwort- und Frageimpulse gekonnt zurück; sie signalisieren anhand der eigenen Körpersprache, dass man aufmerksam folgt.

- **Umschreibendes Zuhören**

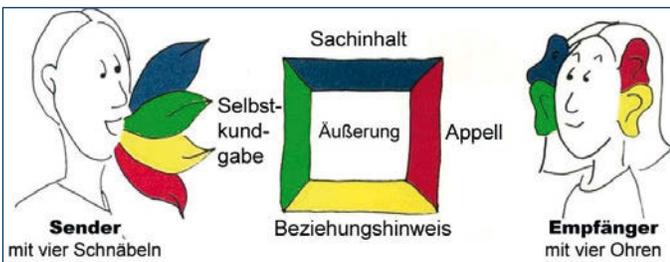
Die Zuhörer*innen geben das Gesagte mit eigenen Worten wieder, beschränken sich dabei aber auf die Sachebene. Persönliche Meinung und Bewertungen werden zurückgestellt.

- **Aktives Zuhören**

Die Zuhörer*innen erfassen nicht nur das inhaltlich Gesagte, sondern auch das tatsächlich Gemeinte sowie die mit-schwingenden Gefühle des Gegenübers und geben alles in eigenen Worten wieder. Eigene Wünsche und Meinungen werden auch hier zurückgestellt.

(Quelle: soft-skills.com)

Ein weit verbreitetes Kommunikations-Modell ist auch das „**Vier-Ohren-Modell**“ oder „**Kommunikationsquadrat**“ von Friedemann Schulz von Thun:



© www.schulz-von-thun.de

Wenn ich als Mensch etwas von mir gebe, bin ich auf vierfache Weise wirksam. Jede meiner Äußerungen enthält vier Botschaften gleichzeitig:

- eine **Sachinformation** (worüber ich informiere) – blau
- eine **Selbstkundgabe** (was ich von mir zu erkennen gebe) – grün
- einen **Beziehungshinweis** (was ich von dir halte und wie ich zu dir stehe) – gelb
- einen **Appell** (was ich bei dir erreichen möchte) – rot

Jede Äußerung kommt aus den „vier Schnäbeln“ des Senders/der Senderin und trifft auf die „vier Ohren“ des Empfängers/der Empfängerin. (Quelle: schulz-von-thun.de)



Freundschaftsbank in Simbabwe Großmütter als gute Zuhörerinnen

Beim diesjährigen Weltgebetstag aus Simbabwe haben wir von dem Projekt „Freundschaftsbank“ erfahren. Wie in vielen afrikanischen Ländern ist es auch in Simbabwe ein Tabu, über psychische Krankheiten zu sprechen. Viele Menschen leiden dort unter Depressionen, Angstzuständen oder anderen Traumata, doch es gibt viel zu wenig psychologisch geschultes Personal.



© Rainer Kwiotek

Der Psychiater Dr. Dixon Chibanda aus der Hauptstadt Harare entwickelte die Idee, Großmütter zu Laientherapeutinnen auszubilden. Die „Gogos“ (eine liebevolle Bezeichnung für alte, lebenserfahrene Frauen) sitzen auf Bänken im Schatten von Bäumen und hören zu. Sie bringen Geduld und Zeit mit für die Frauen, die zu ihnen kommen und die sich dort oft zum ersten Mal trauen, über ihre Ängste und existenziellen Probleme zu sprechen. Die ausgebildeten Großmütter sind gute Zuhörerinnen und Trösterinnen, sie sind empathisch und wollen die Frauen ermutigen und stabilisieren. So tragen sie dazu bei, Leid zu lindern und Leben zu retten.

Tracy war depressiv, hatte Probleme mit ihrem Mann, kam zu Gesprächen auf die Freundschaftsbank. Sie sagt: „Hier ist etwas mit mir passiert. Ich bin glücklich, dass sich die Probleme mit meinem Mann gelöst haben. Außerdem lernte ich Häkeln und kann dadurch etwas produzieren und verkaufen.“

Maria ist Witwe. Sie sagt: „Ich habe so sehr gelitten, weil mein Mann gestorben ist, dass mein Körper nicht mehr derselbe war. Ich wurde krank, bekam Diabetes und bin HIV positiv. Ich habe drei Kinder und arbeite auf einer Farm, um die Kinder ernähren zu können. Ich habe nur noch 30 Kilo gewogen, als ich die Freundschaftsbank kennenlernte. Jetzt geht es mir gut. Ich habe zugenommen. Hände und Gehirn gebrauche ich, um nicht zu weinen und um meine Kinder großzuziehen.“ (Sie häkelt Taschen aus alten Kassettenbändern.)



© Karin Schmauder

Die Freundschaftsbank funktioniert! Das Zuhören, Häkeln und Reden hilft Menschen in Simbabwe, aber diese geniale Idee kann auch uns dazu anregen, dem Zuhören wieder mehr Raum zu geben.

Christine Kucharski



Zuhören schafft Zugehörigkeit

Ich gehöre dazu - ich höre zu

Zu „hören“ und „gehören“ finde ich im Wörterbuch: *akustisch wahrnehmen - vernehmen - sich gebühren/geziemen - angehören/Teil von etwas sein - absichtlich wahrnehmen - zuhören - gehorchen*

Eine bunte Palette von Bedeutungen! Tatsächlich haben unsere Wörter HÖREN und GEHÖREN die gleichen Wurzeln.

Denke ich an meine **Frauengruppe**, dann ist es selbstverständlich: **ich gehöre dazu**, ich bin ein Teil von ihr. Ein wesentliches Element unserer Treffen ist: wir sind im Gespräch. Beim Ankommen, beim Kaffeetrinken schwirren die Stimmen durch den Raum; es geht immer lebhaft zu. Manchmal beobachte ich: Da ist diejenige, die ununterbrochen erzählt. Und da ist eine andere, die dieses Mal nur zuhört. Manchmal fallen wir uns ins Wort. Wir machen dem Namen unserer Gruppe alle Ehre: „Frauen im Gespräch“.

Ich höre zu, das kann schwer sein, wenn ich z.B. meinen Gedanken unbedingt einbringen will, wenn ich zustimmen oder protestieren möchte. Zuhören verlangt mir Geduld ab; ich lasse die Andere ausreden, sinne ihren Worten nach und ahne auch etwas von dem, was nicht gesagt wurde, aber

mitklang. Da ergibt sich vielleicht am nächsten Tag ein Nachgespräch, nur zu zweit. Und es wird ganz deutlich, wir sind aneinander interessiert, wir sind miteinander verbunden. Da bewahrt sich der Satz von Madeleine de Scudéry: *„Das Ohr ist der Weg zum Herzen.“* Hoffentlich kommt es nicht vor, dass eine Frau denkt: *Mir hört ja keiner zu!*

Geht es um Entscheidungen für die ganze Gruppe, hören wir unterschiedlichen Argumenten zu, wägen ab, streiten manchmal auch. Doch wir suchen das Beste für alle.



© kantorei-wermelskirchen.de

Auch im **Chor** ist es unerlässlich, genau hinzuhören und dann dem Dirigat zu gehorchen. Nur wenn sich alles zusammenfügt, wird das Musikwerk wohltonend erklingen. In der Gruppe, im Chor übernehmen wir durch Hören und Zuhören Verantwortung für das gelingende Miteinander.

Wie oft gelingt dieses Miteinander aber nicht, weil man sich unversöhnlich gegenübersteht und hysterisch auf



die Argumente des Anderen reagiert. Gesprächsunfähig sein, keine Kompromisse aushandeln wollen, gefährdet den Zusammenhalt der Gesellschaft aufs Höchste.

Hören und Zuhören verbindet die Generationen. Ein Kind wächst in die Welt, in die Gesellschaft hinein, in dem es den Stimmen vertraut, die es hört: Mutter und Vater, Geschwister. Es hört Geschichten und lernt fürs Leben. Es hört genau zu und reklamiert, wenn beim abendlichen Vorlesen „gefuscht“ wird.

Familiengeschichten binden uns ein in eine Gemeinschaft, verbinden uns miteinander. Wir gehören zu dieser Familie. Wir erfahren von einander, lernen von einander.

Mein Vater war sehr dankbar für die Gespräche mit seinen Enkelkindern. Und diese hüten ihre Erinnerung daran wie einen Schatz. Mein siebenjähriger Enkelsohn liebt es, wenn wir ein Gespräch in der „verkehrten Welt“ führen; da sagen wir immer das Gegenteil dessen, was wir meinen. Es scheint eine besondere Art des miteinander Redens zwischen Großeltern und Enkelkindern zu geben!



Katrin Weber
Redaktionsteam,
Kreisverband Lennep

Zuhören mit allen Sinnen

Redewendungen:

auf die innere Stimme hören - jemandem Gehör schenken - ein offenes Ohr haben - die Ohren spitzen - ganz Ohr sein - ein Ohr leihen - ...

Es ist ein menschliches Bedürfnis, Teil einer sozialen Gruppe zu sein. Die Einbindung in eine Gruppe war und ist sogar lebensnotwendig. In einer vertrauten Beziehung fühlt der Mensch sich sicher und aufgehoben. Wer sich Vertrauen schenkt und gemeinsame Ziele hat, empfindet Geborgenheit. In einer geschützten Gruppe sind auch persönliche Aussagen geschützt und sicher.

Da Menschen die **Fähigkeit zur Empathie** haben, können sie mitfühlen, sich einfühlen. Durch Zuhören, geprägt von Achtsamkeit und Offenheit, können wir in ein bestimmtes Verhältnis zu unserer Umgebung treten. Ein regelmäßiger, intensiver Austausch muss aber auch gepflegt werden, denn durch gemeinsam verbrachte Zeit beim Kaffeetrinken, Plaudern, Handarbeiten oder Spazierengehen entsteht persönliche Nähe und Verbundenheit.

Unsere **Frauenhilfe-Nachmittage** eignen sich sehr gut zum Erzählen und Zuhören, vor allem die Erzählnachmittage zu einem bestimmten Thema wie Reisen, Geburtstagsfeier, Festtagsbräuche, Rituale, Lieblingsbücher etc.



Beim nächsten Zuhören erfährt man dann vielleicht etwas mehr über die Nachbarin, die darüber klagt, sie habe schon die dritte Augenoperation hinter sich. Wer genau hinhört, erfährt, dass diese Frau oft traurig ist und sich unnützlich fühlt, weil sie nicht mehr so gut sehen kann, also keinen Roman lesen, keine Zeitungsneuigkeiten erfahren, keine Noten im Gesangsbuch entziffern und somit nicht mehr mitsingen kann.



© sabinevanerp/pixabay.com

Eine andere, Ella J., leidet seit einer schweren Erkrankung an Schlaflosigkeit. Es kommt vor, dass sie mehrere Nächte lang gar nicht schläft und sich dadurch tagsüber schlapp fühlt. Wenn sie dann Termine absagt und den Grund dafür erklärt, sind die meisten entsetzt. Gleichzeitig erhält sie aber oft auch verschiedene „Haushaltstipps“, wie Schäfchen zählen, Kräutertees usw., bei denen manchmal so etwas mitschwingt wie „Ich glaube dir nicht so recht, so schlimm wird es schon nicht sein“. Auch Mitleid erntet sie oft, was sie gar nicht will.

Ella erzählt: „Ich mache nur das Allernötigste und das ist mir oft schon zu

viel. In meiner Situation fühle ich mich wie der einsamste Mensch der Welt. Ich mag damit nicht hausieren gehen, weil mir stets eine Welle der gut gemeinten, aber immer weniger erträglichen Hilfsbereitschaft in Form von Ratschlägen, Vorschlägen, Tipps und Ideen entgegenschlägt. Kaum jemand hört einfach mal nur zu und hält es aus, auf einen Kommentar zu verzichten.“

Man vermag nicht nur mit den Ohren zu horchen. Dazu gehören nämlich alle Sinne, Herz und Verstand.

„Zwischen den Zeilen lesen“ bedeutet, etwas aus einem Text herauszufinden, was ausdrücklich nicht schwarz auf weiß geschrieben steht, sondern nur angedeutet ist. Genauso muss man manchmal auch „zwischen den Worten“ verstehen, also etwas Unge-sagtes aus dem Gesprochenen herausfiltern. Sätze wie „Ich kann das nicht mehr, ich würde gerne, ich traue mich nicht alleine, ich habe Angst vor einer Untersuchung“ sind oftmals Hilferufe. Da muss man einfühlsam versuchen, den tieferen Sinn zu erkennen. Hörst du nicht, wie ich rufe, hilf mir, sei bei mir, mach mir Mut.



Renate Schulz
Redaktionsteam,
Kreisverband Leverkusen



Einfach mal zuhören

Unerhört! - Kampagne der Diakonie Deutschland

Es klingt so leicht: „Hör doch mal zu.“ Wie oft sagen Eltern diesen Satz zu ihren Kindern. Umgekehrt könnten Kinder von ihren Eltern viel öfter einfordern, aufmerksam zuzuhören. Wie oft sieht man in der Bahn oder im Supermarkt Kinder ihre Eltern etwas fragen, ohne dass sie eine Antwort bekommen. Stattdessen haftet der Blick der Eltern auf dem Smartphone, die Finger wischen hin und her.

Manchmal erwische ich mich selber dabei, meinem Kind nicht richtig zuzuhören. Ich antworte abwesend mit „Jaja“, schreibe noch schnell eine Nachricht und organisiere den Alltag mit Hilfe zweier Handys. Wir haben verlernt, wirklich zuzuhören. In einer Zeit der Globalisierung, Digitalisierung und Individualisierung geraten das gesellschaftliche Miteinander und die persönliche Kommunikation zunehmend in den Hintergrund. Es wird nicht miteinander, sondern übereinander geredet. Im Netz wird hemmungslos skandalisiert, Fakten spielen dabei keine Rolle mehr.

Die Vernachlässigung des Zuhörens hat längst eine öffentliche Dimension erreicht. Besonders die Randgruppen unserer Gesellschaft finden kein Gehör. In breitgefächerten Angeboten hilft die Diakonie Betroffenen und

gibt ihnen eine Stimme. Mit der Kampagne fordert die Diakonie dazu auf, einfach mal wieder zuzuhören. Der doppeldeutige Slogan Unerhört! lässt den Betrachter zunächst stutzig werden, dadurch will die Diakonie zum kritischen Dialog anregen.



„Unerhört! Diese Obdachlosen“, „Unerhört! Diese Alten“ und „Unerhört! Diese Flüchtlinge“ sind einige der Slogans, die seit Beginn der Kampagne 2018 plakatiert wurden. Die Reaktionen sind kontrovers: Da schreiben Rentner Emails, die verzweifelt nach einer Sozialwohnung suchen, die aber anderweitig vergeben werden. Andere Nachrichten erreichen uns von Ehrenamtlichen, die in den Plakaten eine Diskreditierung der jeweiligen Gruppierung sehen. Unerhört! ist eine politische Kampagne, die den Mut erfordert, Kritik auszuhalten.



Es ist aber auch eine Kampagne, die breite Möglichkeiten zur Beteiligung bietet. In sozialen Netzwerken, in Dialogforen vor Ort oder bei Veranstaltungen in diakonischen Einrichtungen. Immer mehr diakonische Verbände und Einrichtungen nutzen die Kampagne als Motto für ihre Veranstaltungen. Anregungen und Vorlagen zum Download stellt die Diakonie Deutschland in ihrem Wissensportal bereit unter: <https://www.diakonie-wissen.de/web/unerhoert/home>

Noch 2020 sollen die Slogans „Unerhört! Diese Gläubigen“ und „Unerhört! Diese Ungläubigen“, „Unerhört! Diese Jugendlichen“ und in der Weihnachtszeit „Unerhört! Diese Einsamen“ hinzukommen.

Das Thema Zuhören ist in unserer immer schneller werdenden Gesellschaft aktueller denn je. 2023 feiert die Diakonie ihr 175-jähriges Jubiläum. Am 22. September 1848 hielt Johann Hinrich Wichern auf dem ersten evangelischen Kirchentag in Wittenberg eine flammende programmatische Rede, die diesen Tag zur Geburtsstunde des Diakonischen Werkes machte. Wichern sagte, dass der konkrete Einsatz für die Bedürftigen das eine sei – das andere sei es, ihnen eine öffentlich wahrnehmbare Stimme zu geben, eine Lobby zu sein für die Sprachlosen und Ausgeschlossenen.

Darauf zielt die aktuelle Kampagne Unerhört!, die im Jubiläumsjahr in gemeinsamen Aktionen der Landesverbände und der Diakonie Deutschland gipfeln und die grundlegende Idee der Diakonie von Zuhören und Zusammenhalt in die heutige Zeit übertragen soll.



© Kathrin Harms/ Diakonie

Unerhört! Was kommt noch? Seit Anfang des Jahres werden die Slogans „Unerhört! Die da oben“ und „Unerhört! Die da unten“ plakatiert. Auf der Kampagnenseite Unerhört.de sind neue Audios eingestellt unter anderem mit einem Insassen der Justizvollzugsanstalt und mit der ehemaligen First Lady Bettina Wulff.



Iris Möker
Kampagnenreferentin
Diakonie Deutschland



Wo Zuhören gelingt

Tsaara-Projekt: Aus Zuhören entsteht ein Lesebuch

Wenn ich mich in diesen Tagen hier in Addis Abeba mit fünf jungen Männern aus einer abgelegenen Volksgruppe Äthiopiens treffe, dann muss ich eine besondere Form des Zuhörens aufbringen: Seit drei Jahren beschäftige ich mich als Linguistin mit ihrer Sprache, dem Tsaara. Wir haben ein Alphabet und eine Leselernfibel entwickelt. Im Februar haben wir ein neues Erstlesebuch zusammengestellt mit spirituellen Texten: Tierfabeln mit christlicher Moral, Gleichnisse Jesu, das Vaterunser und Psalm 23, alle kulturbezogen illustriert. Wenn ich die Texte tippe, lasse ich sie mir nochmal vorlesen und höre genau hin: Haben wir die langen und kurzen Vokale ebenso wie



die besonderen Konsonanten richtig notiert? Klingt die Übersetzung im Tsaara natürlich? Die erst vor einem Jahr begonnenen Leselernklassen sind schon begierig auf ein neues Lesebuch. Ich hoffe, dass diese Lernhilfen vielen einen Zugang zur Bildung eröffnen. Weitere Berichte über die Bibelübersetzung für die Tsaara findet sich auf: www.tsaara.de **Ute Olschowy**

Mitarbeiter*innen der Telefonseelsorge hören zu

„Ich weiß gar nicht, ob die Frau am Telefon gemerkt hat, dass sie mir gerade das Leben rettet.“ „Es hilft mir sehr, einfach zu wissen, dass jemand da ist, wenn ich ihn brauche.“ Dies sind Äußerungen von Menschen, die erlebt haben, wie gut es tut, mit den ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen der Telefonseelsorge anonym und vertraulich zu reden.

Dort arbeiten Menschen, die für ihre Arbeit sorgfältig ausgebildet sind, die Zeit haben, zuhören, mitdenken und die Ängste und Schwierigkeiten der Anrufer und Anruferinnen verstehen wollen. Die Seelsorger*innen können

zwar für andere keine Probleme lösen, aber sie können mit ihnen gemeinsam nach einem Weg suchen und sie darin unterstützen, es selbst zu schaffen. Ein solches Gespräch kann einen wichtigen Impuls geben oder eine neue Sicht der Dinge ermöglichen.

Häufig kostet es Überwindung, einem anderen Menschen von seinen Sorgen zu erzählen. Der Schutz der Anonymität erleichtert es, den ersten Schritt zu tun. Ein Anruf bei der Telefonseelsorge ist kostenfrei, Tel.: 0800-111 0 111 und 0800-111 0 222, per Mail und Chat: www.telefonseelsorge.de. (CK)



Momo und die Kunst des Zuhörens

„Was die kleine Momo konnte wie kein anderer, das war Zuhören. Das ist doch nichts Besonderes, wird nun vielleicht mancher Leser sagen, zuhören kann doch jeder. Aber das ist ein Irrtum. Wirklich zuhören können nur ganz wenige Menschen. Und so wie Momo sich aufs Zuhören verstand, war es ganz und gar einmalig. Momo konnte so zuhören, dass dummen Leuten plötzlich sehr gescheite Gedanken kamen. Nicht etwa, weil sie etwas sagte oder fragte, was den anderen auf solche Gedanken brachte, nein, sie saß nur da und hörte einfach zu, mit aller Aufmerksamkeit und aller Anteilnahme. Dabei schaute sie den anderen mit ihren großen, dunklen Augen an, und der Betreffende fühlte, wie in ihm auf einmal Gedanken auftauchten, von

denen er nie geahnt hatte, dass sie in ihm steckten. Sie konnte so zuhören, dass ratlose oder unentschlossene Leute auf einmal ganz genau wussten, was sie wollten. Oder dass Schüchterne sich plötzlich frei und mutig fühlten. Oder dass Unglückliche und Bedrückte zuversichtlich und froh wurden. Und wenn jemand meinte, sein Leben sei ganz verfehlt und bedeutungslos - und er ging hin und erzählte alles das der kleinen Momo, dann wurde ihm, noch während er redete, auf geheimnisvolle Weise klar, dass er sich gründlich irrte, dass es ihn, genauso wie er war, unter allen Menschen nur ein einziges Mal gab und dass er deshalb auf seine besondere Weise für die Welt wichtig war. So konnte Momo zuhören!“

(aus: Michael Ende, Momo, Stuttgart 1973)

NACHHALTIG FAIR BERATEN

Gemeinsam handeln – Gutes bewirken.

Geld ethisch-nachhaltig zu investieren und zu soziale Projekte finanzieren ist das Kerngeschäft der Bank für Kirche und Diakonie. Seit über 90 Jahren. Privatpersonen, die unsere christlichen Werte teilen, sind herzlich willkommen.



Bank für Kirche und Diakonie eG – KD-Bank ■ Fon 0231 58444-0 ■ www.KD-Bank.de

Rubrik MUT-MENSCH

Dunja Hayali erhält Preis für Zivilcourage

Für ihren Einsatz gegen Rassismus und Fremdenhass zeichnete die Evangelische Akademie Tutzing die Journalistin und ZDF-Moderatorin Dunja Hayali im Januar mit dem Toleranzpreis in der Sparte „Zivilcourage“ aus. Ihre Haltung, Andersdenkenden mit Respekt und Fairness zu begegnen, sei dabei beispielgebend. Ihr beherztes Eintreten für eine offene Gesellschaft sei „eine Ermutigung, dass der Einzelne etwas bewirken kann“, begründete die Akademie ihre Entscheidung.

Die Auszeichnung wird seit 2000 alle zwei Jahre verliehen und würdigt

Menschen und Initiativen, die sich für Benachteiligte einsetzen und beispielhaft mutig, beherzt und verantwortungsbewusst handeln.



© wikipedia.org

„In Dankbarkeit und Demut teile ich diesen Preis für #Zivilcourage mit allen, die nicht im Scheinwerferlicht stehen, keine Anerkennung bekommen und sich dennoch engagieren, Gesicht zeigen, ihre Stimme erheben, anpacken & mehr!!!“ (Tweet von Dunja Hayali)

„Die Teetrinkerin“



Von einer mutigen Frau erzählt auch der neue Roman von Christina Brudereck. Die Menschenrechtsanwältin Yashi Bhandari lebt auf einer Teeplantage in den südindischen Bergen. Sie ist eine Idealistin und engagiert sich für die Textil-Industrie, die Rechte von Frauen und die Demokratie. Die Aussicht, als Menschenrechtsreferentin bei den Vereinten Nationen noch mehr bewirken zu können, bringt sie nach New York und zu einer weltweiten Kampagne für faire Mode. Mit viel Mut lernt sie, den eigenen Platz in dieser Welt zu finden.

zFlügel Verlag, Nov. 2019, Preis: 22 €

Graffiti-Oma

Aus „NS-Zone“ wird „Herz-Zone“; aus „Merkel muss weg“ wird „Merke! Hass weg“. Irmela Mensah-Schramm ist mutig und kreativ. Seit 30 Jahren dokumentiert sie Nazi-Schmierereien und übersprüht sie dann mit Herzen. Dass die Seniorin wegen Sachbeschädigung einer Sachbeschädigung immer wieder vor Gericht landet, versteht kaum jemand. Bundesweit gibt es Aufrufe, für anfallende Gerichtskosten zu spenden, zu denen sie verurteilt wurde. Bisher hat die „Graffiti-Oma“ fast 86.000 rechts-extreme Aufkleber entfernt oder kreativ verändert. (aus: „In Aktion 2020“)



© omas gegen rechts.de



Wir haben noch Träume ... **Frauenkirchentage in Neuwied und** **Duisburg-Rheinhausen**

Wir freuen uns auf alle, die nicht verlernt haben zu träumen. Aber auch jene, die ihre Träume im Getriebe des Alltags verloren haben, sind eingeladen, alte Hoffnungen zu beleben und neue Lebensträume zu finden. Gemeinsam wollen wir die Kraft der Träume feiern. Bringen Sie Ihre Freundinnen, Nachbarinnen oder Kolleginnen mit! Denn gemeinsam träumt es sich besonders gut.

Frauenkirchentag Süd

am 12.09.2020, 10 - 17 Uhr

in der Marktkirche Neuwied
Pfarrer-Werner-Mörchen-Straße 1,
Neuwied

Vorverkauf: 15 € | Tageskasse: 20 €

Nach dem Start mit einem kreativen Gottesdienst gibt es wieder ein buntes Spektrum unterschiedlicher Workshops zum Thema. Träumen Sie mit Farben, Worten, Papier, Musik, Trommeln, Bildern, Tanz und Bewegung. Lassen Sie sich inspirieren von den Träumen großer Visionärinnen oder den Träumen von Frauen aus anderen Ländern, Kulturen und Religionen. Gemeinsam beschließen wir den Tag mit einem traumhaften Konzert des Gospelchors „Klangfarben“.

Informationen und Anmeldung:

*Frauenkirchentag-Sued@
frauenhilfe-rheinland.de*

oder Café Auszeit, Neuwied, werktags
14:30-17:30 Uhr, Tel.: 02631 21174

Frauenkirchentag Nord

am 26.09.2020, 10 - 17 Uhr

in der Evangelischen Christuskirche
Friedensstraße 3, Rheinhausen

Vorverkauf: 15 € | Tageskasse: 20 €

Nach dem Gottesdienst zum Auftakt erwartet Sie ein buntes Spektrum unterschiedlicher Workshops zum Thema. Lassen Sie sich inspirieren von den Träumen großer Visionärinnen und diskutieren Sie, wie diese Hoffnungen heute im Alltag erfahrbar werden. Werden Sie kreativ mit Farben, Worten, Tanz, Gesang oder Bewegung und hören Sie, wovon Frauen aus anderen Ländern, Kulturen und Religionen träumen. Am Ende des Tages erklingt auf jeden Fall ein traumhaftes Konzert der Sängerin Gloria Blau.

Informationen und Anmeldung:

*Frauenkirchentag-Nord@
frauenhilfe-rheinland.de*

oder Frauenreferat Krefeld-Viersen,
Tel.: 02151 7690416

In Aktion 2020 Froh zu sein bedarf es wenig! Streitschrift wider den Missmut



Beim Aktionsthema 2020 geht es um Freude. Wir wollen den vielen negativen Nachrichten von Krieg, Kriminalität, Hass und Gewalt, die uns täglich in den Nachrichten erreichen, etwas Positives entgegensetzen. Denn es gibt sie: die „Good News“, die guten Nachrichten, die uns Freude bereiten, uns aufbauen und uns ermutigen. Und es gibt auch viele Freudenboten und Freudenbotinnen - angefangen in der Bibel bis hin zu bedeutenden Menschen heute, die uns inspirieren. Fangen wir bei uns und in unserem Umfeld an. Setzen wir Missmut, Frust und Nörgelei etwas entgegen. *Die Arbeitshilfe steht zum*

*kostenlosen Download unter: www.frauenhilfe-rheinland.de, Printausgabe: 6 €/ 4 € (FH)
Bestellung: Tel.: 0228 9541 123 | E-Mail: marion.ludwig@frauenhilfe-rheinland.de*

Pilgertag für Frauen

**„Nichts soll dich beunruhigen;
nichts ängstige dich. Wer Gott
hat, dem fehlt nichts. Gott allein
genügt.“**

Für alle Pilgerbegeisterten, Pilgerwilligen oder Pilgerneulinge gibt es auch dieses Jahr wieder (mindestens) einen Frauenpilgertag. Mit Texten und Gebeten von Theresa von Avila machen wir uns am **Freitag, den 19.06.2020** auf den Weg im deutsch-niederländischen Grenzland in der Gemeinde Brüggen-Bracht (KK Krefeld-Viersen).

Der zweite Frauenpilgertag befindet sich noch in der Planung und wird entweder im August oder im Oktober stattfinden. Interessentinnen, auch solche, die am 19.06. keine Zeit haben, können sich vormerken lassen bei: Sabine Richarz, Tel.: 0228 9541 122; E-Mail: sabine.richarz@frauenhilfe-rheinland.de



Kirche + Glaube zu Hause

Die Ausbreitung des Coronavirus stellt uns alle vor neue Herausforderungen und schränkt unser gewohntes Leben ein. In dieser schwierigen Zeit, in der Veranstaltungen der Frauenhilfe bis auf Weiteres ausfallen und die Kirchen geschlossen haben, brauchen wir Worte, Gesten und Gebete, die uns Halt, Orientierung und Kraft geben. Auf unserer Homepage stehen Hinweise zu Gottesdienst-Videos und Online-Andachten sowie ständig aktualisierte Informationen: www.frauenhilfe-rheinland.de. Beachten Sie auch die Handlungsempfehlungen der EKIR (ekir.de/corona). Bleiben Sie gesund & behütet!

Zum Jubiläum eine neue Blume!

70 Jahre Müttergenesungswerk

Am 31. Januar 1950 haben Elly Heuss-Knapp und Antonie Nopitsch das Müttergenesungswerk gegründet. Die Jahre des Krieges und der Nachkriegszeit waren verheerend für viele Frauen, ob es nun Heimatvertriebene, Kriegswitwen oder Hinterbliebene von Opfern des Regimes waren. Mütter, so Elly Heuss-Knapp, „haben oft noch ihre eigenen kümmerlichen Rationen mit den Kindern geteilt - und viele sind noch in dieser Lage. Das alles rächt sich nun an ihrer Gesundheit, und zwar an ihrer Gesundheit des Leibes und der Seele.“ Laut Berichten haben die meisten Frauen die Kur vor allem dazu genutzt, ganz viel zu schlafen. Elly Heuss-Knapp sorgte sich auch um die Familie und ihren Fortbestand. In einer Rundfunkrede sagte sie: „Da haben sich die Männer jahrelang gefreut, nach Hause zu kommen, und die Frauen sich nach ihren Männern gesehnt. Aber die Heimkehrer dachten an eine junge, fröhliche, gute Kameradin und nun finden sie oft eine abgehärmte, müde, sehr selbständig gewordene und in mancher Beziehung schwierige und reizbare Frau vor.“ *[Fundus 1/2015: „Elly Heuss-Knapp, Sozialpolitikerin, Frauenrechtlerin und Gründerin des MGW“]*

Erst seit 1983 wurden Mütter und Kinder gemeinsam in die Kur geschickt.



Heute nehmen jedes Jahr etwa 50.000 Mütter und 70.000 Kinder an den Vorsorgemaßnahmen teil und seit einigen Jahren gibt es auch Maßnahmen für Väter und ihre Kinder. Viele Familien sind durch Doppel- und Dreifachbelastung gesundheitlich geschwächt, Depressionen, Schlafstörungen, Allergien, Asthma können Folgen sein. Auch die Erkrankung eines Kindes oder des Partners, Tod, Trennung, Arbeitslosigkeit oder ein Pflegefall in der Familie können ein funktionierendes System aus den Angeln heben.

Kritik gab es übrigens schon immer an den Maßnahmen. Sorge um die Emanzipation der Frauen, vor Veränderungsideen, die sie von der Kur mit nach Hause brachten, waren verbreitet. Auch heute noch sagen manch ältere Frauen: „Das hat es für uns auch nicht gegeben, da muss man eben durch!“, doch das ist falsch. Unsere Gesellschaft braucht starke Eltern.

Die Erwartungen und Belastungen sind hoch, und die Gefahr ist groß, aus der Mittelschicht abzurutschen. Menschen mit geringer Ausbildung kommen kaum über die Runden, und

Armut macht krank. Auch die Umweltbelastungen sind massiv gewachsen. So können wir sehr dankbar sein, dass wir diese in der Welt einzigartigen Vorsorge- und RehaMaßnahmen für Familien haben.

Das Müttergenesungswerk unterstützt mit Spendenmitteln die Kuren von bedürftigen Familien. Es geht immer um ganzheitliche, geschlechtersensible Vorsorge. Männer und Frauen arbeiten jeweils mit spezialisierten Therapeutinnen und Therapeuten und bleiben unter sich, denn Männer und Frauen haben unterschiedliche Lebensthemen und brauchen dafür ihre eigenen „Räume“.

Immer wieder gab es Versuche der Krankenkassen, die Kuren aus ihrem Leistungskatalog zu streichen. 1997 wurden die Kuren von vier Wochen auf drei Wochen gekürzt. Dies geht zu Lasten der langfristigen Wirkung – die vierte Woche wäre dringend notwendig für den Kurerfolg. Zwischen 1995 und ca. 2010 wurden viele Kliniken geschlossen, weil der lange Kampf mit den Krankenkassen um die Refinanzierung sie ruiniert hat. (2004 hat auch unsere Mutter-Kind-Klinik in Reichshof/Feld schließen müssen.) Seit 2002 sind die Kassen verpflichtet, die Kuren voll zu finanzieren. Die Kassen lehnten dann einfach die Kuren ab. Ab 2007 sind die Maßnahmen Pflichtleistungen und die Regel „ambulant vor stationär“ gilt nicht mehr. Erst durch neue Begut-

achtungsrichtlinien (seit 2012) sank die Ablehnungsquote von 35% auf 11%. Diese Erfolge sind maßgeblich dem Müttergenesungswerk zu verdanken! Allerdings gibt es nur noch so wenige Einrichtungen, dass die Patient*innen über sechs Monate warten müssen. Das ist der „Erfolg“ der Krankenkassen.



112 Jahre Müttergenesung der Evangelischen Frauenhilfe im Rheinland e.V.

Unser Verband hat schon im Jahr 1908 im Auguste-Victoria-Haus in Barmen erste Erholungswochen für Mütter angeboten. [*Fundus 1/2008: 100 Jahre Müttererholung*] Die Arbeit wurde in den ersten Jahren ganz aus Spenden finanziert, gelegentlich gab das Sozialamt oder die Diakonie einen Zuschuss. Nach einem Aufruf des Verbands 1928 wurden erstmalig Kollektenmittel der Kirche bereitgestellt und ab 1930 wurde in Preußen eine jährliche Straßensammlung genehmigt. Trotz der Behinderungen durch den Nazi-Staat führt die Frauenhilfe ihre Müttererholungsfürsorge auch nach 1933 fort. Vor allem grenzt sie sich von den Kriterien



ab, nach denen das nationalsozialistische System eine Auswahl unter den erholungsbedürftigen Frauen trifft. Bei der Frauenhilfe können „krank gewesene Mütter aller Stände, die in schwierigen wirtschaftlichen Verhältnissen leben“ eine Erholungszeit bekommen und nicht vorrangig solche, die „erb- biologisch gesund“ sind, bzw. die „sich während der Kampfzeit in den Dienst der Bewegung gestellt haben“. Nachdem aber 1943 die Zentrale in Barmen ausgebombt wurde, lag die Arbeit wohl brach, wurde aber 1945 mit Aufnahme der Arbeit in der neuen Zentrale in Godesberg sofort fortgeführt. In den 60er Jahren hat die Evangelische Frauenhilfe im Rheinland sieben Häuser zur Müttererholung geführt. 2020 ist die Frauenhilfe Trägerin der Dünenklinik auf Spiekeroog, einer Vorsorgeeinrichtung für Mütter und ihre Kinder, in der jährlich über 600 Familien aufgenommen werden.

Ein großes DANKE! aus der Dünenklinik

In den letzten Mitteilungen haben wir zu Spenden für das Speisebuffet im Esssaal der Dünenklinik aufgerufen. Wir sind sehr dankbar für Spenden in Höhe von 25.000 €. Im Januar 2020 konnten innerhalb einer Woche sowohl der neue Bodenbelag (30.000 €) hergestellt als auch das neue Speisebuffet (37.000 €) eingebaut werden. Nach 25 (!) Jahren Provisorium mit einfachen Tischen als

Buffet steht nun ausreichend Platz und Stauraum zur Verfügung.



Im Sommer 2019 haben wir die Küche der Dünenklinik komplett saniert und einen Anbau errichtet. Das war notwendig geworden, weil die Patientinnenzahl in den letzten Jahren kontinuierlich gestiegen ist und die vielen Allergien und Unverträglichkeiten täglich viele Extraspeisen erfordern. Die alte Küche war nicht mehr groß genug, die Mitarbeitenden standen sich auf den Füßen, und in der Spülküche herrschte Dschungelklima. Das hat sich alles komplett geändert! Zehn Wochen kochte das Team im Sommer in einem Zelt im Hof für unsere Patientinnen, danach konnte die neue Küche eingeweiht werden, eine große Erleichterung für alle Mitarbeitenden. Die Sanierung wurde zur Hälfte aus Bundesmitteln und Fernsehlotteriemitteln mitfinanziert.



Dagmar Müller
*Leitende Pfarrerin,
Evangelische Frauenhilfe
im Rheinland e.V.*

Zuhören – Nachhören – Hinhören

Zuhören können ist eine wichtige Voraussetzung für die Mitarbeit im Besuchsdienst. Stellvertretend für die vielen Frauenhilfefrauen, die sich in ihren Gemeinden im Besuchsdienst engagieren, berichtet hier Christa Günner, Frauenhilfe Neukirchen-Süd: „Seit Gründung des Besuchsdienstes vor 20 Jahren gehöre ich zum Team. Wir besuchen alle 70-, 75- und 80-Jährigen. Ab dem 80. Geburtstag kommen wir jedes Jahr. Meistens werde ich freundlich hereingebeten. Oft bekomme ich die ganze Wohnung gezeigt und die Menschen erzählen mir, was ihnen im Leben alles widerfahren ist. Sie sind froh, dass ihnen jemand ein Ohr leiht. Zum Schluss spreche ich den Geburtstagskindern ein Bibelwort zu.“

Seit drei Jahren arbeitet Oksana Funkner jeden Donnerstagnachmittag in der Mutter-Kind-Kur-Beratung des Kreisverbands Essen. Bei den Beratungsgesprächen kommt es vor allem auf genaues Zu- und **Nachhören** an: Wie ist die häusliche Situation der Antragstellerin? Welche beruflichen, familiären und gesundheitlichen Belastungen gibt es? Fragen, die Frau Funkner helfen, die passende Klinik zu finden. Neu ist das Angebot der Nachsorge. 2x im Monat werden in einem zweistündigen Seminar Fragen zu Stressbewältigung, Partnerbeziehung oder Zeitmanagement behandelt, also Themen, die den

Teilnehmerinnen helfen, das in der Kur Gelernte im Alltag anzuwenden.



Was klimpert und raschelt denn da? Genau **hingehört** haben die Frauen der Frauenhilfe Buderich bei ihrem Ausflug ins Geldmuseum nach Wardt (bei Xanten). Angelika Müntefering schreibt dazu: „In den Räumen der ehemaligen Villa Kunterbunt erwartete uns eine interaktive Zeitreise. Bei einer kurzweiligen und interessanten Führung wurde uns die spannende Kulturgeschichte des Geldes nahe gebracht. Vom Beginn des Zahlens mit Muscheln oder Perlen ging es über den Zigarettenhandel im Krieg, die Inflation, Reichs- und D-Mark zu unserer heutigen Währung, dem Euro. Zum Schluss durften wir in der Prägwerkstatt unsere eigene Münze prägen.“



Sabine Richarz
Regionalreferentin,
Evangelische Frauenhilfe
im Rheinland

Tel.: 0228 9541 122, E-Mail: sabine.richarz@frauenhilfe-rheinland.de



Austausch, Singen, Beten und Lachen

„Krümel vom Tisch des Herrn“, so lautete das Motto des Jahresfests beim Kreisverband Bonn-Sieg/Rhein-Vor-eifel. Alle zwei Jahre treffen sich die Frauen des Kreisverbands, um einen abwechslungsreichen Nachmittag miteinander zu verbringen. Es gibt genügend Zeit, um sich auszutauschen, Aktuelles aus dem Landesverband zu erfahren, miteinander zu singen, Andacht zu halten und die neuesten Veröffentlichungen aus dem Landesverband zu erwerben. Das leibliche Wohl kommt dabei auch nicht zu kurz, und es gab auch dieses Mal wesentlich mehr als nur „Krümel vom Tisch des Herrn“. Hinter diesem Motto verbarg



sich der Höhepunkt des Festes. Der Vorstand des Kreisverbands hatte das Kirchenkabarett „Klüngelbeutel“ aus Köln eingeladen. Das Ensemble, bestehend aus Ulrike und Wolfram Behmenburg bot ein buntes Programm nach dem Leitsatz: „Klüngelbeutel ist lustig mit Anspruch“. In einer satirischen Reise durch die Kirchenwelt wurden manche kirchliche und nichtkirchliche Probleme humorvoll aufgegriffen,

pointiert präsentiert und teilweise auch musikalisch umgesetzt. Dabei musste das Publikum nicht nur zuhören, sondern wurde mit einbezogen, und die Frauen wurden in fünf Gruppen zu einem Kanon angeregt.

Was wäre der Alltag ohne die besonderen Auszeiten, die Festzeiten? Austausch, Singen und Beten, sie kommen bei der Frauenhilfe seit jeher nicht zu kurz, und selbstverständlich gehört auch das Lachen dazu.

Um das Thema Freude geht es auch am **19. September 2020** beim „**Frauenfest**“ in unserer Region, das im Kreisverband Jülich stattfinden wird. Sie sind herzlich eingeladen, nach Hückelhoven zu kommen und mitzufeiern. Von 15-19 Uhr können Sie Workshops, einen Gottesdienst und ein Fest erleben – dabei soll Mitgebrachtes geteilt werden. Die Anmeldung erfolgt über das dortige Gemeindebüro: E-Mail: hueckelhoven@ekir.de, Tel.: 02433 85927. Auch dieser Tag wird eine abwechslungsreiche Auszeit vom Alltag werden, also seien Sie mit dabei!



Ulrike Schalenbach
Regional- und Welt-
gebetstagsreferentin,
Evangelische Frauenhilfe
im Rheinland

Tel.: 0228 9541 121, E-Mail: ulrike.schalenbach@frauenhilfe-rheinland.de

Sie kamen aus allen Ecken, um zu hören

Epiphaniastage in der Frauenhilfe zu feiern, ist im Kreisverband Bad-Kreuznach seit dem Jahr 2000 eine gute und Tradition. Wir treffen uns immer am 6. Januar, um gemeinsam einen etwas „anderen Gottesdienst“ zu feiern. Als in diesem Jahr die Anmeldefrist abgelaufen war, lagen nur drei Anmeldungen vor. Das war schon sehr deprimierend, aber wir ließen uns im Kreisverband davon nicht beirren, sondern entschieden uns mutig, für 30-35 Frauen den Raum zu richten. Und dann kamen sie aus allen Ecken! Die bereit gestellten Stühle reichten bei weitem nicht aus. Im Gottesdienst war **Zuhören** und aktives **Mitmachen** gefragt, denn in einem Bibliolog zu den „Drei Weisen“ machten wir uns mit diesen gemeinsam auf den Weg nach Bethlehem. Alle Frauen waren sehr berührt vom Gottesdienst und dem Nachmittag.

Bei fast jedem Treffen bewegen uns leider auch ganz existenzielle Fragen: „**Was würde Ihnen fehlen, wenn es die Frauenhilfe nicht mehr geben würde?**“ Zu hören und auch zu spüren, was für die Frauen, die sich ihr Leben lang in der Frauenhilfe engagiert haben, alles wegbrechen würde, war schmerzlich und heilsam zugleich. Für mich persönlich ist das auch Ansporn, diese wichtige Frauenhilfearbeit, trotz mancher Durststrecken, mit aller Kraft und Liebe weiterführen zu wollen.

Rosemarie Graf



© Ulrike Alpers

Nach der erfolgreichen Frauenkonferenz Süd im Sommer 2019 waren sich die Frauen aus dem KV Hunsrück und dem Kirchenkreis Simmern-Trarbach schnell sicher, dass sie sich bald wieder zu einem intensiven Austausch treffen möchten. Sich gegenseitig zuzuhören und auf offene interessierte Ohren zu treffen, tut gut. Im Februar luden Frauenreferentin Susanne Reuter und ihr Team zur **Frauenkonferenz 2.0 in Simmern** ein, bei der Fragen des Ehrenamtes und des gelebten Glaubens im Fokus standen. „Es war bereichernd, welche Anregungen nach einer Stunde auf den Plakaten standen“ berichtete Susanne Reuter. „Jede wurde gehört und konnte ihre Kreativität und auch Kritik einbringen.“ Im November findet die nächste Konferenz statt.



Iris Pupak

*Regional- und Weltgebetstagsreferentin,
Evangelische Frauenhilfe
im Rheinland*

Tel.: 0228 9541 120, E-Mail: iris.pupak@frauenhilfe-rheinland.de



Projekt demenz.begeistert

Religion und Spiritualität im Leben von Menschen mit Demenz kann Veränderung bedeuten

Religiöse Bräuche, Gespräche oder Erlebnisse können das Leben lebenswerter machen für Menschen mit und ohne Demenz, sie haben Menschen seit Jahrhunderten Bedeutung und Halt gegeben.

Darum liegt es so nah, die vertrauten Bräuche, die viele Menschen in Kindheit und Jugend kennengelernt haben, neu zu beleben und Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zu ermutigen, Religion als Ankerpunkt zu nutzen, mit dem Erinnerung wieder gelingen kann.

Das dreiköpfige Projektteam von *demenz.begeistert* ermutigt Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen, Religion wieder zu einem festen Bestandteil des Lebens werden zu lassen. Deutschlandweit werden Gläubige jeder Religion aufgerufen, sich mit demenziell veränderten Angehörigen zu spirituellen Stunden zu verabreden. Das Team bringt auch freiwillige Begleiterinnen und Begleiter mit Betroffenen zusammen, die sich neu kennenlernen und Religion und Spiritualität in den Mittelpunkt der Treffen stellen möchten.

Ideen zur Gestaltung der Treffen sind im 64seitigen Ideenbuch von *demenz.begeistert* zusammengestellt, das kostenfrei zur Verfügung gestellt wird. Es



beinhaltet viele mutmachende Tipps, aber auch ganz konkrete Gestaltungsmöglichkeiten, die Lust auf religiöse Erlebnisse machen. Es finden sich dort Vorschläge zu religiösem Austausch in der heimischen Umgebung oder in der Gemeinschaft sowie Bastel- und Rezeptvorschläge. Auch für Senioren- und Tagespflegeeinrichtungen ist das Ideenbuch geeignet.

Das Projekt *demenz.begeistert* wird finanziert vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NRW sowie dem Alten-, Kranken- und Familienpflege e.V. in Köln. Dieses in Deutschland einmalige Projekt wird durch eine Studie von der FOM Hochschule Essen begleitet.

*Weitere Informationen erhalten Sie bei:
Dinah Gessert, Rösrather Str. 567, 51107 Köln,
Tel.: 0221 8681550, info@demenzbegeistert.de*



Hermine Urbaniak
Öffentlichkeitsarbeit und
Fundraising,
AKF Alten-, Kranken- und
Familienpflege e.V.

Demenzbegleitungskurs - 10-jähriges Jubiläum *Weiterbildungseinrichtung und Tagespflege der Frauenhilfe*

Bereits im zehnten Jahr bietet die Weiterbildungseinrichtung der Evangelischen Frauenhilfe im Rheinland e.V. jeweils im Frühjahr und Herbst ihren „Qualifizierungskurs zum Senioren- und Demenzbegleiter im Ehrenamt“ an.

Seitdem wurde das Format stetig weiterentwickelt, eine fachlich fundierte sowie praxisnahe Ausrichtung stehen dabei im Zentrum. Besonders freuen wir uns über die tolle Zusammenarbeit mit interdisziplinären Kooperationspartnerinnen in Bonn: der Bundeskunsthalle, dem Hospizverein, dem Diakonischen Werk sowie dem Evangelischen Forum. Für den diesjährigen Kurs konnte auch die „Deutsche Stiftung für Demenzerkrankte | Wilhelm von Lauff-Stiftung“ für eine finanzielle Förderung gewonnen werden.

Unter der Leitung von Monika Muhic-Brose (Leiterin der Tagespflege Drachenfelsblick) lernen die Teilnehmenden in zehn Theorie- und zwei Praxis-einheiten die Grundlagen der Demenz, den Umgang mit dementiell veränderten Menschen und Möglichkeiten zur Kommunikation und Kontaktaufnahme kennen. Neben dem Thema Biografie-Arbeit werden auch pflegerische Aspekte sowie rechtliche Bedingungen im Ehrenamt besprochen. Die Teilnehmenden erhalten einen praxisnahen

Einblick, wie es gelingen kann, ältere und dementiell veränderte Menschen aktiv und freudig am Leben teilhaben lassen zu können. Zu vier Einheiten werden externe Referentinnen eingeladen, die interessante, zum Teil neue, kreative Ansätze in der Demenzbegleitung vorstellen, wie Kunst und Kulturvermittlung, Musik und naturgestützte Angebote sowie das wichtige Thema der eigenen Resilienz und Kraftquellen im Umgang mit Leid, Sterben und Tod aufgreifen.



Der Kurs erfreut sich nicht nur einer kontinuierlichen Nachfrage, das Interesse wächst spürbar durch die zunehmende Präsenz des Themas Demenz in der Öffentlichkeit.

Der nächste Durchgang findet von Sept. - Dez. 2020 statt (Termine unter: www.weiterbildung-frauenhilfe.de).



Nora Hahn
Bildungsreferentin,
Evangelische Frauenhilfe
im Rheinland



Veranstaltungen der Weiterbildungseinrichtung

Weltgebetstag 2021 Vanuatu - Worauf bauen wir?

Die Liturgie für den Weltgebetstag 2021 kommt aus Vanuatu, einem Inselstaat im Südpazifik, in dem Menschen vieler ethnischer Gruppen leben und mehr Sprachen gesprochen werden als in jedem anderen Land. Von den rund 83 Inseln sind 65 Inseln bewohnt. Sie haben schwarze und weiße Sandstrände, wunderschöne Korallenriffe, eine abwechslungsreiche tropische Flora und Fauna und spektakuläre Felskaskaden. Vanuatu ist sehr anfällig für Naturkatastrophen wie Erdbeben, Vulkanausbrüche und Zyklone.

Entdecken Sie mit uns das Leben auf Vanuatu und insbesondere die Lebenssituation der Frauen, die einen schwierigen Stand in der Gesellschaft haben. Es gibt in der Verfassung zwar Bestimmungen zur Geschlechtergerechtigkeit, aber keinen politischen Willen, diese umzusetzen.

Die Vorbereitung des Weltgebetstags 2021 war für die Frauen aus Vanuatu ein bedeutsamer Prozess. Für viele waren es die ersten ökumenischen Erfahrungen.

Die Weltgebetstagsordnung steht unter dem Titel: „Worauf bauen wir?“ (Mt 7, 24-27) Diese Frage bewegt die Menschen auf Vanuatu ganz konkret, da der Inselstaat sowohl durch den Klimawandel als auch durch Vulkanausbrüche existenziell bedroht ist. Und für die Frauen ist die Frage bewegend, wie das Fundament der Geschlechtergerechtigkeit und Gleichberechtigung verstärkt werden kann.



Termine der ökumenischen WGT-Werkstätten Vanuatu:

• W 03/20: **25.-26.11.2020**
Mi (9.00 Uhr) - Do (16.30 Uhr)
Anmeldeschluss: 28.09.2020
Kosten: 110 €/DZ (EZ: + 17,50 €)

• W 04/20: **27.-29.11.2020**
Fr (16 Uhr) - So (14.30 Uhr)
Anmeldeschluss: 28.09.2020
Kosten: 160 €/DZ (EZ: + 35 €)

Ort: CJD Bad Godesberg,
Mandelbaumweg 2, 53177 Bonn

Leitung: Iris Pupak, Ulrike Schalenbach und Team

• W 01/21: **06.-07.01.2021**
Mi (9.00 Uhr) - Do (16.30 Uhr)
Anmeldeschluss: 09.11.2020
Kosten: 120 €/DZ (EZ: + 18,50 €)

• W 02/21: **08.-10.01.2021**
Fr (16 Uhr) - So (14.30 Uhr)
Anmeldeschluss: 09.11.2020
Kosten: 170 €/DZ (EZ: + 37 €)

Ort: CJD Bonn Kastell,
Graurheindorfer Str. 149, 53117 Bonn

FRAU MACHT PERSÖNLICHKEIT STARK

In der Reihe Frau | Beruf | Kompetenz bietet die Weiterbildungseinrichtung der Evangelischen Frauenhilfe im Rheinland eine neue Veranstaltungsreihe an:

Die Macht des Schweigens

(Nr. 11/20)

Termin: 12.09.2020

Uhrzeit: 10:00-16:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 99,00 €

Anmeldeschluss: 04.09.2020

Kursleitung: Sofie Otto, Referentin für Persönlichkeitsentwicklung, Coach

Gelassener werden mit einem persönlichen Risikomanagement-System (Nr. 07/20)

Termin: 26.09.2020

Uhrzeit: 10:00-16:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 99,00€

Anmeldeschluss: 18.09.2020

Kursleitung: Petra Nießen, Karriereberaterin, Life- und Selbstliebe-Coach



Den Flyer mit weiteren Informationen finden Sie zum Download unter:

<https://www.weiterbildung-frauenhilfe.de/veranstaltungen/frau-beruf-kompetenz/>

Schlagfertigkeit in Beruf und Alltag (Nr. 12/20)

Termin: 17.10.2020

Uhrzeit: 10:00-16:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 99,00€

Anmeldeschluss: 09.10.2020

Kursleitung: Sofie Otto, Referentin für Persönlichkeitsentwicklung, Coach

Teamfähig und entscheidungsfreudig sein - Was sagt Dir Dein „Inneres Team“? (Nr. 08/20)

Termin: 07.11.2020

Uhrzeit: 10:00-16:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 99,00€

Anmeldeschluss: 30.10.2020

Kursleitung: Petra Nießen, Karriereberaterin, Life- und Selbstliebe-Coach

Erfolgreich älter werden im Beruf (Nr.13/20)

Termin: 14.11.2020

Uhrzeit: 10:00-16:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 99,00€

Anmeldeschluss: 06.11.2020

Kursleitung: Sofie Otto, Referentin für Persönlichkeitsentwicklung, Coach

Anmeldungen und Informationen

Detaillierte Informationen zu den Veranstaltungen, zu unserem sonstigen Bildungsprogramm sowie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) finden Sie im Internet unter www.weiterbildung-frauenhilfe.de.

Teilnehmende erhalten Arbeitsmaterial und Getränke, bei Tagesveranstaltungen zusätzlich einen Mittagimbiss. Ehrenamtliche erfragen bitte Kostenerstattung in der Organisation, für die sie tätig sind.

Anmeldungen richten Sie bitte an:
Marion Ludwig, Tel.: 0228 9541 123,
E-Mail: anmeldung@frauenhilfe-rheinland.de



Schüttelrätsel

Gesucht werden andere Begriffe für das Zuhören. Der jeweils gesuchte Begriff soll durch „schütteln“ der Buchstaben gefunden werden. Die Zahlen unter den jeweiligen Buchstaben ergeben dann das Lösungswort.

- 1) A ₈ ₁₀ A E F N P S S U 2) H ₃ E Ö N R
- 3) A ₉ ₁₁ B C E E G H N T
- 4) L ₇ A C E H N S U 5) A ₁₃ E H N N Ö R
- 6) B ₁₂ A C E E H N T 7) E ₂ E H Ö N R R
- 8) A ₁ C F E H H N O R U
- 9) A ₄ E E F K M N R U
- 10) A ₆ A E F N N P P SCH U

LÖSUNGSWORT: ₁ ₂ ₃ ₄ ₅ ₆ ₇ ₈ ₉ ₁₀ ₁₁ ₁₂ ₁₃ ₁₄ D

Senden Sie das Lösungswort bis zum **15. Juli 2020** an:
Evangelische Frauenhilfe im Rheinland, Ellesdorfer Straße 44, 53179 Bonn
oder an: oeffentlichkeit@frauenhilfe-rheinland.de. Unter allen richtigen
Einsendungen verlosen wir das Buch „Unerhört!“ von Ulrich Lilie.

Auflösung des Rätsels aus Mitteilungen 2/2019: GLÄUBIGKEIT

Gewinnerin:

Bettina Wanielik, Ehringshausen

Anzeige

Anzeigen

Exklusive Seniorenvermittlung seit 1985
für christliche Akad./Unternehmer/-innen
Liebe und Sehnsucht nach emotionaler und körperlicher Nähe sind nicht altersabhängig. Wenn auch Sie den Wunsch nach Zweisamkeit und Zärtlichkeit haben, dann wenden Sie sich vertrauensvoll an Herrn Dietmar Brinkmann, HARMONIA Institut, Infoband 0 21 02/52 84-14 ☎ 0 21 02/52 84-52, www.harmonia-institut.de

MIT LUTHER ZU NEUEN UFFERN DIE EIGENTLICHE REFORMATION BEGINNT ERST!

Der Theologe Christoph Michl arbeitet die Reformation gründlich, gewissenhaft und kritisch auf. Er vergleicht Luther mit Jesus, Paulus und Mohammed. Ihm selbst erging es ähnlich wie Luther. Aus Gewissensgründen trat er nicht in kirchl. Dienst. Er möchte, dass die Reformation weitergeführt wird, frei von kirchlichen Lehrsätzen, aber in einer Ehrfurcht vor allem Lebendigen. 460 Seiten, 19,80€

www.mensch-umwelt-erde, Tel. 04163-2539

Ihr Gästehaus zu allen Jahreszeiten:



- Einzelerholung, Bibelfreizeit: Frühjahr, Sommer, Herbst und Weihnachten
- Gruppenreisen bis 300 Personen
- Vollpension und Selbstversorger
- Bahnanschluss
- W-lan

**Konferenz- und Freizeitstätte
Bibel- u. Erholungsheim Hohegrete**
D-57589 Pracht/Westerwald-Sieg
Tel.: (02682) 9528-0 Fax: -22
E-mail: hohegrete@t-online.de
Homepage: Haus-Hohegrete.de





Literaturtipps



Ulrich Lilie
Unerhört! Vom Verlieren und Finden des Zusammenhalts
 Verlag Herder 2018
 ISBN 978-3-451-38175-1
 Preis: 18 €

Diakoniepräsident Ulrich Lilie schildert eigene Erfahrungen damit, dass die Gesellschaft auseinanderbricht, dass sich viele Menschen nicht nur unverstanden fühlen, sondern auch „unerhört“. Lilie analysiert die Schiefelage in Politik und Gesellschaft und benennt klar, was dagegen getan werden kann, getan werden muss.



Margot Käbmann
Freundschaft, die uns im Leben trägt
 bene! Verlag 2019
 ISBN: 978-3-96340-013-1
 Preis: 18,99 €

Margot Käbmann hat eine lebenskluge Hommage an die Freundschaft geschrieben. „Zusammen lachen können, zusammen weinen können. Im entscheidenden Moment da sein, ohne viele Fragen zu stellen. Miteinander alt werden, und das auch noch spannend zu finden. All das macht Freundschaft aus.“ Gute Freund*innen sind kostbar und geben uns Kraft.

Anzeige

Mein UK-Abo
 Die ersten 4 Wochen kostenlos lesen!
 Jetzt bestellen:
www.unsererirche.de

Telefon: 0521/9440-0
 E-Mail: vertrieb@unsererirche.de

UNSERE KIRCHE
 DIE EVANGELISCHE WOCHENZEITUNG

Die Welt aus Sicht des christlichen Glaubens. Politik, Gesellschaft und Glaube aus evangelischer Perspektive.
 UK gibt es auch digital als App und ePaper
www.unsererirche.digital

WWW.UNSEREKIRCHE.DE

UK DIE ZEITUNG MIT DER GUTEN NACHRICHT

UNSERE KIRCHE erscheint im Evangelischen Presseverband für Westfalen und Lippe e.V. Cansteinstr. 1, 33647 Bielefeld



Wir gratulieren ...

zum 10-jährigen Jubiläum

Frauentreff Bad Breisig
(Kreisverband Koblenz)

zum 25-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Löhnen + Frauentreff
(Kreisverband Dinslaken)

zum 50-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Polch
(Kreisverband Koblenz)

zum 55-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Mendig
(Kreisverband Koblenz)

zum 65-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Weißenthurm
(Kreisverband Koblenz)

zum 70-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Neukirchen
(Kreisverband Wetzlar/Braunfels)

zum 90-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Lantenbach
(Kreisverband An der Agger)

Frauenhilfe Lieberhausen
(Kreisverband An der Agger)

zum 95-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Kempen
(Kreisverband Krefeld)

Frauenhilfe Schachtendorf
(Kreisverband Oberhausen)

zum 105-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Katzenfurt
(Kreisverband Wetzlar/Braunfels)

Frauenhilfe Schwarze Heide
(Kreisverband Oberhausen)

zum 110-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Dümpten
(Kreisverband Mülheim)

zum 115-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Andernach
(Kreisverband Koblenz)

Frauenhilfe Uerdingen
(Kreisverband Krefeld)

zum 120-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Dülken
(Kreisverband Krefeld)

Frauenhilfe Holten
(Kreisverband Oberhausen)