

Sonder-Ausgabe Sommer 2020

# Sonder-Ausgabe Mitteilungen

Evangelische Frauenhilfe im Rheinland e.V.



**Corona-  
Spezial**



Evangelische Frauenhilfe  
im Rheinland

# Inhalt

<i>Vorwort</i>	3
<i>Andacht: Das zieht einem glatt die Schuhe aus...</i>	4
<i>Auswirkungen der Corona-Pandemie auf verschiedene Arbeits- und Lebensbereiche</i>	
• <i>Interviewfragen an Dr. Margot Käßmann Gerade in Krisenzeiten brauchen wir unsere Kirchen</i>	6
• <i>Interviewfragen an Monika Hauser (medica mondiale) Unsere Arbeit in der Corona-Pandemie</i>	8
• <i>Feministische Selbstfürsorgetipps</i>	11
• <i>Die Prostituiertenberatungsstellen der Evangelischen Frauenhilfe Westfalen</i>	12
• <i>Die Insel Spiekeroog einmal ganz anders - Die Ärztin unserer Dünenklinik berichtet</i>	14
<i>Frauenhilfe in Corona-Zeiten: Kreative Ideen aus den Regionen</i>	17
<i>Lesetipps</i>	27
<i>Abendritual</i>	30



## **Film: Umbau Haus der Frauenhilfe**

Den Stand der Umbaumaßnahmen des Hauses der Frauenhilfe von außen zeigt ein kleiner Film, der Ende Mai mit einer Drohne aufgenommen wurde. Schauen Sie selbst, wie der Bau vorangeht: <https://www.wohnen-frauenhilfe.de/>

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

in diesem Jahr ist alles anders. Ein kleines Virus stellt die ganze Welt auf den Kopf und wirft alle Planungen über den Haufen. In diesem Sommer können wir nicht wie sonst in andere Länder reisen, stattdessen ist „Urlaub zu Hause“ angesagt. Vieles, worauf wir uns gefreut haben, kann im Moment leider (noch) nicht stattfinden - auch keine Treffen in den Frauenhilfen. Daher haben wir für alle Mitglieder eine Sonder-Ausgabe der „Mitteilungen“ erstellt. Mit einer Sammlung „besonderer Schätze“ möchten wir Sie in diesem Sommer begleiten.

Vermutlich kennen Sie die wundervolle Geschichte von der kleinen Feldmaus Frederick, der sich weigert, Körner, Nüsse und andere Vorräte für den

Winter zu sammeln? Frederick sammelt lieber Sonnenstrahlen, Farben und Wörter! Mit seinen besonderen Schätzen will er die grauen Tage farbenfroh gestalten. Seine Geschichten, Träume und Visionen machen Mut und geben Hoffnung in Zeiten, die trostlos erscheinen.

Wir hoffen, dass die Interviews mit Frau Dr. Käßmann und Frau Hauser, die Berichte, die spirituellen Impulse und die vielen kreativen Ideen aus den Regionen auch Ihr Herz erwärmen und Ihnen Zuversicht geben.

Kommen Sie gut durch den Sommer und bleiben Sie behütet!

Ihr Team vom Landesverband

*Christine Kucharski*



### Pilgertage für Frauen - Herzliche Einladung

Im Mittelpunkt stehen in diesem Jahr Gebete und Texte von Teresa von Avila, die die Pilgerinnen in Andachten, Schweigezeiten, Liedern und Körperübungen begleiten.

**Freitag, 14.08.2020**, 10:00 - 17:00 Uhr  
Brüggen-Bracht (in Kooperation mit dem Frauenreferat des Kirchenkreises Krefeld-Viersen)

**Samstag, 31.10.2020**, 10:00 - 17:00 Uhr  
Linnep (Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann)

Leitung: Sabine Richarz, Tel.: 0228 9541 122

Anmeldung: Tel.: 0228 9541 123,

E-Mail: [anmeldung@frauenhilfe-rheinland.de](mailto:anmeldung@frauenhilfe-rheinland.de)



## **Andacht: Das zieht einem glatt die Schuhe aus...**

*Wohl denen, die in deinem Haus  
leben. Immerzu loben sie dich.  
Wohl denen, deren Stärke in dir  
gründet,  
die in ihrem Herzen barfuß zu dir  
unterwegs sind.  
Durchqueren sie das Tal der Dürre,  
verwandeln sie es in ein Quellental.  
Ja, mit Segenkräften  
bedeckt es der Frühregen.  
Sie gehen von Kraft zu Kraft,  
schauen den Gott der Götter in Zion.  
Psalm 84, 5-8 (BigS)*

Jedes Jahr freue ich mich auf den Moment, wenn ich Schuhe und Strümpfe weglassen und soviel wie möglich barfuß laufen kann. Für die Wege draußen reichen dann auch meist die Mokassins, in die ich barfuß schlüpfen kann. Barfuß laufen finde ich großartig. Es fühlt sich erdverbunden an, barfuß spüre ich Standhaftigkeit und Verwurzelung. Klar laufe ich auch mal mit den Zehen vor eine Ecke – das tut richtig weh – aber das gehört zum barfüßigen Leben. Genauso wie der warme Sand unter den Füßen am Strand von Spiekeroog.

„Das zieht einem ja die Schuhe aus...“  
sagen Menschen, wenn sie fassungslos

oder empört sind. In Socken oder barfuß zu sein, ist entblößend und macht schutzlos.

In diesem Sinne haben uns die letzten Monate wirklich glatt die Schuhe ausgezogen. Diese Zeit, in der das Virus rund um die Welt zog, hat uns vollkommen entblößt: Unsere scheinbare Sicherheit, unser kapitalistisches Wirtschaftssystem, die Ungleichheit und Ungerechtigkeit der Gesellschaftsordnung, die Vereinzelung, die zur Vereinsamung führt. Es wurde auch die Systemrelevanz von Frauen in unsere Gesellschaft als Mütter, Pflegerinnen, Kassiererinnen, Erzieherinnen und Haushaltskräfte bei gleichzeitig massiver finanzieller Benachteiligung deutlich entblößt! Da stehen wir: barfuß ohne Schuhe oder gar Stiefel. Die Krise ist noch lange nicht am Ende, es geht noch einige Zeit barfuß weiter auf diesem Weg.

In Psalm 84 hat es niemandem die Schuhe ausgezogen, sondern die Pilgerin stellt sich selbst mit nackten Füßen auf den Weg, der zu Gott führt. Barfuß unterwegs zu sein, bedeutet zumindest bei uns Schuhgewöhnten,

vorsichtig, langsamer und achtsam unterwegs zu sein. Wir spüren die unterschiedliche Beschaffenheit des Untergrunds, müssen mit viel mehr Muskelkraft die Balance halten. Uns fehlt der Halt, den uns sonst Schuhe geben, aber barfuß trainieren wir die tiefer liegenden Muskeln und gewinnen die Kraft von innen, die uns mit jedem Schritt sicherer gehen lässt.

Und mit der Kraft wächst das Vertrauen! Auf dem Weg



© hohlstein/pixabay

zu Gott sollen wir im Herzen barfuß gehen, in der Schutzlosigkeit liegt die Kraft. Diese Kraft bewirkt Außergewöhnliches, heißt es im Psalm. Im Tal der Dürre erwecken die Barfüßigen Quellen. Wo Trübsal ist, da können sie Trost schenken; wo Angst ist, können sie Seelenruhe bringen; wo Einsamkeit die Freude nimmt, da bringen sie Lachen; wo Depression herrscht, da bringen die Barfüßigen Beistand und halten es mit aus. Die Barfüßigen, die Schritt für Schritt auf ihrem Pilgerweg des Lebens unterwegs sind, dürfen unterwegs Aussichten auf Gott genießen.

Die Barfüßigen machen sich schutzlos und stehen unter Gottes Schutz. Die, die barfuß gehen, wissen, dass sie auch an Steine stoßen werden und dass ein Kieselstrand piekt. Sie wissen, dass Matsche rutschig ist und Asphalt in der Sonne sehr heiß. Ihre Füße halten viel aus. Aber sie sind dem Leben nah,

wie sie es mit Stiefeln nie sein können.

Ach wie schön ist es, barfuß im Herzen und mit den Füßen unterwegs zu sein!

Wir leben in einer Zeit, in der es uns die Schuhe ausgezogen hat. Das Barfußgehen müssen, das uns die Krise aufzwingt, fordert uns als Gesellschaft, miteinander vorsichtiger und aufmerksam zu sein. Wer schon im Herzen barfuß auf dem Pilgerweg des Lebens unterwegs ist, weiß, wo die Kraft herkommt, die wir für die Balance brauchen. Lasst uns einander mit diesem Wissen dienen und beschenken! Und wer es vergessen hatte, dass wir „barfuß“ am besten unterwegs sind, die kann ja heute wieder damit anfangen!

*Dagmar Müller*



# ***Auswirkungen der Corona-Pandemie auf verschiedene Arbeits- und Lebensbereiche***

## ***Interviewfragen an Dr. Margot Käßmann Gerade in Krisenzeiten brauchen wir unsere Kirchen***

Frau Dr. Käßmann, was war Ihre erstaunlichste Beobachtung oder Entdeckung in den letzten drei Monaten?

Ich denke, so eine Krise bringt wie immer die schlechtesten und die besten Charaktereigenschaften in Menschen hervor. Wie kann jemand Sterilium von einer Kinderkrebsstation stehlen? Und wie toll die Solidarität mit den Verkäufern der Straßenzeitung Asphalt in Niedersachsen. Warum hamstern Menschen Toilettenpapier? Und wie schön, wenn Nachbarn abends auf dem Balkon singen „Der Mond ist aufgegangen“ – gemeinsam, aber über Abstand hinweg.

Was kann die (Welt-) Gesellschaft aus der Erfahrung dieser Wochen lernen? Wird sie etwas ändern?

Ich bin ein hoffnungsvoller Mensch. Daher denke ich: Es wird mehr Dankbarkeit geben für die Normalität des Alltags. Mehr Achtsamkeit aufeinander.



*Frauen-Reformationsfest 2017 © EFHiR*

der. Und: Ich muss nicht immer höher, schneller, weiter, um glücklich zu sein.

**Haben Sie für sich eine theologische Erkenntnis gewonnen, die Sie mit uns teilen würden?**

Das Psalmwort: „Lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf das wir klug werden“ hat sich auch jetzt wieder bewahrheitet. Menschen, die sich schon einmal mit der eigenen Sterblichkeit befasst haben, waren gelassener als andere, denke ich. Wer meinte, jung und unverwundbar zu sein, oder sich nie mit der Endlichkeit des Lebens befasst hat, hat panischer auf

die Nachricht reagiert, dass diese Erkrankung auch ihn betreffen könnte. Und Menschen wie Donald Trump konnten gar nicht mit der eigenen Verwundbarkeit umgehen. Nach dem Motto: Ich bin ein starker Kerl, ich brauche keine Maske. Das zeigt nur, wie wenig er mit der Schwäche anderer und schon gar mit eigener Schwäche umgehen kann. Da ist mir sehr wichtig, dass christlicher Glaube von Ohnmacht erzählt, von Leid weiß.

**Ist die evangelischen Kirche ohne Präsenz-Gottesdienste in ihrer Freiheit essentiell beschnitten worden? Haben wir uns darüber zu wenig aufgeregt?**

Mich hat das schon aufgeregt. Ich war froh, als auch in Niedersachsen die Kirchen endlich wieder zumindest für Gebete geöffnet wurden. Wir brauchen doch gerade in Krisenzeiten unsere

Kirchen. Aber andererseits hat die Kirche sehr schnell sehr vieles neu entwickelt: Onlinegottesdienste, Streaming. Und es gab eine hohe Seelsorgepräsenz auch für diejenigen, die nicht digital unterwegs sind. Über die gute alte Post, Telefonate, Fernseh- und Radiogottesdienste.

**Ist Ihnen ein biblischer Text oder ein biblische Bild in dieser Zeit besonders nah?**

Der zweite Timotheusbrief war mir besonders wichtig: „Gott hat uns nicht gegeben den Geist der Furcht, sondern der Kraft und der Liebe und der Besonnenheit.“

Furcht lähmt uns. Kraft brauchen wir. Liebe beflügelt. Und Besonnenheit lehrt uns die rechte Balance zwischen Panik und Sorglosigkeit. Der Vers ist ein guter Ratgeber, denke ich.

### **Kreise ziehen - Der Frauenkalender 2021**

Die Kalendertexte des Wochenkalenders würdigen die nahen und weiten Kreise in unserem Leben: Kreise, die sowohl Ausdruck stärkender Verbundenheit als auch einengender Begrenzungen sind. Es geht um Dynamik und Bewegung, um das, was rund läuft im Leben, und um die Rhythmen der Natur, die auch uns guttun. Und nicht zuletzt um den Mut, den es braucht, Kreise zu ziehen und sichtbar zu werden.

[www.buchdienst-wernau.de](http://www.buchdienst-wernau.de), Preis: 20,- €





## **Interviewfragen an Monika Hauser (medica mondiale) Unsere Arbeit in der Corona-Pandemie**

Frau Hauser, was passiert weltweit in den Partnerinnenorganisationen?

In Krisenzeiten, zum Beispiel auch während der Corona-Pandemie, verschlechtert sich die Gesamtsituation von Frauen: Sexualisierte und häusliche Gewalt nehmen zu und bestehende Ungleichheiten, insbesondere die Benachteiligung von Frauen, werden verstärkt. So gehen krisenbedingte Maßnahmen unverhältnismäßig stark auf Kosten der Frauenrechte. Massive ökonomische Auswirkungen verstärken insbesondere in den Ländern, in denen *medica mondiale* tätig ist, die soziale und wirtschaftliche Ungleichheit.

*medica mondiale* besteht aus einem Netzwerk aus lokalen Frauenrechtsorganisationen in Konfliktregionen auf drei Kontinenten. Die Arbeit in Krisensituationen gehört zum Alltag der Partnerorganisationen von *medica mondiale*: Sie sind darauf spezialisiert, mit Frauen, die Gewalt erlebt haben oder von Gewalt bedroht sind, zu arbeiten. Sie suchen proaktiv den Kontakt zu den Frauen, unterstützen



Monika Hauser © Lena Böhm/ *medica mondiale*

sie dabei, individuelle Auswege aus der Gewalt zu finden - gesundheitlich und juristisch; das Erlebte zu verarbeiten und neue Hoffnung für die Zukunft zu schöpfen. Diese Arbeit mussten unsere Partnerinnen zu Beginn der Pandemie rasch re-organisieren und gleichzeitig ihre Arbeit auf Nothilfe-Maßnahmen zur Eindämmung des Virus und den drastischen Auswirkungen für Frauen erweitern.

**Wie wirkt sich die Corona-Krise konkret auf das Leben der Frauen aus?**

Durch den Lockdown konnten Frauen in der Demokratischen Republik Kongo ihre Waren lange nicht auf dem Markt verkaufen, ihre Einnahmen blieben aus. Ähnlich geht es Frauen im Irak, auch sie sind aufgrund der Situa-

tion von Hunger bedroht. Viele Frauen fragen sich, wie sie ihre Familien ernähren sollen.

In Bosnien und Herzegowina lässt der Lockdown Erinnerungen an den Krieg in den 1990er Jahren wach werden. Das birgt für viele die Gefahr einer Retraumatisierung. Die ganze Zeit zu Hause zu bleiben – das erinnert viele Menschen daran, wie sie während des langen Krieges nur unter Lebensgefahr das Haus verlassen konnten.

Für afghanische Frauen war schon vor Corona ihr Zuhause ein sehr gefährlicher Ort. Durch die angespannte Lage während der Krise nahm die häusliche Gewalt dort noch stärker zu.

### Was bedeutet es für die Arbeit vor Ort?

Während der Pandemie unterstützen wir die Nothilfe-Arbeit unserer Partnerinnen vor Ort unkompliziert und schnell: Der Bedarf an Nahrungsmitteln oder finanzieller Unterstützung ist groß. Daher haben einige Partnerinnen ihre Arbeit um die Verteilung von dringend benötigten Nahrungsmittelpaketen ausgeweitet.

Auch der Bedarf an Hygienematerial wie Desinfektionsmittel oder Schutz-

masken ist hoch. Unsere Partnerinnen verteilen diese Materialien an die Bevölkerung und versorgen auch Kliniken am marginalisierten Stadtrand.

Außerdem leisten die Aktivistinnen vor Ort Aufklärungsarbeit: Mit Flyern, Plakaten und Radiobeiträgen. Die Mitarbeiterinnen waren in Schutzkleidung unterwegs, um auf Märkten und belebten Plätzen über das Virus aufzuklären. Gleichzeitig verbinden sie jede Gelegenheit mit der Aufklärung zu sexualisierter Gewalt. Die Zielgruppe der Aufklärungsarbeit sind vor allem Frauen und Mädchen, die aufgrund sozialer Isolierung noch schlechter an Informationen kommen als sonst.

Um das finanzieren zu können, hat *medica mondiale* einen Nothilfefonds aufgesetzt, um die diese Arbeit zu unterstützen.

### Welche Formen von Kommunikation finden statt?

Schon vor der Krise waren digitale Kanäle fester Bestandteil der Kommunikation bei *medica mondiale*. Diese Formen nutzen wir jetzt nochmal stärker als zuvor. Aber die direkten Begegnungen fehlen uns allen massiv.



Gibt es ein ermutigendes Beispiel, von dem auch wir lernen können?

Langfristige Partnerschaften bauen Vertrauen auf, das auch in Krisenzeiten nicht erschüttert werden kann. *medica mondiale* hat Jahrzehnte lang nachhaltige Strukturen aufgebaut, die sind auch in Corona-Zeiten belastbar. Damit sind zum einen die engen Beziehungen zwischen *medica mondiale* und den Frauenrechtsorganisationen in Krisenregionen gemeint. Zum anderen aber auch das etablierte Standing der Partnerinnen in lokalen Gemeinden und Communities.

Ein Beispiel: Die Erinnerung an die Ebola-Krise versetzte viele Menschen in Liberia in Panik. Verwirrung und Desinformationen verbreiteten sich. Doch *medica Liberia* genießt aufgrund ihrer jahrelangen Arbeit, besonders während der verheerenden Ebola-Krise, großes Vertrauen in der Bevölkerung. Ihre Informationen zu Covid-19 und der besonderen Bedrohung für Frauen und Mädchen werden ernst genommen, sie können den Ängsten der Bevölkerung gut begegnen. Lokale Organisationen haben Zugang zu „ihren“ Gemeinden und spielen daher eine Schlüsselrolle bei der Eindämmung des Virus. Sie neh-



men in lokalen Sprachen und Dialekten den Kontakt zu den Menschen auf und stellen Informationsmaterial zur Verfügung, das auf sie abgestimmt und verständlich ist. Dieser Gedanke von Nachhaltigkeit und langjährigen Beziehungen lässt sich auch auf andere Verbände, Organisationen und Privatpersonen übertragen.

Was können wir als Verband tun?

Unterstützen Sie den Nothilfefonds von *medica mondiale*. Mit Mitteln aus diesem Fonds können unsere Partnerinnen Maßnahmen gegen die Verbreitung des Virus, aber auch zur weiteren Unterstützung von Betroffenen sexualisierter Gewalt, finanzieren.

Würdigen wir gemeinsam den Einsatz von Frauen als Heldinnen in der Corona-Krise! Jede Form der Solidarität zählt dabei.

*Das gesamte Interview finden Sie unter [www.frauenhilfe-rheinland.de](http://www.frauenhilfe-rheinland.de)*

## *medica mondiale: Feministische Selbstfürsorge und Solidarität in Zeiten von Corona*

Durch ihre Arbeit in zivilgesellschaftlichen Initiativen und Organisationen, ihre Tätigkeit in „systemrelevanten“ Berufsfeldern wie Pflege oder Einzelhandel und durch ihre vitale Rolle für ihre Familien erhalten Frauen unsere Gesellschaft am Leben. Doch gerade in dieser Krise leiden viele Heldinnen unter Angst, erhöhtem Druck und Stress.



*Ruft euch Situationen in Erinnerung, in denen ihr Schwierigkeiten überwunden habt. Tauscht euch auch mit anderen aus, welche Strategien ihnen in schwierigen Zeiten geholfen haben.*

© medica mondiale

„Vergesst eure eigene Stärke nicht!“ „Macht etwas Sinnvolles!“ „Entwickelt neue Routinen!“ „Schafft euch Auszeiten!“ lauten nur einige der Tipps, die die Frauenrechtsorganisation *medica mondiale* erstellt hat.

Wir alle sind Teil einer Gemeinschaft und unterschiedlich von der Pandemie betroffen. Die Tipps sollen helfen, in Corona-Zeiten sinnvolle Wege der



*Soziale Verbundenheit ist in belastenden Zeiten sehr wichtig. Körperliche Distanzierung sollte für niemanden soziale Isolation bedeuten!*

© medica mondiale

Selbstfürsorge zu wählen. Sie schärfen das Bewusstsein für die Auswirkungen der Krise auf Frauen\* und ihr soziales Umfeld. Bitte nutzen Sie die Tipps für sich selbst und teilen Sie sie mit jenen, denen sie gut tun könnten.

*(PDF Corona-Selbstfürsorgetipps: [https://www.medicamondiale.org/fileadmin/redaktion/5\\_Service/Mediathek/Dokumente/Deutsch/](https://www.medicamondiale.org/fileadmin/redaktion/5_Service/Mediathek/Dokumente/Deutsch/))*



*Sich politisch zu engagieren kann uns ein Gefühl von Selbstwirksamkeit geben. Beteiligt euch am öffentlichen Diskurs und versucht Informationen zu teilen, die zur gesellschaftlichen Aufklärung beitragen.*

© medica mondiale



## Die Prostituiertenberatungsstellen der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen

Wie ist die Arbeit der Beratungsstellen strukturiert?

Die Evangelische Frauenhilfe in Westfalen bietet mit der Beratungsstelle Theodora seit 2011 Beratung für Prostituierte in Ostwestfalen-Lippe an. Tamar Südwestfalen gibt es seit 2014 und Tamar Münsterland seit 2018. Alle drei Beratungsstellen arbeiten in ländlichen Regionen in der Fläche, in der es viele Dörfer und wenige große Städte gibt. Deshalb haben wir konsequent eine Geh-Struktur aufgebaut. Wir suchen regelmäßig die Prostitutionsorte (Clubs, Bordelle, Wohnungen) auf. So lernen die Prostituierten unsere Mitarbeiterinnen kennen, bekommen die Telefonnummern der Beratungsstellen und können sich so bei Bedarf melden. Meistens finden dann die Treffen mit den Frauen vor Ort statt und sie kommen nicht in die Beratungsstellen.

Wie haben die Prostituierten auf das Verbot der Berufsausübung reagiert?

Viele Frauen sind noch rechtzeitig in ihre Herkunftsländer ausgereist. Wer das nicht konnte oder wollte, hat zu-

nächst gehofft, schnell die Arbeit wieder aufnehmen zu können. Sie haben keine andere Einnahmemöglichkeit und sind mittellos und dadurch häufig verzweifelt.

Kamen sie vermehrt zur Beratung?

Die meisten Erstberatungen waren Telefonberatungen. Viele neue Frauen haben sich an die Beratungsstellen gewandt und um Unterstützung gebeten. Vor allem ging es darum, den Anspruch der Frauen auf finanzielle Hilfe zu klären.



Haben sich für Sie in der Beratungsarbeit neue Möglichkeiten oder neue Probleme ergeben?

Weil die Clubs und Bordelle geschlossen sind, können wir die Frauen von uns aus gerade nicht erreichen. Wir

erleben jedoch, dass die Frauen unsere Telefonnummern weitergeben und uns anrufen. Wir haben Klappstühle und einen Klapp Tisch für die Autos angeschafft, damit die persönliche Beratung unter freiem Himmel stattfinden konnte, solange die Cafés geschlossen waren.

### Wie können Sie den Frauen ganz konkret jetzt helfen?

Wir klären mit ihnen, ob sie antragsberechtigt sind für Corona-Hilfen oder Sozialleistungen. Wir haben einzelne Frauen bei Bewerbungen auf andere Stellen unterstützt. Wir haben sie auch bei der Antragstellung beim Nothilfefonds des Bundesverbandes erotische und sexuelle Dienstleistungen (BesD) unterstützt. Das war eine sehr gute unbürokratische Möglichkeit, Nothilfe an die Frauen zu vermitteln.

### Wissen Sie über Zunahme von Gewalt gegen die Frauen?

Wir wissen von keiner Zunahme, gehen jedoch davon aus, dass eine Reihe von Frauen trotz des Verbots der Prostitution nachgehen. Dadurch sind sie erpressbar und auch leichter Opfer von Gewalt.

### Wie erleben Sie die Situation?

Die Beratungsstellen werden bislang immer nur durch Projektmittel gefördert, die zeitlich befristet sind. Leider wurde die Förderung für Tamar Südwestfalen im April eingestellt, mitten im Corona-Lockdown. Hier können wir nur noch im Kreis Siegen-Wittgenstein unsere Arbeit aufrechterhalten, weil wir dort eine kommunale Förderung vereinbaren konnten. Auch zwei Mitarbeiterinnen haben sich andere Stellen gesucht. Wir müssten jetzt dringend neue Förderungen ab Beginn nächsten Jahres beantragen. Das Thema interessiert aber in den Kommunen oder im Land nicht wirklich.

### Es wird jetzt erneut ein Prostitutionsverbot zur Debatte gestellt – was halten Sie davon?

Wir sind grundsätzlich gegen ein Prostitutionsverbot. Deshalb haben wir Anfang des Jahres das Positionspapier „Unterstützung statt Sexkaufverbot“ unterzeichnet, das unter anderem von der Diakonie Deutschland veröffentlicht wurde. (<https://www.diakonie.de/presse-meldungen/die-fachwelt-warnt-vor-einem-sexkaufverbot/>)

**Birgit Reiche, Ev. Frauenhilfe Westfalen**



## **Die Insel Spiekeroog einmal ganz anders - Die Ärztin unserer Dünenklinik berichtet**

Seit sieben Jahren lebe ich auf Spiekeroog und arbeite hier als Ärztin. Anfangs in der Inselpraxis und seit fünf Jahren in der Dünenklinik. Bisslang war ich mir sicher, nicht nur jeden der etwa 780 Einwohner zu kennen, sondern auch alles auf der Insel schon einmal mitgemacht zu haben: die Sommer voller Urlauber mit überfüllten Restaurants und lebendigem Kinderlachen, die Winter mit wenigen Gästen, viel Ruhe und fast geschlossener Gastronomie. Sturmfluten, Feste und Inselgemeinschaft. Das Leben eben.

Aber plötzlich war alles ganz anders: Eine Pandemie erreichte Deutschland und die Gäste fuhren nach und nach ab, neue kamen nicht mehr an. Die gerade erst wiedergefundene Routine zu Beginn der Saison endete für mich bereits Mitte März. Unsere Mütter durften ihre Maßnahme noch beenden und reisten ins Ungewisse ab. Damit wurde es ruhig auf der Insel, wo es gerade erst begonnen hatte lebendig zu werden: Vereinzelt Rollkoffer auf dem Weg zum Hafen, wenige Menschen auf den Straßen, geschlossene

Restaurants, ... Insulaner unner sück, ... ganz ohne Gäste. Eine Insel nur von Insulanern belebt, Fähren an nur vier Tagen in der Woche, gelegentlich nur zweimal am Tag. Wann hat es das das letzte Mal gegeben?



Täglich war ich am und im Meer, oft ganz allein am weiten Strand. Das hörte ich allerdings von vielen anderen auch. So groß ist unsere kleine Insel offensichtlich, dass sich die nun hier verbliebenen 780 Menschen kaum begegneten. Wenn ich aber Menschen am Strand traf, waren es oft die, die man dort sonst nicht sieht. Schön, dachte ich mir dann, dass auch sie nicht vergessen haben, was uns in dieser Zeit trotz der Sorgen geschenkt wird. Keiner sollte Urlaub machen, sollte nicht weg- und ans Festland fahren. Das mussten wir aber auch gar

nicht: es gab Strandkörbe am Meer, die Sonne schien und es war ruhig. Wir mussten nur akzeptieren lernen, dass an dieser grundsätzlich sehr bedrohlichen Situation nichts zu ändern war, und erkennen, was zu genießen ist, und das dann auch schaffen. In aller Demut, wissend, um die Nöte Vieler auf dem Festland, gerade derjenigen, die in beengten Verhältnissen leben oder sich nicht angstfrei bewegen mochten.

Ganz nebenbei haben wir eine allein-stehende Freundin „adoptiert“, um sie vor einer Isolierung zu bewahren. Es entstand schnell der Gedanke des wechselseitigen Kochens. Selten habe ich so viele neue Gerichte probiert und mir selber so viele Gedanken über das gemacht, was ich esse, fantastisch. Spieleabende rundeten das Bild ab.

Das Einkaufen auf der Insel war nie ein Problem: Mehl, Zucker und sogar Toilettenpapier. Nur die Hefe wurde mal knapp und kurzzeitig rationiert an die Haushalte abgegeben. Erst jetzt zu Beginn der Lockerungen wird es eng. Nun ist die Insel doch ein wenig klein geworden, durch die Limitierungen durch das Land und die Abstandsregelungen. Was für 780 Insulaner gut

funktionierte, wird jetzt bei über 2000 zusätzlichen Menschen anstrengend. An Lebensmitteln mangelt es weiterhin nicht, wohl aber an Quadratmetern im Lebensmittelgeschäft.

Die einzigen zwei Coronafälle (ein Ehepaar), die wir auf unserer Insel zu verzeichnen hatten, sorgten nur kurzzeitig für Aufregung. Es blieb dabei und die beiden waren rasch wieder genesen.



Zur Vorbereitung auf unseren Kurbetrieb haben wir mit einigen Mitarbeiterinnen in den letzten Wochen gemütlich (mit Abstand) beisammensitzend 300 Behelfsmasken genäht. Dort war die Stimmung gut, es wurden persönliche Gespräche geführt und viel gelacht. Sorge macht uns derzeit der Gedanke, unter den jetzigen vorgeschriebenen Bedingungen eine



entspannte Atmosphäre für unsere Mütter zu schaffen, aber genau das ist unser Anspruch. Wir entwickeln ständig neue Bedingungen, passen diese an die sich dauernd wechselnden Vorschriften an und suchen passende Regelungen für unser Haus. Mit gemischten Gefühlen erwarten wir nun die ersten Patientinnen.

Ganz persönlich habe ich mich regelmäßig von den Sorgen und Grübeleien über die Folgen der Coronakrise befreit, indem ich „Verrücktes“ gemacht habe: Zur Zeit unseres ausgefallenen Skiurlaubes, sind wir in kurzer Hose und T-Shirt im Sand Ski gefahren, wir haben mehrere Nächte im März bei Vollmond, sternenklarem

Himmel und vielen Sternschnuppen auf dem Trampolin sowie in der freien Natur geschlafen und ich habe von meinem Sohn Kunststücke auf dem Trampolin gelernt, für die sich mein Körper mit Muskelkater bedankte.

Für die Zukunft wünsche ich uns allen, die Nähe nicht zu verlieren, ich wünsche uns ein Leben ohne Plexiglas-scheiben, Mundschutz und Existenz-ängste. Ich vermisse es, Menschen per Handschlag zu begrüßen und Freunde in den Arm zu nehmen. Glücklicherweise habe ich meine Familie, der ich nah sein darf und vielleicht hier und da noch nähergekommen bin.

*Dr. Gabriele Schmidt, Dünenklinik*



Ich wünsche dir einen Blick für die funkelnden Momente, die vom Himmel wie Sternschnuppen in den Alltag segeln.

Sie bringen ihn zum Glänzen und ermutigen dich, deine Wünsche wahrzunehmen und sie zu stärken.

TINA WILLMS

## FRAUENHILFE IN CORONA-ZEITEN

*In den letzten Wochen haben die Regionalreferentinnen Sabine Richarz (Region Nord), Ulrike Schalenbach (Region Mitte) und Iris Pupak (Region Süd) nachgefragt, wie die Frauenhilfegruppen untereinander in Kontakt bleiben.*

### Kreative Ideen aus den Regionen

**Die Drähte zum Glühen bringen**  
Telefonieren liegt auf Platz eins der Kontaktmöglichkeiten

Voneinander zu hören, jemandem mal erzählen können, wie es einem gerade so geht, die eigenen Sorgen und Befürchtungen aussprechen dürfen, ein offenes Ohr finden oder einer anderen eines leihen, ein ermutigendes Wort geschenkt bekommen oder „einfach nur mal so“ ein bisschen miteinander reden, damit einem nicht die häusliche Decke auf den Kopf fällt. Kontakt halten, gerade wenn man sich nicht persönlich treffen darf, ist besonders wichtig. Und Frauenhilfe kann das!

Sie haben sehr unterschiedliche Wege gefunden, wie es Ihnen gelungen ist, dass niemand vergessen wird. Einige haben Telefonketten organisiert, andere die Aufgaben auf das Netz der Bezirksfrauen verteilt und wieder



andere wollten lieber mit jeder ihrer Frauen persönlich reden und sind zu wahren Telefonweltmeisterinnen geworden.

Frauenhilfe-digital: Die Gruppen von Marion Möhlmann (Pfalzdorf), Monika Hartwig-Kuck (Neukirchen-Vluyn) und Renate Diederichs (Dinslaken) halten über WhatsApp Kontakt untereinander. Über die Gruppe werden regelmäßig kleine Nachrichten und Fotos verschickt.



## **(Überraschungs-)Briefe schreiben**

„Wenn die Frauen nicht zu uns kommen können, dann müssen wir zu den Frauen gehen!“ Sabine Pahlke, Leiterin der Frauenhilfe Christuskirche Krefeld, beschreibt sehr gut, was viele Leiterinnen angetrieben hat, viel Zeit und Energie in das Schreiben und Verteilen von Briefen zu stecken.

Unter dem Motto „*Frauenhilfe@home*“ buken die Krefelderinnen über

50 Muffins und verteilten diese mit einer Kerze und einem Brief „kontaktlos“ an ihre Mitglieder. Im Brief stand: „Wir vermissen unsere Treffen sehr. Zünden Sie doch diese Kerze an und genießen Sie den Kuchen in Gedanken an die Frauenhilfeschwestern.“ So konnten die Frauen jede für sich, aber in Gedanken bei den anderen eine kleine Kaffeepause machen. Diese Aktion fand viel Resonanz bei den Frauen und wurde sogar in einem Artikel der Lokalzeitung vorgestellt.

### **Schokoladen-Muffins Frauenhilfe@home**

*Rezept reicht für 12 Muffins*

- 200 g Schokolade grob zerkleinern, beiseite stellen
- 125 g weiche Butter
- 150 g Zucker
- 1 P Vanillinzucker
- 2 Eier verrühren
- 200 g Mehl mit
- 4 Essl. Backkakao und
- 2 Teel. Backpulver unterrühren,
- 175 ml Milch dazugeben.
- 2/3 der gehackten Schokolade unterheben.

Teig in eine mit Papierförmchen ausgelegte Muffinform geben, restliche Schokolade auf dem Teig verteilen. Bei 175 °C ca. 25 Minuten backen.

*(Rezept von Sabine Pahlke, Frauenhilfe Christuskirche Krefeld)*



Angelika Bracken, Frauenhilfe Düsselndorf-Gerresheim, legt den Glückwunschkarten an ihre Geburtstagskinder eine selbstgebastelte *Moosgummisonne* bei (siehe Bild).

Außerdem erhielten alle Frauen einen Brief mit allen wichtigen Telefonnummern aus der Gemeinde. Über das ‚Zentrum Plus‘ wurden Einkaufshilfen und ein *Mittagstisch* organisiert.

Auch in Spellen (Dinslaken) bekamen die *Geburtstagskinder Extrapost*. Die Bezirksfrauen kümmerten sich um ihre jeweiligen Mitglieder. Neben einem Anruf und einer Geburtstagskarte gab es ein kleines Geburtstagsheft, schreibt Brigitte Bückmann.

*Märchenhafte Post* gab es für die Gruppenleiterinnen des Kreisverbandes Kleve von ihren Vorstandsfrauen. Neben einem Brief lag noch das „Märchen vom kleinen Dank“ mit im Umschlag. Barbara Klewin, Leiterin der Frauenhilfe St. Hubert (Krefeld), verteilte zu Pfingsten *Erdbbeermarmelade* an ihre Frauen zusammen mit einem Mut-machenden Text.

### Weitere Ideen

Jutta Nowak (Kreisverband Oberhausen) berichtete, dass einige Frauen sich untereinander zum *Spazierengehen* verabredet haben. Wenn die Kontaktbeschränkungen gelockert werden, beabsichtigt sie, aus den großen Frauenhilfegruppen mehrere *Minifrauenhilfegruppen* zu bilden, die sich regelmäßig treffen. Sollte das Kontaktverbot länger anhalten, sind Besuche mit *„Gesprächen über den Gartenzaun“* geplant.

Laut Auskunft von Nicole Brunnecker-Wirtz wurden in der Frauenhilfe Moers-Asberg fleißig *Masken* für die Gemeindemitglieder genäht. Sollten Gruppentreffen im Sommer wieder erlaubt sein, werden die Frauen dieses Jahr keine Sommerpause machen.

Marie-Luise Balan (Frauenhilfe Homberg) berichtete, dass eine fitte,



hilfsbereite Frau ihrer Gruppe das *Blumengießen auf dem Friedhof* für diejenigen übernimmt, die zurzeit das Haus nicht verlassen dürfen. Sie schreibt: „Ich stelle dankbar fest, dass bei den meisten Frauen trotz allem eine positive Haltung vorhanden ist (man hat in seinem Leben schon Vieles durchgestanden), ja es ist sicher auch Gottvertrauen da.“

### Engagement für andere

Aber nicht nur untereinander sorgen die Frauen gut füreinander. Einige engagieren sich auch für andere, die besonders unter der Krise zu leiden haben.

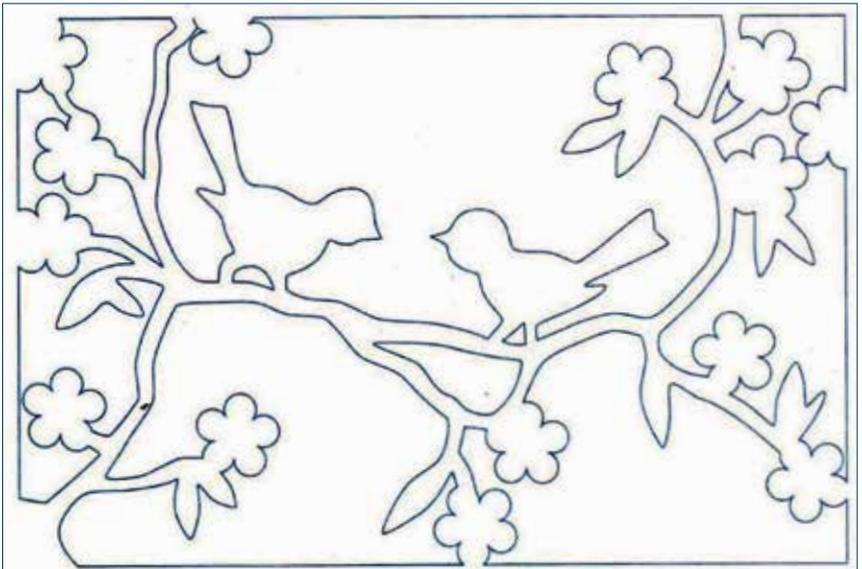
*Ein Ohr für Trauernde* hat Brigitte Hofmann: „Ich biete ehrenamtlich Trauerbegleitung in Form von Gesprächen und Spaziergängen an, da ja derzeit auch keine Trauergruppen stattfinden.“

*Hausaufgabenhilfe online*: Luitgard Blömer aus Drevenack nutzt ihre berufliche Erfahrung als Lehrerin und hilft Kindern mit Migrationshintergrund online bei ihren Hausaufgaben .

Die Frauen der Frauenhilfe Götterswickerhamn wollen trotz Corona jetzt wieder ihr *Projekt „offene Kirchen“* starten, natürlich mit einem entsprechenden Hygienekonzept.

*Vorlage  
Ausmal-  
karte*

*Inge  
Kienle  
(FH  
Moers-  
Scher-  
pen-  
berg)*



## **Bastelidee: Briefumschläge aus alten Kalendern, Illustrierten oder Reiseprospekten gestalten**

*Material: einen Briefumschlag in der gewünschten Größe als Vorlage (C6 oder C6 lang, bzw. wenn es ein etwas größerer Brief werden soll C5 oder C4); Illustrierte, Kalender u.ä.; Kugelschreiber; Schere; Kleber; ein Lineal; selbstklebende Adressetiketten*

Aus alten Kalenderblättern oder den Bildern aus Hochglanzillustrierten und Reiseprospekten lassen sich ganz einfach individuelle Briefumschläge selber gestalten. Dazu brauchen Sie einen Briefumschlag als Muster.

1. Lösen Sie vorsichtig die geklebten Stellen des Briefumschlages und falten ihn auf.
2. Legen Sie den Briefumschlag auf Ihr Kalenderblatt.
3. Übertragen Sie nun die Form des Briefumschlages mit Hilfe eines Filzstiftes oder Kugelschreibers und eines Lineals auf Ihr Motiv und schneiden Sie es aus. Bleistifte hinterlassen keine richtigen Linien auf Hochglanzpapier.



4. Übertragen Sie Falzlinien, indem Sie Ihren Briefumschlag mit dem Motiv nach unten legen und mit Hilfe des Lineals die Falzlinien wie bei Ihrer Umschlagvorlage mit einem Tafelmesser nachziehen.
5. Danach drehen Sie den Umschlag wieder um und kleben ihn an den drei Klebeseiten zusammen.
6. Zum Schluss kleben Sie auf die Vorderseite ein weißes Adressetikett.

Fertig ist Ihr persönlich gestalteter Briefumschlag. Dazu passt eine selbstgestaltete Postkarte.



## Corona-Litanei

Abgesagt

Haydn, Mozart und Schubert  
dirigiert von Marek Janowski  
Nicht abgesagt  
das Cellospiel im 3. Stock  
das Lied der Amsel

Abgesagt

die Lesung des Literaten  
Nicht abgesagt  
das Vorlesen des  
abendlichen Gedichts

Abgesagt

die Versammlung zum  
40. Jahrestag der Tötung  
von Bischof Romero  
Nicht abgesagt  
die Erinnerung  
der Widerstand

Abgesagt

der Traum von den Malediven  
Nicht abgesagt  
das Träumen von  
der neuen Erde  
dem neuen Himmel

Abgesagt

der Gottesdienst  
Nicht abgesagt  
das Gebet  
das Flüstern mit Gott

Abgesagt

der Tulpenstrauß  
auf dem Küchentisch  
Nicht abgesagt  
das Blühen und Bersten  
das Keimen und Knospen

Abgesagt

das Hochzeitsfest  
Nicht abgesagt  
die Liebe

Abgesagt

die Trauerfeier  
Nicht abgesagt  
die Auferstehung

© Jacqueline Keune, Luzern (CH)

*Alle Beiträge des Erzählprojektes »Die Liebe  
in Zeiten von Corona« finden Sie auf der  
Webseite [https://www.publik-forum.de/  
die-liebe-in-zeiten-von-corona](https://www.publik-forum.de/die-liebe-in-zeiten-von-corona)*

## Kleines Bibel-Quiz zu Frauengestalten der Bibel

Bei manchen Fragen sollten Sie eine Luther-Bibel zur Hand haben.

Die Buchstaben, die zu den korrekten Antworten gehören, ergeben der Reihenfolge nach das Lösungswort.

1. Wie heißen Abrahams Frauen?  
Sara und Hagar **F**  
Lea und Rahel **C**
2. Der Apostel Paulus grüßt im Brief an die Gemeinde in Rom einige Frauen (**2. Buchstabe** der in Röm 16,3 erwähnten Frau)
3. Unter den Anführern aus dem Buch Richter ist auch eine Frau namens  
Debora **E**  
Rebekka **O**
4. Wie viele Frauen kommen im Neuen Testament vor (nicht alle mit Namen)  
mehr als 50 **U**  
um die 30 **M**
5. Und wie viele Frauen sind es im Alten Testament?  
rund 80 **F**  
rund 130 **D**
6. Wer sind Rut und Noomi?  
Rut ist die Schwiegertochter von Noomi **E**  
Die beiden sind Schwestern **G**
7. Was fordern die Töchter Zelofhads (s. Buch Numeri in Kap. 27)?  
Die Scheidung von ihren Ehemännern **V**  
Ihr Erbteil nach dem Tod ihres Vaters **N**
8. Die Frau, die Jesus in Lk 8,43ff. heilt, litt unter (**1. Buchstabe** ihrer Krankheit)
9. Hanna hieß nicht nur Samuels Mutter; die Hanna im Lukas-Evangelium war: eine Frau, die von Jesus geheilt wird **J**  
eine Witwe und Prophetin **O**
10. Wer sind Jemima, Kezia und Keren-Happuch? (Sie sind Hiobs ... : **1. Buchstabe**, s. Hiob 42,13f.)
11. Die Großmutter von Timotheus heißt Lois - und seine Mutter? (s. 2. Tim 1,5: **4. Buchstabe** ihres Namens)
12. Diese Namen gibt es tatsächlich in der Bibel: Milka, Susi, Makron  
Das stimmt **N**  
Das ist geflunkert **L**



## Weitere kreative Ideen aus den Regionen

### Schöne Worte können trösten

Im KV Wetzlar teilt Frauenreferentin Brigitte Bräutigam ein Gedicht von Theodor Fontane mit den Frauenhilfefrauen. Sie ermutigt dazu, ganz bewusst an Schönes zu denken, Kleinigkeiten wahrzunehmen und positive Gedanken miteinander zu teilen, um nicht zu sehr ins Grübeln zu verfallen oder in die Mutlosigkeit zu sinken.

Schöne Worte können trösten! Wenn es ein besonderes Wort gibt, das Sie direkt lächeln lässt, oder wenn Sie in den letzten Wochen etwas besonders Tröstendes, Liebevollendes erlebt haben, teilen Sie es mit anderen.

Trost

Tröste dich, die Stunden eilen,  
und was all dich drücken mag.  
Auch das Schlimmste kann nicht  
weilen,  
und es kommt ein anderer Tag.  
In dem ew'gen Kommen, Schwinden,  
wie der Schmerz liegt auch das  
Glück,  
und auch heitre Bilder finden  
ihren Weg zu dir zurück.  
Harre, hoffe! Nicht vergebens  
zählst du der Stunden Schlag:  
Wechsel ist das Los des Lebens,  
und - es kommt ein anderer Tag.  
(Theodor Fontane)

### Persönlich gestaltete Grußkarten und Briefe

Da es noch eine Weile dauern wird, bis wir uns alle wiedersehen können, erhalten alle Frauen der Frauenhilfe Altwied eine Grußkarte mit einem persönlichen Text zum Durchhalten in der Coronazeit. Außerdem stehen die Frauen telefonisch in

Verbindung, wenige auch per Internet oder Handy.



Im KV Lennep werden in Kooperation mit der Frauenbeauftragten des Kirchenkreises Briefe an die BewohnerInnen der Altenheime geschrieben und verteilt.



© PupaK

## „Bunte Steine“ am Wegesrand

Haben Sie bei einem Spaziergang in den letzten Wochen oder Monaten auch einen bunten bemalten Stein gefunden? Oder sogar mehrere Steine in einer langen Reihe?

Glatte Kieselsteine werden bunt bemalt, um sie dann am Wegrand, in freier Natur, auf dem Marktplatz oder am Eingang von öffentlichen Gebäuden auszulegen. Niemand weiß so ganz genau, wo diese „Bunte Steine Aktion“ entstanden ist. Manche vermuten England oder Kanada.

Die kleinen Kunstwerke haben eines gemeinsam: Sie sollen den Menschen, die sie entdecken, eine Freude bereiten. Die Steine sollen Mut machen. Auf manchen stehen kurze Botschaften, wie z.B. „Bleib gesund“. Vielleicht finden Sie bei Ihren nächsten Spaziergängen auch ein kleines Kunstwerk?



© PupaK

Sollten Sie einen bunten Stein mit nach Hause nehmen, um sich länger daran zu freuen, gibt es eine Regel: Wer einen Stein mitnimmt, sollte ihn irgendwann wieder an einem anderen Ort auslegen oder einen Ersatz-Stein bemalen.



© PupaK



## Du schenkst uns Worte, Gott,

auch in Zeiten, in denen sich alles um Corona dreht.

Erinnere uns daran!  
Wir können ausdrücken,  
was uns beunruhigt,  
wir können teilen,  
was uns ängstigt,  
wir können weitergeben,  
was uns Mut macht.  
Wir können sprechen, Gott,  
mit Menschen unseres  
Vertrauens und mit dir.

Gib uns Worte, die uns und  
andere trösten!  
Du hast uns Verstand gegeben,  
Gott,  
auch für Zeiten, in denen die  
Angst groß wird.

Erinnere uns daran!  
Wir können unterscheiden:  
Wo ist Vorsicht berechtigt?  
Was macht uns nur nervös  
und panisch?  
Welchen Informationen  
können wir trauen?  
Wann ist es besser, einfach  
wegzuhören?

Kläre unsere Gedanken!  
Du hast uns Augen und Ohren  
gegeben, Gott,  
auch wenn wir unruhig mit  
uns selbst beschäftigt sind.

Erinnere uns daran!  
Lass uns sehen und hören,  
was andere brauchen.  
Führe uns über unsere Sorgen  
hinaus ins Weite.  
Lass uns die Menschen im  
Sinn behalten,  
deren Leben ganz unmittelbar  
bedrängt und bedroht ist.  
Stärke unsere Liebe!

Wir danken dir, Gott, dass wir  
leben.  
Das ist nicht selbstverständlich,  
obwohl es uns oft so scheint.  
Lass uns den neuen Tag mit  
Freude begrüßen.  
Lass uns spüren, dass es gut  
und wichtig ist,  
auf der Welt zu sein.  
Amen.

*(Prof.-Dr. Ulrike Wagner-Rau)*

## Lesetipps

### • Roman: *Tante Martl*

In dem Roman *Tante Martl* wird die neuere Zeitgeschichte anhand eines biographischen Schicksals lebendig. Liebevoll und mit Humor, aber auch kritisch, schreibt Ursula März über das Leben ihrer Tante, ein Leben in der deutschen Provinz von der Nazi-Zeit über die Wirtschaftswunderjahre bis heute.

Es gibt viele komische Szenen in dem Buch, z.B. wenn die Autorin von den Telefonaten mit ihrer Tante erzählt, die immer mit einem langen, tiefen Seufzer beginnen, an dessen Länge und Tonfall die Nichte schon den Gemütszustand der Tante und oft auch den Grund des Anrufs erkennt. Doch häufig ist mir beim Lesen das Lachen im Hals stecken geblieben, wenn deutlich wird, welche starken, gesellschaftlichen und familiären Zwänge und Verurteilungen das Leben von Tante Martl prägen.

Tante Martls Leben beginnt mit einem Eklat. Der Vater, der unbedingt einen Sohn haben wollte, ist über die Geburt seiner dritten Tochter so empört, dass er sie auf dem Standesamt als Jungen mit dem Namen Martin anmeldet.

Erst nach einer Woche lässt er auf Druck der Mutter das richtige Geschlecht eintragen. Ein Leben lang leidet Tante Martl



unter der Ablehnung und den Schlägen des Vaters und der Bevorzugung der mittleren Schwester, der Mutter der Autorin. Sie gestaltet ihr Leben als Gegenentwurf zum Leben ihrer Schwester. Sie heiratet nicht, ist berufstätig, macht den Führerschein, hat ein eigenes Bankkonto und liebt es zu reisen. Auf der anderen Seite verlässt sie nie ihr Elternhaus, pflegt ihren despotischen Vater bis zu dessen Tod und kümmert sich in den Ferien um die Familie ihrer Schwester, wenn diese wegen ihrer „zarten Gesundheit“, dazu mal wieder nicht in der Lage ist.

„Tante Martl“ ist ein berührendes, nachdenklich stimmendes Buch über das Leben einer unscheinbaren und doch besonderen Frau.

**Sabine Richarz**

Ursula März, *Tante Martl*, Piper 20 €  
ISBN: 978-3492059817



## • *Der Sinnfragen-Kombinator*



Haben Sie Lust auf etwas Ungewöhnliches? Der „Sinnfragen-Kombinator“ ist kein Buch, das man von Seite 1 bis zum Ende durchlesen kann. Denn er besteht aus zwei Teilen in Spiralbindung, deren Seiten beliebig kombiniert werden können und sollen. Dann

entstehen Fragen wie: Ist Phantasie verwerflich? Ist Jähzorn Fluch oder Segen? Ist Leberwurst was für's Leben?

Je nach zufälliger Kombination kommen dabei also Fragen heraus, die von tief sinnig bis albern reichen, zum Nachdenken anregen oder zum Lachen bringen.

Wer mehr davon möchte: In ähnlicher Aufmachung gibt es noch den Taschen-Therapeut, den Moral-O-mat und den Nostal-O-mat.

*Ulrike Schalenbach*

3969 Fragen und keine Antwort.  
Ein spielerisches Frageset von Pia Frey  
Verlag MeterMorphosen, ca. 15 €  
ISBN 978-3-934657-66-3

## • *Die Buchreihe „Die sieben Schwestern“*

**Lucinda Riley** wurde am 14.02.1971 in Irland geboren, zog aber schon bald mit den Eltern nach England. Zu Beginn ihres Berufslebens standen Tanz, Theater und Schauspielerei im Mittelpunkt. Nach einer schweren Krankheit begann Lucinda Riley ihre Geschichten aufzuschreiben. Dabei

entdeckte sie ihre Freude an der Schriftstellerei.

„Die sieben Schwestern“-Reihe von Lucinda Riley ist ein Großprojekt, das noch nicht abgeschlossen ist. Sechs Bände sind bisher erschienen, in dem jeweils eine der Schwestern im Mittel-

punkt steht. Der siebte Band erscheint voraussichtlich im Herbst 2020.

Die Protagonistinnen sind in sehr jungen Jahren adoptiert worden. Als der alleinerziehende Vater plötzlich stirbt, erhält jede Schwester einen Umschlag mit Informationen zu ihrer Herkunft und mit passenden Koordinaten. Jede begibt sich auf eine Reise zu ihren Ursprüngen und erfährt etwas über sich und die Geschichte ihrer Vorfahren.

Im ersten Roman „**Die sieben Schwestern**“ steht Maia im Mittelpunkt, die Älteste der Adoptiv-Geschwister. Maia erfährt, dass sie in Rio geboren wurde. Sie reist nach Brasilien, um ihre Vergangenheit zu entdecken.

In „**Die Sturmschwester**“ macht sich Ally auf den Weg nach Norwegen, um das Rätsel ihrer Herkunft zu lüften.

Die Dritte der Schwestern, Star, zieht es in „**Die Schattenschwester**“ durch die Informationen ihres verstorbenen Vaters nach London und in die Rosengärten der Grafschaft Kent.

Im Buch „**Die Perlenschwester**“ erfährt Cece, dass sie nach Australien reisen sollte, um mehr über ihre Wurzeln zu erfahren.

In „**Die Mondschwester**“ entführt Tiggy die Leserin von Schottland aus nach Granada, wo sie dem Lebensweg ihrer Großmutter Lucia folgt.

Und in „**Die Sonnenschwester**“ erfährt Elektra, die als Model in New York lebt, von ihrer bis dahin unbekanntem Großmutter etwas über ihre Wurzeln in Afrika.



Es macht große Freude diese sehr unterschiedlichen Schwestern kennenzulernen und sich zudem noch bei jedem Buch in ein anderes Land mit seiner besonderen Geschichte zu träumen.

*Iris Pupak*



## Abendritual

### Vier Wochen die Nacht in Gottes Hände legen

Was Sie brauchen: Kerze, Bibel, evtl. Gesangbuch, evtl. Notizbüchlein

Das Abendritual für die kommenden vier Wochen legt Ihnen jede Woche einen neuen Bibeltext ans Herz, den Sie eine Woche lang jeden Abend bedenken/ durchkauen/ meditieren. Eine Möglichkeit ist auch, diese vier Wochen mit einem Notizbüchlein zu begleiten, in dem Sie sich Notizen zu den täglichen Fragen machen und ihre Gedanken zum biblischen Text notieren.

Wenn Sie gerne alleine singen, dann singen Sie „Abend ward, bald kommt die Nacht“, wenn Sie ungerne alleine singen, lesen Sie den Abendpsalm.

#### Fragen

Ruhe finden, eine Kerze anzünden  
Wofür bin ich heute dankbar?  
Was möchte ich loslassen?  
Für was oder für wen möchte ich bitten?

*Sie können sich dazu Notizen machen.*

**Lied** EG 487

„Abend ward, bald kommt die Nacht“

#### Abendpsalm

Mein Gott, dich suche ich.  
Meine Seele verlangt nach dir.  
Ich dürste nach dir wie trockenes Land nach dem Regen.  
Ich schaue nach dir,  
deine Nähe zu erfahren.  
Denn deine Güte allein gibt meinem Leben Sinn.  
So will ich dich rühmen  
mein Leben lang  
und meine Hände ausstrecken  
nach dir, der so nahe ist,  
und dich mit ganzem Herzen preisen.  
Wenn ich mich zu Bett lege,  
so denke ich an dich.  
Wenn ich wach liege,  
sinne ich deinem Geheimnis nach.  
Denn du bist ein Helfer,  
in deinem Schutz bin ich glücklich.  
Meine Seele hängt an dir,  
und deine Hand ist mein Halt.  
*(Psalm 63, Jörg Zink)*

#### Bibellese

1. Woche: Psalm 90

Gott ist unsere Zuflucht

2. Woche: Markus 10, 46-52

Heilung des blinden Bartimäus

3. Woche: Matthäus  
6, 25-34  
Gottes Reich und  
irdische Sorgen
4. Woche: Psalm 91  
Geborgen unter  
Gottes Schutz

### Zum Bibeltext

Lesen Sie den Text  
mehrfach:  
still, laut, im Sitzen,  
im Stehen, im Gehen,  
wie es Ihnen in den  
Sinn kommt.

Lassen Sie den Text wirken, nehmen  
Sie sich Zeit!

Welches Wort, welcher Satz oder  
Satzteil ist heute Abend für Sie  
wichtig? Was spricht Sie an?

Welche Gedanken kommen Ihnen in  
den Sinn?

*Sie können sich dazu Notizen machen  
oder es in Ihrem Herzen bewahren!*

### Stille



### Abendgebet;

Müder Geist, nun kehre zur Ruh  
und vergiss der Bilder alle,  
schließe die Augen sachte zu,  
was nicht Gott ist, dir entfalle;  
schweig dem Herrn  
und halt ihm still,  
dass Gott wirke, was er will!  
*(Gerhard Teerstegen)*

Kerze ausblasen und Sommerabend  
genießen! **Dagmar Müller**

### Impressum

Herausgeberin: Evangelische Frauenhilfe im Rheinland e. V., Ellesdorfer Str. 52, 53179 Bonn,  
V.i.S.d.P.: Dagmar Müller, Leitende Pfarrerin  
Redaktion & Gestaltung: Christine Kucharski, Telefon: 0228 9541 117  
E-Mail: [oeffentlichkeit@frauenhilfe-rheinland.de](mailto:oeffentlichkeit@frauenhilfe-rheinland.de), [www.frauenhilfe-rheinland.de](http://www.frauenhilfe-rheinland.de)  
Druck: Druck Center Meckenheim GmbH, Auflage: 16.000 Exemplare

