

von Wegen



Evangelische
Stadtmission
Freiburg e.V.



Mutig!

Mutig!

Liebe Leserin, lieber Leser,

ein Freund von mir hat einmal einem anderen Menschen das Leben gerettet. Ein Mann drohte im Wasser zu ertrinken und beherzt sprang dieser Freund von einer Brücke in den Fluss und zog ihn mit aller Kraft heraus. „Wie mutig!“, dachte ich damals, als ich davon hörte. Ich glaube, ich hätte mich das nicht getraut.

Besonders nahe gehen mir die Geschichten, in denen Menschen für ihre Überzeugung eintreten und dabei sogar ihr Leben aufs Spiel setzen. Menschen wie Dietrich Bonhoeffer zum Beispiel, der im April 1933 öffentlich Stellung gegen die nationalsozialistische Judenverfolgung nahm und am 9. April 1945 im KZ Flossenbürg hingerichtet wurde.

Imponiert hat mir auch die Geschichte in diesem Heft von dem Pressefotografen Ahmed Al Zubaidi, der im August 2015 aus dem Irak über die Balkanroute bis nach Deutschland floh. Die Überfahrt auf die griechische Insel Lesbos auf einem hoffnungslos überfüllten Boot war lebensgefährlich für ihn und seine Familie. Heute ist er uns nicht nur dadurch ein Vorbild, sondern auch durch seinen erfolgreichen Berufsweg als Pflegefachmann bei der Stadtmission.

„Mutig!“ lautet denn auch der neue Slogan vom Bundesverband der evangelischen Stadtmissionen in Deutschland. Und ich finde, das trifft es ganz gut. Denn ein wesentliches Merkmal der Stadtmissionen ist es, Dinge anzupacken, an die sich sonst kaum jemand traut. Mutig sein zeichnet uns also aus.

Mein eigener Mut ist dagegen deutlich bescheidener. Als ich vor etwa anderthalb Jahren von Berlin nach Freiburg gezogen bin, sagte mir eine Freundin: „Du bist aber mutig!“ und meinte damit den Schritt, alles hinter sich zu lassen und noch einmal neu anzufangen. Neue Stadt,

neuer Job, neue Freunde. Aber was ist das schon im Vergleich zu den oben genannten Beispielen?

Vielleicht braucht es manchmal auch gar nicht so viel, um mutig zu sein. Manchmal reicht es schon, jemandem in einer schwierigen Situation Mut zuzusprechen. Oder auf jemanden zuzugehen, der etwas abseitssteht. Oder laut im Gottesdienst zu beten. Mut hat eben viele Facetten.

Denn: Mutig zu sein, bedeutet nicht, keine Angst zu haben, sondern es trotzdem zu tun. In diesem Sinne – seien Sie mutig!


Herzlichst, Ihre

Katja Potzies



Katja Potzies

Vorstandsvorsitzende
der Evangelischen Stadtmission Freiburg e.V.



**Wohlauf, mein Herze, sing und spring
und habe guten Mut!
Dein Gott, der Ursprung aller Ding,
ist selbst und bleibt dein Gut.**

Paul Gerhardt

Du bist nicht allein!

Herausforderungen, Bedenken und geistliche Ermutigungen

Trau ich mich, vom Fünfmeter-Brett zu springen? Werde ich die Prüfung bestehen? Bin ich dem Gespräch mit dem Chef gewachsen? Halte ich den Marathon durch? Kann ich mit dieser Frau wirklich glücklich werden? ...

Herausforderungen und Ereignisse, mit denen wir noch keine Erfahrungen haben, gibt es genug im Leben. Sie fordern uns immer wieder dazu auf, Wagnisse mit Risiken und Nebenwirkungen einzugehen. Immer wieder braucht es dafür Mut, also die „Fähigkeit, in einer gefährlichen, riskanten Situation seine Angst zu überwinden; Furchtlosigkeit angesichts einer Situation, in der man Angst haben könnte.“ So definiert Google den Begriff „Mut“.



Respekt vor einer schwierigen Aufgabe, Angst vor Gefahren und Vorsicht in risikoreichen Situationen sind sicher wichtige Empfindungen und Haltungen und dürfen nicht schnell als feige oder überängstlich disqualifiziert werden. Aber sie dürfen eben nicht die einzigen Ratgeber bleiben: Wir kommen im Leben oft nur weiter, wenn wir uns mutig auf das Neue und Schwierige einlassen. Wer dagegen immer bei den Bedenken stehen bleibt und Gefahren vermeiden will, wird sich manche Chance entgehen lassen.

Gott ist ein Mutmacher

Herausforderungen, Ängste und Mut – das kommt auch in der Bibel vor. Sehr häufig erzählt sie uns von den Ängsten und Bedenken der Menschen, auch der frommen Menschen. Die sind nämlich auch nicht mutiger als andere. Gott dagegen ist ein Mutmacher! Und Mutmacher, Ermutiger, die uns den Rücken stärken, brauchen wir immer wieder.

Als Mose seine Gottesbegegnung am brennenden Dornbusch hat und den Auftrag erhält, beim Pharao die Freilassung seines Volkes zu verlangen, antwortet er Gott: „Ich? Wer bin ich denn! Wie kann ich zum Pharao gehen und das Volk Israel aus Ägypten herausführen?“ Die Antwort Gottes kommt prompt: „Ich werde dir beistehen.“ (2. Mose 3f.)

Sein Nachfolger Josua schien besonders viel Ermutigung zu brauchen. In seiner Berufungsgeschichte (1. Mose 28 + 31, Josua 1) kommt gleich neun Mal der Zuspruch: „Sei mutig und entschlossen!“ vor. Und dazu das Verspre-

chen Gottes, Josua beizustehen: „Hab keine Angst ...; denn ich, der HERR, dein Gott, bin bei dir, wohin du auch gehst!“ (Josua 1,9)

Auch der Prophet Jeremia hat große Bedenken, als er erfährt, was seine Aufgabe sein soll: „Ach, HERR, du mächtiger Gott! Ich kann doch nicht reden, ich bin noch zu jung!“ Aber Gott antwortete ihm: „Sag nicht: ‚Ich bin zu jung!‘ Geh, wohin ich dich sende, und verkünde, was ich dir auftrage! Hab keine Angst vor Menschen, denn ich bin bei dir und schütze dich. Das sage ich, der HERR.“ (Jeremia 1,6–8)

*“Gott sagt nicht:
Keine Angst, es wird alles
glatt gehen!”*

Zuversicht und Gelassenheit

Das sind nur drei Geschichten, die für viele andere in der Bibel stehen. Mir fällt auf, was Gott nicht sagt. Er sagt nicht: „Du packst das schon“ oder „Ich traue dir das zu“ oder „Du bist doch erfahren genug ...“. Das wären die Formulierungen, mit denen ich häufig Menschen ermutige, etwas zu wagen. Nicht, dass das falsch wäre. Es kann ja sehr hilfreich sein, wenn Menschen, die von Bedenken und Sorgen bestimmt sind, erfahren, dass jemand anderes ihnen etwas zutraut. Das hebt die Stimmung und stärkt die Selbstwirksamkeit. Ich habe schon oft von solchen positiven Feedbacks profitiert.



**Norbert Aufrecht**

Geschäftsbereichsleiter
Dienste für Verkündigung,
Mission und Seelsorge
der Evang. Stadtmission
Freiburg e. V.

Gott sagt auch nicht: „Keine Angst, es wird alles glatt gehen“. Glaube an Gott ist keine Garantie für ein schmerzfreies und erfolgreiches Leben. Pleiten, Pech und Pannen, Krankheiten und Katastrophen sind auch mit Gott nicht ausgeschlossen. Und auch das Leben von Christen geht auf die eine oder andere Art tödlich aus.

Was Gott sagt, ist: „Ich bin bei Dir!“ Und das ist viel wert. Es heißt: Du musst dich nicht allein auf dein Know-how, deine Erfahrung, dein Durchhaltevermögen, auf dein Glück oder sonst etwas verlassen. Du kannst damit rechnen, dass ich bei allem, was vor dir liegt, mit dabei bin. Es macht einen großen Unterschied, ob ich in einer Situation alleine bin oder zu zweit. Wenn ich als Kind zum Zahnarzt musste, fand ich es ziemlich beruhigend, dass meine Mutter oder mein Vater mitgegangen ist. Wobei: Die konnten ja auch nicht verhindern, dass die Spritze piekst oder der Zahnarzt den Nerv trifft. Das ist bei Gott anders. Der kann eingreifen. Kann schlimme Dinge verhindern. Kann Dinge, die mich überfordern, zum Erfolg bringen. Kann mich auch im Scheitern begleiten und wieder auf die Füße bringen.

Als Christen haben wir unseren Platz mitten in der unperfekten Welt mit ihren Gefahren und Risiken. Jedenfalls sieht Jesus unseren Platz dort (Johannes 17,15). Aber wichtig ist: In dieser Welt können wir einen Beistand haben. Der Heilige Geist wird im Johannes-Evangelium mit dem griechischen Wort „parakletos“ bezeichnet. Dieses Wort kann man auch mit Beistand, Tröster, Helfer, Anwalt, Ermahner, Ermutiger übersetzen. Das alles und noch mehr kann und will Gott für die Menschen sein. Unsere brüchige, immer komplexer und unüberschaubarer werdende, immer stärker gefährdete Welt ist für Christen nicht weniger herausfordernd, verstörend und angstmachend als für andere Menschen. Aber vielleicht können Menschen, die sich Gott anvertrauen, ermutigter, zuversichtlicher und gelassener den Herausforderungen und Gefahren entgegensehen und -gehen, weil sie einen geistlichen Beistand bei sich haben und wissen, dass sie selbst, die Welt und ihre Zukunft in Gottes guten Händen sind. Und vielleicht können Christen dann auch engagierte Mutmacher und Hoffnungsträger für ihre Mitmenschen und die Welt sein. //

Jakob, der Mutige?!

Vom Mut zu leben

Eine Geschichte von Gott und Mensch, von Liebe und Verrat, Flucht und Neuanfang



Jakob, der Mutige?!

Jakob, der Mutige. Das ist nicht das erste Attribut, was in den Sinn kommt, wenn man an den biblischen Erzvater Jakob, den Zwillingsbruder von Esau, denkt. Seine Geschichte ist schillernd, zwiespältig und faszinierend. Sie erzählt vom Ringen mit dem Leben, mit sich selbst, mit Gott. Von Betrügen und Betrogen-Werden im Horizont von Ehrgeiz, Flucht, von Neuanfang, Liebe und Segen. Aber Jakob, der Mutige?

Die Geschichte von Jakob ist eine der großen „Vätererzählungen“ aus dem ersten Buch der Bibel (1. Mose 25–35,50). Jakob ist der jüngste der drei Erzväter und wird zum Stammvater des Volkes Israel mit seinen zwölf Söhnen. Sein Name wird Überschrift über sein Leben werden: Jakob – Gott schützt.

Jakobs Leben und Lebensart fordern heraus, weil sie nicht in das Schema des frommen Mannes passen, der gottesfürchtig ein vorbildliches Leben führt. Jakob ist ehrgeizig, klug und berechnend. Soll er doch bereits im Mutterleib die Ferse seines Bruders gegriffen haben, um die erste Position einzunehmen. Später versucht er, das Recht des Erstgeborenen seinem Bruder mit einem warmen Essen abzukaufen. Sein Wunsch und Wille, der Erste zu sein und den Segen des Vaters als Erbe zu bekommen, ist seine Triebfeder, dass er bereit ist zu betrügen. Das hält auf Distanz und zeigt eine unschöne, wenn auch menschliche Seite. Nicht mal der

altersschwache, fast blinde Vater lässt ihn weich werden. Im Gegenteil: Beinahe übermütig nutzt Jakob die Chance, die sich ihm bietet, verstellt sich vor dem Blinden und erschleicht sich den Erbsegen. Das ist ein familiärer Vertrauensbruch. Das, was war, ist in die Brüche gegangen. Mordgedanken sind im Raum. Die alten Eltern beschließen, die Söhne zu trennen, um größeren Unfrieden zu verhindern. Jakob muss die Heimat verlassen und soll bei Verwandten Zuflucht suchen. Der Vater segnet ihn für diesen Aufbruch.

Und doch ist mit einem Schlag Jakobs Zukunft zerbrochen, die er sich erhofft und vorgestellt hatte. Er ist auf der Flucht, um sein Leben und den Rest des Familienfriedens zu retten. Sein Leben ist ein Scherbenhaufen, seine Träume: zerschlagen. Das, was geschehen ist, lässt sich nicht zurückdrehen. Jakob ist allein. Welche Gedanken und Trostlosigkeit in derartigen Situation Kopf und Seele bedrängen, lässt sich in vielen Farben ausmalen.

Die Bibel berichtet an diesem Tiefpunkt von einem Schlüsselerlebnis. Jakob lässt sich zur nächtlichen Pause nieder und träumt von der Himmelsleiter, die Himmel und Erde verbindet. Es ist eine Gottesbegegnung, die ihm eine neue Perspektive schenkt und Gottes weiter gültigen Segen für sein Leben verheißt – nach allem, was war.

Hier liegt für mich die Quelle für Jakobs Mut, nicht hinzuwerfen, sich sei-

nem Leben zu stellen und mit seinen eigenen Ambivalenzen von Ehrgeiz und Geltungswillen, von Betrug und Gottvertrauen sowie Brüchen seines Lebens zu leben. Sich dem zu stellen und neu anzufangen, zunächst als Hilfsarbeiter bei seinem Onkel, ist Mut zum Leben. Sicher wird ihm das Leben in der Fremde und in Abhängigkeit nicht nur geschmeckt haben. Welch ein Lebensmut steckt in dieser Situation, in der Klarheit zu formulieren und zu fordern, mit welcher Frau er sein Leben verbringen will.

14 Jahre arbeitet er schließlich für Rahel. Dass sein Schwiegervater ihn betrügt und ihm zunächst die unattraktivere Schwester unterjubelt, nimmt er hin, lässt sich aber von Rahel nicht abbringen. Mut steckt in der Ausdauer, die er hat, sich hochzuarbeiten und mit den Rückschlägen umzugehen. Sie wehen ihn nicht weg; er stellt sich den Lebensfragen und weiß auch, wann es Zeit ist, seinen eigenen Weg zu gehen. So regelt er die Verhältnisse zwischen sich und seinem Schwiegervater, stellt sich den Schwierigkeiten mit Klugheit, Verstand, Diplomatie und Gottvertrauen und bricht nach Jahren wieder auf in ein ungewisses Leben. Jakob, der Mutige.

Auf der Reise in ein eigenes, unabhängiges Leben als Stammvater einer großen Familie holt ihn die Vergangenheit ein. Frieden mit seinem Bruder ist bislang nicht geschlossen. Er stellt sich seiner Lebensgeschichte. In der Nacht vor der Begegnung ringt er mit seinem Leben, seinen Fehlern und Gott. Er hat den Mut zu erkennen, dass er Gottes Segen braucht, um sich allem zu stellen. Es ist ein Kampf, eine Auseinandersetzung mit sich und mit Gott. Am Ende steht ein neuer Morgen, der Beginn für einen Neuanfang.

Gottvertrauen lernt man auch im Rückblick. Es kostet Mut, es zu investieren und sich dem Leben zu stellen. Darum ist Jakob für mich der Mutige geworden, der sich dem Leben mit Fehlern und Brüchen stellt, mit sich und Gott ringt und Mut hat, Gott zu vertrauen! Rückblickend sieht er, wie Gott schützt und segnet. //

“ Jakob hat den Mut zu erkennen, dass er Gottes Segen braucht, um sich dem eigenen Leben zu stellen. ”



Angela Heidler
Stadtdekanin in Freiburg

#thema



Kindern

Mut machen

„Papa, was machen wir, wenn der Fuchs kommt?“ Es war regnerisch und neblig, der Waldweg wurde immer schmaler. Papa joggt, die beiden Jungs im Kinderwagen. Unserem Großen wird es etwas mulmig. Gerade hat er noch die vielen Pilze am Wegesrand bestaunt. Jetzt lässt er mich wissen: „Papa, ich will lieber nach Hause.“ Als wir das größte Dickicht hinter uns haben, weicht die Sorge der Neugier: Welche Tiere und Traktoren gibt es wohl im nächsten Dorf zu sehen?

Ich bin mit den Kindern gerne in der Natur unterwegs. Oft genießen wir die gemeinsame Entdeckertour – mit dem Fahrrad oder beim Joggen mit Kinderwagen. Oft ergeben sich dabei schöne „Mut-Momente“. Momente, in denen die Jungs etwas erstmals wagen und schaffen: die Ziegen selber füttern, einen Jägerhochsitz erklimmen oder gemeinsam über einen umgestürzten Baum balancieren, um einen Bach zu überqueren. Es warten immer wieder kleine und große Abenteuer und Mutproben am Wegesrand.

Kindern Mut machen – für viele Eltern ist das ein wichtiges Ziel ihrer Erziehung. Und ja, Mut wächst nicht nur durch Mutproben. Wir können Tag für Tag viele wertvolle Impulse setzen, die Kinder mutig machen und stärken – ob als Eltern oder Erwachsene, die Kinder in anderer Rolle begleiten.

Ich erinnere mich an ein Lied aus meiner eigenen Kinderzeit. Es hat den viel-sagenden Titel „KinderMUTmachlied“¹. Der Song ist nicht ganz unbekannt, vielleicht haben Sie direkt die Melodie im Ohr. Das Lied besteht aus vier kurzen, einprägsamen Strophen. Jede behandelt einen schönen Aspekt zur Frage, was Kindern Mut machen kann. Wollen wir diese vier Akzente einmal miteinander entdecken und lebendig machen? Auf geht's!

1. „Wenn einer sagt: ‚Ich mag dich, du, ich find dich ehrlich gut!‘ Dann krieg ich eine Gänsehaut und auch ein bisschen MUT.“

Kinder (und nicht nur Kinder) lieben Komplimente. Wertschätzende Wor-

te, die von Herzen kommen, schenken Kindern eine sichere Vertrauensbasis: „Ich bin gewollt, geliebt und angenommen.“ Das ist durch nichts zu ersetzen. Kindern ein solch bedingungsloses Ja zu vermitteln, schenkt ihnen mehr als alles andere Wurzeln und Flügel. So ein Zuspruch, so eine Haltung gehen über Lob und Anerkennung hinaus, sie sind unabhängig von Erfolg und Leistung.

2. „Wenn einer sagt: ‚Ich brauch dich, du! Ich schaff es nicht allein.‘ Dann kribbelt es in meinem Bauch, ich fühl mich nicht mehr klein.“

Ja, es fühlt sich gut an, gebraucht zu werden. Schenken wir Kindern Vertrauen und geben ihnen Verantwortung. Kinder wollen sich ausprobieren. Nicht zufällig gibt es bei den ganz Kleinen diese Phase, in der sich das Zauberwort „selber“ im Alltag sehr stark häuft. Persönlich erinnere ich mich an Schlüsselmomente, in denen mir das Signal „Ich brauch dich und du kannst was!“ wirklich gutgetan hat. Ich war zeitweise ziemlich verhaltensoriginell, um es nett auszudrücken. Ich würde sagen, aus Unsicherheit und dem starken Bedürfnis heraus, wahrgenommen zu werden. Und dann waren da diese Mutmach-Momente von meinem Klassenlehrer und dem Gruppenleiter im CVJM. Beide gaben mir auf ihre Art sehr klar und wohlwollend zu verstehen: „Schluss mit den Faxen. Du kannst was. Ich glaub an dich. Mach was aus deinen Stärken!“

Kindern Vertrauen zu schenken und sie machen zu lassen, strapaziert sicher manchmal unsere Geduld. Manches





Samuel Kuttler

Referent für Fundraising
der Evang. Stadtmission
Freiburg e.V.

dauert länger oder geht (im ersten Anlauf) schief. Und dennoch gewinnen Kinder so immens wichtige Lernerfahrungen. Es lohnt sich, das auszuhalten – im besten Fall ohne zu viel Schweißperlen oder Sorgenfalten auf der Stirn, eher in heiterer Gelassenheit.

3. „Wenn einer sagt: ‚Komm, geh mit mir; zusammen sind wir was!‘ Dann werd ich rot, weil ich mich freu. Dann macht das Leben Spaß.“

Kinder wollen dazu gehören. Sie suchen Freundinnen und Wegbegleiter, die mit ihnen durch Dick und Dünn gehen. Manchen Kindern fliegen Freundschaften zu, für andere ist es kein Selbstläufer, weil sie vielleicht eher stiller Natur sind. Manchmal erleben es Kinder auch nach einem Schulwechsel oder Umzug als herausfordernd, neue Spielkamerad*innen zu finden. Was kann hier unsere Rolle als Eltern und Erwachsene sein? Machen wir ihnen Mut, Freundschaften zu knüpfen. Stärken wir sie, wenn es Streit gibt und kriselt. Leben wir ihnen Werte vor, die es braucht, damit menschliches Miteinander gelingt und Lebensfreude wächst.

4. „Gott sagt zu dir: ‚Ich hab dich lieb. Ich wär so gern dein Freund! Und das, was du allein nicht schaffst, das schaffen wir vereint.““

Auch der Glaube kann Kindern Mut und Sicherheit schenken. Er beginnt mit Gottes Liebeserklärung und Einladung. Kinder können darüber staunen und hüten diesen Zuspruch in ihrem Herzen wie einen kostbaren Schatz. Als Erwachsene fällt es uns manchmal weniger leicht. Wenn die Beziehung zu Gott für Kinder zu einer Quelle von Geborgenheit wird, ist das ganz sicher eine wertvolle Ressource. Sie stärkt, um in Stürmen des Lebens zu bestehen. Sie hilft, Hürden zu überwinden. „Mit meinem Gott kann ich über Mauern springen“, heißt es in den Psalmen.² Für mich klingt das nicht nach Euphorie, sondern persönlicher Erfahrung. Wer so redet, hat schon mutig den einen oder anderen Sprung gewagt und erlebt, dass Gott ihn trägt und hält. Wie wäre es, wenn Gott uns ganz neu Mut machen darf? Und wir schenken ihn weiter – an unsere Kinder und Mitmenschen. //



Mut, sich seiner

Suchtkrankheit zu stellen

Es klingelt an der Tür zu AUSWEG – Beratungsstelle für Suchtfragen. Meinem Kalender zufolge habe ich jetzt keinen Termin. Ist es der Paketbote? Nein. Es ist ein junger, gut gepflegter Mann Mitte dreißig, der mich erwartungsvoll anblickt. Er möchte einen Termin für sich in der Beratungsstelle vereinbaren. Er sei gerade im qualifizierten Entzug. Dort habe er über einen Mitpatienten unsere Adresse bekommen, da man ihm hier wohl gut helfen könne. Der Mann ist freundlich und zugewandt. Er hat klare Augen und ein frisches Gesicht von der Kälte draußen. Rein äußerlich würde ihm niemand einen auffälligen Suchtmittelkonsum ansehen. Aber er spricht sofort an, dass er ein Problem mit Alkohol habe. Er sei gerade getrennt von seiner Frau und den gemeinsamen Kindern. Jetzt wolle er es anpacken und sich wirklich verändern. Er habe schon einmal an einer anderen Stelle einen Anlauf unternommen. Jetzt aber wolle er eine Langzeitentwöhnungsbehandlung beantragen und sein Leben in den Griff kriegen. Seine Worte sind klar und deutlich. Er zweifelt offensichtlich nicht an seinem Vorhaben. Er wirkt eher wie von Vorfreude auf etwas Neues erfüllt. Es komme allein auf hier oben an, sagt er, und deutet dabei auf



Mut, sich seiner Suchtkrankheit zu stellen

seinen Kopf. Wenn man es sich mal erst selbst eingestehe, dass man abhängig sei, können die nächsten Schritte gut folgen. Er sagt das nicht oberflächlich, sondern klar und entschlossen.

Was für ein mutiger Schritt der Veränderung! Genau darum geht es in meiner Arbeit: Menschen für Veränderungsschritte zu ermutigen. Am besten funktioniert das dann, wenn die Betroffenen sich diesen Mut schon selbst zusprechen und positiv auf den Weg machen. Mein Handwerkszeug, Veränderungsmotivation zu locken und daraus konkrete Schritte einzuleiten, ist die sogenannte Motivierende Gesprächsführung. Sie basiert darauf, dass jeder Mensch sich verändern kann, sich grundsätzlich aber in unterschiedlichen Stadien der Veränderung befindet. Was braucht es also, dass Veränderung gelingt?

Zunächst hatte das Suchtmittel bei dem Betroffenen zu Ausgeglichenheit und Wohlbefinden beigetragen, ja, es wurde sogar zur Bewältigung von Problemen eingesetzt. Erst über einen längeren Verlauf des Konsums machen sich die negativen Folgen bemerkbar. Diese wollen die Konsumenten*innen zunächst nicht wahrhaben. Um sie zu erkennen, braucht es wie einen Spiegel von außen, der auch die negativen Folgen rückmeldet. Die Ahnung, „ich müsste mich verändern“, macht auch Angst – und sie ist mit Scham und Schuld verbunden, wenn vielleicht schon zu oft die Erfahrung gemacht

wurde, dass die guten Vorsätze nicht einzuhalten waren.

Neben der Rückmeldung über die negativen Auswirkungen des Konsumverhaltens ist auch die Information über Hilfsmöglichkeiten notwendig – und das im wahrsten Sinne des Wortes. Dazu kommt die Ermutigung, der Zuspruch, dass man es auch schaffen kann.

Ein langjähriger Begleiter – inzwischen Freund in der Suchthilfe – erzählte mir, dass er seine Frau gefragt habe, warum sie nach so vielen Jahren oft vergeblichen Kampfes mit der Sucht noch bei ihm geblieben sei. „Weil ich an dich geglaubt habe“, war die Antwort. „Ich habe geglaubt, dass du es schaffen kannst.“

Das ist es auch, was Ratsuchende über unsere Arbeit sagen. „Hier konnte ich schwierige Dinge ansprechen. Man hat mir zugehört und ich habe Akzeptanz und Interesse verspürt.“ Das habe geholfen. Für den mutigen Schritt aus der Sucht dürfen Ratsuchende wieder Selbstachtung und Mut schöpfen.

Dabei kommen auf dem Veränderungsweg auch Widerstände und Bedenken auf. Sie gilt es, nicht wegzuwischen oder nur wegzudiskutieren. Nein, Widerstände und Ambivalenz sind regelmäßige Begleiter von Veränderungsprozessen. Sie zu würdigen, hilft, die Risiken einer mutigen Entscheidung nicht zu verleugnen: „Wie wird wohl meine Umwelt auf meinen Schritt reagieren?“

Ich kann mir gut vorstellen, dass es dem Besucher, von dem anfangs die Rede war, tatsächlich gelingen wird, seine Sucht zu überwinden. Dass sein mutiger Schritt zur Entgiftung und in die Beratungsstelle belohnt wird. Ich kann mir gut vorstellen, dass er seine Frau wiedergewinnen kann und eine neue Beziehung auch zu den Kindern entstehen wird.

Ich wünsche ihm, dass sein Mut belohnt wird. Ich denke an einen anderen Ratsuchenden, der noch nach Jahrzehnten selbst als Helfer in der Suchthilfe aktiv ist. Er konnte die Veränderung auch aufrechterhalten, weil seine Frau so mutig war, zu sagen, dass sie so nicht mehr weitermachen wolle und klare Voraussetzungen und Grenzen aufgezeigt hat. //

Friedrich von Bodelschwingh (1839-1910) fasst den Respekt und die Achtung für den Veränderungsmut eines Suchtkranken in für uns heute immer noch bewegender Weise in einem Gedicht zusammen:

**„Wenn du einem geretteten Trinker begegnest,
dann begegnest du einem Helden.
Es lauert in ihm der Todfeind.
Er bleibt behaftet mit seiner Schwäche
und setzt seinen Weg fort,
durch eine Welt der Trinkunsitten.
In einer Umgebung,
die ihn nicht versteht,
in einer Gesellschaft
die sich berechtigt hält,
in jämmerlicher Unwissenheit
auf ihn herabzusehen,
als auf einen Menschen zweiter Klasse.
Weil er es wagt, gegen den Alkoholstrom
zu schwimmen.
Du solltest wissen:
Er ist ein Mensch erster Klasse!“**



Willi Vötter

Geschäftsbereichsleiter
Soziale Dienste der Evang.
Stadtmission Freiburg e. V.
und Leiter der Suchtbera-
tungsstelle AUSWEG

#thema



Wir lassen euch

in der Not nicht allein

Über die treibende Kraft von Menschen, die in der Ukraine helfen

Joachim Röderer (BZ): Aus der Ukraine erreichen uns schreckliche Nachrichten. Aber es gibt auch viel Hilfe für die Ukraine – auch aus Freiburg: von der Stadt, Privatpersonen, Vereinen und vor allem auch von der Evangelischen Stadtmission Freiburg e.V. und dem S'Einlädele. Allein das S'Einlädele hat mehr als 60 LKWs, mehr als einen Lastwagen pro Woche, in die Ukraine geschickt. Aber die Hilfsgüter müssen natürlich in die Ukraine gebracht und dort verteilt werden, um zu den Menschen zu gelangen.

Aus dem Umfeld der Stadtmission unterhalte ich mich mit vier Menschen, die sich seit Kriegsbeginn engagieren, viel Engagement, vor allem aber auch viel Mut gezeigt und großes Risiko auf sich genommen haben.

BZ: *Herr Lynevich, wie haben Sie die Menschen in der Ukraine erlebt, als Sie an Weihnachten 2022 dort waren?*

Valentin Lynevych: Ich war im Gebiet um Kiew und um Bachmut, davor war ich in der Gegend von Cherson und habe das Elend der Menschen unmittelbar erlebt. Wenn man dort ist, ist es ein anderes Leben, es sind ganz andere Gefühle. Wenn man dort Hilfsgüter verteilt, muss man bereit sein, im nächsten Augenblick das eigene Leben zu lassen. Es gibt in der ganzen Ukraine keinen einzigen Ort, an dem man vor Angriffen sicher wäre. Die Menschen sitzen in den Kellern ohne Wasser und Brot. Das ist sehr hart. Deswegen bin ich glücklich, dass ich den Menschen das Gefühl geben kann, dass wir mitfühlen. Dadurch schenken wir ihnen Mut, weiterzuleben und weiterzumachen.

BZ: *Was sagen Ihre Angehörigen und Freunde, wenn Sie in die Ukraine aufbrechen? Sie waren ja mehrmals ganz dicht an der Frontlinie.*

VL: Dass ich in Kriegsgebiete fahre, erzähle ich meist nicht meiner Familie, sonst verbietet sie mir das. Trotzdem fahre ich dorthin, um den Menschen zu zeigen: Wir gehören zusammen, wir lassen euch in der großen Not nicht allein. Ihr müsst nicht allein leiden.

BZ: *Die Kinder und Jugendlichen des Vaterhauses nahe Kiew wurden gleich zu Beginn des Kriegs evakuiert. Sie gehörten zu den ersten Geflüchteten, die hier ankamen. Wie haben Sie, Frau Prokoptchuk, die dramatischen Stunden bis zur Ankunft der rund 170 Kinder in Freiburg erlebt?*

Inna Prokoptchuk: Seit dem Moment, als die Entscheidung gefallen war, die Kinder zu evakuieren, hat für mich ein ganz anderes Leben begonnen. Ab da habe ich etwa zwei Monate lang keinen einzigen freien Tag gehabt. Aber gleichzeitig hat darüber niemand nachgedacht, denn es ging um Menschenleben, um Kinderleben! Und darum, dass man wenigstens etwas tun konnte, um den Menschen dort zu helfen.

BZ: *Mittlerweile sind wieder viele Kinder im Vaterhaus bei Kiew. Was wissen Sie über die Situation dort?*

IP: Es sind viele Mitarbeiter*innen dortgeblieben. Sie hätten die Möglichkeit gehabt, zu fliehen. Aber sie sagen sich: Wer wird in dieser Not weiterhelfen, wenn wir weggehen? Es ist ermutigend zu sehen, wie die Menschen dort weitermachen und gar nicht auf die Idee kommen, das Land zu verlassen. Sie wollen, obwohl sie es nicht leicht haben, anderen helfen.

BZ: *Frau Rüde, Sie haben ein Flüchtlingscamp unterstützt. Was war Ihre Motivation?*

Nadja Rüde: Ich hatte bis zum Kriegsbeginn überhaupt keine Verbindung zur Ukraine. Das erste Mal war plötzlich ein Krieg ganz nah. Ich hatte das Gefühl: Ich kann nicht nur vorm Fernseher sitzen, ich muss helfen. Ich bin spontan einem Facebook-Aufruf gefolgt und nach Przemyśl nahe der polnisch-ukrainischen Grenze gefahren. Dort haben Freiwillige ein Flüchtlingslager in einem früheren Einkaufszentrum aufgebaut und Hilfe organisiert. Es ist erstaunlich, wie innerhalb kürzester



Wir lassen euch in der Not nicht allein

Zeit eine so große Welle der Hilfsbereitschaft entstanden ist und wie rasch Strukturen aufgebaut werden konnten, um Geflüchteten zu helfen. Das hat mich so berührt, dass ich seitdem mehrmals dorthin gefahren bin.

BZ: *Wie sind Sie, Herr Lanoviuk, hier in Freiburg angekommen und wie geht es Ihrer Familie?*

Juri Lanoviuk: Als die Angriffe in unserer Stadt immer heftiger wurden, sind wir nach Freiburg geflohen. Dort lebe ich mit meiner Frau und fünf Kindern, drei davon sind Pflegekinder. Die ersten Monate habe ich meine Familie allerdings fast gar nicht gesehen, denn ich habe in dieser Zeit fast 18.000 km zwischen der Ukraine und hier zurückgelegt. Ich bin meistens mit Hilfsgütern an die Grenze gefahren und habe dort Geflüchtete mitgenommen.

BZ: *Wie reagiert Ihre Familie darauf, wenn Sie aus dem sicheren Freiburg wieder in die Ukraine fahren und sich in Gefahr begeben?*

JL: Meine Familie weiß, dass ich nicht in den Urlaub fahre, wenn ich Hilfsgüter im Kriegsgebiet verteile. Sie wissen, dass ich dorthin fahre, um Menschen

zu helfen, die es um einiges schlimmer haben als wir. Wir versuchen, jede Möglichkeit zu nutzen, um zu helfen. Angst hat jeder Mensch, der auf dieser Welt lebt. Aber wenn man die Not in der Ukraine sieht, ist das immer größer als die eigene Angst.

BZ: *Sie haben keine Angst um ihr eigenes Leben?*

JL: Mein Leben ist in Gottes Händen. Ich weiß, dass mein Leben jeden Moment zu Ende sein könnte. Deswegen vertraue ich einfach auf Gott.

BZ: *Gab es für Sie, Herr Lynevich, Momente, in denen Sie dachten, lieber wieder umzukehren?*

VL: Wir waren bei einer Fahrt gerade mal sechs Kilometer von der Frontlinie entfernt. Aber ich war innerlich total ruhig. Ich hatte gar keine Angst und wollte einfach immer näher zu den Menschen, um zu helfen. Nein, bisher hatte ich nie den Gedanken, umzukehren. Wenn man länger in diesem Land ist, sinkt das Gefühl für die Gefahr. Man hat ein Ziel und macht alles, um es zu erreichen. In Butscha fragte mich einmal der stellvertretende Bürgermeister, weshalb ich aus dem sicheren Deutschland in die Ukraine komme und mich in Gefahr begeben, um zu helfen. Ich habe ihm gesagt: ‚Mein Leben gehört Gott. Sein Gebot ist Nächstenliebe. Und wie kann ich meinen Nächsten lieben, wenn ich untätig in Deutschland sitze? Deswegen bin ich da.‘



BZ: *Was brauchen die Menschen momentan in der Ukraine am dringendsten?*

IP: Lebensmittel, Dinge, die dabei helfen, in der Kälte zurechtzukommen, Kerzen, Decken, Schlafsäcke, Taschenlampen, Medikamente und Stromgeneratoren.

JL: Menschen in der Ukraine haben mich gebeten, Kerzen und Holz zu bringen, damit sie heizen können. Denn viele Menschen leben zwar direkt neben Wäldern, aber die können sie nicht betreten, weil sie komplett voller Minen sind. Als wir in einige Dörfer um Cherson Hilfe bringen wollten, ist direkt vor uns ein Auto einer anderen Hilfsorganisation in die Luft geflogen, als es auf eine Mine gefahren ist. Die Minen haben keinen Sinn für Gerechtigkeit.

BZ: *Trotz der schlimmen Erlebnisse gehen die Hilfstransporte weiter. Ist für Sie klar, dass Sie weitermachen und dabei bleiben werden?*

VL: Wir laden in Lörrach gerade wieder einen LKW für die Ukraine und bringen die Hilfsgüter dann an unser Lager an der Grenze. Wir sind froh, dass wir etwas verteilen dürfen und können – zum Glück sind unsere Lager nicht leer. Vielen Dank dafür! //

Unsere Ukraine-Hilfe braucht Ihre Unterstützung. Spenden sind weiterhin willkommen & wertvoll – helfen Sie mit!

Evangelische Bank
IBAN: DE14 5206 0410 0100 5061 09
BIC: GENODEF1EK1
Spendenstichwort: „Ukraine-Hilfe“

Eine aktuelle Liste dringend benötigter Hilfsgüter sowie Infos zu Sachspenden finden Sie auf:
blog.stadtmission-freiburg.de

Vielen herzlichen DANK!

Dieses Gespräch führten:

Joachim Röderer, Redakteur der Badischen Zeitung.

Valentin Lynevykh, ist seit rund 20 Jahren beim S'Einlädele engagiert und ist verantwortlich für die Projektbetreuung in der Ukraine.

Inna Prokopchuk, ist seit 14 Jahren Mitarbeiterin des S'Einlädele. Sie hat ein Kinderprojekt in Shytomyr aufgebaut und ist verantwortlich für den Europäischen Freiwilligendienst.

Jurii Lanoviuk, lebt seit April 2022 in Freiburg und transportiert regelmäßig Hilfsgüter in die Ukraine.

Nadja Rüde, ist eine Allround-Organisatorin bei der Stadtmission, hat Hilfsflüge des S'Einlädele in die Ukraine betreut und Flüchtlingscamps an der ukrainisch-polnischen Grenze mit aufgebaut.

Das Interview ist ein Auszug aus dem BZ-Talk „Gefährliche Tour“. Wir danken der Badischen Zeitung für die Möglichkeit, Teile des Interviews hier abzudrucken.

Hier können Sie das gesamte Interview ansehen:

[youtube.com/watch?v=X-QR-G98i5q8](https://www.youtube.com/watch?v=X-QR-G98i5q8)



Ein weiterführender Bericht der BZ im Zusammenhang des Podcast finden Sie hier:

[badische-zeitung.de/ukraine-hilfe-unter-lebensgefahr-haben-viel-elend-gesehen--237755758.html](https://www.badische-zeitung.de/ukraine-hilfe-unter-lebensgefahr-haben-viel-elend-gesehen--237755758.html)



#thema

Mareike Drozella / kyrio.de



Erzwungene Flucht –
Über den Mut
der Ausweglosigkeit

Diese eine Nacht wird Ahmed Al Zubaidi sein Leben lang nicht vergessen. Es ist die Nacht, in der ihm und seiner Familie mutig die Flucht aus Terror und Angst in die Freiheit gelingt. August 2015. Im Nahen Osten treiben Krieg und Terror Abertausende von Menschen auf die Flucht nach Europa. Ahmed Al Zubaidi hat es bis dahin für einen jungen Mann mit knapp dreißig Jahren beruflich weit gebracht. Seit einigen Jahren schon ist der gelernte Pressefotograf für einen renommierten Zeitungsverlag in seiner Heimatstadt Bagdad unterwegs. „Ich hatte da – auch finanziell – einen absolut lukrativen Job“, erzählt Al Zubaidi. „Die Journalisten wussten mein Können sehr zu schätzen und ich selbst war voller Begeisterung.“ Für ihn und seine junge Familie hätten das eigentlich ideale Voraussetzungen sein können für eine gute Zukunft.

Doch die Karriere des jungen Mannes nimmt schon bald ein abruptes Ende. Zunächst sind es „nur“ rätselhafte Telefonanrufe, bei denen er und seine Familie beschimpft und bedroht werden. Es dauert nicht lange, da findet Al Zubaidis Frau ein mehr als brisantes Schreiben, das jemand unter der Wohnungstüre hindurchgeschoben hat. Unbekannte drohen darin der ganzen Familie mit der Ermordung, sollte sie nicht innerhalb von einer Woche aus der irakischen Metropole verschwunden sein. „Wir hatten furchtbare Angst“, gesteht Al Zubaidi. „Aber uns allen war klar: Die meinen das ernst.“

Sehr wahrscheinlich war er zwischen die Mühlsteine politischer Intrigen geraten – und dann in das Visier von Terrorgruppen.

Schweren Herzens muss der junge Mann mit Frau und Tochter Hals über Kopf aus der über alles geliebten Heimatstadt fliehen. Ziel ist zunächst das 200 Kilometer entfernte Nadschaf, wo sie – wenigstens vorläufig – bei Freunden unterkommen können. Doch wie soll es jetzt weitergehen? Al Zubaidi erinnert sich an einen seiner Brüder, der schon seit einiger Zeit in der Türkei lebt – und greift in seiner Not zum Telefon. „Mein Bruder hat den Ernst der Lage sofort erkannt und uns angeboten, zu ihm zu kommen.“ Doch wie soll das gehen? Der Landweg ist von Terrorgruppen kontrolliert, der Flughafen in Nadschaf strengstens bewacht. Der einzige Ausweg führt über Schleichwege, auf denen Freunde die junge Familie bei einer „Nacht-und-Nebel-Aktion“ direkt zum Flug nach Istanbul lotsen.

„Als die Maschine abhob, da wusste ich: Jetzt sind wir frei. Keine Verfolgung mehr und keine Todesdrohungen. Diese Nacht werde ich niemals vergessen“, ist sich Ahmed Al Zubaidi absolut sicher. Doch vor ihm, seiner Frau und der kleinen Tochter liegt noch eine abenteuerliche Odyssee. In besonders schlimmer Erinnerung ist ihm die lebensgefährliche Überfahrt auf die griechische Insel Lesbos auf einem hoffnungslos überfüllten Boot.





Pfr. Siegbert Thoma
Einrichtungsleiter im Senioren-
pflegeheim Wichern-
haus Freiburg



Ahmed Al Zubaidi
Wohngruppenleiter im
Wichernhaus Freiburg

„Es ging allein ums nackte Überleben.“ Aber auch auf der sogenannten „Balkanroute“, die über Mazedonien, Serbien und Ungarn bis nach Österreich führt, müssen die Al Zubaidis noch manche Gefahr überstehen. Nach Monaten herber Strapazen führt sie der Weg schließlich im Dezember 2015 in die LEA Meßstetten (Schwäbische Alb), von dort nach Freiburg, das ihnen schon bald zur neuen Heimat werden soll. Aber nicht nur das: Für Ahmed Al Zubaidi eröffnen sich dort neue Zukunftsperspektiven.

Auf einen Deutschkurs mit medizinischem Schwerpunkt folgt schon 2016 ein Intensiv-Lehrgang für Pflegehelfer; beide Schulungen absolviert er mit sehr gutem Erfolg. „Bei einem Pflege-Praktikum im Wichernhaus wurde mir schnell klar, dass mich mein beruflicher Weg in die Altenpflege führen würde“, erinnert sich der Mittdreißiger noch sehr gut. Entschlossen bewirbt er sich für die dreijährige Ausbildung zum Altenpfleger – und schließt sie im Herbst 2020 mit Bravour ab. Angesichts seiner hohen Fachlichkeit und seines großen Engagements wird er im Wichernhaus nicht nur zum Wohngruppenleiter, sondern – nach bestandener Weiterbildung – auch zum Praxisanleiter ernannt; in letzterer Funktion leitet Ahmed Al Zubaidi junge Menschen an, die sich zu Pflegefachmann oder -frau ausbilden lassen.

„In meinen schlimmsten Träumen hätte ich es nicht für möglich gehalten, dass ich einmal aus meiner Heimat würde fliehen müssen“, sagt Ahmed Al Zubaidi heute im Rückblick. „Aber meine Familie und ich haben in all den Jahren immer wieder unglaublich wertvolle Unterstützung erfahren“, betont der Pflegefachmann. „Und heute weiß ich: Auch wenn ich wieder bei null anfangen musste – es war der richtige Weg.“ //

Ermutigung

– ein wichtiger Teil der Pflege

Die Bedeutung von Mut im Alltag einer Pflegedienstleitung im Seniorenpflegeheim Breisach



Bereits seit 21 Jahren arbeite ich in der Pflege des Seniorenpflegeheims Breisach. In den vergangenen Jahren durfte ich immer mehr Aufgaben und Verantwortung übernehmen; seit einigen Jahren bin ich als Pflegedienstleitung tätig. In dieser Rolle beschäftigt mich Mut in verschiedenster Weise.

“Als Pflegedienstleitung möchte ich Vorbild sein und mutig vorangehen.“

Gerade in den letzten drei Jahren bringe ich den Begriff „Mut“ verstärkt mit Covid-19 und den daraus resultierenden Herausforderungen in Verbindung. Im Seniorenpflegeheim waren wir nicht nur in der Pflege gefordert, sondern trotz aller Umstände waren wir täglich gefragt, unsere Bewohner*innen neu zu ermutigen. Manchmal fiel uns das auch selbst schwer, da auch wir Mitarbeitende privat durch die Corona-Verordnungen sehr eingeschränkt waren. Auch im Seniorenpflegeheim waren wir mit neuen Herausforderungen konfrontiert. Wir hatten mit den Corona-Infektionen unserer Mitarbeiter*innen und Bewohner*innen zu kämpfen und damit zusammenhängend auch mit personellen Engpässen. Daneben mussten auch die stetig aktualisierten Auflagen, etwa das Tragen von Schutzkleidung, die Testung von Mitarbeitenden, aber auch der Bewohner*innen und Angehörigen, überwacht und umgesetzt werden.

Die Corona-Vorschriften und Isolationspflichten trafen alle stark in ihren Routinen und ihrer gesellschaftlichen Rolle. Gerade bei bereits geschwächten Bewohner*innen war es schwer zu ertragen, dass sie unter der Trennung von ihren Familien litten. Der Kontakt zu den Angehörigen konnte zwar meist durch Telefongespräche gehalten werden, aber das konnte den persönlichen Kontakt und die Berührung nicht ersetzen. Um diese Lücke zu füllen, hatten die Pflege- und Betreuungskräfte kreative Ideen. So wurden zum Beispiel Tablets angeschafft, damit die Bewohner*innen zumindest ihre Angehörigen über Kamera sehen konnten. Eine weitere Form des Kontakts konnten wir herstellen, indem wir handgeschriebene Briefe der Angehörigen vorgelesen haben.

In dieser Krisenzeit, aber auch im normalen Arbeitsalltag, war und bin ich auf Unterstützung angewiesen, um neue Energie und Mut zu tanken. Dies geschieht beispielsweise durch den gemeinsamen fachlichen Austausch und die gute Zusammenarbeit mit meinen Kolleginnen und Kollegen aus der Verwaltung und den Wohnbereichen. Aber auch die gemeinsamen Besprechungen mit Vorgesetzten und anderen Pflegedienstleitungen, in denen Probleme und mögliche Lösungswege besprochen werden, zeigen neue Perspektiven auf. Diese Zusammenarbeit und auch die Supervision, die mir durch die Stadtmission ermöglicht wird, helfen mir bei meiner persönlichen Entwicklung und schenken neuen Mut.

In meiner Position als Pflegedienstleitung war und ist es mir wichtig, als Vorbild mutig voranzugehen. Ich versuche jeden Tag aufs Neue, eine vertrauensvolle Ansprechpartnerin für unsere Mitarbeitenden, Bewohner*innen und Ärzt*innen zu sein. Nur wer mutig in den Tag startet, kann den Alltag mit seinen verschiedensten Herausforderungen bewältigen.

Doch als Mensch habe auch ich nur begrenzte Kapazitäten und auch Zeiten mit wenig Kraft und Mut. Dabei hilft mir mein Glaube an Gott und, dass ich ihm sowohl meine privaten als auch beruflichen Anliegen anvertrauen darf. Ich vertraue darauf, dass er mich führt und bei meinen Entscheidungen begleitet.

Gerade in Zeiten mit Zweifel und Mutlosigkeit helfen neben Gottesdiensten und persönlichen Begegnungen bereits vorformulierte Gebete. Mir persönlich hilft das Gelassenheitsgebet, das von dem Theologen Reinhold Niebuhr verfasst wurde.

„Gott gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.“

Mit diesem Gebet bitte ich um neue Gelassenheit, Mut und Weisheit, damit ich diese geschenkte Kraft in meiner Rolle als Pflegedienstleitung an die Bewohner*innen, Mitarbeitenden und Angehörigen weitergeben kann. Mit dieser Hoffnung möchte ich auch zukünftig an neue Herausforderungen und Aufgaben herangehen. //



Doris Mattmüller
Pflegedienstleitung im Seniorenpflegeheim Breisach

#thema



Das Gespenst

des Ungewissen

Verlässt die Menschen der Mut?

Das Kölner rheingold Institut ist in einem Krisen-Update im vergangenen Herbst mit Tiefeninterviews den Ängsten und der Krisenwahrnehmung der Deutschen auf den Grund gegangen. Das Ergebnis: Die von den Krisen kräftig durchgerüttelten Deutschen befinden sich seelisch in einer beunruhigenden Übergangsphase. Inflation, Preisexplosionen, Krieg und Erderwärmung ballen sich zu einer Drohkulisse, die immer mehr im Alltag spürbar wird. Während kurz nach Ausbruch des Krieges in der Ukraine eine Schockstarre fassbar war, wandelte sich der Zustand im späteren Frühjahr zu einem „Kriegs-Tinnitus“, einer weitgehend verdrängten Kriegsangst. Mittlerweile stehen die Deutschen nun in einer neuen Phase.

„Es ist gerade diese diffuse Bedrohungslage, die ein großes Angstpotenzial zur Entfaltung bringt“, sagt Psychologe Stephan Grünewald, Gründer des Kölner rheingold Instituts. Bleibt die Wohnung warm? Eskaliert der Krieg in der Ukraine weiter? Explodieren die Preise? Auffällig ist, dass sich in der Wahrnehmung der Menschen die verschiedenen Krisen immer mehr miteinander verschränken und dadurch nicht nur die Ängste vor „Domino-Effekten“ steigen, sondern auch die Hoffnungen, verschiedene Krisen könnten sich gegenseitig relativieren. So sei zum Beispiel ein weiterer milder Winter Zeichen für die Klima-Erwärmung, gleichzeitig aber auch ein Schutz vor kalten Wohnungen und extremen Energie-Rechnungen. „Das Leben ist für diese Menschen nicht nur zu einem finanziellen, sondern auch zu einem seelischen Balance-Akt geworden“, sagt Grünewald.

Spaltung der Gesellschaft droht

Die Zuspitzung der Krise wird die gesellschaftliche Entzweiung forcieren, prognostiziert der Psychologe. Bereits jetzt wird in den Tiefeninterviews deutlich, dass die Auswirkungen der Krise ganz unterschiedlich wahrgenommen und verarbeitet werden. Ein Teil der Befragten ist verzweifelt und





Stephan Grünewald
Gründer des Kölner
rheingold Institut

begegnet der Situation mit einer resignativen Ohnmacht. Ein zweiter Teil hat große Abstiegsängste und strampelt sich ab, um den Lebensstandard zu halten. Am oberen Rand gibt es eine Gruppe, die sich aus finanziellen Gründen das Sparen sparen können. Mitunter verdrängen sie die Krisenanzeichen, indem sie mit demonstrativem Konsum überkompensieren.

Viele Befragte in der oberen Mitte erleben die Krise als Drohkulisse, sie fürchten jedoch keinen massiven Einbruch ihres Lebensstandards und haben die Zuversicht, die schwierige Zeit unbeschadet zu überstehen. Je mehr sich die unbestimmten Krisen- und Kriegsfolgen in Ereignissen und Teuerungen manifestieren, desto größer wird der Wunsch nach eigener Stabilisierung, Selbstwirksamkeit und angstreduzierenden Umgangsformen. //

Untersuchungs-Design:

Mit dem rheingold Krisen-Update untersucht das auf tiefenpsychologische Methoden spezialisierte Kölner rheingold Institut regelmäßig die Stimmung der Deutschen seit dem Beginn der Corona-Krise und ergänzt damit seine fortlaufende Forschung um gezielte aktuelle Fragestellungen. Besonders seit dem Ausbruch des Krieges wurden wegen der äußerst dynamischen Situation die Forschungs-Abstände verkürzt. Für das Krisen-Update im September 2022 wurden 30 Proband*innen jeweils zwei Stunden tiefenpsychologisch befragt, flankiert von Erkenntnissen aktueller Studien. Insgesamt werden im rheingold Institut jährlich rund 5.000 Menschen zu verschiedenen Themen interviewt und damit sinnbildlich auf die Couch gelegt.

Über Rheingold:

rheingold führt pro Jahr ca. 5.000 zweistündige Explorationen zu allen Bereichen des Alltagslebens durch. Rund 45 feste und 55 freie Mitarbeiter*innen erforschen Märkte, Medien und Kultur. Daraus ist ein reicher Erfahrungsschatz zu den unterschiedlichsten Themen geworden – von ganz intimen menschlichen Phänomenen bis hin zur Politik und Alltagskultur.

Marc Nussbaumer

MUTIG GLAUBEN IN UN DURCHSICHTIGEN ZEITEN.

Ein Fall für Paulus

Es gibt den mutigen Glauben, der nicht selbstbezogen und nicht scheinheilig ist. Leuchttürme wie Martin Luther King, Mutter Teresa, Dietrich Bonhoeffer und viele weitere Frauen und Männer weisen darauf hin. Auch Paulus, der erste christliche Missionar, gehört zu ihnen. In seinem Brief an die Galater leuchtet deutlich auf, wie er für diesen mutigen Glauben einsteht. Wer unsicher geworden ist durch all die verwirrenden Stimmen, findet bei Paulus einen Leuchtturm, der einem den Weg zu einem tragfähigen und gesellschaftlich relevanten Glauben und Leben weist.

15 €



Kerstin Hack

MUT.

Impulse für mehr Kühnheit

Schritt für Schritt Mut gewinnen. Das Impulsheft der Autorin, Verlegerin und Coach zeigt, aus welchen Komponenten sich Mut zusammensetzt, wie man Blockaden überwindet und dabei von Vorbildern lernt. Und wie man sogar zu einem Menschen wird, der anderen Menschen Mut machen kann.

2,80 €

Susanne Niemeyer

MUT IST ...

Kaffeetrinken mit der Angst. 40-mal anfangen

Was passiert, wenn wir unsere Komfortzone verlassen und mutig in die Welt hinausziehen? In 40 Texten von Wagnissen, Wundern, Aufbrüchen und Neuanfängen nimmt die Autorin ihre Leser*innen mit auf diese Reise. Ihre Geschichten laden dazu ein, Neues zu wagen, die eigene Kreativität zu entdecken und sich selbst darüber bewusst zu werden, was glücklich macht und erfüllt. Raus aus der Komfortzone! Et was Neues wagen, das man schon immer mal ausprobieren wollte und sich auf das Abenteuer Freiheit einlassen. Ob man darin eine Meisterin wird oder nur mal reinschnuppern will, spielt keine Rolle. Auch nicht, ob es einen objektiv messbaren Nutzen hat. Mut, Aufmerksamkeit und Neugier mitbringen, der Anfangsgeist steuert Begeisterung bei.

16 €



Roberto Saviano

AUFSCHEI.

30 Anstöße für eine mutigere Welt

Wie kein anderer steht Roberto Saviano für Mut und Zivilcourage. „Gomorra“, sein investigatives Werk über die Mafia, machte ihn weltberühmt und zwang ihn unter Personenschutz. Jetzt zieht er Bilanz – und ruft die nächste Generation auf, ebenfalls die Stimme zu erheben. Zwischen Reportage und romanhafter Erzählung schöpft der Autor aus eigenen Erfahrungen und berichtet von großen Frauen und Männern der Geschichte, die im Kampf für die Wahrheit kein Risiko scheuten: Martin Luther King, Jamal Khashoggi, Edward Snowden. „Aufschie“ – und eine mutige Inspiration für alle, die sich für eine gerechtere Welt engagieren wollen.

27 €



Ukraine-Hilfe & Bahnhoftsmission

DANKE für alle Unterstützung!

Die Ukraine-Hilfe von Stadtmission und S'Einlädele hat im Lauf des letzten Jahres ganz enorme Unterstützung erlebt. Zu Weihnachten ist die Broschüre „Gemeinsam Hoffnung schenken“ erschienen. Sie zeichnet ein buntes Bild davon, was wir durch Ihre großzügige Hilfe, liebe Leserinnen und Leser, miteinander bewegen durften. Spenden haben ganz entscheidend

dazu beigetragen, dass wir den ukrainischen Kindern vom Vaterhaus hier in Freiburg und der Region ein neues Zuhause schenken konnten. Und: Woche für Woche gingen (und gehen weiterhin) Hilfstransporte in die Ukraine. Mehr als „1.000 Tonnen Hoffnung“ konnten wir seither über das S'Einlädele ins Land bringen. Wir danken allen von ganzem Herzen, die unsere Hilfe bis hierher ermöglicht haben!



„Gefährliche Tour: Hilfsgüter in die Ukraine“ – unter diesem Titel hat die Badische Zeitung zuletzt vier Personen interviewt, die an unseren Hilfstransporten in die Ukraine beteiligt sind (Video Podcast „BZ Talk“). Die Gesprächsrunde ist sehr eindrücklich und persönlich. Sie zeigt: Unsere Hilfe kommt an und wird weiter dringend gebraucht. Hier können Sie das Video anschauen.



Auch die Bahnhoftsmission dankt Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, ganz herzlich für Ihre Hilfe. Unter dem Motto „Wärme für Freiburg“ konnten wir auch in diesem Winter viele Menschen in Not vor der Kälte schützen. Dank Ihrer Unterstützung konnten wir Tag für Tag Schlafsäcke, Isomatten und wärmende Getränke ausgeben. Im Advent und zu Weihnachten konnten wir vielen Menschen eine Freude bereiten, die unter Einsamkeit leiden und mit dem Allernötigsten auskommen müssen. Ob selbstgebackene Plätzchen, saftige

Orangen oder auch die warmen Mahlzeiten, die uns das Café Satz aus der Nachbarschaft jetzt im Winter wöchentlich zubereitet – all das ist greifbare Hilfe, die durch Ihre Spenden möglich wird. Das Team der Bahnhoftsmission dankt Ihnen dafür aufrichtig und ganz persönlich!

Auch sind wir froh über die vielen Freundinnen und Freunde, die den jährlichen Benefiz-Kalender der Bahnhoftsmission zum Anlass nehmen, den Einsatz der Bahnhoftsmission mit Spenden zu unterstützen. Wir hoffen, der Kalender begleitet Sie mit wertvollen Impulsen durch das Jahr und darf hier und da an den täglichen Einsatz der Bahnhoftsmission für Menschen in Not erinnern: „Hilfe ist jederzeit willkommen & wertvoll.“

AUSWEG aus der Sucht

Gemeinsam Hilfe möglich machen

„Ich will raus aus der Zwangsjacke, raus aus dem dunklen Tunnel, raus aus der Abwärtsspirale, die sich immer schneller dreht!“ Menschen finden ganz unterschiedliche Worte für ihre Not und ihr Anliegen, wenn sie in der Suchtberatungsstelle der Stadtmission Hilfe suchen.

Es gibt viele gute Gründe, aus der Sucht auszusteigen. Menschen möchten ihre Probleme bearbeiten statt sie weiter zu verdrängen. Sie wollen aufatmen: „Endlich Schluss mit dem Versteckspiel! Endlich keine Schuldgefühle mehr!“ Menschen möchten ihre Partnerschaft und Familie retten. Menschen wollen wieder in den Spiegel schauen können. Sie wollen ihre Freiheit und Würde zurückgewinnen.

Sucht hat viele Gesichter. Ob Alkohol oder Drogen, Glücksspiel oder Abhängigkeit von Medikamenten – der Ausstieg ist nicht einfach. Umso wichtiger, dass es Hilfe gibt! Die Beratungsstelle der Stadtmission ist so ein Hilfe-Ort. Sie trägt

jetzt den neuen Namen „AUSWEG“ (mehr dazu auf S. 33) Der Name ist Programm. Er soll die hoffnungsvolle Botschaft senden: „Hilfe ist möglich! Es gibt Wege aus der Sucht!“

Es ist kein Geheimnis: Unsere Suchtberatungsstelle ist finanziell nicht auf Rosen gebettet. Öffentliche Fördergelder reichen längst nicht aus. Pro Beratungsstunde legen wir mindestens 20 Euro oben drauf.

Aus diesem Grund schnüren im Frühjahr einige Mitarbeitende der Stadtmission ihre Laufschuhe. Sie laufen für den guten Zweck zugunsten der Suchtberatung beim Freiburg Marathon. Wir suchen Spenderinnen und Sponsoren, die das Team unterstützen. Gelingt es uns gemeinsam, eine schöne Spendensumme für die Suchtberatung zusammenzubringen? Das wäre ganz großartig!

Schenken Sie den engagierten Läufer*innen Rückenwind! Unterstützen Sie unsere Suchtberatung mit Ihrer Spende! Gemeinsam schenken wir Menschen die Chance, einen AUSWEG aus ihrer Sucht zu finden und mutig zu gehen.



Helfen Sie uns mit Ihrer Spende!

Spendenkonto:

Evang. Stadtmission Freiburg e.V.

IBAN: DE14 5206 0410 0100 5061 09

Evangelische Bank

Stichwort: „Suchtberatung AUSWEG“

Richtfest am Thomaszentrum

Bauprojekt in Freiburg-Zähringen nimmt Gestalt an



Mit dem symbolischen Aufstellen der Richtkrone konnten wir im November, knapp ein Jahr nach dem Spatenstich, Richtfest im neu entstehenden Thomaszentrum im Freiburger Stadtteil Zähringen feiern. Gemeinsam mit den Bauleuten, Planern und Handwerkern hatten wir Gelegenheit, mit der Fertigstellung des Rohbaus einen wichtigen Meilenstein dieses großdimensionierten Bauprojekts feierlich zu würdigen. Wir freuen uns sehr, dass das Thomaszentrum Gestalt annimmt und der Bau gut voranschreitet.

Mit dem Thomaszentrum in der Freiburger Tullastraße entsteht um die Thomaskirche als sakralem Herzstück herum ein moderner, einladender Begegnungsort für mehrere Generationen – mit Seniorenpflegeheim, Tagespflege, Kindergarten, Sozialstation und Begegnungscafé in den Kirchenräumen. Die Fertigstellung wird voraussichtlich im Herbst 2023 erfolgen.

Wir freuen uns, dass trotz derzeit erschwelter Rahmenbedingungen in der Baubranche dieses Großprojekt bis jetzt nach Terminplan verläuft. An dieser Stelle möchten wir allen Beteiligten, die mit ihrer Expertise und Tatkraft zum Gelingen dieses Projektes beitragen, ganz herzlich DANKE sagen.

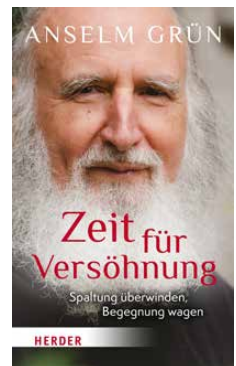
Zeit für Versöhnung

Anselm Grün im PaulusSaal

Am 15. März wird der bekannte Benediktinermönch und Autor Anselm Grün sein neuestes Buch „Zeit für Versöhnung“ im PaulusSaal präsentieren. Die Gesellschaft spaltet sich in Arm und Reich, in Europaskeptiker und -befürworter, in Impfbefürworter und -gegner, in liberale und konservative Christen, in Befürworter von Waffenlieferungen und überzeugte Pazifisten.

Freundschaften zerbrechen und sogar Familien entzweien sich. Viele Menschen sagen, dass sie statt Solidarität immer mehr Feindseligkeit erleben. Nur der Weg der Versöhnung führt wieder zusammen, doch der braucht Verständigung und wechselseitiges Verstehen.

Karten sind im Vorverkauf bei der ALPHA-Buchhandlung erhältlich.



Suchtberatung mit neuem Namen

AUSWEG bietet Hilfe für Betroffene und Angehörige



Am 1. Dezember gab es in der Lehenerstraße 54a Grund zu feiern. Im Rahmen eines Pressefrühstücks haben wir den neuen Namen unserer Suchtberatung vorgestellt: AUSWEG – Beratungsstelle für Suchtfragen der Evangelischen Stadtmission Freiburg e.V.

Der neue Name löst damit die bisherige Bezeichnung „Regio-PSB“ ab. Anstatt des Sachbegriffs „Psychosoziale Beratungsstelle“ weist der neue Name klar und direkt auf den Inhalt und das umfangreiche Angebot der Beratung und Hilfe bei Fragen rund um das Thema Sucht hin. Mit dem griffigen Namen AUSWEG wenden wir uns nun direkt an Ratsuchende.



Auch die Website der Beratungsstelle ist neu strukturiert und überarbeitet. Sie bietet Informationen zu den Hilfsangeboten der Suchtberatung und wendet sich neben Suchtgefährdeten auch an Angehörige.

Die Suchtberatung ist fester Bestandteil unserer Arbeit als Stadtmission und gehört zum diakonischen Profil unseres Wirkens. Suchtgefährdete und deren Angehörige finden in der Beratungsstelle Unterstützung, die es Betroffenen ermöglicht, Wege aus der Sucht zu finden. „Wir wollen auch künftig für Menschen mit Suchterkrankungen da sein und ihnen helfen, aus der Abhängigkeit herauszukommen“, so Willi Vötter, Geschäftsbereichsleiter Soziales und Leiter unserer Suchtberatung.



Begegnung mit Joachim Gauck

Früherer Bundespräsident im PaulusSaal

Auf Einladung der ALPHA-Buchhandlung, der Evangelischen Erwachsenenbildung und der evangelischen Stadtpfarrerin konnten wir am 26. Oktober Joachim Gauck in der Pauluskirche begrüßen. Gut 90 Minuten referierte er vor einer vollbesetzten Kirche über sein Verständnis von Toleranz. Tolerante Menschen müssten auch den Dialog mit andersdenkenden Menschen wagen. In einer multikulturellen, offenen und demokratischen Gesellschaft müsse man auch dulden, aushalten und respektieren, was man selbst nicht vollständig gutheißen kann. Andererseits gelte es aber auch, Intoleranz und Totalitarismus in die Schranken zu weisen. Den Angriffskrieg Russlands auf die Ukraine wertete Gauck als einen Angriff auf ein Volk, das in Freiheit leben will. Bezugnehmend auf seine Sozialisierung in der von der UdSSR dominierten DDR plädierte er engagiert dafür, die Ukraine in ihrem Kampf um Selbstbestimmung und Freiheit zu unterstützen.

Gemeinsam mit der ALPHA-Buchhandlung will der PaulusSaal auch in Zukunft Lesungen und Vorträge spannender Zeitgenoss*innen präsentieren.



Ukrainische Gottesdienste

Singen und beten in PaulusSaal und -kirche



Miteinander singen, auf ein Bibelwort hören, gemeinsam beten: Gottesdienst feiern! Das hat schon in der Ukraine zum wöchentlichen Rhythmus des Kinderheims Vaterhaus

gehört. Schon seit Herbst gibt es nun wieder Gottesdienste für die ukrainischen Kinder und ihre Erzieher*innen. Inzwischen treffen sich die Kinder, die in Emmendingen, Bad Krozingen und Freiburg untergebracht sind, regelmäßig Samstag morgens in der Pauluskirche. Auch die nach Freiburg geflohenen Pflegefamilien nehmen gerne am Treffen teil. So gab es auch am Heilig Abend einen bunten Gottesdienst rund um ein Krippenspiel – selbstverständlich auf Ukrainisch.

8.000 Hoffnungspakete für die Ukraine

S'Einlädele erreicht Rekordzahl an Weihnachtspäckchen

Die traditionsreiche Weihnachtspäckchenaktion der S'Einlädele-Ukrainehilfe war 2022 im Angesicht der großen Not ein besonderer Segen für Kinder, Familien und Senior*innen in der Ukraine. Gemeinsam mit tausenden Einzelpersonen, Schulklassen, Gemeinden, Familien, Kindergärten und vielen mehr konnten so fast 8.000 Weihnachtsgeschenke gesammelt werden, die noch im Dezember, auf fünf LKW verteilt, in die Ukraine transportiert und dort verteilt werden konnten. An mehreren Ausladepunkten, über große Teile der Ukraine verstreut, wurden die Päckchen an langjährige Vertrauenspersonen übergeben, welche die Verteilung direkt an die Empfangenden übernommen haben. Und jedes einzelne Päckchen ging auch in diesem Jahr wieder an einen bedürftigen Menschen, der mit hoher Wahrscheinlichkeit ein Weihnachten ganz ohne Geschenke hätte erleben müssen.

Eine Besonderheit in diesem Jahr waren die wesentlich größer angelegten Packaktionen, bei denen vor allem Schulklassen und Jugendgruppen durch Online-Spenden finanzierte Pakete in großer Zahl vor Ort im Lager in Merzhausen fertig gepackt, dekoriert und in die LKWs verladen haben. Auch die im Februar evakuierten Vaterhaus-Kinder waren oft dabei und haben mit großem Einsatz beim Packen und Laden mitgeholfen.

Das S'Einlädele-Team bedankt sich im Namen aller Beschenkten bei Päckchenpacker*innen, Spender*innen und Unterstützer*innen in diesen schwierigen Zeiten.



Erfolgreiche Aktion „Wärme für Freiburg“

Hilfskampagne der Bahnhofsmision zur Unterstützung von Bedürftigen



Im Herbst 2022, zu Beginn der kalten Jahreszeit, hat die Bahnhofsmision Freiburg ihre Hilfskampagne „Wärme für Freiburg“ gestartet. Die Unterstützungsaktion, die auch in diesem Winter wieder sehr erfolgreich war, fand bereits zum sechsten Mal statt. Die Aktion verfolgt das Ziel, an Hilfesuchende Wärmendes für den Winter weiterzugeben – sowohl Gebrauchtes als auch Neues.

Auch im vergangenen Jahr setzte die Bahnhofsmision Freiburg für die Aktion ihre bereits seit mehreren Jahren bewährte und enge Zusammenarbeit mit der Freiburger Adventure Company (ADCO) fort. Im Onlineshop von ADCO konnten Spender*innen eine Auswahl an nützlichen Hilfsmitteln für den Winter aussuchen, um Menschen unter die Arme zu greifen, die besonders in der kalten Jahreszeit Unterstützung brauchen.

ADCO hat Spender*innen in seinem Shop Produkte im Rahmen von rund 25 bis etwa 60 Euro für die kalte Jahreszeit angeboten, die zum Teil gar nicht im regulären Sortiment verfügbar sind. Mit einem kurzen Klick im Online-Shop konnten Spender*innen unkompliziert Hilfe schenken, die direkt bei den Menschen ankommt. Die Lieferung der gespendeten Waren ging dann direkt an die Bahnhofsmision Freiburg.

Wir freuen uns sehr, dass die Aktion „Wärme für Freiburg“ so große Unterstützung gefunden hat und zahlreichen Menschen das Wohl von Bedürftigen in unserer Stadt am Herzen liegt. Mehr als 200 Wärmespende konnte die Bahnhofsmision bereits an Bedürftige weitergeben. Allen Spenderinnen und Spendern möchten wir für die Unterstützung ganz herzlich DANKE sagen.

Danke!

Marmelade für die Bahnhofsmission

Malteser spenden 240 Gläser selbstgekochte Leckerei



Die selbstgekochte Marmelade wurde von Nicola Gräfin von Korff, Maria Theresia Rehder und Hans Peter Rehder, die als Mitglieder im Malteserorden die Marmelade mit eingekocht hatten, und Marija Galjer, Referentin für soziale ehrenamtliche Dienste bei den Maltesern, an Natalie Brenner, evangelische Leitung der Bahnhofsmission übergeben.

Eine weitere Unterstützung für die Bahnhofsmission hat ebenfalls schon jahrelange Tradition und ist jedes Jahr Grund zu Freude. Die Malteser haben kurz vor Weihnachten 240 Gläser selbstgekochte Marmelade für die Bahnhofsmission Freiburg gespendet. Hilfesuchende Menschen, ob in akuten Nöten, in Krisensituationen oder auf Reisen, sind ohne Einschränkung in der Bahnhofsmission willkommen. Neben einem wärmenden Aufenthalt, heißen Getränken und einem Brot, das nun mit leckerer Marmelade bestrichen werden kann, unterstützt die Bahnhofsmission mit Beratung und Weitervermittlung. Jeder und jedem in besonderen Lebenssituationen bietet sie direkte und unbürokratische Hilfe.

Bereits seit Sommer 2022 hat die Zahl der Besucherinnen und Besucher der Bahnhofsmission Freiburg zugenommen. Die gestiegenen Lebenshaltungskosten bringen zahlreiche Menschen in große Schwierigkeiten, bereiten Ängste und Not. Vor diesem Hintergrund danken wir den Maltesern herzlich für die große Unterstützung. Sie hilft uns dabei, Bedürftige vor Ort mit dem Notwendigsten zu versorgen.



Winterzauber im Pflegeheim

Weihnachten im Haus der Altenpflege



Im Haus der Altenpflege in Lörrach fand kurz vor Weihnachten eine ganz besondere Veranstaltung statt. Mitten im Seniorenpflegeheim sorgte ein eigens für die Bewohnerinnen und Bewohner aufgebauter Weihnachtsmarkt mit Hütten und weihnachtlichen Köstlichkeiten für eine zauberhafte Stimmung.

Angefangen hatte alles mit einer Idee des früheren Einrichtungsleiters, der in einer Hauskonferenz die Idee in die Runde warf, einen Weihnachtsmarkt im Haus der Altenpflege zu organisieren. Damit setzte er viel Kreativität in Gang. Einige der Mitarbeitenden schlossen sich in einer flugs ins Leben gerufenen AG Weihnachtsmarkt zusammen und arbeiteten ihre Ideen weiter aus. Herr Würger, einer der Mitarbeitenden, ist gelernter Schreiner. Er baute insgesamt drei Hütten, die aus massiven Fichtenbrettern bestehen. Die Hütten sind mobil einsetzbar und klappbar, sodass sie auch für andere Zwecke genutzt werden können.

Mitarbeiterinnen der Hauswirtschaft sorgten mit ihrer Hüttendekoration für weihnachtliche Atmosphäre. Die mobilen Weihnachtsmarkt-Hütten waren auf verschiedenen Stockwerken zu sehen. Wie auf einem typischen Weihnachtsmarkt wurden hier Waffeln, Raclette und andere Leckereien auf den verschiedenen Wohnbereichen angeboten. Die Bewohner*innen konnten direkt bei ihnen einen Weihnachtsmarkt besuchen und die festliche Atmosphäre genießen. Was für eine tolle Aktion – herzlichen Dank für die kreativen Ideen und das große Engagement!



Lebhafte Einblicke in unsere Arbeit

Die Vielfalt der Stadtmission Freiburg digital erleben

Die Arbeit der Evangelischen Stadtmission Freiburg ist bunt und vielfältig. Zahlreiche, ganz unterschiedliche Einrichtungen zwischen Altenpflege, Suchtberatung, Bahnhofsmision, Buchladen und neuerdings auch Kinder- und Jugendhilfe sind unter einem gemeinsamen Dach vereint.

Wie unser täglicher Einsatz für Menschen in den Arbeitsfeldern der Stadtmission lebendig und greifbar wird, erfahren Sie in unseren Social-Media-Kanälen.

Folgen Sie uns auf Facebook und Instagram.

Lebhafte Einblicke in unsere vielseitige Arbeit gibt auch unser Newsletter.

Hier geht es direkt zur Anmeldung:



[@/stadtmission_freiburg](https://www.instagram.com/stadtmission_freiburg)



[@stadtmissionfreiburg](https://www.facebook.com/stadtmissionfreiburg)



stadtmission-freiburg.de/newsletter

Impressum

Die Zeitschrift „vonWegen“ der Evangelischen Stadtmission Freiburg e.V. erscheint viermal jährlich kostenfrei.

■ Herausgeber

Evang. Stadtmission Freiburg e.V.
Adelhauser Straße 27
79098 Freiburg
Tel: 07 61/3 19 17-0
Fax: 07 61/3 19 17-24
vonwegen@stadtmission-freiburg.de

■ Redaktionsleitung

Norbert Aufrecht
Dr. Tobias Pfleger

■ Redaktionsteam

Ralf Berger, Christine Kleß,
Samuel Kuttler, Katja Potzies,
Tabea Ruhnau, Esther Seeger-Straub,
Siegbert Thoma, Willi Vötter

■ Grafik und Layout

www.kyrio.de

■ Bilder

Titel: Cristofer Maximilian / unsplash.com
Rückseite: Blake Cheek / unsplash.com

■ Druckerei

Hofmann-Druck - Emmendinger Buch- & Offsetdruckerei

Den Datenschutzhinweis für Abonnenten finden Sie unter stadtmission-freiburg.de/vonwegen

Spendenkonten

■ Evang. Stadtmission Freiburg e.V.

Evangelische Bank eG
IBAN: DE14520604100100506109
BIC: GENODEF1EK1

■ Evang. Gemeinde dreisam3

Evangelische Bank eG
IBAN: DE65520604102200506109
BIC: GENODEF1EK1

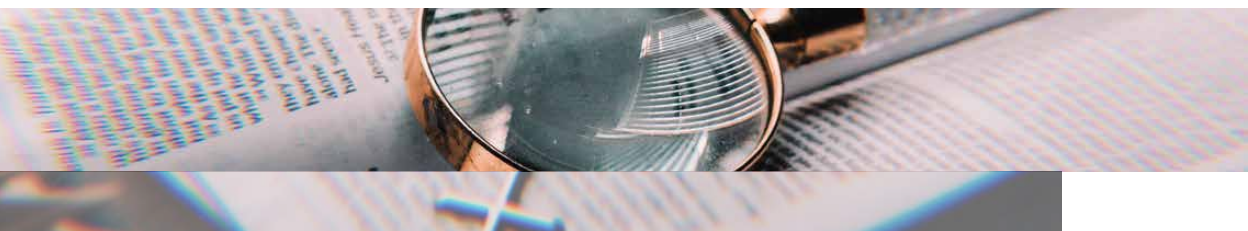
■ Carl Isler Stiftung – Förderstiftung der Evang. Stadtmission Freiburg e.V.

Bank im Bistum Essen
IBAN: DE05 3606 0295 0032 0330 32
BIC: GENODED1BBE
Sparkasse Freiburg
BAN: DE19 6805 0101 0012 6316 25
BIC: FRSPDE66XXX

Wort auf den Weg

“*Mut ist Angst, die gebetet hat.*”

Corrie ten Boom



Vorschau

2 | 2023

Wahrheit