Miteinander unterwegs

Rundbrief der Arche Deutschland und Österreich
Ausgabe 24 Sommer 2022

Arche auf Wanderschaft

Die fünfte Spendenwanderung der Arche war wieder ein Erfolg. Rund 130 Menschen haben sich beteiligt auf dem Weg von der Arche in Dornach in der Schweiz bis zur Arche Ravenburg. Mit viel gutem „Arche-Geist" haben alle Mitwandernden manchen Anstieg, die große Hitze und auch die eineinhalb Regentage bewältigt.

> Siehe Seite 2-3

Liebe Freundinnen und Freunde der Arche,

Thomas Bastar ist verantwortlich für die Öffentlichkeitsarbeit

Am Ende betrug die Wanderstrecke nur 140 statt der geplanten 165 Kilometer. Die geringere Streckenlänge war der Hitzewelle geschuldet, die an den ersten Tagen der Arche-Wanderung die Wandernden erheblich belastete. Umso mehr ist ihre Leistung zu würdigen. Mit insgesamt rund 130 Mitwandernden war auch die fünfte Arche-Spendenwanderung wieder sehr attraktiv.

Leider scheint jedoch dieses Mal das Spendenergebnis der Wanderung hinter den Erwartungen zurückzubleiben. 50.000 Euro wollten wir für die Dachsanierung und den Ausbau eines Arche-Hauses in Ravensburg „erwandern". Bisher ist es noch deutlich weniger. Aber es ist weiter möglich, den Betrag zu ergänzen. Daher bitten wir Sie/Euch herzlich um weitere Spenden für den Zweck der Wanderung (siehe Seite 7).

Auch die Archen in der Ukraine und in Simbabwe, über die wir in diesem Heft ausführlich berichten, verdienen weiterhin unsere finanzielle Unterstützung. Ich wünsche Ihnen und Euch eine anregende Lektüre und einen erholsamen Sommer.

Glaube und Licht: Ein ganz besonderer Klub
Seite 4-5

Arche Simbabwe: Erfolgreiches Therapiezentrum
Seite 8-9

Arche Ukraine: Der hohe Wert der Gemeinschaft
Seite 10

Einer von 10.000: Tobias Gerken, Arche Straßburg
Seite 12

Am Rhein, über den Rhein und im Rhein

Vom 18. bis 25. Juni 2022 wanderte die Arche unter dem Motto „Gemeinsam unter einem Dach“ acht Tage lang von der Arche im schweizerischen Dornach bis zur Arche Ravensburg. 3700 Kilometer legten die 130 Teilnehmenden zusammen genommen zurück. Erst eine große Hitze, später auch mal ein Regentag -- alles hat die Wandergruppe mit gutem „Arche-Geist“ bewältigt

Am 18. Juni 2022 sind mehr als 50 Wanderinnen und Wanderer mit und ohne Behinderung in der Arche „Im Nauen“ in Dornach (Schweiz) gestartet. Unter dem Motto „Gemeinsam unter einem Dach“ wollten wir ein öffentlichkeitswirksames Zeichen für ein selbstverständliches Miteinander, gesellschaftlichen Zusammenhalt und Solidarität setzen. Zugleich sammelten wir Spenden für die Dachsanierung und den Ausbau eines Arche-Hauses in Ravensburg. Am ersten Tag war bei über 30 Grad gleich die Versuchung groß, in die Birs, dem Fluss entlang der ersten Wegstrecke nach Basel, zu hüpfen, um uns abzukühlen. Angesichts des langen Weges, der noch vor uns lag, sahen wir jedoch davon ab.

In Basel angekommen, konnten wir das Wahrzeichen der Stadt besichtigen, das Basler Münster. Mit seinen beiden roten Sandsteintürmen und den bunten Dachziegeln prägt es das Stadtbild. Einige der Wanderinnen und Wanderer ließen es sich nicht nehmen, sogar den Turm zu besteigen. Von dessen Plattform aus hatte man einen fantastischen Blick auf die Stadt. Im Schatten der Bäume stärkten wir uns bei einem kräftigen Vesper und kühlen Getränken. Nach dem Gruppenfoto überquerte die Wandergruppe den Rhein per Seilfähre, wanderte zum Badischen Bahnhof und fuhr anschließend mit dem Zug zur Unterkunft nach Herten. Dort wurde die Gruppe im St. Josefshaus, einem Wohnheim für Menschen mit Behinderung, freundlich empfangen. Mit Flammkuchen, Getränken und Musik, konnte die Wandergemeinschaft den ersten Tag ausklingen lassen.

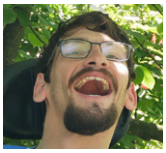
Gestärkt durch ein gutes Frühstück, Morgengymnastik und einen Impuls in den Tag ging es am frühen Morgen weiter in das 20 Kilometer entfernte Öflingen. Entlang des Rheins fanden die Fahrer/-innen der Begleitfahrzeuge einen netten Rastplatz bei einem alten Gutshof. Dort konnten sich die Wanderinnen und Wanderer im Schatten ausruhen und das Picknick genießen. Trotz der langen Wegstrecke war es uns vergönnt, dass wir am späten Nachmittag noch eine Pause am Rhein einlegen und ins „kühle Nass“ springen konnten. Auch die zweite Unterkunft empfing uns mit offenen Armen. Im Haus der Diakonie in Wehr-Öflingen fand die Gruppe eine schöne Übernachtungsmöglichkeit und erlebte wertvolle Begegnungen.

Am folgenden Tag vergrößerte sich unsere Gruppe durch Mitwandernde aus den Archen „Im Nauen“, Tirol und Ravensburg sowie durch weitere Mitwandernde. Immer wieder fanden wir Wege, um uns im kühlen Rhein zu erfrischen. Abends wurde dann in der Gemeinschaft gekocht und ein langer, heißer Tag fand seinen Abschluss bei Salat, Maultaschen und Käsesoße.

Die vierte Etappe startete überraschend anders als geplant. Nachdem der Zug ausfiel, den wir eigentlich für das erste Wegstück nehmen wollten, fuhren uns die Begleitbusse direkt an den Rheinfall. Wir bewunderten ausgiebig die mächtigen Wassermassen, die den Wasserfall herabstürzten. Dann ging es den Rhein aufwärts weiter nach Öhningen. Dort wurde die Wandergruppe von der katholischen Kirchengemeinde Öhningen-Wangen herzlich empfangen. Vor der Kirche waren Tische und Bänke aufgestellt und ein reichhaltiges Vesper wurde serviert. Der Tag fand seinen Ausklang bei einem schönen Gottesdienst.

Jonathan Jahn aus der Arche Tecklenburg: „Ich fand die Archewanderung super gut. Am meisten fand ich die Schifffahrt mit dem Katamaran schön. Er fuhr 35 Stundenkilometer. In der Schweiz war es auch sehr schön: in der Arche Im Nauen. Mir gefiel auch, dass die Leute aus der Arche Hamburg dabei waren. Zum Beispiel Jutta und Maja, der Hund.“

Elisabeth Beckersjürgen, Arche Tecklenburg: „Die Wanderung war sehr schön. Wir hatten schöne Tage und haben nette Menschen kennengelernt. Hunde waren auch dabei. Ich habe es sehr genossen.“



Oleg Nikonow, Arche Ravensburg: „Es war toll, so viele Leute zu treffen. Viele nette Leute! Der Weg war gut. Nur das Mittagessen war zu spät. Aber sonst: alles gut. Auch das Wetter!“

Am ersten Tag ging es mit der Seilfähre über den Rhein (ganz links); am Rheinfall entstand das Gruppenfoto (oben); Ankunft in Friedrichshafen nach der Fahrt mit dem Katamaran (oben rechts); manchmal ging es nur im Gänsemarsch weiter (links); einige Menschen im Rollstuhl waren auch dabei (darunter); zum Abschluss lud die Arche Ravensburg zu einem fröhlichen Sommerfest ein (unten)

Wie schon bei den Arche-Wanderungen in der Vergangenheit spürte man auch dieses Mal eine Atmosphäre, die man als „Arche-Geist“ bezeichnen könnte. Wir begegneten fremden Menschen, die uns in kurzer Zeit vertraut wurden. Aber auch „alte“ Bekanntschaften wurden aufgefrischt und neue Freundschaften entstanden.

Bei einer verregneten fünften Etappe sind wir über die Halbinsel Höri am Bodensee bis nach Radolfzell gewandert. Ein großes Highlight war dann am siebten Tag die Fahrt mit dem Katamaran über den Bodensee von Konstanz nach Friedrichshafen. Noch für einen halben Tag bescherte uns das Wetter Regen. Aber nicht mal das konnte die Vorfreude auf das näher rückende Ziel trüben. Auf dem Hegenberg, einem Haus der Stiftung Liebenau, unserer letzten Übernachtungsstation, gab es am Abend leckere Pizzen. Und als die Wanderinnen und Wanderer schließlich am letzten Tag in der Arche Ravensburg ankamen, empfingen uns ein großer Applaus, fröhliche Lieder und kalte Getränke. Viele waren müde und erschöpft, aber auch voller Freude und Dankbarkeit, endlich das Ziel erreicht zu haben. Eine großartige Leistung von allen. Insgesamt waren es 130 Personen, die ganz oder einen Teil der Strecke mitgewandert sind, darunter 50 Menschen mit geistiger Behinderung.

Der Abschluss der Wanderung wurde gebührend gefeiert: mit einem Gottesdienst, Tanz, Ehrung der Wanderinnen und Wanderer, mit der Überreichung der Urkunden und der Übergabe des Wanderstabs an die Arche Ravensburg. Ein wertschätzendes Grußwort und eine Spende kam von Reinhard Friedel, Dezernent für Arbeit und Soziales des Landkreises Ravensburg. Bei leckerem Essen und wunderbarer Live-Musik feierten wir bis in den Abend zusammen. Schön war´s gewesen! **Jeannine Delia**

Ein ganz besonderer Klub

Die Glaube-und-Licht-Gemeinschaften sind eng mit der Arche verbunden. Die Berliner Gruppe nennt sich „Christliches Leben in Gemeinschaft“ (CLG) und ist ein Freundeskreis offenbar fröhlicher Menschen

Alle in einem Boot: das Logo von Glaube und Licht (oben links); Feier mit Familien und Freund/-innen der Berliner Gruppe (oben); bei einer Klub-Reise (rechts); zwei, die sich mögen: Sven und Franziska (links)

Freitag, kurz nach halb fünf: Die ersten Freundinnen und Freunde trudeln ein. „Hallo Dietmar!“ „Hallo Marcus!“ „Ich soll von Doris grüßen, sie kann heute nicht kommen.“ „Wir haben nächste Woche Sommerfest, ich hab die Einladung dabei. Kannst du kommen?“ „Bei meinem Mitbewohner ist die Mutter gestorben. Ich will nachher eine Fürbitte sprechen.“ „Machen wir heute länger?“ „Wie geht’s Sven, ist er noch im Krankenhaus?“ Auch Maria und Maksym aus Kyiv kommen wieder, zusammen mit Franzi, die sie in den ersten Wochen in Berlin begleitet hat. Willkommen im Klub!

Wir setzen uns in den Stuhlkreis, eine Kerze steht in der Mitte, manchmal liegen dort Postkarten und Bilder zum Thema. Aber erst einmal wird ausführlich geguckt, wer da ist! Gegrüßt und gesungen. Wir feiern Geburtstage und erzählen. Wie geht es jedem/r? Was war los in letzter Zeit? Was gibt es bei dir Schönes, Trauriges? Wer hat wen getroffen? Vielleicht einen Besuch gemacht, einen kleinen Ausflug? Wer hat mit wem telefoniert?

Wir sind ein Freundeskreis von Menschen mit und ohne Behinderungen, jung und alt. Uns gibt es seit 1987. Damals bereitete die Religionslehrerin Gisela Kerber eine Gruppe von Menschen mit geistiger Behinderung auf ihre Konfirmation vor. Und es entstand der Wunsch, sich regelmäßig weiter zu treffen. So kommen wir seitdem zusammen: Jeden ersten Freitag im Monat treffen wir uns von 17 bis 20 Uhr in den Räumen der Berliner Stadtmission. Ein Team bereitet jeweils ein Thema vor, zu Beispiel eine biblische Geschichte. Nach der Begrüßung basteln oder spielen wir etwas dazu, singen und feiern Gottesdienst, den wir nach Kräften mitgestalten. Am Ende essen wir gemeinsam. Neben diesen Treffen machen wir Ausflüge und einmal im Jahr eine Reise über ein Wochenende, etwa nach Dresden, Magdeburg oder Taizé und zu Katimavics in Polen und Trier.

Als Glaube-und-Licht-Gemeinschaft sind wir mit den Archen freundschaftlich verbunden. Viele aus der Vorbereitungsgruppe haben in der Arche gelebt, in Gemeinschaften in Cognac, Trosly-Breuil und der Bretagne, in Schottland, Burkina Faso, Kanada und anderswo. Als Gruppe waren wir 1993 in Trosly. Olena arbeitete sieben Jahre in der Arche in Lwiw, anschließend in Tecklenburg. Uns begleitet der Wunsch, das „Arche-Feeling“ auch ein Stück im Studien-/Berufs-/Familien-Alltag zu leben und mit den Freundinnen und Freunden verbunden zu sein.

Wenn du Lust auf einen Freundeskreis von Menschen mit und ohne Behinderungen, jung und alt, hast: Wir freuen uns auf dich! Willkommen im Klub!

Kontakte: CLG Christliches Leben in Gemeinschaft e.V., Marcus Howe, Tel.: 030-478 73 81, amt.howe@gmx.de Verena Kammesheidt-v. Hirschhausen, Tel: 0172 840 50 80, kvhirschhausen@gmx.de

Weltweit verbunden

Glaube-und-Licht-Gemeinschaften gibt es weltweit in etwa 80 Ländern mit rund 1500 Gemeinschaften. In Deutschland bestehen acht Gruppen

Glaube-und-Licht-Gemeinschaften sind auf Initiative einer Gruppe von Eltern und Erziehern, insbesondere von Marie-Hélène Mathieu, und dem Arche-Gründer Jean Vanier seit Ostern 1971 auf allen Kontinenten entstanden (zur Person von Jean Vanier siehe: www.arche-deutschland.de/ueber-uns/jean-vanier). In Deutschland gibt es außer in Berlin auch Gemeinschaften in Ellwangen und Tecklenburg und mehrere in Franken (Ebermannstadt, Forchheim, Pegnitz, Erlangen, Weisendorf), deren Mitglieder sich untereinander vor allem in der Glaube-und-Licht-Whats-App-Gruppe austauschen. Jede dieser Gemeinschaften hat einen eigenen Namen, zum Beispiel „Quelle“ oder „Regenbogen“.

In den vergangenen Jahren waren diese Gemeinschaften Teil der Provinz „Herz Europas“, zu denen auch die Gemeinschaften aus Österreich, Luxemburg und den Niederlanden gehörten. Seit diesem Jahr organisieren sich die Gemeinschaften dieser Länder wieder für sich, wiewohl die Freundschaften sicher weiter gepflegt werden. Für jedes Land gibt es wieder einen eigenen Ansprechpartner, der den Kontakt mit der internationalen Organisation von „Glaube und Licht“ hält. Beim letzten Provinztreffen im Mai hatte sich gezeigt, dass die Freundschaft mit den Menschen, die eine geistige Behinderung haben, und vor allem deren Freundschaft mit Jesus das Leben dieser Gemeinschaften ausmacht und trägt. Da die Menschen mit Behinderungen in der Corona-Pandemie besonders gefährdet waren, hatte das Gemeinschaftsleben sehr gelitten. Und aufgrund ihres Alters werden viele Gemeinschaften kleiner oder lösen sich auf. Allerdings bilden sich auch immer wieder neue. So hat sich in Bamberg ein kleiner Kreis gebildet, der eine neue Gemeinschaft werden will in der großen Familie von „Glaube und Licht“. **Hubert Bayer-Münch**

Drei aus dem Berliner „Klub“: Auch die Corona-Zeit hat die Glaube-und-Licht-Gruppe gemeinsam gut bewältigt

Leichte Sprache

Daran glaube ich

Oleg Nikonow aus der Arche Ravensburg

Ich glaube an Gott.

Gott ist im Himmel.
Gott sieht uns alle.
Ich bete jeden Tag, öfter am Tag.
Immer wenn es mir einfällt.
Ich bete für gutes Wetter,
dass gute Assistentinnen und Asssitenten kommen,
für jemanden, der krank ist,
für Gottesdienste oder andere Aktionen,
dass unsere Theatergruppe gut ist,
dass niemandem etwas passiert, wenn wir eine Baustelle haben,
für andere Menschen und für vieles mehr.
Man kann für alles beten.
Ich habe ganz fest das Gefühl, dass Gott mich hört.
Das gibt mir Kraft.

Was mir sonst noch wichtig ist:

Freunde,
mit jemandem weggehen,
dass der Garten ordentlich ist,
dass die Menschen nett miteinander umgehen.
Tagesschau-Gucken ist mir auch wichtig.
Mein Lifter ist auch wichtig für mich – und mein Rollstuhl.
Und dass mich die Assistentinnen und Assistenten verstehen.

Ich bin sehr gern in der Arche.

Weil wir eine Gemeinschaft sind.
Manchmal ärgere ich mich auch über etwas.
Aber dann muss man drüber sprechen.
Gespräche sind für mich sehr wichtig.
Dafür muss man sich Zeit nehmen.

Oleg Nikonow, unterstützt von Birgit Lotthammer

Ein zweites Haus für die Arche Landsberg

Nach langer Suche ist die Arche Landsberg fündig geworden: Im kommenden Jahr soll der Neubau starten

Der Entwurf des Neubaus eines zweiten Arche-Hauses in Landsberg (oben); eine Spende für dieses Projekt kam vom S.I.P. Scootershop, der dazu ein Werbefoto mit Bewohner/-innen und Assistent/-innen (und einer S.I.P.-Mitarbeiterin) machte (rechts)

Schon seit Jahren arbeitet die Arche Landsberg an der Idee, ein zweites Haus zu eröffnen. Jetzt wird es endlich etwas konkreter. Wir sind als jüngste Gemeinschaft mit unseren fast 18 Jahren die einzige Arche in Deutschland und Österreich, die nur aus einem Haus besteht. Hier wohnen acht Bewohner/-innen mit vier Hausassistent/-innen, fünf weitere kommen von außen dazu. Uns geht es sehr gut miteinander, aber es braucht doch auf lange Sicht ein barrierefreies Gebäude. Denn wir haben zwar ein schönes altes Haus. Aber die vielen Treppen machen es nicht gerade leichter, wenn wir älter werden. Und frischen Wind durch neue Mitbewohner/-innen braucht es auch, damit wir uns nicht zu sehr auf unserer Wohlfühl-Insel ausruhen. Außerdem ist die Nachfrage nach unserer Art des Zusammenlebens sehr groß!

Zwei Jahre lang haben wir gesucht. Die vielen Bestandsimmobilien, die wir uns angeschaut haben, waren nicht mit einem vertretbaren Aufwand barrierefrei umbaubar. Nachdem unser Wunschgrundstück in der Staufenstraße in seiner zeitlichen Verfügbarkeit immer unkalkulierbarer wurde, hat sich unverhofft eine neue Möglichkeit aufgetan – und wir haben zugeschlagen: Nur zehn Gehminuten von unserem Haupthaus entfernt, haben wir ein 1 200 m² großes Grundstück gekauft: die Römerauterrasse 26. Das Landsberger Wohnungsbauunternehmen „wbl bauträger“ hat uns nicht nur 5.000 Euro dafür gespendet, sondern auch gleich den Architekten vermittelt. Das Architekturbüro Ronald Beck in Schwabmünchen hat sich gerne dieser neuen Herausforderung für inklusives, barrierefreies Wohnen angenommen und einen Entwurf gestaltet, der bei unseren Bewohner/-innen wie Assistent/-innen und weiteren Gemeinschaftsmitgliedern Anklang gefunden hat. Inzwischen ist der Bauantrag beim Stadtbauamt eingereicht und siehe da: Die mündliche Zusage zur Genehmigung haben wir auch schon.

Folglich beginnt jetzt die Werkplanung sowie die Vorbereitung der Ausschreibung auf Architektenseite, damit wir hoffentlich 2023 den Bau beginnen können. Wir als Gemeinschaft haben uns zwischenzeitlich einen Fahrplan überlegt, wie wir uns das neue Grundstück bzw. dann das neue Haus zu eigen machen wollen. Im September laden wir unsere neuen Nachbarinnen und Nachbarn aus der Lebenshilfe-Einrichtung für Betreutes Wohnen zu uns zum Grillen ein. Wir machen immer wieder Spaziergänge zum Grundstück, haben dort schon Unkraut gejätet und Pläne für den Garten gemacht. Die Nachbar/-innen haben wir nach Schwabmünchen zur Bauplan-Besprechung und Vorstellung unserer Gemeinschaft eingeladen und haben durchweg ein warmes Willkommen erfahren.

Außerdem gilt es die Finanzierung zu stemmen. Aktuell ist die Preiskalkulation aufgrund des Krieges in der Ukraine und den Folgen der Pandemie sehr schwierig. Wir rechnen mit Gesamtausgaben von 3,5 Mio. Euro, von denen wir rund eine Million Euro in Spenden einwerben müssen – trotz Hoffnung auf staatliche Zuschüsse. Unter anderem werden wir auf Stiftungen zugehen und weiterhin um Großspenden werben. Unser KfW55-Förderantrag wurde zum Glück noch bewilligt. Auch der S.I.P. Scootershop, der schon seit 2011 mit uns befreundet ist, hat dieses Jahr 3 000 Euro für unseren Neubau gespendet. Weitere Spenden sind erforderlich, um 15 weiteren Menschen mit und ohne geistiger Behinderung im gemeinschaftlichen und ambulant stationären Wohnen eine Heimat zu bieten.

.

Bianca Berger,
Leiterin der Arche Landsberg

Dafür brauchen wir Ihre/Eure Spende!

Dachsanierung der Arche Ravensburg

Das Motto der diesjährigen Arche-Wanderung lautete: „Gemeinsam unter einem Dach“. Das sollte darauf hinweisen, dass während der Tour alle in einfachen Quartieren „unter einem Dach“ übernachteten, vor allem aber auf das Spendenziel der Wanderung: die Dachsanierung und den Ausbau eines Hauses der Arche Ravensburg. Dafür ist auch weiterhin finanzielle Unterstützung vonnöten. Spenden-Stichwort: **Dachsanierung Ravensburg**.

Hilfe für die Archen in der Ukraine

Betroffen von den Auswirkungen des Krieges sind auch die Arche-Gemeinschaften in der Ukraine. Die Arche-Gemeinschaften in Lwiw (Lemberg) und Ternopil haben ihre Häuser für Flüchtlinge geöffnet. Nach einer Unterbrechung zu Beginn des Krieges haben sie auch die Werkstätten für die Menschen mit Behinderung wieder geöffnet. Das gelingt derzeit aber nur dank finanzieller Hilfe aus der weltweiten Arche-Familie. Weitere Spenden sind dafür erforderlich. Stichwort: **Arche Ukraine**.

Ideen für Unterstützerinnen und Unterstützer

- Geburtstagsfeier, Jubiläum, Hochzeit, Trauerfall: Es gibt viele Anlässe, **Geschenke für ein Arche-Projekt** zu erbitten. Entweder die Geschenkspenden werden während der Feier gesammelt und dann überwiesen oder die Gäste werden gebeten, einzeln auf unser Konto einzuzahlen. In jedem Fall versenden wir gern Spendenbescheinigungen.
- Auf der Spendenplattform www.betterplace.org kann jede/r **eine eigene Online-Spendenaktion** starten. Dabei kann entweder die Spendenseite der Arche Solidarität (für Simbabwe) als Spendenzweck angegeben oder ein eigenes Arche-Spendenprojekt ins Leben gerufen werden (dazu bitte Rücksprache mit unserem Fundraiser Thomas Bastar: Kontaktdaten siehe Seite 12).
- Auch wer im Internet einkauft, Reisen bucht oder Handyverträge abschließt, kann dabei die Arche unterstützen. Dazu muss man über das Webportal **www.wecanhelp.de** auf die Seite des Anbieters gehen. Also einfach einloggen, die Arche als Spendenempfänger angeben, dann einkaufen. Die Spenden, welche die Firmen ausschütten, kommen so der Arche zugute.

Mit einem Dauerauftrag, z.B. 20 Euro im Monat, unterstützen Sie unsere Arbeit am besten.

Bitte ausschneiden oder kopieren und im Geldinstitut abgeben. Spendenkonto: Arche Deutschland und Österreich e.V. bei der Kreissparkasse Steinfurt. IBAN: DE61 4035 1060 0031 1130 61, BIC: WELADED1STF

Auftraggeber/-in _____ Geldinstitut _____

IBAN _____ BIC _____

Ich / Wir spende/n monatlich / zweimonatlich / vierteljährlich / halbjährlich* ab_____ 2022_____ Euro.
Verwendungszweck: Solidarität / Deutschland und Österreich / Dachsanierung Ravensburg / Arche Ukraine / anderes: _____

Ort, Datum, Unterschrift _____ * Nichtzutreffendes bitte streichen

25 Jahre Feier des Lebens

Seit 1997 finden Menschen mit geistiger Behinderung in der Arche Simbabwe ein sicheres Zuhause. Seit 2019 bietet das Therapiezentrum der Arche auch Menschen aus den umliegenden Stadtteilen Hilfe und Unterstützung an. Ein Bericht über die Erfolge dieses Projekts, das von der Arche Deutschland und Österreich mit unterstützt wird

In diesem Jahr feiert die Arche Simbabwe ihr 25-jähriges Bestehen. Aber es ist immer schon ein Fest, Menschen mit geistiger Behinderung Leben zu ermöglichen und Lebendigkeit von ihnen zu empfangen. Diese gegenseitige Beziehung ist das Herzstück unseres Auftrags. In den vergangenen 25 Jahren hat die Arche in Harare, der Hauptstadt Simbabwes, ein förderliches Umfeld für Menschen mit geistiger Behinderung geschaffen, um zusammen mit anderen Mitgliedern der Gesellschaft ein sinnvolles Leben zu führen. Heute zählt die Arche Simbabwe 24 Menschen mit geistiger Behinderung, die an den täglichen Aktivitäten in unseren Workshops teilnehmen. 22 von ihnen wohnen auch in den beiden Wohnhäusern der Arche.

Therapeutische Arbeit im Therapiezentrum der Arche Simbabwe: Mitarbeiterinnen der Arche verbessern mit gezielten Übungen die Bewegungen von Kindern mit Behinderung (oben) und üben das selbstständige Essen (links)

Um ihre Gesundheit und ihre berufliche Perspektive zu verbessern, hat die Arche vor fünf Jahren das Therapieprojekt initiiert, das von Ulrike Dürrbeck fachlich begleitet und von der Arche Deutschland und Österreich – durch Privatspenden und Förderungen vom Bundesentwicklungsministerium – finanziell unterstützt wird. Die Anstellung je eines Ergo- und Physiotherapeuten – zunächst in Teilzeit – erlaubte es der Arche, ihren Mitgliedern professionelle Unterstützung anzubieten. Im Jahr 2019 wurde dann das neugebaute Therapiezentrum eingeweiht. Nun kann die Arche nicht nur ihren Bewohnerinnen und Bewohnern Therapien anbieten, sondern auch weiteren Menschen mit Behinderungen aus den umliegenden Stadtteilen. Die gute Ausrüstung des Therapiezentrums ermöglicht es, gezielt auf die Bedürfnisse von Personen mit Zerebralparese und anderen Störungen einzugehen. Derzeit betreut das Zentrum 129 Personen pro Monat und führt 99 Behandlungen pro Woche durch.

Tadiwa Chikodzore war einer der ersten Empfänger der neuen Therapieangebote. Seine Mutter kommt mit ihm seit August 2019 ins Zentrum, als der Junge zwei Jahre alt war. Sie ist sehr dankbar dafür, denn die Existenz des Therapiezentrums ermöglicht es ihrem Sohn, häufiger Therapiesitzungen zu erhalten als in der Harare Hospital Children's Rehabilitation Unit. Dies wurde während der Covid-Krise noch deutlicher, als die staatliche Einrichtung weitgehend lahmgelegt war. Das Personal des Therapiezentrums hat Frau Chikodzore geholfen, den Zustand ihres Kindes zu verstehen, das an einer durch Mikrozephalie verursachten Zerebralparese leidet. Die Therapeuten konnten bei Tadiwa auch Autismus diagnostizieren, was sich in reduziertem Interesse, mangelnder Aufmerksamkeit, stereotypen Verhaltensweisen und extremen Wutausbrüchen zeigte. Die Wutausbrüche waren zuvor eine große Quelle von Stress und Angst für die Mutter, da sie nicht wusste, wie sie damit umgehen sollte.

Der Zustand von Tadiwa hat sich mittlerweile deutlich verbessert; er kann jetzt aufstehen, selbstständig sitzen und Gegenstände mit den Händen greifen. Nun soll erlernen, selbstständig zu essen. Seine Mutter ist auch dankbar für die psychosoziale Unterstützung, die sie durch die Therapie erhalten hat, und hilft ihrem Mann, den Zustand des Kindes besser zu verstehen, was wiederum die Harmonie innerhalb der Familie verbessert hat.

Die Workshops in der Arche haben ihr zudem geholfen, Freundschaften und Beziehungen zu anderen Eltern aufzubauen, die Kinder mit ähnlichen Behinderungen haben. Früher habe sie sich isoliert gefühlt und Angst gehabt, wegen der Behinderung ihres Sohnes von der Gesellschaft stigmatisiert zu werden, berichtet sie. Aber die Kontakte zu anderen Betroffenen hätten ihr Mut und Zuversicht gegeben.

Eltern oder andere Bezugspersonen lernen, wie sie ihr Kind auch zu Hause mit therapeutischen Übungen unterstützen können (oben); im Therapiezentrum finden auch regelmäßig Elternschulungen statt (rechts)

Um die Reichweite unseres Angebots zu erhöhen, haben das Therapiezentrum und das Tagespflegeprogramm der Arche Simbabwe eine einzigartige Initiative entwickelt, das „Community Rehabilitation and Outreach Program“ (Gemeinschaftsprogramm zur Rehabilitation und aufsuchenden Hilfe). Dazu haben wir in drei Pfarreien in verschiedenen Stadtteilen Harares „Satellitenzentren“ aufgebaut, in denen wir Ergo- und Physiotherapie für Menschen mit Behinderungen anbieten. Zudem besucht das Arche Team Menschen mit geistiger Behinderung in ihren Familien.

So bietet dieses Programm zum einen kompetente Beratung und therapeutische Interventionen für Menschen mit geistiger Behinderung. Zum anderen begleiten wir die Familien, um ein unterstützendes Umfeld zu schaffen und die Bezugspersonen darin zu schulen, Übungen oder therapeutische Interventionen zu Hause durchzuführen. Und wir schaffen so ein Unterstützungssystem für Familien, um sie auch über die Interventionen des Therapiezentrums hinaus zu begleiten. Dabei arbeiten in der Regel ein Ergo- und ein Physiotherapeut zusammen mit einem Sozialarbeiter und einen Psychologen. Sie werden begleitet von Bewohner/-innen der Arche und Assistent/-innen. Derzeit erreicht die Arche auf diese Weise insgesamt 157 Menschen mit Behinderungen. Dazu kommen die Mütter und Erziehungsberechtigten der Kinder und Jugendlichen mit geistiger Behinderung, die sie oft zu Therapiesitzungen begleiten und die auch von diesem Programm profitieren.

Die Erfolge unserer Arbeit basieren auch auf der Zusammenarbeit mit anderen Institutionen und Fachleuten. So hat das Therapiezentrum in den vergangenen drei Jahren eine intensive Zusammenarbeit mit der Universität von Simbabwe aufgebaut. Studierende der Universität von Simbabwe können im Therapiezentrum Praktika machen und lernen viel dank der Supervision durch unsere professionellen Therapeuten. Deshalb hat die Universität das Therapiezentrum zu einem ihrer Prüfungszentren für Studierende der Ergotherapie gemacht.

Die Arche gewinnt durch die Mitarbeit der Studierenden, indem sie die Arche-Bewohner/-innen dabei unterstützten, unabhängig zu arbeiten und sie an ihren verschiedenen Arbeitsplätzen unterstützen. Auch zum Outreach-Programm tragen sie durch die Bereitstellung von sensorischer Integration und Physiotherapie bei. Von dieser Zusammenarbeit profitieren also alle, die Universität, die Arche und viele Menschen mit geistiger Behinderung.

Time Baluwa,
Leiter der Arche Simbabwe

Das Gebäude des Therapiezentrums (links); Gartenarbeit dient nicht nur der Versorgung, sondern ist auch therapeutisch sinnvoll (rechts)

Der hohe Wert der Gemeinschaft

Die beiden Arche-Gemeinschaften im Westen der Ukraine organisieren ihr Leben trotz des Krieges im Land. Das ist angesichts des häufigen Luftalarms, extrem gestiegener Preise und vieler Flüchtlinge eine große Herausforderung

Die Arche-Gemeinschaft in Lwiw in Vorkreigszeiten (links); die Arbeit in den Werkstätten geht weiter (rechts)

Die beiden Arche-Gemeinschaften in der Ukraine, in Lwiw (Lemberg) und Ternopil, befinden sich in dem Gebiet, das am weitesten vom derzeitigen Frontverlauf des Krieges in der Ukraine entfernt ist. Aber das bedeutet nicht, dass sie den Krieg nicht spüren. „Fast jeden Tag hören wir das Heulen von Sirenen, die Luftangriffe ankündigen“, berichtet Olesia Larikova, die Leiterin der Arche in Lwiw. Manchmal werde dieses Heulen von Explosionsgeräuschen und dann von den Sirenen der Einsatzfahrzeuge abgelöst, bis schließlich Stille eintrete. „Während des Krieges lieben wir alle die Stille. Sie bedeutet für uns eine gute Nachricht“, sagt die Gemeinschaftsleiterin.

Der Krieg hat zugleich die Verbundenheit der Archen auf der ganzen Welt bestärkt. „Wir fühlen uns enorm unterstützt und sind jeder Person und jeder Gemeinschaft sehr dankbar, die sich gemeldet haben, um uns zu helfen“, sagt Oksana Zakharevych von der Arche in Ternopil. „Wir haben viele Nachrichten erhalten mit dem Ausdruck von Unterstützung und Ermutigung und der Zusicherung, für uns zu beten.“ Auch die zuerst täglichen, später zweimal wöchentlichen Online-Gebete, an der sich viele Mitglieder und Freund/-innen von Arche-Gemeinschaften aus aller Welt beteiligt haben, hätten sie bestärkt und ihnen gut getan. „Wir sind allen sehr dankbar. Das war sehr wichtig für uns und hat vielen von uns sehr viel bedeutet.“

Zugleich haben viele großzügige Spenderinnen und Spender aus aller Welt es möglich gemacht, dass humanitäre Hilfe in Form von Lebensmitteln und anderen Gütern des täglichen Bedarfs die Archen in der Ukraine erreicht haben. Mit dieser Unterstützung konnten einge der Arche-Werkstätten weiter betrieben werden und die Gemeinschaft in Verbindung bleiben. „Isolation ist schon in normalen Zeiten für viele Menschen mit Behinderungen ein Problem, der Krieg hat dies noch verschlimmert“, sagt Olesia Larikova. Sie freut sich, dass sie dank der Spenden auch mehr Geräte für Mobilfunk und Internet anschaffen konnte.

Viele Arche-Mitglieder kommen wieder in die Werkstätten, andere bleiben noch lieber in ihren Familien. „Es ist wirklich wichtig, dass die Arche-Mitglieder mit einer Behinderung mindestens ein paar Mal pro Woche aus dem Haus gehen können“, sagt Basia Wojcik, Gesandte der Internationalen Arche für die Ukraine und Litauen. „Nach zwei Jahren Covid und jetzt diesem schrecklichen Krieg war es schwer für sie. Zumindest ab und zu in die Werkstatt zu kommen und Zeit mit ihren Freunden zu verbringen, wird allen helfen, sich in diesen schwierigen Zeiten besser zu fühlen.“

Um eine weitere Werkstatt zu öffnen, konnte die Arche in Lwiw kürzlich drei neue Assistenten einstellen, zwei davon Flüchtlinge aus dem umkämpften Osten der Ukraine. „Dank der finanziellen Unterstützung aus der internationalen Arche können wir unsere Assistentinnen und Assistenten auch zusätzlich finanziell unterstützen, was in dieser Zeit sehr wertvoll ist“, sagt Olesia Larikova. Denn die Preise seien insgesamt deutlich gestiegen. Das betrifft auch die Materialien für die Werkstattarbeit. Paraffin für Kerzen und Perlen für Halsketten sind derzeit nur schwer zu bekommen und die Preise dafür sind zwei- bis dreimal höher als vor dem Krieg.

Immer noch kommen Flüchtlinge aus dem Osten nach Ternopil und Lemberg und werden von den Arche aufgenommen und versorgt. Das Gemeinschaftsleben geht aber trotz Krieg und Alarmsirenen weiter. „Wir organisieren Gemeinschaftstreffen und Feiern, wenn auch hauptsächlich über das Internet“, berichtet Oksana Zakharevych. „Das Wichtigste ist, dass wir einander haben und alle am Leben und in Sicherheit sind.“ Mitglieder der Gemeinschaft erzählen, dass ihnen die Alarmsirenen nach 100 Tagen Krieg nicht mehr so viel Angst machen wie zuvor: „In der Nähe jeder Werkstatt gibt es einen Schutzraum, zu der wir alle den Weg kennen und zu dem wir gehen können, ohne in Panik zu geraten, wenn es einen Alarm gibt“, sagt Olesia Larikova. „Trotzdem fällt es uns schwer, uns an den Krieg zu gewöhnen. Wir hoffen, dass es bald vorbei ist.“

Olesia Larikova und Oksana Zakharevych, Arche Ukraine

Geschichten aus der Arche

Abendgebet mit Jörg

Als 1981 das erste Katimavic in Ledde, einem Ortsteil von Tecklenburg, stattfand und wir uns so sehr eine Arche wünschten, da sagte uns der Arche-Gründer Jean Vanier: „Wenn ihr eine Arche wollt, betet darum.“ (Mehr zu Jean Vanier: www.arche-deutschland.de/ueber-uns/jean-vanier). Das taten wir – jeden Sonntagabend in der Ledder Kirche. Die Leitung des Gebets hatte immer eine Person mit Behinderung. Fünf Jahre später wurde uns die Arche geschenkt. Aber die Abendgebete waren uns so wichtig geworden, dass sie weitergingen, 35 Jahre lang.

In diesen Jahren wählte Jörg aus der Arche Tecklenburg oft mich aus, um mit ihm das Gebet vorzubereiten. Die Auswahl der Lieder machte er perfekt, aber um den Bibelvers für die Zeit der Stille auszusuchen, brauchte er meine Hilfe. Ich las ihm aus den Herrnhuter Losungen die Texte der Woche vor. Wenn nichts davon Gnade fand vor seinen Augen, gab ich ihm die Bibel, er schlug sie auf und tippte mit dem Finger auf eine Stelle. Zweimal ist es vorgekommen, dass er diese Stelle auswählte: „Verlass dich nicht auf denen Verstand, sondern vertrau auf den Herrn von ganzem Herzen“(Spr 3,5). Dieses Geschenk von Jörg hat mein Leben verändert. Je älter ich werde, umso wichtiger und kostbarer wird mir dieser Bibelvers. **Dorothea Lagemann**

Wandern mit Georg

Bei der Spendenwanderung lernten wir Georg kennen, einen älteren Herrn aus Tübingen, der wegen Knieschmerzen immer mit dem Fahrrad unterwegs ist. Er hatte von der Wanderung gelesen und machte sich spontan auf nach Schwaderloch, das wir auf dem Weg durchqueren würden. Im Schatten eines Baumes hielt er Ausschau, aber wegen der großen Hitze ließ die Wandertruppe lange auf sich warten. Doch dann sah er die Begleitbusse vorbeifahren. Er schwang sich aufs Rad, erreichte sie – und war fortan ein treuer Mitwanderer. **Piere Rieger, Arche Landsberg**

FILMTIPP

„Zwischen uns“: ein Film über einen Jungen mit Asperger-Autismus

Schon die erste Szene des Films macht klar, um was es geht: Eva sitzt mit ihrem 13-jährigen Sohn Felix vor einem Spiegel und macht ihm verschiedene Gesichtsausdrücke vor. „Traurig?“ sagt Felix. Eva antwortet: „Nein fröhlich, siehst du? Die Mundwinkel zeigen nach oben.“

Felix hat Asperger-Autismus, deshalb fällt es ihm schwer, Gefühle zu erkennen. Auch mit den eigenen Gefühlen hat er Schwierigkeiten. Immer wieder hat er extreme Angst- und Wutattacken und läuft oft aus der Schule weg. Eva, aus deren Perspektive der Film erzählt wird, ist eine alleinerziehende Mutter, die alles versucht, um ein harmonisches Zuhause zu schaffen. Vertrauen, Verzweiflung, Hoffnung und Ohnmacht liegen oft dicht beieinander. Zunehmend fühlt sich Eva überfordert. Hilfe bietet ein Nachbar an, der Fischhändler Pelle. Da Felix Fische mag, gewinnt er das Vertrauen des Jungen. Am Ende eskaliert die Situation dennoch.

Diese Geschichte über Liebe und Loslassen erlaubt das Einfühlen in die Welt einer Alleinerziehenden, deren Kind immer wieder „aus dem Rahmen fällt“. Sehr einfühlsam schildert „Zwischen uns“ einen Menschen mit Asperger, dessen Verhalten selbst für Nahestehende manchmal unverständlich bleibt. Vor allem dank der subtilen Eindringlichkeit, mit der Liv Lisa Fries, bekannt aus der ARD-Serie „Babylon Berlin“, die Rolle der Eva spielt, und der zurückhaltenden Darstellung von Jona Eisenblätter als Felix berührt der Film. Er wird seit Mitte Juni in Kinos gezeigt. Da der Film in Zusammenarbeit mit dem Bayerischen Rundfunk und dem Sender Arte produziert wurde, wird er später auch im Fernsehen bzw. in der Mediathek zu sehen sein. **Thomas Bastar**

Termine

Wegen der unklaren Pandemie-Lage sind noch alle Termine mit Vorbehalt. Ebenso gelten möglicherweise besondere Corona-Regeln; derzeit besteht in der Arche Landsberg eine Test- und Maskenpflicht (Tests auch im Haus möglich). Also empfiehlt es sich, jeweils in den Gemeinschaften nachzufragen!

4.8.2022 Abendgebet in der Arche Tecklenburg: 17.30 Uhr, im Haus Apfelallee 23; danach ebenso jeden Donnerstag

7.9.2022 Hausgottesdienst der Arche Landsberg: 17.30 Uhr im Arche-Haus Erpftinger Str. 5, anschließend Buffet; weiter jeden ersten Mittwoch im Monat, abwechselnd evangelisch und katholisch

8.9.2022 Wortgottesdienst der Arche Tirol: 10.30 Uhr im Arche-Haus Bahnhofstraße 163, Steinach am Brenner, ebenso am 13.10. und am 10.11.

14.9.2022 Katholischer Gottesdienst der Arche Ravensburg: 17.30 Uhr, St. Jodokkirche, Eisenbahnstraße 20; jeweils am 2. und 4. Mittwoch im Monat katholischer oder evangelischer Gottesdienst

3.10.2022 Stadtlauf Landsberg mit Beteiligung der Arche: 12 Uhr, Start am Hauptplatz; Mitläufer/-innen und Mutmacher/-innen gesucht

27.11.2022 Dankgottesdienst der Arche Tirol: 10 Uhr in der Pfarrkirche in Gries am Brenner

3./4.12.2022 Nikolausmarkt in Tecklenburg: Cafeteria der Arche zugunsten der Arche Simbabwe

Wie Claus Michel die Welt sieht

Durch den krankheitsbedingten Ausfall eines Mitarbeiters übernahm ich im Juni kurzfristig die Koordination der diesjährigen Arche-Spendenwanderung. Wie bei vorherigen Wanderungen begleitete uns auch dieses Jahr ein hölzerner Wanderstab. Dieser Wanderstab erinnerte uns während der acht Tagesetappen immer wieder daran, dass wir unseren Weg nicht alleine, sondern in Gemeinschaft mit Anderen gehen. Er machte uns zudem bewusst, dass wir – ähnlich wie die Jünger von Emmaus – nicht nur mit menschlichen Gefährt/-innen unterwegs sind, sondern dass da ein Anderer mit uns geht.

Die Übergabe des Wanderstabes in Ravensburg an die dortige Gemeinschaftsleitung bildete den offiziellen Abschluss der Wanderung. Dass mich die Übergabe eines „Holzstücks" mit einer so großen inneren Freude erfüllen würde, hätte ich mir vor der Wanderung nicht vorstellen können. Zufrieden und dankbar bin ich dafür, dass die etwa 130 Teilnehmer/-innen der Wanderung wohlbehalten an ihren Wanderzielen angekommen sind. Dankbar bin ich dafür, dass viele der Teilnehmenden durch ihr Engagement zum Gelingen der Wanderung beigetragen haben. Dankbar bin ich, dass wir an vielen Orten herzlich aufgenommen wurde und gute Begegnungen und Gemeinschaft während der Wanderung möglich wurden.

Claus Michel ist Leiter der Arche in Deutschland und Österreich

Ich habe mir vor Beginn der Wanderung zwei Dinge vorgenommen, um die Koordination der Wanderung für mich persönlich gut zu meistern. Zum einen habe ich mir trotz der vielen Aufgaben und Begegnungen jeden Tag eine halbe Stunde Zeit für mich genommen. Zum anderen habe ich versucht, jeden Tag bewusst das Schöne und die Freude dieses Tages zu erleben. Das konnten Momente beim Wandern durch die Natur sein, ein erfrischendes Bad im Rhein, ein gutes Gespräch, ein Lächeln oder das Verweilen an einem schönen Ort. Ihnen und Euch wünsche ich das Erleben, von einem anderen begleitet zu werden, und dass das Leben trotz Herausforderungen und Schwierigkeiten viel Schönheit und Freude bietet.

Einer von 10 000

Menschen in der Arche: Tobias Gerken aus Straßburg

Seit Anfang des Jahres ist Tobias Gerken, der aus einem Dorf in der Nähe von Hamburg stammt, der neue Leiter der Arche Straßburg. Im Mai haben Tobias und seine Frau zudem ihr erstes Kind bekommen. Beides dürfte dafür sorgen, dass Tobias deutlich sesshafter wird. Zuvor war er zehn Jahre lang der Personalleiter der Internationalen Arche, was mit vielen Reisen verbunden war. Auch vor seiner Zeit bei der Internationalen Arche war der Norddeutsche und Wahl-Franzose eng mit der Arche verbunden. Direkt nach seinem Studium des Sozialmanagements wurde er in der Arche Ravensburg Referent für Öffentlichkeitsarbeit und Verwaltung. Zudem war Tobias zehn Jahre lang bis 2018 Mitglied im Vorstand der Arche Deutschland und Österreich.

„Die Arche ist der Ort, an dem ich mich beruflich, geistlich und persönlich wiederfinde", sagt der 42-Jährige. „Die persönliche Beziehung zu Menschen mit geistiger Behinderung ist für mich immer bereichernd. Sie bringen den spielerischen und humorvollen Tobias zum Vorschein", erklärt er. Die ersten Erfahrungen mit Menschen mit Behinderung hat er bei einem Freiwilligenjahr in einer französischen Arche gemacht: „Das waren schöne, manchmal auch schwierige, aber insgesamt sehr prägende Erlebnisse." Bezeichnend für seine Freundschaften mit Menschen mit geistiger Behinderung ist die Tatsache, dass Daniel Frick, ein Arche-Bewohner aus Ravensburg, sein Trauzeuge war.

Die Arche ermöglicht es, über Differenzen und Unterschiede hinweg voneinander zu lernen, meint Tobias. Das deutet er auch spirituell: „An ihren besten Tagen ist die Arche ein möglicher Versuch, dem Reich Gottes auf Erden näher zu kommen. Manchmal passiert etwas, das uns erhebt, weil Gottes Segen und menschliches Wirken zusammen kommen." **tba**

IMPRESSUM **Herausgeber: Arche Deutschland und Österreich e.V.,** Bodelschwinghweg 6, 49545 Tecklenburg • **Gemeinschaften in Deutschland:** Tecklenburg, Ravensburg, Landsberg/Lech • **Gemeinschaft in Österreich:** Tirol (mit Häusern in Steinach und St. Jodok) **Vorstandsvorsitzende:** Ina Eggemann • **Leiter der Arche in Deutschland und Österreich:** Claus Michel; Telefon: 0049-(0)6341-511 74; E-Mail: claus.michel@arche-deutschland.de • **Öffentlichkeitsarbeit und Fundraising:** Thomas Bastar (V.i.S.d.P.) • **Kontakt:** Telefon: 0049-(0)40-712 02 95 **E-Mail:** kommunikation@arche-deutschland.de • **Internet:** www.arche-deutschland.de • **Konzept/Grafikdesign:** Judith Meyer-Fuß • **Druck:** GemeindebriefDruckerei.de • **Hinweis:** Nachdruck und anderweitige Verbreitung, auch auszugsweise, ist nur mit Genehmigung des Herausgebers zulässig.
GESCHLECHTERGERECHTE SPRACHE Indem wir in unseren Texten, wo immer möglich, die grammatikalisch weibliche und männliche Form verwenden, wollen wir alle Menschen inklusiv ansprechen: Frauen, Männer und diverse Personen, die sich weder als Mann noch als Frau verstehen.