

# *mamma mia*



*Lieblingsorte*

AUSGABE 60 / 01 2020

# Vereinszeitung vom Mütterzentrum / MehrGenerationenHaus

60. Ausgabe im Juni 2020

## Herausgegeben von:



**Mehr  
Generationen  
Haus**  
*Wir leben Zukunft vor*

Mütterzentrum Braunschweig e. V.  
MehrGenerationenHaus  
Hugo-Luther-Straße 60A  
38118 Braunschweig



Tel. 0531-89 54 50  
Fax: 0531-280 89 16

Email: [info@muetterzentrum-braunschweig.de](mailto:info@muetterzentrum-braunschweig.de)  
Homepage: [www.muetterzentrum-braunschweig.de](http://www.muetterzentrum-braunschweig.de)

## Reguläre Öffnungszeiten:

Mo – Do 9.00 – 18.00 Uhr  
Fr 9.00 – 13.30 Uhr  
- kann Corona-bedingt abweichen -

Spenden bitte auf das Konto  
IBAN: DE64 2505 0000 0002 3189 88  
BIC: NOLADE2HXXX bei der  
Braunschweigischen Landessparkasse  
überweisen! Danke!

## MitarbeiterInnen dieser Ausgabe:

### Texte und Fotos:

*Nitshtman Adollahi, Anke Bierbaum-Schulte, Maren Brennecke, Sandra Büdke, Rita Dippel,  
Jürgen Döhrmann, Monika Döhrmann, Ina Eisermann, Margaux Erdmann, Georg Grätz,  
Uta Hirschler, Nina Jensch, Christa Karras, Lina Kohring, Katja Matussek,  
Heidemarie Mundlos, Ayse Özmezarci, Gisela Ohnesorge, Carola Reimann, Marita Rindels,  
Frauke Rühlemann-Wybrands, Franziska Rutz, Anja Sandroock-Krug, Jutta Schmidt,  
Heinrich Schubert, Edmund Schultz, Lea Simon, Thorsten Stelzner, Alea Stephan, Marion Tempel*

### Layout:

Sandra Büdke

### Gefördert von:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

Stadt



Braunschweig



Niedersächsisches Ministerium  
für Soziales, Frauen, Familie,  
Gesundheit und Integration



**DER PARITÄTISCHE**  
UNSER SPITZENVERBAND

## *Liebe Leserinnen, liebe Leser,*

---

*das Thema dieser Ausgabe der mamma mia lautet*

### *Lieblingsorte*

*Als wir uns auf dieses Thema verständigten, hatte die Pandemie uns noch nicht erreicht. Dass der Ort unseres Aufenthalts so im Fokus der nächsten Monate stehen würde, ahnten wir nicht. Auch nicht, dass wir alle so viel wie irgend möglich an diesem einen Ort - unserem Zuhause - bleiben sollten. Wir dachten an Orte, wo man sich rundum wohlfühlt, wo man ganz man selbst sein kann, auftanken kann. Seit Mitte März hat sich unser aller Alltag verändert. Es ist spannend zu lesen, was die Krise mit den Wohlfühlorten gemacht hat, ob und wie es den Blick darauf verändert hat.*

*Dieses Heft nimmt uns mit auf die Reise zu den Lieblingsorten unserer Autoren und Autorinnen. Wir finden Artikel zu realen Orten mit Namen, regelrechte Liebeserklärungen an ganz konkrete öffentliche Orte in Braunschweig, zu Gärten als heilsame Orte, zur Erdung in der Natur, zu angestammten Urlaubsorten, zum Freundinnentreff am Meer, zum Arbeitsplatz im Stadtarchiv, zu neuen digitalen Treffpunkten, zu Erlebnisorten wie Bücher oder dem Internet.*

*Vielen, vielen Dank an die Autoren und Autorinnen, die uns mit auf die Reise nehmen und uns so gedankliche Ortswechsel anbieten.*

*Wir freuen uns, auch über die mamma mia miteinander in Kontakt zu bleiben und noch mehr auf Zeiten, in denen wieder mehr persönliche Begegnungen möglich sind.*

*Jutta Schmidt*

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	3	.....	
<b>Aus dem Haus</b>			
Neues aus unserem Haus	6		
Aktuelles und Termine	6		
Jubiläen	7		
<b>Thema</b>			
Ruhe in der Bücherei	8		
Lieblingsort Magnikirchplatz	9		
Lieblingsort	10		
Nichts ist mehr so wie es mal war?	11		
Mein spiritueller Lieblingsort in Braunschweig	12		
Was Kirschbaumblüten und Meer gemeinsam haben	13		
Arbeitsplatz Stadtarchiv	14		
Schöne Orte - Riddagshausen	16		
Barfuß im Wattenmeer	17		
Lieblingsort: Kaltern an der Südtiroler Weinstraße	18		
#meinlieblingsort – Der Ort der vielen Orte	20		
Die Welt im Kinderzimmer	22		
Lieblingsplätze	24		
Wenn man seinen Lieblingsort verlassen muss	26		
Mein Lieblingsort in Zeiten von Corona	29		
<b>Corona</b>			
#stayathome – schöne u. kreative Momente unserer jüngsten Besucher*innen			34
Informationen über den Corona-Virus in Leichter Sprache			36
Hausaufgabenhilfe in Coronazeiten			38
Gute Nacht, Deutschland!			39
<b>Engagement</b>			
Wir brauchen einen Klima-Rettungsschirm			40
Bedeutung von sozialem Engagement			41
Besuch einer polnischen Nichtregierungsorganisation im Mütterzentrum			42
Gute Geister!			43
Absenkung des Bordsteins am Fahrrad-abstellplatz			44
<b>Buchbesprechung</b>			
			45
<b>Aktionen</b>			
Fachtag „In guter Nachbarschaft!“			46
Kinder stärken - Paten gewinnen			46
Ausstellungseröffnung „Mehr als Blau“			47
Neuer Schrank für das Kinderzimmer dank Spende			47
<b>Lieblingsrezepte</b>			
			48
Mut-mach-Spende			50

A dirt path leads through tall grass and trees under a blue sky. The path is made of dirt and small stones, flanked by green grass and some dry, brown grass. The trees are dense and green, with some yellow flowers visible on the right. The sky is a clear, bright blue with a few wispy clouds. A large white circle is overlaid on the image, containing text.

*„Stell dir vor,  
du schließt deine Augen  
und möchtest an keinem  
Ort lieber sein,  
als in dir selbst.“*

*Laura Malina Seiler*

---

## Neues aus unserem Haus

---



Hallo, ich bin **Anja**, 53 Jahre alt, komme aus Nordhessen und wohne seit Dezember 2018 hier im Westlichen Ringgebiet in Braunschweig. Ich freue mich, dass es das Nachbarschaftszentrum hier in der Hugo-Luther-Straße gibt. Das war die erste Anlaufstelle für mich. Hier habe ich viele Menschen kennengelernt und jetzt möchte ich hier im Secondhandladen aktiv werden.

\*



**Frauke Rühlemann-Wybrands** arbeitet seit Februar 2019 als Hausmeisterin bei uns im Haus. Viele Gespräche mit der Politik waren nötig und letztendlich erfolgreich, um die Finanzierung ihrer Stelle zu sichern. Wir freuen uns!

\*



Du bist Ehrensache: Anlässlich des 70-jährigen Bestehens hat der Paritätische Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V. 100 Menschen ausgezeichnet, die sich auf vielfältige Weise für andere einsetzen. Am 17.02.2020 erhielten sie das Goldene Ehrenzeichen des Verbandes. **Marita Rindels** gehörte dazu. Gratulation!

---

## Aktuelles und Termine

---

- > **Öffnungszeiten in den Sommerferien:** Wir hoffen, dass wir in den Sommerferien halbtags geöffnet haben können und im August stufenweise den Regelbetrieb wieder aufnehmen können.
- > **Die Mitgliederversammlung** wurde aufgrund der Coronasituation verschoben. Der neue Termin wird rechtzeitig bekannt gegeben.
- > **Regelmäßige Termine** wie Bingo, Strickcafé, Babygruppen, Tanzen etc. werden wir wieder durchführen, sobald die Infektionslage es zulässt. Aktuelle Informationen finden Sie entweder auf unserer Homepage [www.muetterzentrum-braunschweig.de](http://www.muetterzentrum-braunschweig.de) oder über unsere entsprechenden Emailverteiler. Sie können uns auch gerne anrufen unter 0531 - 895450.

## *Jubiläen*

*Wir gratulieren unseren Mitgliedern zum  
Jubiläum und danken herzlich für die  
lange Mitgliedschaft und Unterstützung:*

### *25 Jahre*

Dolores Alf-Mehl  
Anja Owusu

### *20 Jahre*

Violetta Lenz

### *15 Jahre*

Birgit Haack  
Susanne Schirmer  
Kirsten Steffen

### *10 Jahre*

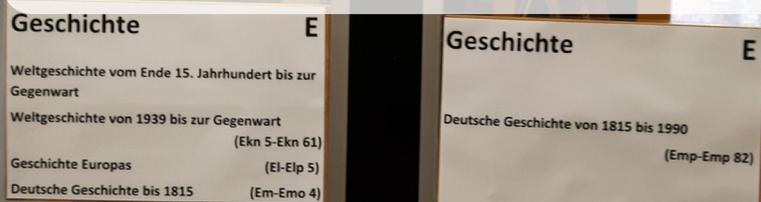
Sadiye Celik-Turgut  
Monika Horn  
Gülhan Övüc

### *5 Jahre*

Marita Bartusch  
Anne Bertram  
Wilfried Birkhold  
Sigrid Demski  
Alfred Götz  
Kerstin Hentschel  
Gerlinde Hill  
Astrid Hilmer  
Tran Huyen  
Jongrak Khantee  
Lena Leupold  
Klaus-Dieter Licht  
Stefanie Marx  
Renate Pandikow  
Heidi von Pein  
Rosemarie Peukert  
Annegret Polony  
Dieter Rauhe  
Birgit Reinhart  
Angelika Schunke  
Helga Weber

# Ruhe in der Bücherei

von Monika Döhrmann



Ich bin in einem Haushalt aufgewachsen, in dem es keine zehn Bücher gab. Und die, die es gab, waren zur Dekoration in die Anrichte gestellt. Erinnern kann ich mich an „Vom Winde verweht“.

Aber die Technik des Lesens hat mich schon vor dem Schuleintritt fasziniert. Oft habe ich mir eine Zeitung genommen und so getan, als würde ich lesen. Das einzige, worauf ich geachtet habe, war, die Zeitung richtig herum zu halten und von vorn nach hinten zu lesen. Das hatte ich ja bei Erwachsenen gesehen und einfach nachgeahmt.

Als ich in die Schule kam, war ich unglaublich stolz darauf, eigene Bücher zu besitzen. Ich kann mich noch gut an meine Lesefibel erinnern.

Lesen konnte ich dann doch nicht so schnell, wie ich es mir gewünscht hatte. Wir haben nach der Ganzwortmethode gelernt. Weil ich gut auswendig lernen konnte, habe ich alles Gelesene einfach aufgesagt. Aber irgendwann im zweiten Schuljahr war es soweit: Ich konnte Lesen!

Und dann gab es den Büchereibus. Er hielt in unserem Dorf jede zweite Woche, und ich konnte mir Bücher anschauen und ausleihen. Neue Welten eröffneten sich. Was für eine Erfahrung!

Später auf der weiterführenden Schule in der Kreisstadt bin ich regelmäßig in die Stadtbücherei gegangen, um mir etwas zum Lesen auszuleihen, um für Arbeiten zu recherchieren oder um einfach nur die ruhige Atmosphäre einer Bücherei zu genießen. Wir waren zu Hause sechs Kinder und es gab vieles, aber Ruhe gehörte nicht dazu.



Später in der Oberstufe verbrachte ich noch mehr Zeit in der Stadtbücherei, weil ich als Fahrschulkind, selbst wenn ich nur die 7. Unterrichtsstunde hatte, erst am Abend wieder nach Hause fahren konnte. Die Stadtbücherei war ein Wohlfühlort: Ich konnte im Warmen sitzen und Hausaufgaben an einem eigenen Platz mit Blick auf ein schönes Backsteingebäude machen. Wenn ich damit fertig war, bin ich die Buchreihen entlang gegangen und habe in verschiedene Bücher einfach hineingelesen.

Besonders gern war ich in den Abteilungen Geografie, Geschichte und Literatur. So bin ich in Gedanken in ferne Länder gereist, bin in schreckliche Zeiten geraten wie den 30-jährigen Krieg oder habe Dramen gelesen wie „Iphigenie auf Taurus“ von Goethe, Romane wie Zolas „Nana“ oder Fontanes „Effi Briest“.

Auch heute fühle ich mich in Büchereien wohl, weil ich diese besonderen Erinnerungen einfach in mir habe.

*„Entscheidend ist: Geisteswerke schicken uns auf intellektuelle Abenteuer und machen uns mit außerordentlichen Frauen und Männern bekannt (auch mit Monstern wie den irrsinnig gewordenen Elfenbeinhändler Kurtz). Sie brechen den Käfig unserer Routine und Beschränktheit auf, sie erweitern unser Einfühlungsvermögen und unsere moralische Fantasie. Bildung ist das Gegenprogramm zu einer Mentalität, die satt und träge um sich selbst kreist. Zum geistigen und seelischen Daumenlutschertum. Zum Narzissmus.“* Jan Ross

Quelle: „Die Zeit“ vom 16.01.2020, S. 36

---

## Lieblingsort Magnikirchplatz

---

von Carola Reimann



Einer meiner Lieblingsorte ist ganz eindeutig der Magnikirchplatz in Braunschweig. Was ich an ihm mag sind seine Vielfalt und die ganz unterschiedlichen Stimmungen, je nach Tageszeit. Hier im Herzen des Magniviertels kann man ganz Unterschiedliches erleben.

Zuerst fallen auf dem Platz die Gebäude auf. Umsäumt von vielen malerischen alten Häusern steht die Magnikirche. Ihre ganz eigene Form mit den unterschiedlichen Türmen und der prägnanten Figur erzählt von den Jahrhunderten der Geschichte unserer Stadt. Insgesamt wirkt sie nicht protzig oder übermäßig imposant, erfreut aber das Auge jedes Mal erneut, wenn man ein weiteres kleines Detail entdeckt, das man vorher noch gar nicht bemerkt hat.

Auf dem Platz davor, der von schönen alten Laterne umstanden ist, spielt sich aber die wahre Faszination ab: Die Besucherinnen und Besucher. An Wochentagen huschen hier tagsüber viele Beschäftigte entlang, in der warmen Jahreszeit baut die örtliche Gastronomie die Außenplätze auf, die sich nach und nach füllen. Viele kommen vorbei, um sich in die Sonne zu setzen, Freunde

zu treffen oder am Nachmittag ein erstes Getränk im Freien zu genießen. Abends verwandelt sich der Platz zum Treffpunkt des Nachtlebens. Die zahlreichen Kneipen des Viertels locken Nachtschwärmer der ganzen Region an, die hier in den Sommermonaten auch gerne auf dem Weg zwischen zwei Lokalen einen Zwischenstopp auf den Bänken des Platzes einlegen.

Besonders ist auch der Markttag am Donnerstag: Hier kann man viele bekannte Gesichter treffen und nebenbei frisches Obst und Gemüse oder Pflanzen in großer Auswahl kaufen. Zwischen den duftenden Blumen bleibt noch die Zeit für ein Schwätzchen und man kann sich austauschen, welche besonderen frischen Waren am jeweiligen Tag zu ergattern sind.

Meine absolute Lieblingszeit ist aber der frühe Morgen: Wenn der Platz noch ganz still ist und die Sonne des Morgens die alten Gebäude in ein ganz besonderes Licht taucht, entsteht eine einzigartige Stimmung. **Das ist ein Moment und ein guter Ort, um in der manchmal etwas hektischen Stadt Kraft zu tanken für den Tag.**

# Lieblingsort

von Christa Karras



Mein Lieblingsort ist weit weg. Seit mehr als 30 Jahre fahre ich dorthin. Er ist in der Regel warm, sonnig und liegt am Meer. Auf das schaue ich täglich. Sehe die Wellen kommen und gehen, sie sind immer wieder anders, keine ist wie die andere. Mal plätschert das Meer nur vor sich hin, mal kommen die Wellen bis auf den Platz und die Straße und verhindern, dass ich mit den anderen draußen sitze. Denn dann ist auch meistens Sturm. Keine Stühle draußen, zu gefährlich. Aber das ist sehr selten.

Mein Café ist morgens der Treffpunkt mit meinen Freund\*innen, die auch schon lange – so wie ich – jedes Jahr wieder kommen. Wir treffen uns dort, haben einige Wochen dort ein sehr intensives soziales Leben und gehen dann wieder auseinander – fast jede wohnt an einem anderen Ort in Deutschland.

Es gibt eine „Stammgruppe“, die aber sehr flexibel ist. Mal kommt jemand hinzu, die/der sozusagen „mitgebracht“ wird. Mal lernt man jemanden dort kennen, die/der die Gruppe dann erweitert. Aber es gibt auch Veränderungen, die schmerzlich sind. Zwei von unserer „Stammgruppe“ können altersbedingt nicht mehr kommen, eine krankheitsbedingt, eine andere ist schon gestorben. Mit

Postkarten und Fotos von uns versuchen wir die Verbindungen zu halten...

Es gibt feste Rituale: Morgens das Café, zum späten Nachmittag ein anderes Café mit Blick auf den Sonnenuntergang. ...und dann abends evtl. ein Restaurant oder es wird im Appartement gekocht. Von meiner Terrasse sehe ich das Dorf und das Meer. Ich lese sehr viel oder lasse mir Geschichten von meinem MP3-Player vorlesen. Oder spiele, allein oder mit Freund\*innen. Um mich herum blüht es und die Vögel zwitschern laut und ausdauernd. Sitzen, hören und schauen, auch so kann ich Stunde um Stunde verbringen.



Doch in diesem Jahr sind wir alle aufgeschreckt. Können wir uns überhaupt wieder an unserem Sehnsuchtsort treffen in Zeiten von Corona? Ich kann auf alle anderen Reisen, die ich eigentlich schon geplant habe, verzichten. Aber nicht auf die Freund\*innen auf

meiner Sehnsuchtsinsel. Zurzeit telefonieren wir viel, halten Kontakt per Whatsapp oder per Mail. Und ich genieße den Garten... Er ist inzwischen Unkrautfrei! Beim Wachsen der Pflanzen kann ich zuschauen und mich an den Blumen erfreuen...

Wie lange noch?

## Nichts ist mehr so wie es mal war?

von Gisela Ohnesorge



Lieblingsorte – da fallen mir zunächst Urlaub und Freizeit ein. An einem schönen See, vielleicht auch im Hintergrund Berge. Oder am Meer an einem wunderbaren Abend mit einer Sonne, die im Wasser versinkt.

Aber der Ort, an dem ich mich momentan fast ausschließlich aufhalte, ist mein Zuhause.

In der gegenwärtigen Coronakrise geht es den meisten Menschen so, dass sie von Lieblingsorten nur träumen können. Aber das Zuhause gewinnt eine ganz neue Dimension. Ich merke, dass ich froh und dankbar bin, dass ich mein Zuhause als angenehm empfinde, als einen Ort, der mich schützt und an dem ich es trotz aller empfundenen Einschränkungen aushalten kann. Mir wird aber noch einmal viel deutlicher bewusst, was die momentane Situation für Menschen bedeutet, die kein Zuhause haben, die obdachlos sind. Gerne wird in den Medien und auch von Politikern in dieser Zeit beschworen, dass wir doch alle im gleichen Boot sitzen. Sicher, die gesundheitliche Bedrohung betrifft uns alle, aber ob sie uns tatsächlich auch alle in gleicher Weise gefährdet und trifft, steht auf einem ganz anderen Blatt. Als Bewohnerin oder Bewohner eines Hauses mit Garten sieht meine häusliche Isolation ganz anders aus, als wenn ich in einem großen Mietshaus, vielleicht ohne Balkon, mit mehreren Personen auf engem Raum lebe. Und hygienische Standards kann ich als Obdachlose/r kaum einhalten. Wenn wir denn

tatsächlich alle im gleichen Boot sind, dann sind einige in den Luxussuiten und viele andere unter Deck. Vielleicht sind wir aber auch mit unterschiedlichen Booten unterwegs, die einen mit Luxusyachten und die anderen mit Schlauchbooten.

Der Lieblingsort für Menschen, die arm sind, die unter Existenznot leiden, dürfte ganz anders erträumt werden, als der, den gut situierte Menschen sich erträumen, auch jetzt in der Krise.

Unser, also der Menschheit gemeinsamer Ort ist die Erde und diese Erde sollte auch unser gemeinsamer Lieblingsort sein.

Dafür müssen wir aber etwas tun. Die Pandemie hat uns sehr deutlich vor Augen geführt, dass wir Menschen nicht die großen Macher sind, wir eben doch nicht alles im Griff haben, wie manche gerne glauben. Aber werden wir tatsächlich klüger, menschlicher aus dieser Krise gehen? Werden wir erkennen, dass wir es in der Hand haben, unsere gesamte Welt zu einem Lieblingsort oder aber zu einem Schreckensort zu machen? Im Moment fokussieren wir uns auf das Virus, alles andere tritt in den Hintergrund. Aber alle anderen Probleme dieser Welt, die Aufspaltung in Arm und Reich und die Klimaveränderung, um zwei wesentliche zu benennen, sind nicht verschwunden. Egal, wo unser Lieblingsort liegt, ob er in den Bergen oder am Meer oder aber unser Zuhause ist, wir müssen uns klar machen, dass wir die Verantwortung dafür tragen, dass solche Orte für alle vorhanden sein müssen. Und wir haben Verantwortung, diese Orte auch zu erhalten und sie nicht in der Gier nach Profit zu zerstören.



---

# Mein spiritueller Lieblingsort in Braunschweig

---

von Uta Hirschler, Vorstand Diakonisches Werk evangelischer Kirchen in Niedersachsen

Sie fragen mich als ehemalige Braunschweiger Pröpstin nach meinem heutigen spirituellen Lieblingsort in Braunschweig. Dabei ist Braunschweig viel zu schön für nur einen Lieblingsort.

Und Sie erwarten die Antwort mitten in den Kontaktbeschränkungsmaßnahmen der Corona-Epidemie. Es ist eine Zeit, in der viele Menschen spüren, wie hart der Kern unseres Miteinanders betroffen ist. Aus Einrichtungen der Diakonie, für die ich heute im Landesverband tätig bin, erfahre ich das derzeit täglich. Da wird sichtbar, was wir ohnehin wissen, aber oft nicht weiter bedenken: Das Leben ist mitunter gefährlich und traurig, manchmal zum Verzweifeln und oft nicht selbstverständlich schön. Es wird dann schön, wenn ausgesprochen werden kann, verstanden wird und Antwort findet, was sprachlos macht: Das Erfreuliche ebenso wie das Leidvolle und Traurige, das Hoffnung-Stiftende ebenso wie das Beschämende und das, was die Seele zutiefst beunruhigt.

Mein spiritueller Lieblingsort hat dafür Platz.

Ich habe einen Ort in der St. Magni-Kirche ausgewählt. Diese Kirche wurde nach dem Krieg so wieder aufgebaut, dass sichtbar ist: Dies alte Got-

teshaus hat Wunden geschlagen bekommen und ist aus alten Steinen und neuem Material neu geworden: Eine moderne Wand und asymmetrische Architektur ergänzen hinter dem alten Chorraum mit der großen Taufdecke die Bögen und Gemäuer.

Im Zentrum der Kirche über dem Altar hängt ein großes Bronzekreuz. Es macht diesen Ort in dieser Zeit zu meinem Sehnsuchts- und Lieblingsort. Der am Kreuz starb und hängt erfuhr die Gewalt und Gottverlassenheit dieser Welt. Er kennt Schrecken und Angst, Leid, Not und Einsamkeit und auch den Eigensinn weltlicher Machtlogik. Aber an diesem Kreuz umgeben sechs Engel den Gekreuzigten. Sie führen mir vor Augen, dass Jesus nicht allein geblieben ist. Für mich symbolisieren sie Gottes Gegenwart und Mitgefühl. Und sie erinnern mich daran, dass der Auferstandene den Seinen sagen wird: „Ich lebe und ihr sollt auch leben.“

So ist diese Kirche mit diesem Kreuz ein Ort der Hoffnung. Meine Sorgen um andere und die Fragen angesichts der derzeitigen Not kann ich hier ebenso lassen wie meine Freude über Hilfsbereitschaft und meinen Dank für Gelungenes. In dieser Zeit von Verzicht auf direkten Kontakt und Begegnung, in der ich wie die meisten alltägliche, gemeinsame Erfahrungen vermissen, habe ich diesen Ort besonders gerne vor Augen – in erinnernden Gedanken ebenso wie in der Realität.

Ihnen wünsche ich für Ihre Lieblingsorte vergleichbare Qualität und Schönheit und grüße Sie herzlich.

PS: Als Ort der Stille und des Gebetes ist die St. Magni-Kirche derzeit täglich von 10 bis 18 Uhr geöffnet. Ob sich das aktuell ändert, erfahren Sie unter: [www.magni-kirche.de](http://www.magni-kirche.de)



## Was Kirschbaumblüten und Meer gemeinsam haben

von Anke Bierbaum-Schulte

Eigentlich wollte ich diesen Artikel lange vor Corona schreiben, darüber erzählen, wie gerne ich am Meer bin.

Ich liebe die Weite und das Gefühl, frei atmen zu können und meinen Blick schweifen zu lassen. Ich genieße lange Spaziergänge am Strand, bei denen meine Gedanken unterwegs sind, ich sie gut sortieren kann und so auf viele Fragen schon Antworten gefunden habe. Anstrengendes fällt von mir ab. Es ist mir gleich, zu welcher Jahreszeit ich mich an diesem Ort aufhalten kann. Jede Zeit hat ihren Reiz. Ob es das aufgewühlte Meer mit stürmischen Winden in den Wintermonaten ist, was müde macht und mich gut schlafen lässt oder die sanfte Brandung bei ruhigen Wetterlagen. Ob ich in Schuhen oder barfuß am Spülsaum entlang stapfe, mich immer wieder nach einer noch schöneren Muschelschale bücke, ganz gleich – es ist jedes Mal wieder neu und gut. Im Hochsommer ein Badeurlaub am Meer ist allerdings nicht meine erste Wahl. Frühjahr und Herbst sind schon gute Zeiträume für einen Urlaub auf einer Nordseeinsel, mit einem Buch in der Tasche und Zeit für einen Tee in einer windgeschützten Ecke draußen. Ein kurzes erfrischendes Bad im warmen Mittelmeer nach einer langen Wanderung ist allerdings auch etwas sehr Schönes.

Und dann kam Corona und ich konnte nicht

meine bereits geplante Zeit an der Nordsee verbringen. Schade. Nebenbei gesagt ist das allerdings im Vergleich zu den Einschränkungen und Verlusten fast aller Menschen in dieser Zeit eigentlich nicht besonders erwähnenswert.

So saß ich zu Hause wie alle, hatte dort Zeit zum Nachdenken und ließ meinen Blick von meinem Esstisch aus schweifen. Er fiel dabei in den Garten auf einen üppig blühenden Kirschbaum. Er blühte in diesem Jahr so prächtig wie schon lange nicht. Immer wieder habe ich ihn betrachtet und ihm morgens vor dem Frühstück in frischer sonniger Luft einen Besuch abgestattet. Es war eine wunderbare Zeit, in der sich ganz unabhängig von Corona die Obstbäume blühend gezeigt haben und der Frühling mit seinem Grün üppig war um uns herum. Überhaupt fiel es mir bei jedem Spaziergang oder jeder Radtour auf, wie viel Grün wir hier in Braunschweig und Umgebung haben und in was für einer schönen Gegend und schönen Stadt wir wohnen. Jetzt weiß ich sie noch mehr zu schätzen.

So hatte gefühlt mein Lieblingsort ‚Meer‘ für kurze Zeit in meinen Gedanken den zweiten Platz belegt. Und außerdem kann ich mich zu Hause mit meinen gesammelten Muscheln um mich herum immer wieder an schöne Zeiten am Wasser erinnern.

---

# Arbeitsplatz Stadtarchiv

---

von Katja Matussek, Stadtarchiv Braunschweig

„In einen grauen Kittel gekleidet stieg sie hinab in den Keller des Schlosses und öffnete die schwere Holztür, hinter der die wertvollen Unterlagen verborgen lagen. Staubgeschwängerte Luft schlug ihr aus der Dunkelheit entgegen und sie begann ihre Suche...“

Diese Assoziation teilen viele, wenn ich von meinem Beruf als Archivarin erzähle. Aber in der Realität sieht mein Arbeitsalltag ganz anders aus, auch wenn er sich größtenteils tatsächlich im Braunschweiger Schloss (-neubau) abspielt. Schon früh haben mich Geschichten aus der Vergangenheit fasziniert und so habe ich nach dem Abitur ein Studium der Geschichte und Germanistik begonnen. Im Rahmen eines Seminars besuchten wir das Stadtarchiv Braunschweig, das zu der Zeit noch am Löwenwall untergebracht war. Das Eintauchen in die schriftliche Überlieferung der Geschichte meiner Heimatstadt hat mich so beeindruckt, dass ich mich kurzerhand einige Monate später auf die Ausschreibung der Stadt zu einer Ausbildung zur Archivarin beworben und die Zusage bekommen habe.

Das duale Studium setzte sich aus der praktischen Ausbildung im Archiv (damals im Staatsarchiv Osnabrück) sowie den überwiegend theoretischen Studien an der Archivschule Marburg zusammen, wo neben Geschichte und historischen Hilfswissenschaften in erster Linie die Paläographie, also die Handschriftenkunde gelehrt wurde, die einen unabdinglichen Grundstein für die Arbeit als Archivar\*in bildet, denn die Inhalte der historischen Quellen lassen sich nur über das Lesen

der Schriften verschiedenster Zeiträume erschließen.

Die Räumlichkeiten des Stadtarchivs befinden sich auch nicht im Keller, sondern im 4. Stock des Nordflügels des Schlosses. Von außen ist dieses Stockwerk nicht sichtbar, denn hinter den Außenmauern liegen die acht Magazinräume des Archivs, während der öffentliche Lesesaal und die Büros mit den Fensterfronten nach innen zum Glasdach des Eingangsbereichs der Schlossarkaden ausgerichtet sind.

Der Lesesaal bietet 15 Arbeitsplätze, darüber hinaus gibt es einen technischen Lesesaal mit Lesegeräten für Mikrofilme und Mikrofiches sowie einen Zeitungs-PC für die Einsichtnahme in die digitalen Ausgaben der Braunschweiger Zeitung. Im Lesesaal befindet sich auch die Information, wo die jeweils diensthabenden Kolleg\*innen den Besuchern bei ihren Anliegen und der Quellensuche behilflich sind. Auf 1500 qm werden rund 9 km Schriftgut in klimatisierten Magazinen aufbewahrt, die im Lesesaal über Findbücher oder die Archivsoftware recherchiert werden können. Denn die Verzeichnung der Inhalte und die eindeutige Signierung der Archivalien durch die Archivare ist die Voraussetzung für die „Auffindbarkeit“ und eine der Kernaufgaben eines Archivars. Im Gegensatz zur Bibliothek werden im Archiv kaum Drucksachen, sondern überwiegend Handschriften wie Urkunden, Stadtbücher, Akten und Pläne verwahrt, weswegen sie nur zur Einsicht in den Lesesaal bestellt werden und nicht ausgeliehen werden können. Die älteste



Die älteste



schriftliche Überlieferung unserer Bestände ist die Weiheurkunde der Magnikirche von 1031, auf deren Grundlage wir im Jahr 2031 das Tausendjährige Stadtjubiläum begehen können.

Unsere Besucher\*innen kommen mit verschiedensten Anliegen zu uns. Vom Familienforscher über Wissenschaftler und Heimatforscher bis hin zu Studierenden und Schülergruppen oder interessierte Bürger\*innen, die sich zu bestimmten Themen der Stadtgeschichte informieren wollen.

Was mir an meinem Beruf besonders gefällt, ist die Vielfalt der Aufgaben, der Kontakt zu Menschen und der abwechslungsreiche Arbeitsalltag. Bei der Beratung der Besucher bei ihren Forschungsanliegen, aber auch der Zusammenarbeit mit den Behörden und Abteilungen der Stadtverwaltung, die uns ihre Unterlagen zur Bewertung auf Archivwürdigkeit anbieten müssen, wie auch Privatpersonen, die uns Unterlagen aus der Familie, ihrer Firma oder Vereines überlassen möchten oder Schülergruppen, die zu den Stolpersteinen recherchieren, hat man Kontakt zu unterschiedlichsten Personen. Eine besondere Herausforderung ist seit einigen Jahren die Umsetzung der Langzeitarchivierung digitaler Daten und Akten. Seit Beginn des Jahres wird die vielgenutzte Zeitungsausschnittsammlung, die seit 65 Jahren ge-

führt wird, nun auch ausschließlich digital umgesetzt. Zu den Aufgaben im Archiv gehört es auch, einmal jährlich eine neue Ausstellung zu konzipieren und umzusetzen. In diesem Jahr haben wir das Thema „Sportgeschichte in Braunschweig“ gewählt, die wir am 07. März 2020 eröffnen konnten. Ein Bestand unseres Hauses, der mir selbst besonders am Herz liegt, ist das Frauenarchiv. Der von dem ehemaligen Verein *FrauenArchiv* gesammelte Bestand zu Frauen und Frauenorganisationen wurde 2004 in das Stadtarchiv abgegeben und wird seitdem weiter ergänzt. So entstand auch der Kontakt zum Mütterzentrum und der Leiterin Frau Döhrmann, so dass wir regelmäßig Unterlagen des Mütterzentrums in das Frauenarchiv übernehmen können.

Coronabedingt ist das Stadtarchiv momentan leider nicht für die Öffentlichkeit zugänglich, wir freuen uns aber zu gegebener Zeit wieder über Ihren Besuch in unserem Lesesaal oder einer Teilnahme an unseren Führungen durch die aktuelle Ausstellung, durch unsere Räumlichkeiten oder an der Einführung zur Archivrecherche. Die Termine sind unserer Homepage [https://www.braunschweig.de/kultur/bibliotheken\\_archive/stadtarchiv/](https://www.braunschweig.de/kultur/bibliotheken_archive/stadtarchiv/) zu entnehmen.

**Blieben Sie gesund!**

---

# Schöne Orte - Riddagshausen

---

von Lina Kohring



Foto: Ina Eisermann

Beim Thema schöne Orte in Braunschweig darf das Naturschutzgebiet Riddagshausen natürlich nicht fehlen. Es fällt einem als grüne Oase mit seinen großen Teichflächen schon auf der Stadtkarte ins Auge. Zusammen mit dem „Dorf“ Riddagshausen vereint es Geschichte mit Naturerlebnis. Ausgangspunkt dieser Geschichte und des Naturschutzgebietes, wie wir es kennen, ist die Klosterkirche Riddagshausen, welche um 1145 von den Zisterziensermönchen dort errichtet wurde. Die Mönche prägten das gesamte Gebiet, sie legten die Teiche und Felder an – machten aus einem unzugänglichen sumpfigen Bruchwald eine nutzbare Landschaft, die von vielen heute selten gewordenen Tier und Pflanzenarten besiedelt wird. Wer hier ohne Kopfhörer und mit offenen Augen spazieren geht, kann viele kleine Besonderheiten entdecken. Im Naturerlebniszentrum Haus Entenfang der Stadt Braunschweig und dem Waldforum Riddagshausen gibt es viele gute Angebote, die Kindern und Erwachsenen jeden Alters die Natur Riddagshausens näherbringen. Für die besonders Geschichtsinteressierten gibt es weitere Angebote von der Klosterkirche und dem Zisterziensermuseum.

Kleine Geheimtipps für Naturfreunde und Romantiker:

- o Der Steg am Schapenbruchteich und der „Rinderpfad“ sind kleine, wenig besuchte Sackgassen, die einen tollen Ausblick bieten.

- o Wer sich zur rechten Zeit am „Amphibien- oder Libellenpfad“ mit dem Fernglas umschaute, kann die zur Paarungszeit blau gefärbten Moorfroschmännchen beobachten. Die Färbung hält nur wenige Tage an. Beginn ist im März/ April, je nach Wetter und wird jedes Jahr in der Braunschweiger Zeitung angekündigt.

- o Karten des Gebietes mit den genannten Orten (Stationen des „Natur erleben“ Pfads) gibt es in den Flyerkästen im Gebiet oder im Naturerlebniszentrum Haus Entenfang.

- o Ausführliche Informationen zu Angeboten in Riddagshausen finden Sie auf der Homepage des Fördervereins „Riddagshausen – Naturschutz & Bürgerschaft e.V.“.

## Barfuß im Wattenmeer

von Nina Jensch

Welcher Ort ist mein Lieblingsplatz? Ich habe viele Orte, die ich mag, einige die ich sehr schätze wie z.B. meinen Balkon, mit einem schönen Blick ins Grüne, den Garten meiner Eltern oder ein gutes Buch in meinem Ohrensessel. Aber ich habe definitiv einen Lieblingsplatz und das ist barfuß im Wattenmeer. Schon als Kind mochte ich das Gefühl, im Watt zu sein und auch da barfuß. Keine Gummistiefel oder Watschuhe. Ich schaue heute noch ungläubig, wenn ich jemanden mit Gummistiefeln ins Watt gehen sehe. Auch als Kind bin ich viel barfuß ohne Schuhe gelaufen, egal wohin. Ich mochte und mag die Verbindung zur Erde und zur Natur erleben. Auch heute laufe ich im Sommer sehr zur Belustigung meiner Kollegen im Second Hand barfuß, ohne Schuhe, besonders wenn ich Stress habe.



Aber barfuß im Wattenmeer hat für mich einen besonderen Zauber inne. Ein Ort, der mich, besonders wenn ich ihn barfuß erlebe, sehr erdet. Unter meinen Füßen das Wattenmeer, über meinem Kopf der Himmel und ich als Verbindungsstück zwischen ihnen. Das Gefühl ein Stück vom Großen und Ganzen zu sein, nur die Natur und

die wunderbare Schöpfung Gottes einzuatmen, gibt mir Kraft und Halt. Der Wind bläst den Kopf frei, die Stille tut meinen „Stadtohren“ gut, diese unendliche Weite bis zum Horizont meinen Augen und meiner Seele. Aufatmen, mich geerdet fühlen, die Ohren, den Geist und das Herz öffnen für die wirklich wichtigen Dinge in meinem Leben und das mit einem gnädigen Blick auf mich selbst, all das erlebe ich immer wieder, wenn ich mich barfuß im Wattenmeer bewege.

Wir, das sind mein Mann, mein Sohn und ich, fahren fast jedes Jahr an die Nordseeküste in den Sommerurlaub, darauf freuen wir uns schon das gesamte Jahr. Ich genieße jedes Mal wieder den Moment, wenn ich das erste Mal das Wattenmeer barfuß betrete. Es fällt eine Last und eine Anspannung von mir ab und innerhalb von einer Stunde bin ich auf „Werkseinstellung“ runtergefahren. Oft muss ich im ersten Moment weinen, weil alles Schwere einfach von mir abfällt. Den Wattboden unter den Füßen, den Sand zwischen den Zehen, dann bin ich wieder an meinem Lieblingsplatz.

# Gesine Eckels

## Rechtsanwältin

Fachanwältin für Familienrecht  
 Fachanwältin für Sozialrecht

Adolfstrasse 52, 38102 Braunschweig  
 TEL.: 0531 - 120 5678 FAX: 0531 - 120 5679  
 E-Mail: [kanzlei@gesine-eckels.de](mailto:kanzlei@gesine-eckels.de)  
[www.gesine-eckels.de](http://www.gesine-eckels.de)



---

## *Lieblingsort: Kaltern an der Südtiroler Weinstraße*

---

*von Heidemarie Mundlos*

Ein solches Bild muss mir wohl aus Kindestagen im Gedächtnis geblieben sein, als eine Urlaubsfahrt mit meinen Eltern Ende der 1960er Jahre zufällig hier vorbeiführte. Es war der kurze Blick auf eine Idylle mit blauem See und grünen Weinterrassen, spitzen Kirchtürmen und sanften Bergen, der lebenslang Spuren hinterlassen hat – wie eine „Liebe auf den ersten Blick“. Als mein Mann und ich im Jahr 1987 unseren Sommerurlaub planten – unsere Jüngste war gerade ein Jahr alt geworden – kam mir dieses Bild in den Sinn. In Knaur's Lexikon (Internet gab es ja noch nicht) wurden wir fündig: Das muss der Kalterer See gewesen sein – für einen Urlaub mit drei Kindern bestimmt das Richtige. „Ist das Wasser nicht zu kalt?“, wollte unsere Fünfjährige wissen. Doch wir konnten sie beruhigen: Das ist der wärmste See der Alpen: Im Sommer bis zu 27° Wassertemperatur! Sie strahlte – und wir buchten eine Ferienwohnung im „Überetsch“ in der „Fraktion“ St. Nikolaus in Kaltern.

Wir ahnten damals nicht, dass wir hier „hängen“

bleiben würden. Es gefiel uns – und den Kindern sowieso. Das Wetter war beständig und warm, die Menschen begegneten uns freundlich und das Essen schmeckte. Und wenn man für die drei Kinder lediglich eine große Portion Spaghetti oder Pommes frites bestellte, wurde man in keinem Lokal schief angesehen. Das gefiel uns – und den Kindern sowieso. Die Frage „Wohin soll's denn im nächsten Jahr in Urlaub gehen?“ brauchten wir viele Jahre nicht mehr zu stellen. Die Wirtsleute vom Niklaserhof wuchsen uns ans Herz – und wir ihnen.

Gemeinsame Jahre verbinden, auch über Generationen. Dort hat die Familie Sölva den Hof und das Weingut „Niklas“ an die nächste Generation abgegeben und die dritte Generation wird gerade eingearbeitet. Inzwischen haben auch unsere Kinder mit Familien den Weg nach Kaltern gefunden, natürlich zum Niklaserhof.

Was zieht uns so sehr dorthin, dass wir zwischen 1987 und 2019 kein einziges Jahr ausgelassen



haben? Was kann mich bewegt haben, zusätzlich siebenmal eine Busreise mit jeweils über 40 Teilnehmern nach Kaltern zu organisieren, wo wir mal den Frühling und mal den Herbst erlebt haben – keinmal verregnet! Es ist nicht allein die einzigartige Landschaft, sozusagen mitten zwischen deutscher und italienischer Kultur. Es ist nicht nur das milde, mediterrane Klima im Überetsch, der atemberaubende Blick auf Dolomitenberge oder aus luftiger Höhe in Täler und auf Seen. Und es ist nicht nur das uns inzwischen vertraute Schicksal eines zwischen Deutschland bzw. Österreich und Italien hin und her gerissenen Landes mit seinen Traditionen, einer Heimatliebe und einem Geschichtsbewusstsein, das wir hier bei uns oft vermissen. Es sind vor allem die Menschen, denen man sich über die Jahre immer mehr verbunden fühlt und mit denen man bei einem Glas Wein, bei Schüttelbrot, Speck und Käse – einer „Marende“ – zusammen sitzt und von Erlebnissen daheim oder „draußen“ erzählt, von Erfahrungen der Vergangenheit und den Erwartungen in die Zukunft, über die Familie und die Politik – im Kleinen wie im Großen.

Wir haben die liebliche Landschaft im Süden Südtirols im Sommer genossen und z. B. öfter den

Kalterer See durchschwommen, bei Wanderungen im Frühling die phantastische Apfelblüte bewundert und im Herbst den Anblick reifer Äpfel und Trauben in weiß und rot – den Tiroler Farben – erlebt und auch mal bei der Ernte geholfen.

Wenn man dann abends auf der Terrasse seinen Blick ins Tal oder über die Berge schweifen lässt und z.B. auf das kleine Kirchlein von Aldein auf der anderen Etschseite schaut, das von den letzten Sonnenstrahlen in warmes, rötliches Licht getaucht wird, dann wird einem auch selber warm ums Herz: „Jedes Abendrot ist ein Gebet“. Und man spürt, dass wir Menschen wohl vieles schaffen, aber eben doch nicht alles in der Hand haben und dass die Natur um uns herum im wahrsten Sinne des Wortes überragend ist. So bringt uns unser Lieblingsort immer wieder zum Innehalten, zur Muße und zum Nachdenken und macht ein wenig demütig, gerade jetzt! Denn zum ersten Mal seit 33 Jahren werden wir 2020 unseren Lieblingsort wegen der Corona-Krise wohl nicht besuchen können.

**So denken wir an die Menschen dort und hoffen auf ein gesundes Wiedersehen im nächsten Jahr.**

---

# #meinlieblingsort – Der Ort der vielen Orte

---

von Margaux Erdmann

Noch vor ein paar Wochen hätte ich auf die Frage nach meinem Lieblingsort geantwortet: das Freibad im Hochsommer, das sonnige Plätzchen vor dem Mehr- generationenhaus in der Mittags- pause oder auch eine der vielen bunten Demos, zu denen in unse- rer politisch sehr aktiven Stadt regelmäßig aufgerufen wird.

Doch seitdem das Gebot der Stunde Abstand halten lautet, habe ich einen neuen Favoriten. Ein Ort, der es mir ermöglicht trotz Social Distancing viele Freund\*innen zu tref- fen, tolle Musik zu genießen, mich weiterzubilden, an SEEBRÜCKEN- und fridays for future-Protesten teilzunehmen, mich gleichzeitig auf die Couch zu kuscheln und dennoch alles, was auf der Welt passiert, mitzuverfolgen und daran teilzuhaben: Das Internet.

Ich gehöre zu den Menschen, die das Internet trotz und wegen all seiner Unwägbarkeiten lie- ben. Durch das Internet konnte ich mich in den letzten 15 Jahren nachhaltig weiterbilden, beim stundenlangen Eintauchen in die Untiefen der Onlinewelt großartige Persönlichkeiten wie Rich- terin Ruth Bader-Ginsburg, die Aktivistin Marsha P. Johnson und die Dichterin Maya Ayim entde- cken und die unterschiedlichsten Lebensentwürfe von Menschen auf der ganzen Welt kennenlernen. Die vielen individuellen Geschichten und Beschrei- bungen historischer Entwicklungen auf Wikipedia, instagram und Co. um Emanzipation, Freiheits- bewegungen und Widerstände gegen Unterdrü- ckung wie die demokratischen Bewegungen der 1920er und die Umwälzungen durch die 1968er, aber auch die Klimabewegungen der letzten Jahre haben mich inspiriert und mutig gemacht.

Im Internet habe ich nicht nur Freundschaften geknüpft, sondern trotz meilenweiter geografi- scher Entfernung Freundschaften aufrechterhalten



und festigen können. Gerade jetzt in Zeiten von Corona bin ich sehr froh um diesen Ort der vielen Orte. Nur so lässt sich für mich der Abstand zur Welt außerhalb meiner Wohnung gerade ertra- gen; nur so fühle ich mich nicht eingengt und ausgeschlossen.

In dieser Zeit, in der Abstand die neue Nächstenliebe ist, erfahre ich nur durch das Inter- net, wie es anderen derzeit geht. Wie es meiner Familie, meinen Freund\*innen, aber auch, wie

es meinen Mitmenschen, die ich nicht persönlich kenne, geht: Medizinisches Personal, das bereits vor der Krise unter extremer Belastung arbeitete. Eltern, die im Home-Office ihr Arbeitspensum erfüllen oder an ihren Arbeitsplatz zurückkeh- ren müssen, während sie gleichzeitig ihre Kin- der betreuen oder Verwandte pflegen sollen und von ihrem belastenden Alltag im Netz unter dem Hashtag #coronaeltern berichten. Menschen auf der Flucht, die in Geflüchtetenlagern keine Mög- lichkeiten haben, sich vor Corona zu schützen und die von der EU-Politik einfach im Stich gelassen werden (#leavenoonebehind). Die prekäre Situ- ation von Künstler\*innen und Kulturschaffenden angesichts wegfallender Aufträge. Menschen, die den Covid 19-Risikogruppen angehören und aufgrund der sich ausbreitenden Infektionen um ihr Leben fürchten. Politische Debatten um die Beschneidungen unserer Grundrechte sowie der forsche und einschüchternde Umgang der Poli- zei mit den für Demokratie und Menschenrechte so wichtigen Protesten der Seebrücke in unserer Stadt.

Aber auch die vielen ermutigenden Beispiele gelebter und in dieser Zeit neu entdeckter Soli- darität. All diese Alltagserlebnisse, gesellschaft- lichen Konsequenzen der Corona-Maßnahmen und politischen Debatten erreichen mich derzeit nahezu ausschließlich über das Internet.

Gleichzeitig erleben gerade wir Frauen im Netz, wie die Belästigungen und Erniedrigungen sich bereits in den Jahren vor Corona ins Internet verlagerten und dort potenzierten. Frauen, insbesondere wenn sie progressive, politische und soziale Positionen auf Social Media vertreten und sich für Umweltschutz, Menschenrechte, Demokratie und soziale Gerechtigkeit stark machen, werden sexualisiert angegriffen, beschimpft und bedroht. Es wird versucht, uns Angst einzujagen, um uns mundtot zu machen und uns mit unseren Meinungen und Debattenanstößen aus dem digitalen Raum zu verdrängen. Nicht nur jetzt, wo wir alle so dringend den menschlichen Austausch ins Digitale verlagern müssen, ist es so wichtig, dass wir uns solidarisch gegen Hass und Hetze im Netz einsetzen, damit wir auch hier sozial, gesellschaftlich und politisch aktiv sein können für eine bessere Welt und ein gutes Leben für alle!

Wir (und damit meine ich alle Geschlechter; auch

die Männer!) müssen uns jetzt in der Coronakrise stark machen gegen den digitalen Frauenhass, damit uns Frauen nicht auch dieser Lieblingsort genommen wird, den wir mit unseren Laptops und Smartphones von jedem unserer persönlichen Lieblingsorte aus betreten können.

Denn wir haben nicht nur einen Anspruch auf die Hälfte der Macht, sondern auch auf mindestens die Hälfte des World Wide Webs!

*Über mich: Ich engagiere mich als Vorstandsmitglied beim Braunschweiger Kreisverband Bündnis 90/DIE GRÜNEN und bin von Beruf Hochschulgleichstellungsbeauftragte in Braunschweig. Mein Herz schlägt für Demokratie, generationenübergreifenden Feminismus, menschenrechtsbasierte Politik, das Internet, Milchkafee und Croissants, Freibäder, Fahrrad fahren und das schönste Viertel Braunschweigs: das Westliche Ringgebiet.*



# HEIMBS

MANUFAKTUR SEIT 1880

## QUALITÄT

*im Zeichen  
des Löwen*

WWW.HEIMBS.COM



---

# Die Welt im Kinderzimmer

---

von Georg Grütz

Manchmal frage ich mich, ob ich so etwas wie ein Glückspilz bin: Dreimal in der Woche darf ich in der Kinderbetreuung im Mütterzentrum helfen. Im Kinderzimmer sozusagen. Auf nur 50 Quadratmetern Fläche herrscht hier meist ein lebhaftes Treiben. Zu Beginn des Jahres haben wir eine große Weltkarte gestaltet und dort festgehalten, aus welchen Ländern die Mamas und Papas unserer Kinder kommen. Sie kommen aus 25 verschiedenen Ländern:



Viele aus der Türkei und Syrien, aber auch aus Nordafrika und Südostasien, aus Osteuropa, aus Süd- und Mittelamerika und anderen Gegenden unserer Erde. Einige der Kinder kommen nur einmal in der Woche, manche, damit ihre Mama im Saal nebenan am Deutschkurs teilnehmen kann, zweimal in der Woche. Andere, deren Mamas hier in der Umgebung wohnen und die sich auch selbst hier wohlfühlen und mit anderen im Gespräch bleiben wollen, fast jeden Tag.

Für die Kinder sind es oft erste Kontakte mit anderen Kindern, gewünschte Einstimmungen auf die bevorstehende Kiga-Zeit oder aber Nachmittagsaufenthalte nach Kindergarten oder Schule. In jedem Fall sind es Kinder, die beginnen, in kleinen Schritten ihre Welt zu entdecken. Sie sind neugierig und offen für Impulse, suchen oft nach Gemeinschaft, nur wenige bleiben erstmal für sich. Viele Kinder kommen aus Krisenregionen und haben vermutlich auch schon Armut und Gewalt erlebt, andere leiden an der Zerstrittenheit und

dem Getrenntleben ihrer Eltern. Hier finden sie oft ihre ersten Spielpartner und werden ein wenig vertrauter mit unserer Kultur. Das Kinderzimmer ist also ein Refugium, in dem wir die Kinder auf ihrem Weg begleiten und uns auf ihre ganz individuelle Situation einlassen können.

Das Wort *arbeiten* für mein Tätigsein hier zu verwenden, beträfe höchstens den vertraglichen Rahmen, gäbe aber nicht im entferntesten wieder, was ich hier wirklich mache, was ich erlebe, was ich dabei fühle und was ich richtig genieße. Und das ist eine Menge. Ich werde erwartet, ich werde freundlich begrüßt, ich bin die ganze Zeit umgeben von lebhaften und interessierten Kindern und ihren Mamas und von sehr angenehmen MitarbeiterInnen. Wir dürfen gemeinsam spielen, basteln, kneten, malen, vorlesen, sehr verständlich miteinander sprechen und auch blödeln und rumalbern, dürfen singen und laut vernehmbar die unterschiedlichsten Tierstimmen nachahmen, ohne dass uns jemand gleich zurechtweist. Sobald die Witterung es erlaubt, gehen wir raus auf unseren kleinen Spielplatz oder auf den weiträumigen Abenteuerspielplatz im Schwedenheim, den wir in den späten Nachmittagsstunden ebenfalls nutzen dürfen. Auch hier sind wir stets willkommen und zum gemeinsamen Rumtollen eingeladen.

Wir finden hier das ideale Gelände für unsere Kinderfahrzeuge. Und Kletteranlagen, ein Baumhaus, eine große Holzkogge, ein Trampolin, Basketballkörbe, eine Hängematte und Schaukeln. Für die Kinder die vielfältigen Möglichkeiten, sich zu erproben: zu balancieren, zu hangeln, ganz hoch zu schaukeln oder von hoch oben zu springen. Ich mache es oft vor und ermutige die Kinder, es dann selbst zu probieren. Manches Kind braucht mehrere Versuche, aber irgendwann kommt doch der laute Ruf: Georg, ich habe es geschafft!!! Jedes Kind geht auf seine Art auf Erkundung. Talha, ein eher zurückhaltender Junge entdeckte einmal einen Stein, in den Zahlen und Buchstaben eingehauen waren: es war ein kleiner Grabstein, übriggeblieben von dem alten Friedhof, der sich

vor hundert Jahren auf diesem Gelände befand. Der Stein und sein kleiner Entdecker waren später sogar in einem kleinen Westpost-Beitrag unseres Heimatpflegers zu sehen.

Oft machen wir etwas scheinbar ganz Belangloses, aber in der Welt der Kinder und für mich sind es einen Moment lang die interessantesten Dinge auf der Welt: Wir sammeln Kastanien, schauen amüsiert den Eichhörnchen nach, beobachten das Abflugverhalten von Marienkäfern auf unseren Fingern oder verfolgen hoch über uns die Flugbahn eines winzigen Flugzeuges. Es gibt zahllose kleine Glücksmomente, in denen Kinder etwas entdecken oder ihnen oft nach Anstrengungen etwas gelingt. Diesen sichtbaren Eifer und das Staunen oder die kindliche Freude nach dem Gelingen mitzuerleben, empfinde ich als ein großes Geschenk. Und manchmal sind es ja auch ganz sinnvolle und notwendige Tätigkeiten, die wir gemeinsam und mit Freude verrichten, z.B. Blumengießen oder Nüsse knacken. Echte Probleme gilt es manchmal auch zu lösen: angesichts einer Vielzahl von Bällen, die auf ein Dach geflogen sind und nun ohne verfügbare Leiter wieder heruntergeholt werden müssen...

Ich genieße selbst das – unausbleibliche - Ende des Spielens, oftmals erst in der Dämmerung: die Rückkehr in das vertraute Kinderzimmer, wo die Mamas mit den kleinsten Kindern sitzen und sich meist angeregt unterhalten haben. Ab und zu gibt es nun Tränen bei Kindern, die gern noch bleiben möchten und nun aber nach Hause müssen. Selbst dieses Tagesende ist mit einer ganz besonderen Abendstimmung verbunden. Denn draußen bzw. im Café erheben sich jetzt auch unsere türkischen Frauen langsam. Sie sitzen oft zusammen hier und tauschen sich aus. Es ist für sie wohl auch ein Lieblingsort...

Ein Kind hatte mich kürzlich gefragt: Bist du eigentlich nur Opa oder auch ein ganz normaler Mensch? Meine Antwort kam schnell... Aber mir wurde später erst klar, dass mit der Frage mehr

gemeint ist. Dass ein so kindischer Opa eigentlich kein normaler Erwachsener sein kann. Denn ein normaler Erwachsener hat „sein inneres Kind“ abgestreift und zurückgelassen. Der berühmte Kinderbuchautor Erich Kästner hat uns da einen ultimativen Befund hinterlassen, wenn er sagt: Nur wer erwachsen wird und ein Kind bleibt, ist ein Mensch. Kindsein steht dabei für Neugier, Staunen, Phantasie, Kreativität, Gefühl, Spontanität. Diese Eigenschaften auch als Erwachsener in sich zuzulassen und zu pflegen und eine Balance zu suchen zum Erwachsenenverhalten – durchdacht, funktionierend, zielorientiert usw. – ist eine notwendige und lohnende Aufgabe für jeden von uns.

Auch unser Kinderzimmer ist dafür ein wunderbarer Ort. **Und natürlich bin ich ein Glückspilz.**



### **Seid nett zu den Großen!**

*Kinder, seid nett zu den Großen!  
Sie können nichts dafür,  
dass sie erwachsen sind.  
Man darf sie nicht verstoßen,  
sie waren doch wie wir,  
sie waren auch mal Kind.  
Jetzt sind sie sehr gescheit,  
und unverwechselbar  
und auf Erfolg versessen.  
Sie brachten es sehr weit.  
Nur wie ihr Kindsein war,  
das haben sie vergessen.*

Prof. Wolf Harrant

# Lieblingsplätze

von Marion Tempel, Quartiersmanagerin im Stadtteilbüro



Einer meiner Lieblingsplätze ist immer die Natur. In der Natur komme ich zur Ruhe, komme ich zu mir. In der Natur finde ich Vertrauen und Zuversicht. An einen Baum kann ich mich anlehnen und ihm meine Sorgen mitteilen. Er gibt mir Halt. Die Sonne wärmt meine Seele. Die Erde ist meine Große Mutter. Sie nährt mich. Ich höre den Vögeln zu und mein Herz hüpfert dabei. Ich mag es, am Feuer zu sitzen und den Rauch zu schnuppern, der Erde und Himmel verbindet.

Ich liebe das Meer und die Berge und den Wald. Wenn ich im Meer bade, kann ich all meine Sorgen abgeben und fühle mich ganz leicht.

Die Natur ist mein Gesundbrunnen. Sie ist unschuldig wie ein kleines Kind. Ich höre gern all die Geräusche, mit denen die Natur uns beglückt, den Gesang von Vögeln, das Summen der Insekten, das Rauschen von Wind und Wasser. Ein wundervoller Klangteppich. Ich liebe und ehre die Natur und möchte helfen, sie zu schützen. Die Erde gehört allen, allen Tieren und Pflanzen und allen Menschen.

Gerade jetzt in der Corona-Zeit kann ich gut beobachten, wie wichtig die Natur ist. Viele Men-

schen sind zu Fuß und mit dem Rad unterwegs und tanken neue Kraft und Zuversicht in der frisch erblühten Natur. Nicht alle Menschen haben einen eigenen Garten oder einen Balkon. Ich auch nicht. Deshalb ist es nötig, dass wir uns frei in der Natur, die ja allen gehört, bewegen können.

Ich bin der Natur dankbar für das, was sie mir gibt.

Neulich war ich mit meiner 6-jährigen Enkeltochter unterwegs. Wir konnten einen Fuchs beobachten, der offensichtlich einer Fährte folgte, sich dann in der Sonne aalte und putzte, um danach weiterzuschlüpfen. Das sind für mich Glücksmomente.

Wir alle müssen sehr aufpassen, dass uns dergleichen Glücksmomente erhalten bleiben.

Wie gut wäre es doch, wenn wir aus der Corona-Krise lernen könnten, unsere Natur mehr und besser zu schützen, stärker auf regionale Produkte und regionale Wirtschaft zu setzen. Statt Massenkonsum und Plastikmüll könnten wir klug und bewusst konsumieren, nur das, was wir brauchen. Es könnte uns allen besser gehen damit, und wir

würden viel für die Gesundheit von Mensch, Tier, Pflanzen, Erde und Wasser tun. Das Leben besteht aus Kreisläufen und was wir oben hineingeben, kommt unten wieder heraus, nur in anderer Form.

Ich habe noch einen echten Lieblingsplatz. Das ist die Schwitzhütte, in die ich mit anderen Schwitzhüttenfreund\*innen gehe, immer zur Tag- und Nachtgleiche und zur Sonnenwende. Dort kommen wir zusammen im Bauch von Mutter Erde und danken der Schöpfung für alles, was sie gibt. In der Schwitzhütte fühle ich mich in der Gemeinschaft absolut geschützt, kann mich öffnen, loslassen



und schöpfe neue Kraft. In der großen Hitze der Steine, die für uns durchs Feuer gegangen sind, verändern sich Denken und Fühlen. Gemeinsam beten wir mit Worten und

Liedern für den Erhalt der Erde und allem was Menschen, Tiere und Pflanzen für ein gutes Leben brauchen. „Mitakuje Ojassin“ / „Für alle meine Verwandten“.

Mein Lieblingsplatz ist dort, wo ich Lachen kann, wo Freundinnen und Freunde sind, wo ich mich geborgen fühle. Das fühlt sich an wie Heimat.

Das schöne Meißen in Sachsen ist meine verortete Heimat. Da versteht man mich und damit meine ich nicht nur den Dialekt, sondern vor allem den Humor. Die Sachsen haben einen unverwechselbaren Humor aus „...Selbstkritik, Wortwitz, Absurdität und Liebenswürdigkeit...“ Der sächsische Humor spiegelt das Wesen des Sachsen wider: „Er denkt um den heißen Brei herum. Aber er denkt.“ (Tom Pauls / Peter Ufer: Deutschland, deine Sachsen)

Ja, wo Familie ist, wo Freundinnen und Freunde

sind, mit denen ich über alles reden und lachen kann, da ist mein Platz. Und wo mein „Geist“ frei wandeln darf, da ist auch mein Platz. Mit Goethes Worten: „Da bin ich Mensch, da darf ich sein.“ Das geht uns doch allen so. Wir brauchen Vertrautheit, verstanden werden, wollen uns geborgen fühlen, auch wenn wir mal nicht gut funktionieren. Und wenn das fehlt oder gerade bröckelt, dann brauchen wir einen Lieblingsplatz.

Der gibt uns Sicherheit und Geborgenheit.

In unserer globalen Welt gehen Sicherheiten immer mehr verloren. Es fehlt an Orientierung und Überschaubarkeit.

Wo Geborgenheit fehlt, machen sich Ängste und Unsicherheiten breit.

Aktuell fragen wir uns, wie es nach Corona weitergeht. Was geschieht mit unseren Lieblingsorten, unseren Träumen, unserem alltäglichen Sein? Die einen meinen: „Alles wird gut“. Andere warnen vor dem längst vorhergesagten Bankencrash, vor Inflation und Währungsreform, vor der totalen Überwachung. Wir sollten wachsam sein und sorgsam und auch unsere Lieblingsplätze hüten.

*Unsere Heimat,  
(Pionierlied)*

*das sind nicht nur die Städte und Dörfer,  
unsere Heimat sind auch all die Bäume im Wald.*

*Unsere Heimat ist das Gras auf der Wiese,  
das Korn auf dem Feld,*

*und die Vögel in der Luft und die Tiere der Erde,  
und die Fische im Fluss sind die Heimat.*

*Und wir lieben die Heimat, die schöne.*

*Und wir schützen sie, weil sie dem Volke gehört,  
weil sie unserem Volke gehört.*

---

# Wenn man seinen Lieblingsort verlassen muss

---

von Nishtman Adollahi und Franziska Rutz

Bald werden im Mehrgenerationenhaus Handyfotos von Dariush Farazi gezeigt. Es sind Fotos, die er auf seiner Flucht in Griechenland aufgenommen hat. Hier vorab eine kurze Schilderung seiner Beweggründe.

Die Reise zu Mir (auf Farsi: Von mir zu mir)

Ich, Dariush, 33 Jahre, komme aus Teheran. Den Namen Dariush habe ich mir selbst vor zehn Jahren ausgesucht. Als ich geboren wurde haben meine Eltern mir den Namen Eman gegeben.

Durch meine Geburt wurde ich gezwungenermaßen Mitglied einer bestimmten Religion und eines bestimmten Staates. Das Schlimmste war die religiöse Erziehung, um nach meiner Kindheit als Soldat für die diktatorische islamische Republik zur Verfügung zu stehen. Meine glückliche Kindheit in meiner Familie, die gegen das herrschende System war, war schnell vorüber. In der Schule wurde sehr viel Druck durch die Religion und Ideologie ausgeübt. In diesem System der Kontrolle wurden meine vielen Fragen nie beantwortet.

Trotz aller Schwierigkeiten wollte ich mein Leben so gestalten, wie ich es wollte.

Mit der Kamera meines Vaters habe ich viele Fotos und Filme gemacht, ich liebte es, von allem Fotos zu machen. Nach meiner Schulzeit musste ich zum Militär. Es wurde absolute Gehorsamkeit verlangt, z. B. auch in religiösen Angelegenheiten gegen die Kameraden auszusagen. Dabei wollte ich nicht mitmachen. In dieser Zeit wurde mir bewusst, dass meine Vorstellungen und Ideen anders waren, als die Religion es vorschrieb. Ich war auf dem Weg zum Atheisten.

Mein größtes Glück war meine Familie, die mich immer unterstützt hat. Sie haben keine Versuche unternommen, mich in die Richtung des Systems der Islamischen Republik zu bringen. Nach Beendigung meiner Militärzeit, die durch häufige Strafmaßnahmen verlängert worden war, habe

ich mich an der Universität für das Studienfach „Filmemachen“ eingeschrieben. Leider konnte ich das von mir sehr geliebte Studium nicht beenden, da es zu blutigen Unruhen kam. Die vielen Diskussionen in der Familie, am Arbeitsplatz und außerhalb des Hauses über meine Ablehnung des Systems brachten mir viel Ärger ein. Nie vergesse ich den Tag, an dem mein Arbeitgeber und ich zum Polizeirevier beordert wurden, um unsere politische Meinung zu hinterfragen. Ich habe viel Risiko auf mich genommen, darauf folgten telefonische Bedrohungen und ich musste häufig auf dem Polizeirevier erscheinen.

Im iranischen Jahr 1388 (hier: 2010), nach dem Wahlbetrug der Präsidentenwahl, sind Millionen Menschen in Teheran zusammengekommen, haben demonstriert und ihre Stimmen zurückverlangt. Diese Bewegung wurde „Grüne Bewegung“ benannt. Es kam zu Fortsetzungen der Demonstrationen mit noch mehr Teilnehmern. Sie forderten den Sturz dieser nicht demokratisch gewählten Islamischen Regierung. Diese Demonstrationen lösten bei den Machhabern Ängste aus. Es wurde mit aller Gewalt und Härte gegen die friedlichen Demonstranten vorgegangen. Aber wir haben nicht nachgelassen. Viele jugendlichen Demonstranten wurden erschossen. Wir wurden Zeugen dieser Gewalt, doch die Welt blieb stumm. Neda Aghasoltan, Mostafa Karimbeigy, Tarane Musawie und mindestens 70 weitere junge Demonstranten wurden anonym beerdigt.



Der Schuss, der Saneh Jaleh 2011 tötete (25 Bahman (Januar)), ist immer noch in meinem Ohr. Ich habe danach von meiner Familie und meinem Land Abstand genommen und bin in eine ungewisse Zukunft geflüchtet. Alles, was ich über Flucht gehört hatte, habe ich dann selbst erlebt: Hunger, Durst, schlafen im Wald, Sperrzonen, wilde Hunde, aber auch gute Menschen aus verschiedenen Kulturen und Orten.

Nach der schwierigen Flucht bin ich in Österreich angekommen. In Österreich habe ich täglich an meine Heimat gedacht, bei Sonnenaufgang in einer Ecke gesessen und um das verfluchte Land Iran geweint.

Mein Leben in dieser Fremde wurde schwierig, da ich erfuhr, dass ich wegen des unerlaubten Grenzübertritts und wegen meines Verstoßes gegen das Dublin Abkommens zu drei Jahren Gefängnis in Ungarn verurteilt wurde. Im Gefängnis wurde ich physisch und psychisch zerstört und habe einen schlimmen Entschluss gefasst. Ich wurde auf meinen Wunsch in den Iran zurückgeflogen. Am Flughafen in Teheran empfing mich der iranische Geheimdienst. Nach vielen Verhören, Beschimpfungen und Beleidigungen und der Unterstellung, ich sei Mitglied der „Volksmudschahedin“, wurde ich gezwungen zu erklären, falls ich je etwas gegen die Islamische Republik unternehmen würde, würde ich die schwerste Strafe bekommen, die es gibt: die Todesstrafe. Die täglichen Kontrollen durch den Geheimdienst waren streng. Meine Telefonate wurden abgehört und ich musste jeden meiner Schritte mitteilen. Ich war Zeuge, wie meine Landsleute durch dieses diktatorische Regime umgebracht wurden. Wir waren Menschen ohne Anspruch auf Menschenrechte.

Die Beschuldigungen des Regimes, u.a. wegen meines Atheismus, wurden so schwer, dass ich

wieder gezwungen wurde, meine Heimat zu verlassen. Ich habe mir geschworen, dass meine Leiche niemals in die Hände dieses Landes fallen wird. Dieses Mal bin ich in die Türkei gereist und habe dort bei der UN um Asyl gebeten. Die Situation der Flüchtlinge in der Türkei war problematisch. Mein neues Leben habe ich ohne Unterstützung begonnen, aber ich habe in der Türkei meine Frau kennen gelernt. Sie kam auch aus dem Iran. Unser gemeinsames Leben in der Türkei war im Vergleich zu anderen Geflüchteten besser, trotzdem war es kein sicheres Land. Die totalitäre Regierung von Erdogan hat uns Flüchtlinge benutzt, um Gelder aus Europa zu bekommen. Wir hatten ständig Angst, in den Iran zurückgeschickt zu werden.



Meiner Frau ist unter enormen Schwierigkeiten die Reise nach Europa geglückt und ich folgte ihr. Im November 2018 kam ich in Griechenland an. Meine erste Nacht habe ich im Camp „Diavarta“ in Thessaloniki auf dem Boden verbracht. Drei Wintermonate habe ich in einem Zelt gelebt. Die Zustände im Camp waren katastrophal. Frauen, die durch Vergewaltigungen schwanger wurden, und Kinder, deren Kindheit durch Krieg und Flucht beraubt wurde. Griechenland, ein Land der Kultur und Philosophie, war für uns Flüchtlinge ein Land der Hölle. Wir mussten um unser Überleben kämpfen. In anderen griechischen Camps waren

die Zustände nicht besser, in einigen sogar noch schlimmer. In Athen habe ich kleine Kinder und sogar Neugeborene gesehen, die auf dem Straßenpflaster geschlafen haben. Es gab mangelnde medizinische Versorgung, mangelnde Ernährung und keine Sicherheit.



Im April 2019 waren wir tausende Flüchtlinge in der Hoffnung auf eine Grenzöffnung in Saloniki, ohne auch nur zu wissen, was uns auf der anderen Seite des Zaunes erwartet. Es gab aber zum Glück auch Gruppen, die ihre ganze Kraft für die Unterstützung der Flüchtlinge gegeben haben. Sie versorgten uns mit Kleidung, Nahrung, Unterkunft und vielem mehr. Sie gingen besonders auf die Bedürfnisse der Kinder ein und förderten uns mit kulturellen Angeboten. Das Lachen der Kinder in den Camps ist für mich die schönste Erinnerung an Griechenland. In Deutschland angekommen

blieben unsere Bemühungen um die Anerkennung unserer Ehe bisher erfolglos, da wir keine Dokumente besitzen, die Deutschland akzeptiert.

Die zeitweilige Trennung von meiner Frau war manchmal so schwierig, dass ich nicht mehr leben wollte. Nach langer Zeit habe ich meine Frau wieder umarmen können. Dieser Moment war der schönste in meinem Leben.

Am Ende habe ich in Deutschland mein neues Leben begonnen, mit einer anderen Kultur und Sprache. Ich lebe in Deutschland, wo Atheismus nicht strafbar ist, wo man sich gegen Ungerechtigkeiten wehren kann, wo man die Regierung kritisieren kann, ohne erhängt zu werden. Im Vergleich zu Iran und Griechenland lebe ich hier in fast absoluter Sicherheit.

Meine Hoffnung ist, hier etwas zu erreichen und anderen Menschen zu dienen und zu helfen und Ungerechtigkeiten in der Welt aufzuzeigen und zu beseitigen. Meine Hoffnung ist ein baldiges Ende der Islamischen Republik, dass Grenzen sich öffnen und dass die Menschen in Würde und Freiheit leben können.

*Übersetzung: Dr. med. Mohammed, Esmail Omid  
und Marietta Omid*

*Überarbeitung und Ausstellungsbetreuung:  
Franziska Rutz*



## Mein Lieblingsort in Zeiten von Corona

von Rita Dippel



Mich hat es im letzten Jahr hart erwischt. Am Anfang des Jahres ein Oberschenkelhalsbruch und im Herbst folgte eine schwerwiegende Lungenerkrankung mit zwei Operationen. Nicht Krebs, Gott sei Dank, aber ein resistenter Keim hatte mich niedergestreckt. Und jetzt kommt das Coronavirus daher, das mich erst erwischen sollte, wenn ich wieder ganz fit bin.

Ein Ort, der mir mein Leben gerettet und mir wieder Mut gemacht hat, war die Klinik in Celle, die mich noch in ruhiger Zeit kompetent und fürsorglich behandelt hat. Nachdem ich in der Klinik in Braunschweig Salzdahlumer Straße nach einer Operation mit hohen Entzündungswerten einfach entlassen wurde, das muss an dieser Stelle mal gesagt werden, hat meine neue Ärztin einen befreundeten Arzt angerufen, der mich in Celle nochmals sofort operiert hat und somit mein Leben gerettet hat. In dieser Zeit ist mir sehr klar geworden, wie verantwortungslos die Handhabung mit Fallpauschalen in den Krankenhäusern ist. Die Nachsorge fällt da völlig herunter und gefährdet damit Leben.

Nach einer Reha in Quedlinburg und einer erneuten Abwehr einer Entzündungsreaktion in der nun bevorzugten Klinik war ich soweit wieder hergestellt, dass ich meine Zeit in meinem Garten bei Sonnenschein genießen konnte. Nein, nicht sitzend, sondern Körper fordernde Gartenarbeit in frischer Luft. Das Arrangement mit meinem Garten erwies sich als höchst glücklich, als uns alle

die Coronakrise erfasste. Ich galt nun als Risikogruppe und durfte so wenig wie möglich Kontakte zu anderen Menschen haben. So hatte ich mein Trainingsprogramm, das ansonsten professionell von extra Lungenfachleuten angeboten wird, aber jetzt nicht zu buchen war, kurzerhand in den Garten verlegt. Dadurch, dass ich nun den größten Teil meiner Zeit bei gutem Wetter dort verbringe, sieht der Garten wieder lebendig schön aus.

Ein Drittel davon nutze ich als Anbaufläche... Gestern kamen die Kartoffeln rein. Und genau diese Abwechslung von Anstrengung und Genuss, diesen schönen friedlichen Ort mit Kontakten auf Abstand zu haben, kräftigt mich, bringt meine Atmung voran und stimmt mich außergewöhnlich zuversichtlich.

Im Garten hörte ich von der Wachholzstraße, wo jeden Abend in dieser Zeit von den Balkonen aus um 19 Uhr gesungen und musiziert wird. Gestern war ich das dritte Mal dort und bin ganz erfüllt wieder gegangen. Es ist einfach schön und so wertvoll, mitzusingen und sich gegenseitig zu beklatschen. Orte wie diese bringen die Menschen wieder positiv ins Leben. Jeder und jede kann dazu beitragen und Ideen entwickeln.

Und nun sehne ich die Zeit herbei, die mich wieder mit vielen freundlichen Menschen zusammenbringt. Auf ein Wiedersehen...





Neujahrsempfang der SPD Braunschweig mit Dr. Katarina Barley (Vizepräsidentin des Europäischen Parlaments). Ihre erste Bemerkung: „Das Kleid habe ich immer noch.“ (Frau Barley, damalige Bundesfamilienministerin, hat bei einem Besuch unseres Hauses in 2017 ein Kleid in unserem Secondhand entdeckt).



Geschenkeverpacken bei Galeria Kaufhof auf Spendenbasis



NikolausWunschPunsch-Nachmittag



Wunschbaumaktion mit Geschenkeübergabe bei Galeria Kaufhof



Heinrich Bedford-Strohm (Landesbischof der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern, Vorsitzender des Rates der EKD) mit Monika Döhrmann



Chanukka: jüdisches Lichterfest Theater



Rosenmontag



Ausstellungseröffnung „Mehr als Blau“ von Daria Bonet



Regina Steigemann, eine langjährige Besucherin, bleibt uns auch in Corona-Zeiten treu. Die Mittagspause wird in der Hugo-Luther-Straße verbracht.



Essensverkauf außer Haus



Spendenübergabe der Stiftung Großes Waisenhaus mit Cornelia Thamm unter Coronaauflagen



Abschied von Monika Döhrmann

# Ich sage DANKE

von Monika Döhrmann

Welche Motivation habe ich, im Mütterzentrum zu arbeiten?

Ich möchte

- wieder arbeiten,
- in einem Bereich arbeiten, der mich interessiert,
- in einem Verein/bei einer Organisation arbeiten, mit dem/der ich mich identifizieren kann.

Welche Fähigkeiten bringe ich mit?

Ich kann

- mit Menschen umgehen,
- organisieren und koordinieren,
- moderieren,
- Fachveranstaltungen abhalten,
- PC-gestützt arbeiten.

Mir liegt zielstrebige und pragmatische Arbeit.

Links: ein Auszug aus meiner Bewerbung



Rechts: das Bewerbungsfoto von 1996

Am 01.11.1996 habe ich als Geschäftsführerin im Mütterzentrum angefangen zu arbeiten. Ich war 39 Jahre alt, unsere Kinder 11, 10 und 5.

Fast 24 Jahre habe ich im Mütterzentrum gearbeitet, fast mein gesamtes Berufsleben. Meine Kinder haben in dieser Zeit die Schule abgeschlossen, ebenso Berufsausbildungen, zwei haben geheiratet und Kinder bekommen. Mein Mann und ich sind älter geworden und werden uns demnächst in unserem Rentnerdasein einrichten. Mein Vater ist verstorben, meine Mutter lebt im Pflegeheim. So viel hat sich privat verändert, so viel ist in den 24 Jahren geschehen.

Wenn ich beruflich zurückblicke, kann ich sagen: Ich habe einen wunderbaren Arbeitsplatz gehabt!

*Wie sah der Alltag aus?*

Immer wieder Anträge stellen, immer wieder Verwendungsnachweise führen, jedes Jahr dafür sorgen, dass die Finanzen stimmen und dass das Haus innen und außen ansprechend bleibt, Gespräche mit Verwaltung, Politik, mit Stiftungen, Service Clubs, Kooperationspartnern. Die Arbeit war so vielfältig, so unterschiedlich, dass ich viele

meiner Fähigkeiten und Interessen einbringen konnte. Das hat Freude gemacht.

*Was waren die Highlights?*

Diese Frage ist nicht einfach zu beantworten. Natürlich gehörte der Besuch des Bundespräsidenten Horst Köhler dazu, ebenso die Besuche von vielen PolitikerInnen aus Kommune, Land und Bund, aber auch die Organisation von Ausstellungen mit Braunschweiger KünstlerInnen, die Produktion von Filmen, die Zusammenarbeit mit Mediendesignern und über „Brücken Bauen“ mit vielen Braunschweiger Firmen, Länderabende in Zusammenarbeit mit Migrantenselbsthilfeorganisationen, Kochkurse, die Teilnahme am Braunschweiger Karneval mit eigenem Wagen.

Im Herzen bewegt haben mich andere Begegnungen: das alte Ehepaar, das nach mehr als 50 Jahren noch so freundlich und zugewandt war, die junge Flüchtlingsfrau, die erzählt hat, dass sie ihre Eltern mehr als fünf Jahre nicht gesehen hat, der Sozialarbeiter, der sich um mehrfach Suchtabhängige, die zudem psychisch krank sind, kümmert und sagt: „Diese Menschen liegen mir besonders am Herzen.“, Babys, die ich größer werden und



die ersten Schritte machen sehe, KollegInnen, mit denen ich so herzlich lache, das mir die Tränen kommen, so viele Kontakte auf „Augenhöhe“ zu Stiftungen, Serviceclubs, die mich seit Jahren begleiten.

*Was waren die größten Herausforderungen?*

Der Umzug in die Hugo-Luther-Straße mit dem Konzept „Mehrgenerationenhaus“ hat für inhaltliche Veränderungen unserer Arbeit gesorgt: mehr Stadtteilarbeit, eine interkulturelle Öffnung, ganztägige Öffnungszeiten mit vielen Dienstleistungsangeboten, drei Institutionen unter einem Dach.

Durch die inhaltliche Erweiterung musste der Satzungszweck der Arbeit angepasst werden. Dieser Prozess hat bis zum Eintrag beim Amtsgericht fast zwei Jahre in Anspruch genommen.

Das Mütterzentrum ist über die Jahre immer weiter gewachsen. Dabei sind auch die Ansprüche an die Buchhaltung gestiegen. 2016 haben wir die Buchführung an ein Steuerbüro abgegeben. Seit 2018 ist die Betreuung in allen Bereichen eingespielt. Auch für ein Steuerbüro war es nicht einfach, die ideellen, zweckgebundenen und rein wirtschaftlichen Bereiche so zu trennen, dass alle Geldgeber und auch das Finanzamt zufrieden waren.

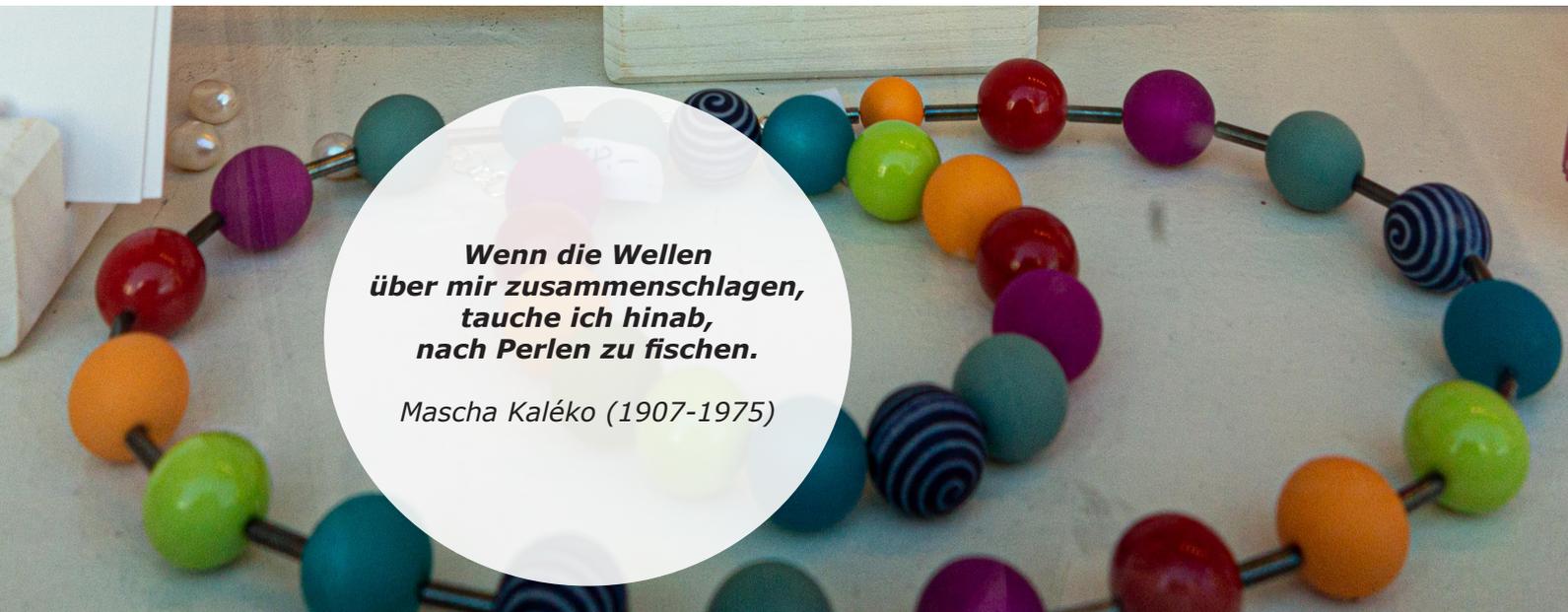
*Und was bleibt?*

**Eine tiefe Zufriedenheit und Dankbarkeit darüber, für Menschen etwas bewegt, Menschen Teilhabe ermöglicht zu haben und - vielleicht etwas großspurig - die Welt ein klein wenig besser gemacht zu haben.**



***Wenn die Wellen  
über mir zusammenschlagen,  
tauche ich hinab,  
nach Perlen zu fischen.***

*Mascha Kaléko (1907-1975)*



---

# #stayathome – schöne und kreative Momente unserer jüngsten Besucher\*innen in der Corona-Zeit

---

von Sandra Bülke, Ayse Özmezarci und Lea Simon





**Ohne Spielplätze**

**Ohne Kontakt zu anderen Kindern**

**Kitas und Schulen geschlossen**

**mit (müden) Eltern im Homeoffice**

**OHNE MÜTTERZENTRUM  
ALS ORT DER BEGEGNUNG  
UND DES SPIELENS :-)**



## Informationen über den Corona-Virus in Leichter Sprache

Der Corona-Virus verursacht eine neue Krankheit.

Man nennt den Corona-Virus auch: COVID-19.

Alle Menschen sollen die Informationen leicht verstehen können.

Deswegen ist dieser Text in Leichter Sprache.

Das Braunschweiger Büro für Leichte Sprache hat den Text geschrieben.



### Wie ist die Krankheit vom Corona-Virus?

Das Corona-Virus macht die Lunge krank.

Eine Person hat sich mit dem Corona-Virus angesteckt.

Das kann sich anfühlen wie eine Erkältung oder wie eine Grippe.

Dann hat diese Person vielleicht Fieber und Husten.

Kranke Menschen können andere sehr schnell mit dem Virus anstecken.

Deshalb gibt es viele Regeln.

**Wir alle müssen uns an diese Regeln halten.**

### Wie können Sie sich vor einer Ansteckung mit dem Corona-Virus schützen?

- Halten Sie mindestens 1,5 Meter Abstand von anderen Menschen.  
Das sind in etwa 2 Arme lang.
- Geben Sie anderen Personen **nicht** die Hand.  
Umarmen Sie **keine** anderen Personen.
- Bleiben Sie zu Hause.  
Treffen Sie sich **nicht** mit anderen Menschen.
- Sie müssen husten oder niesen?  
Dann benutzen Sie ein **Taschen-Tuch** dafür.  
Benutzen Sie das Taschen-Tuch nur einmal.



- Sie müssen husten oder niesen?  
Und Sie haben **kein** Taschen-Tuch?  
Dann halten Sie sich die Armbeuge vor Mund und Nase.  
Die Armbeuge ist die Innenseite vom Ellenbogen.

### **Wichtig: Hände waschen!**

Waschen Sie sich immer gut die Hände.  
Besonders nach dem Husten oder Niesen.  
Benutzen Sie dabei Wasser und Seife!  
Waschen Sie immer für mindestens 30 Sekunden die Hände.



### **Ich glaube, ich habe das Corona-Virus. Was muss ich jetzt tun?**

Sie glauben:  
Ich habe mich mit dem Corona-Virus angesteckt.  
Dann müssen Sie zu Hause bleiben!  
Und Sie müssen Ihrem **Arzt** Bescheid sagen.



### **Wichtig:**

Rufen Sie **zuerst** bei Ihrem Arzt an!  
Gehen Sie **nicht** direkt in die Arztpraxis!  
Die Mitarbeiter aus der Arztpraxis sagen Ihnen dann:  
Das müssen Sie jetzt tun.



Mehr Informationen in Leichter Sprache finden Sie auf der Internet-Seite vom Land Niedersachsen:

[https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/informationen\\_in\\_leichter\\_sprache/die-krankheit-corona-virus-185485.html](https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/informationen_in_leichter_sprache/die-krankheit-corona-virus-185485.html)



---

# Hausaufgabenhilfe in Coronazeiten

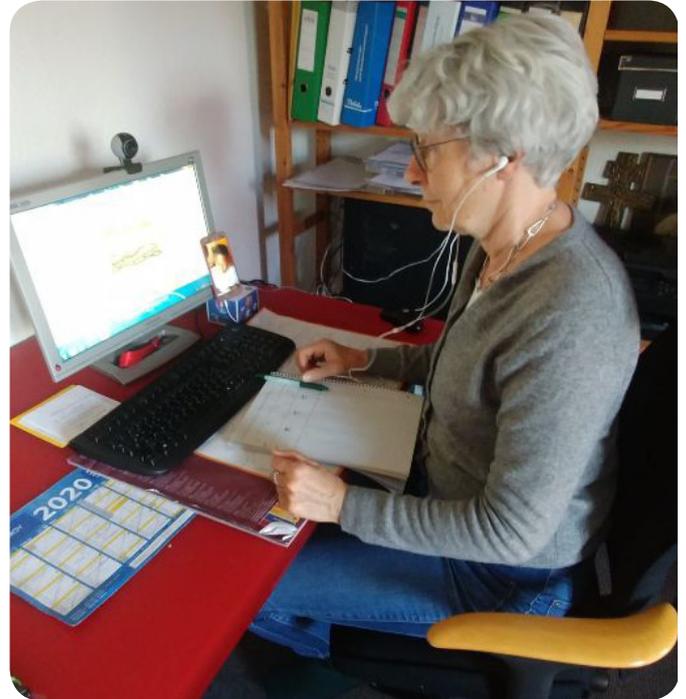
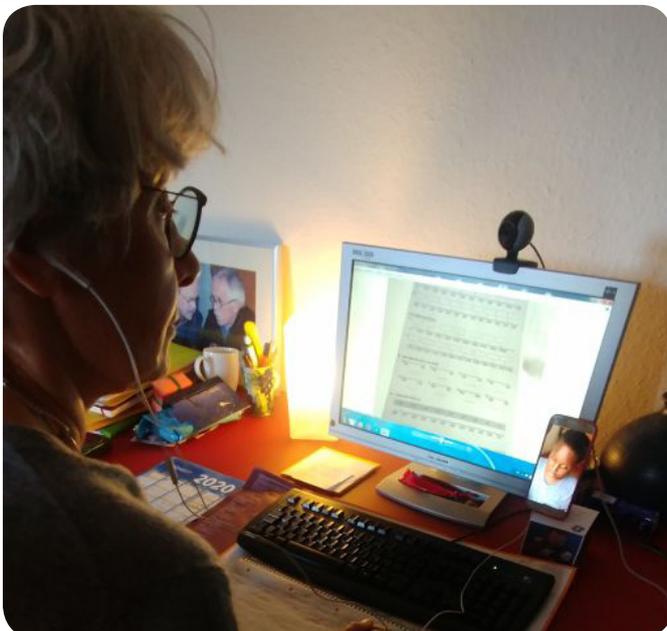
---

von Anke Bierbaum-Schulte

Seit vielen Jahren treffe ich mich jede Woche im Mütterzentrum mit Kindern, um Hausaufgaben zu machen. Gibt es etwas, was beim Lernen in der Schule nicht sofort verstanden worden ist? Müssen wir für eine Arbeit üben? Gab es vielleicht in der Schule einen Streit und wir haben gemeinsam eine Idee für eine Lösung? Ein Test ist nicht gut ausgefallen, das macht traurig und wir können darüber reden. Oder wir freuen uns zusammen über etwas, was gut geklappt hat. Und nun ist Coronazeit und alles ist anders.

Alle Schulkinder sitzen genau wie ich zu Hause. Wir können uns nicht sehen und trotzdem hat fast jedes Kind große Lernpakete von der Schule zu bearbeiten. Und viele Fragen, denn es gibt immer wieder etwas, was nicht auf den ersten Blick zu verstehen ist, nicht für die Kinder und nicht für die Eltern. Außerdem lernen sie sowieso schon jeden Tag zusammen.

Eine Lösung musste her, und zum Glück gibt es die neuen Medien. Fast jedes meiner Lernkinder oder deren Eltern besitzen ein Smartphone und so können wir uns über eine App mit Videofunktion zumindest beim Telefonieren schon mal sehen. Die Lernkinder berichteten mir, wie sie mit ihren Aufgaben aus der Schule versorgt werden, was übers



Internet – Iserv – ein schulinternes Netzwerk passiert oder über die Lehrer, die die Materialien an der Haustür abgeben oder die Eltern bzw. Kinder, die sich die Lerntüten in der Schule abholen o.ä. Weil ich keins der Materialien kenne geschweige denn zu Hause habe, alle Kinder besuchen unterschiedliche Schulen mit unterschiedlichen Büchern und Lernheften, waren die Eltern und auch Kinder bereit, mir Fotos von den Buchseiten und Arbeitsblättern zu schicken. Die habe ich dann auf meinem Computer gespeichert und so kann ich zumindest mit dem Lernkind gleichzeitig sehen, über welche Aufgabe wir gerade sprechen. Wenn beim Ausfüllen eines Arbeitsblattes etwas unklar ist, wird das Blatt vor die Kamera des Smartphones gehalten. So lässt sich wenigstens das eine oder andere Problem kurzfristig klären.

Viel lieber würde ich aber mit den Kindern im Mütterzentrum sitzen, nebeneinander, und wenn die Lernzeit zu lang wird, zwischendurch mal mit dem Ball spielen, dabei kurz ein bisschen Abwechslung und Bewegung in die Hausaufgabenzeit bringen. Aber da brauchen wir wohl noch etwas Geduld, bis wir wieder gemeinsam in ein Heft schauen können.

## Gute Nacht, Deutschland!

von Thorsten Stelzner, Lyriker, Satiriker und Galerist, Karl-Marx-Str. 6, Braunschweig

Um Mitternacht, ich liege wach  
und denke über vieles nach.  
Zuerst kommt mir direkt in den Sinn,  
dass ich extrem geborgen  
und ziemlich frei von Sorgen bin.

Obwohl längst Nacht und wirklich spät,  
das Licht, es brennt, die Heizung geht.  
Das Wasser läuft, das Dach ist dicht.  
Der Regen draußen stört mich nicht.  
Das Haus ist ruhig, die Kinder auch.  
Nicht eines krank, kein Hungerbauch.  
Sind alle fit, satt und gesund.  
Sie schlafen tief – für Angst keinen Grund.

Das ist ein Glück – das größte schier.  
Wir leben jetzt, wir leben hier.  
Nur 100 Jahre früher, eventuell auch später,  
was taten/täten Mütter, Väter,  
um sich ganz so bewusst zu sein  
Es geht uns gut! Wir hatten Schwein!

Nur 1000 Kilometer, die Richtung fast egal,  
da leiden Menschen größte Qual.  
Da herrscht Verzweiflung, Angst, und Not.  
Da stirbt die Hoffnung, siegt der Tod.  
Da fragt sich Mensch: Warum? Warum nur wir?  
Warum herrscht Krieg und Seuche hier?  
Warum ist Leben hier so schwer?  
Es geht mir schlecht! Ich kann nicht mehr!

Um Mitternacht, ich liege wach  
und denke über vieles nach.  
Als Zweites kommt mir in den Sinn,  
dass ich hier ziemlich sicher  
und dafür unermesslich dankbar bin:  
All denen, die auch nachts noch tun,  
was nötig ist – sie tun es nun.

Ich liege hier und schreibe bloß  
dieses Gedicht – wie ahnungslos!  
Ich weiß genau, ich weiß es nicht  
wie's ist, wenn man zusammenbricht  
unter der Last, dem Druck, dem Stress,  
der einen nicht mehr ruhen lässt.

Was für ein Glück, das größte hier.  
Die Menschen, die stets dir und mir  
zur Seite stehen und dafür Sorgen.  
Das Licht, es brennt auch noch am Morgen.  
Das Wasser läuft, die Heizung geht –  
egal wie kalt, egal wie spät –  
wir sind versorgt. Wir werden satt  
und wenn es jemand nötig hat,  
dann sind sie da, ob Tag, ob Nacht,  
verarzten uns und halten Wacht;  
sie hegen, pflegen und versorgen  
und bleiben meist dabei verborgen.  
Sie schützen uns zu jeder Zeit,  
tun ihren Dienst, sie sind bereit,  
ob es hier raucht, knallt, oder brennt,  
wenn man am liebsten selbst wegrennt,  
dann tun sie nicht nur ihre Pflicht.  
Nein! Das ist mehr! Das trifft es nicht..

Um Mitternacht, da lag ich wach,  
dachte kurz darüber nach  
und dann fiel mir schließlich ein,  
wir sollten demütig, zufrieden  
und im besten Sinne menschlich sein!  
Mehr fällt mir dazu jetzt nicht ein.

Außer ...doch, das eine noch:  
Es gibt tatsächlich Menschen hier,  
die kloppen sich um Klopapier!

Gute Nacht, Deutschland!  
Schlaf gut!  
Und die Welt schaut zu!



---

# Wir brauchen einen Klima-Rettungsschirm

---

von Edmund Schultz



Die Coronakrise ist ein laues Lüftchen, verglichen mit dem Tornado der Klimakatastrophe. Diese bedroht alles Leben auf der Erde! Wir sind bereits mitten in einem großen Artensterben. Corona ist nur eine kleine Auswirkung davon.

Bekommen wir das nicht schnellstens in den Griff, werden die nächsten paar Generationen die letzten sein. Das 1,5-Grad-Ziel bei der Erderwärmung ist dabei ein erster Schritt. Für diese riesige globale Aufgabe haben wir nur noch zehn Jahre Zeit!

Die Coronakrise zeigt, dass Regierungen und Bürger\*innen in der Lage sind, sehr kurzfristig alles auf den Kopf zu stellen, um Krisen zu lösen. Man muss es nur wollen und machen!

Weltweit werden jetzt Konjunkturpakete von Milliarden bis Billionen Euro diskutiert. Mit diesen „Rettungsschirmen“ soll die Wirtschaft nach Corona wieder angekurbelt werden. Damit werden die Weichen für die Zukunft gestellt. Es gibt zwei Möglichkeiten:

## Plan A - alles wie bisher

Produzieren, konsumieren, vergiften und zerstören auf „Deubel komm raus“. Auto-Abwrackprämien statt intelligenter, preiswerter und sauberer Mobilität für alle. Millionenzuschüsse für große Konzerne wie z. B. die Kohle- und Gasindustrie, Autokonzerne, die Lufthansa oder TUI, die die Klimakatastrophe befeuern. Kleine Unternehmen

gehen leer aus und pleite. Weltweit steigen die Arbeitslosenzahlen. Die Corona-Finanzkrise bringt den Menschen Existenznot, Tod, Elend und neue Kriege um Ressourcen, hauptsächlich im globalen Süden. Milliarden Menschen müssen fliehen. Die Erde erhitzt sich weiter im Rekordtempo. Der Meeresspiegel steigt und vernichtet Länder wie z. B. Bangladesch oder die Niederlande.

## Plan B – Klima-Rettungsschirme weltweit

Nur Unternehmen, die dem 1,5-Grad-Ziel nicht schaden, erhalten Corona-Zuschüsse, Bürgschaften und Kredite. Klimarelevante und medizinische Forschung sowie innovative Klimaunternehmen werden gefördert. Zukunftsarbeitsplätze werden von freiwerdenden Fachkräften aus der rückläufigen Kohle-, Erdöl-, Erdgas-, Auto- und Luftfahrtbranche besetzt. Die von der Großen Koalition zerstörten Unternehmen der Erneuerbaren Energien und die dadurch verlorengangenen 140.000 Arbeitsplätze werden wieder aufgebaut und vervielfacht. Jetzt ist es sogar vorteilhaft, dass wir viele Menschen aufgenommen haben, die aus Not fliehen mussten. Sie sind die händeringend gesuchten Arbeitskräfte von morgen und stützen nebenbei unser Rentensystem. Steuerüberschüsse werden in Forschung und Bildung investiert. Durch Förderung moderner Bautechnik, Stadt- und Verkehrsplanung sparen wir über die Hälfte an Energie und CO<sub>2</sub>-Erzeugung ein. Klimaschädliches russisches Erdgas, amerikanisches Fracking-Gas, Kohle- und Atomkraftwerke werden nicht mehr benötigt. Deutschland exportiert unschlagbar günstigen Ökostrom und saubere Technologien. Dadurch brauchen auch unsere Nachbarländer ihre Atom- und Kohlekraftwerke nicht mehr und legen sie still. Landwirtschaftliche Naturzerstörung wird nicht mehr staatlich gefördert. Stattdessen erhalten kleinbäuerliche Betriebe der Biologischen Landwirtschaft Zuschüsse. Wälder dürfen sich wieder natürlich regenerieren, statt als Fichtenholzplantagen für das Wald- und Artensterben mitverantwortlich zu sein. Moore werden renaturiert und speichern

CO2. Die Natur erholt sich.

Wir werden weltweit führend im Klima- und Artenschutz. Unsere „Klimakanzlerin“ setzt sich für ein Ende der Ausbeutung der Länder des globalen Südens ein. Dadurch können die Menschen dort wieder unabhängig wirtschaften, ihre Armut

überwinden und die Klimakrise überstehen. Dabei werden sie von der EU unterstützt. Kriege um Ressourcen enden, Fluchtursachen sind beseitigt und es gibt ein gutes Leben für alle weltweit!

Man muss es nur wollen und machen. **Sofort!**

## *Bedeutung von sozialem Engagement*

von Sandra Büdke

Hier fasse ich die Rede von Heinrich Bedford-Strohm zusammen. Im Februar sprach der EKD-Vorsitzender im Braunschweiger Dom über die Bedeutung des sozialen Engagements. Gerade weil sich die Gemeinschaft verändert hat, gehören für ihn Gemeinsinn und Glück zusammen.



Herr Bedford-Strohm unterscheidet zwischen starken Beziehungen (z. B. Familie) und schwachen Beziehungen (z. B. Vereine). Letztere sind dadurch gekennzeichnet, dass sie weniger zeitaufwendig und mit weniger emotionalen Engagement verbunden sind. Ihre Stärke liegt in der „Brückenfunktion“ zu anderen sozialen Milieus. „Man kann es auch etwas salopper sagen: Damit wir uns nicht immer im eigenen Saft drehen.“

Menschen engagieren sich sowohl in starken Gemeinschaften mit hohen Verbindlichkeiten als auch in schwächeren Netzwerken mit weniger Verbindlichkeit, dafür aber zeitweise mit hoher Wirkung. Bedford-Strohm nennt als Beispiel effektive Hilfsaktionen über Facebook, wo innerhalb kürzester Zeit viele Menschen als Helfer gewonnen wurden (z.B. bei einer Überschwem-

beitragen können.

**Sein Resümee: „Gemeinsinn ist eine der besten Zutaten für das persönliche Glück!“.**

*Meine Anmerkungen zur Thematik: Wie wichtig das soziale Engagement ist, wird in der Corona-Zeit deutlich, da Strukturen weggebrochen sind: Kitas, Schulen und Betriebe geschlossen, Arbeitsplätze ins Homeoffice verlegt, Menschen müssen sich in Quarantäne begeben, Großeltern- und Enkelkontakt soll vermieden werden, Abstand muss eingehalten werden. Viele Menschen engagieren sich freiwillig: sie gehen für Risikogruppen einkaufen, nähen Schutzmasken, kümmern sich um Hilfsbedürftige, starten Internetkampagnen etc. Gerade jetzt werden „schwache“ Beziehungen gebraucht.*

mung in Bayern 2013). Viele Menschen arbeiten ehrenamtlich (43,6% im Jahr 2014) oder können sich vorstellen, sich unter geeigneten Rahmenbedingungen zu engagieren (58,6%). Das Leben bekommt einen tieferen Sinn, wenn Menschen mit dem eigenen Geld oder mit der eigenen Zeit zu einer guten Sache

---

# *Besuch einer polnischen Nichtregierungsorganisation im Mütterzentrum*

---

*von Heinrich Schubert*



Am 20. Februar 2020 hat die Leitung der Diakonischen Beschäftigungsgesellschaft (DSZ) im westpolnischen Kwilcz das Mütterzentrum besucht. Die noch junge gemeinnützige Gesellschaft verfolgt das Ziel, Menschen mit unterschiedlichen Beeinträchtigungen und Benachteiligungen beruflich zu qualifizieren und arbeitsmarktlich zu integrieren. Eine den Lebensunterhalt absichernde Lohnersatzleistung federt in Polen nicht die „Wechselfälle“ des Lebens ab. Die Gleichung ist einfach: (Nur) Erwerbseinkommen schafft Zugang zur gesellschaftlichen Teilhabe.

Ohne jegliche öffentliche Förderung finanziert sich die DSZ ausschließlich aus dem Erlös ihrer wirtschaftlichen Tätigkeit. Im Verständnis einer strategischen Partnerschaft erbringt die DSZ Dienstleistungen für drei in der Region Posen angesiedelten VW-Werke. Im Metallbau reparieren Schlosser Transportbehälter und fertigen Ladefahrzeuge, im Textilbereich wird überwiegend Arbeitsbekleidung hergestellt. Die berufliche Qualifizierung bewegt sich damit im Feld der realen Arbeitswelt. Die Auftragsgewinnung erfolgt im freien Wettbewerb der Ausschreibungsverfahren ohne sozialen Bonus.

In einem weiteren Schwerpunktthema wurde 2018 ein integratives Wohnprojekt für Frauen, Männer und Kinder mit zuvor langer (>10 Jahre) Vorerfahrung von Obdachlosigkeit und Wohnungslosigkeit abgeschlossen.

Das besondere Interesse der Besuchergruppe galt der am Bedarf orientierten Zusammenstellung einzelner Projekte und Handlungsansätze zu einem sich ergänzenden Ganzen. Jedenfalls von Frau Döhrmann exzellent erklärt und begründet. Hier wurden wichtige Hinweise für einen geplanten Secondhandshop gewonnen, vernünftige Regeln bilden sich ab.

In einer noch jungen polnischen Demokratie gehen die wenigen Nichtregierungsorganisationen einen nicht einfachen Weg. Die zivilgesellschaftlichen Strukturen stören das Bemühen der Politik um eine neue Zentralisierung.

Partnerschaftlich unterstützt wird die Diakonische Beschäftigungsgesellschaft von der Diakonischen Gesellschaft Wohnen und Beraten in Braunschweig.

## Gute Geister!

von Jutta Schmidt

*Auf unserer internen Geburtstagsliste stehen inzwischen 55 Menschen, die im Haus mitarbeiten. Und immer wieder erwischen wir uns dabei, dass wir doch nicht alle erfassen, die die Arbeit mit tragen und gestalten.*

*Da gibt es gute Geister, die im Hintergrund Kuchen backen, PCs pflegen, bei der Bingo-Veranstaltung helfen, Beiträge für die mamma mia liefern usw..*



Da ist zum Beispiel **Maren Brennecke**.

Auch wenn wir Maren in unserem Alltag nicht sehen – ihr Schaffen und ihre Kreativität begegnen uns überall im Mütterzentrum. Sie ist schon seit langer Zeit mit dem Haus verbunden.

Wie alles begann? Im Jahr 2008 suchte Monika für das Mütterzentrum über das Projekt „Brücken bauen“ Kontakte zu Unterstützern aus Unternehmen. Konkret gab es den Wunsch, Tipps und Tricks zur Verbesserung der Vereinszeitung zu gewinnen. Maren's damaliger Chef betrieb eine Werbeagentur und erklärte sich bereit, das Mütterzentrum zukünftig gerne in grafischen Dingen zu unterstützen. So wurde für die Erstellung der mamma mia zunächst ein professionelles Layoutprogramm empfohlen. Maren hat mit unseren Mitarbeiterinnen einen Starterworkshop durchgeführt. Zudem wurde für die Vereinszeitung ein Layoutkonzept entworfen und eine Designvorlage erstellt. Diese bilden noch heute die Grundlage der mamma mia-Hefte und erleichtern die Arbeit sehr. Auch der mamma mia Schriftzug wurde neugestaltet. Kleine Fragen beantwortete Maren fix am Telefon. Maren: *„Wir fanden die Idee der Zeitschrift gut und wollten einfach helfen, sie besser zu strukturieren und ansprechender, professioneller und moderner zu gestalten.“*

Auch als inzwischen selbstständige Mediendesignerin engagiert sie sich weiterhin für uns. So hat sie unseren Hauptflyer Mütterzentrum/MehrGenerationenHaus gestaltet. Als die Flyer 2018 vergriffen waren und einige Textpassagen und Bilder umgeändert werden mussten, hat sie ein frisches neues

Layout entworfen, das uns alle gleich überzeugt hat. *„Habe eurem Folder mal ein neues Design verpasst. Den alten gabs jetzt ja lange genug, oder? Ich hoffe, euch gefällt das neue Layout. Ein bisschen gewagter – immer noch sehr bunt – mehr 2018!“*

Und schwupps sind inzwischen auch andere Flyer angepasst: der für die „Babygruppe“ ist fertig.



Maren arbeitet mit zwei Mediendesignerinnen im „Mädchenkollektiv“ in der Bürogemeinschaft „Eule5“. Sie liebt ihre Arbeit sehr. Wenn es vordergründig „bunte Bilder“ seien, mit denen sie arbeitet, so geht es tatsächlich darum, mit den Menschen zu kommunizieren, Informationen und Emotionen zu übersetzen und diese zu anderen Menschen zu transportieren. Glücklich macht Maren ihre (Patchwork-)Familie mit ihrem Freund, seiner 16-jährigen Tochter und ihren gemeinsamen Kindern (6 Jahre und fast ein Jahr alt).

**Vielen Dank Maren für Deine frischen Ideen, Deinen Schwung und Deinen Einsatz!**



---

# *Absenkung des Bordsteins am Fahrradabstellplatz*

---

*von Monika Döhrmann*

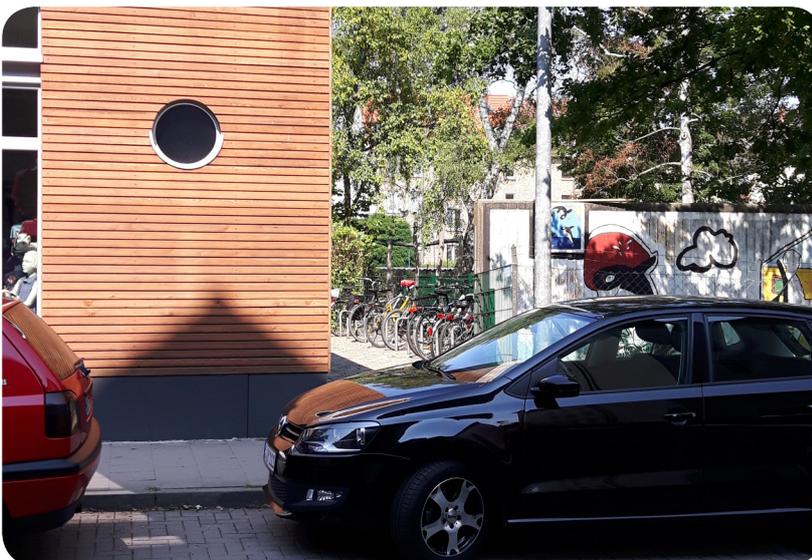
Das ehemalige Gemeindehaus in der Hugo-Luther-Straße 60A ist inzwischen ein Nachbarschaftszentrum, das jeden Tag von ca. 250 Menschen besucht wird. Die meisten kommen aus der näheren Umgebung, viele zu Fuß oder mit dem Fahrrad. Der Fahrradabstellplatz ist immer ausgelastet.

Es war schwierig, zwischen den an der Straße parkenden Autos mit dem Fahrrad zum Fahrradabstellplatz zu gelangen. Außerdem bedeutete es gerade für ältere BesucherInnen und Mütter mit Kinderanhängern eine Kraftanstrengung, das Fahrrad am Bordstein anzuheben.

Aus den genannten Gründen habe ich mich um die Absenkung des Bordsteins am Eingang des Fahrradabstellplatzes gekümmert. Dies war aus unserer Sicht ein Schritt in Richtung einer fahrradfreundlichen Stadt.

Im April wurde dann die Umbaumaßnahme durchgeführt. Der Bordstein wurde abgesenkt und zusätzlich mit zwei Pollern versehen.

Jetzt können alle Besucher\*innen und Mitarbeiter\*innen davon profitieren!



*Vorher: Die Fahrradstellplätze waren wegen der parkenden Autos und der hohen Bordsteinkante sehr schwer oder nur über Umwege erreichbar!*



*Nach der Baumaßnahme: Der Zugang ist nun fahrrad- und fußgängerfreundlich gestaltet.*

## Buchbesprechung



### Jan Roß: *Bildung. Eine Anleitung*

Bildung bot für mich die Möglichkeit, mein Leben selbst in die Hand zu nehmen, der Enge des Dorfes zu entkommen, ebenso der zugewiesenen Rolle der Frau, andere Standpunkte kennen zu lernen, den Beruf selbst zu wählen und vieles mehr.

All das sind Gründe, warum das Thema Bildung mich nach wie vor in allen Facetten interessiert: Was ist Bildung? Ist Herzensbildung auch Bildung? Gehören Lebenstüchtigkeit und Manieren dazu? Muss ich Opern kennen und lieben, um gebildet zu sein?

Von daher hat mich das Buch von Jan Roß: „Bildung. Eine Anleitung“ sofort angesprochen. Aber was soll eine Anleitung zur Bildung sein?

Das Buch ist aufgeteilt in 12 Kapitel, lässt sich dadurch gut „häppchenweise“ lesen. So können aus meiner Sicht die Überlegungen von Jan Roß auch besser nachwirken.

Nicht alles hat mich gleichermaßen interessiert, manches war für mich nicht so leicht nachzuvollziehen, aber auch das gehört zum Lesen dazu. Der Vorschlag von Jan Roß dazu lautet: „Weiterlesen, einfach weiterlesen. Irgendetwas, das im nächsten Satz oder auf der nächsten Seite steht, wird ein Licht auf die obskure Stelle zurückwerfen.“

Hier ein paar Blitzlichter:

Der Bericht vom Besuch der Akropolis, dem tief empfundenen „Respekt vor dem Schönen und Großen.“

Die Schilderung vom allerletzten Gesang der „Ilias“ von Homer, in dem König Prias Achilleus um den Leichnam seines Sohnes Hektor bittet, damit er diesen bestatten kann. Obwohl Hektor den Freund von Achilleus getötet hat, gibt er den Leichnam heraus. Am Ende bleibt die pure Menschlichkeit.

Virginia Woolf: „Feminismus ist das Streben nach einer Welt, in der Judith und William Shakespeare gleichberechtigt sind, einer Welt, in der die Schwester dieselbe Chance wie der Bruder hat - Shakespeare zu werden.“

Mary Ann Evans (alias George Eliot): „Durch literarische Schilderungen von Armut und Diskriminierung... ist mehr für die Überwindung des vulgären Standesdünkels getan als durch Hunderte von Predigten und philosophische Abhandlungen.“

„Musik ist gesteigerte Sprache, das Ausdrucksmittel für den seelischen Ernstfall, in dem das Wort nicht mehr ausreicht.“



Keine Scham vor dem scheinbar Trivialen, vor dem Unterhaltsamen, Herzbewegenden und Spannenden.

Es muss nicht immer ein Buch sein, auch ein Theaterbesuch, ein Film bilden. Und Zufallsfunde oder Tipps von FreundInnen sind gut. Man muss Bücher, die einem nicht gefallen, nicht bis zum Ende lesen.

Es ist ein Irrtum zu glauben, dass „Begeisterungsfähigkeit dumm macht und fischige Kälte klug. Wer immer meint, alles schon erlebt zu haben...der ist nicht weise, sondern stumpf und blind.“

Bildung ist kein Karrierevehikel oder Statussymbol, sondern begleitet einen ein Leben lang.

**Lesenswert!**

Monika Döhrmann

# Fachtag „In guter Nachbarschaft!“

von Lea Simon

Am 06.11.2019 waren Ayse Özmezarci und ich auf dem Fachtag „In guter Nachbarschaft!“ - Alltagsintegrierte Sprachbildung und Sprachförderung braucht Sozialraumbezug.

Ziel des Fachtages war es, „Sprachbildung und Sprachförderung im Sozialraum zu verorten und nicht auf die Schultern Einzelner zu legen“. „Denn, um Kinder umfassend und individuell zu fördern, braucht es viele und unterschiedliche Netzwerke und Kooperationen“.

Es wurden viele interessante Workshops angeboten und es fand eine Netzworkebörsen mit Akteuren der lokalen Praxis statt. Wir konnten uns als Mütterzentrum Braunschweig e. V. / MehrGenerationenHaus bei den verschiedenen Netzwerkpartnern vorstellen und auf uns aufmerksam machen. Wir haben festgestellt, dass wir mit dem Mütterzentrum und vor allem mit dem Kinderzimmer eine gute Möglichkeit in Braunschweig bieten, Sprache zu erlernen und umzusetzen. Vor allem durch unsere Angebote im Kinderzimmer, gekoppelt mit den Angeboten der interkulturellen Gesprächskreise von Georg Grätz und den Deutschkursen vom Büro für Migrationsfragen. Positiv mitgenommen von der Fachtagung haben wir, dass wir auf einem guten Weg sind „Mehrsprachigkeit“ gelingen zu lassen und als selbstverständlich anzusehen. Dennoch sollten wir immer offen für neue Netzwerkpartner und Kooperationen sein.

Angesprochen hat mich zum Beispiel das Büro für leichte Sprache. Von einer Sprachwissenschaftlerin und ihrem Team werden Texte in einfache und leicht zu verstehende Sprache übersetzt. Aus der Praxis weiß ich, dass vor allem Behördengänge, zu denen auch die Kita-Suche zählt, für viele Familien sehr schwierig sind. Ich würde mir wünschen, es gäbe mehr Angebote in leichter Sprache, die für jeden verständlich und zugänglich sind.

## Kinder stärken - Paten gewinnen

von Rita Dippel

Am 16.01.2020 hat die Veranstaltung „Kinder stärken - Paten gewinnen“ - organisiert von der Stadt Braunschweig - im Roten Saal stattgefunden. Auch das Mütterzentrum Braunschweig e. V. war mit dem Paten-Projekt „Wunschgroßeltern“ dabei.

Wir suchen weiterhin ältere Menschen ab 50 Jahren, die Lust haben, ihre Zeit Kindern zu schenken, denn viele Familien wünschen sich eine Unterstützung im Alltag mit Kindern und den Kontakt zur älteren Generation.

Wer interessiert ist, kann sich im Mütterzentrum unter 0531 - 895450 melden oder eine Email an [info@muetterzentrum-braunschweig.de](mailto:info@muetterzentrum-braunschweig.de) schicken.

**Wunschgroßeltern  
in  
Braunschweig**

- Zeit für Kinder
- Kinder stärken
- Freude mit Kindern erleben
- Familien unterstützen

Sie möchten einmal in der Woche Zeit mit einem oder zwei Kindern verbringen?  
Melden Sie sich, wir stellen Ihnen eine zu Ihnen passende Familie vor.  
Die ersten Treffen werden von einer Sozialpädagogin begleitet. Bei Fragen steht diese Ihnen und den Familien zur Verfügung.  
Einmal monatlich treffen sich Wunschgroßeltern zum gegenseitigen Austausch.

Mütterzentrum Braunschweig e.V.  
MehrGenerationenHaus  
Hagen-Luther-Straße 60A  
38118 Braunschweig

Info@muetterzentrum-braunschweig.de  
[www.muetterzentrum-braunschweig.de](http://www.muetterzentrum-braunschweig.de)  
Telefon: 0531-895450

Das Projekt Wunschgroßeltern wird von der Stadt Braunschweig unterstützt.

## Ausstellungseröffnung „Mehr als Blau“

von Sandra Büdke

Am 28.02.2020 wurde die Ausstellung „Mehr als Blau - Bilder und Grafiken von Daria Bonet“ eröffnet. Es war ihre erste Ausstellung in Deutschland. Sie war mit ca. 35 Personen gut besucht.

Zur Person von Daria Bonet: die studierte Künstlerin wurde in Wladivostok (Russland) geboren und hat in verschiedenen Ländern gelebt. Seit 2014 wohnt sie der Liebe wegen in Braunschweig. Daria Bonet arbeitet schwerpunktmäßig mit Acryl, Öl und Tusche.



## Neuer Schrank für das Kinderzimmer dank Spende

von Lea Simon



Anfang Februar hat das Kinderzimmer einen neuen Schrank erhalten. Wie auf dem Bild zu erkennen, hat der neue Schrank in der Mitte – in Schreibhöhe – ein stabiles Klappfach mit Ordnerhöhe und einigen Ablagefächern. Das Team kann somit im Stehen die organisatorische Arbeit erledigen, den Schrank aber auch jederzeit schließen, sodass das Kinderzimmer nicht wie ein Büro wirkt.

Wir freuen uns sehr über den neuen Schrank, der die Abarbeitung der organisatorischen Abläufe verbessert und uns eine bessere Struktur in unsere Arbeitsabläufe bringt.

Das Kinderzimmer bedankt sich ganz herzlich bei der Stiftung Großes Waisenhaus. Abschließend können wir sagen, der Schrank ist nicht nur praktisch, sondern auch sehr hochwertig. Das natürliche Material Holz sorgt für eine tolle Atmosphäre im Kinderzimmer.

*Dieses Bild entstand Anfang des Jahres nach dem Besuch der „Kindergruppe Flohkiste e.V.“ (eine Elterninitiative im Westlichen Ringgebiet, die zum Dachverband der Elterninitiativen in Braunschweig gehört).*

*Sie wurde von Lea Simon durch das Haus geführt und bekam Einblicke in die verschiedenen Bereiche. Wir freuen uns auf weitere Besuche!*



# Lieblingsrezepte

aus dem Mütterzentrum

## Mais-Tomaten-Suppe

Rezept von Monika

### Zutaten:

7 mittelgroße Kartoffeln  
1 große Zwiebel  
1 Dose Mais  
1 Dose Tomaten  
1/8 l Sahne  
3/4 l Gemüsebrühe  
Salz  
weißer Pfeffer  
1 EL Butter



### Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen, die Zwiebel pellen, beides in Würfel schneiden und in Butter kurz anbraten.  
Mit der Gemüsebrühe auffüllen.  
Die Tomaten klein schneiden und hinzufügen.  
Die Gewürze hinzufügen und ca. 30 Minuten köcheln lassen.  
Zum Schluss den Mais und die Sahne dazu geben.

## Quiche mit Zucchini und Lachs

Rezept von Anke

### Zutaten:

#### Teig:

250 g Mehl  
100 g Butter  
1 Ei  
2 – 3 EL Wasser  
1 TL Kräutersalz

#### Belag:

500 g Zucchini  
150 – 300 g Räucherlachs in Scheiben  
1/2 Bund Dill

250 g Schmand  
2 Eier  
2 – 3 TL Stärkemehl  
2 TL Meerrettich  
1 EL Zitronensaft

Bei 200° C ca. 45 Minuten backen.

### Zubereitung:

Alle Zutaten miteinander verkneten, den Teig gleichmäßig in einer 26er Springform verteilen, dabei einen ca. 3 cm Rand hochziehen. Anschließend die Form 1 Stunde kalt stellen.

Die Zucchini fein raspeln, den Lachs in Streifen schneiden, den Dill fein hacken, alles miteinander vermischen, auf dem Teigboden verteilen.

Die Zutaten miteinander verrühren und über den Belag gießen.

Tipp: Der Teigboden wird besser gar, wenn er ohne Belag schon mal 10 – 15 Minuten im vorgeheizten Backofen gebacken wird.

## Crepès

### Zutaten:

2 Eier  
250 g Mehl  
500 ml Milch  
1 EL Olivenöl  
1 Prise Salz  
Fleur d'Orange oder Zitronenaroma, 4 Tropfen  
Fett zum Backen

### Belag:

Nutella oder  
Marmelade oder...  
Apfelmus oder ...  
Obst oder...

### Zubereitung:

Eier, Mehl, Öl, Salz, Aroma und etwas Milch in der Küchenmaschine verrühren. Die restliche Milch nach und nach dazugeben.

Den Teig eine Stunde ruhen lassen.

Zum Fetten eine Kartoffel halbieren, in eine Schale mit Öl eintauchen und so die Pfanne fetten.

Wenn der Teig sich beim Backen vom Rand löst, umdrehen.

In die Mitte vom Crepes 5 cm „Belag“ geben und dann parallel rollen.

Rezept von Isa



Aus Tradition  
gut!

100%  
ECHTES  
HANDWERK

[www.milkau.de](http://www.milkau.de)

**milkau**  
DER STADTBÄCKER

## Catering



Wir fertigen für Sie  
ein leckeres Buffet  
nach Ihren Wünschen  
- zum Selbstabholen.



Mehr  
Generationen  
Haus  
Wir leben Zukunft vor

## Wir freuen uns über jede Mut-mach-Spende!



„Es ist wichtiger, etwas im Kleinen zu tun, als im Großen darüber zu reden!“  
Willy Brandt, 1913 - 1992

Die Mutter einer Mitarbeiterin hat dem Haus 10 € gespendet. Das ist eine echte „Mut-mach-Spende“.

Auch wenn jemand wenig Geld hat, kann man uns im Rahmen seiner Möglichkeiten unterstützen.

**Vielen Dank!**

## SICHERHEIT ZUHAUSE – RUND UM DIE UHR!

SCHNELLE UND ZUVERLÄSSIGE HILFE  
IM NOTFALL



### HAUSNOTRUF

- Sicherheit per Knopfdruck
- 24-Stunden-Rufbereitschaft
- Einfache Bedienung

ANMELDUNG UND INFO:



Saarbrückener Straße 50, 38116 Braunschweig  
Tel.: 0531 - 4 80 79 10  
E-Mail: info@paritaetischer-bs.de  
www.paritaetischer-bs.de



Ambulante Betreuung hilfs- und  
pflegebedürftiger Menschen e.V.

Am Grasplatz 5b, 38112 Braunschweig  
Tel.: 0531 - 256 57 314/-0  
E-Mail: rainer.leucke@ambet.de  
www.ambet.de

**JETZT EINEN  
MONAT  
KOSTENLOS  
TESTEN!**

# „WIR WOLLEN KEINEN SCHNICKSCHNACK. WIR WOLLEN EIN ZUHAUSE!“

Faire Miete. Gesundes Umfeld.  
Kompetente Beratung.

... UND WAS WOLLEN SIE?



Passende Wohnungsangebote für  
starke Zweier-Teams in Groß und Klein  
gibt's auf [www.nibelungen24.de](http://www.nibelungen24.de)

Unabhängig sein, sich trotzdem  
sicher und geborgen fühlen in einem  
lebendigen Wohnumfeld – das bietet  
Ihnen die Nibelungen. Wohnungen  
zu fairen Mieten und eine gute, per-  
sönliche Beratung. Also, was will  
man mehr?

Mehr Infos und aktuelle Angebote  
gibt's auf [www.nibelungen24.de](http://www.nibelungen24.de)!



**Nibelungen**  
Wohnbau GmbH

Nibelungen-Wohnbau-GmbH Braunschweig  
Freystraße 10      Telefon 0531 30003-0  
38106 Braunschweig    [info@nibelungen24.de](mailto:info@nibelungen24.de)



Wie eine  
Großfamilie:  
verlässlich

Die Braunschweiger Baugenossenschaft hat über 21.000 Mitglieder – ein großes Miteinander der Generationen. Besuchen Sie uns unter [www.baugenossenschaft.de](http://www.baugenossenschaft.de)