Ausgabe 4 – 2021

m

Magazin vom Martinsclub

Hier bestimme ich!

Selbstbestimmt leben im neuen Quartier

Foto: Ludwig Lagershausen

Corona hält uns alle weiterhin in Atem. Nun begleitet uns das Virus schon den zweiten Winter. Also müssen wir weiterhin aufeinander achtgeben. Zusammenhalten und die schützen, die besonders verletzlich sind. Das m wünscht alles Gute und ein gesundes 2022.

Titelfoto: Frank Pusch

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Wenn Menschen sich untypisch verhalten, gibt es eine Redensart. Sie fallen aus dem Rahmen. Das bedeutet: Mit ihrem Verhalten entsprechen sie nicht den Vorstellungen der anderen. Oder den Regeln der Gesellschaft.

Menschen, die mit der Beeinträchtigung FASD leben, fallen oft aus diesem Rahmen. Ihre Mütter haben während der Schwangerschaft Alkohol getrunken. Dadurch konnte sich das Gehirn des Babys im Mutterleib nicht richtig entwickeln. Die Abkürzung FASD steht für fetale Alkoholspektrums-Störung. Heilbar ist FASD nicht.

Kinder und Jugendliche mit FASD haben zum Beispiel Probleme in der Schule. Sie sind unkonzentriert oder verhalten sich aggressiv anderen gegenüber. Manche können allgemeine Regeln nicht verstehen oder sich diese nicht merken. Als Erwachsene haben sie Mühe, ihren Alltag zu organisieren. Etwa regelmäßig die Wohnung zu putzen, Briefe zu öffnen und zu beantworten. Oder für ihre Zukunft zu planen. Sie sind oft nachts wach. Um die Vorgaben der Gesellschaft zu erfüllen, müssen sie unterstützt werden. Dabei brauchen sie Hilfen, die sie nicht so stark einschränken. Jeden Tag aufs Neue.

In dieser **m**-Ausgabe stellen wir daher ein besonderes Wohnprojekt vor. Das befindet sich im Stadtteil Osterholz und ist deutschlandweit einzigartig. In einem umgebauten, ehemaligen Bauernhaus leben 6 Menschen in eigenen Wohnungen. Sie haben FASD oder verhalten sich ähnlich. Betreuende vom Martinsclub helfen ihnen im Alltag.

Miteinander mehr erreichen: Im Übersee-Museum entsteht derzeit ein Korallenriff. Es besteht aus Material, das eigentlich in den Müll gehört. Kinder, Jugendliche und Erwachsene aus ganz Bremen basteln mit. Das **m** hat einer inklusiven Gruppe von Kindern beim Basteln zugeschaut.

Im Internet kann man so gut wie alles bekommen. Dabei ist es viel schöner, im Laden nebenan einzukaufen. Wir haben 11 Menschen nach ihrem Bremer Lieblingsladen gefragt. Zudem berichten wir über die Stolpersteine in Gröpelingen und den Bremer Friedenstunnel. Und **die durchblicker** waren im Wald bei Syke mit einem Förster unterwegs.

Viel Spaß beim Lesen, alles Gute und bleiben Sie gesund!

Ihre m-Redaktion

In dieser Ausgabe

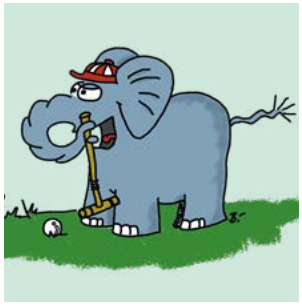
4
Hier bestimme ich!
Selbstbestimmt leben mit dem Fetalen Alkoholsyndrom. Zu Besuch im neuen Wohnprojekt im Ellener Hof

18
Ins Museum statt in den Müll
Kinder basteln ein großes Korallenriff aus Stoffresten, Wolle und Zeitungspapier

11
Ein altes Bauernhaus wird ein neues Zuhause
Nico Oppel und Sebastian Jung vom Martinsclub über ein besonderes Wohnangebot

22
Ein Zeichen für den Frieden
Der Rembertitunnel in Bremens Innenstadt ist ein Kunstwerk, das Völker verbindet

12
Das Leben ist wie ein Puzzle
Filmtipp: Bernd Thiele sucht nach seinen Verwandten



26
Kuriose Sportarten: das Quiz
Wo gibt es denn so etwas! Wer kennt sich mit ungewöhnlichen Sportarten aus?

14
Waldi war mal
Die durchblicker besuchen einen Förster in Syke

28
Wo Steine Erinnerungen wachhalten
Kleine Messingtafeln im Gehweg erinnern an die Opfer der Nationalsozialisten

32
Die Vermessung der Welt
Ein Buchtipp von **durchblicker** Frank-Daniel Nickolaus

42
Wissensdurst löschen!
Umgang mit FASD: Fortbildungen vom m|colleg

34
Der kleine Laden an der Ecke
Umfrage: Was ist Ihr Lieblingsgeschäft?

44
Ich lass mich nicht behindern!
Die Werbung des Martinsclub will mit Barrieren brechen

38
Gute Laune an der frischen Luft
Die Syker Waldwoche ist ein inklusives Ferienprogramm

47
Alle Menschen gehören dazu
Ein Kommentar von Anja Stahmann, Sozialsenatorin

41
Auflösung Quiz
Kuriose Sportarten: Alle Anworten auf einen Blick

48
Autoren der Ausgabe
2022 wird ein gutes Jahr weil ...

Text: Catrin Frerichs | Fotos: Frank Pusch

»Die Betreuer verstehen mich hier.«

Pierre Przibylla, 19 Jahre, wohnt seit Mitte September 2021 im Ellener Hof. Bis er volljährig war, lebte er in einer Pflegefamilie. Jetzt arbeitet er in einer Werkstatt für Fahrräder und Rollstühle. Die Arbeit macht ihm Spaß. Als er noch zur Schule ging, hat er oft verschlafen. Dauernd kam er zu spät. Sein Lehrer hatte Verständnis. „Er war in Ordnung“, sagt Przibylla.

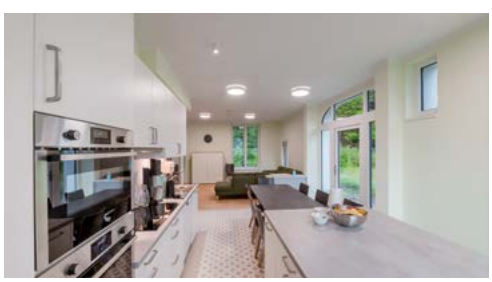
Hier bestimme ich!

Selbstbestimmt Leben mit dem fetalen Alkoholsyndrom

Alkohol während der Schwangerschaft kann sich auf das Baby auswirken. Er kann das Gehirn des ungeborenen Kindes schädigen. Die Beeinträchtigung heißt: Fetale Alkoholspektrum-Störung, kurz FASD. In Bremen-Osterholz hat der Martinsclub ein besonderes Wohnprojekt eröffnet. Seit September 2021 leben in einem ehemaligen Bauernhaus 6 Männer. 3 von ihnen haben die Diagnose FASD. Die anderen 3 zeigen Verhaltensweisen, die so ähnlich sind wie FASD. Das Projekt ist in Deutschland einzigartig.

Die Nutzer sind zwischen 18 und 38 Jahre alt. Mihail Xenakis ist der Älteste und Marius Nabow der Jüngste. Gerade liegt Nabow auf dem Bett seines 19-jährigen Nachbarn Pierre Przibylla. Die beiden zocken ein Videospiel auf der Playstation. Eine Tüte Chips und eine Flasche Limo stehen zwischen ihnen. Auf dem großen Fernsehbildschirm lassen sie eine Figur Aufgaben erfüllen. Wie geht es ihnen, seit sie in den Ellener Hof gezogen sind? „Im Moment geht es mir gut", sagt Marius Nabow.

Wie Marius Nabow ist Pierre Przibylla in einer Pflegefamilie aufgewachsen. Er kennt seine Eltern, hat aber seit Jahren keinen Kontakt mehr. Mit 18 machte er ein Wohntraining in Bremen-Nord. Später zog er in eine Wohngruppe in Gröpelingen. „Die Betreuer waren eigentlich ganz nett", gibt er zu. „Ich war schon immer sehr aggressiv. Ich habe mich oft nicht korrekt verhalten. In der Zeit in Gröpelingen hatte ich wenig Schlaf", erzählt der 19-Jährige. „Einmal bin ich einfach auf die Parzelle meiner Tante gefahren. Ich habe mich verdrückt." Da gab es riesigen Ärger, weil niemand wusste, wo er war. „Die Betreuer haben mich nicht verstanden. Und ich kam aus meiner Aggression nicht raus." →



Das Bauernhaus im Ellener Hof ist kein Wohnheim. Die 6 Nutzer haben ihre eigenen Wohnungen und einen Mietvertrag. 10 weitere Menschen mit FASD sollen in der Nachbarschaft Wohnungen beziehen. Der Gemeinschaftsraum im Bauernhaus kann von allen genutzt werden. Samstags kochen die Bewohner gern zusammen.

Text: Catrin Frerichs | Fotos: Frank Pusch

»Wir können über unsere Probleme reden.«

Marius Nabow, 18 Jahre, fühlt sich wohl im Ellener Hof. „Hier gibt es viele Freiheiten. In den anderen Einrichtungen war das nicht so“, sagt er. Neulich ist er zu einem Konzert nach Berlin gefahren.

Stichwort FAS und FASD

Eine Frau, die während der Schwangerschaft Alkohol trinkt, riskiert viel. Etwa, dass das Baby im Mutterleib Schaden nimmt. Dafür können bereits geringe Mengen reichen. Es kann zu Fehlbildungen und geistiger Behinderung des Kindes kommen. Diese entstehen oft in den ersten 12 Wochen der Schwangerschaft.

Das Kind kann sich langsamer entwickeln oder verhaltensauffällig sein. Der Begriff dafür heißt FAS: das fetale Alkoholsyndrom. Die Formen der Schädigung fasst der Betriff FASD zusammen. Menschen mit Fetaler Alkoholspektrum-Störung haben Schwierigkeiten in allen Lebensphasen. Heilen kann man die Beeinträchtigung nicht. Je früher FASD erkannt wird, desto besser gelingt die Unterstützung. Große Probleme haben Menschen mit FASD mit den alltäglichen Aufgaben. Sie können zum Beispiel nicht gut planen. FASD ist auf der ganzen Welt verbreitet. Besonders in Ländern, in denen Alkohol zum Alltag gehört.

Mehr Freiheit als anderswo

Marius Nabow weiß, wie es ist, sich nicht kontrollieren zu können. „Schreien ist mein Ventil", sagt er. Das macht er, wenn ihm alles zu viel wird. Auch heute noch. „Und ich provoziere gern." Mit 14 Jahren zog er in die Rotenburger Werke um. Das ist eine Einrichtung für Menschen mit Behinderung. Auch Kinder und Jugendliche wohnen dort. Am Anfang hat er sich wohlgefühlt. „Ich fand das Leben in Wohngruppen gut", erzählt er. Das war wie in einer echten Familie. Der Tag war strukturiert. Es gab feste Regeln. „Wir haben jeden Abend zusammen gegessen."

Als er volljährig wurde, ist er ausgezogen und nach Bremen gekommen. Im Ellener Hof ist er nun sein eigener Herr. „Jeder macht hier, was er will. Das ist im Alltag manchmal schwierig. Aber es gibt hier mehr Freiheiten als in anderen Einrichtungen", findet Marius Nabow. Den Kontakt zu den anderen Mitbewohnern findet er gut. „Wir können über unsere Probleme reden." Pierre Przibylla sagt: „Die Betreuer verstehen mich hier."

Marius Nabow in seiner Wohnung. Er mag Bilder und Fotografie.

Das Team vom Ellener Hof im Gemeinschaftsraum. Margarethe Jakubiec ist die Leiterin des Wohnprojekts. Sie ist die zweite von links auf dem Foto. Für die Bewohner ist immer jemand da.

Das eigene Leben gestalten

Margarethe Jakubiec ist die Leiterin des Projekts im Bauernhaus. „Alkoholkonsum geht in Deutschland durch alle Schichten", sagt sie. Wichtig ist, das Thema nicht zu verschweigen. „Es muss einen maßvollen und gesunden Umgang damit geben." Deshalb ist Alkohol im Haus nicht verboten. Die Bewohner sind schließlich alle erwachsen. Sie entscheiden, wie sie leben wollen und werden dabei unterstützt.

Was das angeht, haben Menschen mit FASD einen besonderen Bedarf. Im Haus hat jeder seine eigene Wohnung mit Bad und Küchenzeile. Die Wohnungen im ersten Stock sind bewusst klein und schlicht eingerichtet. Je weniger Reize, desto besser. Im Erdgeschoss sind 2 Büros und die Waschküche. Dort gibt es auch einen Gemeinschaftsraum mit Sofa und Fernsehecke. In der Küche mit großer Arbeitsfläche und Esstisch wird samstags zusammen gekocht.

„FASD ist mit nichts anderem zu vergleichen", betont Margarethe Jakubiec. Deshalb bietet der Martinsclub den Bewohnern eine Betreuung rund um die Uhr an. Es ist immer eine Ansprechperson in der Nähe. „So können wir hier schnell reagieren, wir verlieren keine Zeit." Im Bauernhaus sollen die Nutzer ihre eigenen Abläufe finden. Die Betreuerinnen und Betreuer fangen sie auf und unterstützen sie im Alltag. Sie nehmen ihre Gefühle und Schwierigkeiten ernst. Geregelte Strukturen, die sich täglich wiederholen, sind wichtig.

Text: Catrin Frerichs | Fotos: Frank Pusch

»Ich habe mich durchgekämpft.«

Mihail Xenakis, 38 Jahre, lebte viele Jahre im Kinderheim. Seine Eltern konnten sich nicht um ihn kümmern. Das Haus im Ellener Hof findet er schön. Nur die Absprachen mit den anderen Bewohnern funktionieren noch nicht so gut.

STADTLEBEN ELLENER HOF

Der Ellener Hof in Bremen-Osterholz ist ein neues Wohnquartier. Das Gelände gehört der Bremer Heimstiftung. Im Ellener Hof sollen alle Menschen zusammenleben. Das umweltfreundliche Quartier soll ein bunter Ort für alle sein. Das Wohnprojekt für Menschen mit FASD ist neu in Bremen. 5 Jahre hat der Martinsclub dort ein altes Bauernhaus umgebaut. Nur eine alte Hauswand ist stehengeblieben. Geplant ist auf dem Grundstück auch ein Zentrum für Schulungen und Veranstaltungen. Dafür soll eine alte Scheune umgebaut werden.

Mehr zum Ellener Hof steht im Internet unter **stadtleben-ellenerhof.de**

Beraten und begleiten

Häufig wird nicht erkannt, wenn ein Kind eine fetale Alkoholspektrum-Störung hat. Es heißt dann: falsche Erziehung oder schlechter Charakter. Dabei verhalten sich die Kinder nicht absichtlich so. Sie können nicht anders.

Die meisten Kinder mit FASD wachsen nicht bei ihren Eltern auf. Sie werden in Kinderheimen, Pflegefamilien oder bei Adoptiveltern groß. Nicht immer ist bekannt, wie die leiblichen Eltern gelebt haben. Oft weiß man nicht, ob sie Drogen oder Alkohol konsumiert haben. Martina Beste-Gass arbeitet beim Fachdienst „Pflegekinder in Bremen", kurz PiB. Sie sagt: „Deshalb ist eine frühzeitige Diagnose für alle sehr wichtig. Dann kann man dem Kind besser helfen."

Es gibt beim Kind unterschiedliche Verhaltensweisen, die auf die Beeinträchtigung hinweisen. Dazu können eine verzögerte Entwicklung, Schreien und nervöses Verhalten gehören. Manche Kinder reagieren empfindlich auf Berührungen. Oder sie haben kein Gespür für Gefahr. Andere sind überängstlich oder sehr anhänglich. „Die Kinder können Regeln schwer befolgen, weil sie sie nicht immer verstehen. Oder sie vergessen die Regel. Das führt zu Konflikten", sagt Martina Beste-Gass.

Beim Übergang von der Jugend ins Erwachsenenalter können Depressionen auftreten. Immer wieder erleben Menschen mit FASD, dass sie scheitern. Vor allem an den Zwängen der Gesellschaft. Manche vergessen ständig Sachen, lernen nicht durch Erfahrung. Oder sie haben kein Gefühl für Zeit. Sie verzetteln sich. In der Schule oder bei der Arbeit sollen sie pünktlich sein. Wer immer wieder zu spät zum Unterricht kommt, kriegt Ärger. Alltägliche Dinge, wie das Zähneputzen, müssen immer von Neuem geübt werden. Feste Rituale sind wichtig. Es ist hilfreich, zur Erklärung Bilder und klare Worte zu verwenden. Und auch anderen zu erklären, wie ein Mensch mit FASD tickt. „Ob Kita, Schule, Ärzte, Therapeuten. Wir brauchen ganz viel Verständnis und Unterstützung", ist Martina Beste-Gass überzeugt.

Alle an den runden Tisch

Im Jahr 2010 setzten sich erstmals in Bremen Fachleute zusammen. Diesen „Runden Tisch FASD" gibt es heute noch. Er wird vom Bremer Verein „faspektiven" organisiert. André Taubert ist der Vorsitzende. 2014 hat er gemeinsam mit dem Martinsclub erste Schulungen und Lehrgänge zu FASD angeboten. Er berät die Jugendberufshilfe des Jobcenters und bietet Familienhilfe an. „Die Beeinträchtigung ist ein großes Problem für die gesamte Gesellschaft", sagt Taubert. Es gibt viele unentdeckte Fälle, meint er. Betroffene können oftmals ihre Beeinträchtigung nicht benennen. Es fällt schwer, die Diagnose zu akzeptieren und sich helfen zu lassen. Manche Menschen mit FASD werden obdachlos oder kriminell. Sie fallen unerkannt durch das Hilfesystem.

Nachts Krimis schreiben

Zurück im Bauernhof im Ellener Hof. Thomas Hoier kommt von der Arbeit. Er hat sich noch neue Bleistifte besorgt. Er kommt die Treppe rauf und begrüßt seinen Nachbarn. Der steht zufällig auf dem Flur. „Hallo Pierre, wie geht es dir?", fragt er und umarmt ihn. In seiner Wohnung packt er die Stifte aus. Thomas Hoier ist nachts lange wach. Im Schrank liegen stapelweise Ringbücher. Alle Seiten sind vollgeschrieben mit wunderschön geschwungenen Buchstaben. Thomas Hoier schreibt Krimis. Er hat viele Ideen. Die lässt er nachts raus.

Thomas Hoier schreibt Krimis. Dafür braucht er die vielen Bleistifte. Alkohol trinkt er nicht. „Ich habe als Kind schon genug bekommen."

Text: Catrin Frerichs | Fotos: Frank Pusch

Beim großen Einweihungsfest im Oktober stand Hoier neben der Sozialsenatorin Anja Stahmann. Die ist Schirmherrin des Projekts. Er machte ihr Komplimente zu ihrem schönen Haar. Sofort hat sie ihn angelächelt. Hoier erzählte den Gästen, dass er vorher allein gewohnt hat. Mit Hilfe einer Betreuerin vom Martinsclub. Allein wohnen hat nicht funktioniert. „Ich bin morgens nicht mehr aufgestanden. In einem Jahr bin ich nur einmal zur Arbeit gegangen. Das ist ein bisschen wenig." Für ihn ist der Ellener Hof ein Segen. Er arbeitet jetzt in der Werkstatt. Die Nachtbereitschaft weckt ihn.

Auch Bewohner Mihail Xenakis hat ein bewegtes Leben hinter sich. „Es war ein bisschen anstrengend", sagt der 38-Jährige. Als kleiner Junge kam er ins Kinderheim. Dreimal wechselte er die Schule, zog mehrmals um. Seit Mitte September 2021 wohnt er im Ellener Hof. Die jungen Leute nerven ihn manchmal. Sie sind laut, albern herum. Er würde gern alleine wohnen, eine Frau und einen Job finden. „Erst mal bleibe ich jetzt hier."

Neulich an einem Wochenende war es ruhiger im Haus. Xenakis' Nachbar Marius Nabow ist mit dem Zug nach Berlin gefahren. Seine Pflegeschwester Fiona hat ihm gezeigt, wie das geht. Sie haben so lange das Zugfahren geübt, bis es geklappt hat. Für alles, was noch nicht so klappt, gibt es jetzt Unterstützung. ■

Links zum Thema

Der Bremer Verein **faspektiven** ist im Jahr 2012 entstanden. Er entwickelt Betreuungskonzepte für Erwachsene mit FASD. Der Verein richtet den „Runden Tisch FASD" aus. Er berät Mitarbeitende der Kinder- und Jugendhilfe und bietet auch Fortbildungen an.
Mehr unter: **www.faspektiven.de**

Im **FAS-Zentrum Bremen** arbeiten verschiedene Fachleute aus unterschiedlichen Bereichen zusammen. Das sind Kinderärzte, Psychologen für Kinder und Jugendliche sowie Humangenetiker. Mit dabei sind auch Experten dafür, wie Kinder sich entwickeln. Sie alle sind vertraut mit der Diagnose FAS und FASD.
Mehr unter: **fas-ambulanz-bremen.de**

Viele weiterführende Informationen gibt es bei **FASD Deutschland**.
Mehr unter: **fasd-deutschland.de**

PiB ist Bremens Adresse für Pflegefamilien, Pflegeeltern, Patenschaften und Kindertagespflege. Die Abkürzung steht für **Pflegekinder in Bremen**. PiB schult und begleitet Menschen, die sich um Kinder kümmern.
Mehr unter: **pib-bremen.de**

Anja Stahmann und Thomas Hoier bei der Einweihung des Bauernhauses. Irgendwann hat Hoier herausgefunden, dass er FASD hat. „Das war gut und schlecht", sagt er. Gut, weil er endlich wusste, was mit ihm los ist. Schlecht, weil die Beeinträchtigung nicht heilbar ist.

Die Bewohner treffen sich zum gemeinsamen Kochen und Essen. Es gibt knuspriges Hähnchen und Kartoffelpüree.

Text: Catrin Frerichs | Fotos: Frank Scheffka

Ein altes Bauernhaus wird ein neues Zuhause

Nico Oppel, links im Bild, ist der Fachleiter für den Bereich Wohnen. Sebastian Jung ist Mitglied der Geschäftsleitung des Martinsclub.

5 Jahre wurde geplant und gebaut. Im Oktober 2021 eröffnete das Wohnprojekt Quartierwohnen auf dem Ellener Hof. Sebastian Jung und Nico Oppel vom Martinsclub erzählen, was sich dahinter verbirgt.

Was macht der Martinsclub im Ellener Hof?

Dort entsteht ein Quartierszentrum für Menschen mit FASD. Und für Menschen mit Behinderung, die FASD ähnlich sind. Im Bauernhaus befinden sich 6 Wohnungen. Weitere 10 sollen in der Nachbarschaft hinzukommen. Im Erdgeschoss des Bauernhauses sind 2 Büros des Quartierwohnens.

Was genau ist das Quartierwohnen?

Das ist ein besonderes Konzept des Martinsclub. Beim Quartierwohnen leben Nutzerinnen und Nutzer in eigenen Wohnungen. Und zwar in direkter Nachbarschaft zum Quartierszentrum. Dort haben sie immer einen Ansprechpartner. Auch nachts. Innerhalb von 5 Minuten ist jemand bei Bedarf vor Ort. Diese Wohnform passt gut zu Menschen mit FASD.

Warum?

Weil wir sie enger und schneller betreuen können. Gemerkt haben wir das bei unserem Wohntraining in Gröpelingen. Dieses Training dauert 3 Jahre. Die Nutzerinnen und Nutzer leben in der Zeit in Wohnungen. Sie werden von Mitarbeitenden des Martinsclub im Alltag unterstützt. Nach 3 Jahren ziehen sie wieder aus. Fast alle wechseln in eigene Wohnungen. Dort werden sie von ihren Betreuenden besucht. Das nennt sich ambulantes Wohnen. Manche Menschen waren damit aber vollkommen überfordert. Sie konnten ihre Wohnungen zum Beispiel nicht sauberhalten.

Sind Wohnheime für sie besser geeignet?

Nein. Das Leben in Wohnheimen bietet nicht genug Möglichkeiten für sie. Sie sind dort unterfordert. Das zeigt sich durch ihr Verhalten. Manche werden zum Beispiel aggressiv.

Was passierte dann?

Für die Menschen mit FASD haben wir nach einem anderen Weg gesucht. Wir wollten diese Lücke füllen. Im Ellener Hof haben sie eigene Wohnungen mit Küche und Bad. Sie sind selbstständig. In der Nähe ist aber immer jemand, um zu helfen. Und es gibt einen Gemeinschaftsraum für alle. So muss sich niemand einsam fühlen. Diese Wohnform ist deutschlandweit einzigartig. ■

Text: Catrin Frerichs | Foto: Tim Boehme, TOB Film

Das Leben ist wie ein Puzzle

„Die Heimreise – Auf der Suche nach der Vergangenheit“ ist ein bewegender Dokumentarfilm. Er erzählt die Geschichte von Bernd Thiele. Seine Mutter hat während der Schwangerschaft Alkohol getrunken. Deshalb lebt er mit einer geistigen Beeinträchtigung. Thiele weiß kaum etwas über seine Familie. Seine Mutter ist gestorben. Von ihr bleibt ihm nur ein Brief. Eines Tages macht er sich auf den Weg, um Angehörige zu finden. Ein Freund und der Filmemacher Tim Boehme begleiten ihn.

Ziemlich am Anfang des Films schaut Bernd Thiele in die Kamera. Er erzählt, dass er nicht lesen kann. Er bringt keine 2 Buchstaben zusammen. Er erkennt sie zwar, aber kann keine Wörter daraus bilden. „Ich bin stinkig auf meine Mutter”, sagt er. Sie hat, während sie mit ihm schwanger war, Alkohol getrunken. Deswegen hat sich sein Gehirn nicht voll entwickelt. „Die Behinderung ist ein Teil, das kaputt ist, vom Ganzen.”

Das Berliner Jugendamt hat ihn bereits als Baby aus seiner Familie genommen. Aufgewachsen ist er im Kinderheim und in Pflegefamilien. Von seinen Eltern wusste er fast nichts. Als Jugendlicher fing Thiele an, Fragen zu stellen. Woher komme ich? Wie sah meine Mutter aus? Wieso hat sie Alkohol getrunken? Habe ich irgendwo noch Familienangehörige? Dazu stellte er erste Nachforschungen an.

Heute lebt und arbeitet Thiele auf einem Bauernhof in Schleswig-Holstein. Als der Dokumentarfilm entsteht, ist er 38 Jahre alt. In Thieles Zimmer hängt ein Bild von einer Geschichte aus der Bibel. Es zeigt das Abendmahl. Jesus sitzt mit seinen Jüngern an einem langen Tisch. Es ist eine Gemeinschaft, genau wie auf dem

Bernd Thiele und Joann Natanael Zeylmans von Emmichoven sind Freunde. Sie leben und arbeiten auf einem Hof in Schleswig-Holstein. Dort kümmern sie sich um Schweine und Hühner. Eines Tages machen sich die beiden auf den Weg. Sie wollen Bernd Thieles Verwandte finden.

„Ich bin wie ein zweiter Jesus, der durch die Erde wandelt.”

Das sagt Bernd Thiele während seiner Reise.

Bauernhof, ein Halt. So, wie es eine Familie sein könnte in Bernd Thieles Vorstellung. „Im Kinderheim wurde ich gut behandelt und gepflegt", erzählt er. Aber eine Familie war es eben nicht.

Thiele hat einen guten Freund: Joann Natanael Zeylmans von Emmichoven. Sein WG-Kumpel und Kollege kann lesen. Die beiden sind ein gutes Team. Sie beschließen, sich auf den Weg zu machen. Warum er mitkommt? „Weil Freunde sowas füreinander machen", sagt Joann. Die Reise führt zunächst per Zug nach Hamburg. Dann geht es weiter nach Berlin. Joann bedient den Navigator im Handy. Der zeigt den beiden, wohin sie gehen müssen. Es ist nicht gerade leicht, sich woanders zurechtzufinden.

Ihre Reise ist hoffnungsvoll, lustig und macht traurig zugleich. Sie handelt von einer großen Freundschaft. Und von der Sehnsucht, ein Zuhause zu haben. Zu irgendwem zu gehören. Wie ein Puzzle setzt sich Thieles Geschichte aus vielen Teilen zusammen. Nach und nach erfährt er immer mehr über seine Familie. Er findet Angehörige. Es gibt sogar einen Cousin in Florida in den USA. In Berlin sehen die beiden Freunde erstmals Fotos von Thieles Mutter. Sie besuchen ihr Grab. Es ist der Ort, wo Vergangenheit und Zukunft gegenwärtig sind. „Hauptsache, sie spürt, dass ich da bin. Sie hat ihren Frieden gefunden", sagt Thiele.

Die Teile fügen sich immer mehr zu einem Ganzen. Vieles wird gut am Ende. Aber nicht alles. Ein Privatdetektiv lässt die beiden stehen, weil sie „Betreute" sind. Thiele telefoniert mit seiner Halbschwester, die ihn nicht sehen will. Dafür besuchen ihn sein Onkel und seine Tante in Schleswig-Holstein. Irgendwann möchte er seinen Cousin in Florida besuchen.

Was die „Heimreise" mit ihm gemacht hat? „Mein Leben hat wieder einen Sinn. Es ist vollständig, nicht mehr halb. Nicht mehr durchgeschnitten", sagt Thiele zum Schluss. ■

Wo kann man den Film ansehen?

Die Dokumentation „Die Heimreise" handelt von der Suche nach Identität. Sie ist ein Film über Freundschaft und den Wert der Familie. Der Filmemacher Tim Boehme hat bewegende Momente mit der Kamera eingefangen. Dafür hat er den NDR-Preis für die beste Dokumentation gewonnen. Eine DVD-Produktion ist geplant. Der Film soll im Frühjahr 2022 in Bremen gezeigt werden.

Der genaue Termin steht wegen der aktuellen Corona-Lage noch nicht fest. Der Martinsclub wird den Film ebenfalls zeigen.
www.martinsclub-bremen.de
www.city46.de

Text: **die durchblicker**, Nina Marquardt | Fotos: Frank Scheffka | Illus: AdobeStock©

Heinz-Dieter Tegtmeier ist 61 Jahre alt. Bereits im Alter von 12 Jahren wusste er: Ich will Förster werden. Er arbeitet für die Niedersächsischen Landesforsten. Das Unternehmen bewirtschaftet den niedersächsischen Landeswald. Es ist der größte Waldbesitzer in Niedersachsen. Die großen Waldgebiete im Harz oder in der Lüneburger Heide gehören dazu. Tegtmeier ist Förster in Syke. Wie grüne Lungenflügel umschließen zwei große Waldgebiete die Stadt. Sie heißen Westermark und Friedeholz. Dort haben sich die durchblicker mit dem Förster getroffen.

Waldi war mal

Die durchblicker unterwegs mit Förster Heinz-Dieter Tegtmeier

Herr Tegtmeier, was sagen Sie zu unserer romantischen Vorstellung? Der Förster spaziert einsam durch den Wald. Nur seinen Dackel Waldi hat er dabei. Er sieht nach, wie es den Tieren und den Bäumen geht.

So eine Vorstellung vom Försterberuf wird manchmal noch durch Fernsehserien verstärkt. Heute betrachten wir uns aber mehr als Manager des Waldes. Ich betreue eine Waldfläche, die so groß ist wie 2000 Sportplätze. Es ist nicht nur der Rohstoff Holz, um den ich mich kümmere. Auch Umweltbildung gehört dazu. Wir beraten andere Waldbesitzer in der Region. Ich arbeite eng mit der Stadt Syke zusammen zum Thema Naherholung. Die Liebe zur Natur und Tieren gehört zum Försterberuf dazu. Aber auch die Fähigkeit, mit Menschen gut umzugehen. So einsam ist es nämlich gar nicht. Ich habe mit vielen Leuten im Wald zu tun. Man sieht ja, dass hier viele Spaziergänger, Jogger und Radfahrer durchkommen. Und ich habe Mitarbeiter und gerade 2 Praktikanten.

Welche Tiere begegnen Ihnen im Wald am häufigsten?

Morgens und abends sieht man am ehesten Tiere. Häufig sind das Rehe, Hasen und natürlich Vögel. Bussard und Sperber sieht man manchmal. Am seltensten zu sehen sind Uhu und Baummarder.

Den Uhu hört man eher, als dass man ihn sieht. Der Baummarder ist ein sehr scheues Waldtier und in der Dämmerung aktiv. Den habe ich in 30 Jahren vielleicht dreimal gesehen. Wölfe gibt es im Syker Wald noch nicht. Zumindest nicht in Form eines dauerhaften Rudels. Einzelne Tiere wurden gesehen. Aber das waren junge Wölfe, die auf Wanderschaft sind. Wölfe würden diesen Wald mögen. Aber es wäre ihnen zu viel Unruhe mit den vielen Menschen.

Das Gespräch führten die durchblicker im Friedeholz am „Märchenplatz". Dort stehen seit 2005 viele farbige Skulpturen des Künstlers Detlef Voges. Mit einer der Skulpturen hat sich der Künstler selbst ein Denkmal gesetzt. Das ist der Detlef.

Können Sie uns ein bisschen Jägerlatein erzählen oder typische Jägersprache sprechen?

Die Jäger wollten sich von der übrigen Bevölkerung etwas abheben. Deshalb ist die Jägersprache entstanden. Ein Reh wird zum Beispiel nicht einfach geschossen sondern es wird „gestreckt". Das klingt edler. Körperteile von Tieren haben auch besondere Namen. Die Ohren von Wildtieren nennen sich Lauscher. Daher kommt der Ausdruck „die Lauscher spitzen". →

→ Unser Interview wird unterbrochen durch das laute Rufen eines vorbeifliegenden Vogels.

Was war das?
Das war ein Schwarzspecht, der zu seiner Höhle fliegt. Wenn es anfängt zu dämmern, so wie jetzt, geht er schlafen. Morgens beim ersten Licht ist er dafür schon wieder da. Seine Höhle ist in einer alten Buche in 8 Metern Höhe. Dort angekommen, sitzt er noch einen kleinen Moment vor der Höhle. Manchmal ruft er wie ein Bussard. Schwarzspechte können nämlich gut Stimmen nachahmen. Damit täuschen sie ihre Umgebung. Auch der Eichelhäher kann Stimmen von anderen Vögeln imitieren.

Wie kommen die Jahresringe in die Bäume?
Bei uns wachsen die Bäume nicht das ganze Jahr über. Anders als im tropischen Regenwald, wo die Temperaturen das Jahr über gleichbleiben. Wir haben eben Jahreszeiten. Die Bäume wachsen nur von Mai bis Anfang Oktober. Das nennt man Vegetationszeit. Wenn das Laub im Herbst abgefallen ist, wächst der Baum nicht mehr. Auch die Nadelbäume machen Winterruhe. So kommen die Jahresringe zustande. Im tropischen Regenwald gibt es zwar auch Ringe durch Wachstumsschübe. Sie lassen sich aber nicht so genau einzelnen Jahren zuordnen.

Was ist Dendrochronologie?

Man kann Holz finden, das mehrere Tausend Jahre alt ist. Das genaue Alter zu bestimmen, gelingt anhand bestimmter, markanter Jahresringe. Diese zeitliche Bestimmung hat einen Namen: Dendrochronologie. Das ist Altgriechisch. Dendro heißt Baum. Das Wort Chronologie bedeutet Zeit und Lehre. Dendrochronologie heißt also: Die Lehre vom Alter des Baumes.

Das Holz dieser Skulpturen stammt von Eichen und Douglasien. Sie haben **den durchblickern** sehr gut gefallen. Douglasien sind besonders hohe Tannen.

Wie viel Wasser braucht ein Baum am Tag?
Ein ausgewachsener, großer Baum braucht bis zu 300 Liter am Tag. Wenn er weniger bekommt, muss er seine Verdunstung etwas einschränken. Ist es länger trocken, bilden manche Bäume eine Wachsschicht auf den Blättern. Dann verdunstet bei Sonnenschein nicht so viel Wasser aus den Blättern. Die Buche rollt im Hochsommer die Blätter deshalb etwas ein.

Welche Bäume müssen Sie pflanzen, damit der Wald mit dem Klimawandel zurechtkommt?
Wir haben eine ganze Palette an Bäumen. Die sind bereits während der Eiszeiten hier vorgekommen. Sie wurden verdrängt und mussten sich dann wieder vorkämpfen. Bis zur nächsten Eiszeit. Bis zu dreimal ging das so. Es sind einheimische Baumarten, die sich bewährt haben. Auf die sollten wir wieder setzen. Dann schauen wir, wie sie mit dem Klimawandel umgehen. Zusätzlich könnten wir zum Beispiel Esskastanien pflanzen. Diese können gut Wärme vertragen. Oder andere Eichenarten wie die Flaum-Eiche oder die Zerr-Eiche. Von unseren einheimischen Bäumen können sich Eichen oder Kiefern besser anpassen. Fichten und Buchen zählen zu den Verlierern des Klimawandels. Manche Waldgebiete sind einfach viel zu trocken. Hinzu kommt die Massen-Vermehrung des Borkenkäfers.

Über was ärgern Sie sich, wenn Sie durch den Wald gehen?
Über illegale Müllentsorgung. Bauschutt wird hier abgeladen, Sperrmüll und Gartenabfälle. Uneinsichtige Waldbesucher. Die führen sich auf, als gehöre ihnen der Wald allein. Fehlende Rücksichtnahme.

Was ist am Schönsten an Ihrem Beruf?
Die Verantwortung dafür zu haben, wie sich der Wald langfristig entwickelt. Wir haben hier ja keinen Urwald, der sich selbst überlassen bleibt. Wir nutzen den Wald. Es ist spannend, das Ganze verantwortungsbewusst zu machen. Der Wald soll allen Aufgaben und Anforderungen gerecht werden. Irgendwann gehe ich in Pension. Wenn ich dann auf meine berufliche Tätigkeit zurückblicke, kann ich froh sein. Ich gehöre nicht zu den Menschen, die immer höher und schneller wollen. Oder die immer weiter dem Geld hinterher sind. Ich habe meine Arbeitskraft darauf verwendet, den Wald zu gestalten. Den Rohstoff Holz sichern, aber gleichzeitig auch den Lebensraum für Tiere erhalten. Luft reinhalten und Grundwasser schützen. Das sind wichtige Aufgaben, die der Wald nebenbei macht. Das macht die Arbeit sehr vielfältig. ■

Dieter Tegtmeier in seinem Revier.
Er zeigt auf einen Stamm. An den Jahresringen ist das Alter des Baumes abzulesen.

die durchblicker ...

... sind ein bunter Haufen Redakteure mit Beeinträchtigung. Wir schreiben zu Themen, die uns interessieren und die auch für andere spannend sein können. In der inklusiven **m**-Redaktion tauschen wir uns regelmäßig aus.
Haben Sie Ideen für Geschichten?
Oder kennen Sie interessante Personen, die wir mal besuchen sollen?
Dann nehmen Sie Kontakt auf:

m@martinsclub.de

Text: Ludwig Lagershausen | Fotos: Frank Pusch | Illus: AdobeStock©

Ins Museum statt in den Müll

Wie aus Materialresten ein großes Korallenriff entsteht

Die fleißige Bastelrunde von links: Tamara, Alma, Kai Lührs, Teo, Mateo, Saray George, Adrian, Avin und Sophie.

Tief unten, auf dem Meeresboden, ist es dunkel und finster? Von wegen! Dort ist es kunterbunt und äußerst lebendig. Korallenriffe blühen in einer einzigartigen Farbenpracht. Ihre Artenvielfalt ist einmalig. Unter Wasser bilden sie riesige Berge. Für die Weltmeere und das Klima sind sie sehr wichtig. Nicht umsonst werden sie auch „Regenwald des Meeres" genannt.

Doch Korallenriffe sind vom Klimawandel bedroht. Die zunehmende Umweltverschmutzung macht ihnen zu schaffen. Höchste Zeit also, die Aufmerksamkeit auf das Leben unter Wasser zu richten. Zu diesem Thema hat das Bremer Überseemuseum eine große Aktion gestartet. Alle Interessierten waren aufgerufen, zusammen ein Korallenriff zu bauen. Dabei sollen selbst Korallen hergestellt werden. Aus Wolle, Stoff, Papier oder anderem Material. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Am Ende bilden alle Korallen ein riesiges Riff. Und dieses Gemeinschaftswerk wird im Museum ausgestellt.

Wiederverwerten statt wegwerfen

Ein Projekt für alle? Keine Frage, dass der Martinsclub da mitmacht. Etwa im Jugendhaus Horn. Die Kinder haben dafür viele Dinge dabei. Wollreste, Stoffe, alte Apfelsinennetze, Garn, Pappe und vieles mehr. Alles Dinge, die sonst weggeworfen werden. „Damit wollen wir auf das Thema Umweltverschmutzung hinweisen", erklärt Kursleiterin Saray George. Denn was sonst im Müll landet, kann wunderbar zum Basteln verwendet werden. Upcycling nennt sich das. Aber auch Materialien aus der Natur eignen sich gut. Zum Beispiel Tannenzapfen, Zweige und Muscheln.

Auf dem Basteltisch liegt ein großer, bunter Haufen. Er besteht aus Wollknäueln, Tüchern, Bändern und Perlen in vielen verschiedenen Farben. Doch wie entstehen daraus nun Korallen? Die Kinder knoten Wolle zusammen und wickeln sie um zusammengefaltetes Zeitungspapier. Ein mehrfarbiges Band wird daran gebunden und mit Garn befestigt. Später wird es mit Muscheln verziert. „Und schon ist die nächste Koralle fertig", freut sich Tamara. Sie legt das neueste Exemplar zu den anderen Korallen. Eine riesige Menge ist bereits zusammengekommen. „Am Anfang konnte ich das nicht so gut. Aber die anderen Kinder haben mir ein paar Tricks gezeigt. Jetzt macht es mir wirklich Spaß." Vor allem gefällt ihr, dass sie hier kreativ sein kann. „Ich kann jetzt gar nicht mehr mit dem Basteln aufhören", sagt sie. Und lacht dabei.

Avin sieht das ganz ähnlich. „Es ist interessant und macht Spaß, viele unterschiedliche Korallen zu bauen. Dabei gibt es keine Vorgaben. Eine Anleitung benutze ich auch nicht. Ich mache das einfach nach Lust und Laune. Und dann schauen wir, was dabei herauskommt." →

Avin gefällt es, ohne Vorgaben zu arbeiten. In Handarbeit entstehen so viele verschiedene Korallen. Zum Einsatz kommen Muscheln, Wollfäden und Stoffreste. Alma bekommt Hilfe von Kursleiterin Saray George.

Die Kinder haben viele neue Teile für den Korallengarten mitgebracht. Das Riff im Übersee-Museum wächst Stück für Stück.

Vorsichtig setzen die Mädchen und Jungen ihre Korallen im Riff ein. So wird das Gemeinschaftswerk immer größer.

Spaß und Freude stehen an erster Stelle

Auch Kai Lührs betreut das Angebot und hilft den Kindern beim Basteln. „Es geht nicht darum, so viele Korallen wie möglich zu produzieren. Jedes Kind kann so viel machen, wie es möchte. Das ist ein gutes Prinzip, so fühlen sich alle wohl. Es soll ja allen Spaß machen", findet er. Im Jugendhaus Horn wird nämlich nicht nur gebastelt. Die Ausstattung mit vielen Spielsachen macht unterschiedliche Aktivitäten möglich. „Am liebsten spiele ich mit dem Tischkicker", sagt etwa Sophie. Klar, sie bastelt auch gerne. „Aber mit dieser einen Koralle bin ich noch nicht ganz zufrieden. Da muss ich noch mal ran." Mit Draht und Perlen verschönert sie ihr Werk noch etwas. Am Ende sieht es wirklich toll aus.

Auch Adrian ist mit großem Eifer dabei. Außerdem kennt er den Zweck hinter der Aktion. „Wir wollen damit zeigen, dass Korallen wichtig für die Natur sind. Ich habe mich schon über das Thema informiert. Das ist mit dem Smartphone ja kein Problem. Und im Film ‚Findet Nemo' spielen Korallen auch mit", erklärt er zufrieden. Eine besondere Korallen-Spezialität hat Teo zu bieten. Als Grundstoff dafür dient ihm die Pappe einer Rolle Klopapier. „Das ist dann also eine sogenannte Kloralle", sagt er lachend. Ohnehin bastelt er in seiner Freizeit gerne. „Am liebsten mache ich Papierflieger." Aber das wichtigste ist für ihn die Stimmung in der Gruppe. „Bis auf meine Schwester kannte ich die anderen Kinder vorher nicht. Aber jetzt verstehen wir uns alle total gut. Wir haben uns angefreundet", erzählt er.

Ausstellung im Überseemuseum

Alle fertigen Korallen werden auf einen großen Tisch gelegt. Die bunte Sammlung wächst und wächst. Es sind ausgefallene Kreationen in allen Formen und Farben dabei. Längliche Korallen, die aus Ästen und Zweigen hergestellt sind. Kleine und große Kugeln aus Wolle, geknotet und mit Garn zusammengebunden. Flache, in einem Tuch eingepackte Korallen. „Da ist ein Pappteller drin. Die nimmt man normalerweise zum Kuchen essen", erläutert Mateo. Außerdem natürlich die Klorallen aus Papprollen vom Toilettenpapier. Alles ist hübsch geschmückt und verziert.

Am nächsten Tag steht der Höhepunkt der gesamten Aktion an. Denn die gesammelten Werke werden ins Überseemuseum gebracht. „Wir geben unsere Korallen dort ab. Dann werden sie an das große Korallenriff angebaut. Alles, was wir gebastelt haben, wird dort ausgestellt. Außer meine Lieblingskoralle, die ich Teddy getauft habe. Die behalte ich selber", sagt Alma und lächelt verschmitzt. „Am meisten freue ich mich darauf, mit der Straßenbahn dorthin zu fahren.

Auf die Straßenbahnfahrt zum Übersee-Museum hat Alma sich am meisten gefreut. Sie und die anderen Kinder schauen sich dort alles an. Auch echte Korallen sind im Übersee-Museum zu sehen.

Das finde ich total aufregend", ergänzt sie. Außerdem steht noch eine Tour durch das Museum auf dem Programm.

„Wir sind multikulti"

Insgesamt war die Aktion gleich doppelt erfolgreich. Denn es wurden nicht bloß bunte Korallen gebastelt. Es sind verschiedene Kinder mit und ohne Beeinträchtigung zusammengekommen. Eine bunte, inklusive Gruppe hat miteinander etwas Tolles geschaffen. „Wir sind multikulti. Und wir verstehen uns untereinander total gut", sagt Saray George. Dabei ist ein starkes Gemeinschaftsgefühl entstanden. Und eine Sache freut die Kursleiterin besonders. „Die Kinder machen überhaupt keine Unterschiede, ob jemand eine Beeinträchtigung hat. Das ist allen wirklich völlig egal", bilanziert sie. Ein größeres Lob kann sich die Gruppe gar nicht verdienen. ■

Gelungene Inklusion

Diese Inklusionsgeschichte ist eine von unzähligen.
Seit vielen Jahren begleitet der Martinsclub Menschen mit Beeinträchtigungen. Das Ziel: ein selbstbestimmtes Leben.

Spenden und helfen Sie!
Spendenkonto:
Martinsclub Bremen e. V.
Sparkasse Bremen
IBAN:
DE72 290 501 01 00 1068 4553
BIC: SBREDE22XXX
Verwendungszweck:
Spenden und Helfen

Werden Sie Mitglied!
Mit einer Mitgliedschaft im Martinsclub unterstützen Sie uns regelmäßig. Mit einem kleinen Jahresbeitrag machen Sie Inklusion möglich.

Interessiert? Wenden Sie sich an:
j.renke@martinsclub.de
0421 53747799

Ein Zeichen für den Frieden

Früher war der Rembertitunnel eine Schmuddel-Ecke. Eine dunkle und ungemütliche Eisenbahnunterführung. Heute ist er ein Kunstwerk, das in Regenbogenfarben leuchtet. Das ist einer Frau zu verdanken. Vor 20 Jahren startete Regina Heygster ihr Projekt „Friedenstunnel". Und setzte damit ein Zeichen für Bremen und die Welt.

Den Anstoß zum Projekt gab der 11. September 2001. Es war der Tag der Terroranschläge in New York. Flugzeuge rasten in die Türme des World Trade Centers. Und brachten Gewalt, Schrecken und Trauer. Für die Bremerin war klar: „Ich muss etwas für den Frieden tun." Sie will ein Friedenszeichen im öffentlichen Raum erschaffen. Warum nicht den dunklen und vielbefahrenen Rembertitunnel in der Innenstadt neu gestalten?

Regina Heygster ist ein Tausendsassa. So nennt man Personen, die ganz viele Begabungen haben. Sie ist Grafikerin, Kunstlehrerin und Mutter von 3 Kindern. Und sie engagiert sich in der Hospizbewegung. Die begleitet unheilbar kranke Menschen auf dem letzten Stück ihres Lebens. Frieden ist ihr wichtig, genau wie das Verständnis zwischen Völkern und Religionen. Wenn ihr Handy klingelt, ertönt das Lied „Imagine" von John Lennon. „Stell dir vor, alle Menschen leben ihr Leben in Frieden ..." So lautet eine Zeile aus dem Lied. Eines kann sie besonders gut: Menschen von einer Idee überzeugen.

Eine Frau mit vielen Talenten

Zunächst sprach Regina Heygster mit Vertretern verschiedener Religionen in Bremen. Sie sprach die DB Netz-AG an, ein Unternehmen der Deutschen Bahn. Und auch den damaligen Bürgermeister Henning Scherf. Zudem redete sie mit Politikern aus den Stadtteilen, Unternehmern, Handwerkern und Privatleuten. Ihre Idee kam gut an. „Wir sind doch für Frieden", sagt

Heygster. Zunächst gründete die Bremerin die Interessengemeinschaft Tunnel-Projekt. Im Jahr 2003 entstand daraus der Verein „Friedenstunnel – Bremen setzt ein Zeichen“.

82 Tafeln über Weisheit und Miteinander

Es gab viel zu tun. Der Rembertitunnel wurde trockengelegt, gesäubert, frisch gestrichen. Die DB Netz-AG machte ihn sicher. Das allein dauerte 10 Wochen. Der Verein zahlte die Kosten für die Handwerker. Regina Heygster organisierte alles. Seit September 2015 ist der Tunnel auch künstlerisch fertig umgestaltet. Ein 100 Meter langes Band mit Mosaiken verläuft an den Tunnelwänden. Darauf steht das Wort „Frieden“ in 135 verschiedenen Sprachen. Die Eingänge zieren große Bilder aus bunten Glasstücken. Wer den Tunnel durchquert, liest Botschaften des Friedens auf 82 Texttafeln. In ihrem Atelier setzte Heygster die Motive Stück für Stück zusammen.

Der Friedenstunnel ist heute ein Wahrzeichen für Völkerverständigung und ein friedliches Miteinander. Immer sonntags um 12 Uhr ertönen die „Friedensklänge“. Dann treten Chöre oder Musiker im Tunnel auf. Es gibt Führungen, Schulprojekte und Patenschaften für die Mosaike. Der Verein verkauft Schachteln mit Postkarten mit Motiven aus dem Friedenstunnel.

Überzeugungsarbeit leistet Heygster immer noch. Schließlich muss der Tunnel gepflegt werden. Und das Lichtsystem, das die Decke beleuchtet, braucht eine regelmäßige Wartung. Die Tafeln werden geputzt und Zeichen von Grafittisprayern entfernt. Alles instandzuhalten, ist teuer. Rund 12.000 Euro kostet es im Jahr. Deshalb sammelt Heygster weiter Geld, bittet um Hilfe. Unermüdlich. „So lange ich das kann, mache ich das.“ Der Friedenstunnel ist ihr Lebenswerk. ➜

„Es steckt meine Sehnsucht nach Frieden im Tunnel“, sagt Regina Heygster. Die Mosaike für den Tunnel hat sie alle selbst hergestellt. Hunderttausende Steine sind dort verbaut. Seit diesem Jahr ist der Tunnel anerkanntes „Kunstwerk im öffentlichen Raum“.

Das Licht in Regenbogenfarben steht für Vielfalt, Toleranz und Verständigung. Viele Menschen unterstützen Regina Heygster. „Sie haben sich zu meiner Idee bekannt. Das ist ein Geschenk“, sagt die Bremerin.

Text: Catrin Frerichs | Fotos: Frank Scheffka

Arbeit mit winzigen Glassteinen: In Handarbeit setzt Regina Heygster die Motive zusammen. Dieses kleine Bild weist auf den Jakobsweg hin. Der Weg der Pilgerer verläuft durch den Friedenstunnel.

Mehr zum Projekt „Friedenstunnel“ steht im Internet unter www.rembertitunnel.de

Kuriose Sportarten: das Quiz

Sport ist Bewegung, Spiel und Wettkampf. Menschen betätigen sich körperlich, um fit zu bleiben. Sport ist gesund. Und manche Sportarten sind einfach kurios.

Als **kurios** bezeichnet man Dinge, die seltsam, komisch oder wirklich skurril sind. Mit manchen verrückten Ideen kann man viel Spaß haben! Viele besondere Wettkämpfe gibt es nur in bestimmten Gegenden. Diese sind oft sehr kurios.

Wir haben in unserem Quiz 7 Fragen aus 7 Regionen ausgesucht. Wir drücken Euch die Daumen: Hoffentlich seid Ihr auch spitze Quizzer!

HIER DIE FRAGEN:

FRAGE 1:

Im Südwesten Englands rollt man gern Käse. Das hat am Cooper's Hill in der Grafschaft Gloucestershire seit 200 Jahren Tradition. Die Teilnehmer versuchen dabei, einen Laib Käse einzuholen. Dazu rutschen, fallen und stürzen sie den Hang hinab. Mit welcher Geschwindigkeit rollt der Käse herunter?

FRAGE 2:

Beim "Frauentragen" in Finnland ist eine Sache wichtig. Es lohnt sich besonders, eine schwerere Partnerin 254 Meter weit zu tragen. Warum?

FRAGE 3:

Im US-Bundesstaat Georgia finden alljährlich witzige Spiele statt. Die Stadt Dublin richtet dann die „Red Neck Summer Games" aus. Ratet mindestens 3 Disziplinen dieser Spiele.

FRAGE 6:

Wer Harry Potter kennt, kennt den Sport Quidditch. Auch in Vermont in den USA wird er gespielt. Was müssen die Spieler machen?

FRAGE 4:

Habt Ihr schon mal von „Zeh-Wrestling“ gehört? Wo und wann könnte dieser kuriose Sport erfunden worden sein?

FRAGE 7:

In Bottrop-Kirchhellen wird auch ein kurioser Sport ausgetragen. Den Anstoß dazu gab ausgerechnet ein Räuber. Um welche Disziplin handelt es sich?

FRAGE 5:

Wie viele Elefanten spielen mit beim Elefantenpolo? Und wie groß ist der Poloball?

Die Antworten findet ihr auf Seite 41.

Ich wünsche Euch viel Spaß. Und vielleicht probiert Ihr ja mal eine dieser Sportarten aus? Wobei ich wohl doch den Meisten abraten würde. Denn entweder sind sie gefährlich oder absolut „bescheuert“. Trotzdem viel Glück! ■

Mit Putzlappen und Politur: Der Stolperstein soll wieder hell glänzen. Dafür muss Eric Schmidt kräftig reiben.

Zu zweit geht die Arbeit schnell von der Hand. Schmidt muss sich tief hinunterbeugen.

Wo Steine Erinnerungen wach halten

Eric Schmidt und sein Betreuer Heiko Bosse.

Karl Klappan musste sterben, weil er einer besonderen Religion angehörte. Er war „Zeuge Jehovas". Das war vor fast 80 Jahren, im Jahr 1942. Damals waren in Deutschland die Nationalsozialisten an der Macht. Sie verfolgten gnadenlos jeden Menschen, der anders dachte als sie. Sie nahmen politische Gegner, Juden und Menschen mit Beeinträchtigung gefangen. Kinder und ganze Familien wurden von ihnen verschleppt. Nur wenige Menschen überlebten das.

In Gröpelingen erinnern heute 30 Stolpersteine an die Ermordeten. Stolpersteine sind kleine Platten aus Messing. Sie sind in die Gehwege vor ihren früheren Häusern und Wohnungen eingearbeitet. Auf ihnen steht der Name, das Geburtsdatum, der Tag der Verhaftung. Ebenso der Todestag, sofern er bekannt ist.

Ein Stolperstein befindet sich im Breitenbachhof, Hausnummer 6. Eric Schmidt wohnt ein Haus weiter. An einem windigen Dienstagabend Ende Oktober steht er auf dem Hof. Der 33-Jährige hat sich mit seinem Betreuer Heiko Bosse verabredet. Die beiden wollen den Stolperstein putzen, der an Karl Klappan erinnert. „Früher hat der hier gewohnt", weiß Schmidt. Sie haben einen Lappen und einen Besen dabei. Eine Paste soll den Stein zum Glänzen bringen. Es ist kurz vor halb 6 und bereits stockfinster. Also, los jetzt. Schmidt kniet sich hin. Der 1,94-Meter große Mann muss sich tief hinunterbeugen. Er trägt Paste auf und verreibt sie auf dem Stein.

Seit vielen Jahren polieren Nutzerinnen und Nutzer des Martinsclub Stolpersteine in Bremen. Ihre Betreuer helfen ihnen dabei. So wie jetzt in Gröpelingen. „Die Menschen haben hier gewohnt. Sie waren Nachbarn, Freunde und Verwandte", sagt Heiko Bosse. „Viele Verfolgte hatten seelische oder körperliche Beeinträchtigungen." →

Die Stolpersteine sind ein Projekt des Künstlers Gunter Demnig. Es begann im Jahr 1992.

Die Menschen hinter den Steinen

Konrad Riedel, Goosestraße 37
Riedel war Mitglied in politischen Parteien, deren Mitglieder damals verfolgt wurden. Zudem war er in einer Gewerkschaft organisiert. Um nicht gefunden zu werden, änderte er bereits 1922 seinen Namen. Riedel wurde zweimal verhaftet. Beim ersten Mal kam heraus, dass er einen falschen Namen angenommen hatte. Man ließ ihn wieder frei. Obwohl er nicht mehr politisch aktiv war, wurde er wieder verhaftet. Beide Male hatte jemand behauptet, er habe schlecht über die Regierung gesprochen. Riedel wurde 1944 zum Tode verurteilt. Im Zuchthaus in Brandenburg an der Havel wurde er hingerichtet.

Karl Klappan, Breitenbachhof 6
Klappan wurde 1888 in Bremen als ältestes von 6 Kindern geboren. Seine Familie war arm. Als Sanitäter erlebte er die Schrecken des Ersten Weltkriegs. Er hoffte auf eine bessere Welt. Deshalb schloss er sich 1922 einer Glaubensgruppe an: den Ernsten Bibelforschern. Heute heißen sie „Zeugen Jehova". Der Ehemann und Vater von 3 Kindern war gegen die Nazis. Er wollte nicht mitmachen.

Die Religionsgemeinschaft der Ernsten Bibelforscher war schon 1933 verboten worden. Trotzdem verteilte Klappan weiter religiöse Schriften und hielt Versammlungen ab. 1936 wurde er verhaftet und zu 10 Monaten Gefängnisstrafe verurteilt. Die Strafe verbüßte er im Konzentrationslager Sachsenhausen. Dort ließen die Nazis ihn nicht mehr heraus. Selbst, als die 10 Monate herum waren. Klappan starb im September 1942 angeblich an einer Gehirnhautentzündung. Es ist möglich, dass er ermordet wurde.

Die Nazis haben behinderte Menschen verfolgt und ermordet. Sie nannten das „Vernichtung lebensunwerten Lebens". Heute spricht man von den Medizinverbrechen der Nationalsozialisten. 822 Menschen aus Bremen mit verschiedenen Beeinträchtigungen wurden getötet. Ihre Namen sind bekannt. „Wir gehen aber von deutlich mehr Menschen aus", sagt Jannik Sachweh. Er leitet das Krankenhaus-Museum Bremen in Osterholz. Es zeigt die Geschichte der Psychiatrie der vergangenen 130 Jahre. Dort sieht man auch, wie seelisch kranke Menschen von Ärzten behandelt wurden.

Angelika Hinrichs wohnt auch im Breitenbachhof. Früher lebte die 68-Jährige in der Nähe der Goosestraße im Gröpelingen. So kommt es, dass sie mit einer Betreuerin dort einen Stolperstein putzt. „Wir machen das immer im Herbst", erzählt sie. Der Stein erinnert an Konrad Riedel. 1935 war er nach Bremen gekommen. Zwischenzeitlich wohnte er in der Goosestraße 37. Bis zu seiner Verhaftung 1939.

Heute ist der 9. November ein Gedenktag. Überall in Deutschland erinnern sich Menschen an die Opfer der Nationalsozialisten. Auch in Bremen. An der Gröpelinger Heerstraße 167 stehen Kerzen auf dem Gehweg. An einer Gedenktafel haben Schüler rote Rosen niederlegt. Das Haus war einst ein Seniorenheim für jüdische Mitbürger.

„1942 wurden die Bewohner nach Polen verschleppt, deportiert", sagt Barbara Wulff. Die Politikerin ist die Sprecherin des Gröpelinger Beirats. Die meisten Juden seien in Polen gestorben, sagt sie. Lutz Liffers vom Verein Kultur vor Ort nimmt das Mikrofon. „Der Martinsclub hat vor vielen Jahren damit angefangen, Stolpersteine zu putzen. Heute gibt es viele Unterstützer", berichtet er. Ein bisschen abseits steht Angelika Hinrichs. Zu Fuß ist sie mit den anderen vom Breitenbachhof gekommen. Sie trägt eine Wollmütze. Es ist kalt an diesem frühen Abend. Aber es ist wichtig, da zu sein. Zu zeigen: Wir vergessen nicht. ■

Oben:
Barbara Wulff ist die Sprecherin des Beirats Gröpelingen. Sie spricht am 9. November über die Verbrechen der Nationalsozialisten. „Sich zu erinnern ist gut", sagt sie.

Links:
Angelika Hinrichs wohnt im Breitenbachhof. Auch sie hat mit ihrer Betreuerin einen Stolperstein geputzt.

Text: Catrin Frerichs | Fotos: Catrin Frerichs, Frank Scheffka

Am 9. November 1939 verübten die Nazis unzählige Verbrechen an Menschen. In der Pogromnacht plünderten sie Geschäfte jüdischer Bürger. Jüdische Gotteshäuser, die Synagogen, wurden in Brand gesetzt. Viele Juden wurden misshandelt und sogar getötet. Die Gewalttaten werden heute Novemberpogrome genannt.

Die Menschen hinter den Steinen

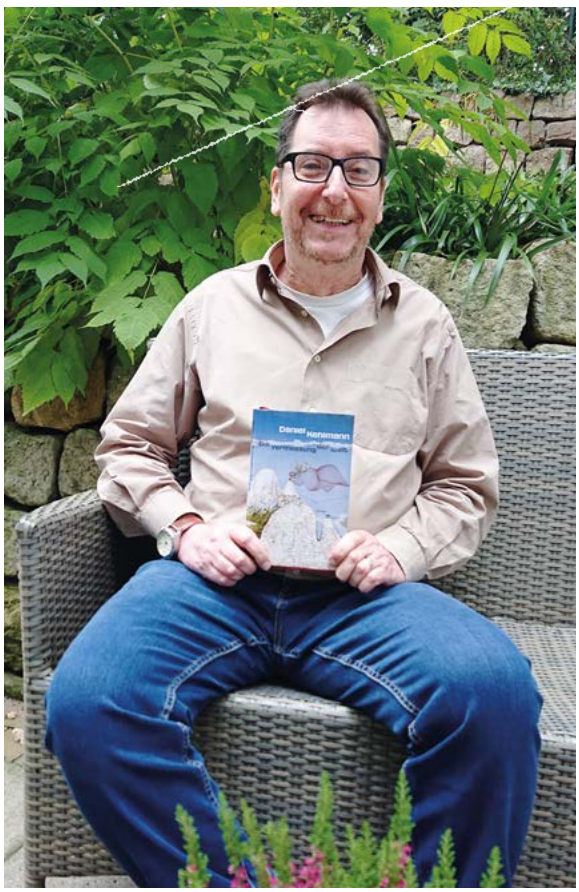
Richard Anders, Bersestraße 15
Anders wurde 1910 in Wilhelmsburg bei Hamburg geboren. Als er 24 Jahre alt war, versuchte er, Selbstmord zu begehen. Daraufhin wurde er in die Bremer Nervenklinik eingewiesen. Die Ärzte sagten, er sei schwachsinnig und leide an einer Persönlichkeitsspaltung. Schizophrenie nennt sich das auch. Im Krankenhaus in der St.-Jürgen-Straße wurde er unfruchtbar gemacht. Die Nazis haben damals Gesetze gehabt, die diese Zwangssterilisationen erlaubten.

1942 kam er von der Bremer Nervenklinik in die Landesheilanstalt Hadamar in Hessen. Er war einer von 114 Patienten aus Bremen, die dorthin verlegt wurden. Nur 2 Monate später starb er. Seine Eltern schrieben einen Brief an den Direktor der Landesheilanstalt. Sie waren empört, denn an einen natürlichen Tod glaubten sie nicht. Ihr Sohn war begraben worden. Ohne, dass seine Eltern überhaupt von seinem Tod erfahren hatten. Anders starb im Alter von 32 Jahren. In der Tötungsanstalt Hadamar wurden bis 1945 mehr als 14.500 Menschen ermordet. Sie hatten eine Behinderung oder waren seelisch erkrankt.

Die Lebenswege aller 30 Ermordeten aus Gröpelingen stehen zum Nachlesen im Internet:
www.stolpersteine-bremen.de
Dort unter Stadtteil Gröpelingen suchen.

Die Vermessung der Welt

Ein Buchtipp von durchblicker Frank-Daniel Nickolaus

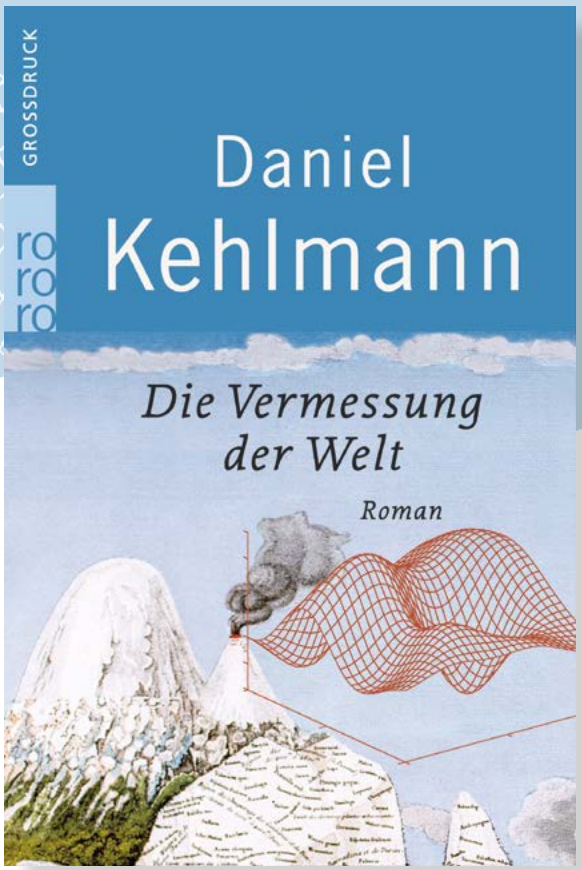


Frank-Daniel Nickolaus hat das Buch „Die Vermessung der Welt" gelesen. Der Roman von Daniel Kehlmann ist humorvoll, tiefgründig und unterhaltsam, findet er.

Der Roman von Daniel Kehlmann war ein großer Erfolg. Er handelt von Mathematiker Carl Friedrich Gauß und Naturforscher Alexander von Humboldt. Die Männer wollen die Welt erforschen. Der eine mit Messungen und Zahlen in seinem Arbeitsbereich. Der andere reist dazu in die einsamsten Gegenden Südamerikas.

Daniel Kehlmann schreibt über 2 wichtige Personen des 19. Jahrhunderts. Carl Friedrich Gauß ist ein eigenwilliger Astronom und Mathematiker. Er wird von seinem Schullehrer sowie dem Herzog von Braunschweig gefördert. Seine Mutter betreut ihn liebevoll. Gauß lässt alles stehen und liegen, um seine Formeln zu notieren. Das macht er sogar in seiner Hochzeitsnacht mit seiner Braut Johanna! Bald wird er zur Berühmtheit unter allen Mathematikern.

Alexander von Humboldt ist Sohn einer Berliner Adelsfamilie. Nach dem Tode seiner Mutter verfügt er über ihr Erbe. Dadurch setzt er seinen Traum um und reist nach Südamerika. Seine Reise führt ihn zunächst nach Paris. Dort lernt er den Experten für Pflanzenkunden, Aimé Bonpland, kennen. Dieser Botaniker begleitet ihn während der gesamten Forschungsreise. Die Männer durchqueren ganz Südamerika. Sie suchen nach dem Kanal zwischen den Flüssen Orinoco und Amazonas. Sie durchdringen den Urwald Neu-Andalusiens. Sie besteigen den höchsten Berg Neu-Grenadas. Das macht sie zu Menschen, die am weitesten nach oben vordringen. Humboldt und Bonpland erleben viele Abenteuer. Sie leben unter Ureinwohnern. Humboldt zählt deren Kopfläuse, er trinkt das Pflanzengift Curare. Sie geraten sogar unter Menschenfresser.



Geschichte und Expedition werden im Buch auf satirische und wundervolle Weise dargestellt. Am Ende treffen sich beide auf einer Versammlung von Naturforschern in Berlin.

Einige Abschnitte des Buchs möchte ich hier vereinfacht berichten. Sie erzählen von den Situationen der Einsamkeit Humboldts mit seinem Begleiter.

Wo sie jetzt hingehen, gibt es keine großen Pflanzen. Es gibt nur gelbbraune Flechten und aus dem Schnee ragende Steine. Bonpland hört sehr laut seinem Herzschlag und das Zischen der Schneedecke.

„Das ist kein Fels", warnt Bonpland. Unter ihnen ist kein Gestein. Sie stehen auf einer freihängenden Brücke aus Schnee ... „Bonpland, nicht nachdenken, weiter", sagt Humboldt und geht wieder los. Bonpland setzt einen Fuß vor den anderen. Der Schnee knirscht bedenklich. Zwischen ihm und dem Abgrund sind nur Wasserkristalle. Bis zum Ende seines Lebens gefangen in der Einsamkeit Neu-Grenadas.

Die Brücke war übrigens höchstens 15 Fuß lang. Das sind keine 5 Meter. Der Weg darüber konnte Stunden gedauert haben. Mit der Zeit überkommen Bonpland mehr und mehr Wahnvorstellungen. Aber auch Humboldt sagt, „dass er seinen Sinnen nicht mehr traue".

„Halleluja", meint Bonpland. Das macht sie zu den Menschen, die am höchsten aufgestiegen sind. Keiner hat sich so weit von der Meereshöhe entfernt.

Zum Buch:
Der Schreibstil ist auf den ersten Blick eigenwillig. Die Sätze sind oft sehr kurz. Nach einer Weile fand ich diesen Stil doch nicht uninteressant. Gerade auch in Kombination mit dem Humor, der deutlich spürbar ist. Er brachte mich auch das ein oder andere Mal zum Schmunzeln. Die erste Hälfte des Romans fand ich recht gelungen. Wobei ich dennoch von Beginn an Humboldts Passagen spannender fand. Weniger die von Gauß. Wahrscheinlich, weil mir Gauß mit seiner Überheblichkeit weniger sympathisch war. Trotzdem fand ich bei beiden den Wissensdurst und die Leidenschaft gut erzählt. Sie lebten eben für die Wissenschaft.

Fazit:
Die Vermessung der Welt ist ein humorvoller, unterhaltsamer, tiefgründiger und kluger Roman. Im Mittelpunkt stehen zwei große Wissenschaftler. Heute würde man sie vielleicht Nerds nennen. Leider verpasst Kehlmann den Moment, in dem alles zu einem Ganzen wird. Und mir fehlte ein roter Faden. So wird es ab der zweiten Hälfte sehr zäh. Ich habe leider die letzten Kapitel nur überflogen. Trotz allem: Das Buch ist in jeder Hinsicht wert, gelesen zu werden. Ich würde es weiterempfehlen. ■

Text: Ludwig Lagershausen | Fotos: privat

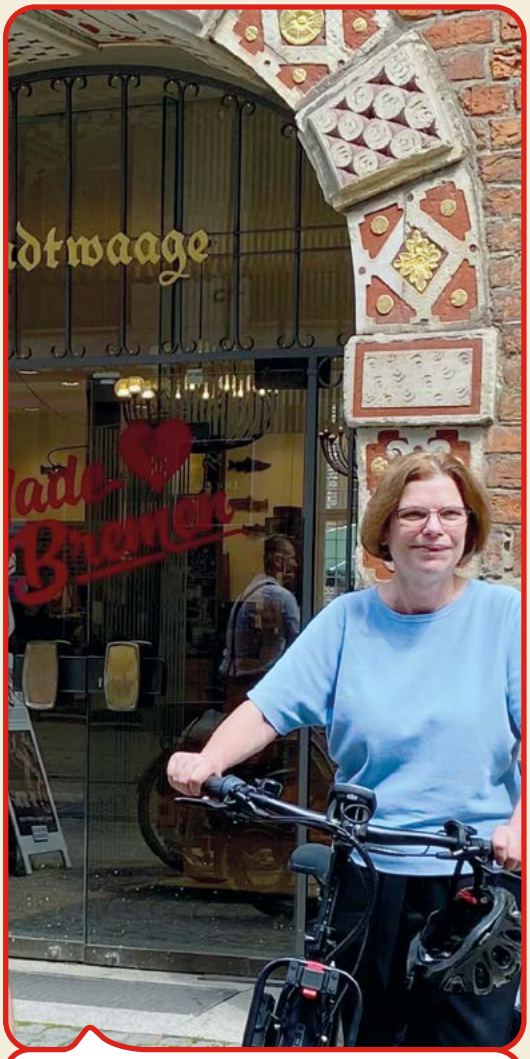
Der kleine Laden an der Ecke ...

Viele Läden und Geschäfte haben es schwer. Denn mittlerweile kann man im Internet so gut wie alles kaufen. Kleidung, Spielzeug, Lebensmittel, Musikinstrumente, Möbel, Werkzeug, Bücher und vieles mehr ...

Online ist die Auswahl praktisch unbegrenzt. Und alles wird direkt nach Hause geliefert. Günstiger ist es meistens auch. Und wenn die bestellte Ware doch nicht passt oder nicht gefällt? Dann kann man es einfach zurückschicken. Dank der Geld-zurück-Garantie ist das in der Regel kostenlos. Einkaufen per Mausklick, wie praktisch. Immer mehr Menschen machen dies heute ganz selbstverständlich so. Die Zeit der lebendigen Einkaufsstraßen scheint vorbei zu sein.

Zum Einkauf in die Stadt? Na klar.
Wer geht also heute noch in ein Geschäft, um einzukaufen? Die **m**-Redaktion hat sich mal umgehört. Und einige Leute gefunden, die gerne im Laden an der Ecke einkaufen. Und das hat viele Gründe. Zum einen ist da die Beratung vor Ort. Fachleute können Produkte erklären, Empfehlungen abgeben oder Fragen beantworten. Außerdem ist es sinnvoll, die Ware zu begutachten. Sie anzufassen und auszuprobieren. Wenn eine Hose nicht passt, probiert man eben eine andere an. Ein Spielzeug gefällt doch nicht so gut? Dann wird weiter gestöbert und gesucht. Die Atmosphäre im Fachgeschäft ist besonders. Man kommt mit Menschen ins Gespräch. Beim Bummel durch die Stadt kann man hervorragend auf neue Ideen kommen. Am Computer wird bloß geklickt. Im Geschäft wird jedoch bewusst eingekauft. Natürlich bietet der Online-Kauf Vorteile. Aber eben auch Nachteile. Es entsteht unheimlich viel Verpackungsmüll. Die bestellte Ware muss ja auch irgendwie zum Kunden nach Hause kommen. Viele LKW und Lieferwagen sind dazu nötig. Sie belasten den ohnehin schon dichten Stadtverkehr. Und wenn die falsche Hose erstmal zuhause ist, muss sie zurückgeschickt werden. Das verursacht wiederum Müll, Autofahrten – und nervt.

Wir haben einige Menschen nach ihren Bremer Lieblingsgeschäften gefragt. Herausgekommen ist eine bunte, interessante Mischung. Und eine Erkenntnis. Tolle Geschäfte und lebendige Straßen überleben nur, wenn wir auch dort einkaufen.



Kristina Vogt, Wirtschaftssenatorin
Made in Bremen
Die Vielfältigkeit unserer Stadt zeigt sich auch in den vielen verschiedenen Geschäften. Wenn ich mal Zeit habe, gehe ich gerne in Bremen einkaufen. Die Frage nach meinem Lieblingsladen lässt sich gar nicht so leicht beantworten. Spontan entscheide ich mich für Made in Bremen in der Langenstraße. Hier sind kreative Ideen mit tollen Designs vereint. Und alles wird in Bremen hergestellt. Ich finde dort immer wieder Überraschendes, wenn ich ein Geschenk suche. Und so manches Mal habe ich mich schon spontan selbst beschenkt."
Langenstraße 13, 28195 Bremen

Stefan Kubena, Martinsclub-Regionalleiter in Vegesack

Kaufhaus Fleischer – Spielwaren

Von außen wirkt der Laden unscheinbar. Innen offenbart sich mir eine riesige Wundertüte auf 2 Ebenen. Kleidung, Spiel- und Schreibwaren. Für Spielzeugeinkäufe ist es für mich die erste Adresse. So viel, so bunt und immer kann man dort etwas Neues entdecken. Die Geduld, das Fachwissen und die Beratung vor Ort suchen ihresgleichen. Und das bei absolut fairen Preisen. Da können die großen Onlinehändler einfach nicht mithalten. Ich empfehle wärmstens, Kaufhaus Fleischer einen Besuch abzustatten. Denn der Einkauf abseits des Bildschirmes macht hier richtig viel Spaß.

Lange Straße 40, 27711 Osterholz-Scharmbeck

Nadia Matthias, Sozialpädagogin

Wedderbruuk

Wedderbruuk verkauft wunderschöne Vintage Möbel. Jedes Mal, wenn man dort ist, gibt es neue Dinge zu entdecken. Die Besitzer sind super lieb und hilfsbereit. Man fühlt sich hier sehr willkommen. Und man kann in Ruhe stöbern oder seine Fragen stellen.

Am Schwarzen Meer 10, 28205 Bremen

Catrin Frerichs, m-Redaktionsleiterin

Findorffer Käsekontor

In der Hemmstraße ist Findorffs Einkaufsmeile. Dort sind viele beliebte Geschäfte: das Bücherfenster und der Weinladen. Und natürlich Sanders Spielzeug und Schreibwaren. Besonders schön ist das Findorffer Käsekontor. Katrin Grosch weiß alles über Käse. Die Fachfrau verkauft 150 verschiedene Sorten. Sie kommen aus Frankreich, England und Holland. Manche stammen von kleinen Erzeugern aus der Gegend. Es gibt Oliven, italienische Vorspeisen, Weine und Zubehör, zum Beispiel für Fondue. Und dazu: immer eine freundliche Beratung.

Hemmstraße 180, 28215 Bremen

Julia Renke, Fundraising im Martinsclub

Buchhandlung Buntentor

Ich empfehle die Buchhandlung Buntentor. Der Laden ist zwar klein, aber hat für jeden Geschmack etwas Passendes. So kommt es mir jedenfalls vor. In einem alten Apothekerschrank finden zahlreiche Romane und Sachbücher Platz. Und ich bin bisher selten ohne ein neues Buch aus dem Laden gegangen.

Buntentorsteinweg 107, 28201 Bremen

Nina Marquardt, Leiterin Referat Personalentwicklung beim Martinsclub

Donmaz

Ich gehe gern bei Donmaz' Obst- und Gemüseladen vorbei. Warum? Die Leute dort sind einfach alle supernett! Suzans Käse-und-Meze-Theke lässt keine Wünsche übrig. Besonders mag ich die würzige Schafskäsecreme und Mohammads leckeren Hummus. Damit mache ich mich auf Partys immer gleich beliebt.

Friedrich-Ebert-Straße 143, 28199 Bremenn

Ellen Stolte, durchblickerin

Goldi's Fahrradshop

Wenn mein Fahrrad „Erdbeere" kaputt ist, bringe ich es zu Goldi. Dort wird es dann repariert. Ich wohne ganz in der Nähe. Deshalb mache ich das seit vielen Jahren so. Und die Leute dort sind immer total nett.

Haverbecker Weg 7, 28329 Bremen

Fotos: privat

Johanna Langenhoff, Ehrenamtliche im Martinsclub
Café & Bäckerei Klein und Fein
Mein Lieblingsladen in Bremen ist das Café Klein und Fein im Viertel. Ich hole dort am Wochenende gern frische Croissants, Scones oder kleine Küchlein. Unter der Woche komme ich manchmal mittags her. Dann esse ich ein frisches warmes Gericht oder einen Salat. Die Mitarbeitenden sind wirklich freundlich und die Stimmung ist entspannt!
Humboldtstraße 112, 28203 Bremen

Marco Bianchi, Teilhabe-Koordinator beim Martinsclub in Vegesack
Scharringhausen Feinkost
Bei Scharringhausen Delikatessen und Feinkost finde ich immer das passende Geschenk. Seit 5 Generationen werden hier in Vegesack allerlei Köstlichkeiten angeboten. Natürlich kann man alles auch vor Ort genießen. Insbesondere die frisch gemachten Fischbrötchen haben es mir angetan!
Alte Hafenstraße 15, 28757 Bremen

Margarethe Jakubiec, Hausleitung Quartier|Wohnen Ellener Hof
GluckGluck – Weinhandlung am Buntentor
Mein Lieblingsladen ist GluckGluck im Buntentorsteinweg. Ich mag diesen Laden sehr, weil er einen schönen, gemütlichen Charme versprüht. Die Inhaberin hat mich immer gut beraten. Sie empfiehlt mir wirklich leckere Weine für die unterschiedlichsten Abende. Die meisten Weine sind dazu noch vegan und bio. Und ihre alkoholfreien Produkte kamen bei meiner schwangeren Freundin sehr gut an!
Buntentorsteinweg 58, 28201 Bremen

Ludwig Lagershausen, selbstverständlich GmbH
magellan Store
Mediterrane Lebensfreude in Bremen? Das gibt es bei magellan in der Innenstadt. Dieser kleine Laden verkauft südeuropäische Leckereien. Ich hole mir gerne spanisches Risotto oder italienische Nudeln. Zudem gibt es hausgemachte Saucen, Gewürze und feine Schokolade. Das eignet sich auch super als Geschenk. Zu Weihnachten mache ich dort immer einen Großeinkauf.
Pieperstraße 5, 28195 Bremen ■

Gute Laune an der frischen Luft

Alle einsteigen, bitte! Die Mädchen sind auf einen alten Trecker geklettert.

Zum zweiten Mal fand in Syke die inklusive Waldwoche statt. Das ist ein Ferienangebot für Kinder mit und ohne Beeinträchtigung. Alle Beteiligten hatten dabei viel Freude. Die Nachfrage nach inklusiven Freizeitangeboten ist groß. Auch im Jahr 2022 bietet der Martinsclub wieder ein vielseitiges Programm an.

Kinder rennen über den Hof und toben im Wald herum. Sie klettern auf das Klettergerüst und spielen auf einem alten Trecker. Es wird gelacht und gerätselt. Wo ist der Schatz vergraben? Wer findet ihn als erstes? Und was ist überhaupt in der Schatzkiste? So ging es zu in der Syker Waldwoche. Dieses inklusive Ferienangebot hat der Martinsclub im Sommer veranstaltet. Stattgefunden hat es auf dem Gelände des Kreismuseums Syke. Das ist der ideale Ort für Abenteuer in der Natur.

Helene Wolf ist Regionalleiterin des Martinsclub in Syke. Sie hat die Waldwoche organisiert. Mit dem Verlauf ist sie sehr zufrieden. „Am Ende gab es nur glückliche

Bienen sind nützliche Insekten. Sie bestäuben Obstbäume.

Auf dem Gelände wachsen Obstbäume. Kursleiterin Marie Zdzieblo erklärt den Kindern alles genau.

Die Kinder haben Obst von den Bäumen gepflückt. Mit Kursleiterin Erika Wiese probieren sie Birnen.

Gesichter. Die Kinder waren total begeistert vom Programm. Alle hatten großen Spaß und wollen nächstes Mal wieder dabei sein. Und auch das Wetter hat mitgespielt", erzählt sie. Die Waldwoche war also ein großer Erfolg. Den Kindern wurde dabei richtig viel geboten. Sie haben zum Beispiel eigene Indianerzelte gebaut. Und Schmuck aus Holz und Federn gebastelt. Wer wollte, konnte sich von den beiden Betreuerinnen schminken lassen. Dabei sind viele hübsche Bilder auf den Gesichtern entstanden.

An den Bäumen gab es außerdem Birnen und Pflaumen zum Pflücken. Das Obst wurde anschließend gemeinsam gegessen. Auch ein Bienenvolk zog die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in ihren Bann. „Insgesamt haben die Kinder einfach viel Zeit an der frischen Luft verbracht", berichtet Wolf. „Da konnten sie sich so richtig verausgaben und die Natur erkunden." →

Jetzt aussteigen! Die Hilfe wird gern angenommen.

Erika Wiese und Marie Zdzieblo sind zufrieden mit dem Verlauf der Waldwoche.

Toben auf dem Gelände des Syker Kreismuseums ist spannend. Dort stehen auch alte Statuen.

Lust auf inklusive Freizeit?

Das neue Programmheft vom Martinclub ist da. Darin sind alle Freizeitangebote aufgelistet, die der Martinsclub im Jahr 2022 organisiert. Junge Menschen kommen ebenso auf ihre Kosten wie Erwachsene und ältere Menschen. Für jeden Geschmack ist etwas dabei. Sport, Medien, Kunst, Bildungskurse, Musik, Kreativität – und vieles mehr. Viel Spaß beim Stöbern und Entdecken!
Das Heft ist in allen Quartierszentren des Martinsclub erhältlich. Außerdem kann man es im Internet lesen und herunterladen:

www.martinsclub.de
Dort unter „Was wir bieten" und „Freizeitangebote" schauen.

Kinder lernen Inklusion von Anfang an
Das Ferienprogramm hat nicht nur Spaß gemacht. Es war auch inklusiv. Es haben 8 Kinder teilgenommen. 4 von ihnen haben eine Beeinträchtigung. „Das ist aus pädagogischer Sicht wichtig und interessant. Denn genau so lernen die Kinder Inklusion. Sie merken, dass alle Menschen unterschiedliche Dinge gut oder weniger gut können. Und dass eine Beeinträchtigung im Miteinander keine Rolle spielt. Das fördert das gegenseitige Verständnis", findet Wolf.

Für die Waldwoche gab es über 40 Anmeldungen. Wegen der Corona-Pandemie durften aber nur 8 Kinder mitmachen. „Scheinbar gibt es ein großes Interesse an inklusiven Projekten in Syke. Das macht uns doch Mut für die Zukunft", betont Wolf. Deshalb will der Martinsclub weitere inklusive Freizeitangebote in Syke schaffen. Auch für Erwachsene. Und natürlich soll auch die Waldwoche wieder stattfinden. ■

Text: Frank-Daniel Nickolaus | Illus: Marco Bianchi, AdobeStock©

Kuriose Sportarten: die Auflösung

FRAGE 1:

Der Käse rollt bis zu 100 Kilometer pro Stunde.

FRAGE 2:

Anschließend bekommt der glückliche Sieger das Gewicht der Frau mit Bier aufgewogen.

FRAGE 3:

Klobrillen werfen, Melonenkern-Weitspucken, Schweinefuß angeln mit dem Mund.

Der absolute Hit dieser Spiele ist der „Matsch-Bauch-Platscher". Wichtig ist, dass hierbei viel Matsch spritzt. Die Belohnung beträgt 1.500 Dollar.

FRAGE 4:

Typisch Engländer! Die Idee entstand 1970 in einem Pub in Derbyshire.

FRAGE 5:

Es sind 8 Elefanten. Der Poloball ist nur 7 Zentimeter groß.

FRAGE 6:

Die Spieler haben Besen zwischen den Beinen. So versuchen sie, den „Schnatz" zu fangen. Im berühmten Film fliegt dieser Ball – in den USA natürlich nicht. Hier ist ein gelb verkleideter Mensch der kleine fliegende Ball.

FRAGE 7:

Der Ideengeber hatte in einem Kölner Café einen Räuber beobachtet. Dieser wollte einer älteren Dame die Handtasche stehlen. Und so entstand die Idee des Handtaschenweitwurfs. Übrigens werden die Handtaschen gut gefüllt geworfen. Denn Handtaschen sind ja selten leer.

Na, habt ihr alle Sportarten ausprobiert? Dann noch eine Idee: Habt ihr mal von „Schienbein-Treten" gehört? Wie es funktioniert, müsst ihr bitte nachlesen. Aber vergesst das Stroh nicht! Ansonsten tut's wirklich weh. ■

Fortbildungen zum Thema FASD im m|colleg

Fetale Alkoholspektrumstörung (FASD) – Warum Wissen darüber so wichtig ist

Die Stimme einer Fortbildungs-Teilnehmerin:

„FASD ist zu hundert Prozent vermeidbare Behinderung: Ab der Planung und während der Schwangerschaft auf Alkohol zu verzichten reicht schon aus.

Menschen mit FASD benötigen in der Regel lebenslang Begleitung und Unterstützung. Diejenigen, die sie begleiten und unterstützen, leisten einen wertvollen Dienst in der Gesellschaft. Es sollte selbstverständlich sein, FASD-Betroffene gut zu unterstützen. Hier kommen die Behörden ins Spiel. In ihre Verantwortung fällt, das Leben für FASD-Betroffene zu verbessern. Es gilt, Fachwissen zu FASD genau dorthin zu bringen: In die Kinder- und Jugendhilfe, hier insbesondere in die Jugendämter. In die Krankenkassen und Pflegekassen und ihren medizinischen Dienst. In die Kindergärten und Schulen. In die Gesundheitsämter. In die Sozialämter. In die Arbeitsämter. Ins Justizwesen. Die Liste ließe sich fortsetzen.

Der Martinsclub hat als erster bundesweit bereits 2014 einen mehrwöchigen Lehrgang zur Beratung und Begleitung von Menschen mit FASD angeboten. Daran nahm seinerzeit genau eine Fachkraft aus einem Jugendamt teil. Nach wie vor fehlt es gerade in den Behörden an Wissen zu FASD. Doch dieses Wissen ist notwendig, um Menschen mit FASD und diejenigen, die sie begleiten, angemessen zu unterstützen. Es ist wichtig, dass sie die Hilfe erhalten, die ihnen gesetzlich zusteht. Ohne engagierte Hilfe von außen scheitern viele Menschen mit FASD in ihrem Leben. Dagegen hilft, wenn sich das Personal in den Behörden zu FASD fortbildet. Hier kann die jeweilige Amtsleitung einen sinnvollen Beitrag zum Gemeinwohl leisten. Mein Dank geht an alle Menschen, die diese Chance ergreifen und entsprechend handeln.“ ■

Vera Schick
B.A. Soziale Arbeit
FASD-Beraterin
Systemische Familienberaterin
Coach für Logotherapie

FASD - Übergänge in das Erwachsenenalter

Der Übergang ins Erwachsenenalter und somit in ein selbständigeres Leben und Wohnen bringt für Menschen mit FASD verschiedene Herausforderungen mit sich. Eine funktionierende Tagesstruktur eine passende Wohnform oder einen geeigneten Berufsweg zu finden, ist schwierig. In dieser Fortbildung werden Förderungsmöglichkeiten in der Begleitung aufgezeigt.

Wann?
4.3.22 | 10–14 Uhr

Wer?
Lina Schwerg

Wie viel?
115 €

4 Pflegepunkte

ONLINE!

FASD im Kindes- und Jugendalter

Welche Verhaltensweisen zeigen Kinder und Jugendliche mit FASD?
Welches sind die größten Herausforderungen?
Wie können Hilfestellungen für einen gelingenden (Schul-)Alltag aussehen?

Wann?
30.4.22 | 10–15 Uhr

Wer?
Lina Schwerg

Wie viel?
130 €

5 Pflegepunkte

ONLINE!

Was ist eigentlich FASD?

FASD und seine Begleiterscheinungen bleiben immer noch oftmals unerkannt. Somit fallen viele Menschen mit FASD weiterhin durch das Raster der Hilfesysteme. Sie interessieren sich für das Thema FASD und wünschen sich einen Input? In dieser zweistündigen Online-Veranstaltung werden Grundlagen zur Thematik vermittelt.

Wann?
4.5.22 | 17:30–19 Uhr

Wer?
Britta Andreas

Wie viel?
35 €

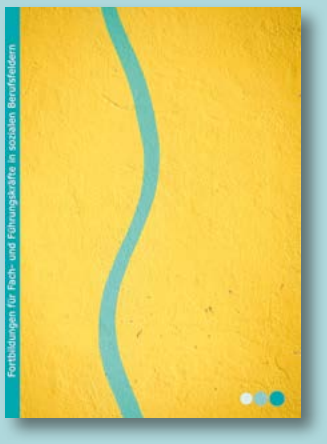
2 Pflegepunkte

ONLINE!

FORTBILDUNGEN FÜR PROFIS!

Das **m|colleg** ist Fortbildungsanbieter des Martinsclub Bremen e. V. Unsere Angebote richten sich an Fach- und Führungskräfte aus sozialen Berufsfeldern. In unseren Fortbildungen, Lehrgängen und Tagungen verbinden wir neue Erkenntnisse mit langjähriger Erfahrung in der Behinderten- und Jugendhilfe: Von der Praxis für die Praxis! **Sprechen Sie uns an!**
Pflegepunkte: Die markierten Seminare sind für Pflegepunkte bei der RbP Gmbh – Registrierung beruflich Pflegender – in Berlin akkreditiert.

ANMELDUNG ZU DEN FORTBILDUNGEN:
Katrin Grützmacher und Wiebke Lorch, mcolleg@martinsclub.de | 0421 5374769
Weitere Infos über Inhalte, Dozent*innen etc. finden Sie auf unserer Homepage:
www.mcolleg.de



Text: Julia Renke | Fotos: Cosima Hanebeck, Steven Lackmann

„Ich lass mich nicht behindern!“

Die Martinsclub Imagekampagne – das m zieht Bilanz

Der Martinsclub war 2021 an vielen Stellen in Bremen zu sehen. Zum Beispiel auf Plakaten in vielen Bremer Stadtteilen. Auf Brötchentüten und sogar auf einer Straßenbahn. „Für Vielfalt. Gegen Barrieren. Mit uns“ lautete die Kampagne. Zum Jahresende wagen alle Beteiligten einen Blick zurück. Konnte das Ziel „Behindern verhindern“ erreicht werden?

Die Ziele der Kampagne, die im Frühjahr 2021 anlief, waren ganz klar. „Wir wollen die Inklusion in Bremen vorantreiben. Und wir machen auf Ungerechtigkeiten und Barrieren aufmerksam“, sagt Thomas Bretschneider. Er ist Vorstand des Martinsclub. „Menschen mit Beeinträchtigung werden auch heute noch täglich behindert. Die meisten Menschen interessieren sich für dieses Thema aber nicht“, erklärt er. Um dies zu ändern, war klar: Die Kampagne muss Aufmerksamkeit erregen. Die Botschaften sollen in Erinnerung bleiben. Dafür wurden auffällige Sprüche und Motive ausgewählt. Zum Beispiel „Behindert, wenn Du nicht mitmachst“ und „Ich lass mich nicht behindern.“

Jörn Neitzel und Michèle Kosmalla waren die Gesichter der Kampagne. „Ich wurde besonders häufig auf ein Motiv angesprochen. Auf dem Plakat zeige ich einen Mittelfinger“, erzählt Jörn Neitzel. Kein Wunder: Das Motiv provoziert. Das findet Neitzel gut, denn so erregt es Aufmerksamkeit.

Michèle Kosmalla ist eines der Gesichter der Kampagne. „Ich finde das Thema wichtig“, sagt sie.

„Ich habe das Motiv gesehen und wollte auch mitmachen. Ich finde das Thema wichtig“, erzählt Michèle Kosmalla. „Außerdem hat es total Spaß gemacht, vor der Kamera zu stehen.“ Auch sie wurde in den vergangenen Monaten oft auf die Kampagne angesprochen. „Viele fanden toll, mal eine ganz andere Seite von mir zu sehen.“ Im Martinsclub kamen immer wieder Rückmeldungen zur Kampagne an. Per E-Mail oder per Telefon wurde über die Inhalte diskutiert. Das war spannend. Denn es wurden viele Menschen erreicht. Auch solche, die nicht jeden Tag mit Inklusion zu tun haben.

Daneben zeigen auch die Reaktionen im Internet: Wir sind auf dem richtigen Weg. So war der Startschuss der Kampagne der erfolgreichste Facebook-Beitrag des Martinsclub. Und die Bilder tauchen immer wieder auf. Auch Bekannte haben sie entdeckt – zum Beispiel die Brötchentüte. Bremens Sozialsenatorin Anja Stahmann hat ein Bild davon bei Instagram verbreitet.

Dieses Motiv war ein Hingucker und sorgte für einige Aufregung. Dadurch wurde es aber auch wahrgenommen.

Die 4 vor der Straßenbahn freuen sich über den Erfolg der Kampagne. Steven Lackmann, Michèle Kosmalla, Julia Renke und Jörn Neitzel haben daran mitgearbeitet.

Darüber hinaus folgten viele Menschen dem Aufruf ‚Mach mit!'. Sie unterstützen den Martinsclub nun ehrenamtlich. Dafür gibt es viele schöne Beispiele. Etwa Sabine Schmidt. „Ich habe im Weser-Kurier einen Artikel über Ehrenamtliche im Martinsclub gelesen. Ich habe mich noch nie ehrenamtlich eingesetzt. Es wurde also höchste Zeit", berichtet sie. Seitdem begleitet sie einen Kunst-Treff im BlauHaus in der Überseestadt. Es gibt viele weitere Beispiele. Eine Frau aus der Neustadt engagiert sich. Sie hilft nach der Arbeit bei einem Schwimmkurs aus. Ein Rentner kommt jetzt regelmäßig zum Brettspiele-Treff. Eine Studentin hat beim Alle Inklusive Festival mitgeholfen.

Das Jahr 2021 ist vorbei. Doch die Kampagne geht weiter. „Wir haben Impulse gesetzt und erste Anstöße gegeben. Aber da geht noch viel mehr. Inklusion sollte ein Dauerthema sein", fasst Thomas Bretschneider zusammen. „Wir freuen uns über alle, die auch in 2022 mitmachen. Das ist natürlich ehrenamtlich möglich. Aber auch mit Spenden oder als Mitglied kann jeder helfen. Insbesondere neue Mitglieder geben uns als Verein mehr Bedeutung. Und so können wir uns noch besser für Inklusion starkmachen." ■

Sie möchten Inklusion fördern?

Nicht nur Jörn Neitzel und Michèle Kosmalla sind die **Gesichter der Kampagne.** Auch viele weitere Menschen sind ein Teil der Aktion. Sie alle setzen sich für Vielfalt und gegen Barrieren ein.

Warum? Das berichten sie auf unserer Internetseite
www.martinsclub.de/machmit

Mit dabei sind viele Ehrenamtliche und Mitglieder. Sie erzählen, wieso sie den Martinsclub unterstützen. Auch Menschen, die für ein bestimmtes Projekt spenden, berichten davon.

Mitglied werden!

Sie wollen sich für Vielfalt und gegen Barrieren starkmachen?

Werden Sie für nur 30 Euro pro Jahr Mitglied!

Alle Informationen unter:
www.martinsclub.de/mitgliedschaft
Noch Fragen?
Telefon: 0421 53747799
E-Mail: machmit@martinsclub.de

vhs Bremer Volkshochschule

Tel. 0421 361-12345
www.vhs-bremen.de

Volkshochschule
Adult Education Center
Université Populaire

Das neue Programm erscheint im Januar

2022

Semesterfokus: Geschlechtergleicheit –
UN-Ziel für nachhaltige Entwicklung
Schon jetzt online auf www.vhs-bremen.de

BREMEN ERLEBEN!

hofATELIER Bremen

Anzeige

Alle Menschen gehören dazu

Ein Kommentar von Anja Stahmann

Aus einem alten Bauernhaus im Ellener Hof ist ein besonderes Wohnumfeld geworden. Menschen mit besonderem Unterstützungsbedarf können hier in einer tollen, neuen Umgebung leben. Hier und im Quartier verteilt. Denn dort, in Bremen-Osterholz, leben alle als Nachbarn. Studierende, Familien, junge, ältere und ganz alte Menschen.

Menschen mit besonderem Unterstützungsbedarf können hier in einer tollen, neuen Umgebung leben. Hier und im Quartier verteilt. Denn dort, in Bremen-Osterholz, leben alle als Nachbarn. Studierende, Familien, junge, ältere und ganz alte Menschen.

Hier wohnen auch Menschen mit sichtbaren und mit unsichtbaren Beeinträchtigungen. Alle leben zusammen. Dadurch können sie sich gegenseitig kennenlernen und verstehen. Nur so kann jeder von dem anderen etwas lernen. Die Menschen sind nun mal unterschiedlich, und man soll sie nicht sortieren.

Der Martinsclub hat das Haus umgebaut. Dort betreut der Träger jetzt 6 Menschen mit Beeinträchtigung. Sie zeigen unter anderem Verhaltensweisen des fetalen Alkoholsyndroms, kurz FASD genannt. Das entsteht, wenn Mütter während der Schwangerschaft Alkohol trinken. Der Martinsclub ist der erste Träger, der speziell an diese Menschen gedacht hat. Und an Menschen, deren Beeinträchtigung an FASD erinnert. Auch, wenn sie nicht durch den Alkoholkonsum der Mutter gekommen ist. Das ist egal. Man kann hier wohnen, und es gibt gezielte Unterstützung. Ich freue mich sehr, dass es das jetzt in Bremen gibt.

Es ist wichtig, dass alle Menschen sich auf der Straße begegnen können. Und beim Einkaufen: Kleine und Große, Junge und Alte. Menschen mit viel Unterstützungsbedarf und Menschen mit weniger Unterstützungsbedarf. Kein Mensch kommt ohne Hilfe zurecht, das muss man sich nicht einbilden. Niemand. Aber manche brauchen mehr Unterstützung. Und was dem einen ganz leichtfällt, kann der andere überhaupt nicht.

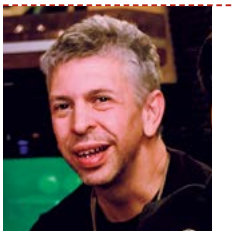
Im Ellener Hof wohnt man in kleinen Gruppen zusammen. Oder auch allein oder zu zweit. Mitten im Stadtteil. So will ich auch leben! In einer Gesellschaft, die inklusiv und bunt ist. Für mich gibt es nichts Besseres. Alle Menschen gehören dazu, und das soll man auch merken.

Anja Stahmann
Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport der Freien Hansestadt Bremen ■

Autoren dieser Ausgabe

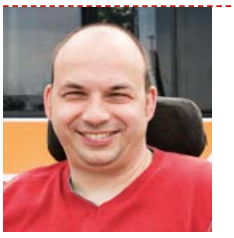
Frage an die Autoren: 2022 wird ein gutes Jahr, weil ...

Marco Bianchi
... diverse Konzertkarten eingelöst werden können – hoffentlich!

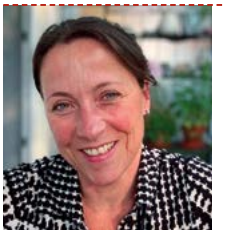


Matthias Meyer
... es mit Corona zu Ende geht.

Andrea Birr
... ich mir im nächsten Frühling eine 5-wöchige Auszeit gönne.



Jörn Neitzel
... ich meine Festanstellung bei der Agentur selbstverständlich beginne.



Catrin Frerichs
... es ganz viel Live-Musik geben wird. Ich werde hoffentlich die Konzerte besuchen, die wegen Corona ausgefallen sind.

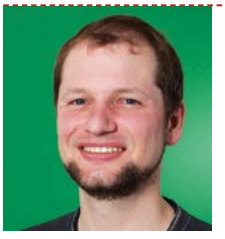
Frank-Daniel Nickolaus
... wir die Chance haben werden, innezuhalten. Und zwar, um darüber nachzudenken, wie wir zukünftig überleben können.

Margarethe Jakubiec
... ich dann wieder 30 Tage Urlaub zur Verfügung habe und neue Reisen zur Entdeckung der Welt planen kann!

Frank Pusch
... ich dann ein alter Rentner in Schweden bin.

Hans-Christian Kassner
... dann mein Fernseher wieder in Ordnung ist. Und weil ich mit meiner Verlobten Cornelia weg-fahren kann.

Julia Renke
... es mit nicht so guten Jahren langsam reicht.



Ludwig Lagershausen
... es für Werder nur besser werden kann.

m@martinsclub.de

DANKESCHÖN!

Corona wird uns weiter in Atem halten. Die Pandemie zeigt, wie wichtig Unterstützung ist. Ob im Kleinen oder im Großen.

Vielen Dank an alle, die uns ihre Zeit geschenkt haben. Vielen Dank an alle, die mit einer Spende geholfen haben. Vielen Dank an alle, die einfach da waren und Verständnis hatten. Wir sind sehr froh über die großartige Unterstützung!

Sie möchten auch helfen?
Melden Sie sich unter
0421 53747799 oder
spenden@martinsclub.de

Spendenkonto:
Sparkasse Bremen
IBAN DE72 2905 0101 0010 6845 53
BIC SBREDE22XXX
Verwendungszweck:
Spenden und helfen

Verso

Die Artikel im **m** sind nach dem Verso-Regelwerk geprüft. Verso ist die einfache Sprache der selbstverständlich GmbH. Weitere Infos unter: www.selbstverständlich-agentur.de

Herausgeber	Impressum und Kontakt Martinsclub Bremen e. V. Buntentorsteinweg 24/26, 28201 Bremen Telefon: 0421 53 747 40 m@martinsclub.de www.martinsclub.de
ViSdP	Benedikt Heche
Redaktion	Catrin Frerichs und Ludwig Lagershausen, (selbstverständlich GmbH), die durchblicker
Gestaltung	Andrea Birr, hofAtelier, Bremen
Verso-Prüfung	Sven Kuhnen, Amon Moghib, Barbara Goetz (selbstverständlich GmbH)
Korrektur	Barbara Goetz, Jörn Neitzel
Fotografie	Frank Scheffka, Frank Pusch, Ludwig Lagershausen, Catrin Frerichs, Tim Boehme (TOB Film), Nina Marquardt, Cosima Hanebeck, Steven Lackmann, Adobe Stock©
Erscheinungsweise	4 x jährlich
Auflage	5.200 Exemplare
Druck	Girzig + Gottschalk GmbH

Behindern
verhindern!
Dein Job für eine inklusive Gesellschaft
Vielfalt gilt auch
bei unseren Stellenangeboten!
martinsclub.de/karriere-im-martinsclub
Jetzt bewerben!
Wir bieten
das ganze bunte
Leben
MARTINS CLUB
BREMEN