



**FLÜCHTLING**

Aya aus Syrien fand Hilfe in Hattingen. 9

**DOPPELSEITE**

Pflege: Versorgung zu Hause. 12/13



ANGEMERKT

### Und plötzlich geht's doch

VON KARIN ILGENFRITZ

**K**lettergarten. Diesen Parcours dürfen Kinder erst ab neun Jahren klettern und bis zwölf nur in Begleitung eines Erwachsenen. Meine beiden Schützlinge sind neun und zehn Jahre alt. Damit sie loslegen können, muss ich mit. Na gut. Aber sie sind geübt. Die Kinder amüsieren sich schon über mich. Ich war noch nicht so oft dort. Die beiden geben mir hilfreiche Tipps.



So dass sich schon fast die Frage stellt: Wer klettert hier eigentlich mit wem?

Bald sind die Kinder ein gutes Stück vor mir. Es kommt eine Übung, bei der man auf einem Brett – ähnlich einem Snowboard oder Surfbrett – zwischen zwei Stationen durch die Baumwipfel düst. Das macht Spaß. Der mir allerdings schnell vergeht: Am Ziel angekommen, prallt das Brett ab, und ich hänge in der Mitte dieser Seilbahn.

**E**ine Jugendliche und ihre Mutter helfen mir zurück. Meine Knie zittern. Ich lasse der jungen Dame den Vortritt. Der gelingt es beim zweiten Mal. Dann: Die Mutter ist dran. Die Tochter streckt ihr die Hand entgegen, die Mutter jubelt. Geschafft. „Und jetzt du“, ruft sie mir zu. Oje. Ich hole tief Luft, und tatsächlich – mit der Hand, die sich mir entgegenstreckt, geht es prima. Wir kennen uns nicht. Helfen einander ganz selbstverständlich durch den Parcours.

Noch ist der Tag nicht zu Ende. Eine Sechsjährige erwartet mich bereits. Sie hat alles mitbekommen. Für sie nehmen wir einen einfacheren Parcours. Der Kleinen geht es wie mir zuvor: Sie hat Angst. Ich strecke ihr die Hand entgegen – und schon geht es. Hinter uns weint ein Junge, er traut sich nicht weiter. Meine kleine Begleiterin sagt: „Jetzt muss du auch ihm die Hand reichen. Weil – wenn man sich hilft, geht alles besser.“



MEDIEN

## Was Mut macht

*Es gibt viel mehr gute Nachrichten als wir denken. Wir müssen sie nur wahrnehmen. Dann könnten wir auch entspannter auf die Ereignisse der Welt blicken. Wie Goethe, für den die Ruhe der Seele „ein herrliches Ding und die Freude an sich selbst“ war.*

FOTO: TSEW

## Ein richtig guter Tag

**MEDIEN** Krisen, Katastrophen, Skandale – darüber werden oft die positiven Nachrichten und die guten Geschichten vergessen. Dabei gibt es sie. Wir müssen nur genauer hinschauen

VON ANNEMARIE HEIBROCK

Es gibt Tage, die sind irgendwie besser als andere. Wie dieser in der vorletzten Augustwoche. Dabei begann alles ganz normal. Mit Tee und dem Blick in die Lokalzeitung. Und siehe da: Ausnahmsweise herrschte – anders als sonst im „Sommerloch“ – keine gähnende Langeweile. Und Schreckensmeldungen gab es zum Glück auch nicht. Stattdessen: gute Nachrichten. Mehr als üblich. Mehr als wir – Leserinnen und Leser, Zeitungsmacherinnen und Zeitungsmacher – gewohnt sind.

Zuerst die Geschichte von den jungen Leuten, die aus dem Bürgerkrieg in Syrien nach Deutschland geflohen waren: Einer von drei Brüdern ist jetzt Sparkassen-Azubi, der zweite hat eine Qualifikation für ein Lehramtsstudium

erworben, der dritte eine Lehre als Solartechniker angetreten. Und die Ehefrau des ältesten Bruders, eine studierte Juristin, die erst seit 16 Monaten in Deutschland lebt, hat ein Stipendium für einen Deutsch-Kurs erhalten, der sie für ein Lehramtsstudium fit machen soll.

Wie die vier das geschafft haben? Mit Ehrgeiz offenbar – und nicht zuletzt mit der Hilfe einer Rentnerin, die sie unter ihre Fittiche genommen und ihnen mit finanzieller und menschlicher Zuwendung den Weg in die deutsche Gesellschaft geebnet hat.

Und noch etwas Positives gab es an diesem Tag zu lesen: Der Oberbürgermeister der Stadt Bielefeld hat sich – wie einige andere Kollegen in Nordrhein-Westfalen auch – bereit erklärt, Flüchtlinge von dem italienischen Küstenwacheschiff

„Diciotti“ aufzunehmen. Erstens weil er Europas Umgang mit den Flüchtlingen „empörend“ und „inhuman“ findet, und zweitens, weil er weiß, dass in seiner Stadt viele Menschen leben, die seine Meinung teilen und sich deshalb – professionell oder ehrenamtlich – in der Flüchtlingshilfe engagieren.

Schließlich gute Nachricht Nummer drei: Bei einem Integrationsprojekt in Bielefeld konnten in den letzten Jahren 140 junge Menschen in eine feste Anstellung gebracht werden. Auch hier engagiert sich ein Privatmann, ein ortsansässiger Unternehmer, und zwar mit einer nicht unerheblichen Summe.

Drei Beispiele für humanitären Einsatz – auf politischer und privater Ebene. Drei Beispiele an nur einem Tag. Wieviel mehr gäbe es, wenn wir nur genauer hinsähen

und uns nicht allzu leicht von den Negativschlagzeilen beeinflussen ließen?

Nur schlechte Nachrichten sind gute Nachrichten, sagt eine (Pseudo)-Weisheit des Journalismus. Klar: Skandale, Krisen und Katastrophen verkaufen sich am Kiosk besser als Friede, Freude, Eierkuchen. Und klar auch: Es kommen wieder schlechte Nachrichten. Quasi jeden Tag. Selbst UK, die Zeitung, die sich den guten Nachrichten verschrieben hat, kann an ihnen nicht vorbeigehen. Wir leben schließlich nicht im Paradies. Die jüngsten Ereignisse in Chemnitz zum Beispiel machen das auf erschreckende Weise klar.

Aber auch die guten Geschichten wollen und müssen erzählt werden. Wie an diesem Tag im August. Weil sie zeigen: Es geht viel mehr, als wir oft denken.

### Ernährung keine Glaubensfrage

**BAIERBRUNN** – Der Gesundheitsexperte Johann Christoph Klotter warnt davor, sich zu viele Gedanken um die eigene Ernährung zu machen. Grundsätzlich sei es zwar nichts Schlechtes, sich bewusst mit dem Essen auseinanderzusetzen, sagte der Professor für Gesundheits- und Ernährungspsychologie an der Hochschule Fulda der

„Apotheken Umschau“: „Bei manchen nimmt es aber schon pseudoreligiöse Züge an.“ Wer das Essen mit Ideologien überfrachte, werde enttäuscht. Die Ansprüche, die Menschen an ihre Ernährung stellten, würden radikaler. „Wenn es fast zwanghaft wird, sich gesund zu ernähren, kann man in eine Essstörung abrutschen“, warnte er. *epd*

### Jesus als Klötzchen-Figur

**ASSLAR/KÖLN** – Seit Kurzem gibt es neue Computerspiel-Versionen der „Bibel für Minecraft“. In „Unterwegs mit Jesus“ und „Helden und Schurken“ werden Geschichten der Bibel „Block für Block“ erzählt, wie der Gerth-Verlag im hessischen Aßlar sagte. Der erste Band „Die inoffizielle Bibel für Minecraft“ im Comic-Stil er-

schien demnach 2016. Das Design des Computerspiels „Minecraft“, das erstmals 2009 auf den Markt kam, besteht aus würfelförmigen Blöcken in einer 3D-Welt. Im Band „Unterwegs mit Jesus“ sind neun Bibel-Episoden enthalten. „Sei bei seiner Ankunft auf der Erde dabei. Staune über seine Wunder“, heißt es in der Ankündigung. *KNA*

### Christliche Patientenvorsorge

**HANNOVER** – Die Evangelische Kirche in Deutschland (EKD), die katholische Deutsche Bischofskonferenz und die Arbeitsgemeinschaft Christlicher Kirchen haben eine neue Version der Christlichen Patientenvorsorge herausgebracht. Diese berücksichtigt die jüngsten gesetzlichen Veränderungen. Neu sind etwa eine erweiter-

te Vorsorgevollmacht für Gesundheits- und Aufenthaltsangelegenheiten, für Totensorge, Organspende und Bestattung sowie eine Generalvollmacht für übrige Angelegenheiten, wie es hieß. Die Christliche Patientenvorsorge gibt es im Internet: [www.ekd.de/cpv](http://www.ekd.de/cpv) oder kann bestellt werden unter Telefon: (08 00) 5 04 06 02. *UK*