

*1700 Jahre Jüdisches Leben in
Deutschland – Studentag
in Neuendettelsau*

*Erste Schritte – für einen
nachhaltigen Lebensstil*

*„3Gs“ einfach
mit dem Smartphone
nachweisen*



**de
f aktuell**

Zeitschrift des Deutschen Evangelischen Frauenbundes,
Landesverband Bayern e.V.

Monatslosung Oktober 2021 :

*Lasst uns aufeinander achthaben
und einander anspornen
zur Liebe und zu guten Werken. Hebr 10,24 (L)*

inhalt

- 4 Des Erinnerns wert: Maria Weigle
- 6 Frauenrechtlerinnen in Afghanistan brauchen Schutz
- 7 Seniorentag 2021 in Hannover
- 7 Nicht nur das Brutto-Inlandsprodukt zählt!
- 8 Studententag: Rahmenbedingungen zur Stärkung des Ehrenamts
- 9 Wasser als Thema für den Ökumenischen Schöpfungstag
- 10 1700 Jahre jüdisches Leben in Deutschland
- 14 Buchbesprechung: Ich, Bertha Pappenheim
- 14 Aus der Praxis: München
- 15 Aus der Praxis Rothenburg, Nördlingen
- 16 Foodsharing im Haus am Kufsteiner Platz
- 17 Aus der Praxis: Schweinfurt, Floß
- 18 Aus der Praxis: Ansbach, Oberland
- 20 Lesezeit: Büchertipps für Herbst und Winter



Foodsharing in München (Artikel Seite 16)

- 23 Nachhaltigkeit Teil 2:
Erste Schritte für einen nachhaltigen Lebensstil
- 24 Informationen rund um Ernährung
- 25 Rezepte mit Dinkel
- 27 Hinweis auf die AEH-Mitgliederversammlung
- 27 3Gs einfach mit dem Smartphone nachweisen
- 29 Kleines Lexikon Medienbegriffe von A bis Z – Teil 7
- 30 Gedanken zum Bibelwort:
Der Herr aber richte eure Herzen aus...
- 31 Antrag auf Mitgliedschaft / Impressum

➤ Redaktionsschluss für die Ausgabe 1/2022
(Januar bis März): 30. November 2021

Foto auf der Titelseite:
Quelle: AdobeStock_453002612

editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

während ich jetzt schreibe, steht die Bundestagswahl noch bevor. Bis Sie das Heft in Händen halten, haben wir vielleicht sogar schon eine neue Regierung. Für sehr wahrscheinlich halte ich es aber nicht. Die Wahlprognosen sind so unsicher, dass es sicher längere Zeit braucht bis eine Regierungskoalition sich zusammengefunden hat. Aber ich bin sicher, Sie sind zur Wahl gegangen und haben sich für eine der demokratischen Parteien entschieden. Eine hundertprozentige Übereinstimmung mit einer Partei wird man nie finden, aber vielleicht doch eine Partei, die den eigenen Wertvorstellungen am nächsten kommt. Ich hoffe, wir bekommen eine Regierung mit einer stabilen Mehrheit, die die Probleme, die in den letzten zwei Jahren immer augenfälliger geworden sind, aufgreift und auch zu Lösungen führt und nicht alles zerredet. Das fängt beim Gesundheitswesen an, geht über die Klimapolitik zu der Mobilität, zum Bildungswesen und zur Digitalisierung, um nur einige Fragestellungen aufzugreifen.

Und leider ist auch Corona und die Pandemie noch immer ein Thema und eine Realität, der wir uns nicht verschließen können. Die Gruppen- oder Herdenimmunität ist noch nicht erreicht und daher müssen wir weiterhin Schutzmaßnahmen mittragen. In der Pandemie haben wir die Begrenztheit menschlichen und politischen Handelns erfahren. Die medizinische Forschung hat erstaunlich schnell wirksame Impfstoffe entwickelt, aber manchmal hat man den Eindruck, das Virus entwickelt noch schneller seine Varianten, um wieder die Nase vorn zu haben. Und von Ländergrenzen lässt es sich nicht beeindruckend.

Wir sehen, dass weder die Pandemiebekämpfung noch die Klimapolitik von einem Staat alleine gemacht werden können. Hier ist globales Handeln angesagt. Die Fragen des Klimawandels sind so dringlich, dass gerade die Europäische Union und die USA mit vereinten Kräften die CO₂ Emissionen vermindern müssen, um die ganze Welt bewohnbar zu halten. Wir haben in diesem Jahr die Folgen des Klimawandels im eigenen Land vor Augen geführt bekommen. Das hat viele Menschen aufgerüttelt, die sich sonst keine Gedanken um die Klimaveränderungen gemacht haben.



Eine neue Bundesregierung wird sich auch Gedanken machen müssen, wie wir uns zusammen mit den anderen Staaten der Europäischen Union für Frieden einsetzen können. Weltweit herrschen Kriege und Bürgerkriege, die durch Waffenlieferungen unterstützt werden. Hiervon sind besonders Frauen und Kinder betroffen, die an Mangelernährung leiden und keine Möglichkeit haben zur Schule zu gehen. In Afghanistan, einem Land, in dem die Bevölkerung in den letzten 60 Jahren nur Krieg und Gewalt kennengelernt hat, wird sich zeigen, was von den Versprechungen der Taliban zu halten ist. Bleiben die Schulen auch für Mädchen weiter geöffnet, auch weiterführende Schulen und die Universitäten? Was ist mit den Frauenrechten, die in den Städten Beachtung gefunden hatten? Wird die Uhr wieder zurückgedreht, wie viele befürchten? Gerade NGOs haben sich für faire Entwicklung in dem Land engagiert, viel Geld, aber vor allem Enthusiasmus in ihre Arbeit investiert. Es wäre eine Katastrophe, wenn dies alles zunichte gemacht würde. Ich kann nur hoffen, dass die Verhandlungen mit den Taliban, die jetzt in Katar geführt werden, zu Ergebnissen kommen, die einen Wiederaufbau des Landes ermöglichen. Die Bewohnerinnen und Bewohner haben das verdient. Sonst wird die Auswanderungswelle der dringend benötigten Fachkräfte anhalten.

Wir müssen erkennen, dass die Welt mit militärischen Aktionen nicht sicherer gemacht wird. Es wäre gut, wenn die Verhandlungen dazu führen, dass sich die Menschen in ihrem Land sicher fühlen und sich für den Aufbau ihres Landes engagieren. Das wird nicht von heute auf morgen gehen. Daher ist es vordringlich, dass wir die Menschen, die von Tod und Verfolgung bedroht sind, bei uns aufnehmen und ihnen Asyl gewähren.

Ich wünsche uns allen, dass wir gesund und behütet und mit einer stabilen Regierung das Jahr 2021 beenden können.

Ihre
Inge Gehlert
Verwaltungsratsvorsitzende

Des Erinnerns wert Maria Weigle (1893-1979)

Eine Meisterin in der Kunst der Mäeutik

Die ausgebildete Pädagogin und Theologin entwickelte eine wahre Leidenschaft in der Vermittlung eines Zugangs zur Bibel für und mit Frauen. Im hohen Alter zog sie rückschauend auf ihr Leben in Dankbarkeit Bilanz, als sie in einem Interview sagte: „Daß ich durch die mancherlei Fragen und besonderen Nöte der zwanziger und dreißiger Jahre dazu genötigt wurde, biblische Texte in den verschiedenen Kreisen von Frauen zu erarbeiten und zu besprechen, ist ein Reichtum und das große Geschenk meines Lebens geworden. Nie kann ich dafür dankbar genug sein.“ Sie schließt mit den Worten: „Ich habe den unerschöpflichen Reichtum des biblischen Wortes erfahren und kann nur wünschen und bitten, daß die Gabe weitergeht und immer neu ihre Fülle öffnet.“

Geboren wurde Maria Weigle in Gruiten im Rheinland in einer von pietistischer Jesusfrömmigkeit geprägten Familie. Schon ihr Vater, der dort und später in Essen als Pfarrer tätig war und dem sie in jungen Jahren bei der Gemeindegarbeit zur Hand ging, galt als Pionier einer neuartigen kirchlichen Jugendarbeit, die nach neuen Gestaltungsmöglichkeiten bei Verkündigung und Evangelisation suchte. 1906 erkrankte Maria schwer und musste die Schulzeit beenden. Erst zehn Jahre später entschloss sich die inzwischen 23-Jährige, das Abitur nachzuholen und ein Studium zu beginnen. Sie wählte Deutsch, Geschichte und Theologie und beabsichtigte wohl in den Schuldienst zu gehen. Doch während des Studiums kristallisierte sich mehr und mehr ihr Interesse an Theologie heraus, sodass sie sich 1924 dem ersten theologischen Staatsexamen unterzog, obwohl ihr durchaus bewusst war, dass es für Frauen keine berufliche Perspektive in der Kirche gab. Schon ein Jahr zuvor hatte sie daher das Lehrerinnenexamen abgelegt und bald darauf eine Stelle an einer Mädchenschule angetreten. Nebenher engagierte sie sich ehrenamtlich in der Seelsorge im Frauengefängnis und in der Arbeit im Evangelischen Verband der weiblichen Jugend.

Nicht aus den Augen verlor sie neben jenen Aktivitäten das zweite theologische Staatsexamen, das sie dann 1929 erfolgreich absolvierte und im nächsten Jahr in Potsdam als Vikarin ordiniert wurde. Seit



Maria Weigle

Quelle:
Briefe an Maria Weigle,
Nürnberg 1953, Cover;
Bestand AddF, Kassel

1926 war sie dort im Reichsverband der Evangelischen Frauenhilfe tätig, zunächst als Referentin im Reisedienst, ab 1936 war sie Leiterin der auch von ihr mitinitiierten Bibelschule. Ihre Lebensmaxime lautete seitdem: Das Lesen der Heiligen Schrift lernen und lehren. In einer Broschüre der Frauenhilfe hieß es: Die Heilige Schrift Alten und Neuen Testaments solle wieder Lebensbuch im Werktag der Gemeinde und ihrer Familien werden. Schon seit vielen Jahren hatte Maria Weigle - und nicht nur sie - bemerkt, dass „die Verbundenheit mit Gottes Wort nicht ausreichte. Das wurde an vielen Punkten unseres persönlichen und Frauenhilfslebens spürbar. Starke geistige Bewegungen gingen immer stärker durch unser Volk und damit auch durch unser Leben, die uns unser Christsein, die Kirche und alles, was sie uns brachte, in Frage stellen wollten. Wir erlebten die fortschreitende Propaganda der Gottlosenbewegung, wir erlebten den Einbruch vieler nichtchristlicher Sekten; Anthroposophie und ähnliches machten uns zu schaffen; die Kinder kamen mit Fragen, von Menschen unserer Umgebung in Freunds- und Nachbarschaft wurden wir wegen unseres Christenglaubens zur Rede gestellt -, und wir mußten dabei erleben, daß das Antworten auf die uns gestellten Fragen viel schwerer war, als wir geglaubt hatten; wir mußten entdecken, daß uns nun selbst vieles, was uns vorher gewiß schien, unsicher wurde und daß uns die Bibel eigentlich ein fremdes und verschlossenes Buch war. Sie wollte nicht zu uns reden, wenn wir sie aufschlugen; ... - und das nicht nur im Alten, nein, auch im Neuen Testament. Wir hielten uns dann wohl an die alten uns so lieben Sprüche. Die uns oft Trost und Hilfe gewesen waren, wir hielten fest an Predigt und Bibelstunde, aber die Not des eigenen Bibellesens, des eigenen Beantwortens der schweren Fragen, die uns bedrängten, die blieb zurück.“

Was vor dem Ersten Weltkrieg Konsens in der bürgerlichen Gesellschaft gewesen war, gab es nicht mehr. Die Sozialdemokraten hatten die Kirche mehrheitlich verlassen und die Arbeiter hatten sich abgewandt, wurden von den kirchlichen Institutionen nicht oder nur selten erreicht.

Dieser Befund führte Maria Weigle dazu, neue Wege zu gehen, die allerdings gar nicht so neu waren, wenn man beispielsweise auf die im DEF seit seinem Bestehen praktizierten Methoden schaut. Erinnerung sei in diesem Zusammenhang daran, dass der DEF seit seiner Gründung eine eigene Struktur hatte und nur Frauen ihm vorstanden, was in der Kirche stets befremdete, und ferner an die Schulungsangebote beispielsweise in seinen von vielen anderen Verbänden bewunderten und hier und da wohl auch beneideten Vorstandskursen. Über sie schrieb eine frühe Teilnehmerin, sie seien „allen, die sie miterlebt haben, unvergeßlich. Es wurden sachliche Kenntnisse vermittelt; daneben übten sich die Teilnehmerinnen in eigenen Referaten, besonders auch in Diskussionen. Wie wusste Paula Mueller die Anfänger zu ermutigen, durch Scherz und Ernst sicherer zu machen, heikle Situationen mit geschickter Hand zu meistern, falsche, unüberlegte Urteile zurechtzurücken! Sie wusste die Menschen so zu überzeugen, dass oftmals aus anfänglichen Gegnern begeisterte treue Freunde wurden.“

Da viele der frühen Theologinnen untereinander Kontakt hatten, kannte Maria Weigle die Arbeitsweise des DEF unter Umständen vom Hörensagen. Jedenfalls entwickelte sie eine Methodik, die wegführte von dem reinen Zuhören und hinführte zur durch Mitarbeit fruchtbaren Erschließung der Texte unter besonderer Berücksichtigung der Sicht auf die Frauengestalten der Bibel im Alten und im Neuen Testament. Hier schlägt sich ihr Studium bei Adolf Schlatter nieder, der noch nicht ahnen konnte, wie gefährlich das in der Zeit des Nationalsozialismus sein würde.

Zu der von ihr erarbeiteten Methode (der Mäeutik = durch geschicktes Fragen die im Partner schlummernden, ihm aber unbewussten, richtigen Antworten und Erkenntnisse herauszuholen; auch sokratische Methode genannt) schrieb Maria Weigle: „Man lernt die hohe Kunst des Fragens nicht als schulmeisterliche oder rhetorische Angelegenheit, sondern als Ausdruck eines echten Anliegens, als ehrliche Aufforderung zur Mitarbeit und zum Mitdenken. Man lernt, es so zu tun, daß man wirklich Antwort will und nicht nur Echo.“ Ihr selbst kam natürlich hier auch ihre Ausbildung als Pädagogin entgegen, aber es war gewiss auch ihr natürliches Interesse am Menschen und ihr Wunsch, das Beglückende, was sie selbst aus dem Bibelstudium gewann, weiterzugeben. 1958 - aus Anlass ihres 65. Geburtstags - erhielt sie u.a. hierfür den theologischen Ehrendoktor der Universität Münster.

Sie galt als ernste, strenge Persönlichkeit, doch freundlich und offen, vor allem konnte sie wohl Vertrauen vermitteln und war eine gute Zuhörerin. Dass sie von 1939 bis 1951 Vorsitzende des Verbandes Evangelischer Theologinnen war, spricht für ihre Wertschätzung bei den Kolleginnen. Und es war eine gute Entscheidung, da sie sich aus politischen Diskussionen heraushielt. Es ging ihr auch nicht um eine Gleichstellung mit den männlichen Kollegen. Diese Position war nicht ganz einfach für die Kolleginnen, die durchaus die volle Anerkennung innerhalb der Kirche anstrebten. Viele verstanden es nicht, dass sie die damals in Potsdam ihr offenstehende Sakramentsausübung bei ihrem Wechsel 1945 nach Bayern aufgab. So schrieb etwa Marie Winnecke, seit 1935 Leiterin des Christlich-Sozialen Seminars des DEF, ihr zum 70. Geburtstag: „Manchen von den Jüngeren erschienst Du vielleicht hie und da zu nachgiebig, wenn es darum ging, auf unserem Berufsweg weiterzukommen.“

Marie Winnecke war zwar fünf Lebensjahre jünger, aber hatte schon 1921 als dritte deutsche Theologin das erste und bald darauf das zweite Examen mit Auszeichnung abgelegt, somit um etliche Jahre vor Maria Weigle. Im März 1945 wurde Marie Winnecke ordiniert, da sie während des Krieges die Vertretung des eingezogenen Pfarrers in einer Gemeinde in Niedersachsen übernommen hatte. Eine ihrer ehemaligen Schülerinnen, Gertrud Kappeller, schrieb 1985 in ihrem Nachruf: „Sie hatte die besondere Fähigkeit, ihren Schülerinnen selbständiges theologisches Denken zu vermitteln und sie in die Lage zu versetzen, die zentralen Aussagen biblischer Texte zu erfassen und entsprechend weiterzugeben. ... Ihre Bibelarbeiten zeichneten sich durch große Klarheit und Sachlichkeit aus. Gerade dadurch erschlossen sich oft biblische Texte neu und lösten persönliche Betroffenheit aus.“ Die beiden frühen Theologinnen prägten in der Bibelschule in Stein und im Christlich-Sozialen Seminar in Hannover mit ihren modernen Methoden viele Schülerinnen, die sie dann über Jahre in die Gemeindegemeinschaft hineinbrachten und wo man sie bis heute aufspüren kann.

Halgard Kuhn



"Marie" = Maria Winnecke

Quelle: AddF,
Kassel, Sign.:
D-F1-00034,
Ausschnitt

Frauenrechtlerinnen in Afghanistan brauchen dringend Schutz!



Zusammen mit einer Vielzahl an weiteren Frauenorganisationen und deren Vertreterinnen hat der Deutsche Evangelische Frauenbund, Landesverband Bayern e. V. (DEF) am 17. August 2021 - einige Tage nach der Machtübernahme der Taliban - den offenen Brief von UN Women Deutschland #HelftAfghanistansFrauen unterzeichnet. Darin wird die Bundesregierung aufgefordert, Frauenrechtlerinnen in Afghanistan bei ihrer Ausreise besonders zu schützen und intensiv dabei zu unterstützen.

„Wir haben mit Sorge und Scham beobachtet, wie die Bundesregierung die berechtigten Ängste ihrer Helferinnen und Helfer vor Ort nicht anerkannt hat und sie im Stich gelassen hat. Viele freiwillige Helfer und Organisationen haben in Afghanistan jahrelang Frauen Mut gemacht, für ihre Rechte einzutreten. Daher ist es unerlässlich, dass diese Frauen jetzt auch den notwendigen Schutz erhalten“, so Inge Gehlert, Vorsitzende des DEF-Verwaltungsrates.

Hier der Wortlaut des Briefes:

Offener Brief #HelftAfghanistansFrauen

*Sehr geehrte Frau Bundeskanzlerin Merkel,
sehr geehrter Herr Vizekanzler Scholz,
sehr geehrte Frau Bundesministerin
Kramp-Karrenbauer,
sehr geehrte Frau Bundesministerin Lambrecht,
sehr geehrter Herr Bundesminister Maas,
sehr geehrter Herr Bundesminister Müller,
sehr geehrter Herr Bundesminister Seehofer,*

wir bitten Sie eindringlich, neben den Botschaftsangehörigen, Mitarbeitenden der Entwicklungshilfeorganisationen und den Ortskräften so viele Frauenrechtlerinnen wie möglich zusammen mit ihren Familien aus Afghanistan zu retten. Diese mutigen Frauen haben sich als Politikerinnen, Journalistinnen, Juristinnen, Ärztinnen und Mitarbeiterinnen von Frauenorganisationen für Frauen- und Kinderrechte eingesetzt und damit für eine offene, vielfältige und demokratische Gesellschaft. Viele von ihnen haben jahrelang gegen alle Widerstände vertrauensvoll mit den westlichen Ländern zusammengearbeitet. Sie haben die gleiche, wenn nicht sogar noch schlimmere Behandlung durch die Taliban zu befürchten als die anderen Gruppen. Wir dürfen sie Folter und Mord durch die Taliban nicht schutzlos ausliefern.

Elke Ferner
Vorsitzende UN Women Deutschland



DEF mit Programmbeiträgen auf dem Deutschen Seniorentag

24. bis 26. November 2021
in Hannover Congress Centrum (HCC)

Der 13. Deutsche Seniorentag steht unter dem Motto „Wir. Alle. Zusammen.“. Er setzt ein Zeichen für einen starken Zusammenhalt zwischen den Generationen und gesellschaftlichen Gruppen. Es dreht sich alles darum, wie ein gutes Leben im Alter gelingen kann und was wir alle zusammen dafür tun können.

In einer feierlichen Veranstaltung wird der Seniorentag am 24. November 2021 von Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier eröffnet. Am Abend findet der Ökumenische Gottesdienst „Wir. Alle. Zusammen. – Zukunft geht nur gemeinsam“ in der Marktkirche Hannover mit Landesbischof Ralf Meister und Bischof Dr. Heiner Wilmer statt. Irmtraut Pütter hat im Vorbereitungsteam für den Eröffnungsgottesdienst, wie bei den letzten Seniorentagen, wieder entscheidend mitgewirkt.

Besucherinnen und Besucher können aus über 150 Einzelveranstaltungen auswählen. Angeboten werden Podiumsdiskussionen, Workshops, Mitmach-Angebote, eine Messe und ein Unterhaltungsprogramm. Der DEF beteiligt sich mit zwei Veranstaltungen am Programm.

Donnerstag, 25.11.2021, 9.30 Uhr bis 16.30 Uhr:
Mit Smartphone oder Tablet in Kontakt bleiben

In dem Mitmach-Angebot stellen Sabine Jörk, Vorsitzende der Evangelischen Arbeitsgemeinschaft Medien, und Luitgard Herrmann, Schwerpunktbeauftragte für den Arbeitsbereich Medien im Bundesvorstand, verschiedene Nutzungsmöglichkeiten von Smartphone und Tablet vor.

In Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat der Stadt Hannover

Freitag, 26.11.2021, 11.30 Uhr bis 13.00 Uhr:
Rahmenbedingungen zur Stärkung des Zivilgesellschaftlichen Engagements

Vortrag und Diskussion mit Petra Tiemann, Abgeordnete des Niedersächsischen Landtages, und Cornelia Coenen-Marx, Oberkirchenrätin a.D.

Mitwirkende des DEF: Irmtraut Pütter, Schwerpunktbeauftragte für den Demographischen Wandel im Bundesvorstand, und Angela Sophie Brandt, Geschäftsführerin Ortsverband Hannover e.V.

Weitere Informationen und Programm unter www.deutscher-seniorentag.de

[Wir freuen uns auf Ihren Besuch!](#)

Nicht nur das Brutto-Inlands-Produkt (BIP) zählt!

Es ist höchste Zeit, die Arbeit in Privathaushalten und im bürgerschaftlichen Engagement sichtbar zu machen.

Der Deutsche Evangelische Frauenbund forderte anlässlich seiner Tagung „Rahmenbedingungen zur Stärkung des Ehrenamtes“ im Juli 2021 eine gleichwertige Darstellung vom Brutto-Inland-Produkt und von den unentgeltlich erbrachten Leistungen der privaten Haushalte und des Ehrenamts.

Bisher werden im Bericht über den gesellschaftlichen Reichtum diese Gleichwertigkeit von marktvermittelten Leistungen (Brutto-Inlandsprodukt) und nicht marktvermittelten Gütern und Dienstleistungen (Privathaushalt und bürgerschaftliches Engagement) nicht berücksichtigt. Das ist ein blinder Fleck in der gesellschaftlichen Leistungsbilanz. Für die Sichtbarkeit der gerechten Teilhabe genügt nicht die rhetorische Wertschätzung von bürgerschaftlichem Engagement und Hausarbeit – wir fordern Fakten und Zahlen!

Wohlstand und Prosperität einer Gesellschaft erschließen sich nicht nur über Kennziffern wie das Brutto-Inlands-Produkt (BIP), sondern es muss gleichberechtigt auch eine Kennziffer geben, die die unentgeltlich erbrachten Leistungen der privaten Haushalte und des Ehrenamtes sichtbar macht. Denn das BIP beruht tagtäglich und generativ auf Voraussetzungen, die es nicht selber geschaffen hat und garantieren kann. Es geht darum, die Lebensleistungen unabhängig von Geschlecht, Leistungsort und Bezahlung zu würdigen.

Folglich erachtet es der DEF für notwendig bei der wirtschaftlichen Gesamtrechnung ein **Privat-Haushaltsbezogenes Inlands-Produkt (PHIP)** einzuführen und mit dem **Brutto-Inlands-Produkt (BIP)** regelmäßig gleichzeitig zu veröffentlichen. Der DEF fordert zum wiederholten Mal die Politik auf, diese Kennziffer beispielsweise aus den repräsentativen Zeitverwendungsstudien des Statistischen Bundesamtes zu berechnen oder durch geeignete Methoden zu erheben.

Rahmenbedingungen zur Stärkung des Ehrenamts – Dokumentation des Studientages in Duisburg



Quelle: GeigerK.



Kurz vor den bayerischen Sommerferien lud der Deutsche Evangelische Frauenbund nach **Duisburg** ein, um dort **Impulse zur Stärkung des Ehrenamtes** zu diskutieren und Forderungen zu formulieren.

Irmtraut Pütter, Initiatorin und maßgeblich verantwortlich für die Tagung, wies in ihrer Begrüßung auf die **herausfordernden Veränderungen von Hauptberuflichkeit und Ehrenamt in unterschiedlichen Gremien** – sei es der Kirche oder Gesellschaft – hin. Aber auch die fortschreitende Digitalisierung der Arbeit und die damit rasante Beschleunigung des Informationsaustausches in Gremien und im Verband stellen die ehrenamtlich Tätigen vor neue Herausforderungen, so Pütter zu Beginn der Tagung. Oberkirchenrätin a.D. und Autorin Cornelia Coenen Marx und Erwin Knebel, Vorsitzender des Verwaltungsrates der Verbraucherzentrale NRW, referierten im Anschluss aus ihrem breitgefächerten Erfahrungshintergrund Impulse und Forderungen zur Stärkung

des Ehrenamtes in Kirche und Gesellschaft.

Katharina Geiger, geschäftsführende Vorständin des DEF-Landesverband Bayern e.V., und Gerrit Heetderks, 2. Vorsitzender des Vereins zur Förderung der Quartiersentwicklung e.V. (WQ4), gaben im Anschluss jeweils aus ihrer haupt- und ehrenamtlichen Sicht Kurzkommentare dazu ab.

In der **anschließenden Diskussion** wurde klar, dass es weniger ein Erkenntnisproblem, eher ein Handlungsproblem für sinnvolle Rahmenbedingungen zur Stärkung des Ehrenamtes gibt. So berichteten z.B. die Anwesenden, dass das „alte“ gegen das „neue“ (meist projektbezogene) Ehrenamt ausgespielt werde und meist zu einer Abwertung des Bestehenden führe. Alle waren sich einig, dass Kirche und Zivilgesellschaft aber die Diversität des Ehrenamts dringend benötigen.

Die Tagung ist in einer Dokumentation zusammengefasst, die kostenlos in der DEF-Geschäftsstelle in Hannover zu bestellen ist: Sallstr 57, 30171 Hannover, Tel 0511/35379523 oder per Mail info@def-bundesverband.de

Wasser als Thema für den Ökumenischen Schöpfungstag

Auch in diesem Jahr rief die Arbeitsgemeinschaft Christlicher Kirchen (ACK) am ersten Wochenende im September zur Feier des ökumenischen Schöpfungstags auf. Diesmal länderübergreifend am Bodensee.

Die Feiern begannen in Bregenz, wanderten weiter nach Lindau, um dann von dort nach Romanshorn in der Schweiz überzusetzen. Das Thema in diesem Jahr war aus Joh. 7, Vers 38: Damit Ströme des lebendigen Wassers fließen.

Gottesdienste zu diesem Schöpfungsthema konnten bis zum 4. Oktober 2021 gefeiert werden. Nachzulesen auf der Homepage des Ökumenischen Schöpfungstages unter www.oekumene-ack.de

Bei der Wahl dieses Themas für das Jahr 2021 hat man noch nichts von den großen Flutwellen gewusst, die in diesem Jahr im Westen und Süden Deutschlands große Verheerungen hinterlassen haben. Umso näher lag es uns vielleicht in diesem Jahr, wenn auch hier vor allem die positive Seite des Wassers beschrieben wird.

Das Wasser, ohne das kein Leben möglich ist. In der Taufe wird die heilende Wirkung des Wassers betont. Jesus bezeichnet sich als das Wasser des Lebens. Dieses Wasser, das mehr kann, als den Durst zu löschen. Wir wissen wie verheerend große Dürren sind, die weder Tieren noch Menschen noch Pflanzen eine Chance zum Überleben bieten. Doch Überschwemmungen, die ganze Landstriche überfluten und die Ernte vernichten, wie wir es jetzt auch im eigenen Land erlebt haben, können ebenfalls tödlich sein. Umso dankbarer müssen wir für unser sauberes Trinkwasser sein, das wir ohne nachzudenken aus unserem Wasserhahn fließen lassen. Viele Menschen haben aber immer noch keinen Zugang zu sauberem Wasser und zu hygienischen Toiletten.

Der ökumenische Schöpfungstag wollte uns daran erinnern, dass wir Teil der Schöpfung sind. Die Natur ist uns nicht untergeordnet, sondern wir haben den Auftrag, sie zu bewahren. Diesem Auftrag werden wir nicht gerecht.



Der Weltklimareport hat uns die Dringlichkeit der Klimafragen aufgezeigt. Wir haben keine Zeit mehr, jahrelang zu reden, sondern müssen jetzt handeln und brauchen klare Vorgaben der Politik, damit die Klimaziele von Paris, die fast alle Staaten unterzeichnet haben, auch umgesetzt werden. Die Klimaveränderungen machen an den staatlichen Grenzen nicht halt, sondern wirken sich global aus, wie auch die Pandemie, die wir jetzt erlebt haben und in deren vierter Welle wir uns gerade befinden. Daher ist es ein gutes Zeichen, dass hier drei Länder grenzüberschreitend gemeinsam für die Schöpfung eingetreten sind.

Hygiene und Wasser gehören untrennbar zueinander. Lebendiges Wasser macht gesundes Leben erst möglich. Helfen wir mit, dass Wasser weltweit die Qualität des „lebendigen Wassers“ erlangt.

Inge Gehlert, Verwaltungsratsvorsitzende

1700 Jahre Jüdisches Leben in Deutschland

Studentag in Neuendettelsau

ACH TOTEN KONNT
IHR ABER NICHT
LEBENDIG MACHEN
WENN ES DIE
LIEBE NICHT TUT

HOLDERLIN

HIER STAND DIE
SYNAGOGUE DER
ISRAELITISCHEN
KULTUSGEMEINDE
DIE AM 9 NOVEMBER
1938 VON VERBRECHER
HAND ZERSTÖRT WURDE

„1700 Jahre Jüdisches Leben in Deutschland“ - das ist auch ein Thema für den Deutschen Evangelischen Frauenbund (DEF), der es in den Mittelpunkt seines diesjährigen Studentages auf der Landesverbandstagung in Neuendettelsau stellte. Viele DEF-Ortsverbände beteiligten sich an dem Projekt „Mosaik – Jüdische Geschichte in Orten Bayerns mit DEF-Ortsverbänden und Anschlussvereinen“. Ausgehend vom Edikt des Kaisers Konstantin von 321 für die Bürgermeister von Köln, auch Männer jüdischen Glaubens zum Dienst als Ratsherr heranzuziehen, und archäologischen Kleinfunden wie Öllämpchen mit dem Motiv der Menorah aus offenkundig jüdischen Haushalten, fächerten Bildungsreferentin Dr. Bettina Marquis und die Vertreterinnen der Ortsverbände jüdisches Leben in Deutschland und Bayern von der Römerzeit bis in die Gegenwart auf. Im Mittelalter gab es in vielen Städten und Orten die Judengasse als Kern des jüdischen Wohn- und Geschäftsviertels. Es gab viele blühende jüdische Gemeinden in den Städten vor allem Frankens und Schwabens, die unter durch Sonderabgaben zu bezahlendem kaiserlichen Schutz gedeihen konnten. In Rothenburg existierte im 13. Jahrhundert jahrzehntelang eine jüdische Hochschule des Rabbi Meir von Rothenburg, der hoch verehrt und später gerade wegen seiner Prominenz verfolgt und ermordet wurde.

Die frühen Synagogen sind meist zerstört und untergegangen, aber teilweise wenigstens in ihren Fundamenten erhalten – z.B. in Regensburg unter dem Pflaster des Neupfarrplatzes oder auch in Nürnberg, wo man nach der Vernichtung der jüdischen Bevölkerung die Frauenkirche auf der zerstörten Synagoge aufgebaut hatte. Die Verfolgungsgeschichte, die in mehreren Wellen immer wieder vorgenommenen Vertreibungen und Ermordungen der Jüdinnen und Juden sind wahrhaft erschütternd. Das Rintfleisch-Pogrom 1298 und die Verfolgungen nach dem Pestausbruch 1348 sind ein besonders schwarzes Kapitel des Jüdischen Lebens in Deutschland. Gerade im Umfeld der freien Reichsstädte Frankens und Schwabens gibt es wegen der Vertreibungen auch zahlreiche Gemeinden und Siedlungen des Landjudentums, auch ländliche Friedhöfe mit Bestattungen aus mehreren Orten und Städten. Die Barockzeit brachte Judengemeinden und damit auch Synagogen neueren Typs hervor, teilweise im Klassizismus umgestaltet, z.B. in Floß oder Ansbach. Das 19. Jahrhundert zeigte ein erstarktes Judentum mit großen Neubauten von Synagogen und Gemeindegentren und Schulhäusern, oft im repräsentativen maurischen Baustil. Gerade diese wurden Opfer der Brandanschläge im großen Pogrom von 1938.



Quelle: I. Gehlert

Aschaffenburg, Nördlingen, Nürnberg und München sind hierfür Beispiele. Während die erhaltenen ländlichen Synagogen renoviert und als Museum, seltener als Raum des Gottesdienstes genutzt werden können, sind die meisten der städtischen Synagogen aus dem Stadtbild verschwunden, nur durch Gedenksteine markiert. Neue Synagogen kündeten vom sehr vorsichtigen und defensiven Neubeginn nach dem Holocaust und die neuesten von einem neuen jüdischen Selbstverständnis der heutigen, durch Zuzug aus Osteuropa zahlenmäßig deutlich angewachsenen jüdischen Gemeinden der Gegenwart.

Ein lebendiges Zeugnis ihres Glaubens legten drei junge Jüdinnen in der WDR-Dokumentation „Echtes Leben. Jung, jüdisch, weiblich“ ab, eine liberale Rabbinerin, eine in Deutschland ein freieres Leben suchende ehemalige ultraorthodoxe Künstlerin, eine dritte Frau, die orthodox den Alltag für sich und ihre Familie gestaltet. Inge Gehlert diskutierte auf dem Podium mit Diana Liberova, die aus einer aus St. Petersburg zugewanderten Familie stammt. Wenn auch, wie sie sagte, die meisten jüdischen Familien aufgrund der historischen Erfahrung aber auch des gegenwärtigen Antisemitismus „auf gepackten Koffern sitzen“, so will sie mit ihrer Familie

links: Aschaffenburg, Synagoge-Gedenktafel
rechts oben: Floß, Judenberg mit Synagoge rechts Mitte
Ansbach, jüd. Synagoge innen von oben



Quelle: F. Lehner



Foto Alexander Biernoth, Ansbach



links: Frauensalon mit Musikerinnen



oben: Teilnehmerinnen
Mitte: Diana Liberova, Inge Gehlert
unten: Teilnehmerinnen

» doch in Nürnberg bleiben. Ausdruck dessen ist auch, dass sie neben dem Beruf in der Lokalpolitik aktiv und als Nürnberger Stadträtin 2020 erneut gewählt worden ist. Zur Holocaust-Gedenkkultur in Deutschland bei gerade leider wachsendem Antisemitismus und manchmal fehlender Toleranz gegenüber den jüdischen Zuwandererfamilien aus Osteuropa merkte sie kritisch an, der Gesellschaft seien wohl „manchmal die toten Juden lieber als die lebendigen?“ Bei diesen Zweifeln ist es im Zusammenhang mit den 1700 Jahren jüdischen Lebens auf deutschem Boden bedeutend, dass sie selbst mit ihrer Familie in Nürnberg lebt und sich für öffentliche Gespräche wie das mit Inge Gehlert beim DEF zur Verfügung stellt.

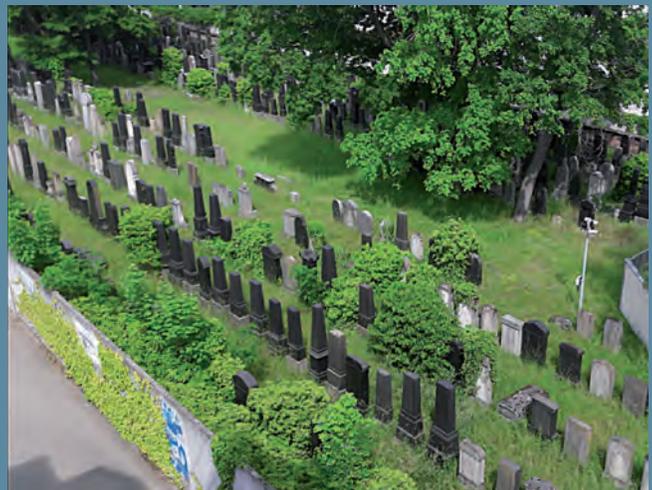
Am Abend des Studientages wurden die Zuschauerinnen in Umsetzung einer Idee von Inge Gehlert noch in einen jüdischen Salon eingeladen, nämlich zur vielleicht bekanntesten Salonnière Berlins um 1800, Rahel Varnhagen von Ense. Durch die Heirat mit einem Adeligen war sie ihrer lebenslangen Diskriminierung als Frau, Aufklärerin und Jüdin wenigstens zu einem Teil entronnen und konnte nicht nur Künstlerinnen und Künstler, sondern auch Wissenschaftler und Personen des Hofes in ihrem Elternhaus empfangen. Ihr großartiges Talent, als Gastgeberin verschiedene Menschen und Temperamente miteinander ins Gespräch zu bringen, spiegelte sich auch in ihrer Verkörperung durch Dr. Johanna Beyer.

Ein salonähnliches, aber durch und durch der Musikpflege gewidmetes großes Haus führte auch die Familie Mendelssohn. Felix wurde der berühmte Musiker und Komponist mit immensen Verdiensten um die Hebung der musikalischen Bildung in Deutschland. Seine parallel mit ihm bestens ausgebildete und ebenso begabte Schwester Fanny Mendelssohn aber blieb mitsamt ihren Werken eine Unbekannte, präsentiert durch Dr. Bettina Marquis.

Anny Mendelssohn war gebunden durch die mangelnden Entwicklungsmöglichkeiten, die Frauen damals an der Entfaltung ihrer Fähigkeiten hinderten. Unterstützt von ihrer Mutter, ihrem Ehemann und Freunden, konnte sie sich aber davon befreien und vierzigjährig eigene Kompositionen veröffentlichen. Dabei führte sie im elterlichen Berliner Palais rege besuchte hochrangige Sonntagsmatineen durch, auf denen sie Werke des Bruders wie auch Bachs und Beethovens, aber auch zeitgenössischer Freunde, seltener eigene Werke, zur Aufführung brachte. Der Ruf von Berlin als Musikstadt wurde von ihr mitbegründet. Fanny Mendelssohn wird heute als eine bedeutende Komponistin wieder- oder vielleicht sogar erstmals entdeckt; ihr Wirken für das musikalische Leben ist noch unzureichend im Fokus.

Als Dritte im Bunde und Gast im Berliner Salon kam aus Westfalen die Dichterin Annette von Droste-Hülshoff, verkörpert von Inge Gehlert. Die zuletzt von Karen Duve beschriebenen Unwegsamkeiten der Straßen und Konvention hatten ihr früheres Erscheinen in der preußischen Metropole verhindert. Im wirklichen Leben war sie nie nach Berlin gekommen, aber im fiktiven Abendsalon kann man eine solche Variante möglich machen. Auch sie war durch die Erwartungen an eine Frau ihres Standes lange behindert, durfte zwar zeichnen und musizieren, jedoch nur „für den Hausgebrauch“ und musste immer den Ruf der Familie wahren. Die Befreiung gelang ihr durch ihr dichterisches Tun; sie wurde zum Haupt eines über das Münsterland hinaus bekannten literarischen Zirkels und konnte sich von den Erlösen ihrer Dichtkunst sogar ein kleines Häuschen in der Nähe ihrer am Bodensee verheirateten Schwester leisten, wo man eine freiere Luft atmete. Die beiden jüdischen Gastgeberinnen und die münsterländische Adelige zeigten die Schwierigkeiten der Frauenemanzipation, die Mühen sich als denkende und künstlerisch tätige Frau aus dem Käfig von familiären und gesellschaftlichen Erwartungen zu befreien und in der Öffentlichkeit auftreten zu können.

Bettina Marquis



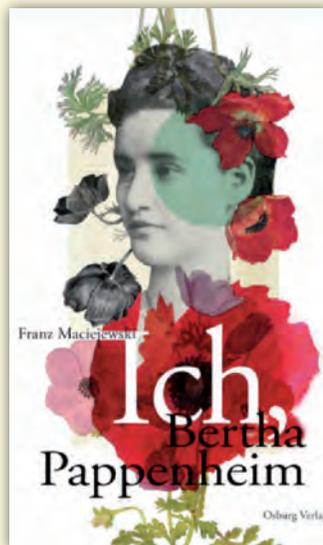
oben: Stolpersteine Dinkelsbühl
Mitte: jüdischer Friedhof
unten: Referentinnen der Mosaiksteine

Franz Maciejewski: *Ich, Bertha Pappenheim*

Buchbesprechung von Inge Gelert

Der Autor Franz Maciejewski versetzt sich in seinem Roman in das Leben der Bertha Pappenheim und schildert uns, wie sie zu der Frau geworden ist, aus einer Art Rückblick. Ausgehend von einem Geschenk ihrer Mitarbeiterinnen zu ihrem 60. Geburtstag, die ein Porträt von ihr malen lassen wollen, erzählt „Bertha“, warum sie sich als „Glückel von Hameln“ porträtieren lässt. Dies ist eine Frau, die ihr imponiert, da sie ein selbstständiges Leben führte.

Bertha Pappenheim (1859 - 1936) hat längere Zeit gebraucht, bis sie ihren Weg als jüdische Feministin und Kämpferin gegen Mädchen- und Frauenhandel gehen konnte. Dieser Weg war nicht einfach, denn ihr begegneten als alleinlebende unverheiratete Frau viele Hindernisse und Vorurteile. Als junge Frau war sie schwer erkrankt und erst nach langer Behandlung, die vor allem darin bestand, dass sie sich ihren Ängsten stellte, konnte sie wieder in die Zukunft blicken. Sie kümmert sich zunächst um jüdische Waisenkinder in Frankfurt, dehnt dann ihr Betätigungsfeld aus, indem sie den Kampf aufnimmt gegen Zwangsprostitution und Mädchenhandel. Ihre Reisen führen sie weit nach Galizien, wo die Frauen mit falschen Versprechungen nach Deutschland gelockt werden. Um sich besser zu vernetzen, gründet sie 1902 den jüdischen Frauenbund, der Teil der bürgerlichen Frauenbewegung wird. Ihr Ziel ist es, dass auch



jüdische Frauen als Deutsche anerkannt werden. Daher ist sie auch keine Freundin des Zionismus, denn sie fühlt sich als Deutsche, wenn sie auch einen österreichischen Pass besaß. Dank ihrer weltweiten Kontakte konnte sie auch den amerikanischen Präsidenten Wilson ansprechen und den Völkerbund für das

Verbot des internationalen Mädchenhandels gewinnen. Ihre Tätigkeit trug ihr den Ehrentitel „Helferin der Menschheit“ ein.

Im Jahr 1934 begleitete sie einen Transport von Kindern nach Großbritannien, die dort eine neue Heimat finden sollten. Sie selbst starb 1936 an einer Krebserkrankung, als die Nationalsozialisten die Arbeit auch der Häuser in Neu-Isenburg immer schwieriger gestalteten. Auf ihrem Sterbebett hat sie erkannt, dass ihre Ablehnung des Zionismus ein Fehler war.

Ihre Arbeit und ihre Person gerieten lange in Vergessenheit, wenn sie auch als Anna O. in die Medizingeschichte eingegangen ist. Eine starke Frau, die unseren Respekt und unsere Anerkennung verdient.



Aus der Praxis

Wetter und Unwetter *Thema beim Münchner Sommerfest*

Dem Wetter und seinem Umschlagen ins Unwetter war ein Vortrag von Bildungsreferentin Dr. Bettina Marquis beim Ortsverband München gewidmet, in dem von der Wetter-App auf dem Handy, Wetterkatastrophen in der deutschen Literatur und zu den uns allen schmerzlich vertrauten Bildern aus den Überflutungsgebieten in Rheinland-Pfalz und Nordrhein-Westfalen sowie in Bayern im Berchtesgadener Land der Bogen geschlagen und dann mit den Teilnehmerinnen diskutiert wurde. Danach fand das Sommerfest des Ortsverbands München statt, das allerdings wegen trübem und kaltem Wetter in den Saal verlegt werden musste. Das tat der Freude, sich wieder einmal „in echt“ treffen und mit Abstand miteinander reden zu können, keinen Abbruch. Schön wäre es am großen Gartentisch und aufgestellten Bierbänken unter den Bäumen freilich gewesen, aber bei sommerlichen Getränken und süßen oder herzhaften Leckereien und einer liebevollen Dekoration aus kleinen Windlichtern, die mit Brezen an Bändchen bunt geschmückt waren, war auch im Saal gute Stimmung. Damit verabschiedeten sich die Münchnerinnen voneinander in die Sommerpause.





Rothenburg: Führung durch das „Jüdische Rothenburg“

Unter Einhaltung der vorgeschriebenen Pandemie-Hygienerichtlinien trafen sich über 30 Teilnehmerinnen vor der Jakobskirche zu einer Führung mit Pfarrer Dr. Oliver Gußmann durch das „Jüdische Rothenburg“. Schon um die Mitte des 12. Jahrhunderts existierte eine jüdische Gemeinde in der Stadt Rothenburg o.T. Die Hochblüte jüdischer Kultur lag Mitte des 13. Jahrhunderts, als sich um den bekannten Talmud-Gelehrten Rabbi Meir ben Baruch zahlreiche Schülerscharen. Sein Wirken förderte die Entwicklung der jüdischen Gemeinde im 13./14. Jahrhundert. Durch das Zinsverbot für Christen lag ein großer Teil der Geldwirtschaft in jüdischer Hand, was oftmals in der Bevölkerung zu Missgunst führte.

Die Führung begann im Burggarten vor dem Denkmal an der Außenwand der Blasiuskapelle, das an das sogenannte Rintfleisch-Pogrom von 1298 erinnert.

Nördlingen: Mundartsteine zum zweiten Mal ausgelegt

Die Nearlinga wissen ihre eigene Mundart zu schätzen. Das mundartliche Kulturprojekt des DEF-Ortsverbandes Nördlingen "Mundartsteine" vom vergangenen Frühjahr hatte offenkundig bei vielen Spaziergängerinnen und Spaziergängern Begeisterung ausgelöst. Denn die von den Frauenbundfrauen mit Ausdrücken in Rieser Mundart beschrifteten Kiesel, die in der Altstadt an einigen Flecken ausgelegt waren, gingen weg wie die sprichwörtlichen warmen Semmeln. Nearlinga nahmen sie als Souvenir mit, oder gerne auch die im Sommer doch angereisten Touristen.

So mussten nun die Frauenbundfrauen erneut zur Tat schreiten und neue Steine beschriften. Diesmal entschied man sich für größere Steine, die vielleicht wegen ihres größeren Gewichts weniger oft als Mitbringsel oder Zierde im eigenen „Gärtle“ ausgewählt werden. Egal wie es mit den Corona-Bestimmungen

Damals flohen etwa 450 jüdische Einwohner auf die Staufferburg und hofften auf den Schutz des Königs. Vergebens. Die Inschrift des Gedenksteins von 1998 gibt Aufschluss darüber, wie schonungslos alle Juden, auch 178 Kinder, ermordet und verbrannt wurden.

Die zweite Station lag in der Herrngasse/Ecke Heringsbronnengäßchen. Bis vor kurzem befand sich in diesem Haus die Firma ANRA. Sie hatte im ehemaligen Betsaal der Israelitischen Cultusgemeinde von 1888 ihren Verkaufsraum. Eine behauene alte Steinsäule existiert noch vom alten Betraum.

Die Judengasse gilt in Fachkreisen als die einzige komplett erhaltene spätmittelalterliche Judengasse. Hier wohnten Christen und Juden eng nebeneinander. Die Judengasse war kein Ghetto. Im Keller des Hauses Nr.10 befindet sich eine Mikwe aus dem frühen 15. Jahrhundert.

Auf dem heutigen Schrankenplatz entstand 1407 die neue Synagoge des zweiten jüdischen Viertels. Schräg gegenüber dem Hotel „Schranne“ befindet sich in etwa 3 Meter Höhe in Stein gemeißelt die Inschrift „Judenkirchhof“. Das war eine früher von Christen oft verwendete Bezeichnung für einen jüdischen Friedhof. 1520 entstand aus der Synagoge die „Kapelle zur reinen Maria“, 1561 abgerissen und als Baumaterial für die neue Friedhofskirche vor dem Rödertor verwandt. 1958 wurde dieser Platz in „Schrankenplatz“ umbenannt.

Der zweistündigen Führung folgte in der „Schranne“ ein gemütliches Beisammensein mit wahlweisem Abendessen, was alle Beteiligten zu schätzen wussten.

Agnes Heinitz



nach der Urlaubszeit nun ausfallen wird, rund um die Stadtmauer, im Schneidt'schen Garten oder hinter dem Rieskratermuseum wird es also auch künftig wieder die zweisprachig beschrifteten Mundartsteine, nämlich im Rieser Dialekt und umseitig mit der deutschen Übersetzung, zu entdecken geben.

Elisabeth Strauß

München: Foodsharing – Teile Lebensmittel, anstatt sie wegzuworfen!

Die 2012 in Berlin ins Leben gerufene Initiative „Foodsharing“ hat sich zum Ziel gesetzt, dass weniger noch gut erhaltene Lebensmittel ihren Weg in den Abfall finden. „Foodsharing“ bedeutet auf Deutsch so viel wie „Essen-Teilen“.

Jährlich werden in Deutschland pro Kopf 53 kg noch gut erhaltene Lebensmittel entsorgt, was negative Folgen für den CO₂-Verbrauch hat, denn die Lebensmittel müssen unter Ausstoß von CO₂ produziert, transportiert und gelagert werden, um dann am Ende ungenutzt im Müll zu landen. Dies hat natürlich auch Einfluss auf die Erderwärmung. Um dem entgegenzuwirken, haben sich inzwischen knapp 100.000 Ehrenamtliche, sogenannte „Foodsaver“ („Essens-Retter“), zusammengetan und bisher schon über 50.000 kg Lebensmittel „gerettet“.

Auch in unserem Haus am Kufsteiner Platz 1 in München gibt es eine solche „Foodsaverin“. Sie holt regelmäßig von Bäckereien und Supermärkten Lebensmittel ab, die bereits abgelaufen sind und sonst im Müll landen würden. Diese Lebensmittel werden dann im Eingangsbereich des Wohnhauses ausgelegt und jede darf sich kostenlos mitnehmen, was sie möchte. Die „Foodsaverin“ unseres Hauses, die Studentin Julia Wiedholz, hat über einen Vortrag an der Universität diese Initiative kennengelernt und engagiert sich nun bereits seit knapp zwei Jahren. Um „Foodsaverin“ zu werden, musste sie sich online registrieren, ein Quiz und drei Probe-Abholungen machen. Seitdem bekommt sie regelmäßig Lebensmittel von zwei Bäckereien, zwei kleineren Bio-Supermärkten und einem großen Supermarkt. Der Arbeitsaufwand, den sie damit hat, ist gering. Sie muss die Nahrungsmittel nur abholen und für die anderen Bewohnerinnen des Hauses auslegen. Erhält sie die Lebensmittel vom Supermarkt, muss sie diese noch zusätzlich vorher aussortieren, da sich gelegentlich verdorbene Sachen unter die noch guten Lebensmittel gemischt haben. Trotz anfänglicher Skepsis der anderen Bewohnerinnen des Hauses wird das Angebot inzwischen sehr gerne angenommen.



Wer selbst Zuhause Nahrungsmittel hat, welche nicht mehr gebraucht werden und noch gut sind, kann diese in sogenannte „Fairteiler“ legen. Diese „Fairteiler“ sind Regale und Kühlschränke, die in mehreren Städten an verschiedenen Orten aufgestellt sind. Dort darf sich dann auch jeder kostenlos bedienen. Wen interessiert, wo solche „Fairteiler“ stehen, kann sich gerne auf der Internetseite von „Foodsharing“ (www.foodsharing.de) informieren.

Mittlerweile hat die Initiative über 400.000 angemeldete Nutzer und Nutzerinnen in Deutschland, Österreich, der Schweiz und weiteren Ländern Europas und kooperiert mit 10.000 Betrieben, welche ihre abgelaufenen Lebensmittel zur Verfügung stellen. Weitere Ziele von „Foodsharing“ sind – neben der Reduktion von Lebensmittelabfall – ein Stopp des Verpackungswahnsinns in Supermärkten und die Steigerung der Wertschätzung von Lebensmitteln. Dies wollen sie durch verschiedene Seminare, Vorträge und Workshops erreichen. Die Initiative organisiert auch immer wieder Festivals in Berlin, zu denen alle kommen dürfen, die sich für das „Foodsharing“ interessieren und engagieren.

Wer kein Mitglied bei „Foodsharing“ sein will, diese Initiative aber dennoch unterstützen möchte, kann dies durch Spenden tun. Die Spenden gehen dann an verschiedene Arbeitsgruppen der Initiative wie die Softwareentwicklung, die Öffentlichkeitsarbeit oder die Begrüßung und Koordinierung neuer „Foodsaver“.

Judith Riedel



Schweinfurt: Vorstandswechsel

Am 7. August 2021 fand die Mitgliederversammlung und Wahl des neuen Vorstandes des Evangelischen Frauenbundes e.V. Schweinfurt im Garten der Diakonie unter Hygienebedingungen statt. In großer Zahl kamen die Mitglieder, um den neu zu wählenden Vorstand kennenzulernen. Mit überwältigender Mehrheit sprachen sie dann auch der 1. Vorsitzenden, Clivia Haaf, und ihrer Stellvertreterin, Luba Hurlebaus, ihr Vertrauen aus.

Frau Haaf würdigte in ihrer Antrittsrede die anwesende Ehrenvorsitzende Heike Gröner. Sie baute den Verein innerhalb von fast 26 Jahren mit Unterstützung ihres Ehemanns, Dr. Gröner, bis zu einer Größe von zeitweise über 1000 Mitgliedern auf. Dies erfolgte mit großem Engagement, Charisma und tüchtigen Helferinnen aus der Mitgliedschaft.

Vor zwei Jahren übernahm Pfarrer Jochen Keßler-Rosa den Vorsitz des Evangelischen Frauenbundes, da sich zu diesem Zeitpunkt niemand bereit erklärte, den Vorsitz zu übernehmen. Er bildete rückblickend ein wichtiges Bindeglied zwischen dem ehemaligen und dem neuen Vorstand. Umsichtig und mit dem feinen Gespür für das Wesentliche brachte Herr Keßler-Rosa erfolgreich Struktur in das vorhandene vielschichtige Vereinssystem. Somit kann der neue Vorstand, auf dieser stabilen Basis aufbauend, die Vereinsarbeit fortsetzen.

Floß: Wert:voll Ökumenische Abendandacht

Anstelle eines ökumenischen Sommerfestes luden der evangelische und der katholische Frauenbund in Floß zu einer ökumenischen Abendandacht ein. Unter dem Motto „Wert:voll“ gab es gedankliche und musikalische Anregungen zur Gottesperle aus den „Perlen des Glaubens“. Gott will von uns wertvoll gehalten werden – und wir sind es auch: wertvoll.

Jede Frau erhielt eine kleine goldene Perle mit dem Vers „Gott nahe zu sein ist mein Glück“. Verbunden mit der Andacht war die Einladung an alle Frauen, sich mit ihren Familien, Kindern und Enkeln im August auf den Weg durch den Markt zu machen und als Perlendetektive die Perlen des Glaubens auf einem einstündigen Wanderweg zu suchen. Aufgebaut wird dieser Weg in ökumenischer Verbundenheit der beiden Kindertagesdienstteams.

Erfreulicherweise konnte auch für den Förderverein des Evangelischen Frauenbundes ein neuer Vorstand gefunden werden. Herr von Lackum und Herr Liebau werden als Förderkreis-Vorsitzende den Frauenbund weiterhin finanziell unterstützen.

Der neue Vorstand hat mit Helferinnen und Helfern bereits im Vorfeld Renovierungsarbeiten in der vereinseigenen Immobilie mit sieben und im Bürgertreff der Stadt mit drei Zimmern durchgeführt. Auch der Garten der Begegnung wurde neugestaltet. Somit bestehen ansprechende Rahmenbedingungen für die vielfältigen Kursangebote, z.B. Sprachkurse für Erwachsene (Migrantinnen und Migranten), Hausaufgabenbetreuung, Nähstube, musikalischer Unterricht für Jugendliche und Erwachsene, Lesungen, Soziale Gesprächskreise usw. Die Menschlichkeit kann sich in dieser besonderen Atmosphäre ungehindert entfalten. Die Mitglieder und Lernenden begegnen sich mit Freude und Respekt. Außerdem finden in anderen Räumlichkeiten Gymnastik, Tanz, Volleyball und Wassergymnastik mit großem Anklang statt.

Ein HOCH auf das Vereinsleben ...

Denn wir können der Einsamkeit als eine der schlimmsten Empfindungen entgegenwirken. Die Anteilnahme am Gegenüber, das gemeinsame Einbringen bei Veranstaltungen, herzliches Lachen und spontane Umarmungen bereichern ungemein unser Seelenleben. Es können dabei tiefgehende Freundschaften entstehen und vieles mehr. Wir alle haben es in der Hand, uns im Vereinsleben aktiv zu integrieren und diesen Weg der gelebten Menschlichkeit überkonfessionell zu erkunden.

Clivia Haaf, Vorsitzende



Im Anschluss an die Andacht machten sich viele Frauen auf den Weg zu einer gemeinsamen gemütlichen Einkehr im Innenhof vom „Gogerer“.

Christa Riedel



Ansbach: Ehrungen bei der Mitgliederversammlung

Anlässlich der diesjährigen Mitgliederversammlung schied aus dem Ansbacher Vorstand neben der früheren 2. Vorsitzenden Erika Erben-Veh auch Gerda Wehnert aus, die sich besonders bei der Organisation und Abrechnung der Bildungsfahrten engagiert hatte. Beiden wurde für ihr langjähriges Engagement gebührend gedankt.

Außerdem wurden mit Dietlinde Kniep, Simone Riedel und Irmgard Vogel an diesem Tag treue und langjährige Mitarbeiterinnen im Hilfsprojekt „Fundgrube“ des DEF-Ortsverbandes Ansbach ausgezeichnet. Dietlinde Kniep hat die Fundgrube vierzig Jahre lang betreut! In der "Fundgrube" - einem Second-Hand-Laden - können Menschen für wenig Euro jeden Freitag gut erhaltene Gegenstände wie Kleidung, Bett- und Tisch-



wäsche, aber auch Porzellan und Glaswaren erwerben. Das eingenommene Geld fließt in zahlreiche soziale Projekte und dient der Unterstützung bedürftiger Menschen zumeist in Ansbach.

Alle geehrten Frauen bleiben Mitglieder des Ortsverbandes, der ihnen mit den Frauenbundrosen, den Ehrenurkunden des Verbands und einem kleinen süßen Geschenk Dank abgestattet und hoffentlich eine Freude bereitet hat.

Johanna Stöckel

Oberland: Chance auf ein zweites Leben für Greifvögel

Anfang August lud der Ortsverband Oberland zum Besuch der „Auffang- und Pflegestation für Greifvögel und Eulen“ in Otterfing ein. Die Gruppe informierte sich bei Stationsleiter Alfred Aigner über den wichtigen Beitrag zum Artenschutz, den diese ehrenamtlich geführte Einrichtung leistet: Jahr für Jahr werden hier weit über 100 verletzte oder verwaiste Greifvögel und Eulen aufgenommen, versorgt und gepflegt. Ziel ist immer, sie wieder in die Natur zurückzuführen, was bei etwa zwei Dritteln der Vögel auch gelingt. Aus dem gesamten südlichen Oberbayern werden Vögel hierher gebracht. Die Hälfte der verletzten Tiere sind Opfer des Straßen- und Schienenverkehrs. Andere sind z. B. an Stromleitungen, Fensterscheiben oder Stacheldraht zu Schaden gekommen oder durch Hagelschlag in den Unwettern des diesjährigen Sommers.

Die Auffangstation arbeitet mit einer auf Vögel spezialisierten Fachtierärztin zusammen, die die medizinische Betreuung sicherstellt und auch komplizierte Operationen vornimmt, damit gebrochene Flügel

wieder belastbar zusammenwachsen können. Manche Vögel sind jedoch so schwer verletzt, dass sie von ihrem Leid erlöst werden müssen. Die Station finanziert sich durch Betriebskostenzuschüsse mehrerer Institutionen auf kommunaler und Landkreisebene, ist aber darüber hinaus auf Spenden angewiesen. Im Durchschnitt belaufen sich die Aufwendungen pro Vogel auf ca. 80 Euro.

Alfred Aigner und seine Mitstreiterin Natalie Simmeth führten vor, wie ein Sperber mit verletztem Schnabel mehrmals täglich mit der Pinzette gefüttert werden muss. Zum Schutz vor seinen scharfen Klauen wickeln die Helfer das Tier zuvor stets in ein Tuch ein, was es bereitwillig über sich ergehen lässt. Ein Turmfalke, der sich schon wieder gut erholt hatte, durfte an einer Lockschnur kurze Flüge von ein paar Metern Distanz unternehmen - jeweils zu einer behandschuhten Hand mit leckeren Fleischstückchen. Diese Flüge dienen dazu zu prüfen, wie gut der Vogel seine Flugfähigkeit bereits wiedererlangt hat. Auch aus der Gruppe konnten sich Freiwillige den Handschuh überstreifen

>>



» und erleben, wie der kleine Falke zielstrebig angefliegen kam und sich auf der Hand niederließ. Zwei imposante Steppenadler wurden vorgestellt, die hier in der Auffangstation geschlüpft sind. Ihre Eltern sind nach Verletzungen dauerhaft nicht mehr in der Lage, selbst zu jagen. Sie sind bereits seit längerem in der Otterfinger Station in einer großen Voliere untergebracht und werden weiter in der Station bleiben. Die Jungvögel dagegen gewöhnt man behutsam an das selbstständige Leben und Jagen in Freiheit. Zu gegebener Zeit sollen sie in Gebirgsnähe ausgewildert werden.

Für drei Turmfalken war der Tag gekommen, an dem sie aus der Station entlassen werden sollten. Herr Aigner beringte die Vögel noch, damit wieder eingefangene oder tot aufgefundene Tiere identifiziert werden können. So lässt sich unter anderem nachverfolgen, welche Wege die Vögel nehmen, welche Entfernungen sie zurücklegen und wie alt sie werden.

Schließlich zeigte Alfred Aigner, der sich bereits seit über 35 Jahren um hilfebedürftige Greifvögel kümmert, wie ein solcher Falke freigelassen wird: „Einfach nehmen und in die Luft werfen!“ Nachdem der erste Turmfalke aus seinen Händen aufgefliegen war, ermunterte Herr Aigner eine Interessierte aus der Be-

suchergruppe, einem der anderen Falken auf gleiche Art die Freiheit zu schenken. „Die Beine mit der einen Hand umfassen, die andere Hand um die Flügel und – hochwerfen!“ Der kleine Falke flatterte auf, erhob sich weiter in die Luft und flog einem neuen Leben entgegen. Später kreiste er hoch über den Besucherinnen. „Ein großartiges Gefühl, einem so wunderbaren Tier die Freiheit wiedergeben zu dürfen – das macht mich ganz glücklich!“, strahlte die Teilnehmerin. Dieser Turmfalke, der hier die Chance für ein zweites Leben bekommen hat, hat laut Alfred Aigner durchschnittlich noch sieben Jahre vor sich, in denen ein Falkenpärchen geschätzte 70.000 Mäuse fängt.

Beeindruckt von ihrer Arbeit, die von viel Idealismus getragen wird, verabschiedete sich die Gruppe von Herrn Aigner und Frau Simmeth, bedankte sich mit einer kleinen finanziellen Unterstützung für die Station für den informativen Vormittag und wünschte ihnen weiterhin viel Erfolg mit ihren Schützlingen.

Kontaktdaten:

Alfred Aigner, Betreiber der Auffang- und Pflegestation für Greifvögel & Eulen, Bergham 100, 83624 Otterfing, Tel.: 08104-9636, Mobil: 0170-4405586

Dagmar Herrmann



Bücher Tipps für Herbst & Winter

von Marianne Jauernig-Revier, Schweinfurt



Martyna Bunda: Das Glück der kalten Jahre

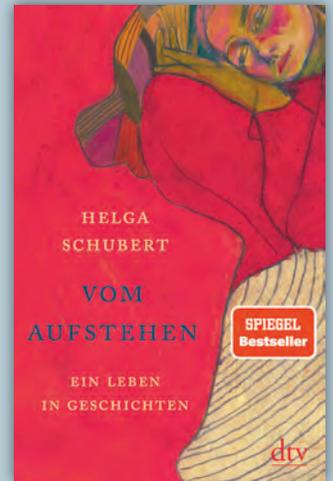
Darstellung verschiedener Frauenschicksale kennen wir schwerpunktmäßig aus der deutschen und englischsprachigen Literatur. Über vier Frauen in Polen und von der

Kunst des Überlebens in schwierigen Zeiten erzählt in ihrem Roman ganz wunderbar Martyna Bunda.

Ob im Krieg oder der Schreckenszeit danach – die Maxime der Mutter und ihren Töchtern lautet: Kopf oben behalten, egal was passiert. Dies wird beherzigt, allen voran von der leidenschaftlichen, lebenshungrigen Truda, die sich als Zwangsarbeiterin in Berlin unsterblich in einen Deutschen verliebt. Dagegen ist Gerta vernünftig und praktisch veranlagt. Ida, die jüngste Schwester trotz ihrer Stellung dem Leben ab, zudem ist sie eine couragierte Motorradfahrerin. Trotz gelegentlicher Ausbrüche, Zerwürfnisse und auch Trennungen sind Mutter und Töchter in entscheidenden Momenten füreinander da - vier starke Frauen, die in widrigen Zeiten zusammenhalten und Wärme und Mitgefühl weitergeben. Oft mit Witz und Situationskomik, wirft der Roman einen Blick auf das Polen der Nachkriegszeit.

Suhrkamp-Verlag, ISBN 978-3-518-42887-0, 24 €

Helga Schubert: Vom Aufstehen – Ein Leben in Geschichten



Groß war das Erstaunen, als die achtzigjährige Helga Schubert im letzten Jahr den Ingeborg-Bachmann-Preis erhielt. Schon einmal vor 40 Jahren wurde sie mit ihren Texten dazu eingeladen, doch das DDR-Regime erlaubte die Ausreise nicht.

Helga Schubert ist ein Kriegskind, ein Flüchtlingskind, ein Kind der deutschen Teilung. Sie erzählt von unbeschweren Sommern bei der Großmutter in Vorpommern, von der Leerstelle, die ihr im Krieg gefallener Vater hinterlässt, von der eigenwilligen und egozentrischen Mutter, den Absurditäten des DDR-Alltags und von der schönen, aber oft auch schwierigen Freiheit in dem nun vereinten Land.

In ihrem Buch zeichnet Helga Schubert ein deutsches Jahrhundertleben. Sie spiegelt das Große im Kleinen, 80 Jahre Leben in 29 Erzählungen. Klar und voller Wärme entwirft sie das Bild einer Frau als Schriftstellerin, Freundin, als Mutter und Tochter und als Liebende. Das Porträt einer Frau, die über die neu gewonnene politische Freiheit einfach nur jubelt und auch keine Scheu hat, ihren christlichen Glauben zu thematisieren.

dtv-Verlag, ISBN 978-3-423-28278-9, 22 €



Das Andachtsheft 2022 ist da!

Auch für das kommende Jahr gibt der DEF-Landesverband wieder ein Andachtsheft heraus. Wir haben in diesem Andachtsheft zu den Monatslosungen des Jahres 2022 ganz persönliche Gedanken von Mitgliedern und Freundinnen des DEF zusammengetragen.

Sie können die Texte in Ihrer Gruppenarbeit nutzen; sie eignen sich aber ebenso gut als kleines Geschenk bei Geburtstagen und Krankenbesuchen oder als Referentinnen-Geschenk. Zum Preis von 3,50 € können die Hefte in der DEF-Geschäftsstelle in München bestellt werden. Mengenrabatt auf Anfrage.

Tel: 089 98105788, Mail: info@def-bayern.de



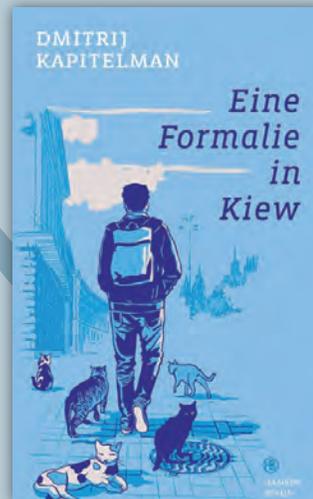
Lena Gorelik: *Wer wir sind*

Die Autorin schenkt uns eine Familiengeschichte, die von Sankt Petersburg ins schwäbische Ludwigsburg führt. 1992 reist ein Mädchen mit den Eltern, der Großmutter und ihrem Bruder nach Deutschland aus, in die Freiheit. Was sie dafür zurücklässt ist ihre geliebte Hündin und fast alles, was sie mit ihrem Opa verbindet - letztlich ihre Kindheit. Im Westen merkt die Elfjährige, dass sie hier anders wahrgenommen wird, dass sie „die Fremde“ ist - ein Mädchen im selbstgeschneiderten Parka, das manche Wörter so komisch ausspricht. Auch für die Eltern ist es schwer, da ihre Berufe bei uns nicht anerkannt werden - so wächst die Nostalgie nach ihrem Geburtsland. Auch die stolze Großmutter, die einmal einen Betrieb leitete, ist jetzt einfach nur eine alte Frau ohne Sprache.

Warum tun sich Menschen das alles an? Viele wandern für ihre Kinder nach Deutschland aus, damit diese in Freiheit und Wohlstand aufwachsen können. So sind es häufig die Eltern, die den Preis zahlen, da es ihnen nicht mehr gelingt, in dem neuen Land heimisch zu werden.

Das interessante Buch von Lena Gorelik erzählt eine bewegende und dabei kluge Geschichte über einen Neuanfang. Mancher Erfolg ist mit Verlust verbunden und so bleibt die Frage, was eine Familie zusammenhält. Ein Buch für alle Altersklassen, da es den Blick auf diese Menschen und damit auch uns verändern kann.

Rowohlt Verlag, ISBN 978-3-7371-0107-3, 22 €



Dmitrij Kapitelman: *Eine Formalie in Kiew*

Der Umgang mit Behörden ist schon für uns nicht einfach, aber noch komplizierter wird er für Neubürger. Das musste auch der junge Dmitrij erfahren.

Obwohl er besser sächzelt als die Leipziger Beamtin, bei der er den deutschen Pass beantragt, verlangt sie eine Geburtsbescheinigung aus Kiew. Also macht sich der Autor auf die Reise in die Stadt, in der er zur Welt kam und die er mit acht Jahren Richtung Deutschland verließ. Außer Kindheitserinnerungen und der Sprache verbindet ihn nichts mehr mit Kiew. Doch er weiß noch, dass man dort für fast alle Gefälligkeiten einen guten Bekannten haben sollte und man sollte auch kleine Geldbeträge bei sich haben, um sich für Gefälligkeiten bedanken zu können, d.h. zu zahlen. Schon das ist eine Herausforderung für ihn, doch nun kommt auch noch sein Vater in die Ukraine. Er benötigt ein neues Gebiss, das in Deutschland zu teuer ist. Die Einblicke in das Gesundheitswesen in Kiew nötigen uns Respekt ab, denn für die verwendeten Medikamente und für das Essen im Krankenhaus muss extra gezahlt werden.

Ein amüsantes Buch über Familie, über Vorurteile und Klischees. Dieser schwungvoll erzählte Roman ist ein famoser Beitrag zum besseren Verständnis der Menschen, die zu uns kommen. Es ist die Geschichte eines jungen Mannes, der versucht den deutschen Pass zu bekommen und dabei nicht nur in die Mühlen der deutschen Bürokratie, sondern auch in die der ukrainischen Korruption gerät – und dabei trotz alledem seinen Humor behält und lustvoll davon erzählt. Allzu gerne begleiten wir den Autor bei seinen Abenteuern und freuen uns darauf, noch mehr von ihm zu hören.

Hanser Berlin, ISBN 978-3-446-26937-8, 20 €



Anna Nerkagi: *Weiße Rentierflechte*

Das Buch entführt uns zu einem Nomadenvolk in eine für uns unwirtliche Region mit monatelangem Frost, Schnee und scheinbar dürftigen Lebensbedingungen. Es erzählt von einem Mann und drei Frauen; es erzählt von einer unerfüllten, einer

sich vielleicht nie erfüllenden Liebe und von der Tradition: Heirate, gründe einen Hausstand, zeuge Kinder, züchte Rentiere und erarbeite dir so deinen Lebensunterhalt. Das vermittelt seit vielen Jahrhunderten die Lebensmaxime des Nomadenvolkes der „Nenzen“. Ein junger Mann jedoch verweigert sich. Er sucht nach dem individuellen Glück, wie es für uns ganz selbstverständlich, aber bei seinem Volk noch immer die Ausnahme ist.

Das Buch erzählt von starken Frauen und extremen Lebensbedingungen, die in keiner Weise verklärt werden, und damit stellt es auch Fragen nach unseren Werten und nach unserer Lebensweise.

Eine Lebensgeschichte, die tief berührt – voller Poesie und dabei von großer literarischer Qualität.

Faber & Faber, ISBN 978-3-86730-197-8, 22 €



David Grossman: *Was Nina wusste*

Grossman gehört zu den bedeutendsten Schriftstellern der Gegenwart. Sein neues, beeindruckendes Buch basiert auf einer wahren Geschichte aus dem Jugoslawien unter der Herrschaft Titos.

Es ist die Geschichte dreier Frauen: Großmutter, Tochter und Enkelin. Vera, die

Großmutter war in jungen Jahren eine kämpferische, idealistische Kommunistin. Doch nach dem Krieg wird sie von der Geheimpolizei verhaftet und für drei Jahre auf einer Gefängnisinsel inhaftiert. Ihre sechsjährige Tochter Nina bleibt alleine zurück. Warum Vera sich nicht mit einem Geständnis freikaufte, um bei Nina bleiben zu können, ist das Geheimnis, welches das

Leben ihrer Tochter beherrscht. Was geschah damals? Um das herauszufinden, reisen die drei Frauen ein halbes Jahrhundert später nach Kroatien.

Es ist ein mitreißender Roman über falsche Ideale und darüber, wie das Verschweigen früherer Geschehnisse das Leben jeder der Frauen beeinflusst. Um einander verzeihen zu können, muss man die Wahrheit kennen und verstehen.

Vera, die warmherzige, aber auch kühle Großmutter, Nina, ihre verletzte Tochter und auch die Enkelin finden am Ende ihren Frieden. Was für ein Schicksal, was für eine Geschichte..

Faber & Faber, ISBN 978-3-86730-197-8, 22 €

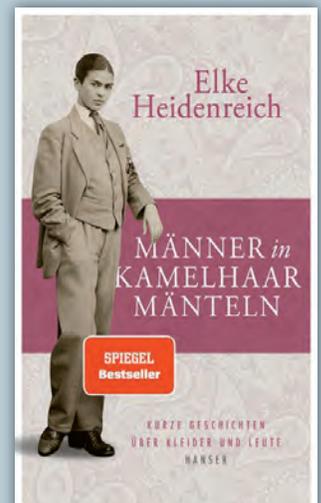
Elke Heidenreich: *Männer in Kamelhaarmänteln*

Kleider machen nicht nur Leute, sondern Kleidung verrät auch immer etwas über den Menschen, der sie trägt. Zudem können Kleidungsstücke Erinnerungen aktivieren. Z.B. was für ein Kleid trug ich beim Abschlussball, habe ich mich darin wohlfühlt? Und oh Gott, wie sah ich nur bei der Geburtstagsfeier von Tante Hilde aus?

Heidenreich erzählt von Kleidungsstücken, die wiederum eine Geschichte erzählen. So bringt sie auch Themen wie Liebe und Verlust zur Sprache. Wie sehr sich Kleidung verändert hat, was tragfähig geworden ist, sehen wir z. B. auch daran, dass Mädchen früher in der Schule nur Röcke, aber keine Hosen tragen durften. Auch der Kirchgang, der Besuch im Theater und der Oper, verlangten einen von der Gesellschaft akzeptierten Dress-Code.

Was man anzieht, ist sicher die schönste Nebensache der Welt, aber oft verrät sie auch die Wahrheit über Mann und Frau – davon erzählt Elke Heidenreich in ihrem vertrauten, flotten und witzigen Tonfall. Es ist ein Buch, dem es gelingt eigene Erinnerungen zu wecken und es ist ein Lesevergnügen für Jung und Alt.

Hanser-Verlag, ISBN 978-3-446-26838-8, 22 €



Erste Schritte – für einen nachhaltigen Lebensstil



So steht auf der Postkarte, die 2016 von der AEH ausgegeben wurde – und das Schlussbild meines letzten Artikels „Nachhaltigkeit – in aller Munde“ war (def aktuell 3/2021, Seite 19).

Konkrete „erste Schritte – für einen nachhaltigen Lebensstil“ möchte ich aufzeigen und bei Ihnen „anstoßen“. Es kann jetzt sein, dass ich bei Ihnen bereits „Anstoß“ hervorrufe! Viele von uns leben schon lange sehr bewusst, sind sich der Verantwortung für unsere Erde sehr bewusst. Zu diesen ersten Schritten gehört auch das Reden über nachhaltigen Lebensstil. Im Verwandtschafts- und Bekanntenkreis kommt das nicht immer gut an. Die Balance zwischen Überreden wollen / Besserwisserei und fundierter sachlicher Information zeigt sich immer wieder schwierig. Mir liegt das Thema am Herzen und da wird meine Zunge schnell zu „lehrerhaft“ - was sachliche Information nicht einfacher werden lässt. Oft weiß die Person gegenüber, dass eine Verhaltensänderung passieren muss, aber Verhaltensänderungen gehen nicht von heute auf morgen – das wissen wir alle. Änderungen von Gewohnheiten brauchen ein Umdenken und neue Wege, die sich manchmal als Irrwege erweisen oder in der ausgedachten Weise nicht praktikabel sind. Da braucht es immer wieder Geduld mit sich selbst und allen Mitgliedern der Familie. Der Weg ist das Ziel – darum mit kleinen ersten Schritten beginnen, diese gut bewältigen und daraus Motivation für weitere Schritte sich entwickeln lassen – das ist angesagt.

Auf unserer AEH-Postkarte „Erste Schritte...“ gab es vier Unterpunkte. Der erste Punkt „bewusst ernähren – regional und saisonal“ lässt sich gut umsetzen, verlangt

allerdings Konsequenz. Kaufe ich regional ein, braucht es einen Wochenmarkt oder einen Direktvermarkter – wohnortnah! Berufstätige Personen haben oft nicht die Möglichkeit auf einem Wochenmarkt einzukaufen. Hier bietet sich die Gemüsebox an oder die Direktvermarkter. Diese tauschen sich inzwischen gut mit den eigenen Produkten aus. Einkauf auf dem Wochenmarkt ist auch eine Zeitfrage. Beim Discounter bin ich schnell wieder an der Kasse. Beim Wochenmarkt stehe ich an. Ist diese Anstehzeit, mit netten Gesprächen verkürzt, nicht ein Gewinn? Der emotionale Aspekt, sozialer Austausch, sollte bei Aufrechnung Einkauf beim Discounter oder Wochenmarkt/Direktvermarkter nicht zu kurz kommen. Gleiches gilt für den Aspekt der regionalen Wertschöpfung. Das war ja damals das Problem der Tante-Emma-Läden. Die Nachfrage sank, der Laden musste schließen. Regional und saisonale Angebote ergeben sich beim Wochenmarkt ganz von selbst – und ich vertraue darauf, dass der Anbieter verantwortlich mit Spritzmittel umgeht. Das angebotene Obst und Gemüse landet sicher auch auf dem eigenen Teller des Anbieters. Gleiches gilt für Fleisch, Käse, Säfte ...

Punkt zwei „bewusst konsumieren – weniger ist mehr“ spiegelt sich in den anderen drei Punkten wider. Die Frage „Brauche ich das wirklich?“ gilt vor jedem Einkauf – ob Lebensmittel, Kleidung oder Dekoration für ein gemütliches Heim. Sehr oft lässt ein Umstellen in der Wohnungseinrichtung ein völlig neues Wohngefühl entstehen. Da haben wir wieder die Veränderungen, das Verlassen gewohnter Wege! „Brauche ich das wirklich?“ gilt auch bei Reisen. Ehrlich – ich verreise gerne. Trotzdem habe ich mich von einigen „Sehenswürdigkeiten“ verabschiedet, was mir nicht leichtfiel. Ich habe eine kleine Liste angelegt, was ich gerne hier in Europa besichtigen würde.

Punkt drei „bewusst mobil sein – besser unterwegs mit Rad, Bus und Bahn“ kann im Alter schon eine Herausforderung sein. Persönlich bin ich jetzt nicht die Radfahrerin. Trotzdem habe ich mir im letzten Jahr ein neues Fahrrad mit seniorengerechtem Einstieg gekauft, kein Fahrrad mit Motor. Für die kurzen Wege hier vor Ort geht es auch ohne Motor! Ist auch eine Preisfrage und die Batterie braucht natürliche Ressourcen. Allerdings mühen sich nun meine Arthrose-geschwächten Knie schon sehr an ansteigendem Gelände ab.

Bleibt noch Punkt vier „bewusst wohnen – sinnvoll heizen und einrichten“. Eine warme Wohnung und gemütlich wohnen – ein interessantes Thema für die nächste Ausgabe.

Hannelore Täufer

Interessantes rund um Ernährung

Die Bundeszentrale für Ernährung (BZfE) veröffentlicht wöchentlich einen Newsletter mit immer sehr informativen Inhalten zu Ernährung in allen Alterslagen, zu bestimmten Lebensmitteln, zu aktuellen Ernährungstrends ... und vieles mehr.

Dinkel und Grünkern.

Was ist der Unterschied?

Seit einigen Jahren wird Dinkel wieder als nährstoffreiches und schmackhaftes Getreide geschätzt. Aber kann es in der Küche ähnlich wie Weizen verwendet werden? Und wie unterscheiden sich Dinkel und Grünkern?

Im Mittelalter wurde der Dinkel, auch Schwabekorn genannt, in Baden-Württemberg und Mittelfranken angebaut. Erst im 20. Jahrhundert verlor das Getreide nach und nach an Beliebtheit, da es im Vergleich zum Weizen geringere Erträge liefert und aufwändiger zu verarbeiten ist. Denn Dinkel besitzt fest am Korn sitzende Spelzen, die in einem zusätzlichen Schälvorgang entfernt werden müssen. In den 1980er Jahren wurde Dinkel durch die Vollwertbewegung wiederentdeckt und mit seiner langen schlanken Ähre und dem hohen Halm als „urtümliches“ Korn wahrgenommen.

Dinkel kann in der Küche vielseitig verwendet werden. Die ganzen Körner sind eine nussig-aromatische Beilage und werden ähnlich wie Reis zubereitet: Mit der doppelten Menge Flüssigkeit kurz aufkochen und bei geringer Hitze rund 25 Minuten weich dünsten und würzen. Dinkelschrot lässt sich für Gemüsebratlinge und Brotaufstriche, das Mehl für Spätzle und Pfannkuchen verwenden.

Auch zum Backen von Brot und Brötchen ist Dinkel gut geeignet. Allerdings darf man Dinkelteige nicht so intensiv und lange kneten wie Weizenteige. Das Gebäck trocknet - vor allem bei Vollkornmehl - schneller aus, da Dinkel in der Teigphase weniger Wasser bindet. Die Haltbarkeit lässt sich aber zum Beispiel erhöhen, wenn man mit einem Sauerteig arbeitet.

Grünkern ist eine Sonderform des Dinkels. Die saftig-weichen Körner werden unreif geerntet und sind nicht so lange haltbar. Aus diesem Grund werden sie nach dem Dreschen getrocknet und leicht geröstet, was ihnen eine olivgrüne Farbe und würziges Aroma verleiht. Grünkern wird wie Risotto zubereitet oder als nährstoffreiche Einlage für Suppen genutzt. Auch in Aufläufen und Bratlingen finden die Körner Verwendung.

Demenz vorbeugen.

Mit gesunder Ernährung und viel Bewegung

Eine unausgewogene Ernährung und Bewegungsmangel erhöhen möglicherweise das Demenzrisiko, indem sie bereits in einem sehr frühen Stadium die Neubildung von Hirnzellen beeinträchtigen. Das hat eine aktuelle Studie des King's College London ergeben, an der über 400 Erwachsene im Alter von über 65 Jahren beteiligt waren.

Immer mehr Menschen werden immer älter. Dadurch wird in Zukunft voraussichtlich auch die Zahl der Demenzkranken deutlich ansteigen. Es ist seit längerem bekannt, dass eine gesunde Ernährung und viel Bewegung dem Verlust der geistigen Fähigkeiten im Alter entgegenwirken können. Allerdings sind die zugrundeliegenden neurobiologischen Mechanismen kaum erforscht. Es gibt Hinweise, dass eine gestörte Zellneubildung (Neurogenese) im Hippocampus eine wichtige Rolle bei der Entwicklung von Demenz spielt. Erwachsene bilden nur in bestimmten Regionen des Gehirns neue Zellen. Dazu zählt der Hippocampus, der für Lernen und Gedächtnis eine große Bedeutung hat.

Für die britische Studie wurden ältere Probanden zu ihren Ernährungs- und Lebensgewohnheiten befragt und über zwölf Jahre medizinisch begleitet. Alle zwei bis drei Jahre bewerteten die Forschenden deren mentale Fähigkeiten. Anhand von Blutproben und Experimenten mit Zellen aus dem Hippocampus stellten sie im Labor fest, dass der geistige Verfall und Demenz bereits zwölf Jahre vor den ersten Krankheitszeichen mit einer gestörten Zellneubildung und Zelltod im Hippocampus verbunden waren. Mangelernährung und zu wenig körperliche Bewegung förderten offenbar solche Prozesse und damit das Erkrankungsrisiko. Wichtige Faktoren waren etwa der Lipidspiegel und die Versorgung mit Vitamin D und Karotinoiden.

Ernährung und Bewegung sind demnach Schlüsselfaktoren, die die Neubildung von Gehirnzellen im Hippocampus und dadurch das Demenzrisiko beeinflussen. Mit Hilfe bestimmter Biomarker ließe sich das Demenzrisiko vorhersagen und sogar zwischen verschiedenen Formen der Demenz unterscheiden, meint die Autorenschaft im Journal „Alzheimer's & Dementia“. Das biete die Möglichkeit, der Erkrankung frühzeitig durch eine verbesserte Ernährung und viel Bewegung entgegenzuwirken. Allerdings sind noch weitere Langzeitstudien mit mehr Teilnehmenden erforderlich, um die Resultate zu bestätigen und die Hintergründe besser zu verstehen.

Beiträge aus: BZfE-Newsletter vom 25.8.2021

ZUM AUS- PROBIEREN: DINKEL- REZEPTE



Vegetarischer Brokkoli-Salat mit Dinkel

200 g vorgegarte Dinkelkörner
Salz, Pfeffer

500 g Brokkoli
1 rote Zwiebel
5 EL Cashewkerne

5 EL Olivenöl
je 4-5 Stiele Minze und Petersilie
3 EL Zitronensaft

1 Knoblauchzehe

250 g Sojajoghurt

Dinkel waschen und in 400 ml kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen (bzw. ca. 10 Minuten leise köcheln). Den Brokkoli putzen, in kleine Röschen teilen und waschen. Zwiebel schälen, fein würfeln.

Cashewkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und herausnehmen. 2 EL Öl in der Pfanne erhitzen. Brokkoli darin ca. 5 Minuten braten und mit Salz und Pfeffer würzen. Kräuter waschen, trocken schütteln und hacken. Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren, 3 EL Öl mit dem Schneebesen unterrühren. Dinkel abtropfen lassen. Mit Brokkoli, Zwiebel, Cashews, Hälfte Kräutern und Vinaigrette mischen.

Knoblauch schälen und hacken. Mit Joghurt und Rest Kräutern verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Brokkolisalat mit dem Kräuterjoghurt anrichten.

Mal eine Alternative zur Pizza: Vegetarische Dinkel-Focaccia

3 Zweige Rosmarin
½ Würfel Hefe
1 Prise Zucker
300 g Dinkelmehl (Typ 630)
4 EL Olivenöl
1/2 TL Salz
50 g Olive, schwarz
1 TL abgeriebene Schale
einer unbehandelten Zitrone
Grobes Meersalz

Rosmarin waschen, trocken tupfen, Nadeln von den Stielen zupfen und fein hacken.

Hefe und Zucker mit 200 ml lauwarmem Wasser verrühren, bis sich beides auflöst. Die Hefemischung mit den Knethaken des Handrührgeräts unter das Mehl arbeiten. 2 EL Öl und das Salz zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

Teig auf ein Backblech mit Backpapier geben. Mit etwas Mehl bestäuben und mit den Händen gleichmäßig auf dem Blech verteilen. Teig mit dem Finger mehrfach eindrücken, sodass eine unregelmäßige Oberfläche entsteht. Erneut zugedeckt ca. 20 Minuten gehen lassen.

Die Oliven vierteln, mit Zitronenschale und dem restlichen Öl vermischen. Teigfladen mit Oliven bestreuen, mit Öl beträufeln und etwas grobem Meersalz und Rosmarin bestreuen.

Im vorgeheizten Ofen (200 Grad Ober-/Unterhitze) ca. 20 Minuten backen. Mit einem Küchentuch abgedeckt auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.



»

Selber backen – auch für Ungeübte: Dinkelvollkornbrot

- 100 g Kürbiskerne
- 100 g Sonnenblumenkerne
- 50 g Pinienkerne
- 1 Würfel Hefe (ca. 42 g)
- ½ l lauwarmes Wasser
- 500 g Dinkelvollkornmehl
- 10 g Salz
- 2 EL Essig
- Butter für die Form

Eine Kastenform (30 cm) gut einfetten. Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne und Pinienkerne miteinander vermischen und eine Handvoll Kerne in die gefettete Form streuen.

Gebröselte Hefe im lauwarmen Wasser gut verrühren, bis sie sich aufgelöst hat. Dinkelmehl mit der restlichen Körnermischung vermischen und die Hefemasse hinzugeben. Salz und Essig hinzugeben und alles gut miteinander verkneten.

Den Teig in die Kastenform einfüllen und ohne Gehenlassen direkt im vorgeheizten Ofen (200 Grad Ober-/Unterhitze, Umluft 180 Grad) ca. 45 Minuten backen.

Bitte beachten: Dinkelteige sollte man nicht so intensiv und lange kneten wie Weizenteige. Das Gebäck trocknet – vor allem bei Vollkornmehl – schneller aus, da Dinkel in der Teigphase weniger Wasser bindet.



SIEGESZUG DER KLETTE

Vor 80 Jahren hatte Georg de Mestral einen Geistesblitz. Der Klettverschluss ist heute nicht mehr wegzudenken.

Vor 80 Jahren hatte ein Ingenieur eine geniale Idee. De Mestral war auch Jäger und ärgerte sich, weil sich die Kletten immer so fest im Fell seines Hundes verfangen. Wie schaffen die das? fragte er sich. Einerseits sitzen diese Kletten fest und können doch mit ein bisschen Zug gelöst werden.

Unter dem Mikroskop entdeckt er, dass die Klette einen Schopf elastischer Häkchen hat. Zehn Jahre bleibt er am Ball, probiert verschiedene Materialien. Erst das neu erfundene Nylonband bringt ihm das Material, mit dem er das Prinzip der Klette imitieren kann. 1951 meldet er seine Erfindung als Patent an, das US-Patent folgte 1961.

Der Bankier Alfred Gonet wird zum großzügigen Mäzen. Gonet gibt dem Klettband auch den Namen: Velcro. Das steht für Velvet oder Velours (Samt, Flauschband) und Crochet (Haken).

Reich wird der Erfinder, wie so oft, nicht. Andere verdienen damit das große Geld. Der Klettverschluss war auch nicht gleich der Verkaufshit. Die US-Astronauten nutzten bei der ersten Mondlandung das Velcro, das Klettband. Werkzeuge und Essensschläuche werden damit in der Mondlandefähre an der Kleidung befestigt oder auch die Schuhe an den Füßen fixiert.

Heute ist der Klettverschluss im Alltag nicht mehr wegzudenken – Schuhe, Rucksäcke, Taschen, Blutdruckgeräte – überall ist das „ratsch“ zu hören.

Hannelore Täufer



Veranstaltung

AEH-
Mitgliederversammlung
mit anschließender
Führung in Schloss
Ratibor in Roth

13.11.2021, 10.00 bis 15.30 Uhr

Zuversichtlich eine Präsenz-Mitgliederversammlung durchführen zu können, laden wir Sie in diesem Jahr nach Roth ein. Bitte beachten Sie dabei aber unsere Hygiene-Vorschriften und bringen entsprechende Nachweise der 3G-Regel mit (nachzulesen unter www.def-bayern.de).

Am Vormittag findet unsere diesjährige Mitgliederversammlung des AEH-Förderkreises in Bayern statt (Ort: Restaurant Waldblick, Ostring 28, Roth). Am Nachmittag erfahren Sie in einer Führung mehr über die wechselvolle Geschichte und Nutzung des Schlosses Ratibor. Lassen Sie sich überraschen!

Und bitte daran denken: Es wäre sehr schön, wenn jedes Mitglied einen weiteren Gast mitbringen würde!

Informationen und Anmeldung
in der AEH-Geschäftsstelle:
info@def-bayern.de, Tel. 089/98105788

„3Gs“ einfach mit dem Smartphone nachweisen

Gaststätten-, Museums-
und Theaterbesuche u.a.
in Corona-Zeiten

Der Herbst naht und mal wieder steigen die Infektionszahlen, wir stehen am Beginn einer vierten Welle oder sind schon mitten drin. Um einen weiteren Lockdown zu verhindern, gilt seit dem 23. August bundesweit die 3G-Regel (geimpft, genesen, getestet), die es uns ermöglichen soll weiterhin kulturelle Veranstaltungen, Fitnessstudios oder Restaurants zu besuchen. Somit muss man nur den Nachweis erbringen, dass man einen der drei „Gs“ erfüllt. Dies kann man klassisch per Papier (Testergebnis, Nachweis, dass man genesen ist, oder Impfausweis). Man kann diese Nachweise aber auch ganz einfach digital mit dem Smartphone mitführen.

Hier gibt es seit ein paar Monaten die digitale Corona-Impfpass-App, wo man den Nachweis der Impfung ganz einfach per Scannen eines QR-Codes im Smartphone hinterlegen kann. Den QR-Code erhält man entweder mit der zweiten Impfung in den Impfzentren, oder man geht mit dem Papier-Impfpass in eine Apotheke und lässt sich dort den QR-Code ausstellen, den man dann nur noch mit dem in der CovPass App integrierten QR-Code-Scanner in die App einspeist. Die CovPass App, vom Robert-Koch-Institut entwickelt, bekommt man kostenlos im Google Playstore oder im Appstore von Apple. Diese App empfiehlt sich besonders, wenn

man ins europäische Ausland verreisen möchte, weil diese App europaweit anerkannt ist. Wenn Sie hierfür Hilfestellung benötigen, besuchen Sie entweder unsere digitalen Sprechstunden oder unseren Workshop im Herbst. >>



Quelle: pixabay.com



Quelle: pixabay.com

>>

Auch die Corona-Warn-App, entwickelt von der Deutschen Telekom und SAP und ebenfalls kostenlos, ermöglicht seit ein paar Monaten das Hinterlegen der vollständigen Impfung. Allerdings gilt hier die Anerkennung bis heute nicht in allen europäischen Ländern. Zudem bietet die Corona-Warn-App nun auch das Hinterlegen von Testergebnissen in der App und ermöglicht das Einchecken per QR-Code in Restaurants, Museen und anderen Veranstaltungsorten, die diese Möglichkeiten des Check-Ins/Outs anbieten.

Was bedeutet dies? Wir kennen das ja schon vom letzten Jahr, dass wir beispielsweise bei Restaurantbesuchen unseren Namen und zumindest die Telefonnummer hinterlassen sollten. Um dieser wenig datenschutzkonformen Papierflut entgegenzuwirken, wurde im Frühjahr sehr prominent durch den Rapper Smudo (Fantastischen Vier) die Luca-App (Culture 4 Life) als digitale Lösung des Problems vorgestellt. Obwohl die Luca-App eine kommerzielle App ist – der bayerische Staat soll allein 5,5 Mio. Euro an die Betreiber gezahlt haben, für uns als Verbraucherinnen und Verbraucher ist sie daher kostenlos – immer wieder aufgrund von Datenschutzproblemen und Sicherheitslücken in die Kritik geraten ist, steigt ihre Beliebtheit in der Bevölkerung in den letzten Monaten rasant an. Immer mehr Erlebnisorte bieten über Luca die Registrierung und somit Dokumentation des Aufenthalts vor Ort an. Menschen, die ebenfalls die Luca-App installiert haben, können nun problemlos entweder selbst ein- bzw. auschecken oder Betreiberin oder Betreiber scannt den QR-Code des Gastes und somit ist der Besuch und Aufenthalt zweifach dokumentiert. Zum einen in der Historie der App des Gastes und zum anderen beim Erlebnisort, wobei Betreiberinnen und Betreiber keine Einsicht und keinen Zugriff auf die Gästeliste haben, weil die Übermittlung der Daten über den Scan verschlüsselt erfolgt. Nur das zuständige Gesundheitsamt kann im Infektionsfall diese Daten entschlüsseln. Auch die Luca-App bietet das Mitführen der Test- bzw. des Impfnachweises innerhalb der App an, aber auch hier ist

die Anerkennung als gültige Dokumente primär national gegeben.

Wenn Sie mehr über die Vor- und Nachteile der Corona-Warn App und der Luca-App erfahren wollen, besuchen Sie doch unsere digitalen Sprechstunden und Workshops!

Sabine Jörk, EAM-Vorsitzende

Veranstaltung !

Mit Smartphone oder Tablet in Kontakt bleiben

Mit diesem Thema lädt der Deutsche Evangelische Frauenbund gemeinsam mit der Evangelischen Arbeitsgemeinschaft Medien zu einer Mit-Mach Aktion ein.

Donnerstag, 25. November 2021, ab 10 Uhr auf dem Deutschen Seniorentag im HCC Hannover

Medienpädagogin Sabine Jörk, Vorsitzende der EAM, und Luitgard Herrmann, Beauftragte für den Arbeitsschwerpunkt Medien im DEF, stellen in zehnminütigen Kurzvorträgen verschiedene Nutzungsmöglichkeiten vor. Die Besucherinnen und Besucher erfahren, wie Smartphone und Tablet dazu beitragen können soziale Isolation und Vereinsamung zu vermeiden. Gerade in Zeiten mit Kontaktbeschränkungen sind diese Möglichkeiten besonders wichtig.

Um 10.00 Uhr und 13.00 Uhr gibt es Informationen zur **Videotelefonie**.

Um 11.00 Uhr und 14.00 Uhr werden **Soziale Netzwerke** vorgestellt.

Um 12.00 Uhr und 15.00 Uhr geht es um **Notrufsysteme mit Sturzsensoren für unterwegs und Begleit-Apps**.

Außerdem können den ganzen Tag auf Geräten des Verbandes die vorgestellten und weitere nützliche Anwendungen, z.B. E-Book-Reader-App, Bahn-App, ARD- und ZDF-Mediathek-App, NINA-Warnapp... ausprobiert werden.

Weitere Informationen und Veranstaltungsraum unter www.deutscher-seniorentag.de und in der Geschäftsstelle des DEF-Bundesverbandes, Tel. 0511 35379523

Wir freuen uns auf zahlreiche Interessierte.



Was bedeutet eigentlich...? Kleines Lexikon über „neue“ Medienbegriffe Teil 7

SPOTIFY

„Spotify (aus englisch to spot „entdecken“ und to identify „identifizieren“) ist ein Musikstreamingdienst, der seit Oktober 2006 von dem schwedischen Start-up-Unternehmen Spotify AB entwickelt wird. Neben Musik können auch Hörbücher, Podcasts und Videos gestreamt werden. Der Onlinedienst ist mittlerweile in fast 80 verschiedenen Ländern verfügbar, darunter in großen Teilen von Europa und Amerika.“

(aus: <https://de.wikipedia.org/wiki/Spotify>)

(aus: <https://blog.hootsuite.com/de/das-social-media-glossar/>)

TIKTOK

„TikTok ist ein Videoportal für die Lippensynchronisation von Musikvideos und anderen kurzen Videoclips, das zusätzlich Funktionen eines sozialen Netzwerkes anbietet und vom chinesischen Unternehmen ByteDance betrieben wird. In der Volksrepublik China läuft es unter dem Namen Douyin... Am 2. August 2018 wurde die App TikTok der Nachfolger von *musical.ly*. Seit diesem Jahr gehört sie zu den sich am schnellsten verbreitenden mobilen Apps der Welt und wurde führende Kurzvideo-Plattform in Asien mit der weltweit größten Playback-Videogemeinde. ... Anfang Mai 2020 war die App erstmals über zwei Milliarden Mal heruntergeladen worden... Im Juli 2021 lag der Kurzvideoanbieter mit 63 Millionen Downloads vor Facebook und WhatsApp...“

Das Unternehmen gilt aufgrund von Bedenken hinsichtlich Daten- und Jugendschutz sowie Spionage und Zensur zugunsten der chinesischen Regierung als umstritten...“

(aus: <https://de.wikipedia.org/wiki/TikTok>)

TRENDING

„Als Trending bezeichnet man ein Thema oder einen Hashtag, das/der zu einem bestimmten Zeitpunkt in den sozialen Medien angesagt ist. Social Media-Netzwerke wie Twitter und Facebook stellen solche Trends besonders heraus, um Diskussionen anzuregen und ihre Nutzer zu mehr Engagement zu bewegen. Das „Trending“-Konzept wurde von Twitter bekannt gemacht und danach auch von anderen Social Media-Netzwerken übernommen. Die Trends, die Sie auf Twitter und Facebook zu sehen bekommen, wurden für Sie personalisiert – je nach Standort, den Leuten, denen Sie folgen, oder den Seiten, die Sie mit „Gefällt mir“ markiert haben.“

(aus: <https://blog.hootsuite.com/de/das-social-media-glossar/>)

TROLL

„Sie trollen sich durchs Netz und streuen Hasskommentare: Manche machen das aus ‚Privatvergnügen‘ und stacheln dabei Diskussionen an. Es gibt aber auch sogenannte ‚Troll-Armeen‘ oder ‚Troll-Fabriken‘.“

(aus: *So geht Medien*) Hier ein Erklärvideo dazu: <https://www.br.de/sogehtmedien/lexikon-trolle-100.html>

TWEET

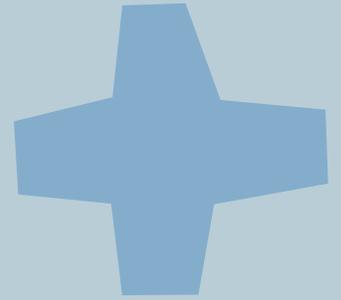
„Ein Tweet ist eine Twitter-Nachricht. Tweets können bis zu 280 Zeichen lang sein und Fotos, Videos sowie Links enthalten. Sie sind standardmäßig öffentlich.“

(aus: <https://blog.hootsuite.com/de/das-social-media-glossar/>)

WHISTLEBLOWER

„Person, die angeblich missbräuchliche, rechtswidrige oder unehrenhafte Geheimnisse enthüllt (von engl. to blow the whistle, 'in die Pfeife blasen'); hierfür stehen anonyme Plattformen wie Wikileaks / Openleaks zur Verfügung oder es werden Journalisten eingeschaltet.“

(aus: www.mediensprache.net)



Der Herr aber richte eure Herzen aus auf die Liebe Gottes und auf das Warten auf Christus. 2. Thes 3,5 (L)

Kennen Sie auch noch den schmissigen Foxtrott: „Warte, warte noch ein Weilchen...“? Viele von Ihnen haben bestimmt gleich eine Melodie im Ohr. In einer Strophe davon heißt es: „Hoffen und Harren macht manchen zum Narren, drum nehm' ich mein Glück mir schon heut.“ Hoffen, Harren, Warten - das war für die Menschen in Thessaloniki schwierig und ist es auch für uns heute. Warten mag keiner. Kinder warten voll Vorfreude auf die Geschenke am Heiligen Abend. Ich warte manchmal sehr auf den Zug nach Bayreuth, der mich pünktlich zu meinen Enkelkindern bringen soll. Mein Mann wartet auf seine Schüler, die es nicht eilig haben, zum Nachmittagsunterricht zu kommen. Warten ist in unserer Zeit auch nicht „In“, denn - Zeit ist Geld. Geld möchte jeder haben. Denn, so denken viele, mit dem nötigen Geld ist auch das Glück mit im Gepäck. Das übermäßige Streben nach Glück, das Schmieden und Planen - schneller, höher, weiter - gehen Hand in Hand mit „burnout“ und „workaholic“, dem Verlust von Freunden und oft auch an Freude.

Kennen Sie jemanden, der die Zeit mit geduldigem Warten verbringt? Und dann auch noch auf Gott warten, der zwar kommt, aber wann? Und was tue ich in dieser Zeit? Sitze ich still im Kämmerchen und grübele und lasse das tägliche Leben an mir vorbeiziehen? Oder lege ich lieber Aktivismus an den Tag? Ich sehe mein Leben als die Wartezeit auf Gott - sicherlich kein leichtes Warten. Das tägliche Leben mit seinen vielfältigen Herausforderungen, mit Höhen und Tiefen, schafft unterschiedliche Nähe zu Gott. Mal fühlen wir uns ganz nah an seiner Seite, dann, wenn alles rund läuft, wenn alles klappt. Leider sind wir oft in Situationen, in Lebenssituationen, in denen es nicht so ist. Wenn Sorgen um Menschen, Tier und Natur uns beschäftigen, wenn die Arbeitsstelle gefährdet ist oder Krankheit uns die Freude nimmt. Da kommen schon manchmal Zweifel auf. Wo ist Gott da, in meinen schwierigen, dunklen und traurigen Zeiten? Ist er da vielleicht noch näher, als wir denken?

Wenn dann im November die Gartenarbeit für dieses Jahr getan ist, der Vorrat für den nahenden Winter angelegt, Mensch und Natur schalten einen Gang zurück, nutzen Sie doch diese Zeit, um einmal ihre Ausrichtung zu überprüfen. Wo stehen Sie gerade und wo ist Gott? Stimmt die Richtung noch, oder gehen Sie lieber nochmal ein Stück zurück, um einen anderen Blickwinkel zu bekommen? Bereden Sie doch Ihre Gedanken dazu mit einer guten Freundin, der Tochter oder der Nachbarin.

Uns allen wünsche ich gute Gedanken, Gespräche und eine erfüllte Zeit des Wartens.

(Gedanken zur Monatslosung November 2021 aus dem Andachtenheft 2021)

Karin Wappmann, Vohenstrauß

*Wir warten dein,
o Gottessohn,
und lieben dein Erscheinen.*

*Wir wissen dich
auf deinem Thron
und nennen uns die Deinen.*

*Wer an dich glaubt,
erhebt sein Haupt
und siehet dir entgegen;
du kommst uns ja
zum Segen.*

Evangelisches Gesangbuch 152

Der Deutsche Evangelische Frauenbund sucht weitere Unterstützerinnen!

Falls Sie unsere Arbeit, unsere Angebote und unser Engagement unterstützen möchten, freuen wir uns über jede Spende. Selbstverständlich erhalten Sie darüber eine Spendenbescheinigung.

Hier unser Spendenkonto:

Evangelische Bank

IBAN: DE19 5206 0410 0003 5080 56

BIC: GENODEF1EK1

Oder unterstützen Sie die Arbeit des DEF dauerhaft - durch Ihre Mitgliedschaft.

Antrag auf Mitgliedschaft im Deutschen Evangelischen Frauenbund, Landesverband Bayern e.V.

Das interessiert mich! Ich möchte dem DEF Bayern gerne beitreten

- als Einzelmitglied 15 €
- als Mitglied des Ortsvereins/Anschlussvereins in

Die Mitgliedsbeiträge variieren von 12 € bis 30 € p.a. je nach Ortsverband.

- Bitte nehmen Sie mich auch in die Evangelische Arbeitsgemeinschaft Medien (EAM) auf. (Keine Zusatzbeiträge)
- Bitte nehmen Sie mich auch in die Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushaltsführungskräfte (AEH) auf. Der Förderkreisbeitrag beträgt 15 € p.a.

Name:

Adresse:

Tel.:

E-Mail:

Ort und Datum, Unterschrift

Wir freuen uns, dass Sie in unseren Frauenverband eintreten wollen.

Wir nehmen baldigst Kontakt mit Ihnen auf.

Bitte senden Sie den Antrag an die

DEF Geschäftsstelle, Kufsteiner Platz 1, 81679 München

Mail: info@def-bayern.de / Fax: 089 / 98 105 789

Impressum

Verantwortlich für den Inhalt:

Katharina Geiger

Redaktion:

Katharina Geiger, Geschäftsführende Vorständin

Bettina Marquis, Bildungsreferentin

Eva Schmidt, Mitglied im Verwaltungsrat

Herausgeber:

Deutscher Evangelischer Frauenbund

Landesverband Bayern e.V.

Kufsteiner Platz 1, 81679 München

Tel.: 089 / 98 105 788

info@def-bayern.de

Gestaltung: Kathrin Sachau,

www.luzie.de | kasa@luzie.de

www.def-bayern.de

Aktuelle Informationen sowie alle Artikel des def aktuell finden Sie auf unserer website. Gerne nehmen wir Ihre Leserbriefe per e-mail an. Nutzen Sie auch unser Archiv.

