

286
Februar 2020

HEMPPELS

2,20 EUR

davon 1,10 EUR
für die Ver-
käufer/innen

Das Straßenmagazin für Schleswig-Holstein

*Ganz schön
sensibel*

Nina Petersen hilft hochsensiblen Menschen

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

manchmal ist ein Blick in die Zukunft angesagt: In einem Jahr, im Februar 2021 wird HEMPELS 25 Jahre alt. Ein Vierteljahrhundert, in dem sich die Zeitschrift zu einer wichtigen Stimme in der schleswig-holsteinischen Medienlandschaft entwickelt hat, zu einer Stimme derer, die allzu oft nur am Rande wahrgenommen werden. Doch längst sind wir mehr – wir mahnen und fordern nicht nur, wir handeln. Mit unserer Stiftung »HEMPELS hilft wohnen« haben wir vor zwei Jahren in Kiel ein Haus gekauft, in dem zuvor wohnungslose Menschen ein Zuhause gefunden haben. Weitere Unterkünfte, auch in anderen Städten, sollen folgen. Das ist nur möglich, wenn Sie, unsere Leserinnen und Leser, uns mit einer Zustiftung unterstützen. Deshalb werden wir in den folgenden zwölf Ausgaben jeden Monat eine Persönlichkeit zu Wort kommen lassen, die die Bedeutung unserer Stiftung unterstreicht. Lesen Sie in diesem Monat auf der Seite 29 eine Stellungnahme von Landtagspräsident Klaus Schlie.

Und sonst? Auch in diesem Heft haben wir wieder viele spannende Themen für Sie aufbereitet. Zum Beispiel ab Seite 10 die Geschichte über Hochsensibilität: Was bedeutet es für einen Menschen, wenn er oder sie Sinneseindrücke oder Gefühle ungewöhnlich stark wahrnimmt?

IHRE HEMPELS-REDAKTION

GEWINNSPIEL



SOFARÄTSEL

Auf welcher Seite dieser HEMPELS-Ausgabe versteckt sich das kleine Sofa? Wenn Sie die Lösung wissen, dann schicken Sie die Seitenzahl an: raetsel@hempels-sh.de oder: HEMPELS, Schaßstraße 4, 24103 Kiel. Teilnehmende erklären sich einverstanden, dass im Falle eines Gewinns ihr Name in HEMPELS veröffentlicht wird.

Einsendeschluss ist der 29.02.2020.

Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen.



GEWINNE

3 x je ein Buch der Ullstein Verlagsgruppe. Im Januar fehlte das kleine Sofa wegen eines technischen Fehlers. Die Gewinne verlosen wir unter den Lesern, die darauf hingewiesen haben. Die Gewinner werden im März veröffentlicht.

Im Dezember haben gewonnen:

Christian Klawin (Stampe), Holger Orth (Kiel) und Marion Sievers (Kiel) jeweils den Roman »Flutgebiet« von Malte Borsdorf. Allen Gewinnern herzlichen Glückwunsch!



Titelfoto: Peter Werner

TITEL

GANZ SCHÖN SENSIBEL

Menschen, die Sinneseindrücke und Gefühle ungewöhnlich stark wahrnehmen, gelten als hochemsensibel. Etwa jeder fünfte Mensch soll betroffen sein, manchen von ihnen fällt es schwer, mit dieser Besonderheit umzugehen. Ein Besuch bei Nina Petersen, die selbst hochemsensibel ist und anderen hilft.

SEITE 10



DAS LEBEN IN ZAHLEN

- 4** Ein etwas anderer Blick auf den Alltag



BILD DES MONATS

- 6** Schlechte Laune



SCHLESWIG-HOLSTEIN SOZIAL

- 8** Meldungen
9 Darf ich das?
Gewissensfragen im Alltag
17 Arme Kinder müssen begleitet werden
26 Alle kostenlosen Arzttermine in SH
30 Wie ich es sehe:
Kolumne von Hans-Uwe Rehse



INTERNATIONAL

- 18** Kindersoldaten: Training für ein normales Leben



AUF DEM SOFA

- 34** Unser Verkäufer Mike aus Kiel



IN EIGENER SACHE

- 27** Studierende schreiben in HEMPELS
29 HEMPELS-Stiftung schafft Wohnraum für Obdachlose

INHALT

- 2** EDITORIAL
31 REZEPT
32 CD-TIPP; BUCHTIPP; KINOTIPP
33 SERVICE: MIETRECHT; SOZIALRECHT
36 LESERBRIEFE; IMPRESSUM
37 VERKÄUFER IN ANDEREN LÄNDERN; MELDUNG
38 SUDOKU; KARIKATUR
39 SATIRE: SCHEIBNERS SPOT

HEMPELS
Das Straßensmagazin für Schleswig-Holstein

Ausweis: KI - 000

Verkäufer/in:
M. Muster

2019

Kontakt: HEMPELS e.V., Schaafstraße 4, 24103 Kiel, Telefon 104 311 6 79 39 800

Bitte kaufen Sie HEMPELS nur bei Verkäufern, die diesen Ausweis sichtbar tragen

Jede 2. Überstunde wird nicht bezahlt

*Jede zweite Überstunde von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern ist in Deutschland im 1. Halbjahr 2019 unbezahlt geblieben. Wie das Bundesarbeitsministerium auf eine Anfrage der Linken-Bundestagsfraktion mitgeteilt hat, wurden in dem Zeitraum 962 Millionen Überstunden registriert. Davon blieben 490 Millionen unbezahlt. Die Zahlen bewegen sich in einem ähnlichen Bereich wie 2018. Damals wurden im ganzen Jahr 2,02 Milliarden Überstunden gezählt, rund 980 Millionen davon wurden vom jeweiligen Arbeitgeber nicht bezahlt. **PB***



962 Mio.

Überstunden im 1. Halbjahr 2019



490 Mio.

Überstunden davon blieben unbezahlt

Jeder 10. Erwachsene ist überschuldet

*Kein Geld mehr auf der Naht: Jeder 10. Erwachsene in Deutschland kann Rechnungen nicht mehr bezahlen, weil Geld fehlt. Laut Schuldneratlas der Auskunftei Creditreform sind in Deutschland knapp 7 Millionen Menschen überschuldet. Betroffene Männer haben im Durchschnitt 33.000 Euro Schulden, Frauen 24.800. In der Altersgruppe der 30- bis 39-Jährigen finden sich die meisten verschuldeten Menschen (18,1 Prozent der Frauen, 17,7 Prozent der Männer). Bei den über 70-Jährigen sind es die wenigsten (3 Prozent der Männer, 0,9 Prozent der Frauen). **PB***



Foto: Pixabay

Schlechte Laune

Ob der Sportsfreund im Bild rechts gleich nach diesem Gong auf die Zwölf noch gewusst hätte, was bei der Addition von, sagen wir beispielsweise eins plus eins so ungefähr rauskommt? Schwierig, besonders gut gelaunt dürfte er fürs Erste jedenfalls eher nicht gewesen sein. Das mit der schlechten Laune kennt man in anderen Zusammenhängen ja auch bei sich selbst: Erst morgens vor dem Duschen vergessen, rechtzeitig die brettharte Frühstücksbutter aus dem Kühlschrank zu holen, dann fährt einem auf dem Weg ins Büro auch noch der Bus vor der Nase weg. Und Trump hat zwischendurch auch mal wieder irgendeinen Scheiß getwittert.

Wir sind mitten im Thema. Denn Meckerfritzen mit chronisch schlechter Laune verhageln nicht nur anderen Menschen um sich herum den Tag – sie schaden auch sich selbst und ihrer Gesundheit. Wer bei jeder Kleinigkeit gleich aus der Haut fährt, mutet seinem Organismus häufig Stressreaktionen zu. Optimisten hingegen, Menschen mit guter Laune können mit Stressfaktoren besser umgehen. Eine kürzlich bekannt gewordene Studie zeigt, dass die zum optimistischen Viertel ihrer Altersgruppe gehörenden Menschen sogar eine um 15 Prozent höhere Lebenserwartung haben als die des pessimistischen Viertels.

Psyche und Körper gehören zusammen, Kummer schlägt nicht nur sprichwörtlich aufs Herz. Vielleicht sollte man Miesepetern ja einfach aus dem Weg gehen. Immer unter der Voraussetzung natürlich, dass man selbst niemand ist, dem schon frühmorgens wegen irgendwelchem Mist der Hals dick anschwillt. Dann könnte man versuchen, sich in der Freizeit in irgendeinem Gym auszutoben. Muss ja nicht unbedingt beim Boxen sein. **PB**





Foto: REUTERS / Steve Marcus

+++

Evangelische Kirche will Seenotrettungsschiff

Das Bündnis »United4Rescue« der evangelischen Kirche und anderer Organisationen hat die erste Hürde für ihr geplantes Seenotrettungsschiff genommen. Es seien bereits jetzt genug Spenden gesammelt worden, um bei der Ersteigerung eines Schiffes zur Rettung von Flüchtlingen im Mittelmeer mitbieten zu können, teilte das Bündnis Mitte Januar in Kiel mit. Eine Delegation hatte das Kieler Forschungsschiff »Poseidon« als mögliches Rettungsschiff besichtigt. Es sollte Ende Januar in einem Gebotsverfahren verkauft werden. Nach einigen Umbauten könnte es sich Anfang April in Richtung Mittelmeer aufmachen. **EPD**

+++

Obdachloser in Hamburg tot aufgefunden

In Hamburg ist erneut ein Obdachloser gestorben. Wie das Hamburger Straßenmagazin Hinz&Kunzt auf seiner Homepage berichtet, hatte der 50-jährige Björn seit einigen Wochen auf dem Campus der Bucerius Law School in einem Zelt übernachtet. Dort wurde er am ersten Weihnachtstag von Sicherheitsmitarbeitern tot aufgefunden. **MGG**

+++

Zahl der Sozialhilfeempfänger in SH gesunken

Die Zahl der Sozialhilfeempfänger in Schleswig-Holstein ist im Jahr 2018 um 4,1 Prozent zurück gegangen. Demnach lebten im vorletzten Jahr 275.540 Menschen ganz oder teilweise von Sozialleistungen, wie das Statistikamt Nord mitteilte. Insgesamt bezogen 9,5 Prozent der Schleswig-Holsteiner Sozialleistungen zur laufenden Lebensführung. **EPD**

+++

+++

Koalition einigt sich auf Grundrente

Die Berliner Koalition hat sich laut Medienberichten Mitte Januar auf die Einführung einer Grundrente geeinigt. Demnach soll die Grundrente ab Anfang 2021 starten. Bereits nach 33 Jahren mit Rentenbeiträgen sollen kleine Renten um einen Zuschlag erhöht werden. Ab 35 Beitragsjahren wird der Zuschlag die volle Höhe erreichen. Eine umfassende Vermögensprüfung soll es nicht geben. 1,4 Millionen Rentnerinnen und Rentner, die in ihrem Arbeitsleben geringe Einkommen hatten, könnten profitieren. **PB**

+++

Berlin: Bewerbungstraining für Obdachlose

Die Berliner Stadtmission will mit einem neuen Projekt Obdachlose wieder näher an den Arbeitsmarkt bringen. Wie die »Süddeutsche Zeitung« berichtet, werden Interessenten mit einem Bewerbungstraining von Mitarbeitern der Berufsvermittlung »Job Point Neukölln« geschult, um bei potentiellen Arbeitgebern vorstellig werden zu können. Viele Betroffene hätten »vergessen, welche Fähigkeiten sie haben« und würden erst gar nicht den Weg zum Jobcenter finden. In Berlin leben nach Schätzungen der Stadtmission etwa 6000 Obdachlose. Weitere 40.000 sind wohnungslos und kommen bei Freunden unter. **PB**

+++

**WEITERE NACHRICHTEN FINDEN SIE AUF UNSERER HOMEPAGE:
WWW.HEPELS-SH.DE**



HEPELS IM RADIO

Jeden ersten Montag im Monat ist im Offenen Kanal Lübeck das HEMPELS-Radio zu hören. Nächster Sendetermin ist am 3. Februar ab 17.05 bis 18 Uhr. Wiederholt wird die Sendung am darauf folgenden Dienstag ab 10 Uhr. Das HEMPELS-Radio bietet einen Überblick über einige wichtige Themen des aktuellen Heftes und will zugleich Einblicke in weitere soziale Themen aus der Hansestadt ermöglichen. Zu empfangen ist der Offene Kanal im Großraum Lübeck über UKW Frequenz 98,8. Oder online über den Link »Livestream« auf www.okluebeck.de

Darf ich das?



Frage eines Mannes: Meine neue Nachbarin bestellt alles Mögliche im Internet. Jeden Tag landen hier Pakete, die ich oft für sie annehmen muss. Am nächsten Tag schickt sie alles wieder zurück. Ich finde, das geht zu weit. Das ruiniert doch die Händler. Oder bin ich zu altmodisch?

Sabine Hornbostel: Ich weiß ja nicht, wie Ihre neue Nachbarin heißt. Aber – nennen wir sie mal Jenny. Dann geht die Geschichte so: Jenny hat es wieder getan. Gemütlich auf dem Sofa. Das Tablet auf dem Schoß. Drei Klicks, und sie muss gar nicht lange warten, dann hält sie das heißersehnte Paket in den Händen.

Vorsichtig, fast feierlich, öffnet sie den Karton, schlüpft in das bestellte Kleid. Das ist der Moment. Nichts fühlt sich so an. So mag sie sich. Das will sie festhalten. Mit dem Handy. Für Facebook und Instagram. Alle sollen sie so sehen. Und wenn sie das Kleid dann wieder auszieht, lässt sie es zurückgleiten in die Folie, zurück ins Paket. Manchmal hält sogar das Klebeband noch. Aber dieser Kick von eben, der bleibt nur noch einen Moment. Aber genau den sucht Ihre Nachbarin Jenny. Immer wieder. Deshalb bestellt sie jeden Tag neue Sachen. Sie ist, so vermute ich, kaufsüchtig. Dafür spricht die große Zahl der täglich eintrudelnden Pakete. Shopping-Bulimie nennen Experten diese neue Sucht.

800.000 Menschen leiden in Deutschland unter diesem Phänomen. Die Betroffenen versuchen durch Käufe, ihre innere Anspannung zu lösen.

Ihre Sorge ist also berechtigt. Aber – eher um Jenny als um die Händler. Denn da kann ich Sie beruhigen. Die Rücksendemöglichkeiten sind Teil des durchaus erfolgreichen Geschäftsmodells. Jenny aber leidet. Und ist vermutlich sehr einsam. Neu in der Stadt. Vielleicht ohne Freunde. Und der neue Nachbar reagiert auch nicht mehr so freundlich. Aber vielleicht können gerade SIE diesen Teufelskreis durchbrechen? Denn Ihre Nachbarin ist jemand, der Hilfe braucht. Und dazu fordert uns ja auch die Bibel immer wieder auf. Sich um andere zu kümmern, die in Not sind. Und allein.

Wenn Jenny das nächste Mal Pakete abholt, dann laden Sie sie doch auf einen Kaffee ein. Auf ein paar nette Worte. Und sprechen Sie ruhig an, was Ihnen auffällt. Damit Ihre Nachbarin weiß, Sie registrieren das. Und vielleicht erwächst daraus Vertrauen. Denn Jenny braucht Hilfe. Und nicht irgendeinen neuen Onlineshop.

»DARF ICH DAS? GEWISSENSFRAGEN IM ALLTAG« IST EIN NACHDRUCK EINER RADIO-RUBRIK DER EVANGELISCHEN KIRCHE IM NDR. IM REGELMÄSSIGEN WECHSEL BEANTWORTEN **KLAUS HAMPE**, LEITER DER ÖFFENTLICHKEITSARBEIT DES EVANGELISCH-LUTHERISCHEN MISSIONSWERKS IN NIEDERSACHSEN, **LUITGARDIS PARASIE**, PASTORIN UND BUCHAUTORIN, SOWIE **SABINE HORNBOSTEL**, LEKTORIN UND THERAPEUTIN, FRAGEN ZUR ALLTAGSETHIK. MEHR DAZU UNTER WWW.RADIOKIRCHE.DE

GANZ SCHÖN SENSIBEL

Als hochsensibel gelten Menschen, die Sinneseindrücke und Gefühle ungewöhnlich stark wahrnehmen. Nina Petersen ist selbst betroffen – und sie berät andere, wie sie mit dieser Besonderheit umgehen können

..... TEXT: GEORG MEGGERS, FOTOS: PETER WERNER

Tiefgrau hängt die Wolkendecke am späten Freitagnachmittag über dem Örtchen Brekling bei Schleswig. Und irgendwo hinter dem Grau versteckt geht nun die Sonne unter. Kein Wunder also, dass unser Fotograf die große Deckenlampe anknipst, um Nina Petersen in ihrer Küche zu fotografieren. Bisher hatte die 42-Jährige während des Interviews oft gescherzt und sich bereitwillig ablichten lassen – doch jetzt dreht sie, statt in die Kamera zu lächeln, ihren Kopf zur Seite: »Schrecklich – diese grelle Lampe schalte ich sonst nie ein!«

.....

»Grelles Licht kann richtig Stress bedeuten«

.....

Schrecklich? Unser Fotograf zuckt entschuldigend mit den Schultern; damit hatte er nicht gerechnet. Nina Petersen zeigt mit dem Finger zur Deckenlampe: »Das Flackern ist total unangenehm für mich.« Dem Reporterteam war das gar nicht aufgefallen. »Grelles Licht kann richtig Stress bedeuten, wenn man hochsensibel ist«,

sagt sie. Als hochsensibel gelten Menschen, die Sinneseindrücke und Gefühle ungewöhnlich stark wahrnehmen. Sie können Informationen wie ein flackerndes Licht nicht einfach ignorieren, »weil uns dafür der Filter fehlt«. Nina Petersen ist hochsensibel – und sie berät Menschen, die es auch sind.

Einigen Umfragen zufolge ist etwa jeder fünfte Mensch hochsensibel. Den Begriff der Hochsensibilität – in der Forschung auch »höhere sensorische Verarbeitungssensitivität« genannt – prägt seit Mitte der 1990er Jahre das US-amerikanische Psychologenehepaar Elaine und Arthur Aron. Hochsensibilität gilt dabei nicht als Krankheit, sondern als grundlegende Eigenschaft eines Menschen. Jedoch gibt es auch Wissenschaftler, die das Konzept der Hochsensibilität bezweifeln und unterschiedlich starke Wahrnehmungen auf die normale Individualität der Menschen zurückführen.

Für Nina Petersen besteht kein Zweifel daran, dass manche Menschen hochsensibel sind. So wie sie selbst. »Ja, ja, das bin ich auf jeden Fall«, sagt sie und nickt zu jedem Wort mit dem Kopf. Sie wusste das »eigentlich schon immer, schon als Kind« – auch wenn sie damals das Wort »hochsensibel« noch nicht kannte. In der Grundschule störte





*»Es gab Momente in meinem Leben, da wäre ich am Lärm um mich herum fast zerbrochen«:
Nina Petersen auf einem Acker nahe des Örtchens Breking bei Schleswig.*



Tassen hängen an ihrer Küchenwand.

sie nicht nur das Flüstern ihrer Klassenkameraden – das ging wohl auch den Lehrern so. Nina Petersen störte auch das Rascheln, wenn Mitschüler in der anderen Ecke des Klassenraums in ihren Federtaschen herumkramten. »Und noch etwas war echt belastend für mich: der Geruch von Pausenbrot.«

Nina Petersen lacht, während sie das erzählt. Sie weiß, dass viele Menschen sich nicht vorstellen können, wie sehr sie der Geruch von Graubrot mit Salami oder Käse in einer Tupperdose

gestört hat. So sehr, dass sie auch heute noch – Jahrzehnte später – die Augen zusammenkneift, wenn sie davon berichtet.

Als Kind wurde sie als »Sensibelchen« verspottet. Wenn sie ihren Eltern, Lehrern oder Freunden erzählte, wie sehr Geräusche oder Gerüche sie stören, sagten die oft: »Du spinnst doch« oder »Stell dich nicht so an«. Und neben den verstärkten Sinneswahrnehmungen gab es noch etwas, worin sich ihre Hochsensibilität zeigt:

te: »Ich konnte Ungerechtigkeit nur ganz schwer aushalten. Wenn etwa ein Lehrer einen Mitschüler ohne Grund ermahnt hat, hat mich das tagelang beschäftigt.«

.....
*Als Kind wurde sie
als »Sensibelchen«
verspottet*
.....



Ihr Haus hat Nina Petersen »als Bruchbude« gekauft und selbstständig kernsaniert. »Nur die Fenster und die Elektrik haben Firmen gemacht.«

Nina Petersen sitzt in ihrer Küche und hält eine große Tasse Tee in beiden Händen. Noch hat unser Fotograf die Deckenlampe nicht angeknipst, noch bescheint nur eine kleine Tischlampe indirekt den Küchentisch. In ihrem Haus passt einiges in ein Klischee-Bild, das man vielleicht von einer Hochsensiblen haben könnte: die großen roten Vorhänge beispielsweise, die anstelle von Türen Räume voneinander trennen. Oder die große Buddha-Statue, die neben einem Sessel steht, und Nina Petersen daran erinnert, »achtsam mit mir zu sein und meine eigenen Grenzen zu erkennen«.

Anderes passt weniger: Etwa, dass sie das Haus vor wenigen Jahren »als Bruchbude«, wie sie sagt, gekauft und selbstständig kernsaniert hat. »Nur die Fenster und die Elektrik haben Firmen



Neben ihrem Job als Erzieherin berät Nina Petersen hochsensible Menschen. Zehn Frauen, Männer und Kinder besuchen sie dafür regelmäßig.



Nina Petersen in ihrer Küche im Licht der großen Deckenlampe: »Schrecklich – diese grelle Lampe schalte ich sonst nie ein!«



gemacht«, sagt sie und blickt dabei auf ihr Werk wie die stolzen Heimwerker in der Baumarkt-Werbung. Nina Petersen wirkt nicht wie ein zurückhaltendes »Sensibelchen« – sie lacht viel und durchaus laut. Darauf angesprochen lacht sie noch lauter: »Warum auch nicht? Nicht jeder Hochsensible ist introvertiert!«

Etwas leiser erzählt sie dann, wie sehr sie viele Jahre ihres Lebens unter ihrer Hochsensibilität gelitten hat. Einmal konnte die Erzieherin einer Schleswiger Kindertagesstätte wochenlang nicht arbeiten, weil die vielen Reize sie überforderten. »Es gab Momente in meinem Leben, da wäre ich am Lärm um mich herum fast zerbrochen.«

Das änderte sich, als sie vor zwei Jahren im Internet auf ein Buch stieß: »Meine Hochsensibilität positiv gelebt« von Silvia Christine Strauch. Nina Petersen: »In vielen Sätzen hätte auch mein Name stehen können. Es kam mir fast so vor, als handele dieses Buch von mir und meinem Leben.« Danach beschäftigte sie sich intensiver mit dem Thema, las immer mehr darüber. »Je mehr ich mich mit meiner Hochsensibilität auseinandersetzte, umso leichter fiel es mir, mit meiner Besonderheit umzugehen.«

Und wie das funktioniert – das möchte sie nun anderen zeigen: Darum berät sie seit rund einem Jahr neben ihrem Job als Erzieherin hochsensible Menschen. Zehn Frauen, Männer und Kinder besuchen sie dafür regelmäßig. Zuvor hatte sie am »Bergsträßer Institut für ganzheitliche Entspannung und Kommunikation« eine Ausbildung zur Fachberaterin für Hochsensibilität absolviert, in der sie geschult wurde, Hochsensibilität zu erkennen und Menschen mit dieser Eigenschaft zu unterstützen.

Für die Beratungen hat sie sich einen Raum eingerichtet – gleich hinter der Küche mit der Deckenlampe, die eigentlich nie eingeschaltet ist. Die Beratung beginnt stets mit einem Test: Bei 30 Aussagen zur eigenen Sensibilität muss man entscheiden, inwiefern sie zutreffen. Es geht dabei etwa um den Geschmacks- oder Geruchssinn, um Phantasie und Träume – und auch um grelles Licht. Auf Basis dieser Selbsteinschätzung wird festgestellt, ob man hochsensibel ist.

.....
»Wir können nicht erwarten, dass sich alle anderen uns anpassen«
.....

Ziel der Beratungen ist nicht, Hochsensibilität abzustellen. Sie wird nicht therapiert, weil sie keine Krankheit ist. Aber es gibt Wege, wie man besser mit ihr umgehen kann. Vielen Menschen hilft etwa Yoga, anderen eher Bogenschießen, sagt Nina Petersen: »Entscheidend ist, dass man sich dabei ganz auf die Sache konzentrieren muss – und somit lernt, alles andere auszublenken.«

Und oft helfen einfache Tricks: Wenn es in der Disco oder im Kino zu laut ist, löst ein Gehörschutz vom Akustiker das Problem. Und wenn es auf dem Weihnachtsmarkt zu intensiv nach Glühwein riecht, kann man sich Duftcreme unter die Nase reiben. »Das möchte ich den Leuten unbedingt klarmachen: Dass sie sich auch als Hochsensible nicht zurückziehen müssen – sondern bei allem, was Spaß macht, dabei sein können.«



Während des Interviews lacht Nina Petersen viel und durchaus laut. »Warum auch nicht? Nicht jeder Hochsensible ist introvertiert!«

Nina Petersen möchte anderen helfen, mit den negativen Seiten ihrer Hochsensibilität besser umzugehen. Aber gibt es nicht auch positive Aspekte dieser Besonderheit? »Auf jeden Fall! Einen Hochsensiblen unter den Kollegen oder im Freundeskreis zu haben, ist schon praktisch. Wir sind sehr gewissenhaft und können uns gut in andere hineinversetzen.« Auf die Frage, ob sie lieber wie die meisten wäre – nämlich nicht hochsensibel –, schüttelt sie ganz schnell den Kopf.

Wenn tatsächlich jeder Fünfte hochsensibel ist, bedeutet das auch, dass es vier von fünf nicht sind. »Wir können deshalb nicht erwarten, dass sich alle anderen uns anpassen«, sagt Nina Petersen. Andererseits sei es wichtig, »dass Hochsensible klar und offen ansprechen, wenn sie etwas stört, damit andere uns verstehen und wir aufeinander Rücksicht nehmen können – in der Partnerschaft, in der Familie oder im

Job.« Und auch im Interview, das nun – nachdem Nina Petersen doch noch im Licht der Deckenlampe für ein paar

Aufnahmen in die Kamera lächelte – im indirekten Licht der Tischlampe fortgesetzt wird.



»Cup of Happy«, eine Tasse voll Glück: Nina Petersen hält eine Tasse Tee in ihren Händen.

Die gesamte Gesellschaft muss arme Kinder begleiten

In einem Land, das insgesamt derartig reich ist wie Deutschland, ist es ein Skandal, dass jedes fünfte Kind von Armut betroffen ist. Dass sich Teile der Gesellschaft offenbar daran gewöhnt haben, der vielleicht noch größere. Ebenso wie die Tatsache, dass die Schere zwischen Arm und Reich immer weiter auseinanderklafft.

Einerseits wünsche ich allen, vor allem den alleinerziehenden Müttern, die die Arbeit so bravourös leisten, mehr Finanzen zur Verfügung zu haben. Fakt ist aber auch, dass wir mit nur mehr Geld den Kindern nicht die Beteiligungsmöglichkeiten geben, die ihnen eröffnet werden sollten. Wir, die gesamte Gesellschaft, müssen sie begleiten.

Armut führt zu einer bestimmten Art von Erschöpfung. Wenn vieles negativ erlebt wird, wenn Erfolge von Bemühen ausbleiben, dann fehlt die Kraft zu sagen: Ich will für mein Kind jetzt etwas tun. Die Beteiligungsarmut der Eltern bremst sie aus in dem, was sie eigentlich Gutes für ihr Kind wollen.

Wir brauchen ein viel individuelleres Beschulungssystem. Mit deutlich mehr Sozialarbeitern, die eine bedarfsgerechte Bildung gewährleisten können. Es sollte möglich sein, die Personalschlüssel so anzupassen, dass im Ergebnis überall die Kinder einen guten, geförderten Freiraum zum Lernen bekommen.



**MARGOT KÄSSMANN, 61, FRÜHERE
RATSVORSITZENDE DER EVANGELISCHEN
KIRCHE IN DEUTSCHLAND**

*Zitiert aus: Straßenmagazin Asphalt, Hannover
Foto: Grit Biele / Asphalt*

Vom Soldaten wieder zum Kind

In einem syrischen Rehabilitationszentrum werden ehemalige Kindersoldaten der Islamisten für ein normales Leben nach dem Krieg trainiert. Geht das?

..... **TEXT: JOANIE DE RIJKE, FOTOS: SEBASTIAN BACKHAUS**

Hassan ist dreizehn Jahre alt. Vor zwei Jahren wurde er von den kurdisch angeführten Demokratischen Kräften Syriens (SDF) im Kampf gegen Daesch gefangen genommen. Daesch ist die arabische Abkürzung für den sogenannten Islamischen Staat IS. Der damals elfjährige Hassan hatte eine entsetzliche Geschichte: Sein Vater und sein Onkel waren beide bei Daesch. Grausame Männer, die mindestens fünfzig Menschen geköpft hatten. Hassan wurde von seinem Vater und seinem Onkel mit der Aufgabe betraut, nach den Hinrichtungen aufzuräumen, die Köpfe beiseite zu schaffen.

Nach seiner Gefangennahme wurde der Junge im 2017 neu eingerichteten und mit Regierungsgeldern und privaten Spenden finanzierten Hori-Rehabilitationszentrum für Daesch-Kindersoldaten untergebracht. »Seit fast zwei

Jahren ist er nun bei uns«, sagt Musab Mohammad, Co-Direktor des Zentrums. »Und es geht ihm ziemlich gut, wenn Sie überlegen, was er erlebt hat. Er wurde zu drei Jahren Gefängnis verurteilt. Hier verfolgt er ein spezielles Programm, wir gehen unter anderem mit ihm draußen im Dorf spazieren. Sehr alltägliche Dinge.«

»Einige Kinder waren Helfer, die Gelegenheitsarbeiten verrichteten«, sagt Direktor Mohammad. Andere seien von ihren Eltern gezwungen worden, sich Daesch anzuschließen. Weitere wurden gefasst, als sie einen Sprengstoffgürtel trugen. »Die Jungs sagen uns nicht ausdrücklich, dass sie Menschen getötet haben, aber wir wissen, dass einige von ihnen bestimmte Dinge getan haben.« Er betont: »Wir reden nicht darüber, was sie genau getan haben. Dies ist keine Haftanstalt.





Jedes Zimmer in dem Rehabilitationszentrum bietet zehn Jungen einen Platz zum Schlafen.



Mittagessen für die Bewohner des Hori-Zentrums: zerstoßene Kartoffeln mit Radieschen und Brot.

Hori ist ein Trainingszentrum, auch wenn die Kinder nicht einfach gehen können und zum Teil gegen ihren Willen hier festgehalten werden.«

Die Einrichtung befindet sich am Rande von Tal Maarouf, einem Weiler im Nordosten Syriens, nahe der Stadt Qamishli und umgeben von hohen Mauern. Bewaffnete Wachen behalten die Umgebung im Auge, innerhalb des

Zentrums tragen die Mitarbeiter zivil. Viele der Jungen waren verletzt, als sie im Zentrum aufgenommen wurden, oft durch Schussverletzungen. Im Hori-Zentrum sollen sie nicht noch einmal mit Waffengewalt und Uniformen konfrontiert werden.

Es ist halb neun Uhr morgens, die Jungs bereiten sich heute auf den Unterricht vor. Auffällig sind die Gesichtszü-

ge der Jungen: Viele haben versteinerte Minen, die eher an Erwachsene als an Kinder erinnern. Ihre Gesichter sind bis auf wenige Ausnahmen nicht mehr jugendlich. Einer der Jugendlichen ist Hassan, der bisher nach Hinrichtungen aufräumen musste. Rote Trainingsweste, blaue Jogginghose, Turnschuhe, kurz rasiertes Haar.

.....

*Hassan ist einer
der wenigen, der noch
ein Kindergesicht hat*

.....

Die Jungs tragen alle die gleiche Art von Freizeitkleidung. Bei der Ankunft werden sie gefragt, ob sie ihre traditionelle Kleidung gegen eine westliche Variante tauschen möchten. Die Bärte, sofern überhaupt welche gewachsen waren, und langen Haare müssen geschnitten werden. Die Anstalt betreibt ihren eigenen Barbiersalon. Hassan ist einer der wenigen, der mit seinen runden Wangen noch ein Kindergesicht hat. Er sitzt zwischen den anderen Jungs, schaut kaum hoch und konzentriert sich auf ein Murmelspiel. Er wolle nicht mit uns reden, sagt er dem Direktor. »Ich möchte vergessen, möchte in die Zukunft zu schauen.«

»Wir versuchen, ihre radikalen Ideen in normale Gedanken umzuwandeln«, sagt Direktor Mohammad. »Das ist nicht einfach, weil sie noch jung zu Daesch kamen. Ihre Ideen sind tief verwurzelt. Laut Daesch sind wir der Teufel, töten und sind schlecht.



Täglicher Unterricht ist Teil des Programms in dem Rehabilitationszentrum.

Am Anfang hatten die Jungs Angst vor uns. Aber allmählich bekommen sie etwas Vertrauen, sie sehen, dass wir nicht gefährlich und beängstigend sind.«

Auch ausländische Jugendliche sind in Hori untergebracht: Ein russischer Junge namens Iliad, einer aus Indonesien und ein französisch-tschetschenisches Kind, dessen Mutter in Paris lebt. »Jeder kann hierherkommen«,

sagt der Direktor. »Jugendliche zwischen elf und achtzehn Jahren werden zwei Monate nach ihrer Festnahme zu uns geschickt. Jüngere Kinder bleiben bei ihren Müttern oder einer anderen Familie.« Die Strafen der Jungen schwanken zwischen sechs Monate und einigen Jahren. Aber anstatt sie so lange einfach einzusperren, glaube man, dass der Ansatz mit dem Reha-Zentrum sinnvoller sei. Wenn sie sich

gut benehmen, könne ihre Strafe reduziert werden.

Ein großer Teil der ehemaligen Kindersoldaten entpuppte sich bei ihrer Ankunft als Analphabeten, die aus bitterer Armut stammen. »Nicht alle von ihnen sind auf dieselbe Weise radikalisiert. Einige wurden erst frisch angeworben«, erklärt Khadija Moussa, die gemeinsam mit Musab Mohammad das Zentrum leitet. »Die, die sich nur wegen des Geldes

Daesch angeschlossen haben, lassen sich viel leichter integrieren als die Jungs, die tatsächlich einer Gehirnwäsche unterzogen wurden.«

.....

*Auffällig ist,
wie diszipliniert
die Schüler sind*

.....

Unter den derzeit sechzig Jungen im Zentrum sind fünf sehr schwere Fälle. Sie werden getrennt von den anderen unterrichtet und von einem Psychologen begleitet. »Sie kämpfen mit den anderen Jungen, wollen den Zeitplan der Institution nicht einhalten, hören niemandem zu«, sagt Direktorin Moussa. »Aber nach einer Weile wird es besser. Sie sperren sich weniger und werden offener für Gespräche. Am Anfang hatten viele Jungen Schwierigkeiten, mir als Frau zuzuhören. Aber sie gewöhnen sich schnell daran und finden es jetzt ganz normal. Hier trägt niemand das Kopftuch, wir laufen in Jeans herum. Wir wollen, dass sie sich daran gewöhnen.«

Kurz vor neun Uhr versammeln sich die Jugendlichen im Hof. Die Lehrerin vor ihnen sagt laut auf Arabisch: »Guten Morgen!« Und setzt hinzu: »Jeder möge einen schönen Tag haben!« Die Jungs wiederholen es im Einklang. Der Lehrplan in der Schule umfasst Arabisch, Kurdisch, Religion und Psychologie. In den Klassenräumen fällt auf, wie diszipliniert die Schüler sind. Sie hören zu, unterbrechen nicht. Wenn einer eine Frage hat, steht er auf, wartet auf Erlaubnis zu sprechen. Ihre losen Trainingshosen und Hoodies kontrastieren stark mit ihrer Disziplin. Uniformen würden hier weniger verwundern.

Mit militärischen Übungen habe das aber nichts zu tun, sagt Direktor Mohammad. »Wir folgen einem strengen

Tagesablauf. Routine ist nach der chaotischen Situation, aus der die Jungen kommen, äußerst wichtig.« Die Schüler haben ab ein Uhr nachmittags frei. Dann schauen sie fern, nur gewaltfreie Kanäle sind verfügbar, oder vertreiben sich die Zeit mit Computerspielen, ebenfalls gewaltlos, mit Basteln, Murmeln, Sport und Lesen.

Der französisch-tschetschenische Junge ist bereit, mit uns zu reden. Assadullah ist ein kleiner, blasser Bub von dreizehn Jahren. Seine Eltern stammen aus Tschetschenien, er selbst wurde in Frankreich geboren. Die Mutter lebt immer noch mit seinen sieben Brüdern und Schwestern in Paris. Assadullah spricht fließend Arabisch. 2015 brachte sein Vater ihn und seine beiden älteren Brüder von Paris nach Syrien. Seine Mutter blieb zu Hause bei den Jüngeren. »Wir sind nach Idlib gereist«, sagt der Junge. »Dann erhielt ich ein einmonatiges Training. Ich musste etwas über den Koran lernen, aber ich verstand es überhaupt nicht. Mein Arabisch war zu dieser Zeit noch sehr schlecht, ich konnte dem Lehrer nicht folgen. Das spielte jedoch keine Rolle, solange ich die Koranverse aus meinem Kopf rezipieren konnte.«

.....

*Es kam nur darauf an,
Ungläubige zu töten,
sagt ein Jugendlicher*

.....

Assadullahs Vater starb während eines Kampfes im Norden Syriens. Später fielen auch seine beiden älteren Brüder. Assadullah floh. »Ich hatte den Krieg noch nie hautnah erlebt. Plötzlich waren überall Flugzeuge. Sie haben uns von allen Seiten bombardiert.« Nachdem er einige Monate gewandert war, ergab sich Assadullah freiwillig der SDF. »Überall wurde geschossen, ich hatte kein Essen mehr, ich hatte Angst.«



Vor einem Jahr kam er in das Rehabilitationszentrum, jetzt wartet er darauf, dass er zu seiner Mutter nach Paris zurückkehren kann. »Zum Glück kann ich sie einmal im Monat anrufen. Ich zähle jeden Tag, bis ich sie wiedersehe.«



Ein Bewohner des Zentrums im abgeschlossenen Hof.

Während die anderen zur nächsten Stunde gehen, tritt der 18-jährige Ahmad in das Zimmer des Direktors und gibt uns die Hand. Fünfzehn war er, als er sich aus eigener Initiative Daesch anschloss: »Mein Cousin hatte mich überzeugt: Ich

bin auf ihn reingefallen. Ich ging nicht mehr in die Schule und suchte nach etwas Neuem in meinem Leben. Meine Eltern waren dagegen, aber das war mir egal.«

Hamud absolvierte zunächst eine einmonatige Grundausbildung zur reli-

giösen Ideologie von Daesch. »Das Einzige, worauf es ankam, war: Töte die Ungläubigen.« Danach erhielt er vierzig Tage militärisches und religiöses Training. »Wir wurden ermutigt, gegeneinander zu kämpfen, um zu zeigen, was

wir wert waren. Wenn wir nicht zugehört haben, wurden wir hart behandelt. Es gab viel Gewalt, die Ausbilder waren extrem streng, wir hatten Angst vor ihnen.«

Nach seiner Ausbildung wurde Hamud in die Nähe von Aleppo geschickt und musste dort kämpfen. Zwei Mal wurde er verletzt, er floh schließlich in Panik in die Wüste, bis Kurden ihn fanden. Anschließend wurde Hamud zwei Tage lang verhört, verbrachte dann fünf Monate im Gefängnis in Kobane und landete schließlich im Zentrum. Das war vor fast zwei Jahren. Der Cousin, der ihn damals überzeugt hat, ist tot. »Ich hoffe, meine Fehler korrigieren zu können«, sagt er heute, »ich möchte Arzt werden. Anstatt zu verwunden, möchte ich jetzt heilen.«

.....

*Seit Beginn waren
rund hundert Jungen
in der Einrichtung*

.....

Nach den zwei Jahren, die Hori nun in Betrieb ist, sei es noch zu früh, um festzustellen, ob das Projekt als Erfolg bezeichnet werden könne oder nicht, sagt Direktor Mohammad. »Wir wissen, dass wir eine gute Beziehung zu den Jungs aufbauen. Wir versuchen nicht nur Lehrer zu sein, sondern auch Bruder, Schwester oder Freund. Seit 2017 wurden rund hundert Jungen

nach Hause geschickt. Wir haben immer noch viel Kontakt mit den Ehemaligen. Sie kommen gelegentlich zu Besuch, haben einen Job gefunden.«

Das sei alles Neuland, sagt der Direktor. »Es gibt keine spezifische Formel für den Umgang mit diesen Jugendlichen. Aber wir nehmen die Herausforderung an und arbeiten mit ihnen. Einige haben an Grausamkeiten teilgenommen, und wir werden das weder vergessen noch werden wir es dulden. Aber sie sind noch Kinder.«

Mit Dank an Surprise / INSP.ngo



Das Hori-Zentrum ist eine Rehabilitierungseinrichtung für Jungen zwischen elf und 18 Jahren, die der Terrorgruppe IS angehörten. Dort werden sie einem sehr strengen Programm unterworfen mit dem Ziel, die von den Dschihadisten gelernten Inhalte zu überwinden.

WIR TRAUERN 2019 UM

AFGHANISTAN: 5. Januar **Nuri Dschawid**, Radiojournalist/Blogger | 5. Februar **Rahmani Rahimullah**, Fernsehjournalist | 5. Februar **Aria Schafik**, Radiojournalist | 15. März **Chairchah Sultan Mahmud**, Radiojournalist | 1. Juli **Imeailsi Abdulrauf**, Medienmitarbeiter | GHANA: 16. Januar **Ahmed Hussein-Suale**, Fernsehjournalist | HAITI: 10. Oktober **Néhémie Joseph**, Radiojournalist | HONDURAS: 17. März **Leonardo Gabriel Hernández**, Fernsehjournalist | 31. August **Edgar Joel Aguilar**, Fernsehjournalist | IRAK: 4. Oktober **Hischam Fares Al-Adhami**, freier Journalist | 6. November **Amdsched al-Dahamat**, Autor/Bürgerjournalist | JEMEN: 28. Januar **Siad al-Schaarabi**, Medienmitarbeiter/Producer | 5. Mai **Ghaleb Labhasch**, Bürgerjournalist | KOLUMBIEN: 9. Mai **Mauricio Lezama**, Dokumentarfilmer | LIBYEN: 19. Januar **Mohammed bin Chalifa**, Journalist | MEXIKO: 20. Januar **Rafael Murúa Manríquez**, Radiojournalist | 19. Februar **Jesús Eugenio Ramos Rodríguez**, Radiojournalist | 15. März **Santiago Barroso**, Radiojournalist | 25. März **Omar Iván Camacho Mascareño**, Sportreporter | 2. Mai **Telésforo Santiago Enríquez**, Radiojournalist | 16. Mai **Francisco Romero Díaz**, Printjournalist | 11. Juni **Norma Sarabia Garduza**, Printjournalistin | 30. Juli **Rogelio Barragán Pérez**, Onlinejournalist | 3. August **Jorge Ruiz Vázquez**, Printjournalist | 24. August **Nevith Condés Jaramillo**, Onlinejournalist | NIGERIA: 22. Juli **Precious Owolabi**, Fernsehjournalist | PAKISTAN: 4. Mai **Ali Sher Rajpar**, Printjournalist | 16. Juni **Muhammad Bilal Khan**, Bürgerjournalist | 30. April **Malik Amanullah Khan**, Printjournalist | 30. August **Mirza Waseem Baig**, Fernsehjournalist | 24. November **Urooj Iqbal**, Printjournalistin | PHILIPPINEN: 10. Juli **Eduardo Dizon**, Radiojournalist | 7. November **Dindo Generoso**, Radiojournalist | 1. Dezember **Benjie Caballero**, Radiojournalist | DEMOKRATISCHE REPUBLIK KONGO: 2. November **Papy Mahamba Mumbere**, Radiojournalist | SOMALIA: 12. Juli **Hodan Nalayeh**, Fernsehjournalistin | 12. Juli **Mohamed Sahal Omar**, Fernsehjournalist | 14. August **Abdinasir Abdulle Ga'Al**, Radiojournalist | SYRIEN: 23. März **Mohammad Dschumaa**, Medienmitarbeiter | 18. Juni **Amdschad Bakir**, Fotojournalist | 23. Juni **Omar al-Dimaschki**, Bürgerjournalist | 17. Juli **Alaa Najef al-Chader al-Chalidi**, Fotojournalist | 21. Juli **Anas al-Diab**, Bürgerjournalist | 15. August **Samer al-Sallum**, Bürgerjournalist | 10. Oktober **Welat Erdemci**, freier Journalist/Fotograf | 13. Oktober **Saad Ahmad**, Agenturjournalist | 13. Oktober **Mohammed Rascho**, Fernsehjournalist | 10. November **Abdel Hamid al-Jussef**, Fotojournalist | TSCHAD: 25. Mai **Obed Nangbatna**, Fernsehjournalist | UKRAINE: 20. Juni **Wadim Komarow**, Printjournalist | VEREINIGTES KÖNIGREICH: 19. April **Lyra McKee**, freie Journalistin/Autorin

Ihre Spende für die Pressefreiheit: www.reporter-ohne-grenzen.de/spenden

**REPORTER
OHNE GRENZEN**
FÜR INFORMATIONSFREIHEIT

Kostenlose medizinische Hilfe in Schleswig-Holstein

PRAXEN OHNE GRENZEN:

Bad Segeberg

Kirchplatz 2
Telefon: (0 45 51) 95 50 27
Sprechstunde: Mittwoch,
15 bis 17 Uhr

Elmshorn

»Haus der Begegnung«
Hainholzer Damm 11
Telefon: (0 41 01) 37 37 904
Jeden Montag 18 bis 19 Uhr

Flensburg

Gesundheitshaus
Norderstr. 58 – 60
Telefon: (04 61) 85 40 32
Sprechstunde: Mittwoch,
15 bis 16 Uhr

Husum

Markt 10 – 12 (Einhorn-Passage)
Telefon: (0 48 41) 905 68 91
Sprechstunde: Mittwoch,
15 bis 17 Uhr

Preetz

Diakonisches Werk Preetz
Am Alten Amtsgericht 5
Telefon: (0 43 42) 7 17 0
Jeden Mittwoch 15 bis 17 Uhr

Rendsburg

Moltkestraße 1
Telefon: (0 15 77) 5 88 57 55
Sprechstunde: Mittwoch 16 bis 17 Uhr,
Donnerstag 10 bis 11 Uhr

Stockelsdorf

Marienburgstraße 5
Telefon: (04 51) 88 19 18 55
Sprechstunde: Mittwoch,
15 bis 17 Uhr

MEDIBÜROS:

Kiel

ZBBS
Sophienblatt 64
Telefon während Sprechstunde:
(0 15 77) 1 89 44 80
Jeden Dienstag 15:30 - 17:30 Uhr

Lübeck

AWO-Integrationscenter
Große Burgstraße 51
Telefon: (0 15 77) 933 81 44
Jeden Montag 14 - 17 Uhr

Neumünster

AWO-Integrationscenter
Göbenplatz 2
24534 Neumünster
Telefon: (0 43 21) 4 89 03 20
Jeden Mittwoch 15 – 17 Uhr

WEITERE SPRECHSTUNDEN:

Flensburg

Tagestreff TAT
Johanniskirchhof 19
Otto Hübner, Dr. Ernst Latz, Dr. Jörn
Pankow
Jeden Dienstag ab 11 Uhr; für Frauen
und Männer (in Zusammenarbeit mit
dem Gesundheitshaus Flensburg)

Flensburg

»Treppe«
Heiligengeistgang 4-8
Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat ab
10:30 Uhr; nur für Frauen

Lübeck

Gesundheitsmobil
Sprechstunde an fünf Tagen in der
Woche an zehn verschiedenen Orten
in Lübeck, Fahrplan online auf
www.gesundheitsmobil.org oder
telefonisch: (04 51) 5 80 10 23

Lübeck

Gesundheitsstation
Sprechstunde mit dem Team des
Gesundheitsmobils. Mit Geräten zur
genaueren Diagnostik.
Haus der Diakonie, Mühlentorplatz
Jeden Mittwoch 9 – 11 Uhr

Kiel

Tagestreff & Kontaktladen
Schaßstraße 4,
Allgemeinärzte Dennis John Hülsberg
und Dr. Kai Ehrhardt
Jeden Mittwoch 10 - 13 Uhr

ALLE EINRICHTUNGEN SIND AUF DIE UNTERSTÜTZUNG DURCH SPENDEN ANGEWIESEN



Sie schreiben kommenden Monat in HEMPELS: Studierende der Kieler Christian-Albrechts-Universität.

Studierende schreiben in HEMPELS

*Kommenden März erscheinen wir erneut
mit ungewöhnlicher Ausgabe*

Regelmäßige Leserinnen und Leser wissen es längst: Einmal im Jahr, immer in der März-Ausgabe, laden wir junge Studierende ein, eine HEMPELS-Ausgabe mit eigenen Texten zu füllen. Kommenden Monat ist es wieder soweit. Bereits zum siebten Mal erscheinen wir dann mit einem Heft voller ungewöhnlicher Geschichten.

Dieses in der schleswig-holsteinischen Medienlandschaft einmalige Projekt organisieren wir in Koopera-

tion mit dem »Zentrum für Schlüsselqualifikationen« an der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel. Im Rahmen eines Seminars und unter Anleitung von HEMPELS-Redaktionsleiter Peter Brandhorst haben Studierende aus verschiedenen Fachbereichen ein Semester lang Themen entwickelt und zu Papier gebracht.

Manche der jungen Autorinnen und Autoren wollen später im Journalismus arbeiten, alle konnten unter realen Be-

dingungen erste Erfahrungen sammeln mit journalistischer Arbeit. Entstanden sind erneut lesenswerte Texte, die Themen und Emotionen junger Menschen spiegeln. Seien Sie gespannt, wenn wir Sie kommenden Monat einladen zu einer ganz besonderen Lesereise.

HABEN SIE INTERESSE AN EINEM WARTEZIMMER-ABO?

Sie bieten damit Ihren Patienten und Mandanten eine zusätzliche informative und unterhaltsame Lektüre und zeigen gleichzeitig soziales Engagement. Mit unserem Exklusiv-Abo für Anwälte sowie Ärzte, Zahnärzte und andere Praxen bekommen Sie monatlich die aktuelle Ausgabe frei Haus geliefert. Ein ganzes Jahr für 21,60 Euro (Copypreis Straßenverkauf: 2,20 Euro/ Ausgabe). Auch beim Abo kommt die Hälfte des Erlöses natürlich unseren Verkäufer/innen zugute.

HEPELS-ABO

Ja, ich möchte HEMPELS unterstützen und abonniere das Magazin für zwölf Monate zum Preis von 21,60 Euro. Will ich das Abo nicht verlängern, kündige ich mit einer Frist von zwei Monaten zum Ablauf der Mindestlaufzeit. Anderenfalls verlängert sich das Abo automatisch und ist mit einer Frist von vier Wochen zum Monatsende jederzeit kündbar. Die Zahlung erfolgt nach Erhalt der Rechnung.

.....
Datum, Unterschrift

IHRE DATEN

.....
Praxis, Kanzlei

.....
Ansprechpartner/in

.....
Straße, Hausnummer

.....
PLZ, Ort

HEPELS KONTAKT

Bitte senden an:
HEPELS Straßenmagazin
Schaßstraße 4, 24103 Kiel

Fax: (04 31) 6 61 31 16
E-Mail: abo@hempels-sh.de

Oder einfach anrufen:
(04 31) 67 44 94

HEPELS

WAS WOLLEN WIR?

- Soziale und kreative Projekte miteinander verknüpfen und fördern.
- Mehr Menschen mit den Themen Armut und Obdachlosigkeit erreichen.
- Spaß nie zu kurz kommen lassen.

WAS HEISST DAS GENAU?

Projekte und Events aus allen kreativen Bereichen: Musik, Kunst, Theater, Literatur ... Kreatives eben!

Wir suchen auch kreative Menschen aller Art, die mit uns zusammenarbeiten wollen, und ehrenamtliche Helfer/innen.



Spenden an:
Spendenkonto HEMPELS
Betreff: HEMPELS Kreativ
Evangelische Bank eG
IBAN: DE13 5206 0410 0206 4242 10
BIC: GENODEF1EK1



HEPELS Kreativ gibt bald ihren ersten Newsletter heraus. Schick uns eine E-Mail, damit wir Dich weiter informieren können:
kreativ@hempels-sh.de / +49 (0) 431 67 44 94

HEPELS

kreativ

IN MONATEN WIRD HEMPELS 25 JAHRE ALT

Im Februar 2021 feiern wir unser 25-jähriges Bestehen, die Planungen dafür laufen bereits. Dann 25 Jahre, in denen sich nicht nur die Zeitschrift zu einer aus der schleswig-holsteinischen Medienlandschaft nicht mehr wegzudenkenden Stimme entwickelt hat, zu einer Stimme derer, die allzu oft nur am Rande wahrgenommen werden. Denn längst sind wir noch mehr – wir mahnen und fordern nicht nur, wir handeln. Zulaufend auf unser Jubiläum werden wir deshalb an dieser Stelle künftig unsere Stiftung »HEMPELS hilft wohnen« in den Mittelpunkt stellen, die Wohnraum für Wohnungslose schafft. Jeden Monat lassen wir eine Persönlichkeit zu Wort kommen, die die Bedeutung unserer Stiftungsarbeit unterstreicht.

ICH UNTERSTÜTZE DIE STIFTUNG »HEMPELS HILFT WOHNEN«, WEIL ...

... angemessener Wohnraum eine Frage der Menschenwürde ist. Wohnraum muss für alle Menschen verfügbar und bezahlbar sein, aber leider hat sich das Problem der Wohnungs- und Obdachlosigkeit in den letzten Jahren deutlich verstärkt. So werden Menschen ohne ausreichende Bonität häufig in die Obdachlosigkeit getrieben. Die Abgeordneten des



Foto: SH Landtag

Landtagspräsident Klaus Schlie (CDU)

Schleswig-Holsteinischen Landtages haben im vergangenen Jahr mit großer Mehrheit beschlossen, die Rahmenbedingungen für die Schaffung von neuem bezahlbarem Wohnraum zu verbessern und so für Preisstabilität zu sorgen.

DAS PROBLEM

Es sind erschreckende Zahlen: Etwa 678.000 Menschen waren 2018 nach einer Schätzung der Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungslosenhilfe (BAGW) in Deutschland wohnungslos. In Schleswig-Holstein geht das Diakonische Werk von 10.000 wohnungslosen Menschen aus, Tendenz steigend. Die Erfahrungen in den HEMPELS-Verkaufsstellen und Tageseinrichtungen bestätigen die Schätzungen und Prognosen.

WIR BESORGEN WOHNUNGEN FÜR OBDACHLOSE

Mit unserem Stiftungsprojekt »HEMPELS hilft wohnen« haben wir Ende 2017 in Kiel für 370.000 Euro ein Haus mit zwölf Wohnungen erworben, durch Aus- sowie einen Neubau auf einer angrenzenden Fläche sollen weitere Wohnungen entstehen. Möglich wurde der Kauf erst durch Spenden und Zustiftungen vieler Leserinnen und Leser. Auch in weiteren Städten wollen wir Wohnraum für Wohnungslose schaffen.

SO KÖNNEN SIE HELFEN

HEMPELS hat mit Hilfe des Diakonischen Werks Schleswig-Holstein eine gemeinnützige Treuhandstiftung gegründet. Werden Sie Stifter und unterstützen Sie uns, wohnungslosen Menschen eine neue Perspektive zu geben.

Konto: Diakonie Stiftung Schleswig-Holstein

Stichwort: HEMPELS hilft wohnen

Evangelische Bank e.G.

IBAN: DE03 5206 0410 0806 4140 10

BIC: GENODEF1EK1

Möchten Sie mehr über »HEMPELS hilft wohnen« wissen?

Fragen Sie HEMPELS-Vorstand Jo Tein

Jo.Tein@hempels-sh.de oder (0 15 22) 8 97 35 35

Jeder kann nachempfinden, was andere fühlen

VON HANS-UWE REHSE

Wir Menschen haben eine besondere Fähigkeit: Wir können fühlen, was andere fühlen. Das ist ganz leicht. Es reicht aus, einen Menschen anzusehen. Dann spürt man, was in ihm vor sich geht. Sie kennen das bestimmt: Man kann mitlachen, wo gelacht wird. Und man weint mit, wo Menschen traurig sind. Alle Gefühle teilen sich mit. Man merkt, was in einem anderen vor sich geht und reagiert entsprechend darauf. Als ob eine Schwingung sich überträgt. Man nennt diesen Vorgang deshalb auch »Resonanz«.

Die Fähigkeit zur Resonanz ist sehr wichtig für uns. Sie hilft uns, einander zu verstehen. Und das brauchen wir – in jedem Gespräch, aber auch darüber hinaus. In vielen Lebenssituationen sind wir auf das Mitgefühl anderer angewiesen. Alles lässt sich besser verkraften und verarbeiten, wenn wir merken, dass wir nicht alleine sind. Psychologen machen darauf aufmerksam, dass diese »emotionale Resonanz« besonders notwendig ist, wenn Menschen etwas erleben, was sie seelisch erschüttert. Dann gerät vieles in einem durcheinander. Das Verständnis anderer hilft einem, einzuordnen, was man erlebt hat. Doch wenn niemand da ist, der einem mitfühlend zur Seite steht, dann fehlt die Kraft, die belastende Erfahrung zu verarbeiten.

Das Gefühl, in so einer Situation allein zu sein, hat weitreichende Konsequenzen. Das ist, als ob man herausgefallen ist aus dem tragfähigen Netz. Da wird man zurückhaltend anderen gegenüber. Und das in einer Situation, in der man doch gerade auf Beistand und Hilfe angewiesen ist. Eine schwierige Situation, die gegebenenfalls auch zu einem schwierigen Verhalten führt. Weil man hin- und hergerissen ist zwischen Vertrauen und Misstrauen. Ich habe den Eindruck, vielen geht es so, die auf der Straße leben.

Umso wichtiger, dass auch Menschen Resonanz bekommen die ein schwieriges Verhalten zeigen. Damit sie spüren: Ich

werde gesehen und wahrgenommen. Da ist jemand, der fühlt mit mir mit. Nur so kann langsam wieder das Vertrauen ins Leben wachsen. Und das Zutrauen zu sich selbst.

Eigentlich ist das nicht schwer. Denn wie gesagt: Jeder Mensch hat die Fähigkeit mitbekommen, nachzuempfinden, was andere fühlen. Aber ich merke an mir selbst, dass diese Fähigkeit nur zur Entfaltung kommt, wenn ich mich auf andere Menschen einlasse. Also: nicht weggucken, sondern hinsehen. Nicht sich verschließen, sondern sich öffnen. Nicht immer, aber immer öfter!

Gewiss, das ist nicht immer leicht. Aber es lohnt sich, daran zu arbeiten. Damit wir die Fähigkeiten auch nutzen, die uns mitgegeben worden sind.



**HANS-UWE REHSE IST PASTOR IM
RUHESTAND UND WAR GESCHÄFTS-
FÜHRER DER VORWERKER DIAKONIE
IN LÜBECK. SEINE KOLUMNE
ERSCHEINT JEDEN MONAT**



Grünkohl

von Marcus

Für 4 Personen:

- 1,5 kg frischer Grünkohl
(oder 1 Dose)
- 4 Scheiben Kassler (durchwachsen)
- 4 Mettenden
- 4 Pinkel
- 4 Zwiebeln
- 50 g Schweineschmalz
- Zucker, Salz, Pfeffer, Senf



Foto: Pixabay



Seit Sommer vergangenen Jahres unterstützt Marcus den mit uns in Kiel im selben Haus arbeitenden Tagestreff- und Kontaktladen (TaKo) der stadt.mission.mensch. Der 44-Jährige war früher in der IT-Branche tätig und studiert jetzt an der FH Kiel Soziale Arbeit. Den TaKo hatte er zunächst im Rahmen eines Praktikums kennengelernt, jetzt hilft er regelmäßig in ehrenamtlicher Arbeit. Dabei hat er auch viel Kontakt zu HEMPELS-Verkäufern. »Ich bewundere deren Kraft, trotz mancher Nackenschläge im Leben nie aufzugeben«, sagt Marcus. Unseren Leserinnen und Lesern empfiehlt er den Winterklassiker Grünkohl.

Grünkohl gründlich waschen, Blätter zupfen und grob hacken. Man findet aber auch guten Grünkohl aus der Dose (nicht den billigsten nehmen). Zwiebeln schälen und würfeln, in Schweineschmalz andünsten. Anschließend Kohl hinzufügen und mit etwas Brühe aufgießen. Bauchspeck, Mettenden und Pinkel – eine Spezialität aus Niedersachsen, bestehend u. a. aus Speck, Hafer- oder Gerstengrütze – in den Topf geben und ca. 1 Stunde köcheln lassen. Das Kasslerfleisch erst 15 Minuten vor dem Servieren hinzufügen, da es sonst zäh wird. Mit etwas Zucker, Salz, Pfeffer und Senf würzen, zur Bindung eine kleine Tasse Graupen oder Haferflocken hinzufügen.

MARCUS WÜNSCHT GUTEN APPETIT!

Zugehört



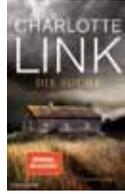
»Concrete And Glass«
Nicolas Godin

Air sind zurück! Ach nee, Moment, stimmt ja gar nicht. Nur ein Teil des Dreampop-Duos aus Frankreich meldet sich wieder: Musiker Nicolas Godin trat bereits 2015 solo in Erscheinung und bringt nun sein zweites Album heraus. Man könnte beim Hören allerdings wirklich meinen, es handelt sich um ein Werk von Air Ende der 1990er Jahre.

Godin greift den typischen Stil des Duos wieder auf. »Concrete And Glass« – Beton und Glas – lautet der Titel des Albums, und damit ist auch schon die Grundstimmung perfekt beschrieben. Es geht nämlich architektonisch zu bei Nicolas Godin: kühle Eleganz, perfekt konstruiert und gradlinig, mit den Klangversatzstücken eines Air-Songs versehen. Godin singt durch den Vocoder, der Sound schwingt zwischen Spannung und Entspannung, es gibt blubbernd-pfeifende Synthieklänge. Er kreiert einen perfekten Hintergrundsound, der aber doch für eine gewisse Irritation sorgt. Es gibt eine Reihe von Gastsängern und -sängerinnen wie Alexis Taylor von Hot Chip beim Track »Catch Yourself Falling« oder die Psychedelic-Soul-Sängerin Kadhja Bonet bei »We Forgot Love«.

Die Musik von Air, äh, Pardon, Nicolas Godin klingt immer noch nach einem retrofuturistischen Space-Trip aus der Vergangenheit, allerdings mit etwas mehr Funk. Er erfindet seinen Solo-Sound nicht neu, sorgt aber für diesen besonderen Twist, der es schafft, dass man das Album immer und immer wieder durchlaufen lässt. Suchtgefahr!

Durchgelesen



»Die Suche«
Charlotte Link

Ein knappe halbe Stunde. Länger braucht Deborah Goldsby nicht für ihren Wocheneinkauf im Supermarkt. Tochter Amelie hatte keine Lust sie zu begleiten und wartete im Auto. Als Deborah zum Auto zurückkehrt, ist die 14-Jährige spurlos verschwunden. Am selben Tag wird in den nahen Hochmooren die Leiche eines seit nahezu einem Jahr vermissten Mädchens gefunden. Entsetzen macht sich in der nordenglischen Küstenstadt Scarborough breit. Saskia Morris war offensichtlich monatelang gefangen gehalten, ehe sie verhungert und verdurstet starb. Detective Chief Inspector Caleb Hale ist hoch alarmiert. Gibt es einen Serientäter? In den Medien ist schnell vom »Hochmoorkiller« die Rede, was den Druck auf den Chief Inspector und seine Einsatzgruppe mächtig erhöht. Doch es gibt keine Anhaltspunkte in der Ermittlung, jeder Versuch läuft ins Leere. Kate Linville, Beamtin von Scotland Yard und eine alte Bekannte von Caleb Hale, ist aus privaten Gründen in Scarborough. Zufällig macht sie die Bekanntschaft von Amelie Goldsby's verzweifelten Eltern. Diese flehen sie um Hilfe an, als sie erfahren, dass sie eine Ermittlerin ist. Kate sieht den Fall schnell anders als die offiziellen Ermittler, darf sich jedoch nicht einmischen in ein Drama, was weder Anfang noch Ende zu haben scheint. Und sie fragt sich: Wieviel Zeit bleibt Amelie? Und dann verschwindet ein weiteres Mädchen, wieder spurlos.

Wieder einmal hat die Meisterin des Abründigen und Vielschichtigen gezeigt, was im Nebel der englischen Hochmoore verborgen scheint, wie perfide das Dunkle im Menschen sein kann. Ein dicker Schmöcker für kalte, dunkle Tage.

Angeschaut



»The Irishman«
Martin Scorsese

Chicago in den 1950er Jahren. Frank Sheeran fährt Rinderhälften nach Philadelphia, und um sein mageres Gehalt aufzubessern, lässt er immer wieder einige Hälften unterwegs verschwinden, um sie schwarz zu verkaufen. Mafia Boss Russell Bufalino findet Gefallen an diesem skrupellosen Iren, der keiner Schlägerei aus dem Weg geht und niemals seine Fehler verraten würde. Niemals! Sie werden Freunde, es wird betrogen, korrumpiert, gestohlen, gemordet. Frank steigt schnell in der Mafiahierarchie auf, und als der mächtige Präsident der Gewerkschaft der LKW-Fahrer, Jimmy Hoffa, einen Vertrauten und Leibwächter sucht, übernimmt Frank diese Aufgabe. Doch wer sich mit der Halbwelt einlässt, bekommt leicht Probleme, was auch Hoffa auf schmerzhaft Weise erfährt, als er sich ins politische Abseits manövriert.

Dreieinhalb Stunden vier weißen, stolzen Alphamännchen in amerikanischen Mafiastrukturen dabei zusehen, wie sie sich kennenlernen, belauern, betrügen, taktieren – und am Ende sind alle tot, außer Frank, der als gebrechlicher Alter im Altersheim lebt –, klingt wie schon einmal gesehen. Good Fellas beispielsweise. Aber Robert de Niro, Al Pacino, Joe Pesci und Harvey Keitel, alle 76 bis 80 Jahre alt, noch einmal zusammen beim Agieren zuzusehen, macht einfach Spaß. Und nebenbei erzählt Scorsese, ebenfalls schon 76, spannend und interessant vom Aufstieg und Fall der amerikanischen Arbeiterklasse. Im Kino oder über Netflix.



MUSIKTIPP
VON MICHAELA DRENOVAKOVIC



BUCHTIPP
VON ULRIKE FETKÖTTER



FILMTIPP
VON OLIVER ZEMKE

Experten vom Mieterverein zu Mietrechtsfragen

Mieterhöhung: Wohnfläche ist mitentscheidend

Wie viele Schleswig-Holsteinerinnen und Schleswig-Holsteiner mit Fassungslosigkeit wahrgenommen haben, hat die Landesregierung zum 1.12.2019 nicht nur die Mietpreisbremse, sondern auch die Kappungsgrenze abgeschafft beziehungsweise auslaufen lassen. Es ist zu vermuten, dass es zu einem erneuten Anstieg von Mieterhöhungen kommt. Neben den geforderten Quadratmeterpreisen ist allerdings auch die Wohnungsgröße bei Mieterhöhungen auf die ortsübliche Vergleichsmiete maßgeblich. Entscheidend ist die tatsächliche Wohnfläche. Ist im Mietvertrag eine größere Wohnfläche angegeben, kann sich der Vermieter nicht darauf berufen. Auch eine so genannte zehnprozentige Toleranzgrenze gibt es hier nicht. Es zählt die wirkliche Wohnungsgröße (BGH VIII ZR 266/14).

Hält ein Mieter die Angaben des Vermieters im Mieterhöhungsschreiben zur Wohnfläche für falsch, muss der Mieter das erläutern. (BGH VIII ZR 181/16). Ihm sei es möglich und zumutbar, die Wohnfläche der gemieteten Wohnung überschlägig zu vermessen und gegebenenfalls abweichende Flächenwerte vorzutragen. Es genüge, wenn der Mieter dem Vermieter das Ergebnis einer laienhaften, im Rahmen seiner Möglichkeiten liegenden Vermessung entgegenhält.

Bei der Ermittlung der Wohnfläche ist folgendes zu beachten: Alle Räume innerhalb der Wohnung zählen zur Wohnflä-

che mit. Flächen von Zubehörräumen wie Keller, Waschküche, Trockenräume, Garagen usw., sind nicht zu berücksichtigen. Bei Balkonen, Loggien, Dachgärten und Terrassen werden Grundflächen in aller Regel nur zu einem Viertel berücksichtigt. Maximal kann die Fläche bis zur Hälfte angerechnet werden. Grundflächen unter Dachschrägen oder Flächen mit geringer Raumhöhe dürfen nicht voll angerechnet werden. Das ist nur gerechtfertigt, soweit die Räume oder Raumteile eine lichte Höhe von mindestens zwei Metern aufweisen. Raumteile mit einer lichten Höhe von einem Meter bis unter zwei Metern werden nur zur Hälfte angerechnet und Raumteile mit einer lichten Höhe von unter einem Meter überhaupt nicht.



*Expert/innen des Kieler Mietervereins schreiben zu aktuellen Mietrechtsfragen. Lesen Sie diesen Monat eine Kolumne der Geschäftsführerin **Ann Sophie Mainitz**. Bei Anregungen und Fragen können sich unsere Leser/innen direkt an den Mieterverein wenden. Eine Mitgliedschaft ist erforderlich, Bezieher von Sozialleistungen erhalten einen Beitragsnachlass von 30 Prozent.*
**MIETERVEIN IN KIEL, EGGERSTEDTSTR. 1,
TEL.: (04 31) 97 91 90.**

Wichtige Urteile zum Sozialrecht

Sozialamt muss nahtlosen Übergang in ALG-II-Bezug sicherstellen

Im Januar 2018 hatte ich an dieser Stelle darüber berichtet, dass Jobcenter bei Zweifeln an der Erwerbsfähigkeit ihrer Kunden die Bewilligung von ALG II nicht einfach ablehnen und diese auf Leistungen nach dem SGB XII (Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsunfähigkeit, Hilfe zum Lebensunterhalt) verweisen dürfen, sondern so lange weiter ALG II gewähren müssen, bis der gegebenenfalls zuständige Leistungsträger die Leistungsgewährung tatsächlich aufgenommen hat. Denn kein Hilfebedürftiger darf allein wegen ungeklärter Zuständigkeitsfragen ohne existenzsichernde Leistungen verbleiben. Das Sozialgericht Kiel hat die Verpflichtung zur nahtlosen Leistungserbringung nun auch für den umgekehrten Fall bestätigt: Hält ein SGB-XII-Sozialleistungsträger einen Leistungsberechtigten für erwerbsfähig, darf er diesem nicht einfach die Leistungen verweigern, sondern muss diese so lange weiter gewähren, bis das gegebenenfalls zuständige Jobcenter die ALG-II-Zahlungen tatsächlich aufnimmt. Dabei trifft die Verpflichtung zur Einleitung der Feststellung der Erwerbsminderung durch den Rentenversicherungsträger insbesondere auch nicht das Jobcenter, son-

dern gemäß § 45 SGB XII den SGB-XII-Träger. Etwas anderes folgt auch nicht aus § 44a Abs. 1 Satz 7 SGB II, da diese Regelung nicht den Fall betrifft, in dem ein Hilfebedürftiger bereits Leistungen nach dem SGB XII erhält. Zuletzt weist das Sozialgericht darauf hin, dass für die Feststellung der Erwerbsfähigkeit auch nicht zwingend ein Gutachten des Rentenversicherungsträgers einzuholen ist, wenn kein Widerspruchsberechtigter nach § 44a Abs. 1 Satz 1 SGB II den Feststellungen des medizinischen Dienstes der Bundesagentur für Arbeit widerspricht. (SG Kiel, Beschluss vom 16.10.2019, S 26 SO 23/19 ER)



*Wir veröffentlichen jeden Monat ein Urteil, das für Bezieher von Hartz IV und anderen Sozialleistungen von Bedeutung ist. Unsere Servicrubrik entsteht in Zusammenarbeit mit dem Experten für Sozialrecht **Helge Hildebrandt**, Rechtsanwalt in Kiel.*

»Bei HEMPELS helfen wir uns gegenseitig«

Mike, 40, verkauft unsere Zeitung in Kiel-Gaarden



Ohne HEMPELS kann ich nicht, für mich ist HEMPELS wie eine große Familie: Einer für alle, alle für einen – wir versuchen uns immer gegenseitig zu helfen. Das ist mir schon vor mehreren Jahren während meiner ehrenamtlichen Mitarbeit hinter dem Tresen vom Kieler HEMPELS-Café deutlich geworden. Seit knapp zehn Jahren verkaufe ich die Zeitung jetzt im Kieler Ostuferstadtteil Gaarden, vor Rossmann am Vinetaplatz.

Ich stamme auch aus Kiel, habe hier meinen Hauptschulabschluss gemacht und anschließend Maler und Lackierer gelernt. Leider habe ich den Abschluss nicht gemacht, weil ich mehr auf Montage war als in der Berufsschule. In den Jahren danach habe ich viele Jobs in verschiedenen Bereichen ausgeführt, seit 2010 geht das aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr.

Denn mittlerweile habe ich große Probleme vor allem mit dem Rücken und mit dem ganzen linken Bein. Das hängt zum einen mit einem Arbeitsunfall aus den 1990er Jahren zusammen. Und zum anderen war es so, dass ich auch bei Beschwerden immer weiter arbeiten gegangen bin statt zum Arzt. Heute muss ich sagen, dass das ziemlich blöd gewesen ist. Denn jetzt habe ich mit den Konsequenzen umzugehen. Ich stehe nämlich vor der Arbeitsunfähigkeitsrente.

Die gesundheitlichen Probleme haben natürlich auch Auswirkungen auf eine ganz große Leidenschaft von mir, das Fußballspielen. Dass ich ein großer Fan dieses Sports bin, sieht man ja auch an dem Trikot, das ich hier anhabe. Früher habe ich in Freizeitmannschaften selbst viel gespielt, auch in der HEMPELS-Fußballmannschaft war ich lange aktiv. Mit kapputten Knien und so weiter geht das aber leider nicht mehr.

Wäre ich noch gesund, hätte ich wohl längst meinen Schein als Torwarttrainer für die F-Jugend machen können. Das war immer mein Ziel: Kindern die Freude am und Verständnis vom Fußball zu vermitteln. Tja, geht leider nicht mehr. Aber großer Fan dieses Sports und vor allem von meinen Lieblingsmannschaften Holstein Kiel, Hamburger SV und Schalke 04 werde ich trotzdem bleiben.

Meine Verkaufsarbeit macht mir ganz großen Spaß. Ich will ja nicht nur rumhängen, sondern eine Aufgabe haben. Und der Kontakt zu meinen Kunden motiviert mich immer besonders, weil ich merke, dass ich nicht abschätzig behan-

delt werde. Respekt und Achtung uns Zeitungsverkäufern gegenüber finde ich ganz wichtig.

Wie gesagt: Ohne HEMPELS und den freundschaftlichen Kontakt zu den vielen Leuten dort geht es für mich nicht. Und bestimmt werde ich mir demnächst auch wieder eine neue ehrenamtliche Aufgabe in einer der Kieler HEMPELS-Einrichtungen suchen.

PROTOKOLL UND FOTO: PETER BRANDHORST

JA, ICH MÖCHTE HEMPELS UNTERSTÜTZEN!

FÖRDERMITGLIEDSCHAFT

Ich möchte Fördermitglied von HEMPELS werden und zahle monatlich / jährlich _____ Euro

- Einzug (erfolgt bei Beträgen unter 5 Euro/Monat vierteljährlich)
- Überweisung auf das Konto: IBAN: DE13 5206 0410 0206 4242 10; BIC: GENODEF1EK1
- HEMPELS e.V. ist vom Finanzamt Kiel (Nord-GL 4474) als mildtätig anerkannt. StNr. 20/291/84769
Ich bin mit der Veröffentlichung meines Namens einverstanden

MEINE ANSCHRIFT

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Datum & Unterschrift

BANKVERBINDUNG

DE _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _
IBAN

_ _ _ _ _ _ | _ _ _ _ _ _
BIC

Bankinstitut

Bitte senden an:

HEMPELS Straßenmagazin,

Schaßstraße 4, 24103 Kiel

Fax: (04 31) 6 61 31 16

E-Mail: abo@hempels-sh.de

Oder einfach anrufen: (04 31) 67 44 94

HEMPELS

»Immer von Fremdverschulden ausgehen«

Briefe an die Redaktion

Zu: *Drei tote Obdachlose*; Nr. 284

»Formulierung stört«

In der Dezember-Ausgabe Nr. 284 Ihrer lesenswerten Zeitung las ich, dass im Vormonat in Hamburg und Norderstedt drei Obdachlose tot auf der Straße aufgefunden wurden. In der Meldung wurde erwähnt, dass laut Polizeibericht von keinem Fremdverschulden ausgegangen wird. Ich störe mich ein wenig an dieser Formulierung. Denn wenn auf den reichen Straßen dieses Landes ein Obdachloser verstirbt, würde ich – auch wenn der Volksmund sagt, dass jeder seines eigenen Glücks (bzw. Unglücks) Schmied ist – immer von einem Fremdverschulden ausgehen.

STIFF LA WOLF, MUSIKER AUS MECKLENBURG-VORPOMMERN

Zu: *Sehnsucht im Herzen*; Nr. 284

»Gute Fotos«

In der Dezember-Ausgabe Nr. 284 ist mir »Sehnsucht im Herzen« mit Berichten über verschiedene HEMPELS-Verkäuferinnen und -Verkäufer aufgefallen. Die von Peter Werner erstellten dazugehörigen Porträtfotos sind wirklich gut und eine gelungene Arbeit. Gratulation!

JÖRN EWERT, FOTOGRAF, SCHLESWIG

Zu: *HEMPELS allgemein*

»Ganz tolle Zeitung«

HEMPELS ist so wie Hinz&Kunz(t) aus Hamburg eine ganz tolle Zeitung!

KAI-DETLEF ROHDE, WEDEL; PER E-MAIL

LESERBRIEFE AN:

redaktion@hempels-sh.de oder HEMPELS, Schaßstraße 4, 24103 Kiel

KLEINANZEIGEN

1,5 – 2-Zi.-Whg. gesucht in Kiel

von ehrenamtlicher HEMPELS-Mitarbeiterin (Martina, 53, Hauswirtschaftlerin in Frührente). Hochparterre oder höher. Kontakt über HEMPELS: (0431) 679 39 800.

In Not geratener Mann sucht

1,5 – 2-Zi.-Whg. im Raum RD/ECK,

gerne teilmöbliert. 55 Jahre, NR, NTrinker. Suche außerdem neue Arbeit. FS/Pkw vorhanden. War früher selbstständiger Unternehmensberater (mit Referenzen). Übernehme jede Tätigkeit. Angebote an: HEMPELS, Schaßstr. 4, 24103 Kiel, Chiffre: 111.

DIRK PETERSEN

* 2.7.1966 † 9.1.2020

Dirk war ehemaliger Mitarbeiter im Kieler HEMPELS-Café »Zum Sofa«.

Das gesamte HEMPELS-Team

MARIO POLAK

* 18.2.1973 † 16.1.2020

Mario war ehrenamtlicher Mitarbeiter in unserem Trinkraum in Kiel-Gaarden.

Das gesamte HEMPELS-Team

IMPRESSUM

Herausgeber des Straßenmagazins

HEMPELS e. V., Schaßstraße 4, 24103 Kiel, Tel.: (04 31) 67 44 94 Fax: (04 31) 6 61 31 16

Redaktion Peter Brandhorst (V.i.S.d.P.),

Georg Meggers
redaktion@hempels-sh.de

Online-Redaktion Georg Meggers

Foto Peter Werner

Mitarbeit Michaela Drenovakovic, Ulrike Fetkötter, Hans-Uwe Rehse, Oliver Zemke

Layout Nadine Grünewald

Redesign 3G-GRAFIK, Uta Lange und Götz Lange

Anzeigen Lukas Lehmann, anzeigen@hempels-sh.de

HEMPELS in Flensburg

Johanniskirchhof 19, Tel.: (04 61) 4 80 83 25, flensburg@hempels-sh.de

HEMPELS in Husum

nordfriesland@hempels-sh.de

HEMPELS in Lübeck

Wahmstraße 80, Tel.: (04 51) 400 25 76 40, luebeck@hempels-sh.de

HEMPELS im Internet

www.hempels-sh.de

Geschäftsführer Lukas Lehmann, verwaltung@hempels-sh.de

Vereinsvorstand Jo Tein (1. Vors.), Catharina Paulsen, Lutz Regenber, vorstand@hempels-sh.de

Fundraising Lukas Lehmann, verwaltung@hempels-sh.de

Sozialdienst Lena Falk, Catharina Paulsen; lena.falk@hempels-sh.de paulsen@hempels-sh.de

HEMPELS-Café Schaßstraße 4, Kiel, Tel.: (04 31) 6 61 41 76

HEMPELS Gaarden Kaiserstraße 57, Kiel, Tel.: (04 31) 53 03 21 72

Druck: PerCom Vertriebsgesellschaft, Am Busbahnhof 1, 24784 Westerrönnfeld

Geschäftskonto HEMPELS

IBAN: DE22 5206 0410 0006 4242 10, BIC: GENODEF1EK1

Spendenkonto HEMPELS

IBAN: DE13 5206 0410 0206 4242 10, BIC: GENODEF1EK1

Als gemeinnützig anerkannt: Finanzamt Kiel Nord unter der Nr. GL 4474

HEMPELS Straßenmagazin ist Mitglied im Internationalen Netzwerk der Straßenzeitungen sowie im forum sozial e.V.



HEMPELS wurde 2015 ausgezeichnet mit dem Sonderpreis »Ingeborg-Drewitz-Literaturpreis für Gefangene« für die Arbeit der Schreibwerkstatt in der JVA Lübeck.

Flensburger unterstützt HEMPELS mit Fotokalender

Jahreskalender mit Fotomotiven seiner Lieblingsstadt Flensburg entwirft und verkauft Jan Krützfeldt schon seit einigen Jahren. In diesem Jahr spendet er bereits zum zweiten Mal einen Teil der Einnahmen an HEMPELS. »Die Zahl der Obdachlosen steigt, Wohnungen werden immer teurer – darum möchte ich mit meiner Spende die Arbeit von HEMPELS unterstützen«, sagt der 40-jährige Mediengestalter aus Handewitt.

Über das Internet sowie Flensburger Buchhandlungen verkaufte er vor Weihnachten 150 Kalender; ein Euro pro Exemplar spendet er nun an HEMPELS. »Eine Käuferin gab zehn Euro extra – darum kamen insgesamt 160 Euro zusammen«, so der Leser unseres Straßenmagazins. Eines dieser Exemplare hat unser Ge-

schäftsführers Lukas Lehmann in seinem Büro aufgehängt. »Ein wirklich toller Kalender voll wunderschöner Fotos! Und wir freuen uns natürlich sehr über die Spende«, sagt Lukas Lehmann. Unter www.bildarchiv-sh.de finden Sie weitere Infos zu Jan Krützfeldt und seinen Flensburg-Kalendern. **MGG**



Foto: Georg Meggers

HEMPELS-Geschäftsführer Lukas Lehmann hängt einen Flensburg-Kalender in seinem Büro auf.

HEMPELS SUCHT UNTERSTÜTZUNG

Unsere Küche in der Kieler Schaßstraße 4 sucht Partner*innen und in der Küchenarbeit erfahrene Ehrenamtliche als aktive Unterstützung für unsere Arbeit.

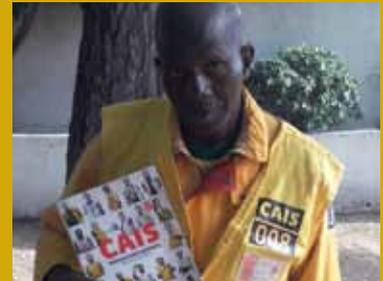
Kontakt: verwaltung@hempels-sh.de oder (04 31) 67 44 94

HEMPELS

Das Straßenmagazin für Schleswig-Holstein

Verkäufer in anderen Ländern

Etwa 110 Straßenzeitungen gibt es rund um den Globus. An dieser Stelle lassen wir Verkäufer zu Wort kommen. Samuel verkauft in Lissabon »CAIS« (Werft).



Ich bin 71 Jahre alt und stamme aus Mali, Portugal und vor allem Lissabon sind aber längst zu meiner Heimat geworden. Meine Eltern haben mich aus religiösen Gründen Samuel genannt, aber jetzt, da ich älter bin, ist mein größter Traum, ein Dichter zu sein. Ich liebe die Kunst, mit großer Begeisterung kann ich über Filme, Bücher und Lieder sprechen. Einer meiner Lieblingsfilme ist »O Mago do Inferno« (»Der Zauberer der Hölle«). Darin geht es um Mut, der in Zeiten der Qual der beste Freund eines Menschen sein kann.

Ich mache in meiner Freizeit gerne Gymnastik und bin ein großer Fan des Fußballvereins Benfica. Als Politiker habe ich den früheren Generalsekretär der Sozialistischen Partei bewundert, Mário Soares. Und wenn es um Essen geht, dann steht eine portugiesische Spezialität bei mir ganz oben: Bacalhau à Brás, ein Gericht aus gesalzenen Kabeljaustreifen, fein gehackten Kartoffeln und Rührei, das mit schwarzen Oliven und Petersilie garniert ist. Die Arbeit als Zeitungsverkäufer hat mein Leben in vielerlei Hinsicht positiv beeinflusst. Sie hilft mir, verschiedene Probleme zu lösen, was mir wiederum ein besseres Leben ermöglicht. Mein oberstes Ziel im Leben ist es, in Frieden zu sein.

MIT DANK AN: CAIS / INSP.NGO

	9		4	8	7		2	
			5	6	3			
5				2				4
	6	1		5		2	9	
	3		6		8		1	
	5	4		3		6	8	
3				1				9
			3	4	5			
	1		8	7	9		4	

Leicht

Das jeweilige Sudoku-Diagramm muss mit den Ziffern 1 bis 9 aufgefüllt werden. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile und jeder Spalte und in jedem 3x3-Feld nur einmal vorkommen. Die Lösungen veröffentlichen wir im nächsten Heft.

Lösung Januar 2020 / Nr. 285:

	5	8				6	9	
			2		8			
			6	1	9			
7	1			8			4	9
9			1		2			6
3	6			7			1	8
			7	2	3			
			4		5			
	3	7				4	6	

Schwer

3	6	1	8	5	7	2	4	9
8	7	2	4	9	6	5	1	3
4	9	5	3	2	1	7	8	6
1	5	7	6	4	2	9	3	8
9	8	3	1	7	5	6	2	4
2	4	6	9	8	3	1	5	7
5	2	8	7	6	4	3	9	1
7	3	9	2	1	8	4	6	5
6	1	4	5	3	9	8	7	2

Leicht

7	9	4	1	8	2	6	5	3
2	1	6	9	5	3	8	4	7
8	5	3	7	6	4	9	2	1
1	7	9	5	2	8	3	6	4
6	4	5	3	9	7	1	8	2
3	8	2	4	1	6	7	9	5
4	6	8	2	3	1	5	7	9
9	3	7	8	4	5	2	1	6
5	2	1	6	7	9	4	3	8

Schwer

HEMPELS-KARIKATUR VON KOSTAS KOUFOGIORGOS
WWW.KOUFOGIORGOS.DE



SOFARÄTSEL

Haben Sie zuvor das kleine Sofa gefunden?

Dann Seite 2 lesen und mitmachen!

Gegen den gesunden Menschenverstand



Unser Nachbar sagt: »Ich fahr doch nicht mit 'nem Roller. Ich bin doch kein Kind mehr.« Ich sage: »Freuen Sie sich doch, dass Sie wieder Rollerfahren dürfen, und das auch noch auf dem Bürgersteig. Da fühlt man sich doch gleich viel jünger.« – »Quatsch! Rollerfahren auf dem Bürgersteig ist viel zu gefährlich!« Ich sage: »Sie müssen natürlich auch vorher einen Pedelec-Kurs belegen!« – »Einen was bitte?« – »Mein Gott,« sage ich. »Pedel kommt von Pedale und elec von electric, also elektrisch treten oder so ähnlich!« – »Wieso?«, fragt mein Nachbar, »was wird einem da denn beigebracht?« – »Ist doch klar«, sage ich, »die Verkehrsregeln für den Pedelec-Verkehr auf dem Fußweg. Es wird für jeden Fußgänger Vorschrift, eine Gehrichtungsänderung anzuzeigen: Linken Arm nach links rausstrecken, wenn Sie links abbiegen wollen, rechten Arm nach rechts.«

Mein Nachbar holt tief Luft und läuft rot an. Ich sage: »Wenn der Rollerfahrer von hinten kommt, würde er Ihnen sonst leicht in den Rücken fahren!« – »Hören Sie auf!«, schnauzt mein Nachbar, »wenn mir einer in den Rücken fährt, wie leicht könnte ich da nach vorn auf die Straße fallen.« – »Daher wird es ja auch Vorschrift, dass jeder Fußgänger sich einen Fußgänger-Airbag umschnallt. Der fängt den Fußgänger auf, bevor er auf die Schnauze

fällt.« – »Wie bitte? Ich als Fußgänger soll einen Airbag tragen?« – »Aber gewiss doch! Sie müssen auch ein batteriebetriebenes Rücklicht am Gürtel tragen. Das haben Sie sofort einzuschalten, wenn Sie irgendwo abrupt stehen bleiben. Der Rollerfahrer muss ja sehen, dass Sie bremsen!« – »Nein, das mach ich nicht mit!« – »Das müssen Sie aber. Sonst verlieren Sie Ihre Geherlaubnis. Die Geherlaubnis erhalten Sie bei der Fußgängerprüfung. Dafür müssen Sie aber noch nachweisen, dass Sie beim Ausatmen pro Atemzug weniger CO₂ ausstoßen als ein PKW mit der Beschränkung A4 auf 100 Metern.«

Mein Nachbar fängt an zu zittern. »Dieser Scheuer!«, schreit er, »dieser Scheuer ist wohl total bescheuert!« – »Im Gegenteil«, sage ich. »er sagt, er hat einen gesunden Menschenverstand. Darum würde er auch nie einer Geschwindigkeitsbegrenzung auf der Autobahn zustimmen.«

.....

DER SATIRIKER HANS SCHEIBNER HAT SICH AUCH ALS KABARETTIST, LIEDERMACHER UND POET EINEN NAMEN GEMACHT. IM BUCHHANDEL ERHÄLTlich IST UNTER ANDEREM »DAS GROSSE HANS-SCHEIBNER-BUCH« (HEYNE).

Auf der Suche nach besserem Schlaf?

Wasserbetten • Airmatratzen • Gelbetten



www.waterbeddiscount-kiel.de



Ihre Familie Marquardt

Waterbed discount

Öffnungszeiten: Mo-Fr: 9-18.30 Uhr, Sa: 9-16.00 Uhr
Gutenbergstraße 40, 24118 Kiel, Telefon: 0431-248 93 20

JETZT ANLEGEN!
Schon ab 200€

**GELD MACHT KOHLE.
GUTES GELD IST
ERNEUERBAR.**

INFORMIEREN UNTER: 040 94 36 2800
NORDEUTSCHLAND.OIKOCREDIT.DE

NACHHALTIGE GELDANLAGE SEIT 1975.

OIKO CREDIT
in Kooperation mit

OBOLUS
SOZIALLÄDEN IN KIEL

Ein Projekt vom Jobcenter Kiel

Spenden Sie Kleidung oder Spielzeug zum Valentinstag ❤️

Filiale Zentrum Sophienblatt 64a Mo-Fr: 9:00 - 18:00 Tel: 0431/71034012	Filiale Diedrichsdorf Hertzstraße 75 Mo-Fr: 9:00 - 18:00 Tel: 0431/600535711	Filiale Gaarden Johannesstraße 48 Mo-Fr: 9:00 - 18:00 Tel: 0431/600238411
--	---	--

Web: www.faw.de/standorte/kiel-projekt/obolus-der-sozialladen

ideenwerft
WERBEAGENTUR

Wir machen Ihr Projekt seetauglich!

Webdesign | Online-Marketing | Print
Schülperbaum 31 • 24103 Kiel • 0431 26092211
info@ideenwerft.com • www.ideenwerft.com

Ollie's Getränke Service

Getränke, Fassbier und Zapfanlage, Wein und Sekt, Lieferservice bis Kiel und weiter... und wir stellen Ihnen die Ware in den Kofferraum

VOM 3. BIS 7. 2. 2020 IM ANGEBOT:



WITTENSEER SPORT VITAL

7,99 EUR

je 12 x 0,7 l (+ Pfand)

Ollie's Getränkeservice, Kieler Straße 10, Langwedel
Öffnungszeiten: Mo. + Fr. 9-17 Uhr, Di. - Do. 14-17 Uhr

Telefon: 0 43 29 / 8 16