



aktuell

Juli 2026



EVANGELISCHE FRAUENARBEIT
der Ev.-Luth. Kirche in Oldenburg



**Sehr geehrte Leserinnen und Leser,
liebe Freundinnen und Freunde
der Ev. Frauenarbeit,**

vor den Sommerferien möchten wir Ihnen wieder einen Einblick in unsere Arbeit gewähren und haben einige Berichte aus ganz unterschiedlichen Bereichen zusammengestellt. Wir hoffen, dass sowohl die Teilnehmenden als auch die, die nicht dabei waren, viel Interessantes darin finden.

Die Spanne reicht vom Weltgebetstag, der dieses Jahr den Blick auf Nigeria lenkte, über einen Stadtspaziergang, eine kombinierte Bibliolog- und Biblotanzveranstaltung, ein Wochenende für Alleinerziehende, eine Sing- und Schreibwerkstatt, einen Bildungsurlaub zum Thema Demokratie bis zu einem Wochenende in Papenburg.

Außerdem finden Sie ein Interview mit Rita Beutin, die sich seit Jahrzehnten unermüdlich ehrenamtlich in unserer Kirche und in der Ökumene engagiert.

Auch eine Andacht und Literaturtipps sind wieder dabei.

Wir freuen uns auf die Begegnungen mit Ihnen im zweiten Halbjahr. Schauen Sie auf unsere Homepage, was wir da noch so alles planen! Auch auf Facebook und Instagram können Sie uns folgen.

Herzliche Grüße
Ihre

*Andrea Schrimm-Heins Nicole Dylewski
Karin Kutschke Sabine Kubisch*

Gebet vor dem Sommerurlaub

*Hilf mir, einzusehen, dass ich Urlaub brauche.
Auch wenn ich weiß, dass er für viele in dieser Welt
ein Luxus ist.*

*Hilf mir, Pause zu machen.
In einer Welt, die ständig beschäftigt ist.*

*Hilf mir, dass ich die Pause nicht als Mühe erlebe,
sondern gerne nach Hause komme.*

*Hilf mir, den Reichtum der Natur zu genießen.
Die Schönheit der Menschen um mich herum.
Die Fülle, die Pracht, den Überfluss deiner Welt.*

*Hilf mir, menschlich zu sein.
In einer gnadenlosen Zeit, die immer noch mehr
fordert.*

*Hilf mir, nicht nur zu konsumieren, einmal
auszunüchtern und zu staunen über das, was da
ist.
In diesem Sommer, der deine Zeit ist.*

Christina Brudereck (Gottesdienstkultur Nordkirche)





„Kommt! Bringt eure Last.“

Trommelklänge zum Weltgebetstag



WGT-Bild „Rest for the Weary“ von Gift Amarachi Ottah,
©World Day of Prayer International Committee

Bewegende Gottesdienste am Weltgebetstag im Oldenburger Land

Am 6. März ging ein Gebet um die Welt, denn es war – wie jedes Jahr am ersten Freitag im März – wieder Weltgebetstag (WGT). 24 Stunden lang kamen Frauen, Männer, Kinder und Jugendliche in mehr als 150 Ländern zusammen, um gemeinsam zu beten. Im Oldenburger Land gab es rund 50 Gottesdienste, so auch in Hude, Metjendorf und Varel.

Jedes Jahr planen Frauen in einem anderen Land das Motto und erarbeiten die Liturgie, die dann an diesem Freitag weltweit einheitlich gefeiert wird. Gebete, Lieder und persönliche Geschichten von Frauen stehen dabei im Mittelpunkt. Seit 1927, also seit fast 100 Jahren, engagieren sich christliche Frauen konfessions- und länderübergreifend für Frieden, Gerechtigkeit und Würde anderer Frauen rund um den Globus. Ihre Vision: ein selbstbestimmtes Leben für alle Frauen auf der Welt. So entstand die größte Basisbewegung christlicher Frauen weltweit.

Die Liturgie für den Weltgebetstag 2026 haben Frauen verschiedener Kirchen und Konfessionen aus Nigeria erarbeitet. Der WGT 2026 stand unter dem Motto „Kommt! Bringt eure Last.“ (angelehnt an Matthäus 11, 28-30). Dabei ging es den nigerianischen Frauen um das Teilen der Lasten, um das Finden von Ruhe und um das Schöpfen neuer Kraft im Glauben und der Gemeinschaft.

Nigeria – ein großes Land mit vielen verschiedenen Ethnien

230 Millionen Menschen leben in Nigeria, dem bevölkerungsreichsten Land Afrikas. Nur drei Prozent davon sind über 65 Jahre alt. Das Land, das in den muslimisch geprägten Norden und den christlichen Süden aufgeteilt ist, vereint 250 Ethnien mit mehr als 500 Sprachen und Dialekten. Die drei größten Ethnien sind Yoruba, Igbo und Hausa. Nigeria ist reich an Öl, auf dem der wirtschaftliche Fokus liegt. Neu ist die boomende Film- und Musikindustrie als Wirtschaftszweig. Reichtum und Macht sind sehr ungleich verteilt.

Nigerianische Frauen tragen viele Lasten – körperlich und seelisch. Wasser und Feuerholz tragen sie auf dem Kopf. Die Wege sind oft sehr weit. Gewalt begleitet diese Frauen häufig im Alltag. Sie haben die Verantwortung für Kinder und die häusliche Versorgung. In der Gesellschaft haben sie meist keinen eigenen Platz und kämpfen gegen Armut und sexuelle Gewalt. All diese Lasten spiegeln sich im Titelbild des diesjährigen Weltgebetstags wider.

Tiefer Glaube und Lebensfreude

Der tiefe Glaube der Nigerianerinnen sei in der Liturgie zu spüren, da waren sich die Organisatorinnen in den Gemeinden Hude, Metjendorf und Varel einig. Trotz der vielen Lasten im täglichen Leben würden die Frauen Hoffnung ausstrahlen. „Lassen wir uns anstecken von ihrer Lebensfreude und ihrem Mut“, fasste es Ulrike Burkardt, Pastorin der Ev.-luth. Kirchengemeinde Varel, zu Beginn des Gottesdienstes in Worte. Mit Trommelklängen, Klaviermusik und Gesang brachten alle drei Gemeinden ein Stück nigerianisches Leben ins Oldenburger Land und die Gemeindesäle.





Mit Liedern auf die Reise mitgenommen werden



Vom Krafttanken, vom Ausruhen und der Geborgenheit bei Gott handeln die Lieder der nigerianischen Frauen, deren Alltag von Ängsten, Sorgen und Gewalt geprägt ist. Welche Rolle der Gesang und die Musik für sie spielen, zeigte sich in allen drei besuchten Gottesdiensten. Gesang, Klavier, Querflöte und natürlich afrikanische Trommeln erfüllten die Gemeindesäle und nahmen die Gottesdienstbesucherinnen und -besucher auf die Reise nach Nigeria mit.

In Hude sorgte der von der Elfenbeinküste stammende und in Oldenburg lebende Musiker Leo Delest durch Trommelklänge auf einer Djembé bereits am Nachmittag für afrikanisches Flair. In Varel begrüßten am Freitagnachmittag sieben Trommlerinnen und Trommler die Gemeinde und auch abends im Metjendorfer Gemeindehaus waren afrikanische Trommeln zu hören.

Vom Ablegen und Teilen der Lasten

Mit Liedern und Gebeten legen die nigerianischen Frauen ihre Lasten in Gottes Hände. In Varel legten die Gottesdienstbesucherinnen und Gottesdienstbesucher symbolisch ihre Lasten in Form eines weißen Steins, den sie eingangs bekommen hatten, in Kisten im Altarraum ab. Dafür erhielten sie einen Schmetterling, der nicht nur die Leichtigkeit nach dem Teilen der Lasten verdeutlicht, sondern auch für die Artenvielfalt in Nigeria steht.



Nachdenklich stimmten die Geschichten der drei nigerianischen Frauen, in denen es um religiöse Verfolgung, um gesellschaftliche Unterdrückung und um Armut und Verzweiflung geht. „Wir haben viel über das Leben und die Lasten der Frauen in Nigeria erfahren und im Gottesdienst weitergeben können“, betont Julianna Grätz, eine der Organisatorinnen in Hude. „Jedes Jahr lernen wir etwas Neues über das Leben und den Glauben von Frauen in anderen Ländern“, berichtet Marion Borsum, die bereits seit 40 Jahren zum Huder WGT-Team gehört. Dass genau das den Weltgebetstag ausmache, darin sind sich alle Organisatorinnen in den verschiedenen Gemeinden einig.

Überall anders

Trotz gleicher Liturgie und viel Gesang war jeder der drei Gottesdienste anders. In Hude startete das WGT-Team bereits um 15:00 Uhr und lud zum anschließenden Austausch bei Kaffee und Kuchen an liebevoll dekorierten Kaffeetafeln ein. Im Vareler Gemeindehaus wurden im Anschluss an den Gottesdienst schnell Tische und Stühle gerückt, während es aus der angrenzenden Küche einladend nach fremden Speisen und Gewürzen duftete. Hier waren die rund 60 Gottesdienstbesucherinnen und -besucher herzlich zum gemeinsamen Essen willkommen.



Auch in Metjendorf stand nach dem Gottesdienst ein Buffet mit landesspezifischen Köstlichkeiten bereit. In das Leben der nigerianischen Frauen und die Besonderheiten des Landes führte das WGT-Team schon vor dem Gottesdienst ein. Dass es wieder eine wunderbare Veranstaltung war, darin waren sich Teilnehmende sowie Organisierende in allen Gemeinden einig. Und auch die gute ökumenische Zusammenarbeit wurde am Ende aller drei Gottesdienste hervorgehoben.



Kollekte 2026

In nigerianischen Kirchen drücken die Frauen ihre Freude am Geben tanzend aus. Musik und Tanz waren auch beim Einsammeln der Kollekte wichtig. In Metjendorf brachten die Gemeindeglieder ihre Gaben fröhlich tanzend in den Altarraum.

Die diesjährige Kollekte fließt in zwei ausgewählte Projekte, die Armut bekämpfen und Solidarität unter Frauen schaffen sollen:

Unterstützung von Kleinbäuerinnen in Nigeria

Bei dem ersten geht es um Ernährungssicherheit für Kleinbäuerinnen in Nigeria. Die 2011 gegründete „Women & Youth Empowerment and Health Initiative“ (kurz: WYEAHI) unterstützt Kleinbäuerinnen dabei, ihr Land nach der Beilegung der Konflikte in der Region wieder zu bewirtschaften und sich damit eine Existenz aufzubauen. Insbesondere Alleinerziehende und Frauen mit einer Behinderung stehen dabei im Fokus. Sie erhalten Werkzeuge, Saatgut sowie Dünger und bekommen landwirtschaftliche Kenntnisse vermittelt.

Resilienz der Mapuche-Frauen in Chile stärken

Das zweite Projekt will pflegende Mapuche-Frauen in Chile unterstützen. Die Frauen dieser indigenen Gruppe leben in Armut, leiden oft unter häuslicher Gewalt und psychischen Erkrankungen und tragen die Last der Krankenversorgung. Die „Commission for Social Policy, Education, Employment, Research and Culture“ (kurz: SEDEC) ist Teil der Sozialarbeit der Methodistischen Kirche von Chile. Sie fördert die individuelle Resilienz und das kulturelle Bewusstsein dieser Frauen und schafft Aufmerksamkeit.

Weltgebetstag 2027

Auch im nächsten Jahr wird der Weltgebetstag am ersten Freitag im März weltweit gefeiert. Allerdings übernimmt die Planung das Internationale Weltgebetstagskomitee unter dem Motto „United in Prayer for Justice and Peace“, denn der WGT feiert 100-jähriges Jubiläum.

Text: Daniela Conrady

Bilder: ELKiO/Daniela Conrady

Westafrika im Übersee-Museum

Am 5. Februar 2026 lud die Evangelische Frauenarbeit im Rahmen der Weltgebetstagsvorbereitungen zu einer ganz besonderen Veranstaltung ein: Wir nahmen an einer Führung im Übersee-Museum Bremen teil, die sich mit Westafrika befasste – einer Region, zu der auch Nigeria gehört. Die Führung vermittelte spannende Einblicke in die religiöse Vielfalt, Spiritualität und kulturellen Traditionen der Region. Dabei lernten wir verschiedene Rituale, Glaubensvorstellungen und deren Bedeutung für die Menschen kennen. Für die Teilnehmenden bot die Führung eine wertvolle Möglichkeit, ihr Wissen über Nigeria zu vertiefen und das Land aus einer weiteren Perspektive kennenzulernen.

Nicole Dylewski

Herzliche Einladung zur musikalischen Einstimmung auf den Weltgebetstag 2027

Das WGT-Jahr ist noch nicht zu Ende:
Am 14. Oktober 2026 findet von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr unser gemeinsamer musikalischer WGT-Abend online statt. Wie bereits im vergangenen Jahr werden wir miteinander singen und uns musikalisch auf das Jubiläum „für Gerechtigkeit und Frieden – 100 Jahre Weltgebetstag“ einstimmen. Wir laden alle herzlich ein, daran teilzunehmen, miteinander ins Gespräch zu kommen, die Lieder kennenzulernen oder neu zu entdecken und gemeinsam die Vorfreude auf das Jubiläum zu teilen.

Anmeldung:

E-Mail: frauenarbeit@kirche-oldenburg.de

Tel.: 0441/7701-444 oder über die Website:

<https://www.kirche-oldenburg.de/service/termin/termindetails/musikalische-zoom-veranstaltung-zum-wgt-2027-fuer-gerechtigkeit-und-frieden-100-jahre-weltgebetstag-int-wgt-komitee>



Unterwegs sicher

Ein Stadtpaziergang in Oldenburg

Sicherheit ist ein menschliches Grundbedürfnis und prägt unseren Alltag auf vielfältige Weise. Sie beeinflusst, wie wir uns durch eine Stadt bewegen, welche Wege wir wählen und welche Orte wir aufsuchen. Gerade viele Frauen* kennen das Gefühl, bestimmte Situationen oder Orte als unsicher wahrzunehmen. Vor diesem Hintergrund überrascht es nicht, dass das Thema Sicherheit regelmäßig Gegenstand gesellschaftlicher Debatten ist. Doch warum und wann fühlen wir uns in der Stadt unsicher?

Genau diesen Fragen und Gefühlen gingen Anfang März fast 20 Frauen bei einem Stadtpaziergang zum Thema Sicherheit nach. Solche Stadtpaziergänge sind auch als „Jane’s Walks“ bekannt, bei denen Nachbarschaften gemeinsam zu Fuß erkundet und durch Gespräche

neu wahrgenommen werden. Benannt sind diese Spaziergänge nach der Stadt- und Architekturaktivistin Jane Jacobs, die sich kritisch mit männlich geprägten Strukturen in der Stadtplanung auseinandersetzte.



Bild: Nicole Dylewski

Geleitet wurde der Spaziergang von der Innenarchitektin Karin Kleinfeld. Unterstützt wurde sie von Daniela Schoone von der Kriminalpräventionsabteilung (BfK) der Polizei Oldenburg. Als Stadtteil wurden der Bahnhof und das Bahnhofsviertel gewählt – Orte, die von vielen Menschen als unsicher wahrgenommen werden oder entsprechende Gefühle auslösen. Startpunkt war die Gottorpstraße.

Von dort aus führten uns mehrere Stationen zu Parkhäusern, Kulturrorten, schwer einsehbaren Ecken sowie zum Bahnhof und Hafen, wo wir gemeinsam unsere Eindrücke reflektierten und miteinander ins Gespräch kamen. Kontraste zwischen Neubau und Leerstand, Dunkelheit und Licht, Menschenmenge und Leere prägten den Weg, den wir gingen.



Bild: Pixabay/ruediger_schoen

Eine der zentralen positiven Erkenntnisse des Stadtpaziergangs war, dass keine Teilnehmerin grundsätzlich Angst verspürt, wenn sie sich in Oldenburg bewegt. Vielmehr sind es bestimmte Situationen und Umstände, die bei einzelnen Teilnehmerinnen Unbehagen auslösen.

So werden unbekannte Orte und menschenleere Straßen von einigen Frauen bewusst gemieden. Auch Leerstand kann die Unsicherheit verstärken. Kulturrorten wie das „CineK“ hingegen wurden von vielen Teilnehmerinnen positiv hervorgehoben, da dort Menschen zusammenkommen und eine lebendige Atmosphäre entsteht. Andererseits wurden insbesondere konsumierende Männergruppen von einigen Frauen als verunsichernd wahrgenommen.

Zudem berichteten einige Teilnehmerinnen, dass ihr persönliches Unsicherheitsgefühl mit zunehmendem Alter gestiegen sei. Ein weiterer Aspekt, der während des Spaziergangs mehrfach angesprochen wurde, war die Dunkelheit. Im Hellen fühlen sich die Teilnehmerinnen überwiegend sicher, mit Einbruch der Dunkelheit verändert sich das Sicherheitsgefühl jedoch bei Vielen.

Was genau unser Unsicherheitsgefühl auslöst, bleibt jedoch subjektiv. Besonders deutlich wurde dies am Bahnhof. So nahmen einige den Ort als belebt und freundlich wahr, andere hingegen empfanden ihn als hektisch und unübersichtlich.



Die Gespräche machten deutlich, dass Sicherheit nicht nur von einem Ort selbst abhängt, sondern auch von individuellen Erfahrungen, Bedürfnissen und Wahrnehmungen. Doch was stärkt nun das Sicherheitsgefühl? In den Gesprächen kristallisierten sich mehrere Faktoren heraus: Eine gute Beleuchtung, übersichtliche Räume und belebte Orte wurden von vielen als wichtige Voraussetzungen für Sicherheit genannt. Gleichzeitig wurde darauf hingewiesen, dass die Gewalt im öffentlichen Raum nicht zugenommen hat.

Anders stellt sich die Situation bei häuslicher Gewalt dar. Neben äußeren Faktoren spielt auch das eigene Auftreten eine wichtige Rolle. Eine selbstbewusste Haltung sowie eine aufmerksame Wahrnehmung der Umgebung können sowohl das Sicherheitsgefühl als auch die tatsächliche Sicherheit stärken.

Diese Haltung spiegelte sich auch bei vielen Teilnehmerinnen wider. Trotz möglicher Unsicherheiten möchten sie sich nicht von Angst einschränken lassen. Sie wollen sich frei durch die Stadt bewegen, am öffentlichen Leben teilhaben und ihre Wege selbstbestimmt gestalten. Mit vielen neuen Eindrücken und Perspektiven endete der Spaziergang. Die Teilnehmerinnen verabschiedeten sich mit den besten Wünschen für einen sicheren Heimweg.

Sie möchten Oldenburg auch mal auf diese Weise erkunden? Dann laden wir Sie herzlich ein zum nächsten gemeinsamen Gang:

Unterwegs sicher Ein Stadtpaziergang in Oldenburg

am Dienstag, 3. November 2026
von 17:00 Uhr bis 20:00 Uhr
(Treffpunkt: vor dem Bürogebäude
der Evangelischen Frauenarbeit,
Gottorpstraße 14, 26122 Oldenburg)

Anmeldung:

E-Mail: frauenarbeit@kirche-oldenburg.de

Tel.: 0441/7701-444 oder über die Website:

<https://www.kirche-oldenburg.de/service/termin/termindetails/unterwegs-sicher-ein-stadtpaziergang-in-oldenburg>

Nicole Dylewski

Starke Tage – ein Wochenende für dich

**Wochenende für alleinerziehende Mütter
und ihre Kinder in Bad Zwischenahn**



Alleinerziehend zu sein bedeutet, viele Dinge gleichzeitig jonglieren zu müssen: Kinder, Beruf, Haushalt und Freizeit wollen unter einen Hut gebracht werden. Dabei gibt es insbesondere ein Anliegen, das sprichwörtlich oft nach hinten fällt: die eigene Altersvorsorge! Gerade für Alleinerziehende ist dieses Thema von großer Bedeutung, da sie deutlich häufiger von Armut bedroht sind. Genau hier setzten unsere „Starken Tage“ an.

Mit dem Wochenende „Starke Tage“ wollten wir diesen Frauen einen geschützten Freiraum bieten, in dem sie ihre aktuelle Lebenssituation reflektieren, neue Perspektiven entwickeln, sich vernetzen und Impulse für eine selbstbestimmte Zukunft erhalten konnten. Daher war diese Veranstaltung für meine Kollegin und Kooperationspartnerin Beate Schulte vom Kirchlichen Dienst in der Arbeitswelt Oldenburg (KDA) und mich etwas ganz Besonderes. Damit sich die Teilnehmerinnen ganz auf sich selbst und die Inhalte konzentrieren konnten, wurde eine Kinderbetreuung angeboten. So entstanden Freiräume – im wörtlichen wie auch im übertragenen Sinne.

Das Wochenende fand vom 10. bis 12. April 2026 in der Jugendherberge Bad Zwischenahn statt, die sich schnell als kleine Wellness-Oase und Rückzugsort erwies. Die Gruppe war bunt gemischt: Frauen mit unterschiedlichsten Lebensgeschichten und Kinder im Alter von drei bis elf Jahren machten die „Starken Tage“ sowohl für die Teilnehmenden als auch für uns zu etwas Besonderem.



Nach der Anreise kam es am Freitag zur ersten Begegnung der Frauen und ihrer Kinder. Kinder und Mütter tauten bei verschiedenen Spielen schnell auf und konnten einander kennenlernen. Gleichzeitig war es für uns wichtig, einen Eindruck von den Erwartungen der Frauen und Kinder an das Wochenende zu erlangen, um möglichst gut darauf eingehen zu können. Nach einem Abendsegen endete der erste Tag, damit alle mit ausreichend Energie in das Wochenende starten konnten.

Am Samstag trennten sich nach einem gemeinsamen Frühstück die Wege von Kindern und Müttern. Während die Kinder in die Betreuung gingen, hatten die Frauen Zeit für sich. Inhaltlich stand der Samstag ganz im Zeichen der eigenen Zeit und der Altersvorsorge. Hierfür reflektierten die Teilnehmerinnen zunächst, in welchen Momenten sie ihre eigene Stärke erlebt hatten und wann sie an ihre Grenzen gestoßen waren; dann tauschten sie sich darüber aus. Dieser Austausch untereinander verdeutlichte den Müttern, was sie bereits alles erreicht und bewältigt hatten. Gleichzeitig eröffnete er Raum für die Frage, was in schwierigen Situationen gefehlt hat.

Aus diesem Austausch entstand der Wunsch, Unterstützungsangebote für den Alltag zu sammeln. Die Wünsche reichten von Kinderbetreuung und Unterstützung im Krankheitsfall über Möglichkeiten zur Vernetzung bis hin zu niedrigschwelligen Anlaufstellen für spezifische Fragen von Alleinerziehenden. Dadurch wurden die Bedürfnisse von Alleinerziehenden und bestehende Versorgungslücken nochmals deutlich sichtbar.

Darauf aufbauend reflektierten die Frauen mithilfe verschiedener Arbeitsaufträge ihren Umgang mit Zeit. Sie hielten zunächst fest, wie ihre Zeit aktuell verteilt ist und entwarfen anschließend ein Wunschbild davon, wie sie ihre Zeit künftig gerne gestalten würden. Dabei konnten auch persönliche Bedürfnisse bewusst ihren Platz finden. Die Visualisierung machte deutlich, welche Wünsche im Alltag oft zu kurz kommen und ermutigte viele Frauen, konkrete Veränderungen ins Auge zu fassen.

Um auch die Umgebung des Zwischenahner Meeres von einer anderen Seite kennenzulernen, stand anschließend ein Resilienz-Spaziergang auf dem Programm.

In Partnerinnengruppen tauschten sich die Teilnehmerinnen anhand verschiedener Fragen zu den sieben Säulen der Resilienz aus und reflektierten ihre eigenen Erfahrungen.

Die sieben Säulen der Resilienz beschreiben Fähigkeiten und Haltungen, die Menschen

dabei unterstützen können, Herausforderungen und Krisen zu bewältigen und gestärkt aus ihnen hervorzugehen. Der Austausch fand bewusst in Bewegung statt. Gehen kann hilfreich dabei sein, die Gedanken zu ordnen, neue Perspektiven zu entwickeln und leichter ins Gespräch zu kommen. Die Gespräche halfen dabei, vorhandene Ressourcen bewusster wahrzunehmen, voneinander zu lernen und neue Blickwinkel auf herausfordernde Situationen zu gewinnen.



Den letzten inhaltlichen Schwerpunkt des Tages bildete das Thema Altersvorsorge. Nachdem die Frauen bereits ihre aktuelle Lebenssituation, ihre Zeitverteilung, ihre Ressourcen und ihre Zukunftswünsche genauer betrachtet hatten, richtete sich der Blick nun auf die finanzielle Zukunft. In diesem Kontext wurden grundlegende Fragen rund um die gesetzliche Rente behandelt: Wie ist das Rentensystem aufgebaut? Wie funktionieren Rentenpunkte? Welche Herausforderungen bestehen aktuell für das Rentensystem? Mit welcher Rente kann ich später rechnen und welche Möglichkeiten der zusätzlichen Vorsorge gibt es?

Darüber hinaus wurden ETFs (Exchange Traded Funds, börsengehandelte Indexfonds) als eine Möglichkeit vorgestellt, langfristig und niedrigschwellig Vorsorge aufzubauen. Die Frauen brachten zahlreiche Fragen ein und teilten ihre Gedanken und Erfahrungen.



Besonders die aktuellen Diskussionen rund um die Zukunft der Rente machten deutlich, wie wichtig verständliche Informationen und Orientierung in diesem Bereich sind. Der Programmpunkt bot daher die Möglichkeit, Unsicherheiten abzubauen, Wissen zu erweitern und sich mit der eigenen finanziellen Zukunft auseinanderzusetzen.

Und womit verbrachten eigentlich die Kinder ihre Zeit? Aufgrund des trockenen Wetters hatten sie die Möglichkeit, viel Zeit im Freien auf dem Gelände der Jugendherberge zu verbringen und nach Herzenslust zu butchern. Alternativ konnten sie drinnen verschiedene Spiele ausprobieren oder an kreativen Angeboten teilnehmen.

Zum Tagesende ging das Programm weiter: Die Kinder hatten für einen bunten Abend Spiele für die gesamte Gruppe vorbereitet. So konnten auch ihre Ideen und ihr Engagement wertgeschätzt werden. Gleichzeitig bot sich hier die Möglichkeit, als Gruppe weiter zusammenzuwachsen und gemeinsam viel Spaß zu haben. Nach einem kurzen Abendsegen ging es dann ins Bett.



Am Sonntag wurden Kinder und Mütter noch einmal voneinander getrennt. Im Mittelpunkt des letzten Tages stand die Reflexion des Gelernten und Erlebten. Dafür griffen wir nochmals

die Fragen auf, was die Teilnehmerinnen an diesem Wochenende gestärkt hat und welche Impulse sie mit in ihren Alltag nehmen wollten.

Anschließend schrieben die Frauen einen Brief an ihr Zukunfts-Ich, den sie zu einem späteren Zeitpunkt erhalten werden. Darin konnten sie Wünsche, Hoffnungen, offene Fragen und ermutigende Worte an sich selbst festhalten.

Das Schreiben ermöglichte es den Müttern, die Erfahrungen des Wochenendes bewusst zu reflektieren und die eigenen Gedanken für die Zukunft festzuhalten.

Ergänzend dazu erstellten die Frauen eine persönliche Bucketlist. Diese sollte dazu anregen, eigene Ziele und Träume sichtbar zu machen, die im oft herausfordernden Alltag einer alleinerziehenden Mutter leicht in den Hintergrund geraten. Beide Methoden halfen dabei, den Blick auf neue Perspektiven zu richten.

In der abschließenden Auswertung wurde deutlich, wie bereichernd die Teilnehmerinnen den Raum, die Begegnungen und die gemeinsamen Erfahrungen empfanden. Viele äußerten den Wunsch nach weiteren Angeboten dieser Art für Alleinerziehende.

Währenddessen gestalteten die Kinder zur Erinnerung eigene T-Shirts sowie ein gemeinsames Bild ihres Wochenendes in Bad Zwischenahn (siehe Zeichnung am Anfang). Zum Abschluss versammelten wir uns noch einmal gemeinsam im Freien, denn die Sonne zeigte sich rechtzeitig zum Ausklang der Veranstaltung.

Nach einem gemeinsamen Segen verabschiedeten sich alle voneinander, und es stiegen Seifenblasen in den Himmel – als Symbol dafür, einige Sorgen – wenn auch nicht alle – in Bad Zwischenahn zurückzulassen! Mit Sonnenschein, Seifenblasen und viel Lachen ging ein Wochenende zu Ende, das Vielen wertvolle Begegnungen und frische Perspektiven schenkte.



Vielen Dank an alle, die dieses Wochenende zu dem gemacht haben, was es sein sollte: ein gemeinschaftlicher Raum, in dem Menschen mit ihren Erfahrungen, Sorgen, Hoffnungen und Wünschen gehört werden und in dem auch Freude und Leichtigkeit ihren Platz haben.

Text und Bilder: Nicole Dylewski



GESEHEN UND ANGENOMMEN

Seminar mit Bibliolog und Bibliotanz

Seit ich auf dem Evangelischen Kirchentag im Sommer in Hannover einen Workshop mit dem Titel „Bibliolog meets Bibliotanz“ besucht habe, reizte es mich, dieses Format auch einmal über die Evangelische Frauenarbeit Oldenburg anzubieten. Da Kirsten Ulrich-Welz, die schon lange in unserer Arbeitsgemeinschaft Frauenarbeit (AGFA) mitarbeitet, gerade ihre Ausbildung zur Bibliotanzleiterin® abgeschlossen hat, war auch schnell eine Mitwirkende gefunden.

Bibliolog ist eine lebendige Methode, einen biblischen Text zu entdecken und sich gedanklich in die handelnden Personen der Geschichte hineinzusetzen. Jede kann sich ohne Vorerfahrung daran beteiligen.

Bibliotanz® ist ein relativ neuer Ansatz, einen biblischen Text über den Weg der Tanzimprovisation auszulegen. Dafür sind keine tänzerischen Vorerfahrungen notwendig; lediglich die Bereitschaft zur Bewegung sollte gegeben sein.

Im März fand dann das Seminar GESEHEN UND ANGENOMMEN im Evangelischen Bildungshaus in Rastede statt.

„Hast du mich gesehen?“ Wer hat das nicht in Kindertagen seine Eltern gefragt? Gesehen zu werden und angenommen zu sein, ist ein menschliches Grundbedürfnis. Jeder Mensch möchte das Gefühl haben, dass er/sie wichtig ist und dazugehört. Wenn Menschen anerkennen, wer wir wirklich sind, hilft uns das, bedeutungsvolle Beziehungen aufzubauen und unser Selbstvertrauen zu stärken. Der Mensch ist von Natur aus ein soziales Wesen – wir sind auf Beziehungen zu anderen angewiesen, um emotional und geistig zu gedeihen. Gesehen zu werden bedeutet mehr als nur physisch wahrgenommen zu werden. Es geht um Anerkennung, Wertschätzung und das Gefühl, dass die eigene Existenz und das eigene Handeln Bedeutung haben.

Von einer Wiener Pastorin stammt folgender Satz: „Ich glaube, dass egal wann, wie (...) und auf welche Weise Menschen dazu ermutigt werden, sich selbst anzunehmen, andere anzunehmen und angenommen zu werden, etwas Göttliches passiert.“

Die Augen Gottes, sein Blick, seine Aufmerksamkeit spielen in der Bibel eine große Rolle. Wer von Gott angesehen ist, weiß, dass sein Leben nicht gleichgültig ist. Im Ansehen Gottes wird das, was ich tue, wahrgenommen und wertgeschätzt. Gott sieht Menschen an. Sein interessierter Blick schenkt Menschen Achtung und Wertschätzung.

In einer biblischen Erzählung (Genesis 16) wird Gott geradezu als derjenige bezeichnet, der jemanden ansieht. Hagar ist es gewohnt, dass sie übersehen wird. Sie ist nur eine Sklavin, die ihrer Herrin mit in die Ehe gegeben wird. Als Sarah keine Kinder bekommen kann, gibt sie Hagar ihrem Mann Abraham: „Nimm das Mädchen. Damit wir endlich ein Kind kriegen.“



Bild: Pixabay/Nick_the_Photographer

Hagar wird nicht gefragt. Sie wird schwanger und jetzt sieht sie auf Sarah herab. Das geht nicht gut. Sarah ist immer noch Hagars Herrin. Und das lässt sie Hagar spüren: Sie demütigt Hagar, bis sie in die Wüste flieht. Und hier kann sie eigentlich nur noch sterben. Aber da findet sie ein Engel, ein Bote Gottes. Der fragt sie: „Hagar, wo kommst du her und wo willst du hin?“ Hagar erzählt alles. Der Engel sagt: „Denke nicht, dass keiner dich sieht. Gott hat dich nicht vergessen. Geh zurück und lass den Dingen ihren Lauf. Dein Kind ist der Anfang eines großen Volkes.“

Hagar tut, wie der Engel gesagt hat, weil sie darauf vertraut, dass Gott sie nicht vergessen wird. Die Geschichte endet mit Hagars Ausspruch: „Du bist ein Gott, der mich sieht“. Ein außergewöhnliches Bekenntnis am Ende einer solchen Geschichte.



Vieles in der Geschichte ist anstößig und gibt Grund zu hadern. Warum wird Hagar zurückgeschickt? An ihrer Situation hat sich doch nichts geändert? Offensichtlich hat die Tatsache, dass Gott ihr Leiden erkennt und anerkennt, für Hagar alles verändert. Sie fühlt sich gesehen und das ermöglicht ihr einen ganz anderen Umgang mit ihrer Situation.

Im Bibliolog konnten die Teilnehmerinnen die unterschiedlichen ambivalenten Gefühle der beteiligten Personen formulieren und nachempfinden. Anschließend konnten sie diese beim Bibliotanz durch Bewegungen zum Ausdruck bringen – für viele eine ganz neue, ungewohnte Erfahrung.

Ein Gedicht von Hilde Domin bringt auf den Punkt, wie existenziell es ist angesehen zu werden:

Es gibt dich

*Dein Ort ist
wo Augen dich ansehen.
Wo sich Augen treffen
entstehst du.*

...

*Du fielest,
aber du fällst nicht.
Augen fangen dich auf.*

*Es gibt dich
weil Augen dich wollen
dich ansehen und sagen
dass es dich gibt.*

Sehen und Gesehenwerden entstehen nur, wenn es ein Du, ein Gegenüber und damit einen Blickwechsel gibt.

Dass Gesehenwerden Menschen verändern kann, manchmal sogar zu einem besseren Menschen machen kann, zeigt die Geschichte des Zachäus.

Diese Geschichte aus dem Lukas-Evangelium 19,1-10 wurde durch eine Verzahnung von Bibliolog- und Bibliotanzimpulsen lebendig.

Zachäus, der ungeliebte Zöllner, den alle verachten, der Zaungast, der eigentlich nur gucken wollte, wird verwickelt in das Geschehen und stellt fest: Es geht um mich.

Hier will jemand mit mir zu tun haben, nicht als Zuschauer, sondern als Gegenüber. Zachäus beschließt sein Leben zu ändern, weil da einer ist, der ihn ansieht, der ihn anredet und der einkehrt unter sein Dach.

Die Teilnehmerinnen spürten dem nach, was die Begegnung mit Jesus in Zachäus und bei seinen Mitmenschen auslöst. Sie konnten nachempfinden, was es bedeutet sich klein und unwürdig oder angesehen und aufgewertet zu fühlen. Auch Freude und Irritation im Umfeld des plötzlich veränderten Menschen fanden in Worten und Tanz ihren Ausdruck.

Gottes Blick kann verändern und befreien:

*Du musst Dich nicht nach vorne drängen, nicht mit
hängender Zunge denen nachlaufen, die sich
„erfolgreich“ nennen.
Du musst nicht jederzeit sicher sein, alles richtig zu
machen, musst nicht am lautesten rufen, um endlich
bemerkt zu werden.
Du darfst sein, wie Du bist, sagen was Du denkst und
fühlst, schweigen und zögern, wenn der Weg unklar
ist.
Du darfst trauern, solange Du es brauchst, still
werden, wenn Dir alles zu laut ist.
Dir ist zugesagt, dass Du gesehen wirst – wirklich
gesehen, ganz und gar:
mit Deinem Mut und Deinem Unmut,
mit Deinen verborgenen Talenten, die vielleicht nur
Du selbst kennst,
mit Deinen Hoffnungen und Erwartungen, die noch in
Dir verborgen sind,
mit Deinen Nöten, um die niemand weiß,
mit Deinen Verletzungen, die andere nicht sehen
wollen,
mit Deinem Willen, zu dem zu stehen, was Dir
wirklich wichtig ist,
mit dem, was Du noch vorhast, mit Deinem Aushalten
und Widerstehen.
Für einen Augenblick nur: Spür Dich gesehen,
wahrgenommen –
mit Haut und Haar, mit Herz und Verstand.
Richte Dich auf als An-gesehene/r – denn darauf
darfst Du vertrauen,
es ist Dir zugesagt und mir – jedem Menschen, seit
jeher!
Steh auf und sei, wer Du bist und was Dich ausmacht!*

Thomas van Vugt & Claudia Schäble, Adventus 2025

Andrea Schrimm-Heins



Stimmenreich und Federleicht

Am 25. April fand im Lukas-Haus in Oldenburg das Seminar „Stimmenreich und Federleicht“ mit der Kirchenmusikerin, Musikpädagogin und Chorleiterin Ute Fink statt, die auch als Coach für Journal-Writing tätig ist. Die Sonne und der Frühling zeigten sich dabei von ihrer schönsten Seite – wie passend, denn auch inhaltlich spielte das Frühjahr zu Beginn des Seminars eine zentrale Rolle.

Zum Einstieg widmeten sich die Teilnehmerinnen dem kreativen Schreiben und verfassten sogenannte **Elfchen** zum Thema „Grün“. Dafür sammelten wir zunächst gemeinsam Begriffe und Assoziationen rund um die Farbe. Aus dieser Sammlung entstanden individuelle Elfchen, die die Vielfalt der Gedanken und Eindrücke der Teilnehmerinnen sichtbar machten.

Doch der Frühling stand nicht nur als Jahreszeit im Mittelpunkt. Mit ihm verbanden die Teilnehmerinnen auch Themen wie Hoffnung, Veränderung, Neubeginn, Lebenskraft und Zuversicht. Damit berührten die Texte zugleich Motive, die auch in der christlichen Tradition eine wichtige Rolle spielen. Die Osterzeit erzählt von Neuanfängen, Hoffnung wider aller Hoffnung und dem Vertrauen darauf, dass Wandel möglich ist. Bilder von Wachstum, Aufbruch und neuem Leben finden sich an vielen Stellen der Bibel wieder und prägen bis heute christliches Denken und Handeln.

Hier eine kleine Kostprobe der Elfchen:

Gründonnerstag

Vor Ostern

Zeit des Ankommens

Letzte Zeit der Gemeinsamkeit

Gründonnerstag

Petra Waffner

Giftgrün

grüne Augen

Katze und Grünfink

Grün ist die Hoffnung

Vertragen

Heike Ledig



Auch weitere interessante Schreibformen wie das sogenannte **Sprungbrett**, bei dem ein Satz kreativ weitergeführt wird, wurden ausprobiert. Hier ein Beispiel:

„Wonach ich mich jetzt im Frühling besonders sehne ...

... das ist die Vielfalt der Natur: ihre Farben, ihre Wärme und auch ihre Kühle.

Das Erwachen der Natur. Die Natur, die sich immer wieder aufmacht zu säen, auszusenden und immer wieder neu pflanzt, um zu sprießen.

Eine Stille und ein Genuss, Ruhe empfinden, die Vögel zu beobachten, ihrem Gesang lauschen.

Ein Blühen sämtlicher Frühlingsboten zu sehen und zu riechen. Diese Zeit, in der alles wieder anfängt zu wachsen, sich zu wagen aufs Neue.

Danach sehne ich mich.

Der Hoffnung diesen Platz einzuräumen, mich mitzunehmen, in dieses Gefühl.

Die Natur, der Frühling, Hoffnungsträger und Liebesbote.

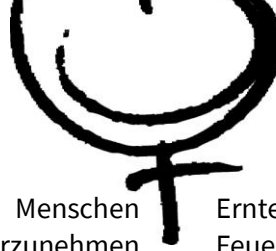
Sich gemeinsam vielfältig zu zeigen, zu blühen und zu wachsen um ... zu ernten und um vorher genießen zu können.

Sonne, Meer, Wasser, Wiesen, Grün in allen Tönen, Frühlingsgefühle in all ihren Farben und Facetten.

Einfach immer wieder ein grünes Wunder.“

Heike Ledig

Daneben wurden auch **Bandwurmsätze** geschrieben, die dazu einluden, den Blick bewusst auf die eigenen Stärken, Fähigkeiten und positiven Eigenschaften zu richten.



Gerade im Alltag fällt es vielen Menschen leichter, die eigenen Schwächen wahrzunehmen als das, was bereits gelingt. Die Methode lud dazu ein, die eigene Lebensgeschichte wertzuschätzen und Erreichtes sichtbar zu machen.

Darüber hinaus entstanden auch längere Textformen. So schrieben die Teilnehmerinnen beispielsweise **Fiktive Dialoge** mit inspirierenden Persönlichkeiten. Ausgangspunkt war jeweils das Zitat einer Person, die die Schreibenden besonders ansprach oder beeindruckte. Von diesem Zitat ausgehend entwickelten die Teilnehmerinnen ein imaginäres Gespräch, das zugleich zur Reflexion eigener Werte, Überzeugungen und Lebensziele einlud.

Das folgende Beispiel einer Teilnehmerin nimmt Bezug auf die buddhistische Nonne Cheng Yen. In deren Überzeugungen fand die Teilnehmerin eigene Anliegen wieder und reflektierte darüber, was ihr selbst besonders wichtig ist: Menschen zu unterstützen, Verantwortung zu übernehmen und insbesondere Frauen zu stärken.

Fiktiver Dialog mit Cheng Yen

„Verliere nie den Mut. Verliere nie den Glauben. Nichts ist auf dieser Welt unmöglich, wenn Du fest entschlossen bist.“ (Cheng Yen)

Barbara Kosuch: „Cheng Yen, ich verneige mich vor Dir in tiefer Ehrfurcht vor Deiner Entscheidung, dich für das Wohl anderer einzusetzen und freue mich darüber, etwas Zeit mit Dir teilen zu dürfen.“

Cheng Yen: „Die Freude ist gleichfalls auf meiner Seite, denn Dein Interesse ist Nährboden für mein Tun! Welche Fragen hast Du im Gepäck?“

Barbara Kosuch: „Die von dir aufgebaute Wohltätigkeitsorganisation, die heute Beraterstatus bei den Vereinten Nationen hat, besteht aus vier Säulen: Wohltätigkeit, Medizin, Erziehung und Menschlichkeit – und sie berücksichtigt vornehmlich Frauen?“

Cheng Yen: „Genau – Frauen sind in einer zunehmend materialistisch eingestellten und organisierten Welt insofern benachteiligt, dass sie aufgrund von strukturellen, kulturellen und religiösen 'Gegebenheiten' bzw. 'Konzepten' weniger Zugang zu finanziellen Mitteln, Freiheit und Bildung haben ...“

Ernte: „... mir wird bewusst, dass mein 'inneres' Feuer (auch jenseits meiner ehemaligen beruflichen Fähigkeiten) weiter brennt für ... Menschlichkeit und eine Weltordnung, die eine gerechte Teilhabe aller – insbesondere (auch) für Frauen – ermöglicht!“

Barbara Kosuch

Zwischen den Schreibphasen wurde immer wieder gemeinsam gesungen, sowohl geistliche als auch weltliche **Lieder über Hoffnung und Zuversicht**. Sie eröffneten weitere Möglichkeiten, Gefühle und Erfahrungen auszudrücken. Schreiben und Singen ergänzten sich dabei auf besondere Weise: Während Worte Gedanken sichtbar machten, verlieh die Stimme ihnen Klang und Resonanz.

Im Laufe des Tages entstand so ein vertrauensvoller Raum, in dem die Teilnehmerinnen ihre Texte teilten, einander zuhörten und sich gegenseitig inspirieren konnten. Viele berichteten, wie wohltuend es war, sich Zeit für Kreativität, Selbstreflexion und Begegnung zu nehmen. Kreative Methoden wie Schreiben und Singen ermöglichen es, eigene Erfahrungen wahrzunehmen, ihnen Sprache zu verleihen und sie mit anderen zu teilen. Zugleich fördern sie Kreativität, Kommunikationsfähigkeit und die Auseinandersetzung mit den eigenen Werten und Lebensfragen. Das Seminar wurde so zu einer Einladung, die eigene Stimme wahrzunehmen – sowohl auf dem Papier als auch im gemeinsamen Gesang.



Mit vielen neuen Gedanken, berührenden Texten und schönen Melodien endete „Federleicht und Stimmenreich“. Die Teilnehmerinnen nahmen nicht nur neue Schreibideen und Lieder mit nach Hause, sondern auch die Erfahrung, dass Kreativität, Gemeinschaft und gegenseitige Wertschätzung Menschen stärken und miteinander verbinden können.

Text und Bilder: Nicole Dylewski



„Demokratie braucht Haltung, Hoffnung und Empathie“

Bildungsurlaub auf Spiekeroog im Mai 2026



In einer herausfordernden Zeit, in der antidemokratische Tendenzen uns beunruhigen, ist es wichtig, sich dessen bewusst zu sein, wie wertvoll und schützenswert unsere Demokratie ist.

In welcher Gesellschaft möchten wir leben? Wie kann Verständigung gelingen? Was gibt uns Hoffnung und Orientierung? Damit beschäftigten sich 16 Frauen im Mai auf Spiekeroog.

Die Annäherung an das Thema am Ankunftstag geschah durch unterschiedliche Impulse: Ein „Stilles Gespräch“ über Hartmut Rosas These „Demokratie braucht Religion“, ein „Speed-Dating“ zu Fragen rund um das Thema „Demokratie“, den Fragebogen von Max Frisch zum Thema „Hoffnung“ und das Gedicht von Erich Fried „Gründe“.

Der Dienstag stand unter der Überschrift „Haltung zeigen – was heißt das?“ In Arbeitsgruppen beschäftigten sich die Frauen damit, wo sie selbst schon Zivilcourage erlebt bzw. selbst gezeigt haben. Im Plenum diskutierten wir die Frage: Was fördert oder verhindert Zivilcourage? Einige Alltagssituationen wurden durchgespielt und analysiert.

Dass es einen Zusammenhang von äußerer und innerer Haltung, von Psyche und Körperhaltung gibt, ist ein Grundgedanke des Embodiment. In Körperübungen versuchten wir, diese Wechselwirkung an einzelnen Beispielen (z. B. Lächeln, gerader Rücken, eingezogene Schultern) nachzuvollziehen und erfahrbar zu machen.

Aufrechte Frauen standen im Kinofilm am Abend im Mittelpunkt: „Die Unbeugsamen (1)“ zeigt beeindruckende Frauen, die unsere Demokratie geprägt und die Gleichstellung der Geschlechter in unserer Gesellschaft vorangebracht haben.

Der Mittwoch hatte die Überschrift „Empathie und Widerstand“. Diskutiert wurde über Textauszüge aus „Empathie und Widerstand“ von Kristina Lunz und „Demokratie braucht Religion“ von Hartmut Rosa.

Kristina Lunz betont, wie wichtig es ist, für die eigenen Werte einzustehen. Haltung zeigen bedeutet aber nicht, auf der eigenen Position unbeirrbar zu beharren, sondern auch bereit zu sein, Argumente Andersdenkender zu hören und sich mit ihnen auseinanderzusetzen. Für eine gerechte Gesellschaft ist Mitgefühl nötig, aber es braucht auch Widerstand und klare Grenzen, wo die Würde von Menschen verletzt wird. Empathie erfordert, jegliches Be- und Verurteilen auszuschalten.

Zu Empathie und Widerstand gehört für sie als wichtiges Handwerkszeug Hoffnung. „Hoffnung hat dabei nichts mit passivem Optimismus zu tun – eine Einstellung, die darauf wartet, dass alles irgendwann gut wird. Hoffnung zu haben ist kein Zustand, sondern eine Aktivität, ein bewusstes Handeln. Hoffnung ist eine politische Entscheidung.“ (S. 91)



Auch für Hartmut Rosa hängen Hoffnung und Demokratie zusammen. Für ihn hat daher Kirche eine sehr wichtige Rolle in der Gesellschaft.

In „Demokratie braucht Religion“ schreibt er: „Warum ich glaube, dass man Kirche braucht: Demokratie funktioniert im Aggressionsmodus nicht ... Die Losung ‘Gib mir ein hörendes Herz’ von König Salomo erlangt also auch eine politische Dimension.“



... Es reicht nicht, dass ich eine Stimme habe, die gehört wird, ich brauche auch Ohren, die die anderen Stimmen hören. Und ich würde noch darüber hinausgehen und sagen, mit den Ohren braucht es auch dieses hörende Herz, das die anderen hören und ihnen antworten will.“ (S. 53) „Meine ... These lautet: dass es insbesondere die Kirchen sind, die über Narrationen, über ein kognitives Reservoir verfügen, über Riten und Praktiken, über Räume, in denen ein hörendes Herz eingeübt werden kann.“ (S. 55)

Was Haltung und Empathie konkret bedeuten können, analysierten die Teilnehmerinnen anhand der Predigt der anglikanischen Bischöfin Mariann Edgar Budde anlässlich der Amtseinführung von Präsident Donald Trump 2025. Aufrecht und respektvoll plädiert sie für eine Einheit, die Gemeinschaft über Vielfalt und Spaltung hinweg fördert, ein Miteinander, das Unterschiede einschließt und respektiert. Am Ende der Predigt fordert sie den Präsidenten auf, Erbarmen zu haben mit den Menschen, die jetzt Angst haben vor ihrer Zukunft. Sie appelliert dabei an seine Empathie.



Um Gesprächsstrategien mit Andersdenkenden ging es mithilfe unterschiedlicher Materialien am Nachmittag. Der Umgang mit Stammtischparolen wurde im Rollenspiel erprobt. Erörtert wurde auch die Frage, wann es sinnvoll ist, mit meinem Gegenüber zu diskutieren und wann nicht. Eines gilt immer, für welche Strategie wir uns auch entscheiden: Wo diskriminierende Äußerungen fallen, ist jede klare Reaktion besser als keine. Schweigen kann immer als Zustimmung gewertet werden.

Bei so viel Nachdenken und Diskutieren kam der kreative Abend gerade recht. Eine Teilnehmerin hatte die Gestaltung von Schatzkästchen vorbereitet, in denen alle sammeln konnten, was sie gerne von dieser Woche mitnehmen wollten – Gedanken, kleine Texte und Fundstücke.



Der Donnerstag war wie immer unser „Bibeltag“. Im Mittelpunkt standen biblische Texte zum Thema „Haltung zeigen“. Gemeinsam betrachteten wir die Geschichte von Abigail (1. Samuel 25), erlebten einen Bibliolog zu den beiden aufrechten Hebammen Schifra und Pua (Exodus 1,1-22) und überlegten in Gruppen, was die Geschichte von Jesus und der Ehebrecherin (Johannes 8,1-11) mit dem Thema „Empathie und Widerstand“ zu tun hat.

Ein Text aus „Publik Forum“ lenkte unseren Blick auf die politische Kraft der Liebe. Abschließend lasen und diskutierten wir Auszüge („Demokratie braucht Haltung“ bis „Demokratie braucht Demokratinnen und Demokraten“) aus der gerade herausgekommenen Publikation der Vereinigten Evangelisch-Lutherischen Kirche Deutschlands VELKD mit dem Titel „Gut begründet. Ein Wort der lutherischen Kirchen zur Demokratie“ und fanden viele Parallelen zu unseren eigenen Überlegungen.

In der Agapefeier am letzten Abend erinnerten wir uns mit Hinblick auf Pfingsten daran, dass es eine vermittelnde Kraft gibt, die mächtiger ist als die Barrieren, die Menschen trennen.

Neben dem interessanten und manchmal auch schwierigen Thema gehörten zu dieser Woche viele spannende Elemente: Spaziergänge am Strand, Kaffeetrinken und Klönen vor unserem Haus mit Blick aufs Meer, Singen und vieles mehr. Dass das Wetter so wunderbar mitgespielt hat, war dann noch das letzte i-Tüpfelchen.



Text: Andrea Schrimm-Heins
Bilder: privat



Spuren suchen – Spuren hinterlassen

Wochenendseminar in der Historisch-
Ökologischen Bildungsstätte Papenburg



Am Frauenwochenende in der HÖB (Historisch-Ökologischen Bildungsstätte) in Papenburg haben wir drei – Almut Heinemann-Schiller, Christa Meyer und Maria Spieß – aus unserer immer noch bestehenden Fernstudium-Kleingruppe teilgenommen. Beim darauffolgenden Gruppentreffen wollten Elke Parniske und Sayori Harada, die nicht mit in Papenburg waren, natürlich wissen, was wir erlebt haben. Statt eines „Berichtes“ haben wir einfach dieses Gespräch festgehalten:

S (Sayori Harada): Wie war es denn am letzten Wochenende in Papenburg? Und was war nochmal das Thema?

M (Maria Spieß): Es war wieder richtig schön! Wir haben uns mit 20 Frauen aus der Region von Emden bis Verden mit dem Thema „Spuren suchen – Spuren hinterlassen“ beschäftigt.

C (Christa Meyer): Und schon die Eingangsrunde hat mich sehr beeindruckt! Jede von uns sollte ein Erinnerungsstück oder ein Erbstück mitbringen. Zu überlegen, was ich mitbringen möchte, hat mich schon zuhause auf die Tage eingestimmt.

S: Was hast du denn mitgebracht?

C: Ein Tagebuch, in dem mein Vater meine Entwicklung von der Geburt an festgehalten hat – und das einzige Buch in der Geschwisterreihe, das die Flucht 1945 überlebt hat ... Also etwas ganz Kostbares für mich. Was hättest du denn mitgebracht?

S: Mmmh, ich glaube ein Foto, vielleicht von meinen Kindern?

M: Ich hatte auch ein Foto dabei, von meiner Großmutter ... Aber es waren so vielfältige Stücke dabei – vom Eierschneider der Schwiegermutter über Handarbeiten oder ein Schmuckstück ... Jedes Stück mit „Spuren“ eines Menschen vor mir oder um mich herum ...

C: Eine der Teilnehmerinnen hatte ein Poesiealbum mitgebracht – das war auch interessant! Gibt es diesen Brauch bei euch in Japan auch?

S: Oh ja, bei uns werden oft kleine Weisheiten aus chinesischen Geschichten hineingeschrieben – tatsächlich weniger aus japanischen, weil die chinesischen Weisheiten oft kürzer und prägnanter formuliert sind ...

E (Elke Parniske): Und dann? Wie ging es in Papenburg weiter?

C: Es war insgesamt ein schönes Programm, locker, zeitlich gut eingeteilt – sodass es intensive thematische Einheiten gab, aber auch Zeiten zum Klönen ... oder zum Spielen, wie zum Beispiel am Samstagabend.

M: Ja, wir haben erst einige Spiele gemacht wie das „pantomimische Geschenk“, das jede in der Gruppe bekam und weitergab. Und einige lasen mitgebrachte Texte vor. Später gab es noch ein Kneipenquiz ... teils lustig, teils auch echt schwer ... aber es hat Spaß gemacht!

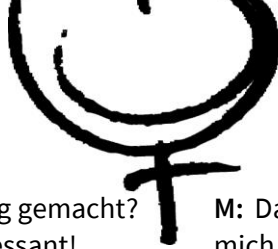
S: Habt ihr auch wieder einen Film gesehen?

M: Ja, „Hidden Figures“ – ein Film über drei PoC-Frauen, die in den Fünfziger-/Sechzigerjahren begannen, bei der NASA zu arbeiten. Alle drei brillante Wissenschaftlerinnen, die sich aber ihren Eintritt in die weiße Männerwelt der Raumfahrt erst mühsam erkämpfen mussten. Sehr spannend und eindrücklich, wie sie das geschafft haben und damit wohl auch Wege gebahnt und Spuren hinterlassen haben für Frauen nach ihnen ...

S: Wie war die Arbeit am Thema? In Gruppen?

M: Es gab einen guten Wechsel zwischen Arbeit im Plenum und in Kleingruppen, die auch immer wieder neu zusammengesetzt wurden, sodass wir dabei immer wieder andere Frauen näher kennenlernen konnten. Da haben wir uns beispielsweise ausgetauscht über Erinnerungen an Menschen, die in unserem Leben prägende Spuren hinterlassen haben – oder auch darüber, welche Spuren wir selbst gerne denen hinterlassen würden, die nach uns kommen.

E: Da würden mir auch gleich Menschen einfallen, bei denen ich gerne auf Spurensuche ginge ...



S: Habt ihr auch wieder einen Bibliolog gemacht? Das fand ich beim letzten Mal so interessant!

M: Ja, haben wir – und für mich war besonders interessant, dass ich zu dem Text, dem Gleichnis von den anvertrauten Talenten (Lukas 19,11-27), schon mal einen Bibliolog erlebt hatte ... aber dieses Mal wurde es ganz anders, fast NOCH spannender als beim ersten Mal – sowohl der Bibliolog als auch das Gespräch danach.

S: Ist es nicht auch so, dass der Bibliolog (also das Hineinversetzen in einen Bibeltext) in einer anderen Situation – mit anderen Menschen zu einem anderen Zeitpunkt – wieder völlig anders werden kann?

M: Genau, es ist auch ein Reiz dieser Methode, dass uns der Bibeltext in unterschiedlichen Lebenssituationen immer wieder neu ansprechen kann.

M: Was ich auch noch mitnehme, ist die Schreibwerkstatt unter der Überschrift „Spuren“ in einer Gruppe: Es ist erstaunlich, mit welch einfachen Methoden und wenigen Worten kurze eindruckliche Texte entstehen, ohne dass man/frau dafür in irgendeiner Weise schriftstellerisch begabt sein müsste. Ich habe mich eigentlich von jedem Text, der in der Gruppe geteilt wurde, bereichert gefühlt.

C: Mir hat es auch sehr gut gefallen, dass wir gleich zwei Musikerinnen in unserer Runde hatten, die unser Singen so wunderbar begleitet haben. Das war auch für den Gottesdienst richtig schön. An dieser Stelle ein DANKE an Ulrike und Ruth!

A (Almut Heinemann-Schiller): Mir hat im Gottesdienst besonders die Spurenaktion von Gisela gut gefallen. Da durfte sich jede eine ausgeschnittene Spur mit einer Erinnerung an dieses Wochenende beschriften:



S: Könnt ihr sagen, welche neuen Erkenntnisse ihr zum Thema gewonnen habt?

M: Das ist tatsächlich gar nicht so einfach – für mich vielleicht nicht in dem Sinne „neues Wissen“, aber auf jeden Fall durch den vielfältigen Austausch neue Blickwinkel auf das Thema



(von persönlichen Erfahrungen bis hin zu gesellschaftlichen Prägungen und Spuren).

A: Ja, da fand ich die Beschäftigung mit dem ökologischen und digitalen Fußabdruck gut. Und den Stromverbrauch durch Streaming-Dienste in den Blick zu nehmen ist sehr wichtig.

S: Wenn ich euch so höre, denke ich, dass alles, was ihr gesagt und gehört habt, ja selbst auch Spuren sind, Spuren der Zeit, in der wir leben – und eigentlich sogar ein Zeitdokument!

E: Es klingt auch schön, wenn ihr erzählt, wieviel in eurem Miteinander entstanden ist: Mir geht es ja immer so, dass ich am besten behalte, was ich buchstäblich *be*-griffen habe – auch durch eigenes Tun ...

M: Genau, wir haben auch gehört, dass ein Mensch von einem anderen Menschen am ehesten in Erinnerung behält, wie er sich in dessen Gegenwart gefühlt hat. Spuren hinterlässt das wohl mehr und intensiver als das, was jemand gesagt hat. Und vielleicht liegt es ja im Wort „Spuren“, dass sie *ge-spürt* werden müssen ...

C: Was ich nur vermisst habe, ist eine Perspektive für die Zukunft dieser Wochenenden. Wie geht es denn weiter, wenn Andrea Schrimm-Heins von der Evangelischen Frauenarbeit und Gretchen Ihmels-Albe von der Frauenarbeit der Reformierten Kirche in den Ruhestand gehen? Wir haben an diesem Wochenende so viele spannende und nachverfolgenswerte Spuren mitgenommen, gute Begegnungen, Gespräche, Kreatives, Be-EINDRUCK-endes ... Wir wünschen uns wirklich, dass es diese und ähnliche Angebote weiter geben wird! Danke an unser Leitungsteam mit Andrea, Gretchen und Ulrike – und an alle Teilnehmerinnen. Es war schön mit euch!

Text: Sayori Harada, Almut Heinemann-Schiller, Christa Meyer, Elke Parniske und Maria Spieß

Bilder: privat



Spurentexte

von Almut Heinemann-Schiller

Spuren
sind überall
in meinem Leben
sie erinnern mich an
dich.

Kettenreaktion

NICHTBEACHTUNG

erzeugt
Ehrgeiz
erzeugt
Anstrengung
erzeugt
Ergebnis
erzeugt
Stolz
erzeugt
Zufriedenheit
erzeugt
Zuversicht
verhindert
Neid

ZUSPRUCH

erzeugt
Zuversicht
erzeugt
Mut
erzeugt
Selbstvertrauen
erzeugt
Selbstwirksamkeit
erzeugt
Lebensfreude
erzeugt
mentale Stärke
verhindert
Unlust

von Maria Spieß

S Sehen
P Prüfen
U Uebernehmen
R Richtung
E Entlanggehen
N Neue setzen

Vermächtnis
für dich
Fürchte dich nicht
Wohin du auch schaust
Spuren

Spuren
von Liebe
suchen und finden
Kannst du sie spüren?
Innendrin

Kettenreaktion

ZUSPRUCH

erzeugt
Mut
erzeugt
Schritte nach vorn
erzeugen
Hoffnung
erzeugt
Miteinander
erzeugt
gemeinsame Schritte
erzeugen
Freude
verhindert
Hass





Einander weltweit Mut machen!

**Rita Beutin im Einsatz für Diasporagemeinden
von Buenos Aires bis Wladiwostok**



Rita Beutin, Bild: Nicole Dylewski

„Durch den Blick in die Diasporagemeinden in aller Welt können wir viel lernen, unseren Horizont weiten und das eigene Leben aus einer anderen Perspektive neu und dankbar betrachten. Es erfüllt mich sehr, Christinnen und Christen in der Ferne zu unterstützen“, sagt Rita Beutin, die seit 18 Jahren voller Engagement ehrenamtlich die Frauenarbeit im Oldenburger Gustav-Adolf-Werk* (GAW) leitet und auch Vorstandsmitglied ist.

Ein besonderer Festakt: Am 10. Mai 2026 wurde das 170-jährige Jubiläum der Oldenburger GAW-Frauenarbeit in der Bloherfelder Kirche gefeiert! In ihrer Ansprache berichtete Rita Beutin über ihre vielseitige Tätigkeit vor Ort und gab Einblicke in interessante Begegnungen und Erlebnisse rund um den Globus. Spätestens Ende 2028 möchte sie sich aus ihrem eindrucksvollen Ehrenamt zurückziehen; dabei blickt sie auf eine intensive Zeit zurück, in der sie sehr viel Gutes bewirkt hat. Gerne teilt sie ihre Erfahrungen und Eindrücke mit uns:

Rita Beutin im Interview mit Karin Kutschke (KK) von der Evangelischen Frauenarbeit im Frühling 2026:

KK: Wo wurden Sie geboren und wie lange leben Sie schon in Oldenburg?

Ich wurde in Worms am Rhein geboren, und meine Familie war Mitglied der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau.

Wir zogen um nach Köln, wo ich konfirmiert wurde und mein Abitur machte. Zum Theologiestudium ging es dann nach Bonn und später um der Liebe Willen nach Norddeutschland: Mein Mann war Bremer und arbeitete bei der Landesbibliothek in Oldenburg. 1969 zogen wir nach Oldenburg-Eversten. Seitdem gehöre ich zur Kirchengemeinde St. Ansgar und war auch lange Kirchenälteste.

KK: Wie kam es zu Ihrem ehrenamtlichen Engagement für das Gustav-Adolf-Werk?

Mein Interesse am Gustav-Adolf-Werk wurde im Grunde durch die architektonische Ähnlichkeit der St. Paulus-Kirche in Wladiwostok, errichtet im Jahr 1908, mit der St. Ansgar-Kirche in Eversten geweckt, die 1902 erbaut wurde. Vor circa zwanzig Jahren besuchte ich in der Ansgar-Gemeinde einen Vortrag des Oldenburger Architekten Gregor Angelis über seine Reise nach Wladiwostok. Er hatte dort auf Bitten des Gustav-Adolf-Werks ein ehrenamtliches Gutachten über die Bausubstanz der enteigneten evangelischen St.-Paulus-Kirche erstellt. Durch dieses Gutachten erhielt die Gemeinde dann das Kirchengebäude zurück. Es sieht durch den neugotischen Stil fast so aus wie meine eigene Kirche hier in Eversten, und das hat mich sehr bewegt. So kam ich erstmals mit dem Gustav-Adolf-Werk in Berührung, und es entstand ein intensiver Austausch mit meiner Vorgängerin, der Leiterin der GAW-Frauenarbeit in Oldenburg Gisela Schäfer. Als sie mich fragte, ob ich Schatzmeisterin werden möchte, sagte ich zu – ebenso, als sie mich später bat, die Ämter zu tauschen. Somit leite ich seit 2008 ehrenamtlich die GAW-Frauenarbeit in Oldenburg und bin zudem Mitglied im Vorstand. Lange haben wir die Wladiwostoker Paulusgemeinde, die in östlicher Richtung am weitesten von uns entfernt liegt, finanziell unterstützt. Beispielsweise wurde dank unserer Hilfe eine Heizung in die St. Paulus-Kirche eingebaut – das ist besonders wichtig, denn die sibirischen Winter sind sehr kalt!

KK: Welche Aufgaben beinhaltet Ihr Ehrenamt?

Einmal jährlich nehme ich am Treffen der „Arbeitsgemeinschaft der Frauen im Gustav-Adolf-Werk“ in Leipzig teil. Bei diesen Tagungen werden die Jahresprojekte** ausgewählt, in Zusammenarbeit mit den GAW-Partnerkirchen in Südamerika, Südeuropa und Osteuropa.



Eine kleine Frauengruppe reist daraufhin in die betreffenden Gemeinden, um sich vor Ort ein Bild zu machen – auf eigene Kosten, versteht sich! Anschließend wird in Leipzig anschauliches Informationsmaterial zu den Jahresprojekten erstellt. Wir präsentieren diese dann in unseren Heimatgemeinden.

So lade ich in meinem Umfeld zu Vorträgen über die Projekte ein und sammle Spenden dafür. Mein Ziel ist es, jährlich mindestens 10.000 Euro aus Oldenburg beizusteuern – das habe ich bisher immer geschafft! Die von uns bereitgestellten Mittel ermöglichen es den Frauen in unseren Partnerkirchen unter anderem, wertvolle Hilfe in der sie umgebenden Gesellschaft und Dienste für die Allgemeinheit zu leisten. Durch diese Arbeiten werden kleine Gemeinden sichtbar in einem Land, in dem sie zur Minderheit gehören. Frauen werden gestärkt und erhalten die Möglichkeit zur Aus- und Weiterbildung. Bei dem Jahresprojekt 2026 unterstützen wir die Partnerkirche in Brasilien.

Es gibt auch langjährige „Lieblingsprojekte“, die unabhängig von den Jahresprojekten zusätzlich begleitet werden, wenn die Finanzen es erlauben. Dazu gehört zum Beispiel die Unterstützung einer argentinischen Kindertagesstätte in Quilmes bei Buenos Aires. Bei uns würde man die Hände über den Kopf schlagen, wenn man in die Küche schaut, aber die Kinder dort freuen sich über ihre tägliche warme Mahlzeit. Viele von ihnen leben in Wellblechhütten und sind dankbar für die liebevolle Ganztagsbetreuung. Ich selbst war 2009 und 2018 in Argentinien. Immer mal wieder erhalte ich Post mit Fotos aus Quilmes. Solche Projekte machen Mut und geben Hoffnung!



Krippenspiel in Quilmes, Bild: Claudia Lohff-Blatezky

Zweimal jährlich organisiere ich zudem mit einem Team unsere Jahresversammlungen mit Basar in Oldenburg. Auch bei den Delegiertenversammlungen des Gustav-Adolf-Werkes mit wechselnden Tagungsorten bin ich dabei. 2025 waren wir Gastgeber in Rastede.

***Das Gustav-Adolf-Werk (GAW)**



Logo: www.gustav-adolf-werk.de

Beim Gustav-Adolf-Werk handelt es sich um ein Diasporawerk der Evangelischen Kirche in Deutschland, das im Jahr 1832 gegründet wurde. Es ist das älteste bundesweite evangelische Hilfswerk mit Sitz in Leipzig und trägt den Namen des schwedischen Königs Gustav II. Adolf (1594 - 1632), dessen Eingreifen in den Dreißigjährigen Krieg die Existenz des Protestantismus in Deutschland sicherte.

Zur GAW-Dachorganisation zählen 21 Hauptgruppen, die Gustav-Adolf-Werke in den evangelischen Landeskirchen; darüber hinaus gibt es 19 Frauengruppen. Auf dem Gebiet der Ev.-Luth. Kirche in Oldenburg sind die 1844 gegründete GAW-Hauptgruppe Oldenburg sowie die 1856 ins Leben gerufene GAW-Frauenarbeit Oldenburg aktiv.

Das Gustav-Adolf-Werk tritt ein für das Recht protestantischer Minderheitskirchen, ihren Glauben in Freiheit zu leben und diakonisch in ihrem Umfeld zu wirken. So unterstützt das Hilfswerk seine rund 50 lutherischen, reformierten und unierten Partnerkirchen in Europa, Lateinamerika, Zentralasien und im Nahen Osten beispielsweise bei Gemeindeaufbau, Bauprojekten, sozialdiakonischen und missionarischen Aufgaben sowie bei der Aus- und Fortbildung von kirchlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Die Finanzierung erfolgt über Mitgliedsbeiträge, Kollekten und Spenden.

KK: Was hat Ihnen bisher am meisten Freude bereitet?

Häufig war ich bei den Reisen zu unseren Partnerkirchen im Ausland dabei und konnte so vieles über den Alltag, die Arbeit, die Sorgen und Freuden der evangelischen Christinnen und Christen in den Diasporagemeinden lernen. Das war immer bereichernd und zeigt auch, wie gut wir es im Vergleich in unserer Kirche haben.



KK: Üben Sie weitere Ehrenämter aus?

Seit 1989 zähle ich zum Team der Kinder- und Jugendbücherei der Ansgari-Kirche in Oldenburg-Eversten. Mit der Evangelischen Frauenarbeit bin ich seit 2008 als Mitglied der „Arbeitsgemeinschaft Frauenarbeit (AGFA)“ verbunden, die alle zwei Jahre den Frauentag im Kulturzentrum PFL organisiert. Dafür konnte ich 2023 als Referentin die Dekanin der Kirche im Evangelischen Dekanat Büdinger Land Birgit Hamrich gewinnen. Lange war ich auch in der Weltgebetstagsarbeit aktiv, das passte oft zu unseren Projektländern. Und anlässlich des 160-jährigen Jubiläums der GAW-Frauenarbeit vor zehn Jahren gab es die Kooperationsveranstaltung „Vivir bien“ („gut leben“) mit der Evangelischen Frauenarbeit, in Zusammenhang mit den Schwerpunktländern des Jahresprojektes 2026 Kolumbien und Bolivien.

KK: Was wünschen Sie sich für die Zukunft der GAW-Frauenarbeit in Oldenburg?

Ich möchte, dass diese gute Sache weitergeht! Daher würde ich mich über eine engagierte Nachfolgerin freuen, die sich Zeit für ein solches Ehrenamt nimmt, großes Interesse für unsere Themen mitbringt und mich vielleicht schon im kommenden Februar zum Treffen der „Arbeitsgemeinschaft der Frauen im Gustav-Adolf-Werk“ in Leipzig begleiten kann. Es wäre auch schön, wenn sich eine neue Form für die Jahresversammlungen hier in Oldenburg findet, sodass wieder mehr Menschen dabei sein möchten. Und Ideen für ganz neue Veranstaltungen sind willkommen, zum Beispiel mit Musik oder ein Frauenfrühstück. Am Ende wird all die Arbeit, die wir Ehrenamtlichen leisten, durch Kontakte zu wunderbaren Menschen und erfüllende Begegnungen in anderen Ländern und Kirchen belohnt.

KK: Ich drücke fest die Daumen, dass sich eine Nachfolgerin findet, die ebenso engagiert und mit dem Herzen dabei ist wie Sie und bedanke mich ganz herzlich für all die bewegenden Einblicke in Ihre ehrenamtliche Tätigkeit.

Text: Karin Kutschke

Quellen:

<https://www.gustav-adolf-werk.de/ueber-uns-gaw-oldenburg.html>
<https://www.gustav-adolf-werk.de/gaw-oldenburg.html>
<https://de.wikipedia.org/wiki/Gustav-Adolf-Werk>
https://de.wikipedia.org/wiki/Gustav_II._Adolf

****Die Jahresprojekte der GAW-Frauenarbeit**

Seit der Gründung der Frauenarbeit im Gustav-Adolf-Werk Oldenburg 1856 beteiligen sich Frauen der Oldenburgischen Kirche an der Unterstützung von Frauen und Kindern in der protestantischen Ökumene weltweit. In Deutschland gibt es traditionell ein Jahresprojekt der Frauenarbeit des GAW. Dabei werden im dreijährigen Turnus die Partnerkirchen in verschiedensten Ländern unterstützt: Einmal innerhalb Südamerikas, einmal in Osteuropa bis hin nach Wladiwostok und einmal in Südeuropa. Schwerpunktländ des Jahresprojektes 2026 ist **Brasilien**:



Bild: www.gustav-adolf-werk.de

Die Frauenarbeit im GAW fördert 2026 verschiedene diakonische Initiativen der Evangelischen Kirche Lutherischen Bekenntnisses in Brasilien (EKLBB): In **Porto Alegre** werden 15 Gruppen von Müllsammelerinnen mit Räumen, Geräten und Schulungen unterstützt. Sozial benachteiligte Frauen lernen in **São Paulo** im Rahmen eines Kochprojektes günstig und gesund zu kochen. Die Frauenarbeit der lutherischen Kirche in Brasilien **OASE** („Ordem Auxiliadora de Senhoras Evangélicas“) beschäftigt sich in der „**Frauenkonferenz über neue Familienmodelle**“ mit dem Thema gleichgeschlechtliche Partnerschaften.

An diesen und weiteren Projekten möchte sich die GAW-Frauenarbeit Oldenburg mit mindestens 10.000 Euro beteiligen. Spenden werden gerne angenommen:

Spendenkonto der Frauenarbeit im Gustav-Adolf-Werk e. V.:

Landessparkasse zu Oldenburg

IBAN: DE31 2805 0100 0000 4222 20

BIC: SLZODE22XXX

Verwendungszweck: Spende Brasilien

Kontakt:

Frauenarbeit im Gustav-Adolf-Werk e. V.

Kastanienallee 9-11, 26121 Oldenburg

Tel.: 0441/21001-97

www.gaw-oldenburg.de

gaw@diakonie-ol.de



An(ge)dacht

Aufmerksam durch den Sommer

Es ist wieder Sommer! Die Tage sind lang, viele Menschen sind draußen unterwegs und bald stehen die Ferien vor der Tür. Doch mit dem Sommer kommt leider auch die Hitze. Dieser Juni ist besonders heiß, Temperaturen von über 30 Grad breiten sich in vielen Teilen Europas aus. Dies hat viele verschiedene Folgen für die Natur, Tiere und Menschen. Gerade jetzt zeigt sich, wie wichtig Aufmerksamkeit sein kann. Wer leidet unter der Hitze? Braucht der ältere Nachbar vielleicht Hilfe beim Einkaufen? Haben die Lieferant*innen genug getrunken? Finden Vögel und andere Tiere Wasser? Schon ein aufmerksamer Blick kann den Unterschied machen. Aufmerksamkeit ist oft der erste Schritt, um helfen zu können.

Dabei ist Aufmerksamkeit nicht nur ein Sommerthema. Soziale Netzwerke und Unternehmen konkurrieren täglich um sie. Leider sind es insbesondere negative Inhalte, die oft unsere Aufmerksamkeit auf sich ziehen, Positives tritt schnell in den Hintergrund. Gleichzeitig werden unsere Gedanken und unser Blick auf die Welt maßgeblich davon geprägt, womit wir uns beschäftigen und worauf wir unsere Aufmerksamkeit lenken. Deshalb lohnt es sich, innezuhalten und zu fragen: Worauf richte ich eigentlich meine Aufmerksamkeit? Diesbezüglich gibt Paulus im Philipperbrief eine Antwort:

„Was wahrhaftig ist, was ehrbar, was gerecht, was rein, was liebenswert, was einen guten Ruf hat, sei es eine Tugend, sei es ein Lob, darauf seid bedacht!“ (Philipper 4,8)

Die Bibel kennt die Kraft dessen, worauf wir unseren Blick richten. Sie lädt uns ein, dem Guten im Leben Aufmerksamkeit zu schenken. Im Umkehrschluss bedeutet dies jedoch nicht, die Augen vor Negativem zu verschließen. Wer das Schöne wahrnimmt, blendet das Leid nicht aus. Wer Hoffnung, Freundlichkeit und Lichtblicke entdeckt kann sich den Herausforderungen der Welt zuzuwenden, ohne an ihnen zu verzweifeln. Dadurch können wir die Welt in ihrer ganzen Wirklichkeit wahrnehmen.

So ist Aufmerksamkeit eine Art von Zuwendung. Im christlichen Glauben bedeutet diese Aufmerksamkeit, einem Menschen Zeit zu schenken, zuzuhören und wahrzunehmen. Dies wird besonders bei Jesus deutlich, der seine Aufmerksamkeit den Kranken, Ausgegrenzten und Bedürftigen schenkt. Nur durch so einen aufmerksamen Blick kann sich etwas verändern.

Und genau das können wir für diese Hitze mitnehmen. An vielen Orten entstehen derzeit neue Ideen, um Menschen besser vor der Hitze zu schützen. Öffentliche Trinkwasserstellen, schattige Plätze oder gekühlte Aufenthaltsräume sind Antworten auf dieselbe Frage: Was brauchen Menschen gerade, damit es ihnen besser geht? Auch im Alltag können wir diese Aufmerksamkeit mit denen teilen, die Hilfe brauchen. Vielleicht stellen wir eine Wasserschale für Tiere nach draußen oder achten darauf, ob jemand Unterstützung braucht. Oft sind es die kleinen Gesten der Aufmerksamkeit, die einen großen Unterschied machen.

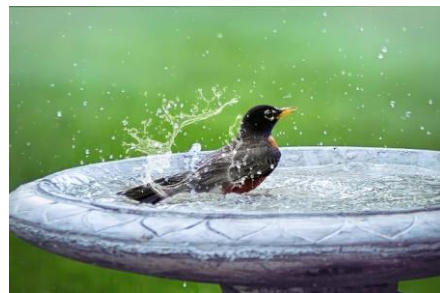


Bild: Pixabay/jillwellington

Unsere Aufmerksamkeit wird nicht alle Probleme lösen. Sie wird auch diese Hitze nicht verschwinden lassen. Doch sie kann dazu beitragen, dass das Leben für andere ein wenig leichter wird. Gerade weil Negatives oft mehr Aufmerksamkeit erhält als Positives, lohnt es sich, den Blick auch auf das zu richten, was Hoffnung schenkt und Gemeinschaft stärkt.

Ich wünsche Ihnen einen Sommer, in dem Sie bewusst wahrnehmen, was Ihnen und anderen guttut und ich wünsche Ihnen Menschen, die Ihnen ihre Aufmerksamkeit schenken. Und wenn Sie zwischendurch selbst eine kleine Pause brauchen, dann schenken Sie ruhig auch einem See, einem Freibad oder einer Kugel Eis Ihre Aufmerksamkeit. Denn wer gut für sich sorgt, hat oft auch wieder Kraft, aufmerksam für andere zu sein.

Nicole Dylewski



Literaturtipps

Liebe! Ein Aufruf

von Daniel Schreiber, Hanser Verlag 2025,
22,00 Euro

Ohnmacht ist zum Grundgefühl unserer Zeit und unserer Gesellschaft geworden. Das Zusammenleben ist von sozialen Spannungen, Spaltung und hasserfüllter Rhetorik geprägt. Was lässt sich diesem Klima entgegensetzen? Darauf sucht Daniel Schreiber Antworten. Er fordert die Rückbesinnung auf Liebe als politische Kraft und macht durch vielfältige Beispiele deutlich, dass alle von einer Stärkung der Verbundenheit und des Gemeinsinns profitieren könnten, wenn die Liebe auch politisch verstanden wird. Liebe umfasst die Liebe zu uns selbst, zu unseren Mitmenschen, zur Natur und zur Welt. Schreiber bezieht sich in seinen Überlegungen u. a. auf Hannah Arendt, Albert Schweitzer und Erich Fromm. Er lädt dazu ein, sich seinem Aufruf zur Liebe in ihrer Vielschichtigkeit anzuschließen.

Einsamsein – Eine Befreiungsgeschichte

von Daniel Haas, Goldmann Verlag 2026,
22,00 Euro

Einsamkeit ist keine Frage des Alters, keine Strafe für soziale Unfähigkeit. Sie ist, wie der Journalist Daniel Haas es in seinem neuen Buch auf den Punkt bringt, ein Mangel an Zugehörigkeit. Er weiß das nicht nur als Journalist, sondern weil er selbst erlebt hat, wie Einsamkeit Menschen in die Sucht treiben kann, in Depression und Rückzug. Daniel Haas begibt sich auf die Suche nach dem Ursprung der Einsamkeit, die sich als Leitmotiv durch seine Familiengeschichte zieht. Er beschreibt, wie er sich immer wieder selbst isoliert hat, bis er schließlich begriffen hat, worauf es ankommt: auf Akzeptanz und Wohlwollen anderen und dem Leben gegenüber.

Der Hase im Mond

von Milena Michiko Flašar, Wagenbach Verlag
2025, 24,00 Euro

Milena Michiko Flašar hat eine japanische Mutter und einen österreichischen Vater. Sie kann ihren Leserinnen und Lesern daher in ihrem neun Erzählungen umfassenden Sammelband die japanische Kultur poetisch und eindrücklich nahebringen.

Flaşar spielt mit westeuropäischen Japan-Klischees und öffnet einen Blick auf die Leidenschaften und Abgründe hinter den Fassaden der zurückhaltend wirkenden Japanerinnen und Japaner. Ihre Erzählungen aus der japanischen Alltagswelt sind vielfältig und berührend. Sie beschäftigen sich mit Einsamkeit und Isolation in der Gesellschaft. Auch Sagen und mystische Elemente tauchen immer wieder auf und oft verschmelzen Traum und Realität miteinander.

Dream Count

von Chimamanda Ngozi Adichie, S. Fischer Verlag
2025, 28,00 Euro; ab 23. September 2026 TB
Fischer Verlag 2026, 16,00 Euro

Die vier afrikanischen Frauen Chiamaka, Omeologor, Zikora und Kadiatou stehen im Mittelpunkt des neuen Romans der renommierten Nigerianerin Chimamanda Ngozi Adichie. Ihre Schicksale sind eng mit den gesellschaftlichen, politischen und familiären Realitäten Afrikas und der westlichen Welt verwoben. Drei der Frauen sind in Afrika aufgewachsen und leben inzwischen in den USA, eine ist in Nigeria geblieben. Vier Lebenswege, vier Sehnsüchte, aber alle eint der Wunsch nach Liebe, Zugehörigkeit und Selbstbestimmung. Das macht schon der erste Satz des Romans deutlich: „Ich habe mich immer danach gesehnt, von einem anderen Menschen erkannt zu werden, wirklich erkannt.“

Das gute Leben

von Nadine Schneider, S. Fischer Verlag 2026,
25,00 Euro

Der Roman der jungen Autorin mit rumäniendeutschen Wurzeln spielt in und um Nürnberg sowie in Rumänien. Er erzählt auf bewegende Weise die Geschichte von drei Generationen Frauen auf der Suche nach dem guten Leben. Dabei geht es auch um Brüche im Leben und um die Verluste, die alle Frauen der Familie auf unterschiedliche Weise erlitten haben. Der Roman verbindet Familiengeschichte und bundesrepublikanische Wirtschaftsgeschichte. Die Leben von Anni und Helene ist eng verknüpft mit der Erfolgsgeschichte des Versandhauses Quelle, für das sie arbeiten.