

## EHRENAMT, SENIOREN UND INTEGRATION

Ohne Ehrenamt und ohne das ehrenamtliche Engagement von vielen Aktiven in gemeinnützigen Einrichtungen und in Vereinen wäre das soziale Miteinander in vielen Bereichen nicht möglich. Es gilt daher, dieses unermüdliche Engagement zu stärken und für ein nachhaltiges Fortbestehen durch nachrückende Ehrenamtliche zu werben. In regelmäßigen Abständen sollen deshalb Ehrenamtliche zu Wort kommen. Ziel soll sein, die Vielfältigkeit ehrenamtlichen Engagements bekannt zu machen, Gründe von Ehrenamtlichen für ihr Engagement darzulegen und neue Ehrenamtliche für den Fortbestand des Ehrenamts zu gewinnen.

**Heute stellen wir vor:**



### Die Osteoporose-Selbsthilfegruppe Müllheim

Im Gründungsjahr 2005 der SHG war die Osteoporose noch nicht als Volkskrankheit in der Gesellschaft angekommen und der Leidensdruck auf die Betroffenen sehr groß. Meine Mutter hatte sehr darunter gelitten und ich habe mich als 8. Gründungsmitglied entschlossen, als Kassiererin im Ehrenamt mitzuarbeiten.

Nun sind 17 Jahre vergangen, die Mitgliederzahl ist gewachsen und wir können nun in Müllheim 5 Trainingsgruppen mit 3 ausgebildeten Therapeuten anbieten.

Wichtig sind uns die drei Säulen der Bekämpfung der Osteoporose, die man damit auch im Griff haben kann: „Medikation, Bewegung und Ernährung“.

Zu unseren wöchentlichen Gymnastikstunden finden wichtige Arzt- und Ernährungsvorträge, gemütlicher Austausch und Ausflüge statt.

Das Ehrenamt ist eine „Aufgabe“, die über die Mitmenschen zu einem freudigen Er-

lebnis werden kann. Daher haben wir dieses Ehrenamt übernommen und sind nun zu einem harmonischen Team zusammengewachsen. Wir ermöglichen jeweils 2 kostenlose Schnupperstunden, kommen Sie einfach mit Voranmeldung bei uns vorbei, wir würden uns freuen:

Kontakt:

Vorsitzender: H. Backhaus - 07631-705003  
und Kassiererin H. Reil - 07631-16964



*Bild: Hr. Backhaus und Frau Reil*

## EHRENAMT, SENIOREN UND INTEGRATION

### Initiative Soziale Stadt Müllheim

Die Initiative Soziale Stadt Müllheim wurde 2020 als Verein gegründet und ist als gemeinnützig anerkannt. Unser Anliegen ist es, uns für die Umsetzung gemeinwohlorientierter Aufgaben in Müllheim einzusetzen.

Wir begannen unsere Arbeit mit dem Engagement für **die Entstehung eines Bürgerzentrums in Müllheim (Haus der Begegnung)**. Dass sich Vereine und Initiativen an einem öffentlichen Ort treffen und begegnen können, gehört aus unserer Sicht zur „sozialen Infrastruktur“ einer Stadt. Ein Anfang ist gemacht: Die Begegnungsstätte im Elisabethenheim wurde im Herbst 21 für die Öffentlichkeit geöffnet. Das ist im Vergleich zu vorher ein Fortschritt, das Ziel eines öffentlichen Bürgerzentrums ist aber noch nicht erreicht. Das wird uns weiter beschäftigen.

Das „Offene Café“ in der Begegnungsstätte ist ein Angebot der Initiative Soziale Stadt und wird von uns ehrenamtlich betrieben. Es kann seit April 22 jeden Montagnachmittag geöffnet werden. Es ist nicht kommerziell, bewirbt kostenlos bzw. auf Spendenbasis. Es wird zunehmend von Menschen der

älteren Generation gut angenommen, die hier einen Ort der Begegnung gefunden haben. **Für unser ehrenamtlich arbeitendes, engagiertes Caféteam suchen wir dringend weitere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Melden Sie sich bei Interesse gerne unter [kontakt@initiative-soziale-stadt.de](mailto:kontakt@initiative-soziale-stadt.de), über die Ehrenamtsbörse der Stadt [www.muellheim-ehrenamtsboerse.de](http://www.muellheim-ehrenamtsboerse.de) oder telefonisch unter 9387979 bzw. 174488.**

Mit unserem **Regiokartenverleih** wollen wir Menschen unterstützen, deren Sozialleistungsbezug auch aufgrund der rapiden Teuerung der Lebenshaltungskosten sowie so nur zum Überleben reicht. **Seit Kurzem bieten wir den kostenlosen Verleih dienstags und freitags von 14.30 - 15.00 Uhr im Vorraum des Tafelladens an.** Kommen Sie pünktlich, da die Karten immer schnell verliehen sind. Sie können vor Ort auch eine Karte für einen Ausleihtermin in der Folgewoche reservieren.

Zur öffentlichen Daseinsvorsorge gehört ein **ausgebauter städtischer Nahverkehr**. Wir haben deshalb mit mehreren bürgerschaftlich arbeitenden Vereinen einen Arbeitskreis Mobilität gegründet, der momentan Ideen für attraktive Busverbindungen

zwischen Stadtteilen und Bahnhof erarbeitet. Es sollen die teils verzweigten und entfernten Stadtviertel bedient und durch Taktung ein sicherer Anschluss zwischen Bahn und Bus am Bahnhof ermöglicht werden.

**Machen Sie mit! Nehmen Sie Kontakt auf über [www.initiative-soziale-stadt.de](http://www.initiative-soziale-stadt.de) und [kontakt@initiative-soziale-stadt.de](mailto:kontakt@initiative-soziale-stadt.de)**

Man findet uns auch auf SocialMedia wie Facebook & Instagram:

@sozialestadtmuellheim

Vorstand der Initiative Soziale Stadt Müllheim e.V., Adelheid Wilhelm-Sprondel, Maria Kries, Angelo Galletto, Tilman Sprondel



von links: Adelheid Wilhelm-Sprondel, Maria Kries, Angelo Galletto

## Frau Hedi Monnet vom Turnverein Müllheim 1863 e.V.

Als ich 1970 nach Aufenthalt in Frankfurt und in Saudi-Arabien wieder in meine norddeutsche Heimat zurückkam, ergab es sich, dass ich in einer kleinen Gymnastikgruppe landete. Die



*Frau Hedi Monnet*

damalige Übungsleiterin hörte nach kurzer Zeit auf und ich erklärte mich bereit, die Gruppe vorübergehend zu leiten. Ich kauf-

te mir ein Sachbuch und aus der vorübergehenden Zeit wurden 11 Jahre und aus 15 Teilnehmerinnen wurden so viele, dass zwei Gruppen daraus entstanden. Schließlich waren es ca. 100 Frauen. 1982 zogen wir um nach Oldenburg und dort war ich dann nur Teilnehmerin der dortigen Gruppe. Im Oldenburgischen habe ich etliche Fortbildungskurse besucht und eine Übungsleiterlizenz in der Landesturnschule Osnabrück erworben.

Als wir 1996 ins Markgräflerland zogen und auf Anregung des damaligen Vorsitzenden eine Ankündigung in der BZ erschien, welche die Gründung der Gymnastikgruppe unter meiner Anleitung bekannt gab, nahmen

gleich ca. 30 Teilnehmerinnen teil. Daraus wurde im Laufe der Jahre der nun kleine „Rest und harte Kern“ der Gruppe. Mir hat die Tätigkeit immer großen Spaß gemacht und trotz meiner nun fast 80 Lebensjahre möchte ich noch eine Weile weitermachen. Der Sport hält bekanntlich nicht nur den Körper fit sondern auch die sog. „Grauen Zellen.“ Neben der Übungsleiterinnen-tätigkeit gehe ich übrigens 2-3x in der Woche ins Fitnessstudio. Bis zur Krankheit meines Ehemannes habe ich auch jahrelang Golf und Tennis gespielt...

Interessierte können sich gerne beim Turnverein Müllheim 1863 e.V., Goethestraße 16, 79379 Müllheim, Tel. 07631/8630, melden.

## EHRENAMT, SENIOREN UND INTEGRATION

Ohne Ehrenamt und ohne das ehrenamtliche Engagement von vielen Aktiven in gemeinnützigen Einrichtungen und in Vereinen wäre das soziale Miteinander in vielen Bereichen nicht möglich. Es gilt daher, dieses unermüdliche Engagement zu stärken und für ein nachhaltiges Fortbestehen durch nachrückende Ehrenamtliche zu werben. In regelmäßigen Abständen sollen deshalb Ehrenamtliche zu Wort kommen. Ziel soll sein, die Vielfältigkeit ehrenamtlichen Engagements bekannt zu machen, Gründe von Ehrenamtlichen für ihr Engagement darzulegen und neue Ehrenamtliche für den Fortbestand des Ehrenamts zu gewinnen.

**Heute stellen wir vor:**



Zu meiner ehrenamtlichen Tätigkeit in der **“Diakonischen Initiative Hügellheim”** bin ich über ein Pflichtpraktikum im Studium gekommen. Bei meiner Stellensuche stellte sich der Einrichtungsleiter in einem Zoom-Seminar vor und bewarb die Einrichtung. Zunächst war ich recht abgeschreckt von dem Gedanken, mit Menschen mit Behinderung zu arbeiten und hatte sogar ein bisschen Angst davor. Über das Praktikum habe ich jedoch eine motivierende soziale Einrichtung, mit motivierter Leitung und



*Bild: Karsten Schuster*

einem jungen Ehrenamts-Team erlebt. Zusätzlich habe ich lernen dürfen, wie schön, vielfältig und witzig die Arbeit in der Inklusion ist. Man hat immer was zu lachen und befindet sich dauerhaft in guter Gesellschaft. Dabei befinden sich die Klient:innen oft selbst in herausfordernden Lebenssituationen. Mir hat das gezeigt, dass meine eigenen Probleme eigentlich gar nicht so groß sind und die Hoffnung ein unverzichtbarer menschlicher Antrieb ist. Diese durchweg positiven Erfahrungen haben mich dazu veranlasst, mich nahtlos nach dem Praktikum als Ehrenamtlicher weiterhin zu engagieren. Man kommt sehr schnell in eine Rolle, in der man Verantwortung für andere Menschen übernimmt. Gerade auf Freizeiten kann es vorkommen, dass man auch pflegerische Tätigkeiten übernimmt. Das schreckt zunächst ab und schüchtert auch ein. Vor allem, wenn man keine Vorerfahrung in diese Richtung besitzt. Abhilfe schafft dabei die Supervision und der Austausch innerhalb des Ehrenamts-Teams und natürlich die professionelle Begleitung durch den Einrichtungsleiter David Schmitz. Der Austausch und die Rücksprache ist gerade zu Beginn einer ehrenamtlichen Tätigkeit sehr intensiv und wird seinerseits sehr wertschätzend und problembezogen geführt. Das alles konnte mir meine Unsicherheiten und Ängste gänzlich nehmen. Ehrenamtlich bin ich auch als Gruppenleiter der Kegelgruppe tätig. Einmal im Monat gehen wir mit

einer größeren Gruppe nach Staufen Kegeln. Dabei wird natürlich auch gegessen und getrunken. Ansonsten bin ich bei fast allem dabei, was so anfällt. Von Lager aufräumen bis zur Evakuierungsfahrt von körperlich beeinträchtigten ukrainischen Flüchtlingen ist da alles dabei. Ich profitiere bei meinem Ehrenamt, dass ich eine sinnvolle Beschäftigung habe und viel Zeit mit meinen Freunden verbringe. Weiterhin erhalte ich auch Ehrenamtszuschüsse oder von zeitlich begrenzten Projekten, wofür die D.I. Angestellte benötigt. Es lohnt sich mit Menschen Zeit zu verbringen und ein Großteil von ihnen ist schwer in Ordnung. Mein Anspruch ist es, eine schöne Zeit mit und für die Teilnehmenden zu gestalten.

Unverzichtbar ist die ehrenamtliche Tätigkeit, da es kaum Angebote, Fachkräfte und noch weniger Ehrenamtliche gibt. In der evangelischen Erwachsenenbildung sind lediglich 0,3% der Angebote für Menschen mit Behinderung gedacht. Dabei stellen Menschen mit Behinderung rund 10 % der Gesamtbevölkerung dar. Weiterhin werden nur rund 3% der Menschen mit Behinderung mit dieser geboren. 90% entwickeln sie in ihrem Leben z.B. nach einer Krankheit. Man spricht also über eine unterrepräsentierte Gruppe, in die jeder von uns rutschen kann.

Ich würde mir wünschen, dass die, die noch kein Ehrenamt haben, sich fragen, ob ihr Lebensstil Zeit hergibt, um eins aufzunehmen. Man lernt viele neue Leute kennen, hat eine sinnvolle Beschäftigung und wächst teilweise auch über sich selbst hinaus. Ich trete bald dem Vorstand des Fördervereins der Diakonischen Initiative in Hügellheim bei. Ich hoffe, dass wir über diesen, Konzepte und Möglichkeiten entwickeln, um das Ehrenamt in der D.I. noch attraktiver zu gestalten. Die D.I. bietet jedem Ehrenamtlichen die Möglichkeit, sich nach eigenem Interesse zu entfalten. Jeder mit einer Angebotsidee ist willkommen und gewollt. Ein Angebot, zu dem ich die Lesenden gerne einladen würde, ist unsere Kegelgruppe. Diese trifft sich einmal pro Monat im Restaurant Staufener Kegelstube.

## EHRENAMT, SENIOREN UND INTEGRATION

Ohne Ehrenamt und ohne das ehrenamtliche Engagement von vielen Aktiven in gemeinnützigen Einrichtungen und in Vereinen wäre das soziale Miteinander in vielen Bereichen nicht möglich. Es gilt daher, dieses unermüdliche Engagement zu stärken und für ein nachhaltiges Fortbestehen durch nachrückende Ehrenamtliche zu werben. In regelmäßigen Abständen sollen deshalb Ehrenamtliche zu Wort kommen. Ziel soll sein, die Vielfältigkeit ehrenamtlichen Engagements bekannt zu machen, Gründe von Ehrenamtlichen für ihr Engagement darzulegen und neue Ehrenamtliche für den Fortbestand des Ehrenamts zu gewinnen.



### Heute stellen wir vor: Tatjana Erfurt



Tatjana Erfurt

Der Laden *Sack und Pack* verkauft gespendete Kleidung für Erwachsene und Kinder zu günstigen Preisen. Träger des Ladens ist der Förderverein der Eltern-Kind-Initiative (eki) e.V. Die Einnahmen des Ladens kommen der eki zugute. Im *Sack und Pack* sind 21 ehrenamtliche Mitarbeiterinnen beschäftigt. Eine davon ist Tatjana Erfurt, die ich gerne vorstellen möchte:

Tatjana Erfurt ist 65 Jahre alt, hat 3 Kinder und ist 1993 von Kasachstan nach Müllheim gekommen. Sie ist seit fast 20 Jahren ehrenamtliche Mitarbeiterin im „Sack und Pack“ und arbeitet 2-3mal pro Woche für je 3 Stunden. Zu ihren Tätigkeiten gehört die Annahme, das Sortieren/Sichten und das Verkaufen der gespendeten Kleidung. Tatjana war damals mehrmals pro Woche als Kundin im Laden. Sie wurde daraufhin von einer Mitarbeiterin angesprochen, ob sie nicht Lust hätte, selbst ehrenamtlich im Laden tätig zu werden.

Die Arbeit macht Tatjana sehr viel Spaß und sie schätzt den persönlichen Kontakt zu den Kunden, von denen mittlerweile sehr viele Stammkunden sind. Sie freut sich, wenn sie sich durch ihre Arbeit in die Gesellschaft einbringen und Menschen die Möglichkeit geben kann, Kleidung günstig zu kaufen. Die überschüssige Kleidung wird schon seit über 10 Jahren an die Ukrainehilfe vom S'Einladele in Freiburg weitergereicht, welche die Kleidung an die Menschen in der Ukraine weitergibt. Über die Dankbarkeit der Kunden im Laden, die ihr für ihre Arbeit entgegengebracht wird, freut sie sich sehr.

Tatjana schätzt sehr das herzliche Miteinander zwischen ihren ehrenamtlichen Kolleginnen. Es findet jedes Jahr ein Mitarbeiterfrühstück und eine Weihnachtsfeier statt, was für alle immer ein schönes Beisammensein ist. Sie ist froh, dass sie die Möglichkeit hat mit ihrer Arbeit im *Sack und Pack* unter Menschen zu kommen, anstatt nur „zu Hause zu sitzen“.

Tatjana ist es ein großes Anliegen hervorzuheben, dass der reibungslose Ablauf in einem mittlerweile 21-köpfigen ehrenamtlichen Team, durch die kompetente, vertrauensvolle Führung von Luitgard Soergel-Koelbing, möglich ist. Sie kümmert sich seit Beginn ebenfalls ehrenamtlich um die Organisation des Ladens.

Wer auf der Suche nach guter, gebrauchter und günstiger Kleidung ist, kann gerne einmal beim *Sack und Pack* in der Friedrichstr. 8 in Müllheim vorbeischaun.

Bericht: Miriam Gehrke (Vorstand Förderverein eki)

## EHRENAMT, SENIOREN UND INTEGRATION

Ohne Ehrenamt und ohne das ehrenamtliche Engagement von vielen Aktiven in gemeinnützigen Einrichtungen und in Vereinen wäre das soziale Miteinander in vielen Bereichen nicht möglich. Es gilt daher, dieses unermüdliche Engagement zu stärken und für ein nachhaltiges Fortbestehen durch nachrückende Ehrenamtliche zu werben. In regelmäßigen Abständen sollen deshalb Ehrenamtliche zu Wort kommen. Ziel soll sein, die Vielfalt ehrenamtlichen Engagements bekannt zu machen, Gründe von Ehrenamtlichen für Ihr Engagement darzulegen und neue Ehrenamtliche für den Fortbestand des Ehrenamts zu gewinnen.

Heute stellen wir vor: **Frau Müller-Jablonski (82 Jahre) von der Parkinson-Selbsthilfe Gruppe Müllheim**



Seit fast 10 Jahren engagiere ich mich bei der Parkinson Selbsthilfe Gruppe. Zunächst 2014 in Bad Bellingen und seit Januar 2018 in Müllheim.

Wir gehören zur Deutschen Parkinson Vereinigung e.V. Regionalgruppe Freiburg, sind aber eine selbständige und unabhängige SHG mit allen Entscheidungen.

Parkinson ist eine unheilbare Krankheit. Wir

mit dieser Krankheit betroffen sind.

Ich wünsche mir, dass recht viele an solchen Veranstaltungen, die ehrenamtlich durchgeführt werden, teilnehmen. Es ist sehr wertvoll, einen Erfahrungsaustausch und gegen-

organisieren Vorträge von Fachleuten wie Ärzten, Kinästhetik, der Diakonie, Pflegediensten, Logopäden, Ernährungsberatern usw. und bieten damit Personen aus Müllheim und dem Umland wichtige Erfahrungen und Kenntnisse. Durch den Bundesverband wurde ich in einem mehrtägigen Seminar für diese Aufgabe geschult.

Anlass für mein Engagement war die Erkrank-

seitige Unterstützung zu erleben.

Unsere SGH hat ca. 20 Mitglieder (anwesend sind meist ca. 16-18 Personen) auch Nichtmitglieder sind jederzeit gerne willkommen. Wir treffen uns meist am 1. Montag im Mo-

kung meines Mannes 2012; der 2018 an der Krankheit verstorben ist. Da die Gruppe einen so wichtigen Treffpunkt braucht, habe ich nach seinem Tod die Tätigkeit weitergeführt und nach Müllheim verlegt. Ich selbst bin nicht von der Krankheit betroffen. Ich finde es absolut notwendig, dass die Kranken und vor allem auch die Angehörigen eine Anlaufstelle zu Menschen haben, die ebenso

nat von 14.30 bis 16.30 Uhr in Müllheim im Rotkreuzhaus. Ein halbjährliches Programm wird immer im Voraus erstellt. Die Termine werden im Mitteilungsblatt rechtzeitig mit Angabe der Kontakte angekündigt.

## EHRENAMT, SENIOREN UND INTEGRATION



Ohne Ehrenamt und ohne das ehrenamtliche Engagement von vielen Aktiven in gemeinnützigen Einrichtungen und in Vereinen wäre das soziale Miteinander in vielen Bereichen nicht möglich. Es gilt daher, dieses unermüdliche Engagement zu stärken und für ein nachhaltiges Fortbestehen durch nachrückende Ehrenamtliche zu werben. In regelmäßigen Abständen sollen deshalb Ehrenamtliche zu Wort kommen. Ziel soll sein, die Vielfältigkeit ehrenamtlichen Engagements bekannt zu machen, Gründe von Ehrenamtlichen für Ihr Engagement darzulegen und neue Ehrenamtliche für den Fortbestand des Ehrenamts zu gewinnen.

### Heute stellen wir vor:

In einer für mich schwierigen Zeit wurde ich in der Versorgung meiner Schwiegermutter über Jahre von einem ehrenamtlichen Mitarbeiter der Hospizgruppe unterstützt. Damals habe ich diese Unterstützung als ein großes Geschenk wahrgenommen, sie war einfach da, ohne Bedingungen, ohne „Wenn“ und „Aber“.

Später wollte ich dieses Geschenk weitergeben. So begann ich die Ausbildung zur ehrenamtlichen Mitarbeiter\*in in der Hos-

pizgruppe und ich bin jetzt seit 10 Jahren als Ehrenamtliche tätig.



Die Aufgabe der Ehrenamtlichen ist die Begleitung von Menschen auf ihrem letzten Lebensabschnitt. Dabei können auch die Angehörigen in ihrer Trauer und der Zeit des Abschieds Unterstützung finden.

Der zeitliche Einsatz richtet sich bei der Hospizarbeit grundsätzlich an den Möglichkeiten der Ehrenamtlichen, wenn erforderlich kann eine Begleitung auch im Team wahrgenommen werden.

Das, was wir über die Hospizarbeit persönlich bekommen, ist sehr vielfältig. Häufig Dankbarkeit und Wertschätzung durch die Menschen in der Begleitung. Die Menschen ein Stück in ihrem Leben begleiten zu dür-

fen und das Wissen darum, dabei etwas Sinnvolles zu tun, ist der größte Gewinn.

Das wichtigste Angebot ist, dass wir unsere Zeit zur Verfügung stellen, ein heute knappes Gut. In dieser Zeit stehen die Bedürfnisse und Wünsche des oft schwerkranken Menschen im Mittelpunkt, ohne Erwartungen.

Die verschiedensten Menschen sind in der Hospizarbeit tätig, alle im Engagement vereint. Sie stellen ihre Erfahrung und ihre Person anderen Menschen zur Verfügung. Die Auseinandersetzung mit dem letzten Lebensabschnitt führt oft dazu, dem eigenen Leben mit seinen täglichen Belastungen und auch Grenzen mehr Wertschätzung und Dankbarkeit entgegenzubringen.

Ich wünsche mir von den Bürgerinnen und Bürgern in Bezug auf ehrenamtliches Engagement, dass jeder einen Bereich findet, der jenseits der eigenen Alltagserfahrungen stattfindet, um das eigene Erleben und auch das Verständnis füreinander zu vergrößern. Wer sich in die Hospizarbeit einbringen möchte, uns kennenlernen möchte, ist herzlich eingeladen bei einem Info-Treff in der „Esskultur“ vorbeizukommen. Die aktuellen Termine dazu werden in „Hallo Müllheim“ bekannt gegeben.

## EHRENAMT, SENIOREN UND INTEGRATION

Ohne Ehrenamt und ohne das ehrenamtliche Engagement von vielen Aktiven in gemeinnützigen Einrichtungen und in Vereinen wäre das soziale Miteinander in vielen Bereichen nicht möglich. Es gilt daher, dieses unermüdliche Engagement zu stärken und für ein nachhaltiges Fortbestehen durch nachrückende Ehrenamtliche zu werben. In regelmäßigen Abständen sollen deshalb Ehrenamtliche zu Wort kommen. Ziel soll sein, die Vielfältigkeit ehrenamtlichen Engagements bekannt zu machen, Gründe von Ehrenamtlichen für Ihr Engagement darzulegen und neue Ehrenamtliche für den

Darüber hinaus wurde ich vor kurzem zum Jugendwart des Südbadischen Volleyballverbandes gewählt.

Als Trainer und Schiedsrichter besuche ich immer wieder Fortbildungen. Im Trainerbereich meist einmal pro Jahr, beim Schiedsrichterbereich alle 2 Jahre einmal. In diesem Jahr habe ich zusätzlich die Ausbildung zum Beachvolleyballtrainer abgeschlossen. Der Umgang mit der Jugend und dem Volleyballsport an sich ist mir ein großes Anliegen. Besonders gehen wir aber auch darauf ein, was es bedeutet, im Team zu arbeiten, denn Volleyball kann nur im Team gespielt werden. Teamgeist, Fairness und Freude steht bei uns ganz oben, und genau das möchte ich und wir vermitteln.

Fortbestand des Ehrenamts zu gewinnen. Heute stellen wir vor:



Trainerbereich der Jugend tätig zu werden. Da ich bereits einen Trainerschein hatte und

Mein persönlicher Profit meines Engagements liegt für mich darin, dass ich mich wöchentlich intensiv mit Volleyball und tollen Menschen beim VC Müllheim beschäftigen darf. Dies bereitet mir große Freude und nimmt einen wichtigen Platz in meinem Leben ein.

Ich denke, beim VC Müllheim können wir durch unsere Jugendarbeit dazu beitragen, Kinder dafür zu begeistern, sich auch im weiteren Verlauf ihres Lebens ehrenamtlich einzubringen und ihr soziales Verhalten positiv zu fördern. So konnten wir in diesem Jahr bereits 8 neue Trainer aus unseren Reihen begrüßen. Ich denke, sie werden mit ihrem fortlaufenden Interesse für das Ehrenamt im Verein auch Einfluss auf Ehrenamt in Müllheim haben.

bei meinem vorherigen Verein die Jugend betreute, habe ich diese Aufgabe auch in Müllheim sehr gerne übernommen.

Ich bin als einer unserer Jugendtrainer für unsere Jugend im Alter von 10-15 Jahren aktiv. Wir betreuen Jungs und Mädchen gleichermaßen, die auch in unterschiedlichen Leistungsgruppen sind. Ebenfalls bin ich Trainer unserer Damen I Mannschaft in der Kreisliga und als Spieler und Schiedsrichter bei unserer Herren II Mannschaft aktiv. Alles gesamt ist ein wöchentlicher Stundenanfang von bis zu 8 Stunden an Trainings.

Sport ist immer unverzichtbar; ist ein Ausgleich, ein gesellschaftliches Engagement. Wir bewirken mit dem Volleyballsport, dass in Müllheim Kinder eine sportliche Aktivität und Perspektive finden und sie sich selbst ausprobieren können, sowie, dass sie lernen, ihre eigene Persönlichkeit zu stärken. Dieses Ehrenamt für Kinder sowie für andere da zu sein und eine Perspektive zu geben, macht es für mich besonders.

Ich wünsche mir, dass in Müllheim mit offenen Armen auf Menschen zugegangen wird, die Unterstützung und Perspektive suchen, sei es im Sport, in der Gesellschaft oder im seelischen Bereich.

Der VC Müllheim trainiert in der Sporthalle II. Weitere Infos: [www.vereine-in-muellheim.de](http://www.vereine-in-muellheim.de)



Ohne Ehrenamt und ohne das ehrenamtliche Engagement von vielen Aktiven in gemeinnützigen Einrichtungen und in Vereinen wäre das soziale Miteinander in vielen Bereichen nicht möglich. Es gilt daher, dieses uner-müdliche Engagement zu stärken und für ein nachhaltiges Fortbestehen durch nachrückende Ehrenamtliche zu werben. In regelmäßigen Abständen sollen deshalb Ehrenamtliche zu Wort kommen.

Ziel soll sein, die Vielfalt ehrenamtlichen Engagements bekannt zu machen, Gründe von Ehrenamtlichen für ihr Engagement darzulegen und neue Ehrenamtliche für den Fortbestand des Ehrenamts zu gewinnen.

## Heute stellen wir vor: Ercan Topak, Mitglied im Internationalen Beirat der Stadt

Seit einigen Jahren engagiere ich mich mit meinem Wissen, meinen Erfahrungen und Fähigkeiten beim Internationalen Beirat der Stadt Müllheim. Ich möchte Einwanderern aus anderen Kontinenten, Ländern und Kulturkreisen helfen, die für sie neue, andere Lebensweise in unserem Land und unserer Region zu verstehen und ungewohnte Umstände, Herausforderungen und Handlungsweisen zu bewältigen. Und ich selbst lerne dadurch ihre Kultur kennen und verstehen.

Die Zeit und Energie, die ich darin investiere, sind für alle, die Einwanderer, die Stadt Müllheim und ihre Bürger und für mich selbst ein Gewinn.

Meiner Meinung nach ist das förderlichste Mittel für die Integration die Kommunikation. Nach dem Motto „Gemeinsamkeiten durch Redewendungen“ ermuntere und motiviere ich sowohl die Einheimischen als auch die Migranten, zahlreiche Redewendungen in ihrem Sprachgebrauch aufzunehmen und zu verwenden. Dadurch kommen wir häufig in intensiveren Austausch zu kulturellen Gemeinsamkeiten und Besonderheiten.

Durch solch „angewandtes Deutsch“ kann auch Interesse an weitergehenden Sprachkursen und Bildungsmöglichkeiten geweckt werden.

Kinder und Jugendliche lernen die Sprache in den Schulen, die sie besuchen. Für sie wäre vielleicht die Einführung in die Berufsperspektiven, Grundrechte in Deutschland, Sehenswürdigkeiten des Landes usw. hilfreich. Dafür werden „Zeit“ und „Räumlichkeiten“ benötigt, die zur Verfügung gestellt werden müssen. Also die Zeit durch uns (Ehrenamtliche) und die Räumlichkeiten durch Stadt Müllheim.

Ich wünsche mir, dass sich im Müllheimer Internationalen Beirat weitere Menschen aus anderen Kulturkreisen für die gegenseitige interkulturelle Verständigung engagieren.

## EHRENAMT, SENIOREN UND INTEGRATION

### Ich und mein Ehrenamt

Ohne Ehrenamt und ohne das ehrenamtliche Engagement von vielen Aktiven in gemeinnützigen Einrichtungen und in Vereinen wäre das soziale Miteinander in vielen Bereichen nicht möglich. Es gilt daher, dieses unermüdliche Engagement zu stärken und für ein nachhaltiges Fortbestehen durch nachrückende Ehrenamtliche zu werben. In regelmäßigen Abständen sollen deshalb Ehrenamtliche zu Wort kommen. Ziel soll sein, die Vielfalt ehrenamtlichen Engagements bekannt zu machen, Gründe von Ehrenamtlichen für Ihr Engagement darzulegen und neue Ehrenamtliche für den Fortbestand des Ehrenamts zu gewinnen.

Heute stellen wir vor: Die Streitschlichter an der Michael-Friedrich-Wild Grundschule in Müllheim.

Wir ziehen die grünen Leuchtwesten an und gehen über den Pausenhof. Manche

Freizeit, überall, wo sich Menschen begegnen, können Konflikte entstehen. Da ist es wertvoll, wenn wir frühzeitig lernen, wie man sie friedlich lösen kann. Einfühlungsvermögen, Akzeptanz und Hilfsbereitschaft helfen uns dabei. Somit ist das frühzeitige Engagement in diesem Ehrenamt auch für unseren



Kinder vespern, spielen Fußball oder Fangen, andere unterhalten sich oder klettern am Gerüst; aber es gibt auch Kinder, die sich streiten! Jetzt sind wir gefragt, die ehrenamtlichen Streitschlichterinnen und Streitschlichter der Michael-Friedrich-Wild Grundschule. Wir, das sind 20 Schülerinnen und Schüler der 4. Klassen, die immer zu zweit in jeder großen Pause wachsam über die beiden Schulhöfe gehen und ihre Hilfe anbieten, wenn ein Konflikt auftritt. Dann sprechen wir die Kinder an, stellen uns vor und fragen, ob wir vermitteln können. Manchmal entpuppt sich ein vermeintlicher Streit als harmlose Auseinandersetzung; aber es gibt auch Situationen, da müssen wir echt zeigen, was wir in der Streitschlichterausbildung gelernt haben.

In der dritten Klasse erklärte uns der Schulsozialarbeiter, was Streitschlichtung ist und welche Aufgaben dieses „Ehren“(volle)-Amt hat. Wir waren sofort begeistert, weil wir erkannten, welch wertvolle Tätigkeit mit der Streitschlichtung verbunden ist. Die mehrstündige Ausbildung letztes Jahr wurde von ihm, zusammen mit den Lehrkräften Aylin

weiteren Lebensweg sehr bereichernd.

Wir wünschen uns allen, gerade jetzt in der Adventszeit, ein friedvolles, besinnliches Miteinander, und vielleicht können wir mit unserer Hilfsbereitschaft ein bisschen mehr dazu beitragen.

Schick und Annette Schirmer, durchgeführt. Da ging es um eigene Gefühle und Grenzen; reden wir miteinander in der „Wolfs- oder Giraffensprache“? Und wie kann ich erkennen, ob sich jemand streitet und ob er oder sie überhaupt meine Hilfe annimmt? Das war anstrengend, aber am Ende hat es sich gelohnt. Vor den Pfingstferien 2024 wird dann wieder eine Streitschlichterausbildung stattfinden.

Für unsere Schule ist es wichtig, ehrenamtliche Streitschlichter zu haben. Sie unterstützen die Lehrkräfte bei der Aufsicht in den Pausenhöfen, fangen frühzeitig kleine Unstimmigkeiten auf und zeigen auf ihre Art, dass es nicht immer gleich einen Erwachsenen braucht, um etwas zu klären. So werden wir Kinder wertgeschätzt und respektiert, und unser Selbstbewusstsein gestärkt.

Doch nicht nur in der Schule, auch in der Familie, in der



Die ehrenamtlichen Streitschlichterinnen und Streitschlichter der Michael-Friedrich-Wild Grundschule Müllheim, unterstützt von Daniel Seifert, Schulsozialarbeiter, Ev. Jugendhilfe KirschbaeumlebodengGmbH

## EHRENAMT, SENIoren UND INTEGRATION

### Ich und mein Ehrenamt

Ohne Ehrenamt und ohne das ehrenamtliche Engagement von vielen Aktiven in gemeinnützigen Einrichtungen und in Vereinen wäre das soziale Miteinander in vielen Bereichen nicht möglich. Es gilt daher, dieses unermüdliche Engagement zu stärken und für ein nachhaltiges Fortbestehen durch nachrückende Ehrenamtliche zu werben. In regelmäßigen Abständen sollen deshalb

Ehrenamtliche zu Wort kommen. Ziel soll sein, die Vielfältigkeit ehrenamtlichen Engagements bekannt zu machen, Gründe von Ehrenamtlichen für Ihr Engagement darzulegen und neue Ehrenamtliche für den Fortbestand des Ehrenamts zu gewinnen. Heute stellen wir vor:



### Joachim Schmid, Treffpunkt digital

Als im März 2022 der DRK-Kreisverband Müllheim im Rahmen der Seniorenarbeit in der Zeitung nach Digitallotsen für Senioren suchte, habe ich mich angesprochen gefühlt. In meinem langen Arbeitsleben als Entwicklungsingenieur in der Elektrotechnik hatte ich dauernd mit Anwendungen von PC und Smartphone zu tun gehabt. Warum nicht diese Erfahrungen an ältere Menschen weitergeben? Das DRK bietet mit dem „Treffpunkt Digital“ eine direkte 1-zu-1 Betreuung der Senioren an, wo individuelle Fragen und Probleme zu Smartphone, Tablet oder Laptop besprochen werden. Dazu wurde im Sommer 2022 für die ehrenamtlichen Digitallotsen eine Fortbildung angeboten. Der Treffpunkt digital findet in der Regel 14-täglich am Donnerstagnachmittag im Rotkreuzhaus Müllheim statt. Ich investiere ca. vier Stunden. Auch „halbe“ Schichten z.B. für nur zwei Stunden sind möglich. Die Helfereinsätze sind individuell planbar und werden mit digitaler Unterstützung über eine Helfereinteilung geregelt. Daneben wurde das Projekt LENA (Lebensqualität in der Nachbarschaft) gestartet, bei dem Seniorinnen und Senioren mit Hilfe von sprachgesteuerten Tablets (Alexa) zu einer virtuellen Seniorenanlage zusammengeschaltet wurden. Die vierzig Teilnehmer haben neben den unterhaltenden Elementen der Geräte die

Möglichkeit, untereinander in Kontakt zu treten und werden dabei durch das DRK betreut.

Zusätzlich zu diesen Tätigkeiten beim DRK-Kreisverband Müllheim bin ich in der Zwischenzeit auch bei weiteren Programmen der Seniorenbetreuung tätig, dazu gehören Fahrdienste zu Veranstaltungen und Ausflügen, Betreuung und Hilfe bei den Sommerkonzerten, bei Kino und Wein etc. Mit diesem Engagement kann ich als ehrenamtlicher Mitarbeiter dazu beitragen, dass die Lebensqualität der älteren Menschen verbessert bzw. erhalten wird. Die Programme helfen, die Vereinsamung von

allein wohnenden älteren Menschen zu vermeiden.

Auch für mich hat dies viele positive Aspekte, ich kann die Seniorinnen und Senioren unterstützen und bekomme dabei sehr viel Dankbarkeit zurück. Das Arbeiten in dem sehr engagierten Team des DRK-Kreisverbandes macht dabei viel Spaß und ist damit auch für mich eine willkommene Bereicherung meines „Ruhestandes“.

Kontakt Frank Schamberger

E-Mail: [f.schamberger@kv-muellheim.drk.de](mailto:f.schamberger@kv-muellheim.drk.de)

Telefon: 07631-180515

Team Treffpunkt digital

Foto: Treffpunkt digital

