

Einfach mal reinschnuppern ins Ehrenamt

Dafür ist der Freiwilligentag am 17. September ideal – Ein großer Würfel auf dem Bahnhofsvorplatz wirbt für Engagement

Von Heike Wittneben

Er ist riesig, er ist blau – und er hat eine Botschaft: Der Würfel auf dem Bahnhofsvorplatz kündigt seit gestern den Freiwilligentag am 17. September an, der in der Metropolregion alle zwei Jahre und jetzt schon zum fünften Mal organisiert wird. Wie immer heißt das Motto: „Wir schaffen was“. Und 19 der momentan 27 Projektanbieter in Heidelberg suchen noch nach freiwilligen Helfern, die an diesem Tag mit anpacken – ehrenamtlich natürlich.

Bei der offiziellen Einweihung des Riesenschnupperwürfels stellten gestern zehner der 27 Projektträger detailliert ihre Projekte vor (siehe Artikel rechts). Doch vorher warben erst einmal Oberbürgermeister Eckart Würzner, Monika Schill von der Metropolregion Rhein-Neckar und Ralf Baumgarth, Geschäftsführer der Freiwilligen-Agentur, für den Aktionstag.

„Am Freiwilligentag gibt es nur Gewinner“, meinte Würzner: „Die Projektträger finden viele helfende Hände und können so lange geplante Vorhaben an einem Tag umsetzen.“ Für die enga-



Auf dem riesigen, blauen Würfel am Bahnhof, den unter anderem Oberbürgermeister Eckart Würzner (6.v.l.) gestern vorstellte, steht: „wir-schaffen-was.de“. Auf dieser Internetseite können sich Interessierte noch für Projekte melden. Foto: Rothe

gierten Helfer sei es auch immer ein aufregender Tag mit neuen Erfahrungen.

Auch Monika Schill ist begeistert: „Der Freiwilligentag ist der zentrale Aktionstag des Ehrenamts in der Region. Er wurde 2008 eingeführt, um auf die Stärke und die Vielfalt des ehrenamtlichen Engagements hinzuweisen.“ Besonders

für Zugezogene sei „diese Möglichkeit des Schnupperengagements ideal“, ergänzt Ralf Baumgarth, „weil sie so leicht die Vereine und Einrichtungen der Stadt kennenlernen können“.

Die angebotenen Projekte sind dabei so vielfältig, dass für jeden etwas dabei sein dürfte. Einige legen ihren Schwer-

punkt auf das Thema Inklusion. So geht es etwa beim Workshop der Lebenshilfe Heidelberg darum, einen Inklusionsatlas in einfache Sprache zu übersetzen. Aber auch im kulturellen und handwerklichen Bereich gibt es viele Möglichkeiten, sich zu engagieren.

„Der Freiwilligentag ist eine schöne Aktion“, findet auch Anna Krämer, die als integrative Heilpädagogin beim Verein Habito arbeitet, der sich für gemeinschaftliche Wohnformen von behinderten und nicht-behinderten Menschen einsetzt. „Die Atmosphäre ist ganz besonders“, sagt Krämer: „Man kann Ideen einbringen, sich austauschen und lernt viele neue Menschen kennen.“ Habito war schon oft beim Freiwilligentag dabei und lädt dieses Jahr alle interessierten Helfer zum gemeinsamen Gestalten und Erleben des Sommerfestes des Vereins ein.

Beim letzten Freiwilligentag im Jahr 2014 beteiligten sich über 6000 Menschen in ungefähr 300 Projekten. Alleine in Heidelberg verteilten sich rund 300 Freiwillige auf 24 Projekte.

Gemeinsam packen sie es an

19 Projekte suchen noch Helfer für den Freiwilligentag

weh. Von einem Schnupperkurs in Gebärdensprache über die Gartenpflege bis zu einem Rollspaziergang: Der Freiwilligentag bietet ehrenamtlichen Helfern am 17. September jede Menge Auswahl. Von 27 Projekten haben 19 noch freie Plätze.

> **Agaplesion Bethanien Lindenhof:** Bei einem Rollstuhlspaziergang geht es mit den Senioren ins Panorama-Café.

> **BiBez:** Inklusion kann hier beim Brunch und bei einem Rollstuhlparkours praktisch „erfahren“ werden.

> **BUND:** Die idyllische Hirschwiese im Mühlthal wird gepflegt.

> **Kinderschutzbund:** Beim Projekt „Frischer Wind in der Insel“ wird der Raum „Familieninsel“ renoviert – unter anderem wird der Fußbodenbelag neu verlegt.

> **Deutsches Rotes Kreuz:** Im Second-Hand-Kleiderladen „Jacke wie Hose“ können Helfer beim Sortieren und Einräumen der Spenden und beim Saubermachen helfen.

> **Mentor – Die Leselernhelfer:** Bei der Aktion „Lesespaß für alle“ lesen Menschen mit und ohne Behinderung Kindern von vier bis zehn Jahren vor.

> **Freiwilligen-Agentur:** Teams von freiwilligen Reportern interviewen im Rahmen der Veranstaltung „Engagement für die Ohren“ die Teilnehmer anderer Heidelberger Projekte des Freiwilligentages.

> **FreiwilligenAgentur, Vbl und Projektbüro des Beirats von Menschen mit Behinderung:** Beim Projekt „Hürdenlos engagiert“ handelt es sich um einen Recherche-Workshop zur Barrierefreiheit.

> **GebärdenVerstehen:** Lautlose Kommunikation gibt es beim Schnupperkurs Deutsche Gebärdensprache.

> **Habito:** Der Verein feiert an diesem Tag sein Sommerfest, das Helfer aktiv mitgestalten können.

> **Initiative „Weststadt sagt Ja“ und Asylarbeitskreis:** Mit „Hammer & Schraubenzieher, Pinsel & Rolle“ wird zum Reparatur- und Streichtag in den Heidelberger Unterkünften für sozial Benachteiligte und Geflüchtete aufgerufen.

> **Katholischer Kindergarten St. Paul:** Unter dem Motto „Gemeinsam packen wir's an“ wird der Außenbereich des Kindergartens verschönert.

> **Offene Hilfen der Lebenshilfe und Verein zur beruflichen Integration und Qualifizierung (Vbl):** Leichte Sprache ist ganz schön schwer – bei einem Übersetzungsworkshop kann man es lernen.

> **Pflegeheim St. Hedwig:** „Unser Garten blüht auf“ – es geht darum, Sträucher, Hecken und Bäume zu schneiden, Unkraut zu jäten und Beete umzugraben.

> **Rohrbacher Kinderstube:** Bei „An die Pinsel fertiglos“ bekommen die Räume der Kinderstube einen neuen Anstrich.

> **Seniorenzentrum Bergheim:** Im Rahmen des Gartenfestes werden auch neue Hochbeete gebaut.

> **Stiftung Leben mit Krebs, Rudergesellschaft Heidelberg und NCT:** Bei der 7. Benefiz-Ruderregatta auf dem Neckar kann man beim Auf- und Abbau sowie beim Kinderschminken helfen.

> **Unabhängige Sozial- und Verfahrensberatung, Diakonisches Werk Heidelberg und Caritasverband:** Auf dem Gelände des Patrick Henry Village (PHV) werden Helfer gesucht, die Willkommenspakete für neue Bewohner packen.

> **Weißer Flotte und Wasser- und Schiffsfahrtsamt:** Bei einer Neckar-Entdeckungsfahrt nach Neckarsteinach für Familien, die sich größere Ausflüge nicht leisten können, helfen Freiwillige bei der Betreuung.

Info: Freiwillige Helfer können sich unter www.wir-schaffen-was.de anmelden. Bis zum 31. August können dort auch noch neue Projekte angemeldet werden.

Von Klassik bis Kult

Höhepunkte in der Stadthalle

RNZ. Der Konzertveranstalter Jochen Flamme bietet im Herbst und Winter wieder ein vielseitiges Programm in der Stadthalle. Für sechs Veranstaltungen gibt es jetzt Karten.

> **Konstantin Wecker & Band:** Der unkaputtbare deutsche Liedermacher und Poet Konstantin Wecker stellt am 3. Oktober ab 19 Uhr – ausgerechnet am Tag der Deutschen Einheit – sein neues Programm „Revolution“ vor. Foto: Karsten



> **Beethoven-Nacht:** Die Beethoven-Nacht am 30. Oktober um 19 Uhr ist eine Hommage an den großen Komponisten mit der beliebten Württembergischen Philharmonie, dirigiert vom Wiesbadener Generalmusikdirektor und bekannten ungarischen Dirigenten Zsolt Hamar. Höhepunkt des Abends ist die mehrfach ausgezeichnete Pianistin Atsuko Kinoshita, die das Konzert für Klavier und Orchester Nr. 5 Es-Dur, op. 73 spielt.



> **Mozart-Weihnachtskonzert:** Auf dem Programm des Mozart-Konzerts am 11. Dezember (3. Advent) um 17 Uhr stehen die Kleine Nachtmusik, die Sinfonie Nr. 40 G-Moll, sowie das Klarinettenkonzert A-Dur und Arien aus Don Giovanni, gesungen von Amelie Petrich (Sopran) und Marcel Brunner (Bariton). Es spielt die Württembergische Philharmonie unter der Leitung von Lukasz Borowicz.

> **Dreikönigsgala:** Das traditionelle Neujahrskonzert – die beliebte Dreikönigsgala – am 5. Januar 2017 um 20 Uhr wird wieder ein Klassik-Erlebnis mit den schönsten Melodien aus Opern, Operetten und Wiener Walzern mit der Württembergischen Philharmonie unter der Leitung von Walter E. Gugerbauer.

> **Ball der Vampire:** In Heidelberg ist der Ball der Vampire Kult. Am 25. Februar ab 20.30 Uhr bevölkern wieder jede Menge Gruselgestalten die Stadthalle.

Info: Karten gibt es bei der RNZ-Geschäftsstelle, Neugasse 4-6.

Jugendliche werden Ausländer für einen Tag

Austauschprojekt der Schülerförderung: Deutsche wohnen bei Migrantenfamilien und umgekehrt

Von Stefan Meyer

Sich auf andere Lebenswelten einlassen, faszinierende Erfahrungen machen und die Welt danach mit anderen Augen sehen: Es gibt gute Gründe, warum Jugendliche so gerne auf Reisen gehen oder an Austauschprogrammen mit ausländischen Schulen teilnehmen. Doch es muss nicht immer der Weg ins Ausland sein, wie ein Projekt der Heidelberger Schülerförderung beweist. Mit finanzieller Unterstützung durch das Amt für Chancengleichheit geht „In your shoes – Ausländer für einen Tag“ in Kürze in eine neue Runde und bietet Jugendlichen zwischen 14 und 17 Jahren die Möglichkeit, Zeit bei einer ausländischen Gastfamilie in Heidelberg zu verbringen.

„Gerade in der heutigen Zeit gibt es viele Vorurteile gegenüber Migranten und Flüchtlingen“, erklärt Stefan Tischer. Mit dem 2014 gestarteten Austauschprojekt wollen er und seine Mitstreiter diesen Stereotypen entgegenzutreten. 20 deutsche Jugendliche sollen dabei auf 20 ausländische Schüler oder Schüler mit Migrationshintergrund treffen und Einblicke in

ihre unterschiedlichen Lebenswelten erhalten. Die Begegnung soll freilich nicht unvorbereitet stattfinden. „Vor dem Austausch findet ein Workshop statt, in dem sich die Schüler kennenlernen“, erklärt Tischer. Sie setzen sich mit Begriffen wie „Kultur“ oder „Integration“ auseinander, diskutieren häufige Stereotype und versuchen falschen Vorurteilen mit Fakten zu begegnen. Auch der Spaß soll dabei nicht zu kurz kommen, sodass die Jugendlichen in Teams verschiedene Aufgaben lösen.

Eine Woche nach diesem Workshop ist es dann so weit: Die deutschen Jugendlichen besuchen die ausländischen Gastfamilien und umgekehrt. „Die Schülerinnen und Schüler sollen als eine Art Gasttochter oder Gastsohn behandelt werden und komplett in den Tagesablauf der Familien integriert werden. Das kann für einen Tag, das kann aber auch für ein Wochenende sein“, erklärt Tischer. Sie lernen die alltäglichen Tagesaktivitäten kennen, erhalten Einblicke in die landestypische Kultur und können sich auf diese Weise eine fundierte Meinung über das Leben ihrer Gastfamilie bilden.

Bereits während des Austauschs sind die Teilnehmer dazu angehalten, Foto- und Videomaterial zu sammeln und sich Notizen zu machen. Eine Woche nach dem Austausch findet dann ein abschließender Workshop statt. Hier diskutieren die Jugendlichen ihre Erwartungen und Erfahrungen und stellen ihre Text-, Kunst- und Videobeiträge vor. Über verschiedene Kanäle sollen diese später Lehrern sowie der Öffentlichkeit zugänglich gemacht werden. Sich dabei ins Zeug zu legen, lohnt sich: Der beste Erfahrungsbericht wird ausgezeichnet.

Ziel des Austauschs ist es, dass die Jugendlichen lernen, ihre Vorurteile zu überwinden – und eventuell sogar neue Freunde gewinnen. Die bisherigen Erfahrungen stimmen Tischer zuversichtlich: „Nicht nur zwischen Schülern, sondern auch zwischen ihren Familien sind Freundschaften entstanden“, verrät er. „Sie treffen sich zum Teil noch heute.“

Info: Das Projekt startet im September oder Oktober, die Teilnahme ist kostenfrei. Interessenten können sich per Mail an info@hd-sf.de melden.

Jugendtag: Erinnerungen gesucht

RNZ. Der Jugendtag feiert 30. Geburtstag: Am 3. Dezember bieten Stadt und Stadtjugendring wieder eine Bühne für junge Talente und laden in die Stadthalle ein. Zum Jubiläum soll es unter anderem eine Ausstellung mit Fotos, Videos, Tanzkostümen, Geschichten und Erinnerungen geben. Kuratorin Hannah Dziobek sucht hierfür noch Material. Wer seine Geschichte vom Jugendtag erzählen möchte, wer Bilder, Videos oder Souvenirs hat, kann sich per E-Mail an jugendtag-jubilaeum@gmx.de oder hausderjugend@heidelberg.de wenden.

Der Gang wird ständig kontrolliert

Hilfe für teilweise Gelähmte – Studienteilnehmer gesucht

RNZ. Erkrankungen oder Schädigungen des zentralen Nervensystems können zu schweren Gehbehinderungen führen. Bei einem unnatürlichen Gang werden Muskeln und Gelenke fehlbelastet, was zu Schmerzen und weiteren Einschränkungen führen kann. Hier möchte das Querschnittszentrum des Uniklinikums helfen. Eine aktuelle Studie untersucht, ob ein Biofeedbacksystem helfen kann, den Bewegungsablauf zu verbessern. Es werden Teilnehmer gesucht.

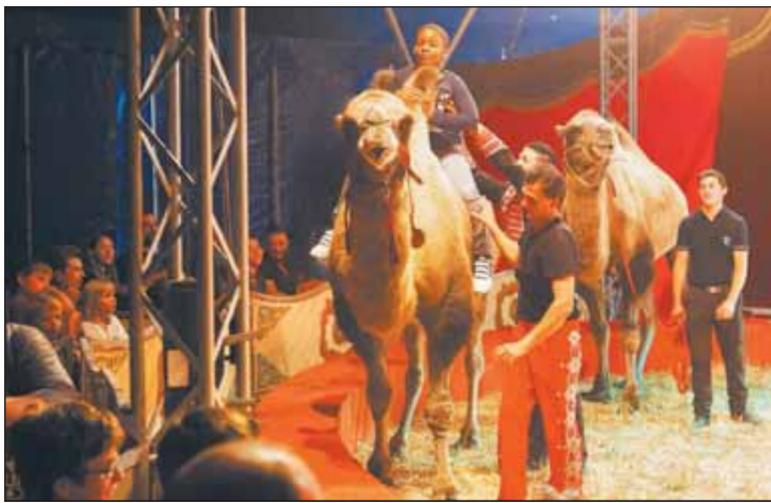
Das neuartige Feedbacksystem erfasst fortlaufend Abweichungen vom

normalen Gangbild mittels Bewegungssensoren, die an den Schuhen befestigt werden, und gibt dem Nutzer eine verbale Rückmeldung. Dieser hat so die Gelegenheit seine Bewegungen selbstständig zu korrigieren. In Voruntersuchungen zeigte sich, dass der Therapieerfolg auch nach dem Training noch anhält.

Gesucht werden volljährige Personen nach Schlaganfall oder mit incompletter Querschnittslähmung. Informationen und Anmeldung unter Telefon 06221 / 5629152 oder per E-Mail an daniel.schiessmann@med.uni-heidelberg.de.

Einmal auf Kamelen reiten

Tiere, Clowns, Artisten: Der Circus Rudolf Renz bietet noch bis Sonntag, 21. August, in Kirchheim ein aufregendes Programm für Familien. Bei der Premiere am Donnerstag durfte ein kleiner Junge sogar auf einem Kamel reiten (Foto: Alex). Täglich – außer Dienstag und Mittwoch – ist um 17 Uhr eine Vorstellung, sonntags um 14 Uhr. Das Zirkuszelt steht im Bieth direkt neben dem Leonardo Hotel. Der Eintritt kostet für Kinder zwischen 12 und 17 Euro, für Erwachsene zwischen 14 und 22 Euro. Sonntags ist Familientag und Erwachsene zahlen nur Kinderpreise. Am Montag zahlen Kinder nur fünf Euro. Karten gibt es täglich von 10 bis 12 Uhr vor Ort. Infos unter Telefon 0163 / 5379318.



Quer durchs Quartier im Hasenleiser

RNZ. Das Quartiermanagement Hasenleiser lädt zu einem Spaziergang durch das Revier am Montag, 15. August, ein. Mit dabei ist die Behindertenbeauftragte der Stadt Heidelberg, Christina Reiß. Es soll erkundet werden, wie gut Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen im Hasenleiser in Rohrbach zurecht kommen. Sind die Bürgersteige breit genug, eben und ohne Barrieren begehbar? Sind die Straßen ausreichend mit Straßenbeleuchtung ausgestattet? Gibt es Bereiche, die sehr ungepflegt oder verdrückt erscheinen? Gibt es schöne Plätze oder Grünanlagen, die zum Hinsetzen und Verweilen einladen, und sind dort öffentliche Toiletten in der Nähe erreichbar? Treffpunkt ist um 17 Uhr am Parkplatz des Kindergartens Pustebume, Freiburger Straße 2a.