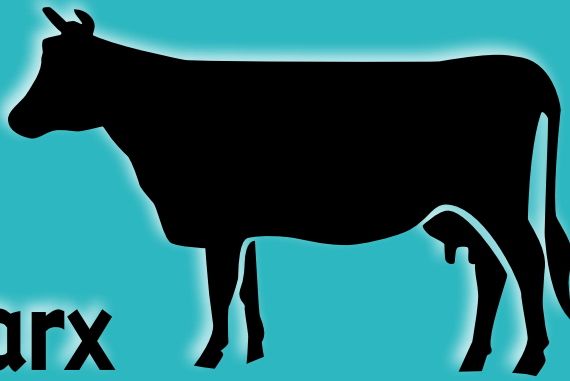


Eine Kuh für Marx



Das Magazin der Hilfe
für Menschen in Not
in Russland.

Eine Initiative des
Caritasverbandes für die
Diözese Osnabrück e.V.

Nr. 66
Mai 2025



*„Caritas in Sibirien –
Hilfe für Menschen in Not“*

Liebe Leserinnen und Leser,

eine Rentnerin, die seit einiger Zeit die Suppenküche der Elisabethschwestern in Nowosibirsk besucht, sitzt auf einer Blumenwiese mit einem Strauß Löwenzahn in der Hand und genießt die wärmende Frühlingssonne Sibiriens. Dieses Bild entstand kurz vor Redaktionsschluss dieser KUH-Ausgabe und das Gesicht der Frau scheint eine tiefe Zufriedenheit ausstrahlen. Vielleicht freut sie sich über das Mittagessen in der Suppenküche, über die Bekanntschaften, die sie dort macht oder über das Ende des langen sibirischen Winters. Dieses Foto hat es uns angetan. Wenn Menschen die vielfältigen Projekte der Caritas in Russland aufsuchen, um Hilfe zu erlangen, ihren Hunger, ihre Einsamkeit verlieren, wenn Alleinerziehende gestärkt werden, Kindern Mut und Selbstvertrauen gegeben wird, um ihnen die Angst vor dem Heranwachsen zu nehmen, wenn wir sehen können, wie unsere Hilfe dafür sorgt, dass Menschen wieder eine Lebensperspektive verspüren und sich auf den Weg machen, ihr Leben wieder in die eigenen Hände zu nehmen, dann ist das Titelfoto bei all den traurigen Rahmenbedingungen, die wir in Russland wahrnehmen, ein Hoffnung machendes Foto, ein Foto, um nicht zu verzagen, nicht mutlos zu werden. Für mich schlägt dieses Foto auch einen Bogen zur Hl. Elisabeth, bei der

sich das Brot, das sie geteilt hat, zur Rosen verwandelt hat. Irgendwie kam mir diese Assoziation bei der Suppenküche der Elisabethschwestern und der auf der Wiese sitzenden Frau mit ihrem Löwenzahnstrauß auf der Wiese.

Vor Kurzem erhielt ich eine Nachricht aus Süddeutschland. Eine Russin wandte sich in großer Not an mich mit der dringenden Bitte um Unterstützung. Ihre Schwester in Russland leidet an einer aggressiven Brustkrebskrankung – wie einst ihre verstorbene Mutter. Die erste Chemotherapie war erfolglos. Aktuell befindet sie sich in einer zweiten, sehr belastenden Chemotherapie mit begleitender Immuntherapie. Eine weitere Strahlentherapie ist geplant. Ihr gesundheitlicher Zustand ist kritisch: Sie ist stark geschwächt, mit schlechten Herz- und Leberwerten, und lebt alleine ohne jegliche familiäre Unterstützung. Sie ist dringend auf persönliche Begleitung und Pflege angewiesen, doch eine angemessene Versorgung ist in ihrer jetzigen Situation im Heimatland nicht möglich. Ihre Eltern sind verstorben, weitere Angehörige gibt es nicht. Die Bittstellerin selbst lebt seit 2001 in Deutschland, ist alleinerziehend mit zwei minderjährigen Kindern und berufstätig. Der einzige Sohn ihrer Schwe-



Ottmar Steffan, Fachreferent für Weltkirchliche Arbeit in Mittel- und Osteuropa, Foto: Jannis Steffan

ster lebt ebenfalls in Deutschland und kann aus politischen Gründen nicht nach Russland einreisen. Per Telefon erfuhr ich, dass sie uns über das Internet gefunden hat und ihre Schwester in Tscheljabinsk lebt. Dort ist die Caritas mit dem Pflegeprojekt vertreten (Seite 10/11). So war es möglich, sie mit unseren Krankenschwestern dort in Kontakt zu bringen und ihr die nötige Hilfe zuteilwerden zu lassen, die sie dringend braucht.

Bitte unterstützen Sie unsere Arbeit auch weiterhin!

Ihr

Editorial.....3

Inhalt.....4

Caritas des Bistums „Verklärung des Herrn“

Die Caritas in Westsibirien stellt sich vor.....5

Hilfe für Kinder.....6

Unterstützung für Familien.....8

Pro-Care-Programm unterstützt die Pflege.....10

Obdach- und mittellose Menschen im Blick.....12

Zusammensetzung der Gesamtfinanzierung.....16

Ein Schlaganfall reißt Igor aus einem normalen, glücklichen Leben18

Projekt aus dem Bistum St. Josef, Ostsibirien

Obdachlosenprojekt in Krasnojarsk.....17

Mitte: Eindrücke der Caritasarbeit in Sibirien.....20

25 Jahre Maletzki-Haus

25-jähriges Jubiläum vom Maletzki-Haus.....22

Statistik

Ihre Spenden sind weiterhin Garant für die Arbeit unserer Partner in Russland28

Caritas-Sozialschule

Psychische Gesundheit von Säuglingen und Kleinkindern fördern..... 31

Lebensbedingungen in Russland

Im Sommer an den Winter denken.....34

Über die Kosten des täglichen Lebens in Russland.....35

Jugend

Zwei FDAlerrinnen gehen nach Kasachstan.....36

Nachrichten

Augenblick mal.....37

Impressum.....38

Die Caritas in Westsibirien stellt sich vor

Immer neue Anforderungen an die Caritas des Bistums „Verklärung des Herrn“ in Nowosibirsk

Aus dem Öffentlichen Bericht der Caritas Sibirien 2023 / Birte Hoppe

1991 wurde der Caritasverband im Bistum „Verklärung des Herrn“ mit Zentrum in Nowosibirsk gegründet. Heute betreut die Caritas in Westsibirien 26 Projekte in neun verschiedenen Städten und hilft rund 20.000 Menschen.

Zu Anfang fing die Caritas an, humanitäre Hilfe für Menschen, die in Zeiten starker sozialer Instabilität lebten, zu leisten. Erst später rückte die prekäre soziale Lage in den Vordergrund und man sah sich mit allein gelassenen Kindern, betrunkenen Eltern, Gewalt in der Familie und Obdachlosen auf der Straße konfrontiert. Das Hauptziel ist es heute, Menschen zu helfen, die Unterstützung benötigen. Dabei stehen die Entwicklung der sozialen Gerechtigkeit, die Grundsätze der Nächstenliebe, die Wohltätigkeit und die Toleranz in der Gesellschaft im Vordergrund.

Das knapp 100 Mitarbeiter große Team arbeitet in folgenden Programmen, um den Menschen in ihren schwierigen Lebenssituationen zu helfen:

- Sozialmedizinischer Dienst für obdachlose und besonders bedürftige Menschen (seit 1991)

- Kinderheim „St. Nikolaus“: nichtstaatliche Bildungseinrichtung für Waisenkinder und Kinder, die ohne die Fürsorge ihrer Familie aufwachsen (von 1996 bis 2015).
- Mutter-Kind-Heime und Familienzentren (seit 1996)
- Kinderzentren –Tageszentren für Kinder aus dysfunktionalen und armen Familien (seit 2004)
- PRO CARE – Beratung und Schulung in modernen Methoden zur Pflege von schwerkranken Menschen (seit 2005). 🐮



Schwester Daria ist die Direktorin der Caritas des Bistums „Verklärung des Herrn“ in Nowosibirsk. Foto: Caritas Sibirien

Hilfe für Kinder:

„Es gibt keine schwierigen Kinder - es gibt nur Kinder, die es schwer haben!“

Rund 500 Kinder erhalten jedes Jahr Hilfe von der Caritas. Kinderclubs gibt es in Nowosibirsk, Barnaul, Omsk, Tscheljabinsk, Nischni Tagil, Jurga und Slavjanka.

„Wir helfen Kindern aus benachteiligten Familien, fehlende Kenntnisse im Leben auszugleichen, und unterstützen sie beim Heranwachsen, damit sie sich zu selbständigen Erwachsenen entwickeln können und nicht erneut von ihren Eltern benachteiligt werden“, so Schwester Daria.

Kinder, die in dysfunktionalen Familien aufwachsen, erhalten von ihren Eltern nicht die nötige Fürsorge und Aufmerksamkeit. Sie lernen nicht gut und fehlen oft in der Schule, tragen unpassende und ungepflegte Kleidung, sind häufig von Gewalt betroffen und leben in ungünstigen Wohnverhältnissen. Diese Kinder sind sich selbst überlassen, geraten in schlechte Gesellschaft, prügeln sich und stehlen, und sie können zu Ausgestoßenen und zum Opfer von Mobbing werden. Ohne Unterstützung von außen sind ihre Chancen, eine Ausbildung zu erhalten, Pläne für ihre Zukunft zu schmieden und erfolgreiche Erwachsene zu werden, sehr gering.

Auch Kinder aus Migrations-



Gerade Kindern aus Migrationsfamilien fällt der Start im russischen Schulsystem oft schwer. Foto: Caritas Sibirien

verhältnissen haben es schwer, da sie oft kein Russisch sprechen und sich nur schlecht an ein neues kulturelles Umfeld anpassen und den Schulstoff verstehen können. Oft werden sie aufgrund von Problemen mit den Dokumenten gar nicht erst in die Schule aufgenommen. Kinder aus solchen Familien sind mit der negativen Einstellung ihrer Mitschüler, Nachbarn und Lehrer konfrontiert, und es ist schwierig für sie, Freunde zu finden. Die Eltern können ihnen bei diesen Problemen nicht helfen, da sie selbst nicht gut Russisch sprechen und die meiste Zeit damit verbringen, zu arbeiten, um die Familie zu ernähren.

Und wir wissen, wie wir ihnen

helfen und eine Chance geben können, sich optimal zu entwickeln. In den Kinderclubs bringen wir ihnen das Kochen bei, helfen ihnen bei Hausaufgaben, lehren sie, wie man sich die Zähne putzt und regelmäßig duscht, und bringen ihnen bei, wie man die richtige Kleidung findet und wie man sie wäscht. In den Kinderclubs lernen die Kinder verschiedene Arten von Kunst, Sport, Kino, Theater und Museen kennen. Wir helfen ihnen beim Erlernen der russischen Sprache und unterstützen die Eltern bei den Dokumenten und bei der Lösung von Problemen mit dem Schulsystem. Wir fördern die Liebe der Kinder zur Welt, zu anderen Menschen und zu sich selbst. 🐾

Hilfe für Kinder in Zahlen:

314

Kinder wurden unterstützt

176

Kinder wurden für die Schule vorbereitet

428

Beratungsgespräche für Eltern



53

Veranstaltungen für Kinder

76

Hausbesuche der Pädagogen

50

Jugendliche unterstützt



65

Migrantenfamilien unterstützt

28

davon wurden eingeschult

23

lernten Russisch



Unterstützung für Familien:

Jede Familie kann mit Schwierigkeiten konfrontiert sein: Geldmangel, Obdachlosigkeit, Krankheit, Beziehungsprobleme, Gewalt, Suchterkrankungen.

„Wir arbeiten daran, den Eltern zu helfen, Schwierigkeiten zu überwinden, ihr Leben zu verbessern und die Familie für die Kinder zu erhalten. Mehr als 1.080 Familien bekommen jedes Jahr Hilfe. Familienzentren gibt es in Nowosibirsk, Tscheljabinsk, Barnaul, Tomsk, Omsk, Ischim und Nischni Tagil.

Manche Menschen bewältigen Krisen allein, andere können ihr Leben nicht ohne Hilfe weiterführen. Wenn eine Krise länger andauert, leiden die Kinder darunter, dass ihre Eltern sich nicht ausreichend um sie kümmern und ihnen keine guten Lebensbedingun-

gen bieten können. In extremen Fällen droht die Herausnahme der Kinder aus der Familie, und schwangere Frauen stehen vor der Frage, ob sie ihr Kind behalten können“, so Schwester Daria.

„In unseren Familienzentren erhalten schwangere Frauen, alleinerziehende Mütter und Familien mit Kindern umfassende Unterstützung. Wir bieten Sozialberatung zur Bewältigung schwieriger Lebenssituationen; psychologische Hilfe bei häuslicher Gewalt, bei der Lösung von Konflikten, bei Verhaltensproblemen der Kinder; juristische Unterstützung bei der Beantragung von

Leistungen, bei Klagen vor Gericht und bei der Begleichung von Schulden; individuelle Hilfe bei der Beschaffung von Lebensmitteln, Babynahrung und Gebrauchsgegenständen. In Nowosibirsk, Tscheljabinsk und Barnaul können schwangere Frauen und alleinerziehende Mütter kostenlos in unseren Zentren wohnen und erhalten umfassende Unterstützung. In der Regel dauert die Betreuung der Familien drei bis sechs Monate. Eltern, die Hilfe benötigen, können sich an unser Familienzentrum in ihrer Stadt wenden. Um Unterstützung zu erhalten, sind keine Bescheinigungen erforderlich.“ 🐮



Hilfe für Familien in Zahlen:

576 Familien und **1.219** Kinder wurden unterstützt

2.773 Beratungsgespräche und **541** Gruppensitzungen durch Psychologen

3.485 Sozialberatungen und **558** Gruppensitzungen durch Pädagogen



74 Mütter vor häuslicher Gewalt geschützt

16 Kinder kehrten aus Kinderheimen zurück in ihre Familien

11 Schwangerschaftsabbrüche konnten verhindert werden

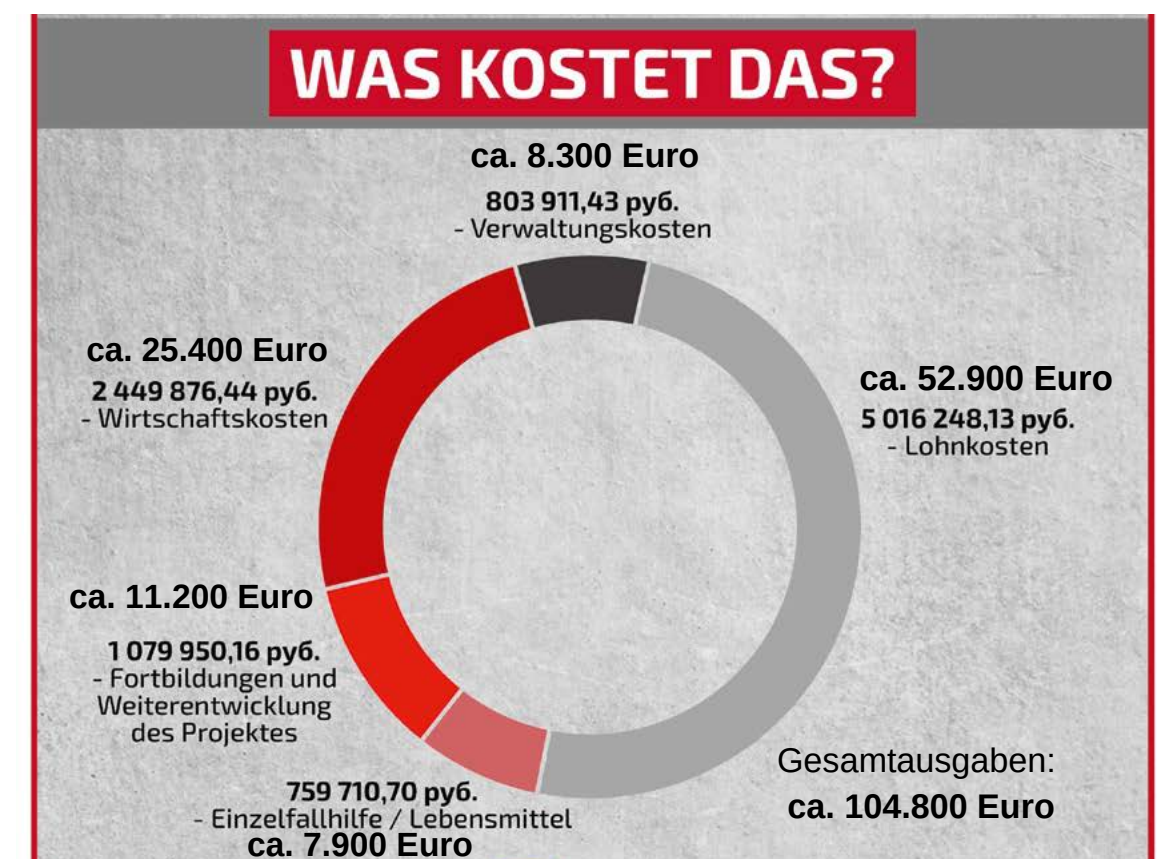


614 Lebensmittelpakete und **194** Mal Babynahrung verteilt

32 Mütter leben in Mutter-Kind-Heimen

273 Patronate gesucht

60 Kinder mit besonderen Bedürfnissen unterstützt



Pro-Care-Programm unterstützt die Pflege

„Eine schwere Krankheit ist nicht nur für den Erkrankten selbst, sondern für die gesamte Familie eine große Belastung!“

Mehr als 3.350 schwerkranke Menschen und ihre Familien erhalten jedes Jahr Hilfe. Das Programm Pro Care arbeitet in Nowosibirsk, Omsk, Ischim, Tscheljabinsk, Nischni Tagil, St. Petersburg, Wolgograd, Saratow und Marx.

„Die richtige Pflege eines schwerkranken Menschen entscheidet darüber, wie er sich fühlt, wie die Atmosphäre in der Familie ist und welche Aussichten auf Genesung bestehen. Es ist sehr schwierig, selbst eine gute Pflege zu erlernen, die Krankenhäuser informieren nicht darüber und es dauert, bis man Hilfe vom Staat bekommt. Hinzu kommt, dass Angehörige oft erst dann Hilfe suchen, wenn es Probleme gibt – der Patient bekommt Druckgeschwüre, die Pfleger machen sich den Rücken kaputt und fühlen sich seelisch ausgebrannt“, erklärt Schwester Daria.



Das Pflegepersonal schult den Erkrankten und die Angehörigen in der Pflege in den eigenen vier Wänden. Fotos: Caritas Sibirien

„Pflegefachkräfte schulen Angehörige kostenlos in der Pflege von Schwerkranken. Die Schulung findet individuell bei jeder Familie zu Hause statt. Die Fachkräfte zeigen in der Praxis, wie man den bettlägerigen Menschen umlagert, erklären, wie man ihm Essen reicht und ihn badet, helfen beim Einrichten des Zimmers, schätzen seine Ressourcen ein

und beziehen ihn in den Prozess ein. Es dauert circa drei bis fünf Besuche unserer Spezialisten, bis die Angehörigen sich selbst um die Pflege kümmern können.

Wir schulen auch Mitarbeiter von Sozialdiensten: Sozialämter, Pflegeheime, Altenheime und private Pflegedienste. Durch den Erwerb theoretischer und praktischer Kenntnisse sind die Mitarbeiter in der Lage, ihre Patienten und Bewohner besser zu betreuen.

Wir verleihen technische Rehabilitationsmittel zu vertraglichen Preisen, damit sie allen Bedürftigen zur Verfügung stehen. Unsere Pflegeexperten beraten bei der Auswahl und dem richtigen Einsatz der Rehabilitationsmittel.” 🐮



Hilfe vom Pro-Care-Programm:

4.092

Patienten und ihre Familien erhielten Unterstützung

1.779

Pflegekräfte und Sozialarbeiter wurden geschult



2.512

Online-Beratungen wurden durchgeführt

104

Personen wurden in Pflegekursen geschult



3.622

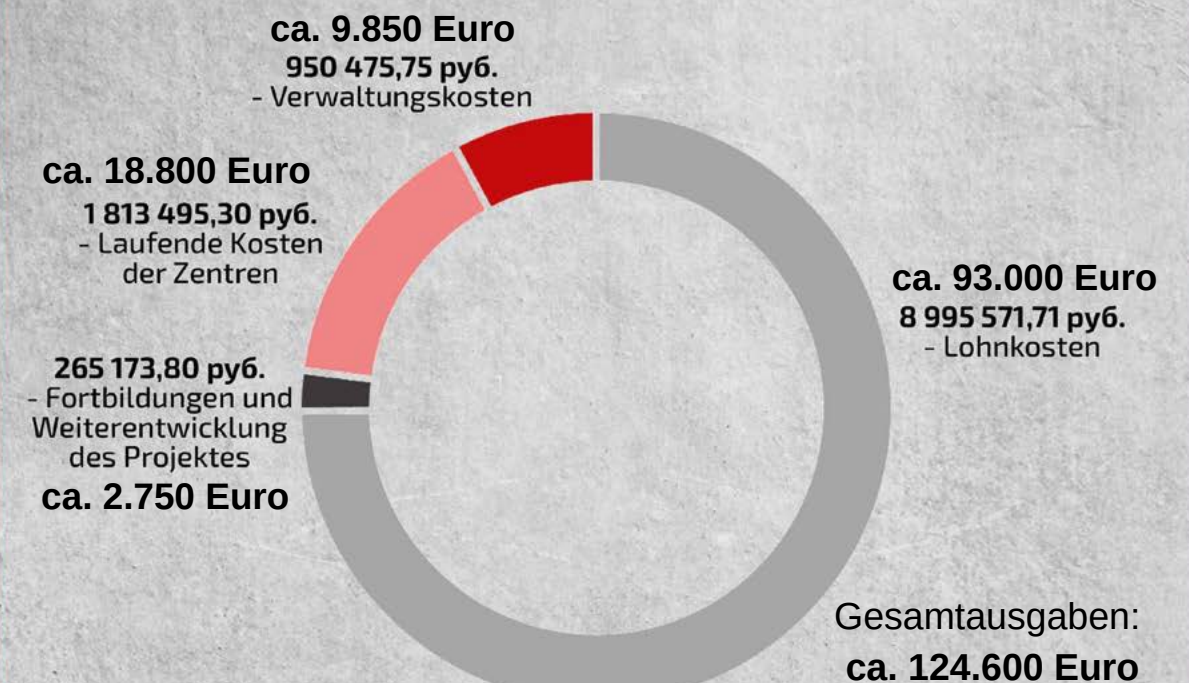
Hausbesuche wurden durchgeführt

2.043

Pflegehilfsmittel wurden ausgeliehen



WAS KOSTET DAS?



Obdach- und mittellose Menschen im Blick

„Wir kümmern uns um Menschen unabhängig von ihrer Nationalität, Konfession oder Weltanschauung!“

Dieses soziale Programm umfasst vier Bereiche:

- Hilfe für Obdachlose
- Suppenküchen
- Hilfe für einkommensschwache Personen, die wegen Tuberkulose behandelt werden
- KUH-Projekt

Hilfe für Obdachlose:

„Obdachlose sind jeden Tag damit beschäftigt, zu überleben. Sie haben keinen festen Wohnsitz, keine Mittel für ihre Verpflegung und keinen Zugang zu medizinischer Versorgung. Im ersten Jahr der Obdachlosigkeit sind die Menschen am aktivsten bei der Suche nach Hilfe, aber

nach und nach raubt die Straße einem Menschen die Würde und alle Rechte. Es ist praktisch unmöglich, aus eigener Kraft in die Gesellschaft zurückzukehren, denn man braucht Geld, um seine Papiere wiederherzustellen, eine Arbeit zu finden und in ein Pflegeheim zu gehen. Hinzu kommen unhygienische Verhältnisse, Suchterkrankungen und andere Krankheiten – es entsteht ein Teufelskreis, aus dem man ohne Hilfe nur schwer herauskommt“, betont Schwester Daria. „Jeden Tag erhalten 60 Obdachlose in Barnaul und Omsk eine warme Mahlzeit, saubere Kleidung, Schuhe, erste Hilfe, die

Möglichkeit zu duschen und Rehabilitation. Die Rehabilitation ist der schwierigste Teil der Arbeit, denn sie umfasst die Wiederherstellung von Dokumenten, die Suche nach Verwandten, Arbeit und die Unterbringung in speziellen Wohnheimen. Diese Arbeit wird mit denjenigen durchgeführt, die erklären, dass sie von der Straße weg wollen und bereit sind, die Anforderungen der Sozialarbeiter konsequent zu erfüllen. Jeder Obdachlose, der nüchtern ist, kann am Tag der Antragstellung eine warme Mahlzeit erhalten. Weitere Hilfe wird nach einem Gespräch mit Sozialpädagogen gewährt.“



Eine warme Mahlzeit am Tag ist für viele Obdachlose eine große Hilfe. Foto: Caritas Sibirien



Gerade ältere Menschen nutzen die Suppenküche. Foto: Caritas Sibirien

Suppenküche:

170 ältere Menschen, Behinderte mit körperlichen und geistigen Einschränkungen und Familien mit Kindern in Krisensituationen bekommen in Nowosibirsk, Omsk und Barnaul Mahlzeiten in der Suppenküche.

„Besonders arme Menschen stehen oft nur eine Stufe über den Obdachlosen, sie haben in der Folge die gleichen Probleme, verlieren die Hoffnung auf eine Überwindung ihrer Krisensituation und laufen Gefahr, ihr Dach über dem Kopf zu verlieren. Fast alle Menschen, die in die Suppenküche kommen, leben in baufälligen, renovierungsbedürftigen Gebäuden. Für viele kommt erschwerend hinzu, dass sie verschuldet sind und von Inkassobüros bedrängt werden, und auch die Nutzung von Wasser und Strom ist aufgrund der Schulden oft eingeschränkt“, führt Schwester Daria aus.

„Sie erhalten ein Zwei-Gänge - Mittagessen oder ein Essenspaket, wenn sie nicht in die Suppenküche kommen können. Daneben bieten wir Sozialberatung, Freizeitaktivitäten und Unterstützung mit Kleidung an. Unsere Besucher schätzen die gemeinsamen Aktivitäten, da sie im normalen Leben oft einsam sind. Bedürftige Personen kommen mit einer Bescheinigung des staatlichen Sozialamts oder auf eigene Initiative. Sie müssen ihren Personalausweis mitbringen und bereit sein, ein persönliches Gespräch mit einem Sozialarbeiter zu führen, um ihren Status als einkommensschwache Person zu bestätigen.“

Hilfe für Menschen, die in Tuberkulosehandlung sind:

80 einkommensschwache Patienten, die sich in Behandlung gegen Tuberkulose befinden, erhalten monatliche Lebensmittelpakete sowie Fahrkarten, um

ins Krankenhaus zu fahren.

„Die Behandlung von Tuberkulose dauert im Durchschnitt zwischen fünf Monaten und einem Jahr. Während des Krankenhausaufenthalts wird der Patient mit allem versorgt, was er braucht. Nach der Entlassung aus dem Krankenhaus muss der Patient die medikamentöse Therapie fortsetzen und ein- bis zweimal am Tag ins Krankenhaus kommen, um unter Aufsicht eines Arztes seine Medikamente einzunehmen. Aufgrund dieser Regelung kann der Betroffene keine Arbeit finden, und sein einziges Einkommen ist das Krankengeld, sofern er formal beschäftigt war. Aufgrund dieser Schwierigkeiten kann es vorkommen, dass der Betroffene die Medikamente nicht mehr einnimmt oder die Behandlung ganz abbricht“, weiß Schwester Daria.

„Ein Abbruch der Behandlung



Das Essenspaket ist für die Kranken überlebenswichtig. Foto: Caritas Sibirien

ist sehr gefährlich, da die Tuberkulose auf die meisten der verwendeten Medikamente nicht mehr anspricht und nicht geheilt werden kann. Die Erreger können sich auf andere Infizierte ausbreiten, so dass diese gegen die Medikamente resistent werden und sie ihnen nicht mehr helfen.“

KUH-Projekt

40 Kühe wurden im letzten Jahr an bedürftige Familien in Dörfern in der Region Omsk vermittelt.

„In den Dörfern gibt es keine Arbeit - das ist das größte Problem für unsere Klienten. Nicht jeder kann in die Stadt gehen, um Geld zu verdienen, also versuchen sie, sich irgendwie anzupassen: Sie führen ihren eigenen Hof, bauen Gemüse im Garten an. Für diese Familien ist eine Kuh ohne Übertreibung



In diesen Städten von Sibirien ist die Caritas aktiv. Foto: Caritas Sibirien

eine Ernährerin. Sie gibt ihnen die Möglichkeit, Geld für Lebensmittel zu sparen, sich gesund und vollwertig zu ernähren und Geld zu verdienen“, erklärt Schwester Daria.

„Nicht jede Familie kann es sich leisten, eine Kuh zu kaufen (Kosten von ca. 800 Euro).

Deswegen kaufen wir eine Kuh und geben sie an eine arme Familie im Dorf weiter. Wenn die Kuh dann ihr erstes Kalb zur Welt bringt, gibt die Familie es an eine andere Bedürftige weiter - das ist eine Verpflichtung im Rahmen des Projekts. So werden unsere Begünstigten Teil der guten Sache.“ 🐮



Eine Kuh sichert einer Familie die Lebensgrundlage. Foto: Caritas Sibirien

Hilfe für obdach- und mittellose Menschen:

33.984 Portionen wurden in der Suppenküche ausgegeben

291 Personen besuchten die Suppenküche

6.635 Portionen wurden auf der Straße ausgeteilt

1.124 Lebensmittelpakete wurden ausgegeben



183 Mal haben Obdachlose geduscht

229 Mal erhielten Obdachlose medizinische Hilfe

50 Dokumente wurden ausgestellt



13 Personen wurden in Pflegeheimen untergebracht

10 Personen wurden die Zugtickets zum Krankenhaus bezahlt

40 Kühe wurden an Familien übergeben, 50 Kälber wurden an andere Familien abgegeben

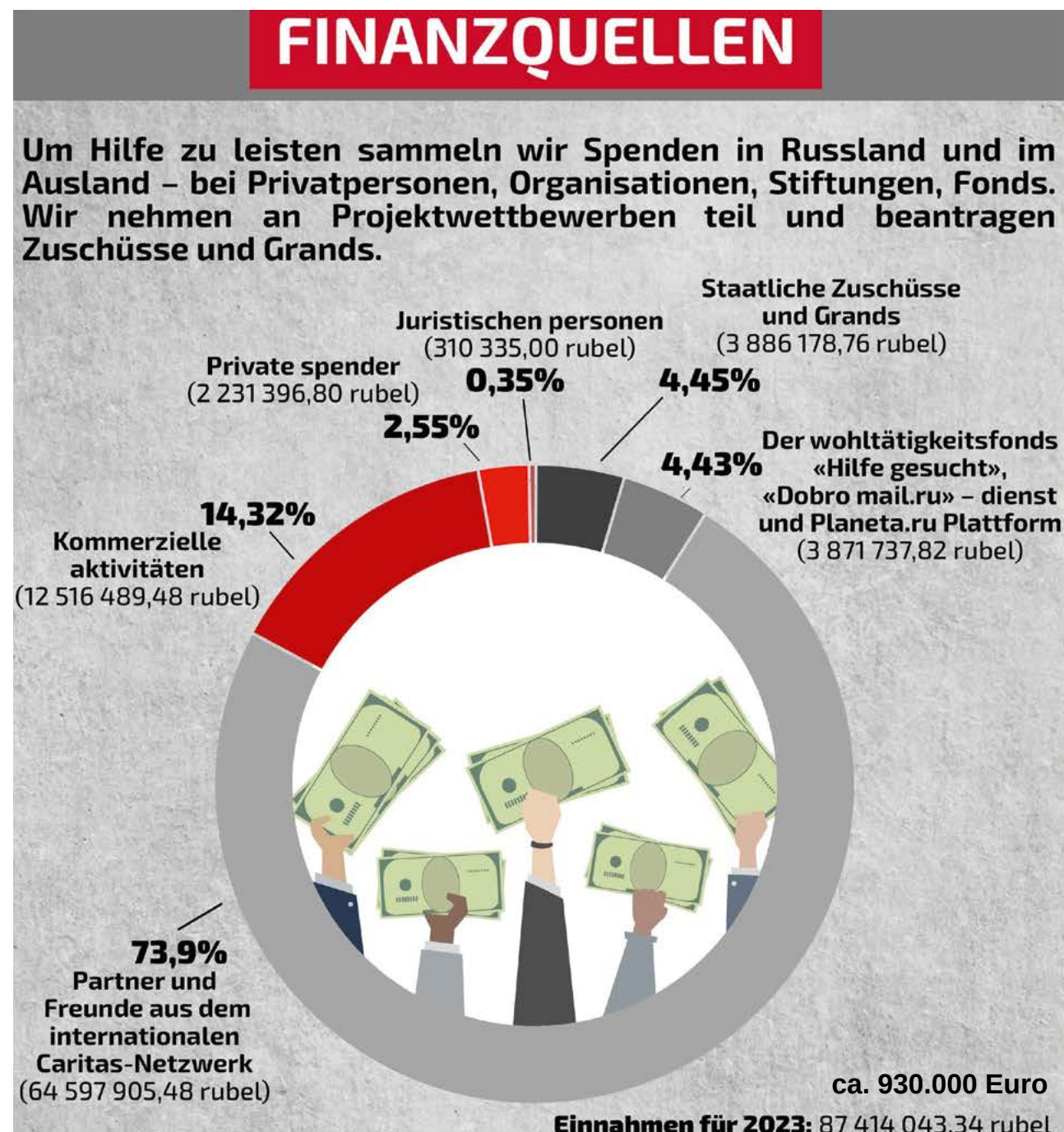


Zusammensetzung der Gesamtfinanzierung:

„Grundlage für unser soziales Engagement ist unsere Liebe zu Gott und den Menschen. Menschen in Not Hilfe zu leisten, ist für uns ein wesentliches Merkmal für ein authentisches christliches Leben“, so Bischof Joseph Werth SJ, Präsident des Cari-

tasverbandes im Bistum „Verklärung des Herrn“ in Nowosibirsk. Genau wie der Bischof weiß Schwester Daria wie wichtig es ist, die verschiedenen Projekte immer wieder an die sich wandelnden Lebens- und Landesverhältnisse anzupassen.

Aufgrund des Krieges mussten viele internationale soziale Einrichtungen das Land verlassen, so dass die Unterstützung von EINE KUH FÜR MARX in den letzten Jahren immer wichtiger wurde. Ohne internationale Hilfe kann die Caritas Sibirien nicht arbeiten.

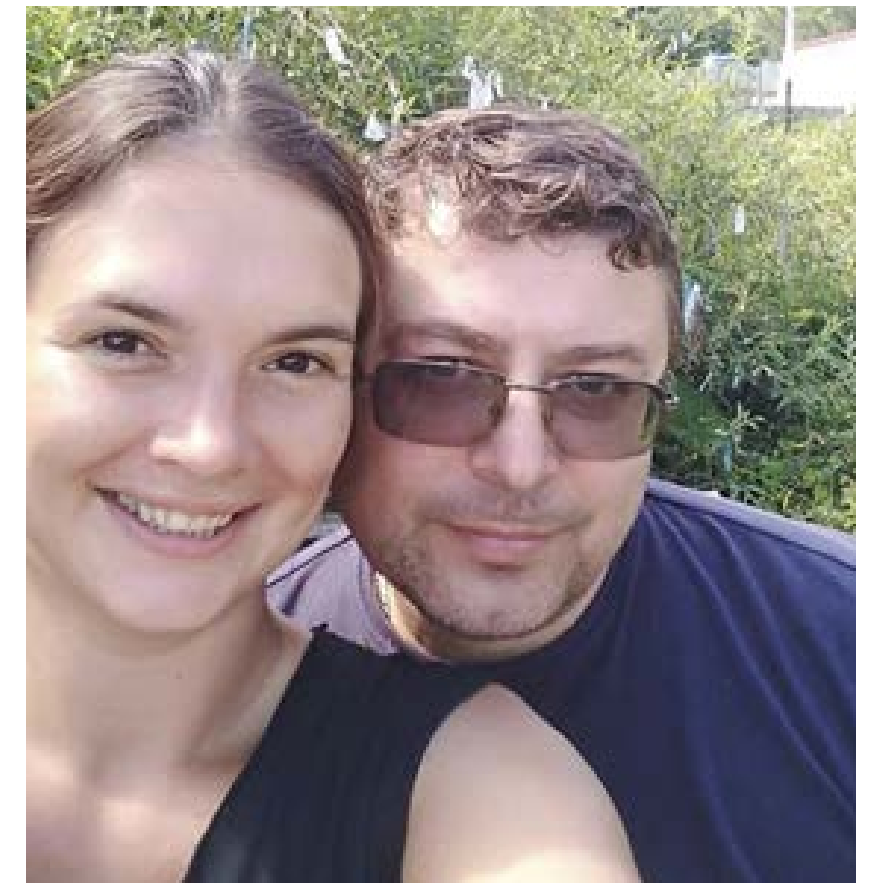


Ein Schlaganfall reißt Igor aus einem normalen, glücklichen Leben

Projekt „Pro Care“ bietet Hilfe zur Selbsthilfe

Von: Caritas Nowosibirsk

Igor und Jana sind seit mehr als 20 Jahren zusammen. Sie lernten sich kennen, verliebten sich und sind seitdem zusammen. Sie gingen in dieselbe Hochschule, wurden ein Paar und verbrachten zusammen schlaflose Nächte, als die Kinder klein waren. Sie arbeiteten so, dass es der Familie an nichts fehlte. Gemeinsam nutzen sie aktive Erholungen wie Spaziergehen und Wandern. Ihr Leben war glücklich und standfest.



Ein Foto von glücklichen Tagen: Jana und Igor. Foto: Caritas Nowosibirsk

Doch plötzlich kam es zu gesundheitlichen Problemen: Eines Tages verspürte Igor Schmerzen im Magen, Schwäche, wurde grauweiß und sein Blutdruck nahm zu. Sie riefen den Notarzt. Es stellte sich heraus, dass es ein Herzinfarkt war, und ein paar Tage später diagnostizierte das Krankenhaus bei ihm einen Schlaganfall. Igor unterzog sich der Behandlung, sein Körper erholte sich schnell genug, und nach sechs Monaten konnte er seine Arbeit wieder aufnehmen.

Nach diesem schweren Schicksalsschlag geschah in der Familie ein wahres Wunder: Jana erfuhr, dass sie wieder schwanger war. Igor

freute sich, dass er wieder Vater werden würde, obwohl er sich natürlich Sorgen machte, denn er war bereits 53 Jahre alt. Aber die Nachricht von ihrem lang ersehnten Sohn war ermutigend und ließen die Sorgen verblassen.

Das Paar freute sich und begann mit den Vorbereitungen: Sie kauften Dinge für das Baby, ein Kinderbett und einen Kinderwagen und

führten Reparaturen in der Wohnung durch. Als fast alles für die Geburt ihres Sohnes vorbereitet war, erlitt Igor einen zweiten Schlaganfall.

Eine Sprachbehinderung blieb zurück und die rechte Körperhälfte war gelähmt. Igor wurde nach drei Wochen aus dem Krankenhaus entlassen. Er war sehr schwach und auf die Hilfe seiner Familie angewiesen.



Jana war irritiert: Als schwangere Frau war es für sie schwer, sich um einen erwachsenen Mann zu kümmern wie für ein Baby - füttern, Windeln wechseln, waschen. Igor konnte nicht sitzen und sich kaum auf die Seite drehen. Seine ältere Mutter kam zu Hilfe, aber auch sie hatte nicht die Kraft, um Jana zu unterstützen.

Die Familie war schon sehr verzweifelt, als Jana die Telefonnummer der Spezialisten des Projekts „Pro Care“ wieder einfiel, die sie und Igor bei ihrer Entlassung aus dem Krankenhaus erhalten hatten.

Zunächst ermitteln die Spezialisten immer die Fähigkeiten des Patienten, um einen individuellen Genesungsplan zu erstellen. Als Krankenschwester Olga Igor aufforderte, sein Bein zu bewegen und sich auf die Seite zu drehen, kamen seine Frau und seine Mutter herbei geeilt und wollten ihm sofort helfen.

Olga machte Jana und seine Mutter darauf aufmerksam und erklärte, dass eine übermäßige Hilfe dem Patienten eher schade und er sich daran gewöhne. Igor muss lernen, sich selbst zu helfen und gelangt dadurch wieder zu mehr Freiheit und Selbstständigkeit. Ein Mann in seinem Alter hatte die Möglichkeit, genügend Kräfte zu mobilisieren, um so auch



Viel Kraft kostet es Igor, auf den eigenen Füßen zu stehen. Foto: Caritas Nowosibirsk

schneller zu genesen. Noch am selben Tag konnte er sich mit Unterstützung einer Krankenschwester auf die Seite drehen und sich selbstständig aufs Bett setzen. Er war einerseits sehr überrascht aber auch sehr glücklich darüber - er hat es geschafft!

Auch andere Probleme konnte die Familie mit den Fachleuten des Projekts „Pro Care“ lösen. Das niedrige Sofa, auf dem Igor lag, wurde durch ein hohes Funktionsbett ersetzt. Es war sofort einfacher, Igor beim Umdrehen zu helfen, ihn zu waschen, seine Kleidung und Bettwäsche zu wechseln. Anstelle von Windeln benutzten sie eine Urinflasche,

und nach einem Monat konnten sie die Urinflasche durch einen Toilettenstuhl ersetzen.

Unter der Aufsicht der Krankenschwester lernte Igor wieder zu stehen. Jetzt läuft Igor bereits mit Unterstützung durch die Wohnung. Die nächste Etappe ist die Treppe im Eingangsbereich.

Um einen sicheren Gang zu bilden und die Muskeln seines rechten Beins und Arms zu trainieren, benötigt Igor die Hilfe von spezialisierten Fachleuten wie Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und anderen. Ein Rehabilitationskurs steht noch bevor. 🐾



Viele Bewohner von Krasnojarsk können sich die teuren Lebensmittel nicht mehr leisten. Fotos: Katholische Kirchengemeinde Krasnojarsk

Obdachlosenprojekt in Krasnojarsk

Eine kleine Gemeinde mit vielen Bedürftigen

Von: Ottmar Steffan

Im ostsibirischen Krasnojarsk haben wir im letzten Jahr das Projekt „Hilfe für Obdachlose“ der dortigen Pfarrcaritas zum ersten Mal unterstützt. Es ist ein ökumenisches Projekt zur Hilfe und Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen, vor allem Obdachlose. Wie in den vergangenen Jahren bereiten die Schwestern, Geistlichen und Gemeindeglieder der Pfar-

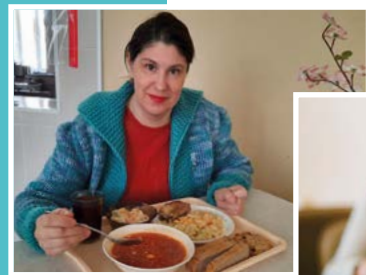
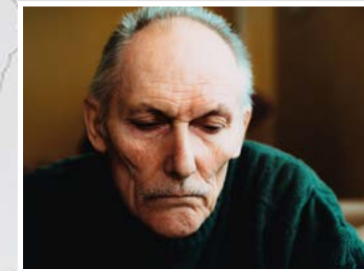
rei einmal in der Woche – montags – das Mittagessen vor. Darüber hinaus kaufen sie, wenn möglich Kleidung, Schuhe, Hygieneartikel und Medikamente für die Obdachlosen. Da die Gemeinde klein ist und es viele Bedürftige gibt (40-50 Personen), reichen die finanziellen Mittel, die in der Gemeinde während des Sonntagsgottesdienstes gesammelt werden, nicht aus. Die Preise

für Lebensmittel, Kleidung und Medikamente sind dieses Jahr erheblich gestiegen. Nun haben wir das Projekt für die nächsten zwölf Monate bewilligt. Bei dem Treffen mit den russischen Bischöfen in Astana/Kasachstan kam der Kontakt über den Irkutsker Bischof Kyrill Klimowicz zustande. 🐾



Eine Kuh für Marx

www.Eine-Kuh-fuer-Marx.de





Bei der Jubiläumsveranstaltung

25-jähriges Jubiläum vom Maletzki-Haus

Kreativwerkstatt für Menschen mit Behinderung in St. Petersburg

Von: Caritas St. Petersburg (Text und Fotos)/übersetzt von Miriam Buhl

Konstantin Sokolow, Leiter des Maletzki-Hauses, begrüßt zur Jubiläumsfeier. „In diesem Jahr feiern wir das 25-jährige Bestehen des Maletzki-Hauses. Wir blicken mit Stolz auf diese Jahre zurück und auf das, was wir erreicht haben. Das gehört zu einem Jubiläum dazu und ist wichtig. Aber ich möchte mich, liebe Leser, auch an Sie wenden, um uns im Hier und Jetzt zu betrachten.

Erstens, wir sind verschieden und wir gehören doch zusammen! Es ist sehr wichtig für uns gemeinsam zu arbeiten, denn nur so hat unser Haus einen Sinn. Wir sind zusammen, weil wir gemeinsame Interessen haben, wir begeistern uns für wichtige Dinge, wir schätzen

einander. Und wir sehen einen Sinn darin, was wir tun und warum wir es tun. Wir interagieren untereinander! Teilnehmer des Zentrums, Freiwillige, Mitarbeiter, Eltern, Gönner, unsere Freunde und Unterstützer. Wir sind alle gemeinsam dabei!

Zweitens, ist es nicht für jeden von ihnen einfach. Aber wenn es Menschen gibt, mit denen man schwierige Dinge teilen kann, die einen verstehen und akzeptieren, dann ist es viel einfacher, es gibt Kraft, Sinn und sogar Freude an den Herausforderungen. Umso schöner ist es dann, Momente des Glücks mit anderen zu teilen!

Ich danke Euch allen von Her-

zen für das Vertrauen, mit Euch zusammen sein zu dürfen und wünsche uns allen eine tolle, glückliche und wunderbare Reise durch die nächsten Jahre unseres Maletzki-Hauses!

Denn ich glaube, dass unser gesamtes Leben wie eine Reise ist. Es gibt überraschende und wunderbare Entdeckungen, gefährliche Wendungen, Begegnungen und Trennungen. Wir können unsere Entwicklungen eine Zeit lang leiten, immer „am Ruder“ sein, oder wir können den Prozess jemand anderem anvertrauen. Sicher ist, dass wir am Ende eine Bilanz unserer Reise ziehen müssen.“



Maria Pagolskaja, Pädagogin der Handarbeitswerkstatt, erzählt:

„Eine Handarbeitswerkstatt – was ist das? Es ist eine grenzenlose Welt von Dingen die wir mit unseren Händen machen können, aus allem, was uns umgibt: aus Stoff und Leder, aus Wachs und Papier, aus Jeans und Gips, aus Tannenzapfen und Stöckern. Alles, was von den lebendigen Händen berührt werden kann, kann zu einer Schönheit werden! Neue Dinge zu erfinden und auszuprobieren – das ist unsere Hauptaufgabe. Neue Möglichkeiten zu entdecken, nicht nur in den Materialien, sondern auch in uns selbst!“

2014 kam ich als Pädagogin für Lederkunst in die Handarbeitswerkstatt. Die Reinheit und Freude, die ich im Maletzki-Haus vorfand, erfüllten mein Herz und ich fühlte mich so gleich geborgen.

In all den Jahren haben wir zusammen gelernt zu nähen und zu sticken, wir haben die Drucktechnik Cyanotypie kennengelernt und Kerzen gezo-gen, haben Filme aufgenommen und Pappmaché gemacht, haben Kostüme für Theater-vorstellungen genäht, Dekoration für Feste gebastelt. Gemeinsam mit meinen Schützlingen habe ich erfahren, was Geduld ist und die Fähigkeit einen Erfolg in den kleinen Dingen zu sehen. Gemeinsam begannen wir zu glauben, dass alles irgendwie klappen kann, wenn auch nicht sofort.

In den vergangenen zehn Jahren haben wir an 16 Ausstellungen teilgenommen und insgesamt mehr als 30 Workshops durchgeführt, viele verschiedene Souvenirs gestaltet und zehn Wandteppiche zu unterschiedlichen Themen genäht.

Besonders gute Erinnerungen habe ich an das Jahr, in dem wir

ein Projekt mit Eltern durchgeführt haben – „Altantis. Neustart“. Es war voller Wärme, voller Freude an der Kreativität und half mir, die Schützlinge besser kennen- und verstehen zu lernen. Dieses Projekt wird noch immer weiter fortgesetzt und die Eltern sind weiterhin bei uns.

Ich danke dem Schicksal, dass ich hier gelandet bin, mein Lieblingshashtag, wenn ich in sozialen Netzwerken über das Haus Dom Maletzki schreibe, ist #ich liebe meine Arbeit!“



In der Handwerkstatt arbeiten alle zusammen.

Egle Schjioschenite, Leiterin des Zeichen- und Malstudios, erzählt:

„Vor 15 Jahren habe ich die Tür zum Maletzki-Haus das erste Mal geöffnet. Zu dem Zeitpunkt gab die Kirche einen Teil der Räumlichkeiten an der Kirillowski-Straße ab und es wurde entschieden, dort das junge Projekt „Fröhliche Familie“ zu etablieren. Ein Projekt zur Förderung der Sozialisation von Menschen mit Entwicklungsstörungen.“



Kreativ sein, kann man überall - auch draußen!

Das Maletzki-Haus erschien mir damals riesig! Es gab einen großen Saal, einen „Theater-Balkon“ und einige Klassenräume. Bei der Renovierung halfen die Eltern. Später gab es noch weitere Umbauten und es entstanden weitere Klassenräume und eine komfortable Treppe in den zweiten Stock.

25 Jahre! Was ist in der Zeit alles passiert ... Wie viele Ereignisse für jeden Einzelnen hier passiert sind! Wie viele interessante Menschen erinnern sich an das Haus!

Zuerst kam ich als Studentin in das Maletzki-Haus und führte manchmal Kunst-Workshops

durch. Eines Tages fragte Schwester Kristina, die damalige Projektleiterin, meinen Bruder, der auch als Teilnehmer hier war, was ihm am besten gefällt. Mein Bruder antwortete: „Hier habe ich Freunde gefunden.“ In der Förderschule und auch außerhalb der Schule hatte er keine Freunde. Deswegen war dieser Ort für unsere Familie wie ein Wunder. Für jeden Menschen ist es wichtig, eigene Freunde zu haben und einen Ort, an dem man sich frei unterhalten kann. Seit 2010 arbeite ich im Maletzki-Haus und leite das Malstudio und kann mittlerweile überzeugt sagen, dass auch ich hier Freunde gefunden habe. In sehr schweren Zeiten weiß ich, dass es mir hier gut gehen wird. Deswegen möchte ich immer wieder hierher zurückkehren und mit allen unsere von Gott gegebenen grenzenlosen künstlerischen Möglichkeiten entwickeln.“



Selbstgebastelte Karten aus dem Kunstprojekt.

Maria Schedrina, neue Leiterin für Kunstprojekte, erzählt:

„Ich hatte die Idee, Verlags- und Kunstprojekte zu entwickeln und sie mit den Menschen im Maletzki im Jahr 2022 umzusetzen. Im Jubiläumsjahr haben wir zwei Projekte gemacht: Geschichten aus dem Maletzki-Haus und sieben Tage Schöpfung. An dem ersten Projekt nahmen 20 Personen teil, sie zeigten ihre Sicht auf bekannte Volksmärchen. An dem zweiten Projekt nahmen 13 teil, sie erforschten die Entstehung der Welt und so entstanden 13 Bücher. Die Bücher und Geschenke, die im Rahmen unserer Projekte entstehen, bereiten den Menschen Freude und helfen den Teilnehmern, sich selbst zu verwirklichen - das ist es, worum es geht.“

Alexandra Nikiforowa, Leiterin des Theaters, erzählt:

In diesem Jubiläumsjahr steht das Theaterstück „Swonkij Tramwaj“ (dt. klingende Straßenbahn) im Vordergrund. Die Zeit ist so schnell vergangen und mittlerweile gibt es diese Werkstatt schon zehn Jahre!

Die Straßenbahn fliegt durch die Jahre und bringt tolle Menschen zusammen. Vielen Dank an die Freunde, Verwandten und Freiwilligen für die Unterstützung, Betreuung und Hilfe bei der Realisierung unserer künstlerischen Ideen und Pläne. Mit euch werden wir auch in Zukunft die Tradition bewahren und unser jährliches farbenfrohes Fest feiern. Die Teilnehmer haben sich wie echte Schauspieler auf die Feier vorbereitet. Zu Beginn war es eine lustige und belebte Zeit der Informationsbeschaffung: Wir tauschten Erinnerungen aus,

erzählten verschiedene Geschichten aus der Vergangenheit und aus der Zukunft, schrieben Gedichte und Texte und probierten viele verschiedene Skizzen und Passagen aus, bevor wir ein fertiges Skript hatten. Dann kam die schwierige Probenphase, in deren Verlauf wir einiges verändert und neu überdacht haben, denn die Hauptaufgabe für uns ist es, Spaß am Spielen und an der Arbeit auf der Bühne zu haben. Ich glaube, dass wir es schaffen, von Jahr zu Jahr offener und freier zu werden. Die Teilnehmer lernen neue Dinge mit Leichtigkeit, proben hart und entdecken sich selbst. Wir spielen verschiedene Instrumente, wir schreiben Gedichte, lernen schwierige Texte auswendig und dieses Jahr singen wir auch. Neue Horizonte und Möglichkeiten liegen vor uns!“



Das Theaterprojekt macht den Teilnehmern sehr viel Spaß.



In der Werkstatt für kognitives Lernen werden Fähigkeiten gefördert, die es ermöglichen, in Zukunft unabhängiger zu leben.

Walentina Salnikowa, Leiterin der Werkstatt für kognitives Lernen, erzählt:

„Die Türen der Werkstatt stehen offen, um Inspirationsquellen zu finden und Fähigkeiten zur Selbstfürsorge und Motivation für die Bewältigung von Aufgaben zu erwerben. Es können einfache, scheinbar simple Dinge sein: Wir beschäftigen uns mit sozialer Orientierung, lernen Verantwortung, Flexibilität und Fürsorge im Hier und Jetzt.

Die Schaffung positiver Erfahrungen ist eine der wichtigsten Aufgaben in unserer Werkstatt. Unsere Schützlinge nehmen mit Freude an gemeinschaftlicher

Arbeit teil. Wir engagieren uns für die Umwelt und pflegen die Blumenbeete in einem Nachbarzentrum. Wir veranstalten Quizspiele und Workshops, poetische Abende, Umweltwettbewerbe für die Teilnahme an wichtigen städtischen Veranstaltungen. Wir engagieren uns für das Wohltätigkeitsprojekt „Suppe und Brot“ der Petrikirche, wo unsere Schützlinge seit über fünf Jahren Mahlzeiten für Bedürftige zubereiten. Diese Erfahrung ermöglicht es, großartige Ergebnisse auf dem Weg zur Verbesserung des Selbstwertgefühls zu erzielen, und motiviert unsere Teilnehmer, sich realistische Ziele zu setzen und diese erfolgreich zu verwirk-

lichen. Unsere Freunde bei den Wohltätigkeitsorganisationen „ADAIN Lo“ und „Master OK“, ermöglichen jungen Menschen eine zeitlich befristete, auf ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnittene Beschäftigung, die ihnen neue Chancen eröffnet und ihre Fähigkeit verbessert, in Zukunft unabhängig zu leben.

Insgesamt hilft unsere Arbeit, Stereotype zu überwinden, Vorurteile abzubauen auf dem Weg zu einer inklusiven Gesellschaft. Herzlich Willkommen!“

Anna Klenschina, Leiterin der Kochwerksatt, erzählt:

Wenn ich lerne, etwas Leckeres zu kochen, hilft mir das im Leben ...

„Mit diesen Worten möchte Alexandra Nikiforowa (ein Schützling unseres Zentrums) ihre Erzählung über die Kochabteilung im Maletzki-Haus, die es mittlerweile seit über zehn Jahren gibt, beginnen. Unsere Treffen sind nicht nur Unterricht und das Lernen von Rezepten. Es ist eine Zeit der Offenbarungen. Mir gefällt es zu sehen, wie sich unsere Teilnehmer gegenseitig helfen, sich etwas zeigen und ihre Geschichten teilen. Es ist schön zu erfahren, wie ihre Selbstständigkeit von Jahr zu Jahr wächst. Der eine ist mit der Zeit ein festes Mitglied der Werkstatt geworden und jemand an-

ders, der zu Beginn zurückhaltend war, jetzt aber die Ergebnisse sieht, beginnt das Kochen zu lieben. Gemeinsam planen wir, welches Gericht in der nächsten Stunde auf den Tisch kommt, wir lernen gemeinsam zu servieren, und wir reinigen das Geschirr und unseren Arbeitsplatz gemeinsam. Aber das Beste ist, wenn alles geklappt hat, dass es den Freunden und Gästen gefällt! In der Regel hilft die gemeinsame Zubereitung einen neuen Menschen kennenzulernen und wir laden ausdrücklich jeden zu uns in die Küche ein, der unser Haus kennenlernen möchte.

Auch Eltern waren schon Gäste unserer Küche sowie Teilnehmer aus dem Projekt Ostrovok und aus dem Sozialdorf Svetlana. Es wurden gemeinsam Pizzen, Torten und Kekse zubereitet und die Geschmäcker

vereinten sich bei gemeinsamen Teepartys. Unsere Freunde und Freiwilligen sind uns eine große Hilfe, und wir sind ihnen von Herzen dankbar!

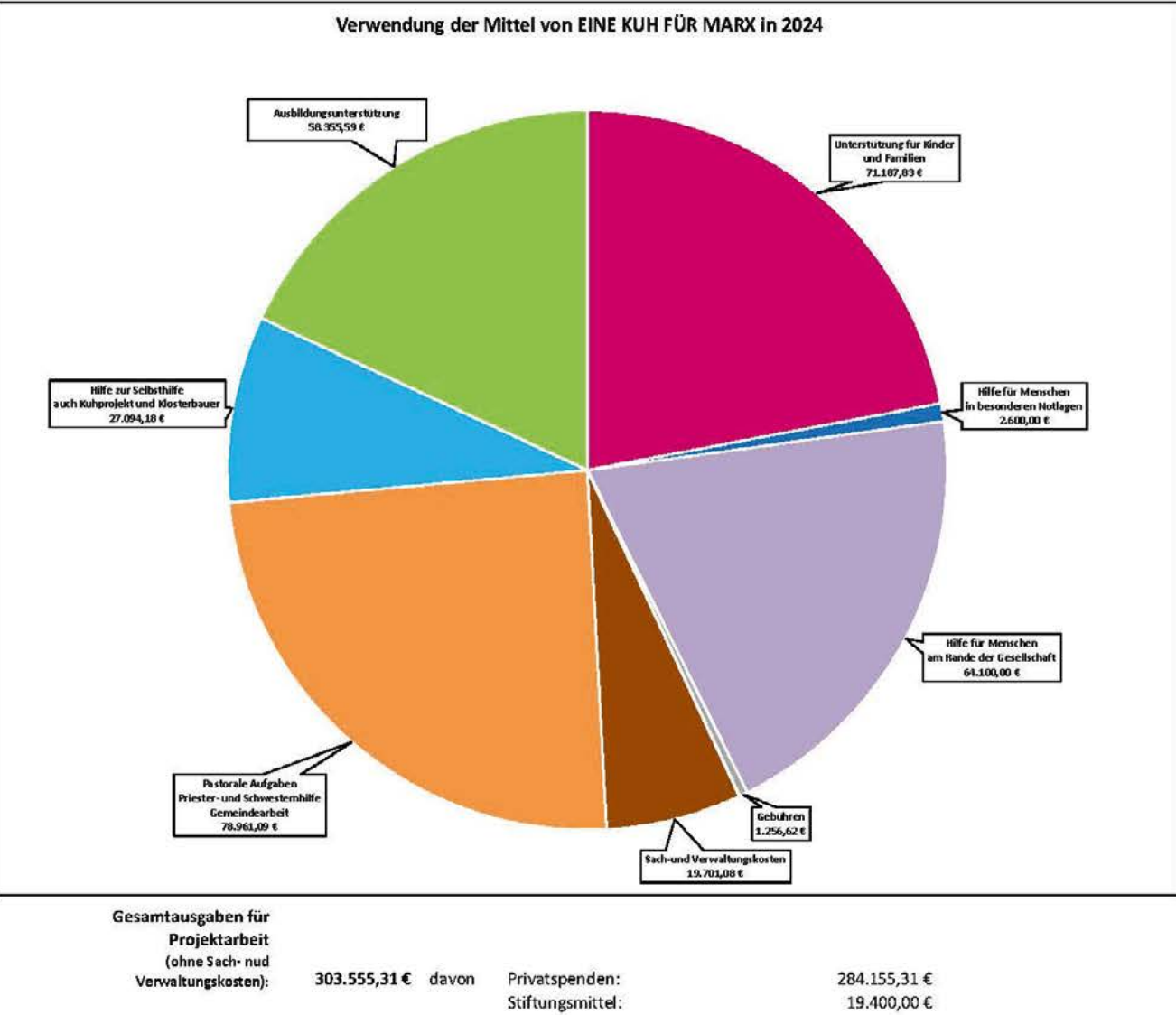
Das Leckerste – so nennen wir unsere Küche oft!“ 🐮



Gerne werden auch Gäste zur gemeinsamen Küchenarbeit eingeladen.

Ihre Spenden sind weiterhin Garant für die Arbeit unserer Partner in Russland

EINE KUH FÜR MARX und Schwesternhilfe, die bedankt sich bei Ihnen für Ihre Unterstützung. Die Fördersumme im vergangenen Jahr betrug 303.555,31 Euro. Seit über 25 Jahren tragen Sie wesentlich dazu bei, dass unsere Partner in Russland ihre wichtige Arbeit fortsetzen können und wir Ihnen mit unserer Zeitung über den Erfolg dieser Arbeit berichten können. Schwerpunkte der Arbeit sind die Priester- und Schwesternhilfe, die Unterstützung für Kinder und Familien, die Hilfe für Menschen am Rande der Gesellschaft sowie die Ausbildungsunterstützung. Details dazu finden Sie in der folgenden Übersicht. Die angespannten Rahmenbedingungen führten dazu, dass wir mit der Priester- und Schwesternhilfe dringend benötigte Existenzsicherung für jene geleistet haben, die vor Ort den Umständen trotzen und weiterhin mutig ihren Dienst verrichten. Zusammen mit dem 394.760 Euro des Stiftungsfonds St. Clemens und der Doris Eppler Stiftung liegt die Fördersumme aus Osnabrück einschließlich der Gebühren (1.256,62 Euro) in 2024 bei insgesamt 932.421,93 Euro. Das ist ein großartiges Ergebnis! Vielen Dank an alle! 🐮



Geförderte und begleitete Projekte im Jahr 2024 durch EINE KUH FÜR MARX

Nr.	Projekttitel	Träger / Partner vor Ort	Ziele / Inhalte	Projektzeitraum	Betrag
1	Unterstützung der Diözesan-Caritasverbände	Diözesancaritasverbände	Unterstützung der Arbeit durch einmalige Beihilfen	fortlaufend	1.618,99 €
2	Kuhprojekt	Svetlana Warschauer Caritas Omsk Oxana Lebedeva Caritas Südrussland	bedürftige Familien erhalten eine Kuh und verbessern damit ihre Lebensbedingungen	fortlaufend seit 1998 - 2024 1030 Kühe vermittelt	21.600,00 €
3	Klosterbauer	Kirchengemeinde in Marx an der Wolga Bistum St. Clemens, Südrussland Bischof Clemens Pickel	2 Einsätze in 2023 Saratov und Marx an der Wolga Altenwohnungen und Arbeiten in den Kirchengemeinden	fortlaufend	3.875,19 €
4	Weiterentwicklung der sozialen Arbeit in den Kinderzentren in Westsibirien	Caritas Novosibirsk Natalja Sokolova	Komplexe Förderung und soziale Integration von Kindern aus dysfunktionalen Familien	fortlaufend	2.000,00 €
5	Kinderzentrum "Freudenstrahl" in Atschinsk	Caritas Krasnojarsk Sr. Tatjana Ugainova	Familien mit Kindern aus der Umgebung von Atschinsk erhalten Unterstützung in der Erziehung und im täglichen Leben	fortlaufend	3.500,00 €
6	Unterstützung für Familien mit Kindern mit Behinderungen Orsk	Caritas Orsk	Unterstützung für Familien mit Kindern mit Behinderungen	2023-2024	16.500,00 €
7	Projekt "Meine Mutter und Ich"	Caritas St. Petersburg Natalja Pewzowa	Unterstützung für alleinerziehende Mütter	2024	17.650,00 €
8	Mutter-Kind-Heim St. Sophia, Novosibirsk	Caritas Novosibirsk Caritasdirektorin Natalja Sokolova	ein Zuhause für von Obdachlosigkeit bedrohten jungen Müttern mit Kindern, Struktur und Perspektive geben	fortlaufend	11.000,00 €
9	Familienhäuser der Gemeinschaft Papst Johannes XXIII	Alberta Declara	Unterstützung der Arbeit der Familienhäuser, medizinische Unterstützung	fortlaufend	1.537,83 €
10	Hilfe für bedürftige Menschen in Taganrog und Saratow	Schwestern in Saratow	Unterstützung für Familien in schwierigen Lebenssituationen	fortlaufend	14.000,00 €
11	Nazareth Familien-Zentrum in Nischni Tagil	Schwesterngemeinschaft in Nischni Tagil Schwester Antonia Lednicka	Unterstützung für Familien mit Kindern durch Tagesangeboten im Familienzentrum	fortlaufend finanziert in 2023	0,00 €
12	Jugendclub in Astrachan	Caritas Astrachan Schenja Worontschagina	Förderung von Jugendlichen mit schwierigem soz. Hintergrund	fortlaufend finanziert in 2023	0,00 €
13	Schutz des Lebens	Bischof Clemens Pickel	Hilfe für junge Mütter und Schwangere Unterstützung für eine ausreichende Ernährung und Kleidung für die Kinder	2024	5.000,00 €
14	Projekt: Home for a child	Caritas Bildungszentrum St. Petersburg Direktorin Olga Lotosh	Ziel dieses Projekts ist es, die Lebensqualität von Menschen mit nonverbaler Kommunikation durch effektive und systematische Hilfe im Bereich der Kommunikations- und Sprachentwicklung zu verbessern	2024-2027	48.725,59 €
15	Ausbildungsunterstützung/ Studienhilfe	DiCV Osnabrück	Studienhilfe für eine ehemalige Freiwillige aus Russland im Bistum Osnabrück (1 Jahr)	2024	9.630,00 €
16	"ZADI" Heilpädagogische Tagesstätte in Novosibirsk	über Caritas Novosibirsk Direktorin Natalja Sokolova	Zentrum für behinderte Kinder, Förderung und Unterstützung	2024	4.000,00 €
17	Versteckte Welt Kleine Arche Tomsk	über Caritas Novosibirsk Natalja Sokolova	Einrichtung für Menschen mit Behinderung	2024	9.500,00 €
18	Obdachlose in Krasnojarsk	Pater Jacek Kwiatkowski	materielle Hilfe für Obdachlose in Krasnojarsk	2024	7.000,00 €

Nr.	Projekttitel	Träger / Partner vor Ort	Ziele / Inhalte	Projekt-zeitraum	Betrag
19	Obdachlosenhilfe Kaliningrad	Kath. Kirchengem. Heilige Familie Kaliningrad Victoria Krasina und Sr. Gisela	Obdachlosenhilfe / Bau einer Obdachlosenunterkunft	2024-2005	20.000,00 €
20	Hauskrankenpflege Novosibirsk	Caritas Novosibirsk Natalja Sokolova	Hauskrankenpflegeprojekt "Pro Uchod"	2024-2025	20.000,00 €
21	Caritas Altenpflege St. Petersburg	Caritas St. Petersburg Natalja Pewzowa	Altenpflegeheim	2024	100,00 €
22	Altenhilfe Marx	Pfarrer Bosco Marschner	Fertigstellung der Altenwohnungen	2024	3.500,00 €
23	Notfallhilfe	Eucharistieschwestern	Hilfe für die Eucharistieschwestern	2024	2.600,00 €
24	Unterstützung der Arbeit von Bischof Pickel / Hilfe für Priester im Bistum St. Clemens	Bischof Clemens Pickel	Unterstützung der priesterlichen und pastoralen Arbeit im Bistum St. Clemens	fortlaufend	52.823,24 €
25	Priesterhilfe	Pater Marcus Nowotny Caritasdirektor Russland	Unterstützung der priesterlichen Arbeit	fortlaufend	2.097,79 €
26	Schwesternhilfe Marx	Bischof Clemens Pickel	Unterstützung der Arbeit der Schwestern in Marx	fortlaufend	540,06 €
27	Schwesternhilfe in Kazan und Uljanowsk	Kath. Kirchengemeinde Kazan Sr. Juliana Ortiz	Unterstützung der Arbeit der Schwestern in Kazan und Uljanowsk	fortlaufend	14.400,00 €
28	Kirchengemeinde in Marx	Pfarrer Bosco Marschner	Unterstützung der Kirchenarbeit in Marx	fortlaufend	6.100,00 €
29	Renovierungen von Kirchenbauten	Pater Ondrej	Kirchengemeinde in Orenburg	2024	3.000,00 €

Summe der Förderbeträge 2024 EINE KUH FÜR MARX	1.256,62 €
plus Gebühren	303.555,31 €

Stiftungsfonds St. Clemens	Caritas Gemeinschaftsstiftung Osnabrück	Einzelfallhilfen und Unterstützung der Priester und Schwestern im Bistum St. Clemens, Südrussland	Förderung in 2024	394.760,00 €
Doris Epple Stiftung - Armenhilfe in Russland	Doris Epple Stiftung	3 Obdachlosenprojekte 2 Kinderzentren in St. Petersburg und Sibirien	Förderung in 2024	232.850,00 €

Summe der gesamten Förderungen	932.421,93 €
--------------------------------	--------------

Wir freuen uns über jede Spende, denn nur mit der finanziellen Unterstützung der Freunde von EINE KUH FÜR MARX können wir unsere Projekte dauerhaft erhalten. Wenn Sie uns mithelfen wollen, benutzen Sie bitte unser Spendenkonto bei der

Sparkasse Osnabrück mit der IBAN: DE13 2655 0105 0000 2350 85

und wählen Sie als Verwendungszweck „Hilfe für Menschen in Not in Russland“ oder ein Projekt, das Sie konkret unterstützen möchten.

Psychische Gesundheit von Säuglingen und Kleinkindern fördern

Caritas-Sozialschule in St. Petersburg startet mit einem neuen Programm

Von: Miriam Buhl/Birte Hoppe



Schon früh lernen die Caritasschüler, auf die besonderen Bedürfnisse der Babys mit Auffälligkeiten einzugehen. Foto: Caritas St. Petersburg

Im Rahmen eines Vorgängerprojekts legte die Caritas-Sozialschule mit großzügiger Unterstützung von EINE KUH FÜR MARX bereits den Grundstein zur Verbesserung des Systems der frühen Hilfen in der Russischen Föderation hin zu mehr Menschlichkeit. Dies geschah durch die Einführung des Klassifikationssystems DC:0-5 in die Fachwelt, die Schulung von Fachkräften im Bereich der psychischen Gesundheit und die Sensibilisierung der Öffentlichkeit für die Bedeutung der Unterstützung der psychischen Gesundheit in der frühen Kindheit. Die Caritas-Sozialschule baut diese Initiative nun weiter aus. EINE KUH FÜR MARX wird das Projekt über weitere drei Jahre unterstützen.

Es besteht ein großer Bedarf an der Weiterentwicklung einer professionellen Gemeinschaft von geschultem Personal. Gemeinsame Werte im Bereich der psychischen Gesundheit von Kindern müssen geteilt werden, international anerkannte Methoden erlernt und in der Praxis angewendet werden. Nur so kann für gefährdete Kinder, die ohne elterliche Unterstützung in Heimen leben, ein Zugang zu Dienstleistungen zur Verbesserung der psychischen Gesundheit ermöglicht werden. In der Umsetzung hat die Caritas-Sozialschule bereits einen großen Schritt nach vorn gemacht und begonnen, Fachkräften einen Zugang zu

Das Klassifikationssystem DC: 0-5

Psychische Störungen sind bei jungen Kindern mit zehn bis fünfzehn Prozent relativ häufig, können aber gut und wirksam behandelt werden. Zu solchen Störungen zählen unter anderen ADHS, Autismus, Depressionen, Angst-, Schlaf- und Schreistörungen. Hierzu ist eine exakte Diagnose erforderlich. Das multiaxiale Klassifikationssystem DC: 0-5 wurde speziell für das Alter bis zu fünf Jahren entwickelt und ermöglicht altersspezifische Diagnosen. Es ist ein international anerkanntes Klassifizierungssystem zur Diagnose psychischer Störungen bei jungen Kindern, das auf den neusten wissenschaftlichen Ergebnissen und klinischen Erfahrungen basiert. Es beruht auf einer ganzheitlichen Diagnostik und umfasst neben dem Beziehungskontext, die körperliche Gesundheit, psychosoziale Stressoren auch die Entwicklungskomponenten. Besonderes Augenmerk wird zurzeit auf klinische Störungen gelegt, die weitere Störungsfelder auslösen können. Das Ziel dieser Übersicht ist es, Mitarbeitern im Bereich der Frühförderung eine praxisorientierte Übersicht über die Vielfalt psychischer Störungen und ihrer Diagnose nach DC: 0-5 zu vermitteln. Die Erfassung psychischer Störungen ist Grundlage für die Planung von Beratung und Therapie.

international anerkannten Instrumenten und Methoden zu verschaffen, beispielsweise durch die Übersetzung von Fachliteratur ins Russische. Um in der Praxis arbeiten zu können und anerkannt zu werden, müs-

sen russische zertifizierte Ausbilder für das Klassifikationssystem DC:0-5 ausgebildet werden.

Des Weiteren plant die Caritas-Sozialschule, das Projekt in en-

ger Zusammenarbeit mit der Abteilung für psychische Gesundheit und Frühförderung von Kindern und Eltern der Universität St. Petersburg durchzuführen. Seit dem Jahr 2000 führt die Abteilung internationale Forschungsprojekte durch, die die Entwicklung von Kindern und Eltern untersuchen.

Erste Erfolge

Die Caritas-Sozialschule hat bereits damit begonnen, das Wohlergehen von Säuglingen und Kindern in Pflegeeinrichtungen zu verbessern. Im März 2024 startete ein lokales Projekt mit dem Waisenhaus №13, das von der Wohltätigkeitsstiftung „Absolute help“ finanziert wird. Zu den Aktivitäten des Projekts gehören die Schulung des Personals des Waisenhauses und der Aufbau eines kontinuierlichen Betreuungsmodells für Pflegefamilien, das bereits im Waisenhaus beginnt



Das Klassifizierungssystem wurde speziell für Kinder bis zu fünf Jahren entwickelt. Foto: Caritas St. Petersburg

und nach dem Auszug des Kindes fortgesetzt wird. Auf Grundlage der Ergebnisse dieses lokalen Projekts soll die Arbeit auf Waisenhäuser in anderen Regionen der Russischen Föderation ausgeweitet werden.

Die Geschichte von Sofias Familie

Sofia war ein Jahr alt, als sie 2023 in das Waisenhaus kam. Nachbarn der Familie hatten die Polizei gerufen, weil der Vater des Kindes unter Drogeneinfluss stand und sich aggressiv verhielt. Zu dieser Zeit zeigte Sofia Anzeichen einer neurotischen Störung - sie riss sich die Haare aus, hatte große Angst vor Männern, Autos, lauten Geräuschen usw. Daher erhielt das Mädchen von Anfang an psychologische Unterstützung im Waisenhaus. Sofias Mutter, die ebenfalls drogenabhängig ist, besuchte ihre Toch-

ter im Jahr 2023 mehrmals und verschwand dann wieder, Sofias Vater zeigte kein Interesse an ihr und besuchte sie nie.

Sofia lebte bereits seit einem Jahr und drei Monaten im Waisenhaus, als ihre Großmutter beschloss, das Sorgerecht für das Kind zu beantragen und begann, Sofia im Waisenhaus zu besuchen. Beim ersten Treffen im Juni 2024 erkannte Sofia ihre Großmutter nicht und war verängstigt, aber die Großmutter besuchte sie weiterhin im Beisein der Projektpsychologin (siehe Foto).

Beim ersten Mal weigerte sich das Gericht, der Großmutter für Sofia das Sorgerecht zu übertragen. Sie legte gegen die Entscheidung Berufung ein, weil sie der festen Überzeugung war, dass Sofia in der Familie aufwachsen sollte. Sofias Großmutter hatte zum Zeitpunkt der

Antragstellung im Waisenhaus auch das Sorgerecht für zwei weitere Enkelkinder (die leibliche Schwester und den leiblichen Bruder von Sofia) beantragt, was in Anbetracht der Gerichtsentscheidung eine heikle Situation war. Ihr Ehemann hatte nichts dagegen, dass sie das Sorgerecht für Sofia übernehmen wollte. Sofias Großmutter besuchte das Kind mit unermüdlicher Regelmäßigkeit. Die Projektpsychologin beriet sie mit dem Ziel, den Zustand des Kindes zu stabilisieren und der Großmutter zu helfen, die Reaktionen und Gefühle des Kindes zu verstehen.

Mitte Oktober 2024 wurde der Großmutter in der zweiten Sitzung des Gerichts das Sorgerecht für Sofia und die beiden anderen Enkelkinder zugesprochen. Bevor diese Gerichtsentscheidung in Kraft trat, arbeitete die Projektpsychologin mit der ganzen Familie - die Großmutter besuchte Sofia mit den anderen Enkelkindern. Am 28. Dezember 2024 wurde Sofia zu ihrer Großmutter nach Hause gebracht. Derzeit fühlt sie sich wohl und hat einen guten emotionalen Kontakt zu ihrer Großmutter und ihren Geschwistern. Die Fachleute des Projekts werden die Familie während der gesamten Eingewöhnungszeit weiter unterstützen, und wir hoffen, dass die Familie mit der Unterstützung des Projekts in der Lage sein wird, die Schwierigkeiten zu bewältigen.



Sofia mit ihrer Großmutter und den Geschwistern (rechts die Psychologin). Foto: Caritas St. Petersburg

Im Sommer an den Winter denken

Vorratshaltung rettet Leben

Von: Caritas Sibirien

Im August denkt in Deutschland kaum jemand an Wintervorräte, doch in Sibirien ist das überlebenswichtig. Der Winter dort dauert fast ein halbes Jahr, mit Temperaturen bis zu minus 40 Grad. Die Heizperiode erstreckt sich von Mitte September bis Mitte Mai. Während der kurzen Sommermonate müssen die Heizungssysteme überprüft und repariert werden - eine große Herausforderung, auch für die Caritas.

Für die Klienten der Caritas bringt der Winter viele Schwierigkeiten mit sich. Be-

sonders betroffen sind Migrantenfamilien, die in alten, oft unbewohnbaren Häusern leben müssen. Aufgrund ihrer Herkunft und ihres unklaren Aufenthaltsstatus bleibt ihnen kaum eine andere Wahl. In diesen Häusern gibt es häufig Probleme mit der Heizung, und die Familien müssen lernen, Fenster notdürftig abzudichten, um Wärmeverluste zu verhindern. Oft fehlt es den Kindern an warmer Kleidung, besonders denen, die erst kürzlich aus wärmeren Ländern wie Usbekistan oder Kirgisistan nach Sibirien gekommen sind. Die Caritas hilft,

indem sie Jacken und Schuhe bereitstellt oder Familien in den Kleiderkammern ausstattet. Mit dem Wintereinbruch steigen auch die Preise für Obst und Gemüse stark an. Rentner können sich frische Lebensmittel kaum noch leisten und greifen auf Konserven und Tiefkühlkost zurück. Daher legt die Caritas im Sommer, wenn möglich, Vorräte an. Auch Spenden von überschüssigen Ernten werden gerne für die Suppenküche angenommen. 🐮



Der Nutzgarten der Caritas in Nowosibirsk befindet sich auf demselben Gelände wie die Einrichtungen. Foto: Caritas Sibirien



Über die Kosten des täglichen Lebens in Russland

Preise und Inflation im Jahr 2024

Von: Caritas Sibirien

Ende 2024 erreichte die Inflation in Sibirien ein alarmierend hohes Niveau, und leider hat sich daran bislang nichts geändert. Besonders drastisch sind die Preise für Lebensmittel gestiegen, während die Löhne konstant blieben. Dies verschärft die finanzielle Lage vieler einkommensschwacher Familien zusätzlich. Auch die Kostenkalkulationen der Projekte sind von dieser Entwicklung betroffen.

Die staatliche Statistikbehörde Russlands, Rosstat, hat seit mehreren Monaten keine detaillierten Daten zur Preisentwicklung mehr veröffentlicht. Jedoch wurde der Gesamtwert der Inflation mit 9,52 Prozent angegeben. Am stärksten stiegen die Preise für Gemüse und Obst, die um beachtliche 48,8 Prozent teurer wurden. Auch Öle und Fette verzeichneten eine dramatische Steigerung von 40,5 Prozent. Milchprodukte, einschließlich Käse, erhöhten sich um etwa 20 Prozent.

Doch nicht nur Lebensmittel trafen diese Entwicklungen. Besonders auffällig waren die Preissteigerungen bei Benzin

und Medikamenten, die die zehn Prozent-Marke überschritten. Diese Zahlen verdeutlichen eindrucksvoll, wie stark die Inflation den Alltag der Menschen beeinflusst. 🐮



Bezeichnung	Preis Januar 2024	Preis Januar 2025
Rindfleisch / kg	558	1018
Schweinefleisch / kg	348	480
Huhn / kg	241	419
Fisch / kg	248	328
Kinderbrei, Packung	769	884
Butter / kg	902	1095
Öl / Liter	141	155
Milch / Liter	97	109
Eier / 10 Stück	143	169
Zucker / kg	73	80
Weizenmehl / kg	57	69
Brot und Brötchen	124	166
Reis	141	189
Makkaroni	139	149
Kartoffeln / kg	33	55
Weißkraut / kg	38	44
Äpfel / kg	147	155
Waschpulver	198	249
Haarshampoo	213	299
Kinderwindeln, 27 Stück	210	399
Handseife	65	73



Zwei FDAlerinnen gehen nach Kasachstan

In Osnabrück wird eine zweite Wohngemeinschaft eingerichtet

Von: Ottmar Steffan

Letztes Jahr im August hat der Lingener Abiturient Jannis Wiens im Rahmen des Freiwilligendienstes im Ausland des Bistums Osnabrück (FDA) zum ersten Mal unsere Einsatzstelle in Konaev, Südkasachstan angetreten (wir berichteten in KUH 64 und 65 darüber).

Nun stehen mit Diana Luft und Jana Wambold (aus Lingen und Spelle) zwei weitere russlanddeutsche junge Leute bereit, im August dieses Jahres die Nachfolge von Jannis in Konaev anzutreten. Pater Artur, der Pfarrer der katholischen Gemeinde vor Ort und der Verantwortliche für das Kinderheim in dem unsere Freiwilligen ihren Dienst tun, freut sich sehr, dass die Einzelstelle zu einer Doppelstelle ausgebaut wurden.

Arbeit gibt es genug, darin sind sich er und Jannis einig. Beide Frauen arbeiten derzeit intensiv daran, ihre im Elternhaus erworbenen Russischkenntnisse zu verbessern, mit denen sie im kasachischen Alltag gut zurechtkommen werden. Jannis ist stolz darauf, auch ein wenig kasachisch während seines Aufenthaltes zu lernen.

Auch in unserem Reversebe-



Diana Luft aus Spelle, Foto: Ottmar Steffan



Jana Wambold aus Lingen, Foto: Ottmar Steffan

reich tut sich einiges. Die St. Petersburger Arina Goshkova konnte Mitte Oktober 2024 ihren Bundesfreiwilligendienst bei der Heilpädagogischen Hilfe Osnabrück aufnehmen (KUH 65). Arina lebt mit ihren drei Mitfreiwilligen Alberta Owusu Mensah und Bridget Barimah aus Kumasi, Ghana und Maria Paula Hudson aus Lima, Peru in unserer Freiwilligen-WG in

Osnabrück. Im neuen Freiwilligenjahr werden wir die Zahl der ausländischen Freiwilligen erweitern, die ab Sommer 2025 in Osnabrück einen BFD machen können. Insgesamt planen wir sieben junge Frauen in zwei WGs aufzunehmen, drei von ihnen aus Ghana, zwei aus Russland, eine Freiwillige aus Peru und zum ersten Mal eine Freiwillige aus Indien. 🐮



Bridget Barimah aus Ghana, Mattea Hater, Teamerin, Maria Paula Hudson aus Peru, Alberta Owusu Mensah aus Ghana und Arina Goshkova Russland, Foto: Ottmar Steffan



Schwester Maria in Soltau

Schwester Maria lebt als Eucharistieschwester in der katholischen Kirchengemeinde Krasnodar, im Wolgabistum. Anfang der 1990er Jahren ist ihre russlanddeutsche Familie, das heißt sind ihre Eltern und ihre Geschwister nach Deutschland ausgesiedelt. Ottmar Steffan konnte sie nun auf ihrem Heimaturlaub in Soltau bei ihren Verwandten besuchen und ihr wichtige Unterlagen mitgeben. Unter den Eucharistieschwestern gibt es eine Reihe von russlanddeutschen Schwestern, die regelmäßig ihre Verwandten in Deutschland besuchen.



Caritas Italien unterstützt zukünftig die Caritasarbeit in Russland

In der KUH-Zeitung 65 berichteten wir über unsere Reise mit Caritas Europa durch Russland. Caritas Europa hat daraufhin unter ihren Mitgliedern um Unterstützung für die Caritasarbeit in Russland gebeten. Ein erster Erfolg hat sich eingestellt. Caritas Italien beteiligt sich mit 121.000 Euro an sozialen Projekten. In den Arbeitsfeldern der Unterstützung für Familien mit Kindern, der Kinderzentren, der Hilfe für Obdachlose und extrem armen Menschen und der Hilfe für HIV-erkrankte Frauen werden diese Mittel eingesetzt.



Olga in Dresden

Olga ist Organistin in der katholischen Kathedralgemeinde in Saratow. Von der Dresdener Partnergemeinde kam nun für sie die Einladung für ein achtwöchiges kirchenmusikalisches Praktikum. Ihre Freude ist riesengroß, denn die Möglichkeiten an Orgeln zu üben, ist im Wolgabistum sehr überschaubar. So geht für sie von Ende Mai bis Ende Juli 2025 ein Traum in Erfüllung. EINE KUH FÜR MARX beteiligt sich an ihren Flugkosten. 🐮

Wir über uns

Seit mehr als 25 Jahren hat es sich EINE KUH FÜR MARX zur Aufgabe gemacht, bedürftigen Menschen in Russland zu helfen und die Caritasarbeit vor Ort zu unterstützen.

Mit Ihren Spenden werden folgende Projekte unterstützt:

- Kuhprojekt
- Mutter-und-Kind-Häuser
- Kinderzentren
- Obdachlosenhilfe
- Häusliche Krankenpflege
- Priester- und Schwesternhilfe
- Notfallhilfe

Die Vernetzung von Hilfsangeboten, Austausch- und Begegnungsprogrammen sowie die Einbindung von Ehrenamtlichen ergänzen die Projekte vor Ort.

Unterstützen Sie unsere Arbeit durch freiwilliges Engagement oder durch Spenden!

Kontodaten

Empfänger:
Caritasverband für die Diözese
Osnabrück e.V.
IBAN:
DE13 2655 0105 0000 2350 85
BIC: NOLADXXX

Verwendungszweck:
Hilfe für Menschen in
Not in Russland

Das Kuh-Team



Ottmar Steffan
osteffan@caritas-os.de
0541/34978-164



Birte Hoppe
bhoppe@caritas-os.de
0541/34978-123



Miriam Buhl
mbuhl@caritas-os.de
0541/34978-123

Impressum

EINE KUH FÜR MARX - Hilfe für Menschen in Not in Russland - Eine Initiative des Caritasverbandes für die Diözese Osnabrück e.V., Knappsbrink 58, 49080 Osnabrück
www.eine-kuh-fuer-marx.de
www.blog.eine-kuh-fuer-marx.de

Redaktionsverantwortlich:
Ottmar Steffan, 0541/34978-164
osteffan@caritas-os.de

Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verwenden wir in der Regel die männliche Schreibweise. Wir weisen darauf hin, dass sowohl die männliche als auch die weibliche Form gemeint ist.

Titelfoto: Caritas Sibirien

Datenschutz:
Sie erhalten unsere postalische Spendenwerbung auf Grundlage des § 6 Abs. 1 lit. g des Gesetzes über den Kirchlichen Datenschutzschutz. Wenn Sie keine weiteren Informationen mehr von uns bekommen möchten, können Sie jederzeit bei uns der Verwendung Ihrer personenbezogenen Daten widersprechen. Schreiben Sie dafür an: Caritasverband für die Diözese Osnabrück e.V., Spendenservice, Knappsbrink 58, 49080 Osnabrück, spendenservice@caritas-os.de. Weitere Informationen finden Sie unter: www.caritas-os.de/spenderinformationen. Gerne senden wir Ihnen die Informationen auch per Post zu.

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier aus verantwortungsvollen Quellen.



