

Ausgabe 23-2012

OBDACH e.V.
Wohnung • Betreuung • Beschäftigung
für alleinstehende Menschen



OBDACH-Blätt'l

Heidelbergs echte Obdachlosenzeitung
für die Metropolregion

Preis: € 1,70;
davon € 0,70 für den Verkäufer



LIEBE LESER

Vielen Dank, dass Sie auch diesmal das Obdachblättl gekauft haben.

Wir haben uns bemüht positive angenehme Beiträge einzubringen, was auch teilweise gelungen ist.

So ist endlich das soziale Arrangement von Albertus Bujard mit einem Bundesverdienstkreuz gewürdigt worden, (Seite 4).

Überregional haben diverse Bemühungen bewirkt, dass im letzten Winter kein Mensch in Baden Württemberg erfroren ist (Seite5). Deutschlandweit waren es nach offiziellen Angaben „nur“ fünf Menschen.

Dies gelang zumeist durch vermehrte Privatinitiativen, Menschen die auf ihren Nächsten schauen und helfen.

Die immer mehr sichtbare Armut zeigt, dass wir uns auf die Politik nicht verlassen können. Hier streben die Bemühungen doch eher nach Diätenerhöhung und Ehrensold.

Die Erkenntnis das Armut krank macht bleibt unbeachtet bzw. durch politischen Entscheidungen verschlimmert. Die Mehrheit - „99%“ sorgen weiterhin dafür, dass es einem Prozent gutgeht. Es wird Zeit dies zu ändern!

Die Obdachblättlredaktion wünscht allen Leser ein gesundes und sonniges Frühjahr.



In dieser Ausgabe lesen Sie

Alltag einer Krankenschwester	3
Bundesverdienstkreuz für A.Bujard	4
Keine Kältetoten in BW	5
Illustrieren gegen Vorurteile	6/7
Eisige Zeiten sind überwunden	8/10
Armut macht krank	11
Dem Tod nahe kommen	12
Von wegen Schwäche	10/14
Land in Sicht-Das Metropoliticket	14
Sucht im Alter	15
Suchtmittelkonsum bei Jugendlichen	16
Hartz-IV-News	17
Spekulieren auf Kosten der Ärmsten	18
Utopische Spinnerei	19
Privatinsolvenz	20/21
Impressum	22
Schmunzelseite	23



Alltag einer Krankenschwester im Obdach e. V.

Nun, wie sieht so ein Tag einer ehrenamtlichen Krankenschwester aus? Dazu möchte ich einen kleinen Einblick geben.

Im vierten Jahr bin ich unterwegs zu meinen Schützlingen, die vom Verein Obdach aufgenommen in Wohngruppen leben und von Sozialarbeitern und ehrenamtlichen Helfern betreut werden. Das Ziel des Vereins ist, ihnen den Start in ein normales Leben wieder zu ermöglichen. Mein Klientel sind nun die Kranken, von denen viele an Folgekrankheiten durch hohen Alkoholkonsum leiden. Die Schäden sind immens, sie reichen von Erkrankung und Zerstörung der Organe, des Nervensystems, bis hin zur Alkoholdemenz. Einen geringen Anteil haben Krankheiten wie Diabetes, Carcinome und Kreislauferkrankungen. In den Jahren meines Einsatzes (an drei bis vier Tagen in der Woche bin ich auf Tour) ist Vertrauen gewachsen und ich kann die Betreuten, manchmal mit Hilfe der Sozialarbeiter, überzeugen, mit mir zum Arzt zu gehen und zu weiteren Maßnahmen wie Klinikaufenthalt und Entgiftung. Der eigene Wille fehlt oft, oder sie sind schon zu sehr geschwächt. Überwachung von Kreislauf, Diabetes und Wundversorgung gehört ebenso zu den Aufgaben, Medikamentenbesorgung, Gabe und Kontrolle ist sehr wichtig und verhindert (seltsamerweise trotz Alkoholkonsum) Schlimmeres.

Der Umgang meiner Patienten mit ihrer Lebenssituation ist sehr unterschiedlich:

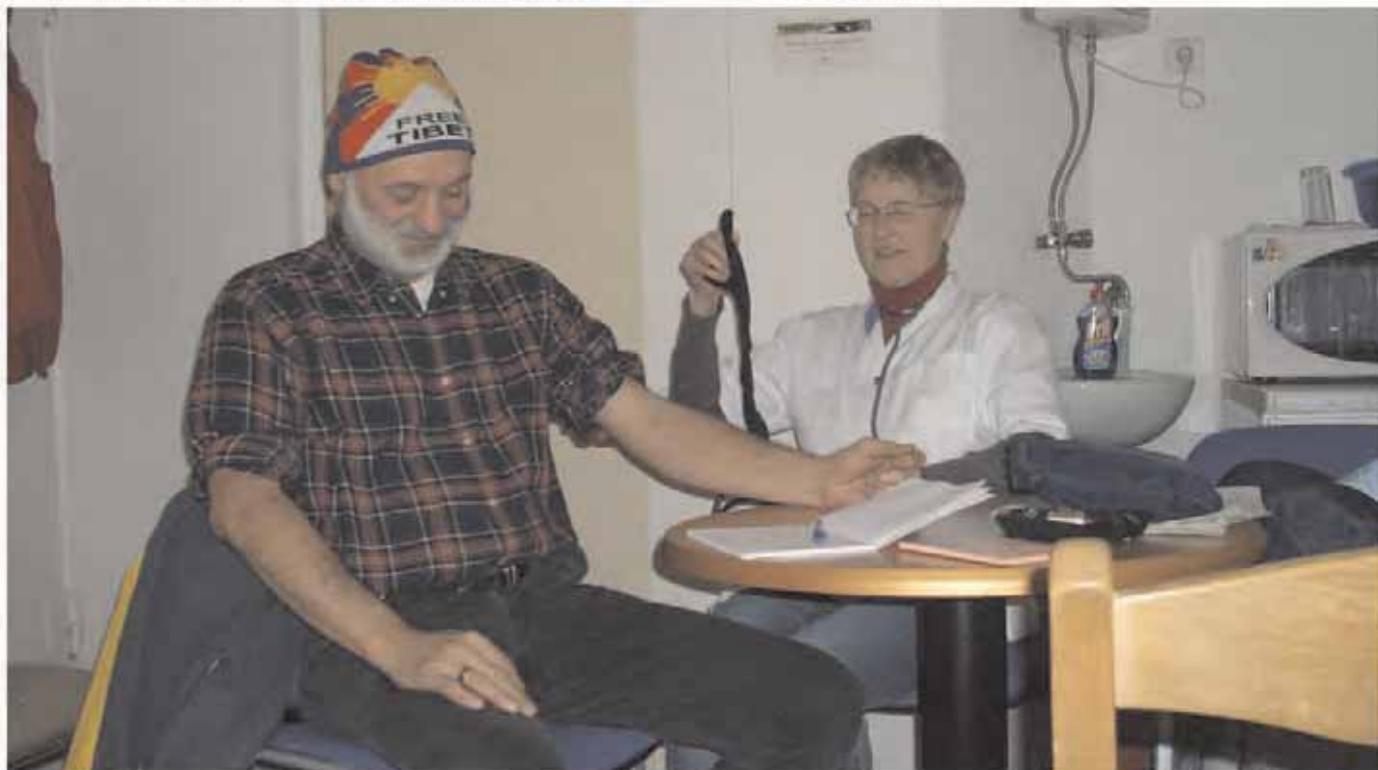
Beispiel: A weiß, dass er todkrank ist, hat dabei keine größeren Beschwerden und lehnt jede ärztliche Maßnahme ab. Er will in Ruhe sein Leben zu Ende leben, schließt Frieden mit seinem Schicksal und ich

akzeptiere seinen freien Willen. Zweimal in der Woche besuche ich ihn, richte Medikamente, wir halten ein Gespräch, manchmal zu Dritt mit einem anwesenden Freund. Der Abschiedsgruß von meiner Seite lautet stets: „Pass auf dich auf!“, darauf er: „Und du fahr langsam!“

Beispiel: B, ein noch junger Mann, Leberzirrhose im Endstadium, trinkt nach mehreren Klinikaufenthalten fröhlich weiter, Clownerie ist sowieso seine Art der Verdrängung. Selten kommt ein ernsthaftes Gespräch auf und bei einem solchen fragt er mich unvermittelt: „Bist du mal bei mir, wenn es so weit ist?“ Ich gab ihm das Versprechen, das ich dann leider nicht ganz halten konnte. Die letzten Tage war ich täglich bei ihm in der Klinik und kam dann doch zu seiner Todesstunde eine halbe Stunde zu spät. Mir tut dies heute noch leid!

Beispiel: C verkriecht sich wie ein waidwundes Tier in seine Höhle, nur mit Mühe kann der Sozialarbeiter zu ihm vordringen und mir verweigert er ganz den Zutritt. Einmal gelingt ein Klinikaufenthalt und anschließend wiederholt sich der Rückzug. Mit Gewalt mussten wir uns Zutritt in sein abgesperrtes Zimmer verschaffen und fanden ihn tot vor. Welch ein erbarmungswürdiges, einsames Sterben! Im letzten halben Jahr starben vier relativ junge, mir liebgewordene Menschen. Einige unsere Schützlinge sind geschockt, wollen sich ändern und ich möchte ihnen zurufen: „Nehmt die Droge Alkohol ernst und die Chance zum Überleben!“

Marianne Ammerl
OBDACH e. V.



Bundesverdienstkreuz für Albertus L. Bujard



Albertus L. Bujard erhielt für sein langjähriges ehrenamtliches Engagement das Verdienstkreuz am Bande des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland. Bürgermeister Dr. Joachim Gerner und Theresia Bauer, Ministerin für Wissenschaft, Forschung und Kunst, überreichten ihm am 20. März 2012 die Ordensinsignien im Spiegelsaal des Prinz Carl.

„Demokratische Mitwirkung der Bürger an der Gestaltung ihrer Stadt und Schutz des einzelnen Menschen, das sind für mich zwei wesentliche Antriebskräfte Ihres Engagements. Wir brauchen Menschen wie Sie, die die Initiative ergreifen und neuen Ideen Bahn brechen, wir brauchen Menschen, die sehen, was Not tut, und dann selber aktiv werden.“ erklärte Bürgermeister Dr. Gerner

Der Geehrte hat sich in hohem Maße um die Bürgergesellschaft in Heidelberg verdient gemacht. Neben seinem Engagement im Gemeinderat hat er sich besonders als Vorstandsmitglied des Vereins „Bürger für Heidelberg“ und des Vereins „Obdach e.V.“ Hier wurde er im Jahr 2005 zum ersten Vorsitzenden gewählt. Seither hat er die ehrenamtliche Geschäftsführung als Mitglied und Vorsitzender des Vereins inne, der Wohnung und Betreuung für 100 Obdachlose garantiert. Sein Engagement für Menschen am Rande der Gesellschaft beschränkt sich nicht nur auf die Vereinsarbeit. Er unterstützt und organisiert auch die jährliche Armutswoche des Bündnisses für Arbeit, sowie der Bürgerstiftungsinitiative engagiert. Er setzt sich für städtpolitische, kulturpolitische und soziale Projekte und Programme ein.

Albertus L. Bujard wurde am 1. Juni 1935 in Heidelberg geboren. Nach der Schulausbildung ging er bei der Heidelberger Straßen- und Bergbahn AG in die Lehre. Im Anschluss studierte er an der Technischen Hochschule Karlsruhe. Als Ingenieur für Lebensmittel- und Kühltchnik arbeitete er bei BBC Mannheim. Bujard ist seit 2000 im Ruhestand.

Ehrenamtliches Engagement

Albertus L. Bujard ist Mitbegründer des Vereins Bürger für Heidelberg. Der Verein ging aus einer Bürgerinitiative hervor und begleitete die Stadtentwicklung seit Anfang der 70er Jahre kritisch und konstruktiv. 1992 wurde er mit dem „Deutschen Preis für Denkmalschutz“ ausgezeichnet. Zu den größten Projekten, für die sich der Geehrte während seiner Vereinsarbeit eingesetzt hat, zählt das Alte Hallenbad. Bujard kämpfte nach der Schließung des Heidelberger Jugendstilbades für seine Wiedereröffnung. Unter Federführung von Bujard wurde zudem die Bürgerstiftung Heidelberg ins Leben gerufen, die im Juli 2009 gegründet wurde. Heidelbergs Bürgerinnen und Bürgern bietet die Stiftung Möglichkeiten für ein eigenständiges Engagement. Ein für alle zwei Jahre geplantes Zukunftsforum soll über die Stiftung hinaus eine Plattform für die Zusammenarbeit von Wissenschaft, Wirtschaft, Kultur und Bürgerschaft bieten.

Als aktives Mitglied ist Bujard seit 1970 in der SPD aktiv. Von 1976 bis 1980 war er Ortsvereinsvorsitzender, von 1975 bis 1985 war er Mitglied des Gemeinderats. Er arbeitete am Fahrradwege-Netz sowie an zahlreichen sozialen Projekten mit und setzte sich insbesondere für den Denkmalschutz ein.

In diesem Winter ist niemand in Baden Württemberg auf der Straße erfroren



Der Winter 2010/2011 war eine schauerliche Zeit für Obdachlose und Helfer im Land. Vier Menschen waren bis Mitte Januar erfroren, zwei in Ulm und zwei in Mannheim. Es folgte ein Jahr später ein noch härterer Winter, der bereits im November mit Eis und Schnee begonnen hatte. Diesmal waren Arme und Hilfsbedürftige rechtzeitig ins Warme gebracht worden oder hatten sich selber helfen können.

Nun ist dieser Winter vorbei, doch mit Ende der langen, klirrkalten Phase im Februar lässt sich eine erste Bilanz ziehen. Sie klingt positiv. Diesmal ist kein Obdachloser zu Tode gekommen, weil es an einer wärmenden Unterkunft gefehlt hätte. „Ich denke, die Sensibilität der Kommunen in Baden-Württemberg ist mittlerweile sehr hoch“, sagt Michael Heck vom Kommunalverband für Jugend und Soziales in Stuttgart. „Man ist immer erleichtert, wenn niemand zu Schaden kommt.“

Schon Anfang Dezember 2011 hatte das Sozialministerium die Sinne für die kommende Kälte geschärft und ein Papier mit dem Titel „Handreichung Erfrierungsgefahr bei Obdachlosigkeit“ verteilt. Die Arbeitshilfe war für Verantwortliche in Gemeinden, Städten und Landkreisen gemacht, sie enthält Hinweise, wie Obdachlose und die breite Bevölkerung auf Hilfsangebote bei Kälte aufmerksam gemacht werden können. Infokarten, Plakate und Pressemitteilungen gehören zu diesem Instrumentarium.

Oft sind junge Frauen auf der Suche nach einer Unterkunft

Immer wieder gebe es obdachlose Menschen, die im Winter nicht wüssten, wohin sie sich wenden könnten, sagt Frieder Claus vom Diakonischen Werk Württemberg. Er nennt das Beispiel einer jungen Frau, die von ihrem Mann nach einem Streit nachts aus der Wohnung geworfen wurde und 30 Kilometer bis zur nächsten Wohnungslosenein-

richtung zurücklegen musste. Immer noch fehlten vielerorts im Land Möglichkeiten der Soforthilfe. Außerdem weigerten sich gerade Frauen nach Gewalterfahrungen häufig, eine Sammelunterkunft aufzusuchen. „Das Problem fängt immer auf dem Land an“, sagte Claus. Belegplätze in einer Pension zum Beispiel gebe es in vielen ländlichen Gebieten nicht.

Die Liga der freien Wohlfahrtspflege hat in ihrem kürzlich veröffentlichten Situationsbericht zum Jahr 2011 die Unterkunftssituation im Land genau beleuchtet. Danach leben im Stadtkreis Heilbronn knapp mehr als die Hälfte aller Hilfesuchenden in einer „prekären Notversorgung“. Darunter verstehen die Wohlfahrtsverbände den Schlafplatz auf der Straße, das Biwak, eine Übernachtungsstelle bei Bekannten oder ein Gasthaus. Den zweitschlechtesten Platz nimmt Freiburg mit einem Anteil von 43 Prozent prekärer Fälle ein. Bester Stadtkreis im Vergleich ist Stuttgart mit einem Anteil von vergleichsweise lediglich 11,6 Prozent.

Bei den Landkreisen fällt Heidenheim mit einer Quote von 45,6 Prozent negativ auf, gefolgt vom Rhein-Neckar-Kreis (42,3 Prozent) und dem Kreis Reutlingen (33,9 Prozent). Der Enzkreis (5,7 Prozent) scheint hier als vorbildlich auf. Die Zahlen sagten nicht alles, schwächt Michael Heck ab. „Es gibt auch Kreise, die Kooperationen mit anderen getroffen haben. Es wäre schlicht falsch, die gleichen Einrichtungen flächendeckend überall zu fordern.“

Im Zweifelsfall die Notrufnummer wählen

Frieder Claus rät jedem, der einen mutmaßlich erfrierenden Menschen auf der Straße sieht, umgehend die Notrufnummer 112 zu wählen. Dann müsse das zuständige Rathaus in jedem Fall handeln.



Illustrieren gegen Vorurteile

Der Heidelberger Illustrator hannes haus gestaltet seit einigen Ausgaben das Cover des OBDACH-Blätt'l – höchste Zeit also, ihn der Leserschaft vorzustellen. Im Interview spricht der studierte Soziologe und Politikwissenschaftler über seinen persönlichen Weg zur Kunst, über seine Inspiration und Arbeitsweise, sowie über Möglichkeiten, Kunst und soziales Engagement zu verbinden.

OBDACH-Blätt'l: EDV oder Kunstunterricht? In welchem Fach waren Sie der Einserschüler?

hanneshaus: Ich war auf einem naturwissenschaftlichen Gymnasium, ich hatte Zusatzkurse wie Technik und Informatik. Die guten Noten hatte ich tatsächlich eher in Musik oder Kunst, wobei mich Fächer wie Politik oder Englisch eigentlich am meisten interessiert haben. Die Schule war also weniger prägend für meine späteren Interessen, viel hat sich in meiner Studienzeit entwickelt.

OBDACH-Blätt'l: Wann haben Sie zum ersten Mal Ihre Freude am Zeichnen entdeckt? Wie hat sich Ihr Talent über die Zeit entwickelt?

hannes haus: Wie die meisten Kinder habe ich viel gemalt und gezeichnet, das hat sich dann bis in die Pubertät hinein weiterentwickelt. Irgendwann in meiner Teeniezeit hab ich einfach komplett mit dem Zeichnen aufgehört, der Reiz verlor sich, zu der Zeit waren mir wahrscheinlich andere Aktivitäten wichtiger. Dann hab ich einige Jahre später im Studium einen guten Freund in Frankreich besucht und bei der Rückkehr ein Foto einer schönen Altstadt-Gasse in Montpellier abgezeichnet. Auf einmal war der Zauber wieder da – etwa 7 Jahre nachdem ich mit dem Zeichnen aufgehört hatte. Bald habe ich dann die Möglichkeiten der digitalen Bildbearbeitung für mich entdeckt und die Illustrationen auf einem Weblog online gestellt. Ich hab noch unter den Regelungen der alten Magister-Studienordnung studiert, in der man relativ selbstbestimmt sein Studium gestalten konnte, das gab mir Freiräume für die Kunst. Hätte ich heutzutage ein Studium angefangen, in der die Studiumszeit sehr viel straffer organisiert ist, hätte ich mein Talent vielleicht nicht so leicht wiederentdecken können.



OBDACH-Blätt'l: Ihre Kunst steht unter dem Motto „Filzstift + digitale Bildbearbeitung“. Was kann man sich darunter vorstellen?

hannes haus: Das Motto bezeichnet meine Arbeitsweise: Im ersten Schritt zeichne ich schwarzweiß mit Filzlinern und Filzstiften auf Papier. Im zweiten Schritt scanne ich die Zeichnungen ein, koloriere sie digital und arbeite einige Texturen ein.

OBDACH-Blätt'l: Woher nehmen Sie die Inspiration für Ihre Motive?

hannes haus: Mich interessieren innere Gefühlswelten, in meinen Illustrationen dreht es sich oft um Träume, Hoffnungen und Ängste von mir, meinen Freunden oder meiner Freundin. Ich fotografiere recht viel und manchmal zeichne ich einfach meine Fotografien ab und entwickle diese weiter. Manchmal ergeben sich auch ungeplant Motive, wenn ich abends stundenlang Musik oder Deutschlandfunk höre und einfach draufloszeichne.

OBDACH-Blätt'1: Träumen Sie davon, von Ihrer Kunst zu leben?

hannes haus: Insgesamt überwiegen die thematischen Schwerpunkte meines Studiums der Soziologie und Politikwissenschaft. Außerdem ist mein kreativer Output nicht konstant genug, es gibt immer wieder Phasen, in denen ich wochenlang gar nichts zeichne. Da stelle ich es mir schwer vor, permanent kreativ sein zu müssen. Angesichts der oft schwierigen finanziellen Lebenslage vieler Künstler und Illustratoren ist das nicht zuletzt eine Entscheidung zu mehr Sicherheit – selbst wenn man als Sozialwissenschaftler auch nicht die Welt verdient und Künstler tendenziell glücklicher leben.

OBDACH-Blätt'1: Haben Sie Vorbilder?

hannes haus: Mehrdad Zaeri, ein befreundeter Künstler und Illustrator aus Mannheim, ist ein Vorbild. Ich mag seinen lockeren Zeichenstil und seine verspielte Art, sich den Themen zu nähern. Ich bekomme viele wertvolle Tipps und lerne viel von ihm, außerdem ist er ein kluger, warmherziger Mensch.

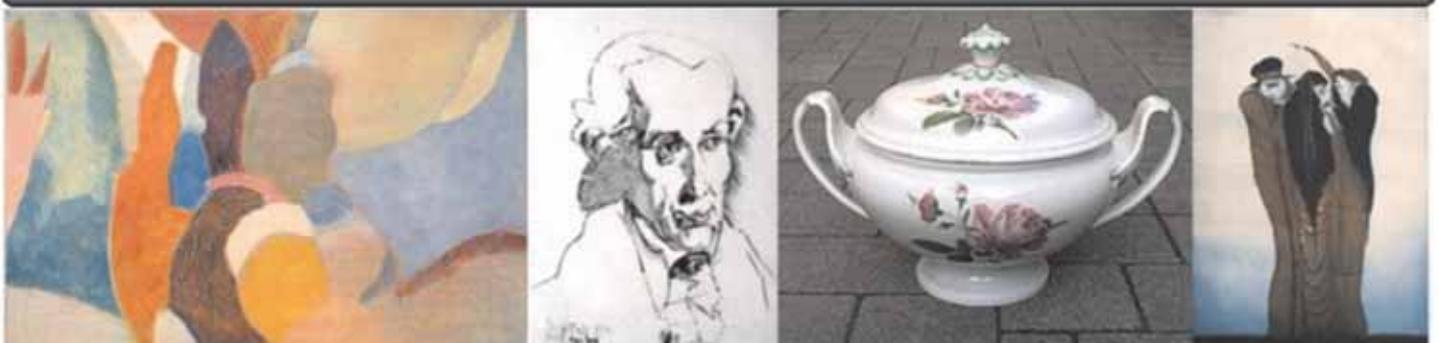
OBDACH-Blätt'1: In einigen Projekten verbinden Sie Kunst mit sozialem Engagement. Wie kann Kunst etwas gegen soziale Missstände ausrichten?

hannes haus: Zum Beispiel habe ich in einem Workshop-Projekt über soziale Ungleichheit mit Jugendlichen Statements gesammelt und diese als Poster- und Postkartenmotive illustriert. Neben der Bildungsarbeit ging es darum, Jugendlichen eine Stimme zu verleihen und dem allgemein verbreiteten Bild des uninteressierten, unpolitischen Jugendlichen entgegenzuwirken. Oft arbeite ich jedoch nicht so plakativ, versuche Eindeutigkeiten zu vermeiden und eher eine empathische, nachdenkliche Note einzubringen.

OBDACH-Blätt'1: Warum unterstützen Sie die Arbeit von OBDACH e.V.?

hannes haus: Besonders wichtig finde ich Engagement für Gruppen, die von sozialer Teilhabe größtenteils ausgeschlossen sind, wie etwa Wohnungslose oder Flüchtlinge. Diese Menschen sind einem hohen Armutsrisiko ausgesetzt, besitzen nur eine schwache Lobby, können sich schwer selbst organisieren und sind zudem in öffentlichen Diskursen massiv mit Vorurteilen konfrontiert. OBDACH e.V. ist ein gutes Beispiel für den Versuch, 'schwache' gesellschaftliche Gruppen zu stärken, um sie in die Lage zu versetzen, ein selbstbestimmtes Leben ohne permanente Existenzangst zu führen.

Vielen Dank für das Gespräch!
www.hanneshaus.de



Kunstauktion gegen Obdachlosigkeit

Von Di., 27. November 2012 bis Sa., 1. Dezember können ca. 120 Kunstwerke besichtigt werden. Die aus Privatbesitz gespendeten Werke wie Gemälde, Graphiken, Collagen und viele andere Artefakte sollen ihren Eigentümer wechseln und damit die Arbeit von OBDACH e.V. unterstützen.

An den genannten fünf Tagen ist die Galerie Melnikow, Theaterstraße 11, 69117 Heidelberg (Tel.: 183626) für Sie von 11 bis 19 h geöffnet,

damit Sie die gespendete "Kunst aus Privatbesitz" in aller Ruhe besichtigen und schriftliche Gebote abgeben können. Schätzwert und Rufpreis sind auf den Werken vermerkt. Es steht auch ein bebildeter Katalog zur Verfügung.

Mehr Informationen über den Ablauf, die geplante Vernissage etc. werden wir rechtzeitig veröffentlichen.

Eisige Zeiten sind überwunden

Gibt es so etwas auch für obdachlose Menschen?

Der Winter ist dieses Jahr zum Ende hin noch richtig eisig gewesen. Besonders obdachlose Menschen haben unter der extrem klirrenden Kältewelle gelitten. Viele sind an Unterkühlung gestorben oder haben einen seelischen Kälteschock erlitten. Der letzte Winter hat bei vielen Menschen zu innerer Erstarrung und Resignation geführt.

Doch nun zeigen sich auch wieder die Zeichen des neuen Frühlings. Die Tage werden wärmer und wir sehen bereits die ersten Knospen und prachtvollen Blütenkelche. Im Frühjahr können wir wieder hoffnungsvoll nach draußen schauen. Wir spüren den Wunsch nach Veränderung und werden von prickelnden Frühlingsgefühlen erwärmt.

Im Frühling wird auch aufgeräumt. Nicht nur im Haus, sondern auch auf dem Balkon oder im Garten. Wenn wir unseren Balkon in ein buntes Paradies verwandeln wollen, müssen die Töpfe gesäubert und mit frischer Erde aufgefüllt werden. Nur so können wir die kleinen Pflänzchen ziehen, damit sie bis zum Sommer prachtvolle Pflanzen werden. Auch für die menschliche Seele ist jetzt ein Frühjahrsputz angesagt, um das Leben wieder mit neuer Kraft zu steuern.

Das habe auch ich durchlebt, als ich im April 2001 meinen Weg aus dem Heidelberger Obdachlosenheim gefunden hatte. (Siehe Artikel „Sprung zurück ins normale Leben“, Obdachblättl Ausgabe 22-2012).

Eineinhalb Jahre Obdachlosenheim hatten tiefe Spuren bei mir hinterlassen. Meine neue berufliche Chance als Sekretärin in der Uni Heidelberg war gewiss ein großartiger Sprung in meine neue Freiheit gewesen. Doch der seelische Grauschleier durchlebter Ängste und Depressionen ließ sich nicht so einfach abschütteln. Mein Selbstwert sackte oft in den tiefsten Keller ab. Ich hatte mir den Neubeginn in der neuen Freiheit leichter vorgestellt.

Wenn ich zu meinen Kolleginnen in die anderen Abteilungen ging, hörte ich oft, wie sie vom vergangenen Urlaub schwärmten oder Wochenendpläne mit ihren Familien machten. Sie führten ein gutes Leben und konnten das Hier und Jetzt genießen. Mit diesen Plaudereien konnte ich nicht mithalten. Ich hatte weder eine Familie, die mich gerne sah, noch Freunde, mit denen ich mich hätte treffen können. Meine Bitterkeit gegen die Ablehnung und das Unverständnis der Menschen während meiner Obdachlosigkeit hatte ich zwar überwunden. Zurückgeblieben war



aber ein großes seelisches Loch. Wie konnte ich locker über meine Vergangenheit reden, ohne dabei unweigerlich bei meiner durchlebten Obdachlosigkeit zu landen. Ich wollte mir nicht schon wieder eine Blöße geben, indem ich über meine menschliche Niederlage sprach. Obdachlosigkeit war schließlich kein Kavaliersdelikt, sondern ein Tabuthema der Gesellschaft.

Heimlich wünschte ich mir, über viele tolle Erlebnisse berichten zu können. Beispielsweise wie es mir gelungen ist, meine Hoffnungslosigkeit im Heim zu überwinden und mit welchen Strategien es mir gelang, einen Job zu manifestieren. Dafür hätte ich aber meiner Umwelt die ganze Wahrheit über meine jüngste Vergangenheit erzählen müssen – das war nicht so einfach. Ich fühlte mich wie ein zartes Pflänzchen, das dem rauen Bewertungsturm der Gesellschaft noch nicht gewachsen war.

Das Gefühl des Getrenntseins von den anderen Menschen trübte die anfängliche Freude über mein neues, selbstbestimmtes Leben sehr. Im Grunde genommen war ich in meiner neuen Freiheit genauso isoliert wie zur Zeit der Obdachlosigkeit.

In meiner Verzweiflung bat ich die höhere Macht, die ich als Gott bezeichne, um einen Rat für meinen Konflikt. Die Antwort empfing ich in meinem Inneren: „Sorge dich nicht um deine Zukunft oder wie du deine Rente absichern kannst. Sei gewiss, du wirst ernten, was du gesät hast. Schau, es ist Frühling, du solltest jetzt deinen seelischen Acker bestellen, damit du im Herbst eine reiche Ernte hast, die dir ein gutes Überleben auch im kalten Winter sichert.“

Diesen Rat konnte ich gut verstehen. Doch mir fehlte eine konkrete Vorstellung, um die Botschaft auch umzusetzen. So bat ich erneut um göttliche Orientierung.

Wieder kam die Antwort aus meinem Inneren: „Richte deine Aufmerksamkeit auf deine Selbstliebe. Orientiere dich nicht an den Erwartungen der anderen Menschen. Führe dein Leben so, dass du dir selbst in die Augen schauen kannst. Richte dich von innen heraus auf, freue dich über die vielen segensreichen Kleinigkeiten im Alltag und genieße das Hier und Jetzt.“

Wow! Einfach nur in der Gegenwart leben, ohne mich um das Gerede der anderen Leute zu kümmern - das empfand ich als gute Lösung. Ich beschloss, mich jedem Menschen gegenüber authentisch und ehrlich zu zeigen. Fortan wollte ich mich mit jedem Bettler und jedem König auf die gleiche Stufe stellen und mit den Engeln und dem Teufel meinen wahnsinnigen Tanz in die innere Freiheit wagen. **Keine Bewertungen mehr.** Das Ungewöhnliche sollte zu meinem Weg gehören wie auch das ganz normale Tagesgeschehen. Wieder lebendig sein, Gefühle zeigen dürfen und frei in meinen Erfahrungen sein, wie die Delphine im großen Ozean der Welt.

Mir wurde klar, dass ich ein neues Potenzial der Selbstliebe in mir reifen lassen musste. Keine vorzeigbaren Beweise eines angepassten Lebenswandels mehr, sondern das Schicksal mit Gelassenheit und Würde tragen. In Leichtigkeit und Freude, so als ob ich ganz unschuldig neu geboren wäre. Wenn man mir die Zweige und Äste meines inneren Baumes abgesägt hatte, so wollte ich fortan dieses innere Sterben akzeptieren und wie im Frühling die Triebe meines Baumes ungehindert neu sprießen lassen.

Ab jetzt galt für mich: „Ich gestalte mein Leben nun auf einfache und natürliche Weise in der Selbstliebe des Herzens.“ In dieser Einstellung würde ich in meinen Herbstzeiten schöne Früchte ernten, die mir auch in eisigen Wintern Nahrung fürs Überleben geben.

Für eine neue Weichenstellung ist die Zeit des Frühlings (auch des inneren Frühlings) gut geeignet. Die inneren Blumenbeete müssen dabei von altem, vertrocknetem Laub befreit und mit neuer guter Erde aufgefüllt werden. Nur auf guter Erde entfalten die seelischen Blumen, Pflanzen und Früchte ihre volle Pracht und Fülle.

Damit auch andere Menschen von meinen Erkenntnissen profitieren können, habe ich nachvollziehbare Schritte erschaffen, mit denen jeder neue Lebensenergie und Lebensmut findet.

Sie sind hier aufgeführt und in jeder folgenden Ausgabe vom Obdachblättl füge ich einen weiteren Schritt hinzu.

Dies sind die ersten beiden Schritte zur inneren Freiheit und Selbstliebe:

1. Wenn Sie einen Konflikt haben, ist es wichtig, das Plus und das Minus dieser Lebenssituation innerlich zusammenzufügen. Hieraus erwächst eine neue seelische Kraft. Es ist die Kraft der inneren Mitte, mit der Sie wieder Zugang zu Ihrer vollen Lebensenergie finden. Wenn Sie in Ihrer Mitte sind, eröffnen sich neue ungeahnte Chancen in Ihrem Leben. (Genau nachzulesen im Obdachblättl 22-2012).
2. Wenn Sie an mangelndem Selbstwert leiden, ist es wichtig, sich an Ihre Selbstliebe zu erinnern. Konzentrieren Sie sich auf die Mitte Ihrer Brust und sagen Sie zu sich selbst: „Ich liebe mich jetzt bedingungslos, in guten und in schlechten Zeiten.“ Erheben Sie sich nicht über andere und lassen Sie niemals zu, von anderen erniedrigt zu werden. Bleiben Sie immer in Ihrer Selbstliebe und wagen Sie den Tanz zwischen Gut und Böse. Werten Sie nicht, sondern seien Sie einfach Sie selbst. In der Selbstliebe finden Sie den richtigen Ausgleich zwischen den elementaren Kräften Ihres Lebens. (Obdachblättl jetzige Ausgabe)

Allen möchte ich ans Herz legen, diese Schritte einmal auszuprobieren. Sie werden sich selbst damit den größten Gefallen tun.

Selbstliebe hat natürlich nichts mit Egoismus oder Egozentrik zu tun. Selbstliebe so etwas wie eine „Zauberformel“ für ein neues Selbstwertgefühl. Mit diesem Bewusstsein haben Sie die Kraft, überraschende Chancen im Leben zu finden, die Ihrem neuen Gefühl der Wertschätzung entsprechen. Mit der Energie der Selbstliebe können Sie sich mit anderen Menschen besser vernetzen. Gerade das brauchen wir im Hinblick auf die vielen Veränderungen in der jetzigen Zeit.

Ich bin überzeugt, dass alle von Ängsten, Hilflosigkeit und Ärger bestimmten Gedanken und Gefühlsmuster sich innerlich auflösen, wenn Sie fähig sind, sich selbst zu lieben. Selbstliebe ist eine Kunst, die jeder lernen kann.



Meine Erkenntnis ist: Wer die Schwäche der Angst überwindet, erkennt die Macht der Selbstliebe. Sie ist der Schlüssel für ein neues erfolgreiches Lebenskonzept.

Zu meiner Person:

Seit 1986 arbeite ich als Atemlehrerin und Lebensberaterin. Ich habe meine Lebensweisheiten in ein ganzheitliches System zur menschlichen Lebensführung zusammengefügt.

In meiner Beratungspraxis in Ziegelhausen, Köpfelweg 52, biete ich ganzheitliche Lebenshilfe und Energietraining für neues Denken und Handeln an. Ich helfe anderen Menschen dabei, sich selbst zu erkennen und ihr Leben aus eigener Kraft in eine positive Richtung zu lenken. Die Menschen, die zu mir kommen, finden in sich ihre ureigene Lebenskraft und können aus sich selbst heraus neu erwachen.

Für diejenigen, die eine tiefe Vision der Heilung in sich tragen, habe ich die Ausbildung „Geistiges Heilen – Lebenscoaching“ sowie das Seminar „Authentisch Kommunizieren“ erschaffen.

Weitere Infos:
Christiane Maria Völkner
www.yowea.com

Für diejenigen, die „Selbstliebe“ in einer Gruppe erlernen möchten, habe ich die offenen Abende gegründet. Diese fortlaufende Gruppe findet statt

**jeden Donnerstag von 19-21 Uhr (8 Euro)
„Heilung der Selbstliebe“
HD-Ziegelhausen, Köpfelweg 52**

Ich freue mich auf Ihren Besuch!

BOD Books on Demand
ISBN 978-3-8391-5515-8
Preis: 16,80 Euro

Für alle, die einen tieferen Einblick in den herausfordernden Alltag eines Obdachlosenheims finden möchten, habe ich das Buch „Obdachlos“ geschrieben. Es ist ein eindrucksvoller autobiografischer Roman über diesen besonderen Abschnitt meines Lebens.

Ich habe bewusst den Finger in die Wunden unseres gesellschaftlichen Verständnisses gelegt, um aufzurütteln und den Leser in seinem innersten Kern zu berühren. Mit meiner Lebensgeschichte möchte ich aufzeigen, wie es mir gelungen ist, das Elend und die Diskriminierung im Abseits unserer Gesellschaft zu überwinden.

Kaffeehaus

im Hasenseiser

Gut versteckt-versteckt gut!

Möchten Sie einmal eine Auszeit nehmen,
gemütlich bei einer Tasse Kaffee oder Tee oder.....
Dann sind Sie bei uns richtig!

Wir bieten unter anderem alkoholfreies Pils und Weizen
sowie Andechser Bier vom Heiligen Berg,
eine abwechslungsreiche Getränkekarte,
kleine Küche und Kuchen/Torten-auch zum mitnehmen!

Es freut sich über einen Besuch
Euer Rohrbacher Wirt

Jürgen Schmitt

Geöffnet täglich ab 11 Uhr - kein Ruhetag
Freiburger Str.21 (Netto-Markt) Tel.:06221-302160



ARMUT MACHT KRANK

Das Sprichwort "Lieber arm und gesund als reich und krank" hat heutzutage wenig Gültigkeit. Vielmehr ist es doch so, dass man sich als reiche Person jede ärztliche Hilfe holen kann, während die Armen unter uns sich oft nicht einmal die Praxisgebühr von 10,- Euro leisten können. Der "Armut und Gesundheit in Deutschland" Verein aus Mainz schlägt Alarm und sieht Krankheiten als hohes Risiko für die Armut in Deutschland. Ein Grund dafür nannte er die von dem ehemaligen Bundeskanzler Schröder (SPD) verabschiedete Agenda 2010 mit der Hartz 4 Gesetzgebung. Ein Sprecher des Vereins, der auch noch Arzt ist, geht sogar noch einen Schritt weiter und sagt, dass an der Armut die Politik maßgeblich verantwortlich ist. Oft hört man, dass die Betroffenen oft selber schuld sind, dass Sie an Krankheiten leiden, weil sie sich zu wenig bewegen, rauchen, sich schlecht ernähren oder zu viel Alkohol trinken. Doch dieses Vorurteil hat scheinbar überhaupt nichts mit der Wirklichkeit zu tun.

Wie viel Geld steht den armen Menschen für die Gesundheit zu Verfügung?

Wer arm ist, kann sich oft nicht viel mehr leisten. Auch das die Gesundheit heutzutage viel Geld kostet, wollen viele Verantwortliche nicht hören. So soll einem Hartz 4 Empfänger nur 15,50 Euro pro Person / Monat zu Verfügung stehen, was angesichts von möglichen bestehenden Krankheiten einfach oftmals zu wenig ist.

Bei welchen Krankheiten wurden unbemerkt die Leistung gestrichen oder die Zu Zahlungen erhöht?

Wenn früher ein Krebspatient eine Chemotherapie machen musste, wurden ihm die Kosten für die Fahrt dorthin übernommen. Das wird aber heute nicht mehr bezahlt. Auch hatten Patienten, die an AIDS erkrankt waren, scheinbar Zuschüsse für die Ernährung bekommen. Das soll es auch nicht mehr geben. Früher hat es Geld für Brustkrebspatienten für spezielle Kleidung gegeben, das gibt es aber nicht mehr. Wenn zum Beispiel 2 Kinder einer Familie Zahnspannen brauchen, die Eltern aber von Hartz 4 leben, dann werden sie die Kosten nicht ohne einen Kredit bezahlen können. Doch das Hauptproblem bleibt, dass für Patienten, die zu wenig Geld haben, auch die Lebensqualität sinken soll, was zur Schwächung der Abwehrkräfte und der Psyche führen kann.

Welches sind die Hauptgründe, dass Menschen sich verschulden können?

Wer die Statistik des IFF Report richtig interpretieren möchte, muss auch zwischen den Zahlen die Gründe kennen. Es ist bei dem Report zu erkennen, dass die meisten Personen ohne eigenes Verschulden in die Armut rutschen. So soll einer der Gründe auf Platz 4 mit 10,5 %, warum sich Menschen verschulden, auch die Krankheiten sein. Auf Platz 3 mit 11,7 % trifft es die Selbstständigen, die

mangels Erfolg wieder aufhören. Auf Platz 2 mit 12,8 % sind die gescheiterten Ehen zu finden und auf Platz 1 mit 31 % ist es die Arbeitslosigkeit.

Wie viel Menschen müssen heutzutage im untersten Einkommensbereich leben?

Auch dieser Trend vergrößert sich leider immer mehr. So waren es 57 % in den 80er Jahren, die von sehr wenig Geld leben mussten. Heute sind das schon 65 Prozent. Als Arm gilt, wer im Monat mit weniger als 929 Euro leben muss. Abzüglich der immer mehr steigenden Wohnkosten sind die Menschen oftmals finanziell nicht in der Lage, jeden Tag für die Gesundheit ein vollwertige Mahlzeit zu kochen. Es gibt eine Statistik, die herausgefunden hat, dass 90 % der Gymnasiasten aus einem Umfeld kommen, wo die Eltern einen höheren Schulabschluss hatten, vermögend waren oder studiert haben.



Was dringend in Deutschland gegen die Armut geändert werden müsste?

Der Kommentar: Es darf nicht sein, dass in Deutschland viele Menschen arm werden, weil Sie an Krankheiten leiden. Auch müsste es in einem reichen Land wie Deutschland selbstverständlich sein, dass kranken Menschen mit allen Mitteln geholfen wird. Wer unverschuldet arbeitslos wird, darf nicht noch mit geringen Zahlungen abgespeist werden, dass darunter die Gesundheit leiden kann. Überhaupt ist es nicht ersichtlich, warum Menschen so viele Zuzahlungen leisten müssen, wenn sie krankenversichert sind. Das System der Vorsorge der Gesundheit wird immer mehr ausgehöhlt, so dass Krankheit zu einem Armutsrisiko wird. Selbst manche Ärzte fordern deshalb, dass es dringend eine Erhöhung der Hartz 4 Bezüge geben müsste. Doch dafür soll kein Geld vorhanden sein, was scheinbar für die Banken aber in unglaublicher Höhe doch da ist. Kann es sein, dass Armut politisch gewollt ist?

Wie es ist, wenn einem der Tod nahe kommt?

Christian K. ist ein gebürtiger Münsteraner, der heute in Heidelberg lebt. Bei einer Routineuntersuchung durch seinen Hausarzt zeigten sich erhöhte Leberwerte. Genauere Untersuchungen konfrontierten ihn mit der Diagnose: Hepatitis-C. Bei einem Prozent der Bevölkerung, mindestens 800.000 Bundesbürgern also, ist eine anhaltende, oft unbemerkte Leberschädigung durch das Hepatitis C-Virus (HCV) bedingt, das bei 80 Prozent aller Menschen, die es infiziert, eine chronische Leberentzündung (Hepatitis C) auslöst. Die Leberzirrhose ist das Endstadium dieser Lebererkrankung. Wegen der zentralen Rolle der Leber im Stoffwechsel und im Kreislauf kommt es bei der Leberzirrhose zu vielfältigen Ausfällen und Störungen des gesamten Organismus des Patienten, obwohl die Leber über



Jahre versucht, sich zu regenerieren und gestörte Funktionen zu kompensieren.

Christian musste sich einer Lebertransplantation unterziehen. Heute ist seine Gesundheit einigermaßen zufriedenstellend.

Er berichtet für das OBDACHBlättl über seine Erfahrungen mit der heimtückischen Infektionskrankheit.

Vor zehn Jahren diagnostizierte mein Hausarzt bei mir eine Leberinfektion.

Hepatitis-C. Gegen den Virus gäbe es kein Gegenmittel. Ich solle aber die Hoffnung nicht aufgeben, denn noch arbeite die Leber ja gut, und wenn das mal nicht mehr so wäre, könne man immer noch eine Transplantation ins Auge fassen.

So weit, so ... naja, am Anfang habe ich das erst einmal hingenommen, und natürlich weiß man, dass man vergänglich ist. Doch wenn einem die Sache so eindeutig serviert wird, bekommt sie eine Ernsthaftigkeit, die ich vorher nicht gespürt hatte. Mein Ego schillerte in allen Farben. Was wird aus mir? Was wird aus meiner Familie? Kann ich noch arbeiten? Kriege ich Rente? Muss ich leiden? Wer kriegt meine Lederjacke? Wie schnell geht es? Wie ansteckend ist die Krankheit? Nie mehr Biertrinken! Werde ich wiedergeboren? Wer füttert den Hund? Es war endlos. Nach einer Weile beruhigte sich mein Geist dann wieder. Es blieb ja noch Zeit.

Doch das Verdrängen der eigenen Sterblichkeit funktionierte nicht mehr so sicher. Aus allen Ecken blitzte der Tod. Meine Achtsamkeit ist in dieser Zeit intensiver geworden. Manchmal habe ich sie aber auch völlig verloren. Mir ist in dieser Zeit sehr deutlich geworden, wie viel Zeit ich damit zubringe, das Leben in den Griff zu bekommen. In endlosen Bemühungen hatte ich es mit Fasten, gesunder Ernährung, Sport und buddhistischer

Meditation versucht und mich um die Auflösung des Egos bemüht. Nun löste es sich definitiv auf und ich hatte nichts als Angst.

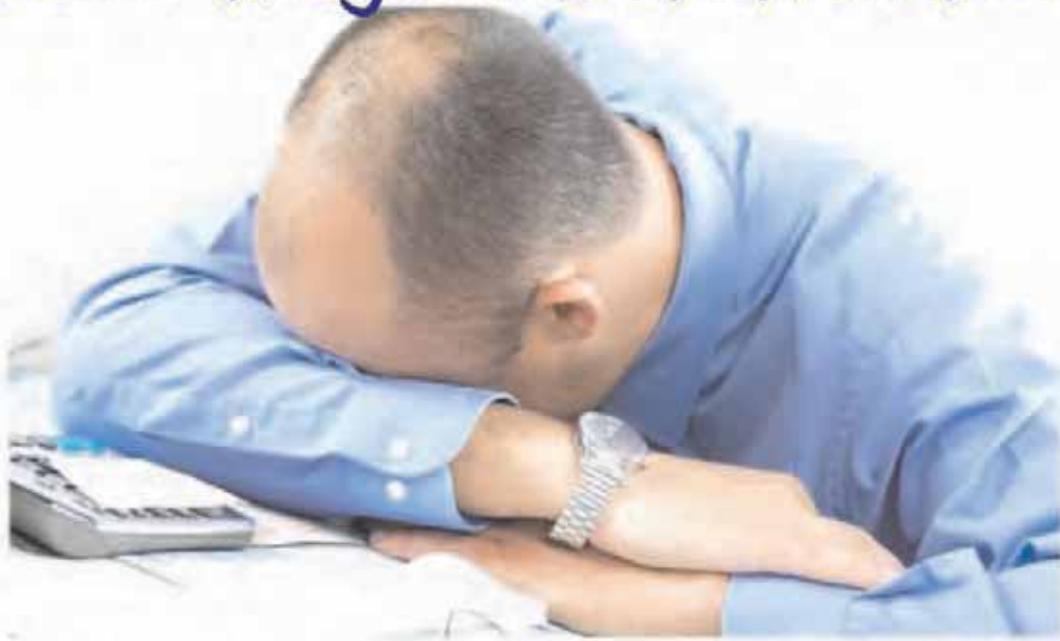
Was also bleibt? Oder besser, was ist? Ich habe angefangen, meine Meditationen zu intensivieren. Ich habe die buddhistischen Gedanken mehr und mehr zum Schwerpunkt meines Lebens gemacht. Ich fing an, mich stärker verbunden zu fühlen, und meine Angst wurde tatsächlich kleiner. Der Tod ist eigentlich keine Trennung, er ist eher eine Verbindung. Wenn man eintaucht in den Himmel, die Wolken, in den Regen, in die See, in die Schmerzen, die Trauer und die Verzweiflung. Wenn man eins wird mit den Freunden und der Familie und auch die Nervensägen mitnimmt, dann lockert sich nach und nach das panische Greifen nach den Dingen an denen man hängt.

Das lässt sich recht leicht schreiben, ist jedoch verdammt schwer, wenn man allein in einem Krankenhausbett liegt, die Lungen voll Wasser, und das Blut nicht mehr richtig fließen will. Nun zählt nur noch, was in deinem Herz geschrieben steht. Jetzt bleibt nichts mehr festzuhalten. Irgendwann habe ich alles verloren, und eine tiefe Bewusstlosigkeit hat mich umfassen. Mitfühlende Menschen haben sich meiner angenommen. Sie haben mir den Bauch aufgeschnitten, das kranke Organ entfernt und mir ein neues Organ eingepflanzt. Was für eine unglaubliche Welt, in der wir leben.

Die Dinge haben sich also wieder zusammengefunden, und ich habe überlebt. Doch selbst solch eine Erfahrung heilt einen nicht von den Illusionen, die uns gefangen halten.

Eines aber habe ich gelernt: Leben und Sterben wird leichter, wenn man es nicht zu sehr auf sich bezieht. Ich hoffe, es bleibt mir noch ein wenig Zeit diese Erfahrungen zu vertiefen und mein Vertrauen in die Wahrheit zu stärken.

Von wegen Schwäche



Wenn „Traurigkeit“ zur Krankheit wird

Eine neue Volkskrankheit: Depression. Nach Herzinfarkt und Schlaganfall ist sie bereits die dritthäufigste Erkrankung, mit der Tendenz sich an die Spitze zu setzen. Betroffene und Angehörige leiden, allerdings nicht nur an den Symptomen, sondern auch an Unverständnis. Mit welchen Folgen dies einhergeht, hat sich Autorin Martina Hegemann genauer angeschaut.

Es beginnt ganz langsam und schleichend. Lustlosigkeit, Erschöpfung, allgemeines Desinteresse sind die ersten Anzeichen. Wird dann nicht gegengesteuert gerät der betroffene Mensch schnell in eine Spirale der Antriebslosigkeit, die bis zur Unfähigkeit, das eigene Leben zu bewältigen, führen kann. Am bekanntesten ist der meisten sicher das Burn-Out-Syndrom. Eine permanente Überforderung bewirkt eine körperliche Erschöpfung, auf die der Körper mit einer gewissen Art von Notabschaltung reagiert. Plötzlich geht nichts mehr. Da hilft auch die gelernte Disziplin nicht mehr.

Glück hat: in einer solchen Situation, wer einen gut ausgebildeten Hausarzt an seiner Seite hat, der die Symptome richtig einordnet und die passenden Behandlungen anstößt. Ein guter Hausarzt kürt zunächst, ob es sich tatsächlich um eine Depression handelt. Das beginnt damit, dass geprüft wird, ob ein Vitamin B12-Mangel eine Schilddrüsenfunktionsstörung, eine Blutarmut z.B. durch Eisenmangel oder eine Fructoseunverträglichkeit vorliegt. All diese Ursachen können ähnliche Symptome bewirken, sind aber in der Regel leicht zu beheben. Wenn dies ausgeschlossen werden kann, beginnt die eigentliche Suche nach den Ursachen und die können vielfältiger Natur sein. Oft ist eine Stoffwechselstörung mitverantwortlich, was das erhöhte Risiko von Frauen in den Wechseljahren zu erkranken zumindest teilweise erklärt. Wenn der Hormonhaushalt aus den Fugen gerät, kann auch z.B. der Serotoninspiegel abweichen. Serotoninmangel steht nämlich in Verdacht, Depressionen auszulösen.

Aber es können auch ganz andere Auslöser sein. Auch unser stressiges und schnelllebiges, meist oberflächliches

Leben trägt dazu bei. Gepaart mit Problemen aus der Vergangenheit kann es irgendwann einfach zu viel werden, ganz gemäß dem altbekannten „Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt“. Was die genauen Ursachen sind, hängt stark vom Betroffenen ab. Jede Depression hat ihre eigene Geschichte, das macht es besonders schwierig. Glück hat auch, wer in dieser Situation verständnisvolle Angehörige und Freunde hat. Beides ist in unserer Gesellschaft leider nicht mehr selbstverständlich. Zu wenig ist in der Bevölkerung über Symptome und Auswirkungen der Depression bekannt. Bedauerlicherweise wird die Krankheit oft als persönliche Schwäche interpretiert, was sich manchmal in wenig hilfreichen Ratschlägen, wie „Reiß dich doch zusammen“, „Nimm nicht alles so schwer, andere haben auch Probleme!“ niederschlägt. Diese sind in der Regel eher Verstärker der Symptome, was den meisten nicht bewusst ist, und können auch dazu führen, dass der betroffene Mensch sich in die Isolation zurückzieht, denn er wird ja sowieso nicht verstanden.

Zugegeben: Durch die Stimmungseinengung, die entstehende übertriebene Sorge, die Hoffnungslosigkeit und oft vorhandene Minderwertigkeitsgefühle (ich kann nichts und schon gar nichts richtig) entsteht eine Situation, die die Kommunikation sehr schwer macht. Depressiv erkrankte Menschen empfinden die Umwelt anders und das in der Regel schmerzhaft. Dieses Nichtverstanden werden in Verbindung mit körperlich empfundenem Nichtkönnen führt immer tiefer in die Krankheit hinein. Jeder Mensch ist anders und so reagiert auch jeder depressiv Erkrankte auf die Symptome seiner Krankheit anders. Der eine nimmt ohne sein Zutun massiv ab, der andere zu (Kummerspeck). Manchmal wird versucht, mittels Selbstverletzung endlich wieder etwas zu spüren oder aber die seelischen Schmerzen sind so unerträglich, dass durch Drogen jeder Art versucht wird, die Situation auszublenzen. Und in vielen Fällen führt die Unerträglichkeit der nicht zu vermittelnden Schmerzen zu Suizidgedanken, die wie im Fall Robert Enke leider auch oft durchgeführt werden.

Geschätzte 4 Millionen Menschen kämpfen in der Bundesrepublik mit dieser Krankheit und das sind nur die diagnostizierten Fälle, die Dunkelziffer ist weit höher, da durch die schwierige Diagnose viele Betroffene unerkannt bleiben. Zudem sind die Symptome so vielfältig, dass es für den normalen Menschen nicht einfach zu erkennen ist wie z. B. eine Grippe. Es wirkt wie eine Schwäche, die diese Gesellschaft nicht tolerieren will, und Betroffene schämen sich deshalb, was ihre Situation natürlich nur verschärft. Dabei kann ihnen mittlerweile gut geholfen werden, je nach Ausprägung der Depression stehen mittlerweile viele Behandlungsmöglichkeiten zu Verfügung. Die reichen von rein psychologischen "Therapien, über Medikation mit Antidepressiva bei schweren Depressionen bis zur Elektrokrampftherapie. Was genau hilft, hängt vor jedem Einzelnen ab und natürlich davon, wie gut das Fachpersonal die Diagnose stellt.

Was aber bedeutet die Erkrankung für Menschen, die nicht über ein gut funktionierendes soziales Netz verfügen? Was passiert, wenn weder Angehörige noch Freunde da sind, die helfen können und hoffentlich auch wollen? Es ist wenig Fantasie vonnöten, um sich die Notlage vorzustellen. Erst werden die beruflichen Anforderungen zu groß, was durchaus zum Verlust des Arbeitsplatzes führen kann, dann fehlen die finanziellen Mittel und die Schulden wachsen. Besonders große Auswirkung haben dabei die Mietschulden, die auf kurz oder lang den Verlust der Wohnung und damit zur Obdachlosigkeit führen können. Nur könnte man natürlich fragen warum wurde dem z.B.

nicht wenigstens Hartz IV beantragt? Ganz einfach: Versuchen Sie mal, einen Antrag auf Unterstützung zu stellen, wenn Sie aufgrund einer Krankheit ans Bett gefesselt sind und niemandem haben, der Ihnen hilft. So ergeht es depressiv erkrankten Menschen -ohne soziales Netzwerk, das diese vermutlich während der Anfangsphase der Krankheit wegen der Missverständnisse verloren haben. Denn wer umgibt sich schon gern mit ständig traurigen und lethargischen Menschen? Mein Appel: Geben Sie nicht so schnell auf. Wenn sich ein geliebter Mensch ändert kann es durchaus sein, dass er schlicht krank ist. Haben Sie Geduld und versuchen Sie (vorsichtig) zu helfen. Lassen Sie sich nicht entmutigen, auch wenn Ihr Gegenüber anscheinend „chinesisch spricht“. Die Wahrnehmung ist eine andere, lassen Sie diese stehen und bestärken Sie vorsichtig positive Stimmungen und Verhaltensweisen, aber bitte nicht drängeln, das geht nach hinten los.

Urd noch etwas ist ganz wichtig: Scheuen Sie sich nicht, sich Unterstützung zu holen. Nehmen Sie Kontakt zu Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen auf, informieren Sie sich und nutzen Sie die Erfahrung und die Ratschläge, die andere Menschen, Fachleute, aber auch Freunde und Angehörige Ihnen geben können. Das hilft ihnen, aber auch dem betroffenen Menschen. Denn eine Krankheit, welcher Art auch immer, sollte Familie und Freunde nicht trennen. Deshalb haben Sie Geduld und nutzen Sie die Möglichkeiten, damit der geliebte Mensch so schnell wie möglich wieder neuen Lebensmut fasst und gesund wird.

Land in Sicht - „Metropolticket“ für Bus und Bahn?

Wieder ist ein Jahr verstrichen ohne beim „Metropolticket“ für finanziell schlechter gestellte Menschen wirklich einen sichtbaren Schritt vorwärts gekommen zu sein. Doch nun gibt es ein Datum zu vermelden, ab dem es zu einem Ergebnis kommen kann. Auf Grund eines Antrags von SPD und GAL informierte die Stadt Heidelberg Mitte März den Gemeinderat über den derzeitigen Sachstand.

Befragung läuft an

Festgelegt wurde der Kreis der Berechtigten, überwiegend Bezieher von Leistungen nach SGB II und „Aufstocker“, in der Altersgruppe zwischen 19 und 59 Jahre. Und zwar deshalb, weil es für die jungen Bürgerinnen und Bürger das MAXX-Ticket, für ältere die „Karte ab 60“ gibt. Um verlässliche Zahlen zu bekommen, welche Kosten sich für die Stadt Heidelberg ergeben werden, erfolgt nun eine Befragung dieses Personenkreises. Zur Vermeidung von Ausgrenzungen sollen die vorhandenen günstigen Tarifangebote für den öffentlichen Nahverkehr angepasst werden. Orientieren soll sich der Preis für die Berechtigten an dem Preisniveau des Job-Tickets und der „Karte ab 60“. Die künftigen „Metropolticket“-Besitzer müssen bereit sein, dass der Kostenbeitrag monatlich vom Leistungsbezug einbehalten und an die RNV weitergeleitet wird.



Das Ergebnis dieser Befragung wird nun beschleunigt und soll spätestens am 26. Juni 2012 im Sozialausschuss des Gemeinderats vorgestellt werden. Der wird sich dann mit der Frage befassen, wann und wie eine günstige Monatskarte für diese Menschen eingeführt werden kann, zu welchen Kosten für die Stadt. Es ist zu hoffen und wünschen, dass es Dank des vielfachen Engagements von sozialen, kirchlichen, politischen und gewerkschaftlichen Gruppen dann auch zu einem positiven Beschluss kommen wird.

Irtraud Spinnerler

Stadträtin und Vorstandsmitglied im **OBDACH e.V.**

SUCHT IM ALTER

„Als ich in den Vorruehstand ging, da ging das so richtig los mit dem Trinken. Früher war ich auf der Bank, da musste ich morgens pünktlich sein, mit Hemd und Schlips. Sonst wäre ich vielleicht schon früher abgestürzt.“ Dann kam die große Leere, viel unstrukturierte Zeit - und Manfred K., Jahrgang 1936, wurde im Alter zum Alkoholiker. Mit diesem Schicksal ist er nicht allein: Alkohol, aber auch Tabak und vor allem Medikamente sind für viele ältere Menschen ein großes Problem, das nach Ansicht von Experten sträflich vernachlässigt wird.

"Viele sind der Ansicht, in dem Alter lohne sich Suchthilfe doch gar nicht mehr. Doch das Gegenteil ist der Fall", sagt Raphael Gaßmann von der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS). Zusammen mit der Barmer Ersatzkasse und dem Kuratorium Deutsche Altenhilfe hat die DHS ihre diesjährige Schwerpunktkampagne "Unabhängig im Alter - Suchtprobleme sind lösbar" gestartet, mit der sie Ärzte und Pflegedienste dazu bringen will, stärker als bisher auf Betroffene zuzugehen.

Männer trinken, Frauen schlucken Tabletten

Nach Ansicht der Experten werden Probleme oft verniedlicht: Schließlich habe ja auch Queen Mum bis ins hohe Alter ihr tägliches Gläschen Gin genossen. "Aber es geht nicht um das eine Glas", sagte Rüdiger Meierjürgen von der Barmer. "Aus einem Gläschen werden schnell zwei oder drei."

DHS-Schätzungen zufolge haben rund 400.000 Männer und Frauen ab 60 ein schwerwiegendes Alkoholproblem, riskant ist das Trinkverhalten bei rund 3,5 Millionen. Zwei Millionen Ältere rauchen und für bis zu zwei Millionen ist die Einnahme von psychoaktiven Medikamenten zur Gewohnheit geworden. Während Alkohol vor allem ein Männerproblem ist, greifen Frauen deutlich häufiger zur Tablette. "Aber genaue Zahlen sind schwer zu beschaffen, auch weil es kaum Studien zu diesem Thema gibt", beklagte der Altersmediziner Prof. Siegfried Weyerer vom Zentralinstitut für Seelische Gesundheit.



Dazu kommt ein weiteres Problem: die „illegalen Drogen“

Opium bringt Opi um

Älterer Raucher mit Joint: Die Zahl der hochbetagten Kiffer steigt

Flower-Power, freie Liebe, "Lucy in the Sky with Diamonds": Nur weil die Hippies von früher jetzt ins Rentenalter kommen, hören ihre Drogenprobleme nicht auf. Unter Deutschlands Süchtigen sind immer mehr Hochbetagte. Geeignete Hilfe gibt es für sie kaum.

Kiffende Opas, Oma auf LSD - die Fälle klingen absurd, treten aber immer häufiger auf. Zum ersten Mal erreicht eine Generation das Rentenalter, die mit einer liberalen Drogenkultur aufgewachsen ist, sie sogar mitbestimmt hat. Es sind Menschen, die Ende der sechziger Jahre Mitte 20 waren - in Zeiten von Flower-Power, freier Liebe und Drogentrips.



„Das Thema ist da“, sagt Gaby Schnell von der nordrhein-westfälischen Landesseniorenvertretung. Neben Alkohol und Tabletten greifen zunehmend ergraute Weise zu Ecstasy, Heroin oder Haschisch. „Vielleicht ist das die Macht der Gewohnheit?“, vermutet sie. Frank Scheulen, Sprecher des Landeskriminalamts, meint, der demografische Wandel werde auch hier deutlich: „Die jungen Täter werden eben auch älter, und viele sind offenbar durch das Leben nicht geläutert worden.“

Diese Ansicht teilt aus medizinischer Sicht auch Christa Roth-Sackenheim: „Die Drogenkranken werden einfach älter“. Die Fachärztin und Sprecherin des Berufsverbandes Deutscher Psychiater sieht ein Veteranen-Phänomen wachsen. „Die Junkies können bei unserer modernen Heilkunde länger überleben.“ Und fürsorglich fügt sie hinzu: „Für eine Entzugstherapie ist es nie zu spät!“

Suchtmittelkonsum bei Jugendlichen rückläufig

„Es ist erfreulich, dass immer weniger Kinder und Jugendliche mit Suchtstoffen in Berührung kommen. Dies ist ein Zeichen, dass die vielfältigen Präventionsmaßnahmen greifen“, so die Drogenbeauftragte Mechthild Dyckmans. „Gleichzeitig zeigen die aktuellen Zahlen aber auch die weiterhin dringlichen Handlungsfelder auf: So wird die zielgruppenspezifische Prävention riskanter Konsummuster – insbesondere beim Alkohol – vorrangig bleiben.“



„Bei minderjährigen Jugendlichen hat in den letzten Jahren eine Trendumkehr im Suchtmittelkonsum stattgefunden. Dies lässt sich am Rückgang beim Tabakkonsum auf einen neuen Tiefstand, am Rückgang im Cannabiskonsum und jetzt auch beim Rauschtrinken festmachen“, erklärt Prof. Dr. Elisabeth Pott, Direktorin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. „Diese positiven Trends müssen fortgesetzt werden, damit sie später auch im Erwachsenenalter Wirkung zeigen. Dafür ist vor allem im Bereich der Alkoholprävention eine Fortsetzung der Kampagnenaktivitäten in den nächsten Jahren unverzichtbar.“

Die seit mehr als drei Jahrzehnten regelmäßig durchgeführte Drogenaffinitätsstudie der BZgA ist das zentrale Instrument zur Erfassung von Trends im Suchtmittelkonsum junger Menschen in Deutschland. Die repräsentativen Daten stellen die Basis dar für die Steuerung nationaler Aktivitäten der BZgA zur Suchtprävention. Die aktuellen Zahlen belegen, dass die bundesweiten Maßnahmen, die in erster Linie auf jüngere Zielgruppen gerichtet sind, wirken. Die langjährigen und kontinuierlichen Aktivitäten in der Tabakprävention haben nicht nur bei Jugendlichen, sondern zunehmend auch bei jungen

Erwachsenen zu Konsumrückgängen geführt. Wenn weiterhin mit unverminderter Intensität koordinierte Maßnahmen für die Alkoholprävention durchgeführt werden, können auch in diesem Bereich solche Effekte erwartet werden.

Wichtigste Ergebnisse zu den einzelnen Suchtmitteln

Alkoholkonsum

Der regelmäßige, das heißt mindestens wöchentliche, Alkoholkonsum ist bei den 12- bis 17-Jährigen von 17,9 Prozent im Jahr 2001 auf 14,2 Prozent im Jahr 2011 deutlich zurückgegangen. Bei den jungen Erwachsenen zwischen 18 bis 25 Jahren ist gegenüber 2001 keine

Veränderung zu verzeichnen (39,8 Prozent).

Rauschtrinken (Binge Trinken) bezeichnet den Konsum von mindestens fünf alkoholischen Getränken bei einer Trinkgelegenheit. Die Verbreitung dieses besonders riskanten Alkoholkonsums erfasst die BZgA mit der Drogenaffinitätsstudie seit 2004. Gaben damals noch 22,6 Prozent der 12- bis 17-jährigen Jugendlichen an, in den letzten 30 Tagen Rauschtrinken praktiziert zu haben (30-Tage-Prävalenz), so ist diese Quote im Jahr 2011 auf 15,2 Prozent signifikant zurückgegangen. Bei den 18- bis 25-Jährigen liegt die 30-Tage-Prävalenz des Rauschtrinkens im Jahr 2011 bei 41,9 Prozent und ist damit fast unverändert hoch wie im Jahr 2004 (43,5 Prozent).

Tabakkonsum

Die Raucherquote unter den Jugendlichen zwischen 12 und 17 Jahren ist auf einen neuen historischen Tiefstand gesunken: von 27,5 Prozent in 2001 auf 11,7 Prozent in 2011. Auch die Raucherquote unter jungen Erwachsenen im Alter von 18 bis 25 Jahren ist im selben Zeitverlauf signifikant von 44,5 Prozent auf 36,8 Prozent zurückgegangen.

Parallel zu dieser Entwicklung ist der Anteil der jungen Menschen, die noch nie im Leben geraucht haben, weiter gestiegen: Unter den 12- bis 17-Jährigen hat sich der Nieraucheranteil von 40,5 Prozent in 2001 auf 70,8 Prozent in 2011 und unter den 18- bis 25-Jährigen signifikant von 23,1 Prozent in 2001 auf 27,6 Prozent in 2011 erhöht.

Cannabiskonsum

Im Jahr 2011 gaben 6,7 Prozent der 12- bis 17-jährigen Jugendlichen an, schon einmal Cannabis konsumiert zu haben (Lebenszeitprävalenz). Damit hat sich der Prozentsatz im Vergleich zum Spitzenwert aus dem Jahr 2004 (15,1 Prozent) mehr als halbiert. Demgegenüber ist die Lebenszeitprävalenz des Cannabiskonsums unter jungen Erwachsenen (18 bis 25 Jahre) unwesentlich zurückgegangen – von 43,0 Prozent in 2004 auf 39,2 Prozent in 2011.



Hartz-IV-News

Zum ersten April 2012 werden wieder zahlreiche Gesetzesänderungen für Arbeitslosengeld II (Hartz IV) Bewerber eintreten. In der folgenden Übersicht können alle Veränderungen entnommen werden.

Das ändert sich bei Hartz IV ab dem 1. April 2012

1. Die Pflicht zur Vermittlung in eine Arbeitsgelegenheit (AGH) mit Mehraufwandsentschädigung (MAE) (sog. genannter Ein-Euro-Job) für unter 25jährige (U25) und für über 50jährige (Ü50) entfällt.
2. Dafür wird die Pflicht des Jobcenter (JC) für Ü25 zur vorrangigen Vermittlung in Ausbildung betont.
3. eine AGH kann nun unabhängig von den persönlichen Jobaussichten auf dem Arbeitsmarkt "zur Erhaltung oder Wiedererlangung ihrer Beschäftigungsfähigkeit" zugewiesen werden.
4. Die vom Bundessozialgericht (BSG) in seiner Rechtsprechung geprägten rechtlichen Voraussetzungen für AGHs werden Gesetzesgrundlage, Tätigkeiten auf dem 1. Arbeitsmarkt sind damit so gut wie unmöglich.
5. Die Zuweisungsdauer in AGHs wird auf 24 Monate innerhalb von fünf Jahren begrenzt.
6. Die Verwaltungskostenerstattung für Träger von AGHs wird auf 30 Euro pro Teilnehmer und Monat begrenzt, für Teilnehmer mit "besonderem Anleitungbedarf" kann bei nachgewiesenem zusätzlichem Personalaufwand ein Zuschuss von max. 120 Euro pro Teilnehmer und Monat gezahlt werden. Maßnahmeträger können so insgesamt also max. 150 Euro pro Teilnehmer und Monat erhalten, damit werden die bisherigen Kostenerstattungen von durchschnittlich 500 Euro je Teilnehmer und Monat deutlich verringert, damit dürfte der Anreiz für Maßnahmeträger, (Sinnlos-) Maßnahmen nur zum Zweck des Selbsterhaltes durchzuführen, entfallen. Achtung: Lesen Sie unbedingt dazu unseren Nachtrag am Schluss des Artikels!
7. Eine AGH mit Entgelt (wie Bürgerarbeit, diese endet aber erst 31. Dezember 2014) entfällt.
8. Die Förderung von Arbeitsverhältnissen mittels Lohnkostenzuschüssen wird umgebaut:
Der Zuschuss ist - unabhängig vom vermittelten Erwerbslosen - auf 24 Monate innerhalb von 5 Jahren begrenzt, so werden die bisherigen Mitnahmeeffekte vermindert. Voraussetzung ist, dass mindestens 6 Monate Arbeitslosigkeit besteht, mindestens zwei besonders schwerwiegende Vermittlungshemmnisse bestehen, 6 Monate verstärkte vermittlerische Unterstützung (Aktivierungsphase) erfolgte, für die Dauer der Förderung vorrangiger kein ungeförderter Job gefunden werden kann und der Job

vom JC vermittelt wurde. Die Förderung kann vom JC jederzeit beendet werden, das JC kann den AN jederzeit (z.B. in eine Eingliederungsmaßnahme) "abberufen", was den AG zur sofortigen fristlosen Kündigung berechtigt (Widerspruch zum Kündigungsschutz!). Ein so geförderter Job ist nicht versicherungspflichtig zur Arbeitslosenversicherung (siehe dazu auch hier).

Da seit dem 6. April 2011 im Rahmen des Modellprojekts Bürgerarbeit bereits Arbeitnehmerüberlassung eingeführt wurde, steht zudem zu befürchten, dass dies auch auf derartig geförderte Jobs angewandt wird. Bisherige Träger von AGHs werden sich deshalb verm. vielfach zu zeitarbeitsähnlichen Firmen umstrukturieren und es wird ein neuer Markt entstehen, auf dem ALG II Empfänger durch diese Träger allein zu dem Zweck angestellt werden, um sie an Dritte auszuleihen und damit Geld zu verdienen. In Verbindung mit dem durch die Möglichkeit der Zuweisung aufgebauten Zwang, derartige Jobs annehmen zu müssen, wird der Niedriglohnsektor dadurch einen weiteren Aufschwung erfahren und der soziale Abstieg einen neuen Tiefpunkt.

9. Leistungen zur beruflichen Kenntnisvermittlung und betriebliche Maßnahmen (Praktika) werden auf 8, bei U25 auf bis zu 12 Wochen verlängert, reine Theoriemaßnahmen auf 6 Wochen,

10. die Vermittlung in Ausbildung und Arbeit und die Erbringung von Ermessensleistungen zur Eingliederung in Arbeit haben Vorrang vor der Zuweisung in Arbeitsgelegenheiten

Hinweis:

Ab 1 Januar 2013 benötigen Träger, die Maßnahmen zur Aktivierung und beruflichen Eingliederung oder Weiterbildung durchführen, eine neue Zulassung (nach § 176 SGB III). Bis dahin gilt die vor dem 1 April 2012 erteilte Zulassung nach den §§ 84 und 85 SGB III (a.F.) Übergangsweise fort.

Wichtiger Nachtrag:

Die o.g. Änderung Nr. 6 wurde, offenbar auf Druck der entsprechenden Lobby im Bundestag, aus dem Gesetz wieder herausgenommen. Einer Empfehlung des Bundesrates (BtDr 17/6853, Seite 13 Nr. 28) zur Streichung hatte die Bundesregierung zunächst widersprochen (ebd. Seite 22) und auf einer gesetzlich eindeutigen Regelung bestanden. Die Streichung jedoch später "zugunsten einer maßnahmebezogenen Kostenerstattung" (BtDr 17/7065, Seiten 8 und 19), welche von den Leistungsträgern vor Ort festzulegen sind, auf Empfehlung des Ausschusses für Arbeit und Soziales doch noch vorgenommen.

Entsprechend der weiteren Begründung der Bundesregierung sollen AGHs in Zukunft jedoch keine Maßnahmeinhalte wie Profiling, Stabilisierung, Bewerbungstraining, Qualifizierungen etc. mehr beinhalten, sondern auf reine "im öffentlichen Interesse liegende und wettbewerbsneutrale Arbeiten" beschränkt sein, und "zur Wiederheranführung an das Arbeitsleben ... um arbeitsmarktfremde Leistungsberechtigte beim Aufbau einer Tagesstruktur zu unterstützen, mit ihnen die Erledigung von Arbeitsaufträgen zu üben und sie entsprechend anzuleiten" dienen.

SPEKULIEREN AUF KOSTEN DER ÄRMSTEN



Die Spekulation mit Agrar-Rohstoffen treibt die Nahrungsmittelpreise in die Höhe. Investmentbanken wie die Deutsche Bank und Goldman Sachs sowie die Verwalter von Versicherungen, Pensionsfonds und Stiftungen machen sich dadurch mitschuldig an Hungersnöten in den ärmsten Ländern der Welt. Sie investieren Geld, das Menschen für ihre Altersvorsorge sparen oder für gemeinnützige Zwecke stiften, in Wetten auf die Preise für Mais, Weizen und andere Nahrungsmittel.

Etwa 850 Mio. Menschen auf der Welt hungern. Allein 2010 stiegen die Nahrungsmittelpreise um ein Drittel, nur dadurch wurden mehr als 40 Millionen Menschen zusätzlich in absolute Armut gestürzt. Es gab aber auch einen anderen Rekord: Bis Ende März 2011 haben Kapitalanleger wie Versicherungen und Pensionsfonds 600 Milliarden Dollar in die von den Investmentbanken und Hedgefonds aufgelegten Papiere für Wetten mit Rohstoffen, darunter Mais und Weizen, investiert. Gibt es hier einen belegbaren Zusammenhang? Schädigt eine außer Rand und Band geratene Finanzindustrie auch das Leben und die Gesundheit der Ärmsten, indem sie die Nahrungsmittelpreise hoch treibt?

Produktion und Handel von Biodiesel und Bioethanol aus Energiepflanzen wie Raps, Mais, Zuckerrohr, Soja oder Ölpalmen haben weltweit Hochkonjunktur. Politiker und Lobbyisten preisen Agrokraftstoffe als Wunderwaffe, die uns aus der Abhängigkeit von knapper werdenden fossilen Rohstoffen befreien und gleichzeitig einen unverzichtbaren Beitrag zum Klimaschutz leisten. Dabei verfolgen sie ehrgeizige Ziele, die rund um den Globus einen wahren Agrospritboom ausgelöst haben. Die Europäische Union will den Anteil von Agrokraftstoffen am Gesamtverbrauch bis 2020 auf zehn Prozent steigern. Die Bundesregierung hatte die Zielmarke noch höher gesetzt. Bundesumweltminister Sigmar Gabriel wollte bis zum Jahr 2020 den Beimischungsanteil von Agrokraftstoffen auf 12 bis 15 Prozent erhöhen. Erst nach massiven Protesten im Jahr 2008 korrigierte die Bundesregierung die Beimischungsquoten nach unten. Jetzt soll der Anteil am Normalbenzin ab 2010 nur noch bei 6,25% liegen, in diesem Jahr liegt er bei 5,25%. Der steigende Bedarf an nachwachsenden

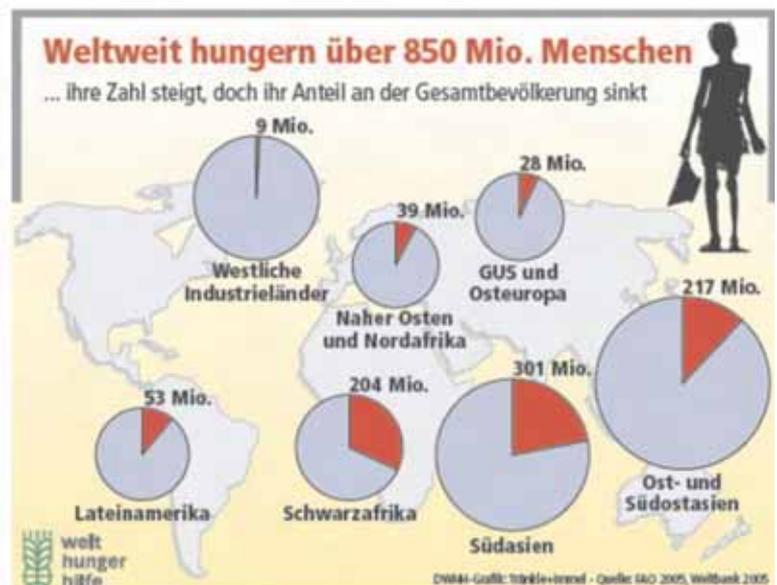
Energierohstoffen kann jedoch schon jetzt nur durch massive Importe aus Entwicklungsländern gedeckt werden. Doch dort führen sie zu Hunger, Landverteilung und Zerstörung von Naturlandschaften.

AGROKRAFTSTOFFE ZERSTÖREN LEBENS-GRUNDLAGEN.

Der rasant wachsende Flächenbedarf für den Anbau nachwachsender Rohstoffe führt in vielen Ländern zu sozialen Konflikten. Diese äußern sich meist in der Vertreibung von Kleinbauern oder der Umwandlung von Flächen, die bisher indigenen Gemeinschaften oder Landlosen als Existenzgrundlage dienten. Die Zerstörung kleinbäuerlicher Strukturen vernichtet dabei wesentlich mehr Arbeitsplätze, als die neue Agrospritproduktion schaffen kann. Durch intensiv bewirtschaftete großflächige Monokulturen und stark mechanisierte Plantagenwirtschaften werden Millionen Menschen arbeitslos. Bauernorganisationen kritisieren außerdem die oft menschenunwürdigen Arbeitsbedingungen auf den neuen Plantagen.

Die Deutsche Welthungerhilfe und das International Food Policy Research Institute (IFPRI) fordern die Internationale Gemeinschaft dazu auf, arme Menschen vor den Auswirkungen instabiler Preise zu schützen. Dies könne durch bessere soziale Sicherungssysteme geschehen. Auch bei der Agrartreibstoffpolitik müsse umgedacht werden.

Die europäische Politik zum Handeln verpflichtet. Angesichts der Belege für die schädliche Wirkung der Nahrungsmittelspekulation ist die europäische Politik sogar verpflichtet, aktiv zu werden: Das Vorsorgeprinzip ist Teil des europäischen Grundrechts (Lissabon-Vertrag) – es schreibt bereits bei Hinweisen auf Gefahren für Leib und Leben vorsorgendes Handeln vor.



„Utopische Spinnerei“ oder machbar?

Grundeinkommen für jeden??? Das geht doch gar nicht! Wer soll das bezahlen?

Das war bisher immer die vermeintliche „Begründung“, wenn irgend jemand ein Bedingungsloses Grundeinkommen zur Sprache brachte. Doch ist das wirklich so „utopisch“?

In den heutigen Zeiten der Finanz- und Wirtschaftskrisen – in Zeiten von Staatspleiten und Weltbankrott - lohnt es sich durchaus, über ein vollkommen neues und vernünftiges System nachzudenken.

Immer mehr Menschen arbeiten für geringste Einkommen. Immer mehr Menschen werden krank, weil sie zu viel arbeiten müssen - wieder andere werden krank, weil sie keine Arbeit haben und von „Almosen vom Amt“ leben müssen.

Auf der anderen Seite haben wir in Deutschland 861.000 Millionäre und Milliardäre, die gar nicht arbeiten müssten, da diese Damen und Herren problemlos von den Zinsen aus ihren Vermögen leben könnten (welche übrigens die Allgemeinheit zu erwirtschaften hat).

Trotzdem arbeiten fast alle diese Menschen. Das Argument, dass niemand mehr Arbeiten würde, wenn keine Notwendigkeit besteht, ist also nachgewiesener Unsinn! Das erst einmal Vorweg.

Stellen Sie sich doch einmal folgendes vor:

Freiheit statt Müssen. An so etwas würden viele Menschen noch nicht einmal im Traum denken, da niemand auch nur auf die Idee käme, dass das funktionieren würde.

Doch auf genau diese Idee kommen wir jetzt mal.

Ein Bedingungsloses Grundeinkommen in Höhe von 1000 Euro/Monat würde die Menschen von jeglichem Existenzdruck befreien. Jeder, der mehr als 1000 Euro Grundeinkommen erzielen möchte, könnte den Beruf ausüben, zu dem er tatsächlich Lust hat.

Niemand müsste sich mehr zu was auch immer zwingen lassen. Jeder hätte eine ganz andere Verhandlungsgrundlage gegenüber Arbeitgebern. Niedriglöhne, 1-Euro-Jobs und andere Ausbeutereien, sowie sonstige Sklaven- und Frondienste wären für immer Geschichte.

Schon immer wurde den Menschen erzählt, dass ein Grundeinkommen „ja gar nicht finanzierbar sei“. Genau diese stumpfsinnige Behauptung werden wir in diesem Artikel widerlegen.

Würde man...

- die Kosten aller Arbeitsmarktsubventionen
- aller „Arbeitsbeschaffungsmaßnahmen“
- die vollständigen Einkünfte aller Mitarbeiter in Arbeitsämtern

- alle Kosten für die Verwaltung Arbeitsloser
 - alle Kosten des sogenannten „zweiten Arbeitsmarktes“
 - alle Renten bis zu einer Höhe von 1000 Euro
 - alle Arbeitslosengelder
 - und alle Hartz IV-Bezüge
- in einen Topf werfen...
und würde man dann noch...
- Abgaben auf jedes Beamtengehalt
 - Abgaben auf jedes Politikereinkommen
 - Abgaben von jedem öffentlich Angestellten
 - eine Millionärs- und Milliardärssteuer
 - eine Umsatzsteuer an den Finanzmärkten
 - eine angemessene Steuer auf Vermögen und Kapitalerträge
- einfordern und all diese Gelder ebenfalls in diesen Topf werfen, dann kämen dabei Summen zusammen, die gar nicht vorstellbar sind!

Gut und gerne Eine Billion Euro und weit mehr pro Jahr würden sich daraus ergeben!

Man bräuchte bei einem Grundeinkommen von 1000 Euro pro Monat und Person de facto aber nur 960 Milliarden Euro. Das heißt: Es blieben sogar noch erhebliche Überschüsse dabei stehen.

Mit anderen Worten: Gäbe es ein Grundeinkommen für jeden Menschen in Deutschland, dann hätte der Staat nicht weniger, sondern sogar mehr Geld als aktuell zur Verfügung, wenn man's so machen würde, wie gerade vorgeschlagen.



Wie lebenswert das Leben eines jeden Einzelnen dann wäre, darf sich jeder selbst ausmalen.

Zwingen Sie die von Ihnen gewählten Abgeordneten zum Nachdenken!

Lassen Sie sich nicht länger für dumm verkaufen!

Hören Sie damit auf, sich für Almosen grundgesetzwidrig versklaven zu lassen!

Seit Jahrzehnten wird hierzulande zum Wohle der Vermögenden Verzicht geübt!

Jetzt sind Sie mal dran!

Drehen Sie den Spieß endlich um!

Privatinsolvenz

Am Anfang steht der Jobverlust, familiäre Probleme, die riskante Immobilienfinanzierung oder ein ständiges Leben auf Pump. Am Ende bleiben stapelweise unbezahlte Rechnungen übrig.

Arbeitslosigkeit, aber auch sorgloses Konsumverhalten lassen die Verbraucher in die Schuldenfalle tappen. Manche sind schlussendlich hoffnungslos überschuldet und melden private Insolvenz an.

Die Ursachen der Überschuldung sind vielfältig, sind sich die Experten einig. Es gibt sogenannte Armutsschuldner, die wegen Arbeitslosigkeit oder sinkenden Einkommens ins Schleudern geraten, aber auch das Konsumverhalten trägt wesentlich zur Zunahme der Fälle bei. Bedenkenlose Kreditvergabe im Privatkundenbereich der Banken oder die vom (Versand-)Handel angebotenen Ratenkäufe machen es den Konsumenten leicht, über ihre Verhältnisse zu leben.

Übersteigt die finanzielle Belastung den Verdienst und ist die eigene Existenz dadurch dauerhaft gefährdet, liegt eine Überschuldung vor. Das trifft auf rund sechs Millionen Deutsche zu. Wer hingegen nur seinen Dispokredit überzogen hat, gilt nicht automatisch als überschuldet. Gerade Möglichkeiten wie der Ratenzahlungsvertrag oder das Überziehungskonto suggerieren aber, dass jeder sich alles leisten kann.

Liegt eine Überschuldung vor, bietet die sogenannte Verbraucherinsolvenz einen Ausweg. Seit 1999 können Privatpersonen und Selbstständige mit höchstens 20 Gläubigern das Insolvenzverfahren nutzen. Nach Erfüllung der Auflagen folgt bei dem Verfahren die sogenannte Wohlverhaltensphase. Nach sechs Jahren werden planmäßig die restlichen Schulden erlassen. Einfach ist dieser Prozess aber nicht. Es sei ein langer und steiniger Weg und der Schuldner müsse sich darauf einstellen, an der finanziellen Grenze zu leben. Insolvenzverwalter bemängeln zudem die Verbraucherfreundlichkeit des Verfahrens. Es sei viel zu lang, zu formal und zu bürokratisch.

Bundesregierung bereitet Reform vor

Diese Meinung vertritt offenbar auch die Bundesregierung, die an einer Reform arbeitet. Unter anderem will Bundesjustizministerin Sabine Leutheusser-Schnarrenberger (FDP) die Wohlverhaltensphase beim Insolvenzverfahren von sechs auf drei Jahre verkürzen. Eine Voraussetzung soll die Zahlung eines Viertels der Forderungen durch den Schuldner sein. Kann der Verbraucher zumindest die Verfahrenskosten aufbringen, soll die Schuldenbefreiung nach fünf Jahren möglich sein. Wann die Reform umgesetzt wird, steht noch nicht fest. Zudem soll sich an den formellen Schritten nichts ändern.

Schuldnerberatung

Der erste Schritt in Richtung Privatinsolvenz ist die Schuldnerberatung. Diesen Service bieten die meisten Verbraucher- und Wohlfahrtsverbände kostenlos an. In den meisten Fällen finden bis zum Verfahren vier bis fünf Beratungsgespräche statt. Der Berater verschafft sich dabei erst einmal einen genauen Überblick über die finanzielle Lage. Oftmals haben Schuldner diesen Überblick längst verloren und haben gar Angst, ihre Briefe zu öffnen, bestätigt auch Jutta Büttner von der Verbraucherzentrale NRW. Ist eine genaue Liste der Schulden aufgestellt, wird sie mit der Schufa abgeglichen. Ratsam ist es, in einem Haushaltsplan Einnahmen, Ausgaben und vorhandene Ersparnisse aufzulisten.

Außergerichtliche Einigung

Im zweiten Schritt wird eine außergerichtliche Einigung zwischen Schuldner und Gläubigern gesucht. Der Schuldner bietet hier einen genauen Plan an, wie er – womöglich in kleineren Raten – seine Verbindlichkeiten tilgen könnte. Die Schuldnerberatung hilft bei der Einigung mit den Gläubigern. Lehnt aber auch nur ein Gläubiger den Plan ab, ist der Schuldner dazu berechtigt, das Insolvenzverfahren zu beantragen.

Insolvenzantrag

Der dritte Schritt ist der Antrag auf Insolvenz beim Amtsgericht. Das Gericht kann vor der Eröffnung des Verfahrens noch einmal versuchen, die Gläubiger von dem Tilgungsplan zu überzeugen. Gegenüber dem Gericht legt der Schuldner den sogenannten Schuldenbereinigungsplan vor, dieser ist meist identisch mit dem Plan für die außergerichtliche Einigung. Die Gerichtskosten in Höhe von etwa 1.500 Euro trägt der Schuldner.



Da er nach dem Verfahren dazu nicht in der Lage ist, bekommt er Aufschub und kann diese dann bezahlen, wenn wieder Geld aus Vermögen oder Pfändung vorhanden ist.

Insolvenzverwalter erhält Verfügungsgewalt

Nachdem das Verfahren eröffnet wurde, wird ein Insolvenzverwalter bestimmt, der vom Gericht zum Treuhänder ernannt wird. Dieser kann über das Vermögen des Schuldners verfügen und versucht, alle Vermögenswerte zu Geld zu machen. Das Einverständnis des Schuldners braucht er dazu nicht. Dabei gehören Rückkaufwerte von Versicherungen genauso zum Vermögen wie Kontoguthaben, Sparbücher, Erbschaften, Immobilien oder sogar wertvolle Einrichtungsgegenstände. Sogar Genossenschaftsanteile einer Wohnung sind vor einer Pfändung nicht sicher. Auch muss der Schuldner unter Umständen eine Wohnung räumen, weil eine Kautions von beispielsweise 2.000 Euro enthalten ist. Der Schuldner muss alles offen legen, sonst riskiert er den Ausgang des Insolvenzverfahrens. Insolvenzberater raten dazu, im Zweifel lieber zu viel anzugeben, denn auch ein verschwiegener Euro auf einem Sparbuch kann das Verfahren kippen.

Schuldner darf 1.030 Euro im Monat behalten

Alles darf der Treuhänder aber nicht pfänden. Für die eigene Existenzsicherung kann der Schuldner ein Monatseinkommen von etwa 1.030 Euro behalten. Der genaue pfändungsgeschützte Betrag hängt von der persönlichen Situation ab: Gibt es einen Ehepartner oder Kinder, Sonderzulagen wie Renten- und Unterstützungsleistungen, Aufwandsentschädigungen, Erziehungsgelder oder BAföG. Solche Sonderposten darf der Schuldner in der Regel behalten.

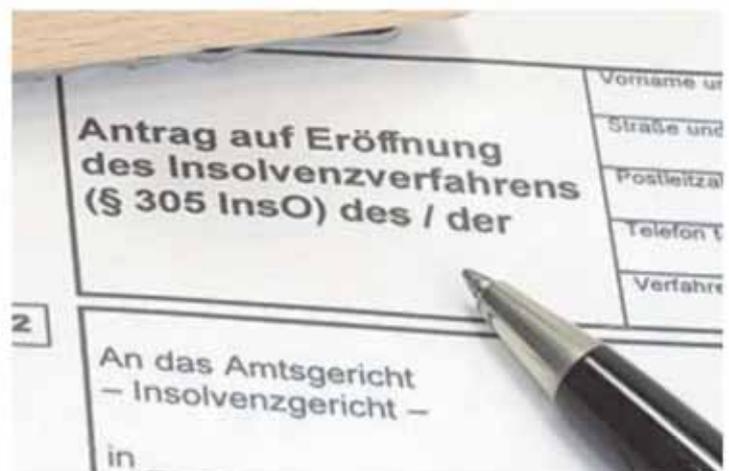
Hartz IV liegt unter der Pfändungsgrenze

Im Anschluss des gerichtlichen Verfahrens kommt die

Wohlverhaltensphase. Sechs Jahre lang wird der pfändbare Teil des Einkommens eingezogen und an die Gläubiger verteilt. Schafft es der Schuldner schon in der Wohlverhaltensphase, seine gesamten Schulden zu begleichen, kann ein Antrag auf vorzeitige Restschuldenbefreiung gestellt werden. Das Arbeitslosengeld II (Hartz IV) wird nicht für die Tilgung gepfändet, meist liegt es unterhalb der Pfändungsgrenze. Weiterhin muss sich der Arbeitslose jedoch um eine Arbeit bemühen, wie es den Vorschriften bei Hartz IV entspricht. Außerdem muss er in der Wohlverhaltensphase für den Treuhänder erreichbar sein und Veränderungen in der persönlichen Lebenssituation wie einen Umzug oder Arbeitsplatzwechsel, aber auch eine Hochzeit oder Schwangerschaft melden.

Schuldenerlass nach sechs Jahren

Sind sechs Jahre vergangen, werden die restlichen Schulden erlassen. Lediglich Bußgelder und Schadensersatzansprüche sind vom Schuldenerlass unberührt. Gläubiger haben jedoch ein weiteres Jahr Zeit, um eventuell nachzuweisen, dass der Schuldner in der Wohlverhaltensphase bestimmte Pflichten verletzt hat.



Schuldner- und Insolvenzberatung

Der Caritasverband bietet für verschuldete oder überschuldete Heidelberger BürgerInnen Schuldner- und Insolvenzberatung an. Dieses Angebot ist kostenfrei.

Terminvereinbarung

Termine zur Schuldnerberatung können nur telefonisch vereinbart werden! Termine können nicht per E-Mail vereinbart werden!

Bitte beachten Sie, dass wir keine kurzfristigen persönlichen Termine vergeben können, unsere derzeitige Wartezeit beträgt ca. 12 Wochen.

Caritasverband Heidelberg e.V.
Turnerstr. 38
69126 Heidelberg
Telefon: 06221-33 03 0





**Wir bieten allen Obdachlosen, oder sonst wie von Armut betroffenen, an unsere Straßenzzeitung, das OB
DACH-Blätt'l in der Metropolregion zu verkaufen.**

Ihr selbst bestimmt, wann und wie viele Zeitungen ihr verkaufen wollt. Ein garantiert guter Zuverdienst!

**Wenn ihr Interesse habt meldet euch beim
OB
DACH-Blätt'l
Bahnhofstr.3
69115 Heidelberg
Tel.: 06221-167494**



**OB
DACH e. V.**
Wohnungslosenzustützung
für obdachlose Menschen

Obdachlosen nicht nur auf der Straße helfen.

Obdachlose von der Straße holen!

Deutsches Zentralinstitut für soziale Fragen/DZI



DZI Spenden-Siegel
Geprüft+Empfohlen

- Wir schließen unbefristet Mietverträge mit Obdachlosen und vermitteln Sicherheit.
- Wir bieten ihnen Hilfe zur Selbsthilfe durch qualifizierte Betreuung.
- Wir machen ihnen Beschäftigungsangebote.

Bahnhofstraße 3 – 69115 Heidelberg – Tel. 06221/167494

Spendenkonto Nr.1017195•Sparkasse Heidelberg•BLZ 672 500

Impressum

Herausgeber
OB
DACH e. V.
Bahnhofstraße 3
69115 Heidelberg
Tel.: 06221-167494
Fax: 06221-619508
Email: verein@obdach-hd.de
www.obdach-hd.de

Redaktion

Rohrbacher Str.62
69115 Heidelberg
Tel.: 06221-7258457
oder Tel.:06221-7280492
obdachblattl@arcor.de
(V.i.S.d.P.), Dave Jepertinger
Titelbild: hannes haus
<http://www.hanneshaus.de/>
Das OB
DACH-Blätt'l ist offen

für weitere Partner. Interessierte Projekte melden sich bei der Redaktion.

Namentlich genannte Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Es war nicht möglich, bei allen Bildern die Urheberrechte festzustellen. Betroffene melden sich bitte bei uns. Für unverlangt eingesandte Fotos, Manuskripte oder Illustrationen übernehmen wir keine Haftung.

Redaktionsschluss dieser Ausgabe war der 15.03.2012

Abo-Koordination & Anzeigen:
OB
DACH-Blätt'l
Rohrbacher Str.62
69115 Heidelberg
Tel.: 06221-7258457
email: obdachblattl@arcor.de

Druck:

flyeralarm GmbH,
Am Biotop 3,
97259 Greußenheim



flyeralarm®

SCHMUNZELSEITE



Unterhalten sich zwei Kannibalen beim Grillen. Der erste: "Dreh nicht so schnell, der wird sonst gar nicht richtig knusprig."
Der zweite: "Geht nicht! Das ist ein Pole, wenn ich langsamer drehe, dann klaut er die Kohlen!"

Frau Meier klagt ihrem Mann ihr Leid: „Stell dir vor, heute musste ich unsere Waschfrau entlassen. Sie hat gestohlen!“

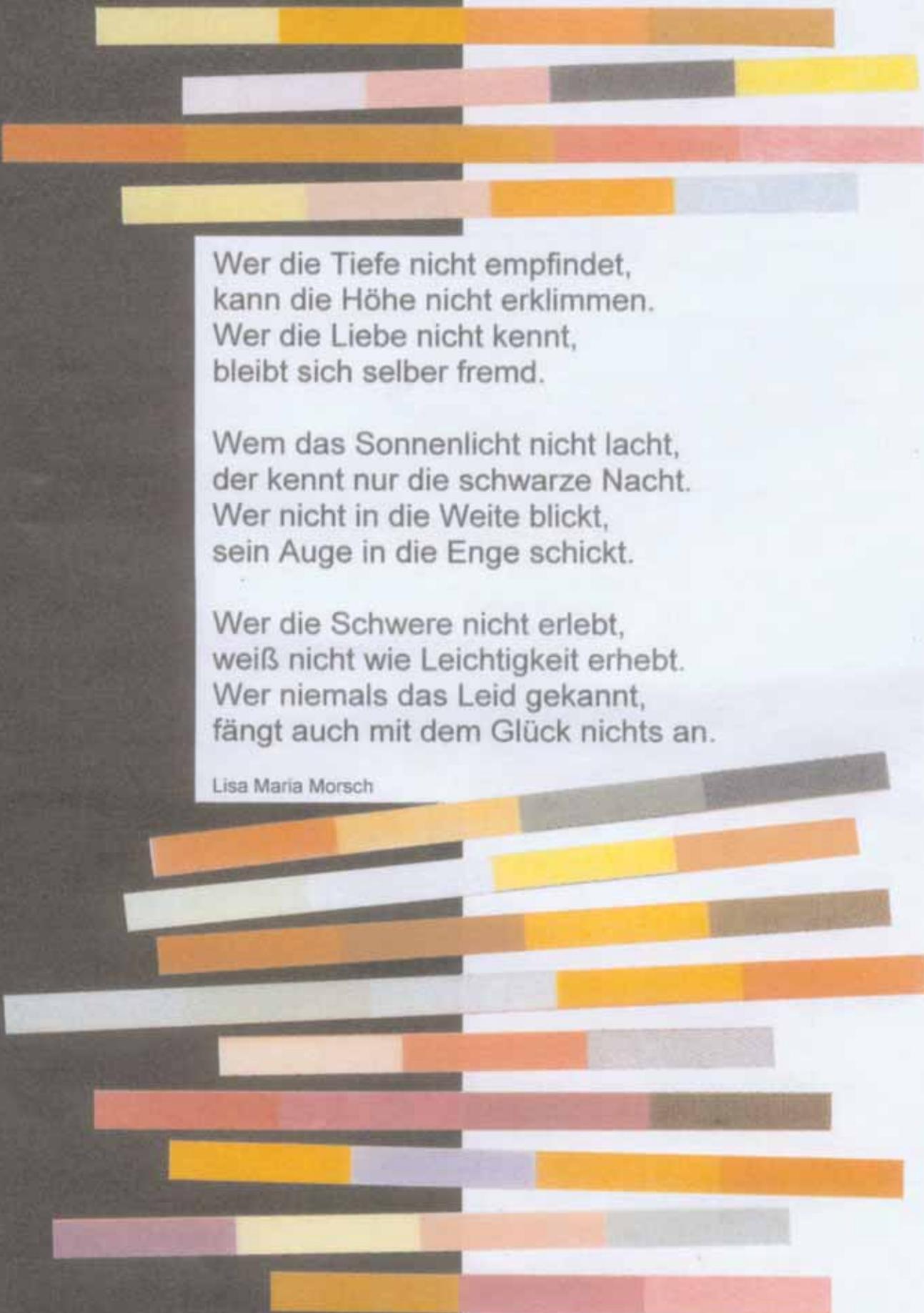
„Was fehlte denn?“, fragt Herr Meier besorgt.

„Die vier Bettlaken aus dem Grand Hotel und die Tischdecken aus dem Hilton!“



Jürgen Klinsmann kommt im Himmel.
Gott zu Klinsmann: "In Anbetracht Ihrer großen Verdienste um den FC Bayern kriegen Sie hier Ihr eigenes Häuschen und, glauben Sie mir, das kriegt hier nicht jeder!"
Gott nimmt Klinsmann an die Hand und führt ihn vor einen kleinen Flachdachbungalow. Eine kleine FC-Bayern-Fahne weht im Vorgärtchen. Klinsmann denkt sich: "Nett", dreht sich um ... und traut seinen Augen nicht.
Auf der nächsten Wolke über ihm steht eine riesige Villa. Sie ist rot weiß gestrichen und über und über mit FC-Symbolen, -Graffiti, -Fahnen und Transparenten übersät, große FC-Wappen aus Marmor zieren den Garten. Aus riesigen Lautsprechern dröhnt die FC Hymne zu ihm herab. In FC Trikots gewandetes Hauspersonal erfüllt alle Wünsche.
Klinsmann ist schwer brüskiert: "Was ist das denn? Wem gehört denn der Palast da?"
Gott dreht sich um und schaut Klinsmann tief in die Augen: "Mein Sohn, das ist MEINS!"

SCHWARZWEISS



Wer die Tiefe nicht empfindet,
kann die Höhe nicht erklimmen.
Wer die Liebe nicht kennt,
bleibt sich selber fremd.

Wem das Sonnenlicht nicht lacht,
der kennt nur die schwarze Nacht.
Wer nicht in die Weite blickt,
sein Auge in die Enge schickt.

Wer die Schwere nicht erlebt,
weiß nicht wie Leichtigkeit erhebt.
Wer niemals das Leid gekannt,
fängt auch mit dem Glück nichts an.

Lisa Maria Morsch