

HEIN-MAI

LEBEN IN FRANKFURT UND IN HESSEN

NR. 249 (22) · SEITE 1

RMZ IM INTERNET: www.faz.net/rmz

TUNG

Daß, daß der Körper nicht krank wird, gibt es viele Mittel und Wege. Sport, gesunde Ernährung, regelmäßige Kontrollbesuche beim Arzt und Impfungen sind nur einige der Möglichkeiten. Und wird der Körper doch einmal krank, ist das in der Regel schnell erkennbar und gut behandelbar. Dass das bei psychischen Erkrankungen nicht ganz so einfach ist, wissen Alix und Oliver Puhl genau. Monatlang wussten sie nicht, warum es ihrem Sohn Emil nicht gut ging, warum er Suizidgeanken hatte. Monatlang wussten sie

F.A.Z.
Leser
helfen

sich nicht zu helfen. Sehr spät bekam Emil eine Diagnose: Er hatte eine Autismus-Spektrum-Störung, eine tiefe Depression folgte. Emil überlebte seine Erkrankung nicht, er suizidierte sich mit 16 Jahren.

90 Prozent aller Suizide sind die Folge einer psychischen Erkrankung – und in Deutschland sind 20 Prozent der Kinder und Jugendlichen psychisch erkrankt. Schätzte sich auch der Puhl nach Emil Tod: Viele Menschen haben eine ähnliche Geschichte erlebt, haben Freunde, Verwandte oder andere ihnen liehe Menschen durch einen Suizid verloren. Da sie ihnen aufgeflogen, wird dringend ein anderer Umgang mit dem Thema Suizid und psychische Gesundheit in der Gesellschaft nötig sei, erinnern sich die Puhls. Das Paar wollte es verändern.

In Gesprächen mit Kindern und Jugendlichen stellte sich heraus: Das gesamte Umfeld der jungen Menschen muss auf psychische Erkrankungen, auf Veränderungen und besondere Bedürfnisse der Betroffenen aufmerksam gemacht werden. Weil sie keine Organisation fanden, die genau das leistet, gründeten die Eltern zwei Jahre nach Emils Tod selbst ein Unternehmen: Tomoni.

Bei Tomoni werden nicht nur Eltern, sondern auch Lehrer und Sporttrainer mit wissenschaftlich fundierten Fortbildungen und Informationsveranstaltungen geschult, um frühzeitig Einzelheiten psychischer Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter zu erkennen. Dadurch sollen Betroffene so früh es geht dabei unterstützt werden, professionelle Hilfe zu erhalten – nicht nur aus der Familie, sondern auch von außen. „Schaut nicht nur auf eure eigenen Kinder“, sagt Alix Puhl. „Schaut auch auf das Nachbarskind, die Freunde, die mit zu euch nach Hause gebracht werden.“

Mit den Spenden der Aktion „F.A.Z.-Leser helfen“ soll die Arbeit von Tomoni unterstützt werden. So wollen die Frankfurter vor allem in ihre Mitarbeiter investieren und das Projekt bekannter machen, damit möglichst viele Erwachsene möglichst bald jungen Menschen mit psychischen Erkrankungen aktiv helfen können, das Leben zu leben, das sie verdienen“, sagt Oliver Puhl. Denn 50 Prozent aller psychischen Erkrankungen im Erwachsenenalter beginnen bereits vor dem 15. Lebensjahr. Frühzeitig erkannte psychische Belastungen können ein lebenslanges Leiden im Stillen verhindern. Und jungen Menschen ermöglichen, ihre Chancen auf ein selbstbestimmtes und zufriedenes Leben unter Ausschöpfung ihrer Möglichkeiten zu leben.

Auch das Auslandsprojekt, für das die F.A.Z. in diesem Jahr Spenden sammeln will, die Zukunft junger Menschen verbessern. Deren Auslandsituation ist allerdings eine ganz andere: Sie leben im Südsambias, eine Region, die immer heißer und trockener wird, weil dort die



Schulspisung: Maisbrot und Bohnen gibt es für alle Grundschüler an der Mangaba School im Süden Sambias.

Foto Frank Röhde

Chancen sichern für die Zukunft

RHEIN-MAIN Die F.A.Z. bittet ihre Leser um Spenden: Partner in diesem Jahr sind Tomoni und die Stiftung Kinderzukunft. Es geht um Chancen für junge Menschen – in Sambia und in Deutschland.

Von Monika Ganster und
Johanna Schwanitz

Folgen des Klimawandels besonders deutlich zu spüren sind. Oktober und November sind in den Regionen Chirundu und Siavonga die heißesten Monate, das Thermometer zeigt mehr als 40 Grad an. Landwirtschaft zu betreiben, ist meist nur noch in wenigen Monaten des

Jahres möglich, Flüsse und Brunnen trocken aus. Frauen und Kinder sind viele Stunden damit beschäftigt, Wasser von weither zu tragen, damit die Familie und das Vieh überleben können. An einen Schulbesuch ist in solchen Zeiten dann nicht zu denken.

In dieser Gegend hat die Stiftung Kinderzukunft aus Grundan im Main-Kinzig-Kreis bereits erfolgreich Brunnen für Schulen und Gemeindegelände gebaut, damit Kinder den Unterricht besuchen können und nicht zu gefährlichen Wasserstellen geschickt werden müssen. An selbst gegrabenen Wasserlöchern in trockenen gelassenen Flusbetten lauern Krankheitsgefahren, wenn sie mit Tieren geteilt werden müssen, und im größten Wasserreservoir der Region, dem Sambesi-Fluss, lauern Krokodile und Nilpferde.

Schulen mit einem eigenen Brunnen sind daher nicht nur wegen der Bildung sondern auch wegen des Wassers, das Überleben bedeutet, ein Anziehungspunkt. Mit einer Solarpumpe, die aus mehr als 100 Metern Tiefe Wasser nach oben befördert, kann auch ein Schulgarten unterhalten und können sanitäre Anlagen, die ebenfalls errichtet werden, mit Wasser versorgt werden – dass es dort mehr als nur ein Pumploch gibt, ist besonders für Mädchen entscheidend. Erst bessere hygienische Verhältnisse ermöglichen ihnen den regelmäßigen Schulbesuch.

Die Stiftung Kinderzukunft arbeitet seit Jahren erfolgreich mit dem sambischen Zweig der Hilfsorganisation ADRA zusammen, die dort verschiedene Hilfsprojekte unterhält. In jedes gemeinsame Projekt fließen die Erfahrungen des vorangegangenen ein. Mit den Spenden der F.A.Z.-Leser hilft die Stiftung, bis zu drei Schulen und die angrenzenden Gemeinden mit Brunnen versorgen zu können, damit die Hauptsorge der Kinder – wie bei uns – der Schulunterricht ist und nicht das Überleben der Familie sein muss. In den Schulgärten können sie lernen, wie man Zwiebeln, Auberginen, Okra und Mais anbaue. Diese praktischen Fähigkeiten werden ihnen auch nach ihrem Schulabschluss nutzen. Was sie ernten, ergänzt ihre Schulmahlzeiten, die sonst meist nur aus Nshima, einem Maisbrei, und Bohnen besteht. Wenn die Schulen gut wirtschaften, können sie einen Überschuss der Ernte auf dem Markt verkaufen und sich vom Erlös ein Solarpanel auf Schuldach setzen, um damit Handys oder Computer zu laden.

Bildung ist Zukunft. Die Stiftung Kinderzukunft möchte dazu beitragen, dass tausende Kinder in den südlichen Provinzen des afrikanischen Landes die Chance erhalten.

Hilfe, die wirklich ankommt

Von Carsten Knipf

Es sind oft die stillen Geschichten, die am meisten betreffen. Geschichten von Menschen, deren Alltag nichts mit unserem zu tun hat – und doch mit uns zu tun haben könnte. In Sambia zum Beispiel. Dort laufen Frauen und Mädchen manchmal vier Stunden, nur um sauberes Wasser zu holen. Wenn die Sonne brennt und die Flüsse austrocknen, graben sie Löcher in den Sand, um wenigstens ein bisschen Wasser zu finden. Tiere kommen auch dorthin. Krankheiten sind die Folge.

Solarbetriebene Brunnen, Waschbecken und Toiletten – das klingt technisch. Aber in Wahrheit steht dahinter etwas sehr Menschliches: Hoffnung. Die Kinder, die dort lernen, haben dadurch erstmals Zugang zu sauberem Wasser, zu Hygiene, zu Ernährung, zu Zukunft. Die Stiftung Kinderzukunft sorgt dafür, dass aus Hoffnung Wirklichkeit wird: Mit den Spenden der F.A.Z.-Leser hofft die Stiftung, drei Schulen und die angrenzenden Gemeinden mit Brunnen versorgen zu können, damit die Hauptsorge der Kinder wie bei uns der Schulunterricht und nicht das Überleben der Familie sein muss.

Und während dort Wasser Leben rettet und neue Möglichkeiten schafft, geht es hier in Hessen um etwas anderes, das genauso überlebenswichtig ist: um seelische Stabilität. Mehr als zwei Millionen Kinder und Jugendliche in Deutschland erkranken jedes Jahr psychisch. Die Hälfte von ihnen, bevor sie 15 Jahre alt sind. Und oft dauert es Jahre, bis jemand hinschaut, zuhört, hilft. Das Frankfurter Team von Tomoni Mental Health versucht, diesen Kreislauf zu durchbrechen. Mit Aufklärung und Forschung. Mit Trainings für Lehrer, Eltern und Gleichaltrige. Mit Aufmerksamkeit. Schon mehr als 140.000 junge Menschen wurden erreicht – aber es müssen mehr werden.

Beide Organisationen, in Sambia und hier in Frankfurt, schaffen das, was unsere Aktion „F.A.Z.-Leser helfen“ seit Jahren ausmacht: konkrete, überprüfbare, nachhaltige Hilfe. Jeder Euro fließt direkt in die Projekte. Die F.A.Z. trägt die Verwaltungskosten, unsere Partnerbanken führen die Spendenkonten kostenlos. Es ist einfach, Zeiten von Krisen zu denken. Mein kleiner Betrag ändert doch nichts. Aber das Gegenteil stimmt. Jedes Mal, wenn ein Hahn Wasser spendet – oder ein Kind rechtzeitig Hilfe erhält – verändert sich eine Welt. Helfen Sie mit, dass sich noch mehr Welten verändern. Dafür, dass das Gute sichtbar bleibt – auch in diesem Jahr.

Ein Verletzter bei
Überfallversuch

Spenden für das Projekt
„F.A.Z.-Leser helfen“

Die Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung und die Frankfurter Allgemeine/Rhein-Main-Zeitung bitten um Spenden für die Arbeit der Organisationen Tomoni und Stiftung Kinderzukunft.

Tomoni unterstützt Erwachsene und junge Menschen dabei, Anzeichen psychischer Erkrankungen vor allem bei Jugendlichen zu erkennen und frühzeitig professionelle Hilfe zu erhalten. Die Stiftung Kinderzukunft errichtet Brunnen und sanitäre Einrichtungen in Schulen in Sambia, um so Gesundheit, Ernährung und Hygiene der Kinder zu verbessern.

Spenden für das Projekt „F.A.Z.-Leser helfen“ bitte auf die Konten:

■ Bei der Frankfurter Volksbank
IBAN: DE94 5019 0000 0000 1157 11

■ Bei der Frankfurter Sparkasse
IBAN: DE43 5005 0021 0000 9780 00

■ Per Paypal:



Spenden können steuerlich abgesetzt werden. Bei Zuwendungen bis 300 Euro genügt dafür der Überweisungsbetrag. Weitere Informationen zur Spendenaktion im Internet unter www.faz-leser-helfen.de.