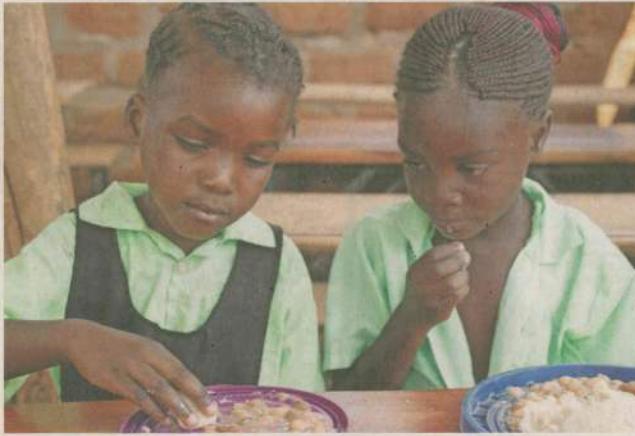




Hilfe, die
wirklich ankommt

Von Carsten Knop



Schulspeisung: Maisbrei und Bohnen gibt es für alle Grundschüler an der Mangaba School im Süden Sambias. Foto: Frank Röth

Dafür, dass der Körper nicht krank wird, gibt es viele Mittel und Wege. Sport, gesunde Ernährung, regelmäßige Kontrollen beim Arzt und so weiter 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. Monatelang wussten sie nicht, warum es ihrem Sohn Emil nicht gut ging, warum er Suizidgefahrne hatte. Monatelang wussten sie

F.A.Z.
Leser
helfen



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

30 Prozent aller Suizide sind die Folge einer psychischen Erkrankung – und in Deutschland sind 20 Prozent der Kinder und Jugendlichen psychisch erkrankt. Schnell zeigte sich auch den Puhls nach Emils Tod: Viele Menschen haben eine ähnliche Geschichte erlebt, haben Freunde, Verwandte oder andere ihnen liebste Menschen durch einen Suizid verloren. Da sei man aufgefallen, wie dringend ein anderer Umgang mit dem Thema „Mental“ und psychische Gesundheit in der Gesellschaft nötig sei, erinnern sich die Puhls. Das Puhl wollte etwas 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.

Bei Tomoni werden nicht nur Eltern, sondern auch Lehrer und Sporttrainer mit wissenschaftlich fundierten Fortbildungen und Informationsveranstaltungen geschult, um frühzeitig Anzeichen psychischer Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter zu erkennen. Dadurch sollen Betroffene so früh es geht dabei unterstützt werden, professionelle Hilfe zu erhalten – nicht nur um dadurch Suizide zu verhindern. „Schaut nicht nur auf eure eigenen Kinder“, sagt Alix Puhl. „Schaut auch auf die Nachbarskind, die Freunde, die mit ihr auch 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 ihrer Mitarbeiter investieren und das Projekt bekannter machen, damit möglichst viele Erwachsene mit psychischen Erkrankungen aktiv helfen können, das Leben zu leben, das sie verdienen“, sagt Alix Puhl. „Derzeit 50 Prozent der psychischen Erkrankungen im Erwachsenenalter beginnen bereits vor dem 15. Lebensjahr. Frühzeitig erkannte psychische Belastungen können ein lebenslanges Leid im Stilus 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 sammelt, will die Zukunft junger Menschen verbessern. Deras Ausgangssituation ist allerdings eine ganz andere: Sie leben im Süden Sambias, einer Region, die immer heißer und trockener wird, weil dort die

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 Saviango die heißesten Monate, das Thermometer zeigt mehr als 40 Grad an. Landwirtschaft zu betreiben, ist meist noch in wenigen Monaten des

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

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

Sambia 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 0201 0000 9780 00

■ Per Paypal



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

In dieser Gegend hat die Stiftung Kinderzukunft aus Gründen im Main-Kinzig-Kreis bereits erfolgreich Brunnen für Schulen und Gemeinden gebaut, darunter Kinder und nichts zu gefährlichen Wasserstellen geschützt werden müssen. An selbst gegrabenen Wasserlöchern in trocken gefallenen Flussbetten lauern Krankheitserkrankungen, wenn sie mit Tieren geteilt werden müssen, und im größten Wasserreservoir der Region, dem Sambea-Fluss, lauern Krokodile und Nilpferde.

Schulen mit einem Brunnen sind daher nicht nur wegen der Bildung sondern auch wegen des Wassers, das Oberhessen benötigt, ein Anziehungspunkt. Mit einem Sambias, die nun mehr als 100 Meter Tiefes Wasser nach oben befördert, kann auch ein Schulgarten unterhalten und können sanitäre Anlagen, die ebenfalls errichtet werden, mit Wasser versorgt werden – das dort mehr als nur ein Plumpsko gibt, ist besonders für Mädchen entscheidend. Erst bessere hygienische Verhältnisse ermöglichen 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 vorausgegangenen ein. Mit den Spenden der F.A.Z.-Leser hofft 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 steht. In den sambischen

Projekten können sie lernen, wie man Zwiebeln, Auberginen, Okra und Mais anbaut. 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 aufs Schuldach setzen, um damit Handys oder Computer zu laden.

Bei Tomoni in Zentral-Sambia, die Stiftung Kinderzukunft möchte dazu beitragen, dass tausende Kinder in den südlichen Provinzen des afrikanischen Landes die Chance erhalten,

Es sind oft die stillen Geschichten, die am meisten bewegen. Geschichten von Menschen, deren Alltag nichts mit unsrem zu tun hat – und doch macht 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 leben, 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 bei uns der Schulunterricht und nicht das Überleben der Familie 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 hinsieht, zubrt, 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 wandern 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 Partnerberliner führen die Spendendkonten kostenlos. Es ist einfach, in Zeiten von Krisen zu denken: Mein kleiner Beitrag, anders doch nichts. Aber das Gegenst ist stimmt. Jedes Mal, wenn ein Hahn Wasser spendet – und ein Kind rechtzeitig Hilfe erhält – verändert sich die Welt. Helfen Sie mir, dass sich noch mehr Weile verändern. Dafür, dass das Gute sichtbar bleibt – auch in diesem Jahr.

Ein Verletzter bei
Überfallversuch