

Kirchenseite

Hier zu Hause

Infonachmittage zum Thema „senior-Trainer“

RENSBURG Was machen „senior-Trainer“? Diese Frage wird am 27. April und 11. Mai im Mehrgenerationenhaus (MGH) Rendsburg, Hindenburgstraße 26, jeweils um 14.30 Uhr beantwortet. Viele Menschen möchten sich ehrenamtlich für die Gesellschaft engagieren. Sie möchten ihre Lebenserfahrung und ihr Wissen weitergeben. Als „senior-Trainer“ können sie das.

Anmeldungen für die Info-Veranstaltungen werden im MGH-Büro, Telefon 0331/94560-10, E-Mail fbs@kkre.de, entgegengenommen. *inh*

Ruhe genießen und zu sich kommen

BOVENAU Gemeinsam die Stille entdecken: Dazu laden Pastorin Marion Lauer von der Kirchengemeinde Bovenau und der Zen-Buddhist Peter Panten vom 9. April bis 18. Juni immer freitags von 19 bis 20.15 Uhr ein. Während der gemeinsamen Stunde wechseln sich Phasen des Sitzens (auf einem Stuhl, Kniebänken, usw.) und des meditativen Gehens ab. Die Treffen finden im Gemeindehaus statt. Um telefonische Anmeldung wird gebeten unter Telefon 04334/378 (Marion Lauer) oder 04334/189843 (Peter Panten). *inh*

Jugendgottesdienst des Lukashauses

RENSBURG Der nächste Jugendgottesdienst des Lukashauses wird am Freitag, dem 23. April (19 Uhr), in der Bovenauer Kirche gefeiert. Los geht es um 19 Uhr. Weitere Informationen zum Lukashaushaus unter www.lukashaushaus.de. *inh*

Film, Musik und mehr aus Kamerun

OSTERRÖNFELD Auch nach dem Weltgebetstag, bei dem das Land Kamerun im Mittelpunkt stand, lädt die Kirchengemeinde Osterrönnfeld zu drei Abenden rund um Kamerun ein. Los geht es am Mittwoch, dem 14. April, um 20 Uhr mit dem Dokumentarfilm „Der Hühnerwahn“. Der Film zeigt, wie das geflorene „Resthuhn“ aus europäischer Produktion in Kamerun zu Dumpingpreisen angeboten wird und wie die Bauernbewegung erfolgreich dagegen protestiert. Dem Thema Milchpulver aus Europa und dem Schaden für die Bauern in Kamerun widmet sich der Abend am Dienstag, dem 11. Mai, um 20 Uhr. Literatur und Musik aus Kamerun gibt es am Dienstag, dem 15. Juni. Alle Veranstaltungen finden im Gemeindehaus der Kirchengemeinde in Osterrönnfeld, Dorfstraße 36, statt. Die Reihe wird organisiert von der Ortsgemeinde, der Arbeitsstelle Ökumene des Kirchenkreises und von „Brot für die Welt“. *inh*

Propst Kai Reimer geht in den Ruhestand

RENSBURG Mit dem Monat Mai endet die Dienstzeit von Propst Kai Reimer. Seine Verabschiedung findet am Sonntag, dem 29. Mai, statt. Um 15 Uhr wird er in einem Gottesdienst in der St.-Marien-Kirche Rendsburg durch Bischof Gerhard Ulrich in den Ruhestand verabschiedet. *inh*

Redaktion

Informationen aus dem evangelisch-lutherischen Kirchenkreis Rendsburg-Eckernförde – zusammengestellt von Inga Hehnen, zuständig für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit.



Christophorushaus
Hindenburgstraße 26
24768 Rendsburg
Telefon: 04331/94560-80
E-Mail: presse@kkre.de
Web: www.kkre.de



Gesprächsweise: Claudia Jensen-Witting hat wieder Halt in ihrem Leben gefunden. Dabei geholfen hat ihr die Selbsthilfegruppe für Angehörige von Suchtkranken unter der Leitung von Margret Kloth (links). *HEHNEN*

Endlich reden können

Selbsthilfegruppe der Diakonie richtet sich speziell an Angehörige von Suchtkranken

RENSBURG Wann es begann, kann Claudia Jensen-Witting nicht sagen. „Es war ein schleicher Prozess über Jahre.“ Ihr Mann trank gerne mal abends ein Bier. Auch mal zwei oder drei, aber nicht regelmäßig. Der Absturz kam, als er seine Arbeit verlor. Er wurde depressiv, trank immer mehr und vernachlässigte Familie und Haus. Ab da managte Claudia Jensen-Witting nicht nur das Leben ihrer drei kleinen Kinder sondern auch das ihres Mannes. Sie ahnte nicht, dass sie gleichzeitig ihr eigenes Leben aus den Augen verlor.

Für ihren Mann informierte sich Claudia Jensen-Witting beim Diakonischen Werk des Kirchenkreises Rendsburg-Eckernförde über Therapiemöglichkeiten bei Alkoholsucht. Als ihr der Berater auch von einer Selbsthilfegruppe für Angehörige von Suchtkranken erzählte, war sie überrascht. Sie war doch nicht betroffen. Heute sagt sie: „Die Gruppe war mein Glück.“

Beim ersten Treffen war sie schüchtern. Was durfte sie sagen, was nicht? „Mir war das alles sehr suspekt, dass man plötzlich reden konnte.“ Gleichzeitig war sie glücklich, nicht allein zu sein. Hier saßen Gleichgesinnte, die Ähnliches gerade erlebten. „Wie geht es dir heute?“, wurde sie damals beim ersten Treffen von Margret Kloth, der ehrenamtlichen Leiterin der Gruppe, gefragt. Claudia Jensen-Witting erzählte von ihrem Mann, wie viel er wieder getrunken hatte, welche Termine er nicht einhalten konnte. „Ich möchte gerne wissen, wie es dir geht“, hakte Margret Kloth nach. Claudia Jensen-Witting war verwirrt und verärgert. „Damals begriff ich noch nicht, dass es hier in der Gruppe um mich ging, um meine Bedürfnisse.“

Margret Kloth kennt diese Reaktion. „Alle machen diese Erfahrung beim ersten Besuch.“ Angehörige von Abhängigen seien co-abhängig, sagt sie. „Sie ste-

hen nicht mehr in Kontakt mit sich selbst und ihren Gefühlen, leiden unter Schwermut, Ess- und Schlafstörungen und haben Verlustängste.“ Claudia Jensen-Witting hat das Chaos im Kopf erlebt. Sie wollte ihrem Mann helfen. Aber alle Versuche scheiterten. Seine tiefe Verzweiflung blieb und äußerte sich immer stärker durch Gewalt gegen seine Familie und sich selbst. Die Mutter hatte Angst um ihre Kinder, um ihren Mann und um sich selbst, aber trennen konnte sie sich nicht.

„Viele der Betroffenen in unserer Gruppe sind Frauen“, berichtet Margret

„Mir war das alles sehr suspekt, dass man plötzlich reden konnte.“

Claudia Jensen-Witting

Kloth. „Sie haben häufig Schuldgefühle und fühlen sich für die Sucht ihrer Männer mit verantwortlich.“ Claudia Jensen-Witting erinnert sich an die Vorwürfe ihres Mannes. Im Soff sagte er immer wieder, sie sei an allem Schuld. Gleichzeitig drohte er, sich umzubringen, wenn sie ihn verließ. Für Claudia Jensen-Witting gab es nur einen Ort, an dem sie frei über ihre Situation sprechen konnte. Das waren die Treffen der Selbsthilfegruppe in den Räumen der Diakonie an der Prinzenstraße 9 in Rendsburg. „Mir haben die Gespräche sehr geholfen.“ Ihr sei Mut gemacht worden, ihren Weg zu gehen, sich nicht klein zu machen. „Man lernt, sein eigenes Ich zu finden“, sagt Claudia Jensen-Witting. Gruppenleiterin Margret Kloth ist dabei ganz wichtig, keine Bewertungen oder Ratschläge zu geben. „Es gibt bei uns nicht richtig oder falsch. In der Gruppe unterstützen und stärken wir die Betroffenen, sodass sie ihren eigenen Weg finden.“

Drei Jahre überlegte Claudia Jensen-Witting hin und her, wie ihr Weg aussehen könnte. „Eine Zeitlang dachte ich, es würde sich nichts ändern.“ Sie dachte an Trennung und verwarf sofort wieder die Gedanken. Zu sehr sorgte sie sich um ihren Mann. Er hatte doch schon so viele Male gedroht, sich etwas anzutun. Ihre Entscheidung fiel im April 2006. Der Psychoterror war nicht mehr auszuhalten, ihr Mann am Ende. Nach einem erneuten Selbstmordversuch war er in eine Klinik eingewiesen worden. Claudia Jensen-Witting packte ihre Sachen und verließ mit ihren Kindern das Haus. Ihr Mann suchte seinen letzten Ausweg im Freitod.

Claudia Jensen-Witting hat lange gebraucht, um dieses Kapitel ihres Lebens zu begreifen. Immer wieder kämpfte sie mit Schuldgefühlen und trauerte. „Es wird sich alles fügen, und irgendwann ist da auch wieder Platz für Glück“, hatte ihr Margret Kloth immer wieder gesagt. Sie behielt Recht. Mittlerweile ist Claudia Jensen-Witting wieder verheiratet – glücklich. „Aber es gibt Tage, da kann ich das nicht glauben. Da suche ich nach einem Haken“, sagt sie. Dann denkt sie wieder an das, was sie in der Selbsthilfegruppe gelernt hat. An sich zu glauben und ihren Weg zu gehen. Sie verlor einmal ihr Leben aus den Augen. Nie wieder soll das geschehen. *inh*

SELBSTHILFEGRUPPE

Die Selbsthilfegruppe für Angehörige von Suchtkranken trifft sich immer mittwochs von 18.30 bis 20 Uhr in den Räumen der Diakonie an der Prinzenstraße 9 in Rendsburg. Um vorherige Anmeldung wird unter Telefon 04331/ 69 63 0 gebeten. Um den Betroffenen eine Auszeit zu ermöglichen, werden zusätzlich Ausflüge und Seminare angeboten. Diese werden durch Spenden finanziert. Weitere Informationen unter www.diakonie-rd-eck.de.



„Schätze unseres Glaubens“ beim Schleswig-Holstein-Tag

RENSBURG Die evangelische und katholische Kirche ist mit dabei beim Schleswig-Holstein-Tag in Rendsburg (4. bis 6. Juni). Pastor Henning Halver, kommissarischer Leiter des Zentrums für Kirchliche Dienste des Kirchenkreises, koordiniert von kirchlicher Seite aus die Aktionen der Meile Religion und Kirche. Im Interview mit Inga Hehnen verrät er, was die Besucher der violetten Meile erwartet.

Herr Pastor Halver, wie wird sich die Meile Religion und Kirche in Rendsburg beim Schleswig-Holstein-Tag präsentieren?

Pastor Henning Halver: Die ganze Lebendigkeit christlicher Kirchen hier bei uns im Norden werden wir darstellen. Das Violett mag an die Bußzeiten der evangelischen Kirche erinnern oder auch an die liturgischen Gewänder katholischer Geistlicher. Aber dahinter steckt mehr: Zum Beispiel das Leben in Kindertageseinrichtungen oder die Kreativität von Jugendlichen. Sie alle werden beim Schleswig-Holstein-Tag dabei sein. Auch die Diakonie, Ortskirchengemeinden und gesamtlandeskirchliche Arbeitsfelder werden die ganze Bandbreite ihrer Angebote präsentieren. Miteinander stellen wir die „Schätze unseres Glaubens“ aus. So lautet das Motto unserer gemeinsamen Meile.



Pastor Henning Halver.

Was zeichnet die violette Meile aus?

Seit ungefähr einem Jahr haben sich Interessierte und mögliche „Anbieter“ aus dem Bereich der evangelisch-lutherischen und der katholischen Kirche monatlich getroffen. Die Ideen, das Konzept und die einzelnen Zeltangebote sind miteinander entwickelt und abgesprochen worden. Wir möchten zusammen in den unterschiedlichen Aspekten unsere Kirchen und unseren Glauben als lebendig, den Menschen zugewandt, weltoffen und zugleich glaubensgewiss und fröhlich darstellen. Miteinander in einem Zelt und nebeneinander in den zirka 15 Pagoden der „Kirchenmeile“. Und noch ein kleiner Hinweis: In jedem Zelt können die Besucher einen weiteren Schatz des Glaubens entdecken und einsammeln.

Welche besonderen Veranstaltungen sollen sich Besucher bereits vormerken?

Jetzt schon laden wir alle ganz herzlich ein zu dem ökumenischen Gottesdienst am Sonntag, 6. Juni (11 Uhr), auf der NDR-Bühne ein. Am Sonntagabend am späten Nachmittag gibt es einen Jugendgottesdienst auf der Stadtwerke-Bühne auf dem Eiland. Der wird von dem regionalen Jugendprojekt Lukashaushaus vorbereitet. Und Musik-Fans sollten sich die Krönungsmesse am Sonntag, 6. Juni (17 Uhr), in St. Marien nicht entgehen lassen. Besonders reizvoll ist auch der Rundgang zu religiösen Orten in Rendsburg am Sonnabendnachmittag: Von der evangelisch-lutherischen Christkirche, einst vom dänischen König erbaute Garnisonskirche, geht es zur früheren jüdischen Synagoge im Dr. Bamberger Haus und dann weiter zur katholischen St.-Martin-Kirche bis hin zur Rendsburger Zentrums-Moschee.

Was wünschen Sie sich für den Schleswig-Holstein-Tag?

Zunächst einmal gutes Wetter und natürlich viele Besucher. Ich würde mich freuen, wenn die Menschen nach ihrem Besuch ihren Nachbarn erzählen würden: „Wir waren in Rendsburg auf dem Schleswig-Holstein-Tag, das hat Spaß gemacht, und die Kirchenmeile hat uns besonders gefallen.“ Das wäre einfach Klasse.

Konfis gegen Gewalt

Deeskalations-Training für Jugendliche im Rahmen des Konfirmandenunterrichts

OSTERRÖNFELD Was tun, wenn es Streit gibt und dieser plötzlich eskaliert? Wie kann ich mich vor Gewalt schützen, und wie verhalte ich mich, wenn Alkohol im Spiel ist? Antworten auf diese Fragen bekamen kürzlich die Konfirmanden der Kirchengemeinden Osterrönnfeld. Pastorin Susanne Jensen und Vikarin Diana Krückmann luden zu einem Deeskalations-Workshop ein. Die Idee dazu hatte Diana Krückmann, zertifizierte Deeskalations-Trainerin der Gewaltakademie Villigst. Ein Jahr lang hat sie sich berufsbegleitend ausbilden lassen.

„Es geht um Gewaltprävention“, sagt



Spielerisch erlernen die Konfirmanden, wie Zusammenhalt vor Gewalt schützt. *FOTO: HEHNEN*

die Vikarin. Denn Gewalt sei immer ein Thema, sagt Pastorin Susanne Jensen.

Deshalb ist es ihr wichtig, auch im Konfirmandenunterricht dieses Thema zu behandeln. „Jugendliche kommen schwer an ihre Gefühle heran“, berichtet sie. Der Workshop helfe dabei, aus sich heraus zu kommen. „Ich lerne meine Konfirmanden noch einmal von einer ganz anderen Seite kennen“, berichtet Jensen. Stimmtraining, Nein sagen, Grenzen kennen lernen und Körpersprache: All das gehöre zum Deeskalations-Workshop dazu. Diana Krückmann und Susanne Jensen haben mit ihrem Workshop ein Zeichen gegen Gewalt gesetzt. Sie zeigten den Jugendlichen Perspektiven und Hilfestellungen auf. *inh*