

Aktuell



Aktion

DAS MAGAZIN FÜR UNSERE UNTERSTÜTZER:INNEN



„Alles gut?“

Was junge Menschen seelisch stärkt

INHALT

ÜBER UNS

- 03 Vorwort
- 04 Unsere Vision & Mission

VEREIN AKTION HILFE FÜR KINDER

- 09 Unsere Einzelfallhilfe
- 10 Dank Fahrradanhänger zu mehr Lebensqualität
- 11 Wie die Petö-Therapie Noah hilft
- 12 Gezielte Hörübungen sollen Yannis helfen

IM BLICKPUNKT WAS JUNGE MENSCHEN SEELISCH STÄRKT

- 14 Wenn Hilfe Halt gibt: Psychische Gesundheit stärken
- 15 3 Fragen an das Team von „ReFaps“
- 16 Leuchtturm-Initiative: „Happy Kids – Yoga & The Work“
- 18 Leuchtturm-Initiative: Patenschaftsprojekt von Lebensfarben
- 20 „Mein größter Wunsch?“ – Eine fiktive Kindergeschichte

STIFTUNG AKTION HILFE FÜR KINDER

- 25 Ein Interview mit Linus Edwards – Geschäftsführer der Stiftung Aktion Hilfe für Kinder
- 28 Stiftungsprojekt: NART-Studie – Einblicke in einen besonderen Familienalltag
- 30 Stiftungsprojekt: Kinderschutz – Check-up „Wie gut sind Sie aufgestellt?“
- 32 Stiftungsprojekt: Aktionsbusse – Teilhabe ermöglichen, Inklusion fördern
- 34 Stiftungsprojekt: TRYZE – Hand in Hand zu mehr aktivem Miteinander
- 36 Stiftungsprojekt: Aktion Steilkurve – Bewegender Halt im Fahrtwind
- 38 Stiftungsprojekt: Unsere Projektförderung – 3 besondere Herzensinitiativen

IMPRESSUM – Herausgeber: Aktion Hilfe für Kinder e. V. | Redaktion: Jennifer Kunze, Marlo Mintel, Jasmin Nowak, Toni Nürnberg | Layout & Satz: Can Yüzüncü | Druck: FLYERALARM GmbH | Fotonachweis: Wenn nicht anders benannt © Aktion Hilfe für Kinder

Das Magazin Aktion Aktuell und alle darin veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Jede durch das Urheberrecht nicht ausdrücklich zugelassene Nutzung oder Verwertung bedarf der Einwilligung des Herausgebers. Ein Nachdruck, auch auszugsweise, ist nicht gestattet. Namen und Abbildungen können aus persönlichkeitsrechtlichen Gründen verändert worden sein.

Sprache ist eine der wichtigsten menschlichen Kommunikationsformen. Sie ist jedoch kein neutrales Werkzeug, sondern drückt immer auch gesellschaftliche Norm- und Wertvorstellungen aus, prägt Wahrnehmungen und schafft Realitäten. Dementsprechend bekennen wir uns zu einer gendersensiblen Sprache und versuchen, diese auch in unseren Beiträgen umzusetzen.

LITERATURVERZEICHNIS – Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Band 35, Schutzfaktoren bei Kindern und Jugendlichen – Stand der Forschung zu psychosozialen Schutzfaktoren für Gesundheit, Köln, BZgA, 2009

VORWORT

Liebe Mitglieder und Leser:innen



Anfangs möchten wir Ihnen von Herzen für Ihre geschätzte Aufmerksamkeit danken. Nur gemeinsam mit fürsorglichen, engagierten Menschen wie Ihnen können wir Kindern und Jugendlichen ein geschützteres und erfüllteres Leben ermöglichen.

Unser Einsatz war auch in diesem Jahr wieder von einem Schwerpunktthema bestimmt: Ein Blick auf die Ergebnisse der neuesten COPSYS-Studie (COrona und PSYche) vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf hat uns dazu bewogen, unseren diesjährigen inhaltlichen Fokus auf die Stärkung der Psyche junger Menschen zu legen.

Angelehnt an die Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO), orientiert sich unser Verständnis von psychischer Gesundheit an einem wie folgt beschriebenen Idealzustand: Bei psychischer Gesundheit erleben junge Menschen ein Wohlbefinden, in dem sie ihre individuellen Fähigkeiten und Entwicklungspotentiale ausschöpfen, die Herausforderungen des Lebensalltags bewältigen und einen Beitrag zu ihrer Gemeinschaft leisten können.

Mehrere Studien zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen machten in den vorangegangenen Jahren deutlich, dass Ansätze zur Gesundheitsförderung die Stärkung von Ressourcen mit einbeziehen sollten. Aus diesem Grund konzentrieren wir uns seit

Beginn 2025 im Rahmen unserer Kommunikations- und Fördermaßnahmen insbesondere auf relevante Schutz- und Stärkungsfaktoren. Um diese näher zu ergründen, gilt es, die Ressourcen im Kind selbst sowie jene im familiären und umfeldbezogenen Kreis zu betrachten.

Auf den folgenden Seiten stellen wir Ihnen mögliche Stabilitätsanker für junge Seelen vor. Außerdem dürfen Sie sich auf inspirierende Interviews mit zwei engagierten Impulsgeber:innen freuen. Sie wirken innerhalb der von uns ausgezeichneten und geförderten Leuchtturm-Initiativen.

Von welchen wesentlichen Werten der weitere Weg unserer Stiftung geprägt sein wird, erfahren Sie über die richtungsweisenden Worte von Geschäftsführer Linus Edwards auf Seite 25.

Ein ebenso wichtiger Teil dieser Ausgabe widmet sich zudem den Herzensmomenten und Entwicklungen unserer Stiftungsprojekte NART-Studie, Kinderschutz, TRYZE, Aktion Steilkurve, Projektförderung und Aktionsbusse.

Wir wünschen Ihnen eine inspirierende Lektüre und eine besinnliche Vorweihnachtszeit.

Meike Rasch
Oliver Domskey
Dr. Carsten Roelecke



Unsere Vision

Jedes Kind kann sich frei entfalten und erfährt gesellschaftliche Teilhabe in allen sozialen Handlungsfeldern. So kann jedes Kind seine individuellen Fähigkeiten gleichberechtigt und barrierefrei in die Gesellschaft einbringen.



Adobe Stock | shangarey



Nur zusammen sind wir stark.
Danke an alle unsere Unterstützer:innen!

Unsere Förderungen für junge Menschen konnten und können wir nur dank der Hilfe und des wertvollen Einsatzes vieler lieber Engagierter umsetzen. Für diese geschätzte Unterstützung und das Vertrauen in unser Wirken möchten wir im Namen unseres gesamten Teams danke sagen.



Unser Verein

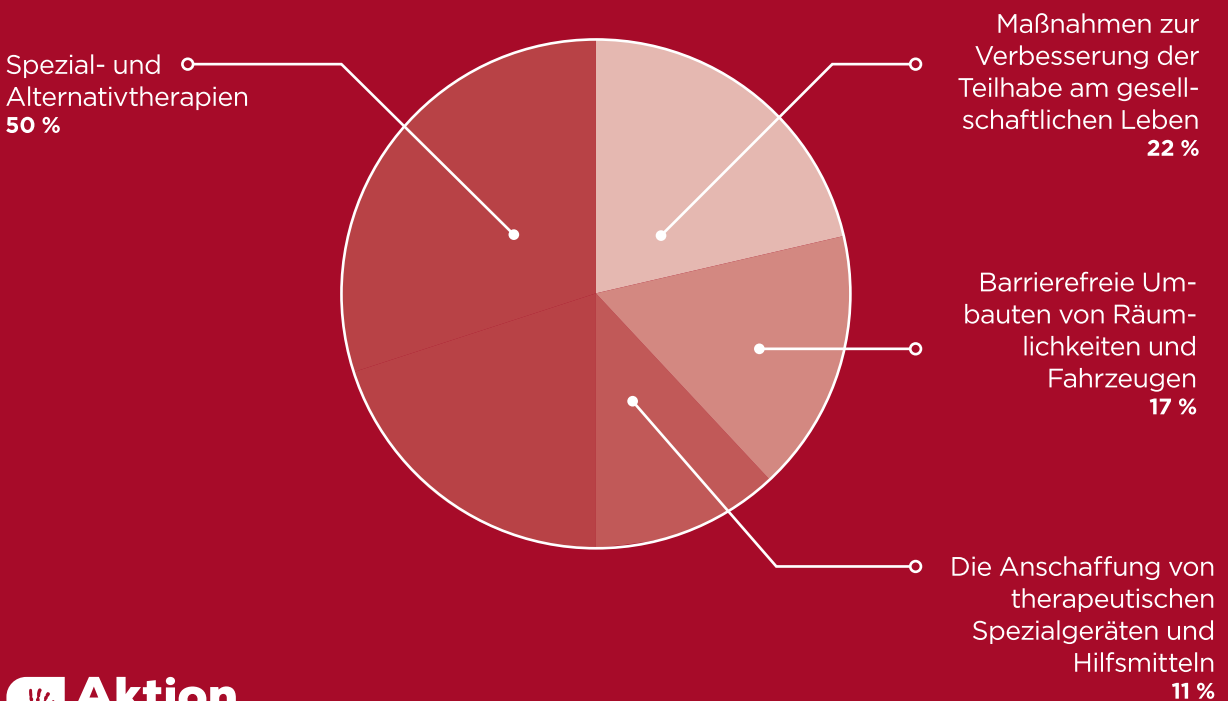
Unsere Einzelfallhilfe

Individuelle Förderung für junge Menschen - Gemeinsam für mehr Chancengleichheit

Auch im Jahr 2025 haben wir uns dafür eingesetzt, dass sich jedes Kind frei entfalten kann und gesellschaftliche Teilhabe in allen Handlungsfeldern erfährt.

Wenn Familien vor besondere finanzielle Herausforderungen gestellt wurden, sind wir eingesprungen. Auf diese Weise konnten wir notwendige Spezial- und Alternativtherapien, die Anschaffung von Hilfsmitteln und weitere unterstützende Maßnahmen ermöglichen.

Von Januar bis Dezember 2024 haben wir insgesamt 121 junge Menschen gefördert. Die Bereiche der finanziellen Unterstützung gestalteten sich anteilig wie folgt:



Antragstellung und Kontakt:



Petra Bartels & Nadine Urbons
Tel.: 0421 – 32 27 36 0
E-Mail: hilfe@aktion-hfk.de



Unsere Einzelfallhilfe
Online Antragsformular

Ein Stück Freiheit auf Rädern

Dank Fahrradanhänger zu mehr Lebensqualität



Wann immer es geht, möchte Derya* raus. Frische Luft, ein bisschen Sonne im Gesicht, das Leben beobachten. Für sie bedeutet das nicht nur Abwechslung, sondern auch ein Stück Freiheit. Doch Deryas Alltag ist weit entfernt von dem, was viele als selbstverständlich betrachten.

Die 19-Jährige leidet an einer bilateralen spastischen Zerebralparese. Diese neurologische Störung wirkt sich auf ihre gesamte Motorik aus – sie kann weder sitzen noch laufen. Auch das Sprechen fällt ihr schwer – einzelne Worte kann sie äußern, aber vollständige Sätze zu formulieren, gelingt ihr nicht. Ihre Hände nutzt sie so gut sie kann, etwa zum Essen, obwohl die ausgeprägte Spastik jede Bewegung zu einer kleinen Anstrengung macht. Eine Operation an den Füßen, die vor fünf Jahren notwendig geworden war, konnte Deformitäten zwar mildern, aber ihre Mobilität nicht entscheidend verbessern.

Geduld, Lebensfreude und ein unterstützendes Umfeld

Trotz ihrer körperlichen Einschränkungen meistert sie ihr Leben mit bewundernswerter Geduld und Lebensfreude. Derya besucht die zehnte Klasse einer Schule für körperlich beeinträchtigte Kinder. Dort blüht sie auf – sie fühlt sich wohl und verstanden. Ein Umfeld, das ihr Kraft gibt.

Deryas Familie wünscht sich vor allem, ihr mehr Freiheit zu ermöglichen. Deshalb planen sie, einen Fahrradanhänger anzuschaffen, um sie bei Fahrradtouren, Einkäufen oder Arztbesuchen sicher und komfortabel mitzunehmen. Ein Wunsch, der für Deryas Lebensqualität viel bedeutet. Doch ein solches Hilfsmittel ist teuer und ohne Unterstützung für die Familie kaum zu stemmen.

Hier kommt Aktion Hilfe für Kinder e.V. mit ihrer Einzelfallhilfe ins Spiel und übernimmt einen Teil der Kosten für den Fahrradanhänger.

**Name von Redaktion geändert*

Wenn die kleinsten Fortschritte eine ganze Welt bedeuten

Wie die Petö-Therapie Noah hilft

Noah*, 6 Jahre, lebt seit früher Kindheit mit der Diagnose Cerebralparese. Aufgrund seines Hirnzustandes bewegt er sich bisher hauptsächlich robbend vorwärts. Dabei nutzt er vermehrt seinen rechten Arm.

Spezielle Arm-Schienen ermöglichen es Noah auch zu krabbeln – zumindest eine kurze Strecke lang. Mit seinem freundlichen, aufmerksamen sowie zurückhaltenden Wesen und Lächeln bereitet er seiner Familie Tag für Tag glückliche Momente. Er kann einzelne Worte sprechen und hält Blickkontakt.

Auf zu eigenständigem Sitzen

Um seine Beweglichkeit und körperliche Flexibilität zu erhalten und weiter zu fördern, besuchen die Eltern des kleinen Sonnenscheins mit ihm seit einiger Zeit eine Petö-Therapie. Besonders gut gefallen Noah dabei die Behandlungseinheiten auf dem Vibrationstrainingsgerät. Ein nächstes mögliches Therapieziel für den 6-Jährigen ist es, eigenständig sitzen zu können.

Damit seine Familie ihm weiterhin die Teilnahme an der Petö-Therapie ermöglichen kann, unterstützen wir sie auf ihre Bitte hin mit einer finanziellen Förderung.



Bildquelle: Adobe Stock | Peakstock

Mit Musik zu mehr Selbstständigkeit

Gezielte Hörübungen sollen Yannis helfen



Bildquelle: Adobe Stock | Anatoliy Karlyuk

Yannis* braucht im Alltag viel Zuwendung und Halt. Seine besondere Form von Autismus beeinflusst fast alle Bereiche seines Lebens: Sprache, soziale Kontakte, Kommunikation und sein Kontaktverhalten. Viele Situationen, die für andere Kinder selbstverständlich sind, bedeuten für ihn große Anstrengung.

Auf Anweisung schafft es Yannis, sich für kurze Zeitspannen von etwa zwei bis fünf Minuten am Tisch zu konzentrieren. Am besten gelingt ihm das, wenn sich die Aufgaben mit kleinen Spielpausen abwechseln. Sobald der 3-Jährige eine Aufgabe erfolgreich gelöst hat, darf er ein Spiel-

zeug auswählen und damit spielen. Mit dieser Methode schafft er es, in einer Stunde in Begleitung bis zu vier verschiedene Aufgaben zu bewältigen.

Der behandelnde Arzt hat der Familie die sogenannte Tomatis-Therapie empfohlen. Dabei handelt es sich um eine Methode, die über gezielte Hörübungen und Musiktherapie die Wahrnehmung und Sprachentwicklung anregen soll. Seine Eltern möchten ihm jede Chance geben, die ihm ein Stück mehr Selbstständigkeit ermöglichen könnte.



Aktion Hilfe für Kinder e. V. hat die Familie im Rahmen der Einzelfallhilfe finanziell unterstützt.

IM BLICKPUNKT: „Alles gut?“ – Was junge Menschen seelisch stärkt

Bildquelle: Adobe Stock | Anatracch Otrranho



IM BLICKPUNKT

„Alles gut?“ – Was junge Menschen seelisch stärkt

Wenn Hilfe Halt gibt

Psychische Gesundheit stärken

Ergebnissen der neuesten COPSYS-Studie* entsprechend, erachten wir es als erstrebenswert, den vor Corona erhobenen Mittelwert des psychischen Gesundheitszustands von 400.000 Kindern und Jugendlichen in Deutschland wieder zu erreichen.

Um den im Studienzeitraum festgestellten Aufwärtstrend weiter zu fördern, konzentrieren wir uns seit Beginn 2025 in besonderem Maße auf die Schutz- und Stärkungsfaktoren psychischer Gesundheit. Dabei gehen wir vor allem Wege der Aufklärungsarbeit, Einzelfallhilfe und Projektförderung.

Auf zu mehr Spannkraft für Kinderseelen

Fördernde Faktoren psychischer Gesundheit und seelischer Stabilität zu ergründen, erfordert zunächst die Annäherung an den Begriff der Resilienz. Er leitet sich von dem englischen Wort „resilience“ ab. Übersetzt bedeutet es so viel wie Spannkraft oder Elastizität. Resilienz gilt als Aufrechterhaltung oder schnelle Wiederherstellung der psychischen Gesundheit während und nach herausfordernden Lebensphasen. Im Zentrum stehen eine positive Entwicklung und gute Anpassungsfähigkeit.

Blickpunkt Resilienz

Resilienz ist ein komplexes Zusammenspiel aus Merkmalen von Menschen und ihrer Lebensumwelt. Folgende Eigenschaften zeichnen Resilienz aus:

Resilienz ist ein dynamischer Anpassungs- und Entwicklungsprozess

Resilienz ist eine variable Größe

Resilienz ist situationsspezifisch und multidimensional

Resilienz lässt sich auf vielfältige Weise erfassen. Das liegt daran, dass sich eine gelungene Anpassung je nach Situation sehr individuell gestaltet. Es kann zum Beispiel sein, dass ein Kind in der Schule grundsätzlich besser mit Stress umgehen kann als zuhause im familiären Umfeld – oder andersherum.

Personale Schutzfaktoren:

Eigenschaften, Fertig- und Fähigkeiten eines Kindes, die sich positiv auf die psychische Gesundheit auswirken



Selbstvertrauen | Zuversicht | Religiosität | Soziale Kompetenz | Fitness | Temperament

Familiäre Schutzfaktoren:

Merkmale von Beziehungen zu Familienmitgliedern, die sich positiv auf die psychische Gesundheit auswirken



Sichere Bindung | Zuwendung | Elterliche Unterstützung | Alltagsstruktur | Emotionale Wärme

Umfeldbezogene Schutzfaktoren:

Merkmale des Umgangs mit Bezugspersonen und Menschen aus dem Umfeld, die sich positiv auf die psychische Gesundheit auswirken



Verlässlichkeit | Verständnis | Rat | Vorbilder | Ehrlichkeit

* COPSYS-Studie (COrona und PSYche) vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
** Salutogenese ist ein Modell, das die Entstehung von Gesundheit erklären soll.

Quelle: Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Band 35, Schutzfaktoren bei Kindern und Jugendlichen – Stand der Forschung zu psychosozialen Schutzfaktoren für Gesundheit, Köln, BZgA, 2009



Aktion
Hilfe für Kinder

Offenen Raum für Gefühle und Ängste schaffen

3 Fragen an das Team von „ReFaps“



Mehr Infos unter:
www.gesundheit-nds-hb.de/projekte/refaps/

Was sind aus Ihrer Sicht die größten psychischen Belastungen, mit denen Kinder und Jugendliche heute konfrontiert sind?

Team „ReFaps“: Kinder und Jugendliche sind derzeit mit vielen psychischen Belastungen konfrontiert. Sie sorgen sich um die Zukunft, etwa wegen Klimakrise, Kriegen, politischen Unsicherheiten sowie sozialer und gesundheitlicher Ungleichheiten. Zudem erleben sie Leistungs- und Gesellschaftsdruck, verstärkt durch soziale Medien, was ihr Selbstwertgefühl beeinträchtigen kann. Viele sind auch von Diskriminierung betroffen, etwa durch Rassismus, Homophobie, Sexismus, Ableismus oder Antifeminismus, was ihr Zugehörigkeitsgefühl und ihren Selbstwert stark beeinträchtigen kann. Diese Herausforderungen wirken oft zusammen und beeinflussen die psychische Gesundheit erheblich.

Was können Schulen, Kitas und andere Einrichtungen konkret tun, um die psychische Gesundheit junger Menschen zu fördern?

Die pädagogische Arbeit sollte sich auf die Stärken, Fähigkeiten und Ressourcen der Kinder konzentrieren. Obwohl das teilweise bereits umgesetzt wird, ist das System oft noch defizitorientiert. Mehr Partizipation und die Sichtbarkeit psychischer Gesundheit sind wichtig, um das Thema zu entstigmatisieren und einen offenen Raum für Gefühle und Ängste zu schaffen.

Bei diskriminierendem Verhalten sind klare Maßnahmen notwendig. Fachkräfte brauchen zudem niedrigschwellige Unterstützungs- und Beratungsangebote, um diese Aufgaben gut erfüllen zu können.

Woran können Eltern oder Fachkräfte erste Anzeichen für psychische Belastungen erkennen – und wie sollten sie dann reagieren?

Eltern und Fachkräfte können erste Anzeichen psychischer Belastungen bei Kindern und Jugendlichen erkennen, indem sie auf Veränderungen im Verhalten, in der Stimmung oder im sozialen Miteinander achten. Bei anhaltenden Veränderungen, die Leidensdruck verursachen und das soziale Leben beeinträchtigen, sollte man behutsam das Gespräch suchen. Dabei nicht vergessen: Eine psychische Auffälligkeit ist nicht direkt eine psychische Störung. Für das Gespräch ist es wichtig, den passenden Zeitpunkt und Ort zu wählen. Eine offene, einfühlsame und unvoreingenommene Ansprache hilft, Vertrauen aufzubauen. Vertraulichkeit ist essenziell, deren Grenzen müssen aber kommuniziert werden: Bei akuten Gefährdungen ist sofort professionelle Hilfe notwendig, bei weniger akuten Fällen reicht unterstützende Begleitung. Generell kann man anbieten, weitere Informationen einzuholen oder verschiedene Unterstützungsangebote in Betracht zu ziehen, wie z. B. Unterstützung durch Freund:innen, Familie oder professionelle Fachkräfte. Dabei sollte man auch die eigene emotionale Belastung im Blick behalten und sich bei Bedarf Unterstützung holen. Insgesamt ist es wichtig, empathisch zu reagieren, die Situation ernst zu nehmen und die Betroffenen zu ermutigen, Hilfe anzunehmen.

Über „ReFaps“ – Die „Regionalen Fachkräfte für psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen“ („ReFaps“) sind flexible und quartiersorientierte Ansprechpersonen für Themen rund um die psychische Gesundheit in Bremen und Bremerhaven.



„Happy Kids – Yoga & The Work“

Emotionen und Gedanken verstehen und Selbstbewusstsein spielerisch stärken

Schon im frühen Alter sind Kinder mit einer Vielzahl an Emotionen und Gedanken konfrontiert, die sie oft noch schwer einordnen können.

Genau hier setzt das Projekt „Happy Kids – Yoga & The Work“ der Bürgerstiftung Haus Ananta aus Niedersachsen an. Es richtet sich an Vorschulkin- der im Alter von fünf bis sechs Jahren und ver- folgt das Ziel, ihre emotionale Entwicklung und ihr Selbstbewusstsein zu stärken. Durch die kind- gerechte Kombination von Yoga und der Metho-

de „The Work“ nach Byron Katie lernen sie, ihre Gedanken zu hinterfragen, Emotionen besser zu verstehen und mit innerer Ruhe darauf zu reagie- ren. Als Kursus in einer Kita in Bad Rothenfelde, einer Gemeinde im Landkreis Osnabrück, im März 2025 gestartet, sind aufgrund der großen Nachfrage weitere Projekte dieser Art von Seiten der Bürgerstiftung Haus Ananta geplant. Das für die Teilnehmenden kostenlose Projekt „Happy Kids – Yoga & The Work“ wird vollständig durch Spenden finanziert.

Interview

mit Projektleiterin
Juliane Heske

„Fokus stärker auf die Stärken der Kinder legen“



Frau Heske, wenn Sie Ihr Projekt in ein Kinder- bild malen müssten: Was wäre darauf zu sehen?

Juliane Heske: Da sehe ich ganz viel Farbe. Das Bild wäre richtig bunt. Viele Kinder wären zu se- hen, fröhlich und in ihrer Kraft. Und es gäbe ganz viel Natur: die Sonne, auf jeden Fall ein Baum, Wasser und eine große Wiese. Ich sehe richtig vor mir, wie die Kinder lachend über das Grün rennen.

Wie läuft eine Kurseinheit in der Kita ab?

In jeder Stunde widmen wir uns einem bestimm- ten Thema sowie einem übergeordneten Leit- thema – etwa Achtsamkeit und Dankbarkeit. Zu Beginn jeder Einheit gibt es ein Begrüßungsritu- al. Wir sprechen gemeinsam einen kleinen Reim, der die Stunde eröffnet. Zudem wiederholen wir gemeinsam die Asanas – so werden die körperli-

chen Übungen oder Haltungen im Yoga genannt – und das Thema der vorherigen Stunde, um das Erlebte in Erinnerung zu rufen.

Dann leiten wir mit einer kurzen Einführung ins neue Thema über zur Yoga-Einheit. Diese beginnt mit unserer „Zauber Melodie“, gefolgt von der Namaste-Haltung. Dabei werden die Handflächen vor dem Herzen flach aneinandergelegt, die Finger zeigen nach oben, und die Arme sind entspannt nah am Körper. Daraufhin machen wir den Sonnengruß – in Reimform und immer in der gleichen Abfolge, einmal mit dem rechten, einmal mit dem linken Bein. Danach steigen wir in eine Yoga-Geschichte ein. Die Hauptfiguren sind Plüschhund Bello und Plüschkatze Milou. Beide erleben in jeder Stunde neue Abenteuer. In einer Einheit sind beide zum Beispiel ans Meer gefahren. Die Geschichte drehte sich um Entspannung und Achtsamkeit: Wie klingt das Meeresrauschen, wie riecht Salzwasser? Passend dazu haben wir Yogaübungen wie die Muschel oder den Seestern gemacht. Im Anschluss folgt immer ein Entspannungsteil, in dem die Kinder auf dem Rücken liegen und in einer kurzen Fantasiereise noch einmal das Erlebte Revue passieren lassen. Den Abschluss bildet ein gemeinsames Ritual in Reimform: „Unsere Yoga-Zeit ist jetzt aus, ganz entspannt gehen wir hier raus. Wir atmen ein, wir atmen aus, nehmen Freude mit hinaus.“

Wie helfen Sie den Kindern konkret dabei, negative Gedanken zu erkennen und durch positive zu ersetzen?

Uns ist es wichtig, den Kindern schon früh ein Verständnis dafür zu geben, wie unsere Realität entsteht: Ganz am Anfang steht ein Gedanke, daraus entsteht ein Gefühl, und aus diesem Gefühl heraus handeln wir – und so gestalten wir unser Leben.

Den Kindern bewusst zu machen, dass hinter negativen Gefühlen immer negative Gedanken stecken, ist ein zentraler Punkt in unserem Projekt. Denn wenn ich mich schlecht fühle, denke ich oft, „Ich bin nicht gut genug“, „Der mag mich nicht“, „Ich schaffe das nicht“ oder „Ich bin wertlos“. Ohne diese Gedanken gäbe es das schlechte Gefühl gar nicht.

Welche Veränderungen beobachten Sie bei den Kindern?

Was ich vor allem sehe, ist, dass sich die Kinder mit der Zeit immer mehr öffnen. Sie sprechen zunehmend über sich selbst, ihre Gefühle und Erlebnisse. Zwei Mädchen, die anfangs sehr ängstlich waren und nur zuschauen wollten, sind jetzt voller Begeisterung dabei. Das zeigt, wie wichtig das Umfeld ist. Hier können sich die Kinder wirklich öffnen, ohne Druck oder Zwang.

Was sollte sich an Kitas, Schulen oder in der Gesellschaft verändern, damit Kinder psychisch gestärkt aufwachsen?

Wenn ich mir etwas wünschen könnte, dann wäre es, dass der Fokus stärker auf die Stärken der Kinder gelegt wird. Zudem sollte das Thema Selbstwert gefördert werden, damit jedes Kind als wertvoll wahrgenommen wird. Das alles sollte fest in den Schulalltag eingebunden sein, um ein Bewusstsein dafür zu schaffen, wie sehr unsere Gedanken unser Leben beeinflussen.

„Happy Kids – Yoga & The Work“

Im Rahmen des diesjährigen Blickpunkt-themas hat Aktion Hilfe für Kinder e.V. dieses besondere Pilotprojekt mit €5.000 finanziell unterstützt.



Haus Ananta – Achtsamkeitszentrum
Tel.: 0151 1555 8351
E-Mail: info@haus-ananta.de



Mehr Infos unter:
www.haus-ananta.de



Das vollständige Interview lesen



Bildquelle: Lebensfarben

Einfach mal Kind sein dürfen

Wie Lebensfarben mit Patenschaften Kindern psychisch kranker Eltern hilft.

„Holst du mich auch noch ab, wenn ich größer bin? Oder wenn ich verheiratet bin?“ Diese Fragen eines neunjährigen Mädchens an ihre Patin gehen Sandra Karsten noch immer nahe. Die Geschäftsführerin vom Verein Lebensfarben weiß: Hinter dieser kindlichen Sorge steckt eine tiefe Sehnsucht nach Verlässlichkeit – etwas, das viele Kinder zu Hause vermissen.

In Deutschland leben mindestens 3,8 Millionen Kinder, die sich mehr um ihre Eltern kümmern müssen als um sich selbst. Wenn Mama oder Papa an einer psychischen Erkrankung oder Suchtproblemen leiden, übernehmen die Kleinen oft viel zu früh Verantwortung. Sie werden zu „stillen Held:innen“, wie Sandra Karsten sie nennt – Kinder, die ein Stück ihrer Kindheit verlieren.

Ihr Verein aus dem Oberbergischen Kreis berät, unterstützt und begleitet Kinder und Jugendliche, deren Eltern unter psychischen Erkrankungen oder Suchterkrankungen leiden. Ein Projekt: die ehrenamtlichen Patenschaften.

Kinder blühen auf

Einmal pro Woche holt der/die Pat:in das Kind von zu Hause, der Schule oder dem Kindergarten ab. Danach verbringen sie zwei bis drei Stunden miteinander. Mal wird gebacken, mal gemeinsam gekocht, manchmal nur geredet. Es geht nicht um das Was, sondern um das Zusammensein. Karsten betont, dass die Kinder keineswegs ständig „Action“ bräuchten. Im Gegenteil. „Viele freuen

sich ganz bewusst auf diese ruhigen, geschützten Momente, in denen sie ganz sie selbst sein dürfen“, sagt die Geschäftsführerin. Diese Zeit bedeute für die Kinder, Kind sein zu können – fernab von den Belastungen daheim.

Die Veränderung sei oft deutlich spürbar, erklärt Karsten. Zu Beginn seien die Kinder oft sehr zurückhaltend und verunsichert. Durch die verlässliche Beziehung zu ihrem/ihrer Pat:in würden sie mit der Zeit aufblühen. Auch Lehrkräfte und Erzieherinnen bestätigten diese positive Entwicklung.

Dankbare Eltern

Lebensfarben begleitet die Kinder von der Geburt bis zum 18. Lebensjahr. Das jüngste ist acht Monate alt. Wenn ein Kind volljährig wird, endet die Patenschaft nicht automatisch. „Je nach Situation begleiten wir auch darüber hinaus, wenn es notwendig ist“, so Karsten.

Entgegen mancher Befürchtung seien die Eltern selten eifersüchtig auf die Pat:innen. „Die meisten Eltern sind vielmehr dankbar und erleichtert, wenn sie wissen, dass ihr Kind eine gute Zeit hat“, schildert Karsten.

Wer Pat:in werden möchte, durchläuft eine fundierte Ausbildung: vier Module mit je acht Unterrichtseinheiten. Dabei geht es etwa um das Verstehen psychischer Erkrankungen, die eigene Rolle und den Kinderschutz. „Ein wichtiger Teil ist auch die Frage: Was macht die Ausbildung mit mir? Fühle ich mich der Aufgabe gewachsen?“, erklärt Karsten.

Derzeit warten über 80 Kinder auf eine Patenschaft. „Die Warteliste ist tatsächlich sehr lang“, bedauert die Geschäftsführerin. Um dem entgegenzuwirken, bildet Lebensfarben regelmäßig neue Ehrenamtliche aus. Für wartende Kinder gibt es bereits andere Angebote wie Kinder- und Jugendgruppen. Karsten: „Wichtig ist, dass die Familien

eine Anlaufstelle haben. Allein das Wissen, jemanden zum Reden und eine Anlaufstelle zu haben, kann bereits eine spürbare Entlastung bringen.“



Kontakt: Lebensfarben

Tel.: 0 22 72/7 94 95 46

kontakt@lebensfarben-oberberg.de



Mehr zu den Patenschaften:

www.medienprojekt-wuppertal.de

Video

Da eine dauerhafte staatliche Förderung bislang fehlt, ist Lebensfarben auf Spenden und Stiftungsgelder angewiesen. Nur dank dieser Unterstützung kann der Verein seine vielfältigen Angebote aufrechterhalten und weiterentwickeln. Ob in individuellen Beratungen, Gruppenangeboten oder durch ehrenamtliche Patenschaften – Lebensfarben setzt sich mit großem Engagement dafür ein, jungen Menschen in schwierigen Lebenslagen Stabilität, Orientierung und neue Perspektiven zu geben. Die Pat:innen werden durch regelmäßige Reflexionsgespräche, Supervisionen und bei Bedarf auch durch professionelle Unterstützung begleitet.

Im Rahmen des diesjährigen Blickpunkt-themas förderte Aktion Hilfe für Kinder e. V. das wertvolle Pat:innenprojekt mit €5.000.



Mein größter Wunsch? Einfach mal Kind sein dürfen

Wie es ist, in Armut aufzuwachsen

Ich bin Elias. Zehn Jahre alt. Ich kann gut lügen, wenn es sein muss. Zum Beispiel, wenn jemand fragt, wie es mir geht. Ich sag dann immer „alles gut“.

Manchmal stell ich mir vor, mein Leben ist wie ein altes Radio. Man dreht und dreht, aber der richtige Sender kommt nicht. Nur Rauschen. Und wenn man ganz genau hinhört, kann man trotzdem was erkennen: Ein Junge, der einfach mal Kind sein will. Ohne Sorgen.

Ich wohne mit Mama und meinem kleinen Bruder Sami in einem Dorf in Nordrhein-Westfalen. So ein Ort, wo jeder jeden kennt. Unser Haus steht ganz am Rand. Ein grauer, langer Block mit vier Etagen, flachem Dach und viel Beton drumherum. Unsere Wohnung ist ganz oben. Vierter Stock, ohne Aufzug. Der Flur riecht nach feuchtem Keller. Die Wände sind schmutzig vom Anfassen, das Licht flackert manchmal. Wenn Mama die Einkaufstüten hochträgt, muss sie zwischendurch Pause machen, weil es so anstrengend ist.

Papa ist weggegangen

Drinnen ist es eng. Ich teile mir ein Zimmer mit Sami. Die Tapete löst sich in den Ecken. Die Fenster klemmen. Wenn es draußen windig ist, pfeift es durch die Ritzen, und die Heizung hustet wie ein alter Traktor.

Papa wohnt nicht mehr bei uns. Er ist einfach weggegangen, als ich fünf war. Ich weiß nicht warum. Mama hat gesagt, Erwachsene machen manchmal Sachen, die Kinder nicht verstehen.

In der Schule sagen sie, ich soll gut mitmachen, damit aus mir später etwas wird. Dabei weiß ich schon, was ich werden will. Fußballprofi. Einer wie Cristiano Ronaldo. Ich hab ein Bild von ihm über meinem Bett hängen. Aus einer alten Zeitschrift, zerknittert, aber ich hab es festgeklebt, damit es nicht runterfällt. Er steht da wie ein Held. Stark. Schnell. Mutig.



„Guck mal, der Secondhand-Junge“

Ich trag oft die Sachen von Sami, wenn er rausgewachsen ist. Hosen, bei denen die Knie schon dünn sind. Pullover mit ausgewaschenem Muster. Mama flickt sie mit viel Mühe. Manchmal näht sie kleine Sterne auf die Löcher. Sie sagt, das sieht dann fröhlicher aus. Ich mag das. Als hätte ich etwas Besonderes an – nicht teuer, aber gemacht mit Liebe. Aber die anderen sehen keine Sterne. Nur alte Sachen. In der Schule lachen sie. „Guck mal, der Secondhand-Junge“, hat einer mal gesagt. Ich hab den Kopf gesenkt, als würde mich das nicht treffen. Hab versucht, meine Sterne zu verstecken. Ich hab so getan, als wär's mir egal. War's aber nicht. Es war, als hätten sie gesehen, dass ich versuche, etwas Schönes aus wenig zu machen – und es trotzdem kaputtgelacht.

Danach hab ich mich gefragt, ob es vielleicht besser wäre, wenn Mama keine Sterne mehr aufnäht. Vielleicht falle ich dann weniger auf. Aber dann hab ich gesehen, wie Mama spätabends noch genäht

hat, mit müden Augen. Und da wusste ich: Diese Sterne sind mein Schutz. Sie sind ganz viel Liebe.

Superheld mit rotem Umhang

Ich träume von einem Ort, wo keiner ausgelacht wird, nur weil er wenig hat. Wo jedes Kind zählt. Manchmal male ich meine Träume auf Papier mit Buntstiften. In kräftigen Farben. Da lacht Mama, mit funkelnden Augen. Sami fliegt durch die Luft wie ein Superheld mit einem roten Umhang. Und ich? Ich habe keine Angst mehr. Nur noch dieses warme Gefühl, das alles gut werden kann. Irgendwann.

Neulich hat meine Klassenlehrerin gesagt: „Man kann stark sein, auch wenn man manchmal traurig ist.“ Ich fand das schön. Ich glaube, stark sein heißt nicht, alles zu haben oder keine Angst zu spüren. Stark sein heißt, dass jemand an dich glaubt. Dass deine Träume nicht zu groß sind. Dass du nicht alleine bist.

Ich wünsch mir, dass alle Kinder das wissen. Auch die, die so still sind, dass man sie fast vergisst. Die, die täglich versuchen, tapfer zu sein, obwohl alles in ihnen schreit. Die leisen Kämpfer. So wie ich.

Elias' Geschichte ist zwar fiktiv, doch sie steht symbolisch für das Leben vieler Kinder, die in Familien mit finanziell begrenzten Mitteln aufwachsen und täglich mit Herausforderungen kämpfen, die oft unsichtbar bleiben. Unsere Stiftung Aktion Hilfe für Kinder kämpft dafür, dass kein Kind vergessen wird!

Übernehmen Sie mit uns gemeinsam die Verantwortung für die Kinder unserer Gesellschaft. Helfen Sie mit!



Einfach online spenden
Verantwortung übernehmen.
Weil sie uns brauchen.



Chancenlos. Wir schaffen Perspektiven! Gemeinsam mit Ihnen?



Weihnachten ist das Fest der Liebe und des Schenkens. Doch immer mehr Menschen entscheiden sich bewusst gegen materielle Dinge und für **Spenden statt Geschenke**. Vom reinen Konsumgedanken hin zu einem Fest der Nächstenliebe, Solidarität und des Mitgefühls. Wir laden Sie herzlich ein, gemeinsam mit uns Perspektiven zu schenken.

Wir sind fest davon überzeugt, dass **kleine Gesten Großes bewirken können**. Durch eine Spende an unsere Stiftung unterstützen Sie Kinder in Not. Mit unseren Projekten fördern wir Kinder mit Behinderungen und Kinder aus Familien mit finanziell begrenzten Mitteln. Unsere Vision ist es, dass sich jedes Kind frei entfaltet und gesellschaftliche Teilhabe in allen sozialen Handlungsfeldern erfährt. So kann jedes Kind seine individuellen Fä-

higkeiten gleichberechtigt und barrierefrei in die Gesellschaft einbringen.

Ihr Herz schlägt für eines unserer **Projekte** – dann wählen Sie es im Spendentool aus oder vermerken Sie es im Verwendungszweck. Sie können sich nicht entscheiden? Spenden Sie an die **Stiftung** allgemein – wir setzen Ihre Spende dort ein, wo sie am dringendsten benötigt wird.

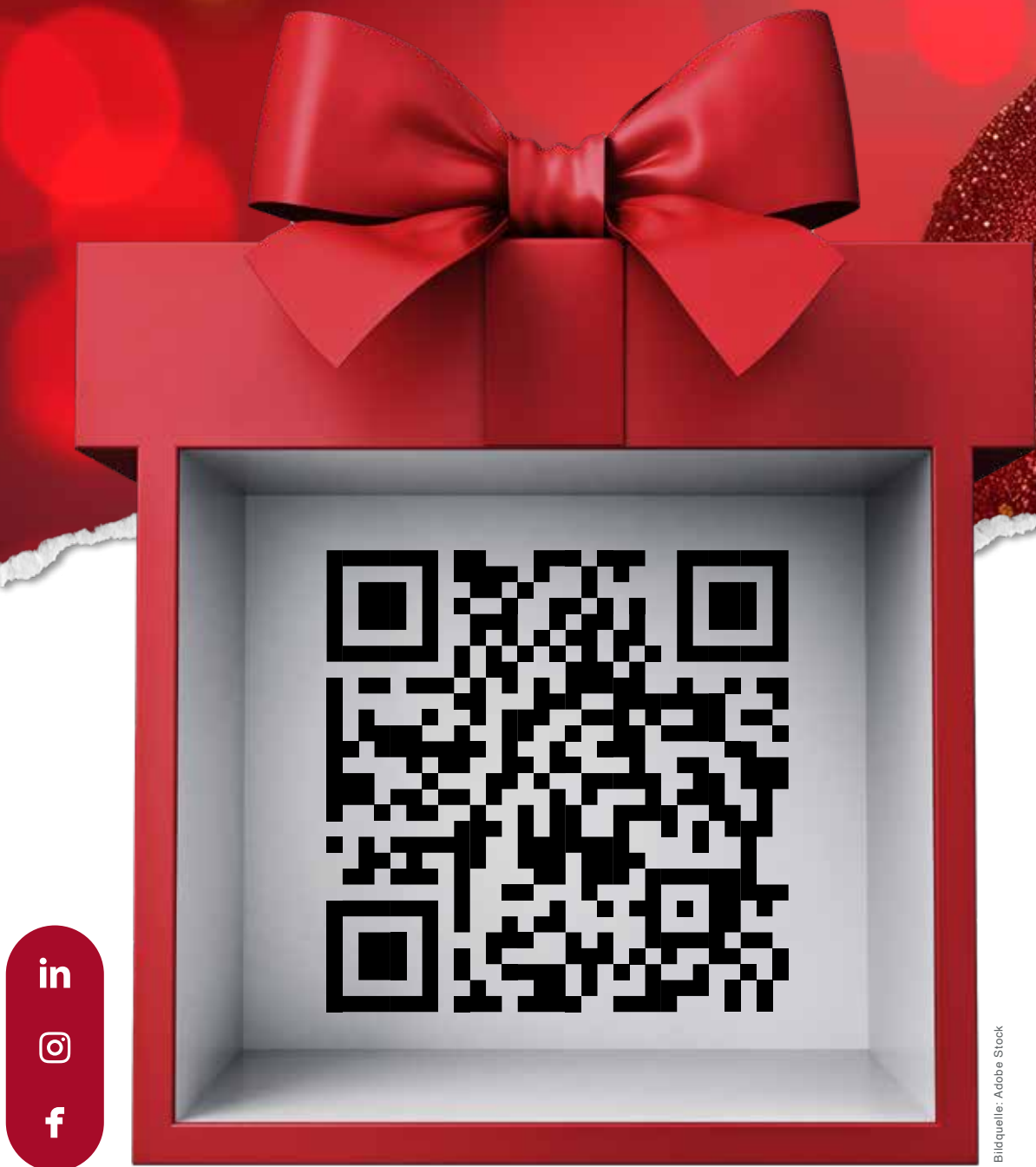
Großes bewirken – nicht nur zu Weihnachten. **Spenden verschenken zu jedem Anlass**. Ob Geburtstag, Hochzeit oder Jubiläum – es gibt zahlreiche Gelegenheiten, Spenden zu sammeln oder zu verschenken. Verbreiten Sie Glücksgefühle mit unseren Geschenkkarten oder durch Ihren Einsatz für unsere Vision. Nutzen Sie ganz einfach den Geschenk-QR-Code.



STIFTUNG AKTION HILFE FÜR KINDER

IBAN: DE19 2919 0024 0078 8937 00 / Bremische Volksbank eG

Betreff: AHfK-Weihnachten_Aktion



Bildquelle: Adobe Stock / Mla

Bildquelle: Adobe Stock

Einfach online spenden.



DIE STIFTUNG

Die Stiftungsprojekte von Aktion Hilfe für Kinder



Interview

mit Geschäftsführer
Linus Edwards

„Die Erfolgsmomente der Kinder überstrahlen jede vermeintliche persönliche Belastung und führen mir immer wieder vor Augen, wie wichtig unsere gemeinsame Arbeit ist.“



Herr Linus Edwards, Sie sind seit 2022 bei der Aktion Hilfe für Kinder. Seit diesem Jahr sind Sie alleiniger Geschäftsführer der Stiftung. Gab es in den vergangenen Jahren ein Projekt, das Sie emotional besonders berührt hat?

Linus Edwards: Emotional berührt mich vor allem, dass wir auf zahlreiche Förder:innen zählen können, die es überhaupt erst ermöglichen, dass wir Projekte für Kinder umsetzen können – dafür möchte ich Ihnen danken! Was die Projekte angeht, finde ich es schwer, sie in eine emotionale Reihung zu bringen, denn jedes einzelne hilft Kindern und ihren Familien, ihre Lebensumstände zu verbessern.

Einen besonderen Stellenwert nimmt aber sicherlich die „NART“-Studie ein, die wir gemeinsam mit dem Bremer Therapiezentrum für Kinder und Erwachsene durchführen. NART steht für Neuroaktive Reflextherapie und bezeichnet einen ganzheitlichen Behandlungsansatz, der sich an Kinder richtet, die von infantiler Cerebralparese (ICP) betroffen sind. Also junge Menschen, die aufgrund frühkindlicher Hirnschäden unter Bewegungsstörungen leiden. Die NART hilft diesen Kindern, ihren Alltag selbständiger zu gestalten und aktiv am Leben teilzunehmen. Leider ist es so, dass die NART in Deutschland in der Regel nicht von den Krankenkassen übernommen wird. Mit unserer Studie wollen wir wissenschaftlich fundiert nachweisen, dass das Konzept einen wirksamen Beitrag zur Verbesserung der Lebensumstände von durch ICP betroffenen Kindern leistet. Auf diese Weise wollen wir erreichen, dass deutsche Krankenkassen die Behandlung anerkennen, damit möglichst viele Kinder von ihr profitieren können und ihre Familien von finanziellen, bürokratischen und emotionalen Belastungen befreit werden.

In dieser Ausgabe nehmen wir das Thema „psychische Gesundheit“ in den Blickpunkt. Wie gehen Sie persönlich mit der mentalen Belastung in Ihrem Job um?

Ich habe eine sehr positive Einstellung zu meinem Job, denn ich kann mit meiner Arbeit direkt und sinnvoll für junge Menschen wirken. Selbstverständlich wäre dies ohne ein starkes Team nicht möglich. Insofern darf ich mich glücklich schätzen, dass ich zahlreiche Menschen an meiner Seite weiß, die gemeinsam jeden Tag dafür arbeiten, Kindern unmittelbar zu helfen. Daraus kann ich sehr viel positive Energie ziehen.

Wirtschaftliche Aspekte spielen in meinem Job eine wesentliche Rolle, denn nur wenn wir viele Menschen für unsere Arbeit begeistern und von ihrem Sinn überzeugen können, sind wir in der Lage, unsere Wirkung für Kinder zu entfalten. Das ist manchmal ein Kraftakt und kann durchaus zu Kopfzerbrechen führen, dennoch überwiegt immer die Freude, wenn ich beispielsweise erfahre, dass ein von infantiler Cerebralparese betroffenes Kind erfolgreich vier Blöcke der NART-Studie absolviert und dadurch merkbare Fortschritte erzielt hat.

Die Erfolgsmomente der Kinder überstrahlen jede vermeintliche persönliche Belastung und führen mir immer wieder vor Augen, wie wichtig unsere gemeinsame Arbeit ist.

Wir leben gefühlt in einer Zeit, in der eine Krise auf die nächste folgt. Wie bewerten Sie vor diesem Hintergrund die Lage und die Herausforderungen für die Kinder- und Jugendhilfe in Deutschland?

Ja, die Krisen nehmen zu und damit wachsen die Anforderungen an die Kinder- und Jugendhilfe.

Zwischen all den globalen Krisen ist es für mich wichtig, dass wir die Rechte und Perspektiven der Kinder in unserer Gesellschaft nicht aus den Augen verlieren.

Wir alle müssen dafür Sorge tragen, dass die relevanten Themen der Kinder- und Jugend-

hilfe mit angemessenen Ressourcen ausgestattet werden. Unsere Stiftung möchte einen Beitrag leisten, um an genau den Stellen zu helfen und zu wirken, wo öffentliche oder andere Kostenträger an ihre Grenzen stoßen. Das Beispiel NART-Studie habe ich bereits eingangs erwähnt. Außerdem beschäftigen wir eine Kinderschutzfachkraft und setzen uns für ein ganzheitliches Inklusionsverständnis ein, um professionell und nachhaltig für die Kinder zu wirken.

Gesellschaften unterliegen einem permanenten Wandel, entsprechend müssen sich auch Organisationen anpassen, um zukunftsfähig zu bleiben. Was ist Ihre Vision für die Zukunft der Stiftung Aktion Hilfe für Kinder?

Wir durchlaufen in unserer Organisation seit gut einem Jahr einen umfangreichen Entwicklungs- und Strukturierungsprozess, um uns weiterhin zukunftsfähig aufzustellen. Dabei spielt der Begriff der Transformation eine wesentliche Rolle: Wo kommen wir her und wo wollen wir hin? Was wollen wir künftig gesellschaftlich bewirken? Welchen Kindern wollen wir besonders helfen? Wie machen wir das?

Wir sind mittendrin, unser Profil und unseren Wirkungsauftrag als Kinderhilfsorganisation zu schärfen. Das ist eine spannende Phase, in der wir unsere sinnstiftende Arbeit reflektieren und den Mehrwert unseres Tuns noch messbarer und transparenter machen wollen. Die NART-Studie ist auch hier ein gutes Beispiel, denn meines Erachtens wissen noch zu wenige Menschen, wie wertvoll die NART für die teilnehmenden Kinder ist.

Noch ist unser Transformationsprozess nicht abgeschlossen und die Vision eher eine Herausforderung an uns selbst: Wir wollen wirksame Maßnahmen entwickeln beziehungsweise weiterentwickeln, die einen positiven Einfluss auf die Lebenswirklichkeit von Kindern haben. Ich habe keinen Zweifel daran, dass es uns gelingen wird und es auch zukünftig sinnvoll sein wird, die Stiftung Aktion Hilfe für Kinder zu unterstützen.

Die Digitalisierung ist sicher ein Werkzeug, um eine Organisation zukunftsfähig zu gestalten. Insbesondere das Thema „künstliche Intelligenz“ ist in aller Munde. Wie stehen Sie dazu?

Die „künstliche Intelligenz“ ist ein brandaktuelles Thema, wobei es rückblickend auch schon diverse andere Megatrends gab, die uns als Gesamtgesellschaft weltweit beschäftigt haben. Ich ziehe bei solchen Megathemen gerne den Vergleich zur Erziehung: Wir können uns dem nicht verschließen und müssen den richtigen Umgang damit lernen und lehren.

Daher sollten wir auch bei der Digitalisierung im Allgemeinen und der KI im Besonderen hinterfragen, wo die Chancen und wo die Risiken liegen. Für uns konkret bieten die technischen Entwicklungen sicherlich Vorteile in Sachen Effizienz und Effektivität, beispielsweise bei Recherchen und der Analyse von Datensätzen. Durch den Einsatz von generativer KI können wir den Einsatz echter Kinderfotos reduzieren, was dem Kinderschutz im engeren Sinne zugutekommt. Zugleich müssen wir aufpassen, dass die Grenzen zwischen Fakten und Fiktionen nicht verschwimmen – insbesondere als Kinderhilfsorganisation ist es uns wichtig, dass wir als authentisch und integer wahrgenommen werden. Genauso ernst nehmen wir das Thema Datenschutz. Wir haben uns selbst strenge KI-Richtlinien auferlegt und jeder im Team, der mit KI arbeitet, ist besonders geschult und sensibilisiert. Wichtig ist uns auch die menschliche Komponente. Ich kann definitiv ausschließen, dass zukünftig zum Beispiel KI-Chatbots die Kommunikation mit unseren Unterstützer:innen und Förder:innen übernehmen.

Wir sind eine Organisation von Menschen für Menschen. Wie überzeugen Sie als Geschäftsführer andere Menschen davon, dass es Sinn macht, die Stiftung Aktion Hilfe für Kinder zu unterstützen?

Tatsächlich ist das eine Frage, die ich mir selbst täglich stelle: Warum sollten Menschen die Arbeit, für die ich stehe, unterstützen wollen? Die Antwort darauf ist sehr umfangreich und ich versuche es daher mit prägnanten Schlagworten, die sich schon an einigen Stellen in diesem Interview wiederfinden: Ehrlichkeit, Transparenz, Profession, Wirkung, Verlässlichkeit. Ich stehe persönlich dafür ein, dass wir einen konkreten Wirkungsauftrag für unsere Zielgruppe verfolgen. Das tun wir mit qualifiziertem Personal und einem kompetenten Forschungs- und Partnernetzwerk. Wir legen regelmäßig

Rechenschaft darüber ab, wie und in welcher Höhe Mittel verwendet wurden, wie viele Kinder wir erreicht haben und welcher Mehrwert für die geförderten Kinder nachweisbar ist. Wir sind nahbar und agieren auf Augenhöhe. Jeder Mensch, der an uns glaubt und uns unterstützt, macht es deshalb möglich, in noch größerem Umfang für Kinder zu wirken.

Was wünschen Sie sich von unseren Spender:innen und Unterstützer:innen?

Zunächst wünsche ich mir von unseren aktuellen und potenziellen Unterstützer:innen – ob Privatpersonen, Unternehmen oder anderen Förder:innen – ein weiterhin so hohes Engagement für die Belange der Kinder. Und ich möchte mich von Herzen bei all jenen bedanken, die uns oder auch andere Kinderhilfsorganisationen unterstützen.

Ich sehe uns alle als Teil einer großen Solidargemeinschaft, in der wir uns alle mit unseren spezifischen Möglichkeiten – sei es durch explizite oder monetäre Förderung – für Kinder und Jugendliche einsetzen.

Zukünftig wünsche ich mir zudem einen noch engeren Austausch mit allen Förder:innen unserer Stiftung beziehungsweise an unserer Arbeit Interessierten.

Dazu lade ich Sie ein, direkt Kontakt zu mir aufzunehmen. Haben Sie konkrete Nachfragen zu unserer Arbeit, haben Sie Ideen, möchten Sie sich einbringen?



Dann schreiben Sie an
fragen@stiftung-ahfk.de
Ich freue mich auf Ihre Nachrichten!

Sollten Sie unsere Arbeit finanziell unterstützen wollen, haben Sie hier ganz unkompliziert die Möglichkeit dazu:



Einfach online spenden
Verantwortung übernehmen.
Weil sie uns brauchen.

 **Aktion**
Hilfe für Kinder



Wenn die Krankenkasse nicht zahlt

Toms Eltern zwischen gesundheitlichem Fortschritt und finanziellem Risiko

Seifenblasen tanzen durch den Therapie-
raum. Mit seinen kleinen Händen schnappt Tom* nach ihnen, während er mit dem Rücken auf einem großen Medizinball liegt. Der Junge wird an beiden Knöcheln festgehalten und behutsam hin- und herbewegt. Während andere Zweijährige vielleicht gerade in der Kindertagesstätte spielen, arbeitet Tom hier im Therapiezentrum für Kinder und Erwachsene (TKE) in Bremen daran, das zu erlernen, was für die meisten Kinder in seinem Alter selbstverständlich ist: eigenständig zu laufen.

Tom war als Frühchen sieben Wochen zu früh auf die Welt gekommen. Bei der Geburt erlitt er eine kleine Hirnblutung. Als ihr Sohn mit eineinhalb Jahren noch immer keine Anzeichen zeigte, laufen zu wollen, wuchs die Sorge bei den Eltern. Im September 2024 dann die Diagnose: infantile Cerebralparese, kurz ICP – eine frühkindliche Bewegungsstörung, verursacht durch die Schädigung des Gehirns. Bei Tom sind beide Beine von den Spastiken betroffen, das linke stärker als das rechte. Orthesen sind seither seine ständigen Begleiter.

Erste Erfolge

Die Neuroaktive Reflextherapie, kurz NART, ist die große Hoffnung der Familie aus Oldenburg. Im Rahmen der NART müssen Kinder wie Tom über ihre gewohnten Grenzen hinausgehen, um neue Fähigkeiten und Bewegungsabläufe zu erlernen und durch kontinuierliches Training zu festigen. Sie umfasst eine Kombination aus speziellen Massagen, Gelenktherapien und gezielten Gymnastikübungen, die darauf abzielen, die Muskelspannung zu reduzieren, Spastiken zu lösen und die Beweglichkeit zu verbessern. Damit gesundheitliche Fortschritte beibehalten und neue Fähigkeiten entwickelt werden können, muss die NART alle drei bis fünf Monate wiederholt werden. Ein Block umfasst zehn Behandlungstage.

Bereits jetzt zeigen sich bei Tom erste Erfolge. „Er läuft noch nicht alleine. Aber er läuft freier. Wir müssen nicht mehr so viel unterstützen wie vorher“, berichtet seine Mutter. Ein Lächeln



huscht über ihr Gesicht. „Wir haben keinen einzigen Tag bereut, hier zu sein.“

Auch ihr Ehemann beobachtet die Fortschritte seines Sohnes mit wachsender Zuversicht. „Sein Gleichgewicht hat sich erheblich verbessert“, stellt er fest. Zwar könne Tom noch nicht alleine sitzen, besonders das Ausstrecken der Beine falle ihm noch schwer. Dennoch sei er im Schneidersitz erheblich stabiler geworden.

„Es geht am Ende um sehr viel Geld“

Die Familie schöpft Kraft aus der NART, wäre da nicht die finanzielle Herausforderung. Rund 3.000 Euro bezahlen sie für einen zweiwöchigen Behandlungsblock. Die Krankenkasse? Über-

nimmt die Kosten der NART in der Regel nicht. So auch bei Toms Eltern. Der Vater rechnet vor. „Ein Block geht ja noch. Vier Blöcke würden in etwa 12.000 Euro kosten. Es geht am Ende um sehr viel Geld.“

Er arbeitet als Lehrer, seine Frau ist Bürokauffrau und derzeit in Elternzeit. Vor fünf Monaten haben sie ihr zweites Kind bekommen und kürzlich ein Haus gekauft.

Um Familien finanziell und emotional zu entlasten und die Krankenkassen zur Kostenübernahme zu bewegen, finanziert die Stiftung Aktion Hilfe für Kinder eine wissenschaftliche Studie, die die Wirksamkeit der NART nachweisen soll. Tom nimmt an ihr teil. Die Studie wird vom TKE Bremen, dem Kooperationspartner der Stiftung, durchgeführt und begleitet. Zugelassen ist sie von der Ethikkommission der Ärztekammer Bremen. Die ersten Ergebnisse der qualitativen Vorstudie, die Verbesserungen in Bereichen wie Rumpfstabilität, Kopfkontrolle, Mobilität, Muskeltonus, Gehvermögen, beidbeiniges Stehen, freies Sitzen, Feinmotorik und Gelenkmobilität aufzeigen, sind vielversprechend.



Im Notfall ein Kredit

„Es wäre eine Riesenerleichterung“, sagt Toms Vater, wenn er an eine mögliche Kostenübernahme durch die Krankenkasse denkt. „Das ist nämlich eine Riesensorge, wie wir das alles bezahlen.“ Er hofft, dass sein Sohn mithilfe der NART eines Tages selbstständig laufen kann. Um ihm diese Chance zu ermöglichen, nimmt die Familie finanzielle Belastungen in Kauf. „Wir haben ein paar Rücklagen, gehen ein gewisses finanzielles Risiko ein. Aber das ist es uns wert“, sagt der Vater. „Im Notfall würden wir auch einen Kredit aufnehmen.“

Die Teilnahme an der NART sollte kein Privileg sein, findet seine Frau. „Es kann nicht sein, dass Kinder, deren Eltern die finanziellen Mittel fehlen, keine Chance darauf haben. Am Ende leiden die Kinder darunter.“

*Name von Redaktion geändert



THERAPIEZENTRUM
FÜR KINDER & ERWACHSENE



Einfach online spenden.
Verantwortung übernehmen.
Jeder Schritt zählt.

Perspektiven schaffen und Hoffnung schenken! Helfen Sie, die NART mithilfe unserer Studie jedem zugänglich zu machen.

Stiftung Aktion Hilfe für Kinder

IBAN: DE19 2919 0024 0078 8937 00

Betreff: AHfK-Gesundheit_Aktion





Aktion Hilfe für Kinder – Check-up
Prävention vor Intervention

Kinderschutz bei Aktion Hilfe für Kinder

Unser Leitziel: Prävention vor Intervention

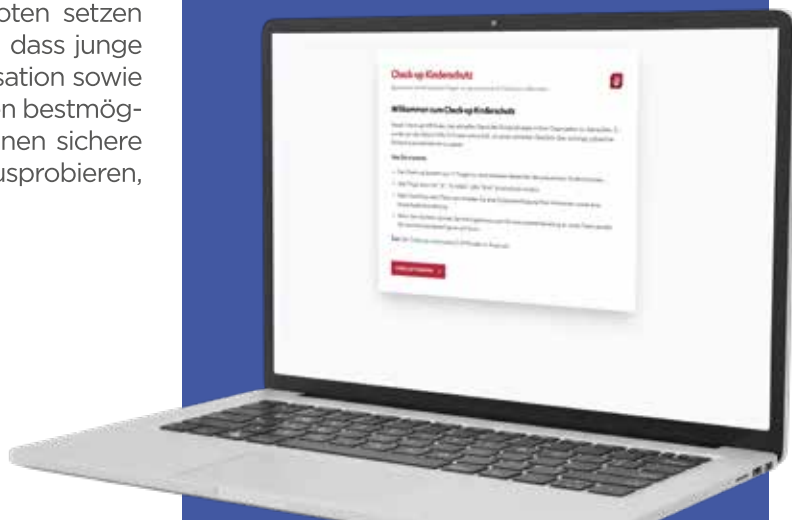
Wir möchten jedem Kind und jeder jugendlichen Person die gleichen Chancen und Perspektiven ermöglichen – unabhängig von den individuellen Unterstützungsbedarfen.

Aus diesem Grund arbeiten wir mit an der Umsetzung der UN-Kinderrechtskonvention. Sie legt wesentliche Standards zum Schutz von Kindern weltweit fest und betont deren Wert und Wohlbefinden. Mit unseren Angeboten setzen wir einen besonderen Fokus darauf, dass junge Menschen innerhalb unserer Organisation sowie in allen von uns geförderten Projekten bestmöglich geschützt sind. Wir möchten ihnen sichere Räume bieten, in denen sie sich ausprobieren, entfalten und entwickeln können.



Kultur der Achtsamkeit – Mit unserem Check-up den Kinderschutz stärken

Mit dem neuen Check-up Kinderschutz unserer Stiftung können Organisationen schnell und einfach prüfen, wie sie beim Kinderschutz aufgestellt sind.



Wie gut sind Sie beim Kinderschutz aufgestellt?

Unser Leitziel: Prävention vor Intervention

In nur wenigen Minuten erfahren Sie, wo Ihre Organisation beim Kinderschutz steht. Entwickelt von unserer Stiftung Aktion Hilfe für Kinder, dient der Check-up dazu, um Sie wirkungsvoll bei diesem wichtigen Thema zu unterstützen und Ihnen einen Überblick über wichtige, präventive Kinderschutzmaßnahmen zu geben.

Darum lohnt sich der Check-up Kinderschutz:

Einfach & kompakt

Nur 11 Fragen – in weniger als 5 bis 10 Minuten beantwortet.

Individuelle Auswertung

Nach Abschluss erhalten Sie eine Zusammenfassung Ihrer Antworten sowie eine prozentuale Auswertung.

Gemeinsam weiterdenken

Auf Wunsch können Sie Ihre Ergebnisse auch für eine weitere Beratung an unser Team senden.

Zeichen setzen

Der Check-up fördert Bewusstsein und Sensibilität für gelebten Kinderschutz in Ihrer Organisation.



Wenn Kommunikation Kinder schützt. Sprache als Stabilitätsanker für junge Seelen

Fürsorgliche Sprache und bestärkende Botschaften sind wesentliche Bestandteile im Kinderschutz. Einfühlsame, wärmende Worte schaffen Nähe, Vertrauen und Sicherheit. Wer achtsam mit ihnen umgeht, legt bereits einen wichtigen Grundstein für ein geschütztes und erfülltes Leben junger Menschen.

Fragen zum Kinderschutz? Unser Team hilft Ihnen gerne weiter. Kontaktieren Sie uns unter: kinderschutz@stiftung-ahfk.de





Aktionsbusse

Immer auf Achse

Seit mehr als zwei Jahrzehnten rollen unsere barrierefreien Aktionsbusse durch Deutschland und machen möglich, was für viele Kinder und Jugendliche sonst un-erreichbar wäre: die Teilnahme an Ausflügen, die sonst aus finanziel-len Gründen nicht zustande kämen oder von denen Kinder mit Behin-derungen ausgeschlossen wären, nur weil ein geeignetes Fahrzeug fehlt.

Mit unserem Stiftungsprojekt ge-ben wir jedem Kind die Chance, aktiv am gesellschaftlichen Zu-sammenleben teilzunehmen. Im Folgenden erhalten Sie einen Über-blick über unser Projekt.





Unsere Aktionsbusse in Zahlen:



ca. 700.000,00 Kilometer
zurückgelegt entspricht etwa
17,5 Erdumrundungen.



12 ehrenamtliche
Fahrer im Einsatz



12 Busse, davon 6 dauerhaft
im Einsatz, ab 2023
4 kontinuierlich im Einsatz



deutschlandweit
im Einsatz



Einfach online spenden
Verantwortung übernehmen.
Inklusion fördern.

Jedes Kind hat das Recht auf gesellschaftliche Teilhabe. Übernehmen Sie mit uns gemeinsam die Verantwortung für die Kinder unserer Gesellschaft. Jede Stiftungsspende hilft!

TRYZE.active & TRYZE.mobil

Hand in Hand zu mehr aktivem
Miteinander

Seit dem zweiten Halbjahr des Schuljahres 2024/2025 unterstützt das TRYZE.active-Team auch Kinder der Bremer Grundschule an der Glockenstraße dabei, Freude an Bewegung zu entdecken.

Die älteste Grundschule Hemelingens ist das neueste Mitglied des Bewegungsförderungsprogramms der Stiftung Aktion Hilfe für Kinder. Sie bereichert und ergänzt den bestehenden Kreis unterstützender und teilnehmender Grundschulen: Grundschule an der Andernacher Straße, Grundschule an der Robinsbalje, Grundschule an der Stichnathstraße, Neue Grundschule Gröpelingen.



Bewegungsbezogene Gesundheitskompetenz

Was das TRYZE.mobil und
Physical-Literacy-Konzept verbindet

Paula Battermann und Laura Müller, Studentinnen der Universität Oldenburg, haben ihre Masterarbeit über das TRYZE.mobil-Projekt der Stiftung Aktion Hilfe für Kinder geschrieben. Dank ihnen und ihrer ethnographischen Beobachtungsstudie können für das Jahr 2024 Effekte in Bezug auf die dem Projekt zugrunde liegende Leitidee Physical Literacy sichtbar gemacht werden.

Bei Physical Literacy handelt es sich um ein Konzept, das Kindzentriertheit einen hohen Stellenwert einräumt und die physischen, kognitiven, psychischen und sozialen Aspekte von Bewegung berücksichtigt.

Einblicke & Erkenntnisse

„Die Konstellation von Kind, Teamer:in und dem Standort ermöglichte Prozesse, die alle vier Domänen der Physical Literacy ansprachen. Es entstan-

den vielfältige Bewegungssituationen, in denen sie sozial miteinander agiert haben und durch neue Spiele und Spielgeräte kognitiv gefordert wurden. Durch Spiele und Übungen konnten die physischen Fähigkeiten und Fertigkeiten der Kinder geschult werden. Vor allem durch das Erfahren von Freude und Vergnügen und das Erfahren von Selbstwirkung und Motivation für und durch das TRYZE.mobil wird die psychologische Domäne angesprochen.“ [Battermann, P., Müller; L. (2024), S. 85]

„Die Analyse zeigt, dass alle Domänen gleichermaßen im Angebot des TRYZE.mobils angesprochen werden. Die gleichmäßige Verteilung der Domänen in Verbindung mit der kontinuierlich hohen Beteiligung der Kinder deutet auf den Erfolg und den positiven Zusammenhang zwischen Physical Literacy und dem TRYZE.mobil hin.“ [Battermann, P., Müller; L. (2024), S. 85]



Bewegung, Spaß und Sonne

Das TRYZE.mobil belebt die Sommerfeste im Schweizer Viertel und in Tenever



Am 20. Juni 2025 startete das offene Bewegungsprogramm TRYZE.mobil der Stiftung Aktion Hilfe für Kinder. Zum Auftakt reihte es sich in das vielfältige Angebot der Quartiers-Sommerfeste im Schweizer Viertel und in Tenever ein. An den bunten Tagen wurde gemeinsam gehüpft, getanzt und viel gelacht.



TRYZE Website
www.aktion-hfk.de/tryze



Einfach online spenden
Verantwortung übernehmen.
Gesundheit ist Kinderrecht.

TRYZE®

Aktion Steilkurve

Bewegender Halt im Fahrtwind

Glücksrunden in Begleitung einfühlsamer Tandem-Piloten: Am 11. Januar 2025, dem Kidsday der SIXDAYS Bremen, erlebten Kinder mit herausforderndem Alltag wieder einen aufregenden Vormittag. Auf dem großen Radsportfest im Herzen Bremens erhielten sie die Chance, die Steilkurven-Höhen des Bahnovals zu erreichen.

Impulse, die Zuversicht schenken

Gemeinsam mit den erfahrenen Radrennfahrern Gerd Dörich und Martin Bösch tasteten sich junge Menschen mit seelischem, geistigem oder körperlichem Unterstützungsbedarf zunächst einmal vorsichtig an Rad und Bahn heran.

Auf den speziell angefertigten Tandems nahmen sie Geschwindigkeiten von bis zu 30 km/h und Schräglagen von bis zu 53° ein. Herzensanliegen unserer Aktion ist es, ermutigende Momente zu ermöglichen, die nachhaltig als stärkender Ausgleich in dem oftmals herausfordernden Lebensalltag der Teilnehmenden wirken.

Aktion Steilkurve – Unser Sommerfest 2025

„Einer der schönsten Momente war, als mich einer der teilnehmenden jungen Menschen an die Hand genommen hat und wir gemeinsam eine Runde auf der Radbahn gegangen sind.“ – So fasste der ehrenamtliche Profi-Tandemfahrer Gerd Dörich die Erlebnisse auf dem Sommerfest der Aktion Steilkurve 2024 zusammen. Genau dieser Moment wiederholte sich am Samstag, den 5. Juli 2025, im Radstadion Öschelbronn. An diesem Tag des ersten Juli-Wochenendes versammelten sich wieder mit der Kinder- und Jugendhilfe verbundene Familien rund um das überdachte Holz-oval in Gäufelden.



Im Zeichen von Mut und Vertrauen

Wer es gemeinsam mit dem Tandem-Piloten bis in die Steilkurven-Spitze geschafft hat, erlebt oftmals Gefühle wie beim Fliegen – immer begleitet von einer bestärkenden Fan-Kulisse im Innenraum der Bahn. Nach der besonderen Fahrt sind alle kleinen und großen Co-Pilot:innen um eine wertvolle Erfahrung und Gemeinsamkeit reicher: das aufgebrachte Vertrauen in die eigene Lebensumwelt und sich selbst.

Danke.

An dieser Stelle möchten wir uns von Herzen bei allen bedanken, die unsere Aktion Steilkurve möglich machen:

Bei allen jährlich wiederkehrenden und neuen Gästen sowie den Teams des Vereins „21hoch3“, der Praxis BewegGrund, der Georg-Droste-Schule, Lebenshilfe Rottenburg, Lebenshilfe Sindelfingen und Nikolauspflge Stuttgart.

Bei unseren ehrenamtlichen Tandem-Piloten und Teammitgliedern Daniela, Ellen, Fabio, Felix, Franjo, Gerd, Hannah, Karsten, Leonie, Martin, Max, Paul, Philipp sowie Philipp.

Sowie bei unseren großzügigen Spender:innen und langjährigen Unterstützer:innen, die Teams von ABUS, everve, Fahrschule Halanke, Müller – Die lila Logistik SE, der ÖVB-Arena Bremen, der Rennbahn Öschelbronn und dem RSV „Frisch Auf“ Öschelbronn e. V., SIXDAYS sowie Sonnens Sturm Fotografie und dem Verein zur Förderung des Radsports in Gäufelden e. V.



Einfach online spenden.

Verantwortung übernehmen.
Weil sie uns brauchen.

Terminankündigung Sommerfest 2026

Das nächste Sommerfest der Aktion Steilkurve im Radstadion Öschelbronn ist am Samstag, den 20. Juni 2026, geplant. Einen besonderen Fokus möchten wir dabei auf die Unterstützung von jungen Menschen mit neurologisch bedingten Bewegungseinschränkungen legen.

Anmelden können sich Vereine, Schulen und Organisationen der Kinder- und Jugendhilfe aus Gäufelden und den umliegenden Landkreisen unter

**Tel.: 0163 / 25 177 88 oder per
E-Mail an: steilkurve@aktion-hfk.de**

Dank unserer Unterstützer:innen und Spenden ist die Teilnahme für alle interessierten Kinder und Begleitpersonen kostenlos.

Unsere Projektförderung

Gemeinsam bewirken wir mehr.



In Deutschland gibt es eine Vielzahl zivilgesellschaftlicher Institutionen, die dank ihrer jahrelangen Erfahrung und guten Vernetzung in ihrem Bereich wertvolle Arbeit leisten. Wichtige soziale Projekte können ebenfalls durch das Engagement einzelner Personen entstehen. Deshalb unterstützen wir im Rahmen unserer Projektförderung große und kleine Projekte, die sinnvolle Angebote für Kinder und Jugendliche realisieren.

Wir finanzieren Projekte, die im Leben unserer Zielgruppe konkret etwas verändern und Kinder stark machen.

Im Jahr 2024 hat Aktion Hilfe für Kinder e. V. insgesamt 15 Projekte gefördert. Die Bereiche der finanziellen Unterstützung gestalteten sich anteilig wie folgt:



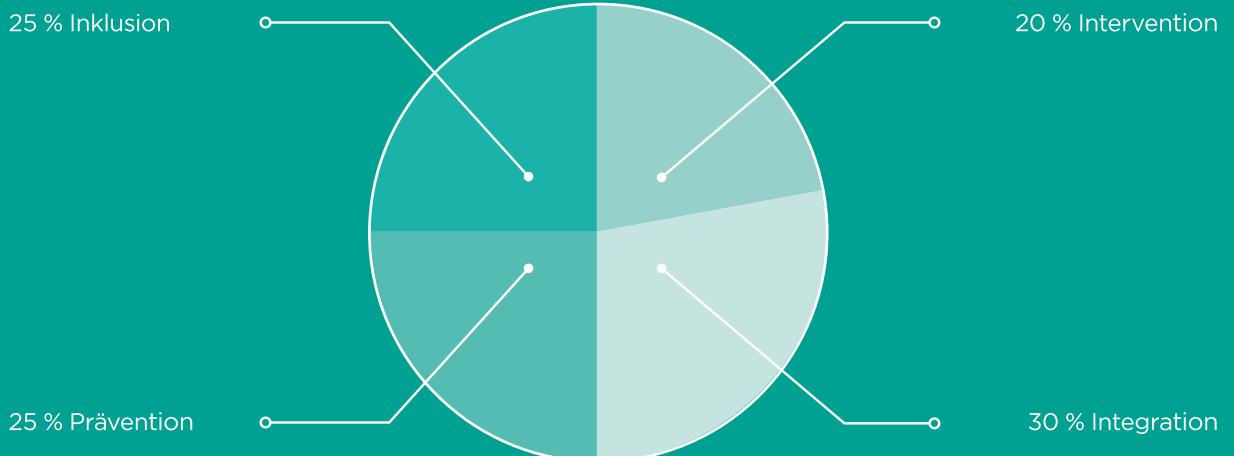
Download Förderantrag
PDF Download



Einfach online spenden.
Verantwortung übernehmen.
Weil sie uns brauchen.



Projektförderung 2024 – Verein Aktion Hilfe für Kinder



Erholung für Wohngruppe Schwalbennest

Ferienfreizeit schafft Gemeinschaftsmomente



Bildquelle: Adobe Stock | qunica.com

Als Teil des Kinderheims St. Johann in Zußdorf betreut das Team der Wohngruppe Schwalbennest junge Menschen, die intensive Pflege brauchen. Da die Bewohner:innen mit vielfältigen (Mehrfach-)Beeinträchtigungen oder Autismus leben, erhalten sie in der Wohngruppe der St. Jakobus gGmbH einfühlsame Unterstützung und die passenden Hilfsmittel.

Um ihnen von Zeit zu Zeit ihr Bedürfnis nach Erholung zu erfüllen, planen die Betreuenden wertvolle Gruppenerlebnisse in der Region. Im Juni 2025 besuchten die jungen Menschen zusam-

men einen Urlaubshof auf dem Land. Durch die gemeinsam gestalteten Tage erhofften sich das pädagogische und pflegerische Fachpersonal sowie die mitreisenden Hilfskräfte zahlreiche förderliche Effekte. Hierzu gehören insbesondere Beziehungspflege und gestärkte Seelengesundheit. Um die Freizeit zu ermöglichen, half unsere Stiftung mit einer finanziellen Unterstützung.



St. Jakobus gGmbH

Tel.: 07503 / 927 0 | E-Mail: st-johann@t-h-s.de

www.theresia-hecht-stiftung.de/st-jakobus-eingliederungshilfe/kinder

Ich sehe und verstehe Dich

Seelische Stütze in Gebärdensprache

Mit viel Herz setzt sich das engagierte Team von Hand zu Hand e. V. dafür ein, dass Kinder und Jugendliche, die auf eine Kommunikation in Gebärdensprache angewiesen sind, eine kostenlose psychosoziale Beratung und Therapie in ihrer Sprache erhalten.

Mit niedrigschwelligen und bedürfnisgerechten Hilfeangeboten in Gebärdensprache schafft Hand zu Hand e. V. einen geschützten Raum. In diesem werden junge Menschen und ihre Familien verstanden. Sprachlich, biographisch und kulturell.

Bei den Ratsuchenden handelt es sich um Betroffene oder Angehörige, die aufgrund von belastenden Erfahrungen Unterstützung brauchen. Um mit den wertvollen Beratungs- und Therapiegesprächen weiterhin einen positiven Beitrag



Bildquelle: Adobe Stock | Anastasiia Havelia

leisten zu können, wandte sich das Team mit einem finanziellen Hilfesuch an unsere Stiftung Aktion Hilfe für Kinder. Durch unsere zugesagte Fördersumme ermöglichten wir dem Verein die Durchführung von 60 weiteren psychosozialen Beratungsgesprächen.

Hand zu Hand e. V.

beratung.und.therapie@handzuhand.net
www.handzuhand.net

Wertschätzung, Annahme, Achtung

Soulbuddies sorgen für Stabilität

„Jede Person verfügt in ihrem jeweiligen Alters- und Entwicklungsabschnitt über vielfältige Möglichkeiten, sich selbst zu begreifen und ihr jeweiliges Selbstverständnis, ihre jeweiligen Grundhaltungen und ihr jeweiliges Handeln zu verändern.“

Mit dieser gelebten Grundüberzeugung setzen sich über 80 ehrenamtliche Fachkräfte und zahlreiche Studierende im Soulbuddies e. V. für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene ein. Wenn es psychische Unterstützung erfordert, geben sie Orientierung und Hilfe bei der Vermittlung in das Gesundheits- und Jugendhilfesystem. Ziel ist es, betroffene junge Menschen frühzeitig zu erreichen und zu stabilisieren, bis sie einen Therapieplatz gefunden haben.

Weitere erwünschte Wirkungen der wertvollen Arbeit von Soulbuddies sind Erhalt und Stärkung



Bildquelle: Adobe Stock | Iftikhar alam

der Motivation für psychotherapeutische Behandlung sowie der Schutz von Bildungs- und Lebensverläufen. 2018 gegründet, erreicht der Verein mit seinen Hilfsangeboten mittlerweile konstant über 600 junge Menschen pro Jahr.

Für die Sicherung und Weiterführung der wertvollen Arbeit sagte die Stiftung Aktion Hilfe für Kinder dem Team eine finanzielle Förderung zu.

Soulbuddies e. V.

Tel.: 0176 52 53 65 65

E-Mail: info@soulbuddies.net

Web: www.soulbuddies.net





Nur zusammen sind wir stark.
Wir freuen uns auf deine Unterstützung

**Kleine Geste.
Große Wirkung.**



Einfach online spenden
Verantwortung übernehmen.

ZUM HELFEN MOTIVIEREN!

Gemeinsam stark für Kinder und Jugendliche

Werden Sie zum Botschafter gesellschaftlichen Engagements:

Geben Sie die Aktion Aktuell einfach an Familienmitglieder, Bekannte und Interessierte weiter. Vielleicht findet sich darunter jemand, der so wie Sie einen Beitrag für eine gerechtere Gesellschaft leisten und für die Chancengleichheit für Kinder und Jugendliche eintreten möchte.

Motivieren Sie auch andere, zu helfen.

Denn nur gemeinsam können wir eine lebenswerte Zukunft gestalten!

Ihre Spenden und Mitgliedsbeiträge erreichen in ganz Deutschland Kinder und Jugendliche, die Hilfe und Unterstützung benötigen.

Wir freuen uns über Ihr Feedback zu unserer Arbeit.

Hier können Sie uns erreichen:

E-Mail: info@aktion-hfk.de
Website: www.aktion-hfk.de
Facebook: www.facebook.com/AktionHfk
Instagram: www.instagram.com/aktionhilfefuerkinder
LinkedIn: www.linkedin.com/company/aktion-hilfe-fuer-kinder

in



 **Aktion**
Hilfe für Kinder