

Seit 2003 mehr als 40 LKWs und 20 Hilfsaktionen für „Zurück ins Leben“ in Bosnien-Herzegowina



Als unabhängige Hilfsorganisation unterstützen wir seit mehr als 10 Jahren ehemalige KZ-Insassen aus dem Bosnienkrieg (1992-95), von denen heute ca. 100.000 noch in Bosnien-Herzegowina leben.

Viele sind krank, arm oder traumatisiert – auf der Schattenseite des Lebens. Genau diese Menschen bekommen unsere Hilfe, um wieder in die Lage zu kommen, ihr Leben selbst in die Hand zu nehmen.

Trauma – der Schatten ohne Namen

Alpträume, wiederkehrendes Kopfweg, Herzrasen, hohe Schlaflosigkeit aufgrund von sich ständig wiederholenden „Bildern“, das sind die Begleiter unserer Hilfebedürftigen und Ausdruck ihrer Traumata, neben körperlicher Invalidität.

Aber die Hoffnung ist da!

Einige Frauen, die körperliche und seelische Gewalt erlebt haben, bestätigten uns nach einem Jahr in unserer Nähschule, dass sie sich wieder „als Frau fühlen“. 25 % von ca. 600 Schülern in unserer PC-Schule fanden eine Arbeit.

Diese guten Ergebnisse basieren auf unserem 6-Punkte-Programm

- ◆ Persönliche Ermittlung der Situation der Bedürftigen, um die Hilfe gezielt durchführen zu können
Direktverteilung der gewünschten Hilfsgüter seit 2006 (Ergebnis: mehr als 40 volle 40-Tonner-LKWs für ca. 500 Familien im Programm)
- ◆ Entscheidungshilfe für die Hilfebedürftigen, die richtigen Schritte für Ausbildung und Arbeit zu gehen
- ◆ Ergotherapie im Rahmen der kostenlosen Schulen, u.a. in der PC-Schule seit 2004, Nähschule mit Bären- und Mützen-Nähprojekt seit 2005, Friseurschule seit Sommer 2011
- ◆ Vermittlung und Hilfe, einen Job zu finden u.a. erhalten Nähschul-Frauen Näh-Auftrag von dt. Unternehmen und werden so eigenständig

Erst, wenn materiellen Grundbedürfnisse gestillt und die existenzielle Sicherheit durch Arbeit da ist, kann die therapeutische Arbeit beginnen:

- ◆ Behandlung der Traumata durch Therapie
Qi Gong seit 2010 in den Schulen, als Therapie-vorbereitung seit 2011
Mal-Therapie seit Sommer 2011
- ◆ Das Ziel: Stabilität im Leben



Die Trauma-Therapie

In unseren Schulen ist die **Ergotherapie** ein vorbereitender Schritt für die Trauma-Therapie, hier geht es um mehr als nur um Lerninhalte:

Sie ermöglicht unter der Betreuung von ausgebildeten Lehrern, die Traumata „zu Hause“ zu lassen und mehr im Hier und Jetzt zu sein: Wenn man näht, ist dies ein ständiges Training, sich auf die Tätigkeit in der Gegenwart zu konzentrieren und nicht an die belastenden Erlebnisse in der Vergangenheit zu denken.

Die **Mal-Therapie** verstärkt diese Wirkung: Unausprechbares kann sich beim intuitiven Malen zeigen, angeschaut und dann verabschiedet werden.

Qi Gong und einfache Atemübungen beruhigen in den Unterrichtspausen. Die Menschen können sich wieder besser konzentrieren, besser schlafen und schöpfen so mehr Kraft für ihr Leben.

Manche Traumata sind jedoch zu tief und benötigen einer professionellen Einzelbetreuung in Therapiezentren. Das erste Therapiehaus wurde im September 2010 in Sarajevo gestartet. Der Bedarf ist noch groß!