

Wir laden Sie herzlich ein:

## ■ Kultur in Michaelshoven (KiM)

Mit tollen Konzerterlebnissen läuten wir in unserer Reihe „KiM – Kultur in Michaelshoven“ den Frühling musikalisch ein. Schauen Sie doch mal vorbei!

**10.04.2014 | 19:00 Uhr | Frühjahrskonzert**

**in der Erzengel-Michael-Kirche**

mit duobasston: Heide Gottschalk (Fagott), Katrin Steinfeld (Fagott);  
begleitet von Enikő Miklos (Klavier)

**11.05.2014 | 16:00 Uhr | Familienkonzert zum Muttertag**

**in der Erzengel-Michael-Kirche**

mit der Musikschule Nadja Schubert

**03.07.2014 | 19:00 Uhr | Open Air-Konzert**

**im Park der Diakonie Michaelshoven**

mit Bryan 69: Holger Kindereit (Gitarre, Gesang), Carsten Wagner  
(Bass, Gesang), Matthias Baselmann (Gesang, Gitarre), Andreas König  
(Keyboards), Thomas Eifert (Schlagzeug)

Der Eintritt ist jeweils frei. Um Spenden wird gebeten.

## ■ Das könnte Sie interessieren ...

**Buchtip:** „Die erschöpfte Gesellschaft – Warum Deutschland neu träumen muss“ von Stephan Grünewald.

Der in Köln lebende Autor Stephan Grünewald zeigt in seinem Buch auf, was uns in die Erschöpfung treibt und wie wir wieder zu mehr Lebensfreude und Kreativität finden. Von einem Termin zum nächsten hetzen, immer neue Anforderungen bewältigen – all dies führt zu ständiger Unruhe, Erschöpfung und gibt uns das Gefühl innerer Leere und Sinnlosigkeit. Mit Scharfsinn und Humor beleuchtet der Psychologe Grünewald unseren Lebensalltag und fordert uns auf, Träumen, Müßiggang und Spontaneität mehr Beachtung zu schenken.

Campus, Frankfurt 2103, 192 Seiten, 19,99 Euro

*Wollen Sie Menschen in Ihrer Nähe, die Unterstützung brauchen, helfen?*

Die Diakonie Michaelshoven hilft seit über 60 Jahren Menschen in Köln und der umliegenden Region, die in Not geraten sind.

Wir laden Sie ein, sich an dieser Hilfe zu beteiligen. Zum Beispiel, indem Sie sich ehrenamtlich engagieren. Oder durch eine Geld- oder Sachspende.

Dabei sind die Möglichkeiten vielfältig: Immer mehr Menschen sammeln zum Beispiel zu Geburtstagen, Jubiläen und auch bei traurigen Anlässen Spenden, um damit Menschen in Michaelshoven zu unterstützen.

Und natürlich beraten wir Sie gerne, wenn Sie mit Ihrem Nachlass oder Testament helfen wollen.

So erreichen Sie uns:

**einfach helfen. Stiftung der Diakonie Michaelshoven**

Sürther Straße 169  
50999 Köln

Telefon: 0221 35094-74

Fax: 0221 35094-75

[info@stiftung-einfach-helfen.de](mailto:info@stiftung-einfach-helfen.de)

**Spendenkonto 111 333**

**Bank für Kirche und Diakonie  
BLZ 350 601 90**

Oder spenden Sie online:

[www.stiftung-einfach-helfen.de](http://www.stiftung-einfach-helfen.de)

**Impressum:**

**Herausgeber**

Birgit Heide & Uwe Ufer  
Vorstand

**Anschrift**

*einfach helfen.*

Stiftung der Diakonie Michaelshoven  
Sürther Straße 169  
50999 Köln

**Gestaltung**

Zentrale Unternehmenskommunikation

**Druck**

pacem druck ohg

**Auflage**

2.800 Stück

**Fotos**

© Diakonie Michaelshoven e.V.

© Carlos Stemmerich/  
Diakonie Michaelshoven

© Wassergrafik: allvectors.com

© Blumengrafik: vectorbackground.net

© Diakonie Michaelshoven e.V.

# Brief aus Michaelshoven.



*Sehr geehrte Unterstützerinnen,  
sehr geehrte Unterstützer,*

*ein neues Jahr hat immer etwas von einem Neuanfang. Die Gelegenheit, etwas zu verändern. Gute Vorsätze wahr werden zu lassen. Auch wir haben uns für 2014 wieder vorgenommen, für Menschen da zu sein, die unsere Hilfe benötigen. Wir hoffen dabei erneut auf Ihre Unterstützung. In diesem Brief aus Michaelshoven stellen wir Ihnen zum Beispiel ein Projekt vor, das Frauen in akuter Not dabei hilft,*

*Ängste zu überwinden. Damit sie mit neuem Mut einen neuen Lebensabschnitt gehen können.*

*Bereits im vergangenen Jahr konnten wir dank Ihrer Hilfe zahlreichen Menschen neue Perspektiven schenken. So haben Sie dazu beigetragen, dass Kinder und Jugendliche bessere Zukunftschancen erhalten haben. Sie haben mitgeholfen, Menschen mit Behinderung mehr soziale Teilhabe zu ermöglichen. Menschen in Krisen konnten durch Ihre Hilfe wieder Hoffnung schöpfen. Älteren Menschen haben Sie mit Spenden unvergessliche Momente beschert.*

*Wir danken Ihnen vielmals für Ihre Unterstützung und zählen auch in 2014 auf Sie.*

*Katrin Peter*

*Ihre Katrin Peter  
Stiftung der Diakonie Michaelshoven*

## ■ Kennen Sie schon ...?

Im **pädagogischen Zentrum Stephansheide** in Rösrath leben Kinder, die bereits früh

schlimme Erfahrungen machen mussten. Sie waren in ihrer Familie häufig Vernachlässigung, Gewalt oder Missbrauch ausgesetzt. In Stephansheide erhalten sie ein Zuhause auf Zeit und erfahren Geborgenheit und Förderung. Neben der individuellen Betreuung unterstützen wir durch gezielte Freizeitangebote wie Töpfern, Musik oder Sport die Stärken der jungen Bewohner. Durch Qualifizierungsangebote, zum Beispiel in der Fahrradwerkstatt, verbessern wir ihre Chancen auf Arbeit und Ausbildung. Viele dieser Angebote werden nicht refinanziert, daher benötigen wir auch hier Spenden.



## ■ Jahresrückblick in Zahlen

Durch die uns anvertrauten Mittel haben unsere Spenderinnen und Spender im Jahr 2013 wie folgt geholfen:

Kindern und Jugendlichen	110.846 Euro
Menschen im Alter	26.237 Euro
Menschen mit Behinderung	14.384 Euro
Menschen in Krisen	42.578 Euro

**Herzlichen Dank!**

## Spaß im kühlen Nass

*Dank Ihrer Spenden konnten Frauen aus dem Elisabeth-Frey-Haus einen Schwimmkurs machen, der ihnen neuen Mut gegeben hat.*

Auf drei springen die Frauen gemeinsam ins Wasser. Und sogleich werden die ersten Bahnen gezogen, stets unter dem prüfenden Blick des Schwimmlehrers, der sich an diesem Tag für die sechs Frauen aus dem Elisabeth-Frey-Haus Zeit genommen hat. „Ich war lange nicht mehr im Schwimmbad“, sagt Laura Kotler prustend, während sie durch das Becken gleitet.

Das Elisabeth-Frey-Haus der Diakonie Michaelshoven fängt Frauen in akuten Notlagen auf und bietet ihnen Schutz und Geborgenheit. Gewalterfahrungen oder psychische Belastungen – die Gründe sind vielfältig, warum die Frauen das Haus aufsuchen. Unbeschwert die Freizeit zu genießen und unter Menschen zu gehen, das ist für viele von ihnen kaum möglich. Und so kam der Wunsch auf, wieder einmal ein

Schwimmbad zu besuchen. Die finanziellen Mittel der Wohngruppe hätten dafür nicht gereicht. Also sprang die Stiftung einfach helfen ein. „Wir fanden die Idee sehr sinnvoll, da die Frauen hier Freude erfahren“, erklärt Carlos Stemmerich, Ehrenamtskoordinator der Diakonie Michaelshoven. Während einer Schwimmstunde konnten die Frauen dann nicht nur Brustschwimmen und Kraulen üben. Sie überwinden auch ihre Ängste und trauten sich hinaus aus dem geschützten Raum des Elisabeth-Frey-Hauses. „Es war ein wirk-

lich tolles Erlebnis, das uns viel gegeben hat“, bestätigt Laura Kotler.

Um Aktionen dieser Art zu ermöglichen und Menschen in schwierigen Lebenslagen Freude und Teilhabe zu schenken, hat die Stiftung einfach helfen den Fonds „Menschen in Krisen“ eingerichtet. Dort sammeln wir gezielt Spenden für Menschen, die schlimme Erlebnisse hinter sich haben. Helfen Sie durch Ihre Spende und schenken Sie diesen Menschen schöne neue Erlebnisse!





## ■ iPads helfen beim Sprechen

Nicht sprechen zu können bedeutet, die eigenen Wünsche nicht mitteilen zu können. So ergeht es Menschen in den Wohngruppen der Diakonie Michaelshoven, die aufgrund einer Behinderung nicht in der Lage sind, zu sprechen. Für sie ist es unmöglich, einfache Sätze wie „Ich habe Durst“ zu formulieren. Deshalb kommen dort Hilfsmittel zum Einsatz: Gebärden, Bildkarten oder auch elektronische Geräte. Neuerdings bietet auch das iPad, ein kleiner flacher Computer, Betroffenen die Möglichkeit, sich mitzuteilen. Durch Programme, sogenannte Apps, mit Wortstrategien oder durch Lernprogramme können unsere Bewohner sagen, was sie wollen. Durch Ihre Spende konnten wir solche iPads für die Bewohner anschaffen und ihnen damit ein Stück mehr Lebensqualität schenken. Vielen Dank!

## ■ WDR Lokalzeit-Gärtner und Freiwillige buddeln in Michaelshoven

Ein Garten sollte im Idealfall eine Wohlfühl-Oase sein, in die man sich gerne begibt. Das war im Fall der Wohngruppe Raben auf dem Gelände der Diakonie Michaelshoven nicht ganz gegeben. Viel Unkraut und ein zugewachsener Teich machten es nicht gerade einladend für die neun Bewohner mit geistiger und Mehrfachbehinderung. Für Abhilfe sorgten die Mitglieder von „Unternehmer unternehmen“, ein

Zusammenschluss von Kölner Unternehmen, die sich sozial engagieren. Mit zusätzlicher Unterstützung von WDR Lokalzeit-Gärtner Rüdiger Ramme und den Mitarbeitern der Wohngruppe legten sie einen pflegeleichten Garten an, der für Begeisterung bei den Bewohnern sorgte.



## ■ Wohngruppe erhält Küchenspende

Mal ist es ein Pullover, mal eine Waschmaschine und mal eine Einbauküche. Ganz unterschiedlich sind die Sachspenden, die bei der Diakonie Michaelshoven abgegeben werden, um anderen Menschen damit zu helfen. Eine komplette Einbauküche ist jetzt den Bewohnerinnen der Wohngruppe im Alten Pfarrhaus zugutegekommen. Die jungen Frauen mit Essstörungen können nun in ihrer eigenen WG-Küche kochen und lernen zugleich einen bewussten Umgang mit Speisen. Wir danken vielmals dafür.