

## Flüchtlinge,

**... es scheint so als ob du etwas abgibst, in Wirklichkeit gewinnst du...**

Die Situation der Flüchtlinge bewegt mich, daher bin ich mit einem Freund nach Traiskirchen gefahren. Die gesammelten Sachen wollten wir bei der Sammelstelle abgeben, dies war nicht möglich, da die Caritas das vorhandene Lager in den nächsten Tagen auflösen muss. Wir sollen die Sachen direkt den Flüchtlingen geben, wurde uns gesagt. Also gingen Steve und ich direkt zum Lager einige Minuten von besagter Sammelstelle entfernt. Überall parkten private Pkw und Menschen brachten Sachspenden, Getränke oder Essen. Überall Menschen vor dem Gitterzaun und dahinter. Ich sah die Zelte, Erwachsene und Kinder. Wir gingen den Gitterzaun entlang. Meine Aufmerksamkeit wurde von einer Frau, die einfach nur hinter diesem Gitterzaun stand und mich anschaute, gefesselt. Unsere Blicke trafen sich, ich fühlte mich sofort angesprochen, aber auch befangen, ohnmächtig, hilflos. Wir versuchten uns zu verständigen. Wir überreichten ihr über den Zaun die mitgebrachten Sachen. Steve gab ihr auch Geld. Obwohl wir keine gemeinsame Sprache sprachen, konnten wir uns irgendwie verständigen - es war unglaublich. Hepa, so ist ihr Name, kam dann aus dem Lager mit ihrer Tochter heraus. Sie suchte ihren Mann, den sie im Moment aber nicht fand. Wir gingen gemeinsam Lebensmittel in dem Laden vis a vis einkaufen. Die ganze Zeit fühlte ich Ungerechtigkeit und Hilflosigkeit. Ich wünschte mir eine Lösung – Rettung für diese Familie. Hepa und ihre Tochter waren mir nahe, irgendwie vertraut – ich mochte sie.

Beim Zurückgehen ins Lager traf Hepa schließlich ihren Mann. Bei der Verabschiedung weinten wir, das Gefühl, das Hepa bei mir auslöste, war unbeschreiblich.

Einem anderen Menschen dein Mitgefühl zu zeigen und dadurch zu trösten, ihn zu unterstützen, das sieht auf den ersten Blick vielleicht so aus, als ob Du etwas ab-gibst. Doch in Wirklichkeit gewinnst Du ebenso wie Dein Gegenüber, wenn Du hilfst. Helfen ist schmerzlindernd und reduziert Stress.

Wem könnten Sie heute etwas Gutes tun? Setzen Sie ein Zeichen der Menschlichkeit!

**Hier einige Infos für Ihr persönliches Engagement:**

Plattform [flüchtlinge.wien](http://fluechtlinge.wien) oder Tel. 01- 245 24 99 (von 8.00 bis 20.00)

[www.fraubock.at](http://www.fraubock.at) ,

Medikamentenspenden: Anfragen an Mag. Barbara Ehn, Tel. 58900-840, Mail:

[barbara.ehn@roteskreuz.at](mailto:barbara.ehn@roteskreuz.at)

**SIE entscheiden, wofür Sie sich engagieren, wie Sie über sich und andere denken, für welche Werte Sie sich einsetzen, wie Sie mit sich und anderen Menschen umgehen.**

**DANKE !**

TUN SIE ES EINFACH – TUN SIE ES EINFACH – TUN SIE ES EINFACH



**Kontakt:** Verein Selbstheilkraft: [www.selbstheilkraft.at](http://www.selbstheilkraft.at)

**MONIKA MAYER**

Persönlichkeitsentwicklung & Sozialkompetenz

Spiegelgesetz Coach nach Methode Christa Kössner ®