



**Text** Markus Jäkel   **Fotos** Christine Dierenbach

# Mehr als nur ein Zeitvertreib

**Zu jung gibt es nicht, zu alt schon gar nicht. Ehrenamt hat viele Gesichter. Wer etwas gibt, kriegt viel mehr zurück. Fünf Menschen, denen der Einsatz für andere nie zu viel wird.**

Eine Verletzung brachte sie dazu, jüngere Spielerinnen mit ihrer Leidenschaft zu infizieren. Als Co-Trainerin bei der Hockey Gesellschaft Nürnberg (HGN) ist Marie Auer in der Jugendarbeit aktiv und begeistert den Nachwuchs für den Sport mit Schläger und Kugel. „Weil ich fünf Monate lang nicht spielen konnte, hat mich Trainerin Nicole Krumwiede gefragt, ob ich Lust hätte, beim Mädchen-Training miteinzusteigen“, erzählt die 17-Jährige. Das war Ende 2015. Das Angebot, so die schmerzliche Verletzungspause zu überbrücken, hat sie sofort angenommen. „Es macht riesig Spaß, Mädels zwischen neun und 14 Jahren Technik und Taktik beizubringen. In dem Alter entwickelt sich ganz viel.“

Und man kann seine eigenen Erfahrungen weitergeben“, sagt Auer.

Sportliche Erfahrungen hat die Gymnasiastin, die gerade ihr Abitur macht, trotz ihres jungen Alters viele gesammelt. Mit Dreieinhalf stand sie erstmals bei den Minis auf dem Feld, während ihre zwei Jahre ältere Schwester Anne bei den D-Mädchen des Traditionsvereins im Nürnberger Stadtteil Buchenbühl schnupperte. Und beide haben „irgendwie Feuer gefangen für Hockey“. Von da an hat Marie viel Herzblut und Trainingsfleiß investiert: „Hockey ist schon mein Leben.“ Der Lohn der vielen Mühen: Mit der weiblichen Jugend A erspielte sie etwa in



Marie Auer engagiert sich bei der Hockey Gesellschaft Nürnberg in der Jugendarbeit.

der Hallensaison 2019 den Bayerischen Meistertitel, qualifizierte sich mit ihrem Team für die Endrunde der Deutschen Meisterschaft, die sie mit einem fünften Platz beendete.

Auch über die Vereinsgrenzen hinaus ist die 17-Jährige äußerst erfolgreich: Mit der Auswahl des Bayerischen Hockeyverbands hat sie 2016 die Deutsche Meisterschaft gewonnen, absolvierte einen Sichtungslehrgang der deutschen U-16-Nationalmannschaft und seit 2018, da war sie noch 16, spielt sie bei der HGN in der 1. Damen-Mannschaft. „Hier fühle ich mich richtig wohl im Team und im Verein. Das macht viel aus, dann kommt der Erfolg von allein“, sagt sie. Das Ergebnis dieser Wohlfühlatmosphäre ist auch eine äußerst erfolgreiche Jugendarbeit, der Nachwuchs steht schon in den Startlöchern: Die A-

Mädchen etwa, die sie mitbetreut, wurden Bayerischer Meister in der Feldsaison 2018.

Von so viel geballter Hockeyerfahrung profitieren die jüngeren Spielerinnen. Denn wenn Marie nicht gerade eigene Trainingseinheiten mit den Damen absolviert oder fürs Abi paukt, steht sie den A-Mädchen mit Tipps und Tricks zur Seite. Zu viel wird ihr das nicht: „Ich würde jede Party sausen lassen und dafür am Spielfeldrand die Mädels betreuen.“ Ihr Engagement ist weit mehr als eine Pflichtaufgabe für sie: „Im Verein sind wir so etwas wie eine Gemeinschaft. Ich habe hier viele Freunde gefunden. Leute, auf die man zählen kann. Auch über den Sport hinaus.“ Die Gesellschaft funktioniert nur, wenn sich die Leute engagieren, findet die 17-Jährige: „Man gibt etwas zurück, das man selbst erfahren hat.“



Lamyaa Ghazal ist als Kultur- und Sprachvermittlerin bei Elterngesprächen wie hier an der Uhland-Schule im Einsatz.

## „Wir sollten alle zusammenhalten“

Auf dem Höhepunkt der Flüchtlingskrise zögerte sie nicht lange. Als im Herbst 2015 in der Notunterkunft im Stadionbad jede helfende Hand gebraucht wurde, meldete sich Lamyaa Ghazal sofort. „Ich wollte einfach etwas tun“, sagt die 43-Jährige. Und den Menschen, die nach schier endlosen Monaten der Flucht und der Unsicherheit in Nürnberg strandeten, ihre Stimme leihen. Menschen, die in einem fremdem Land Zuflucht suchen, ohne dessen bürokratische Spielregeln zu kennen und vor allem ohne die Sprache zu sprechen. Lamyaa Ghazal bot ihre Dienste als Übersetzerin für Arabisch an.

Seit 17 Jahren lebt die studierte Lehrerin, die aus Ismailia in Ägypten kommt, in Nürnberg. Ihr Mann hatte in Deutschland studiert und die Familie nachgeholt. „Ich habe selbst viel Glück gehabt“, erinnert sie sich an ihre Anfänge hier. Der erste Deutschkurs am Bildungszentrum war „nicht so leicht, aber ich wollte mich integrieren“, sagt die Mutter von vier Kindern. Die Kinder waren oft der Türöffner, sei es im Kindergarten oder in der Grundschule. Heute ist sie es, die anderen hilft. Angefangen hat Lamyaa Ghazal damit, Bekannte bei Arztbesuchen zu begleiten, ihnen bei Ämtergängen zur Seite zu stehen oder im Jobcenter für sie zu übersetzen.

Seit ihrem Flüchtlingsengagement im Herbst 2015 ist sie ehrenamtlich als Sprach- und Kulturvermittlerin für das Zentrum Aktiver Bürger im Einsatz. Bei Anmeldungen und Elterngesprächen in Kindergärten, Horten und Schulen ist Lamyaa Ghazal weit mehr als nur Dolmetscherin. Sie ist eine Brückenbauerin zwischen den Kulturen. Sie unterstützt Geflüchtete dabei, den Alltag besser zu bewältigen. Ganz profane Dinge erklärt sie: Warum Pünktlichkeit wichtig ist oder warum man sein Kind in der Schule abmelden muss, wenn es krank ist. Auch die Rechte von Frauen und Mädchen sind immer wieder Thema.

Durch ihr Ehrenamt hilft sie nicht nur Flüchtlingen zu begreifen, sie wirbt auch auf der anderen Seite für Verständnis: bei Sozialarbeitern, Erziehern und Lehrern. „Damit Deutsche verstehen, dass vieles kein böser Wille ist, sondern oft nur schlicht Unverständnis.“ Wer etwa in ihrer Heimat Ägypten umzieht, muss sich nicht bei einem Einwohneramt anmelden. Auch eine Schuleingangsuntersuchung ist für die meisten ein bürokratisches Fremdwort. Lamyaa Ghazal ist überzeugt: „Deutschland ist meine Heimat, wenn jemand Probleme hat, bin ich da. Wir sollten alle zusammenhalten und gemeinsam nach Lösungen suchen. Nur so kann Zusammenleben gelingen.“

André Lindert wirbt bei Veranstaltungen – wie hier im Staatstheater bei „Diskurs & Aktivismus“ – für einen nachhaltigen Lebensstil.

## „Die Welt sozialverträglicher gestalten“

Etwas teilen geht leichter, als man denkt. „Jeder tut das, man muss es sich nur bewusst machen“, ist André Lindert überzeugt. Wenn jemand dem Nachbarn die Heckenschere leihst zum Beispiel. Oder ausgemusterte Klamotten, die statt auf dem Müll bei Tauschbörsen landen. Teilen statt hirnloses Konsumieren ist das Credo des 31-Jährigen. Engagiert hat er sich schon immer. Irgendwie. Als Tischtennistrainer in seiner Jugend. Als André Lindert 2008 wegen des Fachabiturs und Studiums nach Nürnberg kam, machte er ehrenamtlich beim Umsonstladen mit. Die Idee des Gostenhofer Projekts gefiel ihm: Was die einen nicht mehr brauchen, bringt anderen Freude.

„Leider führen viele Projekte ein Nischendasein, im Umsonstladen waren immer die gleichen Leute“, erzählt Lindert. Aus dieser Erkenntnis ist sein „LeihBu“ geboren, das auf rund 160 Seiten Vereine, Organisationen und Projekte auflistet, bei denen Schenken, Leihen, Tauschen oder eben gemeinsames Nutzen gelebt wird. Was als Idee für seine Bachelorarbeit begann, brachte ihn in Kontakt mit bluepingu, ein Verein, der Menschen für ein nachhaltiges Lebensmodell begeistern möchte. „Die Idee, nicht mit dem erhobenen Zeigefinger auf die Leute zuzugehen, sondern mit Hilfe von guten Beispielen zu zeigen, was möglich ist, hat mich sofort angesprochen“, erinnert sich Lindert.

Das Thema Teilen oder „Sharing“ wie es neu-deutsch heißt, raus aus diesem Nischendasein zu holen, das ist sein Thema. „Es ist wichtig, möglichst viele Menschen zu erreichen. Nur so lässt sich die Welt sozialverträglicher gestalten“, sagt er. Dafür ist er viel bei öffentlichen Veranstaltungen wie dem „Stadt für alle“-Festival oder dem „Creative



Monday“ unterwegs und wird nicht müde, seine Botschaft loszuwerden. Sei es bei den Agenda 21-Kino-Vorstellungen im Casablanca-Kino, die er moderiert, sei es bei seinen Bemühungen, den bluepingu-Regionallotzen mit überregionalen Angeboten zu vernetzen, sei es an Infoständen oder bei Vorträgen. Sein Einsatz für Nachhaltigkeit ist für ihn mehr als nur ein Ehrenamt. André Lindert versucht sie zu leben, auch im Beruf. Der studierte Kommunikationsdesigner arbeitet bei einer nachhaltigen Agentur in Nürnberg.

Zu tun gibt es viel, dass Nachhaltigkeit kein schicker Werbeslogan bleibt. Sondern sich festsetzt. In den Köpfen, aber auch in konkreten Taten. Dafür sieht er sich als Wissensvermittler: „Es ist superleicht, viel mehr beizutragen.“ Große Konzepte braucht es oft nicht, Anpacken und Mitmachen ist wichtiger. Mit dieser Vision will er andere anstecken: „Es ist erfüllend für mich, wie verdutzt und zugleich begeistert die Leute reagieren, wenn man ihnen zeigt, welche Möglichkeiten sie haben, etwas anders zu machen.“



Aktiv im Seniorenbesuchsdienst:  
Gertraud Ramming schaut zum  
Karteln oder Plaudern vorbei.

ist ihr Lebenselixier. Sie ist aber auf einen Elektrorollstuhl angewiesen und kommt deshalb an vieles nicht ran", sagt Ramming. Bei den gemeinsamen Ausflügen durch die Innenstadt ist sie ihr verlängerter Arm: hält ihr im Kaufhaus die Tür auf, rückt Kleiderständer zur Seite oder holt das Objekt der Begierde aus dem Regal. Auch beim anschließenden Kaffeeklatsch steht Gertraud Ramming der 80-Jährigen helfend zur Seite. Klappt es mit dem Fahrdienst mal nicht, schaut Gertraud Ramming zum Karteln bei ihr in der Seniorenwohnanlage vorbei.

Den Seniorenbesuchsdienst hat sie durch einen Zeitungsartikel entdeckt, nachdem sie als Postbotin in den Ruhestand gegangen war. „Zum Zeitvertreib bräuchte ich es nicht“, scherzt Ramming. Dafür ist sie viel zu aktiv: Sie geht regelmäßig schwimmen, zur Gymnastik, ist im Kirchenvorstand und Schützenverein, pflegt ihren Schrebergarten und schaut, dass ihr Freundeskreis auch nicht zu kurz kommt. „Aber ich spende nichts an irgendwelche Organisationen, sondern engagiere mich eben so. Da kann ich etwas Gutes tun und weiß, dass meine Hilfe direkt ankommt“, sagt sie.

## „Man kriegt auch wieder viel zurück“

Für andere da zu sein, sie zu unterstützen, das hat Gertraud Ramming sehr früh in ihrem Leben gelernt. „Meine Eltern waren gehörlos, ich musste ihnen von Kindesbeinen an helfen. Vielleicht kümmere ich mich deshalb gerne um andere“, sagt sie. Das sei wohl irgendwie so in ihr drin. Auch heute noch mit 76. Sie ist im Besuchsdienst aktiv, den das städtische Seniorenamt vermittelt: Einmal in der Woche verschenkt sie Zeit. Zeit zum Shoppengehen, zum Kartenspielen oder zum Plaudern. An eine 80-Jährige, die im Betreuten Wohnen lebt und auf einen Rollstuhl angewiesen ist.

Für die ältere Dame hat Gertraud Ramming jeden Dienstagnachmittag zweieinhalb Stunden reserviert: „Sie geht für ihr Leben gerne shoppen, das

Seit 20 Jahren ist die 76-Jährige ehrenamtlich beim Seniorenbesuchsdienst dabei, hat sich zuvor zehn Jahre um einen dementen Mann gekümmert. Das Seniorenamt sucht in Gesprächen nach einem idealen Gespann und stellt den ersten Kontakt her. Wenn es passt, haben beide Seiten etwas davon: „Es ist schön zu sehen, wenn sich jemand freut und dankbar ist, dass man kommt“, sagt Gertraud Ramming. Aber sie hat auch gelernt, wie wichtig es ist, sich abzugrenzen: Pflegerische Hilfen sind tabu, Putzdienste ebenfalls. Weit schwieriger ist es manchmal, die emotionale Grenze zu wahren: Wenn der Besuchsdienst etwa mit einer Freundschaft verwechselt wird, mehr Besuche gewünscht oder darüber hinaus gehende Gefälligkeiten wie Besorgungen und Erledigungen verlangt werden. „Aber man muss halt miteinander reden. Die Chemie muss stimmen, dann kriegt man auch wieder viel zurück“, sagt sie.

Philipp Hautmann gibt jungen Bands mit seinen B-Side-Sessions eine Plattform.



## „Etwas Sinnvolles auf die Beine stellen“

Musik gehört zu seinem Leben, eine soziale Einstellung auch. Noch mehr der Impuls, Dinge selbst in die Hand zu nehmen, sie zu ändern, wenn etwas nicht passt. Und weil Philipp Hautmann mit seiner Band keine bezahlbaren Proberäume fand, gründete er mit Freunden sein eigenes Format: die B-Side-Sessions. Sie bieten seit 2017 regionalen Bands ein gemütliches Wohnzimmer als Aufnahmestudio. Zwei bis drei Bands können einmal im Monat in Unplugged-Sessions, also rein akustisch mit Klavierbegleitung, drei Songs einspielen. Fertig bearbeitet landet der Clip auf dem Youtube-Kanal der B-Side-Sessions. Dort können sich die musikalischen Newcomer einer viel größeren Fangemeinde präsentieren. „Wir sind alle selbst Musiker und in der Jugendsozialarbeit tätig. Deshalb wollen wir jungen Bands eine Chance bieten“, sagt der 23-Jährige.

Als Location dient das Kinder- und Jugendhaus Bertha in Südersbühl. Dort hat der Student mal gearbeitet, die Kontakte sind geblieben, um jetzt auch hier die musikalische Idee zu realisieren. „Wenn ich etwas im Kopf entwickle, frage ich mich sofort, wie kann ich es umsetzen. Welche Leute kenne ich und wie kann ich sie zusammenbringen.“ Neben den B-Side-Sessions hat Philipp Hautmann die Wanderbühne, ein mobiles Kunst- und Kulturprojekt, ins Le-

ben gerufen und mischt auch in der Initiative „Kunst braucht Raum“, die sich für bezahlbaren Raum für Kunstschaflende einsetzt, mit.

Ein Tausendsassa ist er, der Leute miteinander vernetzt und viele Ideen hat. Und der nicht lange überlegt. Sondern anpackt, etwas tun möchte. Auch in und mit seinem Studium der Sozialen Arbeit an der Evangelischen Hochschule will er etwas bewegen: Mit drei Mitstudenten werkelt er gerade an dem sozialen Projekt „FriendShip“, das in Not geratene Jugendliche abholt – egal, ob straffällige oder psychisch beeinträchtigte. Das Konzept steht, gesucht sind noch ein Ort und Sponsoren.

Hilfreich sind bei seinen ehrenamtlichen Aktivitäten natürlich all die Kontakte, die er über die Jahre aufgebaut hat. Seine Erzieherausbildung hat er im Spielmobil „Mobbl“ gemacht. Gut vernetzt ist er etwa mit dem Amt für Kultur und Freizeit oder mit dem Quartiersmanagement. Auch für Crowdfunding oder das Anzapfen von Fördermitteln für soziale Projekte ist er sich nicht zu schade: „Ich kann nicht zuschauen. Ich habe es immer schon bewundert, wenn andere etwas Sinnvolles auf die Beine stellen. Wenn sie sich nicht aus der Gesellschaft rausziehen, sondern ihre Ideen mitten rein pflanzen.“ ■