Rundbrief Nr.1

Hallo alle zusammen,

Hier kommt jetzt mein erster von vier Rundbriefen aus meinem Freiwilligenjahr in der L'arche Kent in England. Ich will euch von meinen Erlebnissen berichten und einfach erzählen wie es mir hier so geht und wie hier alles angefangen hat.

Bevor ich hier nach England gekommen bin hatte ich noch ein Seminar mit dem Pallottinischen Freiwilligendienst. Es waren interessante Tage während denen ich viel gelernt habe und in denen vor allem auch der Austausch mit meinen Mitfreiwilligen sehr wertvoll für mich war. Außerdem habe ich noch ein paar Tage mit meinen Eltern Urlaub gemacht und habe auch meine Schwester nochmal gesehen. Das war total schön und ich konnte nochmal ganz bewusst mit meiner Familie Zeit verbringen und auch dankbar auf meine Kindheit daheim zurückschauen. Mit meinen Eltern bin ich dann hier nach England gefahren und sie haben mich in die L'arche gebracht. Es war sehr schön für mich, dass sie mich bei diesem Schritt begleitet haben und sehen konnten, wie mein neues „Zuhause" aussieht.

Ich wurde unglaublich herzlich hier empfangen und hatte gleich ein sehr positives Gefühl, als ich in das Rainbow House gekommen bin. Ich habe gemerkt, dass auch die Bewohner gespannt waren, wer ich bin und sichdarauf gefreut haben, mich kennenzulernen. Hier in der L'arche Kent gibt es drei große Häuse: Faith House, Cana und Rainbow House, in dem ich wohne. In all diesen Häusern gibt es zum einen die Core Members, das sind die Menschen mit einer geistigen Behinderung und die Live-In-Assistants, also z.B. ich. Ich habe hier in Rainbow ein Zimmer und wohne tatsächlich hier, anders als die Live-Out-Assistants, die nur tagsüber hier sind und woanders wohnen.

Die ersten Tage hier waren sehr intensiv. Ich habe jeden Tag neue Gesichter gesehen und neue Menschen kennengelernt. Natürlich zum einen alle sechs Core Members hier in Rainbow (das sind Henri, Mark, Damien, Peter, Denise und Mary), aber auch all die Assistants und andere Freunde der L'arche. Die Core Members kennenzulernen ist natürlich nochmal eine ganz besondere Sache und das ging auch unterschiedlich schnell. Henri zum Beispiel hat mich schon am ersten Abend zu seinem Geburtstag eingeladen (aber natürlich nur, wenn ich ein Geschenk mitbringe). Das hat er auch an jedem darauffolgenden Tag nochmal gemacht, bis dann 6 Wochen später tatsächlich sein Geburtstag war. Das nenne ich mal wahre Vorfreude. Mit anderen Core-Members ist es schwieriger eine Bindung herzustellen, vor allem auch, da zwei der Core Members nicht Sprache als Kommunikationsmittel verwenden und man sich dann durch Zeichensprache (Makaton) oder per Sprachapps auf dem Handy verständigt. Aber mit der Zeit merkt man, wie gut Kommunikation auch ohne Sprechen funktioniert und wie auch so Bindungen entstehen können.

Neben der Core-Members habe ich natürlich auch die Assistants also meine Kollegen kennengelernt. Auch sie sind ein wichtiger Teil der Community und es ist total schön, da wir ein sehr gemischtes Team sind. Von 18 bis 66 Jahren und aus unterschiedlichen Ländern wie den Philippinen, Ungarn, Ukraine, Russland, Frankreich, Afghanistan, Portugal, Polen, Rumänien, Italien und natürlich Großbritannien. In der ersten Woche habe ich wirklich jeden Tag neue Gesichter gesehen, was zum einen sehr schön, aber auch sehr überwältigend war und ich war auch froh mich in mein Zimmer zurückziehen zu können und Zeit für mich zu haben.

Die ersten drei Monate hier sind für mich die Induction gewesen also sozusagen die Eingewöhnungsphase. Neben ziemlich langwierigen und Onlinetrainings und praktischen Trainingseinheiten, wie man Core-Members vom Bett in den Rollstuhl helfen kann, hat es auch dazu gehört, dass ich die erfahreneren Assistants bei den täglichen Routinen über die Schulter geschaut habe und dann nach und nach angefangen habe auch selbst mitzuhelfen. Diese Routinen sind vor allem Morgen- und Abendroutinen der einzelnen Core-Members, aber auch das gemeinsame Einkaufen in der Stadt und das wöchentliche Zimmer aufräumen und Putzen der Core Members. Bevor ich aber so richtig eingearbeitet war habe ich relativ viel im Haushalt mitgeholfen, z.B. die Klos putzen und den Abwasch machen, weil das einfach die Bereiche waren für die ich kaum Einarbeitung gebraucht habe und wo ich am hilfreichsten sein konnte.

Der Tagesablauf hier ist jeden Tag ein bisschen anders, aber ich werde versuchen ihn mal grob zu skizzieren. Der Tag beginnt um 6:00 Uhr wenn man die frühe Schicht arbeitet. Man schaut erst einmal im Haus, dass alle Türen entriegelt werden, dass die Heizung an ist und ob noch Wäsche vom Vorabend gestartet werden muss. Dann beginnt man zu zweit Mary aufzuwecken und für den Tag startklar zu machen. Mary braucht hier im Haus am meisten Unterstützung, da sie nicht mehr alleine aufstehen kann und man sie aufgrund ihrer Inkontinenz regelmäßig wäscht. Am Anfang war das nicht nur einfach und man muss auch eine gewisse Hemmschwelle überwinden, aber mit der Zeit gewöhnt man sich daran und es ist auch schön mit Mary Zeit zu verbringen und ihr zu helfen.

Ein anderer Assistant weckt in der Zeit die guys (also die Männer) auf. Die sind alle relativ selbstständig, brauchen aber oft Hilfe dabei Klamotten, die für das Wetter angemessen sind auszusuchen und, wie wir alle im Geheimen, sind auch die Core-Members keine großen Fans vom Zähneputzen, weshalb sie dafür besonders viel Ermutigung brauchen. Dann geht es auf zum Frühstück und eventuell auch noch zum Lunchbox vorbereiten. Die vier guys haben fast jeden Tag eine Aktivität, sei es das Arbeiten im Workshop, wo sie z.B. Kerzen oder Postkarten oder sogar Bier herstellen oder im Glebe einem Gartenprojekt von L‘arche. Dort treffen sie andere Core Members aus den anderen Häusern und verdienen auch ihr eigenes Geld.

Neben der Arbeit hat jeder auch noch individuelle Freizeitaktivitäten wie zum Beispiel Musikworkshops, Bowling, Schwimmen, Buchklub und manchmal sogar Segeln. Wir als Assistants begleiten die Core Members aber meistens nur auf ihrem Weg dorthin und werden dann wieder im Haus gebraucht.

Es müssen immer mindestens zwei Assistants im Haus sein, im Falle eines Notfalls und dass auch immer genügend da sind um Mary zu helfen, die meistens im Haus ist. Wenn das Wetter gut ist (was erstaunlicherweise relativ oft der Fall ist), kann man auch mit Mary spazieren gehen. Das macht total viel Spaß, da sie dann in einer echt guten Stimmung ist und das Schieben des Rollstuhls stellt ein ganz schön anstrengendes Armworkout dar.

Tagsüber stehen dann meistens Aufgaben im Haus an, wie Putzen und Kochen für das Abendessen und natürlich auch Zeit mit den Core Members zu verbringen. Oft schon haben wir zusammen Geburtstagskarten gebastelt und es ist auch schön zusammen einen Spaziergang zu machen und einen Kaffee trinken zu gehen, was vor allem Mark sehr toll findet. Oft sind die Core Members aber auch von ihrem Tag erschöpft und wollen nur vor dem Fernseher sitzen, wie Henri zum Beispiel und freuen sich dabei über Gesellschaft. So bin ich schon häufig in den Genuss vieler autolastiger Fernsehprogramme gekommen. Damien schaut gerne Youtubevideos an und Peter kümmert sich am liebsten um den Garten. Natürlich versuchen wir auch, die Core Members so gut wie möglich

miteinzubeziehen wenn es um Aufgaben im Haus geht wie den Tisch zu decken und die Spülmaschine auszuräumen, was manchmal mehr und manchmal weniger gut klappt. Auch das abendliche Bad braucht oft Überzeugungskraft von uns Assistants, aber im Nachhinein sind die Core Members dann doch mächtig stolz und erzählen jedem im Haus, dass sie ein Bad genommen haben. Vor allem Henri bedankt sich noch Tage später für das tolle Bad, bei dem man geholfen hat.

Hier in L'Arche gibt es viel zu feiern. Gleich in den ersten Wochen hatten wir die Abschiedsfeier von zwei Assistants und zwei Geburtstage. Außerdem gibt es auch Community Gatherings, bei denen alle Häuser zusammenkommen und man einen großen Event hat, voller Musik und gutem Essen. Also auch genügend Möglichkeiten für mich, meiner Backliebe nachzukommen. Auch in meiner Freizeit gehe ich gerne mit den anderen in Pubs mit Live-Musik. Außerdem mache ich auch selbst Musik, bei den oben genannten Gatherings spiele ich mit der Flöte mit und einmal wöchentlich gehe ich in einen Chor in dem wir schon für Weihnachten proben, was meine Vorfreude natürlich ungemein steigert. Manche meiner freien Tage verbringe ich aber auch allein, da ich oft nicht an den gleichen Tagen mit den anderen frei habe. Das ist zum einen schade, zum anderen kann es aber auch schön sein, einen Tag alleine am Strand zu sein und einfach das Leben und die Ruhe zu genießen.

Es sind aber nicht nur tolle Dinge passiert. Als ich ankam, ging es einer der Core Members, Denise, nicht gut und kurz darauf wurde sie ins Krankenhaus gebracht, wo sie sehr lange bleiben musste, da man keine Diagnose feststellen konnte. Letztendlich fand man dann heraus, dass sie sehr schwer krank ist und kurz darauf verstarb sie. Obwohl ich sie kaum kannte, hat mich das emotional doch sehr mitgenommen und es war auch ein schwieriges Thema für die Core Members. Die Beerdigung hat sehr gut getan und hat mir auch gezeigt wie sehr und von wie vielen sie wertgeschätzt wurde.

Im Großen und Ganzen bin ich sehr glücklich hier. Mir macht es Spaß, mal ganz praktisch mitzuhelfen und dabei zu lernen, ganz anders als in der Schule. Eine der wichtigsten Eigenschaften, die man hier braucht und lernt ist Geduld. Sie es bei den sich über Wochen wiederholenden Gesprächsthemen der Core Members oder bei dem langsamen Vorankommen, wenn man durch die Stadt läuft. Vor allem in der heute eher gehetzten Welt tut dieser entschleunigte Alltag oft sehr gut.

Soweit mal ein kleiner Einblick in meine Welt hier. Ich hoffe sehr, euch allen geht es gut und ich bin sehr dankbar, dass Ihr mich so lieb unterstützt und immer für mich da seid!

Viele liebe Grüße

Eure Charlotte

Bei Tanyas Abschiedsparty

Bei der Beerdigung von Denise haben wir ihre Lieblingslieder gespielt

Mit den anderen im Pub bei Live Musik

In London vor dem Natural History Museum

Bei einer der vielen Geburtstagspartys