



März 2024

ADRAheute



Für einen guten **Start ins Leben**

Interview mit Dr. Tesfalem
Mütter und Kinder im Fokus

Seite 2

Über 25.000 Weihnachtspakete
„Kinder helfen Kindern!“ bringt Freude

Seite 4



ADRA



Die liebevolle Fürsorge einer Mutter ist für das Kind von unschätzbarem Wert.

Liebe Leserin, lieber Leser,

erinnerst du dich gerne an deine Kindheit zurück? Wusstest du, dass im vergangenen Jahr etwa 468 Millionen Kinder in einer Konfliktregion aufgewachsen sind? In Krisengebieten fehlt es an lebenswichtigen Grundlagen wie Nahrung, sicheres Trinkwasser oder eine schnelle medizinische Versorgung. Oft kann der Kindergarten- oder Schulbesuch nicht fortgesetzt werden. Alle Kinder verdienen ein behütetes und sicheres Zuhause, in dem sie gesund heranwachsen können. ADRA stärkt Familien, damit Kinder einen guten Start ins Leben und Perspektiven für die Zukunft haben. Denn unsere Kinder von heute sind die Gesellschaft von morgen.

Herzliche Grüße von ADRA,

deine Anja Kromrei
Redaktionsleitung ADRA Deutschland e.V.



„Frauen stärken ist ein wichtiger Schritt“

Die Interviewfragen stellte Cedric Vogel

ADRA setzt sich mit ganzer Kraft für Kinder ein. Gerade die Kleinsten sollen einen guten Start ins Leben haben. Dieser beginnt bereits mit der Schwangerschaft der Mutter. Ihre gesunde Lebensweise trägt dazu bei, dass Kinder gesund heranwachsen können. Mit Dr. Tesfalem, Arzt an der Kinderklinik in Mekele in Äthiopien, haben wir darüber gesprochen, wie Mütter und Kinder in der Klinik betreut werden und was Mütter selbst tun können, um zur Gesundheit ihrer Kinder beizutragen.

Warum ist es für ein ungeborenes Kind so wichtig, dass die Mutter während der Schwangerschaft gesund ist? Welche Folgen können Kinder davontragen und welche sind nicht mehr reparabel?

Dr. Tesfalem: Damit es dem ungeborenen Kind gut geht, muss es auch der schwangeren Mutter gut gehen. Dabei gibt es verschiedene Faktoren, die sich auf die Gesundheit des ungeborenen Kindes auswirken: Dazu gehören Armut, niedriger Bildungsstatus, hohes Alter oder der geringe Zeitraum zwischen zwei Schwangerschaften. Diese Aspekte können unter Umständen zu einem niedrigen Geburtsgewicht oder einer Wachstumsstörung des Kindes führen. Darüber hinaus ist die Ernährung der Mutter ein entscheidender Faktor. Nährstoffmangel kann ein niedriges Geburtsgewicht oder eine Frühgeburt zur Folge haben. Die ersten 1.000 Lebenstage, das heißt ab der Befruchtung der Eizelle bis zur Vollendung des zweiten Lebens-



Dr. Tesfalem im Gespräch mit Patienten

jahres des Kindes, sind, was die Ernährung angeht, entscheidend, und können langanhaltende Auswirkungen haben. Auch Krankheiten wie zum Beispiel Diabetes, Bluthochdruck oder Strahlenbelastung können sich negativ auf das ungeborene Kind auswirken.

Was können Frauen selbst tun, um zur Gesundheit ihrer Kinder beizutragen?

Es gibt viele Dinge, die Frauen tun können, um ihre Gesundheit und die ihrer Kinder zu fördern. Die Hauptaufgabe unseres Gesundheitspersonals besteht darin, die Mütter zu befähigen, sich selbst aktiv um ihre persönliche und familiäre Gesundheit zu kümmern. Sie sollten auf ihre persönliche Hygiene achten, sich ausgewogen ernähren, auf gute Stillpraktiken achten, ein ausgewogenes Verhältnis von Ruhe und Bewegung einhalten, regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen, einschließlich Impfungen und Wachstumsüberwachung und darüber hinaus noch vieles mehr. Gleichzeitig sind zum Beispiel Ehemänner ebenfalls dafür verantwortlich, die Mütter in jeglicher Hinsicht zu unterstützen. Doch das Wissen der Mütter steht in engem Zusammenhang mit dem Überleben der Kinder. Es gibt ein Sprichwort, das besagt: „Einen Mann zu unterrichten heißt, eine Person zu unterrichten, aber Frauen zu unterrichten heißt, die ganze Familie zu unterrichten“. Daher ist die Stärkung der Frauen ein ganz wichtiger Schritt, damit Familien gesünder leben können.

Welche Art von Hilfe bietet die Mekele-Klinik Müttern und Kindern an?

In der pädiatrischen Spezialklinik der Siebenten-Tags-Adventisten in Mekele behandeln wir hauptsächlich Kinder, aber auch Erwachsene. Wir bieten sämtliche klinischen Dienste an, sowohl präventiv als auch kurativ, diagnostisch und therapeutisch. Dazu gehören auch Aufklärung und Gesundheitsförderung. Die Mekele-Klinik ist eine der am stärksten ausgelasteten Kinderkliniken in der Region. Unsere Klinik bietet kostenlose Untersuchungen für Menschen an, die sich die Kosten nicht leisten können. Das war vor allem während der schwierigen Zeit des zweijährigen Krieges in unserer Region der Fall und ist auch jetzt in der Nachkriegszeit noch so.

Was trägt ADRA zu eurer Arbeit bei?

Der Beitrag von ADRA ist auf jeden Fall beträchtlich. Wir konnten beispielsweise Notdienste für Binnenflüchtlinge einrichten, da uns von ADRA wichtige Medikamente und medizinisches Material zur Verfügung gestellt wurden. ADRA hat uns auch dabei geholfen, unser diagnostisches Angebot zu verbessern.

Das komplette Interview kannst du online lesen: adra.de/tesfalem



Das Projekt im äthiopischen Mekele wird durch das ADRA-Netzwerk gefördert.

Aktuelles von ADRA

Gutes tun auf dem Augsburger Weihnachtsmarkt

von Anja Kromrei

Helferkreise um Inge und Simpert Reiter aus der Adventgemeinde Augsburg haben gemeinsam mit dem Advent-Wohlfahrtswerk auf dem Augsburger Christkindlesmarkt ihren Erlös für die Kinderklinik in Mekele gespendet. Seit über 20 Jahren sind sie auf dem Weihnachtsmarkt dabei und spenden ihre Einnahmen an wohltätige Projekte. Bereits im Februar beginnen die Vorbereitungen für den beliebten Christkindlesmarkt, damit die Marktstände wieder reich bestückt sind. Sogar ein Kloster ist miteingebunden und spendet selbstgestrickte Socken. In weihnachtlicher Stimmung ergeben sich gute Gespräche über die Adventgemeinde, das Advent-Wohlfahrtswerk und ADRA. Herzlichen Dank für euren langjährigen Einsatz für Menschen in Not!



Simpert und Inge Reiter vor ihrem Stand in Augsburg.

Über 25.000 Weihnachtspakete für Kinder in Osteuropa

von Matthias Münz



Die zwei Jungs aus Serbien können es kaum erwarten, ihre Pakete zu öffnen.

Seit 1999 bringt die „Aktion Kinder helfen Kindern!“ zu Weihnachten Freude in das Leben benachteiligter Kinder in Osteuropa. Ende 2023 konnten in Deutschland 25.546 Weihnachtspakete und ca. 1.000 Bananenkartons gesammelt und rechtzeitig vor dem Fest an die Kinder übergeben werden. „Jedes Päckchen ist ein Zeichen von Mitgefühl und Solidarität. Wir danken den vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, die diese Aktion erst möglich machen“, sagt Michael Weller, Leiter der „Aktion Kinder helfen Kindern!“ bei ADRA Deutschland e.V. Kinder aus Albanien, Bosnien und Herzegowina, Bulgarien, Montenegro, Nordmazedonien, Serbien sowie aus dem Kosovo freuten sich über eure Weihnachtsgeschenke.

Landessammlung 2023 erfolgreich abgeschlossen

von Pierre Schweitzer



Die Familien im Südsudan freuen sich über die Hilfe.

Die Landessammlung ist ursprünglich eine bundesweite Haustürsammlung, die Ehrenamtliche in ihrer Nachbarschaft durchführen. Unterstützt wird damit jedes Jahr ein bestimmtes Projekt von ADRA. Über die Jahre haben sich die Aktivitäten für die Landessammlung um Benefizkonzerte, Flohmärkte und weitere Spendenaktionen erweitert. Dieses Jahr wurden bundesweit Spenden für Familien aus dem Südsudan gesammelt. In diesem Projekt erfahren 2.200 bäuerliche Familien, wie sie langfristig ihre Ernten und Wasservorräte erhöhen können. Zugleich sorgt der Ausbau von erneuerbaren Energien für eine zuverlässige Stromversorgung. In sieben Bundesländern sammelten 40 Ehrenamtliche knapp 30.000 Euro. Dafür möchten wir uns bei allen Sammlerinnen und Sammlern ganz besonders bedanken!



Dieses Projekt wird unterstützt vom Bündnis Aktion Deutschland Hilft e.V. und dem Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (BMZ).

Wir suchen dich!

Du willst deine Arbeit mit Sinn und Zweck verbinden? Du möchtest Menschen helfen und die Welt ein Stück besser machen? Dann werde Teil unseres Teams. Ein paar aktuelle Stellenangebote:

- **Technical Coordinator for Sustainable Agriculture, Environment Protection and Climate Change (m/w/d)**
- **Praktikanten/Bundesfreiwillige (m/w/d)**
- **Weitere Stellen findest du auf adra.de/jobs-bei-adra**

Haben wir dein Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf deine Bewerbungsunterlagen an: bewerbunbeiadra@adra.de



Ja, ich möchte regelmäßig helfen!

Ich möchte ab sofort monatlich spenden. Mein Beitrag ist 25 Euro 50 Euro Euro
 Ich möchte meinen monatlichen Beitrag erhöhen um 15 Euro 25 Euro Euro
 Ich spende jährlich halbjährlich vierteljährlich monatlich

Name und Adresse

E-Mail (optional)

Telefon (optional)

IBAN

Name der Bank

Ich ermächtige ADRA Deutschland e.V. (Gläubiger-ID DE08ZZZ00000043087), meine regelmäßige Spende von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von ADRA Deutschland e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit Ihrem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Ich kann diese Einzugsgenehmigung jederzeit und ohne Angabe von Gründen widerrufen.

Datum / Unterschrift:

Füllen Sie den Coupon deutlich lesbar aus und senden Sie ihn zurück an unsere Adresse: ADRA Deutschland e.V., Robert-Bosch-Str. 10, 64331 Weiterstadt

Deine Spende wirkt!

- 20 €** ermöglichen einem Kind einen gesunden Start ins Leben dank einer Schutzimpfung.
- 90 €** versorgen ein unternährtes Kind zwei Monate lang mit lebensrettender Nahrung.
- 200 €** sichern einer schwangeren Frau die bestmögliche medizinische Versorgung für sich und ihr Kind.

Spendenkonto
ADRA Deutschland e.V.
 IBAN: DE36 3702 0500 0007 7040 00
 Stichwort: Hilfe für Kinder

ADRA Deutschland e.V. ist geprüft und wird empfohlen



IMPRESSUM

Herausgeber
 ADRA Deutschland e.V.
 Robert-Bosch-Str. 10
 64331 Weiterstadt
 Tel.: +49 (0) 6151 8115-0
 E-Mail: info@adra.de
 Web: adra.de

V.i.S.d.P.
 Christian Molke

Gestaltung
 ADRA

Bildrechte
 ADRA, Canva (S. 5)

Das nächste
 ADRAheute
 erscheint im
 Juni 2024

