

Benediktinerplatz 10,
 9020 Klagenfurt
 Tel und Fax 0463 54 3 44
 E - Mail.: aktion.leben@aon.at
www.aktionleben-kaernten.at
 Ihre Spende ist steuerlich absetzbar



Informationszeitung
 der aktion leben kärnten
 erscheint vierteljährlich

Der Verein aktion leben kärnten
 finanziert seine Tätigkeit aus privaten
 Spenden und Subventionen.
 Der Verein ist weder parteilich noch
 konfessionell gebunden.

Achtung! Neuer IBAN!

Durch die Übernahme der RBB durch die RLB wurde uns ein neuer IBAN
 zugeteilt. Bitte den neuen IBAN verwenden!

IBAN:AT61 3900 0000 0503 8831

Impressum

Herausgeber: Verein aktion leben kärnten
 Vorsitzende: Gunhild Weiss
 Redaktion: Erika Brauner, Irmgard Hreniuk
 Adresse: Benediktinerplatz 10,
 9020 Klagenfurt
 Telefon: 0463 54 3 44
 Fax: 0463 54 3 44
 Öffnungszeiten: Mo, Mi, Do : 8.00 – 11.30
 E-Mail: aktion.leben@aon.at
 Website: www.aktionleben-kaernten.at

SPENDENKONTO
 RBB Klagenfurt
 IBAN:AT61 3900 0000 0503 8831
 BIC: RZKTAT2K

P.b.b. 02Z032677M
 Erscheinungsort Klagenfurt
 Verlagspostamt Klagenfurt

Schöne Weihnachtszeit!



*Immer ein Lichtlein mehr
im Kranz, den wir gewunden,
dass er leuchte uns so sehr
durch die dunklen Stunden.
Zwei und drei und dann vier!
Rund um den Kranz welch ein Schimmer,
und so leuchten auch wir,
und so leuchtet das Zimmer.
Und so leuchtet die Welt
langsam der Weihnacht entgegen.
Und der in Händen sie hält,
weiß um den Segen!
Matthias Claudius*

Beim Kulturkaffee des Zonta Club Wörthersee:

Wir wurden eingeladen, um zu berichten, wie wir die Spende aus dem Vorjahr weitergeben konnten. Das war ein bisschen wie Ostern und Weihnachten zugleich. Wir konnten dadurch drei schwangere Frauen besonders intensiv unterstützen. Vielen Dank dafür! Außerdem durften wir einen neuerlichen Scheck entgegennehmen – herzlichen Dank!



Unser alljährlicher Benefiz - Weihnachtsbasar

findet heuer wieder in der Kärntner Sparkasse am Neuen Platz in Klagenfurt statt.

Mittwoch 04.12.2019 8h - 16h

Donnerstag 05.12.2019 8h - 16h

Bitte kaufen Sie Ihre kleinen Weihnachtsüberraschungen bei uns. Es gibt Kekse, Marmeladen, Säfte, Weihnachtsdekoration, Kerzen, Engerln uvm. Wenn Sie uns helfen möchten, unseren Basar zu bestücken, bringen Sie bitte die Verkaufsartikel in der Woche vorm Basar in unsere Beratungsstelle. Der Gesamterlös kommt der aktion leben kärnten zugute.

Wir freuen uns über Ihren Besuch!



Interview mit unserer ehrenamtlichen Mitarbeiterin Gabi:

Gabi betreut schon seit Jahren unser Vielsachenlager mit Babykleidung und Babyausstattung für Schwangere und Familien mit kleinen Kindern.

Möchtest du deine momentane Lebenssituation kurz beschreiben?

Ich bin Hausfrau und lebe unter der Woche mit meinen Tieren zusammen, das sind ein Hund, 3 Katzen, Fische, Schildkröten und einiges mehr. Mein Mann arbeitet in Deutschland und am Wochenende leben wir hier gemeinsam.

Seit wann bist du für aktion leben ehrenamtlich tätig?

Das weiß ich leider nicht mehr so genau, aber ich schätze so ca. 8-9 Jahre!

Warum hast du dich entschieden, für aktion leben ehrenamtlich tätig zu sein?

Nun ja, ich möchte meinen Glauben nicht nur in der Theorie leben, sondern ihn auch ganz tatkräftig und praktisch in eine wohltätige Arbeit einfließen lassen. Ich bin in einem Frauenkreis, und dort wurden uns verschiedene ehrenamtliche Tätigkeiten angeboten, ich habe mich dann für die Arbeit in eurem Vielsachenlager entschieden. Der Raum ist im Winter sehr kalt, das hat viele abgeschreckt, mich aber nicht, ich habe es gerne kühl.

Was macht dir Freude an dieser Tätigkeit, was findest du bereichernd?

Nun ich räume und sortiere einfach gerne, ich liebe es Ordnung in etwas zu bringen und freue mich, wenn diese Ordnung dann auch bestehen bleibt. Wunderschön finde ich es dabei, anderen helfen zu können, ihnen praktisch helfen zu können.

Warum arbeitest du ehrenamtlich? Was bedeutet das für dich?

Ich habe das Gefühl, dass ich etwas Wichtiges beitragen kann. Ich kann es unentgeltlich tun, dafür bin ich dankbar.

Wir möchten uns auch hier an dieser Stelle herzlich bei Gabi und all unseren ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen für ihren jahrelangen unentgeltlichen Einsatz bei aktion leben kärnten bedanken. Ohne ihre Arbeit und Hilfe könnten wir Frauen und Familien mit kleinen Kindern nicht so tatkräftig unterstützen.



Liebe Freundinnen, liebe Freunde der aktion leben kärnten!

Es ist uns ein Kind geboren
Georg Friedrich Händel ‚Der Messias‘

Es ist der Jubel und die Freude dieser wunderbaren Musik, die unser Herz berührt.
Vielleicht nehmen Sie sich in den kommenden Tagen einmal eine stille Zeit

und hören diese Musik.

Der kommende Advent ist nicht nur eine Zeit der Hektik, der Firmenfeiern, Märkte und Punschstände. Die Stille dieser Tage können wir uns in den kostbaren Momenten selbst zum Geschenk machen und in unser Herz hineinspielen.

Warten, erwarten, die Ankunft des Kindes, geliebt, willkommen

Es hat damals, als die Zeit der Geburt des Kindes nahte, mit den Herbergen Schwierigkeiten gegeben, das junge Elternpaar konnte sich kein teures Zimmer leisten. Wären nicht der Stall, die Hirten gewesen und die Weisen, die mit ihren Geschenken gekommen sind?

Diese Geschichte wiederholt sich bis heute immer wieder aufs Neue!

Die Mitarbeiterinnen der aktion leben wissen davon zu berichten. Not gibt es auch heute, dann da sein, sich mitfreuen mit den Eltern, mit der Schwangeren, Herberge sein, die Hirten und Weisen werden auch heute noch gebraucht.

Haben Sie eigentlich gewusst, dass Sie diese Weisen sind, die hier helfen und unterstützen??

DANKE! Jetzt wissen Sie es, und so lebt und webt die Weihnacht immer wieder neu in die Zeiten hinein.

Ich wünsche Ihnen eine Adventzeit mit stillen Minuten, guten Gesprächen mit Ihren Liebsten, mit Freunden! Hören Sie in dieser Zeit in ihr Herz hinein, und Sie beschenken sich selbst.

Herzlichst, Ihre Gunhild Weiss



Aus der Beratung

Gemeinsam erwarten wir mit den Schwangeren, die in unsere Beratungsstelle kommen, die Ankunft ihres Babys.

Durch die vielen Wochen der Beratung und Begleitung entsteht ein Gefühl der großen Anteilnahme und Verbundenheit mit den Klientinnen. Für die Klientinnen selbst nehmen wir eine wichtige Ersatzfunktion von nahen Angehörigen ein, wenn diese nicht vorhanden sind oder der Kontakt abgebrochen wurde. Oft sind die Frauen ganz alleine und ohne Rückhalt mit ihren Ängsten, Zweifeln und auch Freuden. Unsere Aufgabe ist es dann, sowohl professionelle Hilfe anzubieten, als auch den Frauen Mitgefühl und ein Gefühl der Sicherheit, auch auf einer persönlichen Ebene, zu vermitteln.

Frau N.. kam viele Monate regelmäßig zu uns, von den Anfängen der Schwangerschaft bis zur Hochschwangerschaft. Der Geburtstermin von ihrem Baby war im August, Urlaubszeit. Beunruhigt war sie, als wir ankündigten, dass wir vielleicht nicht da sein könnten, wenn das Baby kommt. Nun, es ist sich mit unserem Urlaub Gott sei Dank ausgegangen. Am Mittwoch in der Früh ein Anruf in unserer Beratungsstelle: „Ja, ich glaube es geht los, ich glaube, ich habe Wehen. Alles ist so neu für mich, Angst habe ich auch ein bisschen, aber trotzdem bin ich so froh, dass es losgeht, alles wird gut, diese Gewissheit habe ich nach all unseren Gesprächen. Danke für eure Begleitung, danke, dass ihr für mich 9 Monate da wart.“ Sie hat uns angerufen, als die Geburt begann. Wir waren sehr berührt von so großem Vertrauen.

Und dann sind wir manchmal Anlaufstelle, um einen kleinen, aber wichtigen Schritt weiterzuhelfen. Frau P. kommt in die Beratungsstelle. Der Sommer mit seinen Rekordtemperaturen setzt den schwangeren Frauen besonders zu. Sie ist im 7. Monat schwanger mit Zwillingen. Ja, sagt sie, es wird schon langsam beschwerlich, aber am meisten setzt ihr zu, dass sie sich nicht auskennt. An wen und wo sie sich bzgl. ihrer Ansprüche auf Wochengeld, Kinderbetreuungsgeld hinwenden kann, überall werde sie weitergeschickt. Wir geben ihr all die notwendigen Informationen, wir hören ihr zu und nehmen Anteil. Sie fühlt sich willkommen, das erleichtert sie, sie war uns keine Last mit ihren Fragen.

Irmgard Hreniuk-Meysel

Unserer Bindungsanalyse

Zwei unserer Bindungsanalyse-Babys sind nun zur Welt gekommen. Beide ließen sich sehr viel Zeit und kamen erst, das eine am neunten und das andere am zehnten Tag nach dem Geburtstermin zur Welt. Beide sind Mädchen und kommunizieren mit ihren Müttern sehr verständlich. Das eine Baby beginnt immer zu schmatzen, wenn es die Brust will. Kein Geschrei – nur Schmatzen. Das andere kann man einfach in sein Bettchen legen und ihm erklären, dass man nur im Nebenraum ist – es liegt mit offenen Augen da und wartet zufrieden. Auch ohne zu schreien. Sie sind zufriedene kleine Wesen, die ihren Müttern, die ihr erstes gemeinsames Weihnachten kaum erwarten können, sehr viel Freude machen.

Die Arbeit geht uns jedoch nicht aus. Schon hat sich eine weitere junge Frau zur Bindungsanalyse angemeldet. Diese eignet sich für jede schwangere Frau, die schon in der Schwangerschaft in intensivem Kontakt mit ihrem Baby sein möchte. Sie eignet sich vor allem für Frauen, die sich durch die aktuelle oder eine frühere Schwangerschaft belastet fühlen. Schwierige Erfahrungen können dabei verarbeitet und integriert werden. Wir bieten diese Begleitung für Frauen, die es dringend brauchen aber sich nicht leisten können, kostenlos an.

Die junge Frau sagt, sie wollte schon lange ein Kind haben. Vor drei Jahren hat sie schon eines während der Schwangerschaft verloren, was sie sehr traurig macht. Nun hofft sie, dass alles gut geht. Sie hat zurzeit keine Wohnung, aber sie ist bei einer Freundin untergekommen, bis sie eine eigene Wohnung gefunden hat. Ihr Leben ist nicht ganz einfach, und der Vater des Kindes steht zur Unterstützung auch nicht zur Verfügung. Wir stehen noch am Anfang der vorgeburtlichen Förderung der Mutter-Kind-Beziehung. Sie ist in der 18. Woche. Wir werden uns nun jede Woche zu einer Babysprechstunde treffen und die Bindung zwischen Mama und Baby so gut als möglich aufbauen.



Erika Brauner