

Rundbrief des Evangelischen Blinden- und Sehbehindertendienstes Baden e.V. (EBS) 1/2023

Inhalt

1.	Ein sommerliches Vorwort	S.2
2.	Monatsspruch für Juli 2023	S.3
3.	„Du bist ein Gott, der mich sieht“ (Pfarrer i. R. Eckhard Moldenhauer“)	S.3
4.	Neues aus dem Evangelischen Blinden- und Sehbehindertendienst e.V.	S.4
4.1	Erlebnisreiche Rückblicke.....	S. 4
4.2	Aktuelle Veranstaltungen 2023.....	S. 5
4.2.1	Begegnungstag/ Grillnachmittag am 28.07.2023.....	S. 5
4.2.2	Ausflug in die Pfalz - Hauenstein.....	S. 5
4.2.3	Mit der Bibel im Gespräch (Ursula Weiher)	S. 6
4.3	Die Augensterngruppe in Karlsruhe.....	S. 6
4.4	Ehrenamtliches Engagement für den EBS	S. 6
4.5	Ein Eisverkäufer bereitet Kopfzerbrechen (Gerhard Jaworek).....	S. 7
4.6	Dachverband der evang. Blindenseelsorge und der evang. Sehbehindertenseelsorge (DeBeSS)	S.10
4.6.1	Fachtagung:„Keiner da?! Von der Kraft des Alleinseins zum Risiko der Einsamkeit“	S.10
4.6.2	Strategien gegen Alleinsein und Einsamkeit	S.10
4.6.3	DeBeSS auf dem Kirchentag in Nürnberg	S.11
5.	Spenden für eine mobile Höranlage und die Arbeit des Vereins	S. 12
6.	Hinweis Datenschutz	S. 13
7.	Veränderter Perspektivenwechsel - eine Geschichte	S. 13
8.	Das sind wir – der Vorstand des EBS Baden e.V.	S. 13

1. Ein sommerliches Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Zuhörerinnen und Zuhörer, liebe Mitglieder des EBS, liebe Interessierte,

jetzt im Juli sind die Tage sonnig und angenehm warm. Hinter uns liegt ein kühles Frühjahr mit viel Regen. Für die einen verlorene Zeit, in der man nicht so gerne draußen sein wollte zum Wandern, Grillen oder Sport treiben, doch das Wasser hat den Bäumen und den Feldern gutgetan, liest man. Sie hätten sich ein wenig erholt von den Dürrestrapazen des letzten Sommers. Wir wissen, dass er kommen wird, der Sommer, mehr oder weniger. Die Meteorologen sagen, dass es nicht möglich ist genau vorherzusagen, ob es ein feuchter und kühler oder wieder ein eher trockener und heißer Sommer wird. Wir müssen nehmen, was kommt. So fühlen wir uns auch, wenn wir Nachrichten hören, lesen oder im Fernseher verfolgen. Schwer auszuhalten ist die Machtlosigkeit gegenüber dem Lauf der Welt, dem Krieg, dem Klimawandel, der Inflation, der sozialen Kälte, der Ungerechtigkeit zwischen arm und reich. Es sieht so aus, als könnten wir den Gang der Dinge kaum oder gar nicht beeinflussen.

Trost und Zuversicht finden wir in einem Afrikanischen Sprichwort: *Viele kleine Leute an vielen kleinen Orten, die viele kleine Dinge tun, können das Gesicht der Welt verändern.*

Dahinter steckt eine große Weisheit. Malcolm Gladwell beschrieb das Phänomen im Jahr 2000 in seinem Buch *The Tipping Point: How Little Things Can Make A Big Difference*, übersetzt: Der Kipp-Punkt: Wie Kleine Dinge einen großen Unterschied bewirken können. Er stellt fest: Wenn sich genügend Menschen für eine Idee oder ein Vorhaben interessieren und anstecken lassen, ist die Entwicklung von einem bestimmten Punkt an nicht mehr umkehrbar. Das gilt beispielsweise auch für das Thema Inklusion. Durch den Einsatz vieler Einzelner ist die Idee von Inklusion und Teilhabe aller als grundlegendes Menschenrecht aus unserer Gesellschaft nicht mehr wegzudenken. Zugegeben: Es ist noch viel Luft nach oben, hören wir unseren Schriftführer Gerhard sagen. Das Engagement für eine bessere Welt lohnt sich aber durchaus! Sie haben sich mit Ihrer Mitgliedschaft oder aktiven Mitarbeit im EBS dafür entschieden, Teil dieser Bewegung zu sein und geben ihr Rückenwind. Dafür danken wir Ihnen sehr herzlich!

Wir wünschen Ihnen, Ihren Familien und Freunden eine schöne und gesegnete Ferien- und Sommerzeit. Bleiben sie behütet.

Ihr Vorstand des EBS Baden e.V., Annedore Braun, Elke Paul, Gerhard Jaworek und André Paul Stübener

2. Monatsspruch für Juli 2023

„Jesus Christus spricht: Liebt eure Feinde und betet für die, die euch verfolgen, damit ihr Kinder eures Vaters im Himmel werdet. (Matthäusevangelium, Kapitel 5, Verse 44 - 45)

3. „Du bist ein Gott, der mich sieht“ (Pfarrer i. R. Eckhard Moldenhauer“)

Mitten in der Stadt. Ich habe es eilig. Aber da bemerke ich plötzlich einen Menschen, der mich intensiv anschaut. Was will der von mir? Plötzlich aber kommen Erinnerungen an frühere Zeiten. Klar, ein Kollege aus dem Studium. Ich stoppe meinen Schritt. Soll ich auf ihn zugehen? Ich habe es doch eilig! Er nimmt mir die Entscheidung ab. Lächelt, und kommt auf mich zu. Schön, dich zu sehen, nach all den Jahren. Und ich bin stehen geblieben. Ich hatte plötzlich Zeit. Ich habe mich gefreut, dass er mich gesehen, ja wahrgenommen hat.

Denn das brauchen wir. Wir sehnen uns danach, wahrgenommen zu werden, Anerkennung zu finden – angeschaut zu werden. Wer übersehen wird, fühlt sich wertlos, herabgesetzt und ausgegrenzt. Einen Menschen sehen, heißt auch, seine Individualität anzuerkennen, ihn nicht in der Masse verschwinden zu lassen.

„Ich habe Dich gesehen“, signalisiert die Lehrerin in der Klasse als ein Schüler nicht gleich drankommt, und meint damit: Ich habe Dein Anliegen wahrgenommen, ich habe gemerkt, dass Du dich beteiligen möchtest. Gesehen werden ist also die Voraussetzung von Teilhabe. Ich habe Teil am Leben mit dir und mit dir, mit euch. Ich gehöre dazu. Das ist in allen Bezügen unseres Lebens so, in Familie und Freundschaft, in Beruf und Freizeit.

Eine berührende Geschichte, die da in Genesis 16, 1-16 zu lesen ist und mittendrin dann unsere Jahreslosung. Es lohnt sich, sie einmal ganz zu lesen. Von dem Konflikt von Sarai und Hagar - von der Flucht in die Wüste - von der Frage Gottes an Hagar. » Wo kommst du her, und wo willst du hin?« Von dem großen Vertrauen, das Hagar Gott entgegenbringt. Von dem Namen, den sie für Gott findet: »El Roi - du bist ein Gott, der mich sieht«.

Von der neuen Hoffnung für ihr Leben, auch wenn sich die Verhältnisse nicht sofort änderten. Unter Gottes Augen - vor seinem Angesicht hatte sich viel getan! Die Wüste mit ihren unheimlichen Kräften, mit Angst, Ratlosigkeit und den verlorenen Wegen behielten nicht das letzte Wort. Mitten in unseren Leben, mitten auf unseren Wegen einmal innehalten.

Und, die Menschen, die mit uns leben, wahrnehmen, wertschätzen, sehen, was sie brauchen und nötig haben.

Tun wir, was Gott immer wieder an uns tut. Nehmen wir uns endlich wieder wahr.

4. Neues aus dem Evangelischen Blinden- und Sehbehindertendienst e.V.

4.1 Erlebnisreiche Rückblicke

Freizeit vom 25.11.22 bis 27.11.2022

Wir waren von Freitag, den 25.11.2022 bis zum Sonntag, den 27.11.2022 im Tagungshaus St. Bernhard in Rastatt. Unser Thema war auf dieser Freizeit Licht, das wir aus unterschiedlichen Blickwinkeln und Perspektiven betrachtet haben. Zunächst haben wir uns dem Thema Licht aus wissenschaftlicher/ astronomischer Perspektive (Gerhard Jaworek) betrachtet. Danach blickten wir biblisch auf das Thema Licht (Ursula Weiher/André Stöbener), ehe wir dann in Kleingruppen uns dem Thema Licht aus persönlicher Perspektive näherten. Wir feierten eine Andacht, die uns Frau Weiher aus Lahr hielt und einen Sonntagsgottesdienst, der von Pfarrer Gregor Bergdolt gefeiert wurde. Wir hatten auch viel Zeit, um miteinander ins Gespräch zu kommen. Auch besuchten wir den adventlich geschmückten Rastatter Weihnachtsmarkt. Wir wurden durch viele sehende Begleiterinnen unterstützt, den wir sehr dankbar sind. Wir verbrachten eine rundum gelungene und schöne Freizeit.

Mitgliederversammlung und Adventsfeier

Die ordentliche Mitgliederversammlung mit Wahlen und anschließender Adventsfeier fand am Freitag, den 2.12.2022 im Diakonischen Werk Baden in Karlsruhe statt. In den Ämtern wurden für vier Jahre einstimmig bestätigt: André Paul Stöbener (Vorsitzender), Gerhard Jaworek (Schriftführer), Elke Paul (Beisitzerin). Für zwei Jahre wurde Annedore Braun als Rechnerin gewählt. Der Vorstand wurde nach Bericht des Vorsitzenden, Bericht des Schriftführers und der Beisitzerin sowie nach der Vorstellung der Jahresabschlüsse 2022/2021 durch Annedore Braun entlastet.

An die Mitgliederversammlung schloss sich die Adventsfeier direkt mit Kaffee, Kuchen und Gebäck an. Aus einem Krabbelsack hat jede/jeder ein „inspirierendes“ Geschenk mit nach Hause nehmen können. Wir sangen Advents- und Weihnachtslieder, hörten von Frau Schmitt eine Adventslegende und hatten viel Zeit für persönlichen Kontakt und Austausch. Mit einem Reise-Segen gingen wir alle nach Hause. Besonderem Dank möchten wir uns bei den Mitarbeitenden der Landesgeschäftsstelle des Diakonischen Werks in Baden herzlich bedanken, die uns verköstigten und uns bei Vielem wunderbar unterstützen.

Ökumenischer Gottesdienst mit blinden und sehbehinderten Menschen

Am Freitag, den 23.06.2023, feierten wir in der katholischen Kirche St. Michael in Karlsruhe/Beiertheim einen bewegenden ökumenischen Gottesdienst. Zu

diesem Gottesdienst waren besonders blinde und sehbehinderte Menschen sowie ihre Angehörigen eingeladen. Wir feierten diesen Gottesdienst mit der Pfarrgemeinde St. Michael mit deren Gästen der Partnergemeinde „Holy Family“ in Sumbawanga, Tansania. Nach dem Gottesdienst waren alle Gottesdienstbesucher/innen herzlich eingeladen, bei Kaffee und Kuchen miteinander ins Gespräch zu kommen. Neue Kontakte wurden geknüpft und Adressen wurden ausgetauscht. Zukünftig möchten wir weitere Gottesdienste feiern, zu denen wir besonders blinde und sehbehinderte Menschen einladen. Wir bedanken uns bei der katholischen Gemeinde und besonders bei Pastoralreferentin Simone Irschlinger (Kirchengemeinde Karlsruhe Alb-Südwest St. Nikolaus) und dem Vorbereitungs-Team für die Gastfreundschaft und das schöne Miteinander.

4.2 Aktuelle Veranstaltungen 2023

Bitte für alle Veranstaltungen anmelden bei: André Paul Stöbener, Mail: andre.stoebener@ekiba.de, Mobil: 0172 9426103.

4.2.1 Begegnungstag/ Grillnachmittag am 28.07.2023

Auch dieses Jahr findet wieder der Grillnachmittag im Pfarrgarten in Ottenheim statt. Wir werden am Hauptbahnhof in Offenburg mit Autos warten, sie abholen und dann nach Ottenheim fahren. Später geht's dann wieder zurück zum Bahnhof.

Wir werden miteinander einen schönen Nachmittag mit Begegnungen, Musik bei Kaffee und Kuchen/Kaffee und Grillen erleben. Mögliche Abfahrtszeit in Karlsruhe ist 11:07 Uhr (RE 2), Gleis 8, Ankunft um 11:59 auf Gleis 5 in Offenburg. Aus Mannheim wäre die Abfahrtszeit um 10:35 Uhr, Ankunft in Offenburg ist 11:30 Uhr. Aus Freiburg wäre die Abfahrtszeit Gleis 2 um 11:02 Uhr (RE 26), Ankunft in Offenburg 11:54).

Abfahrt aus Ottenheim nach Offenburg wäre dann ca. 18:15 Uhr, Ankunft in Karlsruhe wäre 19:49 Uhr, in Freiburg wäre die Ankunft um 19:58 Uhr Freiburg.

4.2.2 Ausflug in die Pfalz - Hauenstein

Wir treffen uns am Freitag, den 15. September 2023 um 8:40 Uhr am Hauptbahnhof in Karlsruhe (Servicepunkt). Die Abfahrt des Zuges nach Hauenstein ist um 9:05 Uhr an Gleis 1 (RE 6 nach Kaiserslautern). Um 9:37 Uhr steigen wir in Landau am Gleis 5 – direkt gegenüber – in den Zug RB 55 (Richtung Pirmasens). Um 10:16 kommen wir in Hauenstein (Mitte) an. Von dort gehen wir zum Deutschen Schuhmuseum (ca. 1,3 km). Es besteht hier auch die Möglichkeit, mit dem Auto zum Schuhmuseum gebracht zu werden. Um 11:00

Uhr haben wir eine Führung (ca. 1,5 h) im Deutschen Schuhmuseum (<https://museum-hauenstein.de>). Danach gehen oder fahren wir zum Paddelweiher. Dort essen wir um 13:00 Uhr gutbürgerlich zu Mittag. Wir können im schönen Queichtal spazieren gehen, die schöne Natur des Pfälzer Waldes genießen, Zeit miteinander in Gemeinschaft verbringen. Auch gibt es die Möglichkeit, mit einem Paddelboot auf dem Weiher zu fahren.

Wir werden in Karlsruhe Hauptbahnhof entweder um 18.54 Uhr oder um 19.54 Uhr ankommen, abhängig davon, wie es uns in Hauenstein gefällt.

Vielleicht begleitet Sie bei diesem Ausflug eine Begleitperson. Es sind aber auch sehende Begleiter/innen da, die Sie unterstützen können. Es entstehen Kosten in Höhe von € 15 pro Person (Eintritt Museum, Fahrtkosten), Kosten für Essen und Getränke tragen die Teilnehmenden.

4.2.3 Mit der Bibel im Gespräch (Ursula Weiher)

Frau Ursula Weiher aus Lahr bietet jeden dritten Montag und den vierten Dienstag im Monat ein Telefongespräch zum Buch der Bibel an. Es geht beispielsweise um die Gegenüberstellung von Geschichte, Rechtslage und Zeitenwende in Israel, Rom und Griechenland im Vergleich zu anderen Religionen und Mythologien.

Aktuelle Termine im Juli: Montag, 17. Juli 2023 und Dienstag, den 25.07.2023 (Uhrzeit: 17:00 bis ca. 18:30 Uhr). Einwahlnummer: 0761 – 21119982, danach Eingabe der PIN-Nummer: 2192

4.3 Die Augensterngruppe in Karlsruhe

Die Augensterngruppe trifft sich regelmäßig einmal im Monat, meistens an einem Freitag. Zurzeit treffen wir uns im Evangelischen Gemeindesaal der Altstadt- und Mittelstadtgemeinde in Karlsruhe. Auch bieten wir regelmäßig Telefonkonferenzen an. Wir möchten die Gruppe gerne öffnen und freuen uns, wenn weitere Menschen zu uns kommen würden. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an André Stübener Tel. 0172 9426103.

4.4 Ehrenamtliches Engagement für den EBS

Wir freuen uns, wenn Sie blinde und sehbehinderte Menschen auf unsere Freizeiten und Ausflüge begleiten können. Oder Sie begleiten Menschen zur Augensterngruppe in Karlsruhe, die sich monatlich trifft. Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, sich für die Begleitung blinder und sehbehinderter Menschen zu qualifizieren und übernehmen dafür die Kosten. Sind Sie interessiert? Dann melden Sie sich bei uns oder erzählen dies gerne weiter.

4.5 Ein Eisverkäufer bereitet Kopfzerbrechen (Gerhard Jaworek)

Die Frage

Gestern kam in einer Telefonkonferenz des Arbeitskreises Blautor ein spannendes Thema auf. In einer Show wurde wohl die Frage gestellt, ob heißes oder kaltes Wasser schneller gefriert. Und ja, so seltsam es klingt. Unter gewissen Umständen gefriert das heiße Wasser schneller. Natürlich hatte ich von diesem Phänomen schon gehört. Ich wusste auch, dass es bis heute nicht eindeutig erklärt ist, und dass ein Eisverkäufer eine Rolle in der Angelegenheit spielt.

ChatGPT lieferte mir hier nur schwache Anhaltspunkte, aber einige Stichworte dann doch. Nun gut. dann setzen wir die Bruchstücke meiner Erinnerung, das Geschwurbel von ChatGPT und etwas Wiki zusammen, und machen daraus eine erzählbare Geschichte.

Das Phänomen

Das Phänomen, bei dem warmes Wasser schneller zu gefrieren scheint als kaltes Wasser, wird als das Mpemba-Phänomen bezeichnet. Es ist benannt nach dem tansanischen Schüler Erasto Mpemba, der es 1963 wieder entdeckte.

Wieder entdeckt deshalb, weil das Phänomen schon bei den alten Griechen erwähnt wurde. Von schnellerem Gefrieren erwärmten Wassers berichtete bereits im vierten vorchristlichen Jahrhundert der Philosoph Aristoteles als Beispiel für die von ihm postulierte Antiperistasis, die folgendes beschreibt: Eine Eigenschaft, z. B. die Temperatur eines Körpers ändert sich, wenn dieser sich in einer Umgebung anderer Temperatur befindet. Im 13. Jahrhundert diskutierte dies der Mönch und Philosoph Roger Bacon (Opus Majus). Im 17. Jahrhundert erwähnten die Philosophen und Wissenschaftler Francis Bacon (Novum Organum 2.50) und René Descartes (Les météores 1) den Effekt.

Im Jahr 1775 erschien eine Arbeit von dem schottischen Wissenschaftler Joseph Black, in der er den Effekt anhand von Experimenten sicherstellte. Im Jahr 1788 bemerkte der erste deutsche Professor für Experimentalphysik Georg Christoph Lichtenberg bei eigenen Versuchen einen solchen Vorgang, konnte ihn aber nicht zuverlässig reproduzieren. 1963 stieß also nun der tansanische Schüler und Eisverkäufer Erasto B. Mpemba auf das Phänomen, als er Speiseeis herstellte. Zusammen mit Denis G. Osborne veröffentlichte er 1969 die Ergebnisse zahlreicher Versuche zu diesem Thema. Jedoch dauerte es einige Jahre, bis der Effekt weiter wissenschaftlich untersucht wurde.

Im Jahr 2016 erschien ein Übersichtsartikel, der darstellt, dass der Effekt, in der Definition „Abkühlung bis zum Gefrierpunkt“, angeblich nicht existiert. Im Jahr

2022 in „Mpemba Effect Demystified“ wurde der Mpemba-Effekt erklärt, aber eben noch nicht vollständig.

Ein Beispiel aus dem Leben

Hier ein Beispiel eines Naturvolkes, das das Phänomen bis heute zu nutzen scheint. Wenn die Bewohner der Pontusgegenden auf dem Eis ihre Hütten für den Fischfang aufschlagen, erwärmen sie ihre Angelruten zunächst in der Sonne, oder schütten sogar heißes Wasser darüber, um sie dann rascher vereisen lassen zu können. Sie benutzen das Eis anstelle von Blei, um ihre Ruten zu beschweren. Dann schlagen sie Löcher in das Eis, um zu fischen.

Erklärungsversuche

Bis heute ist das Mpemba-Phänomen immer noch Gegenstand wissenschaftlicher Diskussionen und es gibt keine eindeutige Antwort auf die Ursache. Es gibt mehrere mögliche Erklärungen für das Phänomen, aber keine davon ist allgemein akzeptiert. Hier sind einige der vorgeschlagenen Mechanismen:

Verdunstung

Wenn Wasser verdunstet, entzieht es der verbleibenden Flüssigkeit Wärme, was zu einer Abkühlung führt. Dieser Effekt könnte dazu führen, dass warmes Wasser schneller abkühlt und schließlich gefriert. Durch Verdunstung kühlen wir unseren Körper, indem wir schwitzen. Wenn man Alkohol, z. für eine Desinfektion auf die Haut gibt, spürt man ganz deutlich, dass es an der Stelle richtig kühl wird. Bei entweichenden Gasen, z. B. aus einer Gasflasche oder aus einem Feuerzeug ist der Effekt noch deutlich stärker zu spüren. So vereisen beispielsweise Heizungsmonteur die Rohrenden, mit Stickstoff oder Trockeneis (CO₂), wenn sie verhindern wollen, dass Wasser austritt, ohne einen Pfropfen benutzen zu müssen.

Wenn eine Flüssigkeit verdunstet, dann wechselt sie von flüssig zu gasförmig. Solch ein Zustandswechsel verbraucht deutlich mehr Energie, als einfach nur durch normale Abkühlung frei wird. Deshalb kühlt heißes Wasser durch den verdunstenden Dampf rascher ab als kaltes. Ich bin immer wieder davon beeindruckt, wie lange sich Schnee gegen die warme Sonne behaupten kann. Das liegt daran, das ungeheuer viel Energie nötig ist, damit Eis einfach in flüssiges Wasser über gehen kann.

Konvektion

Konvektion erleben wir im Alltag ganz besonders, wenn wir Wasser kochen. Heißes Wasser ist leichter als kaltes. Es steigt auf und bildet Blasen. Das kalte Wasser sinkt dann ab. Dadurch entstehen Konvektionsströme, um Wärmeunterschiede auszugleichen.

Wetterphänomene und Meeresströmungen sind ebenfalls Beispiele für Konvektion, wobei diese noch von der Erddrehung überlagert werden. Und ja, betrachtet man unsere Sonne mit speziellen Filtern, dann kann man sehen, dass es auch auf ihrer Oberfläche blubbert und brodelt. Konvektion verbraucht dann auch dadurch Energie, weil Teilchen der Flüssigkeit in Bewegung versetzt werden. Das könnte eventuell dazu beitragen, dass warmes Wasser tatsächlich schneller erkaltet.

Überkühlung

Bei dieser dritten Idee bin ich fast sicher, dass ChatGPT schwurbelt. Mir sind da zu viele Ungenauigkeiten darin. Dennoch könnte unter gewissen Umständen die Überkühlung von Wasser eine Rolle spielen. Ich schreibe hier mal ohne Gewähr, was ich dazu weiß und verstanden habe. Überkühlt ist eine Flüssigkeit dann, wenn sie noch flüssig ist, obwohl sie bereits eine Temperatur unter ihrem Gefrierpunkt erreicht hat. Für Wasser also unter 0 Grad C. Hier spielen chemische Verunreinigungen eine Rolle. Wir kennen das im Winter, wenn wir unsere Straßen salzen. Salz bewirkt, dass sich der Gefrierpunkt von Wasser weit in den Minusbereich verschiebt. Deshalb „schmilzt“ unser gesalzenes Eis, obwohl es weit unter 0 Grad kalt ist. Bedenken wir, dass der Wiederentdecker des Effektes ein Macher von Speiseeis war. Somit hat er eventuell das Phänomen gar nicht nur in reinem Wasser gefunden, sondern in Flüssigkeiten und Säften, die dann zu Speiseeis verarbeitet wurden. Es wäre an dieser Stelle tatsächlich spannend, ob der Effekt auch mit destilliertem Wasser auftritt. Darüber habe ich aber leider jetzt, so auf die Schnelle nichts gefunden. Wie auch immer. Theoretisch kann es wärme- und energietechnisch schon zu einer Situation kommen, dass warmes Wasser seine Energie auf eine Weise schneller loswird, als kaltes Wasser. Um derlei zu beschreiben, benötigt man dann aber sehr komplizierte mathematische Gleichungen. Solche Wärmegleichungen, auch Adiabaten-Gleichungen genannt, werden sehr schnell unübersichtlich, enthalten sehr viele Variablen und können sogar unlösbar in chaotische Zustände geraten. Die Thermodynamik, wie man diese Spielart in der Physik nennt, ist mit ihren Hauptsätzen und der Entropie eine sehr schmerzhaft zu erlernende Disziplin, wie ich in meinem Studium erleben durfte. Sie ist so mächtig, dass die Verletzung eines ihrer Gesetze das ganze Universum aus den Angeln heben könnte. Das war sie, die Sommergeschichte des Eisverkäufers und dem neu entdeckten alten Phänomen.

Fazit

Es ist wichtig zu beachten, dass das Mpemba-Phänomen nicht immer auftritt und von verschiedenen Faktoren wie der Qualität des Wassers, dem verwendeten Gefäß, der Umgebungstemperatur und anderen Variablen abhängen kann. Wissenschaftliche Studien haben unterschiedliche Ergebnisse hervorgebracht, und es bedarf weiterer Forschung, um das Phänomen vollständig zu verstehen.

Blog von Gerhard Jaworek (<https://blindnerd.de>)

4.6 Dachverband der evang. Blindenseelsorge und der evang. Sehbehindertenseelsorge (DeBeSS)

4.6.1 Fachtagung: „Keiner da?! Von der Kraft des Alleinseins zum Risiko der Einsamkeit“

Die Fachtagung fand vom 12.05.2023 bis zum 14.05.2023 in St. Bernhard in Rastatt statt. Aus ganz Deutschland reisten blinde und sehbehinderte Menschen mit Ihren Begleitungen nach Rastatt. Das Thema Alleinsein und Einsamkeit wurde aus verschiedenen wissenschaftlichen Perspektiven beleuchtet: Psychologie, Theologie (Seelsorge). Kulturell wurde die Tagung durch eine kulinarische Weinprobe und eine Führung des Barock-Schlusses in Rastatt ergänzt.

Es gab ein „Speeddating mit sechs Themenblöcken“ sowie Selbsterfahrung. Daraus möchte ich aus dem Workshop „Persönliche Strategien zum Umgang mit Alleinsein und Einsamkeit berichten“.

4.6.2 Strategien gegen Alleinsein und Einsamkeit

- **Gesprächsbereitschaft:** sich gesprächsbereit zu zeigen und eine offene Kommunikation zu pflegen. Hierbei geht es besonders darum, über seine Wünsche, Bedürfnisse und Erwartungen zu sprechen.
- **Information:** sich Informationen über Rechte (z.B. Blindengeld, Hilfsmittel, Mobilitätstraining, Erhalt der Selbstständigkeit) und dafür geeignete Ansprechpersonen suchen (Beratungsstellen bei Diakonie und Caritas, Blickpunkt Auge, DeBeSS, Landeskirchliche Beauftragte). Wer seine Rechtsansprüche kennt, kann diese auch gegenüber von Behörden und Sozialversicherungen erfolgreich einfordern.
- **Organisation von Hilfe und Unterstützung:** Sich Hilfe und Unterstützung organisieren. Hierzu ein persönliches Netzwerk auf Freunden Nachbarn und Verwandten schrittweise aufbauen, dabei offen auf Menschen zu gehen. Hilfreich sind hier auch die Erfahrungen von Selbsthilfegruppen.
- **Beratung und Therapie:** sich offen zeigen und bereit sein, Beratung und Therapie anzunehmen. Hierzu kann man sich an Beratungsstellen oder auch an Blickpunkt Auge wenden.
- **Aktivitäten / Aufgaben / Tagesstrukturierung:** sich regelmäßige/wiederkehrende Aktivitäten und Aufgaben suchen, um den Tag/die Woche/den Monat zu sinnvoll und sinnstiftend zu strukturieren. Dies kann eine ehrenamtliche Aufgabe sein, eine Sportart in einer Gruppe oder einem Verein bedeuten. Das könnten auch Kurse bei der Volkshochschule sein oder bei Angeboten von Kirchengemeinden.

- **Glaube, Gebet und Seelsorge:** Angebote von Kirchengemeinden / diakonisch/caritativen Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen: z.B. Hauskreise, Gottesdienste, Andachten.
- **Musik, Tanz, Kreativität sowie Sport und Bewegung:** sorgen Sie für Seele, Geist und Körper. Finden Sie einen Ort, eine Tätigkeit, die Ihre Seele/Geist/Körper zum Klingen bringt.
- **Prävention und Vorbeugung:** In guten Augenblicken Ideen entwickeln, wie man frühzeitig einsamen Augenblicken vorbeugen kann. Das könnten zum Beispiel Rituale sein, die dann automatisiert angewendet werden können, bevor die Einsamkeit alles bestimmt und wir als Menschen handlungsunfähig werden. Auch könnte spazieren gehen, ein Telefonat, ein Musikstück, aufräumen oder eine andere Tätigkeit dabei helfen, einer negativen Gedankenspirale vorzubeugen.
- **Alte und neue Medien:** benutzen sie Radio, Telefon, Smartphones, digitale Assistenzsysteme, Internet, Hörbücher, Podcasts und Newsletter. Suchen Sie Personen, die Ihnen dabei helfen, sich mit diesen Medien zurechtzufinden.
- **Änderung der Wahrnehmung:** nehmen Sie einen Perspektivenwechsel vor, stellen Sie ihre Möglichkeiten in einen neuen Rahmen: Nicht: was kann ich nicht sondern: was kann ich gut, was bereitet mir und anderen Freude.

Ein arabisches Sprichwort sagt: Humor und Geduld sind wie zwei Kamele, mit denen wir durch alle Wüsten kommen. Dies kann in Augenblicken der Einsamkeit und des Alleiseins tröstlich sein.

André Paul Stöbener

4.6.3 DeBeSS auf dem Kirchentag in Nürnberg

Fünf erlebnisreiche Tage auf dem Kirchentag in Nürnberg (7.06.2023 – 11.06.2023) mit vielen Begegnungen und Gesprächen liegen hinter allen, die für DeBeSS dabei aktiv waren. Gemeinsam mit der Blinden- und Sehbehinderten-seelsorge in der Ev.-Luth. Kirche in Bayern haben wir an einem neu gestalteten, großen Marktstand Menschen für unsere Arbeit und die Belange sehbehinderter Menschen sensibilisieren können. Mit Graphiken aus unserer neuen Broschüre haben wir die Wände gestaltet. Wir haben eingeladen, den eigenen Namen selbst in Punktschrift zu schreiben und eine Ausstellung anzusehen, die die Bibel in verschiedenen Ausgaben präsentierte von der Senfkornbibel bis zur Punktschriftbibel. Viele Gespräche ergaben sich: Fragen rund um das Thema Sehbehinderung, zur Brailleschrift, Fragen zur inklusiven Kirche und natürlich zu unseren Aufgaben in der Blinden- und Sehbehinderten-seelsorge wurden beantwortet. Unsere Broschüre und die Postkarten mit Motiven daraus waren ein gern mitgenommenes Mitbringsel, fast immer war die Karte mit dem eigenen Namen in Punktschrift verziert.

Auch das Team vom „Blind Date“ – dem Treffpunkt für sehbehinderte, blinde und sehende Menschen im Café des Zentrums Inklusion kann sich an viele intensive Gespräche im kleinen Rahmen erinnern. In kleinen Gruppen oder auch nur zu zweit wurden in der Mittagszeit von Donnerstag bis Sonnabend die unterschiedlichsten Anliegen besprochen, manchmal war es sehr konkrete Beratung, manchmal eher Fragen zum Leben mit einer Sehbehinderung, auch sehr persönlich und vertraulich wurde es dabei. Einzig Judy Bailey und Band haben uns ein vorzeitiges Gesprächsende am Freitag beschert. Das Mittagssingen auf der Bühne im Zentrum war durch die Verstärkung der Band so laut, dass wir die Gespräche vorzeitig aufgeben mussten - schade. Lustig war, dass sich auch ein junger Mensch einfand, der beim Blind Date die große Liebe zu finden hoffte. Da konnten wir leider in seinem Alter keine „Angebote“ machen. Durch die Mitarbeit von Frau Barbara Brusius in der Projektleitung Zentrum Inklusion wurden die Belange sehbehinderter Menschen auch im Zentrum Inklusion und beim Kirchentag insgesamt mit in die Planungen eingebracht.

Alle Arbeit wurde auch durch zwei prominente Gäste bei uns am Stand belohnt. Kanzler Olaf Scholz hatte sich für seinen Kurzbesuch auf dem Markt der Möglichkeiten fünf Stände ausgesucht. Die Blinden- und Sehbehindertenseelsorge war dabei. Wir haben uns gefreut, dass auch er sich hat einladen lassen, seinen Namen in Punktschrift zu schreiben und interessiert die Ausstellung angesehen hat. Dies hat er auf seinem Instagram-Kanal auch dokumentiert. Auch der Ministerpräsident von Sachsen, Michael Kretschmer, hat unseren Stand besucht und seinen Namen in Blindenschrift geschrieben.

Insgesamt konnten wir sehr viele Menschen über die Arbeit der evangelischen Blinden- und Sehbehindertenseelsorge informieren.

5. Spenden für eine mobile Höranlage und die Arbeit des Vereins

Derzeit suchen wir Menschen und Organisationen, die uns bei der Anschaffung einer mobilen Höranlage unterstützen. Immer mehr Menschen sehen und hören schlechter. Gutes Hören ist dabei sehr wichtig, um Teilhabe zu ermöglichen. Dafür brauchen wir dringend Ihre tatkräftige finanzielle Unterstützung. Aber auch für unsere anderen vielfältigen Arbeit bitten wir Sie um Förderung und Unterstützung. Wenn Sie uns finanziell unterstützen wollen, dann freuen wir uns sehr.

Spendenkonto: BBBank Karlsruhe
IBAN: DE 73 6609 0800 0002 5458 53

Wir sind gemeinnützig und stellen Ihnen auf Wunsch gerne eine Spendenbescheinigung aus.

6. Hinweis Datenschutz

Sie erhalten diesen Rundbrief, weil Ihr Name und Ihre Adresse in unserer Datenbank gespeichert sind. Wir gehen davon aus, dass Sie uns die Zustimmung zur Speicherung Ihrer Daten ausschließlich zur Verwendung für unsere Arbeit mitgeteilt haben. Ihre Daten werden wir nicht an Dritte weitergeben. Sollten Sie mit der Speicherung Ihrer Daten nicht einverstanden sein, so teilen Sie diese uns mit: Sie können Auskunft verlangen, welche personenbezogenen Daten über Sie zu welchem Zweck bei uns gespeichert sind. Sie können der Verarbeitung Ihrer personen-bezogenen Daten widersprechen. Sie können die Löschung Ihrer Daten verlangen.

7. Veränderter Perspektivenwechsel - eine Geschichte

Eines Tages kommt ein völlig erschöpfter Vater zum Rabbi: Rabbi, was soll ich nur machen? Ich habe eine kleine Hütte, diese hat nur einen Raum und ich habe sechs Kinder. Es ist so eng! Der Rabbi fragt: „Hast du Hühner, hast du auch eine Ziege? Ja, antwortet der Mann. Nimm die Tiere mit in deine Hütte und kommen in 3 Tagen wieder. Nach drei Tagen kommt der Mann und stöhnt: Rabbi, ich halte das nicht mehr aus! Man kann sich nicht bewegen! Und wie die Ziege stinkt! Gut, sagt der Rabbi, schmeiß die Tiere raus und komm morgen wieder. Am nächsten Tag fragte ihn der Rabbi: Wie fühlst du dich jetzt in deinem Haus? Großartig, so viel Platz wie jetzt hatte ich noch nie, fast wie in einem Palast.

8. Das sind wir – der Vorstand des EBS Baden e.V.

Vorstand:

André Paul Stöbener (Vorsitzender)

Elke Paul (Beisitzerin)

Annedore Braun (Kassenführerin)

Gerhard Jaworek (Schriftführer)

Hier finden Sie uns:

Blumenstraße 1 – 7, 76133 Karlsruhe,

Telefon: 0172 - 9426103

Internet: www.ebs-baden.de,

E-Mail: andre.stoebener@ekiba.de