



StiftungsPost

DAS MAGAZIN DER STIFTUNG HILFE MIT PLAN 01 / 26



PILOTPROJEKT IN HAMBURG

LAOS

**Mentale Gesundheit an
Grundschulen stärken**

**Wie Reisbanken
Familien helfen**



Bolivien

Starke Mütter, gesunde Kinder

Mit einem neuen Projekt in Bolivien wollen wir das gesunde Aufwachsen von Kindern fördern. Bolivien zählt zu den ärmsten und strukturschwächsten Ländern Südamerikas. Besonders in den ländlichen Regionen leiden viele Familien unter multidimensionaler Armut. Diese umfasst nicht nur finanzielle Not, sondern auch einen eingeschränkten Zugang zu Bildung, Gesundheitsversorgung und grundlegenden Dienstleistungen. Für Kinder, die unter diesen Bedingungen aufwachsen, hat das häufig schwerwiegende Folgen. Denn besonders in den ersten fünf Jahren wird die Grundlage für ein gesundes Leben geschaffen. Leiden sie in dieser Zeit zum Beispiel unter Mangel- oder Fehlernährung – wie es bei vielen Kindern in unseren Projektregionen Altiplano und Santa Cruz der

Fall ist –, entstehen Defizite, die sie nur schwer wieder aufholen können. Um Kindern einen gesunden Start ins Leben zu ermöglichen, setzt das Projekt unter anderem auf die Förderung von Kindergärten und Gesundheitszentren. Ihre Ausstattung wird verbessert und Fachkräfte erhalten Fortbildungen, zum Beispiel zur Versorgung von Kleinkindern. Daneben werden Eltern zu Themen wie gesunder Ernährung, frühkindlicher Förderung und gleichberechtigter Elternschaft geschult. Um insbesondere Mütter zu stärken, erhalten sie unternehmerische oder landwirtschaftliche Schulungen und werden bei der Gründung von Spargruppen unterstützt. So werden sie unabhängig und die wirtschaftliche Situation der Familien wird verbessert. Davon profitieren auch die Kinder.

500 Mütter
werden wirtschaftlich
gestärkt.



Fotos: Plan International / Mauricio Panozo, Jan Steinhaus



Liebe Stiftungsfamilie, liebe Freund:innen der Stiftung Hilfe mit Plan,

nicht nur in fernen Ländern wie in der Ukraine, in Nahost oder in Sudan benötigen Kinder Unterstützung, um gesund aufzuwachen und ihre Potenziale entfalten zu können, sondern manchmal auch direkt vor unserer Haustür. Wir fördern deshalb ein Pilotprojekt, das die mentale Gesundheit von Grundschulkindern in Deutschland verbessern möchte. Denn die Zahl der psychischen Erkrankungen und Verhaltensstörungen bei Kindern hierzulande steigt. Für unsere Reportage besuchten wir einen Workshop, der im Rahmen des Projekts „Stark in die Zukunft!“ an einer Grundschule in Hamburg stattfand – und haben dabei viel über den deutschen Schulalltag gelernt. Außerdem nehmen wir Sie in diesem Heft mit nach Laos und erklären, warum Reisbanken ein wirksames Mittel sind, um Menschen gegen die Auswirkungen des Klimawandels zu stärken. Wir richten den Blick auf die humanitäre Katastrophe in Sudan – und zeigen, wie ein Plan-Projekt Hoffnung gibt. Und nicht zuletzt lassen wir unsere Unterstützer:innen erzählen, warum sie sich für Kinder weltweit einsetzen. Wir wünschen Ihnen eine inspirierende Lektüre und würden uns freuen, Sie bei unserem Stiftungstreffen im Juni (wieder-) zu sehen.

Ihr Dr. Werner Bauch

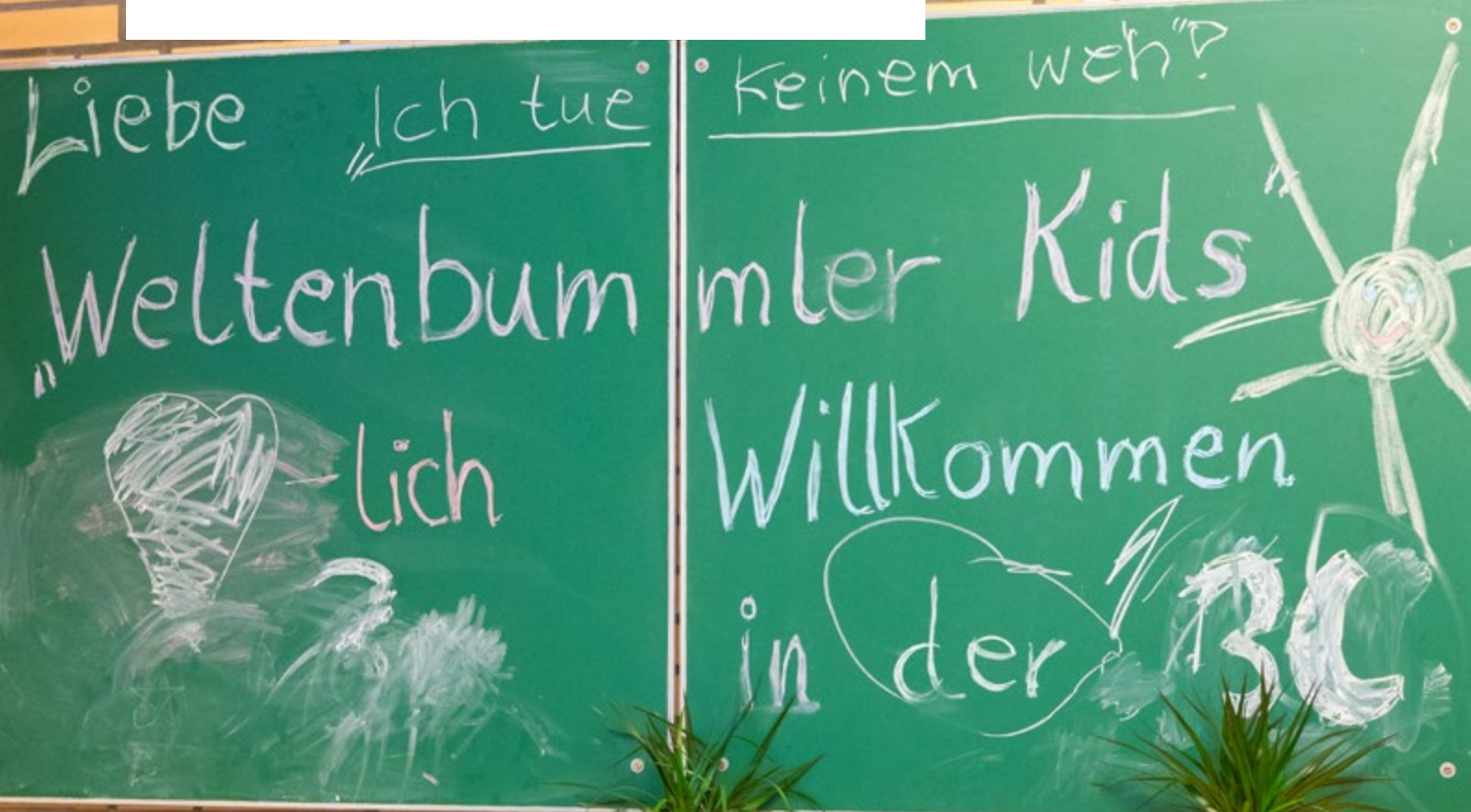
Ihre Julia Selle

INHALT

- | | |
|--|--|
| 2 Im Fokus | 12 Hinter den Kulissen |
| 3 Editorial | So wirkt unser LEAD-Fonds |
| 4 Reportage | Neuer Service: Der Erbpas |
| Pilotprojekt in Hamburg: Stark in die Zukunft! | 14 FUTURE-Fonds |
| 7 Stimmen des Wandels | Laos: Wie Reisbanken Familien stärken |
| 8 Engagement mit Gesicht | 16 Aus aller Welt |
| An das Danach denken Stilles Engagement | Togo Gaza Nepal |
| 10 Nothilfe | 18 Chancengeber |
| Sudan: Hoffnung für die Kinder von Ura | Simbabwe: Bildung kann Leben verändern |

Pilotprojekt in Hamburg

Stark in die Zukunft!



An sechs Hamburger Grundschulen ist das Plan-Projekt „Stark in die Zukunft!“ angelaufen, das die mentale Gesundheit von Kindern fördert. In Workshops lernen die Kinder, ihre Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken. Wir waren bei einem der Workshops dabei.

Aufgeregte Stimmen dringen aus dem Klassenzimmer der 3c. „Coole Socken“ steht an der Wand neben der Tür – das Motto der Klasse. Daneben hängen bunte Bilder von Socken, jedes Kind hat eine gestaltet. So bunt wie die Socken ist auch die Zusammensetzung der Klasse, die sich außerdem den Namen „Weltenbummler-Kids“ gegeben hat. Denn die Kinder stammen aus vielen verschiedenen Ländern, einige sind erst seit Kurzem in Deutschland, haben Fluchterfahrungen gemacht und beherrschen die Sprache noch nicht sicher.

Wir sind zu Besuch in einer Grundschule im Osten von Hamburg, an der aktuell das Plan-Projekt „Stark in die Zukunft!“ umgesetzt wird. Die Schule hat den niedrigsten Sozialindex, viele der Schüler:innen leben in herausfordernden sozio-ökonomischen Verhältnissen. Das heißt, sie wachsen in Familien mit geringem Einkommen, unsicheren Wohnverhältnissen oder wenig bildungsbezogener Unterstützung auf – und sind vielen weiteren Stressfaktoren ausgesetzt. Hier wird gleich ein Workshop mit Schüler:innen der dritten Klasse stattfinden.

„Als roter Faden zieht sich das Thema ‚schöne Gefühle‘ durch.“

– Philipp Wolf, Workshopleiter

Den Workshop leitet Philipp Wolf. Der Sozialpädagoge arbeitet für das Präventionsprogramm CORESZON der Universitätsklinik Hamburg-Eppendorf (UKE), mit dem Plan International Deutschland das Projekt entwickelt hat. Auf das Whiteboard in der Mitte des Klassenzimmers hat er die Begriffe „Dankbarkeit“, „Hilfsbereitschaft“ und „Zusammenhalt“ geschrieben.

„Jeder Workshop besteht aus sechs Einheiten à 90 Minuten“, erzählt Philipp Wolf über die Workshops, die in einem Pilotprojekt an insgesamt sechs Hamburger Grundschulen durchgeführt werden und mehr als 1.000 Kinder erreichen sollen. „Als roter Faden zieht sich dabei



Workshopleiter Philipp Wolf hilft zwei Mädchen bei einer Übung.

das Thema ‚schöne Gefühle‘ durch – und das Ziel, diese zu stärken. Beim ersten Treffen fangen wir damit an, dass wir den Kindern ganz viele Wörter für schöne Gefühle beibringen und besprechen, was diese bedeuten. Da sind ganz einfache Wörter dabei wie ‚Freude‘ oder ‚Glück‘, aber auch kompliziertere wie ‚Zusammenhalt‘ oder ‚Inspiration‘. In einem zweiten Schritt erkunden wir gemeinsam: Wann habe ich diese Gefühle? Wie erlebe ich sie? Und ganz wichtig: Wo kann ich diese Gefühle eigentlich in meinem Körper spüren? Dafür nutzen wir eine Taschenlampe. Denn wir wissen, dass die Körperempfindung sehr wichtig für die seelische Gesundheit ist.“

Auch heute wird diese Übung gemacht. Die Kinder erzählen, wann sie Dankbarkeit oder Hilfsbereitschaft empfinden – zum Beispiel beim Fußballspielen, wenn sie gemeinsam mit der großen Schwester Hausaufgaben machen oder auch ihren Eltern im Haushalt helfen. Auf die Frage, wo sie die Gefühle empfinden, leuchten die einen auf ihr Herz oder den Bauch, andere auf ihren Kopf, die Hände oder sogar die Füße.

„Die Taschenlampe macht es leichter, Gefühle darzustellen“, sagt auch Nike Ebert, die seit viereinhalb Jahren als Gesundheitsfachkraft an der Schule tätig ist. „Außerdem bringt es den Kindern Spaß. Sie verbinden dann etwas Gutes und Lustiges damit. Und auch für uns Erwachsene werden ihre Gefühle dadurch besser sichtbar.“

„An unsere Schule kommen immer mehr sozial und emotional auffällige Kinder“, ergänzt Nike Ebert. Sie hat sich im Zuge ihrer bedarfsorientierten Arbeit der Gesundheitsförderung und Prävention dafür eingesetzt, das Projekt an die Schule zu holen – mit dem Ziel, es dort langfristig zu verankern. „Wir sehen, dass es bei der Wahrnehmung der eigenen Gefühle oft hakt. Und damit auch beim Verständnis für andere Kinder“, sagt sie. „Wir haben deswegen Schwierigkeiten, auch in Konfliktsituationen, die häufig auftreten – sehr häufig. Die Kinder benötigen dringend Handlungs- und Lösungsstrategien. Und genau dabei unterstützt dieses Projekt.“



Im heutigen Workshop geht es um die Themen Dankbarkeit, Hilfsbereitschaft und Zusammenhalt.



Klassenlehrerin Janine Neumann (l.) und Schulgesundheitsfachkraft Nike Ebert (r.)



Das extra entwickelte Material können die Kinder auch nach den Workshops nutzen.

„Die Kinder benötigen dringend Handlungs- und Lösungsstrategien.“

– Nike Ebert, Schulgesundheitsfachkraft

Im heutigen Workshop geht es auch um das Thema „Gemeinschaft“. In einer Übung verknoten die Kinder ihre Arme miteinander. Die Aufgabe besteht darin, sich zu entknoten, ohne dabei die Hände der anderen loszulassen. Auf Wunsch der Kinder startet ein Wettbewerb zwischen den Mädchen und den Jungen: Wer schafft es schneller? Die Jungen gewinnen – das Freudengeschrei ist groß. „Das ist eher ungewöhnlich“, sagt Philipp Wolf lächelnd. „Normalerweise sind die Mädchen bei dieser Übung besser.“ An die Schüler:innen richtet er die Frage, was beim Entknoten geholfen hat. „Wir haben geredet, was wir machen sollen“, sagt eines der Mädchen. „Wenn jemand eine gute Idee hatte, haben wir das gemacht“, ein anderes. „Wenn jemand ‚Halt!‘ gesagt hat, haben wir aufgehört“, ruft ein Junge. „Genau, und wenn ihr euch als Klasse mal verknotet habt, könnt ihr das genauso machen“, schlägt Philipp Wolf die Brücke zum Schulalltag.

Wie wichtig es ist, über Gefühle zu sprechen, weiß auch Klassenlehrerin Janine Neumann. „Wir haben im Unterricht am Anfang eine Ampel eingeführt“, erzählt sie. „Hier können die Kinder sagen, mit welchen Gefühlen sie von zu Hause kommen und in den Unterricht starten. Komme ich zum Beispiel aus einer kleinen Wohnung, in der ich mir mit mehreren ein Zimmer teilen muss? Fühle ich mich heute matt und mag nicht? Viele Kinder kommen schon mit einem Minuspaket in der Schule an. Da ist es für mich als Lehrerin wichtig, zu wissen, wo ich sie abholen kann. Durch solche Angebote im Unterricht und nun auch durch die Workshops im Rahmen von ‚Stark in

die Zukunft‘ lernen sie, ihre Gefühle zu benennen und einzuordnen.“

Janine Neumann sieht erste Effekte und auch Philipp Wolf sagt: „Ich bemerke eine größere Offenheit bei den Kindern. Gerade denen, die am Anfang noch gar nichts mit dem Thema anfangen konnten, fällt es schon leichter, über ihre Gefühle zu sprechen oder auch Körperempfindungen zu benennen. Ich würde aber auch unterstreichen, dass diese Workshops nur der erste Schritt sein können, und – in welchem Rahmen auch immer – weiter unterfüttert werden müssen. Im Unterrichtsalltag und auch in den Fächern, die erst mal nichts mit mentaler Gesundheit zu tun haben.“

Um dies zu gewährleisten, werden im Rahmen des Projekts auch Lehrkräfte und Eltern geschult. Zudem erhalten die Kinder Materialien zur Stressbewältigung, die sie über die Workshops hinaus benutzen können. Das Pilotprojekt läuft noch bis Mai 2027 und wird durch die Stiftung Hilfe mit Plan ermöglicht. Danach soll es ausgewertet und nach Möglichkeit auf Schulen in anderen Bundesländern ausgeweitet werden.

SPENDENKONTO

Stiftung Hilfe mit Plan
 IBAN: DE12 3702 0500 0008 8757 07
 BIC: BFSWDE33XXX | SozialBank
 Stichwort: SP Stark in die Zukunft

Mehr zum Projekt unter www.plan.de/stiftungsprojekt-deutschland



Unser Projekt im Deutschlandfunk.
 Jetzt anhören: www.plan.de/beitrag-dlf



„Uno de mis mayores logros fue obtener una beca gracias a Plan Internacional, lo que me permitió comprar útiles escolares y terminar el colegio. Desde ese momento, mi vida tomó un nuevo rumbo.”

„Einer meiner größten Erfolge war es, ein Stipendium von Plan International zu erhalten. Dies hat es mir ermöglicht, Schulmaterialien zu kaufen und die Schule abzuschließen. Von diesem Moment an nahm mein Leben eine neue Richtung.“

– Laura, 19 Jahre

Mehr zu Laura
im Video:
www.plan.de/video-laura



Wie Bildung Mädchen stark macht

Laura, 19 Jahre, aus Ecuador

Fotos: Plan International, Nobert Latim

Einen Schulabschluss zu machen und eine berufliche Ausbildung zu beginnen, ist für junge, indigene Frauen wie Laura alles andere als selbstverständlich. Die 19-Jährige ist in einem Bergdorf hoch in den ecuadorianischen Anden aufgewachsen. Weite Schulwege, Armut und traditionelle Rollenbilder führen dazu, dass Mädchen hier häufig nur die Grundschule abschließen. Für sie ist eine Zukunft als Ehefrau und Mutter vorgesehen, für die Bildung nicht wichtig erscheint. Doch Laura hat andere Pläne. Sie studiert aktuell Physiotherapie in der Provinzhauptstadt Bolívar. Geschafft hat sie das auch dank ihrer Eltern, die ihre Ambitionen immer unterstützten – und mithilfe von Plan International. Mit 15 Jahren trat sie einer

von Plan International geförderten Mädchenbewegung bei. In dieser setzten sich Jugendliche gemeinsam für Gleichberechtigung, Bildung und gegen geschlechtsspezifische Gewalt in ihren Gemeinden ein. „Damals habe ich die Kraft meiner Stimme entdeckt“, sagt Laura, die daraufhin selbst Workshops organisierte und Kinder über ihre Rechte aufklärte. Nach ihrem Universitätsabschluss möchte Laura in ihr Heimatdorf zurückkehren. „Ich möchte zurück in meine Gemeinde gehen, um den Menschen zu helfen, gesund zu bleiben“, sagt sie. „Und um andere Mädchen und Frauen zu inspirieren, ihre Träume zu verfolgen – so wie ich es getan habe.“



Treuhandstiftung

An das Danach denken

Wenn es uns finanziell gut geht und wir wissen, dass am Ende des Lebens etwas übrig bleibt: Warum nicht andere daran teilhaben lassen – und dauerhaft Gutes bewirken? Das dachten sich auch Volker und Lisa Stackebrandt und gründeten eine Treuhandstiftung.

„Für uns war es immer wichtig, dass wir uns sozial engagieren“, erzählen Volker und Lisa Stackebrandt (oben links im Bild). „Schon als wir vor mehreren Jahrzehnten geheiratet haben, war klar: Wir wollen Menschen an unserer Hochzeit teilhaben lassen, denen es nicht so gut geht. Statt einer teuren Hochzeitsfeier haben wir das hierfür eingesparte Geld Menschen in Äthiopien zukommen lassen, die von Armut und Hunger bedroht waren. Wir haben dann über die Jahre immer wieder für verschiedene Organisationen gespendet, auch höhere Summen. Doch mit zunehmendem Alter macht man sich Gedanken: Was kommt danach? Da wuchs die Idee, eine eigene Stiftung zu gründen.“

Bei seinen Recherchen stieß Volker Stackebrandt zunächst auf Banken, die ihm Unterstützung bei der Stiftungsgründung anboten. „Aber die haben natürlich andere Prioritäten – wobei der Gemeinwohlgedanke meist weniger ausgeprägt ist“, sagt Volker Stackebrandt. „So bin ich zu Plan International gekommen, auch weil meine Frau Lisa hier seit 2009 Patenkinder hat.“ Überzeugt hat ihn vor allem das Konzept der Treuhandstiftung, denn bei seiner Beschäftigung mit dem Thema merkte er auch: So

eine Stiftung kann viel Arbeit sein. „Die Verwaltung, die Vermögensanlage, die juristischen Aspekte – das wollte ich mir mit über 70 nicht mehr antun. Von diesen Aufgaben nimmt mir die Stiftung Hilfe mit Plan nun viel ab. Wichtig war mir außerdem, dass unsere Treuhänderin selbst eine gemeinnützige Organisation ist, die keine kommerziellen Zwecke verfolgt.“

Bevor sie sich entschieden, wo sie ihre Stiftung gründen, verglichen Volker und Lisa Stackebrandt verschiedene Organisationen miteinander und beschäftigten sich ausführlich mit den Arbeitsweisen von Plan International und der Stiftung Hilfe mit Plan. „Ich komme aus einer Generation, die viel hinterfragt. Gerade, wenn man jemand Dritten einen so großen Betrag anvertraut, muss man sicher sein, dass verantwortungsvoll damit umgegangen wird“, betont er.

Auf einer Projektreise nach Malawi hat sich das Ehepaar ein eigenes Bild von der Wirkung vor Ort machen können. „Nach der Reise fühlten wir uns in unserem Engagement voll bestätigt“, sagt Volker Stackebrandt und Lisa Stackebrandt ergänzt: „Es war schön zu sehen, mit welcher Professionalität und mit welcher Hingabe die Mitarbeitenden von Plan International dort tätig werden. Wir haben erlebt, was die Hilfe bewirkt und mit welcher Dankbarkeit sie angenommen wird.“

Die Stackebrandt-Stiftung fördert schwerpunktmäßig Projekte in Afrika. „Mich beschäftigen Themen wie die Kolonialgeschichte sehr und dass daraus resultierend immer noch eine große ökonomische Abhängigkeit besteht“, gibt Volker Stackebrandt tiefere Einblicke in seine Motivation. „Ich denke, dass wir im globalen Norden vielfach auf Kosten der Menschen dort leben. Die Projektreise

nach Malawi hat uns noch einmal gezeigt, wie wichtig die Hilfe von außen ist – und dass es ohne diese noch über Jahrzehnte nicht gehen wird. Wir hoffen jedoch auch, dass unsere Stiftung dazu beiträgt, die Lebensumstände der Menschen dort – bestenfalls – auf lange Sicht zu verbessern.“ Den größten Bedarf sehen Lisa und Volker Stackebrandt dabei in Ländern südlich der Sahara. Anlässlich der besonderen humanitären Katastrophe in Sudan sollen sämtliche Erträge der Stackebrandt-Stiftung aus dem letzten Jahr für die Nothilfe dort eingesetzt werden (siehe auch Seite 10).

Chancen geben

Stilles Engagement

Auf diesen Seiten stellen wir engagierte Menschen aus unserer Stiftungsfamilie vor und geben ihnen dabei in der Regel ein Gesicht. Doch gibt es ebenso viele Unterstützer:innen, die sich lieber im Stillen engagieren. Auch ihren Einsatz möchten wir mit diesem Text würdigen – und sprachen mit Herrn M.

„Meine Frau und ich wollten unser Engagement eigentlich nie an die große Glocke hängen“, sagt Herr M. aus Nordrhein-Westfalen. Er möchte deshalb anonym bleiben, ist aber trotzdem bereit, mit uns über sein Engagement zu sprechen – um auf diese Weise auch andere zu inspirieren, etwas zu tun.

„Wir haben stets gerne geholfen, wenn jemand in Not war – insbesondere auch in unserem direkten Umfeld“, erzählt Herr M. „Das Extremste war wohl, dass wir einmal einer Zirkusfamilie ihr abgebranntes Zelt ersetzt haben“, sagt er lachend. Bereits 1997 begann das Ehepaar, sich bei Plan International zu engagieren und übernahm Patenschaften – immer jeweils für ein Mädchen und einen Jungen. Inspiriert wurden sie dazu auch durch die Geburt ihrer eigenen Kinder. „Sechs Wochen vor dem errechneten Termin sagten sie uns damals: Es ist nicht eins, sondern es sind zwei“, erinnert sich Herr M. „Eineiige Zwillingmädchen – für uns gab es nichts Schöneres! Zwei Patenkinder erschienen uns dazu passend.“

Seit seine Frau vor rund drei Jahren plötzlich verstarb, führt Herr M. das gemeinsame Engagement allein fort. „Ich glaube, das steckt bei mir in den Genen“, sagt er. So



Die Stiftungsfamilie fördert u.a. Bildungsprojekte weltweit – und ermöglicht Kindern damit Zukunftschancen.

habe auch seine Mutter einen Anteil daran. Nachdem der Vater früh starb, musste sie allein für ihn und seine drei Geschwister sorgen. Das war nicht leicht. „Sie war eine taffe Frau, die nach dem Tod meines Vaters seine Firma übernahm. War sie zuvor Hausfrau, führte sie als ausgebildete Kaufmannsgehilfin nun ein eigenes Geschäft und zog gleichzeitig uns vier Kinder groß. Anerkennung bekam sie dafür wenig. In dieser Zeit wurde eine Frau wie sie eher kritisch beäugt. Trotzdem ließ sie sich nicht unterkriegen und hat dafür gesorgt, dass meine Geschwister und ich alle lernen und später studieren oder eine Ausbildung machen konnten. Das war ihr immer wichtig und das ist bei mir hängen geblieben.“

Heute setzt sich Herr M. dafür ein, dass Kinder auf der ganzen Welt Bildungschancen erhalten. Denn: „Kinder können nichts dafür, wo sie geboren werden“, sagt er. Er hat sich deshalb dazu entschieden, als Chancengeber in die Stiftung Hilfe mit Plan zuzustiften – auch im Namen seiner Frau. „Ich bin ganz ehrlich: Ein Grund war, dass es so leicht ging“, sagt er lächelnd. „Mir war aber vor allem wichtig, dass meine Unterstützung langfristig wirkt und dort ankommt, wo sie wirklich gebraucht wird. Eine Zustiftung verursacht wenig Verwaltungskosten und ich kann darauf vertrauen, dass die Stiftung Hilfe mit Plan die Erträge so einsetzt, dass sie die größte Wirkung für Mädchen und Jungen entfalten. Das hat mich überzeugt.“ Und er fügt noch hinzu: „Außerdem bringt der Name ‚Chancengeber‘ es einfach auf den Punkt: Denn jeder muss Chancen haben. Und Plan International sorgt dafür, dass Kinder weltweit sie bekommen.“

ENGAGEMENTBERATUNG

Auch Sie möchten sich langfristig für Veränderung einsetzen? Wir beraten Sie gern zu Möglichkeiten wie der Gründung einer eigenen Stiftung oder Zustiftungen.

Julia Hammer & Team

Tel.: 040/607 716 – 260

E-Mail: info@stiftung-hilfe-mit-plan.de

Hoffnung für die Kinder von Ura



Seit rund drei Jahren wütet der Krieg in Sudan. Es herrschen Hunger und Vertreibung. Etwa 12 Millionen Menschen sind auf der Flucht. Es ist die größte Vertreibungskrise der Welt. Plan International ist im Einsatz, um geflüchteten Kindern und ihren Familien sowohl in Sudan als auch in den angrenzenden Ländern zu helfen – unter anderem in Ura, einem kleinen Ort in Äthiopien in der Nähe der Grenze. Sascha Balasko von Plan International Deutschland war im Dezember vor Ort und berichtet von seinen Eindrücken. Er traf dort Amina, die stellvertretend für viele Millionen Betroffene von ihrem Schicksal erzählte.

Wenn Amina* über ihren Unterricht in der Schule von Plan International spricht, dann lächelt die 22-Jährige. „Ich liebe es, als Lehrerin zu arbeiten“, sagt die junge Frau in nahezu perfektem Englisch. „Wenn die Kinder glücklich sind, dann vergesse ich, was ich erlebt habe.“ Doch wenn sie über das Erlebte spricht, dann bricht ihre Stimme und sie wechselt ins Arabische. Als ob die Sudanerin nur in ihrer Muttersprache Worte finden könnte für das Grauen, das sie auf ihrer Flucht vor dem Krieg im eigenen Land nach Äthiopien erlebt hat. Dann spricht sie davon, dass ihre Tante und ihr Onkel bei Angriffen auf das Haus der Familie in Sudans Hauptstadt Khartum ums Leben kamen. Davon, dass ihre Großmutter wegen des Mangels an Medikamenten starb. Davon, dass sudanesishe Soldaten sie mehrfach vergewaltigt haben.

Amina lebt im Geflüchtetenlager Ura im Westen von Äthiopien unweit der sudanesischen Grenze. Ihr Schick-

sal steht stellvertretend für das, was Millionen von Menschen aus dem nordafrikanischen Land auf der Flucht erleben: sexualisierte Gewalt, Hunger, Tod. „Der Krieg hat mein Leben komplett verändert“, sagt Amina. Das gutbürgerliche Leben in Sudans Hauptstadt Khartum – ein großes Haus, ein Auto, das Studium der Medizin –, all das ist Vergangenheit. Nun sitzt sie in einem rosa Hijab gehüllt auf einem schmalen Bett in einer mit weißer Folie umwickelten Hütte mit Wellblechdach. Lärm, Wind, Sand und Staub dringen ins Innere. Rund 14.500 Menschen leben in Ura, gut 8.400 davon sind Kinder. Mehr als die Hälfte der Geflüchteten ist weiblich.

Weil Regierungen weltweit massiv die Ausgaben für humanitäre Hilfe kürzen, gibt es von allem zu wenig: Nahrung, Wasser, Schutz, Würde. Angesichts des Mangels hat Plan International Deutschland in Ura das Projekt „Ein Platz für Leben – Wir bauen auf Menschlich-

keit“ gestartet. Das Besondere: Der Ort Ura selbst hat 3.500 Einwohner:innen. Das Camp wurde etwas abseits davon errichtet. Ziel des Projekts ist es, dass Einheimische und Geflüchtete gleichermaßen davon profitieren. So hat Plan International die in Ura bestehende Schule ausgebaut, in der auch Amina als Lehrerin Englisch unterrichtet. Derzeit erhalten dort mehr als 2.000 geflüchtete und gut 1.000 einheimische Kinder Unterricht. Auch ein sogenannter Child Friendly Space ist entstanden, das Herzstück des Camps. Er besteht aus einem Kindergarten sowie einer Vorschule und ist ein sicherer Ort, an dem Mädchen und Jungen spielen, malen, basteln, sich Geschichten erzählen lassen können – abseits vom Stress des Alltags draußen im Geflüchteten-camp. Medizinische Hilfe wiederum erhalten die Menschen in einem neu errichteten Gesundheitszentrum. Es verfügt über eine Mutter-Kind-Abteilung und legt einen Schwerpunkt auf die Versorgung und psychosoziale Unterstützung von Opfern sexueller Gewalt. Denn es ist kein Einzelfall, um den es hier geht. Geschlechtsspezifische Gewalt wird in Sudan als Kriegswaffe eingesetzt. Auch Amina hat die Unterstützung im Gesundheitszentrum in Anspruch genommen. „Nach vielen Gesprächen ging es mir ein wenig besser“, sagt sie.

Darüber hinaus verteilt Plan International Nahrungsmittel, Lernmaterial, baut Toiletten und Waschblöcke. Demnächst sollen Unterkünfte mit festen Wänden, Fenstern und Türen das Leben der Menschen im Camp ein wenig würdevoller machen. Allerdings fehlen auch hier die Mittel, allen Menschen im Camp gleichermaßen die Unterstützung zukommen zu lassen, auf die sie ein Recht haben. Und trotzdem macht Ura einen Unterschied. Zum Vergleich: Rund 17.000 weitere Geflüchtete – mehr als die Hälfte davon Kinder – leben in den umliegenden Gemeinden oder in selbst gebauten Hütten direkt an der Grenze zu Sudan. Anders als die Menschen in Ura haben sie keinerlei Zugang zu Hilfsangeboten oder Schutz. Um überleben zu können, werden Kinder zur Arbeit in einer der vielen Goldminen der Umgebung gezwungen oder gar zur Prostitution.

Gerade deshalb ist das Engagement von Amina in der Schule von Plan International so bedeutsam – weil sie Hoffnung macht und Perspektiven eröffnet: „Ich sage den Kindern, wenn sie lernen, dann können sie alles werden. Fahrer oder Ärztin, egal was. Hauptsache, sie lernen.“

* Name zum Schutz der Identität geändert



Sascha Balasko, Referent für Media Relations, reiste im Dezember 2025 mit Journalist:innen nach Ura, um die Öffentlichkeit auf das Leid der Menschen vor Ort aufmerksam zu machen.



Amina hat auf ihrer Flucht vor dem Krieg in Sudan Gewalt erlebt – und gibt die Hoffnung trotzdem nicht auf.



In der ausgebauten Schule lernen einheimische und geflüchtete Kinder zusammen.



Kinder spielen im neu errichteten Child Friendly Space.

NOTHILFE

Die Stiftungsfamilie fördert die Sudan-Nothilfe von Plan International. Helfen Sie mit!

Spendenkonto

Stiftung Hilfe mit Plan

IBAN: DE12 3702 0500 0008 8757 07

BIC: BFSWDE33XXX | SozialBank

Stichwort: SP Nothilfe Sudan



So wirkt unser LEAD-Fonds

Wissen teilen, Vernetzung fördern

Mit den Erträgen aus unserem LEAD-Fonds unterstützen wir nicht nur konkrete Plan-Projekte, sondern fördern durch die Finanzierung von Personalstellen auch die strategische Arbeit im Bereich LEAD. Wir sprachen mit Smriti Rai, die eine dieser Stellen innehat, über ihre Aufgaben.

Der Begriff „LEAD“ ist sehr abstrakt und für viele schwer greifbar. Kannst du kurz erklären, was er bedeutet?

Smriti Rai (SR): Gerne. LEAD (dt.: Leiten) ist ein strategischer Ansatz von Plan International, der sich durch sämtliche Projekte und Arbeitsbereiche der Organisation zieht. Ziel ist es, die Teilhabe junger Menschen – und insbesondere Mädchen und junger Frauen – zu stärken, damit sie gesellschaftlichen und politischen Wandel mitgestalten können und in die Lage versetzt werden, führende Rollen zu übernehmen. Dies bedeutet, junge Menschen sowohl intern strategisch in Entscheidungsprozesse einzubinden als auch kollektive Aktionen von Jugendorganisationen gezielt durch Projekte und Programme zu unterstützen. Das Plan-Büro in Deutschland hat hierbei eine Führungsrolle im internationalen Plan-Verbund inne. Wir sind die zentrale Stelle für das Thema und sorgen dafür, dass Aktivitäten regelmäßig evaluiert werden, Wissen aus verschiedenen Ländern und Projekten miteinander geteilt wird und Vernetzung stattfindet. So wollen wir unsere Arbeit in dem Bereich stetig weiterentwickeln und verbessern.

Was ist deine Aufgabe dabei?

SR: Ich bin Teil eines dreiköpfigen Teams, das in Berlin sitzt und eng mit dem Global Hub, dem Hauptsitz von Plan International in Großbritannien, zusammenarbeitet.

Während meine Kollegin Marilena Bachmeier als „LEAD Advisor“ zentrale Ansprechpartnerin für alle programmatischen Fragen rund um LEAD ist und jährlich ein globales Reporting über Plans Aktivitäten in diesem Bereich erstellt, ist ein Schwerpunkt meiner Arbeit das Wissensmanagement. Es gibt aktuell Plan-Büros in 83 Ländern. Ich stelle sicher, dass alles, was diese zu „LEAD“ veröffentlichen, geteilt bzw. an einem zentralen Ort im Internet zugänglich gemacht wird – z.B. Berichte, Studien oder neue Erkenntnisse. Zudem halte ich die LEAD-Elemente in sämtlichen Plan-Projekten im Blick. Wenn es interessante Entwicklungen oder Erfolgsgeschichten gibt, setze ich mich mit den entsprechenden Kolleg:innen in Verbindung. Ich unterstütze sie dann dabei, diese so aufzubereiten, dass auch andere Stellen sie für sich nutzen können. Auch entwickeln wir Formate zur Wissensvermittlung, wie Seminare und Trainings, und sind stets auf der Suche nach geeigneten Plattformen, wo wir unsere Erkenntnisse teilen können – auch über die Plan-Welt hinaus. Plan International ist in den letzten Jahren zu einem gefragten Partner für das Thema „Jugendbeteiligung“ geworden.

Ein weiterer Aspekt meiner Arbeit ist es, relevante Akteur:innen in diesem Bereich miteinander zu vernetzen. Dazu organisieren wir regelmäßig Austauschtreffen – sowohl digital als auch Veranstaltungen an verschiedenen Orten weltweit. Bei diesen bringen wir internationale Plan-Expert:innen zusammen und binden vor allem auch Jugendliche mit ein. Sie sollen nicht nur von unseren Projekten profitieren, sondern diese auch aktiv mitgestalten. Insgesamt geht es darum, voneinander zu lernen, gemeinsam neue Ansätze zu entwickeln – und so Jugendbeteiligung auf allen Ebenen zu stärken.

Hast du ein konkretes Beispiel dafür?

SR: Ein Erfolg des LEAD-Netzwerkes ist zum Beispiel die gemeinsame Entwicklung der „Young Citizen Score Card“ – ein Tool, das nun in verschiedensten Projekten

von Plan International und darüber hinaus erfolgreich zum Einsatz kommt. Es handelt sich um eine Methode zur sozialen Rechenschaftspflicht, mit der Jugendliche öffentliche Dienste bewerten, auf Missstände aufmerksam machen und ihre Regierungen zum Handeln bewegen können. Dieses Tool wird kontinuierlich weiterentwickelt und weltweit genutzt. Wir haben gerade wieder mehrere Anfragen für Schulungen dazu erhalten – sowohl von Plan-Mitarbeiter:innen als auch von Jugendlichen – und planen aktuell Trainingseinheiten in neun verschiedenen Ländern.

Ein weiteres Beispiel ist die aktuelle Veröffentlichung eines Leitfadens für wirkungsvolle Jugendbeteiligung, an dem wir die letzten drei Jahre gearbeitet haben. Er ist in Zusammenarbeit mit einer von Jugendlichen geführten Organisation entstanden und bietet eine Anleitung, wie man Jugendliche sinnvoll einbinden kann und die von uns entwickelten Projekte noch besser auf ihre Bedürfnisse eingehen können.

Warum ist die Arbeit in diesem Bereich so wichtig?

SR: Die Stimmen von jungen Menschen werden nach wie vor zu wenig gehört – dabei geht es bei vielen aktuellen Entscheidungsprozessen um ihre Zukunft. Kinder und Jugendliche sind die Expert:innen ihres eigenen Lebens und haben das Recht auf Beteiligung und darauf, gehört zu werden. Dies wurde u.a. in der UN-Kinderrechtskonvention verankert. Wir sorgen dafür, dass sie ihre Rechte kennen und für diese eintreten können; dass sie das

Selbstbewusstsein und die Werkzeuge haben, um sich Gehör zu verschaffen. Wie die jungen Frauen aus Simbabwe, die man auf dem Foto links sieht. Sie haben sich mit Unterstützung von Plan International zu einem „Digital Arts Club“ zusammengeschlossen, um auf ihre Rechte aufmerksam zu machen – ein Beispiel, wie LEAD wirkt. Insbesondere Mädchen und junge Frauen wie sie wollen wir durch unseren LEAD-Ansatz stärken, damit sie auch später im Leben Führungsrollen übernehmen – und gesellschaftlichen Wandel mitgestalten.



Smriti Rai, Knowledge Management und LEAD Network Officer bei Plan International Deutschland

LEAD-FONDS

Konto für Zustiftungen

Stiftung Hilfe mit Plan

IBAN: DE17 3702 0500 0008 8757 14

BIC: BFSWDE33XXX | SozialBank

Stichwort: SP LEAD-Fonds

Neuer Service

Der Erbpass

Der Erbpass ist eine kleine, handliche Karte – und doch steckt in ihr viel Sicherheit für Ihre Nachlassvorsorge.

Vorsorge klingt oft trocken – doch sie schenkt vor allem Ruhe. Wer heute plant, sorgt dafür, dass die eigenen Wünsche später verlässlich umgesetzt werden. Für Unterstützer:innen, die die Stiftung Hilfe mit Plan in ihrem Testament als Erbin einsetzen, haben wir jetzt ein neues Angebot, das genau das möglich macht: den Erbpass. Ähnlich einer Notfallkarte im Portemonnaie zeigt er: Alles Wichtige ist geregelt. Ihre Wünsche sind bekannt. Und es gibt Menschen, die sich kümmern. Am Anfang steht ein persönliches Gespräch mit unserer Ansprechpartnerin für Nachlässe, Dagmar Löffler. In vertrauensvoller Atmosphäre klären Sie gemeinsam, was

Ihnen wichtig ist. Ein strukturierter Fragebogen hilft dabei, Ihre Vorstellungen festzuhalten und zu dokumentieren. Alle Informationen werden sorgfältig und verantwortungsvoll behandelt, alle Wünsche aufgenommen. Auf dieser Grundlage erhalten Sie Ihren Erbpass zur Unterschrift – als sichtbares Zeichen dafür, dass alles geregelt ist. Im Ernstfall genügt ein Anruf bei der auf der Karte vermerkten Nummer, unter der rund um die Uhr eine kompetente Ansprechpartnerin erreichbar ist. Sie sorgt dafür, dass alles verlässlich, reibungslos und ganz in Ihrem Sinne umgesetzt wird. So hinterlassen Sie Ihre Vorstellungen klar geregelt und in guten Händen – und sorgen dafür, dass Ihre Unterstützung für Plan International auch in Zukunft Wirkung zeigt.

Für alle Fragen rund um das Thema „Nachlass & Testament“ ist Dagmar Löffler Ihre Ansprechpartnerin:

Tel.: 040 / 607 716-170

E-Mail: dagmar.loeffler@stiftung-hilfe-mit-plan.de

www.plan.de/vererben

Laos

Wie Reisbanken Familien gegen den Klimawandel stärken



Wetterextreme wie Dürren oder starke Regenfälle nehmen weltweit zu. Insbesondere Familien, die von der Landwirtschaft leben, geraten dadurch in existenzielle Not. Plan International setzt auf unterschiedliche Maßnahmen, um sie zu stärken – zum Beispiel auf die Förderung von Reisbanken.

„Die Reisbank hat uns unsere Sorgen um die nächste Mahlzeit genommen – und sie hat mir meinen Mann zurückgebracht“, erzählt Singh lächelnd. Die 21-Jährige lebt mit ihrer Familie in einem abgelegenen Bergdorf im Norden von Laos. Hier in der Provinz Bokeo verdienen viele Familien ihren Lebensunterhalt mit dem Anbau von Reis. Doch das Klima hat sich verändert. Immer häufiger kommt es zu Dürren. Wenn es regnet, dann gleich so viel, dass der Boden die großen Wassermengen nicht aufnehmen kann. Überschwemmungen und Erdbeben sind die Folge, aber auch die Ausbreitung von Pflanzenschädlingen wird begünstigt. Für die empfindlichen Setzlinge der Reispflanze ist all das fatal. Ein paar Wochen mit außergewöhnlichen Regenfällen reichen oft aus, um ganze Ernten zu vernichten. „Schädlinge und Dürren zerstören immer häufiger unsere Reispflanzen“, sagt Singh. „Dieses Jahr haben wir nur die Hälfte von dem geerntet, was wir zum Überleben brauchen.“

Um Engpässe wie diesen zu überbrücken, hilft es Familien, sich Reis in sogenannten Reisbanken zu leihen. Diese funktionieren vom Prinzip her ähnlich wie eine traditionelle Bank, jedoch mit Reis als Währung. Sie gelten als innovative und wirkungsvolle Methode, um Ernährungssicherheit zu fördern und ländliche Gemeinschaften zu unterstützen. So nutzen die Familien den geliehenen Reis zum Beispiel als Mahlzeiten, aber auch zur Aussaat für die nächste Erntesaison. Das Konzept gibt es schon länger, doch birgt es Risiken. So können hohe Zinsen dazu führen, dass Familien dauerhaft in eine Armutsspirale geraten. Plan International fördert deshalb Reisbanken, die auf einem gemeinschaftlichen System basieren. Zusammen mit Gemeinden werden Vor- und Nachteile analysiert und die lokalen Reisbanken umgestaltet und verbessert. Die Menschen können hier Reis zu minimalen Zinsen ausleihen und zahlen diesen zurück, sobald ihre Ernten wieder steigen. Mit den Zinsen werden die

Verwaltungskosten gedeckt und die Menge des eingelagerten Reises steigt. Um genügend Reisreserven vorzuhalten, werden die Mitglieder zudem ermutigt, zu Beginn eine bestimmte Menge Reis einzuzahlen. In unserem aktuell geförderten Projekt „Zukunftschancen durch nachhaltige Landwirtschaft und Klimaschutz“ in Laos waren dies zum Beispiel 10 Kilogramm pro Familie. So konnten in vier Reisbanken bisher Vorräte von insgesamt 8.000 Kilogramm Reis angelegt werden.

„Damit die Reisbanken funktionieren, ist es wichtig, dass die Gemeindemitglieder Verantwortung für sie übernehmen. Dabei ermutigen wir insbesondere Frauen, sich aktiv einzubringen“, sagt Johanna Günkel, Programmspezialistin bei Plan International Deutschland. „Ein weiterer wichtiger Punkt ist, dass es verbindliche Regeln gibt. In unserem Projekt in Laos zum Beispiel hat sich gezeigt, dass ausgeliehener Reis in der Vergangenheit verspätet oder auch gar nicht zurückgezahlt wurde. Wir haben gemeinsam mit den Gemeindemitgliedern das Leihsystem überarbeitet, sodass Ein- und Auszahlungen nun besser dokumentiert werden. Auch haben wir im landwirtschaftlichen Lernzentrum Schulungen zum Thema ‚Reisbank-Management‘ angeboten.“

Darüber hinaus wurden marode Lagerräume als Problem identifiziert, die dazu führten, dass Nagetiere immer wieder Teile des eingelagerten Reises fraßen. Hier hat Plan International Baumaterial zur Verfügung gestellt. Die Gemeindemitglieder haben ihre Arbeitskraft eingebracht, sodass neue Räume für die Reisbanken entstanden. „Der gemeinsame Einsatz stärkt die Verbundenheit zu der Reisbank und trägt zu ihrem Fortbestand bei, wenn Plan International sich aus der Projektregion zurückzieht“, sagt Johanna Günkel.

Für Singhs Familie bedeutet die Reisbank in ihrem Dorf nicht nur Ernährungssicherheit, sondern auch, dass ihr Mann Mun wieder bei der Familie leben kann. Zuvor zwang ihn die Not, als Hilfsarbeiter im benachbarten Thailand Geld zu verdienen. Singh blieb zurück, kümmerte sich allein um ihre einjährige Tochter, eine betagte Mutter und die Reisfelder. Nun ist die Familie wieder vereint. Gemeinsam haben Singh und Mun begonnen, zusätzlich zum Reis auch Mais anzubauen sowie Geflügel zu züchten. So konnten sie sich neue Einkommensquellen erschließen und haben ihre Abhängigkeit vom Reis-anbau verringert.

FUTURE-FONDS

Sie möchten die Arbeit von Plan International langfristig stärken und dabei einen Fokus auf Klimathemen setzen? Eine Zustiftung in unseren FUTURE-Fonds bietet Ihnen die Möglichkeit dazu. Mit den Erträgen ermöglichen wir Projekte mit Klimafokus und fördern die Entwicklung innovativer Ansätze, die Menschen weltweit dabei helfen, den Herausforderungen des Klimawandels zu begegnen.

Konto für Zustiftungen

Stiftung Hilfe mit Plan

IBAN: DE06 3702 0500 0008 8757 18

BIC: BFSWDE33XXX | SozialBank

Stichwort: SP FUTURE-Fonds



Einzahlungen und Ausleihen werden in der Reisbank genau dokumentiert.



Singh nimmt an einem Treffen im landwirtschaftlichen Lernzentrum teil.

Erfolge weltweit

Highlights aus unseren Projekten

TOGO

Mobile Klinik im Einsatz

Im Rahmen unseres aktuellen Projekts „Gesundheit und frühe Bildung für Kinder“ in Togo wurde eine mobile Klinik ausgestattet, die nun regelmäßig in abgelegene Gemeinden fährt und medizinische Versorgung zu (werdenden) Müttern und ihren kleinen Kindern bringt. Denn in unserer Projektregion sind die Wege zu den nächsten Gesundheitsdiensten oft weit und sie können dementsprechend nicht von allen in Anspruch genommen werden. In der mobilen Klinik erhalten Schwangere Vorsorgeuntersuchungen, Kinder werden geimpft und Eltern bekommen Informationen zu Themen wie der richtigen Ernährung ihrer Kinder oder Familienplanung. Um die Kinder- und Müttersterblichkeit in der Projektregion zu senken, wurden zudem 19 Geburtshelfer:innen zu Wiederbelebungstechniken, insbesondere von Neugeborenen, fortgebildet. Damit sie ihr Wissen mit anderen teilen können, erhielten sie Neugeborenenpuppen zum Üben von Reanimationen sowie Infobroschüren. Zu den weiteren Projektaktivitäten gehören der Bau und die Ausstattung von zwei Kindergärten, Schulungen für Eltern zu positiver Elternschaft, Einkommen schaffende Maßnahmen und mehr. Mehr zum Projekt erfahren Sie unter: www.plan.de/stiftungsprojekt-togo



Mit einer mobilen Klinik werden Mütter und ihre kleinen Kinder in abgelegenen Gebieten erreicht.

GAZA

Nothilfe für Kinder und ihre Familien

Die humanitäre Situation in Gaza ist katastrophal und wird durch die Eskalation des Iran-Konflikts weiter verschärft. Kindern und ihren Familien fehlt es an allem – an Nahrung, Unterkünften, Schutz, Zugang zu Bildung. Die Stiftungsfamilie unterstützt die Nothilfe von Plan International in der Region. Durch die enge Zusammenarbeit mit lokalen Partnerorganisationen war Plan International in den letzten Monaten eine der wenigen internationalen NGOs, die über Ägypten Hilfsgüter nach Gaza bringen konnte. Nachdem die Hilfsgüter die Grenze passieren, werden sie zunächst in ein großes Lagerhaus transportiert. Dort werden handliche Pakete für Familien gepackt – mit Lebensmitteln, Kleidung oder auch Hygieneartikeln. Diese Pakete werden dann von den Partnerorganisationen verteilt. Auch die Ausgabe von warmen Mahlzeiten und sauberem Wasser wird organisiert. Bis Januar konnten so rund 590.000 Menschen im Gazastreifen mit Hilfsgütern versorgt werden. Daneben hilft Plan International mit Maßnahmen im Bereich Kinderschutz, psychosozialer Unterstützung und Bildung. So wurden u.a. temporäre Lernorte errichtet, in denen bisher mehr als 1.000 Kinder ihre Bildung fortsetzen konnten. Das ist wichtig, denn Bildung gibt Kindern emotionalen Halt und legt Grundlagen für eine Zukunft nach dem Krieg. Mehr zur Nothilfe in Nahost erfahren Sie unter: www.plan.de/stiftung-nothilfe-nahost



Mithilfe lokaler Partnerorganisationen verteilt Plan International Lebensmittelpakete in Gaza.

NEPAL

Berufliche Perspektiven für Jugendliche

In Nepal geht unser Projekt „Berufliche Zukunft und Arbeit für junge Menschen“ in den Distrikten Sindhuli und Dhanusha zu Ende. Durch Schulungen und Startkapital wurden rund 550 junge Frauen und Männer dazu befähigt, kleine Geschäfte zu gründen oder eine Anstellung zu finden. Wie die 21-jährige Sana, die nun ihren eigenen Kiosk betreibt. „In meinem Dorf war es nicht üblich, dass Mädchen eine Ausbildung machen, studieren oder ein Geschäft betreiben. Für sie gab es viele gesellschaftliche Barrieren“, erzählt Sana. „Trotzdem hat mich meine Familie unterstützt, an dem Projekt teilzunehmen.“ Wurde Sana zunächst kritisch beäugt, kommen nun häufig Menschen zu ihr und fragen sie nach Hilfe, weil auch sie ein Geschäft eröffnen möchten. „Das Mindset beginnt, sich zu verändern“, bemerkt Sana. Diese Erfolge wollen wir mit der Förderung eines neuen Projekts fortführen. Es wird im Mai starten und richtet sich an junge Frauen im benachbarten Distrikt Siraha. Neben der Verbesserung von beruflichen Perspektiven und Einkommensmöglichkeiten wird dabei ein zentraler Fokus auf die Verhinderung von Frühverheiratung gelegt.



Sana vor ihrem Kiosk

Sanas
Geschichte im Video:
[www.plan.de/
video-sana](http://www.plan.de/video-sana)



SPENDENKONTO FÜR PROJEKTE

Stiftung Hilfe mit Plan
IBAN: DE12 3702 0500 0008 8757 07
BIC: BFSWDE33XXX | SozialBank
Stichwort: Bitte nennen Sie das Projekt,
für das Ihre Spende eingesetzt werden soll.

Alle unsere Projekte finden Sie unter
www.plan.de/stiftungsprojekte

A heartfelt Thank You

In distant lands, you saw our plight
A need for help, a future to ignite.
For girls who walked, with weary feet
You built a home, a place to rest and meet

A boarding dorm, a sanctuary bright
A haven from long distances, endless nights
A safe space to learn, to grow, to thrive
Free from burdens, free to survive

Your kindness flows like a river wide
Nourishing minds and souls inside
Preventing teen pregnancies, marriages untied
Empowering us girls, with education's might
You shine a light on a brighter sight.

With every brick and every care
You built a foundation, strong and fair
A place where dreams can flourish and grow
Where girls can be all they're meant to know

May your kindness, inspire others too
To make a difference and see us through
Together we can, create a brighter day
For girls, for women and for all, in every way

Eine
Übersetzung des
Gedichts finden Sie
unter [www.plan.de/
gedicht-kelly](http://www.plan.de/gedicht-kelly)





Simbabwe

Bildung kann Leben verändern

Unsere Chancengeber:innen fördern dauerhaft Projekte von Plan International, die insbesondere Mädchen den Zugang zu Bildung ermöglichen – und damit gesellschaftlichen Wandel vorantreiben. Davon profitieren Mädchen wie die 16-jährige Kelly aus Simbabwe. Dank neuer Wohnheime auf dem Gelände ihrer Schule, die im Rahmen des Projekts „Sicheres Lernen für Mädchen“ entstanden, können sie und ihre Mitschülerinnen nun regelmäßig am Unterricht teilnehmen. In einem Gedicht beschreibt sie, was das für sie bedeutet. Eine deutsche Übersetzung des Gedichts finden Sie auf unserer Website.

CHANCEGEBER

Möchten auch Sie sich langfristig für das Thema Bildung engagieren? Dann entscheiden Sie sich für eine Zustiftung als Chancengeber:in.

Konto für Zustiftungen

Stiftung Hilfe mit Plan

IBAN: DE39 3702 0500 0008 8757 06

BIC: BFSWDE33XXX | SozialBank

Stichwort: SP Chancengeber

Haben Sie
schon unseren
Newsletter abonniert?
[www.plan.de/
stiftungsnews](http://www.plan.de/stiftungsnews)



AKTUELLES

Termine

18. Juni 2026

Infoveranstaltungen | Königswinter

- 16.30 – 18.00 Uhr: Stiftungsgründung.
Der Weg zu Ihrer eigenen Stiftung
- 18.30 – 20.00 Uhr: Erbrecht & Testament.
Gutes bewirken mit Ihrem Nachlass

20. Juni 2026

8. Internationales Stiftungstreffen | Königswinter
mit Rahmenprogramm vom 19. bis 21. Juni

Weitere Informationen und Termine finden Sie unter
www.plan.de/termine-stiftung

Hinweis: Aufgrund von Sicherheitsbedenken kann die für November geplante Projektreise nach Ghana leider nicht stattfinden.



Bericht Geschichten aus der Zukunft

Plan International hat 15 Mädchen und junge Frauen aus elf verschiedenen Ländern gebeten, ihre Vision einer Zukunft in 30 Jahren zu entwerfen. Das Ergebnis ist eine farbenfrohe

illustrierte Sammlung von Kurzgeschichten mit dem Titel „Stories from the Future“ (auf Englisch), die fragen: Was wäre möglich, wenn die Menschheit die Ideen der jungen Generation ernst nimmt und ihnen die Führung bei wegweisenden Veränderungen überlässt? Schauen Sie doch mal rein: www.plan.de/zukunftsgeschichten

Buchtipp Es geht nur gemeinsam

Die renommierte Soziologin Prof. Jutta Allmendinger (PhD) untersucht in diesem noch immer hochaktuellen und viel zitierten Buch, was sich ändern muss, damit wir echte Gleichberechtigung zwischen den Geschlechtern herstellen – ein Ziel, das auch Plan International mit seiner Arbeit verfolgt. Ein zorniger, kluger, erfahrungsgesättigter Appell an Politik, Gesellschaft und uns alle.

Live erleben können Sie Jutta Allmendinger auf unserem Stiftungstreffen im Juni, für das wir sie als Keynote-Speakerin gewinnen konnten.



Kontakt

Haben Sie Fragen oder Anregungen? Das Team der Stiftung Hilfe mit Plan freut sich auf Ihren Anruf oder Ihre Kontaktaufnahme über folgende Kanäle:

Tel.: 040 / 607 716 – 260

E-Mail: info@stiftung-hilfe-mit-plan.de

www.stiftung-hilfe-mit-plan.de

Konto für Spenden: Stiftung Hilfe mit Plan
IBAN: DE12 3702 0500 0008 8757 07
BIC: BFSWDE33XXX | SozialBank

Konto für Zustiftungen: Stiftung Hilfe mit Plan
IBAN: DE39 3702 0500 0008 8757 06
BIC: BFSWDE33XXX | SozialBank

IMPRESSUM

Herausgeberin: Stiftung Hilfe mit Plan, Bramfelder Straße 70, 22305 Hamburg | **Erscheint:** Zweimal im Jahr | **Auflage:** 7.400 | **Verantwortlich für den Inhalt:** Dr. Werner Bauch, Julia Selle | **Redaktion:** Emely Inselmann | **Mitarbeit:** Sascha Balasko, Sandra Bentert | **Lektorat:** Ricarda Gerhardt | **Gestaltung:** Drees + Riggers | **Druck:** THINKPRINT | Gedruckt auf 100% Recyclingpapier