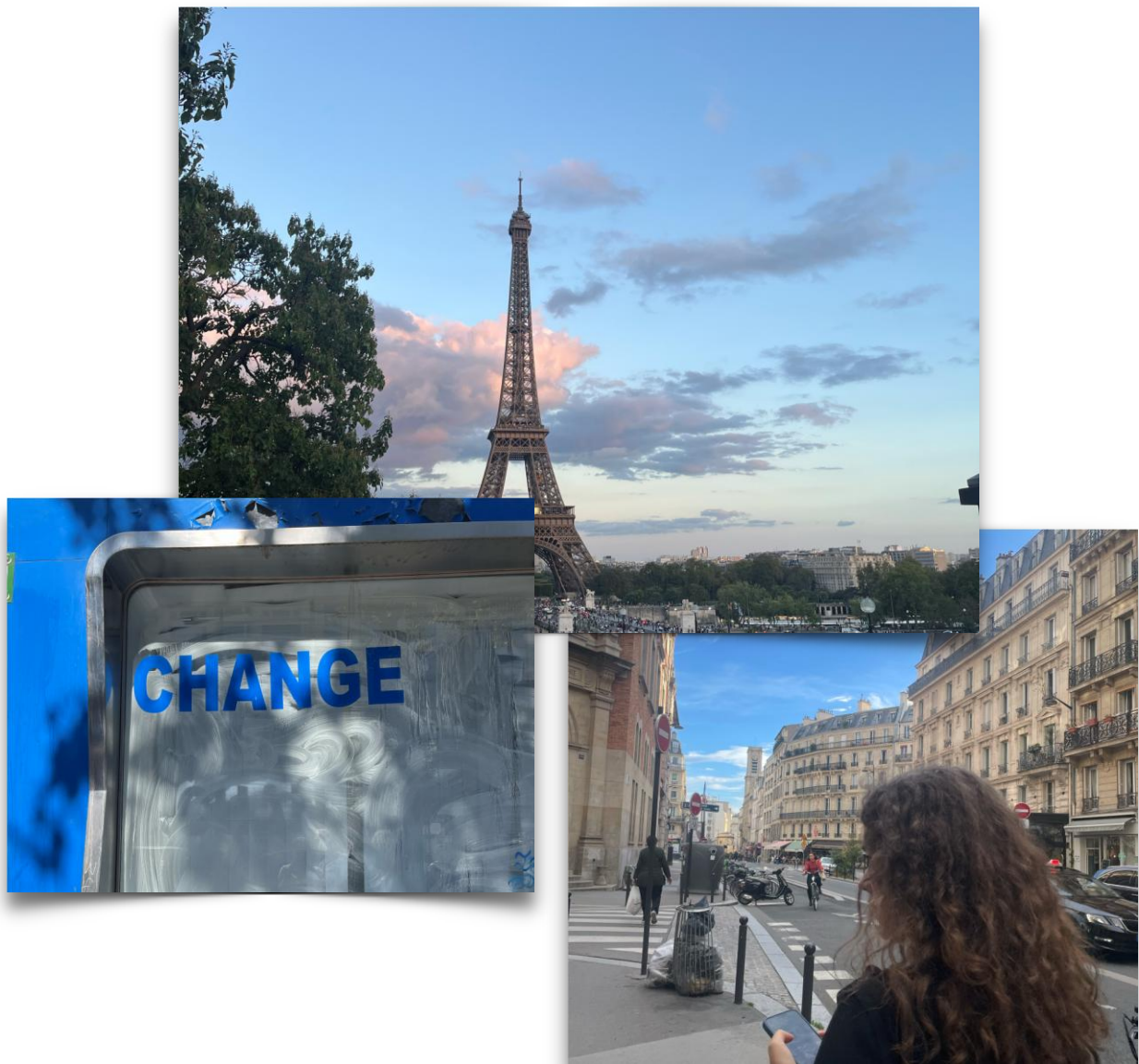


Mein Dienstbeginn

Vorstellung, Vorbereitung, erste Erfahrungen



Kleines Vorwort

Hallo ihr Lieben, ich freue mich sehr, dass ihr mich auf meinem Weg hier in Paris begleitet! Das hier ist mein erster Rundbrief - juhuhu :)

Ich habe schon unglaublich viel erlebt und bin jeden Tag ein Stück mehr angekommen. In diesem Brief möchte ich euch ein bisschen über mich, EIRENE, die Arche und meinen Alltag hier erzählen

- also los geht's

Vorstellung

Hey, ich bin Mara :) Ich bin 19 Jahre alt und habe in diesem Sommer mein Abitur in Jüterbog gemacht. Knapp zwei Monate später stand ich in Paris und begann mein nächstes Abenteuer - mein Jahr in der Arche International Paris.

Ich wollte nach dem Abitur nicht gleich wieder für ein paar Jahre auf der Schulbank sitzen, sondern mir eine Auszeit nehmen, in der ich etwas Sinnvolles mache. Das wusste ich auch eigentlich schon immer. Nur wusste ich nie, wo und wie genau ich das machen werde. Also habe ich recherchiert und geguckt, welche Organisationen es überhaupt gibt die so etwas anbieten. Nach einiger Recherche bin ich auf EIRENE gestoßen und habe mich dort auf gut Glück beworben. Relativ zeitnah wurde ich dann auch zu einem online Vorstellungsgespräch eingeladen.



Dann, nach ca. einer Woche, nach der Schule, bin ich wie gewohnt mit meinen Freunden zur Bushaltestelle gelaufen, als auf einmal meine Uhr vibriert hat. Ich habe nichtsahnend raufgeschaut und meine Augen sind aufgesprungen, als ich gelesen habe: „Definitive Zusage“, ich konnte es noch nicht ganz fassen und musste erstmal meine Mails checken. Hätte ja auch sein können, dass es irgendwas anderes war (aber eigentlich auch nicht). Als ich dann die ganze Mail gelesen habe - ich stand die ganze Zeit wie angewurzelt - bin ich zur Ampel losgelaufen. Ich stand meiner besten Freundin gegenüber und habe sie nur mit riesigen Augen angeguckt. Als die Ampel endlich grün war, und ich lüge wirklich nicht, bin ich los - so eine Mischung aus hüpfen und rennen - um mich zusammen mit ihr zu freuen. Dieser Moment war so schön und wird mir wahrscheinlich für immer in Erinnerung bleiben, sodass ich es auch hier erzählen wollte.

Ab diesem Moment war also klar: in zehn Monaten bin ich in Paris. Nicht als Besucherin, sondern als Freiwillige für ein ganzes Jahr!

Meine Entsendeorganisation

„Jedes Jahr entsendet EIRENE Freiwillige und Fachkräfte in verschiedene Länder. Seit der Gründung 1957 haben über 3.000 Personen einen Friedensdienst mit EIRENE geleistet. Gemeinsam mit Partnerorganisationen in Nord-, Mittel- und Südamerika, Afrika und Europa engagieren sich die Freiwilligen weltweit und auch in Deutschland für eine Kultur der Gewaltfreiheit, für soziale Gerechtigkeit und den Respekt für unsere Eine Welt.

EIRENE ist anerkannter Träger für Entsendungen im Förderprogramm „weltwärts“ des Bundesministeriums für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung und dem Internationalen Jugendfreiwilligendienst (IJFD), gefördert durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

EIRENE ist das griechische Wort für Frieden, das im Neuen Testament verwendet wird. Es bezeichnet einen umfassenden Frieden, der soziale Gerechtigkeit, faire und gewaltfreie Bearbeitung von Konflikten und nachhaltige Entwicklung beinhaltet. Menschen aller Weltanschauungen und Religionen, die die Ziele von EIRENE teilen, sind eingeladen, einen Freiwilligendienst mit EIRENE zu leisten.

Das Spendensiegel des Deutschen Zentralinstituts für soziale Fragen (DZI) wird EIRENE seit 1993 jährlich neu zuerkannt und belegt, dass die Organisation verantwortungsvoll mit Spendengeldern umgeht (weitere Informationen unter www.dzi.de).

Das Qualitätssiegel der Agentur „Qualität in Freiwilligendiensten“ Quifd hat EIRENE seit 2005. Dieses wird im Abstand von drei Jahren überprüft (weitere Informationen unter www.quifd.de).“
<https://eirene.org/ueber-uns/wer-wir-sind>

Meine Vorbereitung

Mit EIRENE hatten wir im Juni unser erstes Kennlern- und Vorbereitungswochenende. Das war sehr gut, vor allem, um auch andere EIRENE Freiwillige kennenzulernen. Wir hatten einige Einheiten für unseren Unterstützerkreis und auch länderspezifische Einheiten um unsere Einsatzstellen etwas näher kennenzulernen.

Im Juli hat unser Ausreisekurs dann begonnen. In diesen zwei Wochen hatten wir viele Einheiten, um uns und unsere Rolle als Freiwillige näher kennenzulernen. Das war eine so unglaublich schöne Zeit mit so vielen tollen Begegnungen und Erinnerungen. Die erste Woche haben wir alle in Neuwied verbracht im EIRENE-Haus und die zweite Woche in Odernheim am Glan. Wir haben eigentlich fast alle Abende gemütlich ausklingen lassen entweder am Rhein oder auch ganz gemütlich in der zweiten Woche in der obersten Etage auf den Sofas. Dort wurde mir noch mehr bewusst, dass es bald losgehen würde. Einfach etwas mehr als einen Monat später würde ich schon in Paris sein.



Ausreisekurs, Spaziergang in Odernheim

Also ging es für mich zuhause ans Packen. Ich hatte die ganze Zeit eine Frage im Kopf: WAS BRAUCHE ICH FÜR EIN JAHR? - ja irgendwie immer noch keine Ahnung, aber zur Not kann ich mir ja Sachen schicken lassen oder etwas kaufen, wenn ich was benötige. Schließlich war ich fertig; ein Jahr in drei Koffern. Leider hieß es dann Tschüss sagen. Um meine Freunde zu verabschieden habe ich eine kleine, gemütliche Abschiedsfeier im Garten gemacht.

Nun rückte auch der Abreisetag näher. Meine Familie und ich haben noch eine gemeinsame Woche Urlaub in Paris gemacht, bevor es für mich „richtig“ losging. Wir haben unsere Zeit hier gut nutzen können und uns viele schöne Sachen angeschaut, unter anderem die Katakomben, viele Parks und ein paar Museen. Irgendwie komisch, sich von meinen allerliebsten Menschen zu verabschieden. Das Gute ist ja aber, dass ich sie alle danach oder sogar mittendrin wiedersehen werde. Das macht den Abschied etwas leichter. Jetzt zum Beispiel hat mich gerade mein Bruder besucht und an Weihnachten kommt meine ganze Familie und Silvester gleich auch meine Freunde :))

Mein Leben in der Arche Paris

In der Arche International leben Menschen mit und ohne geistige Beeinträchtigung in einer Gemeinschaft. Wir, als Equipe (Team) verstehen uns als Teil dieser Gemeinschaft und arbeiten gemeinsam mit den sogenannten Personnes, also den Personen mit Handicap, die hier leben.

In Paris gibt es verschiedene Foyers, also „Wohnungen“ der Arche. Es gibt Noesis, mit max. 12 Personnes, Viim, Moriya, Zephyr, Philae und L'Archipel mit max. 6 Personnes. Philae ist das Foyer mit den autonomsten

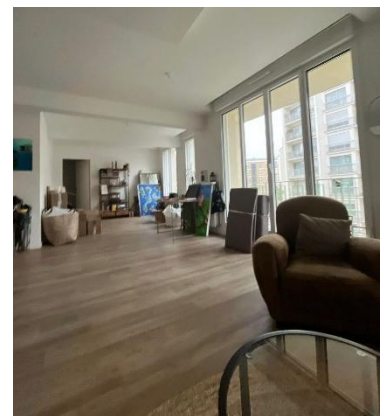
Personnes, die dort ihre eigene kleine 1-Zimmer-Wohnung als Studio haben. Die Anzahl der Freiwilligen in den Foyers ist unterschiedlich. In Archipel bin ich zum Beispiel die einzige Freiwillige, meistens sind es zwei, manchmal aber auch drei oder vier.

Ich bin in L'Archipel und bin sehr zufrieden damit! In meiner Equipe sind neben mir noch zwei habitante solidaires, welche hier kostenlos wohnen und dafür max. 20h die Woche im Foyer arbeiten, eine Auszubildende und zwei Éducateurs. Es fühlt sich hier wie eine kleine Familie an, mit der ich lebe. Die Éducateurs haben eine separate Wohnung, die beiden habitante solidaires und ich leben mit den sechs Personnes in dem Foyer. Die Personnes hier haben unterschiedliche Beeinträchtigungen (u.a. Trisomie 21, Autismus) und sind auch in ihrer Selbstständigkeit unterschiedlich, grundsätzlich aber ziemlich autonom.

Im Foyer hat jeder ein eigenes Zimmer und die Badezimmer werden geteilt. Die Personnes teilen sich jeweils zu dritt eine Toilette und zu zweit ein Badezimmer mit einer Dusche. Ich teile mir die Toilette und das Badezimmer mit den habitante solidaires. Wir haben unsere eigene Ecke hier, was echt super ist. Mit meinem Zimmer bin ich sehr zufrieden, es ist zwar relativ klein aber dafür sehr gemütlich! Ich habe eine kleine Fensterbank, auf der ich sitzen und sogar den Eiffelturm sehen kann. (Na gut, durch einen Baum, aber im Winter sind ja die Blätter weg :))

Unsere Arbeitszeiten laufen in Schichten - morgens, mittags und abends. Wir bekommen jeden Monat einen neuen Arbeitsplan mit ca. 40-48h die Woche. Die 48h kommen zum Glück nicht so häufig vor. Ich habe einen festen freien Tag in der Woche (das ist bei mir der Donnerstag). Jede zweite Woche habe ich einen zweiten Tag und einmal im Monat habe ich ein freies Wochenende. In meinen Schichten sind die Aufgaben ganz unterschiedlich. Ich habe jede Woche Dienstag früh 1,5h Sprachkurs, welcher von der Arche organisiert ist und nachmittags dann noch eine Réunion Equipe (Teammeeting). Das ist immer mit der Verantwortlichen für das Foyer und da diese auch verantwortlich für die zwei anderen Foyers unter uns ist, haben wir eine Stunde gemeinsam die Réunion. Danach nochmal in den Foyers einzeln. Ab und zu haben wir auch eine Formation, das sind quasi Vorträge, in denen wir verschiedene Themen behandeln, die wichtig für uns als Freiwillige als auch für die anderen Mitarbeitenden sind. Am Wochenende gibt es manchmal genannte Sorties. Wir machen dann Ausflüge zum Picknicken in einem Park, Museen anschauen oder in Cafés gehen.

Vor ein paar Wochen sind wir aus dem 16. in das 15. Arrondissement umgezogen - das war ganz schön durcheinander! Kisten packen, sortieren, putzen, neue Möbel aufbauen und Zimmer einrichten. Aber inzwischen ist alles (fast) fertig und richtig schön geworden. Natürlich gab es auch ein paar kleine Dinge, die dann nicht ganz funktioniert haben. Zum Beispiel, dass das Büro kein Schlüsselloch hatte und wir dann eine Tür tauschen mussten oder auch dass unsere Waschmaschine ein Leck hatte und wir fast 2 Wochen lang keine Wäsche waschen konnten. Das hat sich aber nun zum Glück auch geändert und wir können jetzt unsere Sachen wieder in unserem Foyer waschen.



das neue Wohnzimmer ist noch sehr leer

Mit dem Umzug kamen tatsächlich nicht nur neue Zimmer, sondern auch drei neue Personnes. Leider mussten wir uns dementsprechend auch von drei liebgewonnenen Personnes verabschieden. Sie waren mir schon in den ersten Wochen sehr ans Herz gewachsen. Glücklicherweise sind sie ganz in der Nähe geblieben, so dass ich sie besuchen kann.

Hier versuche ich mal einen Tagesablauf zu schildern, wenn ich zum Beispiel die Frühschicht von 7h bis 10h mache und die Spätschicht von 16h bis 22h und nichts Besonderes geplant ist. Morgens öffne ich zuerst die Küche, begleite die Personnes beim Frühstück und helfe bei ihren morgendlichen Routinen. Wenn die Personnes sich auf den Weg zur Arbeit oder Tagesbeschäftigung gemacht haben, Sorge ich dafür, dass alles im Foyer in Ordnung ist. Ich erledige dann oft kleine Aufgaben auf der To-Do Liste des Foyers. Danach ist es

wieder etwas ruhiger und die Putzfrau kommt. In dem neuen Foyer kommt sie tatsächlich an jedem Wochentag. Meistens endet meine Morgenschicht schon während die Putzfrau noch da ist. Es ist dann auch immer ganz unterschiedlich was ich mache. Manchmal gehe ich wieder schlafen, manchmal chille ich einfach ein bisschen im Foyer oder wenn ich Ruhe brauche auf meinem Zimmer oder ich treffe mich mit den anderen Freiwilligen oder Freunden die ich hier kennengelernt habe zum Spazieren, frühstücken, brunchen oder sonst was. Ab 16 Uhr bin ich dann wieder präsent, gehe mit oder ohne Personnes einkaufen oder arbeite wieder ein paar Punkte auf der To-Do Liste ab. Zu dieser Zeit kommen dann auch meistens die Personnes wieder. Bis 19 Uhr helfe ich dort wo Hilfe benötigt wird und begleite die Personnes zum Beispiel bei Aktivitäten im Haushalt. Sie machen nach der Arbeit meist ein kleines Vespers, beschäftigen sich im Foyer oder entspannen. Um 19 Uhr fangen wir dann meistens an zu kochen, manchmal mit den Personnes, manchmal ohne. Um 20 Uhr gibt es Essen.

Nach dem Essen räumen wir die Küche auf und fangen an, die Abendroutinen zu begleiten. Wenn wir gut sind, sind wir kurz vor 22 Uhr fertig und haben noch ein bisschen Zeit um zu spielen oder zu reden, bis wir die Küche zuschließen. Dann ist meine letzte Schicht auch vorbei und ich gehe entweder schlafen oder treffe mich noch zum Brettspiele spielen, Filme zu gucken oder den Tag gemütlich in einer Bar ausklingen zu lassen.

Meine Freizeit

Meine Freizeit ist ziemlich bunt - manchmal ruhig und manchmal aktiv. Ich treffe mich mit Freundinnen zum Brunchen, Spazieren oder für Spiele- oder Filmabende. Ich liebe es, Paris zu entdecken, kleine Cafés zu testen oder einfach in einem Park das Stadtleben zu beobachten. Wenn ich Zeit für mich brauche lese ich, mache Yoga oder gehe einfach raus, um den Kopf frei zu kriegen. Ich habe schon viele schöne Strecken dabei entdecken können.

Am Anfang fand ich es tatsächlich schwer etwas aus meinen Pausen zu machen oder abends nach der Schicht nochmal etwas zu unternehmen. Es dauert halt, sich daran zu gewöhnen, oft bis 22 Uhr und 45h pro Woche zu arbeiten. Das habe ich mir tatsächlich auch etwas leichter vorgestellt, es kann schnell viel Energie ziehen und überfordernd sein. Aber nun habe ich mich daran gewöhnt und kann jetzt meine Pausen und Pausentage besser für mich planen.

Im Großen und Ganzen kann ich definitiv sagen, dass ich mich hier sehr wohl fühle und froh bin, mich getraut zu haben diesen Schritt zu gehen! Ich habe sooo tolle Menschen kennengelernt und fühle mich in meinem Foyer super aufgehoben. Und Paris ist natürlich nochmal so ein extra Sternchen was dazu kommt ;)



gemütlich am Eiffelturm in meinen Geburtstag starten

Mein nächster Rundbrief wird wahrscheinlich um den Jahreswechsel kommen. Ich hoffe, dass es euch allen gut geht! Bis dahin wünsche ich euch allen eine schöne Zeit - bleibt gesund und fröhlich!

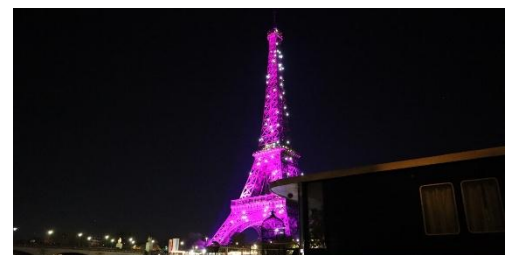
Bis ganz bald - liebe Grüße - Bisous de Paris :)



unser Balkon



Besichtigung des neuen Foyers



octobre rose