Starke Frauen, Starke Geschichten

Portraits geflüchteter Frauen

Vorwort

Liebe Leser*innen,

herzlich willkommen zu unserer Broschüre im Rahmen des Projekts

„Starke Frauen, Starke Geschichten - Portraits geflüchteter Frauen“.

In diesem Projekt haben wir zehn Frauen aus dem Quartier Zedernstraße in Ummeln interviewt und fotografiert, um ihre einzigartigen Geschichten sichtbar und ihre Stimmen hörbar zu machen.

Geflüchtete Frauen gehören zu den besonders vulnerablen Gruppen unserer Gesellschaft. Sie sind häufig mit Stigmatisierung, Diskriminierung und Unsichtbarkeit im öffentlichen Diskurs konfrontiert. Traditionelle Rollenbilder und stereotype Zuschreibungen schränken ihre Wahrnehmung und ihre Möglichkeiten ein.

Mit diesem Projekt möchten wir genau das ändern: Wir machen ihre Erfahrungen, Herausforderungen, Perspektiven und Stärken sichtbar. Wir schaffen ein öffentliches Bewusstsein für die Bedürfnisse und Ressourcen geflüchteter Frauen.

Durch die Portraits und Geschichten dieser Frauen heben wir ihre Individualität und Kraft hervor. Wir wollen Vorurteile abbauen, Verständnis fördern und den Frauen Raum für Selbstreflexion, Anerkennung und Empowerment geben. Wir hoffen, dass diese Broschüre dazu beiträgt, die Vielfalt und Stärke geflüchteter Frauen im Quartier zu zeigen und ihre Geschichten in der Gemeinschaft zu verankern.

Wir danken den Frauen herzlich für ihr Vertrauen und ihre Offenheit. Ihre Geschichten sind inspirierend und zeigen, wie viel Kraft in jeder Einzelnen von ihnen steckt. Sie sind Zeugnis von Mut; sie zeigen, wie Barrieren überwunden und noch so kleine Chancen genutzt werden können.

Mögen diese Portraits und Erzählungen dazu beitragen, das öffentliche Bewusstsein für die Lebensrealitäten dieser Frauen zu stärken und eine offene, respektvolle und solidarische Gesellschaft zu fördern.

Kirsten Hopster

Vorstandsvorsitzende AWO Kreisverband Bielefeld e.V.

Vorwort

Liebe Leser*innen,

wer flieht, verlässt nicht nur ein Land – sondern seine Heimat, familiäre Sicherheit, und ein vertrautes Leben. Flucht ist eines der äußersten Mittel, das ein Menschen wählen kann, um Kriegen und Verfolgung zu entgehen. Flucht bedeutet Verlust, aber zugleich auch Hoffnung auf ein neues Leben.

Im Jahr 2025 waren laut UNHCR, dem Flüchtlingshilfswerk der Vereinten Nationen, ca. 122 Millionen Personen auf der Flucht. Laut Statistik ist dieser Wert leicht sinkend, dennoch steht hinter jeder Person eine persönliche Geschichte und nicht selten eine Tragödie und Verlust.

Der politische Diskurs gibt, in der Regeln, wenig Einblicke in Einzelschicksale, sondern wird häufig auf strukturell-gesellschaftliche Herausforderungen der Aufnahmeländer reduziert und Neiddebatten durch rechtsextreme Parteien angestoßen. Fluchtursachen, wie politische Verfolgung, werden teilweise benannt, aber nicht gemeinschaftlich gelöst. Die Konsequenz dieser Pauschalisierung sind anonymisierte Diskussionen über Menschen auf der Flucht, die in Kontingenten gemessen und besprochen werden. Flucht bezeichnet daher auch einen Verlust der Individualität der geflüchteten Personen. Es besteht eine Gefahr, dass den Geflüchteten Rollen, Beweggründe und Verhaltensweisen zugeschrieben werden, ohne individuelle Schicksale zu kennen.

Es fällt schwer eine Fluchtgeschichte mit einer anderen zu vergleichen oder abzuwägen, da mögliche Gewalterfahrungen, Ängste oder auch individuelle Erfolge nicht vergleichbar sind. Sie sind Teil einer jeden individuellen Erzählung.

Diese Broschüre „Starke Frauen, Starke Geschichten – Portraits geflüchteter Frauen“ gibt Raum für die Geschichten zehn geflüchteter Frauen, die eine neue Heimat in Bielefeld gefunden haben.

Ich freue mich diese Frauen mit meinen einleitenden Worten unterstützen zu dürfen, denn jeder Aufbruch erfordert Mut. Ich wünsche allen Frauen und ihren Familien weiterhin alles Gute und viel Mut für die kommenden Jahre.

Miriam Welz

SPD-Stadträtin Ummeln

Vorwort

Katharina Benter
Joelina Kirste
Sozialarbeit Quartier
Zedernstraße

Liebe Leser*innen,

seit einigen Jahren arbeiten wir im Quartier Zedernstraße, einer Geflüchtetenunterkunft im Bielefelder Stadtteil Ummeln. Während dieser Zeit haben wir viele verschiedene Frauen kennengelernt, die uns mit ihrer Offenheit, ihrer Vielfalt, ihrer Stärke und ihrer Lebenserfahrung immer wieder beeindruckt haben.

Wir haben gelernt, genau hinzuhören, nachzufragen und Raum zu geben – für Erzählungen, die berühren, zum Nachdenken anregen und Mut machen.

Aus diesen Begegnungen und Gesprächen ist der Wunsch entstanden, den Frauen eine Stimme zu geben – denn sie alle haben Geschichten erlebt, die es verdienen, gehört zu werden.

Für das Projekt „Starke Frauen, Starke Geschichten – Portraits geflüchteter Frauen" haben sie uns von ihrem Leben erzählt – von Herausforderungen, Stärke, Verlust, Neubeginn, gesellschaftlichen Hürden und persönlichen Erfolgen.

Wir danken allen Frauen, die dieses Projekt möglich gemacht haben:
Danke für euren Mut und dass ihr eure Geschichten mit uns geteilt habt.

Katharina Benter und Joelina Kirste

Die folgenden Texte erzählen die
persönlichen Geschichten von Frauen mit Fluchterfahrungen.

Dabei werden auch sensible und belastende Themen angesprochen, darunter Flucht, häusliche Gewalt, Kriegserfahrungen und der Verlust von Angehörigen.

Das kann emotional herausfordernd sein.
Bitte achte beim Lesen auf dich und deine Grenzen.

HEBA

Ihr ist es wichtig, dass ihre Kinder sagen können, wenn sie etwas nicht möchten. Sie sollen sich nicht einschüchtern lassen, weil sie glauben, Mädchen müssen leise sein.

Heba stammt aus Deir ez-Zor in Syrien. Bereits mit 16 Jahren heiratet sie. Ihrem Vater ist es trotzdem sehr wichtig, dass sie ihre Schulausbildung abschließt - das unterstützt auch ihr Mann. Also macht sie ihr Abitur und möchte danach Psychologie studieren. Wegen des Krieges kann sie das Studium jedoch nicht mehr anfangen.

Im Oktober 2015 kommt Heba hochschwanger mit ihrem Mann und der zehn Monate alten Tochter nach Deutschland. Sie ist froh, dass es hier keinen Krieg gibt. Dabei denkt sie vor allem an ihre Kinder. Sie können hier ruhig leben, in die Schule gehen, es gibt genug zu essen und gute medizinische Versorgung.

Nur zwei Wochen nach ihrer Ankunft in Deutschland muss sie für die Geburt ihrer zweiten Tochter ins Krankenhaus. Deutsch versteht sie nicht und sie kann nicht in ihrer Muttersprache über ihre Probleme reden, deshalb fühlt sie sich sehr überfordert.

Am Anfang haben ihr die Mitarbeitenden im Quartier Zedernstraße sehr geholfen, sich zu orientieren und Termine zu koordinieren. Heute möchte Heba vor allem eine gute Ansprechpartnerin für ihre Kinder sein – sie sollen mit ihr offen über alles sprechen können.

Drei Monate besucht sie einen Sprachkurs, danach lernt sie allein zu Hause weiter, manchmal auch zusammen mit ihrem Mann oder ihren Kindern. Hebas Töchter sind heute 11 und 10 Jahre alt, die dritte Tochter wurde in Bielefeld geboren und ist inzwischen 5 Jahre alt. „Meine drei Blumen“, sagt Heba stolz.

„Mein Herz ist hier in Ummeln, ich mag alles in Deutschland“, erklärt sie glücklich. Auf die Frage, ob es etwas gibt, was ihr hier nicht gefällt, sagt sie: „Ich habe nichts gesehen, was nicht schön ist.“. Ihr Mann arbeitet drei Jahre in Osnabrück und möchte mit der Familie dorthin umziehen. Doch Heba will unbedingt in Ummeln bleiben. Sie hilft ihm, in Bielefeld eine neue Arbeitsstelle zu finden. „Die Leute sind gut hier in Ummeln, ich bin jetzt seit zehn Jahren hier und fühle mich sicher und zu Hause.“

Außerdem würde Heba am liebsten in der Altenpflege arbeiten. Sie erzählt, dass es in ihrer Familie normal ist, sich um die älteren Familienmitglieder zu kümmern. Sie möchte, dass niemand allein ist. „Manche sagen: Pflege ist zu schwer. Aber ich denke das nicht“, berichtet sie. „Wir werden schließlich alle alt.“

Sie wünscht sich, ihre Kinder gesund und glücklich aufwachsen zu sehen. „Meine Familie ist mein Leben, ich liebe meine Kinder und habe einen guten Mann.” Schon kurz nach ihrer Ankunft in Deutschland bekommt sie eine eigene Bankkarte und kann selbstständig über Geld verfügen. Am Wochenende, wenn ihr Mann nicht arbeitet, verbringen sie als Familie Zeit miteinander. Unter der Woche kümmert sich Heba allein um alle Termine der Kinder, organisiert den Haushalt und geht auf ihre Bedürfnisse ein.

„Ich bin ruhig und fröhlich. Ich mag keinen Stress und tanze mit meinen Kindern zu Hause zu Musik. Aber, wenn jemand kommt und über meine Familie falsche Dinge sagt, kann ich für uns einstehen. Wenn die Mutter stark ist, ist die Tochter auch stark.“

**„Ich bin eine starke Frau,
weil meine Familie mich stark macht.”**

GÜLNARA

Sie möchte durch ihre Arbeit ein Vorbild für ihre Kinder sein und ihnen zeigen, dass man alles schaffen kann.

Gülnara kommt aus der Stadt Terter in Aserbaidschan. Sie wächst bei ihrem Onkel auf und träumt schon als Kind davon, Krankenschwester zu werden. Ihre Familie ist davon jedoch wenig begeistert - später, wenn sie einmal selbst Mutter wird, sei der Beruf zu schwer und sie würde ihre Kinder zu wenig sehen. Also entscheidet sie sich nach ihrem Schulabschluss dazu, Grundschullehrerin zu werden.

2016 flieht Gülnara mit ihrem Mann und den beiden Kindern nach Deutschland. Von Bekannten haben sie gehört, dass die Zukunftschancen für Kinder hier besser sind.

Zunächst werden sie verschiedenen Unterkünften zugeteilt, bis Gülnara schließlich mit ihrer Familie in eine eigene Wohnung im Quartier Zedernstraße ziehen kann. Oft hat sie Angst und viele Sorgen. Sie kann kein Deutsch und muss sich erst zurechtfinden. Alltägliche Situationen, wie Arztbesuche mit ihren Kindern, sind oft eine Herausforderung. Gülnara wird schwanger und kann deshalb nicht direkt an einem Sprachkurs teilnehmen. Als ihr Kind zwei Monate alt ist, kann sie es in die Spielstube des Quartiers Zedernstraße bringen und gleichzeitig an einem Sprachtreff teilnehmen, der direkt nebenan angeboten wird. In den Pausen nimmt sich Gülnara Zeit zum Stillen.

Einen Job zu finden, ist ihr sehr wichtig und sie entscheidet sich dazu, eine Ausbildung als Altenpflegerin zu beginnen. Der erste Tag fordert sie heraus, weil sie durch die Sprachbarriere nur wenig versteht. Deshalb versucht sie, alles genauso zu machen wie die anderen im Kurs. Neben der Ausbildung, den Kindern und dem Haushalt lernt Gülnara nebenbei auch noch für ihre B1 Prüfung, die sie erfolgreich besteht. Kurz vor ihrem Examen, nach dreijähriger Ausbildungszeit, ist sie erneut schwanger und kurz vor der Geburt. Ihre Frauenärztin rät ihr, zum Schutz des Kindes zu pausieren. Als sie nach eineinhalb Jahren wieder anfängt, ist sie skeptisch, ob sie den Abschluss nach dieser langen Pause schaffen kann. Aber sie besteht die Prüfung und arbeitet seitdem als feste Mitarbeiterin eines Lungenzentrums. Gülnara möchte durch ihre Arbeit ein Vorbild für ihre Kinder sein und ihnen zeigen, dass man alles schaffen kann.

Mit den alten Menschen möchte Gülnara gerne Zeit verbringen und gute Arbeit leisten. Dabei will sie nicht nur medizinisch für sie da sein, sondern vor allem menschlich. Es macht sie stolz, wenn sie hört „Gülnara, du wurdest schon vermisst“. Erst dachte sie, dass sie diese Ausbildung nicht schaffen kann. Sie hatte Angst vor der Herausforderung, Menschen auf Deutsch zu helfen. Jetzt kann sie im Rückblick sagen: „Ich habe das auch schon geschafft.” Gülnara überlegt, sich als Praxisanleiterin weiterzubilden. „Ich höre immer“, sagt sie stolz und etwas beschämt lachend, „ich habe Geduld und kann gut erklären.”

Weil ihre jüngste Tochter noch keinen OGS-Platz hat und nach der Schule Betreuung braucht, bleibt ihr Mann zu Hause. In Aserbaidschan ist das nicht üblich: In den meisten Familien arbeiten die Männer und die Frauen kümmern sich zu Hause um die Kinder und den Haushalt. Im Gespräch mit Verwandten ist das ihrem Mann oft unangenehm. „Die Frau verdient, Mann isst“, sagt man in Aserbaidschan abwertend, erklärt Gülnara.

Im Urlaub verbringt sie ihre freie Zeit mit den Kindern, um gemeinsam etwas zu unternehmen. Außerdem trifft sie sich gerne mit Freunden – zum Beispiel in einem türkischen Café. Andere Hobbys hat sie im Moment nicht, dafür bleibt keine Zeit.

**„Ich bin eine starke Frau,
weil ich erste Schwierigkeiten und Hürden durchzustehen kann – und im Rückblick sehe, dass ich etwas geschafft habe, das anfangs viel zu schwer schien.”**

FARZANEH

Lieber lebt sie allein mit ihren Kindern,
als einen schlechten Mann an ihrer Seite
zu haben.

Farzaneh wird in Afghanistan geboren. 2009 flieht sie aus Kabul in den Iran, wo sie bis 2016 gemeinsam mit ihrem Mann und den beiden Töchtern lebt. Von dort kommt sie mit ihrer Familie nach Deutschland.

Die ersten Monate verbringt sie in einer Erstaufnahmeeinrichtung in Mönchengladbach, bis ihnen eine Mitarbeiterin dabei hilft, eine eigene Wohnung zu finden. Ein halbes Jahr später kommt ihr Sohn auf die Welt.

Sie freundet sich mit einer Frau an, die vor einigen Jahren ebenfalls aus dem Iran geflohen ist. Als sie sich besser kennenlernen und Farzaneh Vertrauen zu ihr fasst, erzählt sie von ihrem gewalttätigen Ehemann. Ihre neue Freundin rät ihr, nicht darüber zu schweigen, dass ihr Mann sie schlägt. In Afghanistan, erzählt Farzaneh, sprechen Frauen oft nicht über das, was ihnen zu Hause Schlimmes passiert. Deshalb hinterfragt sie das Verhalten ihres Mannes nicht und denkt, es sei „normal". Farzaneh ist außerdem besorgt, dass ihr Mann zurück in den Iran oder nach Afghanistan geschickt werden könnte. Also nimmt sie die Schmerztabletten, die er ihr bringt und geht weder zum Arzt noch zur Polizei.

Ihr Mann hört immer noch nicht auf, sie zu schlagen, nachdem ihr Sohn geboren wird. Er allein hat Zugriff auf alle Dokumente der Familie und das Bankkonto. Damit macht er Farzaneh von sich abhängig. Schließlich ist es ihre Freundin, die sie ermutigt, als Frau für sich und ihre Kinder einzustehen und mit deren Hilfe sie die Polizei ruft.

Danach beginnt eine schwierige Zeit. Von der Polizei wird sie mit ihren Kindern ins Frauenhaus geschickt - ihr Sohn ist zu dem Zeitpunkt gerade einmal einen Monat alt, die beiden Töchter 7 und 5. Bei vielen behördlichen Angelegenheiten hat sie wegen der Dokumente, die ihr Mann behalten hat, große Probleme. Bis heute besitzt er die Geburtsurkunden der Kinder.

In Bielefeld hat Farzaneh einen Bruder, deshalb wird versucht, ihr dort einen Platz in einem Frauenhaus zu organisieren. Nach einigen Monaten kann sie mit ihren Kindern umziehen. Am Bahnhof werden sie von der Polizei abgeholt und zum Frauenhaus des AWO Kreisverbands Bielefeld e. V. gebracht. Hier leben sie zwei Jahre lang - die Zeit ist anstrengend. Oft ist es

laut und es gibt nur wenig Privatsphäre. Ein Schlafzimmer haben sie für sich allein, alle weiteren Räume müssen sie sich mit den anderen Frauen und Kindern teilen. Farzaneh erzählt, sie sei häufig traurig gewesen. Durch die Unterstützung der Mitarbeiterinnen des Frauenhauses finden sie 2018 eine Wohnung im Quartier Zedernstraße.

2020 beginnt Farzaneh einen Sprachkurs. Durch die Kontaktverbote in der Corona-Zeit wird er jedoch oft unterbrochen. Auch das Lernen fällt ihr nicht immer leicht – in Afghanistan durfte sie nur zwei Jahre lang eine Schule besuchen. Doch mit viel Motivation verbessert sie ihr Deutsch weiter.

„Keine Kinder, keine Probleme; viele Kinder, viele Probleme", sagt sie und lacht. Sie ergänzt: „Kein Mann, keine Probleme." Bei einem guten Mann sei das vielleicht anders, aber lieber lebt sie allein mit ihren Kindern, als einen schlechten Mann an ihrer Seite zu haben. Mittlerweile ist Farzaneh geschieden und hat das alleinige Sorgerecht für ihre Kinder.

An Deutschland gefällt Farzaneh, dass Frauen viele Rechte haben. Sie können zur Schule gehen oder arbeiten und müssen keine Angst haben. In Afghanistan ist das anders - dort sind Frauen oft ihren Männern untergeordnet und über Gewalt und Probleme in der Familie wird nicht gesprochen, berichtet sie uns.

Farzaneh wünscht sich, dass ihre Kinder in Deutschland gut zurechtkommen und glücklich sind. Sie selbst möchte arbeiten, wenn sie sich nicht mehr so viel um ihre Kinder kümmern muss.

„Ich bin eine starke Frau, weil ich es schaffe, allein mit drei Kindern in einem fremden Land zu leben. Und weil ich gelernt habe, ‚Nein' zu sagen."

MAISA

Die Flucht sehr teuer und das Geld der Familie reicht nur für drei von ihnen – Maisa bleibt deshalb mit ihrer jüngsten Tochter vorerst in Syrien.

Maisa kommt aus Damaskus, der Hauptstadt von Syrien. Nach ihrem Abitur heiratet sie und bekommt mit ihrem Mann drei Kinder. Gemeinsam treffen sie 2016 die Entscheidung, nach Deutschland zu fliehen. Allerdings ist die Flucht sehr teuer und das Geld der Familie reicht nur für drei von ihnen – Maisa bleibt deshalb mit ihrer jüngsten Tochter vorerst in Syrien. 2020 können auch sie endlich nach Deutschland ausreisen. Wegen Schwierigkeiten beim Familiennachzug konnte sie ihren Mann und die beiden älteren Kinder vier Jahre lang nicht sehen. Nur durch kurze Telefonate war es möglich, Kontakt zu halten. Umso größer ist die Freude beim Wiedersehen.

Maisas Eltern leben noch in Syrien und sind traurig, dass sie nicht ihre ganze Familie bei sich haben können. Einmal besucht Maisa sie, doch das ist teuer und wegen der Kriege in der Region gefährlich. Sie wünscht sich, ihre Familie in Syrien häufiger zu sehen.

Am Anfang ist für Maisa vor allem die Sprache eine Herausforderung. Sie kommt in der Corona-Zeit nach Deutschland und muss deshalb viel zu Hause bleiben. Einmal pro Woche besucht sie einen Sprachtreff im Quartier Zedernstraße, um ihr Deutsch zu verbessern. Ansonsten bietet sich kaum Gelegenheit, Deutsch zu sprechen oder zu hören. Beim Lernen unterstützt sie auch ihr Mann – doch trotzdem fällt es Maisa manchmal schwer. Nach zwei Monaten erhält sie schließlich die Möglichkeit, an einem Sprachkurs teilzunehmen. Zu Hause, vor allem im Gespräch mit ihrem Mann, fühlt sie sich beim Deutschsprechen mittlerweile sicher und wohl. Sobald sie aber mit anderen Menschen sprechen soll, hat sie zu viele Worte im Kopf und weiß nicht, wie sie sich ausdrücken soll.

Ihre ältere Tochter ist mittlerweile 30 Jahre alt und selbst Mutter geworden. In Syrien hat sie Innenarchitektur studiert und hier einen Job in diesem Bereich gefunden. Sie wohnt eine Stunde von Maisa entfernt, besucht ihre Eltern aber regelmäßig, damit sie Zeit mit ihrer 1,5-jährigen Enkelin verbringen können. Lachend erzählt Maisa vom Sommerfest im Quartier Zedernstraße, zu dem sie ihre Enkelin mitgenommen hat. Um einen Handabdruck zu machen, taucht das Mädchen ihre Hand in Farbe - doch anstatt sie auf das Papier zu drücken, fasst sie ihre Oma an und verwandelt die beiden so in ein farbiges Kunstwerk.

Auch Maisas Sohn lebt in Ummeln, ganz in der Nähe. Er ist heute 32 Jahre alt und arbeitet in der IT-Branche – das Studium dafür hat er bereits in Syrien abgeschlossen. Die jüngste Tochter ist 24 Jahre alt und hat ebenfalls ihren Weg gefunden: Sie hat eine Ausbildung zur Zahnarzthelferin gemacht und eine gute Arbeitsstelle bekommen.

In Deutschland gefällt Maisa besonders das Wetter: In Syrien ist es immer heiß, das ist hier viel angenehmer. „Es ist sauber“, ergänzt sie und fügt hinzu, dass sie die Natur hier mag, es gibt viele Grünflächen, in denen sie sich gerne aufhält. Gleichzeitig merkt sie aber auch, dass das Leben hier nicht in allen Bereichen einfach ist: „Ein bisschen schwer“ ist es für sie, ein Kopftuch zu tragen, weil nicht alle in der Gesellschaft das akzeptieren.

Weil Maisa die Natur liebt, geht sie jeden Morgen eine halbe Stunde spazieren, oft gemeinsam mit ihrem Mann. Danach kümmert sie sich um den Haushalt. Sport ist ihr wichtig, deshalb besucht sie einmal in der Woche ein Fitnessstudio und geht regelmäßig schwimmen.

„Ich bin stark, mit meinem Mann und meinen Kindern; wenn ich meine Familie um mich habe.“

SONIA

„Trotz allem habe ich nie aufgegeben, meine Kinder sind meine größte Kraftquelle. Sie geben mir Hoffnung, Stärke und den Willen, weiterzumachen.“

Zum Gespräch bringt Sonia einen Text mit, um uns von ihrem Leben zu erzählen: „Ich muss immer weinen, wenn ich meine Geschichte erzähle, deshalb habe ich etwas geschrieben.“ 2015 ist sie gemeinsam mit ihrem Mann und ihrem Sohn, damals vier Jahre alt, von Georgien nach Deutschland geflohen. Ein Jahr später wird ihr zweiter Sohn geboren. Wir sind nach Deutschland gekommen, weil uns die Zukunft unserer Kinder am Herzen liegt. Mein Mann hatte den großen Wunsch, in Deutschland ein neues Leben zu beginnen und ich habe ihn dabei unterstützt.

Die Anfangszeit war für mich sehr herausfordernd. Ich hatte große Zweifel, ob ich mich in diesem neuen Land zurechtfinden würde und dachte oft daran, in die Heimat zurückzukehren, beschreibt Sonia ihre Gefühle. Sie vermisst ihre Heimat, ihre Familie und ihre Freunde. Doch mit der Hilfe und Unterstützung engagierter Menschen an unserer Seite konnten wir den Mut fassen, bei null anzufangen. Mein Mann und ich haben beide von Anfang an gearbeitet und gemeinsam unser Leben aufgebaut. Als ich zum ersten Mal das Gefühl hatte, dass meine Familie wirklich angekommen ist und alles gut wird, wurde unser Leben durch den plötzlichen Tod meines Mannes erschüttert. Diese Zeit war für mich die schwerste.

Um alle behördlichen Angelegenheiten hatte sich immer Sonias Mann gekümmert - jetzt liegt die Verantwortung allein bei ihr. Es fühlt sich so an, als würde sie das Leben in Deutschland wieder ganz neu lernen müssen. „Ich wusste nicht einmal, wo der Bahnhof ist”. Für Sonia bedeutet das eine große Herausforderung: Ihre Trauer und die der Kinder bewältigen und gleichzeitig im Alltag funktionieren. „Ich muss das machen”, sagt sie sich und denkt an ihre Söhne. Trotz allem habe ich nie aufgegeben, meine Kinder sind meine größte Kraftquelle. Sie geben mir Hoffnung, Stärke und den Willen, weiterzumachen.

Obwohl Sonias Schwester eigentlich in Spanien lebt, verbringt sie nach dem Tod ihres Schwagers viel Zeit in Bielefeld, um Sonia zu unterstützen. Hilfe bekommt sie auch von einer Familie aus Ummeln, mit der ihr Mann und sie sich zuvor angefreundet hatten. Sie ist froh, hier zu leben: „Ich kann die Leute nicht verlassen. Es ist alles so nett hier!“ Viele Aufgaben übernehmen trotzdem ihre Kinder, vor allem ihr ältester Sohn – „zu viele”, sagt Sonia heute.

In Georgien hat Sonia Pharmazie studiert und anschließend in einer Apotheke gearbeitet – ihr Abschluss wird in Deutschland aber nicht anerkannt. Deshalb macht sie hier viele Praktika, zum Beispiel in einer Zahnarztpraxis oder in der Pflege. Eigentlich möchte sie eine Ausbildung beginnen, aber wegen ihrer Kinder ist das in Vollzeit noch nicht möglich. Bald kommt ihre Mutter für drei Monate zu Besuch, darauf freut sie sich sehr. Am liebsten wäre es ihr, wenn ihre Mutter ein Jahr bleiben könnte, um sich nach der Schule um ihre Kinder zu kümmern. Dann wäre es für Sonia möglich, eine Ausbildung zu absolvieren.

Ihre Freizeit verbringt Sonia am liebsten mit ihren Kindern – sie wünscht sich, dass sie „gute Menschen werden”. Gemeinsam besuchen sie andere Städte oder machen Ausflüge zum Picknicken.

Ich schätze in Deutschland besonders die Ordnung, Struktur und Zuverlässigkeit. Es ist ein Land, in dem vieles gut organisiert ist und ich bin dankbar, dass wir hier leben dürfen, beendet sie ihren Text.

„Ich bin eine starke Frau, weil meine Kinder mein Antrieb sind und mir die Kraft geben, jeden Tag weiterzugehen.”

REEM

„Früher haben die anderen mir geholfen,

jetzt kann ich unterstützen und helfen.“

Reem kommt aus Homs in Syrien und flieht 2015 mit ihren drei Kindern, die 23, 21 und 5 Jahre alt sind, nach Deutschland. Die ersten sechs Jahre verbringt sie im Quartier Zedernstraße. 2022 zieht sie in ihre eigene Wohnung, nur ein paar Häuser weiter. Ihre Kinder leben teilweise noch immer in Ummeln - ihr ältester Sohn ist IT-Ingenieur und ihre Tochter besucht eine Gesamtschule in Bielefeld. Ihr mittlerer Sohn beendet aktuell sein Studium in Lemgo.

In Deutschland spürt sie zuerst „natürlich die Sicherheit, in Syrien ist Krieg". Nach zwei Monaten bekommt sie einen Platz in einem Sprachkurs. Dort lernt sie nicht nur, wie sie sich in alltäglichen Situationen verständigen kann, sondern auch viel über das Leben in Deutschland. Reem ist von Anfang an sehr motiviert, schnell Deutsch zu lernen - das hilft ihr, die anfänglichen Schwierigkeiten zu überwinden. In Syrien hat sie nach ihrem Abitur in einem Nachhilfeinstitut gearbeitet und Kindern in den Fächern Arabisch und Französisch unterstützt. Die Französischkenntnisse helfen ihr jetzt auch beim Deutschlernen.

In Ummeln kommt Reem schnell mit ihrer Nachbarschaft in Kontakt. Sie ist aufgeschlossen und neugierig und nimmt an vielen Projekten teil, die es im Quartier Zedernstraße gibt. Vor allem das Café Sonnenlicht und der Sprachtreff gefallen ihr.

Weil sie in den ersten Monaten in Deutschland selbst viel Unterstützung bekommen hat, möchte Reem anderen Menschen helfen. Seit 2023 ist sie Stadtteilmutter, begleitet zu wichtigen Terminen oder übersetzt Briefe und Dokumente. „Ummeln, also Bielefeld, das ist jetzt meine Stadt hier in Deutschland. Ich kenne alle Straßen, ich kenne viele Leute, das ist meine Heimat", sagt Reem. „Früher haben die anderen mir geholfen, jetzt kann ich unterstützen und helfen. Ich kann einfach einen Termin beim Jobcenter machen." Diese Erfahrungen haben Reem gezeigt, dass wahre Stärke im Selbstvertrauen liegt – und in der Motivation, die daraus entsteht, anderen etwas zurückzugeben. An Deutschland gefällt Reem vor allem die Sicherheit und die Demokratie, aber auch die soziale Absicherung, die zum Beispiel Familien finanziell unterstützen. Das gibt es in Syrien nicht.

Wenn sie sich nicht ehrenamtlich als Stadtteilmutter engagiert, verbringt Reem gerne Zeit mit ihren Kindern. Am Wochenende kommt oft ihr Sohn aus Lemgo zu Besuch, darüber freut sie sich immer sehr. Reems restliche Familie ist über die ganze Welt verteilt: Belgien, Jordanien, Saudi-Arabien, Frankreich, Schweden... Nachdem Reem ihren deutschen Pass erhält, kann sie endlich ihre Verwandten in Kanada besuchen.

Reem hat inzwischen ihr C1 Zertifikat in Deutsch bestanden. Fünf Tage in der Woche arbeitet sie in der Spielstube Schmetterlinge im Quartier und betreut dort an den Vormittagen Kinder zwischen 2 und 5 Jahren. Sie würde gerne studieren, am liebsten Soziale Arbeit, oder eine Ausbildung zur Erzieherin machen. „Das ist mein Bereich", sagt Reem und lächelt. Sie möchte Familien helfen, alles Schlechte, was sie in Syrien erlebt haben, zu vergessen. Dabei wünscht sie sich, dass die Familien nicht traurig bleiben und immer an ihre Vergangenheit denken, sondern neue und gute Erfahrungen machen können – genau wie sie selbst.

**„Ich bin eine starke Frau,
weil ich Schwierigkeiten überwinde, mich meinen Ängsten stelle und mir selbst vertraue. Wenn ich spüre, dass ich etwas schaffen kann, gibt mir das Kraft – denn dann weiß ich, dass ich es gut machen werde."**

HANIFEH

„Ich liebe Deutschland“, sagt sie und lacht.

„Viele Menschen sind hier glücklich und nicht böse“.

Hanifeh kommt aus Afrin bei Aleppo in Syrien. Ihre Eltern haben einen großen Garten mit vielen Olivenbäumen. Auch sonst gibt es in der Stadt zahlreiche Obstbäume und Gemüsegärten. Besonders häufig wachsen dort Feigen-, Granatapfel- und Aprikosenbäume, die für die Region typisch sind. In Afrin arbeitet Hanifeh als Lehrerin an einer Grundschule und unterrichtet Religion, Arabisch und Mathe.

Ihr Mann kommt bereits 2015 nach Deutschland. Bis 2017 lebt Hanifeh mit ihrer Mutter und ihren beiden Kindern in Afrin, dann wird sie nach Aleppo versetzt. Ein Jahr später fliehen sie von dort in den Irak, fünf Monate warten sie hier auf die Ausreise nach Deutschland. Seit 2018 sind Hanifeh und die beiden Kinder in Deutschland.

Den Anfang in Deutschland beschreibt Hanifeh als schwierig: Ihr soziales Umfeld aus Syrien, die Nachbarschaft und ihr Kollegium sind nicht mehr da und die Sprache ist eine Herausforderung. Corona erschwert ihr den Start zusätzlich: keine Sprachkurse und wenige Angebote, um mit Menschen in Kontakt zu kommen. Aber jetzt ist es besser: „Ich liebe Deutschland“, sagt sie und lacht. „Viele Menschen sind hier glücklich und nicht böse.“ Außerdem ist es hier friedlich und ruhig - in ihrer Heimat ist seit 2011 Krieg. In Syrien hatte Hanifeh immer Angst, es war laut und gefährlich, oft fiel der Strom aus. „In Deutschland habe ich keine Angst, hier gibt es Sicherheit.“ Das Wetter in Deutschland gefällt ihr allerdings nicht so gut – zu kalt, zu nass.

Hanifeh würde gerne wieder arbeiten, sie vermisst ihren Beruf. Die soziale Einbindung und die Aufgaben fehlen ihr. In Deutschland, sagt sie, habe sie keine Chance, wieder als Grundschullehrerin zu arbeiten – die Hürden sind sehr hoch. Auch ein anderer Job würde ihr Freude bereiten: zum Beispiel hauswirtschaftliche Tätigkeiten oder die Arbeit mit Kindern, in einer OGS oder einem Kindergarten.

Weil ihr der berufliche Alltag fehlt, ist ihr die Freizeitgestaltung umso wichtiger. Hanifeh verbringt gerne Zeit mit ihrer Familie - beim Spazierengehen oder beim Picknicken. Manchmal macht sie auch Sport oder hört Musik.

In Ummeln fühlt sie sich sehr wohl: „Mein Dorf!“, sagt sie. Gerne würde sie eine Wohnung kaufen, hier oder anderswo auf dem Land, „aber es ist sehr teuer“. In Syrien, erzählt sie, hat sie ihr Geld gespart und allein eine Wohnung gekauft. Später hat sie gemeinsam mit ihrem Mann ein Auto gekauft. Durch den Krieg wurde ihre Wohnung in Syrien zerstört – heute gibt es ihr Zuhause nicht mehr.

Ihr Mann war viele Jahre in einer Bäckerei tätig, ist jedoch seit einiger Zeit so krank, dass er gar nicht mehr arbeiten kann. Hanifeh ist selbst oft krank, weshalb sie sich zurzeit nicht so stark fühlt. Aber: „Ich bin heil. Und meine Kinder auch“, sagt Hanifeh - dieser Gedanke hilft ihr.

Hanifehs Sohn ist heute 23 Jahre alt und lebt gemeinsam mit ihr in Ummeln. Er macht gerade sein Fachabitur und Hanifeh wünscht sich, dass er einen Beruf findet, der ihn glücklich macht. Ihre Tochter ist jetzt 22 Jahre alt, seit drei Jahren verheiratet, hat zwei Kinder und lebt mittlerweile in Hamburg. Die beiden kleinen Enkelkinder besuchen Hanifeh immer wieder.

Mit dem Neuanfang muss Hanifeh noch kämpfen. Es frustriert sie, dass sie die Sprache noch nicht so gut kann, wie sie gehofft hat. Am liebsten wäre sie als junge Frau oder sogar als Kind nach Deutschland gekommen - dann, so glaubt sie, wäre ihr der Neuanfang leichter gefallen.

„Trotzdem bin ich eine starke Frau“,
sagt sie lachend und darauf ist sie sehr stolz.

FAEZA

„Ich mag meine Heimat, aber sie ist gefährlich.“

Faeza kommt aus Bagdad, der Hauptstadt des Iraks. Mit 14 Jahren fängt sie an, in den Schulferien zu arbeiten. Ihr Onkel betreibt die Cafeteria im Außenministerium, dort hilft sie aus und verteilt Kaffee oder Tee an die Mitarbeitenden. Nach ihrem Schulabschluss ist sie als Verkäuferin, Schneiderin und Konditorin tätig. Nach vier Jahren als Angestellte bei einem Friseur macht sie sich selbstständig und eröffnet einen eigenen Salon.

Faeza beschreibt ihre damalige Lebenssituation als schwierig, Angst hat sie vor allem um ihre Kinder. Aber nicht nur der Krieg in ihrem Land belastet sie - als Christin lebt sie zudem in ständiger Angst und erfährt immer wieder Ausgrenzung. Gott ist eine große Stütze in ihrem Leben. Das Vertrauen in seine Liebe und die Möglichkeit, ihre Sorgen im Gebet mit ihm zu teilen, helfen ihr dabei, die Konflikte mit ihrem Mann auszuhalten. Wegen ihres Glaubens schlägt er sie und wirft sie mehrmals aus der gemeinsamen Wohnung.

Als 2014 die Terrororganisation IS Teile des Iraks einnimmt, möchte Faeza ohne ihren Mann das Land verlassen. Er versucht sie zum Bleiben zu überreden und verspricht ihr Geschenke: Gold, ein Haus, ein Auto. Faeza ist bereit, ihm unter einer Bedingung zu verzeihen: Sie will gemeinsam mit ihm in einem anderen Land neu anfangen. Ihr Mann weigert sich, also flieht sie allein mit ihren Kindern, die 9, 8 und 5 Jahre alt sind.

Zunächst leben sie ein Jahr in der Türkei, dann hört Faeza, dass viele Menschen nach Europa kommen dürfen. In der Hoffnung auf Unterstützung wendet sie sich an christliche Gemeinden auf der ganzen Welt. Dabei erlebt sie oft Misstrauen – viele unterstellen ihr, ihren Glauben nur vorzugeben, um „einfacher" Asyl in einem anderen Land zu bekommen.

Trotzdem schaffen sie es über den Seeweg nach Griechenland. „Das war sehr gefährlich", erinnert sie sich. Von dort geht es weiter nach Österreich, bis sie schließlich am 19.09.2015 Deutschland erreichen. „Ich weiß es genau, das war am Geburtstag meines Sohnes."

Der Anfang ist schwierig. Einige Wochen leben sie mit vielen anderen Menschen in einer Erstaufnahmeeinrichtung. Das Spielzeug ihrer Kinder wird geklaut, es ist laut und es gibt wenig Privatsphäre - als sie nach Bielefeld ziehen und im Quartier Zedernstraße eine eigene Wohnung bekommen, wird es besser.

Die Sprache bleibt eine Herausforderung. „Ich habe Deutsch nicht so gut gelernt. Ich bin nicht jung, ich habe Kinder und ich musste Geld verdienen", erklärt Faeza. Sie besucht einen Sprachkurs und lernt Deutsch auch während sie arbeitet – erst in einem Café, dann als Friseurin. Jetzt ist sie Hauswirtschaftskraft in einem Altenheim.

An Deutschland gefallen ihr vor allem die Sicherheit und die Meinungsfreiheit. Hier kann sie mit ihren Kindern als Christin leben und muss keine Angst mehr haben. Sie ist froh, frei von ihrem Mann zu sein. „Die Politik hier ist gut für Frauen und auch für Kinder", sagt sie. Faeza glaubt, dass ihre Kinder hier eine bessere und sicherere Zukunft haben. „Ich mag meine Heimat, aber sie ist gefährlich."

Ihre Freizeit verbringt Faeza am liebsten mit ihren Kindern. Außerdem arbeitet sie ehrenamtlich als Stadtteilmutter und hilft Menschen in Ummeln, begleitet sie zum Beispiel zu Arztterminen. „Samstag und Sonntag gehören Gott", erklärt sie. Vergeblich versucht sie eine christliche arabische Gemeinde in der Umgebung zu finden. Es fällt ihr schwer, auf Deutsch zu beten. Sie findet eine Gemeinde aus Ägypten, in der sich die Mitglieder donnerstags oder freitags online zum Bibellesen treffen. „Letztes Jahr war der Bischof sogar in Deutschland und hat meine Kinder getauft", berichtet Faeza stolz.

Sie wünscht sich, dass ihre Kinder später eine gute Arbeit finden und glücklich sind.

**„Ich bin eine starke Frau, weil Gott mich stark macht.
Er ist wie mein Vater."**

METRA

„Es wird besser, morgen wird es besser, übermorgen.

Und jetzt ist es gut.”

Metra kommt aus Kabul in Afghanistan. Mit 17 Jahren heiratet sie und arbeitet als Schneiderin. 2003 zieht sie gemeinsam mit ihrem Mann in den Iran. Nach einem Jahr wird ihre Tochter geboren, später folgt ihr erster Sohn. Insgesamt lebt Metra 13 Jahre im Iran. Aufgrund der Herrschaft der Taliban flieht sie im Jahr 2016 nach Deutschland und bringt hier ihren jüngsten Sohn zur Welt.

Siebzig Tage ist ihre Familie bis nach Deutschland unterwegs – „zu Fuß, mit dem Zug, mit dem Bus", erzählt sie. Zuerst leben sie vier Tage in einer Erstaufnahmeeinrichtung in Bremen, bevor sie nach Bielefeld ins Quartier Zedernstraße kommen. Am Anfang ist es schwierig: „Ich kannte die Sprache nicht, die Leute, die Kultur. Was macht man, wenn man krank ist oder zu Hause etwas kaputt geht?" Auch die Sorge um den Teil der Familie, der nicht in Deutschland lebt, bleibt. Deshalb sagt sie sich: „Es wird besser, morgen wird es besser, übermorgen. Und jetzt ist es gut."

Es dauert drei Jahre, bis sie einen Sprachkurs besuchen kann. „Aber diese drei Jahre sitze ich nicht zu Hause!" Metra erzählt, dass sie viel Zeit im Café Sonnenlicht, einem Angebot der evangelischen Kirchengemeinde Ummeln, verbringt und dort viel lernt. Trotz verwirrender Artikel und Konjugationen gibt sie nicht auf. „Ich will immer mit Leuten Kontakt haben und alles verstehen."

Ihrem Mann und ihr ist es wichtig, dass die Kinder eine Schulbildung haben. „In meinem Heimatland dürfen Frauen nicht zur Schule gehen", erzählt Metra und berichtet von ihren Bemühungen, ihre Tochter im Iran in die Schule zu schicken. Sie ist dankbar, dass das hier in Deutschland möglich ist: „Es ist nicht schwierig. Niemand sagt: Du darfst nicht zur Schule gehen, du musst ein Kopftuch tragen, du musst ein langes Kleid tragen. Das gefällt mir sehr gut!" Ihre Tochter ist kurz vor dem Abitur, ihr ältester Sohn macht bald seinen Realschulabschluss und der jüngste Sohn geht in die zweite Klasse.

„In meinem Land dürfen Frauen nichts machen. Aber ich möchte etwas machen", sagt Metra. Das ist für sie der größte Unterschied zwischen Deutschland und Afghanistan. „Manchmal sind es nicht nur die Taliban, sondern auch die eigenen Männer, die nicht wollen, dass ihre Frauen zu viel können."

Seit 2023 ist Metra Stadtteilmutter - sie unterstützt Menschen dabei, sich im Alltag in Deutschland zurechtzufinden. Dazu gehört auch, andere geflüchtete Menschen zu wichtigen Terminen zu begleiten. In ihrer freien Zeit näht sie gern, geht spazieren oder trifft sich mit ihrer besten Freundin, die sie in Ummeln kennengelernt hat. Sie ist stolz, dass sie mittlerweile allein, ohne einen Übersetzer zum Amt, zum Arzt oder zur Bank gehen kann. Das war vor 2020 anders, da konnte sie ihren Kindern nicht immer in der Schule helfen, weil sie nicht alles verstanden hat.

„Bis jetzt habe ich noch nichts gefunden", sagt Metra auf die Frage, ob ihr etwas in Deutschland nicht gefällt und muss lachen. „Ich habe so viel gesehen, das ist alles in meinem Herzen und in meinem Kopf geblieben." Sie sagt, dass auch in Deutschland schlimme Dinge passieren, aber sie hat Glück: Ihre Kinder gehen zur Schule und ihrer Familie geht es gut.

Einmal bekommt sie einen Abschiebungsbescheid, die Kinder hätten hierbleiben können. Metra hat viel Stress und starke Kopfschmerzen. Mit Hilfe eines Anwalts erreicht sie, dass sie mit ihrer Familie hierbleiben kann. Sie wünscht sich, dass sie gesund bleibt, noch viel Zeit mit ihrer Familie verbringen kann und dass sie einen Job findet.

„Ich bin eine starke Frau, weil ich keine Angst habe, Herausforderungen anzunehmen. Weil ich auf mein Herz höre, nachdenke und meinen Weg gehe – unabhängig davon, was andere sagen."

SHAMILA

„Ich kann das und ich schaffe das."

Denn wenn man es versucht, kann man es auch schaffen.

Shamila kommt aus Kundus, einer Stadt im Norden Afghanistans, die immer wieder stark umkämpft wird. Die Situation ist schwierig – nach der Machtübernahme der Taliban verlieren viele Männer ihre Arbeit. Frauen dürfen gar nicht arbeiten und irgendwann kaum noch das Haus verlassen. „In dieser Geschichte gibt es viel Traurigkeit", erklärt Shamila, wichtiger für sie ist jedoch, wie ihr Leben jetzt aussieht.

2015 flieht sie mit ihrem Mann und ihrem Schwager nach Deutschland. Dafür brauchen sie einen ganzen Monat, gehen weite Strecken zu Fuß, fahren mit dem Bus, dem Zug und einem Schiff. Die ersten Wochen verbringen sie in einer Erstaufnahmeeinrichtung in Hamm, bevor sie nach Bielefeld ins Quartier Zedernstraße ziehen. Hier müssen sie sich eine Wohnung mit einer anderen Familie teilen.

Shamila fühlt sich in Deutschland frei. Frauen können einen Führerschein machen, zur Schule gehen und arbeiten – das ist in Afghanistan nicht möglich. „Jetzt ist es sogar noch schlimmer für Frauen geworden", sagt sie traurig. Am Anfang denkt sie, dass sie es nicht schafft, in Deutschland zu bleiben, alles ist hier so anders und auch die Sprache ist eine große Herausforderung. Gemeinsam mit ihrem Mann schaut sie sich YouTube-Videos an, um Deutsch zu lernen, bis sie einen Sprachkurs besuchen können. Als sie einen gelben Brief bekommen, hat sie Angst. „Man sagt, der ist gefährlich", erklärt sie, aber der Umschlag enthält ihre Aufenthaltserlaubnis. „Das war ein besonderer Tag."

Zwei Monate leben sie in Deutschland, dann wird Shamila schwanger. Es ist schwierig, sich mit den Ärzten zu verständigen - nur einmal kann sie ein Dolmetscher begleiten. Bei einem Sprachtreff im Quartier lernt sie weiter, bis ihr Kind geboren wird. Als ihre Tochter in die Kita geht, nimmt Shamila an einem B1-Sprachkurs teil und schließt ihn im ersten Versuch erfolgreich ab. Gemeinsam mit ihrem Mann entscheidet sie, dass nun ein guter Zeitpunkt sei, ein zweites Kind zu bekommen. Schon immer hat sie von zwei Kindern geträumt und kann sich jetzt besser verständigen, also sind die Arztbesuche nicht mehr so schwierig.

Eine Zeit lang kümmert sie sich um die beiden Kinder und den Haushalt, während ihr Mann arbeiten geht. Aber Shamila hat andere Ziele. „Eine fertige Ausbildung und die Einbürgerung - das sind meine großen Wünsche. Wenn die Ausbildung und die Einbürgerung durch sind, dann kann ich ruhig leben." Sechs Monate dauert es, bis Shamilas Schulabschluss aus Afghanistan anerkannt wird, ein ganzes Jahr, bis sie alle Dokumente hat und einen Praktikumsplatz findet, um die praxisintegrierte Ausbildung zur Kinderpflegerin zu beginnen. „Deutschland ist ein Land, das viele Möglichkeiten bietet." In der Schule ist es nicht immer leicht. Schreiben bereitet ihr dabei die größten Schwierigkeiten. Aber die praktische Arbeit macht ihr viel Freude und gibt ihr Kraft.

„Ich bin sehr glücklich, denn wenn ich einen Tag traurig bin, tut mein Herz weh", erzählt sie. Ihre Tochter geht gerne in die Schule, besucht die vierte Klasse, und auch ihr Sohn wird in diesem Jahr eingeschult. Auch ihr Mann hat ein B1-Zertifikat und arbeitet als LKW-Fahrer. Er fängt morgens früh an, damit er mittags zu Hause ist und sich um die Kinder kümmern kann - Shamila ist da noch in der Berufsschule oder bei der Arbeit.

Auch im Quartier erfährt ihre Familie viel Unterstützung. Im Café Sonnenlicht, einem Angebot der evangelischen Kirchengemeinde Ummeln, lernt sie schon 2016 ein älteres Ehepaar kennen, mit dem Shamila und ihr Mann bis heute befreundet sind. „Meine Tochter nennt sie Oma und Opa", erzählt sie.

Manchmal gibt es auch heute noch Schwierigkeiten, aber Shamila motiviert sich selbst und sagt sich „Ich kann das und ich schaffe das." Denn wenn man es versucht, kann man es auch schaffen. „Eigentlich bin ich immer stark", sagt sie und lacht.

„Jede Frau kann es, wenn sie etwas machen will, schafft sie das. Wir sind stark!"

Impressum

Herausgeber

Kreisverband Bielefeld e.V.

AWO Kreisverband Bielefeld e.V.
Mercatorstr. 10
33602 Bielefeld

V.i.S.d.P. / Kirsten Hopster
AWO Kreisverband Bielefeld e.V.
Quartier Zedernstraße
Erlenstr. 5
33649 Bielefeld

Ansprechpartnerinnen:
Katharina Benter
0521 32840425
k.benter@awo-bielefeld.de

Joelina Kirste
0173 4687861
j.kirste@awo-bielefeld.de

Texte: Tamara Thiel

Fotos: Susanne Freitag
Alle Fotos bis auf nachfolgende:
Seite 1: AWO Kreisverband Bielefeld e.V.
Seite 3: Sarah Jonek

Design: Bärbel Helms

Weitere Mitwirkende:
Lea Berenbrinker
Maria Mathilde Meier

Gefördert durch:

Stadt Bielefeld
Dezernat
Soziales und Integration

Herausgeber

AWO Kreisverband
Bielefeld e.V.

AWO Kreisverband Bielefeld e.V.
Mercatorstr. 10
33602 Bielefeld

V.i.S.d.P. / Kirsten Hopster
AWO Kreisverband Bielefeld e.V.
Quartier Zedernstraße
Erlenstr. 5
33649 Bielefeld

Stand: 08-2025