

## Liebe Vereinsmitglieder,

als meine Tochter noch klein war, fragte ich sie abends beim Zubettbringen regelmäßig nach den drei besten Dingen, die den Tag über geschehen waren. Egal, wie mies der Tag gewesen sein mochte, drei beste Dinge gab es immer. Ich wollte, dass mein Kind lernt, nicht nur die schlimmen Aspekte des Lebens zu sehen. Daran erinnerte ich mich heute, denn ich wurde gefragt: „Was waren die fünf Highlights deines Jahres?“ Und es ist richtig: egal wie sehr uns das Jahr 2020 traurig gemacht und erschöpft hat: fünf Highlights lassen sich finden:

Ein Spaziergang mit lautem Vogelgezwitscher im Frühjahr, als die Flugzeuge am Boden blieben. Ein Spielenachmittag mit den Kindern, weil alle plötzlich Zeit hatten. Der Telefonanruf eines Freundes, von dem man lange nichts gehört hatte. Die Abiturfeier, die trotz aller Einschränkungen ein voller Erfolg war. Die Geburtstagsfeier per Videochat als das Geburtstagskind dachte, dies werde ein trauriger Tag. Das Bad in diesem wunderschönen See, als im Sommer das Reisen möglich war. Kleine Dinge, die uns zu anderen Zeiten vielleicht gar nicht groß aufgefallen wären und die uns geholfen haben, durchzuhalten.

In diesem Newsletter berichten wir euch, was sich bei uns in den letzten Monaten des Jahres getan hat.

## Ausstellung auf Tour

Dazu gehört unsere Foto-Ausstellung „Das Problem sind die Sonntage“, die aus der Not heraus als Zeitung erschienen ist, die man überall aufhängen kann: <https://www.das-problem-sind-die-sonntage.de/>

Der Fotograf Jann Höfer ist Absolvent der FH Dortmund. In Zusammenarbeit mit der École Nationale Supérieure de la Photographie Arles macht die Hochschule unsere Ausstellung jetzt auch virtuell erlebbar. Nachstehend der Link zu einem Beitrag beim Radiosender WDR 5:

<https://www1.wdr.de/mediathek/audio/wdr5/wdr5-scala-netzkultur/audio-virtuelle-photoausstellung---revue--100.html>

Auch der Berliner Tagesspiegel will der Ausstellung noch vor Weihnachten einen Beitrag widmen.

## INHALT

Ausstellung auf Tour  
Selbsthilfegruppe im Videochat  
Zu guter Letzt



Ausstellung "Das Problem sind die Sonntage" in der Dürener Annakirche.  
Foto: Susanne Hempel.

Im November wurden die Bilder in der Dürener Annakirche präsentiert. Außerdem hat eine der Protagonistinnen eine Ausstellung in einer Kirche in Pulheim-Brauweiler organisiert.

Für 2021 planen wir Ausstellungen an unterschiedlichen Orten in ganz Deutschland, u.a. in Hannover, Köln, Bremen, Freiburg und Radebeul/ Dresden. Wir werden berichten! Falls ihr die Ausstellung zu euch nach Hause holen wollt, meldet euch bitte bei uns. Wir unterstützen eure Vorhaben gerne: [vorstand@verein-verwitwet.de](mailto:vorstand@verein-verwitwet.de)

## Zu guter Letzt

Dieses Gedicht von Marie Luise Kaschnitz drückt die Hoffnung und Zuversicht auf bessere Zeiten wunderbar aus.

Angenehme Vorstellung von Dingen,  
die noch nicht da sind, aber sein werden,  
zum Beispiel im März,  
wenn wieder mal keine einzige Knospe zu sehen ist,  
während doch am Abend der Amselsturm sich erhebt.  
Blüten aus Terzen, Blätter aus Quinten,  
Sonne aus Trillern,  
ganze Landschaften aus Tönen aufgebaut.  
Frühlingslandschaften,  
rosa-weiße Apfelbäume vor blauen Gewitterwolken,  
Sumpfdotterbäche talabwärts,  
rötlicher Schleier über den Buchenwäldern,  
Sonne auf den Lidern,  
Sonne auf der ausgestreckten Hand.  
Lauter Erfreuliches,  
was doch auch in anderer Beziehung,  
zum Beispiel in der Beziehung der Menschen  
zueinander,  
eintreten könnte.  
Freude, Erkennen.  
Amselsturm hinter den Regenschleiern,  
und wer sagt,  
dass in dem undurchsichtigen Sack Zukunft  
nicht auch ein Entzücken steckt?

Marie Luise Kaschnitz

(Aus: ach! Das kleine Buch vom großen Staunen, Verlag Andere Zeiten e.V., Hamburg, 2007)

In diesem Sinne wünschen wir euch ein friedliches, zuversichtlich stimmendes Weihnachtsfest und ein gesundes Neues Jahr!

Eure VIDUs

*Sabine, Evelyn, Adolf & Ellen*

[vorstand@verein-verwitwet.de](mailto:vorstand@verein-verwitwet.de)



Christrosen blühen im Winter. Foto: Hans Adolf Kraft.

## Selbsthilfegruppe im Videochat

Es klingt so, als würde es sich ausschließen: Selbsthilfe und digitales Treffen. So eine Gruppe lebt schließlich davon, dass man gemeinsam einen Kaffee trinkt, sich in den Arm nimmt, sich Taschentücher reicht – einfach zusammen ist. Dieses Gemeinschaftserlebnis lässt sich per Videochat nicht oder nur schwer herstellen. Deswegen ist er kein Ersatz für ein „richtiges“ Treffen.

Aber ein digitales Gespräch ist besser als gar kein Gespräch. Der Vorteil ist, dass wir keinen Anfahrtsweg haben. Dadurch wird die Teilnahme auch Menschen ermöglicht, die sonst nicht zu uns kommen könnten. Zum Beispiel, weil sie nicht Auto fahren möchten, weil sie zu weit weg wohnen oder eben Corona bedingt. Wir bleiben zu Hause und wählen uns mittels eines vorher per Mail verschickten Links in das Gespräch ein. Und dann erzählen wir uns gegenseitig, wie es uns seit dem letzten Treffen ergangen ist, worüber wir uns geärgert und gefreut haben, wie sich die Trauer anfühlt und wie wir mit dem Leben zurzeit zurechtkommen. Zuspruch und Zuversicht schenken: das funktioniert auch per Internet.

Trotzdem hoffen wir natürlich, dass sich die Gruppen im nächsten Jahr, vielleicht ab dem Frühjahr, wieder im realen Leben treffen können!