

Випуск No 6, Грудень 2023 року

український переклад

Стисло - Огляд змісту

(номери сторінок відносяться до німецького друкованого видання)

► **steps онлайн:**

Ви можете знайти цей випуск та короткий зміст англійською, арабською та українською мовами на нашому сайті: steps-fhi-ev.de

Сторінка 1 – 3



- жертвам неймовірно жорстоких нападів і масових вбивств цивільних осіб з боку ХАМАС в Ізраїлі, а також усім невинним чоловікам, жінкам і дітям з обох сторін, які були вбиті або поранені в ході подальших бойових дій,
- багатьом іншим жертвам російської агресивної війни проти України та її відважним захисникам
- жертвам всіх триваючих воєн в Ємені, на півночі Сирії, на півночі Іраку та в Африці
- жертвам землетрусів у Лівії, Марокко та Афганістані та
- всім жертвам голоду, спричиненого посухою, спекою та зміною клімату.

Наші думки з ними та їхніми сім'ями.

Головна тема: Україна:

- Вероніка Алістратова розповідає про повсякденне життя в Києві під час війни.
- З великою мужністю, солідарністю і готовністю допомагати один одному люди в Україні кидають виклик жахам війни.
- Всюди в місті ремонтують пошкодження, завдані війною, і відбудовують зруйновані будівлі.
- Разом з друзями Вероніка танцює в громадських місцях. Відеозаписи цих танцювальних колективів поширюються в соціальних мережах і присвячуються солдатам на фронті.

Як звикнути до жаху?

Повсякденне життя під час війни - ситуаційний репортаж з Києва

Вероніці 21 рік, вона живе в Києві. Після російського вторгнення в Україну вона разом з матір'ю знайшла притулок в Ідштайні в березні 2022 року. Незважаючи на постійні російські ракетні обстріли, вона повернулася на батьківщину після того, як росіяни пішли з Київської області, щоб продовжити навчання.

Вона дуже вражає описує нам, що означає жити нормальним життям під час війни і як мужньо, впевнено і солідарно люди в Україні справляються з постійною загрозою - також мотивуючи себе та інших танцями.

1. Моє життя в цей період року більш-менш спокійне. Звісно, буває важко. Іноді через звуки, які чуєш ночами, іноді просто тому, що життя не легке (ну, це все жарти). Я багато танцювала і працювала останнім часом, а скоро ще й почнеться навчання, тому повсякденне життя набуло нових барв.
2. У Києві ми всі страждаємо від одного обмеження - це комендантська година. Але її скоротили до мінімуму, і тепер на вулицю не можна виходити тільки з 00:00 до 05:00. Раніше в цей час я могла спокійно гуляти по вулиці або сходити в магазин, зараз же доводиться бути вдома.
3. Наразі електрику не відключають взагалі, тому що оборона Києва вийшла на новий рівень. Можливо, атаки по інфраструктурі повернуться восени, але нікому від цього вже не страшно.
4. Постачання хороше! У нас багато імпортних товарів, та й своїх вистачає. Хоча, звичайно, ціни піднялися дуже сильно. Але що поробиш)
5. Напевно, я потребую тільки підтримки близьких. Мені важливо бути з кимось поруч, тому що наодинці буває дуже складно. Ну і, звісно, я потребую Миру, тому що навіть перебуваючи в інших країнах, відчуття війни від мене нікуди не йде.
6. Коли як. Буває, може бути і 7 разів на день, а буває так, що сирен немає цілий тиждень. Все залежить від того, що відбувається в морі або на аеродромах іншої країни.
7. Мене рятує те, що я не сама. А ще думки про те, що це не назавжди, бо рано чи пізно ми переможемо і більше ніколи не відчемо цього страху. Так само я завжди намагаюся йти до підвалу чи метро - там я почувуюся майже в цілковитій безпеці. Щодо "звикання до жаху" - тут все суто індивідуально. Хтось не боїться зовсім, а хтось не зможе заснути, поки тривога не закінчиться. Ти більше звикаєш до звуків, які чуєш, і з часом можеш зрозуміти, що відбувається в небі, перебуваючи під землею. І це дуже допомагає. Я б навіть сказала, що страх виникає до того, як ти щось почувеш, а після приходить спокій. Тож лякає тільки очікування.
8. Я завжди намагаюся піти в безпечне місце, тому що спати зі страхом не вийде.
9. Діти живуть добре, тому що більшість батьків намагаються щонайменше психологічно вберегти їх від того, що відбувається в країні. Вони знають, що на вулиці війна, але продовжують жити з посмішкою на обличчі. Я б навіть сказала, що вони набагато хоробріші за більшість дорослих у Києві.
10. Люди допомагають один одному практично з усім. Природно, не всі стали добрішими, тому що люди є люди. Але ми всі разом допомагаємо нашим військовим, збираємо їжу в магазинах в окремі кошики і робимо donation. Під час тривоги і вибухів більшість заспокоює один одного, діляться водою тощо.
11. Зараз я танцюю і готуюся до навчання. Напевно, це єдині мої проєкти на даний момент.

Останнє, щоб я хотіла сказати - це маленьке прохання.

Будь ласка, не забувайте про нас. Не забувайте про те, що в центрі Європи йде кривава війна, про те, що ми захищаємо не тільки себе, а й інші країни. Тому що ніхто не знає, за ким наступного разу прийде "руський мир". Насолоджуйтеся життям і радійте кожному дню будь-що-будь!



Протистояти терору війни танцем: Вероніка та її колеги танцюють у громадських місцях Києва. Ці відео також присвячені солдатам, які воюють на передовій. (Скріншот з YouTube: [KPOP IN PUBLIC UKRAINE] P1Harmony 'JUMP' | dance cover by Girls On Top)

Звіт:**Сирія – Страждання переміщених осіб**

- ▶ Більше половини населення Сирії стали біженцями. Близько 12 мільйонів людей в Сирії потребують гуманітарної допомоги.

Заява та звернення з нагоди війни в Газі

Ми, редакція журналу "Кроки" та правління FHI e.V., з тривогою та огидою спостерігаємо, як нелюдськість, дезінформація та ненависть поширюються у світі, а також у нашій країні. Маніпульовані та фальшиві "наративи" і думки починають глибоко проникати в християнську, єврейську та мусульманську свідомість, живучи власним життям у вигляді міфів і консолідуючись зсередини.

Формуються табори, в яких вже неможливо мислити і говорити диференційовано і які непримиренно протистоять один одному. Всі ці події є вкрай небезпечними для нашої демократії і вкрай небезпечними для нашої здатності встановлювати або підтримувати мир і свободу.

Настав час зайняти чітку і рішучу позицію.

- ▶ ХАМАС - не палестинський народ - підступно напав на Ізраїль 7 жовтня 2023 року, на єврейське свято Сімхат Тора, радісне свято Тори, в рамках спланованої операції "Потоп Аль-Акса" і вбив, замордував, знущався і викрав тисячі людей. Кадри різанини в кібуці Кфар-Аза приховуються в ісламських ЗМІ.
 - ▶ Це не має нічого спільного з боротьбою за свободу. ХАМАС - це чистої води терористична організація. Вона експлуатує релігійні почуття мусульман, щоб фанатизувати і об'єднати їх у глобальний рух за допомогою релігійної індоктринації через соціальні мережі. Їхньою "релігійною метою" є знищення Ізраїлю. Кожен повинен це усвідомлювати.
 - ▶ Ми бачимо, що іскра вже давно перекинулася на Німеччину і що необхідно унеможливити висловлення мусульманами, що живуть тут, в тому числі і палестинцями, думки, яка відрізняється від думки маніпуляторів думкою, що живуть тут.
 - ▶ Ми закликаємо всіх мусульман, що живуть тут, та ісламські громади чітко дистанціюватися від цього терористичного руху. Замало не буває! Зараз немає місця для половинчастості. Вони повинні показати нам усім, що вони стоять на ґрунті нашого Основного Закону, інтегруються тут і визнають право Ізраїлю на існування.
 - ▶ Ми також закликаємо політиків нашої країни і наших місцевих політиків не обмежуватися проізраїльськими словами, а активно працювати над тим, щоб усі сторони дотримувалися прав людини, щоб жоден ізраїльтянин не був у небезпеці від терористів, щоб цивільне населення Ізраїлю було захищене, а палестинському населенню було надано місце для життя. Незаконна поселенська політика Ізраїлю повинна бути вирішена політичним шляхом. Навіть якщо Ізраїль повинен вирішити цю проблему самостійно, ми відчуваємо себе зобов'язаними самі прояснити такі критичні питання.
 - ▶ Не можна миритися з обмеженням незалежності судової влади та свободи слова. Тому що всім, хто живе тут, ясно, що ми маємо свободу, яку ми повинні захищати, що дозволяє нам боротися з політичними невдачами і небажаним розвитком подій, вільно сповідувати нашу релігію і вимагати справедливості. Біженці та мігранти також повинні це поважати. Нікому не дозволено поширювати гасла на користь релігійної нетерпимості та шаріату на німецькій землі.
 - ▶ Ми зобов'язані перед нашою історією та біженцями і шукачами притулку, які живуть тут, рішуче відстоювати це і наші єврейські співгромадяни повинні мати можливість жити з нами в безпеці.
- Ми, як Flüchtlingshilfe in Idstein (FHI e.V.), допомагаємо з інтеграцією біженців, шукачів притулку та мігрантів - з чіткою межею: там, де поширюються ідеї, що протидіють інтеграції та загрожують нашому миру і свободі, а також там, де плануються і здійснюються фанатичні дії, наша добра воля і будь-яка готовність допомагати припиняються.

Волонтерська діяльність

Ідштейн Блайт Бунт (IBB) закликає до дискусії:

- ▶ Формування демократії в розмаїтті та майбутнє в згуртованості: Ми всі покликані до цього.

Суспільство: Коментарі та думки

Що ми можемо зробити зі зростаючою поляризацією нашого суспільства?

- ▶ У Німеччині, як і в багатьох інших країнах, суспільство стає все більш поляризованим.
- ▶ Імміграція, енергетична криза, інфляція та страх перед війною є серйозними викликами для громадян і політиків.
- ▶ Дедалі більше людей у розпачі звертаються до популістських партій. Посилення розколу суспільства є зростаючою загрозою для демократії в Європі, в тому числі і в Німеччині.
- ▶ Ми повинні знову навчитися розмовляти один з одним - навіть якщо ми не згодні.

Німеччина та її розгнівані громадяни

- ▶ Факти, пропозиції та коментар на тему, яка стосується всіх нас.

Культура та культурні відмінності

- ▶ Барвистий термін "культура" охоплює все, що ми засвоїли протягом життя і що допомагає нам орієнтуватися у світі та почуватися в ньому комфортно. Однак зазвичай ми маємо на увазі лише певні її аспекти. Тут ми розглядаємо її під особливим кутом зору. Кожна людина, якою б унікальною вона не була, з дитинства зазнає формуючого впливу культури своїх батьків і свого народу.
- ▶ Культурні впливи Сходу і Заходу, Півночі і Півдня іноді суттєво відрізняються. Люди, які торгують один з одним, описують це здавна. Зараз це все частіше стає темою досліджень.
- ▶ Культурні відмінності, які ми бачимо в наших мігрантах, стосуються їхнього способу святкувати свята, їхньої музики та ритуалів. Це те, що ми бачимо на поверхні. Набагато глибше ці відмінності впливають на їхнє відчуття спільності. Це один із ключів до розуміння деяких незрозумілих речей у їхній мові та поведінці. Йдеться не лише про те, що вони не звикли до якихось речей тут, наприклад, до роздільного збирання сміття. Ми повинні знати більше про глибоко вкорінені культурні відмінності, якщо хочемо допомогти їм краще інтегруватися.
- ▶ Ми не повинні допустити, щоб наші мігранти були культурно вирвані з корінням, оскільки це означало б втрату їхньої внутрішньої орієнтації. Ми не можемо відразу заповнити цю прогалину нашою культурою. Наш індивідуалістичний спосіб життя не завжди зрозумілий для них.
- ▶ Але запитаймо себе: чи можемо ми зробити частини нашої культури привабливими для тих, хто залишиться з нами в довгостроковій перспективі? Наприклад, нашу концепцію рівності та справедливості? Давайте докладемо особливих зусиль для дітей.

Історія

- ▶ **Культура в Ідштайні - міська культура:**
Історія, культура та освіта у "місті шкіл"

Культура

- ▶ **Афганістан:**
Афганка розповідає про культуру своєї країни.

Поради для читання

► Прочитайте:

Помічник біженців розповідає короткі історії про "біженців, культури, ідентичності та інші невідповідності".

Робота та навчання

- Афганська жінка та її доньки у пошуках освіти...
- ...на добровільні курси німецької мови терміново потрібні викладачі.

Німецька мова

Німецька мова, складна мова... або квадратний будинок з круглими кутами, як каже сирійський письменник Самер Таммус. Іноземці, які вивчають німецьку мову, стикаються з багатьма труднощами.

- З великої чи з малої літери?
- The, the або that - який артикль правильний? І остання неприємність: відмінювання за родами.
- Дієслова з префіксом можуть бути справжнім кошмаром!
- Кома: маленька хитрість з великим значенням.

Новини та події

- Фестиваль полуниці в Ідштайні також у 2024 році
- Завжди багато відвідувачів, а також виробнича практика для студентів Песталоцці Універмаги FHI'
- Нова жіноча спортивна група TVI
- День відкритих дверей в Консультативній раді для іноземців
- Сад FHI
- Українська культурна спадщина: Петриківський розпис
- Декілька порад щодо ввічливості



Петриківський розпис – Нематеріальна культурна спадщина України

(hrb) Марія Бабенко - викладачка мистецтва та майстриня українського петриківського розпису. Вона з ентузіазмом і відданістю навчає цій техніці своїх учнів. Одна з них - Валентина Мельничук, яка сама є вчителькою йоги. Таким чином, українська громада живе завдяки власній ініціативі та самоорганізації у найрізноманітніші способи - і таким чином підтримує гарний настрій один одного. Ми раді, що можемо надати для цього кімнату в конференц-центрі FHI.

Петриківський розпис - це вид народного малярства, що зародився в селі Петриківка (Дніпропетровська область). Його практикують там уже понад 3 століття. Символи, що використовуються, мають особливе значення. У сучасному розумінні стиль сформувався наприкінці 19 століття. З 2013 року включений ЮНЕСКО до списку нематеріальної культурної спадщини людства. Орнаменти з декорованим різнокольоровим пір'ям, квітами, листям і бантами можна зустріти на фресках, тканинах, музичних інструментах, іграшках... Вони просто естетичні і красиві для споглядання.

На фото: Марія Бабенко (вчителька малювання) зі своєю "ученицею" Валентиною Мельничук (вчителька йоги) під час заняття з петриківського розпису у приміщенні ФХІ.



Поради щодо фільмів

Два фільми на тему біженців:

- ▶ **"The Game - Гра між життям і смертю"** - документальний фільм про спробу біженців потрапити до ЄС через кордон між Боснією і Герцеговиною та Хорватією. Фільм можна переглянути на YouTube.
- ▶ **Катерина Шумейко з Вьорсдорфа представляє у своєму фільмі прихильність і солідарність нашого суспільства у підтримці українських та інших біженців у нашому регіоні.**
На замітку: Прем'єра ще не названого фільму відбудеться 24 лютого 2024 року в Штадтхалле Ідштайн.

Сильні разом - кіноподорож крізь час та емоції

Документальний фільм про солідарність та відданість у регіоні Ідштайн після війни в Україні

Катерина Шумейко

24 лютого 2024 року в Штадтхалле Ідштайн відбудеться прем'єра унікального документального фільму. Знятий командою у складі Клауса та Олени Альбрехт, Анастасії Малишкіної, Ірини Вітер та мене, фільм фіксує час, емоції та відданість громадян Ідштайну з моменту початку війни в Україні. Я хотіла зафіксувати наш досвід і глибокі спогади. Останні кілька місяців з початку війни були неймовірно важкими, але водночас дуже особливими і збагачуючими.

Ідея фільму пов'язана з вільною думкою громадської ініціативи "Idstein HILFT Україна". Ця ініціатива об'єднує людей з регіону, які збираються разом, щоб підтримати інших у важкі часи. Документальний фільм має на меті поширити цю ідею та показати, як громада регіону Ідштайн прагне до солідарності. За останні кілька місяців численні ініціативи, об'єднання та небайдужі громадяни долучилися до допомоги біженцям і тим, хто її потребує. Серед них члени FHI e.V., члени "Idstein HILFT Ukraine", українські біженці, телебачення Ідштайну та члени німецько-українського об'єднання "Таунусштайн". Це має бути особливо відображено у фільмі.

Знімальна група провела 17 інтерв'ю з біженцями та волонтерами, щоб записати їхні історії та досвід. Записаний матеріал становить близько 5 годин, але у фільмі використано лише найважливіші уривки.

Ми всі працювали на волонтерських засадах. Обладнання нам безкоштовно надала вісбаденська студія "SonntagsFotos". Крім того, власники студії Олена та Клаус Альбрехти супроводжували нас як оператори протягом усіх п'яти днів зйомок.

Поки що безіменна документальна стрічка - це не довгий фільм, але потужне свідчення солідарності та співчуття. Він розповідає про людяність, яка розквітає у важкі часи, і показує, як відданість і співпраця можуть змінити життя людей. Прем'єра фільму 24 лютого, безсумнівно, стане зворушливим і надихаючим моментом для всіх причетних і тих, хто цікавиться питаннями відданості та солідарності. Фільм має на меті заохотити глядачів замислитися над власними можливостями та діяти заради кращого майбутнього. Це потужне зображення історії та відданості громадян землі Ідштайнер. Це нагадування про те, що кожен з нас може змінити світ на краще та допомогти іншим, а також данина солідарності громади та заклик до дії. Прем'єра фільму, безсумнівно, стане подією, яка торкнеться людей і змусить їх замислитися. Своєю роботою ми хочемо підкреслити силу людяності та колективних дій і таким чином звернутися не до окремих цільових груп, а до всієї громадськості.

Чи зробимо ми документальний фільм доступним широкому загалу, коли і як, вирішимо після прем'єри.

Знімальна група (зліва направо): Анастасія Малишкіна, Ірина Вітер, Катерина Шумейко, Клаус Альбрехт; Олена Альбрехт відсутня на знімку.
© Фото: Катерина Шумейко

Знімальна група за роботою (фото нижче): Інтерв'ю з Акселем Бурішем в інтеграційному саду FHI. © Фото: sbo



Гумору:

Super-DAU, РЕВКАС, чат-боти та інші особливості

- ▶ Цього разу ми подивилися на світ цифрової комунікації та періодичні прикросці з необхідними пристроями.

Здоров'я:

Ожиріння, діабет та ішемічна хвороба серця - епідемія

- ▶ Фаст-фуд, висококалорійні напої та солодощі є причинами ожиріння, метаболічних захворювань та їх наслідків.
- ▶ Наука про харчування говорить: харчуйтеся свідомо, помірковано і розумно!
- ▶ Їжа з низьким вмістом цукру, солі та клітковини, з великою кількістю фруктів та овочів, бажано з невеликою кількістю м'яса або взагалі без нього!
- ▶ Разом з великою кількістю фізичної активності - це ключ до успіху.

Кулінарні рецепти

Турецька кухня: Імам Байилді – смачна страв з баклажанів

- ▶ Кажуть, що один імам знепритомнів від захвату, коли скуштував цю страву. Правда це чи ні - невідомо, але точно відомо, що вона дуже смачна - з фаршем чи без нього!

Загадка

- ▶ **Все тече – кросворд** про річки Німеччини та світу.
- ▶ **Для любителів логіки:** дві складні математичні головоломки

Imprint

steps

Multicultural magazine for neighbourly togetherness
for immigrants and all of us in Idsteiner Land and the surrounding area

V.i.S.d.P. and publisher:

Executive Board of Flüchtlings- und Integrationshilfe Idstein e.V. (FHI e.V.),
VR 6984 (AG Wiesbaden), tax number 004 250 58267

Ferdinand-Abt-Str. 1, 65510 Idstein, represented by Monika Wolff.

www.fluechtlingshilfe-idstein-ev.de, e-mail: fluechtlingshilfeidstein@gmx.de

Editorial & design: Editorial & Layout: Ahmad Aldahik (aa), Steffi Bobrowski (sbo), Hans-Peter Buscher (hpb), Hans-Peter Röther (hpro)
E-mail: redaktion@steps-fhi-ev.de, Website: steps-fhi-ev.de

Photos: All pictures not marked separately with source reference © steps

Illustrations: Steffi Bobrowski

Printing: VRM Service GmbH & Co. KG, Erich-Dombrowski-Str. 2, 55127 Mainz, Germany

Circulation: 6,540 copies

