

## HOFFNUNG GEBEN



Fußballprofi Thomas Müller hilft Martina Münch-Nicolaidis (der Frau in Weiß) dabei, Halb- und Vollwaisen wieder zum Lachen zu bringen

# Zurück zur Lebensfreude

Wenn bei Kindern ein Elternteil stirbt oder bei jungen Erwachsenen der Partner, ist die Trauer meist uferlos. Was einen dann rettet, wissen die Mitarbeiter der „Nicolaidis YoungWings Stiftung“, die einen WEG AUS DER SCHWERE zeigen

TEXT ANDREA HACKE

**W**ie kann man das überleben?“, fragte sich Martina Münch-

Nicolaidis, als sie mit 29 Jahren und einem sechs Wochen alten Baby erfuhr, dass ihr Mann bei einem Autounfall tödlich verunglückt war. Gefühlte stand sie nun allein da, auch ihre Eltern waren gerade erst verstorben. Die Schicksalsschläge lähmten sie, als hätte jemand einen riesigen Lehmberg auf sie geschüttet. Damals, 1999, sehnte sie sich nach einem Gespräch mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben. Die hätte sie gern gefragt: „Wie bist du rausgekommen aus dem Tief?“ Aber dafür gab es weit und breit noch keine Anlaufstelle.

MÜNCH-NICOLAIDIS ÄNDERTE DAS: Sie gab ihre Softwarefirma auf, die sie gerade erst mit ihrem Mann aufzubauen begonnen hatte, und gründete in München den „Nicolaidis Hilfe e. V.“ – eine erste Selbsthilfegruppe für junge Trauernde. „Es fühlte sich plötzlich an wie eine Berufung“, sagt sie und hielt seitdem daran fest, auch wenn in den ersten Jahren das eigene Geld zeitweise kaum zum Leben reichte. Mittlerweile, rund 20 Jahre später, ist daraus die „Nicolaidis YoungWings Stiftung“ geworden. 21 feste und 83 ehrenamtliche Mitarbeiter sind von München aus deutschlandweit sowie im deutschsprachigen Ausland erreichbar für trauernde Kinder und Jugendliche bis 27 Jahren, die ein Elternteil verloren haben, sowie für junge Frauen und Männer bis 49, deren Partner verstorben ist. „In unserer Gesellschaft herrscht viel Unsicherheit im Umgang mit dem Tod“, sagt Martina Münch-Nicolaidis. „Es würde schon helfen, in so einer Situation zu sagen: ‚Ich weiß nicht, was ich gerade für dich tun kann, aber ich bin da.‘ Stattdessen erleben Trauernde oft ein großes Schweigen, was das Gefühl der Einsamkeit noch verstärkt.“

DABEI LEBEN ALLEIN in Deutschland ca. 800.000 Halb- oder Vollwaisen und etwa 500.000 Erwachsene in der jungen Altersgruppe, deren Lebenspartner gestorben ist.



Dreimal häufiger sind es Männer, die früh sterben. Die „Nicolaidis YoungWings Stiftung“ hilft, wenn alles verloren zu sein scheint. Dazu bringen sie die trauernden Menschen zum Beispiel in Kreativwerkstätten oder Trauerseminaren zusammen, bei Ausflügen und an gemeinsamen Wochenenden. Zusätzlich bieten die Mitarbeiter persönliche Gespräche an, vermitteln entfernt lebende Menschen zu Organisationen am Ort des Trauernden oder eine langfristige Telefonbegleitung mit einem festen Berater. Das Besondere ist, dass jeder, der die jungen Witwen oder Witwer begleitet, selbst mal von einem ähnlichen Schicksal betroffen war und somit das Tief kennt, in dem sich der Anrufer gerade befindet. Nach dem Motto: Wir waren da, wo du jetzt bist.

„WENN MAN JUNG ist, hat man noch so einen langen Weg vor sich“, erklärt Münch-Nicolaidis die besondere Situation dieser Trauernden. Es ist dramatisch, wenn plötzlich die geplante Zukunft verpufft wie im Fall von Julia aus Kiel, deren Freund eine Woche vor der Hochzeit bei einem Motorradunfall starb. Genauso schlimm ist es, wenn in einer Familie plötzlich der Ernährer wegfällt. Dann unterstützt die Stiftung auch finanziell, bis zum Beispiel eine Mutter einen Job gefunden hat. Oder sie kaufen den Waisen, was diese für die Schule und das Leben nötig brauchen. Im Jahr sind zum Erhalt der Stiftung, den Angeboten und der Überbrückungshilfe für Trauernde viele Tausende Euro nötig, die allein durch Spenden zusammenkommen müssen.

„FÜR KINDER GIBT es nichts Schlimmeres, als wenn ein Elternteil stirbt und das sichere Fundament der Familie plötzlich wegbricht“, sagt Münch-Nicolaidis. „Falls dann der Elternteil, der übrig bleibt, auch noch wackelig ist, wird es für Kinder sehr schwierig. Deshalb unterstützen wir den Erwachsenen langfristig und bieten den Kindern etwas an, um individuell mit ihrem Schicksal umzugehen.“ Vielen helfen kreative Angebote. Jugendliche suchen eher das Gespräch. Und allen tut es gut, auf

Gleichaltrige zu stoßen, die sich in derselben Lage befinden. Da klingt dann eine Erkenntnis der Kleinen zum Beispiel so: „Die sehen ja ganz normal aus. Ich dachte, das sieht man einem sofort an.“

SEIT 2011 SETZT sich Fußballprofi Thomas Müller als Botschafter für die Onlineberatungsstelle von „YoungWings“ ein. Er hat nicht nur geholfen, die Spendengelder in die Höhe zu treiben, sondern sorgt bei den Kindern auch für das kleine Glück zwischendurch, wenn sie mit ihm nur kurz ein Selfie machen dürfen.

DAS LEBENSWERK von Martina Münch-Nicolaidis ist in Bayern höchst anerkannt: Nach großen Katastrophen wie einem Tsunami an einem Urlaubsort oder einem Zugunglück melden sich die Behörden bei ihr zur langfristigen Betreuung der Angehörigen. Sie wurde sogar in den Senat der Wirtschaft berufen, wo sie sich unter anderem für die finanzielle Absicherung von Witwen einsetzt oder die richtige Weiterversorgung nach einer Katastrophe. Die erste Krisenintervention klappert meist gut, doch was kommt dann? „Da gibt es noch zu viele Lücken!“, so Münch-Nicolaidis.

ALS SIE SICH selbst damals im Ausnahmezustand befand, hätte sie sich ein Nest gewünscht, das einen auffängt. Im Mai 2020 wird das Wirklichkeit: Dann kommt es zur Grundsteinlegung des Sternenhauses am Nockherberg in München. Tagsüber können sich dort etwa 100 Menschen gleichzeitig aufhalten. Das Grundstück wurde der Stiftung von der Schörghuber Unternehmensgruppe zur Verfügung gestellt, durch das Engagement der Vorsitzenden Alexandra Schörghuber. Sie hat selbst ihren Mann früh verloren und blieb damals mit drei Kindern zurück. Die Stiftung lebt von Menschen wie ihr, die das Werk aus Überzeugung völlig uneigennützig unterstützen. Dazu zählen auch viele Trauernde, die der Stiftung nach einer Beratung oft ein Leben lang treu bleiben: Wer einmal Hilfe bekommen hat, als es ihm besonders schlecht ging, hat das Bedürfnis, etwas Gutes zurückzugeben. ◆



Helft zu helfen!  
Unterstützt die  
„Nicolaidis Young-  
Wings Stiftung“

#### DIE STIFTUNG

Seit rund 20 Jahren gibt es die Stiftung in München, die sich auf die Hilfe für trauernde Kinder und Jugendliche bis 27 Jahren oder Witwen und Witwer bis 49 Jahren spezialisiert hat. Das nächste Großprojekt ist ein 1000-Quadratmeter-Haus für Trauernde – für Seminare, Gespräche mit Fachkräften und Treffen von Menschen mit einem ähnlichen Schicksal. Der Bau kostet ca. 5,5 Millionen Euro.  
➤ [nicolaidis-youngwings.de](http://nicolaidis-youngwings.de)

#### WO KANN MAN SPENDEN?

Geldspenden gehen auf das folgende Konto bei der Stadtparkasse München  
**Kontoinhaber** Nicolaidis  
YoungWings Stiftung  
**IBAN** DE26 7015 0000 0000 5009 00



Noch ist es nur eine Zeichnung: Das geplante Sternnhaus mit großem Dachgarten ist das neueste Projekt von Martina Münch-Nicolaidis