

Stiftung aktuell

Magazin der Deutsche Bahn Stiftung | Sommer 2018

Im Deutschland der zwei Bahnen

Neue Dauerausstellung
im DB Museum Nürnberg

Einfach vorlesen!

Leseinitiative für Kinder
von drei bis elf

Deutschland-Barometer Depression

Noch immer viele Mythen
über die Krankheit

Sprachbarrieren überwinden

Video-Dolmetschen in sechs
Bahnhofsmissionen gestartet

Off Road Kids

5.000 Straßenkinder vor
Obdachlosigkeit gerettet



WIR HELFEN MENSCHEN IN NOT
UND ENGAGIEREN UNS FÜR
MEHR CHANCENGERECHTIGKEIT.

Die Streetworker der
Off Road Kids Stiftung können
stolz auf ihre Arbeit sein:
Bereits 5.000 jungen
Menschen wurde erfolgreich
von der Straße geholfen.



Interview

Fragen an Martin Seiler

Seit Jahresbeginn Vorstand Personal und Recht der Deutsche Bahn AG und seit April im Beirat der Deutsche Bahn Stiftung

Herr Seiler, wir begrüßen Sie als neuen Stiftungsbeirat. Wie sind Ihre ersten Eindrücke von der Deutsche Bahn Stiftung?

Sehr gut. Ich durfte ein engagiertes Team kennenlernen, das für die Arbeit brennt. Auch den Ansatz der Stiftung, die Eisenbahngeschichte mit Weichenstellungen für die Zukunft zu verbinden, finde ich äußerst gelungen: Das DB Museum mit dem spannenden Blick auf fast 200 Jahre Eisenbahn und Eisenbahnerberufe gepaart mit der Maxime, sich für die Integration von Menschen am Rande der Gesellschaft einzusetzen und ehrenamtliches Engagement zu fördern – beides unterstütze ich aus voller Überzeugung.

Sie kennen auch andere große Unternehmen und Konzerne. Wie sehen Sie die Rolle von Unternehmensstiftungen?

Bürgerschaftliches Engagement ist ein wertvoller Eckpfeiler unserer Gesellschaft. Auch für Unternehmen ist es wichtiger denn je, soziale Verantwortung zu zeigen und gesellschaftliches Handeln zu unterstützen. Die Deutsche Bahn mit weltweit über 320.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern verfügt hier über eine enorme Gestaltungskraft. Das gemeinnützige Engagement eines Konzerns dann unter dem Dach einer Stiftung zu bündeln, ist nur folgerichtig.

Auf was freuen Sie sich bei der Stiftung besonders?

Ich möchte mehr über die vielen beeindruckenden Projekte erfahren und freue mich auf die Zusammenarbeit mit den Menschen, die dahinterstehen. Und: Sobald es meine Zeit zulässt, möchte ich mir das DB Museum in Nürnberg anschauen.



Off Road Kids

Mit sofahopper.de wollen die Off Road Kids Stiftung und die Deutsche Bahn Stiftung Kinder und Jugendliche zukünftig noch früher erreichen und verhindern, dass aus Sofahoppern obdachlose Straßenkinder werden. Mehr dazu in einer der nächsten Ausgaben.

Off Road Kids Stiftung

5.000. Straßenkind vor Obdachlosigkeit gerettet

Über 2.000 Jugendliche landen jedes Jahr auf der Straße. Häufig fliehen sie vor Vernachlässigung, Misshandlung und Missbrauch. Zusammen mit den Streetworkern der Off Road Kids Stiftung hat sich die Deutsche Bahn Stiftung das Ziel gesetzt, die Jugendlichen in die Gesellschaft zurückholen. Seit 1993 konnten sich inzwischen bundesweit 5.000 junge Menschen eine neue und dauerhaft tragfähige Zukunftsperspektive aufbauen.

Mitarbeiterprogramm geht in die nächste Runde

Ehrenamt? Ehrensache!

Deutsche Bahn Stiftung unterstützt DB-Kollegen in ihrem ehrenamtlichen Einsatz für andere.

Menschen in Krisensituationen beistehen, mit Kindern im Fußballverein trainieren und vieles mehr: Auch dieses Jahr sind wieder zahlreiche Bewerbungen zu tollen ehrenamtlichen Engagements der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bei EHRENSACHE eingegangen. Eine Jury entscheidet im September, welche Projekte unterstützt werden. Keine leichte Entscheidung bei den vielen beeindruckenden Bewerbungen. Erstmals stehen 115.000 Euro an Fördermitteln bereit.

Mehr unter: www.deutschebahnstiftung.de/ehrensache

Anna Bertram (DB Cargo, Hannover) hilft Flüchtlingen beim Deutsch lernen.



Berufene Helden

Praxisleitfaden für Lehrer erschienen

Das Schulprojekt BERUFENE HELDEN verbindet Engagement und Berufsorientierung. Der neu veröffentlichte Praxisleitfaden gibt Lehrern Informationen, praktische Beispiele und Tipps zur Umsetzung.

BERUFENE HELDEN unterstützt Jugendliche dabei, ihre eigenen Stärken zu entdecken und dazu passende berufliche Perspektiven zu entwickeln. Eingebettet in den Schulalltag entwickeln Schüler ein Projekt, in dem sie sich in ihrem Stadtteil oder ihrer Gemeinde engagieren. Sie sammeln dabei wichtige Erfahrungen und erwerben Kompetenzen, die ihnen in ihrem späteren Berufsleben zugutekommen.

Damit die Schüler in ihren Projekten optimal begleitet werden, hat die Deutsche Bahn Stiftung gemeinsam mit der Stiftung Lernen durch Engagement jetzt einen Praxisleitfaden für Lehrer veröffentlicht. Er wird an zahlreiche Schulen herausgegeben.



Stiftung
Lernen durch Engagement
Service-Learning in Deutschland

www.lernen-durch-engagement.de
www.deutschebahnstiftung.de/berufene-helden

Lebensader Bahn 2.0

Erfolgreicher Start ins vierte Projektjahr

Seit 2015 gibt es LEBENSADER BAHN 2.0 bereits. Und das sehr erfolgreich. Mit Beteiligung und Unterstützung von 22 Nürnberger Schulklassen, acht ehrenamtlich engagierten Unternehmen und vier Behörden ist in Nürnberg an der stillgelegten Ringbahn am östlichen Stadtrand ein attraktives Naherholungsgebiet und ein Paradies für bedrohte Tier- und Pflanzenarten entstanden. Das Projekt verbindet Naturerlebnis, Umweltpädagogik und Teambuilding durch gemeinsame Aktionen auf der Fläche. Insgesamt haben fast 1.500 Teilnehmer begeistert mitgemacht. Darunter allein knapp 1.200 Schüler, aber auch zahlreiche Mitarbeiter der Deutschen Bahn, Flüchtlinge und Menschen mit Behinderung.

LANDSCHAFTSPFLEGEVERBAND
NÜRNBERG E.V.



Das Projekt LEBENSADER BAHN 2.0 wird vom Landschaftspflegeverband Nürnberg umgesetzt und von der Deutsche Bahn Stiftung gefördert.





Der Dolmeterservice via Videostream kann einfach über ein klar gegliedertes Touch-Menü aufgerufen werden.



Bei aller Technik, die hinter dem Videodolmetschen steckt, ist die Anwendung angenehm unauffällig und schafft keine zusätzlichen Hürden für die Kontaktaufnahme.

WIR SIND TEIL DES NETZWERKES FÜR HILFESUCHENDE MENSCHEN AM BAHNHOF.

Video-Dolmetschen in sechs Bahnhofsmissionen gestartet

Mission: Sprachbarrieren überwinden

Mit der Zunahme fremdsprachiger Gäste in den Bahnhofsmissionen kommt es immer häufiger zu Verständigungsschwierigkeiten. Eine fremde Sprache erst zu identifizieren und dann auf einen Übersetzer zu warten, kostet viel Zeit. Schnelle Hilfe bietet seit Neuestem ein Dolmeterservice via Tablet.

Zwischen all den zielstrebigem Menschen im Gedränge des Berliner Ostbahnhofs fällt der übermüdete Mann in seiner dunklen Regenjacke sofort auf. Zögerlich läuft er umher und schaut immer wieder suchend auf die zahllosen Schilder im Bahnhof. Schließlich wendet er sich zwei grünen Flügeltüren zu. BAHNHOFSMISSION steht in weißen Lettern auf blauem Grund über dem verglasten Eingang. Vorsichtig öffnet er die Tür, betritt den Raum und schaut sich ratlos um. Ursula Czaika begrüßt den Besucher freundlich. Zunächst auf Deutsch. Dann auf Englisch.

„Potrzebuje pomocy“, antwortet dieser. Die Leiterin der Bahnhofsmission im Ostbahnhof erkennt, dass der Mann polnisch spricht und – soviel sie verstehen kann – um Hilfe bittet.

„Ich brauche Hilfe“

An diesem Punkt wäre noch im vergangenen Jahr die Verständigung ins Stocken geraten. Eine Situation, zu der es keineswegs selten kam. „An unserem Standort haben 50 Prozent der Gäste keine ausreichenden Deutschkenntnisse. Viele kommen aus Ost- und Südosteuropa.

„Wir nehmen den Bahnhof als Raum wahr, in dem sich frühzeitig soziale Probleme abzeichnen.“

Corinna Bonati, Leiterin Geschäftsstelle Deutsche Bahn Stiftung

Etliche von ihnen sind in Berlin, um Arbeit zu finden“, berichtet Ursula Czaika. Sie ist froh, dass sich die Sprachbarriere erstmals mit Hilfe moderner Technik überwinden lässt. Denn die Bahnhofsmission im Ostbahnhof nimmt an einem mehrmonatigen Pilotprojekt für Videogestütztes Dolmetschen teil. Zusammen mit vier weiteren Standorten in Essen, Frankfurt am Main, Karlsruhe und Köln sowie dem Zentrum der Berliner Stadtmission am Berliner Bahnhof Zoo. Im übersichtlichen Menü der Tablet-App tippt Czaika auf eine der aufgeführten Sprachen. Auf dem Bildschirm erscheint nach kurzer Verbindungszeit eine qualifizierte Dolmetscherin. Sie begrüßt die Leiterin der Bahnhofsmission und ihren polnischsprachigen Gast. Der ist überrascht und gleichzeitig erfreut, seine Muttersprache zu hören. Erleichtert schildert er sein Problem. Die Dolmetscherin übersetzt und Ursula Czaika kann nun konkrete Hilfe anbieten. Die Nöte gleichen sich: „Zu uns kommen Menschen, die hier schwarzgearbeitet haben und um ihren Lohn betrogen wurden. Die kommen total abgerissen, haben nichts außer Hunger und Durst.“

Dolmetscher auf Abruf

In den Bahnhofsmissionen ist die neue Möglichkeit der unkomplizierten und barrierefreien Verständigung höchst willkommen. Um das gemeinsame Pilotprojekt, dass die Deutsche Bahn Stiftung in diesem Jahr mit bis zu 100.000 Euro fördert, anzuschließen, mussten Fachleute aus ganz unterschiedlichen Bereichen zusammengebracht werden: Das Wiener Unternehmen SAVD ist ein versierter Spezialist für Videodolmetschen und konnte mit seinem Angebot bereits andere soziale Institutionen, wie Krankenhäuser und Ausländerbehörden, überzeugen. Mit Unterstützung von DB System wurden flankierend die technischen Voraussetzungen geschaffen. Geeignete mobile Tablet-Terminals, übersichtliches Bedienprogramm und Konferenz-

technologie. Der Netzwerkausrüster Cisco spendete einen stationären Konferenzmonitor. Christian Gravert, Projektleiter Deutsche Bahn Stiftung für das Engagement mit der Bahnhofsmission, sieht in dem gemeinsamen Einsatz der neuen Technik einen relevanten Baustein: „Die Bahnhofsmission hat ja nicht nur den Anspruch, den Menschen einen Schlafsack in die Hand zu drücken und einen Kaffee einzuschicken, sondern auch eine niedrigschwellige soziale Betreuung anzubieten. Dafür ist es wichtig, mit den Gästen in ihrer Sprache kommunizieren zu können.“



Wer sinnvoll helfen will, muss genau verstehen. Erst die professionelle Übersetzung der Wünsche, Anliegen und Schilderungen der persönlichen Situation ermöglicht eine zielgerichtete Unterstützung der Gäste.



„Der Teil der Armutsbetroffenen unter den Gästen der Bahnhofsmission steigt seit einigen Jahren merklich. Migranten machen im bundesweiten Durchschnitt 25 Prozent aus, vor zehn Jahren lag ihr Anteil noch unter zehn Prozent.“

Christian Bakemeier, Geschäftsführung Konferenz für kirchliche Bahnhofsmission

Das Video-Dolmetsch-System bietet Übersetzungen in rund 40 Sprachen. Aktuelle Kommunikationstechnik mit Breitband-Internetverbindungen, Videokonferenzsystemen und Software ermöglichen die Einbindung von Dolmetschern in Beratungsgespräche. In zwei Phasen, auf insgesamt zwölf Monate ausgelegt, läuft das Pilotprojekt an sechs deutschen Bahnhofsmissionen.





Wöchentlich wechseln die Geschichten für die Altersstufen ab 3, ab 5 und ab 7 Jahren. Sie können bequem auf dem Tablet, dem Smartphone oder dem PC gelesen werden. Wer möchte, druckt sich die kunstvoll illustrierten Texte auch aus. Die spannenden Vorlesegeschichten für Kinder im Alter von drei bis elf sind kostenlos.

Jede Woche neuer kostenloser Vorlesespaß

Einfach vorlesen! – Geschichten für Kinder von drei bis elf

Die Stiftung Lesen und die Deutsche Bahn Stiftung erweitern ihre gemeinsame Initiative zur Förderung der Lesekompetenz von Kindern. EINFACH VORLESEN! – so lautet der Titel des neuen Angebots, das sich an alle Geschichtenliebhaber ab drei Jahren wendet. Zum Vorlesen aufgefordert sind Eltern, Großeltern, Geschwister, Erzieher und auch Lehrer.

Kinder, denen regelmäßig vorgelesen wird, sind nicht nur besser in der Schule, sie gehen auch offener und selbstbewusster durchs Leben. Nur 15 Minuten Vorlesezeit sind täglich nötig, damit Kinder selbst Spaß am Lesen entwickeln. Mit EINFACH VORLESEN! wird es ganz leicht gemacht, immer und überall die Gelegenheit zu nutzen, eine Geschichte vorzulesen und spannende Bücher zu entdecken.

Auf dem gleichnamigen Portal www.einfachvorlesen.de stehen jede Woche drei neue Geschichten kostenlos für Mädchen und Jungen ab 3, ab 5 und ab 7 Jahren zur Auswahl. Die Texte sind jeweils vier Wochen lang auf der Website abrufbereit.

Gleich, ob mit Smartphone, Tablet oder am PC – die liebevoll ausgesuchten und schön illustrierten Geschichten renommierter Kinderbuchverlage können auf jedem

Gerät bequem gelesen bzw. vorgelesen werden. Dank des integrierten Dunkelmodus ist die Website besonders augenschonend. Demnächst erscheint das Angebot als eigenständige App.

Nichts verpassen

Ein wöchentlicher Newsletter informiert jeden Freitag über neu eingestellte Geschichten. Er ist einfach über WhatsApp oder Facebook-Messenger abonnierbar. Das Angebot eignet sich auch gut für Empfehlungen auf den Social-Media-Kanälen oder zur Verlinkung auf Websites von Schulen, Kindergärten, Horteinrichtungen oder Kinderarztpraxen. Je mehr Kinder, Familien und soziale Einrichtungen daran partizipieren, desto besser. Hat jemand bislang keine Erfahrungen mit dem Vorlesen gesammelt, so gibt es dazu auf der Seite von EINFACH VORLESEN! zusätzlich gute Tipps.

Märchen, Tiere und Abenteuer

Vorlesekofter mit neuen Geschichten

Wenn man sich die Titel der Bücher ansieht, möchte man gern selbst zum Vorleser werden. „Mog, der vergessliche Kater“, „Der Biber hat Fieber“ oder „Hase, Fuchs und Reh fahren Lkw“. Das sind nur einige der zahlreichen Kinderbücher, mit denen die Vorlesekofter der Deutsche Bahn Stiftung und der Stiftung Lesen bestückt sind.

In diesem Jahr werden mehr als 1.000 Koffer an Einrichtungen der Familienhilfe übergeben. Die phantasievollen Geschichten kommen damit Kindern sozial benachteiligter Familien zugute. Eine beiliegende Broschüre gibt Eltern und anderen Bezugspersonen Tipps, wie Vorlesen allen Spaß bringen kann und was man darüber hinaus beachten sollte.



Nachdem in den letzten Jahren mehr als 7.600 Einrichtungen, u. a. Kinderkliniken und -hospize sowie Kinder- und Jugendheime den großen DB-Vorlesekofter erhielten, werden ab 2018 mehr als 1.000 Koffer an Einrichtungen der Familienhilfe übergeben. Der Bücherfundus wird so gezielt an Familien mit Kindern weitergeleitet, die sonst nicht ohne Weiteres Zugang zu Kinderbüchern haben.

Mitmachen beim Bundesweiten Vorlesetag

Setzen Sie mit uns gemeinsam ein Zeichen für das Lesen und Vorlesen! Am 16. November ist Bundesweiter Vorlesetag. Tausende Menschen lesen an diesem Tag anderen kleinen und großen Zuhörern vor. Wer schon mal dabei war, macht meist auch ein weiteres Mal mit. Es ist ein einmaliges Erlebnis: Im Kindergarten, im Schulhort oder im Theater vorlesen und in große, staunende Kinderaugen sehen. Denn das bewirkt zauberhafte Geschichten und einfühlsames Vortragen.

Dabei sein ist einfach und bereitet so viel Freude. Vereinbaren Sie eine Vorlesestunde in einer Einrichtung Ihrer Wahl und melden Sie sich an. Infos und Anmeldung unter www.vorlesetag.de



Eine Initiative von DIE ZEIT, Stiftung Lesen und Deutsche Bahn Stiftung www.vorlesetag.de



Stiftung Lesen

Verlage unterstützen die Idee: www.einfachvorlesen.de/geschichtenregal



Neuer Ausstellungsbereich im DB Museum Nürnberg

Im Deutschland der zwei Bahnen

Im Juni 2018 eröffnet das DB Museum einen neuen Bereich seiner Dauerausstellung. „Im Deutschland der zwei Bahnen“ erzählt die Geschichte der Eisenbahn in Deutschland vom Ende des Zweiten Weltkriegs bis zum Fall der Mauer. Vier Jahrzehnte lang standen sich in Deutschland zwei unterschiedliche, einander feindliche Gesellschaftssysteme gegenüber – ein Gegensatz, der auch die Entwicklung der beiden Staatsbahnen in Ost und West prägte.

Fast zwei Jahre lang arbeitete das Museumsteam an dem neuen Bereich, der einmal mehr zeigt, dass die Geschichte der Eisenbahn nicht nur eine technische Dimension hat, sondern vielfältige Bezüge zu Politik, Wirtschaft und Gesellschaft aufweist.

Auf 700 Quadratmetern kommen zahlreiche Objekte und Dokumente zum Einsatz, die bisher in den Depots und Archiven schlummerten. Dazu gehören etwa nie vorher gezeigte Modelle von Fahrzeugen der DDR-Reichsbahn, das Diorama eines Teils des Berliner Außenrings oder auch kuriose Exponate wie der Schellenbaum des Bundesbahn-Orchesters Wuppertal. Die Besucher erfahren auf mehreren Themeninseln, was die beiden Staatsbahnen trennte und welche Gemeinsamkeiten sie aufwiesen – letztere übrigens in erstaunlich großem Umfang.

Dabei werden auch die dunklen Seiten dieser Epoche in den Blick genommen: So erfahren die Besucher, wie zögerlich sich die Entnazifizierung bei der Bahn in beiden Teilen Deutschlands vollzog oder wie die DDR-Reichsbahn Häftlinge, unter denen auch politische Gefangene waren, als Zwangsarbeiter einsetzte.

Präsentiert werden die über 600 Dokumente und Objekte in einer wegweisenden Architektur: Transparente Bauelemente, die kaum rechte Winkel aufweisen, schaffen ein völlig neues Raumgefühl. Moderne Audio- und Videotechnik macht das historische Geschehen hautnah erlebbar – so etwa am Anfang der Ausstellung, wo eine ganze Trümmerlandschaft in den Raum projiziert wird. Auch können sich die Besucher nun an zahlreichen interaktiven Stationen spielerisch mit der deutsch-deutschen Bahngeschichte beschäftigen:

DB Museum Nürnberg
„Im Deutschland der zwei Bahnen“:
Ausstellung über
die Geschichte der
Bundes- und Reichsbahn
ab 8. Juni 2018



Vindobona und TEE

Zwei Legenden der Schiene unter einem Dach

Mit den Dieseltriebzügen Vindobona und TransEuropExpress werden ab Juli 2018 zwei wegweisende Schienenfahrzeuge erstmals gemeinsam auf dem Nürnberger Museums Gelände zu sehen sein. Beide Fernverkehrszeuge waren maßgebend für die Entwicklung des Schienenverkehrs der 1950er und 1960er Jahre in Ost und West.



Freuen Sie sich: Nachdem der TEE in dieser Aufgabe das Sammelplakat historischer Schienenfahrzeuge des DB Museums schmückt, wird der Vindobona nicht lange auf sich warten lassen ...

Es gilt zu erraten, ob das „Schweinskotelett mit Setzei“ im Speisewagen West oder Ost serviert wurde, oder zu testen, ob das eigene Reaktionsvermögen für eine Einstellung in den Eisenbahndienst ausgereicht hätte.

Bei seiner Arbeit erfuhr das Ausstellungsteam eine ganz besondere Unterstützung: Ein Bereich der neuen Dauerausstellung wurde zusammen mit Schülerinnen und Schülern der Oberstufe des Nürnberger Hans-Sachs-Gymnasiums gestaltet. Die jungen Leute recherchierten Inhalte und Objekte zum Thema Reisekultur und wirkten bei der Gestaltung des entsprechenden Bereichs mit. Ihre Arbeit floss als Projekt-Seminar in ihre Abiturprüfung ein.

Mit der nun vollendeten Ausstellung „Im Deutschland der zwei Bahnen“ hat das Team des DB Museums erneut Pionierarbeit geleistet: Kein anderes Museum in Deutschland besitzt eine derartig umfangreiche Schau zur deutsch-deutschen Verkehrsgeschichte. Sie fügt sich nahtlos ein in die große Ausstellung über 200 Jahre Eisenbahngeschichte, die weltweit einmalig ist.



Unser Tipp
DB Museum – Die ganze Welt der Eisenbahn in Nürnberg, Koblenz und Halle an der Saale.
Freier Eintritt für DB-Mitarbeiter bei Vorlage des Konzernausweises.

DB Museum Halle
Volkmanstraße 39
06112 Halle (Saale)
www.dbmuseum.de/halle

DB Museum Koblenz
Schönbornslusterstraße 14
56070 Koblenz
www.dbmuseum.de/koblenz

DB Museum Nürnberg
Lessingstraße 6
90443 Nürnberg
www.dbmuseum.de

Nächste Termine

DB Museum Nürnberg
TEE trifft Vindobona
Do, 26. Juli 2018 bis Herbst 2018
zu den regulären Öffnungszeiten des Museums
www.dbmuseum.de

DB Museum Koblenz
Großes Sommerfest unter dem Motto „50 Jahre Baureihe 218“ und „60 Jahre elektrischer Zugbetrieb Koblenz – Köln“
u. a. mit TEE-Fahrten, Lokmitfahrten und einem bunten Kinderprogramm
Sa, 16. und So, 17. Juni 2018
jeweils 10 bis 18 Uhr
www.dbmuseum.de/koblenz

DB Museum Halle
Großes Eisenbahnfest unter dem Motto „Diesellokomotiven der DR“
u. a. mit Führerstandmitfahrten, Führungen durch das Museum und vielen Gastlokomotiven
Sa, 25. und So, 26. August 2018
jeweils 10 bis 18 Uhr
www.dbmuseum.de/halle

Das DB Museum in den sozialen Netzwerken entdecken:
www.instagram.com/dbmuseum
www.facebook.com/dbmuseum
www.twitter.com/dbmuseum
www.youtube.com/dbmuseum

DB MUSEUM

DAFÜR SETZEN WIR UNS EIN:
DEPRESSION ALS KRANKHEIT
ENTSTIGMATISIEREN UND
BETROFFENEN PROFESSIONELLE
HILFSANGEBOTE ERMÖGLICHEN.

Selbstberichteter Kontakt mit der Diagnose Depression in der Bevölkerung

Bei mir ist bereits einmal die Diagnose Depression gestellt worden.



Bei einem Angehörigen oder Bekannten ist bereits einmal die Diagnose Depression gestellt worden.



Ich behandle/berate Menschen mit Depression.



Ich hatte bislang keinen direkten Kontakt.



Deutschland-Barometer Depression

Noch immer viele Mythen über Depressionen

Seit mehr als vier Jahren arbeiten die Deutsche Bahn Stiftung und die Stiftung Deutsche Depressionshilfe zusammen. Unter dem Titel „Deutschland-Barometer Depression“ wurde 2017 erstmals eine gemeinsame Studie durchgeführt, die Ansichten und Einstellungen zu der Krankheit untersucht.

Unwissenheit und Vorurteile rund um Depressionen abzubauen, ist ein zentrales Ziel der repräsentativen Umfrage „Deutschland-Barometer Depression“.

Rund 23 Prozent der Befragten gaben an, dass bei ihnen schon einmal die Diagnose Depression gestellt wurde. 37 Prozent haben Angehörige mit der Erkrankung. Dennoch ist bei den Befragten wenig über Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten bekannt. So wussten viele der Teilnehmer nicht, dass Depressionen auch biologische Ursachen haben können. 90 Prozent glaubten, die Erkrankung käme allein von Stress und Schicksalsschlägen. 78 Prozent nahmen an, dass Antidepressiva süchtig machen. „Antidepressiva machen nicht ‚high‘, sie wirken in erster Linie gestörten Funktionsabläufen im

Gehirn entgegen“, so Prof. Dr. Ulrich Hegerl, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Als Gründer der Stiftung will er einen wesentlichen Beitrag zur besseren Versorgung depressiv erkrankter Menschen und zur Reduktion der Zahl der Suizide leisten.

Dr. Christian Gravert, Projektleiter Psychische Gesundheit bei der Deutsche Bahn Stiftung und Leitender Konzernbetriebsarzt der Deutschen Bahn, ergänzt: „Es wird deutlich, dass noch ein großer Aufklärungsbedarf besteht. Deshalb unterstützen wir die Aktivitäten der Stiftung Deutsche Depressionshilfe.“ Eine zweite Studie des „Deutschland-Barometers Depression“ wird derzeit durchgeführt. Die Ergebnisse werden im Herbst veröffentlicht.



Info-Telefon Depression
0800 3344533
Montag, Dienstag
und Donnerstag
von 13 bis 17 Uhr
und Mittwoch und Freitag
von 8.30 bis 12.30 Uhr

Weitere Infos unter
www.deutsche-depressionshilfe.de

3 Irrtümer über Depression



Über 90% der Deutschen glauben, die Depression wird von **Schicksalsschlägen und Stress** verursacht.

Depression hat immer auch **biologische Ursachen**.



78% glauben, Antidepressiva **machen süchtig**.

Antidepressiva **machen nicht süchtig, sondern wirken gezielt** gegen die in der Depression gestörten Funktionsabläufe im Gehirn.



Fast jeder Fünfte denkt, dass die Depression abklingt, wenn man **sich zusammenreißt und Schokolade isst**.

Depression wird mit **Psychotherapie und/oder Medikamenten** behandelt.

Forschungszentrum Depression

Entstanden ist das Zentrum aus einer Kooperation zwischen der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und der Deutsche Bahn Stiftung. Seit 2014 engagiert sich das in Leipzig ansässige Forschungszentrum für eine bessere Diagnostik der Depression und für die Entwicklung neuer Therapieansätze. Aktuelle Studien beschäftigen sich mit den Themen „Schlaf und Depression“ sowie „Digitale Hilfe bei Depressionen“.

Wer teilnehmen möchte, findet Näheres unter:
www.deutsche-depressionshilfe.de/forschungszentrum.

Mutmacher am Bahnhof

Das Angebot für hilfesuchende Menschen.

Manchmal gerät das Leben aus dem Takt. Die Welt steht Kopf. Alltägliches hat plötzlich keine Ordnung mehr. Die Mutmacher am Bahnhof hören zu. Helfen in Krisensituationen. Geben Orientierung. Beraten und vermitteln an Fachstellen. Ohne Anmeldung. Kostenlos und anonym.



Mutmacher am Bahnhof
Bahnhofsmission am Hauptbahnhof Berlin
Montags bis freitags, 8 bis 17 Uhr
Europaplatz 1, 10557 Berlin
Telefon 030 22605805
mutmacherambahnhof@bahnhofsmission.de

Mutmacher am Bahnhof ist ein gemeinsames Projekt der Deutsche Bahn Stiftung, der Berliner Stadtmission und IN VIA Katholischer Verband für Mädchen und Frauensozialarbeit in der Bahnhofsmission am Berliner Hauptbahnhof.



ANSCHLUSS SICHERN.
VERBINDUNGEN SCHAFFEN.
WEICHEN STELLEN.

Die Deutsche Bahn Stiftung

Gesichter der Stiftung

Wir stellen in loser Folge Kolleginnen und Kollegen aus dem Team der Deutsche Bahn Stiftung vor.

Soziale Verantwortung zu übernehmen, das gehört zur Geschichte der Eisenbahn und ist bei der Deutschen Bahn gelebte Unternehmenspraxis. An diese Tradition knüpft die Deutsche Bahn Stiftung an. Im Jahr 2013 gegründet, bündelt sie das gemeinnützige Engagement des DB-Konzerns in Deutschland. Die Stiftung verbindet Eisenbahngeschichte mit Weichenstellungen für die Zukunft. Die Arbeitsschwerpunkte liegen in den Bereichen Integration, Bildung und Ehrenamt.

Mit ihrem Engagement hilft die Deutsche Bahn Stiftung vor allem Menschen in Not und leistet einen Beitrag für Chancengerechtigkeit in Deutschland. Langjährige Projektpartner sind die Stiftung Lesen, die Bahnhofsmision, die Off Road Kids Stiftung, die Stiftung Deutsche Depressionshilfe und die Stiftung Lernen durch Engagement.

Unter ihrem Dach führt sie außerdem das DB Museum und übernimmt damit eine besondere Verantwortung für das historische Eisenbahnerbe. Das älteste Eisenbahnmuseum der Welt mit seinen Standorten Nürnberg, Koblenz und Halle (Saale) zählt zu den wichtigsten Kulturinstitutionen Deutschlands und begeistert jedes Jahr über 200.000 Besucher.

Erfahrung und Kompetenzen des DB-Konzerns fließen unmittelbar in die Stiftungsarbeit und -projekte ein: Zahlreiche Kolleginnen und Kollegen der Bahn engagieren sich zusätzlich zu ihrem Hauptjob auch in der Stiftung. Als Projektverantwortliche und über die Mitarbeit in den Fachkuratorien entwickeln sie die Stiftungsprojekte und setzen diese auch um.

Neuigkeiten aus der Stiftung

Abonnieren Sie unser Magazin. Wir schicken es Ihnen regelmäßig unentgeltlich und ohne weitere Verpflichtungen. Einfach eine Mail senden an: info@deutschebahnstiftung.de



„In der Deutsche Bahn Stiftung arbeite ich im Bereich Steuerung und Projektentwicklung. Daneben ist ein Schwerpunkt meiner Arbeit die Betreuung des Projektes Ehrensache. Mit diesem Förderprogramm unterstützt die Stiftung DB-Mitarbeiter, die sich in ihrer Freizeit ehrenamtlich engagieren und einzeln oder im Team für eine gemeinnützige Organisation stark machen.“

Ulrike Nickel
Projektverantwortliche Ehrensache
www.deutschebahnstiftung.de/ehrensache



„Als Pressesprecher der Deutsche Bahn Stiftung bin ich auch für die Stiftungskommunikation verantwortlich. Neben den journalistischen Anfragen liegt mein Fokus auf den vielen beeindruckenden Projekten und den interessanten Menschen dahinter. Ich kümmere mich darum, die Stiftung selbst und ihre spannenden Themen intern wie extern bekannt zu machen. Sei es über Presseveranstaltungen, über digitale Medien oder über Printpublikationen wie dieses Magazin.“

Oliver Wasmann
Kommunikation / Pressesprecher
Deutsche Bahn Stiftung
www.deutschebahnstiftung.de/presse



„Ich bin seit 40 Jahren bei der Deutschen Bahn und seit 34 Jahren im DB Museum tätig. Dort leite ich das Werkstatt-Team, das unter anderem für den Bau der neuen Dauerausstellung „Im Deutschland der zwei Bahnen“ verantwortlich ist. Insgesamt 660 Quadratmeter Ausstellungsfläche mussten zunächst komplett saniert und dann mit der Ausstellungsarchitektur bestückt werden. Meine sieben Werkstattkollegen und ich waren rund ein Jahr damit beschäftigt.“

Lorenz Krauß
Teamleiter Werkstatt im DB Museum
www.dbmuseum.de



„Im DB-Konzern bin ich als Leiterin für Public Relations und Sponsoring verantwortlich. Für die Deutsche Bahn Stiftung mache ich mich schon seit vielen Jahren für die Hilfe für Straßenkinder stark. Zusammen mit der Off Road Kids Stiftung wollen wir Straßenkinder, Ausreißer und junge Obdachlose in die Gesellschaft zurückholen. Das Projekt hat mich vom ersten Moment begeistert und ich unterstütze aus Überzeugung diese wertvolle Arbeit.“

Claudia Triebs
Projektverantwortliche
Hilfe für Straßenkinder
www.deutschebahnstiftung.de/offroadkids



„Ich bin bei der DB als Experte für Gesundheitsmanagement tätig. In der Stiftung betreue ich das Projekt MUTMACHER AM BAHNHOF von Beginn an. Das Besondere an diesem Projekt ist die unmittelbare Nähe zum Menschen und die sehr direkte und gleichzeitig professionelle Hilfe und Unterstützung. Es bietet die Möglichkeit, den oft nur kleinen Impuls zu geben, der den bedürftigen Menschen häufig schon genügt, ihren Weg wiederzufinden.“

Annett Schlesier
Projektverantwortliche
Mutmacher am Bahnhof
www.deutschebahnstiftung.de/mutmacher

Gemeinsam Gutes tun.

Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren? Oder mit Ihrem Geld anderen helfen? Wir und unsere Partner freuen uns über Ihren Beitrag.

Engagieren Sie sich für Ihre Bahnhofsmision

Bundesweit gibt es über 100 Bahnhofsmissionen. Sie sind Anlaufstelle für Menschen in akuter oder existentieller Not. Rund 2.000 freiwillige Helfer packen in den Bahnhofsmissionen mit an.

Viele Standorte suchen dauerhaft ehrenamtliche Mitarbeiter, die Hilfesuchende vor Ort beraten, Tee ausschenken oder ein offenes Ohr haben. Helfen Sie mit!

Wenn Sie sich engagieren möchten, setzen Sie sich bitte mit der Bahnhofsmision in Ihrer Nähe in Verbindung. Sie finden sie unter: www.bahnhofsmision.de

Unterstützen Sie unser Projekt „Video-Dolmetschen“

In dieser Ausgabe haben wir Ihnen unser neues Projekt VIDEO-DOLMETSCHEN ausführlich vorgestellt. Helfen Sie uns, diese Technologie bundesweit in den Bahnhofsmissionen zu etablieren, um gemeinsam einen Beitrag für eine bessere Betreuung und Versorgung von fremdsprachigen Gästen in Not durch die Bahnhofsmissionen zu leisten.

Spendenkonto der Deutsche Bahn Stiftung:
Deutsche Bahn Stiftung gGmbH
IBAN: DE 3210 0100 1003 3445 5103
BIC: PBNKDEFF
Deutsche Postbank AG
Verwendungszweck:
„Spende Video-Dolmetschen“

Ihre Spende kommt zu 100 Prozent dem Projekt zugute. Spenden an die Deutsche Bahn Stiftung gGmbH können Sie im Rahmen Ihrer Einkommenssteuererklärung als Sonderausgabe geltend machen. Für Spenden bis 200 Euro benötigen Sie dafür keine gesonderte Spendenbescheinigung, es genügt der Einzahlungsbeleg. Für Spenden über 200 Euro stellt Ihnen die Deutsche Bahn Stiftung gGmbH gern eine Spendenbescheinigung aus.

Alle Informationen dazu unter:
www.deutschebahnstiftung.de/foerderung

5 Jahre Deutsche Bahn Stiftung

Die Deutsche Bahn Stiftung wird im Oktober 2018 fünf Jahre alt. Das muss gefeiert werden – mit einer exklusiven TEE-Jubiläumsfahrt! Unter dem Motto „5 Jahre – 5 Stationen“ fährt der traditionsreiche Zug quer durch Deutschland. Sie wollen dabei sein? Hier ist Ihre Chance!

TEE-
Jubiläumsfahrt
am 22.10.2018
Jetzt mitmachen
und gewinnen!



Wir verlosen 3 x 2 Karten für eine zweistündige Rundfahrt mit dem TEE am 22. Oktober 2018 ab Hanau Hbf. Für diese besondere Fahrt sind keine Tickets im freien Verkauf erhältlich. Die An- und Abreise mit der Deutschen Bahn (2. Klasse) ist inklusive.

Was müssen Sie tun? Schreiben Sie uns eine E-Mail mit dem Stichwort „TEE-Jubiläumsfahrt“ an info@deutschebahnstiftung.de. Verlost werden die Preise unter allen Einreichungen, die bis zum 30. Juni 2018 eingegangen sind. Die Gewinner werden per E-Mail benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Es gelten die Datenschutzgrundsätze der Deutsche Bahn Stiftung gGmbH (siehe www.deutschebahnstiftung.de).

Menschen in Not helfen und für mehr Chancengerechtigkeit sorgen – dafür steht die Deutsche Bahn Stiftung. Wir bündeln das gemeinnützige Engagement des DB-Konzerns in Deutschland und das DB Museum unter einem Dach und bauen es unter dem Leitgedanken ANSCHLUSS SICHERN. VERBINDUNGEN SCHAFFEN. WEICHEN STELLEN. weiter aus. Mit unseren Partnern engagieren wir uns in den Bereichen Integration, Bildung und Ehrenamt. Wir knüpfen damit an die Tradition der Hilfe und Verantwortung an, wie Eisenbahner sie seit jeher leben.

Mehr über unsere Projekte unter www.deutschebahnstiftung.de

Herausgeber
Deutsche Bahn Stiftung gGmbH
Bellevuestraße 3
10785 Berlin
Telefon 030 297-54901
info@deutschebahnstiftung.de

Geschäftsführer
Tobias Geiger (Vorsitz)
Dr. Hella Schmidt-Naschke
Dr. Bastian Grunberg
Redaktion und Gesamtleitung
Oliver Wasmann
Mitarbeit

Stephanie Czesny
Katrin Ehle
Tamara Frohnert
Janina Hoffmann
Lydia Krüger
Dr. Rainer Mertens
Gestaltung

lawidesign Berlin
Abbildungen
Pablo Castagnola | 7, 15
DB Museum | 1, 10 – 11
Marius Klemm | 3
Oliver Lang | 4 – 5, 14
Max Lautenschläger | 2, 15
Klaus Mosch | 8 – 9, 11
Uwe Niklas | 15, 16
plainpicture / harry + lidy | 13
Markus Seidel / Off Road Kids Stiftung | 2
Heiko Stahl | 3
Stiftung Lesen | 6 – 7
Torsten Volkmer | 2

Grafiken
lawidesign | 12
Druck

DB Kommunikationstechnik GmbH, Karlsruhe
Gedruckt auf umweltfreundlichem

Recyclingpapier
Auflage

2.500 Exemplare
Redaktionsschluss

15. Mai 2018