

KINDER DER WELT



Save the Children



In Bewegung

Editorial

Vielleicht haben Sie das auch schon erlebt: Ein kleiner Sprint ist wie Stoßlüften für den Kopf. Das kann helfen, wenn sich das Leben gerade schwer anfühlt. Daher setzen wir Sport auch gezielt in unseren Projekten ein. Wir haben sogar ein eigenes Programm entwickelt, das weltweit in Krisensituationen zum Einsatz kommt.

Was die Kinder dort erleben und wie Bewegung und Teamwork sie verändern, erzählt eine Mitarbeiterin aus der Ukraine auf Seite 6. Und um genauer zu verstehen, was auf biochemischer Ebene passiert, wenn wir in Schwung kommen, lade ich Sie zu einer kleinen Entdeckungsreise in das Innere des Körpers ein (Seite 8). Wetten, dass Sie danach Lust bekommen, sich zu bewegen?

Welcher Sport es auch ist, er bietet oft nicht nur Spaß, sondern auch die Gelegenheit, über sich hinauszuwachsen. Manchmal braucht es dafür einen stabilen Boxsack für Kinder wie Shehab*, die Sie auf Seite 10 kennenlernen. Für Dana* ist es der Bolzplatz, auf dem sie sich stark fühlt. Davon erzählt sie auf Seite 12. Beide Mädchen leben in Camps für Geflüchtete, und unsere Teams unterstützen sie dabei, herauszufinden, was ihnen guttut.

Übrigens: Auch in der UN-Kinderrechtskonvention ist festgehalten, dass Kinder ein Recht auf Spiel und Freizeitaktivitäten haben. Weltweit sorgen wir dafür, dass sie dieses Recht wahrnehmen können. Dabei hilft auch Ihre Spende. Danke, dass wir gemeinsam so viel bewegen!



Ihr

Florian Westphal

Florian Westphal

Geschäftsführer von
Save the Children Deutschland e. V.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt für Kinder und Jugendliche mindestens 60 Minuten Bewegung am Tag.





08
Was Sport kann



06
Spielefreude

© Adam Nurkiewicz / Getty Images

Editorial	2
Hilfe weltweit	4
„Kleine, kraftvolle Momente“	6
Das passiert, wenn wir uns bewegen	8
Ring frei für Shehab	10
„Fußball hilft mir, ein Stück Freiheit zu spüren!“	12
Gemeinsam helfen	14

Impressum

Kinder der Welt wird herausgegeben von
Save the Children Deutschland e. V.,
Seesener Straße 10-13, 10709 Berlin
V.i.S.d.P.: Florian Westphal
Redaktion: Verena Schmidt, Carmen Vallero, Silke Zorn
Mitarbeit: Mauro Bedoni, Holger Wetzell
Gestaltung: Drees + Riggers
Druck: van Acken Druckerei & Verlag GmbH
Auflage: 150.000
Redaktionsschluss: März 2026

Die Kosten für Gestaltung und Druck eines Heftes liegen bei 16 Cent.

Titelfoto: Um in der Schule gut mitzukommen, sind Pausen wichtig, damit der Kopf nicht raucht, sondern wieder Platz für Zahlen und Buchstaben hat. Deshalb achten wir darauf, dass auch Zeit zum Rumtoben bleibt. So wie für diese Kinder in Uganda, die unser Lernzentrum besuchen. © Esther Ruth Mbabazi / Save the Children

Alle mit * gekennzeichneten Namen in diesem Heft wurden zum Schutz der Kinder und Familien geändert.

Hilfe weltweit

Sudan: 40 Tonnen Hilfsgüter

Im Sudan hat der bewaffnete Konflikt zu einer der schlimmsten humanitären Notlagen der Welt geführt. Mit einem Frachtflugzeug brachten wir wichtige Medikamente wie Antibiotika, medizinisches Material und therapeutische Notfallnahrung für mangelernährte Kinder. Die Lieferungen gelangten danach auf dem Landweg in die am schwersten zugänglichen Gebiete des Landes. Sie reichen aus, um Hunderte Gesundheitszentren monatelang auszustatten, damit sie Kinder behandeln können.

© Hamid Abdulsalam / Save the Children

Laos: Mücken gegen das Dengue-Fieber

Dengue breitet sich weltweit immer mehr aus. Gerade bei Kindern verläuft eine Infektion mit dem Virus, das durch Mücken übertragen wird, häufig schwer. Um die Verbreitung einzudämmen, helfen – überraschenderweise – ebenfalls Mücken. In Laos hat das Gesundheitsministerium in Zusammenarbeit mit Save the Children 130 Millionen Larven ausgesetzt, die das Wolbachia-Bakterium in sich tragen und deshalb deutlich seltener Dengue und weitere gefährliche Krankheiten wie das Gelbfieber übertragen. Indem sie sich mit den übrigen Mücken fortpflanzen, sinkt zukünftig insgesamt das Risiko, dass sich Kinder und Erwachsene infizieren. Auch in anderen Ländern, von Brasilien bis Indonesien, wird das Verfahren erfolgreich genutzt.



© Linh Pham / Save the Children



© Soraya Ali / Save the Children

Syrien: Weniger Fehlgeburten

Traumatische Erlebnisse wie wiederholte Luftangriffe können Fehlgeburten auslösen. In einer Mutter-Kind-Klinik nahe Idlib ist mit dem Ende des Konflikts im Land die Zahl der Fehlgeburten nun von 33 pro Monat auf weniger als 15 gesunken, wie eine Ärztin der Klinik berichtet. Wir unterstützen Kinder und Familien in Syrien seit 2012 und haben im vergangenen Jahr mit der Eröffnung eines Länderbüros die Präsenz im Land verstärkt. Denn die Herausforderungen sind weiterhin groß: 16,7 Millionen Menschen – fast drei Viertel der Bevölkerung – benötigen humanitäre Hilfe.



© Eve Matheson / Save the Children

Sambia: Hilfe auf Rädern

140 neue Gesundheitshelfer*innen sind in Sambia mit Fahrrädern unterwegs. Dadurch sind sie mobiler und gelangen schneller zu schwangeren Frauen und ihren Neugeborenen. Bisher fehlte in vielen ländlichen Gegenden eine

ausreichende medizinische Versorgung während der Schwangerschaft, Geburt und der ersten Monate danach. Die freiwilligen Helfer*innen wurden geschult und beraten die Familien, bei Bedarf können sie in eine Klinik überweisen. Das Konzept ist bewährt, auch in Cote d'Ivoire sind Teams mit Rädern im Einsatz (siehe Foto). Dort sind sie besonders gegen die Ausbreitung von Malaria aktiv.

Weltweit: Gesunde Umwelt ist ein Kinderrecht

In einem wegweisenden Gutachten hat der Internationale Gerichtshof 2025 eine saubere, gesunde und nachhaltige Umwelt zum Menschenrecht erklärt. Damit erkannte das Gericht auch die negativen Auswirkungen der Klimakrise auf die Rechte von Kindern an. Das höchste Gericht der Welt stellte fest, dass die Staaten auch über die bestehenden Klimaabkommen hinaus verpflichtet sind, Klimaschäden zu verhindern und den Anstieg der globalen Temperaturen auf 1,5 Grad zu begrenzen. Mit Unterstützung von Save the Children sprach unter anderem die damals 16-jährige Klimaaktivistin Vepaia aus Vanuatu vor dem Gerichtshof und berichtete aus eigener Erfahrung über die Folgen von Klimaereignissen für Kinder.



© Save the Children

„Kleine, kraftvolle Momente“

Bewegung tut nicht nur dem Körper gut, sondern auch der Seele. Kinderschutz-Expertin Maryna Petrenko erlebt das immer wieder im Projekt TeamUp, das Kinder aus der Ukraine unterstützt.

Wie sieht deine Arbeit bei Save the Children in der Ukraine aus?

Seit fast zwölf Jahren Sorge ich dafür, dass Kinder, die besonders stark vom Krieg betroffen sind, Schutz und Hilfe erhalten. Dafür plane ich zum Beispiel Projekte, überprüfe, ob unsere Arbeit wirkt, und schule Kolleg*innen bei Save the Children und unseren Partnerorganisationen für ihre Aktivitäten mit Kindern.

Eines dieser Projekte ist TeamUp. Worum geht es dabei?

TeamUp ist für Kinder gedacht, die in einem Kriegs- oder Konfliktgebiet leben oder von dort fliehen mussten. Es geht darum, mit kleinen Spielen gemeinsam in Bewegung zu kommen. Oft drücken



Kinder ihre Gefühle mit dem Körper aus – lange bevor sie die richtigen Worte dafür finden. Wenn sie gemeinsam laufen, springen, spielen oder tanzen, passiert auch in ihrem Innern ganz viel: Sie bauen Spannungen ab, gewinnen Kontrolle über ihren Körper, erleben Zugehörigkeit und haben einfach Spaß.

Kannst du uns Beispiele für ein paar Übungen geben?

Es gibt viele verschiedene TeamUp-Aktivitäten: Das Wichtigste ist immer das gemeinsame Erlebnis. Das können Bewegungs-, Geschicklichkeits- oder Teamspiele sein, aber auch Kreistänze oder Übungen zur Körperwahrnehmung. Oder der Versuch, das Gegenüber zum Lachen zu bringen. Im Vordergrund steht, dass die Kinder auf spielerische Weise lernen, mit ihren Gefühlen umzugehen.

Geht es auch darum, „Dampf abzulassen“ und sich auszupowern?

Auch, aber am Ende um viel mehr. Kinder, die regelmäßig an TeamUp teilnehmen, werden selbstbewusster und erfahren, dass man gemeinsam etwas erreichen kann. Sie lernen, sich auszutauschen, sich zu konzentrieren und füreinander da zu sein. Wenn bei den Spielen auffällt, dass es einem Kind nicht so gut geht, können wir der Familie zum Beispiel psychosoziale Unterstützung anbieten oder ihnen Kontakt zu Psycholog*innen vermitteln.

Erinnerst du dich an einen besonderen TeamUp-Moment?

In fast jeder Gruppe gibt es Kinder, die das Ganze erstmal „von der Seitenlinie“ beobachten und zurückhaltend oder angespannt sind. Im Laufe der Zeit tauen aber auch sie immer mehr auf, lächeln, machen mit. Schließlich ermutigen sie sogar andere, sich ebenfalls zu öffnen. Das sind kleine, aber zugleich unglaublich kraftvolle Momente. Sie zeigen, wie Bewegung und Spiel einen sicheren Raum schaffen können, in dem Kinder wieder Hoffnung schöpfen – selbst nach schlimmen Erlebnissen.

Was wünschst du dir für die Kinder?

Ich wünsche mir, dass sich jedes Kind sicher und unterstützt fühlt – und dass es Träume für seine Zukunft hat. Ich hoffe, dass sie alle von Menschen umgeben sind, die sich um sie kümmern und ihre Rechte schützen. Vor allem aber wünsche ich ihnen Frieden und die Chance, einfach wieder Kinder zu sein.



© Iryna Prytchyna / Save the Children

Florian Westphal bei einem TeamUp-Spiel mit Kindern in der Region Sumy. Der Geschäftsführer von Save the Children Deutschland besuchte im Februar die Frontgebiete der Ukraine.

Das **TeamUp-Projekt** hat Save the Children gemeinsam mit den Organisationen War Child und UNICEF in den Niederlanden entwickelt. Es wird weltweit in 29 Ländern angeboten und erreicht jährlich mehr als 100.000 Kinder ab sechs Jahren. Im Jahr 2023 wurde TeamUp mit dem Laureus Sport for Good Award ausgezeichnet.

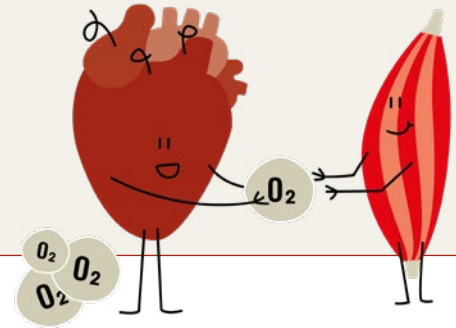


© privat

Maryna Petrenko ist Expertin für Kinderschutz bei Save the Children. Sie hat Psychologie, Pädagogik, Wirtschafts- und Verwaltungswissenschaften studiert und unter anderem als Lehrerin gearbeitet. In ihrer Freizeit leitet sie Sportkurse an, zum Beispiel Step-Aerobic und Pilates – für Maryna ein guter Weg, um Energie zu tanken.

Das passiert, wenn wir uns bewegen

Manchmal löst sich ein kniffliges Problem nicht durch weiteres Nachdenken, sondern ganz unerwartet während eines Spaziergangs. Denn Bewegung macht das Denken leichter – und nicht nur das. Erfahren Sie hier mehr darüber, was im Körper von Erwachsenen und Kindern passiert, wenn er in Schwung kommt.



Herzensangelegenheit

Bewegung regt die Durchblutung an und Sauerstoff wird zum Herzmuskel transportiert. Je trainierter der Körper ist, desto leichter hat es das Herz: Denn wenn es weniger Sauerstoff und Blut in die Muskeln pumpen muss, kann es langsamer schlagen und wird geschont.



Balance

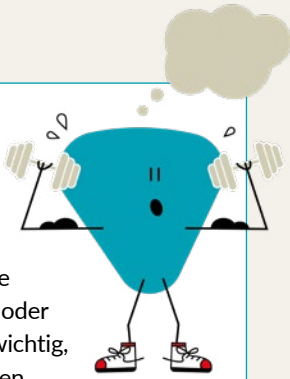
Botenstoffe wie Endocannabinoide beeinflussen, wie wir uns fühlen. Der Körper produziert sie, wenn wir aktiv sind, zum Beispiel beim Joggen oder anderem Ausdauersport. Wie ein natürliches Schmerzmittel sorgen sie dafür, dass sich alles trotzdem leicht anfühlen kann – bis hin zur Euphorie.

Kraftstoff

Sport macht Muskeln. Und die brauchen wir nicht nur, um uns zu bewegen. Sie stellen Substanzen – Myokine genannt – her, die sie im gesamten Körper verteilen. Myokine helfen gegen Entzündungen – wie eine innere Apotheke, die immer genau das Richtige zur Hand hat. Übrigens: Muskeln können bis ins hohe Alter aufgebaut werden.



Stress-Stopper



Stresshormone wie Adrenalin oder Cortisol sind wichtig, um in brenzlichen Situationen sofort reagieren zu können. Doch Dauerstress oder ständiges Grübeln machen krank. Sport wirkt hier als Gegenspieler; er senkt Stresshormone, flutet Zellen mit Sauerstoff und schüttet Glücksbotenstoffe wie Serotonin aus. Während das Gehirn die Bewegung koordiniert, stoppt das Gedankenkarussell zwangsläufig. Diese Fokus-Verlagerung schenkt dem Denkzentrum eine erholsame Pause. Das Ergebnis: Die Anspannung weicht, der Kopf wird klar und man ist spürbar gelassener.

Vernetzen

Neues lernen, sich erinnern und Überflüssiges vergessen – das regeln die 86 Milliarden Nervenzellen im Gehirn. Gerüche, lesen, puzzeln oder das Zusammensein mit anderen helfen genauso wie Sport, dass Nervenbahnen wie Straßen in unserem Kopf entstehen. Bewegung schüttet Wachstumsfaktoren aus, die sie aufbauen und stärken. Damit können aus holprigen Pfaden Autobahnnetze werden, auf denen unsere Gedanken hin und her flitzen.

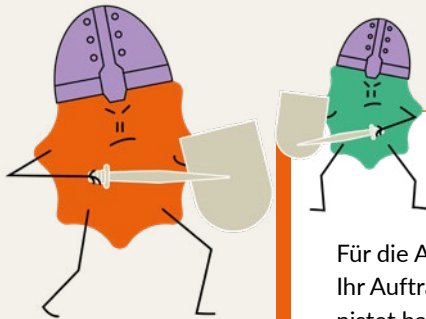


Zum Mitmachen

So einige Bewegungen, die Kindern leicht fallen, verlernen wir im Laufe des Lebens. Doch es lohnt sich, sie wieder zu üben.

Probieren Sie es mal aus!

- 30 Sekunden auf einem Bein stehen. Wenn das einfach ist: Schließen Sie dabei 15 Sekunden die Augen.
- Setzen Sie sich auf den Boden und stehen wieder auf – maximal ein Arm darf dabei helfen.
- Gehen Sie auf einer geraden Linie entlang – bleiben Ihre Füße bei jedem Schritt darauf? Dann jetzt einmal rückwärts!
- Kennen Sie noch den „Hampelmann“? Die Arme gehen nach oben, wenn die Beine in die Grätsche hüpfen, dann wieder zurück. Schaffen Sie 30 hintereinander?



Aufräumen

Für die Abwehr von Krankheiten stehen unsere natürlichen Killerzellen bereit. Ihr Auftrag ist es, Zellen zu vernichten, in denen sich Krankheitserreger eingenistet haben. Dazu schütten sie Botenstoffe des Immunsystems aus. Trainiert der Mensch, spornt es auch die Killerzellen an: Sie nutzen ihre Energie effizienter und reagieren angepasster auf Erreger und Entzündungen.



Ring frei für Shehab

Boxen gab Shehab neues Selbstvertrauen. Heute setzt sich die 16-Jährige auch für andere Kinder ein.*

© Kate Stanworth / Save the Children

Im Geflüchtetenlager Zaatari in Jordanien lernen Mädchen nicht nur Selbstverteidigung – sondern auch, für ihre Rechte einzustehen.

Wenn Shehab* an den Boxsack tritt, wird ihr Blick entschlossen. Sie hebt die Hände mit den gepolsterten Handschuhen, holt aus und trifft mit der Rechten kraftvoll in die Mitte. Einmal, zweimal, dreimal, bevor sie mit einem Fußtritt nachsetzt. Ihre Freundinnen applaudieren, Shehab lächelt. „Bevor ich hierherkam, war ich am Boden zerstört. Heute bin ich stark“, sagt sie.

Shehab kommt regelmäßig in unser Mädchen-Zentrum im Lager, wo nun die nächste aus der Trainingsgruppe den Sack fixiert.

Im Lager leben mehr als 50.000 Menschen, die einst aus Syrien geflüchtet sind. Shehab kam als Vierjährige mit ihren Eltern und fünf Geschwistern hierher. Zwei Jahre später wurde sie eingeschult, gehörte schnell zu den Klassenbesten. Doch dann

begannen einige Kinder, sie zu verspotten: Ihr linker Arm ist von Geburt an nicht voll entwickelt. Das Mobbing wurde so schlimm, dass sie sich immer mehr zurückzog und in der neunten Klasse sogar die Schule abbrach. „Ich fühlte mich furchtbar, aber meinen Eltern habe ich nichts erzählt, sondern alles in mich hineingefressen“, erinnert sie sich.

Das änderte sich, als eine Mitarbeiterin von Save the Children Shehab in das Zentrum einlud. Die Einrichtung ist einzigartig im Zaartari Camp, denn sie wird ausschließlich von und für Mädchen und junge Frauen betrieben. Die Älteren kümmern sich als Mentorinnen um die Jüngeren. Alle Aktivitäten plant die Gruppe gemeinsam. Es gibt Selbstverteidigungskurse und Sprachunterricht, Yoga und Kunsttherapie, eine Bibliothek und einen Kindergarten für die jüngeren Geschwister. Wer wie Shehab Unterricht verpasst hat, erhält Nachhilfe. Und die Mädchen erfahren, dass sie Rechte haben und dass ihre Stimme zählt.

Fröhlich und laut geht es im Zentrum zu, meist finden mehrere Aktivitäten gleichzeitig statt, dabei läuft im Hintergrund Musik. Für

Shehab war all das neu und ungewohnt, als sie zum ersten Mal hierherkam. Doch mit der Zeit merkte sie: Statt Spott und Mobbing gibt es hier Gemeinschaft und Bestätigung. „Ich wurde stärker, selbstbewusster und habe gelernt, mit den Gemeinheiten umzugehen“, erzählt sie. „Ich weiß jetzt, dass nicht ich das Problem bin, sondern die, die mich mobben.“

Auf ihrem Weg hat ihr auch der Sport geholfen: „Es ist ein tolles Gefühl, zu wissen, dass ich mich selbst verteidigen kann. Und wenn ich wütend bin, lasse ich alles beim Boxen wieder raus.“ Auch die anderen Mädchen sind in solchen Momenten für sie da. Alle helfen sich gegenseitig, feuern an, klatschen Beifall. Das Boxen ist im Zentrum mehr als ein Sport: Mit jedem Schlag auf den Sandsack wächst das Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten.

Shehab geht inzwischen wieder zur Schule, bekommt gute Noten und hat auch dort Freundinnen gefunden. Kinder in ihrer Nachbarschaft klärt sie in Workshops über ihre Rechte auf. „Jeden Tag verändert sich etwas in mir“, sagt sie. „Mein Wissen wächst, und ich nutze es, um etwas zurückzugeben.“



Shehab und ihre Freundinnen haben Spaß beim Denksport auf dem Schachbrett.

© Kate Stanworth / Save the Children



**„Fußball
hilft mir,
ein Stück
Freiheit zu
spüren!“**

© Roni Ahmed / Save the Children



Dana* floh aus dem Irak, als sie acht Jahre alt war. Im Gepäck hatte sie Erinnerungen an Gewalt, Hunger und Angst. Das Zusammensein mit anderen Kindern und ein Ball halfen ihr, wieder nach vorn zu schauen.

„Die Kampfflugzeuge flogen am Himmel und bombardierten alles. Ich fühlte mich wie ein Vogel, der darauf wartet, gefangen zu werden. Ich werde diese Tage nie vergessen“, erzählt Dana, die mit ihrer Mutter Duha* ihr Zuhause verließ. Auf dem Weg in die Türkei strandeten sie in einem Geflüchtencamp im Nordosten Syriens. Hier konnte Dana zum ersten Mal eine Schule besuchen. Doch das Erlebte hatte Spuren hinterlassen. Duha berichtet, dass ihre Tochter Alpträume hatte und große Schwierigkeiten,



© Roni Ahmed / Save the Children



© Roni Ahmed / Save the Children

Links: So wie Dana* nehmen Kinder an vielen Orten der Welt an unserem Programm „Healing and Education through the Arts (HEART)“ teil; es ist eine Form der psychosozialen Unterstützung.

Rechts: Über den Schutz- und Spielraum sagt Danas Mutter: „Ein Ort wie dieser bedeutet uns Eltern so viel. Die Kinder treffen Freunde, spielen Spiele, vergessen ihre schlechten Erinnerungen und lernen neue Dinge. Hier können sie Träume aufbauen.“

sich an das Leben im Zelt zu gewöhnen. Sie zog sich immer mehr zurück und verlor auch das Interesse am Lernen. „Es gab viele Menschen und Kinder, die ich nicht kannte. Ich blieb zuhause und hatte keine Ahnung, wie das Leben im Camp aussah“, erinnert sich auch Dana.

Zu dieser Zeit bauten wir im Camp einen Schutz- und Spielraum auf, wo sich die Kinder treffen und an verschiedenen Aktivitäten teilnehmen können. Als Danas Mutter davon hörte, bat sie die Mitarbeitenden, zu ihnen nach Hause zu kommen und ihrer Tochter davon zu erzählen. Dana konnte überzeugt werden und beschloss, hinzugehen und es einmal auszuprobieren. Das war der Beginn einer großen Veränderung. Dana nahm an einem Kreativprogramm teil, in dem die Kinder malen, Theater spielen oder singen. In Veranstaltungen lernten sie Methoden kennen, um mit Stress umzugehen,

sie übten, sich gegenseitig zu unterstützen und selbstbewusster zu werden. „All das macht mich glücklich“, sagt Dana.

„Fußball ist mein Lieblingssport. Meine Mannschaft besteht aus fünf Mädchen. Ich trainiere sie. Manchmal bin ich Torhüterin, manchmal Verteidigerin. Es ist ein wunderbares Gefühl, das Spiel zu gewinnen. Wir haben schon oft gewonnen.“

So gestärkt stellte sie die traditionellen Gewohnheiten auf den Kopf: Denn nachdem sie den Jungen beim Fußballspielen zusah, wollte sie es unbedingt auch versuchen. Unser Team half ihr dabei, eine Mädchenmannschaft zu gründen. Ein echter Treffer – Fußball hat ihr Herz im Sturm erobert!

Heute ist Dana 13 und geht in die fünfte Klasse. Fragt man sie, was sie später einmal werden möchte, ist ihre Antwort klar: Fußballerin – in ihrem Umfeld alles andere als selbstverständlich für ein Mädchen. Ihre Mutter ist eher für Anwältin, denn sie wünscht sich, dass Dana später für sich und andere Frauen eintreten und ihre Rechte verteidigen kann. Dass ihre Tochter die

Kraft hat, Dinge zu verändern – auf dem Spielfeld und darüber hinaus – hat sie bereits gezeigt.

Gemeinsam helfen



Rund um den Schulhof

Sportlicher Einsatz an einer Realschule in Baden-Württemberg: Auf dem Hof war ein Parcours markiert und jede Klassenstufe hatte 20 Minuten Zeit, um ihn abzulaufen. Im Vorfeld hatten sich die Kinder persönliche Sponsor*innen gesucht, die für jede gelaufene Runde einen Geldbetrag spendeten. Durch das große sportliche Engagement und weitere Erlöse aus dem Verkauf von Essen und Trinken kamen 8.415 Euro zusammen. Danke!



Zusammenstehen

Cem Depetros Herz schlägt nicht nur für den Fußball, sondern auch für das Miteinander. Deshalb hat der Inhaber einer Fußballschule in Wuppertal in der Adventszeit eine digitale Spendenaktion für Save the Children gestartet. „Das ist einfach umzusetzen und ich finde: Wer etwas gibt, ganz egal wie viel, sorgt mit dafür, dass die Welt ein bisschen besser wird. Und das ist für mich Teamgeist“, sagt er. Dem können wir nur zustimmen und bedanken uns herzlich für die Spende!



Runner's High

„Laufen macht den Kopf frei, das tut gut“, sagt Friederike Feil. Nach einer längeren Pause hat sie wieder mit dem Laufen angefangen, und im Mai steht bereits ihr dritter Halbmarathon an. „Diesmal möchte ich mein Vorhaben nutzen, um auf Kinder hinzuweisen, die Hilfe benötigen.“ Deshalb feuern Familie und Freund*innen sie nun auch in einer Online-Aktion an und spenden dabei. Vielen Dank dafür und die besten Wünsche für die persönliche Bestzeit!

Auch über Ihr eigenes Leben hinaus können Sie viel bewegen: mit einer Testamentsspende.

Kommen Sie zu unseren kostenlosen Veranstaltungen in verschiedenen Städten und erfahren Sie mehr über das gemeinnützige Erben und Vererben.

Weitere Informationen und Anmeldung unter www.savethechildren.de/testamente oder telefonisch unter 030 27595979-119.



Vielleicht haben Sie Lust bekommen auf zusätzliche Motivation? Egal, ob Sie selbst aktiv sind oder zusammen ein Spiel anschauen, gern unterstützen wir Sie bei einer Spendenaktion.

www.savethechildren.de/sport-fuer-spenden



„Ich weiß, der Regen wird kommen. Aber ich habe keine Angst mehr.“

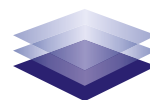
Cricket ist der Lieblingssport von Arslan – sein großer Bruder hat es ihm beigebracht. Auch Fußball spielt er gern und ist der schnellste Läufer in seiner Clique. Doch nach einem starken Monsoonregen war daran nicht mehr zu denken: Arslans Dorf in der pakistanischen Provinz Sindh wurde komplett überflutet. Der 13-Jährige hatte große Angst und vermisste es, im Freien herumzutoben. Da kamen wir ins Spiel: Save the Children besorgte Sportgeräte und richtete im Dorf Orte ein, an denen Kinder sicher und geschützt draußen spielen konnten. Arslan half das sehr. Und er weiß nun: Der nächste Regen wird kommen – aber sein Dorf wird mit den Folgen nicht alleingelassen.

Danke

Spendenkonto: SozialBank (neu!)
IBAN: DE96 3702 0500 0003 2929 12
BIC: BFSWDE33XXX

Save the Children Deutschland e.V.
Seesener Straße 10 – 13, 10709 Berlin
Tel.: 030 27595979-79
E-Mail: spendenservice@savethechildren.de

www.savethechildren.de



Initiative
Transparente
Zivilgesellschaft

