



## In Vielfalt zusammen leben!

### Inhalt dieser Ausgabe

#### **Vorwort**

Begegnungen

**Seite 2**

#### **Hier bin ich zu Hause**

Eritrea – frühchristliches Land am Roten Meer

**Seite 3 – 4**

#### **Rezepte des Monats**

Injera, Signi und Kulua – Gerichte aus Eritrea

**Seite 5 – 7**

#### **Ein Tag im Leben von ...**

Ibrahim und Hussein: Geflüchtete aus Eritrea in Oyten

**Seite 8**

#### **Fest des Monats**

Eritreisch-orthodoxes Weihnachtsfest

**Seite 9**

#### **Interkultureller Kalender**

**24. Dezember:** Heiligabend

**25. Dezember:** 1. Weihnachtstag

**26. Dezember:** 2. Weihnachtstag

**31. Dezember:** Silvester

**1. Januar:** Neujahr

**6. Januar:** Epiphania (Heilige Drei Könige)

**7. Januar:** Weihnachtsfest (orthodox)

**19. Januar:** Theophanie (orthodox)



## Begegnungen

### Im Alltag

(bbb) Als im Sommer 2014 die ersten Eritreer nach Sagehorn kamen, war das für die meisten Oytener eine ganz neue Erfahrung. Zwei bis drei Jahre später gehören Begegnungen mit Flüchtlingen aus Eritrea und Somalia, Syrien, Afghanistan, dem Iran und Irak sowie von der Elfenbeinküste auch in der Gemeinde Oytten zum Alltag.

Dabei möchten viele „Altbürger“ mehr über die „Neubürger“ wissen. Wie sieht es in den Heimatländern der Flüchtlinge aus? Wie haben sie dort gelebt? Welche Gerichte haben sie gekocht? Welche Feste gefeiert?

Wie kommen die Flüchtlinge hier mit der deutschen Sprache zurecht? Wie werden sie in den Oytener Arbeitsmarkt integriert?

All diese Fragen versuchen wir, mit dem neuen Infobrief zu beantworten, der zukünftig circa alle drei Monate erscheinen wird. In elektronischer Form können die Infobriefe (auch ältere Ausgaben) auf der Homepage des gemeinnützigen Vereins „Oytten-hilft e.V.“ heruntergeladen werden. Ausdrücke der jeweils aktuellen Ausgabe liegen im Rathaus, den Kirchengemeinden, einigen Schulen und Kitas, Arztpraxen und Apotheken sowie in vielen Oytener Geschäften zur kostenlosen Mitnahme aus.

In der vorliegenden Ausgabe finden Sie Informationen zu Eritrea, dem Land am Roten Meer, aus dem circa 45 der hier lebenden Flüchtlinge stammen. Mit einigen Männern haben wir wieder die „Rezepte des Monats“ gekocht (► Seite 5 – 7), andere Flüchtlinge haben uns von ihrem Leben in Eritrea und Oytten erzählt (► Seite 8) und mit weiteren Geflüchteten haben wir über das eritreisch-orthodoxe Weihnachtsfest gesprochen (► Seite 9). Für diese

Gespräche und besonders das gemeinsame Kochen danken wir allen Flüchtlingen sehr herzlich, ebenso wie den beiden Ehrenamtlichen, die uns dabei unterstützt haben.

### Beim Internationalen Begegnungsfest

Zum großen Begegnungsfest für Geflüchtete und Ehrenamtliche kamen am 29. Oktober 2016 circa 300 Besucher aus 15 Nationen. Weitere Fotos sehen Sie auf der Website [www.Oytten-hilft.de](http://www.Oytten-hilft.de)



## Eritrea – frühchristliches Land am Roten Meer

### Lage und Klima

(BK) Eritrea liegt im äußersten Osten des afrikanischen Kontinents am Roten Meer. Darauf weist schon sein Name hin, der aus dem Griechischen kommt und „Rotes (Meer)“ bedeutet. Im Nordwesten grenzt das Land an den Sudan, im Süden an Äthiopien und Dschibuti.



Abbildung: © Fenton - fotolia.com

Bis in den Nordwesten Eritreas reichen die Ausläufer der Sahara, im Südosten des Landes liegt die berühmt-berüchtigte Danakilwüste, die heißeste und trockenste Wüste der Erde. Dort liegt auch der tiefste Punkt des Landes, 75 m unter dem Meeresspiegel. Die höchste Erhebung dagegen ist mit dem Berg Soira über 3.000 m hoch. Die meisten Städte liegen im Hochland, da dort das Klima erträglich ist. Auch die Hauptstadt Asmara (ca. 800.000 Einwohner) befindet sich hier. Weitere größere Städte sind Assab, Cheren, die Hafenstadt Massaua, Mendefera und Barentu.

### Bevölkerung, Religion und Bildung

Die Einwohnerzahl liegt nach Angaben des Auswärtigen Amtes bei 5 Mio. Hinzu kommen ca. 800.000 Auslandseritreer. Die Bevölkerung wächst schnell, da es keine Verhütungsmittel gibt.

In Eritrea gibt es neun größere ethnische Gruppen; mehr als die Hälfte der Bevölkerung gehört zur Volksgruppe der Tigrinya. Etwa die Hälfte der Eritreer sind Muslime, die anderen (meist orthodoxe) Christen. Das Staatsoberhaupt Isayas

Afewerki ist Christ, dennoch werden einige kleine nicht anerkannte christliche Minderheiten verfolgt.

Offiziell anerkannte Sprachen sind alle Sprachen der neun Ethnien, doch sprechen die meisten Eritreer tigrinisch. In einigen Landesteilen wird auch arabisch gesprochen, Viele Jüngere können etwas englisch.

Offiziell besteht Schulpflicht für alle Kinder zwischen 7 und 13 Jahren; dennoch besuchen viele Kinder nicht einmal eine Grundschule, geschweige denn eine weiterführende Schule. Mädchen sind benachteiligt. Der Anteil der Analphabeten insgesamt liegt bei circa 30 %.

Die einzige Universität des Landes, die sich in Asmara befand, wurde 2004 geschlossen.



In Asmara (Abbildung: © Stefan Boness/lpon)

### Landwirtschaft und Industrie

75 bis 80% der Bevölkerung arbeiten in der Landwirtschaft; dennoch kann sich das Land nicht selbst ernähren, teils wegen der schwierigen klimatischen Bedingungen und Bodenverhältnisse, teils wegen der politischen Situation nach langen Kriegen.

Hauptanbauprodukte sind Getreide (Teff), Baumwolle, Mais und diverse Gemüse. Außerdem wird Wein angebaut.



Teff-Ernte im Hochland

Die wichtigsten Industriezweige sind die Textil- und Zementproduktion; außerdem werden Busse und Transporter hergestellt.

Eritrea hat viele Bodenschätze, die aber nur z.T. genutzt werden: Kupfer, Silber, Zink, Gold, Schwefel, Nickel und Pottasche. Baumaterialien und Salz werden exportiert.

### Verkehr

Für afrikanische Verhältnisse waren die Straßen früher (von den Italienern) gut ausgebaut. Später wurden viele aber weitgehend zerstört und sind heutzutage Schotterpisten. Auf Fotos von Straßen in den Städten sind kaum Autos zu sehen. Laut Statistik gibt es zwei Autos auf tausend Einwohner (in Deutschland ca. 520/1000). Zwischen Asmara und Massaua existiert eine Eisenbahnlinie, außerdem gibt es mehrere Flughäfen mit internationalen Verbindungen.

### Geschichte und Politik

Auf dem Gebiet des heutigen Eritrea und Äthiopien und darüber hinaus befand sich bereits Jahrhunderte vor Christus bis zum 7./8. Jahrhundert nach Christus das bedeutende Aksumitische Reich, benannt nach seiner Hauptstadt Aksum. Es wurde Mitte des 4. Jahrhunderts das erste christliche Land auf afrikanischem Boden. Seine Hafenstadt Adulis spielte als Zwischenhandelsstadt eine wichtige Rolle für den Handel Roms mit Indien.

Im Mittelalter unterstand Eritrea den (christlichen) äthiopischen Kaisern, ab Mitte des 16. Jahrhunderts wurde es für 300 Jahre eine Kolonie des Osmanischen Reichs. In dieser Zeit wurden besonders viele Bewohner islamisiert, nicht immer freiwillig.

Ende des 19. Jahrhunderts wurde Eritrea eine italienische Kolonie, 1941 wurde das Land von der britischen Militärverwaltung übernommen. Nach dem 2. Weltkrieg musste Eritrea mit Äthiopien aufgrund eines UN-Beschlusses eine Föderation eingehen, die mit der Zeit allerdings zur Unterdrückung Eritreas durch Äthiopien führte. Ab 1962 kämpfte Eritrea circa 30 Jahre für die Unabhängigkeit, die der Staat offiziell am 24. Mai 1993 erlangte. Seitdem ist der 24. Mai eritreischer Nationalfeiertag.

Wegen späterer weiterbestehender Grenzstreitigkeiten fühlt sich Eritrea aber noch immer im Krieg mit Äthiopien. Deshalb werden Männer und Frauen teilweise jahrzehntelang zum Militärdienst eingezogen und 16 % der staatlichen Ausgaben für die Verteidigung ausgegeben.

### Warum verlassen Eritreer in großer Zahl ihr Land?

Viele Eritreer fliehen vor dem Militärdienst, zu dem sie zwischen dem 18. und 50. Lebensjahr verpflichtet sind. Sie können jederzeit eingezogen und jahrelang zum Dienst gezwungen werden. Dazu gehören nicht nur militärische Aufgaben, sondern auch Straßenbau, Zwangsarbeit in der Landwirtschaft unter teils menschenverachtenden Verhältnissen. Wer aufbegehrt, muss mit Haft, Verschleppung, Aussetzung in der Wüste und ähnlichem rechnen. Oppositionelle verschwinden oft spurlos. Viele kleine christliche Gruppierungen werden bis ins Privatleben hinein überwacht, verfolgt und drangsaliert.

## Die eritreische Küche

### Injera – ein spezielles Fladenbrot

(BK) DAS Grundnahrungsmittel sowie Löffel, Gabel und Messer in einem ist in Eritrea wie auch in Äthiopien Injera (gesprochen: Indschéra). Es ist ein Fladen aus einem Getreide, das es bei uns nicht gibt. Es heißt Teff. Seine Körner sind nicht viel größer als Grassamen. Sie müssen fermentieren und werden zu dünnen Pfannkuchen gebacken, die umso besser sind, je mehr sie mit vielen kleinen Poren durchsetzt sind als Zeichen einer guten Fermentierung. Sie werden nicht gesalzen oder gewürzt.

Die Eritreer in Oytan wissen sich zu helfen: Sie nehmen Weizenmehl, breiten es auf einem Backblech aus und lassen es eine halbe bis eine Stunde im Backofen leicht bräunen. Von dem anschließend auf circa 30 bis 35 Grad abgekühlten Mehl nehmen sie eine Handvoll ab und vermengen es mit Hefe und lauwarmem Wasser, damit es „fermentiert“, d.h. geht.

Dann geben sie zu einem Kilo Mehl eine Tasse Maismehl und in kleinen Portionen warmes Wasser, bis ein dünnflüssiger Teig entstanden ist. Das Ganze muss 10 bis 12 Stunden gehen und ergibt ungefähr 3 Liter Injerateig. (Ein bis zwei Tassen des flüssigen Teigs hebt man im Kühlschrank auf als Ansatz für die nächsten Fladen; so wie man bei uns beim Brotbacken einen Rest Sauerteig als Ansatz für das nächste Brot aufhebt.)

Aus dem flüssigen Injerateig werden in einer großen Pfanne viele dünne Fladen für die nächsten Mahlzeiten gebacken. In

einer Plastiktüte verpackt, lassen sie sich auf einem runden Tablett oder Teller bis zu einer Woche aufheben.

Ich habe versucht, selbst Injera herzustellen. Nach vielen Versuchen mit zwei unterschiedlichen Teigen und verschiedenen Pfannen habe ich es allerdings aufgegeben und nehme als „Beilage“ für die folgenden eritreischen Gerichte nun Fladenbrot, Brötchen, ungewürzte Pfannkuchen oder Nudeln. Nudeln sind in Eritrea ursprünglich nicht bekannt; sie kamen erst während der italienischen Kolonialzeit nach Eritrea und sind heute recht beliebt.

Wir haben mit einigen eritreischen Männern vier Gerichte ausprobiert, von denen wir in dieser Ausgabe des Infobriefs zwei beschreiben. Alle Gerichte werden auf die Injera-Fladen gehäuft; alle vier sind sehr schmackhaft; alle mit Zwiebeln, Tomaten und Knoblauch. Keine Angst vor viel Knoblauch. Man schmeckt ihn nicht vor und riecht auch nicht danach, vermutlich wegen seiner intensiven Verarbeitung. Das Essen ist auch nicht zu scharf. Man isst mit den Fingern und benutzt Injerastücke wie essbares Besteck. Besonderen Spaß werden Ihre Kinder dabei haben.



## Signi – eine würzige rote Soße

Nie fehlen darf in Eritrea die scharfe rote Soße, Signi genannt, die wir aber unserem Geschmack entsprechend nicht allzu scharf gemacht haben. Das Wort Soße täuscht, denn Signi ist nicht flüssig, sondern eher dickflüssig bis breiig. Sonst könnte man es nicht mit Injerastückchen greifen.

### Zutaten

- 6 Zwiebeln
- 3 EL Öl
- 1 EL Butter
- 4 Tomaten
- 2 gehäufte EL Tomatenmark
- 1 EL Chilipulver (Die Menge richtet sich etwas nach dem eigenen Geschmack)
- Evtl. 500 g Lamm- oder Rindfleisch ohne Knochen
- 1 ganze Knoblauchknolle



### Zubereitung

Die Zwiebeln schälen, in Viertel teilen und mit dem Stabmixer pürieren. In einen ausreichend großen Topf geben. Mit dem Öl so lange unter häufigem Rühren dünsten, bis die Masse goldgelb und etwas eingetrocknet ist.

Die Butter dazugeben. (Eritreische Butter ist übrigens ungleich schmackhafter als unsere.) Die Tomaten in Viertel schneiden und mit dem Stabmixer pürieren (mit Schale). Zu den Zwiebeln geben und immer wieder rühren, damit nichts ansetzt. Tomatenmark und Chilipulver zugeben und weiterköcheln lassen.

Jetzt das Fleisch in kleine Würfel schneiden und zugeben. (Arme Menschen in Eritrea müssen und Vegetarier in Oytien können das Fleisch getrost weglassen.) Eventuell ein kleines Glas Wasser zugeben.

Den Knoblauch schälen, in einem Mörser mit Salz zu Mus zerreiben und zugeben. (Wer wie die Eritreer in Oytien keinen Mörser hat, schneide die Knoblauchzehen mit Salz und ein paar Tropfen Wasser in winzige Stücke. In Eritrea – wie auch in Syrien – (► Infobrief Nr. 1) kocht man mit viel Zeit und Hingabe.

Das Ganze unter gelegentlichem Umrühren eine bis eineinhalb Stunden köcheln lassen, bis das Fleisch weich ist und eine breiige Masse entstanden ist.

Nochmals: Alles, was auf Injera gehäuft wird, hat eine dicke Konsistenz, denn es soll nicht ineinanderlaufen.



## Kulua – eritreisches „Gulasch“

### Zutaten

- 1 kg Lammfleisch ohne Knochen
- 2 große Zwiebeln
- 2 Tomaten
- 1 Knoblauchknolle
- 1 grüne Chilischote
- 1 TL Currypulver



### Zubereitung

Das Lammfleisch in kleine Würfel schneiden und erst einmal beiseitestellen. Die Zwiebeln schälen, schneiden und pürieren; mit etwas Öl unter Rühren dünsten. Das Fleisch zugeben.

Die Tomaten fein würfeln. Die Knoblauchknolle schälen und im Mörser mit Salz zu Mus zerreiben. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und in kleinste Würfel schneiden.

Alles zusammen mit dem Currypulver zu dem Fleisch geben und je nach Fleischqualität eine halbe bis eine Stunde unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen. Möglichst kein Wasser zugeben.

Nachsalzen nach Gefühl.



Injera mit Kulua (oben links) und Signi (oben rechts)



## Ein Tag im Leben von ...

### Ibrahim Omer



(bbb) Dem freundlich lächelnden, großen Mann aus Eritrea sind sicher viele Oytener schon einmal begegnet. Denn der 45jährige Eritreer, der aus der 30000-Einwohner-Stadt Adi Keyh stammt, flüchtete schon 2013 vor der Unterdrückung durch das eritreische Regime und lebt bereits seit dem Sommer 2014 in der Gemeinde Oyten.

Wie alle „Eritreer der ersten Stunde“ wohnte auch der gelernte Krankenpfleger zuerst zusammen mit anderen aus Eritrea Geflüchteten in einem größeren Haus in Sagehorn. Aber schon im August 2015 konnte der inzwischen als Flüchtling anerkannte Mann mit tatkräftiger Unterstützung einiger Ehrenamtlicher eine „eigene“ kleine Wohnung in Oyten beziehen.

Nach Praktika in *Lueßen's Altenpension* und einem Altenheim der Bremer *Egestorff-Stiftung* arbeitet Ibrahim Omer seit Januar 2016 in Vollzeit als Lagerist bei der Oytener Firma *Medi King*. Der Online-Shop ist auf Medizintechnik für Rettungsdienste, Arztpraxen, Krankenhäuser und Pflegeheime spezialisiert und vertreibt Medizinprodukte, mit denen sich Ibrahim Omer aufgrund seiner früheren Tätigkeiten gut auskennt. Die Arbeit macht ihm daher viel Freude, auch wenn er noch immer nicht so gut Deutsch spricht, wie er selbst es sich wünscht.

### Hussein Hamud

Der heute 27jährige Hussein Hamud stammt aus Hagaz, einer Stadt in Zentral-Eritrea, die etwa 115 km südwestlich der Hauptstadt Asmara liegt. Hier ist er aufgewachsen und hat die Schule nach elf Jahren erfolgreich abgeschlossen. Nebenher hat er einige Zeit in einer Bäckerei gearbeitet.

Auch Hussein Hamud ist schon 2014 nach Oyten gekommen und bewohnt seitdem ein Zimmer in dem „Eritreer-Haus“ in Sagehorn.

Wie die anderen „Eritreer der ersten „Stunde“ lernte auch Hussein Hamud Deutsch zunächst nur im Sprachcafé im Familiengarten. Erst 2016 konnte er in Bremen einen offiziellen Sprachkurs belegen, den er nach acht Monaten Unterricht erfolgreich mit dem B1-Test abschloss.



Es folgten Praktika in der *Oytener Firma MK Prototyping*, einem Unternehmen für Holz- und Kunststoffverarbeitung, sowie in dem ortsansässigen Betrieb *Heizung und Sanitär Töbelmann & Hamann*.

Aufgrund der sehr guten Leistungen im Praktikum und der inzwischen guten Deutschkenntnisse bekam Hussein Hamud zusammen mit einem weiteren Flüchtling aus Eritrea im Sommer 2017 die Chance, bei *MK Prototyping* eine Ausbildung zum technischen Modellbauer zu beginnen.

Im Rahmen der dualen Ausbildung erhält Hussein Hamud neben der praktischen Ausbildung in Oyten auch regelmäßig Blockunterricht in der auf technischen Modellbau spezialisierten Berufsschule in Alfeld/Leine.



## Orthodoxes Weihnachtsfest

### In Eritrea und Oytien

(bbb) Orthodoxe Weihnachten in Eritrea – das ist wie bei uns ein fröhliches Fest, dem eine mehrwöchige Adventszeit voraus geht.

Während aber hierzulande heute Christstollen, Lebkuchen und Weihnachtsplätzchen das Warten auf die Ankunft Jesu Christi „versüßen“, ist die Adventszeit in der eritreischen Kirche – wie früher auch in der römisch-katholischen Kirche – noch immer eine Fastenzeit.

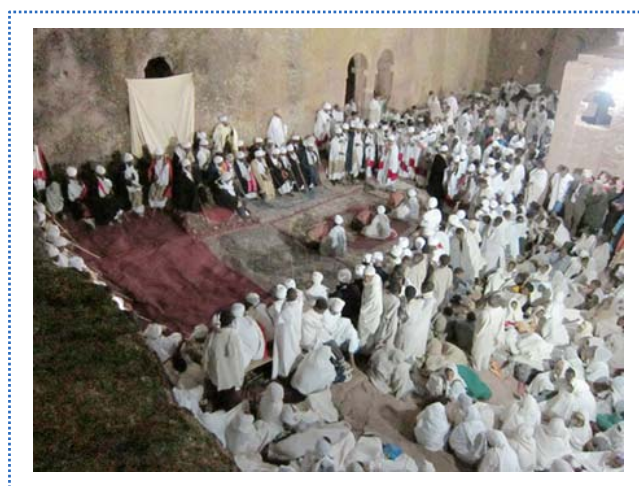
### Fasten im Advent

In den 43 Tagen vor dem orthodoxen Weihnachtsfest, das nach dem in Eritrea geltenden gregorianischen Kalender hier am 7. Januar gefeiert wird, gelten auch für die in Oytien lebenden orthodoxen Christen aus Eritrea strenge Fastenregeln: Generell verboten sind in dieser Zeit neben Alkohol auch alle Lebensmittel, die aus oder von Tieren stammen. Es gibt also weder Fleisch und Fisch noch Milch, Joghurt, Butter, Eier oder Honig. Für die christlichen Flüchtlinge aus Eritrea ist damit auch das bei uns so beliebte Weihnachtsgebäck tabu. Zu den Einschränkungen bei den Lebensmitteln kommen strenge Regeln bei den Essenszeiten dazu. Beim adventlichen Fasten ist das Essen nur am Samstag und Sonntag zu allen Zeiten erlaubt. Am Montag, Dienstag und Donnerstag darf erst ab 14 Uhr gegessen werden, am Mittwoch und Freitag sogar erst ab 16 Uhr.

Verboten sind in dieser Fastenzeit außerdem aufwendige Feiern, bei denen getanzt oder musiziert wird, beispielsweise große Hochzeitsfeiern. Singen dagegen ist auch in den Wochen vor dem orthodoxen Weihnachtsfest erlaubt.

### Ein großes Fest – nicht nur für Christen

Am Abend vor Weihnachten besuchen die Gläubigen in festlicher, meist weißer Kleidung die Kirche und feiern zusammen mit den Priestern die ganze Nacht über die heilige Messe.



Erst am frühen Weihnachtsmorgen gehen die Menschen wieder nach Hause, schlafen ein wenig und treffen sich dann gegen 8 Uhr zum Frühstück. In den meisten Familien gibt es am Weihnachtsmorgen Ga'at, einen Haferbrei mit Butter und Joghurt, den alle gemeinsam aus einer großen Schüssel essen.

Mittags wird Weihnachten, das ja zugleich das Ende einer langen Fastenzeit bedeutet, mit einem großen Festmahl gefeiert. Es gibt Injera mit Huhn, Lamm oder Rind (► Seite 5), dazu das traditionelle eritreische Bier aus Teff und Sorghum sowie Honigwein.

Anschließend stehen Besuche bei Freunden auf dem Programm, es wird gefeiert und am Abend ausgelassen getanzt. Spätestens jetzt ist das orthodoxe Weihnachten ein Fest, das Christen und Muslime in Eritrea – und auch in Oytien – gemeinsam feiern.

#### Impressum ●●●●●●●●●●●●●●●●

**Redaktion:** Dr. Barbara Bornkessel (bbb) – verantwortlich  
Bärbel Kappler (BK)

**Layout:** urban ways Werbeagentur GmbH

**Fotos:** Privat, wenn nicht anders angegeben

