



Gemeinsam brechen wir das Schweigen!

Karin Steinherr (41) wurde jahrelang missbraucht und hilft heute anderen

Wer Karin Steinherr auf der Straße begegnet, ahnt nicht, welch dunkles Geheimnis die 41-Jährige aus Neuburg an der Donau (Bayern) hinter ihrem Lachen verbirgt: Jahrelang wurde sie sexuell missbraucht. Mit neun Jahren zum ersten Mal – von ihrem Stiefvater.

Als sie ihren Peiniger als kleines Mädchen im Schwimmbad kennenlernte, war er noch nett und charmant – auch zu ihrer Mutter. Es dauert nicht lange, bis er als neuer Lebensgefährte bei ihr einzieht und sein wahres Ich zeigt: Immer wieder vergeht er sich an ihr und zwingt sie zu schweigen: „Er

erzählte mir, dass er wegen Kindesmissbrauchs schon mal im Gefängnis saß und drohte, dass ich ins Heim komme, wenn ich irgendwem etwas sage.“ Ihre Mutter und ihr Bruder schauten all die Jahre weg. Mit beiden will sie heute nichts mehr zu tun haben.

Erst Jahre später kann Karin Steinherr dem Horror entkommen. Sie baut sich ein eigenes Leben auf, heiratet, bekommt vier Kinder, wird Gastwirtin. Doch die Vergangenheit holt

Tapfer stellt sie sich ihrer Vergangenheit

sie immer wieder ein. Erst als sie sich vor vier Jahren das erste Mal einem guten Freund anvertraut und ihm alles erzählt, beginnt für sie ein neues, besseres Leben: „Es war eine große Befreiung, endlich darüber zu sprechen und gesagt zu bekommen, dass ich keine Schuld habe.“

Die Kraft, wieder nach vorne zu schauen, will sie nun anderen Missbrauchsoffern schenken – und gründete vor einem Jahr eine Selbsthilfegruppe, die sich einmal im Monat trifft. „Ich vereinbare auch Einzelgespräche oder verabrede mich zu Telefonaten“, sagt Steinherr. „Jeder, der meine Hilfe braucht, kann sich melden – auch Angehörige. Gemeinsam brechen wir das Schweigen!“

DANA BETHKENHAGEN
Kontakt: Telefon
0176/72 75 31 22,
E-Mail: offenegruppe@yahoo.de



In ihrer Selbsthilfegruppe sind Opfer und Angehörige willkommen

Helden des Alltags: So geht's weiter

Liebe Leserinnen und Leser, die große *auf einen Blick*-Aktion nähert sich dem Finale. Noch bis Ausgabe 32/2016 stellen wir Ihnen weitere Kandidaten vor, die Großartiges geleistet haben und so zum Vorbild wurden. Von den insgesamt 20 Helden des Alltags werden fünf bei einer großen Gala ganz besonders prämiert, mit Preisgeldern von insgesamt 12 000 Euro. Die Entscheidung darüber, wer dieses Geld bekommt, treffen Sie und eine Redaktionsjury. Wie Sie abstimmen und was Sie selbst dabei gewinnen können, lesen Sie in *auf einen Blick* 33/2016.

Mit ihrer Offenheit macht Karin Steinherr anderen Missbrauchsoffern Mut

Deutsche Fernsehlotterie: Warum wir helfen

60 Jahre | DEUTSCHE Fernsehlotterie®
macht mehr als glücklich

Helfen ist als Bedürfnis tief in uns verankert. Das ist eine beruhigende Erkenntnis. Immerhin gibt die Helfende den Mitmenschen die Gewissheit, mit ihren Sorgen nicht allein zu sein. Das gilt nicht nur für die Freunde und Familie, sondern auch für fremde Menschen in Not. Grund dafür ist eine wunderbare Eigen-

schaft vieler Bürger – die Empathie. Wenn wir das Leid anderer wahrnehmen, wird die Hilfsbereitschaft in uns geweckt. Die Deutsche Fernsehlotterie ermöglicht Menschen seit 60 Jahren sich zu engagieren – ganz nach ihrem eigenen Anspruch, sei es als Käufer eines Loses oder als Helfer in einem geförderten Projekt.