

---

## DAS IST MEINE GESCHICHTE

Hallo, ich bin Manal, 30 Jahre, aus Syrien. Dort konnte ich wegen des Kriegs nicht bleiben. Meine erste Station war der Irak, vier Jahre später kam ich nach Deutschland. Seit 2017 lebe ich mit meinem Mann und meiner Tochter in Haren (Ems). Über Deutschland hatte ich schon früher viel Gutes gehört: gelebte Demokratie, Freiheit, Bildung und Sicherheit. Doch Ankommen in Deutschland ist schwer, aber ich habe die Hoffnung noch nicht aufgegeben.



---

### Mein Leben in Syrien und als Geflüchtete in Irak:

Ich komme aus Qamschli, einer Stadt im kurdischen Teil Syriens nahe der Grenze zur Türkei. Aufgrund des Krieges musste ich mein Englischstudium in Homs nach drei Jahren abbrechen. Das war eine schreckliche Zeit. Wir hatten kein Essen, kein sauberes Wasser, keinen Strom und dauernd Angst vor Bombenangriffen. Deshalb bin ich 2013 mit meiner Familie in den Irak geflohen – zu Fuß. Im Irak habe ich für Partnerorganisationen der Vereinten Nationen gearbeitet. Dort habe ich Seminare für Frauen gegeben und mich um traumatisierte Kinder gekümmert. Dann ist meine Tochter geboren. Kurze Zeit später ist mein Mann mit meinem Bruder nach Deutschland gegangen. 2017 durfte ich mit meiner Tochter nachkommen.

### Ankommen und Engagement in Deutschland:

Der Anfang in Deutschland war sehr schwer. Die ersten anderthalb Jahre habe ich viel geweint. Nur wenige haben mit uns gesprochen oder Hilfe angeboten. In dem Harener Ortsteil, wo wir wohnten, gab es fast keine jungen Leute. Ich hatte großes Heimweh. Aber mit dem Umzug ins Zentrum von Haren (Ems) im August 2019 wurde es besser: Wir konnten an Veranstaltungen teilnehmen und meine Tochter bekam einen Kindergartenplatz. Jetzt habe ich endlich mehr Zeit für mich – und mein Deutsch! Ich habe zwei facebook-Gruppen für arabische und kurdische Flüchtlingsfrauen gegründet: In der einen tauschen wir uns über unsere Probleme aus, in der anderen lernen wir zusammen Deutsch. Die zweite Gruppe hat fast 4.000 Mitglieder, größtenteils Mütter, die wegen ihrer Kinder zuhause sind.

Gerne gehe ich zu den Nähcafé-Treffen und habe mich für die Kinderbetreuung beim internationalen Frauentreff gemeldet. Eigentlich möchte ich aber auch mehr Deutsche kennenlernen. Gerade suche ich eine Frauensport- oder Zumbagruppe. Das würde mir helfen, mich hier mehr zuhause zu fühlen. Und ich könnte mein Deutsch verbessern und schneller einen Ausbildungs- oder Arbeitsplatz finden. Auch würde ich mich gerne ehrenamtlich engagieren, am liebsten für Frauen oder Kinder.

### Meine Wünsche für die Zukunft:

Meine Zukunft sehe ich mit meiner Familie in Deutschland. Mir gefallen die demokratischen Werte, die Sicherheit, die gute Infrastruktur und vor allem die vielen (Bildungs-)Chancen für Kinder und Frauen.

Für die Zukunft wünsche ich mir, schnell mein Deutsch zu verbessern. Ich möchte eine Ausbildung zur Übersetzerin machen oder mit Kindern arbeiten. Und soziale Kontakte und Freundschaften mit Deutschen knüpfen. Mein sehnlichster Wunsch ist es aber, meine Eltern im Irak besuchen zu können.

**Ankommen in Deutschland ist schwer, aber nicht unmöglich!**