



## AKTION REGELMÄSSIG

unterstützt hilfsbedürftige Menschen in verschiedenen Ländern unserer Erde. Diese Hilfe umfasst vor allem die Hilfe zur Selbsthilfe, das heißt, die Bedürftigen sollen in die Lage versetzt werden, für die Erfüllung ihrer Grundbedürfnisse wie Nahrung, Wohnung, Gesundheit und Bildung selbst sorgen zu können. Dazu benötigen sie personelle und materielle Hilfe.

## AKTION REGELMÄSSIG

ist eine Gruppe von 12 Personen, die sich bereit erklärt haben, **regelmässig** einen Teil ihres Einkommens und ihrer Zeit dafür einzusetzen, dass Menschen wieder Hoffnung gewinnen, die am Rande ihres Existenzminimums leben, die hungern, in menschenunwürdigen Behausungen leben müssen, die unterdrückt werden und keine soziale Gerechtigkeit erfahren. Dabei sollen vornehmlich die Gruppen unterstützt werden, die bisher keine oder nur minimale Hilfe erhalten.

Die AKTION REGELMÄSSIG wirbt Spender, die ebenfalls bereit sind, **regelmässig** einen Geldbetrag (am besten monatlich per Einzugsermächtigung) für diesen Zweck zur Verfügung stellen. Die Höhe des Betrages bestimmt der Spender.

## AKTION REGELMÄSSIG

arbeitet nach folgenden Kriterien:

- ▶▶ Der Spender soll kein anonymer Helfer sein, sondern jederzeit wissen, wem, wie und womit er hilft.
- ▶▶ Persönlicher Kontakt zu den Betroffenen oder zu Personen, die zuverlässig über Art und Umfang der Hilfsbedürftigkeit informieren können, soll die Entscheidung über die Hilfeleistung bestimmen.
- ▶▶ Die Hilfeleistung soll der Erfüllung von Grundbedürfnissen dienen (Nahrung, Wohnung, Gesundheit, Bildung usw.).
- ▶▶ Die Hilfeleistung soll die Eigenständigkeit der Unterstützten fördern und Hilfe zur Selbsthilfe sein.
- ▶▶ Eine kontinuierliche Fortführung der Hilfeleistung muss gewährleistet sein; dabei ist zu fragen
  - ▶▶ ob die Aussicht besteht, dass die Hilfeleistung von den Betroffenen eigenverantwortlich weitergeführt wird
  - ▶▶ ob die Hilfeleistung eine dauerhafte Verminderung der Hilfsbedürftigkeit, zumindest in einzelnen Aspekten, erzielt,
  - ▶▶ ob die Hilfeleistung auch wirklich einer benachteiligten Gruppe in dem Land zugute kommt,
  - ▶▶ ob das ursprüngliche Ziel der Hilfeleistung neu zu formulieren ist, falls es nicht mehr erreicht werden kann oder ob die Unterstützung einzustellen ist,
  - ▶▶ ob die Inhalte des Projekts und die Art der Hilfeleistung neu hinterfragt und erörtert sowie die Spender neu darüber informiert werden sollen.

Die **AKTION REGELMÄSSIG** wurde am 5. Oktober 1981 gegründet; sie ist überparteilich und überkonfessionell. Alle anfallenden Verwaltungskosten werden von den verantwortlichen Mitgliedern der **AKTION REGELMÄSSIG** getragen.

### Verantwortliche Mitglieder der **AKTION REGELMÄSSIG**:

v.l.n.r. Wolfgang Kaminski, Cornelia Waage, Thomas Hötte, Ehrhard Klamet, Erhard Wiera, Andreas Waage, Erna Wiera, Fiona Wiera, Birgit Kröger, Harald Dörnhaus, Katrin Bach, Reinhard Bach



# Aktion Regelmässige Hilfe e. V. 1981 - 2021

Im Oktober 1981 gründeten zehn Mülheimer die „Aktion Regelmässige Hilfe e.V.“ mit dem Ziel, kleine, überschaubare Projekte in der Dritten Welt zu unterstützen.

Es sollten Menschen unterstützt werden, denen es an der Erfüllung von Grundbedürfnissen, wie Nahrung, Wohnung und Gesundheit mangelt.

Der Grundstein dieser Vereinsgründung lag allerdings zwei Jahre zuvor, als die Gruppe im Rahmen der Kambodscha-Flüchtlingshilfe in allen Mülheimer Gaststätten eine Geldsammlung durchführte. Diese einmalige Aktion brachte nicht nur finanziell ein gutes Ergebnis, sondern auch eine nachhaltige Begeisterung bei den Teilnehmern, denn diese beschlossen aus der einmaligen Hilfe eine regelmäßige Aktion auf die Beine zu stellen.

Mit dem „Carabao“, einem philippinischen Wasserbüffel, der einer Bauern-Kooperative zur finanziellen Unabhängigkeit führen sollte, fing alles an.

Im Wesentlichen werden Projekte der Basisgesundheitsarbeit, der Gemeindearbeit und der schulischen Weiterbildung unterstützt. So werden Gesundheitsprojekte u. a. in Kenia, Uganda, Äthiopien, Guatemala und Peru gefördert.

Geholfen wurde bisher in 30 Ländern. Jährlich verfügt die Gruppe über mehr als 25.000 € an Spenden. Zum 25-jährigen Jubiläum konnte die Gruppe vermelden, dass 500.000 € an Spenden eingegangen und für Projekte ausgegeben wurden, inzwischen sind es insgesamt über 850.000 €. Details siehe [www.aktionregelmaessig.de/statistik](http://www.aktionregelmaessig.de/statistik)

Weitere konkrete Projekte förderten eine Schreinerei in Zimbabwe, ein Krankenhaus in Äthiopien, Straßenkinder in Kolumbien, eine Grundschule in Guatemala, die Gemeinden der Flüchtlingsrückkehrer in El Salvador. Während der ganzen Zeit war es besonders erfreulich, da nicht nur Mitglieder der Gruppe sich einzelne Projekte vor Ort ansehen konnten, sondern da auch Kontaktpersonen aus den Philippinen, Brasilien, Uganda, Nicaragua, Nepal und Zimbabwe die Gruppe in Mülheim besuchten.

Die 12-köpfige Kerngruppe trifft sich nunmehr seit 40 Jahren monatlich, berät über die verschiedenen Projekte und hält den Kontakt zu den Projektpartnern. Über 130 Spender beteiligen sich mit ihren regelmäßigen monatlichen Spenden an dieser Aktion. Dabei ist es erklärtes Ziel, das Geld der Spender ohne Verluste direkt den Bedürftigen zuzuleiten.

Anfallende Verwaltungskosten und andere Auslagen werden von der Kerngruppe getragen.

Aktuell unterstützt die Gruppe mit einem regelmäßigen Beitrag die Gesundheitsarbeit der Missionsärztlichen Schwestern im Südwesten Ugandas, in Peru, Äthiopien und Kenia. Des Weiteren gehören El Salvador, Kirgisien und Guatemala zu den derzeit regelmäßig unterstützten Ländern.

Aktion Regelmässige Hilfe e.V., Kleefeld 50, 45481 Mülheim  
Gläubiger-Identifikationsnummer DE74ARH00000156456  
Mandatsreferenz AR-Spende

## SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Aktion Regelmässige Hilfe e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von Aktion Regelmässige Hilfe e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name (Kontoinhaber)

Straße und Hausnummer

PLZ und Ort

Kreditinstitut (Name)

BIC																				
BIC-Beispiel	G	E	N	O	D	E	D	1	B	B	E									

\_\_\_\_\_ €  
gewünschter monatlicher Spendenbetrag

IBAN																						
IBAN-Beispiel	D	E	5	3	3	6	0	6	0	2	9	5	0	0	7	5	7	0	0	0	1	6

Ort, Datum und Unterschrift

Lastschrift erfolgt jeweils zur Monatsmitte. Eine Spendenbestätigung senden wir Ihnen am Jahresende unaufgefordert zu.

Aktion Regelmässige Hilfe e.V., Kleefeld 50, 45481 Mülheim, Tel. 0208/93 71 99 24  
Bank im Bistum Essen (BLZ 360 602 95) 757 000 16 BIC GENODED1BBE IBAN DE53 3606 0295 0075 7000 16  
Email: [aktionregelmaessig@gmx.de](mailto:aktionregelmaessig@gmx.de) [www.aktionregelmaessig.de](http://www.aktionregelmaessig.de)