

20.01.2026 um 18:15 Uhr

**hr3 MOMENT MAL**



Ein Beitrag von

**Viola Sinsel,**

Hochschulseelsorgerin und Leiterin der Katholischen Hochschulgemeinde Marburg, Religionspädagogin

## 80 Jahre Hessen! Demokratie leben & wählen gehen

*Moderator/in: Hessen wird dieses Jahr 80 Jahre alt. Ab Januar 1946 fanden hier die ersten demokratischen Wahlen nach dem Krieg statt. Ein paar Monate später bekam Hessen seine eigene Verfassung als erstes westdeutsches Bundesland. Viola Sinsel, was bedeutet dieses Jubiläum für dich?*

**Viola Sinsel:** 80 Jahre Hessen bedeuten für mich 80 Jahre Demokratie. Und diese Entwicklung zeigt mir ganz klar: Demokratie ist nichts Selbstverständliches. Dass wir wählen dürfen und unsere Stimmen zählen, ist ein echtes Privileg. Gerade als Christin sehe ich darin etwas sehr Wichtiges: Demokratie lebt von Respekt, Verantwortung und Solidarität. Werte, die ich auch im Glauben lerne und versuche zu leben. Und es zeigt mir noch etwas: Demokratie lebt davon, dass wir mitmachen. Sie passiert nicht einfach so!

*Moderator/in: Und was heißt das ganz konkret für uns heute?*

**Viola Sinsel:** Mitgestalten können wir immer und überall. das braucht einfach nur persönliches Engagement und das können wir jeden Tag tun, zum Beispiel im Verein. Demokratie muss man auch nicht unbedingt an einer Wahl festmachen, aber sie ist glücklicherweise für uns die effektivste und gerechteste Form, Einfluss zu nehmen. Dieses Privileg gilt es zu nutzen. Deswegen unbedingt wählen gehen - jedes Kreuz zählt -, aber auch schauen, wo wir in der Zwischenzeit mit anpacken können.