

WIR

Magazin der Lebenshilfe
Kreisvereinigung Mettmann



Teilhabe-Experten

4

Lebenshilfe lässt sich von Nutzern beraten

Bis zum Ende

6

Altern und lebenslanges Wohnen

Fahrradausflug

11

Eine Rheintour mit Spezialtandems



Lebenshilfe

für Menschen mit geistiger Behinderung e.V.
Kreisvereinigung Mettmann



Inhalt

Vorwort	3
Wir haben einen Namen!	3
Titelgeschichte – Experten aus den eigenen Reihen	4

kreisweit

(K)eine Frage des Alters	6
Mitleben und Mitentscheiden	8
Pilgern verbindet	8
Index soll Wohnangebot verbessern	9
Pflege im Fokus	9

aus den Bereichen

Drachenbootregatta – Heljens Fighters holen den „Cup de Cologne“	10
Medaillenregen bei den Special Olympics	10
Golfen als Ausgleich zur Arbeit	10
Fahrvergnügen auf 3 Rädern	11
Wahl fällt auf Wild Berry	12
Mitte – Mitte – Rand	12
Gemeinsam ist man nicht einsam	13
Gewappnet für den Ernstfall	14
Afrikanisches Flair	14
Spaß geht durch den Magen	15

aus dem Verein

Was bedeutet eigentlich ... PART-Konzept	16
Auf einen Kaffee mit ... Birgit Auer	17
Jeder Schritt hält fit!	18
Abschied vom Vorstand	18
Steckbrief	18
Malwettbewerb des Lions Clubs	19
Weihnachtswünsche	19
Wunschlos glücklich (Gedicht von Jürgen Steinbrücker)	19
Termine, Impressum	20

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

erinnern Sie sich noch an unseren Leitspruch aus den 90er und 2000er Jahren? „Es ist normal, verschieden zu sein?“ Dieser ging ursprünglich auf unseren damaligen Bundespräsidenten Richard von Weizsäcker zurück, der für ein gleichberechtigtes Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung warb. Viele Begriffe sind seither verwendet worden: Integration, Inklusion, Teilhabe! Alle stehen dafür, dass Menschen mit Behinderung am Leben in der Gesellschaft teilhaben und ein möglichst selbstständiges und selbstbestimmtes Leben ermöglicht und erleichtert wird. In dieser Ausgabe können Sie über unser



Sonderprojekt „Teilhabe“ lesen. Hierbei geht es darum, von unseren Nutzerinnen und Nutzern des ambulant-betreuten Wohnens zu erfahren, worauf es ankommt und von ihnen zu lernen, was wir besser machen können.

Ich wünsche Ihnen eine schöne und besinnliche Adventszeit und viel Vergnügen beim Lesen.

Nicole Reinhold-Dünchheim
1. Vorsitzende des Vorstands

Wir haben einen Namen!

Sie haben ihn sicher schon gelesen, den neuen Titel für unser Lebenshilfe Magazin „WIR“. In der letzten Ausgabe haben wir Sie – unsere Leserinnen und Leser – gefragt, beim Wettbewerb um den Titel mitzumachen.



Der Gewinnervorschlag stammt von Mathias Rensing aus Velbert, der damit nun einen Buch- oder Musikgutschein im Wert von 25 Euro erhält. Herzlichen Glückwunsch und danke für die tolle Idee! WIR ist einfach und kurz und sagt doch so viel aus: Das Wort beschreibt eine Gemeinschaft und die sind wir. Ob im kleinen Kreis in einer Wohnstätte oder im großen Kreis als Verein mit allen unseren Förderern, Unterstützern und Interessierten. Die Lebenshilfe besteht aus Menschen für Menschen und die sind immer ein „WIR“.

Insgesamt haben uns 49 Vorschläge erreicht, wie das Heft heißen könnte. Nach einer Vorauswahl haben Mitarbeiter und Bewohner die finale Wahl übernommen. Allen Einsendern danken wir sehr herzlich für Ihre vielen kreativen Ideen und Ihr Engagement, unserem Magazin einen schönen Namen zu geben.

CH



Werner Erbe (l.) über eigene Räumlichkeiten, daneben Andreas Beel



Mathieu Giese mit Expertinnen Liane Goos und Elke Patermann (v.l.)

Experten aus den eigenen Reihen

Die Lebenshilfe e.V. Kreisvereinigung Mettmann schlägt einen neuen, einzigartigen Weg ein: Sie lässt sich von ehemaligen Bewohnern in Wohnheimen zum Thema Teilhabe beraten. Die Experten, die mittlerweile das Betreute Wohnen nutzen, haben die Beratung bei einem Workshop vorbereitet und werden zum Thema auch auf dem Neujahrsempfang 2018 sprechen.

Teilhabe bedeutet eingebunden sein und Einfluss haben auf das eigene Leben. Im Betreuten Wohnen ist Teilhabe ein wesentlicher Aspekt – in Wohneinrichtungen hat sich die Lebenshilfe zum Ziel gemacht, Teilhabe noch stärker auszubauen. Wer könnte dazu besser beraten, als ehemalige Bewohnerinnen und Bewohner von Wohnheimen. Sie sind wahre Experten, zumal noch aus den eigenen Reihen.

Zum Start des neuen Programms der Lebenshilfe beschäftigten sich elf Teilnehmer, alle Nutzer des Betreuten Wohnens, bei einem Wochenend-Workshop im September mit dem Thema Teilhabe: Was sie für sie bedeutet, wie sie sie im Alltag erleben beziehungsweise erlebt haben und wie Bewohner in stationären Einrichtungen besser mitbestimmen oder für sich selbst Entscheidungen treffen können. Im November berieten die Experten dann mit ihren Ergebnissen Einrichtungsleiter und Mitarbeiter der Lebenshilfe-Wohnheime. Damit geht die Lebenshilfe das Thema erstmalig aus einer anderen, neuen Perspektive an.

Aufgeteilt nach Thementischen (zu den Bereichen eigene Räumlichkeiten gestalten, die Beziehungen zu anderen, Selbstständigkeit im Haushalt

sowie Freizeit und Interessen) sprachen zwölf Experten aus dem Betreuten Wohnen Süd und Nord nacheinander mit insgesamt 18 Mitarbeitern der Lebenshilfe über ihr Fachgebiet. Am Tisch für Selbstständigkeit im Haushalt erzählte Joachim Klatt, dass sein Werdegang durchs Ausprobieren geprägt sei. „Ich habe dafür gekämpft und nun bin ich verheiratet und koche selbst.“ Sehr wichtig dafür seien die Mitarbeiter, die die Wünsche der Bewohner ernst nehmen und mit Zutrauen mit ihnen trainieren sollten, ihre Ziele zu erreichen. Das wird auch Mitarbeiterin Kübra Ates aus Langenfeld im Gespräch deutlich. Sie nimmt sich fest vor, künftig noch stärker Zutrauen zu haben. Auch Reinhard Bernd-Striebeck erinnert sich, wie wichtig die Unterstützung der Lebenshilfe-Mitarbeiter beim Thema Selbstbestimmung für ihn war. „Ich habe immer davon geträumt, eine eigene Wohnung zu haben. Nur weil es mir zugetraut wurde, konnte ich meine Erfahrungen machen und lernen, wie man einen Haushalt führt.“ Heute ist Reinhard Bernd-Striebeck verheiratet und lebt mit seiner Frau und drei weiteren Mitbewohnern in einer betreuten Wohngemeinschaft.

Zum Thema „Eigene Räumlichkeiten gestalten“ erklärt Werner Erbe, dass er Unterstützung sehr schätze, aber „am Ende möchte ich selber über mein Zuhause entscheiden. Dazu gehört auch dass ich selbst reinige.“ Am Thementisch zu Freizeit und Interessen hört man von Liane Goos und Elke Patermann, wie wichtig es sei, allein bestimmen zu können, wann man nach Hause kommt. „Dieses nicht Bescheid geben müssen, wohin man geht, scheint sehr befreiend zu sein und den Drang nach Selbstständigkeit zu befriedigen“, er-



Joachim Klatt spricht über Selbstständigkeit.



Roberto Loi, Kübra Ates und Joachim Annas

kennt Stefan Stahmann, Leiter des Wohnverbunds in Langenfeld. Elke Patermann, die seit 2005 in ihrer eigenen Wohnung in Langenfeld lebt, sieht die Expertenberatung als verantwortungsvolle Aufgabe: „Menschen in den stationären Bereichen wünschen sich sicherlich eine Veränderung, trauen sich jedoch zum Teil noch gar nicht. Wir müssen ihnen Mut machen.“

Das Treffen wurde von allen Teilnehmern als sehr gewinnbringend gelobt und sorgte für viele Denkanstöße. „Es war unglaublich spannend für uns, die Perspektive der Nutzer zu hören. In allen Bereichen wurde das Streben nach Autonomie deutlich. So sehr wir uns in unserem Alltag bemühen, Teilhabe zu leben, so sehr konnten wir auch hören, wie viel mehr wir noch tun müssen“, resümiert Sabrina Maurmann, Mitarbeiterin im Wohnheim Ratingen. Roberto Loi, auch Mitarbeiter im Wohnheim Ratingen, findet, es sei ein gelungenes Treffen mit handfesten Inhalten und Resultaten gewesen. „Zusammenfassend ging es um ureigene menschliche Bedürfnisse, die uns allen gemein sind, nämlich Spuren im Leben zu hinterlassen, am eigenen Leben beteiligt zu sein und Entscheidungen frei treffen zu dürfen.“

Die Lebenshilfe sieht in dem neuen Programm viel Potenzial und macht es daher auch auf ihrem Neujahrsempfang zum Thema. Im Mittelpunkt einer moderierten Gesprächsrunde steht das Expertenteam, das über das Thema Teilhabe vor den geladenen Gästen sprechen wird. Die Moderation übernimmt der Geschäftsführer der Landeslebenshilfe NRW, Herbert Frings.

CH

Peer-to-peer Beratung

Auch der Paritätische Wohlfahrtsverband im Kreis Mettmann sieht viele Chancen beim Thema Nutzer als Experten. Er plant ab Januar 2018 eine besondere Beratungsstelle, eine sogenannte Peer-to-peer Beratung, bei der Menschen mit einer Behinderung andere Menschen mit einer Behinderung in unterschiedlichen Bereichen beraten. Die Lebenshilfe möchte diese Idee gerne unterstützen und den Kontakt zu Menschen herstellen, die sich vorstellen können, als Berater aktiv zu sein.



Die Teilnehmer beim Wochenend-Workshop in Köln

(K)eine Frage des Alters

Die Menschen in unseren Wohnheimen werden immer älter. Ihre Bedürfnisse ändern sich – und damit auch der Alltag in vielen Einrichtungen.

Im vergangenen Jahr feierte Artur Fiegen seinen 80. Geburtstag im Wohnheim Velbert, damit ist er der älteste Bewohner der Lebenshilfe Kreis Mettmann. In diesem Jahr gab es einen weiteren hohen Geburtstag zu feiern: Günter Jahn, der seit 1997 im Wohnheim Langenfeld lebt, machte ebenfalls die 80 voll. Und die nächsten hohen Geburtstage kündigen sich bereits an.

Selbstverständlich ist das nicht. Es ist die erste Nachkriegsgeneration der Menschen mit geistiger Behinderung, die so alt wird. Medizinische Fortschritte, bessere Kenntnisse und Strukturen tragen ihren Teil dazu bei. Eine Entwicklung, über die wir uns sehr freuen, die aber auch eine Herausforderung bedeutet.

Schon seit Jahren gibt es spezielle Seniorengruppen in unseren Wohnheimen und auch besondere Angebote. Denn die Bewohner, die nach ihrer Berufstätigkeit in Rente gegangen sind, haben einen anderen Rhythmus und andere Bedürfnisse als diejenigen, die noch arbeiten oder zur Schule gehen. Hinzu kommt, dass Menschen mit Down Syndrom eine signifikant höhere Wahrscheinlichkeit haben, an Demenz zu erkranken.

„Die ersten Symptome tauchen teilweise schon ab dem 40. Lebensjahr auf, betroffene Bewohner bauen vor allem kognitiv sehr stark ab. Der Verlauf der Krankheit ist wesentlich schneller als bei anderen Menschen“, sagt Uli Gaßmann, pädagogischer Geschäftsführer. Er regte vor rund anderthalb Jahren die Gründung eines Expertenkreises Demenz an.

Diesem Expertenkreis gehört je ein Mitarbeiter aus jeder Einrichtung an, meist sind es Kollegen, die bereits demenziell Erkrankte betreut haben und entsprechend fortgebildet sind. Vierteljährlich



Ältester Bewohner bei der Lebenshilfe: Artur Fiegen

tauscht sich der Expertenkreis aus, etwa darüber wie Demenz-Verdachtsfälle frühzeitig erkannt werden können. Die herkömmlichen Tests funktionieren bei Menschen mit geistiger Behinderung nämlich nicht. Auch die Frage, wie mit betroffenen Bewohnern umgegangen wird, um sie bestmöglich zu begleiten, wird vom Expertenkreis diskutiert.



Auch Günter Jahn ist 80 Jahre alt

Um auf die besonderen Bedürfnisse der dementen und grundsätzlich der älteren Bewohner zu reagieren, gibt es viele verschiedene Ansätze. Und die Erfahrung zeigt: Oft sind es kleine Maßnahmen, die große Wirkung erzielen.

So wurde in Heiligenhaus beispielsweise ein spezieller Seniorenraum eingerichtet. Die Möbel

stammen aus den 1950er, 60er und 70er Jahren, es gibt einen richtigen Plattenspieler und beige-braun-bedruckte Tapeten. „Dorthin können sich die älteren Bewohner zurückziehen. Wenn sie den Raum betreten, strahlen sie und betonen, wie schön das Zimmer sei“, sagt Einrichtungsleiter Jörg Dornieden.

AS

Lebenslanges Wohnen

Das Thema „Lebenslanges Wohnen“ spielt natürlich auch bei unseren Bauprojekten eine besondere Rolle, auch hier gilt es, die Belange unserer Senioren zu berücksichtigen.

So wurden im Herbst die Bauanträge für ein neues Haus an der Alten Ziegelei in Velbert, unweit des bestehenden Wohnheims, abgegeben. Das Haus soll explizit Platz für die Seniorengruppe bieten, es umfasst Einzelzimmer für 14 stationär betreute Bewohner und sieben Wohnungen mit neun Plätzen im Betreuten Wohnen.

In Langenfeld wurde ebenfalls im Herbst der Grundstückskaufvertrag für ein neues Haus an der Gladbacher Straße unterzeichnet. Dort entsteht Platz für eine Tagesgruppe speziell für Senioren (auch für externe Gäste) sowie drei Wohngruppen mit insgesamt 17 Bewohnern.



So soll der Ersatzbau in Velbert aussehen



In Langenfeld wird für 17 Bewohner gebaut

Mitreden und mitentscheiden

Zum ersten Mal in der Geschichte der Selbstvertretung von Menschen mit geistiger Behinderung wurde im Mai der landesweite Lebenshilfe-Rat NRW demokratisch gewählt. Auch wir sind vertreten: Reinhard Bernd-Striebeck und Peter Schulz, beide aus unserem Betreuten Wohnen Nord, gehören der Gruppe an.

Gegründet wurde der Rat, um auf die Bedürfnisse, Wünsche und Ziele von Menschen mit einer geistigen Behinderung aufmerksam zu machen. Er ist



Die Ratsmitglieder Reinhard Bernd-Striebeck und Peter Schulz

ein Organ des Lebenshilfe-Landesverbandes NRW und mit gewählten Vertretern aus den Orts- und Kreisvereinigungen unser demokratisches Sprachrohr auf Landesebene.

Der Lebenshilfe-Rat NRW besteht aus 11 Mitgliedern mit einer geistigen Behinderung, die für sich und andere Betroffene sprechen. Die Vertreter werden alle vier Jahre neu gewählt.

Und wie sieht die Ratsarbeit von Reinhard Bernd-Striebeck und Peter Schulz konkret aus? Dreimal im Jahr fahren die beiden entweder mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder begleitet zu den Ratssitzungen. Diskussionen über Themen aus dem Behindertenbereich, wie beispielsweise die Situation in den Werkstätten oder Änderungen in den Sozialgesetzen, gehören ebenso wie Öffentlichkeitsarbeit und Beratung zum Tätigkeitsspektrum.

Einmal jährlich treffen sich alle Lebenshilfe-Räte von allen Bundesländern. Der Landesvorstand der Lebenshilfe NRW und der Lebenshilfe-Rat NRW treffen sich ebenfalls einmal pro Jahr zum Austausch.

CH

Pilgern verbindet

Bei strahlendem Sonnenschein kamen im September unter dem Motto „WEGE ENTDECKEN – GEMEINSAM Pilgern auf dem Jakobsweg“ knapp 100 Teilnehmer in Ratingen-Homberg zusammen.

Die Aktion von Lebenshilfe und Ratinger Pfarrei St. Peter und Paul fand zum ersten Mal statt. „Pilgern ist stellvertretend für das Leben zu sehen: Da gibt es schöne Abschnitte, aber auch Durststrecken, die es zu bewältigen gilt“, erklärte Gemeindeferent Ralf Gassen im Eröffnungsgottesdienst in der Kirche St. Jacobus. Der etwa zweistündige Weg führte durch Felder und Wiesen, bergauf und bergab. Für Abwechslung sorgten ein Schweigeabschnitt, Gesänge und eine Getränke- und Snackstation. Außerdem gab es unterwegs und im Anschluss viel Raum und Zeit

sich besser kennenzulernen. Die Idee für die Veranstaltung hatte Lebenshilfe-Mitarbeiter Roberto Loi: „Das Pilgern verbindet spirituelle und körperliche Betätigung und schafft Gemeinschaft. Es hat allen Beteiligten so viel Freude gemacht – wir wollen das auf jeden Fall wiederholen“, fasst er die gelungene Veranstaltung zusammen.

CH



Pilgermuschel als Erkennungszeichen

Index soll Wohnangebot verbessern

Die Wohnsituation hat elementare Auswirkungen auf den Alltag, auf die Möglichkeiten, ja auf das Leben eines Menschen.

Das gilt insbesondere dann, wenn es um die Frage geht, wie Wohnen und Inklusion zusammenpassen. Der Bundesverband der Lebenshilfe und die Pädagogische Hochschule Heidelberg haben einen Index für inklusives Wohnen in der Gemeinde entwickelt. Der Index besteht aus einem Fragenkatalog, in dem zehn alltägliche Teilhabebereiche rund ums Wohnen hinsichtlich Selbstbestimmung und Inklusion durchleuchtet werden. Die Ergebnisse der Befragung sollen dazu dienen, dass Einrichtungen das eigene Handeln hinterfragen und Ziele auf dem Weg zur Inklusion definieren.

Die Lebenshilfe Kreis Mettmann hat sich entschieden, mit diesem Teilhabeindex zu arbeiten. „Wir wollen mit unseren Bewohnern und Nutzern erarbeiten, wie es in den einzelnen Einrichtungen aussieht und welche Verbesserungsmöglichkeiten es gibt“, sagt Gabriele Müller, Leiterin des Betreu-



© Lebenshilfe/David Maurer

ten Wohnen Süd. In allen Einrichtungen werden Befragungen durchgeführt, teilweise haben sie auch schon stattgefunden. „Mit den Ergebnissen wollen wir unsere Qualität verbessern und die Teilhabe fördern“, sagt Gabriele Müller. In diesem Zusammenhang ist auch das Projekt „Nutzer als Experten“ entstanden (mehr dazu in unserer Titelseite auf Seite 4 in diesem Heft). AS

Pflege im Fokus

Seit über einem Jahr ist Christiane Gerstner die verantwortliche Pflegefachkraft der gesamten Lebenshilfe Kreisvereinigung Mettmann.

Die Stelle wurde damals neu geschaffen, um das Thema Pflege übergeordnet zu betreuen, zu kontrollieren und zu verwalten. „Unser Anspruch ist, dass jeder Mensch ganzheitlich gepflegt und umsorgt wird, so wie sie oder er es möchte“, erklärt sie. Christiane Gerstner beantwortet Fragen zur Behandlungspflege, gibt interne Schulungen – wie werden Kompressionsstrümpfe richtig angezogen oder wie sind Insuline zu verabreichen – und wird als Expertein zu Rate gezogen. Gemeinsam mit dem Team des Pflegezirkels, dessen Mitglieder sich in den Wohneinrichtungen auch um das Thema Pflege küm-



mern, werden neue Projekte angestoßen oder wird sich über aktuelle Fälle ausgetauscht.

Die Mitglieder des Zirkels Feyza Yorganci (Ratingen), Simone Boquoi (Heiligenhaus), Sabrina Batz (Velbert), Stephen Tolksdorf (Langenfeld) und Dagmar Nassenstein (Außenwohngruppen Langenfeld) haben alle die Weiterbildung als beratende Pflegefachkräfte absolviert und stehen Angehörigen und Betreuern mit Rat und Tat in der jeweiligen Einrichtung zur Verfügung.

CH

Kontakt:

Christiane Gerstner,
verantwortliche Pflegefachkraft,
Tel. 02102/55192-52,
E-Mail christiane.gerstner@lebenshilfe-mettmann.de

Sport

Heljens Fighters holen den „Cup de Cologne“

Was für eine tolle Teamleistung! Bei der 8. Integrativen Drachenboot-Regatta im September in Köln zeigte sich unser Team „Heljens Fighters“ von der besten Seite.

Die Sportler ließen sich vom Regen nicht beeindrucken und fuhren auf der 250 Meter langen Strecke hervorragende Zeiten: Im Zeitlauf 1 erkämpften sie sich in 01:29,68 Min. den 1. Platz. Im Zeitlauf 2 kamen sie in der verbesserten Zeit von 01:29,32 Min. auf Platz 2. Dann packte die Mannschaft endgültig der Ehrgeiz, auf den letzten 50 Metern holten sie sich im B-Finale des Cup de Cologne in



Das Team der Heljens Fighters

der nochmals verbesserten Zeit von 01:28,08 Min. den Sieg. „Zuerst wollten das einige der Paddler gar nicht glauben, aber die Bestätigung kam sehr schnell und die Freude war riesengroß, denn wir waren ohne große Erwartungen hierhergekommen“, sagte Kapitän und Steuermann Jakob Dreesmann. Sein Team bestand aus 20 Sportlern, darunter 14 mit Behinderung, sechs aus dem Kreis der Betreuer.

AS

Medaillenregen bei den Special Olympics



Die Schwimmerriege in Neuss

Ihr Fleiß und ihre Leidenschaft für den Sport wurden belohnt: Die 26 Sportler aus dem Kreis Mettmann waren bei den Special Olympics Landespielen in Neuss höchst erfolgreich.

21 Gold-, 13 Silber- und 10 Bronzemedailles brachten sie mit nach Hause. Bis zu dreimal gingen die sechs Schwimmer, sieben Tischtennisspieler, zwölf Rollerskater und ein Golfspieler dafür an den Start. Das Ergebnis bildet eine hervorragende Grundlage für die Nominierung zu den Nationalen Special Olympics Sommerspielen 2018 in Kiel.

AS

Golfen als Ausgleich zur Arbeit

Olaf Guttek aus Langenfeld trat als einziger Sportler aus dem Kreis Mettmann bei den Special Olympics in der Kategorie „Golf“ an. Im Kurzinterview verrät er uns mehr über sein Hobby.

Herr Guttek, wie kamen Sie überhaupt zum Golfen?

Durch einen Mitbewohner. Mit ihm hatte ich die Möglichkeit das Training auszuprobieren und mir hat es viel Spaß gemacht. Deswegen bin ich dabei geblieben.



Olaf Guttek mit Trainer Simon

Was gefällt Ihnen an dieser Sportart am besten?

Mir gefällt es an der frischen Luft zu sein und immer neue Leute auf den Reisen kennen zu lernen. Außerdem bietet es mir durch die Konzentration einen guten Ausgleich zu meiner täglichen Arbeit.

Wie häufig und wo trainieren Sie und mit wem?

Ich trainiere jeden Freitag und wenn große Turniere anstehen so oft wie möglich am Katzberg in Langenfeld mit meinem Trainer Simon.

AS

Langenfeld

Fahrvergnügen auf drei Rädern

Fahrradfahren für (fast) alle: Mithilfe von Spezialtandems können die Bewohner in Langenfeld Fahrradausflüge machen.

Leuchtende Augen und ein richtig, richtig breites Grinsen: Der gemeinsame Fahrradausflug nach Kloster Langwaden bei Grevenbroich ist allen Beteiligten noch in bester Erinnerung. Zwei Bewohner aus der Außenwohngruppe sowie sechs Bewohner und vier Betreuer aus dem Wohnheim Langenfeld machten sich im August auf den Weg nach Grevenbroich. Das Besondere: Die Truppe war mit dem Fahrrad unterwegs. Möglich machten dies die so genannten Dreirad-Tandems, bei denen ein Pilot das Treten und Lenken übernimmt, während der Beifahrer mittreten oder auch nur daneben sitzen kann. Insbesondere Menschen, die normalerweise nicht selbst Fahrradfahren können, profitieren von diesen Tandems. Zwei sind mittlerweile im Besitz des Langenfelder Wohnheims, weitere können von Wolfgang Appelbaum geliehen werden. Der Hildener hat sich auf Spezialräder und das Begleitete Radfahren spezialisiert. Die Idee zur Radtour

nach Grevenbroich kam von ihm. „Es war so ein tolles Erlebnis, diese Freude in den Gesichtern war unbeschreiblich“, sagt er und denkt schon jetzt über eine Wiederholung im nächsten Jahr nach.

Die Spezialtandems (übrigens mit Elektromotor ausgestattet, um den Piloten zu unterstützen) sind aus dem Alltag in Langenfeld nicht mehr wegzudenken. Mal einen kurzen Ausflug in die Stadt? Eine Besorgung machen? Kein Problem, denn mehrere Ehrenamtliche unterstützen die Lebenshilfe und radeln mit den Bewohnern gemeinsam. Wolfgang Appelbaum und seine Frau Anna arbeiten schon lange mit verschiedenen Einrichtungen der Umgebung zusammen und bieten in ihrem Spezialrad-Geschäft in Hilden verschiedene Spezialräder an. So gibt es auch Modelle, bei denen das Rad zu einer Art Lastenrad wird, auf dem ein Rollstuhl transportiert werden kann. „Die Bewohner schätzen am Radfahren aber noch etwas anderes“, weiß Appelbaum. „Sie freuen sich über die 1:1-Betreuung. Denn während der Fahrten bleibt viel Zeit zum Klönen.“

AS



Gute Stimmung bei einer kleinen Pause am Rhein

Ratingen

Wahl fällt auf Wild Berry

Seit Anfang September hat das Wohnheim in Ratingen ein neues Gefährt: Einen VW Caddy, in dem hinten entweder Personen auf der Rückbank oder ein Mensch im Rollstuhl untergebracht werden können.

„Auf unser neues Auto sind die Bewohner richtig stolz, es war auch lange Zeit DAS große Thema“, berichtet Sabrina Behling, Leiterin in der Ratinger Wohnstätte. Warum? Ganz einfach: Sabrina Behling überließ es ihnen, anhand von Bildern zunächst das Auto und dann die Farbe auszuwählen. Mit fünf von 14 Stimmen machte die braun-rötliche Farbe „Wild Berry“ (übersetzt Waldbeere) das Rennen. Nach seiner Ankunft freuten sich alle Bewohner, den mobilen Untersatz bei einer eigenen Probefahrt kennenzulernen.



Das neue Auto vom Wohnheim Ratingen

Schon seit längerer Zeit gab es den Bedarf nach einem kleineren, wendigeren Auto. Vor allem für die Stadt ist es praktischer, Erledigungen wie zum Beispiel Arztbesuche zu machen. Es lässt sich besser einparken und man muss mit einer Person nicht den großen Bus bemühen. Bald wird der Caddy seine längste Fahrt nach Holland unternehmen, wo Betreuer Roberto Loi und Bewohner Michael Bail ein Zelt für den Bungalow- und Campingurlaub im nächsten Sommer in der Schweiz aussuchen werden. CH

Familienunterstützender Dienst

Mitte – Mitte – Rand

Ein Samstag im November, 14 Uhr: sieben Kinder werden von ihren Eltern zur monatlich stattfindenden Kindergruppe des FUD gebracht.

Auf sie warten vier Stunden Spielen, Programm und Austausch mit anderen Kindern. Betreut werden sie heute von fünf Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Treffpunkt ist erstmalig der Mehrzweckraum im Wohnheim Langenfeld, wo sich unter der Woche die Seniorengruppe aufhält. Heute hat sich besonderer Besuch angekündigt: Marko Menrath und Georg Thomanek von der Musikschule Monheim. Mit Trommeln, Schellen, Triangeln und Gitarre ausgerüstet, führen die beiden ausgebildeten Musiker die Kinder spielerisch an die Instrumente heran. Mit entspannter Gitarrenmusik und einem Begrüßungslied startet Georg Thomanek die gemeinsame Zeit. Sofort werden alle Kinder ruhig und hören aufmerksam zu. Danach geht es an die Trommeln. „Mitte – Mitte – Rand“ – alle Kinder haben den Rhythmus schnell verstanden und machen fleißig mit. Beim Nikolauslied „Bimmelt was



Gemeinsam trommeln klappt schon gut

die Straße entlang“ haben sie erste eigene Einsätze. „Das hat mich beeindruckt, wie gut die Kinder mitgemacht haben“, freut sich Katharina Marleaux. Sie leitet die Kindergruppe (und auch die Jugendgruppe), die sie mit ins Leben gerufen hat. Die gelernte Erzieherin befindet sich in der Ausbildung zur Fachlehrerin an der Virneburgschule in Langenfeld und kennt daher einen Teil der Kinder schon seit der ersten Klasse. Das Betreuungsangebot am Samstag nachmittag soll es den Eltern ermöglichen, eine Auszeit zu nehmen. CH

Gemeinsam ist man nicht einsam

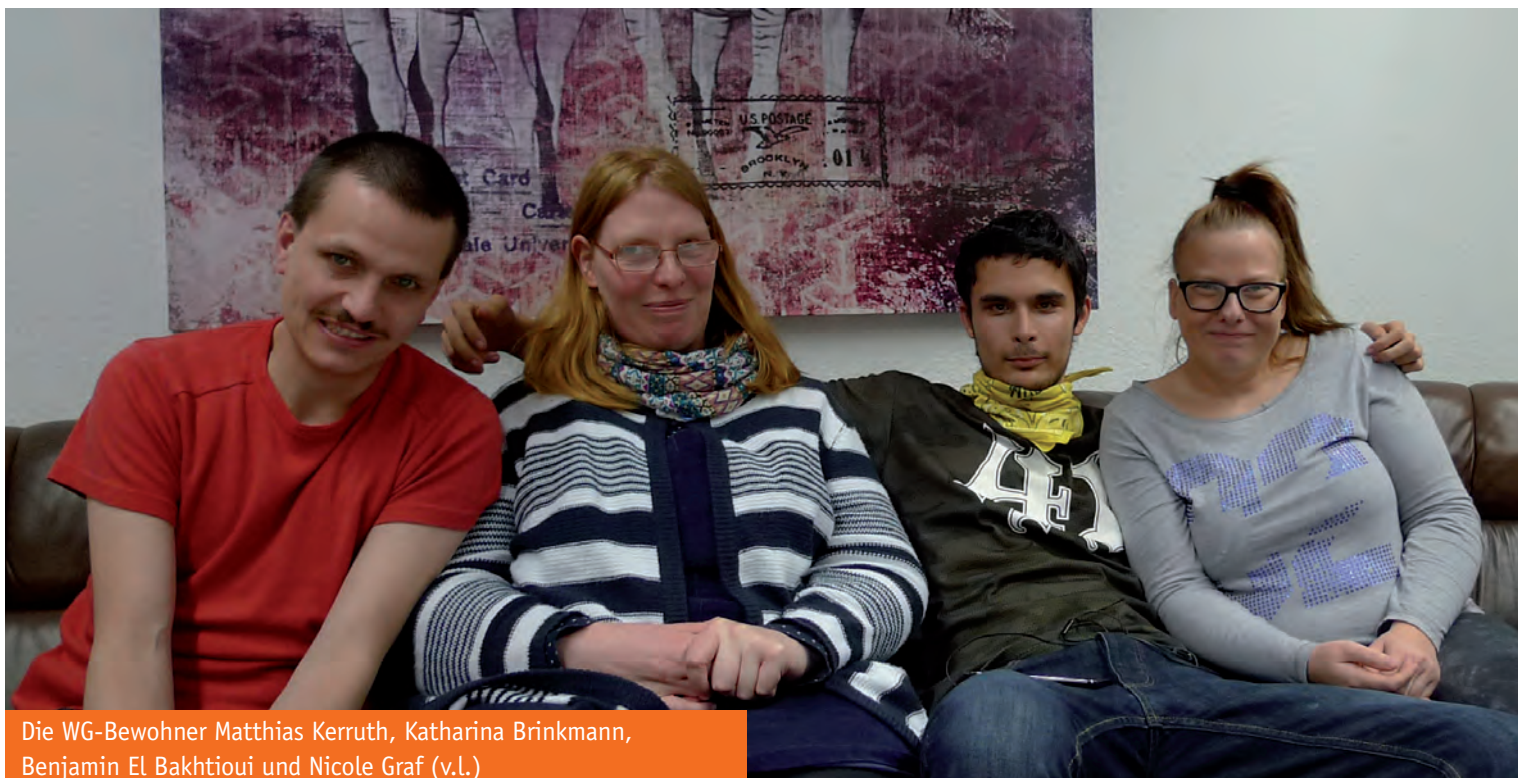
Geräumiger Flur, moderne Einbauküche, großes Wohnzimmer mit Couchlandschaft, zwei Bäder und fünf persönlich eingerichtete Zimmer – die Wohnung ist perfekt geschnitten für die neugegründete 5er-Wohngemeinschaft vom Betreuten Wohnen der Lebenshilfe.

Nicole Graf (22), Katharina Brinkmann (30), Rainer Kalinke (39), Benjamin El Bakhtioui (21) und Matthias Kerruth (36) wohnen seit Anfang September zusammen in der Rheinlandstraße ganz zentral in Velbert und fühlen sich dort sehr wohl. „Im März haben wir uns die Wohnung zum ersten Mal angeschaut. Dann wurden noch einige Sachen umgebaut, wie die Badezimmer und die Küche, bis wir endlich einziehen konnten“, berichtet Katharina Brinkmann.

Zwei der fünf Bewohner zogen aus dem elterlichen Zuhause in die WG, zwei aus einer eigenen Wohnung und einer aus einem Wohnheim. „Im Gegensatz zu vorher kann ich nun kommen und gehen wann ich will – das ist schön“, erzählt Matthias Kerruth, der davor im Lebenshilfe Wohnheim in Heiligenhaus wohnte. Obwohl, so

richtig ausgenutzt habe er das noch nicht, aber er hätte die Möglichkeit. Das ist für ihn wichtig. „Ohne Eltern zu wohnen“, macht für Benjamin El Bakhtioui die neue Wohnform so reizvoll. Ganz fremd waren sich die WG-Partner vorher nicht. Sie kannten ihre jetzigen Mitbewohner bereits von der Arbeit oder von der Schule.

Gegen alle WG-Klischees geht es in dieser WG überhaupt nicht chaotisch zu: Ein Putzplan regelt genau, wer in welcher Woche welche Aufgabe übernimmt. Im Wechsel sind die Wohnpartner für Küche, Flur, Bäder, Kühlschrank, Spülmaschine oder Wohnzimmer verantwortlich. Fast täglich schaut ein Mitarbeiter vom Betreuten Wohnen Nord vorbei und spricht mit den Bewohnern aktuelle Themen durch. Abends sitzen die fünf manchmal zusammen, meistens gehen sie aber ihren Hobbies nach: Nicole Graf macht über „Rivers of Soundz“ mit Freunden eine eigene Radioshow, Benjamin El Bakhtioui hört am liebsten Hip-Hop, Matthias Kerruth geht ins Fitnessstudio, Katharina Brinkmann widmet sich ihrer Lieblingsserie „Club der roten Bänder“ und Rainer Kalinke interessiert sich für Fußball und Schwimmen. *CH*



Die WG-Bewohner Matthias Kerruth, Katharina Brinkmann, Benjamin El Bakhtioui und Nicole Graf (v.l.)

Heiligenhaus

Gewappnet für den Ernstfall

Die Feuerwehr führt im Wohnheim Heiligenhaus regelmäßig Übungen durch. Längst ist zwischen Bewohnern und Feuerwehrleuten eine Freundschaft entstanden.

„Machen wir 2018 wieder eine gemeinsame Übung?“ – „Aber klar!“ Der Dialog zwischen Jörg Dornieden, Leiter des Wohnheims Heiligenhaus, und Jörg Brunnöhler, stellvertretender Leiter der Feuerwehr Heiligenhaus, dauert keine zehn Sekunden. Beide wissen, dass Räumungsübungen zwar Aufwand bedeuten, aber dass alle profitieren. „Sollte es zu einem Notfall kommen, kennen unsere Bewohner die Feuerwehrleute teils persönlich. Sie haben den Ablauf trainiert und lassen sich auch von der Uniform mit Helm und Atemschutzgerät nicht verunsichern“, sagt Jörg Dornieden. Auch aus Sicht von Michael Batz, Hauptbrandmeister, sind die regelmäßigen Übungen im Wohnheim vorteilhaft. „Wir kennen das Gebäude und wissen, wie wir mit den Bewohnern umgehen müssen.“ Da gab es im Vorfeld einige Unsicher-

Zwölf Mitarbeiter haben sich von der Feuerwehr Heiligenhaus zu Brandschutzhelfern ausbilden lassen. Die Ausbildung ist freiwillig und kostenpflichtig. Sie wird von vielen städtischen Feuerwehren, aber auch von Privatanbietern angeboten.



Bewohner und Feuerwehr bei der gemeinsamen Übung

heiten. Wie reagieren Menschen mit geistiger Behinderung in Ausnahmesituationen? Funktioniert das übliche Prozedere? Kleinigkeiten machen den Unterschied – so empfahl Jörg Dornieden, die Bewohner mit „Du“ anzusprechen.

Noch gut erinnert er sich an die erste Übung 2011, Polizei, DRK und Stadtwacht waren beteiligt, ein Großeinsatz wurde imitiert. „Wir hatten im Vorfeld den Kontakt zwischen Feuerwehr und Bewohnern aufgebaut“, sagt Dornieden. „Für die Bewohner war das natürlich aufregend, viele haben auf den Tag hingefiebert und noch Wochen später davon gesprochen.“ Kein Wunder, schließlich übte die Feuerwehr auch das Anleitern und „rettete“ mehrere Bewohner per Drehleiter aus dem ersten Stock. „Eine Übung in dieser Größenordnung haben wir später nicht mehr wiederholt. Aber die Feuerwehr ist regelmäßig bei uns zu Gast und wir bei ihnen“, so Dornieden. Er ist sicher, dass der Aufwand zu 100 Prozent gerechtfertigt ist – auch wenn er hofft, nie den Ernstfall erleben zu müssen. AS

Velbert

Afrikanisches Flair

Trommeln dröhnen durch das Haus, es wird laut gesungen und noch lauter gelacht. Wenn Marcellin Rempe-Yao zu Gast ist, ist das schon von weitem zu hören.

Einmal im Jahr besucht er für einen „Afrika-Tag“ das Wohnheim Velbert. An diesem Tag wird afrikanisch gekocht, es wird getrommelt, getanzt und natürlich auch gesungen. „Die Bewohner sind



Sorgt für gute Stimmung: Marcellin Rempe-Yao (r.)

jedes Mal begeistert“, sagt Einrichtungsleiter Andreas Beel. Marcellin Rempe-Yao, der gebürtig von der Elfenbeinküste stammt, kommt seit drei Jahren nach Velbert. In diesem Jahr fand der Afrika-Tag erstmals im Rahmen der Aktionswoche statt – und es hätte kaum mehr Aktion geben können. Marcellin Rempe-Yao gelingt es, selbst

die stillen Bewohner mitzureißen und seine Begeisterung weiterzugeben. „Wir können uns gut vorstellen, auch nächstes Jahr wieder einen Afrika-Tag zu veranstalten“, sagt Andreas Beel. Die Zustimmung der Bewohner dürfte ihm sicher sein.

AS

Betreutes Wohnen Süd

Spaß geht durch den Magen

Der Duft von gebratenen Zwiebeln und Grillhähnchen dringt aus dem Untergeschoss in der Talstraße in Langenfeld.

Steffi Wiegel steht am Herd und röstet Zwiebeln und Walnüsse, Marco Grunewald zerkleinert Feta-Käse, Anja Schmitz macht Späßchen mit Marco und Stefan Patyk und Monika Priebe kümmern sich um den Salat. Jeden Freitag trifft sich die Kochgruppe des Betreuten Wohnens Süd – seit mehr als fünf Jahren nun schon. Hans Schlicht, der die Gruppe leitet, pult die Granatäpfel, die später über das Gericht gestreut werden. Der Nachmittag läuft immer gleich ab. Zuerst gehen einige zusammen mit Hans Schlicht einkaufen und ab 16 Uhr wird geschnippelt und gekocht. „Vor sieben sind wir nie fertig“, berichtet Schlicht. Was gegessen wird, wird in der Gruppe, die manchmal aus bis zu 12 Personen besteht, in der Woche davor abgestimmt. „Jeder bringt mal seine Vorstellung ein“, erklärt Stefan. „Un-



Steffi an der Pfanne



Marco schneidet Salat

ser Lieblingsessen ist Spaghetti Bolognese oder Lachs mit Kartoffeln und heller Soße.“ Neue Ideen gibt es genug: „Stefan, magst du eigentlich Eier in Senfsoße“, fragt Steffi und Anja möchte gerne mal Würstchen im Schlafrock essen. Die Gerichte wechseln, aber die gute Stimmung ist immer gewiss. Bald möchte die Gruppe für Fleischgerichte einen großen Römertopf anschaffen. Vielleicht machen sie daraus einen Ausflug nach Düsseldorf, um ihn dort in einem Haushaltswarengeschäft zu kaufen.

CH



Die Kochgruppe: Hans Schlicht, Marco Grunewald, Anja Schmitz, Steffi Wiegel, Stefan Patyk und Monika Priebe (v.l.)



Was bedeutet eigentlich ...

Auf dieser Seite möchten wir Begriffe erklären, die manchmal schwer zu verstehen sind. Kennen Sie auch solche Begriffe? Dann schreiben Sie uns

eine E-Mail! Wenn es möglich ist, greifen wir sie in der nächsten Ausgabe auf. Heute möchten wir erklären, was „PART-Konzept“ bedeutet.

... PART-Konzept?

Ein paar aufmerksamen Bewohnerinnen und Bewohnern ist es sicherlich aufgefallen: Immer wieder waren verschiedene Mitarbeiter unserer Einrichtungen für ein paar Tage nicht da, obwohl sie doch eigentlich Dienst gehabt hätten. „Die sind auf einem Seminar zum Thema PART-Konzept“ hieß es dann. Aber was ist denn das PART-Konzept? Und warum gibt es dazu ein Seminar?

Die Antwort kann Bettina Braune liefern. Sie ist stellvertretende Einrichtungsleiterin in Langenfeld und gleichzeitig auch PART-Trainerin. „Das Konzept ist ein Training für Prävention, Deeskalation und Beratung“, sagt sie und erklärt auch gleich genauer, was damit gemeint ist. „In diesem Training geht es darum, wie wir Mitarbeiter in Krisen reagieren und wie wir diese schon möglichst früh erkennen. Es geht darum, Ursachen zu erkennen, Verhaltensmuster zu verstehen und so eine Situation in Sicherheit und Würde für alle Beteiligten zu klären.“ Ein Beispiel: Ein Bewohner ist an einem Morgen nicht gut gelaunt und möchte auf keinen Fall den roten Pullover anziehen. Ein Mitarbeiter kommt und will dem Bewohner beim Ankleiden helfen. Er weiß nicht, dass der rote Pullover heu-

te nicht gewünscht ist. Als er ihn dem Bewohner reicht, reagiert der mit lautem Schimpfen. Womöglich kneift er sogar kurz, um sich verständlich zu machen. In Situationen wie diesen ist es wichtig, dass die Mitarbeiter schnell die Situation erkennen und beruhigend reagieren. Am besten bevor es zu einem verbalen oder sogar körperlichen Konflikt kommt. Ein Teil des Seminars widmet sich den so genannten Befreiungsgriffen, die man im Notfall anwenden kann, um sich zu befreien ohne den anderen zu verletzen. Bettina Braune: „Dies ist aber immer nur die allerletzte Wahl, das oberste Ziel besteht darin, Konflikte gar nicht erst eskalieren zu lassen.“

Alle Mitarbeiter der Lebenshilfe nehmen an dem dreitägigen Seminar teil und werden nach und nach von Bettina Braune und Christine Stratmann geschult. Ein Vorteil des PART-Konzepts (abgekürzt für Professional Assault Response Training) ist auch der Austausch untereinander, der von allen Kollegen geschätzt wird. Bettina Braune: „Das Seminar passt sehr gut zur Philosophie der Lebenshilfe Kreisvereinigung Mettmann und die Rückmeldungen der Kollegen sind bisher sehr positiv.“

AS

Auf einen Kaffee mit ...

Dies ist unsere Ehrenamtlichen-Serie, in der wir unsere guten Seelen, tatkräftigen Unterstützer und die Menschen vorstellen möchten, die für

unsere Bewohner und uns ganz wichtig und unverzichtbar sind.

... Birgit Auer

Die Pharmazeutisch Technische Assistentin Birgit Auer (62 Jahre) kommt aus Ratingen und unterstützt die Lebenshilfe nun schon seit zirka 18 Jahren. Sie hilft zum Beispiel bei den großen Veranstaltungen in Ratingen wie Nikolaus und Karneval.

WIR: Wie sind Sie zur Lebenshilfe gekommen?

Birgit Auer: Unser Sohn hat damals über die Pfarrei St. Peter und Paul bei einer Karnevalsveranstaltung geholfen und mich überzeugt, im darauffolgenden Jahr auch mitzumachen. Da hab ich mich dann mit dem „Lebenshilfe-Virus“ angesteckt. Nach und nach habe ich dann auch Freundinnen und Bekannte dazu geholt.

WIR: Können Sie sich an einen besonderen Moment erinnern?

Birgit Auer: Eigentlich nicht. Es ist immer gleich schön, wie herzlich die Menschen auf einen zu kommen und sich über die Veranstaltungen wie Nikolaus oder Karneval freuen.



Barbara Auer hilft seit zirka 18 bei der Lebenshilfe mit

WIR: Was hat sich im Laufe der Jahre verändert?

Birgit Auer: Die Feiern sind immer größer geworden, was natürlich mehr Arbeit mit sich bringt. Aber dafür gibt es ja ein super Helfer-Netzwerk, auf das man sich verlassen kann. Alle fragen immer schon: „Wann ist mal wieder was von der Lebenshilfe?“ Jugendliche aus unserer Gemeinde halten sich nun auch schon Karneval zum Kellnern frei – für Nachwuchs im Helferteam ist also gesorgt.

CH

Ehrenamtler gesucht:

- Das Wohnheim in Ratingen sucht ehrenamtliche Unterstützung bei der Hauswirtschaft, vor allem bei der Wäsche (Waschen, Trocknen, Bügeln, Sortieren)
- In Ratingen wird außerdem dringend jemand gesucht, der jeden Donnerstag einen Bewohner zur Autismustherapie von Ratingen nach Mülheim fährt
- Im Wohnheim in Velbert wird jemand gesucht, der mit Bewohnern Freizeitbeschäftigungen unternimmt, wie z.B. Malen, Singen, Lesen, Spaziergehen, Kaffee trinken gehen
- In Velbert möchte eine Bewohnerin gern den Sonntagsgottesdienst besuchen und sucht dafür eine Begleitung
- In Velbert werden außerdem Fahrdienste zu Sport- und VHS-Angeboten dienstags und mittwochs nachmittags gesucht
- Im Wohnheim in Heiligenhaus werden Ehrenamtliche gesucht, die mit Bewohnern vorlesen, singen, spazieren gehen, Spiele spielen, Autos pflegen oder die Hauswirtschaft bei der Wäsche unterstützen

Jeder Schritt hält fit

Die Lebenshilfe Kreisvereinigung Mettmann möchte, dass ihre Mitarbeiter fit bleiben: Ein firmeninterner Schrittwettbewerb sorgte ab Oktober für sechs Wochen bei vielen für großen Ansporn, sich möglichst viel zu bewegen.

In Teams zu je fünf Personen traten 119 Mitarbeiter gegeneinander an. Nicht selten gingen einige in der Pause eine extra Runde, um ihre Schrittzahl zu erhöhen oder besuchten Kollegen an deren Arbeitsplatz anstatt zum Telefon zu greifen. Das Ziel war in 42 Tagen gemeinsam von Ratingen nach Barcelona zu laufen – das sind 1.432 Kilometer für jedes Team. Gewinner des Wettbewerbs sind „Die Besten“ bestehend aus Astrid Alberts, Karima Anan, Carina Bauer, Bettina Dreesmann und Aksana Gitschko, alle Mitarbeiterinnen vom Wohnheim Velbert. Die täglichen Schritte wurden mittels eines Fitness-Armbands aufgezeichnet, das die Lebenshilfe ihren Mitarbeitern zur Verfügung gestellt hat. CH



Das Team der Geschäftsstelle



Rosi Klein und Nicole Dünchheim

Abschied vom Vorstand

Rosi Klein, seit 12 Jahren im Vorstand, gab ihr Amt auf der letzten Mitgliederversammlung aus gesundheitlichen Gründen ab. „Mit Frau Klein hatten wir zwölf spannende und arbeitsreiche Jahre mit viel Herzblut“, bedankte sich Nicole Dünchheim. CH

Steckbrief

Liebe Leserinnen und Leser,



auf der letzten Mitgliederversammlung bin ich neu in den Vorstand der Lebenshilfe gewählt worden. Für das in mich gesetzte Vertrauen möchte ich mich herzlich bedanken und die Gelegenheit nutzen, mich Ihnen vorzustellen: Mein Name ist Barbara Scheenaard, ich bin 40 Jahre alt, wohne in Monheim und arbeite nun schon seit 17 Jahren als Krankenschwester im OP.

Ich bin verheiratet und Mutter von zwei Söhnen. Paul ist sieben Jahre alt und Anton sechs. Über Anton, der das Down-Syndrom hat, haben wir bereits seit einigen Jahren Kontakt zur Lebenshilfe, zunächst zur Frühförderung und anschließend zum FUD. Einmal pro Woche hat ein junger Mann namens Marco etwas mit Anton unternommen, während ich mit unserem Größeren zum Kinderturnen gegangen bin.

Zu meinem jetzigen Amt bin ich über Nicole Dünchheim gekommen. Sie sprach mich an, ob ich als Angehörige mit einem Kind mit einer Behinderung nicht Interesse hätte. Bevor ich mich dazu entschied, mich aufstellen zu lassen, habe ich zunächst einige Male in die Sitzungen des Vorstands reingeschnuppert.

Themen, die mir sehr am Herzen liegen und wo ich mich sehr gerne einbringen möchte, sind die Frühförderung und der FUD. Was mich stark beeindruckt hat, als ich den Vorstand der Lebenshilfe kennenlernte, war, dass bis auf Rosi Klein, die anderen Mitglieder dieses Amt ehrenamtlich mit Leidenschaft ausfüllen, ohne einen persönlichen Bezug durch einen Angehörigen mit einer Behinderung zu haben. Davor habe ich großen Respekt.

In meiner Freizeit Nähe ich für mein Leben gern, lese Krimis und verbringe die Zeit – wenn es geht – draußen an der frischen Luft.

Ich hoffe, dass wir uns irgendwann persönlich kennenlernen und dass Sie mit meiner Arbeit zufrieden sein werden.

Ihre Barbara Scheenaard



Kalendertitelbild von Manfred Engels



Im Zoo: Bernd Hucklenbruch, Michael Langenbach, Martina Pries, Gordana Progscha und Beate Schild

Gewinnerbilder

Im Sommer hatte der Lions Club Ratingen bei der Lebenshilfe einen Malwettbewerb um das Titelbild des diesjährigen Adventskalenders ausgerufen.

Gewonnen hat Manfred Engels, Nutzer aus unserem Betreuten Wohnen Nord, und darf als Hauptpreis im Frühjahr einen exklusiven Rundflug antreten.

Gemeinsam mit ihm wurden weitere Künstler prämiert, deren Bilder von einer Jury und durch einen Publikumspreis auf dem Sommerfest der Lions ausgewählt wurden. Unter ihnen sind Beate Schild und Martina Pries, beide Bewohnerinnen des Wohnheims in Heiligenhaus und Bernd Hucklenbruch, Bewohner des Betreuten Wohnens. Auch sie erhielten eine tolle Prämie: Sie wurden in Begleitung von Michael Langenbach von den Lions in den Duisburger Zoo inklusive eines Mittagessens eingeladen.

CH

Wunschlos glücklich

Schmerzt ständig die Muskulatur, wünscht mancher sich Gesundheit nur.

Ein anderer würde gerne buchen, dass jemand kommt, ihn zu besuchen.

So gibt es Wünsche ohne Zahl, doch hast du oft dann keine Wahl, wenn man sie sich nicht kaufen kann, ob Milliardär, ob armer Mann.

Zufriedenheit schafft größtes Glück und ist fürwahr ein Meisterstück.

Jürgen Steinbrücker, Poet und ehrenamtlicher Mitarbeiter für die Pressearbeit der Lebenshilfe

© 2017 Gereimtes und Ungereimtes aus JS „Dichtung & Wahrheit“ Langenfeld-Reusrath



*Wir wünschen Ihnen schöne Weihnachten,
Zeit zur Besinnung auf die wirklich
wichtigen Dinge im Leben und viele
schöne Momente im nächsten Jahr.*

*Ihre Lebenshilfe
Kreisvereinigung Mettmann*

Termine

9. Januar 2018

Neujahrsempfang der Lebenshilfe 2018,
Tagungszentrum Ärztehaus, St. Marien-Krankenhaus, 3. Etage,
Einlass 17.30 Uhr, Beginn 18.00 Uhr,
Mülheimer Str. 37, 40878 Ratingen
um Anmeldung in der Geschäftsstelle der Lebenshilfe wird
gebeten

28. Januar 2018

Karnevalsfeier für Erwachsene in Ratingen,
Pfarrsaal St. Peter und Paul, Beginn 15.11 Uhr,
Turmstr. 9, 40878 Ratingen,
um Anmeldung in der Geschäftsstelle der Lebenshilfe wird
gebeten

5. Februar 2018

Frühförderkarnevalsfeier in Ratingen,
Pfarrsaal St. Peter und Paul, Beginn 15.30 Uhr,
Turmstr. 9, 40878 Ratingen,
um Anmeldung in der Geschäftsstelle der Lebenshilfe wird
gebeten

7. Februar 2018

Karnevalssitzung im VHS Saal in Monheim, 17.30 bis 20.30 Uhr,
Einlass 17 Uhr, Tempelhofer Str. 15, 40789 Monheim,
um Anmeldung in der Geschäftsstelle der Lebenshilfe wird
gebeten

10. Februar 2018

Gemeinsamer Lebenshilfe-Wagen von Nutzern des Betreuten
Wohnens und Bewohnern des Langenfelder Wohnheims auf dem
Karnevalszug in Langenfeld, Spenden für Wurfmaterial willkommen

14. bis 18. Mai 2018

Bei den Special Olympics Kiel 2018, den Nationalen Spielen für
Menschen mit geistiger Behinderung gehen rund 4.000 Athletin-
nen und Athleten in 19 Sportarten und dem Wettbewerbsfreien
Angebot an den Start.

Insgesamt soll die Veranstaltung eine Dimension von zirka
13.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmern erreichen.

Die Sportabteilung der Lebenshilfe Kreisvereinigung Mettmann
hat in den Bereichen Golf, Inline-Skating, Tischtennis und
Schwimmen bereits insgesamt 26 Athleten angemeldet.

20. Mai 2018

2. Drachenboot Pfingstregatta auf dem Grünen See,
Erholungspark Volkardey, Volkardeyer Str., 40878 Ratingen

16. Juni 2018

Sommerfest im Wohnverbund Langenfeld, 14 bis 18 Uhr,
Auguste-Piccard-Weg 21, 40764 Langenfeld

23. Juni 2018

Sommerfest im Wohnheim Ratingen, 15 bis 19 Uhr,
Werdener Str. 4, 40878 Ratingen



Lebenshilfe

für Menschen mit geistiger Behinderung e.V.
Kreisvereinigung Mettmann

Herausgeber und Anschrift der Redaktion:

Lebenshilfe für Menschen mit
geistiger Behinderung e.V.
Kreisvereinigung Mettmann
Grütstr. 10
40878 Ratingen

Tel. 02102 / 551 92-40
Fax 02102 / 551 92-50
Mail caroline.hutschenreuter@
lebenshilfe-mettmann.de

Redaktion:

Caroline Hutschenreuter (CH)
(verantwortlich)
Andrea Schorrardt (AS)

Layout:

artworkshop.de, Heiligenhaus

Erscheinungsdatum:

8.12.2017 (Dieses Magazin er-
scheint halbjährlich.)

Redaktionsschluss:

Beiträge und Leserbriefe bitte
bis zum 15.04.2018 einreichen