



Kostenlos zum Mitnehmen

Ausgabe 1/2010

# Leben wie andere Menschen auch

## Neues Wohnangebot in Neuwerk

„Er“ ist schon zu Hause, macht Kaffee, deckt den Tisch, stellt den CD-Player an. Dann hört er, wie sich der Schlüssel im Schloss dreht; 17.30 Uhr, die Freundin kommt von der Arbeit. Nun steht er auf, geht ihr entgegen, nimmt ihr die Jacke ab.

Eine Szene, wie sie sich so oder ähnlich tagtäglich abspielt. Und doch etwas Besonderes für Herrn K. und Frau A. Seit wenigen Wochen leben der 42-Jährige und seine 34-jährige Lebensgefährtin in ihren eigenen vier Wänden. Sie sind die ersten, die in das neue Wohnhaus der Lebenshilfe Am Klosterbusch in Neuwerk eingezogen sind. Im Mai letzten Jahres hatte die Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung in Mönchengladbach die Möglichkeit, in direkter Nachbarschaft zur Wohnstätte in Neuwerk ein Haus zu erwerben und drei Wohnungen auszubauen. Zukünftig werden hier fünf Menschen mit Behinderung ihr Leben in eigener Regie führen können.

So wie schon jetzt Frau A. und Herr K. Die beiden haben die Parterre-Wohnung mit der großen Terrasse



Ein neues Zuhause für fünf Menschen mit Behinderung / Glücklich in den eigenen vier Wänden.

Fotos: Beate Raguse

gemietet und mit Liebe zum Detail eingerichtet. Tagsüber arbeiten sie in Werkstätten für behinderte Menschen. Doch auch wenn sie gerne ihrer Arbeit nachgehen, freuen sie sich jeden Tag auf ihren Feierabend. „Wir können so leben, wie wir es uns vorgestellt haben“, sagt Frau A. „Genau wie andere Menschen auch.“

Für die beiden heißt das, in der Freizeit Musik hören, tanzen gehen, kegeln, schwimmen, Hockey spielen oder gemeinsam kochen. Beim Einkauf wie bei allen Überlegungen zur Haushaltsführung stehen ihnen Fachkräfte der Lebenshilfe zur Seite. Im Rahmen des Betreuten Wohnens kommen diese nach Bedarf

mehrmals pro Woche in die Wohnung, beraten beim Umgang mit dem Geld oder bieten bei Arztbesuchen ihre Begleitung an.

Noch sind zwei Wohnungen im Haus Am Klosterbusch zu vermieten. Frau A. und Herr K. freuen sich auf ihre zukünftigen Wohnungsnachbarn. (red.)

## Themen

► Köln

Südafrika auf dem Wunschzettel: Startschuss für neues Fußballleistungszentrum für junge Männer mit geistiger Behinderung in Frechen bei Köln.

Seite 2

## Termine

Die „Elterngruppe für Kinder mit Downsyndrom“ trifft sich am Freitag, dem 26. Februar 2010, 19.15 bis 21.15 Uhr. Die Gruppe steht weiteren Eltern und allen Interessenten offen.

Das Café ist jeden Mittwoch von 8.30 bis 11 Uhr und jeden Freitag von 16 bis 18 Uhr geöffnet.

Eine Einführung in die „Grundlagen des Kochens“ gibt Helga Becker Menschen im Betreuten Wohnen am Samstag, dem 6. Februar 2010 und am 6. März 2010, jeweils von 13 bis 16 Uhr. Kosten: 5 Euro.

Jeden Freitag (außer in den Ferien) leitet Sifu A. Schenk von 18 bis 19 Uhr Übungen der chinesischen Bewegungslehre an. Der Teilnahmebetrag beträgt 5 Euro. Ermäßigung auf Anfrage.

Anmeldung unter (0 21 66) 21 61 72.

Ort: Beratungsstelle der Lebenshilfe Wickrath, Am Ringofen 1

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage [www.lebenshilfe-mg.de](http://www.lebenshilfe-mg.de)

## Veranstaltungstipp

Große Benefiz-Party mit BAFF zugunsten der Wohnstätte Neuwerk, Freitag, 26. Februar 2010, 20 Uhr, Am Haus Lütz, Mönchengladbach-Neuwerk. Veranstalter: Sportlertreff „Am Haus Lütz“

## Weil es im Leben nicht immer glatt läuft

Beratungsstelle der Lebenshilfe

Bürozeiten:

Di., Mi. 9–12 Uhr

Fr. 16–18 Uhr

Telefon: (0 21 66) 21 61 72

Individuelle Termine möglich

## Impressum

► **Herausgeber:** Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung e. V., Mönchengladbach, Am Ringofen 1, 41189 Mönchengladbach, Telefon (0 21 66) 4 19 72

► **Redaktion:** Gisela Peters, Dorothee Schepers-Claßen, Michael Häring, Beate Raguse

► **Presserechtlich verantwortlich:** Robert Jansen, 1. Vorstandsvorsitzender

► **Auflage:** 10 000 Exemplare

## BINGO! Spannung und Spiel am Sonntagnachmittag

„Bingo!“ „Bingo!“ „Bingo!“ Gleich drei Gäste haben gleichzeitig die „vier Ecken“ angekreuzt. Jetzt heißt es knobeln. Herr H. zieht die 74, er gewinnt den Taschenrechner. „Die anderen dürfen weiterspielen“, erklärt Heinz Rheinländer. Der 2. Vorstandsvorsitzende der Lebenshilfe ist seit Jahren begeisterter Spielleiter und bietet alle drei Monate in der Beratungsstelle einen Bingonachmittag an.

Auch an diesem Sonntag sind etwa zwanzig Gäste gekommen, um einen der Preise zu gewinnen und die Spannung des Bingospiels zu erleben. Wer die Zahlen nicht sicher kennt, kann mit einem der Ehrenamtlichen ein Team bilden. Der besondere Anreiz: jeder Mitspieler muss sich konzentrieren, um die vom Leiter gezogene Zahl auf seinem Spielzettel zu finden. Im Laufe des Spiels ergeben die an-

gekreuzten Zahlen Muster wie z. B. ein Rechteck oder eine Reihe und damit weitere Möglichkeiten ein Puzzle, einen Koffer oder eine Kuscheldecke zu gewinnen. Im Laufe des Nachmittags werden fünf Durchgänge gespielt, und selbst in der anschließenden gemütlichen Kaffeerunde hängt der letzte „Bingo“-Ruf noch im Raum.

Dorothee Schepers-Claßen



Freude über den Gewinn. Foto: Lebenshilfe

## Begegnung auf Augenhöhe

Georg Schmitz über sein freiwilliges Engagement

**Journal:** Georg, du arbeitest ehrenamtlich bei der Lebenshilfe. Wie kam es dazu?

**Georg Schmitz:** Ich habe im Freiwilligenzentrum in Rheydt nachgefragt, wo Leute benötigt werden. Mir wurde die Lebenshilfe empfohlen, obwohl ich noch nie etwas mit behinderten Menschen zu tun hatte. Ich fand es sehr spannend, eine Aufgabe anzugehen, wo ich keine Erfahrung hatte.

**Journal:** Und wie war es dann?

**Georg Schmitz:** Was ich von Anfang an bemerkte, war, dass der Kontakt mit den Mitarbeiterinnen auf Augenhöhe stattfand. Ich habe mich sofort sehr wohlfühlt. Dann habe ich erst mal im Café geguckt, wie das so läuft und schnell gemerkt, dass ich keine Berührungsängste hatte. Und dass mir die Gäste oft mehr entgegengebracht haben als ich anfangs erwartet habe. Alle haben mich sehr herzlich und freundlich aufgenommen.

**Journal:** Gab es auch etwas, was nicht gut gelaufen ist?

**Georg Schmitz:** Nein, im Gegenteil, es hat sich alles positiv vertieft, sodass ich mich jedes Mal freue zu kommen. Gut fand ich auch, dass ich am Wochenende eigene Ange-



Ein Herz und eine Seele: Georg Schmitz und Laura L.

bote machen konnte, wie Hundespaziergänge, Thailändisch kochen oder Zitronenlimonade herstellen.

**Journal:** Welche Rolle hast du im Café?

**Georg Schmitz:** Das ist schwer zu erklären. Wichtig finde ich, dass ich keine Rolle habe. Im Café bin ich einfach da, unterhalte mich mit den Gästen, höre zu, manchmal mache ich ein Angebot, wie z. B. Kicker spielen oder einen Spaziergang mit meinem Hund Loona.

**Journal:** Du bist jetzt seit zwei Jahren dabei. Hat dich dein freiwilliges Engagement verändert?

**Georg Schmitz:** Ja, es ist eine große Bereicherung. Besonders, dass ich die Möglichkeit habe, mich mit meinen eigenen Vorstellungen einzubringen, hat mich positiv beeinflusst.

Mit Georg Schmitz sprach Beate Raguse

Anzeigen

**Helmut Wüsten**  
Malermaler

Ausführung sämtlicher Malerarbeiten

Lorenz-Görtz-Straße 7 41238 Mönchengladbach  
Tel. 0 21 66/8 33 30 Fax 0 21 66/85 28 70  
e-mail: malerbetrieb.wuesten@freenet.de

Ihr Partner im Trauerfall

BEERDIGUNGSMITTEL  
**RENNERS**  
G. HACKEN

Hans-Gerd Hacken  
Geschäftsführer  
Dammer Straße 123  
41066 Mönchengladbach  
Telefon 02161/662824 und 661410  
Telefax 02161/665412  
www.bestattungen-renners.de  
info@bestattungen-renners.de

- Erd-, Feuer- und Urnebestattungen
- Überführungen von und zu jedem Ort
- Bestattungsvorsorge
- Beratung
- Hausbesuche
- Eigener Abschiedsraum
- Erledigung sämtlicher Formalitäten
- Tag und Nacht dienstbereit

reinhardt sindermann  
dipl.-ing.  
bauchmiesweg 14  
41239 Mönchengladbach  
fon: 0 21 66 / 93 54 00

entwurf projektrealisierung  
planung

Hiltrud Günner  
Heilpraktikerin

Ganzheitliche Naturheilkunde

Engelblecker Straße 236  
41066 Mönchengladbach  
Telefon 02161 966193

- Wirbelsäulenthherapie nach Dorn
- Fußreflexzonentherapie
- Massagen nach Breuß
- Tibetische Honigmassagen
- Akupunktur
- Bachblüten
- Energearbeit





Vorbild Fußball-WM der Menschen mit Behinderung 2006 in Deutschland (li.) für die Spieler Oliver Fey, Sascha Nowak und Andreas Immecus (v. li.) des Fußballleistungszentrums.

## Südafrika auf dem Wunschzettel

### Startschuss für neues Fußballleistungszentrum in Frechen bei Köln

Auf zur Fußball-WM der Menschen mit Behinderung 2010 in Südafrika. Das Training im ersten und einzigen Fußballleistungszentrum NRW in Frechen im Rhein-Erft-Kreis hat begonnen. Eine Auswahl junger Männer zwischen 18 bis 25 Jahren aus NRW kämpfen um die Tickets in die Landesauswahl und in die Nationalmannschaft und trainieren drei Mal pro Woche für ihren Traum.

Drei Jahre nach der großen Fußball-WM der Menschen mit Behinderung 2006 in Deutschland, die unter anderem von der Lebenshilfe NRW organisiert wurde, haben sich die Lebenshilfe NRW und der Be-

hinderten-Sportverband NW mit Leidenschaft und Wille zum Erfolg für dieses neue Angebot eingesetzt.

Auch dank des Engagements der Gold-Kraemer-Stiftung konnten Wohnungen für die Spieler errichtet werden. Willi Breuer, ehemaliger Nationaltrainer und mittlerweile beim 1. FC Köln tätig, ist begeistert vom Fußballleistungszentrum, das den Spielern neben dem regelmäßigen Training Unterstützung im Alltag bietet und Leben in den eigenen vier Wänden ermöglicht. Breuers ehemaliger Assis-

tenztrainer Uli Ollesch ist Trainer des Teams.

„Ich bin froh darüber, dass es dieses neue Leistungszentrum für junge Männer mit Behinderung gibt“, sagt Willi Breuer.

Durch die Leistung im Fußball soll den Spielern Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl gegeben werden. Der Fußball führt so in eine nachhaltige Teilhabe und Anerkennung in der Gesellschaft. Weitere Infos unter [www.lebenshilfe-nrw.de](http://www.lebenshilfe-nrw.de) oder [www.fussballleistungszentrum-nrw.de](http://www.fussballleistungszentrum-nrw.de) (vw)



Willi Breuer

## 40 000 Euro für Lebenshilfe NRW

Botschafterin Claudia Kleinert gewinnt bei Jörg Pilawa



Die Lebenshilfe-Botschafterin und ARD-Wetterfee Claudia Kleinert glänzte bei der Weihnachtsausgabe der beliebten Quiz-Sendung „Das Quiz mit Jörg Pilawa“ neben Ulrich Wickert im Ersten. 40 000 Euro konnte die Kandidatin so für Menschen mit geistiger Behinderung gewinnen.

## Post von ... Fritz Pleitgen

### RUHR-2010-Chef hautnah

Dr. h. c. Fritz Pleitgen war zwölf Jahre lang der Intendant des Westdeutschen Rundfunks (WDR), ist ein herausragender Journalist. Er gründete u. a. den Radiosender Eins Live und den Fernsehsender Phoenix. Der gebürtige Duisburger setzte sich dafür ein, dass der WDR 2006 mehrere Stunden live über die Fußball-WM der Menschen mit Behinderung in Deutschland berichtete und wurde unter anderem für dieses besondere Engagement Ende November 2009 mit dem Preis der Lebenshilfe NRW „All together“ ausgezeichnet. Im April 2007 übernahm Pleitgen den Geschäftsführungsvorsitz der Ruhr 2010 GmbH, der Trägergesellschaft für das in Essen und dem Ruhrgebiet geplante europäische Jahr als Kulturhauptstadt Euro-



pas. Und wie ist der 71-Jährige privat? Lesen Sie mehr ...

**Meine Hobbys:** Schreiben, Lesen, Langlauf-Ski, Radfahren

**Mein Lieblingsessen:** Reibekuchen mit Apfelkompott

**Mein Traumreiseziel:** Beringstraße

**Lebemann oder Sparfuchs?** Weder noch!

**Licht aus, Kamera aus!** So bin ich privat: Entspannt!

**Den ersten Tag meines Urlaubs beginne ich mit ...** Der sofortigen Erkundung der Umgebung. (vw)

## Neue Botschafter

Mirko Heinze und Uwe Busse ausgezeichnet



Neue Botschafter der Lebenshilfe NRW in Aktion während der 45-Jahrfeier in Lübbecke: Mirko Heinze, bekannter Sänger und Entertainer, und Schlagerstar Uwe Busse. Fotos: Schnau

## Kurz notiert

### Osteraktionen in NRW

Osterhasen in historischen Osterhasenformen im Schokoladenmuseum in Köln, Osterspaziergang durch Köln oder der traditionelle Osterräderlauf in Lügde im Teutoburger Wald sind einige Osteraktionen in NRW. Infos unter [www.nrw-tourismus.de](http://www.nrw-tourismus.de)

### „Tandemer“ im Duden

Der Begriff Tandemer, der von der Lebenshilfe NRW während der Fußball-WM der Menschen mit Behinderung 2006 erfunden wurde, hat es offiziell in den deut-

schen Duden geschafft. Ein „Tan/de/mer“ (oder in der weiblichen Form, eine „Tan/de/merin“) ist darin als „Sozialarbeiter, der gemeinsam mit einem behinderten Menschen eine Übung, z. B. im Sport ausübt“, beschrieben.

### RUHR 2010: Chöre gesucht

Die Metropole Ruhr singt – Profichöre, Laienchöre, Bergmannschöre, Kinder- und Kirchenchöre, in jeder Stadt wird gesungen. Beim !Sing – Day of Song am 5. Juni kann jeder mitmachen. Infos unter [www.ruhr2010.de](http://www.ruhr2010.de)

## Facebook – die neue Anziehung des sozialen Netzwerkes

Soziales Netzwerken im Internet ist in: Mehr als 300 Millionen Menschen sind mittlerweile bei Facebook aktiv. Sie auch?

Die Vorzüge des sozialen Netzwerkes sind klar: Man bleibt mit seinen Freunden in Kontakt, präsentiert sich, eigene Fotos, Videos, Botschaften. Mitmachen kann jeder. Reinklicken, anmelden, los geht's. Das gesamte Angebot von Facebook mit allen Funktionen ist kostenlos. Infos unter [www.facebook.com](http://www.facebook.com)



Screenshot Startseite Facebook



## Gesamtkunstwerk mitten in Berlin

Museumsinsel zieht Touristen und Einheimische an

Zwischen Spree und Kupfergraben liegt der Touristenmagnet in Berlin-Mitte – die Museumsinsel. Mit ihren fünf Gebäuden, dem Alten und dem Neuen Museum, der Alten Nationalgalerie, dem Pergamon- und dem Bodemuseum bietet sie ein historisch gewachsenes Ensemble.

Die Museumsinsel, seit 1999 Teil des Weltkulturerbes der UNESCO, war Spielwiese von Monarchen und Ideologien, zerschnitten von Eisenbahn, Eitelkeit und Museumsstreit, die Prachtbauten, die sich einander den Rücken zuwenden, bilden ein Gesamtkunstwerk.

Das Alte Museum beherbergt eine Antikensammlung mit Skulpturen, Schmuck und Waffen der griechischen Kunst- und Kulturgeschichte. Das Neue Museum, seit Ende 2009 wiedereröffnet, ist die Herberge des Ägyptischen Museums mit der berühmten Büste der altägyptischen Königin Nofretete.

Im dreiflügeligen Pergamonmuseum sind Architekturaufbauten sowie griechische und römische Skulpturen der Antikensammlung untergebracht. Es wurde weltweit bekannt durch die imposanten Rekonstruktionen des Pergamonaltars, dem Markttor von Milet und dem Ischtar-Tor. Die Kunst- und Gemäldesammlung der Alten Nationalgalerie umfasst Werke von

Alles im Blick: Die Museumsinsel aus der Vogelperspektive.

Foto: © bpkIDOM publishers, Juli 09

Caspar David Friedrich bis hin zu Fresken der römischen Nazarener. Das Bode-Museum bietet neben dem Museum für Byzantinische Kunst auch das Münzkabinett, mit einer Sammlung von Münzen aus dem 7. Jahrhundert bis in die Gegenwart.



# Professionelle Beratung und Hilfe

## Warum eine Familie aus Bonn Mitglied der Lebenshilfe Bonn ist

Von Verena Weiße

Eine gute Versorgung bei der Lebenshilfe ist möglich. Ehepaar Schoepf aus Bonn hat eine Tochter mit Downsyndrom und ist seit mittlerweile mehr als vier Jahren Mitglied bei der Lebenshilfe Bonn.



Familie Schoepf Foto: Schoepf

Das umfangreiche Angebot vor Ort konnte die Familie nutzen. Erste Station war die Frühförderung: „Isabell hatte einen guten Kontakt zu der Ergotherapeutin aufgebaut und für mich war die Beratung in der schweren ersten Zeit sehr wichtig“, sagt Isabells Mutter Andrea Schoepf. 2006 hat Isabell an der Frühförderung im Wasser teilgenommen, die speziell auf die Bedürfnisse von Kindern mit Behinderung zugeschnitten war. Mittlerweile nimmt die Vierjährige am therapeutischen Reiten teil. Glücklich und entspannt kommt sie anschließend nach Hau-

se, sagt die Mutter. Andrea Schoepf: „Ich habe die Lebenshilfe als großen und erfahrenen Anbieter für Menschen mit einer geistigen

Behinderung kennengelernt und werde die Lebenshilfe als Interessenverband auch weiterhin unterstützen.“ (vw)

## „Mischen Sie sich ein“

Bewegen Sie etwas durch Ihre Mitgliedschaft in der Lebenshilfe

Übernehmen Sie soziale Verantwortung. Unterstützen Sie die Ziele und Arbeit der örtlichen Orts- und Kreisvereinigungen der Lebenshilfe in NRW – werden Sie Mitglied. Bewegen Sie etwas durch Ihre Mitgliedschaft in der Lebenshilfe. Tragen Sie dazu bei, dass die Lebensqualität von Menschen mit Behinderung in der jeweiligen Region verbessert und ihre Teilhabe am gesellschaftlichen Miteinander gefördert wird.

1964 von Eltern geistig behinderter Kinder und interessierter Fachleute, die sich in örtlichen Lebenshilfevereinigungen zusammengeschlossen hatten, gegründet, zählt die Lebenshilfe NRW in ihrem Jubiläums-Jahr in 77 Orts- und Kreisvereinigungen mehr als 25000

Mitglieder. Individuelle Angebote und mehr als 400 verschiedene Einrichtungen sorgen landesweit für die Unterstützung von etwa 25000 Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

Ab einem geringen jährlichen Beitrag unterstützen Sie die Arbeit mit Menschen mit Behinderung in der örtlichen Lebenshilfe. Mitglied werden leicht gemacht: Als Person können Sie in einer örtlichen Lebenshilfe-Vereinigung für Sie in-

frage kommt, finden Sie im Internet in der Suchfunktion auf [www.lebenshilfe-nrw.de](http://www.lebenshilfe-nrw.de) unter dem Punkt Dienstleistungen und Einrichtungen. Oder rufen Sie uns an (Kontakt siehe Impressum auf der Titelseite).



Ziele, Aufgaben und Organisationsstrukturen  
 Lebenshilfe Nordrhein-Westfalen  
 Gemeinsam • Zusammen • Stark



Leidenschaftliche Künstlerin: Barbara Schöneberger. Foto: Jim Rakete

## Die Frau macht gute Laune

Barbara Schöneberger zählt zu den spontansten Entertainerinnen Deutschlands

Witzig, charmant, schlagfertig, selbstironisch – Barbara Schöneberger ist eine der wandlungsfähigsten und spontansten Entertainerinnen in Deutschland. Sie kann reden ohne Punkt und Komma. Und jetzt singt sie auch noch – und das zum zweiten Mal. Nach ihrer ersten Tour ging die 35-Jährige Ende 2009 zum zweiten Mal auf Deutschlandtour mit ihrer Show „Nochmal, nur anders.“ Mit ihrem zweiten Album geht sie

stärker in Richtung Disco-Sound. Das Songwriterteam blieb an Bord, sodass griffige Melodien und maßgeschneiderte Texte garantiert sind. Mit Orchestersound und Glamour-Effekten und einer vor Energie sprudelnden Blondine mit Lockenpracht. Und 2010? Die Fans dürfen gespannt sein, was sich die blonde Gute-Laune-Entertainerin und Moderatorin der NDR-Talkshow einfach lässt. (vw)

## Ein besonderes Ehrenamt

Menschen mit Behinderung pflegen Parkbänke

Gut für die Grevenbroicher Bürger. Durch eine besondere Aktion halten die Mitarbeiter der Werkstatt für Menschen mit Behinderung Hemmerden die Parkbänke im Waldstück Bend, an der Erft entlang, in Schuss – und zwar ehrenamtlich.

Seit Beginn der ersten Aktion 2002 haben die Menschen mit Behinderung 20 bis 30 marode Parkbänke neu hergerichtet. Neue Bohlen angebracht, Befestigung

gen angeschraubt, Bretter auf die Bänke montiert. Die Bänke waren so marode, dass man sich nicht mehr darauf setzen konnte.

„Die Bürger werden durch eine Plakette auf der Bank informiert, dass wir uns um die Parkbänke kümmern und sie in unregelmäßigen Abständen pflegen“, sagt Dieter Herten, Leiter des Projekts. Finanziert wird die Aktion durch die RWE Power AG. Eine solche Aktion zeige einen direkten Bezug zum Wohnort, so Herten.

## Barrierefreie Unterkünfte auf hohem Niveau

Beliebtes barrierefreies Hotel: Im Hotel Fit in Much im Bergischen Land arbeiten Menschen mit Behinderung und kümmern sich um einen besonderen Service für die Gäste: „Im Hotel gibt es tolle Möglichkeiten Menschen mit Behinderung zu beschäftigen“, sagt Hotelleiter Martin Bünk. Die Gäste freuen es. Denn die Menschen, die im Hotel arbeiten, kümmern sich liebevoll um ihre Gäste.



Andreas Decker Foto: Bünk

Neben der Übernachtung können im Hotel Fit Tagungen und ein spezielles Angebot für Freizeitgruppen und Schulklassen gebucht werden: ein Ausflug in den Rollstuhl-Hochseilgarten. Hohe Holzwände, Stangen und Streben sind mit Seilen verbunden. An einer Kletterwand, in einem „Spinnennetz“, über eine Seilbrücke kann man dort klettern. Angeseilt und gesichert. Damit sol-

len Kinder in luftiger Höhe eigene Grenzen austesten und das Gemeinschaftsgefühl in der Gruppe gestärkt werden. Weitere Infos über das Hotel Fit, das Mitglied der Kooperation Embrace Hotels und ein Integrationsbetrieb der Lebenshilfe Rheinisch-Bergischer Kreis und Köln-Porz ist, unter [www.hotel-fit.de](http://www.hotel-fit.de) und [www.embrace-hotels.de](http://www.embrace-hotels.de)

Eine kulinarische Reise zu unterschiedlichen Themen von „Käse aus aller Welt“, Valentinsbrunch bis zum Osterbrunch bietet das Haus Hammerstein im Bergischen Land seinen Gästen.

„Komm ein bisschen mit nach Italien“ heißt der Titel der musikalischen Stationen durch die 50er-Jahre – mit italienischem Buffet und Livemusik mit Anita Vidovic. Weitere Infos unter [www.haus-hammerstein.de](http://www.haus-hammerstein.de)

## Große Persönlichkeiten geehrt



Die Preisträger des Lebenshilfe-Awards „All Together“, die sich durch ihr spezielles Engagement besonders für das Interesse von Menschen mit geistiger Behinderung stark gemacht haben: Moderator Johannes B. Kerner (o. li.), Schauspielerin Juliana Götze (o. mi.), Hans Meurer, ehrenamtlicher Vorsitzender Stiftung Lebenshilfe NRW (u. li.), Wolfgang Pohl, Landesvorsitzender Lebenshilfe Brandenburg, mit Hans Jürgen Wagner, Geschäftsführer der Lebenshilfe NRW (u. mi.) Fritz Pleitgen, ehemaliger WDR-Intendant (re.) mit Regina Schmidt-Zadel und dem Vorsitzenden der Lebenshilfe Wolfgang Schäfer. Fotos: Schnau

## 1 000 alte Zechenhaken künstlerisch gestalten

Hak' Dich ein – Lebenshilfe NRW sucht für neues Projekt kreative Kumpel

Die Lebenshilfe NRW für Menschen mit geistiger Behinderung plant für die RUHR 2010 ein ganz besonderes Projekt: 1000 alte Zechen-Haken sollen im Tandem, ein Mensch mit und ein Mensch ohne Behinderung, gemeinsam künstlerisch gestaltet werden. Hierfür werden noch „Kumpel“ oder Haken-Spender gesucht.

„Wir wollen auf diesem Weg den Inklusionsgedanken richtig leben. Menschen mit und ohne Behinderung werden so ganz natürlich zu Kumpeln“, sagt Sandra Barkowsky, Projektleiterin der Lebenshilfe NRW. Gesucht werden nun Menschen mit und ohne Behinde-

rung, die sich zusammentun, um die alten Zechen-Haken künstlerisch zu gestalten. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt. Ziel ist es, im September im Rahmen der RUHR 2010 alle Haken zu dem größten Skulpturengarten der Welt auf dem Kumpeltag in der Zeche „Oer-Erkenschwick“ zusammenzuführen. Im Anschluss dürfen alle Kunstwerke von ihren Eigentümern mit nach Hause genommen werden.

Die Lebenshilfe NRW freut sich über jeden „Kumpel“, der Interesse an dieser Aktion hat. Auch Haken-Spenden – ein Haken kostet 50 Euro – sind gerne gesehen. Für Firmen besteht auch die Möglichkeit, die ei-



Zechen-Haken künstlerisch gestaltet. Foto: Schnau

Sandra Barkowsky unter Telefon (02 21) 7 02 08 40 oder [bar@lebenshilfe-nrw.de](mailto:bar@lebenshilfe-nrw.de) (as)



## Alternative Methoden statt Pille

Wie Kindern, die unter ADHS leiden, geholfen werden kann

Spätestens seit dem Buch „Struwwelpeter“ sind die Symptome von ADHS bekannt. Viele Kinder in Deutschland leiden unter dem Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (ADHS). Das Leben dieser Kinder ist schwer, denn sie haben keinen schulischen Erfolg, können sich schlecht konzentrieren, stören den Unterricht.

Die Eltern fühlen sich als Versager und machen sich Vorwürfe. Der ständig wachsende Leistungsdruck in den Schulen führt zur Verstärkung von Beschwerden wie Lernstörungen und Magenbeschwerden.

Um diesen Zustand zu ändern, wird Kindern immer öfter die Pille Ritalin verabreicht, die die Kinder beruhigen soll. Was kann Kindern eher helfen als diese Pille? Kleine Klassen mit weniger als 20 Schülern, integrative Pädagogikkonzepte wie Montessori, projektbezogener Unterricht, enger sozialer Zusammenhalt in der Klasse, Zusammenarbeit zwischen Eltern und Lehrkräften, Konzentrationsübungen, Aggressionsabbau, autogenes Training oder Muskelrelaxation in der Freizeit, Yoga für Kinder oder Tai-Chi für Kinder.

(Quelle und weitere Infos unter [www.das-gesundheitsportal.com](http://www.das-gesundheitsportal.com))

# „Wir müssen wieder Mensch werden“

Thomas Graf, Gründer von Climate ART, engagiert sich für einen Wandel in Klima und Gesellschaft



Das Gesicht der Erde hat viele Gesichter.

Foto: Climate ART

Verantwortung übernehmen für das eigene Handeln, weg vom Dauer-Konsumieren. Die Umsetzung dieses Ziels hat sich ein Mann besonders vorgenommen. Thomas Graf, engagierter Unternehmer und Gründer der Initiative Climate ART, möchte Menschen im doppelten Sinne aufmerksam machen: auf den ver-

antwortungsvollen Umgang mit dem Klima und dem Wandel in der Gesellschaft.

Durch Kunst-(Skulpturen-) und Musikprojekte transportiert der 42-Jährige seine Botschaften direkt zu den Menschen – anlässlich der RUHR 2010 gemeinsam mit der Lebenshilfe NRW als Partner. Sein Herzensprojekt war

die Entwicklung eines Liedes, das den Gedanken von Climate ART zum Ausdruck bringt: „Together We Care“, vom Schweizer Künstler Ad Rian komponiert und produziert.

Thomas Graf: „Climate ART bietet eine Plattform für alle Menschen, Unternehmen, Musiker und Künstler, die mitmachen wollen. Auf der CD sind

zwei Songs der Lebenshilfe NRW vom Sänger Ad Rian und Rapper Sceptikk. Die CD kann für 10,99 Euro beim Landesverband, Hanne Kirwel, kirwel.hanne@lebenshilfe-nrw.de, oder auch direkt online im Online-Shop auf [www.climate-art.com](http://www.climate-art.com) bestellt werden. Hier sind auch weitere Infos von und über Climate ART zu lesen. (vw)

## Rezept

### Osterlamm einfach zubereitet

Das Osterlamm ist besonders zu Ostern bei Kindern beliebt. Die Zubereitung ist einfach. Zutaten:

#### Für den Rührteig:

- 125 Gramm Mehl
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 2 Eier
- 125 Gramm Margarine
- 1 Flaschen Zitronenaroma
- 125 Gramm Zucker
- 1 Prise Salz

#### Für den Guss:

- circa 1 bis 2 Esslöffel heißes Wasser
- 150 Gramm gesiebter Puderzucker

#### Zum Verzieren:

- 30 Gramm Kokosraspel.

Für die Zubereitung des Rührteigs Margarine in eine große Rührschüssel geben und gut durchrühren. Dann den Zucker nach und nach zur Margarine in die Schüssel geben und dabei weiterrühren. Vanillezucker, Salz, Zitronenaroma und die Eier unter ständigem Rühren hinzugeben. Mehl zuerst sieben, dann in die Schüssel geben und unterrühren.

Backform für das Osterlamm gut einfetten und mit Mehl bestreuen. Den Teig in die Backform geben. Das Osterlamm in den vorgeheizten Backofen bei 170 Grad ungefähr 50 bis 60 Minuten backen. Das Lamm zehn Minuten abkühlen lassen, dann den Zuckerguss darüber geben. Die Kokosraspel werden auf den weichen Guss gestreut.



Foto: ©HelgaPixelio

#### Osterbräuche

Das Abbrennen eines Osterfeuers, in der Nacht von Ostersonntag auf Ostersonntag und in der folgenden Nacht ist ein alter Brauch. Gegen Abend trifft man sich zur Entzündung des über den Winter angesammelten Haufens aus Zweigen und Holz. Das Osterfeuer sollte den Winter und böse Hexen sowie Geister vertreiben.

Ein weiterer Brauch ist es, am Ostersonntag Feuerräder einen Berg hinunterrollen zu lassen. Am Karsamstag werden Wagenräder und Eisenreifen mit Stroh umwickelt. Am Ostersonntag wird auf einem Berg ein aufgeschichteter Haufen aus Reisig angezündet. Ist dieser heruntergebrannt, werden an ihm die Feuerräder entzündet und dann ins Tal gerollt.

## Lexikon

### Was Sie immer schon mal wissen wollten:

#### Inklusion

Inklusion heißt Einbeziehung und Dazugehörigkeit. Mit Inklusion ist das bedingungslose Dazugehören aller Menschen als vollwertige Mitglieder zu einer Gesellschaft gemeint, unabhängig von ihren Fähigkeiten oder Behinderungen,

z. B. gibt es in einer inklusiven Gesellschaft eine Schule für alle! (Aus: Lebenshilfe Glossar, Herausgeber: Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Landesverband NRW, S. 30) Die neue Auflage des Lebenshilfe Glossar ist für 8 Euro (zzgl. Versandkosten und 7 % MwSt.) beim Lebenshilfe NRW Verlag, Abtstraße 21, 50354 Hürth, erhältlich.

## Sprüche-Ecke

Es gibt keine zweite Chance für den ersten Eindruck (unbekannt).

## Rätseln Sie mit – unser Sudoku hat es in sich!

6	4						5	
			8	3				
5		8			1		9	
		2		8				1
	3	9		2				
			6		7	8		9
						4		6
			3		6			
1	8					3		

2	8	3	6	4	5	9	8	1
5	8	6	9	1	3	4	7	2
6	1	4	8	7	2	5	6	3
4	5	1	3	9	6	1	5	4
8	3	1	2	5	6	3	8	7
7	6	2	9	8	6	9	3	1
3	9	6	4	8	4	8	5	2
4	6	2	3	5	8	1	7	6
8	6	1	5	8	4	3	7	9

Weitere Sudokus finden Sie im Internet unter [www.sudoku-aktuell.de](http://www.sudoku-aktuell.de)

## Gewinner

### Herzlichen Glückwunsch an Nicola Kuhlen aus Rees

Sie hatten die richtige Lösung und haben damit eine Übernachtung mit Frühstück für 2 Personen im romantischen Haus Hammerstein an der Wuppertalsperre im Bergischen Land gewonnen.

## Literatur-Tipps

Barrierefreier Fußball – der gemeinsame Bundesliga-Reiseführer für Menschen mit Behinderung der DFL Deutsche Fußball Liga GmbH und der Deutschen Bahn AG ist ab sofort erhältlich. Der Reiseführer liefert alle Infos für ein barrierefreies Reisen zu den Spielen der Bundesliga und 2. Bundesliga – übersichtlich sortiert nach Clubs, Stadien, Anfahrten und Städten. Weitere Infos und Bestellung unter [www.bundesliga-stiftung.de](http://www.bundesliga-stiftung.de)

Momme traut seinen Augen kaum: In der Leihbücherei läuft ihm ein kleines, wieselartiges Tier über den Weg, das sich als „Bücherhüter“ herausstellt. Er bewacht und findet Bücher und kann sie sogar zum Sprechen bringen. Der Kleine sucht verzweifelt nach seinem Freund, von dem er bei der Auflösung einer Bibliothek getrennt wurde. Für Momme und seine Freunde Tobias und Finja von der „Agentur für unlösbare Rätsel des Alltags“ ist klar, dass sie ihm helfen ...

Das Geheimnis des Bücherhüters  
Von Corinna Gieseler  
Erika Klopp Verlag, 2009  
Ab zehn Jahren  
ISBN: 978-3-7817-0673-6

#### Impressum für die Seiten 2-4

- **Herausgeber:** Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung, Landesverband Nordrhein-Westfalen e. V., Abtstraße 21, 50354 Hürth, Telefon (0 22 33) 93 24 50 E-Mail: [wag@lebenshilfe-nrw.de](mailto:wag@lebenshilfe-nrw.de) [www.lebenshilfe-nrw.de](http://www.lebenshilfe-nrw.de)
- **Presserechtlich verantwortlich:** Hans Jürgen Wagner, Hauptgeschäftsführer
- **Redaktionsleitung, Vertrieb und Partnerakquise:** Beate Rohr-Sobizack
- **Redaktion:** Verena Weiße, Redakteurin
- **Satz und Druck:** Heider Druck GmbH, Bergisch Gladbach
- **Gesamtauflage:** 275 000 Exemplare