



Kostenlos zum Mitnehmen

Ausgabe 1/2010

Hak' Dich ein

Das Lebenshilfe Center sucht kreative Kumpel

Die Lebenshilfe NRW 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.



Los geht's Kumpel: Mitmachen und Haken „verkleiden“. Denn wie schön die nackten Haken nachher aussehen können, sieht man hier.

Fotos: Lebenshilfe NRW

Gesucht werden nun Menschen mit und ohne Behinderung, die sich zusammenschließen, um die alten Zechen-Haken künstlerisch zu gestalten. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt. Ziel ist es am Sonntag, 19. September 2010, im Rahmen der RUHR 2010 alle Haken zu dem hoffentlich größten Skulpturengarten der Welt auf dem Kumpeltag in der Zeche „Oer-Erkenschwick“ zusammenzufügen. Im Anschluss dürfen selbstverständlich alle Kunstwerke wieder von ihren Eigentümern mit nach Hause genommen werden.

Das Lebenshilfe Center Gelsenkir-

chen wird sich ebenfalls an dieser Aktion beteiligen und freut sich über jeden „Kumpel“, der Interesse an dieser Aktion hat. Auch Haken-Spenden (ein Haken kostet 50 Euro) sind gerne gesehen. Selbstverständlich besteht für Firmen auch die Möglichkeit, die eigenen Haken mit Logo o. Ä. zu schmücken. Auf die zahlreichen Aktionen des Lebenshilfe Center gehen wir in der nächsten Ausgabe ausführlich ein.

Neue Programme

Das Lebenshilfe Center Gelsenkirchen bietet ab sofort auch Reisen an

Das neue Programmheft des Lebenshilfe Centers für das 1. Halbjahr 2010 liegt Druckfrisch für Sie bereit. Viele Angebote wie Sportgruppen, Kegeln und Kochen werden wieder in Gelsenkirchen angeboten.



Ab 2010 steigt das Lebenshilfe Center in den Bereich Urlaub mit ein. Die Reisen gehen nach Xanten und an die Ostsee und richten sich an Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Auch die neuen Programme der Lebenshilfe Bildung NRW gemeinn. GmbH sind da. Das Programm „Weiterbilden“ bietet zahlreiche Veranstaltungen für Menschen mit Behinderungen zu verschiedenen Themengebieten. Das Programm „Schöne Zeiten“ bietet Urlaubsreisen im In- und Ausland an.

Die neuen Programme können kostenlos im Lebenshilfe Center abgeholt oder unter Telefon (02 09) 70 26 40 10 angefordert werden.

Themen

► **Köln**
Südafrika auf dem Wunschzettel: Startschuss für neues Fußballleistungszentrum für junge Männer mit geistiger Behinderung in Frechen bei Köln.
Seite 2

► **Berlin**
Gesamtkunstwerk mitten in Berlin – zwischen Spree und Kupfergraben liegt der Touristenmagnet in Berlin-Mitte – die Museumsinsel.
Reisetipp Seite 2

Lebenshilfe verbindet

Schenk mir eine Stunde und ich schenk dir eine

Haben Sie Zeit und Lust auf besondere, schöne Begegnungen mit außergewöhnlichen Menschen? Machen Sie bei uns mit. Wir suchen freiwillige Mitarbeiter. Sie können neue Erfahrungen sammeln und Momente der Gemeinsamkeit erleben – sich für Menschen mit Behinderung engagieren! Ehrenamtskoordinatorin: Nicole Neumann, Telefon (02 09) 70 26 40 20.

Er ist's

Frühling lässt sein blaues Band
Wieder flattern durch die Lüfte;
Süße, wohl bekannte Düfte
Streifen ahnungsvoll das Land.
Veilchen träumen schon,
Wollen balde kommen.
– Horch, von fern ein leiser Harfenton!
Frühling, ja du bist's!
Dich hab' ich vernommen!

Eduard Mörike
(1804–1875)



Impressum Seite 1

► **Herausgeber:** Lebenshilfe NRW, Wohnverbund gGmbH, Abtstraße 21, 50354 Hürth, Tel. (02 09) 70 26 40 20, neumann.nicole@lebenshilfe-nrw.de
► **Redaktion:** Nicole Neumann, Katja Bohse-Wisseling
► **Presserechtlich verantwortlich:** Hans Jürgen Wagner, Hauptgeschäftsführer, Monika Oncken, Geschäftsführerin
► **Teilaufgabe:** 5 000 Exemplare

Anzeige

Das Allwetter-Dach mit Pfiff

Der Hit in Europa!

Fachberatung vor Ort!

Belüftung · Beschattung · regendicht

Bekährte Qualität
Unser Rundum-Service ist immer für Sie da
AUS MEISTERHAND

Kielgast Lamellendächer stellen alles in den Schatten!
Die ideale Überdachung für Ihre Terrasse, Balkon, Freisitz usw.
Auch für Sommer- und Wintergärten bestens geeignet.
Ebenfalls langjährig bewährt in der **Gastronomie** für Biergärten und Caféterrassen etc.

Ihre Fachberatung vor Ort:
0171 / 385 63 11

Auf'm Brinke 14 · 59872 Meschede
Tel.: 0291 / 7422 · Fax: 0291 / 50948
www.vario-kielgast.de
info@vario-kielgast.de

Selbstreinigende Lamellen »Lotus Effekt«
KIELGAST
Vario Überdachungstechnik
Kielgast GmbH & Co. KG

Heute ist mein Wellness-Tag!

So entspannen Sie Zuhause mit selbstgemachten Produkten

Wenn der Alltagsstress überhand zu nehmen scheint und dringend eine Auszeit von all den Strapazen benötigt wird, sollte man richtig entspannen. Dazu gibt es viele verschiedene Möglichkeiten. Am besten probiert man sie nacheinander aus und entdeckt für sich, was am effektivsten ist. Das kann ein angenehmes Aromabad sein, eine intensive Gesichtsmaske oder Meditation bei Entspannungsmusik.



Senf stimuliert und beruhigt die Haut.

Vier Esslöffel Flüssighonig und vier Esslöffel Essigessenz ins Badewasser geben. Die Haut wird durch dieses Gemisch samtweich.

Mit einer Mischung aus Salz und Babyöl können Sie überschüssige Haut entfernen und gleichzeitig die trockene Haut mit Feuchtigkeit versorgen.

Für alle Interessierten bietet das Lebenshilfe Center am Samstag, dem 17. April 2010 zwischen 14 und 18 Uhr ein Seminar zum Thema „Wellness selbst gemacht“ an.

Viele Produkte aus dem Supermarkt können noch sehr viel mehr als man denkt: Aus alltäglichen Lebensmitteln lassen sich luxuriöse Badezusätze, Gesichtsmasken und vieles mehr anrühren, um das eigene Heim in ein entspannendes Wellness-Spa zu verwandeln, ohne viel Geld für teure Kosmetika auszugeben!

Senf im Gesicht auftragen, zehn Minuten warten und mit warmen Wasser abwaschen. Danach mit kaltem Wasser nachspülen. Der

Anzeigen

Veranstaltungen und Events in Haus Hammerstein im Bergischen Land

Osterbrunch
am Sonntag und Montag
4. und 5. April 2010 von 11 bis 14 Uhr

Magic Latin Guitar
am Freitag
16. April 2010, um 19 Uhr

Lebenshilfe NRW
Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft Köln
BLZ: 370 205 00
Konto-Nr.: 8 094 009

Suchen Sie einen guten Werbeplatz, dann rufen Sie uns an:

Kontakt:
Nicole Neumann
Telefon: (02 09) 70 26 40 20

Lebenshilfe sucht ehrenamtliche Fahrer/-innen, damit Menschen mit geistiger Behinderung mobiler werden können.

Kontakt:
Lebenshilfe Center Gelsenkirchen
Ansprechpartnerin Nicole Neumann
Telefon (02 09) 70 26 40 20 oder per E-Mail neumann.nicole@lebenshilfe-nrw.de