



Ausgabe 1/2009

# Vom Krabbelkäfer bis zur Großmama

## Freizeitspaß im Lebenshilfe Center Olpe kennt keine (Alters-)Grenzen

### Themen

#### ► Solingen

Im Einsatz für den Patienten – Anja Runschke arbeitet in der Großküche des Integrationsunternehmens Genesis in Solingen.

Seite 3

Immer wieder samstags: Das Lebenshilfe Center ist fest in „Rabauken“-Hand! Mädchen und Jungen von vier bis 14 Jahren toben als Ritter oder Indianer durch die Räume in der Franziskanerstraße, machen Musik, backen Kuchen und lassen mit Pinsel und Farbe tolle Kunstwerke entstehen. Was als Probelauf in den Sommerferien begann, hat sich längst einen festen Platz im Veranstaltungskalender erobert. Genau wie der offene Freitags-Treff für die Erwachsenen ist die integrative Kinderrunde zu einem richtigen Wochenend-Renner geworden.



Großes Foto: die jüngsten Nutzer des Lebenshilfe-Freizeitprogramms: kleine „Krabbelkäfer“ in Aktion. Links und rechts oben: mit allen Sinnen „Rabauke“ sein: Kevin ist fasziniert vom Schaum ... und Jan entlockt der Trommel Töne. Rechts unten: gerne beim „Leckerbissen“-Kochclub mit von der Partie: Käthe, eine der ältesten Besucherinnen des LH Centers.

Die Lebenshilfe-„Rabauken“ sind nur eine von zahlreichen neuen Gruppen, die haupt- und ehrenamtliche Kräfte in den letzten Monaten gemeinsam auf die Beine gestellt haben. Vor eineinhalb Jahren nahm das Lebenshilfe Center Olpe seine Arbeit mit der Intention auf, eine regionale Begegnungsstätte für Menschen mit und ohne Behinderung zu sein. Und schon jetzt zieht sich der integrative Ansatz durch alle Altersschichten.

So ist jeden Mittwoch kurz vor halb zehn das „große Krabbeln“ angesagt. Babys und Kleinkinder bis zu drei Jahren treffen sich mit ihren

Mamis im Schlepptau zum fröhlichen Beisammensein. In entspannter Atmosphäre ist Zeit für ausgie-

biges Spielen, Singen, Basteln und den Erfahrungsaustausch. Mit einem gemeinsamen Frühstück klingt

der „Krabbelkäfer“-Vormittag aus.

Alle zwei Wochen freitags stehen Jugendliche ab 14 Jahren im Mittelpunkt. Dann heißt es gemeinsam kegeln, Billard spielen, ins Kino gehen, mal was Leckeres kochen oder einfach nur quatschen, Musik hören und „chillen“. „Zur fröhlichen Einker“ nennt sich das Gegenstück für die „Generation 50 plus“: Alle 14 Tage kann dienstagnachmittags bei Kaffee und Kuchen geklönt, gespielt, getanzt und gelacht werden.

„Unabhängig von Alter, Art der Behinderung und persönlichem Unterstützungsbedarf aktiv sein“ – so lautet das Grundprinzip sämtlicher Angebote im Lebenshilfe Center. Entsprechend bunt und vielfältig ist die Auswahl: Von Kreativveranstaltungen wie Malen, Basteln und Nähen über Kompetenztraining (Lesen und Schreiben, Umgang mit Geld, Frauen- und Männergruppe) bis hin zu speziellen Themenabenden, Yoga, Schwimmen, Kochen und Darten bleiben in Sachen Geselligkeit, Bildung und Bewegung keine Wünsche offen. Fordern Sie unser aktuelles Veranstaltungsprogramm an: Lebenshilfe Center Olpe, Franziskanerstraße 10, 57462 Olpe, Telefon (0 27 61) 9 42 31 51, szc@lebenshilfe-nrw.de

### Feste Termine bei der Lebenshilfe

#### Bildung

**Lesen & Schreiben Anfänger:** Jeden Montag um 18 Uhr im LH Center.

**Lesen & Schreiben Fortgeschrittene:** Jeden Montag um 17 Uhr im LH Center.

**Umgang mit Geld:** Jeden Montag um 18 Uhr im LH Center.

**Lebenshilfe „Schlankys“:** Unter Anleitung gemeinsam abnehmen. Donnerstags um 17.30 Uhr im LH Center.

**Nähkurs „Flinke Nadel“:** 14-tägig mittwochs um 17 Uhr im Nähstübchen Siedenstein.

#### Bewegung

**Yoga:** Alle zwei Wochen dienstags um 17 Uhr im LH Center.

**Schwimmen:** Wassergymnastik und Anfängerschwimmen. Jeden Montag von 19 bis 21 Uhr im Freizeitbad.

**Laufftreff:** Für Walker und Jogger. Jeden Freitag um 15.30 Uhr ab Freizeitbad Olpe.

#### Geselligkeit

**Kochclub „Lebenshilfe Leckerbissen“:** Aus gesunden Zutaten einfache Gerichte kochen. Einmal monatlich samstags von 10 bis 16 Uhr im LH Center.

**„Grenzenlos kreativ“:** Spiel mit Farben, Formen und Materialien. Einmal monatlich samstags um 14 Uhr im LH Center.

**Krabbelkäfer:** Integrativer Spielkreis für Babys und Kleinkinder. Jeden Mittwoch um 9.30 Uhr im LH Center.

**Rabauken:** Für Kinder von 4 bis 14 Jahren. Alle zwei Wochen samstags von 14 bis 18 Uhr im LH Center.

**Jugend-Treff:** Für Mädels und Jungs von 14 bis 20 Jahren. Alle zwei Wochen freitags um 17 Uhr in der OT Olpe.

**Rentner-Runde:** Für Senioren ab 50 Jahren. Kaffeetrinken, klönen, spielen. Alle zwei Wochen dienstags um 15 Uhr im LH Center.

**Ausführliche Infos zu allen Terminen finden Sie im aktuellen Freizeitprogramm des Lebenshilfe Centers.**

**Kontakt**  
Lebenshilfe Center Olpe  
Britta Grammel  
Franziskanerstraße 10, 57462 Olpe  
Telefon (0 27 61) 94 21 51  
Fax (0 27 61) 94 21 52  
Mobil (01 77) 2 16 86 78  
E-Mail grammel.britta@lebenshilfe-nrw.de

**Lebenshilfe-Kreisverband Olpe**  
Peter Müller  
Gate 4, 57462 Olpe  
Telefon (0 27 61) 83 98 51  
Fax (0 27 61) 9 42 79 13  
E-Mail OGV.pmueller@web.de

**Impressum**  
► **Herausgeber:** Lebenshilfe Wohnen gGmbH NRW, Abtstraße 21, 50354 Hürth, Telefon (0 52 55) 9 32 70, szc@lebenshilfe-nrw.de  
► **Redaktion:** Susanne Schötz  
► **Presserechtlich verantwortlich:** Hans Jürgen Wagner, Hauptgeschäftsführer, Monika Oncken, Geschäftsführerin

**Das Allwetter-Dach mit Pfiff**  
Der Hit in Europa!

Fachberatung vor Ort!

Bestmögliche Qualität  
AUS MEISTERHAND

Schiffung - Beschattung - Regenschutz

**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

Lotus Effekt-1

### Eine Zeitung mit 26 Gesichtern

„Wilde Wortkünstler“ der Lebenshilfe zu Gast im Druckhaus – ein Erlebnisbericht

Seit einem Jahr hat die Lebenshilfe in Olpe einen eigenen „Presseclub“. Wir, die „wilden Wortkünstler“, sind eine neunköpfige Truppe, die sich zu monatlichen Redaktions-sitzungen im Lebenshilfe Center trifft. Aus unseren Ideen, Interviews und Recherchen entstehen in loser Folge Artikel, die sich alltäglichen Themen aus der Perspektive behinderter Menschen nähern. Wir „wilden Wortkünstler“ fragen nach, denken mit, schreiben auf. Weil wir nicht irgendwo am Rande der Gesellschaft zu Hause sind, sondern mittendrin!



Bei unseren Presseclub-Sitzungen hatten wir uns schon ausführlich mit dem Thema „Zeitung“ beschäftigt. Wie schreibt man Berichte? Was macht einen Artikel interessant? Logisch, dass wir auch mal sehen wollten, wo und wie eine Zeitung gedruckt wird. Die Lebenshilfe NRW und die Druckerei Heider lu-

den uns nach Bergisch Gladbach ein. Dort wird das „Lebenshilfe Journal“ produziert. Es war ein spannender Besuch.

Hans-Peter Westerich führte durch den Betrieb. Zuerst schauten wir dem Layouter über die Schulter. Geduldig erklärte er uns, wie eine Zeitungsseite direkt am Bildschirm gestaltet wird: Texte müssen in die richtige Form gebracht und Fotos bearbeitet werden. In der Produktionshalle – unserer nächsten Station – herrscht am meisten „Action“: Gabelstapler transportieren riesige Papierrollen zu den Druckmaschinen. Obwohl eine einzige Rolle mehr als eine Tonne wiegt, ist sie innerhalb von 20 Minuten komplett aufgebraucht.

Vom „Lebenshilfe Journal“ gibt es 26 Regionalausgaben. Die Titelseite ist an jedem Ort eine andere, die übrigen Seiten werden einheitlich bedruckt. Somit hat unser „Lebenshilfe Journal“ 26 verschiedene Gesichter.

**Linden**  
APOTHEKE  
ZEIT FÜR GESUNDHEIT!

### Urlaub mit der Familie

Lebenshilfe NRW bietet Wander- und Radtouren für Familien und Gruppen.

Sie möchten allein, zu zweit oder mit der Familie Urlaub machen? Ganz ohne den alltäglichen Rummel um Sie herum? Sich mal ausklinken vom Alltag und sich nebenbei noch sportlich betätigen?

Die Lebenshilfe NRW bietet Reiseangebote rund um das Thema „Urlaub mit der Familie“.

Weitere Infos, Termine und Preise finden Sie unter [www.urlaubmitderfamilie.de](http://www.urlaubmitderfamilie.de)



**Kommen Sie doch mal auf einen Kaffee vorbei. Sie sind herzlich eingeladen.**

Kontakt:  
Lebenshilfe Center Olpe  
Ansprechpartnerin Britta Grammel  
Telefon (0 27 61) 9 42 31 51 oder per E-Mail grammel.britta@lebenshilfe-nrw.de

**Berufsvorbereitendes Soziales Jahr**  
In die Zukunft starten

**Richtung Beruf**

Das Berufsvorbereitende Soziale Jahr (BSJ) ist ein Orientierungsjahr zwischen Schule, Ausbildung und Beruf für junge Menschen. Starten Sie mit der Lebenshilfe in die Zukunft!

[www.bj-lebenshilfe.de](http://www.bj-lebenshilfe.de)

Lebenshilfe

Anzeigen



# Österreichs Schlemmer-Metropole Nummer eins

## Von Palatschinken bis Sachertorte – ein süßes und kulturelles Wochenende in Wien

Ein Wochenende in Wien zur Winterzeit – wer's gerne süß mag, wird in Österreichs Schlemmer-Metropole Nummer eins bestens versorgt. Auch kulturell ist einiges los – von Palatschinken bis Sachertorte, von Prater bis Hundertwasser und Stephansdom.

Die Reise beginnt am Stephansdom, dem Wahrzeichen Wiens, der von den Einheimischen liebevoll „Steffl“ genannt wird. Von dieser bedeutenden romanischen Kirche starten wir eine Stadtrundfahrt in einem kleinen Bus, mit dem wir bequem und individuell den ersten Eindruck von der Stadt bekommen. Teurer, aber romantischer ist die „Fiaker-“(Kutsch-)Fahrt durchs Stadtzentrum. Fein herausgeputzte Adelspalais, bedeutende Kirchen und Gebäude säumen den Weg. Vorbei am Parlament, Rathaus, an der Universität fahren wir entlang der Ringstraße mit prunkvollen Gebäuden. Ein kurzer Stopp am Hundertwasserhaus in der Löwengasse. Weiter geht es zum Prater mit dem berühmten Riesenrad, einem riesigen, bis zum Winterhafen reichen-

den Naturpark, der ehemals als fürstliches Jagdgebiet genutzt wurde. Vorbei am Karlsplatz mit Karlskirche, Natur- und Kunsthistorischem Museum und der Hofburg zurück zum Stephansplatz.

Auf keinen Fall verpassen sollte man einen Rundgang durch den Ersten Bezirk. Von der Staatsoper geht es zum berühmten Nobelcafé Sacher, wo Tortenfans die berühmte Sachertorte verputzen. In Richtung Innenstadt geht es am Palais Albertina vorbei, der die weltweit größte grafische Sammlung von Zeichnungen mit Arbeiten von Künstlern wie Michelangelo, Rembrandt und Schiele beherbergt. 150 Meter weiter ragt die Augustinerkirche in den Himmel der Hauptstadt. In der Hofpfarrkirche wurden zahlreiche Habsburger getauft und verheiratet. An die Kirche grenzt die Alte Hofburg, der ehemalige Nabel des Habsburgerreichs, mit Nationalbibliothek, Winterreitschule, Burgkapelle und Schatzkammer.

Café Central – da müssen wir hin. Das beliebte Café am Ende der Augustinerstraße/Herrngasse ist

**Reise-Tipp**



Neben süßen Köstlichkeiten (Palatschinken, Foto: Maren Bebler©PIXELIO) bietet Wien tolle Sehenswürdigkeiten wie den Stephansdom (Foto: Schmidinger©PIXELIO).

unsere nächste Station. Ein prächtiger Saal, der von endlos lang erscheinenden Marmorsäulen getragen wird. Der Ober serviert Heidelbeer-Palatschinken mit einer Kugel Vanilleeis und eine „Wiener Melange“, ein stark mit aufgeschäumter Milch versetzter, mit einem Häubchen Schlagobers bekrönter und einer Prise Zimt oder Kakao bestäubter Kaffee, und eine „Große Schwarze“ (Mokka).

Zum Abschluss des Wochenendes steht ein Besuch im Schloss Schönbrunn mit Führung auf dem Programm. Köstlichen Topfen-(Quark)strudel gibt es in der Gloriette-Aussichtsterrasse im Schlosspark, die einen unvergesslichen Blick auf Schloss und Wien bietet.

Informationen aller Art gibt es am Hauptsitz der Tourist-Info auf dem Albertinaplatz 1 (hinter der Oper, geöffnet täglich von 9 bis 19 Uhr) sowie in der Ankunftshalle am Flughafen Wien-Schwechat (gegenüber der Gepäckausgabe, täglich geöffnet von 9 bis 21 Uhr). Infos unter [www.wien.info](http://www.wien.info) (vw)

## Gemeinsam durch den Schulalltag

Wie ein neunjähriger Autist und eine 27 Jahre alte Schulbegleiterin zusammen den Schulalltag meistern

„Wenn du so laut bist, können wir nicht in die Klasse gehen.“ Steffi Adolph bleibt vor der Türe stehen und nimmt Furkans Arm. Er schreit weiter und schaut nach unten. Plötzlich hält er inne. Beide gehen in die Klasse hinein, in die 2b von Lehrerin Mira Kern. Furkan packt seinen Ranzen aus, legt seinen Sprachcomputer und seinen Stundenplan auf den Tisch, auf dem Symbole für Lesen, Schreiben und Rechnen kleben. Steffi Adolph hilft ihm beim Auspacken und setzt sich schräg hinter ihn.

**Vertrauen ist wichtig**

Furkan Bektas ist neun Jahre alt, sehr laut, hat eine autistische Behinderung, spricht nicht, ist manchmal unruhig. Eigentlich geht er in die Förderschule für geistige Entwicklung am Kolkrahenweg, doch seit diesem Schuljahr nimmt er am regulären Unterricht der Gemeinschaftsgrundschule Vogelsanger Markt im Kölner Stadtteil Vogelsang teil – die komplette Schulzeit von 28,5 Stunden pro Woche. Furkan besucht nach Möglichkeit jeden Tag vier Schulstunden den

Grundschul- oder gemeinsamen Unterricht. Den Rest der Zeit wird er individuell gefördert oder ist im Klassenverband der Förderschule. Furkan tut der Unterricht in der Regelschule gut, weil er intellektuell trotz seiner Behinde-



Steffi Adolph ist immer an der Seite von Furkan.

rung den Stoff aufnehmen und verarbeiten kann. Alleine könnte der Neunjährige aber nicht am Unterricht teilnehmen. Dabei hilft ihm Steffi Adolph. Seit anderthalb Jahren unterstützt sie ihn, gibt ihm Struktur, zeigt ihm Regeln und Grenzen auf. Die 27-Jährige arbeitet als Schulbegleiterin bei der Lebenshilfe Köln, genauer gesagt als „Fachkraft Integrationshilfe“.

Steffi Adolphs Tag beginnt um kurz vor 8 Uhr. Sie holt Furkan vom Bus ab und begleitet ihn während seines gesamten Schultags – bis 14 Uhr, und kümmert sich um seine Unterrichtsmaterialien. „Ich arbeite am engsten mit ihm zusammen und kenne ihn dadurch sehr gut. Anfangs haben wir eine Vertrauensbasis aufgebaut und unsere Grenzen ausgetestet. Vertrauen ist wichtig, denn sonst öffnet er sich nicht und verweigert die Mitarbeit“, sagt die Schulbegleiterin. „Auch wenn es manchmal nicht so scheint, bekommt Furkan sehr viel mit und kann die Dinge im Unterricht gut umsetzen.“ Ziel ist die Integration Furkans in den Unterricht, sodass die Begleitung irgendwann nicht mehr nötig ist.

Weitere Informationen rund um die Angebote der Orts- und Kreisvereinigungen in NRW gibt es im Internet unter [www.lebenshilfe-nrw.de/einrichtungssuche](http://www.lebenshilfe-nrw.de/einrichtungssuche)

Kontakt: Lebenshilfe Köln, Silke Mertesacker, Pädagogische Leiterin Offene Hilfen, Telefon: (02 21) 98 34 14-21, E-Mail: [silke.mertesacker@lebenshilfekeoln.de](mailto:silke.mertesacker@lebenshilfekeoln.de) (vw)

## Post von ... Manni Breuckmann

**Sportreporter hautnah**

„Und nun ein Einwurf. Nein, ein Eckball. Nein, ein Einball.“ „Manni“ Breuckmanns Fußballkommentare am Samstag in der WDR 2-Fußball-Bundesliga-Konferenz im Radio sind legendär. Ein Sportreporter aus Leidenschaft, der sich als Botschafter für die Lebenshilfe NRW engagiert. Sie denken, dass Sie alles über „Manni“ Breuckmann wissen? Lesen Sie mehr ...

**Meine Hobbys:**

Lesen (T. C. Boyle, Georges Simenon), Musik (Stones bis Beethoven), gutes Essen, gute Weine.

**Mein Lieblingessen:**

Entenbraten, ganz bürgerlich.

**Mein Traumreiseziel:**

Immer wieder Mallorca.

**Lebefrau oder Sparfuchs?**

Manchmal, besonders wenn es um Trinkgeld geht, bin ich von Geizhalsen umzingelt. Das macht mich ganz fuchsig.

**Licht aus, Kamera aus!**

**So bin ich privat:**

Gemütlicher Couchlieger, ein Buch, ein Wein, im Hintergrund ruhige klassische Musik. Alternativ: die Badewanne. Entspannt im Hier und Jetzt.

**Den ersten Tag meines Urlaubs beginne ich mit ...**

... einem langen Blick aufs Meer und ei-



nem Sonnenbad. Ich hasse Kälte, liebe Sonne und Wärme (siehe Badewanne).

**Meine Pläne nach der Zeit als Sportreporter und Hörfunkmoderator:**

Meine Pläne nach der Zeit als Sportreporter und Hörfunkmoderator ... den Fuß runter vom Gaspedal! Aber immer mal wieder was schreiben oder Veranstaltungen moderieren. Ansonsten: siehe letzte und vorletzte Frage. (vw)

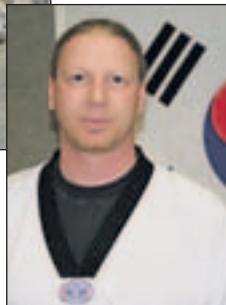
## Taekwondo – die Kraft findest du auf deinem geistigen Weg

Jeder, der mit dem Training beginnt, wird schnell eigene Grenzerfahrungen machen“, erklärt Taekwondo-Trainer Elmar Hanrath (40, 2. Dan), der seit sieben Jahren mittlerweile 70 Vereinsmitglieder des Taekwondo Kungang Heinsberg e.V. zweimal in der Woche trainiert. Taekwondo ist eine etwa 2000 Jahre alte Kampfkunst aus Korea.

Das Wort setzt sich aus „Tae“ (Fuß), „Kwon“ (Faust) und „Do“ (geistiger Weg) zusammen: „Es ist mehr als körperliches Training. Die Ausbildung umfasst die Schulung von Körper und Geist. Im Taekwondo lernst du deinen größten Gegner kennen – dich selbst. Du lernst, deinen Körper und deine Kraft wahrzunehmen. Du entdeckst deine Grenzen und machst dich auf den Weg, diese zu überwinden“, sagt



Beim Training Fotos: Kleinen



Elmar Hanrath

Elmar Hanrath. Seine sportliche Leidenschaft hat er bereits vor Jahren in seinen Beruf als Gruppenleiter in der Werkstatt für behinderte Menschen der Lebenshilfe Heinsberg eingebracht: „Schnell stieß ich auf eine Reihe begeisterter Mitarbeiter. Viele wollen an einem Selbstverteidigungskurs teilnehmen. Der Wunsch ist groß, sich sportlich zu betätigen und offensiv gegen die eigenen Ängste anzugehen.“

Aus den ersten Selbstverteidigungskursen als Fördermaßnahme für Menschen mit geistiger Behinderung entwickelte Elmar Hanrath das Konzept eines integrativen Taekwondo-Trainings: „Heute trainieren Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam zweimal in der Woche in unserem Verein, vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen. Wenn eine sportärztliche Untersuchung Herz-Kreislauf-Probleme ausschließt, kann bei uns jeder mitmachen, der Körper und Geist trainieren will. Da spielt die eigene Behinderung keine Rolle!“ Mehr über das integrative Taekwondo unter [www.taekwondo-heinsberg.de](http://www.taekwondo-heinsberg.de) (mk)

## Kurz notiert

**Talentierte Fußballer für Fußballleistungszentrum im Landessportzentrum NRW in Frechen gesucht**

Das erste Fußballleistungszentrum für Menschen mit geistiger Behinderung wird im Herbst 2009 in Frechen bei Köln eröffnet. Die Lebenshilfe NRW und der Behindertensportverband NW haben das Landessportzentrum NRW gegründet und möchten talentierten Fußballspielern mit geistiger Behinderung die Chance geben, Fußball als Leistungssport neben Schule und Beruf auszuüben. Hier finden junge und talentierte Spieler mit geistiger Behinderung ab 18 Jahren sowohl sportlich als auch pädagogisch ausreichend Förderung und Begleitung. Es sind noch Plätze frei. Bewerben Sie sich jetzt. Kontakt: Beate Rohr-Sobizack, Telefon (0 22 33) 9 32 45- 32, E-Mail [roh@lebenshilfe-nrw.de](mailto:roh@lebenshilfe-nrw.de)

**Landessportzentrum NRW gem. GmbH in Frechen bei Köln gegründet**

Das neue Landessportzentrum, das im November 2008 in Frechen bei Köln gegründet wurde, setzt die erfolgreiche gesellschaftliche Kampagne der Fußball-WM 2006 der Menschen mit Behinderung in Deutschland fort. Das Fußballleistungszentrum und die Aktivitäten zu den Para-

lympics 2012 werden im Landessportzentrum angesiedelt. Geschäftsführer sind Beate Rohr-Sobizack, Lebenshilfe NRW, und Jupp Dahlmans, BSNW, Aufsichtsratsvorsitzender ist Hans Jürgen Wagner, Lebenshilfe NRW, und sein Stellvertreter Reinhard Schneider, BSNW.

**Hilfeplankoffer an Lebenshilfe NRW in Hürth bei Köln übergeben**

Die Provinzial Rheinland Versicherung und der Landschaftsverband Rheinland (LVR) überreichen der Lebenshilfe NRW Mitte September 2008 einen Hilfeplankoffer des LVR. In den Hilfeplankoffern gibt es Bilder, Symbole sowie haptisches Material zu den Lebensbereichen Wohnen, Arbeit und Beschäftigung, Umfeld, Freizeit, Gesundheit, Heimat und Herkunft. Sie sind Teil des personenzentrierten Hilfeplanverfahrens des LVR, das sich die konsequente Orientierung von Hilfeangeboten für Menschen mit geistiger Behinderung an ihren individuellen Bedürfnissen zum Ziel gesetzt hat. So können auch Menschen mit Behinderung ihre eigenen Bedürfnisse äußern, wenn sie nicht sprechen oder lesen können. Hiermit wird eine stärkere Selbstbestimmung und größere Unabhängigkeit der Menschen mit Behinderungen statt eines Hilfe- und Abhängigkeitsmodells verfolgt.



# Im Einsatz für den Patienten

Anja Runschke arbeitet in der Großküche des Integrationsunternehmens Genesis in Solingen

Seit mehr als einem Jahr ist sie im Einsatz. Sie arbeitet als Küchenhilfe, spült und kümmert sich darum, dass Lebensmittel wie Joghurt, Obst und Nudeln auf das richtige Tablett verteilt werden, damit jeder Patient das passende Essen bekommt. Der Job macht ihr Spaß. „Ich fühle mich sehr wohl hier und freue mich, dass ich mit anderen Menschen mit Behinderung und Menschen ohne Behinderung zusammenarbeiten kann“, sagt Anja Runschke.

Die 24-Jährige arbeitet in der Großküche des Integrationsunternehmens Genesis (Gemeinnützige neue Servicegesellschaft in Solingen), die seit Oktober 2008 in Betrieb ist. Eine besondere Küche, denn sie ist die erste Großküche mit EU-Zulassung in Nordrhein-Westfalen. Es müssen strenge Auflagen eingehalten werden, vor allem im Bereich Hygiene. Hierzu zählen beispielsweise Arbeitsflächen ohne Fugen und strenge Desinfektionsmaßnahmen mit Schleusen, die die Mitarbeiter vor Betreten des Arbeitsplatzes durchqueren müssen. Ein

Schwerpunkt ist außerdem das Cook-and-Chill-Verfahren, das durch das computergesteuerte Herunterkühlen auf null bis drei Grad eine Haltbarkeit von 72 Stunden ohne Konservierungsstoffe garantiert. 2500 Essen für Krankenhäuser, Kindergärten, Senioreneinrichtungen und andere kleinere Einrichtungen – davon 900 tablettiert, der Rest im Großgebäude – verlassen täglich die Großküche. Kapazitäten hat die Küche für etwa 2500 Vollverpflegungen, die täglich tablettiert werden können, sowie für weitere 2500 Essen im Großgebäude.

Derzeit arbeiten etwa 110 sozialversicherungspflichtige Mitarbeiter für das Integrationsunternehmen: „Wir beschäf-



Foto: Weiße

Anja Runschke bei der Arbeit.

tigen 35 Prozent Mitarbeiter mit einer Behinderung“, sagt Annette Schäfer, Mitglied der Geschäftsführung. Neben der Großküche bietet die Genesis Menschen mit Behinderung auch Arbeitsplätze als Gärtner und Gärtnerhelfer im Garten- und Landschaftsbau, als Mitarbeiter im Hol- und Bringendienst, im Fahrdienst, als Stationshilfen und in der Verwaltung in den Krankenhäusern und Senioreneinrichtungen des Kplus-Verbundes, zu dem auch die St.-Lukas-Klinik gehört. Das Solinger Krankenhaus ist als Mehrheitsgesellschafter an der Genesis beteiligt. „Wir möchten auch in den kommenden Jahren weitere Arbeitsplätze für schwerbehinderte Arbeitnehmer schaffen.“

# In Menschen mit Behinderung steckt großes Potenzial – lebenslanges Lernen

Josef Neumann ist Geschäftsführer der „Lebenshilfe-Werkstatt für Behinderte gemeinnützige GmbH“ in Solingen sowie von drei Integrationsunternehmen im Umfeld der Lebenshilfe in Solingen. Er setzt sich seit Jahren dafür ein, dass Menschen mit Behinderung einen Arbeitsplatz auf dem ersten Arbeitsmarkt erreichen können. Im Interview mit dem Lebenshilfe-Journal spricht Neumann über seine Ziele, die Möglichkeiten von Integrationsunternehmen und Kooperationen mit Industrieunternehmen.



Josef Neumann

Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern unserer Werkstatt besetzt.

**Lebenshilfe-Journal:** Sie haben in den vergangenen Jahren einiges bewegt, indem Sie ein Netz aus verschiedenen Kooperationen mit Industrieunternehmen aufgebaut haben – beispielsweise mit dem weltweit tätigen Messer- und Scherenhersteller Zwilling J. A. Henckels AG in Solingen. Wie sehen diese Kooperationen in der Praxis aus?

**Neumann:** Seit 2002 unterhält unsere Werkstatt eine Dependence bei Zwilling, einem seit Jahrzehnten sehr guten Kunden. Deshalb fand das Unternehmen unsere Idee gut, statt Messer und Scheren durch die ganze Stadt in die Werkstatt zu fahren, im Werk eine eigene Abteilung für Menschen mit Behinderung einzurichten. Heute arbeiten etwa 80 Menschen mit Behinderung innerhalb des Firmengebäudes. Es handelt sich hier um den Durchschnitt der Beschäftigten einer WfbM. Andere Unternehmen, mit denen wir kooperieren, haben ihre Verpackung und Logistik aufgegeben und zu uns outgesourct. So erreichen wir, dass wir von anspruchsvolleren Arbeiten bei uns bis zu integrierten Arbeitsplätzen bei Fremdfirmen alles anbieten können, ohne den Rahmen der Werkstatt zu verlassen. Sie bleibt der Kern für die Betreuung und Qualifizierung und dort herum gibt es unterschiedliche integrative Angebote.

**Lebenshilfe-Journal:** Welche Möglichkeiten bietet ein Integrationsunternehmen seinen Mitarbeitern auf dem ersten Arbeitsmarkt?

**Neumann:** Ein Integrationsunternehmen ist bereits der erste Arbeitsmarkt. Die behinderten Menschen werden sozialversicherungspflichtig entlohnt mit dem gleichen Gehalt wie ihre Kolleginnen und Kollegen, die gleiche Arbeit leisten. Es wird grundsätzlich in gemischten Teams gearbeitet, um keinen speziellen Behindertenbereich innerhalb des Unternehmens zu schaffen. Ein Beispiel: In unserer Großküche arbeiten am Tablettierband, in der Spülküche und in der Vorbereitungsküche überall die einfachen Küchenhilfen miteinander. Es gibt auch höher qualifizierte in der Großküche, die den Behindertenstatus haben und so mehr verdienen. Die behinderten Menschen haben außerdem die Möglichkeit, innerhalb der Integrationsunternehmen einen Bewährungsaufstieg zu erreichen oder zu privatwirtschaftlich geführten Unternehmen zu wechseln.

**Lebenshilfe-Journal:** Was möchten Sie mit Ihrem Engagement erreichen?

**Neumann:** Wir wollen bei der Lebenshilfe in Solingen zeigen, dass in Menschen mit Behinderung ein viel größeres Potenzial steckt, als zurzeit sichtbar wird. Mehr noch als nicht behinderte Menschen benötigen Menschen mit geistiger Behinderung das lebenslange Lernen, um sich – oft auch später als ihre nicht behinderten Altersgenossen – zu entwickeln. Viele behinderte Menschen, die in ein Integrationsunternehmen wechseln, erfahren vor allem in den ersten zwei Jahren einen vorher nicht vorstellbaren Entwicklungsschub. Das zu sehen und miterleben zu dürfen, macht unglaublich Freude. Ganz zuletzt haben wir als Träger noch einen Vorteil davon: Wir haben hoch motivierte und engagierte Beschäftigte.

**Lebenshilfe-Journal:** Von der Werkstatt zum Integrationsunternehmen – wie kommt es dazu?

**Josef Neumann:** Die Werkstatt für Menschen mit Behinderung ist der Kern unserer Aufgabenstellung. Wir wollen für behinderte Menschen Arbeitsplätze bieten, die für sie und ihre behinderungsbedingten Einschränkungen optimal sind. Gleichzeitig wollen wir die Potenziale bei behinderten Menschen freisetzen durch Förderung und Qualifizierung. Bei manchen zeigt sich dann, dass sie komplexeren Arbeitsaufträgen gewachsen sind und sie sich mehr oder minder in die Arbeitswelt des ersten Arbeitsmarktes integrieren können. Da es aber auf dem ersten Arbeitsmarkt wenige Arbeitsplätze für Menschen mit geistiger Behinderung gibt, haben wir selbst Integrationsunternehmen entwickelt, die heute ca. 40 Vollzeitarbeitsplätze für Menschen mit Behinderung bieten. Etwa die Hälfte dieser Arbeitsplätze ist mit früheren

# Eintauchen in vergangene Zeiten

Ich will Spaß und Cabaret – zwei Musicals in Essen und Dresden begeistern Zuschauer

Ich will Spaß von Markus, „Nur geträumt“, „Leuchtturm“ und „99 Luftballons“ von Nena, „Da, da, da“ von Trio, „Hohe Berge“ von Fräulein Menke, „Sternenhimmel“ von Hubert Kah, „Codo“ von DÖF – etwa 20 der beliebtesten Songs der Neuen Deutschen Welle führen die Charaktere durch die Geschichte – und den Zuschauer durch seine Erinnerungen an eine wilde Zeit.

Clifford Bradshaw, ein junger amerikanischer Schriftsteller, reist Ende 1929 nach Berlin, um dort ein Thema für seinen neuen Roman zu finden. Er kommt in einer Pension unter und lernt den Kit-Kat-Club kennen. In dem berühmtesten Club trifft Cliff den Star der Show, Miss Sally Bowles. Sally verliebt sich Hals über Kopf in Cliff und als sie ihren Job verliert, zieht sie zu ihm in

## Kultur-Tipps



Reise in den Berliner Kit-Kat-Club der 20er-Jahre und in die Aufbruchstimmung der 80er. Fotos: Theater Wechselbad (oben), Stage Entertainment

Ich will Spaß! Das 80er Hit Musical mit den Hits der Neuen Deutschen Welle nimmt die Zuschauer im Colosseum-Theater in Essen mit auf eine Achterbahnfahrt der Gefühle. Eine Geschichte über Familie, Rebellion und wahre Liebe: aufregend und witzig, leise und nachdenklich, launisch und wild. Die Charaktere bewegt, was unsere Gesellschaft in den 80er-Jahren geprägt hat und heute noch beschäftigt: Friedensaktivismus, Generationskonflikte, veränderte Rollen von Mann und Frau. Die Suche nach der großen Liebe und dem eigenen Platz im Leben. Jeder will seine Träume verwirklichen, unabhängig sein – und Spaß haben. Tickets und Infos gibt es unter (0 18 05) 44 44 oder [www.musicals.de](http://www.musicals.de)

**Gänsehaut beim Musical „Cabaret“ im Nostalgiezelt in Dresden**

die Pension. Die beiden werden ein Paar. Auch zwei anderen Pensionsbewohnern begegnet das Glück. Herr Schultz wirbt erfolgreich um Fräulein Schneider. Doch als sich herausstellt, dass Schultz Jude ist, löst Fräulein Schneider resigniert diese Verbindung. Zwei Liebesgeschichten scheitern tragisch aufgrund des heraufziehenden Faschismus. Die Geschichte des Musicals „Cabaret“ im nostalgischen Spiegelzelt in Dresden entführt die Zuschauer in vergangene Zeiten. Nach dem „Cabaret“ am Broadway so erfolgreich war, wurde es 1972 mit Liza Minnelli als Sally Bowles verfilmt und erhielt acht Oscars. Zu den bekanntesten Liedern gehören „Willkommen, bienvenue, welcome...“, „Cabaret“ und „Money...“. Weitere Infos und Karten gibt es unter (03 51) 7 96 11 55 oder im Internet unter [www.theater-wechselbad.de](http://www.theater-wechselbad.de)

# Dabei sein ist alles

Bewegen Sie etwas durch Ihre Mitgliedschaft in der Lebenshilfe

Mischen Sie sich ein. Übernehmen Sie soziale Verantwortung. Unterstützen Sie die Ziele und Arbeit der örtlichen Orts- und Kreisvereinigungen der Lebenshilfe in NRW oder werden Sie Fördermitglied. 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. Schon ab einem jährlichen Beitrag von etwa 40 Euro unterstützen Sie die Arbeit mit Menschen mit Behinderung in der örtlichen Lebenshilfe. Mitglied werden leicht ge-

macht: Als Person können Sie in einer örtlichen Lebenshilfe-Vereinigung Mitglied werden. Welche Lebenshilfe-Vereinigung für Sie infrage kommt, finden Sie im Internet in der Suchfunktion auf [www.lebenshilfe-nrw.de](http://www.lebenshilfe-nrw.de) unter dem Punkt Dienstleistungen und Einrichtungen. Als Mitglied besteht die Möglichkeit, sich aktuell und umfassend über das Geschehen in der Lebenshilfe durch Teilnahme an Events zu informieren und aktiv mitzuwirken. Weitere Infos beispielsweise über Preisvorteile für Mitglieder im Urlaub gibt es im Internet unter [www.lebenshilfe.de](http://www.lebenshilfe.de) und [www.lebenshilfe-nrw.de](http://www.lebenshilfe-nrw.de)

# Guter Rat zur richtigen Zeit

Lebenshilfe Center in NRW – von der fachlichen Hilfe bis zur umfangreichen Betreuung

Ein gemütlich eingerichtetes Ladenlokal in der Martin-Luther-Straße in Hamm ist seit Ende September 2008 zentrale Anlaufstelle für alle Menschen, die umfassende Informationen und persönliche Beratung in allen Lebenslagen benötigen.

Viele Menschen, davon nicht nur Menschen mit geistiger Behinderung, brauchen Unterstützung in besonderen Situationen oder im all-

täglichen Leben. Plötzliche Arbeitslosigkeit, Einsamkeit durch einen Umzug oder das Gefühl von Überforderung in der Familie sind nur einige Beispiele, bei denen guter Rat hilfreich sein kann.

Neben einer Jobbörse sowie Fort- und Ausbildungskursen gehören die Bereiche Bürgerschaftliches Engagement, Berufsvorbereitendes Soziales Jahr oder Zivildienst ebenso zum Informationsangebot. Aber auch Kunst-, Musik-, Sport- und

Reiseveranstaltungen können in Lebenshilfe Centern ausgedacht und vermittelt werden. Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen finden hier wie in allen Lebenshilfe-NRW-Einrichtungen auch persönliche Beratung und Hilfestellungen. Durch das Konzept der Lebenshilfe Center wird das umfangreiche Service-Angebot der Lebenshilfe NRW einer breiten Öffentlichkeit bekannt. Denn: Jeder Interessierte ist willkommen!

Zurzeit gibt es neben dem Lebenshilfe Center in Hamm auch Center in Olpe, Netphen/Siegen, Gelsenkirchen, Gladbeck, Arnsberg und Duisburg. Weitere acht Center sind geplant. Infos im Internet unter [www.lebenshilfe-nrw.de/einrichtungen](http://www.lebenshilfe-nrw.de/einrichtungen) suche



Lebenshilfe Center Hamm



## 50 Jahre Lebenshilfe – ein Rückblick

Aus dem Leben von Heini Backes (letzter Teil) –  
Rosi Perius erzählt von ihrem Bruder mit Downsyndrom

Der Bäcker wohnt bei uns in der Nachbarschaft, da hatte er es nicht weit zum Einkaufen. Wir hatten gar keine Probleme mit Geld oder sonst was. Es stimmte immer alles ganz genau und alle Leute hatten ihn gern und unterhielten sich auch mit ihm.

Die meiste Zeit hatte Heini keine Langeweile. Morgens hatte er mittlerweile seine gewohnte Arbeit, und nachmittags spielte er mit seinen Knöpfen. Wenn er merkte, dass ich mich hinsetzte und Handarbeit machte, holte er seine Knopfdose, setzte sich an den Tisch und baute seine Knöpfe auf. Montags spielte er damit Fußball. Dann wurden die Knöpfe als Kulisse oder Zuschauer rund um das Fußballfeld gesetzt. In der Mitte war das Spielfeld. Rechts und links machte er mit Knöpfen ein Tor. Mit drei Knöpfen spielt er. Der eine Knopf war der Ball und die anderen beiden waren die Tormänner. Er schoss mit dem Finger auf den Knöpfen den Ball hin und her. Ging der Ball ins Tor, kam ein neuer Knopf als Ball dazu, weil er meinte, dass der Knopf müde wäre. So

konnte er stundenlang spielen. Ich musste allerdings lange Handarbeiten.

Kam bei uns Besuch, so mussten alle Abstand von den Knöpfen halten. Es tat ihm körperlich weh, wenn jemand zu dicht an die Knöpfe kam, anfassen durfte man sie schon gar nicht. Er räumte die Knöpfe dann sofort ein.

Dienstags spielte er mit den Knöpfen Gesangstunde. Dazu wurden die Knöpfe anders aufgebaut. Einige bildeten den Chor, andere die Zuhörer. Sie wurden halbrund gesetzt, so etwa 30 Stück im Bogen. Vor diese Knöpfe wurde ein einzelner Knopf als Dirigent gesetzt. Ich hörte meinen Bruder dann leise mit ihnen singen oder hörte ihn sagen „falsch!“. Dann mussten sie wieder singen, bis es seiner Meinung nach klappte oder er sagte: „Gut gemacht.“

Wie die Geschichte „Aus dem Leben von Heini Backes“ weitergeht, lesen Sie ab sofort im Internet auf [www.lebenshilfe-nrw.de](http://www.lebenshilfe-nrw.de) (Quelle: „Lebenshilfe-Zeitung“, Nr. 4, Dezember 2007).

## „Menschen – das Magazin“ macht behinderte Menschen sichtbar

Bundesvereinigung Lebenshilfe verleiht Medienpreis „Bobby 2008“ an ZDF-Redaktion

„Das Magazin macht in vielfältiger Weise deutlich, dass eine Gesellschaft ohne Toleranz, Akzeptanz und Wertschätzung für behinderte Menschen eine verarmte Gesellschaft wäre“, sagte Robert Antretter, Lebenshilfe-Bundesvorsitzender, während der Preisverleihung in der Marburger Stadthalle. Die Redaktion der ZDF-Sendereihe „Menschen – das Magazin“ wurde von der Bundesvereinigung Lebenshilfe mit dem Medienpreis „Bobby 2008“ ausgezeichnet.

Verantwortliche Redakteurin des ZDF-Magazins ist Hiltrud Fischer-Taubert. Gemeinsam mit Moderatorin Bettina Eistel, die selbst durch Congertergan behindert ist, nahm sie den „Bobby“ entgegen. „Wir sehen in dem Preis eine ganz große Bestätigung unserer Arbeit“, sagte Hiltrud Fischer-Taubert erfreut und dankte allen Menschen mit Behinderung und deren Familien, die ihrer Redaktion in den vergangenen Jahren vertrauensvoll die Türen öffneten und somit erst eine Berichterstattung und Einschaltquoten in Millionenhöhe ermöglichten. Mit dem „Bobby“, be-



Preisverleihung: Hiltrud Fischer-Taubert (li.), verantwortliche Redakteurin des ZDF-Magazins, nimmt den Preis von Lebenshilfe-Bundesvorsitzendem Robert Antretter entgegen. Daneben Schauspieler und Namensgeber des Preises, Bobby Brederlow, und Moderatorin Bettina Eistel.  
Foto: Hans D. Beyer, Bundesvereinigung Lebenshilfe

nannt nach dem behinderten Schauspieler Bobby Brederlow, würdigt die Lebenshilfe jedes Jahr vorbildliches öffentliches Engagement für Menschen mit Behinderung. Zu den bishe-

rigen Preisträgern gehören unter anderem TV-Journalist Günther Jauch, Liedermacher Rolf Zuckowski sowie Sänger und Talkmaster Guido Horn. 2008 wird der Medienpreis schon zum zehnten Mal vergeben. Der „Bobby“ ist nicht dotiert, die Preisträger erhalten eine dem Namensgeber nachempfundene Bronzefigur.

Wie die Lebenshilfe, die in diesem Jahr ihr 50-jähriges Bestehen feiert, hat auch „Menschen – das Magazin“ eine lange Geschichte. Sie ist verbunden mit der im Oktober 1964 gegründeten „Aktion Sorgenkind“, der heutigen „Aktion Mensch“. Nach dem Congertergan-Skandal, der Anfang der 60er-Jahre das ganze Land erschütterte, wollte das Zweite Deutsche Fernsehen mit einer Fernsehlotterie und Spendenaufrufen nicht nur finanzielle Hilfe leisten. Das ZDF wollte Menschen mit Behinderung auch sichtbar machen, über ihr Leben informieren. Unter dem Titel „Menschen – das Magazin“ läuft die Sendereihe seit Januar 2003 immer samstags um 17.45 Uhr (Quelle: Lebenshilfe Bundesvereinigung).

### Rezept

## Rezept für kalte Wintertage – Grünkohleintopf

Grünkohleintopf kann mit Kohlwurst, Bregenwurst oder Cabanosis zubereitet werden. Am besten schmeckt Grünkohleintopf mit frischem Grünkohl. Alternativ kann man ihn auch mit tiefgefrorenem Grünkohl zubereiten. Die Blätter vom Grünkohl von den dicken Strünken abzupfen und in mundgerechte Stücke teilen. Grünkohl mit kochendem Wasser übergießen, sodass die Blätter zusammenfallen. Grünkohl abtropfen lassen. Kartoffeln schälen und in kleine Würfel, wie auf dem Bild unten zu sehen, schneiden. Durchwachsenen Speck in kleine Würfel schneiden. Zwiebel pellen und fein würfeln. In einem großen Topf Butterschmalz erhitzen. Zwiebel- und Speckwürfel darin glasig dünsten. Grünkohl im Wechsel mit den Kartoffelwürfeln zufügen und mit Fleischbrühe begießen. Hafergrüt-

ze in den Grünkohleintopf geben und mit Pfeffer, Salz und Zucker würzen. Einen Deckel auflegen und den Grünkohleintopf ca. 45 Minuten auf niedrigster Stufe garen lassen. Kohlwurst in Scheiben schneiden, in den Grünkohleintopf geben und ca. 10 Minuten mitkochen.

#### Zutaten:

900 g Grünkohl  
400 g Kartoffeln  
60 g Speck, durchwachsen  
1 Zwiebel  
10 g Butterschmalz  
¼ l Fleischbrühe  
30 g Hafergrütze  
Pfeffer, Salz  
1 TL Zucker  
350 g Kohlwurst

(Quelle: [www.marionskochbuch.de/rezept/2711.htm](http://www.marionskochbuch.de/rezept/2711.htm))



**Tipp**

Reisetour Grünkohl essen in die Region Weser-Ems,  
[www.kohlfahrten.de](http://www.kohlfahrten.de)

### Aufruf mit Gewinnchance

Schicken Sie uns ein ausgefallenes Rezept mit Foto an [wse@lebenshilfe-nrw.de](mailto:wse@lebenshilfe-nrw.de) oder per Post an Lebenshilfe NRW, Abtstraße 21, 50354 Hürth – das ausgefallenste Rezept wird prämiert.

Zu gewinnen gibt es einmal zwei Karten für das Musical  
„Ich will Spaß!“ in Essen.

Einsendeschluss ist der 31. März 2009.

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

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

2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	2	2	2	2	2	2	2	2

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

### Lexikon

#### Was Sie immer schon mal wissen wollten:

##### Röteln

Zu den Kinderkrankheiten gehörende Virusinfektion, die besonders zwischen dem 3. und 10. Lebensjahr und meist in den Wintermonaten auftritt. Erreger ist das Rötelnvirus; die Übertragung erfolgt durch Tröpfcheninfektion. Die Inkubationszeit beträgt 14–21 Tage. Symptome sind mäßig erhöhte Temperatur (um 38° C), kleinfleckiger Hautausschlag und Lymphknotenschwellung im Nacken. Röteln erzeugen eine lebenslange Immunität. Außer Bettruhe (während des Fiebers) ist im

Allgemeinen keine besondere Behandlung erforderlich. Prophylaktisch wird die aktive Immunisierung bei allen Kindern empfohlen (Impfkalender). Erkrankten Frauen während der ersten drei Schwangerschaftsmonate an Röteln, so besteht eine hohe Gefährdung der Frucht (Spontanabort, Totgeburt, Fehlbildungen des Kindes). Vor einer geplanten Schwangerschaft sollte die Immunität durch Kontrolle des Antikörpertiters überprüft werden; bei nicht immunisierten Schwangeren ist eine Prophylaxe mit Rötelnimmunoglobulin empfehlenswert. (Aus: Meyers Lexikon, [www.lexikon.meyers.de](http://www.lexikon.meyers.de))

### Sprüchecke

Ein neuer Besen kehrt zwar gut, aber die alte Bürste kennt die Ecken.

(Konfuzius)

### Kinotipps

#### The International ab 12. Februar im Kino

Im Mittelpunkt des Films The International unter der Regie von Tom Tykwer steht die Entschlossenheit von Interpol-Agent Louis Salinger (Clive Owen) und der New Yorker Staatsanwältin Eleanor Whitman (Naomi Watts), eine der mächtigsten Banken der Welt zu Fall zu bringen. Während sie eine Reihe illegaler Aktivitäten aufdecken, folgen Salinger und Whitman der Spur des Geldes von Berlin nach Mailand, New York und Istanbul. Eine riskante Hetzjagd beginnt ...

#### Nick und Norah – Soundtrack einer Nacht ab 12. Februar im Kino

Eine Nacht in New York, ein Junge und ein Mädchen und viel Musik. Nick stürzt sich als Bassist der Band The Jerk Offs kopfüber in die pulsierende Rockszene New Yorks, um zu vergessen, dass ihm gerade das Herz gebrochen wurde.

#### Hexe Lili ab 19. Februar im Kino

Die Geschichte erzählt von Lillis „normalem“ Leben, ihrer Familie und ihren Freunden – viel aufregender ist Lillis „geheimnis“ Leben als Hexe mit einer Menge Hokus-pokus, Hexerei und Zaubersprüchen und einem bösen Magier, der Lilli in größte Schwierigkeiten bringt. Dank dem Drachen Hektor gibt es auch einiges zu lachen, denn Hektor kann manchmal ganz schön schusselig sein.

Weitere Infos unter [www.insidekino.de](http://www.insidekino.de)

#### 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 Weiß, Redakteurin
- **Satz und Druck:** Heider Druck GmbH, Bergisch Gladbach
- **Gesamtauflage:** 273 000 Exemplare