Ausgabe 4/2009

2010 – Jubiläumsjahr mit vielen Feiern

Betroffene Eltern gründeten Lebenshilfe Wuppertal in Elberfeld

Die Vorbereitungen laufen auf Hochtouren: Im nächsten Jahr feiert die Lebenshilfe Wuppertal ihr 50. Jubiläum. In Cronenberg ansässig, aber für das ganze Stadtgebiet zuständig, bietet die Lebenshilfe Menschen mit geistiger Behinderung Arbeitsplätze, Wohnmöglichkeiten sowie Freizeit- und Erholungsmaßnahmen.

"Wir sind nicht die auf dem Berg", betont Geschäftsführer Stefan Pauls. "Wir sind für alle Wuppertaler zuständig." Pauls nennt die Gründung vor fast 50 Jahren, die in Elberfeld, in der Ekkehardstraße, erfolgte. Betroffene Eltern und prominente Wuppertaler brachten eine soziale Einrichtung auf den Weg, die Erfolgsgeschichte schrieb.

Sascha Gutzeit im "Rex"

Dieses Jubiläum will die Lebenshilfe mit allen Wuppertaler Bürgern feiern: Mit einem Konzert mit dem Wuppertaler Liedermacher Sascha Gutzeit im "Rex", mit einem großen Sommerfest in der Werkstatt und anderen Events.

Das Lebenshilfe journal, das einmal im Quartal erscheint, wird im nächsten Jahr auf alle Jubiläumsver-



Eine Arbeit aus einem großen Spektrum: Das Verpacken von Fliesenloch-Foto: Martina Hoga

anstaltungen hinweisen und von Ereignissen aus der Lebenshilfe und aus Wuppertal berichten.

Siegmund Richter, Vorstandsmitglied von 1976 bis 2004, freut sich auf die neue Zeitung und auf diesem Wege Neuigkeiten aus der Lebenshilfe zu erfahren. In seine aktive Zeit fiel das Jubiläum zum 25-jährigen Bestehen. "Johannes Rau hatte die Festrede gehalten", erinnert sich das langjährige Vorstandsmitglied.

"Der Mensch mit Behinderung steht im Mittelpunkt aller Arbeit, seine Begleitung und Förderung ist der Maßstab allen Tuns!", lautet das

Mittagessen für Wuppertaler Schüler

Leitmotiv der Lebenshilfe Wuppertal. In zwei Werkstätten arbeiten 400 Menschen mit Behinderung, in sechs Wohnstätten leben 230 Menschen miteinander. Außerdem bietet die Lebenshilfe "Betreutes Wohnen" für Menschen an, die nur zeitweise unterstützt werden müssen.

"Zivi" bei der Lebenshilfe

Auf Nachrichten von der Lebenshilfe freut sich auch Dr. Stefan Kühn, Dezernent für Soziales, Jugend und Integration. Von 1984 bis 1986 hat er seinen Zivildienst bei der

Lebenshilfe geleistet. "Diese Erfahrungen haben mein Leben verändert. Ich habe Menschen mit Behinderung, ihre Kompetenzen und ihre Lebensfreude kennengelernt", sagt Dr. Kühn. "Von dieser Erfahrung profitiere ich noch heute als Sozialdezernent." Einrichtungen der Be-



Dr. Stefan Kühn

hindertenhilfe nennt er unverzichtbar für eine menschliche Gesellschaft. "Es kommt entscheidend darauf an, dass sie ein selbstverständlicher und integrierter Teil der städtischen Gemeinschaft bleiben."

Tannenbaum

getan hat, ist es an der Zeit, sich

um einen Baum für das Weih-

nachtsfest zu kümmern. Die

Wuppertaler finden schöne Weih-

nachtsbäume in Cronenberg bei

Auf dem Parkplatz rechts neben

der Werkstatt an der Hauptstraße

139 verkaufen Lebenshilfe-Mitar-

beiter ab dem 7. Dezember

Weihnachtsbäume. Montags bis

samstags, von 8 bis 18 Uhr, ist der

beliebte Baumverkauf geöffnet -

und das bis einen Tag vor Heilig-

Multifunktional

Die Lebenshilfe bietet zum Tan-

nenbaum auch gleich einen prak-

tischen Ständer an. Der stabile,

variable Ständer ist multifunktio-

nal einsetzbar – nicht nur zur

Weihnachtzeit. Im Sommer gibt

er dem Sonnenschirm einen fes-

ten Stand oder hält Flaggen,

Lampen oder Dekorationen fest.

Den Einsatzmöglichkeiten sind

keine Grenzen gesetzt. Den Vario-

Ständer gibt es in drei Größen in

der Werkstatt Heidestraße zu

kaufen, Telefon (02 02) 4 79 20.

der Lebenshilfe.

▶ Deutschland

Klima-Erlebnisreise um die Welt – wie verändert das Klima die Welt? Ein Besuch in Bremerhaven zu diesem Thema lohnt sich im neuen Klimahaus Bremerhaven 8° Ost. Reisetipp

Seite 2

Lebenshilfe sucht

Wer ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ), das Berufsvorbereitende Soziale Jahr (BSJ), seinen Zivildienst oder sein Anerkennungsjahr als HEP (Heilerziehungspfleger) absolvieren möchte, findet bei der Lebenshilfe Wuppertal interessante Aufgaben. Bewerbungen nimmt Jolanta Spica, Telefon (02 02) 4 79 21 50, entge-

Lebenshilfe verbindet

Schenkst du mir eine Stunde schenk ich dir eine Stunde

Haben Sie Zeit und Lust auf besondere, schöne Begegnungen mit außergewöhnlichen Menschen? Machen Sie bei uns mit. Wir suchen freiwillige Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen. Was Sie davon haben? Sie können neue Erfahrungen sammeln, Ihr Wissen einbringen, Momente der Gemeinsamkeit erleben – sich für Menschen mit Behinderung engagieren!

Einen Erwachsenen mit Behinderung ins Kino, beim Einkaufen begleiten, mit ihm spazieren oder eine Tasse Kaffee trinken, kochen - vieles ist

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Es gibt viele Möglichkeiten, sich ehrenamtlich zu engagieren. In einem persönlichen Gespräch können wir es ggf. klären. Ehrenamtskoordinatorin: Jolanta Spica, Soziale Leiterin, Telefon

Viele Möglichkeiten, sich ehrenamtlich zu engagieren

möglich.

(02 02) 4 79 21 50.

Impressum Seite 1

Herausgeber: Lebenshilfe Wuppertal e.V., Heidestraße 72, 42349 Wuppertal, Telefon (02 02) 47 92 0, E-Mail info@lebenshilfe-wuppertal.de, www.lebenshilfe-wuppertal.de

Teilauflage: 30 000 Exemplare

und Ständer küche der Lebenshilfe unterge-Sobald der Nikolaus seine Pflicht

mmer mehr Schulen werden zu offenen oder gebundenen Ganztagsschulen. Für die Schüler bedeutet das, dass sie nicht zur Mittagsessenszeit zu Hause sind. Die Träger müssen sich Alternativen einfallen lassen.

Für die Realschule Leimbach ist es die Lebenshilfe, die das Mittagessen kocht. Dreimal in der Woche servieren deren Mitarbeiter den Schülern eine leckere Mahlzeit. Zwischen zwei Gerichten, davon eins ohne (Schweine-)Fleisch, und einem Salatteller als Hauptgericht können die jungen Kunden wählen.

Die Lebenshilfe kocht und liefert nicht nur, sondern übernimmt den kompletten Kantinenservice.

Gleich fünf Remscheider Schulen lassen sich seit Anfang des Schuljahres ihr Essen ebenfalls von der Lebenshilfe Wuppertal bringen. Die Lebenshilfe gewann die Ausschreibung der Stadt Remscheid.

In der ehemaligen Kantine der Bereitschaftspolizei ist die Großbracht. Etwa ein Dutzend Mitarbeiter bereiten täglich zwischen 800 und 1000 Essen zu, das sich beispielsweise auch die Mitarbeiter der AWG schmecken lassen. Insgesamt steuert die "fahrbare Kantine" zehn Ausgabestellen pünktlich zur Mittagspause an.

Private Kunden können den Party-Service der Küche nutzen und sich ein Buffet oder komplette Menüs liefern lassen. Telefonischer Kontakt: (02 02) 4 79 23 52.

Adventsmarkt in der Heidestraße

Eine bunte Mischung aus selbst gefertigten Weihnachtsartikeln, kulinarischen Leckerbissen und musikalischen Höhepunkten bietet der traditionsreiche Adventsmarkt in der Werkstatt Le-

Die Heidestraße ist am Wochenende 14. und 15. November Ziel aller Wuppertaler, die sich auf die Adventszeit einstimmen, das große Musikprogramm oder einfach die Geselligkeit genießen wollen.

Ein musikalisches Highlight löst das andere ab: Der Lebenshilfe-Chor und andere Wuppertaler Chöre, Tuffi-Band, Orchester und Jazzband sorgen für ein abwechslungsreiches Programm.

Geöffnet ist der Adventsmarkt am Samstag von 11 bis 18 Uhr und am Sonntag von 13 bis 18 Uhr.



Bunte Vogelhäuschen

Foto: Martina Hoga

Redaktion: Martina Hoga Presserechtlich verantwortlich: Stefan Pauls, Geschäftsführer

Anzeigen



Buffet Service für alle Anlässe

Telefon: (02 02) 2 84 89 23 Fax: (02 02) 2 84 89 28

E-Mail: stiftel@lebenshilfe-wuppertal.de

Metzgerei

Produkte aus eigener Herstellung Spezialitäten aus der Region

Telefon: (02 02) 47 92-3 42 Fax: (02 02) 47 92-3 33

E-Mail: bender@lebenshilfe-wuppertal.de

Post von ... Juliana Götze Schauspielerin hautnah

Sie sorgte mit ihrer Rolle "Rosis Baby" in der ARD-Krimiserie Polizeiruf 110 bei einem Millionenpublikum für Aufsehen. Juliana Götze, Schauspielerin mit Downsyndrom, wird für dieses Engagement gemeinsam mit ihren Kollegen Michaela May und Edgar Selge sowohl mit dem Preis der Lebenshilfe NRW "All together" (am 6. November) als auch mit dem Medienpreis "Bobby 2009" der Lebenshilfe Bundesvereinigung ausgezeichnet. Die 24-Jährige ist nicht nur im TV zu sehen, sondern auch auf der Bühne des integrativen Theaters "RambaZamba" in Berlin sehr aktiv. Und privat? Lesen Sie mehr ...

Meine Hobbys:

Rad fahren (mein Rekord: 82 km am Tag), Tanzen, Musik hören,

Mein Lieblingsessen: indische und thailändische Küche meiner Mutter

Mein Traumreiseziel: Algund bei Meran (Südtirol)

Lebemann oder Sparfuchs?

"Es ist immer alles da, was ich brauche."

Tür zu! So bin ich privat:

"Da brauche ich meine Rückzugsräume. Höre in meinem Zimmer laut Musik, singe und tanze dazu. Wenn ich ausgepowert bin, bastele und male ich ausgiebig. Dabei sollte mich niemand stören."

Den ersten Tag meines Urlaubs beginne ich mit ...

"Ausschlafen. Ruhe, Sonne und Wärme genießen." (vw)



Juliana Götze in der Inszenierung "Alice in den Fluchten", in der Juliana die Hauptrolle spielt.

Lebenshilfe Reise-Tipp Seite 2

Wissens- und Erlebniswelt in Bremerhaven: Von der Reise in die Antarktis bis zu Felsformationen in der Schweiz.

Klima-Erlebnisreise um die Welt

Neues Klimahaus Bremerhaven 8 Grad Ost Ende Juni eröffnet

/ limawandel interessiert heute jeden. Wie verändert das Klima die Welt? Ein Besuch in Bremerhaven zu diesem Thema lohnt sich. Denn dort wartet erfrischende Kühle auf einer Alm in der Schweiz, Gluthitze der Sahelzone und die Eiseskälte der Antarktis. Wie das geht? Bei einer T our um die W elt entlang des achten östlichen Längengrades im neuen Klimahaus Bremerhaven 8 Grad Ost können Besucher authentische Eindrücke über das Leben in den wichtigsten Klimazonen der Erde sammeln.

Eines der bewegendsten Themen unserer Zeit ist in den Mittelpunkt gerückt. Die Wissens- und Erlebniswelt wurde Ende Juni eröffnet, die wissenschaftlich fundiert und spannend Daten, Fakten und Phänome-

ne rund um Klima, Klimawandel und Klimaschutz präsentiert. Der besondere Magnet unter den vier Ausstellungsbereichen ist die "Reise": An neun Stationen werden dabei die unterschiedlichen Klimazonen der Erde veranschaulicht.

So können die Besucher der Reisestation "Schweiz" beobachten. wie der Klimawandel bereits heute das Leben der Menschen im Isenthal verändert, die Reisestation "Kamerun" mit dem westafrikanischen Regenwald bei Nacht bietet Gerüche und Geräusche von faszinierender Exotik - und Einblicke in das Geschäft mit der Abholzung. Platzregen und üppig grüne Schluchten warten in Aleipata auf Samoa, bevor der Weg mitten durch eine beeindruckende Aquarienwelt führt, die einen faszinierenden Blick auf ein Saumriff aus lebenden Korallen bietet.

"Diese Reise macht eindrucksvoll deutlich, wie das Leben der Menschen auf unserem Planeten vom Klima beeinflusst wird und welche Veränderungen uns bevorstehen. Das sensibilisiert unsere Besucher für gezielten Umweltund Klimaschutz", erläutert Geschäftsführer Arne Dunker. "Im Klimahaus können Besucher in eine facettenreiche Erlebniswelt eintauchen, die aus Rauminszenierungen, Sinnes-Stationen, Multimedia-Installationen, fremdartigen Tieren und Pflanzen und vielem mehr besteht. So werden Touristen, Familien und Schulklassen zu Entdeckern, Forschern und Klima-Verbündeten - eine weltweit einmalige Konzeption."

Traumjob Tierpark

Warum acht Menschen mit Behinderung in der Arbeit im Tierpark der Lebenshilfe Hamm aufgehen

Er hat den schönsten Job – immer an der frischen Luft und nah bei

den Tieren. Mario Ruhland ist glücklich mit seiner Arbeit im T ierpark Hamm. Dort arbeitet der 22-Jährige gemeinsam mit sieben Kollegen in der Garten- und Landschaftspflege unter Anleitung. Was für ein Unterschied zu seinem vorherigen Job in der Werkstatt für Menschen mit Behinderung.

Der Tierpark ist ein Familien- und Erlebnispark, der acht Menschen mit Behinderung einen Arbeitsplatz bietet: "Uns war wichtig, dass wir Außenarbeitsplätze für Menschen mit Behinderung schaffen", sagt Harald Eckner, Geschäftsführer der Lebenshilfe Hamm, die den Tierpark 2005 übernommen hat. Zukünftig sollen weitere Jobs beispielsweise im Bereich Futter-

küche und in der Gastronomie der

"Tierpark-Oase" entstehen. Nicht nur das Arbeitsklima und der Job

> stimmen, auch die Entwicklung des Tierparks kann sich sehen lassen. Die Zooschule wurde ausgebaut, in der Kinder lernen, wie Gemüse und Pflanzen angebaut werden und wie man einen Stall ausmistet. Nachtführungen stehen auf dem Programm, die einen Blick hinter die Kulissen des Tierparks bieten, der 1934 eröffnet wurde.

Für die im Tierpark beschäftigten Menschen mit Behinderung ist dies ein Traumjob und sie sind stolz, wenn sie mit ihrer Arbeit einen Beitrag leisten können, dass die Besucher gerne in den Tierpark kommen. Für Lebenshilfe-Gruppen werden Sondertarife angeboten. Infos unter www.tierpark-hamm.de, Tierpark Hamm, Grünstr. 150, 59063 Hamm, Telefon (0 23 81) 5 31 32.

Klimawandel und Umwelttipps raftwerk der Zukunft, Solarnisse rund um die Themen persönlianlagen, Tipps zum schonenche Verantwortung, Wertschätzung und Umweltbewusstsein erfahren. 12/2009 Benefiz-Konzert mit Pe-

den Umgang mit der Umwelt, Climate Art - die Lebenshilfe NRW setzt auf erneuerbare Energien, ein Klimanetzwerk und einen schonenden Umgang mit der Umwelt Die Natur ist in Gefahr.

Denn ihr größter Feind der Mensch, geht unverantwortlich mit ihr um und wird ihr über kurz oder lang irreparable Schäden zufügen. Wie das verhindert werden kann, was es an neuartigen Entwicklungen in Deutschland und in den Wohn-

nal in dieser Ausgabe vor: Klimawandel bewusst

stätten und Werkstätten

der Lebenshilfe NRW gibt,

stellt das Lebenshilfe jour-

steuern - Unter dem Motto "Together we care" setzt sich die Lebenshilfe NRW gemeinsam im Netzwerk "Climate Art" im doppelten Sinn für ein besseres Klima in der Umwelt und der Gesellschaft ein: damit menschliche Werte wieder etwas zählen und die Gemeinschaft gestärkt wird.

Wertschöpfung durch Wertschätzung - Kunst, Ethik, Umweltschutz, Nachhaltigkeit - diese Wörter stehen für Climate Art. Das Netzwerk entwickelt und setzt nachhaltige Umweltprojekte um, speziell in Schwellen- und Entwicklungsländern. Denn dort soll die Lebensqualität der Menschen verbessert werden.

"Gemeinsam zusammen stark" ist die Botschaft des Netzwerkes, die durch künstlerische und musikalische Events und Projekte transportiert wird. Ziel ist es, dass Kinder und Erwachsene emotionale Erlebter Maffay und Guildo Horn - Tandem-Patenkonzept mit Kindern mit



Norbert Kleinschnieder, Sandra Kampschroer und Thomas Walsch (v. li.). Foto: Königshardter Werkstatt

Behinderung und Erwachsenen. 30 Prozent Gas gespart und 25

Höhepunkte: Live-Band-Performance des Sängers Ad-Rian mit dem Song "Together we care", Auftritte von Peter Maffay und Guildo Horn.

Juni 2010 Weltkongress Inklusion International in Berlin - Hilfe zur Selbsthilfe – Weltkongress in Berlin zum Thema Inklusion aller Menschen weltweit. Alle Infos unter www.lebenshilfe-nrw.de und www. climate-art.com

Kraftwerk der Zukunft – das erste Wind-Wasserstoff-Hybridkraftwerk Deutschlands entsteht bis 2010 in Prenzlau in Brandenburg und soll Windenergie wettbewerbsfähig machen: Erstmals werden künftig Windenergie, Wasserstoff und Biogas gemeinsam als Energielieferanten genutzt. Drei Windräder mit einer Leistung von zwei Megawatt liefern die Energie, die anschlie-Bend in Wasserstoff umgewandelt und zwischengespeichert werden

kann. Das kombinierte Windkraftund Wasserstoffkraftwerk arbeitet sowohl CO2-neutral als auch gleicht es die Leistungsschwankungen der Windräder aus. Das Brandenburger Unternehmen Enertrag

> hat dieses Kraftwerk zusammen mit Forschungseinrichtungen in Stralsund, Braunschweig und Leipzig entwickelt.

> Neue Heizungs- und Solaranlage in der Königshardter Werkstatt Oberhausen: Seit Januar 2008 nutzt die Königshardter Werkstatt in Oberhausen eine Erdgasbrennwertanlage in Kombination mit einer Solaranlage, die die Erzeugung von warmem Wasser durch Sonne unterstützt. Durch die neue Hei-

zungsanlage wird mehr als

Tonnen weniger CO₂ ausgestoßen als vorher, die Solaranlage erzeugt 2500 kW Strom/Jahr.

Tipps zum richtigen Heizen und Lüften: Wichtige Grundlage für ein gesundes Wohnklima ist richtiges Heizen: optimale Raumtemperatur liegt bei 20 Grad Celsius für Ess-, Wohn-, Kinderzimmer und Küche; bei 22 Grad im Bad und 14 Grad im Schlafzimmer

- ► Heizkörper sollten nicht verstellt oder bedeckt werden.
- ► Heizung auch bei Abwesenheit tagsüber nie ganz abdrehen, sondern eine abgesenkte Durchschnittstemperatur halten.
- Wäsche sollte in der Wohnung grundsätzlich nicht getrocknet werden.
- Nach dem Duschen, Baden oder Kochen mit viel Dampfentwicklung sofort gründlich lüften.

(Quelle: www.monarchis.de)

Kurz notiert

Karneval, Fastnacht, Fastelovend Es geht wieder los: Die Karnevalssession und Fastnacht startet am 11. November 2009 in Köln. Unter dem Motto "In Kölle jebützt", in Mainz unter dem Motto "Bei uns in Meenz gilt die Devise, die Fassenacht kennt keine Krise" und in Düsseldorf unter dem Motto "Jeck we can". Hinfahren und mitfeiern.

Fit fürs Persönliche Budget

Das Theater Sycorax hat unter diesem Motto eine unterhaltsame und informative Gebrauchsanweisung als Theaterstück entwickelt, die sich humorvoll und selbstiro-

nisch mit den großen und kleinen Wünschen, den Tücken und tatsächlichen Möglichkeiten des Persönlichen Budgets auseinandersetzt. Dieses von Paula Artkamp und Manfred Kerklau inszenierte Kabinettstückchen schickt das 6-köpfige Sycorax-Ensemble durch die Landschaft des Persönlichen Budgets. Ein Coaching-Seminar für potenzielle Budgetnehmer. Theater Sycorax ist ein integratives Theater unter professioneller künstlerischer Leitung für Menschen mit Psychiatrie-Erfahrung, Spieldauer: 25 Min. Infos unter www.muenster.org/TheaterSycorax





Eine Frau mit Format

Wie Brigitte Klüttermann aus Heinsberg ihr ehrenamtliches Engagement lebt

te Klüttermann aus Heinsberg lebt ehrenamtliches Engagement. In

ihrem bisherigen Leben hat sie sich immer engagiert: 35 Jahre lang als Fachlehrerin an der Rurtal-Schule Heinsberg für Kinder mit dem Förderschwerpunkt Geistige Entwicklung, 30 Jahre während ihrer Arbeit bei der Volkshochschule, bei der sie immer wieder Menschen mit Behinderung in ihre Arbeit einbezogen hat, und bei Mal- und Töpferkursen, die sie seit

mittlerweile zehn

Jahren für Menschen mit geistiger Behinderung in der integrativen Kita Oberbruch der Lebenshilfe Heinsberg anbietet.

Immer montags trifft sie sich dort mit acht bis zehn Interessier-

Sie ist eine Frau, die weiß, was sie ten aus den Wohnstätten der Leson engagiert bei der Sache? "Ich benshilfe, denen sie die Kunst des empfinde es als selbstverständlich Töpferns und Malens beibringt. Mit den Werken bleibt die Künstler-



Brigitte Klüttermann und Willi Doppstadt.

Foto: Kleinen

gruppe nicht unter sich, sondern zeigt ihre Werke auf Märkten, in Ausstellungen von der Lebenshilfe Heinsberg und in Brigitte Klüttermanns Ausstellungen, die sie zu Hause veranstaltet. Warum sind Sie

mich mit Menschen mit Behinderung zu beschäftigen und mich

für sie einzusetzen", sagt Brigitte Klüttermann. Als sie vor Jahren einen Jungen mit Downsyndrom beim Spielen mit seinem Vater beobachtete, war sie so begeistert, was der Junge alles kann. Diese Erfahrung hat sie dazu gebracht mit Menschen mit Behinderung zu arbeiten. Brigitte Klüttermann: "Diese Arbeit gibt mir so viel, weil man angenommen wird, wie man

ist, und endlos viel zurückbekommt. Sie merken, wenn etwas echt oder aufgesetzt ist. Die Arbeit mit diesen wunderbaren Menschen hat mein Leben leichter gemacht."



Kindertagesstätte wie ein zweites Zuhause

Warum eine Familie aus Aachen im Juni 2008 Mitglied der Lebenshilfe Aachen wurde

Von Verena Weiße

hre T ochter ist gut aufgehoben bei der Lebenshilfe Aachen. Hannalena ist drei Jahre alt und hat das Downsyndrom. Sie hatte im Rahmen der Frühförderung in den ersten drei Jahren Physiotherapie und Logopädie sowie einmal in der Woche Heilpädagogik, wo die allgemeine Entwicklung der Kinder sowie das Sozialverhalten im Spiel gefördert werden.

Vor Kurzem endete die Frühförderung, jetzt geht Hannalena in die integrative Kindertagesstätte Siegelallee und fühlt sich wohl dort: "Die Atmosphäre in der Kita ist super. Da es nur zwei Gruppen gibt,



Familie Retsch

kennt jeder jeden. Hannalena fühlt sich schon wie zu Hause", sagt Mutter Cornelia Retsch.

Seit Juni 2008 sind Ehepaar Retsch Mitglied der Lebenshilfe Aachen. Eine Freundin hat auch eine Tochter mit Downsyndrom und versorgte uns nach der Geburt mit In-

fos rund um die Lebenshilfe, so die 37-Jährige. Ein Infogespräch mit der Leiterin der Frühförderung folgte, zwei Wochen später begann Hannalena mit der Frühförderung. Cornelia Retsch: "Wir sind sehr zu-

frieden mit der Betreuung. Die Lebenshilfe ist eine tolle Einrichtung. Leider gibt es nach der Kita keine schulische Einrichtung von der Lebenshilfe, die Hannalena besuchen

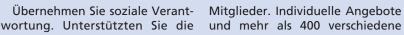
"Mischen Sie sich ein"

Bewegen Sie etwas durch Ihre Mitgliedschaft in der Lebenshilfe

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 ieweiligen Region verbessert und ihre Teilhabe am gesellschaftlichen Miteinander gefördert wird.

1964 von Eltern geistig behinderter

Kinder und interessierter Fachleuten, die sich in örtlichen Lebenshilfevereinigungen zusammengeschlossen hatten, gegründet, zählt die Lebenshilfe NRW in ihrem Jubiläums-Jahr in 77 Orts- und Kreisvereinigungen mehr als 25000



Einrichtungen sorgen landesweit für die Unterstützung von etwa 25 000 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 Mitglied werden. Welche Lebenshilfe-Ver-

einigung für Sie infrage kommt, finden Sie im Internet in der Suchfunktion auf www.lebenshilfe-nrw.de unter dem Punkt Dienstleistungen und Einrichtungen. Oder rufen Sie uns an (Kontakt siehe Impressum auf der Titelseite).

Glühwein, Mandeln und Holzschnitzereien

Auf zum Bummel über einige der schönsten Weihnachtsmärkte in NRW

Überall duftet es nach Glühwein, gebrannten Mandeln und selbst gemachten Honigkerzen in unterschiedlichen Formen. Alle Jahre wieder beginnt die Adventszeit und mit ihr die Zeit der W nachtsmärkte. Das Lebenshilfe journal stellt einige der schönsten Weihnachtsmärkte in NRW vor: in Düsseldorf, Köln, Aachen, Oberhausen und Dortmund.

Erstmals gibt es auch einen Weihnachtsmarkt am Düsseldorfer Schauspielhaus mit mehr als 250 Ständen und weihnachtlichem Rahmenprogramm. Der Markt öffnet vom und 20 Uhr, freitags und samstags von 11 bis 21 Uhr.

In Köln finden sechs verschiedene Weihnachtsmärkte statt - am Kölner Dom, am Neumarkt, am Alter Markt und am Rudolfplatz vom 23. 11. bis zum 23. 12. täglich von 11 bis 21 Uhr, ein mittelalterlicher Weihnachtsmarkt am Schokoladenmuseum vom 27. 11. bis zum 23. 12. (Eintritt drei Euro), einen Schiffsweihnachtsmarkt auf dem Rhein vom 26. 11. bis 22. 12 (So.-Do. von 11 bis 21 Uhr und Fr.-Sa. von 11 bis 22 Uhr). Eintritt kostet für Erwachsene 2 Euro, Kinder frei.

Zauberer, Glockenspiel und Märchentante - der Weihnachtsmarkt in Aachen rund um Rathaus und Dom zählt zu den drei größten Märkten in Deutschland. Der Markt findet vom 20. 11. bis zum 23. 12. statt und ist täglich von 11 bis 21 Uhr geöffnet.

Mehr als 150 historische Stände mit Holzschnitzern erwarten die Besucher auf dem Weihnachtsmarkt 29. 11. bis zum 23. 12. zwischen 11 am Centro in Oberhausen vom 19. 11. bis 23. 12. (Öffnungszeiten: Mo.-Fr. von 11 bis 22 Uhr, Sa. von 10 bis 22 Uhr. So. von 11 bis 21 Uhr)

Auf dem Dortmunder Markt steht der mit 45 Metern größte Weihnachtsbaum der Welt mit 40 000 Lichtern. Mehr als 300 Stände und ein abwechslungsreiches Programm laden die Besucher vom 19, 11, bis 23. 12. ein (Mo.-Sa. von 10 bis 21 Uhr, So. von 12 bis 21 Uhr). (vw)

Lebenshilfe NRW feiert 45-jähriges Jubiläum

Etwa alle 90 Minuten wird in Deutschland ein Kind mit geistiger Behinderung geboren. Eine große Aufgabe für die Lebenshilfen im gesamten Bundesgebiet. Der Landesverband der Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung NRW nimmt sich dieser Aufgabe seit 45 Jahren an. In mehr als 400 Einrichtungen werden landesweit mehr als 20000 Kinder, Jugendliche und erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung und ihre Angehörigen betreut, gefördert und unterstützt.

Im Jahr 1964 von Eltern geistig behinderter Kinder und interessierten Fachleuten, die sich in örtlichen Lebenshilfe-Vereinigungen zusammengeschlossen hatten, gegründet, zählt die Lebenshilfe NRW heute über 25 000 Mitglieder. Sie ist dabei Selbsthilfeorganisation, Elternvereinigung, Fachverband und Träger von Einrichtungen für Menschen mit geistiger Behinderung. Ihre Aufgaben sind es, sich für die Interessen von Menschen mit geistiger Behinderung und ihre gesellschaftliche Anerkennung einzusetzen.

"Wir sind stolz, was wir alles in den vergangenen Jahrzehnten erreicht haben", sagt Hans Jürgen Wagner, Landesgeschäftsführer der Lebenshilfe NRW, erfreut. "Doch gibt es für uns noch einiges zu tun."

Um weiter große Schritte in die Zukunft machen zu können, sucht die Lebenshilfe NRW ehrenamtliche und unternehmerische Partner, die die Arbeit für Menschen mit geistiger Behinderung unterstützen möchten.

Neue Mitglieder - ob Jung oder Alt - begrüßen wir gerne und jederzeit in der Lebenshilfe.

Um die Geschichte der Lebenshilfe zu verstehen, sollte man einen Blick zurück in die Gründerzeit der Lebenshilfe ins Jahr 1958/59 und in die Nachkriegszeit werfen. Nach den Gräueltaten in der nationalsozialistischen Zeit, in der die meisten geistig behinderten Menschen ermordet wurden, schloss sich nach dem 2. Weltkrieg zunächst für viele Menschen der Kampf um das nackte Überleben an. Aus Angst, Schuldgefühlen und Scham hielten die Eltern ihre Kinder mit geistiger Behinderung oft verborgen.

Die Sorae für aeistia behinderte Menschen und deren Angehörige blieb meistens den Familien überlassen, Frühförderung oder Schulpflicht gab es nicht. Konnte die Familie das nicht leisten, landeten diese Menschen in psychiatrischen Anstalten, Altenheimen oder Großeinrichtungen, wo sie nur verwahrt wurden.

Das hat sich in den vergangenen Jahrzehnten verändert.

Die 77 Orts- und Kreisvereinigungen in NRW stehen für die Ziele und Aufgaben der Lebenshilfe.





Fernsehstar mit Downsyndrom

Jan Grünig feierte 2009 sein 10-jähriges TV-Jubiläum in der beliebten ARD-Serie Lindenstraße-Filmgelände in Köln-Bocklemund

Von Verena Weiße

Ausgelassenheit und Fröhlichkeit sind wie weggeblasen. Er weiß genau, dass er sich konzentrieren muss. Denn: Jetzt wird gedreht. Ein Schauspieler mit langjähriger Erfahrung weiß das. Auch einer mit Downsyndrom. Jan Grünig aus Köln hat diese Erfahrung. Er spielt in der

ler schnell auf die neue Arbeitsweise mit einem behinderten Kind eingestellt: "Wir mussten uns auf Jan einlassen, nicht umgekehrt. Die ersten Tage waren aufregend und spannend zugleich. Es war kein Spiel mehr, sondern wirkliches Leben mit einem Kind mit Downsvndrom", so Luger.

schätzen: "Jan kann sich gut benehmen, wenn er hier ist. Er wirkt erwachsen und hält Regeln ein. Wir sind sehr stolz auf seine Entwicklung."

Ein Anruf veränderte das Leben der Grünigs. Vor etwas mehr als zehn Jahren wurde Mutter Grünig von einer Bekannten angespro-



Jan Grünig mit seinen Eltern (li.) und seinem Filmpapa Vater Beimer.

"Lindenstraße" den Martin, den jüngsten Sohn von Anna Ziegler und Hans Beimer. Am 27. Juni feierte Jan Grünig sein zehnjähriges TV-Jubiläum in der beliebten ARD-Fernsehserie.

Eine lange und wichtige Zeit für ihn, seine Familie und das gesamte Lindenstraßen-Team. Als wenige Monate altes Baby hatte Jan seinen ersten Auftritt in der 708. Lindenstraßen-Folge. Joachim Hermann Luger, seit 24 Jahren der Vater Beimer in der Lindenstraße, hat sich gemeinsam mit seiner Serienpartnerin Irene Fischer alias Anna Zieg-

"Wir sind sehr stolz auf Jans Entwicklung"

Alles war neu für das Team und Jan Grünig: So war Jan alias Martin während einer Szene plötzlich aus dem Bild verschwunden, weil er lieber etwas anderes machen wollte. Oder er brabbelte einfach weiter, als der Dreh längst begonnen hatte. Das ist vorbei. Mittlerweile hat sich der Zehnjährige darauf eingestellt, und er weiß genau, wenn Mama und Papa ihn zur Lindenstraße bringen, wird gedreht. Das weiß auch Vater Grünig zu

Jungen mit Downsyndrom sucht. Kurz entschlossen rief die junge Mutter bei der Lindenstraße an, eine halbe Stunde später wurden sie zum Casting eingeladen. Heike Grünig: "Ich konnte es kaum glau-

chen, dass die Lindenstraße einen

Fotos: Weiße/Lindenstraße

ben, wie schnell das ging. Als mein Mann und ich Jan zum ersten Mal im Fernsehen gesehen haben, waren wir sehr stolz. Seine Rolle bei der Lindenstraße hat mir persönlich auch viel gegeben. So konnte ich besser mit der Situation fertig werden, ein Kind mit Downsyndrom zu haben."



Andreas Höch arbeitet nach Maß.

Foto: Königshardter Werkstatt

Handarbeit, Herzblut und besonderer Service

Fenster nach Maß bietet die Königshardter Werkstatt in Oberhausen ihren Kunden

Fenster ist nicht gleich Fenster. Mittlerweile gibt es die unterschiedlichsten Ansprüche an die durchsichtigen Allroundgenies: Schall-, Wärme- und Einbruchschutz, Luftdichtheit, Schlagregensicherheit, Raumbelüftung und -belichtung, gute Sicht nach außen und zugleich Schutz der Intimsphäre, Formenund Farbenvielfalt. Standard ist bereits die Maßanfertigung für die Kunden. 21 Menschen mit Behinderung und zwei Fachkräfte erfüllen fast jeden Wunsch, denn der Bereich Fensterbau der Lebenshilfe-Werkstätten Oberhausen gGmbH in der Königshardter Werkstatt bietet einen besonderen Service: "Bei uns wird vieles in Handarbeit und mit

viel Liebe von den Mitarbeitern umgesetzt. Zusätzliche Leistungen sind die Wartung und Instandhaltung", sagt Werkstattleiter Friedhelm Roth (46). So werden zum Beispiel die Kanten der Fensterprofile von Hand gebrochen und die Rahmeninnenflächen poliert.

Die Werkstatt legt großen Wert darauf, dass die Mitarbeiter in der Lage sind selbstständig zu arbeiten. Dies weiß auch Andreas Höch (40) zu schätzen, der seit 17 Jahren in der Abteilung Fensterbau arbeitet, und Glasleisten für die Fensterflügel fertigt, verglast, zuschneidet und schweißt: "Mir gefällt es sehr gut hier. Ich freue mich, dass ich die Arbeit so gut hinbekomme." (vw)

Rezept

Aus der Weihnachtsbäckerei – Christstollen

Zutaten:

750 Gramm Mehl 60 Gramm Hefe 1/4 Liter Milch 130 Gramm Zucker 300 Gramm Butter 1 Päckchen

Vanillinzucker 1 Teelöffel Salz

- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Eigelb
- 100 Gramm gehacktes Zitronat 100 Gramm gehacktes Orangeat 100 Gramm Rosinen
- 2 Esslöffel Rum
- 100 Gramm gehackte Mandeln 75 Gramm Butter zum Bestreichen 200 Gramm Puderzucker zum Bestreuen Mehl für die Arbeitsfläche und Fett für das Backblech

Mehl in Schüssel, in die Mitte eine Mulde drücken und die zerbröckelte Hefe mit vier Esslöffeln lauwarmer Milch, zwei Teel. Zucker und etwas Mehl vom Rand auflösen. Vorteig zugedeckt bei Zimmert. 15 Min. ruhen lassen, bis er aufgegangen ist. Butter in übriger Milch zer-



laufen lassen. Vorteig mit Mehl verrühren und Milch-Butter-Mischung, Zucker, Vanillinzucker, Salz, abgeriebene Zitronenschale und Eigelb

hinzufügen, 10 Minuten kneten, bis Teig Blasen wirft, dann Teig 12 Stunden in kühlem Raum gehen lassen. Zitronat, Orangeat und Rosinen mit dem Rum vermischt ziehen lassen, bis Teig aufgegangen ist, dann kneten. Zitronatmischung und Mandelstückchen drüberstreuen und unterkneten. Bei Zimmert. 20 Minuten gehen lassen, dann zu langer Rolle formen mit zwei dicken Wülsten außen und etwa 2 Finger dick innen. Der eine Wulst wird halb über den anderen geklappt und leicht angedrückt. Stollen auf gefettetes Backblech legen und 30 Min. ruhen lassen, bevor er bei 180° etwa eineinhalb Stunden gebacken wird. Butter zerlassen und bestreichen (Quelle: www.hausfrauenseite.de).

Sprüche-Ecke

Was immer du schreibst schreibe kurz, und sie werden es lesen, schreibe klar, und sie werden es verstehen, schreibe bildhaft, und sie werden es im Gedächtnis behalten.

(Joseph Pulitzer)

Fröhliche Weihnacht - Bald ist das schöne Weihnachtsfest an dem sich's jeder gut geh'n lässt.

Nun ist es auch bei uns so Brauch, dass man verschickt die Grüße auch. So schreib' ich diese Karte halt, und hoff' doch sehr wir sehn uns bald.

> Fröhliche Weihnacht! (unbekannt)

Rätseln Sie mit – und gewinnen Sie!

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

Wer das Sudoku löst und die richtige Lösung an Lebenshilfe NRW, Verena Weiße, Abtstraße 21, 50354 Hürth, schickt, gewinnt eine Übernachtung mit Frühstück für 2 Personen im romantischen Haus Hammerstein an der Wuppertalsperre im Bergischen Land.

(Auslosung unter den richtigen Einsendungen ohne Gewähr)

Weitere Sudokus unter www.sudoku-aktuell.de.

Literatur-Tipps

Der Autor beleuchtet in seinem Buch die Alltäglichkeiten der Welt und der Menschen, wach und mit einem schrägen Blick auf das Absurde und Groteske, das sich hinter dem Gewöhnlichen versteckt. Auf den besonderen Blickwinkel kommt es manchmal an im Leben. Ein Buch zum Schmunzeln, Lachen und Nachdenken.

"Der Georg" Von Georg Paulmichl Haymon Verlag 2008 ISBN: 978-3-8521-8566-8

Ein historischer Roman, nein eher ein Thriller – auf ieden Fall eine Liebesgeschichte - irgendwie von alledem ist "Gargoyle". Fast grausig detailfreudig beschreibt der Autor die Folgen eines Autounfalls seines Protagonisten. Entstellt hadert er immer wieder mit seinem Leben, denkt an Selbstmord. Erst als ein Engel erscheint, beginnt sich in ihm eine Zukunft zu entwickeln.

Gargoyle Von Andrew Davidson Berlin Verlag, 2009 ISBN: 978-3-8270-0782-7

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 www.lebenshilfe-nrw.de
- Presserechtlich verantwortlich: Hans Jürgen Wagner, Hauptgeschäfts-
- Redaktionsleitung, Vertrieb und Partnerakquise: Beate Rohr-Sobizack
- Redaktion: Verena Weiße, Redakteurin
- Satz und Druck: Heider Druck GmbH, Bergisch Gladbach
- Gesamtauflage: 305 000 Exemplare

Lexikon

Was Sie immer schon mal wissen wollten:

Barrierefreiheit

Sie ist ein zentrales Ziel des Behindertengleichstellungsgesetzes (BGG). Barrierefrei sind bauliche und sonstige Anlagen, Verkehrsmittel, technische Gebrauchsgegenstände, Systeme der Informationsverarbeitung, akustische und visuelle Informationsquellen und Kommunikationseinrichtungen sowie andere gestaltete Lebensbereiche, wenn sie für behinderte

Menschen in der allgemein üblichen Weise, ohne besondere Erschwernis und grundsätzlich ohne fremde Hilfe zugänglich und nutzbar sind (§ 4 BGG).

(Aus: Lebenshilfe Glossar, Herausgeber: Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung, Landesverband NRW, S. 10) Die neue Auflage des Lebenshilfe-Glossar ist für 8 Euro (zzgl. Versandkosten und 7 % MwSt.) beim Lebenshilfe NRW Verlag, Abtstraße 21, 50354 Hürth, erhältlich.