

Wer ist schon perfekt?

Die MACKE(N) im Duden umgangssprachlich aufgeführt für Tick, Fehler. Sie könne(n) auch umschrieben werden mit Spleen oder Marotten. Wir kennen und haben sie alle, wir lieben oder hassen sie an uns oder unserem Gegenüber, Freund, Partner. Manche von ihnen offenbaren sich erst bei einem gewissen Vertrautheitsgrad, andere sind nicht zu übersehen. Sie gehören dazu und beleben das Zusammensein positiv oder negativ. Weil sie entweder auf ihre spezielle Art amüsant oder einfach nur nervig sind – handfeste Neurosen sind hiervon allerdings ausgeschlossen und ein ganz anderes Thema.

Wer kennt ihn nicht, den Kollegen, der tagein tagaus vor sich hinpfeift und es selbst nicht mitbekommt. Oder die Freundin, die ständig alles an seinen festen Platz räumen muss, wobei hier die Frage wäre, wo dieser ist. Im Gegenzug dazu, die Person, die alles „irgendwo“ liegen lässt, weil es da wieder gefunden wird. Mit Sicherheit könnten



Kumpelhaken-Kunst – vom Kumpeltag 2011 auf der Zeche Ewald in Herten.

Foto: Lebenshilfe Herten

die Beispiele noch um zahlreiche erweitert werden. Unsere individuellen Eigenarten machen uns zu den unverwechselbaren Persönlichkeiten,

die wir sind. Einige von ihnen sind total unsinnig, das ist klar, jedoch nur schwer abzugewöhnen. Also: Warum sich stressen?! Ein

Hoch auf die nervigen ganz persönlichen kleinen und mitunter größeren Eigenheiten, denn „Ein Mensch ohne Macke ist kacke“!

BIO? Öko? Logisch!?

Nachfrage steigt: Bio-Produkte auf dem Vormarsch

Die Grüne Welle hat nicht nur die Bundesregierung, sondern auch die Bundesbürger gepackt. Es gibt zahlreiche Projekte, die auf Nachhaltigkeit, Umweltschutz und den Ausbau der erneuerbaren Energien zielen. Doch Umweltschutz fängt im Kleinen an. Es gibt vielfältige Möglichkeiten und jeder kann täglich eine Menge dafür tun. Liebe Leser, sind Sie schon dabei?

Vor nicht allzu langer Zeit von der breiten Öffentlichkeit belächelt und zeitweise als Freaks bzw. Hippies abgestempelt – die Ökos. Seit einiger Zeit wandelt sich das Blatt – die Nachfrage nach ökologisch und nachhaltig erzeugten Produkten steigt stetig. Ebenso ist Kleidung aus Naturtextilien mittlerweile salonfähig geworden und erinnert nur noch selten an Jute-Säcke. Heutzutage sind sogenannte Ökos nicht mehr eindeutig an ihrem äußeren Auftreten zu erkennen. Neben Parka- und Naturtextilien tragenden Menschen werden auch Anzugträger im Biomarkt gesichtet. Das gesteigerte Bewusstsein für Natur-, Tier- und Umweltschutz sowie eine nach-

haltige und ökologische Lebensweise ist nunmehr in vielen Köpfen fest verankert.

Die in den Medien stark diskutierten, erschreckenden Skandale der Lebensmittelindustrie und anderer Wirtschaftsbranchen sowie generelle Umweltverschmutzungsskandale der letzten Jahre haben viele Verbraucher wachgerüttelt. Viele Konsumenten entscheiden sich nunmehr bewusst, Bioprodukte zu kaufen – auch wenn dafür etwas tiefer in den Geldbeutel gegriffen werden muss. Der Lebensmittelhandel hat sich mittlerweile darauf eingestellt. Bio- und fair gehandelte Produkte sind allgegenwärtig: vom Bioladen und Reformhaus über den Wochenmarkt bis hin zum Discounter und Drogeriemarkt. Von den letzten beiden Genannten bietet fast jede Kette, eigene Bioprodukte und -marken an. Allerdings haben diese Lebensmittel meist eine lange Reise hinter sich.

**Regional und frisch –
Der Bauer um die Ecke**

Regional erzeugte Lebensmittel garantieren Frische, sparen Trans-



Hof Wessels in Herten-Langenbochum – ein Jugendwerk- und Bio-Bauernhof der Hertener Bürgerstiftung.

Foto: D. Kadner

porte und sichern ganz nebenbei Arbeits- und Ausbildungsplätze. Auch in und um Herten gibt es zahlreiche Bauernhöfe, die sich der ökologischen Landwirtschaft verschrieben haben. Die ihre erzeugten Produkte in eigenen Hofläden zum Kauf anbieten oder in den liebevoll gestalteten Hofcafés und -restaurants mit selbst Gebackenen zu Kaffee und Kuchen oder zu einem Festmahl einladen. Diese bewusste Lebensweise bezieht sich nicht nur auf

den Konsum von biologisch hergestellten Lebensmitteln, sondern lässt sich auf so gut wie alle alltäglichen Dinge übertragen. Die Liste der Möglichkeiten umweltbewusster zu leben, ist lang – zu lang, um hier aufgeführt zu werden. Manchmal reicht es schon aus, über angelegene Wohnheiten nachzudenken und sich zu fragen, macht das Sinn. Oder gibt es umweltfreundlichere Möglichkeiten? Machen Sie mit und gehen Sie es an!

INHALT

■ Heinsberg

„Es ist ein Lebenstraum, der in Erfüllung geht“ – Willi Doppstadt (57), der seit seiner Geburt mehrfach behindert ist, ist neuer Schützenkönig der Hubertus-Schützenbruderschaft in Heinsberg-Kirchhoven.

► Mehr auf Seite 2

Ein Meister in seiner Küche!

Essen und Trinken stellt unsere Lebensgrundlage dar und ist lebensnotwendig. Mit der Nahrung nehmen wir alle wichtigen Vitamine und Mineralstoffe auf. Ernährung und Gesundheit sind eng miteinander verbunden und bedingen einander.

Doch Essen und Trinken bedeutet so viel mehr ... für alle Menschen ist es in unterschiedlichem Maße ein Bedürfnis, das befriedigt werden möchte und das auf verschiedenen Ebenen zugleich befriedigt. Für viele Menschen bedeutet „Essen“ auch Kontaktaufnahme und Austausch, z. B. von Ereignissen und Erlebnissen des Tages. In einigen Familien ist das gemeinsame Essen eine Art Heiligtum. Dabei geht es vor allem um das Miteinander, schmeckt das Essen auch noch vorzüglich, ist das die Krönung. Für diesen Moment scheint die Welt in Ordnung, im Idealfall sind für (wenige) Minuten alle Sorgen und aller Stress vergessen, man is(s)t zufrieden und befriedigt.

Seit September 2011 kocht Herr Schulz für die Bewohner und Mitarbeiter des Haus Lebenshilfe in Herten vorzügliche Speisen, die das Haus mit einem appetitlich, köstlichen Geruch durchdringen. Sobald Herr Schulz seine Messer wetzt und frische Zutaten zu Gaumenfreuden verarbeitet, sind alle, Bewohner wie Mitarbeiter, neugierig und beobachten aufmerksam die Geschehnisse in der Küche ... Guten Appetit!

IHR KONTAKT VOR ORT

Doreen Kadner
Telefon: (0 23 66) 5 36 84
E-Mail: kad@lebenshilfe-nrw.de

IMPRESSUM SEITE 1

■ Herausgeber: Lebenshilfe NRW, Lebenshilfe Wohnen gemeinn. GmbH, Abtstraße 21, 50354 Hürth

■ Redaktion: Doreen Kadner

■ Presserechtlich verantwortlich: Hans Jürgen Wagner, Hauptgeschäftsführer, Monika Oncken, Geschäftsführerin

■ Ansprechpartnerin: Doreen Kadner, Haus Lebenshilfe, Meraner Straße 36, 45701 Herten, Telefon: (0 23 66) 5 36 84, E-Mail: kad@lebenshilfe-nrw.de

■ Teilaufage: 10 000 Exemplare

Anzeigen

Herzlich Willkommen

Haus Hammerstein

Romantische Halbinsel an der Wuppertalsperre

Seien Sie unser Gast und lassen Sie sich von uns verwöhnen.

- im Hotel • im Café/ Bistro mit Seeblick • auf der Sonnenterrasse
- im Wellnessbereich

www.haus-hammerstein.de

Haus Hammerstein • Tel.: 021 92 / 91 61 81
Hammerstein 1 • 42499 Hückeswagen

Eine soziale Einrichtung der
Lebenshilfe
Nordrhein-Westfalen

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

Kontakt:
Doreen Kadner
Telefon: (0 21 56) 4 94 00

Post von Willi Lemke

Engagiert und ständig im Einsatz: Der Politiker und Sport-Funktionär Willi Lemke ist seit 2008 UN-Sonderberater für Sport im Dienst von Entwicklung und Frieden. Zuvor war er Bildungssenator und Senator für Inneres und Sport der Freien Hansestadt Bremen. Bundesweit bekannt wurde Willi Lemke vor allem als Manager des Bundesliga-Vereins Werder Bremen. Er engagiert sich auch für Menschen mit Behinderung und wurde für sein Engagement von der Bundesvereinigung Lebenshilfe mit dem Bobby 2010 ausgezeichnet. Und, wie ist der 65-jährige Bremer privat? Lesen Sie mehr ...

Meine Hobbys:

Fußball, Joggen, Lesen, Skilaufen

Mein Lieblingsessen:

Kohl und Pinkel

Mein Traumreiseziel:

Das gibt es für mich nicht mehr. Ich liebe mein Zuhause in Bremen

Licht aus, Kamera aus – so bin ich privat:

Ein ganz normaler Familiemensch, der Rituale liebt: Das sonntägliche Joggen mit den engsten Freunden gehört dazu, die gemeinsamen Mahlzeiten, das familiäre Miteinander in der Familie im Urlaub.

Ich bin ... Lebemann oder Sparfuchs?

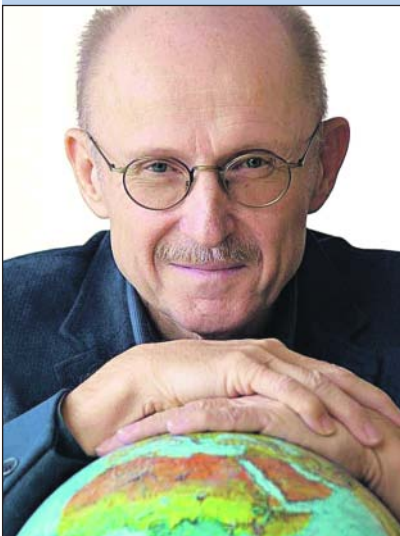
Ganz sicher kein Lebemann! Eher Sparfuchs. Nicht umsonst sagte einmal mein großes politisches Vorbild Willy Brandt vor langer Zeit über mich, ich sei der lebende Beweis dafür, dass auch Sozialdemokraten mit Geld sehr gut umgehen können.

Den ersten Tag meines Urlaubs beginne ich mit:

Im Sommer mit sehr viel Schlaf und Entspannung. Im Winter stehe ich schon vor neun Uhr auf der Abfahrtspiste (mit Helm!)

Mein Lebenswunsch/ größter Lebenstraum:

Wurde mir mit meiner derzeitigen Position als Sonderberater des UN-Generalsekretärs für Sport erfüllt; denn durch mein Mandat kann ich das Leben von Menschen auch mit Behinderungen und besonders in Krisenregionen durch konkretes Handeln ein wenig verbessern. Ansonsten bin ich mit meinem Leben in unserem wunderbaren Land und meiner Familie sehr glücklich.



Willi Lemke Foto: Klaus Reiner Klebe

Auf gleicher Augenhöhe

Jugendliche Schüler begegnen Menschen mit Behinderung im Projekt „Sozialführerschein“

Wie können Jugendliche für ein soziales Engagement gewonnen werden, Vorurteile abbauen und zur Inklusion von Menschen mit Behinderung beitragen? Die Westfalenfleiß GmbH Arbeiten und Wohnen in gemeinsamer Trägerschaft der Arbeiterwohlfahrt des Bezirks Westliches Westfalen und der Lebenshilfe Münster hat ein Konzept entwickelt, das jungen Menschen die Möglichkeit bietet, zwanglos die Lebenswelt von Menschen mit Behinderung kennenzulernen und so erste Kontakte zu knüpfen.

Im Rahmen eines angeleiteten Praktikums in den Wohnhäusern der Westfalenfleiß GmbH begegnen Jugendliche Menschen mit Behinderungen auf gleicher Augenhöhe. So können sie Berührungsängste und Vorurteile abbauen und erste berufsorientierende Eindrücke sammeln. Das Projekt „Sozialführerschein“ richtet sich an Schüler der 9. und 10. Klasse von Hauptschulen, Realschulen und Gymnasien für Jugendliche zwischen 14 und 17 Jahren. Im Rahmen des Projektes besuchen Schüler ein Wohnhaus in ihrem Stadtteil. So wird eine persönliche Beziehung zu Menschen mit Behinderung aufgebaut: „Somit kann auch ein weiteres Ziel des Projekts,



Begegnung der anderen Art beim Projekt „Sozialführerschein“.

Foto: Westfalenfleiß GmbH

die Förderung der Inklusion im Sinne einer Teilhabe im sozialen Lebensraum, verwirklicht werden“, sagt Koordinatorin Birgit Honsel-Ackermann.

Das Praktikum dauert vier Wochen und wird an vier Nachmittagen umgesetzt. Die Jugendlichen haben die Möglichkeit, die Nachmittage gemeinsam mit den Bewohnern zu gestalten. Sie erhalten theoretische Kenntnisse zum Begriff Behinderung, zum Menschenbild, zum Umgang der Gesell-

schaft mit Menschen mit Behinderung, zu pädagogischen Aspekten und zu beruflichen Perspektiven. Am Ende bekommen sie das Zertifikat „Sozialführerschein“. Dieses Zertifikat kann die beruflichen

Chancen erhöhen. Die Teilnahme ist für alle freiwillig. Seit Projektbeginn im Juli 2009 haben bereits 140 Schüler in Münster den „Sozialführerschein“ erfolgreich absolviert.

Das Konzept kann gut auf andere Einrichtungen übertragen werden. Es wurde ein „Starterpaket“ mit einem Phasenmodell zum Aufbau des Projektes, mit allgemeinen Informationen, Schulungskonzepten für die Funktionsträger

in den Häusern sowie Unterrichtsmaterialien für die Vermittlung der theoretischen Kenntnisse an die Schüler erstellt. Dieses Starterpaket ist bei der Westfalenfleiß GmbH abrufbar. Informationen: www.westfalenfleiss.de

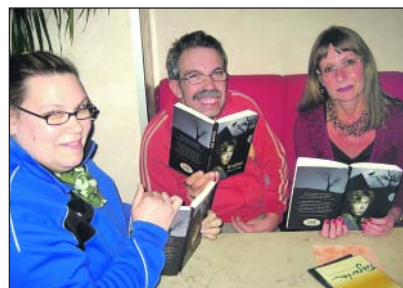
Gemeinsam lesen, gemeinsam lachen

Seit vier Jahren treffen sich Menschen mit und ohne Behinderung in einem Kölner Café und lesen – das Lebenshilfe journal war dabei und hat den Leseratten vom LEA-Leseclub® zugehört

„Hee, nicht so schnell“, sagt Helmut Schäfers und schiebt sein Lesezeichen auf seinem Buch hin und her. Eike Wittenbruch wiederholt die letzten Zeilen. Aufmerksam verfolgen Helmut Schäfers und Silke Roderburg an diesem Dienstagabend Zeile für Zeile, die Eike vorliest. Als nächste ist Silke dran. Jeder kommt an die Reihe und liest den anderen vor, solange er kann und möchte. Zwischendurch wird gestoppt und die ehrenamtliche Mitleserin Wittenbruch stellt den Teilnehmern Fragen zum Inhalt: „Denn manchmal vergisst man den beim Lesen“, weiß die Kölnerin, die bei Ford arbeitet und die den Leseclub seit Anfang 2011 ehrenamtlich moderiert.

„Zu Hause lesen ist anders“

Lesen einmal anders – Menschen mit und ohne Behinderung treffen sich in einem Café und lesen gemeinsam Bücher in gemütlicher Atmosphäre bei Milchkaffee und Cola. Gelesen wird alles, was gefällt. Das macht den LEA-Leseclub aus und den Leseratten Spaß: „Ich finde es sehr schön, dass wir alle gemeinsam lesen und gemütlich beisammensitzen“, sagt Silke Roderburg, die seit einem Monat dabei ist. Und Helmut Schäfers, der dem Leseclub seit vier Jahren angehört, mag die Atmosphäre im



Konzentriert und interessiert über dem Buch Krabat von Otfried Preußler: Silke Roderburg, Helmut Schäfers und Eike Wittenbruch (v. li.). Foto: Weiße

Café und findet: „Zu Hause lesen ist anders. Hier macht es großen Spaß und man lernt neue Leute kennen.“ Gegründet wurden die LEA-Leseclubs in den USA, mittlerweile gibt es aber auch mehrere Leseclubs in NRW und sogar bundesweit. Projektleiterin Julia Fischer: „Wir möchten den Menschen Literaturerfahrung ermöglichen, die nicht so gut lesen können.“

Und vor allem den Spaß daran vermitteln – und irgendwann in jeder Stadt mit einem Leseclub vor Ort sein.“ Der LEA-Leseclub, ein Projekt von KuBus e. V., um Eike Wittenbruch trifft sich dienstags von 18 bis 19 Uhr im Café Atrium, Josef-Haubrich-Hof 3, 50676 Köln. KuBus e. V. ist zurzeit dabei die LEA-Leseclubs bundesweit zu verbreiten. Wer Interesse an einer Gründung hat, kann sich gerne im LEA-Leseclub-Büro melden. Die Leseclubs freuen sich über Buchgutscheine, Buch- oder Geldspenden. Weitere Infos unter www.kubus-ev.de vw

„Ein Lebenstraum, der in Erfüllung geht“



Der Schützenkönig Willi Doppstadt lebe hoch.

Foto: Kleinen

Einmal Schützenkönig sein – dieser Traum wurde für Willi Doppstadt (57), der seit seiner Geburt mehrfach behindert ist, wahr. Er ist neuer Schützenkönig der Hubertus-Schützenbruderschaft in Heinsberg-Kirchhoven. Im Januar wird der 57-Jährige offiziell in Kirchhoven zum König gekrönt und am 19. und 20. Mai geht es zu mehreren großen Auftritten bei der Dorfkirmes.

Lebenshilfe journal: Herzlichen Glückwunsch, Herr Doppstadt, Sie haben im wahrsten Sinne des Wortes den Vogel abgeschossen.

Willi Doppstadt: Ja, das stimmt. Der Vogel hing schon schief und dann hat es geklappt. Ich wollte unbedingt einmal Schützenkönig werden. Und beim jährlichen Vogelschuss hatte ich in diesem Jahr das große Glück und hab den Vogel mit dem 124. Schuss runtergeholt.

Lebenshilfe journal: Was kommt als Schützenkönig alles auf Sie zu?

Willi Doppstadt: Ab Mai 2012 bin ich als König in Kirchhoven unterwegs. Gemeinsam mit meiner Königin Bernadette Pukallus. Ich werde dann auf Heimatabenden, bei Veranstaltungen, zum Karnevalsauftakt und dem großen Schützenfest unterwegs sein.

Lebenshilfe journal: Der Schützenkönig bezahlt für seine Schützenbrüder und -schwestern. Da kommt einiges zusammen, oder?

Willi Doppstadt: Ja, Schützenkönig sein kostet ein paar Mark. Aber ich habe schon einen Sponsoren gefunden, der das für mich übernimmt. Und das ist sehr schön. Ich arbeite im Lebenshilfe-Café der Begegnung als Service-Kraft und viele Gäste haben mir schon gratuliert und wünschen mir eine tolle Amtszeit. Auf die Zeit als König freue ich mich riesig. vw

„Alle Menschen müssen mitmachen!“

Stichwort: Neuer Inklusionsbeirat – Nachgefragt beim Bundesbehindertenbeauftragten Hubert Hüppe, den das Lebenshilfe journal gebeten hat, möglichst in Leichter Sprache zu antworten.

Lebenshilfe journal: Menschen mit Behinderung sollen Politiker im neuen Inklusionsbeirat beraten. Wie sieht das in der Praxis aus?

Hubert Hüppe: Der Inklusionsbeirat soll die Umsetzung der UN-Behinderten-Rechts-Konvention unterstützen. Die Konvention will, dass Menschen mit Behinderung die gleichen Chancen haben wie Menschen ohne Behinderung. Die Konvention will auch, dass Menschen mit Behinderung mitten in der Gesellschaft le-

Experten. Es sollte nichts an behinderten Menschen vorbei entschieden werden. Alle haben zu Recht „Nichts über uns, ohne uns“ eingefordert. Mit dem Inklusionsbeirat besteht jetzt erstmals ein Gremium, das fast ausschließlich aus Menschen mit Behinderung besteht. Mir war wichtig, dass Menschen mit unterschiedlichen Behinderungsformen vertreten sind. Also blinde, hörbehinderte, gehbehinderte und sogenannte „geistig behinderte“ Menschen und Menschen mit psychischer Erkrankung.

Lebenshilfe journal: Was sind die Ziele des Inklusionsbeirats?

Hubert Hüppe: Der Inklusionsbeirat will dafür sorgen, dass die Konvention umgesetzt wird. Er ermahnt Politiker und Behörden, sich an die Konvention zu halten. Der Inklusi-



Den Haushaltsführerschein haben Brigitte Grote, Claudia Werdin, Barbara Balke, Ute Droste und Ulrike Binnewitt ins Leben gerufen. Sie alle schenken Menschen mit Behinderung Zeit. Foto: Lebenshilfe Lübbecke

„Es ist das Schönste, was einem passieren kann“

Ehrenamtliche Mitarbeit bei der Lebenshilfe

So unterschiedlich diese Menschen und ihre Tätigkeiten auch sind, irgendwann kommen viele von ihnen an den Punkt, wo sie nicht mehr so recht wissen, ob sie mehr geben oder mehr zurückbekommen. Einer dieser Menschen ist Ute Droste: „Wenn man sieht, welche Begeisterung hier herrscht, ist es das Schönste, was einem passieren kann.“

renamtlichen Mitarbeiterinnen als Dozentin beim Grundkurs „Haushaltsführerschein“ dabei. „Ich bin eine Großmutter, die ihre Familie seit Jahren bekocht“, sagt sie. Diese Erfahrung gibt sie nun – gemeinsam mit zwei Hauswirtschaftsmeisterinnen und engagierten Kolleginnen – an andere weiter.

Den Tücken des Alltags begegnen

Als Rentnerin hat Ute Droste Zeit übrig. Zeit, die sie anderen schenkt. Seit zweieinhalb Jahren ist sie als ehrenamtliche Mitarbeiterin bei der Lebenshilfe Lübbecke tätig. Sie hat sich bewusst für Menschen mit Behinderung entschieden und ist „jedes Mal von Neuem überrascht, wie gut die Zusammenarbeit klappt“.

Einmal pro Woche leitet die 71-Jährige einen Spiele-Nachmittag in einem Wohnheim. Zudem ist sie nun zusammen mit vier anderen eh-

Den Haushaltsführerschein bietet die Lebenshilfe Lübbecke zum ersten Mal an. Er bereitet gezielt Menschen mit Behinderung, die selbstständiger leben wollen, auf die Tücken des Alltags vor und vermittelt Wissen und Geschick rund um die Haushaltsführung – vom sparsamen Einkauf über das gesunde Kochen bis hin zur richtigen Pflege der Wäsche. Mit sechs Teilnehmern hat man die Lerngruppe bewusst klein gehalten: „So kann man auf die

Fähigkeiten des Einzelnen besser eingehen“, sagt Heike Attrot von der Koordinationsstelle „Ehrenamtliches Engagement“. Heike Attrot ist seit drei Jahren für alle ehrenamtlichen Mitarbeiter der Lebenshilfe Lübbecke zuständig. Rund 60 Ehrenamtliche sind es derzeit, die sich in den Wohnheimen, Werkstätten und Kindertagesstätten engagieren. Und „jeder bringt etwas von seiner Welt in das Leben der Menschen mit Behinderung mit“, sagt Attrot. So unterschiedlich die ehrenamtlich Engagierten, so unterschiedlich sind ihre Tätigkeiten. Doch ganz gleich, ob sie gemeinsames Kaffeetrinken, Spiel und Sport oder Lese- und Rechtschreibkurse anbieten; das, was am meisten zählt, bringen alle mit: einen Teil ihrer Zeit. Und viele bekommen noch etwas mehr zurück. Vielleicht sogar, wie es Ute Droste immer wieder erlebt – das Schönste, was einem passieren kann.



Hubert Hüppe

Foto: „axentis“

ben können. Der Beirat sagt seine Meinung, wenn Politiker das nicht beachten. Er schickt zum Beispiel Briefe an Politiker. Darin steht, dass Politiker sich für Menschen mit Behinderungen einsetzen sollen.

Lebenshilfe journal: Warum wurde der Inklusionsbeirat gegründet?

Hubert Hüppe: Das Wichtigste war, dass Menschen mit Behinderungen im Mittelpunkt stehen. Sie wissen, was nicht gut läuft und sie kennen meist auch die Lösungen. Sie sind die

onsbeirat soll aber nicht nur dafür sorgen, dass der Staat etwas macht. Er bindet viele Gruppen in der Gesellschaft ein, etwa Arbeitgeber, Gewerkschaften, Kirchen, Vereine und Verbände. Diese Gruppen arbeiten in den sogenannten „Fachausschüssen“. Die Fachausschüsse unterstützen den Inklusionsbeirat. Und die Gruppen sollen selbst dafür sorgen, dass behinderte Menschen mitten in der Gesellschaft teilhaben können. Alle müssen mitmachen.“

Rätsel

Wer findet alle Fehler?

In dieses wunderschöne Frühlingsbild haben sich sechs Fehler eingeschlichen. Das Lebenshilfe journal Bildersuchrätsel – entdecken Sie die Fehler im unteren Bild. Die Lösung finden Sie auf Seite 4.

Dieses Rätsel ist gestaltet von Dietmar Gasch, www.weihnacht.williwelt.de, Foto: © Dirk Röttgen/pixelio.de



Rezept Wildecker Herzbuben

Haferflocken – Parfait

Zutaten:
50 g Butter
150 g kernige Haferflocken
80 g brauner Zucker
6 Eigelbe
50 g Honig
2 EL Rum
1 Spritzer Zitronensaft
1 Msp. Salz
½ Vanilleschote
250 g Schlagsahne

Zubereitung:
Butter in einer Pfanne schmelzen, Haferflocken und braunen Zucker hinzufügen und goldbraun rösten.

Eigelb in einer Metallschüssel schaumig schlagen. Honig, Rum, Zitronensaft, Salz, Mark der halben Vanilleschote hinzugeben und im heißen Wasserbad zu einer cre-

migen Masse schlagen. Anschließend die Masse im kalten Wasserbad weiterschlagen, bis sie durchgekühlt ist. Ein Drittel des abgekühlten Haferkrokants im Mixer feinmahlen und unter die Creme ziehen.

Sahne steif schlagen, den restlichen Haferkrokant grob zerstoßen und

beides unter die Eismasse heben. Parfait in eine Form geben und ungefähr zwei Stunden im Gefriergerät gefrieren lassen.

Dazu passt eine fruchtige Sauce, z. B. Johannisbeer- oder Erdbeersauce.



Foto: Künstlermedia GmbH, Laichlingen

Kolumne

von Ute Scherberich-
Rodriguez
BenitesSabbat
mit Sabbat

„Hast du denn nicht die Heizungsrippen sauber gemacht? Und sind die Kellerfenster geputzt, ist der Dachboden ausgemistet? Fotos von der Konfirmation im letzten Jahr für deine Tochter endlich eingeklebt?“ Ich sehe, wie das Hausfrauengewissen über mir schwebt: „Und in zwei Wochen ist Sabbat mit Sabbat!“ Gedanken schießen kreuz und quer durch den Kopf, Erinnerungen an all die guten Vorsätze vor einem Jahr. „Aber ich habe doch ...“, versuche ich mich zu wehren, und bevor ich aussprechen kann, sagt mein nach außen tretendes inneres Ich: „Aber nicht genug!“ Jetzt werde ich trotzig und denke. „Meine Mutter zweimal die Woche zum Arzt gefahren, Spielsachen aussortiert, den Vorgarten neu bepflanzt ...“ „Und?“, meldet sich der Quälgeist wieder. „Und viel gelesen, geschrieben, gefaulenzt und Kraft geschöpft.“ „Steh dir das zu?“ Hartnäckig bleibt die innere Stimme. Aber jetzt ziehe ich meinen Trumpf: „Ich habe ein Buch gelesen mit dem Titel 'Willst du normal sein oder glücklich?', in dem es darum geht, die äußeren Zwänge abzulegen und seinem Herzen zu folgen. Ein Jahr habe ich in mich hineingehorcht und mich im Loslassen geübt, alles Für und Wider abgewogen und meine Antwort mit dem Herzen getroffen: ICH WILL LIEBER GLÜCKLICH SEIN!“ Deshalb habe ich für die letzte Sabbatwoche noch eine Flugreise in die Sonne gebucht – mit Mann und Kind, aber ohne Mutter und den nörgelnden Persil-Zwilling. Für einen Endspurt wäre es ohnehin zu spät.

Engagiert und mit Herzblut im Einsatz

Stephan Börgener beim Bundesfreiwilligendienst im Erika-Krebs-Haus bei der Lebenshilfe e. V. Oberhausen

Auch im Erika-Krebs-Haus hat man das Glück, einen jungen Mann gefunden zu haben, der den BFD absolviert. Stephan Börgener ist 22 Jahre alt, lebt in Oberhausen und besuchte das Hans-Böckler-Berufskolleg, bevor er am 2. Oktober 2011 seinen Dienst als Bundesfreiwilliger im Erika-Krebs-Haus antrat.

Lebenshilfe journal: Der Weg zu uns: Stephan wie kam es, dass du den BFD für dich entdeckt hast?
Stephan Börgener: Nach der Schule wollte ich ein Praktikum bei der Jugendgruppe Courage machen und habe eine Lehrstelle im Bereich Alten- oder Krankenpflege gesucht. Leider hatte ich in beiden Fällen keinen Erfolg. Also erkundigte ich mich beim Roten Kreuz, bei der Caritas und hörte, dass es den Bundesfreiwilligendienst gibt. Ich erfuhr, dass die Lebenshilfe Oberhausen Plätze anbietet, besorgte mir die Adresse und Telefonnummer, bewarb mich und bekam einen Termin für ein Vorstellungsgespräch.

Lebenshilfe journal: Wie war das Gespräch?

Stephan Börgener: Das Gespräch führte ich mit Rainer Lettkamp, dem Geschäftsführer der Lebenshilfe Oberhausen, in der Geschäftsstelle Königshardt. Herr Lettkamp erzählte mir, dass im Erika-Krebs-Haus in Oberhausen-Schmachtendorf ein BFD-Mitarbeiter gesucht wird. Er erzählte mir viel über die Lebenshilfe und ich bekam Informationsmaterial. Vorher hatte ich keine Ahnung, was die Lebenshilfe ist und macht. Nach einem Vorstellungstermin dann im Erika-Krebs-Haus, wo ich auch zum ersten Mal die Wohnstätte kennenlernte, fing ich Anfang Oktober meinen Dienst an.

Lebenshilfe journal: Wie war dein erster Tag?

Stephan Börgener: An meinem ers-



Stephan Börgener arbeitet im Erika-Krebs-Haus

Fotos: Lebenshilfe Oberhausen

ten Tag hatte ich volles Programm. Es waren gleich mehrere Bewohner anwesend, da sie Urlaub hatten. Ich wusste nicht bzw. hatte oft den Eindruck, dass man bei verschiedenen Bewohnern gar nicht sieht, dass „der“ oder „die“ eine Behinderung hat. Klar bei anderen sieht man das sofort, wenn beispielsweise ein Mensch auf einen Rollstuhl angewiesen ist. Ich habe also direkt am ersten Tag erlebt, dass es ganz viele verschiedene Behinderungen gibt und jeder der Bewohner anders betreut und behandelt werden möchte.

Lebenshilfe journal: Was machst du so bei der Lebenshilfe? Was sind deine Aufgaben? In welchen Bereichen wirst du eingesetzt?

Stephan Börgener: Mein Bereich/

meine Arbeit umfasst im Erika-Krebs-Haus zwei Bereiche. Ich bin in den pädagogischen und Hausmeisterbereich eingeteilt. Zum pädagogischen Bereich gehört, dass ich beispielsweise mit den Bewohnern Gesellschaftsspiele spiele, sie begleite oder beim Kochen helfe. Im Hausmeisterbereich arbeite ich in unserem Garten und habe zum ersten Mal in meinem Leben Schränke zusammengebaut, die sich zwei Bewohner neu gekauft haben.

Lebenshilfe journal: Und was ist dein Fazit nach den ersten Monaten?

Stephan Börgener: Es ist eine tolle Erfahrung. Es macht echt viel Spaß hier zu sein. Mir gefällt das Zusammenarbeiten mit den Bewoh-

nern und den anderen Mitarbeitern sehr. Ich weiß jetzt, dass ich gerne in diesem Bereich arbeiten und eine Ausbildung machen möchte. Weitere Infos unter www.mein-lebenshilfe-jahr.de



Franco Terhorst, Stephan Börgener und Siggie Steppke (v. li. n. re.).

Sprüche-Ecke

„Denn es ist nicht genug, einen guten Kopf zu haben; die Hauptsache ist, ihn richtig anzuwenden.“

(Quelle: Rene Descartes, französischer Philosoph und Mathematiker)

Literaturtipps

Jeder kann sich bewusst für ein glückliches Leben entscheiden. Wie oft haben wir das Gefühl, nicht so zu leben, wie wir es gerne möchten? Der blinden Masse hinterherzurrennen, statt das eigene Leben zu einem wundervollen Abenteuer zu machen? Dieses mitreißende Buch ermutigt dazu, die ausgetretenen Pfade eines Lebens, mit dem man sich nicht wohlfühlt, zu verlassen.

(Quelle: robert-betz-shop.de)



„Willst du normal sein oder glücklich?“
Von Robert Betz
Heyne Verlag
ISBN 978-3-453-70169-4

Lexikon

Was Sie immer schon mal wissen wollten:

Berufsbildungsbereich

Dieser Bereich bietet Maßnahmen zur Verbesserung der Teilhabe am Arbeitsleben unter Einschluss angemessener Maßnahmen zur Weiterentwicklung der Persönlichkeit an (siehe § 4 Werkstättenverordnung). (33) Voraussetzung für die Aufnahme in die WfbM ist die Feststellung, dass vom behinderten Menschen erwartet werden kann, dass er spätestens nach Teilnahme im Berufsbildungsbereich (früher: Arbeitstrainings-

bereich) der WfbM ein Mindestmaß an wirtschaftlich verwertbarer Arbeitsleistung erbringen kann. Nach einem zwischen vier Wochen und drei Monaten dauernden Eingangsverfahren erfolgt bei Vorliegen der Voraussetzungen die Bewilligung für den Berufsbildungsbereich für ein Jahr, dem ein zweites folgen kann; Kostenträger dieser Maßnahme ist die örtliche Arbeitsagentur.

(Aus: Lebenshilfe Glossar, Herausgeber: Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Landesverband NRW, S. 13) Das Lebenshilfe Glossar ist für 8 Euro (zzgl. Versandkosten und 7 MwSt.) beim Lebenshilfe NRW Verlag, Abtstraße 21, 50354 Hürth, erhältlich.

Auflösung des Bilderrätsels von Seite 3



IMPRESSUM SEITE 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, Hauptgeschäftsführer
- **Redaktionsleitung, Vertrieb und Partnerakquise:** Beate Rohr-Sobizack
- **Redaktion:** Verena Weiße, Redakteurin
- **Satz und Druck:** Heider Druck GmbH, Bergisch Gladbach
- **Gesamtauflage:** 256 750 Exemplare



www.lebenshilfe.tv



Mitglied werden!

Es wird Zeit
soziale Verantwortung zu übernehmen

Unterstützen Sie die Arbeit der örtlichen Lebenshilfe Orts- und Kreisvereinigungen

Rufen Sie uns an!
Kontakt siehe Kasten auf der Titelseite

Gemeinsam • Zusammen • Stark