



Kostenlos zum Mitnehmen

Ausgabe 4/2009

## Praxis und Erfahrung durch das Ehrenamt

Wir sind eine Gruppe Jugendlicher aus der Jahrgangsstufe 13 des Joseph-Haydn-Gymnasiums.

Einmal in der Woche findet sich jeder von uns mit einer Gruppe von Kindern mit Behinderung zusammen, um mit ihnen den Nachmittag zu verbringen. Wir spielen unter anderem „Mensch ärgere Dich nicht“, „Mix Max“, machen Sport oder Kochen gemeinsam. Außerdem haben wir die Gelegenheit, während der Ferien zusammen zum Bowlen oder Schwimmen zu fahren.

Durch die vielen praxisorientierten Aktivitäten lernen wir den Arbeitsalltag von Sozialpädagogen kennen, welcher sogar für einige von uns eine Berufsperspektive darstellt. Dadurch erfahren wir eine interessante Abwechslung zum



Die Ehrenamtlerinnen Alexa Mangel, Moiken Kietzmann, Kristin Feils, Greta Eilers und Sandra Spielbrink (v. li.).

theoriebelasteten Schulalltag.

Viele Leute denken, dass die Zusammenarbeit mit Kindern mit Behinderung eine Anstrengung mit sich bringt. Für uns ist es hingegen gleichzeitig auch eine Bereicherung. Die Ehrlichkeit und die Freude am Leben der Kinder mit Behinderung zeigen uns immer wieder, was im Leben wichtig ist und lassen manche unserer Probleme belanglos erscheinen. Des Weiteren haben wir die Möglichkeit, unseren Umgang mit Kindern zu verbessern.

Die Lebenshilfe ermöglicht es, uns ehrenamtlich engagieren zu können, was uns persönlich auch sehr wichtig erscheint. Letztendlich hoffen wir, dass sich noch mehr Jugendliche für das Ehrenamt entscheiden.

## Ehrenamt – Motor einer lebendigen Gemeinde

Senden verfügt in allen Ortsteilen über ein vielseitiges Angebot in den unterschiedlichsten Vereinen mit insgesamt mehr als 18 000 Mitgliedern. In den Bereichen Sport, Musik, Kunst, Weiterbildung und Geselligkeit bieten sich Möglichkeiten, die für Gemeinden unserer Größenordnung unter Beibehaltung eines akzeptablen Kostenrahmens nicht selbstverständlich sind. Hunderte ehrenamtlich engagierter Mitbürgerinnen und Mitbürger machen dies erst möglich.

Ein besonderer Dank gilt jenen Aktiven, die ihre Arbeit in den Dienst der Allgemeinheit stellen. Hier denke ich an unsere Freiwilligen Feuerwehren, den DRK-Orts-



Karl Täger

verband, den Hospizkreis, den Roten Keil, die Indienhilfe, das Arbeitslosenzentrum Lenz, den Ökumenischen Jugendtreff, die Tafel in Vorbereitung und viele andere.

Hierzu zählt auch die Lebenshilfe Senden und Umgebung e. V., der ich mich seit deren Gründung in den 70er-Jahren verbunden fühle. Aus einer Selbsthilfegruppe hat sich in den vergangenen 35 Jahren ein über die Gemeindegrenzen hinaus tätiger Verein entwickelt, der betroffene Familien berät, unterstützt und entlastet. Neben dem Wohnheim, dessen Erweiterung 2010 erfolgen wird, gibt es viele Freizeit-, Bildungs- und Urlaubsangebote für Menschen mit Behinderung.

Von 2000 bis 2009 durfte ich mich als Beisitzer im Vorstand einbringen, ein Ehrenamt, auf das ich mit Freude und Dankbarkeit zurückblickte. Der Einsatz und das Einfühlungsvermögen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in allen Bereichen der Lebenshilfe Senden haben mich beeindruckt. Meine Hochachtung gilt der Arbeit des geschäftsführenden Vorstandes mit Frau Margret Brinkschulte, Freifrau Ina Droste zu Senden und Herrn Dr. Peter Schröder.

Mit meinem Rücktritt von diesem Amt möchte ich für ein jüngeres Mitglied Platz machen. Der Lebenshilfe bleibe ich aber weiterhin verbunden.

Karl Täger

## Jeder Tag ist genauso schön wie der erste



Angele Reckmann

die gesamte Einrichtung und das damit verbundene Konzept. Voller Neugierde auf das, was uns erwartete, verbrachten wir gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen des Freizeitbereichs einen Nachmittag – und waren schnell überzeugt von der Arbeit und dem Engagement der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

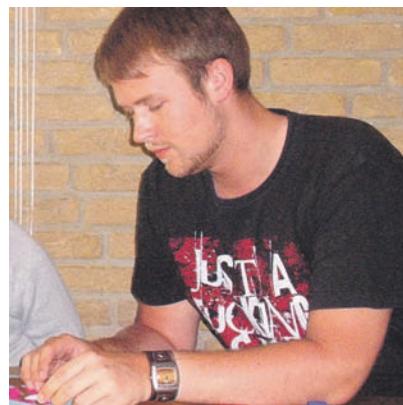
Noch heute bereitet uns die Arbeit im Freizeitbereich sehr viel Spaß, da die Kinder schon für viele kleine Dinge sehr dankbar sind und dies durch ein großes Lächeln und glückliche Gesichter zeigen. Ob mit der derzeitigen Leiterin des Freizeitbereichs, Frau Andrea Oberhaus, ein Spaziergang zum Spielplatz unternommen wird oder in den Schulferien ein Tagesausflug ansteht, alle zeigen immer große Dankbarkeit. Diese Freude mitzuerleben und somit zu wissen, einen Teil dazu beizutragen, ist ein großer Anreiz für die Tätigkeit im Freizeitbereich.

Durch die vielfältigen Angebote

wie Schwimm-, Reit-, Sport-, Koch- und Freizeitgruppen, Ferienprogramme, gemeinsame Urlaube oder auch Familienunterstützende Dienste (FUD) ist das Aufgabenfeld stets unterschiedlich und wir sammeln in diesen Bereichen stets neue Erfahrungen im Umgang mit Menschen mit Behinderung. Somit ist kein Tag wie der andere.

Es ist immer wieder schön, dass die Kinder auf einen zukommen und uns als Bezugspersonen an ihrem Leben teilnehmen lassen. Dieser Verantwortung bewusst, stehen wir ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Eine Erfahrung, die wir nicht missen möchten.

Im Sommer 2009 haben wir unser Abitur gemacht. Durch unsere Aktivitäten bei der Lebenshilfe Senden haben wir uns bewusst für ein Praktikum bzw. den Zivildienst an einer Schule für Kinder mit geistiger Behinderung entschieden. So lernen wir einen weiteren Bereich im Berufsfeld der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen mit Behinderung kennen. Durch unsere Erfahrungen bei der Lebenshilfe ist uns klar gewor-



Sascha Fladrich

den, dass wir später auch in dem sozialen Bereich arbeiten möchten.

Mittlerweile erleben wir schon die siebte Generation von Zivildienstleistenden und Absolventen eines Freiwilligen Sozialen Jahres bei der Lebenshilfe, auch die Kinder sind älter geworden, die Tätigkeit als Ehrenamtliche oder Ehrenamtlicher ist dennoch genauso schön wie am ersten Tag.

Angele Reckmann & Sascha Fladrich

## Themen

### ► 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 auf

Seite 2

### ► NRW

Lebenshilfe NRW feiert Geburtstag – seit 45 Jahren setzt sich der gemeinnützige Verein mit Sitz in Hürth für die Belange von Menschen mit geistiger Behinderung ein.

Seite 3

### ► NRW

Glühwein, Mandeln und Holzschnitzereien: Das Lebenshilfe journal stellt in dieser Ausgabe einige der schönsten Weihnachtsmärkte in NRW vor. Auf zum Bummel ... lesen Sie mehr auf

Seite 3

### ► Bunte Seite

Fernsehstar mit Downsyndrom: Jan Grünig feierte 2009 sein 10-jähriges TV-Jubiläum in der beliebten ARD-Serie Lindenstraße auf dem Filmgelände in Köln-Bocklemünd.

Seite 4

**Interessierte mit ehrenamtlichem Engagement melden sich bitte im Lebenshilfe Center**

## Ihre Lebenshilfe in Senden und Umgebung

**Lebenshilfe Senden und Umgebung e. V.**  
Postfach 12 54  
48303 Senden  
Telefon (0 25 97) 6 96 98-17  
Fax (0 25 97) 6 96 98-20  
verwaltung@lebenshilfe-senden-ev.de  
www.lebenshilfe-senden-ev.de

**Wohnheim, Begegnungsstätte**  
Steverstraße 7  
48308 Senden  
Telefon (0 25 97) 6 96 98-0

**Freizeitbereich**  
Eintrachtstraße 15  
48308 Senden  
Telefon (0 25 97) 12 75

**Lebenshilfe Center**  
Biete 1  
48308 Senden  
Telefon (0 25 97) 9 39 94 99

### Impressum Seite 1

► Herausgeber: Lebenshilfe Senden und Umgebung e. V., Postfach 12 54, 48303 Senden  
► Redaktionsteam: Karl Täger, Sascha Fladrich, Angele Reckmann, Jürgen Röleke  
► Presserechtlich verantwortlich: Uwe Lucht  
► Auflage: 10 000 Exemplare

## Reise-Tipp



Fotos: Jan Rathke © Klimahaus® Bremerhaven 8° Ost

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

**K**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 Tour um die Welt 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. Platzreden 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 Umwelt- und Klimaschutz“, erläutert Geschäftsführer Arne Dunker. „Im Klimahaus können Besucher in eine facettenreiche Erlebniswelt eintauchen, die aus Raumszenierungen, 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.“ (vw)

## Klimawandel und Umwelttipps

**K**raftwerk der Zukunft, Solaranlagen, Tipps zum schonenden 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 Wohnstätten und Werkstätten der Lebenshilfe NRW gibt, stellt das Lebenshilfe journal in dieser Ausgabe vor:

### Klimawandel bewusst

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 Erleb-

nisse rund um die Themen persönliche Verantwortung, Wertschätzung und Umweltbewusstsein erfahren.

**12/2009 Benefiz-Konzert mit Peter Maffay und Gildor Horn – Tanzen-Patenkonzept mit Kindern mit**



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

kann. Das kombinierte Windkraft- und Wasserstoffkraftwerk arbeitet sowohl CO<sub>2</sub>-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 Heizungsanlage wird mehr als 30 Prozent Gas gespart und 25 Tonnen weniger CO<sub>2</sub> 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 abgesenkten 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)

## 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, Basteln



Juliana Götze in der Inszenierung „Alice in den Fluchten“, in der Juliana Götze die Hauptrolle spielt.  
Foto: Götze

## Traumjob Tierpark

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

**E**r hat den schönsten Job – immer an der frischen Luft und nah bei den Tieren. Mario Ruhland ist glücklich mit seiner Arbeit im Tierpark 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 Futterküche und in der Gastronomie der



Mario Ruhland

„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. Nachführungen 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](http://www.tierpark-hamm.de), Tierpark Hamm, Grünstr. 150, 59063 Hamm, Telefon (0 23 81) 5 31 32. (vw)

## 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 Meinz gilt die Devise, die Fasenacht 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 selbstironisch mit den großen und kleinen Wünschen, den Tücken und tatsächlichen Möglichkeiten des Persönlichen Budgets auseinandersetzt. Dieses von Paula Artkamp und Manfred Kerklaus 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](http://www.muenster.org/TheaterSycorax)

# Eine Frau mit Format

Wie Brigitte Klüttermann aus Heinsberg ihr ehrenamtliches Engagement lebt

Sie ist eine Frau, die weiß, was sie will. Und das seit Jahren. Brigitte Klüttermann aus Heinsberg lebt ehrenamtliches Engagement. In ihrem bisherigen Leben hat sie sich immer engagiert: 35 Jahre lang als Fachlehrerin an der Ruralt-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 Töpfekursen, 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-

ten aus den Wohnstätten der Lebenshilfe, denen sie die Kunst des Töpferns und Malens beibringt. Mit den Werken bleibt die Künstler-

so engagiert bei der Sache? „Ich empfinde es als selbstverständlich 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.“ (vw)



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

gruppen 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

(vw)

## Kindertagesstätte wie ein zweites Zuhause

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

Von Verena Weiße

Die Tochter 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 Siegallee und fühlt sich wohl dort: „Die Atmosphäre in der Kita ist super. Da es nur zwei Gruppen gibt,

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 könnte.“ (vw)

## „Mischen Sie sich ein“

Bewegen Sie etwas durch Ihre Mitgliedschaft in der Lebenshilfe

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



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

Mitglieder. Individuelle Angebote und mehr als 400 verschiedene 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-Vereinigung für Sie in-

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

„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.



Weihnachtsmarkt in Dortmund.

Foto: ©Didi01/Pixelio.de

## 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 Weihnachtsmärkte. 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 29. 11. bis zum 23. 12. zwischen 11 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 Schiffs-

weihnachtsmarkt 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 Märentante – 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 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 zusammengetragen 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 Sorge für geistig 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 Grüning feierte 2009 sein 10-jähriges TV-Jubiläum in der beliebten ARD-Serie Lindenstraße-Filmgelände in Köln-Bocklemünd**

Von Verena Weiße

**Ausgelassenheit und Fröhlichkeit**  
**A**us 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 Grüning 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 Downsyndrom“, 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 Grünings. Vor etwas mehr als zehn Jahren wurde Mutter Grüning von einer Bekannten angespro-



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



Fotos: Weiße/Lindenstraße

„Lindenstraße“ den Martin, den jüngsten Sohn von Anna Ziegler und Hans Beimer. Am 27. Juni feierte Jan Grüning 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 Grüning: 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 Grüning zu

chen, dass die Lindenstraße einen Jungen mit Downsyndrom sucht. Kurz entschlossen rief die junge Mutter bei der Lindenstraße an, eine halbe Stunde später wurden sie zum Casting eingeladen. Heike Grüning: „Ich konnte es kaum glauben, 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.“

## 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



Foto: ©Claudia-Hautumm/Pixelio.de

laufen lassen. Vorteig mit Mehl verrühren und Milch-Butter-Mischung, Zucker, Vanillin-Zucker, 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 vermischten ziehen lassen, bis Teig aufgegangen ist, dann kneten. Zitronatmischung und Mandelstückchen darüberstreuen 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).

## 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 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)

## 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)

## 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 verbirgt. 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 jeden Fall eine Liebesgeschichte – irgendwie von alledem ist „Gargoyle“. Fast grausig detailreich 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

## Rätseln Sie mit – und gewinnen Sie!

3			4	9		
	2				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](http://www.sudoku-aktuell.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 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: 305 000 Exemplare