

Wir sind ständig in Bewegung

Joachim lachte, als er meinte, „das ist eine schöne Abwechslung für uns.“ Danach trainierte er zufrieden weiter: „Nein!“ ein Lieblingsgerät habe er nicht und schwitzen müsse er auf jeden Fall.

Das Gute an den Fitnessgeräten ist, dass sich – unabhängig von den vier Jahreszeiten und dem Wetter – die Bewohner in den vier Wohnhäusern bewegen und etwas für ihre Gesundheit machen können. Nach einem langen Arbeitstag oder als Beschäftigung tagsüber sind die Fitnessgeräte eine willkommene Abwechslung. Das Angebot wird rege genutzt und ist eine tolle Alternative für Aktivitäten bei entsprechendem Wetter in der freien Natur.

„Wir freuen uns, dass wir die Bewegungsvielfalt der Menschen, die wir betreuen, durch die Anschaffung der Fitnessgeräte erweitern konnten“, so Dr. Kerstin Adolf-Wright.

Nachhaltigkeit bedeutet, dass etwas anhaltend Wirkung über einen längeren Zeitraum erzielt. Dies trifft bei der Nutzung der Fitnessgeräte, die dank einer Spende von B.O.C (Bike & Outdoor Company) im Jahr 2019 angeschafft werden konnten, 100-prozentig zu.

Darüber und über viel mehr, berichten wir auf unserer Facebook-Seite: <https://www.facebook.com/LebenshilfeMG>.



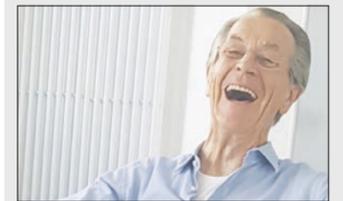
Gerda und Joachim – immer in Bewegung

Foto: Lebenshilfe MG

INHALT

Herne/NRW

„Die Menschen müssen eine Aufgabe haben“: Franz Müntefering war 33 Jahre als Abgeordneter im Deutschen Bundestag in der aktiven Politik tätig. Auch heute noch ist der 80-Jährige gesellschaftspolitisch sehr engagiert. Lesen Sie mehr im Interview auf



» Seite 2

LebensLiebe

An dieser Stelle suchen heute Kerstin und Udo nach Partnern. Meldet euch bei lebensliebe@lebenshilfe-mg.de mit dem dazugehörigen Namen und schreibt in eure E-Mail ein paar Informationen über euch dazu.



Kerstin – ein froher Mensch mit viel Herz

Hallo, ich bin Kerstin (58) und ein lebenslustiger, froher Mensch mit viel Herz. Ich liebe den Sport, z. B. Tischtennis, mag Eis essen und natürlich Shoppen – wie jede Frau. Ich bin sehr

begabt in Handarbeit und häkele sehr gerne. Nun zu dir! Du solltest sportlich sein, dass ist aber kein Muss, ca. 1,70 groß, dunkle Haare haben und schlank sein. Schön wäre es, wenn du auch in der Nähe von Wickrath wohnen würdest, damit wir gemeinsam etwas unternehmen können.

Wenn ich dein Interesse geweckt habe, melde dich einfach.



Udo – jung geblieben und lebenslustig

Ich bin Udo, 53 Jahre jung, lebenslustig, musikalisch, singe gerne und bin kein Stubenhocker. Ich sitze nach einer OP im Rollstuhl und suche dich für die Zeit nach dem Rollstuhl. Eine

liebevolle Frau mit großem Herz, die gut kochen kann und meine Interessen teilt – das wäre mein Wunsch. Wenn du zudem gutaussehend sowie schlank bist, dann bist du die Richtige. Ich freue mich über Post von dir. Trau dich!

Fußballfieber in Wegberg-Beeck

Ein lautes „Jaaaaaaa“ durchbricht die Stille. Kevin zeigt seine Freude darüber, dass er der Sieger des Elfmeterschießens geworden ist. Gekonnt hatte er mit einem gezielten Schuss den Torwart überwunden. Seine knapp 20 Mitspieler um den Sieg hat er damit hinter sich gelassen. Diese und die mitgereisten Zuschauer applaudieren lautstark für Kevin. „Ich freue mich, dass ich hier Erster geworden bin, die Mitspieler waren aber auch gut“, meinte Kevin im Anschluss.

Ein Trainingsturnier fand ebenfalls statt. Gewonnen hat das Team mit Ralf, Till, Tobias, Andreas, Felix und noch mal Ralf. Die Hauptpreise für den Sieger des Elfmeterschießens und das Siegerteam sind jeweils Freikarten für ein Heimspiel des in der Regionalliga West, der vierthöchsten Spielklasse in Deutschland, spielenden FC Wegberg-Beeck.

Die Idee, in Wegberg zu trainieren und zu spielen, ist entstanden, als einige Wochen auf Einladung



Voller Einsatz – bei vollem Spaß

Fotos (2): Ralph Bemba



Sieger im Elfmeterschießen – Kevin

des Vereins vorher das Stadion und das Vereinsgelände besichtigt wurden. Der Geschäftsführer Thomas Klingen freut sich über die Kooperation mit der Lebenshilfe Mönchengladbach und stellte im August spontan in Aussicht, den Kunstrasenplatz auf seinem Trainings- und Vereinsgelände zur Verfügung zu stellen, was die Lebenshilfe gerne genutzt hat.

des Vereins vorher das Stadion und das Vereinsgelände besichtigt wurden. Der Geschäftsführer Thomas Klingen freut sich über die Kooperation mit der Lebenshilfe Mönchengladbach und stellte im August spontan in Aussicht, den Kunstrasenplatz auf seinem Trainings- und Vereinsgelände zur Verfügung zu stellen, was die Lebenshilfe gerne genutzt hat.

Anzeigen

Die Lebenshilfe MG bedankt sich für die Unterstützung bei Return Sport & Wellness.

www.myreturn.club

Lebenshilfe
Wohnen gGmbH

Sie suchen einen neuen Job?
Wir suchen Fachkräfte und Nicht-Fachkräfte in Pflege und Betreuung, auch auf 450-Euro-Basis möglich.

Sprechen Sie uns an! Telefon: (021 66) 399 77-0
bewerbung@lebenshilfe-mg.de · www.lebenshilfe-mg.de

elektro jansen GmbH
Electronic Services

Elektro-Anlagenbau, Beleuchtungsanlagen
Brandmelde- und Alarmanlagen
Kommunikations- und Datentechnik
Postfach 13 60 | 52517 Heinsberg
Richard-Wagner-Straße 2 | 52525 Heinsberg
Telefon (024 52) 977 03-0 | Fax (024 52) 977 03-50
info@ej-online.de | www.ej-online.de

IMPRESSUM SEITE 1

- Herausgeber: Lebenshilfe Mönchengladbach e.V., Bödikerstraße 74, 41238 Mönchengladbach, Telefon: (0 21 66) 3 99 77-0
- Redaktion: Dr. Kerstin Adolf-Wright, Klaus Schormann, Damiano Moia, Ralph Bemba, Nicole Reetz, Selina Brinkmann
- Presserechtlich verantwortlich: Robert Jansen, 1. Vorstandsvorsitzender
- Teilaufgabe: 10 000 Exemplare
www.lebenshilfe-mg.de



„Die Menschen müssen eine Aufgabe haben“

Franz Müntefering war 33 Jahre als Abgeordneter im Deutschen Bundestag in der aktiven Politik tätig. Auch heute noch ist der 80-Jährige gesellschaftspolitisch sehr engagiert – vor allem rund um das Thema „Älter werden in dieser Zeit“, zu dem der ehemalige Vizekanzler 2019 ein Buch veröffentlicht hat. Mit dem Lebenshilfe Journal sprach der gebürtige Sauerländer über die Wichtigkeit, auch im Alter am Ball zu bleiben.



Gut drauf: der ehemalige Vizekanzler Franz Müntefering im Interview bei der Lebenshilfe Herne
Fotos (3): Weiße

Lebenshilfe Journal: Sie schreiben in Ihrem Buch „Unterwegs: Älterwerden in dieser Zeit“, dass Dinge gestaltbar sind, abhängig von der Bereitschaft zum Engagement und vom Mut zum Handeln. Was ist für Sie die zentrale Botschaft?

Franz Müntefering: Die drei Ls sind mir wichtig: Laufen, Lernen, Lachen. In Bewegung und miteinander in Kontakt bleiben. Ein Viertel der Bevölkerung ist über 60. Es kommt darauf an, dass das Leben noch lebenswert ist. Wie funktioniert das Älterwerden in dieser Zeit. Manchmal verbindet sich das Älterwerden mit der Behinderung. Es ist nicht egal, wie Menschen älter werden, sondern es ist ganz wichtig für ihr eigenes Leben, ein gutes Alter zu haben und mit anderen Menschen in Kontakt zu sein. Da kann jeder Einzelne zu beitragen.

Lebenshilfe Journal: Wie kann das erreicht werden?

Franz Müntefering: Die Menschen müssen eine Aufgabe haben, sie sollten einen Sinn in ihrem Leben sehen. Mit dem Kopf darf man nicht zu früh aufgeben. Keiner ist gegen Demenz gefeit. Es hängt auch vom Lebensstil ab, von der Art, wie man lebt. Hirnforscher Gerald Hüther beschreibt in seinem Buch ausführlich einen Test, der mit Nonnen gemacht wurde. Dabei kam heraus, dass Einsiedler seltener demenz werden. Nach dem Tod der Nonnen wurde ihr Gehirn untersucht. Die Untersuchung lief

über zwei Jahrzehnte. Das Gehirn war genauso verformt, wie bei allen anderen, es konnte aber keine Erkrankung festgestellt werden. Das liegt laut Hüther an zwei Dingen: Die Nonnen haben eine Aufgabe, alle stehen um 5 Uhr auf und arbeiten. Und sehen durch ihren Glauben einen Sinn im Leben.

Das Interessante dabei ist, dass sich im Gehirn neue Wege bahnen können, anders als bei Muskeln, die im Alter weniger werden. Es findet sich neue Umwege. Es gibt ein schönes Sprichwort, das wir Alten immer sagen: Wir sind nicht mehr so schnell

wie die Jungen, aber wir kennen die Abkürzungen. Das ist kein Versprechen, dass man Demenz verhindern kann. Gerald Hüther sagt, es kommt auf den Lebensstil an. Man sollte zugange bleiben. Bei mir konzentriert sich alles auf das Thema Älterwerden in dieser Zeit. In diesem Thema sind alle Aspekte enthalten.



Lebenshilfe Journal: Auch Menschen mit Behinderung wollen so lange wie möglich am gesellschaftlichen Leben teilhaben und nicht vereinsamen. Was denken Sie dazu?

Franz Müntefering: Ja, für alle Menschen ist Mobilität besonders wichtig. Dazu bin ich unterwegs und überlege, wie man die verbessern kann. Das sollte in der Wohnung anfangen. Wir hatten 2019 in Deutschland mehr als doppelt so viele Todesfälle durch Stürze in der Wohnung als im Straßenverkehr. Die Tür zum Bad ist zu schmal, der Rollator passt nicht rein, die Leute fallen, liegen hinter der Tür, die nach innen aufgeht. Die Badewanne ist die Falle Nummer eins. Am besten schafft man sich eine ebenerdige Sitzdusche an.

Auch Wendeltreppen, die an der Außenseite kein Geländer haben, sind gefährlich. Der dickste Hammer ist der Teppich. „Wir haben den schönsten Teppich überhaupt, der bleibt.“ Der kann ja bleiben, aber nagelt ihn an die Wand. Auch in der Stadt gibt es Stolperstellen für Senioren, die beseitigt werden sollten. Das Thema Mobilität stellt ein großes Problem dar, z.B. wenn es um Führerscheine von Männern geht. Es ist nicht so leicht sich einzugestehen, dass man eigentlich nicht mehr fahren kann. Zwei Beispiele. Papa war demenz. Papa dürfte eigentlich kein Auto mehr fahren. Das akzeptierte er nicht. Bei dem einen Ehepaar konnte die Frau fahren, bei dem anderen nicht. Das nächste Geschäft war drei bis vier Kilometer entfernt. „Was macht ihr denn jetzt?“ „Ich setze mich vorne daneben und er fährt langsam.“ Das geht so nicht. Aber den Führerschein freiwillig abgeben, ist eben auch nicht so leicht. Dann aber vernünftig. Und Einkaufen ist ein Kulturgut. Ich habe genug Zeit, jetzt in Herne mal in die Geschäfte zu gehen. Morgens

um 11 Uhr und nachmittags um 16 Uhr lohnt sich das am meisten. Da stehen Grüppchen zusammen und erzählen über alles. Das ist klassischer Markt. Und das ist ein wichtiger Austausch. Ein weiteres Problem sind die Bus- und Bahnverbindungen im ländlichen Raum. Da gibt es große Lücken. In kleinen Orten gibt es die Bürgerbusse, die Senioren nutzen können, um von A nach B zu kommen. Ich habe mir das in Unkel mal angeschaut. Das ist eine tolle Sache. **Lebenshilfe Journal:** Vermissen Sie manchmal die aktive Politik, nicht mehr aktiv ins Geschehen eingreifen zu können?



Franz Müntefering: Ich würde nicht sagen, dass ich keine Politik mehr mache. Denn das ist ein Missverständnis von Politik. Meistens wird Politik verstanden als etwas staatlich Verfasstes. Aber was Lebenshilfe und ich machen, ist beides Gesellschaftspolitik. Gesetze machen ist das eine, die konkrete Umsetzung in den Kommunen das andere. vw

Kreativ und zauberhaft

Literarischer Wandkalender mit dem Titel „Mein Schatten springt vor Freude“ für 2021 entführt in eine andere Welt

Licht
Im Lichte bin ich,
wenn ich mich vor niemandem
kleiner mache, als ich bin.
Im Lichte bin ich,
wenn ich mich so nehme, wie ich bin.

Im Lichte stehe ich,
wenn ich helle in der Birne bin.
Im Lichte stehe ich,
wenn ich was kann,
weil ich wer bin.

Im hellen Licht bin ich,
wenn ich aus
dem Schatten trete.
(Gedicht von Bastian Nowak)

Erhellende Sprachspielereien stehen neben nachdenklich stimmenden Texten über dunkle Zeiten im Leben, heitere Gedichte über Ratten im Schatten neben kritischen Gedanken zu Mitmenschlichkeit, ein Appell gegen nächtliche Naturzerstörung neben einem Märchen über Dornröschen im Corona-Schlaf.

Der 2010 gegründete Verein „Die Wortfinder e.V.“ fördert unter anderem kreatives Schreiben von Menschen mit einer geistigen Behinderung.

„An diesen Personenkreis richtet sich auch unser jährlicher Literaturwettbewerb. Aufgrund der Corona-Pandemie haben wir uns 2020 dazu entschieden, die Zielgruppe auf alle Menschen mit Behinderung auszuweiten. So konnten wir in dieser herausfordernden, an sozialen Kontakten oft armen Zeit vielen Menschen die Möglichkeit geben, ihre Gedanken zu äußern. Das Thema des Wettbewerbs war „Licht & Schatten, Hell & Dunkel, Tag & Nacht“, sagt Wortfinder-Gründerin Sabine Feldwieser, die auch Fortbildungen zum Thema „Schreiben für Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung“ anbietet.

Mehr als 500 Autoren aus Deutschland, Österreich und der Schweiz hatten ihre Texte eingereicht. Eine fünf-köpfige fachkundige Jury wählte aus den etwa 1000 eingereichten Beiträgen die Preisträger aus. Die Texte der Preisträger sind im literarischen Wandkalender mit dem Titel „Mein Schatten springt vor Freude“ für 2021 erschienen und zaubern ein Leuchten ins Gesicht. Infos und Bestellung über www.diewortfinder.com vw



Herzensangelegenheit Lebenshilfe

Nachruf auf Eva Zobel, die jahrzehntelang für die Lebenshilfe im Einsatz war

Auf die Bildungsangebote für Menschen mit Behinderung kommt es an. Das war Eva Zobel in ihrer Zeit als Vorsitzende der Lebenshilfe Bildung NRW gGmbH von 2002 bis Ende 2017 sehr wichtig. Die Kölnerin selbst hatte vier Söhne, von denen einer mit einer schweren Mehrfachbehinderung geboren wurde. Eva Zobel ist im November 2020 überraschend im Alter von 69 Jahren verstorben.



Eva Zobel (2.v.re.) bei der Landesdelegiertenversammlung der Lebenshilfe NRW 2008 in Solingen
Foto: LH NRW

Eva Zobel engagierte sich mehrere Jahrzehnte für die Lebenshilfe in NRW: als langjährige Vorsitzende der Lebenshilfe Köln e.V. und viele Jahre im Landesverband Lebenshilfe NRW e.V. Auch an Redaktionskonferenzen des Lebenshilfe Journals nahm die ausgebildete Ergotherapeutin als Elternvertreterin teil und brachte sich ein. Kurz nach der Geburt ihres Sohnes mit einer schweren Mehrfachbehinderung trat Eva Zobel in die Lebenshilfe Köln ein und engagierte sich dort auf vielfältige Art und Weise. 1987 wurde sie in den Vorstand der Lebenshilfe Köln gewählt und war

von 1997 bis 2009 deren Vorsitzende, 1997 ging es für sie in den Landesbeirat des Landesverbands der Lebenshilfe NRW, wo sie den Landesvorstand beriet und an verbandspolitischen Fragen und Stellungnahmen mitwirkte. Im Jahr 2000 wurde Eva Zobel in den Landesvorstand gewählt, dem sie bis 2013 angehörte.

Förderung der Teilhabe

Mit ihrer Amtszeit ist der Ausbau der „Offenen Hilfen“ in Köln eng verbunden. Auch die Förderung

der Teilhabe von Menschen mit Behinderung innerhalb des Vereinslebens der Lebenshilfe Köln und in allen Gesellschaftsbereichen war ihr eine Herzensangelegenheit. Sie wirkte neben ihrer Tätigkeit im Landesvorstand darüber hinaus sechs Jahre lang im Landesausschuss Arbeit des Landesverbands Lebenshilfe NRW mit, nachdem sie zuvor drei Jahre lang im Landesausschuss Kindheit und Jugend mitarbeitete. Die Lebenshilfe NRW trauert um Eva Zobel und wird sich immer an ihr engagiertes Handeln erinnern. pp/lvw

Besondere Bank mit eindeutiger Botschaft

Bitte einmal Platz nehmen und besondere Einblicke in die Lebenswelt des Gegenübers erhalten

Eine neue Parkbank, die rechts keine Sitzfläche hat und die auf der Rückenlehne die Aufschrift trägt: „Kein Platz für Ausgrenzung“. So lautet auch das Motto eines Projekts im Rahmen von „Kultur ohne Barrieren“ in der Lebenshilfe Heinsberg. Die besondere Bank mit der eindeutigen Botschaft wird in der Schreinerei der DeinWerk gGmbH, Werkstatt für Menschen mit psychischer Behinderung in Oberbruch, hergestellt.

Die Bank wird durch Unterstützung des Kreises Heinsberg und des Landesförderprojekts „NRW Welt-offen“ momentan kostenlos an 20 Schulen im Kreis Heinsberg verteilt und soll als Raumobjekt und Diskussionsgrundlage dienen, um sich mit der Lebenswelt der Mitmenschen auseinanderzusetzen. „Wir arbeiten mit politischen Kursen, Demokratie-AGs oder Kunstklassen zusammen und bieten den Schülern den Austausch mit Menschen mit Behinderung an, um Einblicke in das Leben des Gegenübers zu erhalten“, sagt Projektleiter Georg Kohlen.

„Aufgrund von Corona werden wir diese Diskussionen zunächst durch Videokonferenzen mit den Schülern realisieren. Zudem wollen wir jeder Kommune des Kreises eine Bank offiziell überreichen.“ Parallel fand eine Fotoaktion mit Menschen aus der Region statt, die aufgrund ihrer Arbeit oder ihrer Lebenssituation entweder nicht im Mittelpunkt der Gesellschaft stehen oder besondere Verantwortung für die Gesellschaft haben.

60-seitiger Bildband geplant

Eine Projektgruppe der Lebenshilfe Heinsberg reiste mit dem Kölner Fotografen Matthias Jung durch den Kreis Heinsberg und



Heinz Küppers-Schilling alias Travestiekünstlerin Henriette von Küppersbusch. Sein Statement: „Hinter jeder Maske steckt ein Mensch.“



Landrat Stephan Pusch, Schirmherr der Fotoaktion: „Das Medikament heißt Solidarität und nicht Ausgrenzung.“



Zirkus Regenbogen: „Ausgrenzung zeigt Angst vor dem Fremden. Diese Reaktion erleben auch Familien wie wir, die berufsbedingt immer auf Reisen sind.“
Fotos (4): Matthias Jung



Schüler des Carolus-Magnus-Gymnasiums in Übach-Palenberg während der Videokonferenz mit einem inklusiven Team der Lebenshilfe Heinsberg

ging der Frage nach, wie und wo Ausgrenzung stattfindet. Völlig unterschiedliche Menschen wurden gebeten, auf der Bank Platz zu nehmen und sich ablichten zu lassen: Menschen mit und ohne Behinderung, ein Ehepaar im Hospiz, eine Zirkusfamilie, ein Flücht-

ling, eine Kundin der Tafel, ein Bestatter und viele mehr werden in einem 60-seitigen Bildband vorgestellt und sind gleichzeitig mit einem kurzen Statement zum Thema vertreten. Die dort gesammelten Aussagen sind klare Bekenntnisse gegen Vorurteile, Ablehnung und

Ausgrenzung. Sie geben Einblicke in die vielfältigen kleinen und großen Welten der Region. Die Publikation wird voraussichtlich im Januar 2021 erscheinen. Außerdem ist eine Wanderausstellung mit Großfotos geplant. Ein Film über das Projekt ist auf youtube abrufbar:

<https://youtu.be/FXxNKp9d9qU>. Die Bank ist käuflich erwerbbar, ca. 180cm lang, aus wetterfestem, geöltem Lärchenholz. Selbstkostenpreis 350 Euro (inkl. MwSt., zzgl. 50 Euro Versand). Mehr Infos unter <https://www.lebenshilfe-heinsberg.de/>

Gesichtsmaske und Haarseife

In den Werkstätten der Lebenshilfe werden diverse Aufträge erledigt

Geschäftiges Arbeiten in den Werkstätten der Lebenshilfe Wuppertal: Viele unterschiedliche Aufträge werden hier von den Mitarbeitern erledigt. Für jeden gibt es dabei eine geeignete Aufgabe, die den individuellen Fähigkeiten angemessen ist, fördert und das Gefühl vermittelt, gebraucht zu werden – das ist ein gutes Gefühl.

Die V-Car-Tech GmbH, ein Unternehmen der Vorwerk & Sohn Gruppe, lässt in der Lebenshilfe-Werkstatt an der Hauptstraße einen Mund-Nasen-Schutz aus einem transparenten Elastomer verkaufsfertig verpacken. Der Clou der Maske: Sie ist wiederverwendbar und das Gesicht ist zu sehen. Doch bevor die Schutzmaske in den Verkauf kommt, müssen die Mitarbeiter die Filter der Maske aus dem bereitgestellten Material ausstanzen und das Kopfband konfektionieren. Für jedes Verkaufsprodukt werden Filter und Ersatzfilter abgezählt und die Bedienungsanleitung hinzugefügt, bevor die Produkte nach nochmaliger Kontrolle verpackt werden. Acht Mitarbeiter sind durch diesen Auftrag beschäftigt.

Desweiteren werden in der Werkstatt an der Hauptstraße etwa 200 Artikel rund um das Aquarium für



Michael Decker verpackt den Mund-Nasen-Schutz in der Lebenshilfe-Werkstatt.
Foto: Stefan Finke

die Firma Mako GmbH verpackt. Das sind beispielsweise Glasbehälter für Wasserpflanzen oder Blasenähler, die die CO₂-Zufuhr überwachen. Damit die Produkte sicher und geschützt sind, werden sie auf geeignetem Karton mit Folie als Vakuum und dann bruchstabil verpackt. „Wir haben uns zusammen mit unserem Kunden sehr gut überlegt, wie wir diese Produkte am besten verpacken“, berichtet Werkstattleiter Rainer Speker. Das habe das Unternehmen überzeugt, den Auftrag an die Lebenshilfe zu verge-

ben. In der Seifenwerkstatt an der Heidestraße duftet es nach frischer Meeresbrise, wenn die Mitarbeiter die neue Haarseife der Lebenshilfe herstellen. Haare waschen ohne Shampoo aus Plastikflaschen – das steckt hinter der Idee der dezent duftenden Haarseife für Mann und Frau. Die 50-Gramm-Blockseife besteht aus 70 Prozent Oliven- und 30 Prozent Kokosöl. Außerdem hat das Produkt einen Conditioner inklusive und garantiert damit leichtes Kämmen. Verpackt in einem plastikfreien Jute-Beutel kostet die vegane Seife 3,60 Euro. al



Die neue umweltfreundliche Haarseife der Lebenshilfe Wuppertal
Foto: Stephanie Ramsel

Pionier der Inklusion

Nachruf auf Lebenshilfe-Urgestein Horst Bessel

Er war Gründungsmitglied der Lebenshilfe Kreis Viersen und ihr langjähriger Vorsitzender. Bis heute wurden insgesamt mehr als 1500 neue Mitglieder in den Verein aufgenommen. Aktuell hat der Verein mehr als 700 Mitglieder und ist damit einer der erfolgreichsten innerhalb der Bundesvereinigung Lebenshilfe. Ohne das unermüdete und nachhaltige Engagement von Horst Bessel wäre dieser Erfolg unmöglich gewesen.



Horst Bessel Foto: privat

„Sein herausragender Einsatz für die Lebenshilfe Kreis Viersen e.V. war wegweisend. Als Pionier, im Einsatz für die Belange von Menschen mit geistiger Behinderung und deren Angehörigen, und als Antreiber der Inklusion, sind ihm viele junge Eltern unendlich dankbar“, sagte Michael Behrendt, Geschäftsführer der Lebenshilfe Kreis Viersen. Im August 2020 ist Horst Bessel nach schwerer Erkrankung im Alter von 89 Jahren verstorben.

Insbesondere seinem Engagement ist es zu verdanken, dass die erste Wohnstätte der Lebenshilfe auf der Bergstraße in Süchteln errichtet wurde. Diese bildet bis heute den Kern des Lebenshilfe-Wohnangebots im Kreis Viersen und diente als Beispiel für alle folgenden Häuser. Diese Wohnstätten

sind immer mitten in den Ortschaften und mitten in der jeweiligen Gemeinde fest verankert.

Und dieser Prozess der Inklusion wird von den Menschen im Vorstand, die durch Horst Bessel für die Sache begeistert wurden, weiter fortgeführt. So haben mittlerweile mehr als 370 Menschen eine Heimat in unterschiedlichen Wohnformen gefunden. Zum Spatenstich oder zur Grundsteinlegung hatte Horst Bessel eine Grundsteinurkunde erstellt und Wünsche von zukünftigen Bewohnern und Mitgliedern gesammelt. Gemeinsam mit den Hausgrundrissen wurden sie im Grundstein einbetoniert. Nur eine von vielen schönen Geschichten, die von Horst Bessel in Erinnerung bleiben werden. cr/ww

Selbstbewusst auf dem Weg zum Bürgermeister

Mit dem Projekt „Viersen für Alle“ Barrieren abbauen / Menschen mit Behinderung als Experten unterwegs

Das sind wir!“ Eva Lipka hält Kempens damaligen Bürgermeister Volker Rübo beim Stadtfest in Kempen ihr Handy hin und zeigt ihm, was sie mit dem Projekt „Viersen für Alle“ auf Instagram umsetzt. „Ich war sehr aufgeregt, auf den Bürgermeister zuzugehen und ihn anzusprechen. Ich habe ihn gefragt, ob er ‚Viersen für Alle‘ kennt“, sagt die 28-Jährige.

Mutig und selbstbewusst ist Eva Lipka durch „Viersen für Alle“, ein Projekt der Lebenshilfe Kreis Viersen, geworden. Gemeinsam mit Projektleiter André Sole-Bergers und vier weiteren Menschen mit Behinderung, die als Experten dabei sind, wurde in den vergangenen zwei Jahren mehr Teilhabe für Menschen im Kreis Viersen erreicht. Dabei sind die Experten in der Stadt unterwegs und schauen, wo Barrieren für Menschen mit Behinderung bestehen. „Die größte Hürde sind Barrieren im Kopf. Wenn die verändert werden, ändert sich auch die Haltung“, sagt André Sole-Bergers.

Mit jungen Menschen in Kontakt kommen

Genau deshalb hat das Team den Instagram-Kanal „Viersen für Alle“ aufgebaut. „Viele junge Leute sind dort unterwegs und es gibt die Gelegenheit, mit jungen Menschen in Kontakt zu kommen und so schon früh mögliche Barrieren in den Köpfen abzubauen.“ André Sole-Bergers fotografiert selbst und dreht die Videos, die dann auf



Hammans Freizeit hat ein tolles neues Boot im Programm.

Fotos (3): André Sole-Bergers

dem Instagram-Kanal zu sehen sind. Rausgehen, mit den Leuten sprechen, Kooperationen eingehen, Dinge verändern. Ein einfaches Prinzip, dass das Team von „Viersen für



Engagiertes Team

Alle“ perfekt umsetzt. Bestes Beispiel ist „die Klingel“. Geschäfte aus dem Kreis Viersen, die eine Treppe im Eingangsbereich haben, können kostenlos eine Klingel bekommen. Menschen im Rollstuhl, Eltern mit Kinderwagen oder Menschen mit einer Sehbehinderung machen sich mit dieser Funkklingel vor einem Geschäft mit Barriere bemerkbar und erhalten Unterstützung.

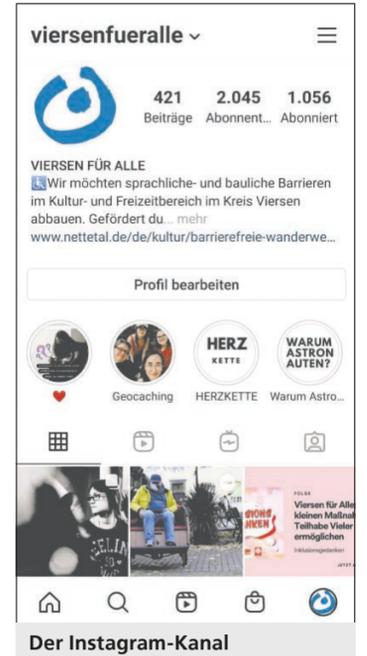
Auch der Kontakt zu Hammans Freizeit in Süchteln war erfolgreich. Geschäftsführer Adolf Hammans verleiht neben Booten und Fahrrädern mittlerweile auch ein Rollfiets,

ein Rad für Rollstuhlfahrer, und ein Boot für Menschen mit Behinderung. Außerdem wird Bogenschießen für Rollstuhlfahrer angeboten. Über die Erfolge wird auf Instagram berichtet.

„Wir wollen mitreißen“

Neben Freizeitangeboten und Geschäften bestehen Kooperationen mit Unternehmen, der VHS, der Stadtbücherei und Schulen: „Am besten finde ich es, wenn wir in der Schule sind und den Schülern erklären, was Inklusion bedeutet“,

sagt Eva Lipka. Seit August 2020 läuft eine Kooperation mit der Rupert-Neudeck-Gesamtschule in Tönisvorst. André Sole-Bergers: „20 Schüler haben sich für unser Projekt „Viersen für Alle“ entschieden. Das ist toll.“ Über Bilder, Videos, Zitate kommen Menschen mit Behinderung bei Instagram zu Wort. „Wir wollen mitreißen. Die Ideen, die wir haben, sind leicht umzusetzen. Junge Menschen kommen nicht über Google zu einem Träger, sondern lassen sich bei Instagram inspirieren und sehen, was die bei ‚Viersen für Alle‘ machen, ist cool.“ **vw**



Der Instagram-Kanal

Großes Gewinnspiel

Gewinnen Sie eine Reise ins Wanderparadies Surselva in Graubünden in der Schweiz

Das Wanderparadies am Rhein: Mit mehr als 1200 Kilometern gut ausgeschilderten Wanderwegen und -pfaden, einer Vielzahl an Themenwegen und zahlreichen weiteren Wandererlebnissen sowie Handy-Safari ist die Surselva in Graubünden in der Schweiz zwischen der Rheinquelle und der Rheinschlucht ein besonderes Wandererlebnis.

Von gemütlich leichten Wanderungen, über ausgedehnte Trekking-Touren bis hin zum Weitwandern – in der faszinierenden Berg- und Naturlandschaft ist alles möglich.

Ab der kommenden Wandersaison bietet die Surselva einen einzigartigen Service. Wanderer können moderne und funktionale Wanderausrüstung im Best of Wandern-Testcenter in der Touristinfo in Obersaxen kostenlos für einen Tag ausleihen. Von Schneeschuhen, Rucksäcken, Kindertragen, Ferngläsern über Wanderja-

cken, Trekkingstöcke, Wanderstab Gemse bis hin zu Spikes und einem Outdoor-Minirock Warmini. Alle Infos unter www.best-of-wandern.de

Die Alpenlodge Val Gronda im Herzen von Obersaxen

In der Nähe des Best of Wandern-Testcenters liegt die Alpenlodge Val Gronda, umgeben von einer atemberaubend schönen und unberührten Landschaft im Herzen



Gemütliche Atmosphäre: die Alpenlodge-Kaminbar



Val Frisal

Foto: Surselva Tourismus AG

Gewinnen Sie zwei Übernachtungen für zwei Personen in der Juniorsuite inklusive Halbpension (Frühstück und Drei-Gänge-Menü-Dinner) in der Alpenlodge Val Gronda Obersaxen. Der Gutschein beinhaltet darüber hinaus einen Tag freien Eintritt in den Wellnessbereich, ein Begrüßungsgetränk am Anreisetag sowie einen kostenlosen Parkplatz. Der Gutschein hat einen Gesamtwert von ca. 640 Euro, je nach Saison.

Senden Sie uns eine E-Mail mit dem Betreff „Gewinnspiel Surselva Graubünden“ bis 13. April 2021 an gewinnspiel@lebenshilfe-nrw.de oder eine Karte/Brief per Post an Lebenshilfe NRW, Kennwort: „Gewinnspiel Surselva Graubünden“, Abtstraße 21, 50354 Hürth. Der Gewinner wird nach Ende des Einsendeschlusses unter allen Einsendungen gezogen und per Post informiert. Ausgeschlossen vom Gewinnspiel sind alle Mitarbeiter der Lebenshilfe NRW und der Orts- und Kreisvereinigungen. **vw**

von Obersaxen. In den 22 gemütlich eingerichteten Zimmern, Suiten und Ferienwohnungen und dem 1000 m² großen Spa- und Wellnessbereich kann man die Seele baumeln lassen und vom Alltag abschalten. Am Abend empfängt der Küchenchef des Hauses die Gäste mit seinem Team in den gemütlichen „Walserstuben“. Die abwechslungsreiche Speisekarte bietet lokale sowie internationale Köstlichkeiten, gefolgt von einem Digestiv an der Kaminbar.



Die Alpenlodge-Junior-Suite

Fotos (2): Alpenlodge Val Gronda

Hohe Priorität

Die ersten Impfungen gegen das Coronavirus laufen seit Ende Dezember in den Alten- und Pflegeeinrichtungen. In einer Rechtsverordnung des Bundesgesundheitsministeriums wurde nun festgelegt, welche Risikogruppen wann mit dem Covid-19-Impfstoff geimpft werden. Menschen mit geistiger Behinderung sowie Personen mit Trisomie 21 sind – unabhängig von der Wohnform, in der sie leben – in der zweiten Prioritätsstufe (hohe Priorität) aufgeführt. Informationen in Leichter Sprache zum Impfen gibt es unter <https://www.lebenshilfe.de/index.php?id=764>

Gewinnerin Räuberland

Über zwei Übernachtungen mit Halbpension im Doppelzimmer im Wert von 350 Euro darf sich Gabriele Lutomski aus Herne freuen. Die Lebenshilfe Journal-Redaktion gratuliert der Gewinnerin sehr herzlich. Der Gutschein wird per Post zugestellt. Zu diesem Zweck werden Ihre Adressdaten einmalig dem Hotel/der Region zum Versand übermittelt.

IHRE ANSPRECHPARTNER

Die Kontaktdaten der Ansprechpartner der Lebenshilfe vor Ort finden Sie auf der Titelseite.

IMPRESSUM SEITE 2 – 4

- **Herausgeber:** Lebenshilfe NRW e. V., Abtstraße 21, 50354 Hürth, Telefon: (0 22 33) 93 24 50, E-Mail: wse@lebenshilfe-nrw.de, www.lebenshilfe-nrw.de
- **Presserechtlich verantwortlich:** Bärbel Brüning, Landesgeschäftsführerin
- **Redaktion, Vertrieb und Partnerakquise:** Verena Weiße, Redakteurin Philipp Peters, PR-Referent
- **Satz und Druck:** Heider Druck GmbH, Paffrather Straße 102-116, 51465 Bergisch Gladbach
- **Gesamtauflage:** 204 750 Exemplare