



Natur erleben, den Sommer genießen!



Beim Picknick auf einer Lichtung ließen sich die Ausflügler der Lebenshilfe Kronach selbstgesammelte Waldkräuter schmecken.

Foto: Lebenshilfe Kronach e.V.

Liebe Leserin, lieber Leser!

Zuhören und sich ein eigenes Bild machen. Das kann unser Bundespräsident. Im April lud er Natalie Dedreux und Sebastian Urbanski, zwei Menschen mit Down-Syndrom, zu einem Gespräch ins Schloss Bellevue ein, zu dritt – unter sechs Augen. Auf Seite 4 berichten wir darüber.

Menschen mit geistiger Behinderung wissen – wie wir alle – selbst am besten, was sie möchten, was ihnen gut tut. Sei es der Spaziergang durch den Wald. Oder sei es ihr Einsatz für Anerkennung. Wir nennen diese Menschen, die sich engagieren, die sich kümmern „Selbstvertreter“. Und stärken sie, ihren Weg zu gehen.

Bitte unterstützen Sie uns dabei!
Vielen Dank!

Ulla Schmidt,
Bundesvorsitzende der
Lebenshilfe

Mit allen Sinnen

Die Ruhe des Waldes übertrug sich in kurzer Zeit auf die Gruppe der Lebenshilfe Kronach. Mit allen Sinnen erlebten die erwachsenen Frauen und Männer mit Behinderung die Natur: Das Rauschen der Blätter, das Gezwitscher der Vögel, das Plätschern des Baches.

Der Natur- und Entspannungstrainer, der die Gruppe begleitete, lenkte die Aufmerksamkeit immer wieder auf schöne Entdeckungen im Wald. Das kühle Nass des Baches wurde genauso erforscht wie das Gras unter den Füßen beim Barfuß-Spaziergang. Und beim abschließenden Picknick ließen sich die Naturfreunde selbstgesammelte Waldkräuter schmecken.

Der Naturspaziergang gehört zum vielfältigen Freizeitangebot, das die Lebenshilfe Kronach Menschen mit Behinderung jeden Alters anbietet. „Großen Wert legen wir auf Gesundheit und Ernährung“, so Sebastian Spichal, der bei der Lebenshilfe Kronach die Freizeitangebote organisiert.

Solche Aktivitäten gehören zum festen Bestandteil der Angebote der 500 regionalen Lebenshilfe-Vereinigungen und erfreuen sich großer Beliebtheit.



Selbstvertretung

Na klar.

Unser Thema 2019! Mehr auf S. 2 und 3

www.lebenshilfe.de

♥ Aus dem Leben

Selbstvertretung Na klar!



Sie trifft die wichtigen Entscheidungen.

Ramona Günther ist in einer Werkstatt für behinderte Menschen beschäftigt. Im Bundesvorstand der Lebenshilfe vertritt sie die Sichtweise der Menschen mit Beeinträchtigung. Sie bestimmt mit, wie der Verband mit seinen fast 130.000 Mitgliedern arbeiten soll.



Er ist kein Zuschauer, er ist Hauptfigur.

Sebastian Urbanski ist Schauspieler und hat das Down-Syndrom. Er spricht für Menschen mit Beeinträchtigung. Dort, wo es viele hören: im Radio, im Fernsehen, auf Veranstaltungen. Und im Bundestag.



Er wird jeden Tag um Rat gefragt.

Sascha Ubrig hat eine geistige Beeinträchtigung und arbeitet als Interessenvertreter in der Lebenshilfe Berlin. Kollegen und Chefs, Verbände und Parteien fragen ihn: Wie kann man die Mitbestimmung von behinderten Menschen stärken?



Er spricht Klartext – für sich und andere.

Paraskevas Evthimiou arbeitet als Kundenbefragter. Er fragt Menschen mit Beeinträchtigung: Wie bewerten sie die Einrichtungen, in denen sie leben? Was soll sich dort verändern? Auch in seiner Freizeit engagiert sich Paraskevas für die Rechte von behinderten Menschen.



Sie will, dass alle ihr Ziel erreichen.

Christiane Hagen arbeitet in einer Werkstatt für behinderte Menschen. In ihrer Freizeit macht sie Lokalpolitik im Ortsvorstand ihrer Partei. Sie setzt sich für die Barrierefreiheit von Bussen und Bahnen ein.

Stark machen!

Selbstvertretung – Na klar. Die Lebenshilfe hat das Jahr 2019 unter dieses Motto gestellt, um die Selbstvertretung von Menschen mit geistiger Behinderung weiter zu stärken.

Denn trotz vieler guter Erfahrungen, von denen auf diesen Seiten berichtet wird, ist Selbstvertretung für behinderte Menschen noch keine Selbstverständlichkeit. Dabei haben sie natürlich eigene Vorstellungen davon, wie sie leben und wo sie wohnen und arbeiten möchten.

Mehr als 10.000 Menschen mit geistiger Behinderung sind bereits als Mitglieder in der Lebenshilfe aktiv und vertreten dort selbst ihre Anliegen. Für sich und für viele andere Menschen mit Behinderung. In den meisten Werkstätten und Wohnrichtungen für Menschen mit Behinderung gibt es inzwischen Selbstvertretungen.

Natürlich wissen auch Menschen mit Behinderung selbst am besten, wie sie leben möchten. Und: Gehört und ernst genommen zu werden, stärkt das Selbstbewusstsein.

Die Ursprünge

In den USA taten sich in den 60er Jahren Menschen mit Beeinträchtigung zusammen, um für sich selbst zu sprechen. In Deutschland nahmen Menschen mit Körper- und Sinnesbeeinträchtigung in den 70er Jahren die Idee auf: Sie drehten die abschätzigen Worte, die ihnen immer noch entgegenschlugen, selbstbewusst in ihrem Sinn um und nannten sich die „Krüppelbewegung“.

Für Menschen mit geistiger Behinderung in Deutschland ist Selbstvertretung seit der Mitte der 90er Jahre ein Thema – mit Unterstützung durch die Lebenshilfe!

Heute gibt es viele positive Erfahrungen. Selbstvertretung macht Schule. Doch ist Selbstvertretung bei diesem Personenkreis noch immer nicht überall selbstverständlich.

Als Schwerpunkt des Jahres 2019 stärkt die Lebenshilfe die Selbstvertretung von Menschen mit geistiger Behinderung.

Zu Wort kommen

Selbst zu Wort kommen! In fünf kleinen Lebenshilfe-Filmen stellen sich die Selbstvertreterinnen und Selbstvertreter vor und berichten von ihrem Einsatz.

Alle Videos



Jetzt auf www.lebenshilfe.de/selbstvertretung

Die Lebenshilfe lädt dazu ein, dass noch mehr Menschen mit Behinderung sich mit eigenen Videos „zu Wort melden“ und gute Beispiele für Selbstvertretung einreichen. Die Videos werden auf der Lebenshilfe-Seite im Internet und in den Sozialen Medien der Bundesvereinigung Lebenshilfe gezeigt.

Drei gute Gründe

Selbstvertretung macht persönlich stark.

Wer für sich selbst spricht, wird unabhängiger und freier. Die eigenen Interessen und die anderer Menschen zu vertreten, das macht stolz und selbstbewusst. Selbstvertretung ist auch oft ein Abenteuer – lassen Sie es sich nicht entgehen.

Selbstvertretung ist wirksam.

Menschen mit Behinderung sprechen aus eigener Erfahrung, wenn es um sie und die Interessen anderer Menschen mit Beeinträchtigung geht. Selbstvertretung ist überzeugend in der Öffentlichkeit und im Austausch mit Behörden und der Politik.

Selbstvertretung ist Demokratie.

Stellen Sie sich vor, die Stimme einer ganzen wichtigen Bevölkerungsgruppe – der Menschen mit Beeinträchtigung – würde in der Gesellschaft nicht gehört oder immer nur vermittelt, über andere. Entspräche das der Idee von Gleichheit, Freiheit und Gerechtigkeit? Nein! Also: Selbstvertreter stärken unsere Demokratie!

Mit uns rechnen

Vom 29. bis 31. August 2019 lädt die Bundesvereinigung Lebenshilfe zum Kongress „Mit uns ist zu rechnen! Selbst-Vertreter stärken sich!“ nach Leipzig ein. In zahlreichen Arbeitsgruppen werden sich Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Behinderung zur Stärkung der Selbstvertretung austauschen, zum Beispiel für die Bereiche Wohnen und Arbeit. Praktische Tipps gibt es dazu, wie Selbstvertretung funktionieren kann, nach dem Motto: „Wie werde ich Experte in eigener Sache?“ Pioniere der Selbstvertretung geben ihre Erfahrungen weiter: „So werde ich stark!“.

Der Kongress und die Kampagne werden im Rahmen der Selbsthilfe-Förderung von der BARMER sowie von Aktion Mensch gefördert.

Bundesweit setzt sich die Lebenshilfe in diesem Jahr dafür ein, die Selbstvertretung von Menschen mit geistiger Behinderung zu stärken. In der Lebenshilfe-Kampagne „Selbstvertretung – Na klar.“ berichten Menschen mit Behinderung von ihren Erfahrungen als Selbstvertreter.

Weitere Informationen auf: www.lebenshilfe.de/selbstvertretung.

Sicher online spenden

Auf unserer Internetseite www.lebenshilfe.de bieten wir Ihnen eine weitere sichere und bequeme Möglichkeit, Ihre Spende an die Bundesvereinigung Lebenshilfe zu überweisen.

Darum spenden wir



Zu unserer Goldenen Hochzeit haben wir statt Geschenke um eine Spende für die Lebenshilfe gebeten und ihr 2.085 Euro überwiesen.

Als wir heirateten, wurde bald unser erstes Kind mit Down-Syndrom geboren, das leider nur den ersten Geburtstag erreichte. Für dieses Lebensjahr sind wir sehr dankbar.

Damals war die Lebenshilfe für uns nicht so bekannt und wir fühlten uns auf uns allein gestellt. Heute wissen wir, wie Sie die Menschen mit Behinderung und deren Familien auf vielfältige Art unterstützen.

Christa und Eckhard Wagner

Vielen Dank,
liebes Ehepaar Wagner!

Wenn auch Sie eine Spendenaktion anlässlich eines Jubiläums starten möchten, geben Sie ein Stichwort und unser Konto „Bundesvereinigung Lebenshilfe e. V., IBAN: DE26 5139 0000 0000 5010 00“ an. Bitte informieren Sie uns über Ihre Aktion (06421 491-165 oder spenden@lebenshilfe.de).

Ein aufregender Nachmittag

Sebastian Urbanski ist Mitglied im Bundesvorstand der Lebenshilfe und Schauspieler am Berliner Theater Ramba Zamba. Im April wurden er und Natalie Dedreux kurzfristig vom Bundespräsidenten Steinmeier zu einem persönlichen Gespräch zu dritt eingeladen. „Aus erster Hand“ wollte sich der Bundespräsident ein Bild über das Leben von Menschen mit Down-Syndrom machen.

Nach dem Besuch ihres Sohnes Sebastian verfasste Bettina Urbanski folgenden Bericht:

„Ein aufregender Nachmittag im Schloss Bellevue. Sebastian und Natalie Dedreux haben über eine Stunde „unter sechs Augen“ mit dem Bundespräsidenten gesprochen, über ihr Leben, ihre Arbeit, den Prä-

nataltest, Politik und natürlich über das Theater RambaZamba.

Der Bundespräsident war sehr interessiert an den Ansichten, Forderungen und Lebensentwürfen seiner beiden Gäste. Er will nach Sebastians Berichten das Theater RambaZamba unbedingt besuchen. Auch eine Einladung der beiden zum Bürgerfest des Präsidenten im August ist schon fest vereinbart.“



Natalie Dedreux und Sebastian Urbanski bei Bundespräsident Steinmeier. Foto: Bettina Urbanski

Gewinnspiel

„Heute weiß ich, was ich will und sage das auch. Es gibt viele Leute, die sich das nicht trauen. Sie haben Angst, dass sie ausgelacht werden.“ Ramona Günther, Selbstvertreterin im Bundesvorstand der Lebenshilfe, macht anderen Menschen mit Behinderung Mut, ihre eigenen Wünsche zu äußern.

Die Lebenshilfe stärkt Menschen mit Behinderung dabei und lädt unter dem Motto des Jahres 2019 zu einem großen Kongress nach Leipzig ein.

Schreiben Sie dieses Motto auf eine Postkarte, die Sie bis 7. Juli 2019 an spenden@lebenshilfe.de oder die Bundesvereinigung Lebenshilfe, Lebenshilfe aktuell, Raiffeisenstraße 18, 35043 Marburg senden.

Zu gewinnen gibt es fünf in einer Werkstatt für behinderte Menschen handgefertigte Schälchen, gedreht aus einem massiven Eschenholzblock und mit natürlichem Öl behandelt.



Herzlichen Glückwunsch

Die Gewinner der Fußmatten unseres Kooperationspartners toom sind: Rita Armbruster, Hildegard Boodeea, Elisabeth Burzler, Stefan Geraets und Hannelore Schuchhardt. Glückwunsch!

www.lebenshilfe.de



Mitmachen



Lebenshilfe aktuell – Zeitung für Freunde und Förderer der Bundesvereinigung Lebenshilfe

Herausgeber/Verlag: Bundesvereinigung Lebenshilfe e. V. Raiffeisenstr. 18, 35043 Marburg – www.lebenshilfe.de
Tel. 06421 491-165, spenden@lebenshilfe.de

Redaktion Lebenshilfe aktuell: Jürgen Reuter (verantw.)

Druck: berth OHG druck+veredelung, 35075 Gladenbach

Widerspruchsrecht:

Wenn Sie von uns keine Informationen mehr erhalten möchten, können Sie der Verwendung Ihrer personenbezogenen Daten jederzeit bei uns widersprechen.