



Inklusive

4/2011



[Kinder](#)

Neue Kindertagesstätte: Stadtparkminis

[Aktuelles](#)

Mitgliederversammlung mit Ehrungen

[Wohnen](#)

Heimbeirat Wohnstätte Otterbach

Liebe Leserinnen und Leser,

vielen Dank für die positive Resonanz auf unser neues Design und das Echo auf die Kurzdarstellung der Berichte in leichter Sprache. Wir machen so weiter!

In der aktuellen Ausgabe berichten wir über die neue Kindertagesstätte ‚Stadtparkminis‘ für Kinder von der neunten Lebenswoche an bis zum dritten Lebensjahr.

Außerdem stellen wir den Heimbeirat der Wohnstätte in Otterbach vor.

Die Bereiche Kunst und Sport haben in diesem Magazin einen besonderen Stellenwert. In den Wohnstätten gibt es immer wieder Angebote, die von den Bewohnern begeistert aufgenommen werden.

Da sind einmal Kunstprojekte, die auch auf Landesebene Erfolge verzeichnen. Oder es wird Gemeinsames geschaffen, bei dem sich jeder beteiligen kann.

Zum anderen dreht es sich um den Sport, wobei Interessantes und Machbares ausgesucht werden muss, wofür sich auch Fachleute finden sollen, um eine sinnvolle und adäquate Durchführung zu gewährleisten.

Weiterhin gibt es Berichte aus den verschiedensten Bereichen der Lebenshilfe.

Frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr!

Barbara Stichler

Barbara Stichler



Foto: bildgerecht.com

LEICHTE SPRACHE

Wir haben jetzt dieses Zeichen: Das bedeutet, der Text ist leicht zu lesen. Es steht das gleiche drin, wie im langen Text.



© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe

Herausgeber

Lebenshilfe Kaiserslautern e.V.
Forellenstraße 2
67659 Kaiserslautern

Redaktion

Barbara Stichler
Frühlingstraße 35
67734 Katzweiler
E-Mail: Barbara.Stichler@lebenshilfe-kl.de

Layout & Druck



Redaktionsschluss

20. Januar / 20. April / 20. Juli / 20. Oktober

Probeleser Leichte Sprache

Elke Budell
Sascha Brandstätter
Anton Enderle

Spendenkonto der Lebenshilfe Kaiserslautern e.V.

Stadtparkasse KL (54050110)
Konto: 124 024

Kreissparkasse KL (54050220)
Konto: 28 027

Grußwort

Weihnachtsgruß..... 3

Aktuelles

Mitgliederversammlung..... 4
Klausurtagung des Vorstandes 5
Fachkongress der Lebenshilfe in Berlin 6

Arbeit

Kalender 2012 -
behinderte Menschen malen 7

Wohnen

Sichtbares Erschaffen 7
Heimbeirat Wohnstätte Otterbach..... 8

Freizeit

Nordic Walking in Mackenbach 10
Behinderten- und Rehabilitationssport..... 10
Wir können alles - sogar Yoga 11

Kinder

Die neuen Minis am Stadtpark..... 12
Vorstellung Stadtparkminis..... 13
Herbstmarkt..... 14
Stammtisch der jungen Lebenshilfe 15



Tiefoto: bildgerecht.com

Weihnachtsgruß

Liebe Mitglieder,
liebe Freunde der Lebenshilfe,

wenn Sie beim Frühstück die Zeitung aufschlagen oder via Radio oder Fernsehen die Ereignisse in der Welt verfolgen, wird es Ihnen dann auch manchmal ganz bange?

Zu lesen und zu hören bekommt man täglich neue Horrormeldungen über das nicht vorhandene Geld. Dabei kann sich kaum einer die fehlenden Summen vorstellen. Die

Finanzmärkte scheinen die ganze Welt zu beherrschen. Was vor einigen Jahren in Amerika begonnen hat setzt sich in Europa fort.

Auch in Deutschland sind die Haushalte des Bundes, der Länder sowie der Städte und Gemeinden überstrapaziert. Aber: Die Politik hat schon bemerkt, das es so nicht weiter gehen kann. Die „Schuldenbremse“ und Sparmaßnahmen sind beschlossen.

Was ist die Folge? Noch spürt man kaum etwas, aber das wird sich ändern! Gravierende Einsparungen sind unausweichlich und werden natürlich auch uns und unsere Arbeit mit und für behinderten Menschen erreichen.

Damit wir aber weiterhin erfolgreich sein können, bedarf es auch künftig der intensiven Mitwirkung aller unserer Mitglieder und Freunde.

Wenn wir die gewohnten Standards nicht aufgeben wollen muss die ehrenamtliche Arbeit verstärkt und das Spendenaufkommen erhöht werden.

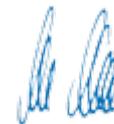
Das Jahr 2011 neigt sich dem Ende zu.

Wie jedes Jahr, haben wir viele neue Projekte auf den Weg gebracht und jeder von Ihnen hat sich in seiner Weise eingebracht.

Wir danken Ihnen allen für die geleistete Arbeit, für die finanzielle und ideelle Unterstützung, die unser gemeinsames Ziel weiter vorgebracht hat.

Wir wünschen Ihnen allen frohe Weihnachten, erholsame Feiertage und hoffen auch im Neuen Jahr auf Ihre tatkräftige Unterstützung.

Für den Gesamtvorstand



Walfried Weber,
Vorstandsvorsitzender



Dr. Rainer Schmiedel,
Stellvertretender Vorstandsvorsitzender



LEICHTE SPRACHE

Viele Menschen haben geholfen.

Der Vorstand

bedankt sich bei allen.

Der Vorstand der Lebenshilfe wünscht allen Lesern

Frohe Weihnachten

und ein gutes neues Jahr!



Mitgliederversammlung

Am 6. November wurde im Nußbäumchen getagt

Unser Vorstandsvorsitzender Walfried Weber konnte 40 Mitglieder und 5 Gäste begrüßen, darunter das Ehrenmitglied Rudolf Eschenfelder und die Vorsitzende des Landesverbandes der Lebenshilfe Rheinland-Pfalz, Barbara Jesse.

Sein Vortrag orientierte sich an den Informationen, welche über das Jahr in den Ausgaben dieses Magazins erschienen sind. Er kommentierte diese und ergänzte sie.

Schwerpunkte der Vorstandsarbeit lagen eindeutig bei den Themen Inklusion und der Fortentwicklung des Grundsatzprogramms der Bundesvereinigung. Lesen Sie zu diesen Themen auch die Artikel Klausurtagung des Vorstandes, sowie zum Grundsatzprogramm in leichter Sprache und zur Umsetzung der UN-Konvention beim Fachkongress in Berlin.

Walfried Weber freute sich darüber, dass im Berichtszeitraum zwei neue Projekte abgeschlossen werden konnten, nämlich der Neubau der Kinderkrippe Stadtparkminis in Kaiserslautern - und die Wohnanlage Birke in Zweibrücken. Den Spatenstich für den Neubau der Kindertagesstätte in Rockenhausen stellte er für 9. November 2011 in Aussicht.

Er dankte den Geschäftsführern David Lyle und Volker Liedtke-Bösl, den ca. 450 hauptamtlichen Mitarbeitern und ganz besonders den über 100 ehrenamtlichen Helfern und dem gesamten Vorstand für die hervorragende Mitarbeit, allen voran der Kreativgruppe, die beim Kulturmarkt 2011 wiederum in der

Fruchthalle in Kaiserslautern ein Lebenshilfe-Café, dieses Mal mit Bastelangeboten, betreibt.

Dr. Rainer Schmiedel, Stellvertretender Vorstandsvorsitzender, fuhr in der Berichterstattung fort und erklärte die positive Mitgliederentwicklung (Mitgliederstand 451).

Er befasste sich mit der zunehmenden Bekanntheit der Lebenshilfe in der Öffentlichkeit, was er vor allem der Beliebtheit der Gartenschau als Teil der Integrationsgesellschaft - iKL zuschreibt. Der Vorstand will die iKL langfristig durch gute Konzepte und klare vertragliche Vereinbarungen mit der Stadt Kaiserslautern stärken.

Überrascht wurde die Versammlung mit der Nachricht, dass für den Bereich Kaiserslautern ein großer Bedarf an Wohnraum für Menschen mit Behinderung ermittelt worden ist, der durch vorhandene Einrichtungen nicht gedeckt werden kann. Dr. Schmiedel verwies auf einen aktuellen Beschluss des Gesamtvorstandes, wonach in Kaiserslautern eine neue Einrichtung durch uns geschaffen werden soll.

Weiterhin gestärkt werden soll auch die Öffentlichkeitsarbeit durch Projekte, wie ALLES MUSS RAUS! und durch Sportveranstaltungen.

Für 2013, wenn wir unser 50jähriges Jubiläum feiern, wird die Stadt Kaiserslautern mit unserer Unterstützung Ausrichter der Special Olympics auf Landesebene sein.



In welche Richtung geht es im kommenden Jahr? - Der Vorstand teilt den Mitgliedern die Vorhaben mit.

Foto: bildagentur.com

Kerstin Kührt, Mitglied im geschäftsführenden Vorstand, hat in den 12 Jahren ihrer Mitgliedschaft die fortwährende Entwicklung der Lebenshilfe intensiv miterlebt. Sie befürwortet eine Weiterentwicklung durch Mitbestimmung von innen (inklusive beeinträchtigter Menschen) und von außen (allgemeine Vernetzung), um gesetzte Ziele zu verwirklichen.

Unser Finanzdezernent Markus Junker gab einen positiven Bericht ab. Die Finanzen des Vereins sind gesund und geordnet.

Wünschenswert wäre ein höheres Spendenaufkommen.

Für langjährige Mitgliedschaft wurden Silvia Föckler (15 Jahre), Karl-Heinz Topel, Christa Edel (20 Jahre), Jürgen Kennel, Dieter Wolf und Elke Zantopp (25 Jahre) geehrt.

In Anerkennung ihres vorbildlichen Einsatzes und dem besonderen und nachhaltigen Engagement im Dienste von Menschen mit Behinderung in der Lebenshilfe Kaiserslautern haben Helga Lyle und Heike Templin aus der Hand der Vorsitzenden des Landesverbandes Barbara Jesse die silberne Ehrennadel erhalten. Auch Vorstandsmitglied Maureen Muth, welche nicht anwesend sein konnte, wurde diese Ehrung zuteil.

Barbara Stichler / Walfried Weber



Walfried Weber nahm die Ehrungen vor

Foto: Barbara Stichler

LEICHTE SPRACHE

Die Mitglieder haben sich getroffen.
Einige wurden geehrt.
Man hat über vieles geredet.
Was gut ist.
Was man verbessern kann.
Alle wollen gemeinsam helfen.
Es gab Kaffee und Kuchen.



Klausurtagung des Gesamtvorstandes

Thema: Inklusion und Gemeinweseneinbindung behinderter Menschen

Die Mehrzahl der Mitglieder des Gesamtvorstandes der Lebenshilfe Kaiserslautern e.V. hat sich auch dieses Jahr wieder ein Wochenende Zeit genommen, um über das Thema „INKLUSION und Gemeinweseneinbindung behinderter Menschen - unsere Hoffnungen und Sorgen bei der Umsetzung im Alltag“ zu sprechen.

Moderatorin war Frau Eva-Maria Wittman, eine Systemische Therapeutin aus Kirchheim an der Weinstraße bei Grünstadt.

Jeder hatte Zeit und Gelegenheit, seine persönlichen Erwartungen zu äußern und sich mit den Anderen auszutauschen. Es wurde in den Gesprächen deutlich, dass es unterschiedliche Vorstellungen über Inklusion gibt - Vorteile und Nachteile wurden gesehen, Chancen und Risiken abgewogen. Weitgehend bestand Einigung darüber, dass Inklusion ein langwieriger Prozess innerhalb unseres Gemeinwesens sein wird und, dass natürlich immer der Mensch im Mittelpunkt stehen muss. Die Teilnehmer nahmen die Erkenntnis mit, dass die Lebenshilfe Kaiserslautern mit ihren Bemühungen und erzielten Fortschritten auf dem richtigen Weg ist. Der gemeinsame Besuch behinderter und nicht behinderter Kinder von Kinderkrippen, Kindertagesstätten und Schulen zeigt erste Erfolge und macht Mut, die Bemühungen



Rege Diskussionen in der dicht besetzten Runde bei der Klausurtagung

Foto: Barbara Stichler

auch weiterhin in die Arbeitswelt und in die ganze Gesellschaft zu übertragen. Wir nehmen wahr, dass das Bewusstsein in der Bevölkerung immer größer wird, bestehende Grenzen zu überwinden. Wir erkennen zunehmende Akzeptanz und werden „Voneinander lernen“, wenn Wege und Mittel gefunden werden. Angepasst an die Rahmenbedingungen muss auf den praktischen Erfahrungen aufgebaut werden, um zu verdeutlichen, dass es für alle Menschen Grenzen gibt, die erkannt und respektiert werden müssen. So zeichnet sich ein gangbarer gemeinsamer Weg in die Zukunft ab. Der Vorstand ist an Ihrer persönlichen Meinung interessiert! Bitte kommen Sie zu Mitgliederversammlungen oder schreiben Sie uns.

Barbara Stichler / Walfried Weber

Fachkongress der Lebenshilfe in Berlin

In der Gesellschaft zu sein, immer mittendrin und auf der Höhe der Zeit - das ist das Programm

Der Bundesvorsitzende Robert Antretter begrüßte die 1100 Teilnehmer des Kongresses. Er stellte als Frage das Motto der Veranstaltung: Sind die behinderten Menschen „In der Gesellschaft“?

Professor Dr. Norbert Lammert, Präsident des Deutschen Bundestages, dankte den vielen Ehrenamtlichen für ihren Einsatz für Menschen mit Behinderungen. Sein Vortrag trägt den Titel „In welcher Gesellschaft leben wir“. Es muss festgestellt werden, dass die Lebenshilfe nicht wie viele andere Organisationen mit Leistungsentzug drohen kann. Sie stellt sich ihrer Aufgabe. Ihr Anspruch wird formuliert im Grundgesetz, in der Verfassung. Kann diesem Anspruch entsprochen werden? Das wird nur durch das Engagement der Ehrenamtlichen möglich. Auch die Frage, „wie wir morgen leben werden“, ist nicht einfach zu beantworten. Für die Umsetzung wird in



In Berlin gut vertreten war die Lebenshilfe Kaiserslautern.

Wahlen entschieden. Offenheit für Entwicklung und Veränderungen werden gefordert. Eine moderne, aufgeklärte Gesellschaft kann es nur in einem Sozialstaat geben, der sich in allen Bereichen allen Menschen stellt. Immer mehr Staaten in der Welt stellen sich diesem Grundsatz, wobei die öffentlichen Mittel dafür zur Verfügung gestellt werden müssen. Hier wecken die Kürzungen der Sozialleistungen einige Kritik. Sicherlich ist einiges in diesen Bereichen nicht nötig, anderes dagegen unerlässlich. Die Gesellschaft, in der wir leben wollen, erfordert einen sinnvollen Einsatz der Mittel, um einer weiteren Entschuldung entgegen zu wirken. Dabei muss vor allem der demographische Wandel mit in die Diskussionen einbezogen werden. Somit stellt sich die Frage der Gerechtigkeit, inwieweit diese eingesetzt und umgesetzt werden kann. Eine selbstkritische Auseinandersetzung muss da-

Die Lebenshilfe muss selbst entscheiden, in welcher Gesellschaft sie leben will und was dafür getan werden soll und muss, und welche Möglichkeiten dafür geschaffen werden müssen, wobei Prioritäten und Zielsetzungen bedacht werden müssen. Die weiteren Vorträge waren alle auf das Ziel des Kongresses ausgerichtet: Teilhabe inkludiert Behinderungen, Migration, Armut und Alter. Gemeinsame Zukunftsaufgabe ist es, teilhabetaugliche Bedingungen zu schaffen. Die zwölfköpfige Delegation aus Kaiserslautern hatte auch drei Selbstvertreter dabei:



Robert Antretter bei der Eröffnung des Kongresses.

Elke Budell, Sascha Brandstätter und Anton Enderle.

Während des Fachkongresses gab es auch eine Projektmesse.

Auf einer Präsentationswand zeigte die Lebenshilfe Kaiserslautern, welche Angebote auf dem Arbeitsmarkt in der Integrationsgesellschaft Kaiserslautern (iKL) erfolgreich umgesetzt werden können.

Die Besucher konnten sich informieren und auch Material mitnehmen.

Barbara Stichler

Mitgliederversammlung

Bundesvereinigung Lebenshilfe

Bei der 22. Ordentlichen Mitgliederversammlung der Bundesvereinigung Lebenshilfe am 12. November 2011 in Berlin wurde nach den geschäftlichen Berichten und den entsprechenden Formalien über die Verabschiedung des neuen Grundsatzprogramms in leichter Sprache abgestimmt. Dafür wurden zahlreiche Gespräche, Überlegungen und Diskussionen bewältigt, um zu einem, für die Menschen mit Behinderung, optimalen Ergebnis zu gelangen. Die Abstimmung erfolgte mit einem überwältigen Ergebnis (95 %) für das neue Grundsatzprogramm in Leichter Sprache.

Barbara Stichler

LEICHTE SPRACHE

In Berlin war ein Kongress.

Die Lebenshilfe Kaiserslautern war auch dabei.

Es gab viele Vorträge.

Alle Menschen sollen überall dabei sein können.

Das neue Grundsatz-Programm erscheint in Leichter Sprache.



Kalender 2012 - Behinderte Menschen malen

Vorfreude auf den Jahreskalender des Landesamtes

Schon seit 30 Jahren gibt das Landesamt für Soziales, Jugend und Versorgung in Rheinland-Pfalz einen Kalender heraus, der mit Bildern von Menschen mit Behinderung gestaltet wird.

Dafür gibt es jedes Jahr einen Wettbewerb, um die zwölf Bilder für den neuen Kalender zu ermitteln.

Die Jury besteht aus ehrenamtlich engagierten Künstlern und Künstlerinnen, die aus über 1000 Einsendungen auswählen.

Die Kunst-AG der Tagesförderstätte in Kirchheimbolanden bewirbt sich auch jedes Jahr mit einigen Exponaten.

Zu unserer übergroßen Freude wurde für den Kalender 2012 ein Bild unserer Tagesförderstättenbesucherin und Künstlerin Fidan Sakar ausgewählt.

Frau Fidan Sakar ist 25 Jahre alt und besucht die Tagesförderstätte seit 2006. Ihre künstlerische Begabung wurde schon in der August-Violet-Schule in Frankenthal entdeckt und gefördert.

Wir, die Besucher und Mitarbeiter der Tagesförderstätte in Kirchheimbolanden, freuen uns sehr mit Fidan Sakar und sind mächtig stolz auf die erfolgreiche Künstlerin aus unserer Mitte.

Brigitte Kluwig



Eines der zwölf für den Kalender gewählten Bilder stammt von Fidan Sakar.

LEICHTE SPRACHE

Fidan Sakar besucht die TAF. Sie hat ein Bild gemalt. Es ist in einem Kalender. Den kann man kaufen.



Sichtbares Erschaffen

Collage erstellt von Bewohnern der Wohnstätte Otterbach

Im Rahmen der Tagbetreuung wuchs der Gedanke, etwas Gemeinsames zu erschaffen, das trotzdem der Individualität jedes Einzelnen Raum ließ. So entstand aus vielen kleinen Bildern ein Gesamtes. Das vollendete Bild zu betrachten und bewundern zu lassen, führte zu sichtbarem Stolz und dem Gefühl, dass jeder,

egal wie seine Fähigkeiten sind, ein Kunstwerk erschaffen kann. Die einzige Vorgabe war die Größe des Papiers, damit ein Zusammensetzen möglich war.

Die Wahl der Farben und Farbmaterialien blieb jedem selbst überlassen. Mancher Bewohner überraschte mit seinem Bild und bestätigte, weiter machen zu wollen, kreativ zu sein und immer wieder gespannt zu sein auf die Dinge, die sich ergeben - unabhängig von Alter und Behinderung - einfach nur „Er-schaffer“ zu sein.

Alexandra Ebner



Die Collage ist im Großformat in der Wohnstätte Otterbach ausgestellt.

LEICHTE SPRACHE

Lebenshilfe Wohnstätte Otterbach:



Die Bewohner haben gemalt. Jeder ein Bild. Die Bilder wurden alle aufgeklebt. Das ist eine Collage. So ist ein gemeinsames Poster entstanden.

Der Heimbeirat der Wohnstätte Otterbach

Neue Serie: Inklusiv stellt die Heimbeiräte der Wohnstätten vor



Der aktuelle Heimbeirat (linke Seite) wird von Barbara Stichler (rechte Seite, Mitte) interviewt.

Der Heimbeirat (Heimmitwirkungsververtretung) wird alle vier Jahre von den Bewohnern neu gewählt. In Otterbach hat er drei Mitglieder. Sie wählen aus ihrer Mitte den Vorsitzenden. Das ist Friedrich Haag. Weitere Mitglieder sind Christa Mohler und Gerda Bichbäumer. Der Heimbeirat hat zwei Helfer, die ihn bei ihrer Arbeit begleiten.

Der Heimbeirat tagt ca. alle zwei Monate. Er kann die Heimleitung zu seinen Sitzungen einladen. Jedes Mal wird ein Protokoll angefertigt.

Er ist Bindeglied zwischen Heimleitung und Bewohnern, und er hat ein Mitwirkungsrecht bei Entscheidungen in folgenden Angelegenheiten:

- » Änderung der Heimkostensätze
- » Planung oder Durchführung von Veranstaltungen
- » Freizeitgestaltung
- » Unterkunft, Betreuung und Verpflegung
- » Bauliche Veränderungen

Einmal im Jahr führt er eine Bewohnerversammlung durch und informiert über die geleistete Arbeit.

Er hält regelmäßig Kontakt zu den Bewohnern und nutzt dazu die wöchentlichen Bewohnerbesprechungen.

Dabei nimmt er Anregungen und Beschwerden von Bewohnern entgegen und versucht,

möglichst positiv auf deren Erledigung hinzuwirken.

So wurde u.a. auf Anregung des Heimbeirates die Außenanlage gestaltet.

Eine gemütliche Sitzcke mit stabilen Holzmöbeln unter einer Baumgruppe lädt ein. Stabile Liegen wurden zum Entspannen auf dem Grundstück platziert.

Mehrere Freizeitgeräte, wie Basketballkorb, Torwand usw. wurden angeschafft.

Der Heimbeirat besucht regelmäßig Fortbildungen, die überwiegend vom Landesverband organisiert werden.

Zurzeit bereitet der Heimbeirat die Neuwahlen vor, die im Januar 2012 stattfinden.

Pia Borchert

LEICHTE SPRACHE

Jede Wohnstätte hat einen Heimbeirat. Die Bewohner wählen ihre Sprecher. Der Heimbeirat ist für alle da. Der Heimbeirat hört zu. Man kann sagen, was gut ist. Man kann sich auch über etwas beschweren. Man kann um Hilfe bitten. Gemeinsam wird ein guter Weg gefunden.



In Otterbach sind 3 Leute im Heimbeirat. Friedrich ist der Vorsitzende. Christa und Gerda sind auch dabei. Die Arbeit macht ihnen Spaß. Die Bewohner sagen, was sie gut finden. Die Bewohner sagen, was sie nicht so gut finden. Neue Möbel für draußen wurden gerade bestellt. Bald sind Wahlen. Wer wird wohl gewählt?



Friedrich Haag ist 78 Jahre alt. Er ist Rentner und lebt seit fünf Jahren in der Wohnstätte Otterbach und wohnt in der Untergruppe. Er ist der Vorsitzende.

Was macht der Heimbeirat?

Als Vorsitzender des Heimbeirats habe ich auch eine Sitzung mit vielen Heimbeiräten in Mainz. Da wird über die Aufgaben der Beiräte gesprochen. Es werden Fragen gestellt und gemeinsam Antworten und Wege gesucht.



Christa Mohler ist 63 Jahre alt. Sie arbeitet in der Werkstatt in Siegelbach und lebt seit 22 Jahren in der Wohnstätte Otterbach in der Obergruppe.

Was macht Freude an der Arbeit?

Ich freue mich, wenn die Bewohner sagen, was ihnen gut gefällt. Manchmal haben sie auch Kummer und sprechen darüber. Wir können dann mit der Heimleitung reden und sorgen gemeinsam dafür, dass es allen gut geht.



Gerda Bichbäumer ist 58 Jahre alt. Sie arbeitet in der Werkstatt in Siegelbach und lebt seit 13 Jahren in der Wohnstätte Otterbach in der Untergruppe.

Welche Wünsche haben die Bewohner?

Manchmal möchten sie einen Ausflug machen. Zuletzt haben wir dafür gesorgt, dass neue Stühle für die Terrasse bestellt werden, und dass der Müll ordentlich getrennt wird. Ein Bewohner ist seitdem verantwortlich für die Mülleimer.

Die Interviews führte Barbara Stichler

Nordic Walking in Mackenbach

Die Laufsportart wird hier mit einer Gruppe betrieben

In Kooperation mit der TSG Kaiserslautern findet seit dem 13. August 2011 jeweils samstags morgens ein Nordic Walking Kurs für vier Bewohner der Wohnstätte in Mackenbach statt.

Die Gruppe wird bewusst klein gehalten, um eine optimale Betreuung zu gewährleisten.

Die Ziele des Kurses sind: die Leistungsfähigkeit zu steigern, die Herzarbeit zu verbessern, den Stoffwechsel anzuregen und das Immunsystem zu stärken.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist es, die Beweglichkeit der Teilnehmer zu aktivieren und den Bewegungsradius zu erweitern.

Jede Trainingseinheit beginnt mit einer Aufwärmphase, danach geht's dann los mit dem Hauptteil.

Durch Nordic Walking wird die Koordination zwischen Armen und Beinen geschult, die Haltung wird verbessert und die Ausdauer gestärkt. Bei der abschließenden „Cool Down“ Einheit geht es um die Dehnung der Muskulatur.

Die letzten paar Wochen haben gezeigt, dass man mit der richtigen Betreuung und Motivation sehr viel erreichen kann. Die vier Teilnehmer der kleinen Gruppe - Christa, Elke, Petra und Bernd - sind mit viel Eifer bei den Trainingseinheiten dabei.

Dies wird mir immer ganz deutlich bewusst, wenn ich zum Wohnheim komme, und schon alle vier parat stehen. Egal, wie früh ich dran bin, meine Sportler erwarten mich schon.



Bernd, Christa, Übungsleiterin Angelika Hausser, Petra und Elke beim Aufwärmen

Am Ende jeder Trainingseinheit kommt dann mindestens fünf mal die Frage, ob ich auch am nächsten Samstag wieder komme.

Ich bin immer total happy, wenn ich die Fortschritte der Teilnehmer sehe.

Auch mir persönlich haben die letzten Wochen viele neue Erfahrungen gebracht. Es hat mich tief beeindruckt mit welcher Herzlichkeit, Offenheit und Unbefangenheit mir die Teilnehmer entgegenkommen.

Angelika Hausser, Übungsleiterin TSG Kaiserslautern

LEICHTE SPRACHE

Bei Nordic Walking geht man spazieren. Man geht mit Stöcken. Man kann langsam gehen. Oder so schnell, wie man kann. Das ist gesund.



Behinderten- und Rehabilitationssport

Die Technische Universität Kaiserslautern bietet eine neue Veranstaltung an

Mit dem neuen Wintersemester startet erstmalig eine Veranstaltung an der TU, die sich mit dem Sport für behinderte Menschen beschäftigt.

Unter der Schirmherrschaft von Herrn Prof. Dr. Müller sollen sich Studenten aus dem sportwissenschaftlichen Bereich mit den besonderen Bedürfnissen behinderter Menschen im Sport auseinandersetzen.

Neben den theoretischen Grundlagen stehen vor allem der praktische Bezug und die direkte Arbeit mit behinderten Menschen im Vordergrund. Durch unterschiedliche Gastdozenten und Hospitationsmöglichkeiten in der Region soll dieser Bezug gewährleistet werden, um auch langfristig qualifizierte Übungsleiter für den Behindertensport zu gewinnen und den inklusiven Gedanken in den Schulen voran zu bringen.

Ein erster Teilerfolg konnte diesbezüglich bereits erreicht werden.

Zur Eröffnungsveranstaltung am 21. Oktober 2011 konnte mit 17 Teilnehmern eine erstaunlich große Gruppe begrüßt werden.

Die nächsten Wochen werden zeigen, wie die Studenten mit dem neuen Angebot umgehen und es in ihre spätere Arbeit einbauen können.

Ruben Kühner

Wir können alles - sogar Yoga

Yoga-Kurs in der Wohnstätte Weilerbach

Unter diesem Motto hat vor einigen Wochen ein Yoga-Kurs in unserer Wohnstätte in Weilerbach begonnen. Jeden Samstag treffen sich die Yogalehrerin Vera Kern-Schunk und ihre ehrenamtliche Helferin Daniela Weisenstein mit den Bewohnern im Gemeinschaftsraum.

Trainiert wird nach der Hatha Yoga Form. Im Mittelpunkt stehen dabei verschiedene Körperübungen, die Asanas. Ein Asana entsteht erst durch die Verbindung von Körperübung, Atmung und Konzentration.

Neben Atmungs- und Entspannungsübungen werden im Kurs einfache Yogastellungen gezeigt, die dabei helfen sollen, Fehlstellungen sanft zu korrigieren und möglichen Rückenerkrankungen vorzubeugen.

Mit viel Einfühlungsvermögen und Kreativität wird auf die individuellen Möglichkeiten der Teilnehmer eingegangen.

Alle Übungen werden im Sitzen und Liegen ausgeführt. Mit viel Einfühlungsvermögen und Kreativität wird dabei auf die individuellen Möglichkeiten der Teilnehmer eingegangen. Es geht niemals darum, die Übungen perfekt zu machen, sondern sich nach und nach darauf einzulassen und mit Spaß dabei zu sein. Die Teilnehmer lernen ihren Körper auf diese Art neu kennen, sich besser zu konzentrieren und haben bei regelmäßigem

Üben die Möglichkeit, ausgeglichener auf alltägliche Situationen zu reagieren.

Durch die sich wiederholenden Übungen fällt es leichter, Bewegungsabläufe zu erlernen und sich schrittweise an schwerere Übungen heran zu trauen.

Erste Erfolge und Verbesserungen waren schon nach kurzer Zeit erkennbar, und es ist schön zu sehen, wie motiviert die Teilnehmer sich bemühen und in entspannter Atmosphäre an die verschiedenen Aufgaben heranzugehen.

Leider ist der Kurs in ein paar Wochen vorbei, doch können sich alle Beteiligten vorstellen, auch im kommenden Jahr einen neuen Kurs anzubieten bzw. daran teilzunehmen.

Auch neue Teilnehmer sind dann natürlich herzlich dazu eingeladen, ins Yoga reinzuschnuppern.

Ruben Kühner / Vera Kern-Schunk, Yogalehrerin

LEICHTE SPRACHE

Yoga ist eine Sportart.
Sport mit viel Ruhe.
Man atmet ruhig.
Man genießt die Stille.
Man bewegt sich langsam.
Man fühlt sich gut.



Auch schwierige Positionen meistern die Teilnehmer des Kurses



Atmen - Konzentration ist wichtig



Die Koordination wird gefördert

Fotos: Barbara Stichter

Die neuen Minis am Stadtpark

Start für die Kindertagesstätte Stadtparkminis

Es gibt viele Meinungen zur Betreuung von Kindern unter drei Jahren in herkömmlichen Kindertagesstätten und Krippen.

Wir haben uns unsere eigene Meinung dazu in der Beobachtung von Kindern gebildet, die schon immer mehr Aufmerksamkeit, Fürsorge, Unterstützung und Begleitende Hilfen benötigten, als andere Kinder im vergleichbaren Alter.

Dies hat uns gezeigt, dass alle Kinder empfänglich für Lernimpulse sind - sowohl von Erwachsenen als auch von anderen Kindern. Es ist uns wichtig, schon sehr früh ein Erfahrungsfeld zu bieten, das ermutigt, eigene Stärken zu entwickeln, positives soziales Handeln unterstützt und die Selbstgestaltungskräfte der Kinder fördert.

So machten wir uns erstmals 2006 in unserer Kindertagesstätte „Stadtindianer“ auf den Weg, unser Angebot auch für Kinder unter drei Jahren zu erweitern. Eine erste Gruppe entstand.

Unsere Kleinsten von damals besuchen heute die Schule und bestechen durch ihren Charme, ihre Kreativität und Beharrlichkeit. Diese Kinder haben uns so viel Freude bereitet, die Eltern uns so viel Vertrauen geschenkt und gemeinsam haben wir so viel voneinander gelernt, dass wir mehr davon wollten.

So entstanden die Stadtparkminis.

... und so ging es weiter:

Mitten in einem neu konzipierten Wohngebiet, fanden wir Platz für drei weitere Gruppen. Neben, über und vor uns entstanden

Wohnungen, Geschäftshäuser, Praxen für Ärzte und Therapeuten, Beratungsstellen, ein Frühförderzentrum und ein Seniorenheim. Wir sind tatsächlich „mittendrin“ im Geschehen und genießen außerdem noch die Nähe zum Stadtpark.

Bei voller Belegung wird die Einrichtung von insgesamt 30 Kindern besucht werden können, ab 9 Wochen bis zum 3. Lebensjahr. Die Gruppengröße beträgt in der Regel zehn Kinder.

Die räumlichen Bedingungen sind so gestaltet, dass sie möglichst multifunktionell genutzt werden können und den sich wandelnden Bedürfnissen und Anforderungen an eine Kindertageseinrichtung für Kinder unter 3 Jahren gerecht wird.

So beginnen wir:

Der Übergang aus der Familie in die noch unbekanntere Kinderkrippe bedeutet für alle Kinder und ihre Eltern eine große Herausforderung. Dies noch einmal mehr, wenn sie erst wenige Wochen und Monate alt sind. Aus diesem Grund findet eine Eingewöhnungsphase in enger Abstimmung und unter Beteiligung der Eltern statt. Denn auch die Eltern müssen Geborgenheit erleben und Vertrauen empfinden, um ihre Kinder in die Hände von Fachkräften geben zu können.

Deswegen tauschen wir unsere Erziehungsvorstellungen aus und kooperieren zum Wohl der Kinder. Bei Bedarf können Eltern das Beratungspotential der Einrichtung nutzen und erfahren in schwierigen Situationen



Das Außengelände der Kindertagesstätte Stadtparkminis lädt zum Spielen und Bewegen ein



Pedro fühlt sich sichtlich wohl

Die Stadtparkminis fühlen sich zuhause.



Johannes freut sich auf die Kinderkrippe



Fotos: bildgerecht.com

Vorstellung der Stadtparkminis

Leiterin Tanja Leonie Schwarz gibt einen Überblick

Seit 25.07.2011 bin ich als Leiterin der neu eröffneten Kindertagesstätte Stadtparkminis tätig. Zuvor war ich als Gruppenleitung einer Krippengruppe in der protestantischen Kindertagesstätte Rodenbach beschäftigt. Mit meinem Mann und unseren drei Kindern im Alter von 17, 13 und 10 Jahren lebe ich in Otterbach. Ich bin examinierte Kinderkrankenschwester und Erzieherin. Außerdem habe ich eine Weiterbildung in Krippenpädagogik absolviert.

Die pädagogische Arbeit mit Kindern von der 9. Lebenswoche bis zum 3. Lebensjahr liegt mir sehr am Herzen. Ich bin dankbar für die wunderbaren Rahmenbedingungen, die wir mit den neuen Räumlichkeiten zur Verfügung haben und für die engagierten Kolleginnen in unserer KiTa.

Vor fast genau drei Monaten haben wir uns gemeinsam auf den Weg gemacht. Auf einen Weg der zum Ziel hat, eine qualitativ hochwertige Kindertagesstätte für Kleinkinder zu sein. Wir haben jedes Kind individuell und von den Eltern begleitet eingewöhnt. Dieser erste Bindungsaufbau zur Bezugserzieherin ist für Kleinkinder die Basis für alle weiteren Bildungsprozesse. Die Kinder können nur dann neugierig ihre Umgebung erforschen, wenn sie sich sicher und geborgen fühlen. Nun können wir erste Entwicklungsschritte beobachten und staunen täglich über kleine Wunder. Ich wünsche mir, dass unsere Eltern in unserer Einrichtung einen Ort finden, an



Foto: bildgerecht.com

Tanja Leonie Schwarz ist Leiterin der Stadtparkminis

dem sie ihre Kinder gut aufgehoben wissen. Ich wünsche mir, dass sich die Kinder bei uns sicher und geborgen fühlen, ihre Umwelt neugierig erforschen und viele Impulse für ihre weiteren Entwicklungsschritte erhalten. Es ist mir wichtig, dass wir jedes Kind mit seinen Stärken und Ressourcen mit seinen Begrenzungen und Möglichkeiten wertschätzen und fördern. Es macht mir sehr große Freude bei der Lebenshilfe arbeiten zu können und die Themen der Integration und Inklusion auch in unserer KiTa zu leben.

Tanja Leonie Schwarz, Leitung

LEICHTE SPRACHE



Es gibt eine neue Kinder-Tages-Stätte. Babys und Kinder bis 3 Jahre sind hier. Sie kommen gerne. Sie fühlen sich wohl. Es ist viel Platz zum Spielen. Die Kinder können auch essen und schlafen. Frau Schwarz ist die neue Leiterin. Sie freut sich auf ihre Arbeit.

Unterstützung. Auf Wunsch der Eltern kooperieren wir gerne zum Beispiel mit Ärzten, niedergelassenen Therapeuten und Beratungsstellen.

Das ist uns wichtig:

Bei der Betreuung von Kleinkindern nehmen pflegerische Aufgaben einen wichtigen Raum ein. Sie sind wichtig für das körperliche und seelische Wohlbefinden der Kinder. Körperpflege, Schlaf- und Ruhebedürfnis und das Einnehmen der Mahlzeiten haben für die Kinder elementare Bedeutung. Pflegerische Aufgaben sollten in der Kleinkindpädagogik immer als Möglichkeit individueller Förderung gesehen werden.

Als Pädagoge hat man in diesen Situationen die Chance, dem einzelnen Kind Zeit, Geborgenheit und Zuneigung zu schenken. So können die Kinder mit sich und ihrer Umwelt in einem geschützten Raum in Kontakt treten.

Unser Ziel:

Angebote zu schaffen in denen gemeinsames Leben und Lernen von Anfang an ermöglicht wird, so dass Barrieren im Denken, Fühlen und Handeln erst gar nicht entstehen. Manche nennen es auch Inklusion!

Petra Wolf, Gesamtleitung Kindertagesstätten KL

Kontakt

Tanja Leonie Schwarz
Steinmetzstraße 3 - 5
67655 Kaiserslautern
Telefon: 0631 - 342 888 32
eMail:
stadtparkminis@lebenshilfe-kl.de

Herbstmarkt

juLe beteiligt sich am Apfelstand der Lebenshilfe



Flanieren auf dem Gartenschau-Herbstmarkt

Am 11. September fand auf dem Gartenschau- und Gelände Kaiserslautern der jährliche Herbstmarkt statt.

Das bunte Markttreiben inmitten der wunderschönen Kulisse der Kürbismärchenwelt im Neumühlepark lockte zahlreiche Händler und viele Besucher an.

Auch die „junge Lebenshilfe“ (juLe) beteiligte sich am Apfelstand der Lebenshilfe.

Fleißige Helferinnen bereiteten leckere Kartoffelpuffer zu, die mit selbstgemachtem Apfelmus aus Äpfeln vom Kaiserberg serviert wurden.

Außerdem gab es viele verschiedene selbstgebackene Kuchen (sogar einen „juLe-Kuchen“) und Kaffee. Selbstgekochte Marmeladen wurden ebenfalls angeboten.

Straßenmusikanten gaben ihre Musik zum Besten und ein Duo belebte die Stimmung mit ihrem freundlichen Theater.

Barbara Stichler



Der „juLe“-Kuchen kurz vor dem Verkauf

Foto: Barbara Stichler

LEICHTE SPRACHE

Es gab einen Herbstmarkt.

Er war auf der Gartenschau.

Es gab viel zu sehen.

Es gab Schönes zu kaufen.

Es gab Leckeres zu essen.

Auch bei der Lebenshilfe: Kartoffelpuffer mit Apfelmus.

Kaffee und Kuchen.

Ein schöner Nachmittag!



Stammtisch der jungen Lebenshilfe

Reger Austausch zwischen Betroffenen und Experten

Am 27. Oktober fand im Brauhaus an der Gartenschau wieder ein Stammtisch der jungen Lebenshilfe statt.

Der kleine Kreis setzte sich zusammen aus Eltern - Müttern und ein Vater - von beeinträchtigten und nicht beeinträchtigten Kindern, welche die Kita oder die Schule besuchen.

Ebenso waren anwesend eine Hebamme und eine Kinderärztin, sowie Gäste und einige Vorstandsmitglieder.

Es fand ein reger Austausch statt, neue Aspekte wurden beleuchtet und Probleme angesprochen, um entsprechende Hilfen oder Kontaktstellen zu empfehlen.

In dieser entspannten Atmosphäre wurde locker diskutiert. Es wurden Pläne für das neue Jahr gemacht und Aktivitäten und Ideen für anstehende Events gesammelt.

Barbara Stichler



Gemischte Runde im Brauhaus an der Gartenschau

Foto: Barbara Stichler

LEICHTE SPRACHE

Zum Stammtisch kamen viele.

Es wurde erzählt.

Es wurde diskutiert.

Es wurde gelacht.

Termine wurden gemacht.

Feste wurden geplant.

Man will sich wieder treffen.



Nächster Stammtisch:
16. Januar 2012, 19:30 Uhr
im Brauhaus an der Gartenschau
Weitere Informationen zur juLe:
www.jule-kl.de

Lebenshilfe-Café beim Kulturmarkt in der Fruchthalle

28. November bis
22. Dezember 2011

Täglich 12-19 Uhr



Foto: Barbara Stichler

Traditionell nimmt die Lebenshilfe Kaiserslautern wieder am Kulturmarkt der Stadt Kaiserslautern in der Fruchthalle teil. Neu ist, dass das „Lebenshilfe Café“ in der warmen Bastelstube zu finden ist. Es gibt jeden Tag eine Suppe, belegte Brötchen, Kaffee und Kuchen. Unsere selbst gestrickten Socken, selbst gekochten Marmeladen und selbst gebackenen Plätzchen werden hoffentlich wieder zum Verkaufsschlager.

Wer einen Kuchen spenden oder beim Verkauf helfen möchte, meldet sich bitte unter 06306-2706 oder 0170-7788855.

15. Dezember, 17.30 Uhr

Angklung-Gruppe
Farbtöne
Kulturmarkt,
Fruchthalle

Eröffnung der Stadtparkminis 22. Oktober 2011

Bei der offiziellen Eröffnung begrüßten Walfried Weber, Vorstandsvorsitzender der Lebenshilfe e.V. und Joachim Färber, Beigeordneter der Stadt Kaiserslautern, sowie Tanja Schwarz, die Leiterin der Kita viele Gäste und Eltern. Es schloss sich ein *Tag der offenen Tür* an.



Foto: Barbara Stichler

Spatenstich für die neue Kita in Rockenhausen

Lange hat es gedauert bis zum 9. November 2011 - manche Zweifel gab es, ob es jemals so weit kommen würde - und nun die ersten Spatenstiche für unsere neue Kindertagesstätte in Rockenhausen. Bis sie dann mit Leben gefüllt wird, dauert es noch, aber der sichtbare Anfang ist getan.



Foto: Marco Lehmann

David Lyle, Walfried Weber, Landrat Winfried Werner und Bürgermeister Karl-Heinz Seebald beim Spatenstich

24. Dezember, 16.30 Uhr

Weihnachtsgottesdienst
Weidenkirche,
Kaiserberg

Mer Lautrer sinn sehr beriehmter fer unser
Gemietlichkeit. Un deshalb wollemere
bequem transportiere.

www.swk-kl.de



Für Sie. Mit ganzer Energie.