

TROTZDEM



Bundesselbsthilfeverband
Kleinwüchsiger Menschen e.V.
gemeinnützig

Vereinszeitschrift 2/2013

Impressum

Herausgeber:



Redaktionsanschrift:

www.kleinwuchs.de

Adelheid Jung

Klosterhofstraße 2

80331 München

E-Mail: adelheid.jung@online.de

Silvia und Herbert Stein

Therese-Giehse-Allee 19

81739 München

Ansprechpartner für Versand:

Silvia und Herbert Stein

Tel. 089 99756841

herbertstein2@gmx.de

Druck und Versand:

Druckfrei-Aigner

Hermann-Oberth-Straße 18 a

85640 Putzbrunn

info@druckfrei.de

Auflage:

500 Exemplare

Erscheinungsweise:

2 x jährlich

Das Entgelt ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Die Redaktion behält sich vor, Berichte sinngemäß zu kürzen.

unterstützt von:



Inhaltsverzeichnis

| | |
|--|----|
| Impressum | 2 |
| Inhaltsverzeichnis | 3 |
| Grußwort der 2. Vorsitzenden Lydia Maus | 4 |
| Grußwort der vorherigen Trotzdem-Redaktion | 6 |
| Das neue Trotzdem-Team stellt sich vor | 7 |
| Landesverbands-Erlebnis-Wochenende in Rust | 8 |
| Vorstellung Bundestreffen 2014 in Bayern | 12 |
| Veranstaltungsprogramm „Bayern“ | 16 |
| Veranstaltungsprogramm „Hamburg“ | 17 |
| Veranstaltungsprogramm „Kurhessen-Harz“ | 18 |
| Veranstaltungsprogramm „Nordrhein-Westfalen“ | 19 |
| Wochenendtreffen Landesverband Kurhessen-Harz | 20 |
| Erfolgreich umgesattelt | 22 |
| Rückblick Filmfestival „Überall dabei“ | 24 |
| Barrierefrei? Guildo Horn prüft Wahllokale | 26 |
| Todesanzeige | 29 |
| Schwerbehindertenausweis im Scheckkartenformat | 30 |
| Büchertipps | 31 |
| Verschiedene Informationen | 36 |
| Inklusion leben: Am Arbeitsplatz | 41 |
| Höchster Pass auf 2604 Meter hoch | 46 |
| Wissenswertes | 48 |
| Informationen und Vereinsdaten | 49 |
| Aufnahme-Antrag | 50 |
| Mitglieder unseres Bundesvorstandes | 51 |
| Kontaktadressen der einzelnen Landesverbände | 52 |



Grußwort der 2. Vorsitzenden Lydia Maus

Liebe Mitglieder, Freunde und Leser der TROTZDEM,

es ist mir eine besondere Freude, das Vorwort für diese Ausgabe der Trotzdem schreiben zu können, da, nachdem die bisherige Redaktion ihre ehrenamtliche Tätigkeit niedergelegt hatte, die Nachfolge noch nicht feststand.

An dieser Stelle möchte ich mich noch einmal, auch im Namen des Bundesvorstands und des gesamten VKM, bei Karl Thomaschewski, Christel Meuter und Andreas Heier ganz herzlich für ihre langjährige redaktionelle Trotzdemgestaltung bedanken. Ihr habt der TROTZDEM ein neues Layout verliehen und es war jedes Mal wieder eine Freude, sie zu lesen.

Diese Ausgabe verdanken wir Adelheid Jung, Silvia und Herbert Stein. Ihnen wünsche ich als neue Trotzdem-Redaktion viele spannende Ausgaben mit ganz vielen Berichten und Beiträgen von Euch. So möchte ich Euch auch gleich dazu ermuntern, Beiträge zu liefern, denn die TROTZDEM dient als Informationsträger von Mitgliedern für Mitglieder.

Inzwischen blicken wir auf eine sehr ereignisreiche Zeit zurück. Leider mussten wir von zwei aktiven Mitgliedern Abschied nehmen. Wir trauern sehr um Horst Stengritt und Tobias Peters und behalten sie in guter Erinnerung.

Für uns Vorstandsmitglieder, besonders für mich, resultierte daraus eine sehr arbeitsintensive Zeit. Die erweiterte Bundesvorstandssitzung stand kurz bevor, als Horst verstarb.



Ebenso mussten die letzten Vorbereitungen zum Bundeskongress organisiert werden. Dank der guten intensiven Zusammenarbeit im Bundesvorstand, dem Vertrauen und der Unterstützung, welches mir von den anderen Vorstandsmitgliedern entgegengebracht wurde, konnten wir alle Hürden meistern.

So wurde unser Bundeskongress in Stuttgart ein erfolgreiches und gelungenes Treffen. Einen großen Dank möchte ich an dieser Stelle dem Orga-Team aussprechen. Wir hatten einen wunderbaren Ausflug, eine erfolgreiche Hauptversammlung und ein interessantes Seminar. An Hand von verschiedenen aufgezeigten Wegen erhielten wir umfangreiche Einblicke über die Behandlungsmöglichkeiten von Spinalstenosen und Arthrosen bei Kleinwuchs. Dass jeder einzelne Teilnehmer einige neue Erkenntnisse und Ideen mit nach Hause nehmen konnte, davon bin ich überzeugt.

Ich bin zuversichtlich, dass auch das kommende Bundestreffen in Wolnzach, für das mittlerweile die Vorbereitungen auf Hochtouren laufen, ein voller Erfolg wird.

Auf der diesjährigen Mitgliederversammlung der BAG SELBSTHILFE wurde unser Verbandsmitglied Volker Langguth-Wasem mit überragender Mehrheit zum Vorsitzenden gewählt.

Dieses freut mich besonders, da Volker die Interessen und Belange aller Menschen mit Behinderungen, insbesondere Menschen mit Kleinwuchs, sehr gut vertreten kann. Ich wünsche Volker in seinem neuen Amt alles Gute, viel Erfolg und eine gute Zusammenarbeit.

Beim Lesen der ersten Ausgabe der TROTZDEM von unserer neuen Trotzdem-Redaktion wünsche ich Euch viel Spaß und Freude!

Eure
Lydia Maus



Grußwort der vorherigen Trotzdem-Redaktion an die neue Redaktion

Beim diesjährigen Bundestreffen haben wir, die alte Trotzdem-Redaktion (Christel, Karl und Andreas) ihr Amt abgegeben. Zwölf Ausgaben haben wir in sechs Jahren herausgebracht. Es war immer sehr spannend, die Entstehung der Zeitung zu sehen, wie sich die leeren 40 DIN-A-5-Seiten langsam am PC mit Leben füllten, bis zu dem Zeitpunkt, wo die fertige Trotzdem-Ausgabe in Händen gehalten werden konnte.

Auf diesem Wege möchten wir uns bei Euch bedanken für Eure Beiträge, Eure Fotos und Eure Unterstützung in dieser Zeit. Ohne Eure Beteiligung hätte es keine Trotzdem gegeben.

Es hat uns viel Spaß gemacht, in der VKM-Trotzdem-Ära sechs Jahre mitzuspielen.

Die Ära Trotzdem geht weiter!

Es haben sich wieder Mitglieder gefunden, die die Trotzdem weiter erstellen. Das ist ganz toll. Herzlichen Glückwunsch. Der neuen Redaktion wünschen wir ganz viel Geduld und gute Ideen.

Wir finden es wichtig, dass die Trotzdem weiter lebt. Sie spiegelt das Leben des VKMs ein Stückchen wieder und erreicht auch die Mitglieder, die nicht mehr aktiv am Vereinsgeschehen teilnehmen können.

Der neuen Trotzdem-Redaktion wünschen wir viele spannende Ausgaben mit ganz vielen Berichten und Beiträgen von Euch.



Das neue Trotzdem-Team stellt sich vor

Wir sind nun also das neue Trotzdem-Team. Die Redaktion der Zeitschrift haben wir von Christel, Karl und Andreas übernommen und wir danken den Dreien ganz herzlich für die letzten 6 Jahre. Sie haben uns jederzeit Hilfe angeboten bei der Gestaltung der neuen Trotzdem und darauf werden wir natürlich gerne zurückgreifen.

Damit die Zeitschrift für alle interessant bleibt, ist es wichtig, dass wir von Euch viele Ideen, Informationen und Fotos bekommen. Alle Eure Beiträge, die bis zum jeweiligen Redaktionsschluss bei uns eintreffen, können wir bei der Gestaltung berücksichtigen.

Wir wünschen Euch viel Spaß beim Lesen.

Einen schönen goldenen Herbst und herzliche Grüße!

Adelheid, Silvia und Herbert

Herbert

Silvia



Adelheid

Landesverbands-Erlebnis-Wochenende in Rust vom 27. März – 29. März 2013 mit Besuch des Europaparks!

Monika und Johann Sirch

Der Landesverband Bayern hat sein jährliches Wellness-Wochenende dieses Jahr in Rust, dem Ort des großen Europaparks, abgehalten. Wir, eine überschaubare Gruppe von 6 Mitgliedern, hatten viel Spaß an diesem Wochenende. War der Grund der geringen Teilnehmerzahl die Witterung, oder konnten sich einige nicht so sehr unter dem Erlebniswochenende etwas vorstellen????!! Aber für die Teilnehmer, die das erlebt haben, für die bleibt dieses Wochenende bestimmt noch lange in Erinnerung.



Wir reisten am Freitag alle nach Rust ins Hotel „Colosseo“, das einem Römischen „Teatro Romano“ nachempfunden ist, an. Das Hotel liegt sehr mondän am Rande des Freizeitparks. Man meint, man sei in Rom. Es ist allein schon ein überwältigender Eindruck, wenn man die Hotelhalle betritt und es sich Menschen aller Herren Länder in einem Sprachengewirr vermischen.



Nach dem Einchecken trafen wir uns zu einem Rundgang durch die vielfältige Hotellandschaft der Europapark-Themen-Hotels. Es sind sehr vielfältige Möglichkeiten und Wünsche der Menschen zu durchleben. Sei es ein im portugiesischen Style erbautes Pilger-Hotel mit schön gestalteten

Kemenaten, ebenso ein sehr schönes Hotel im mexikanischen kolonialen Gründerzeit-Style oder doch ein Hotel im Römischen Style, das einem Teatro Romano nachempfunden ist. Alle diese Hotels sind mit den modernen Annehmlichkeiten, die man sich wünscht, ausgestattet. Anschließend haben wir uns zu einem gemeinsamen Abendessen am reich gedeckten Buffet im Restaurant des Hotels Colosseo zum gemeinsamen Erfahrungsaustausch bei einem Gläschen Wein zusammengesetzt. Es wurde für uns ein wunderschöner Tisch im Wintergarten reserviert und wir schauten auf die Piazza und das Flair war wie in Italien.

Am Samstag stand dann der Europapark mit seinen vielfältigen und zum Teil atemberaubenden Attraktionen auf dem Programm. Nach dem vielfältigen und guten Frühstück ging es zuerst mit der Parkhochbahn vom Hotel aus einmal durch den Park, um einen ersten Überblick zu bekommen.





Da passierte es dann, ... ein bekanntes Gesicht stieg in unseren Wagon ein. Ein Künstler und dieser Künstler ist der kurze Mann mit den großen Seifenblasen „Hamou“, manche von uns kannten ihn schon vom Bun-

destreffen in Lübeck oder vom Fernsehen.

Wir wollten natürlich unbedingt seine Show erleben. Aber zuvor ging er noch mit uns ins 4D-Kino. Das war der Hit. Wirklich ein Erlebnis. Der Erlebnispark hat uns einige schöne und auch zum Teil feuchte Minuten und Stunden bereitet.

Wie die großartige Seifenblasen-Show von Hamou oder die Fahrt durch einen reißenden Wildbach Skandinaviens, der dennoch ein gezähmter Canyon ist.

Der Europapark ist ein weitläufiger und zugleich je nach Jahreszeit wunderschön angelegter grüner Park, mit vielen und schönen Pflanzen und lauschigen Ruheoasen.





Am Abend haben wir den Tag bei einem schönen Abendessen, das Buffet ließ übrigens keine Wünsche offen, und einigen „Fässern“ Wein sowie überaus guten Gesprächen ausklingen lassen. Ja, wie es so ist, alles hat ein Ende, auch

ein schönen Treffen des VKM Bayern.

Am Sonntag nach dem Frühstück hieß es Abschied nehmen und alle von uns nahmen die Autofahrt bzw. die Bahnfahrt in Richtung Heimat auf.

Wir möchten uns nochmals herzlich bei Adelheid, Liane und Harald für die Organisation bedanken.

TROTZDEM - Vorstellung Bundestreffen 2014 in Bayern!

Johann Sirch

Liebe Mitglieder,
Freunde und Interessenten,

das Bundestreffen findet 2014 in Bayern statt, in Wolnzach in der Hallertau, „dem größten zusammenhängenden Hopfen-Anbaugebiet der Welt“- so ist es auf der Internetseite der Region zu lesen.



Wir, die Vorstandschaft des Landesverbandes Bayern mit dem Organisationsteam, möchten Euch nun das Bundestreffen und den Veranstaltungsort vorstellen.

Das Bundestreffen findet vom

30. April bis 4. Mai 2014

in Wolnzach, einer Marktgemeinde mit ca. 11.000 Einwohnern, in der Kulturlandschaft der Hallertau statt. Die Region ist bekannt für die an Seilgestellen wachsenden Hopfenstauden.



im Herzen der Hallertau



Nun zu den weiteren Details:

► **Doppelzimmer mit Frühstück** **87,00 €**

► **Appartementzimmer mit Frühstück** **121,00 €**

Auch als Familienzimmer nutzbar, Appartementzimmer können auch Mitglieder gemeinsam buchen. Die Appartementzimmer sind mit min. 4 Betten ausgestattet. Bitte um Beachtung: Die Apartments sind nicht alle barrierefrei und rollstuhlgerecht, da sich diese teilweise in Nebengebäuden befinden!



► **Einzelzimmer mit Frühstück** **68,00 €**

► Preise sind je „Zimmer und Tag“, somit reduziert sich der Einzelpersonenpreis bei Zimmergruppenbildung.

► **Achtung: Es gelten für die Zimmer die Stornofristen in den AGB unter Ziffer 7 des „Hotel Hallertau“ für Einzelbuchungen.**

► Der Anmeldezeitraum beginnt ca. am 01.02.2014 und beträgt 30 Tage!

► Der Bezug der Zimmer ist nach vorheriger Anmeldung bis 20:00 Uhr am Anreisetag garantiert möglich, Zimmerfreigabe bis 11:00 Uhr am Abreisetag.

► **Haustier (Anmeldung erforderlich)** **6,00 € am Tag**



Das gesamte Hotel ist barrierefrei sowie die Zimmer sind allergikerfreundlich gestaltet.

Das Hotel hat ca. 50 Tiefgaragenstellplätze sowie ca. 50 Parkplätze am Haus.

Unser Veranstaltungsort ist:

Hotel Hallertau

Ziegelstraße 4

85283 Wolnzach

Telefon 08442 9681-0

Fax 08442 968199

E-Mail: info@hotel-hallertau.de

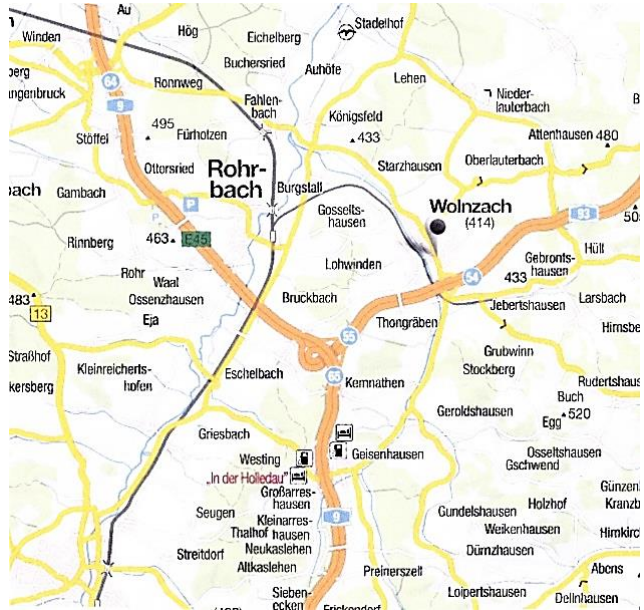
Webadresse: www.hotel-hallertau.de



Wolnzach ist mit der Bahn im Stundentakt über die Bahnstation Rohrbach/Ilm zu erreichen.

Wir organisieren gerne, wenn Ihr Eure Ankunftszeit am Bahnhof in Rohrbach bei der Anmeldung mit angebt, Euren Transfer zum Hotel und zurück.

Durch die hervorragende geographische Lage mit direkter Autobahnanbindung an die A93, zwei Kilometer entfernt vom Autobahndreieck Hallertau und der Nord-Süd-Achse A9.



Wir würden uns über eine zahlreiche Teilnahme Eurerseits sehr freuen und verbleiben

mit freundlichen Grüßen

Das Organisationsteam und die Vorstandschaft des LV Bayern



Veranstaltungsprogramm „Bayern“ 2013 bis 2015

| | |
|------------------------|--|
| <u>2013</u> | |
| 27. bis 29. 09.2013 | Herbsttreffen in Straubing |
| 29.11. bis 01.12.2013 | Adventswochenende in Salzburg |
| <u>2014</u> | |
| 14. bis 16.03.2014 | Wellnesswochenende in Bad Windsheim |
| 30. 04. bis 04.05.2014 | Bundeskongress in Bayern, Hotel Hallertau, Wolnzach |
| 3. bis 5. Oktober 2014 | Herbsttreffen in Günzburg |
| 28. bis 30.11.2014 | Adventstreffen in Lindau |
| <u>2015</u> | |
| Februar/März 2015 | Wellnesswochenende in Füssen |
| September 2015 | Herbsttreffen im Bayer. Wald |
| Dez. 2015/Jan. 2016 | Silvestertreffen |

Änderungen vorbehalten!



Veranstaltungsprogramm „Hamburg“ 2013 bis 2014

| <u>2013</u> | |
|------------------------|---|
| 21.09.2013 | Besuch des Loki-Schmidt-Gartens |
| Anfang Oktober 2013 | Schiffahrt zum Schulauer Fährhaus Alternativ: Planetarium im Stadtpark |
| 30.11.13 oder 07.12.13 | Weihnachtsfeier |
| <u>2014</u> | |
| Januar 2014 | Kegeln im Gilde Bowling |
| 08.03.2014 | Landeshauptversammlung mit Neuwahlen |

Änderungen vorbehalten!



Veranstaltungsprogramm „Kurhessen-Harz“ 2013 bis 2014

| <u>2013</u> | |
|---------------------|---|
| 27. bis 29. 09.2013 | Wochenendtreffen in Hannover |
| <u>2014</u> | |
| 24. – 26.01.2014 | Neujahrstreffen 2014 in Heilbad Heiligenstadt |
| 08. – 30.03.2014 | Wochenendtreffen in Bad Salzdetfurth |
| 29.03.2014 | Jahreshauptversammlung in Bad Salzdetfurth |

Änderungen vorbehalten!

Detaillierte Einladungen zu diesen Veranstaltungen werden den Landesverbandsmitgliedern wie immer rechtzeitig zugesandt. Mitglieder aus anderen Landesverbänden und Interessenten sind selbstverständlich herzlich willkommen.



Veranstaltungsprogramm „Nordrhein-Westfalen“ 2013 bis 2014

| <u>2013</u> | |
|------------------|--|
| 25. – 28.09.2013 | RehaCare Messe in Düsseldorf |
| 12.10.2013 | Besuch Bergbaumuseum Bochum |
| 09. – 10.11.2013 | Seminarwochenende in Oer Erkenschied |
| 14.12.2013 | Weihnachtsfeier in Schwerte |
| <u>2014</u> | |
| 11.01.2014 | Kegeln in Witten |
| 08.02.2014 | Erlebnisausstellung in Oberhausen |
| 08.03.2014 | Jahreshauptversammlung in Recklinghausen |
| 12.04.2014 | Besuch Zeche Zollverein in Essen |



Wochenendtreffen VKM Landesverband Kurhessen-Harz vom 12. - 14. Juli 2013 in Gifhorn

Lydia Maus

Highlight dieses Treffens war für mich insbesondere das Paddeln im Kanu auf dem Flüsschen Ise.

Anfänglich, als ich die Einladung erhielt, war ich etwas skeptisch, wegen meiner Körpergröße und diverser Schmerzen im Schulter- und Lendenwirbelsäulenbereich. Ich fragte mich natürlich, ob ich am Paddeln überhaupt teilnehmen könne, doch versuchen wollte ich es erst einmal.



Zum Glück konnten wir in den Kanus jeweils zu viert sitzen und uns folglich gut ergänzen. Jeder konnte etwas paddeln bzw. paddeln lassen, je nach körperlichem Wohlsein und somit bildeten wir gute Teams.

Ganz ruhig und entspannt fuhren wir auf der Ise, genossen die Natur und nebenbei noch das schöne Wetter. Wir hatten viel Spaß und gleichzeitig ein klein wenig Sport dabei.



Im Nachhinein bin ich froh, dass ich das Paddeln einfach mal ausprobiert habe und im Übrigen stellte ich außerdem noch fest, dass ich mit meinen anfänglichen Bedenken nicht allein war

Es war ein schönes Treffen.

Besten Dank für die tolle Idee an Christiane und Frank.



Erfolgreich umgesattelt

Ein Mann fährt mit einem Gabelstapler durch die Werkshalle von BMW in Dingolfing. An sich ein eher unspektakuläres Bild, wäre da nicht ein Detail: Matthias Müller, 29, ist kleinwüchsig und der Stapler eine Spezialanfertigung.

Neues Einsatzgebiet Ursprünglich hatte Matthias Müller in der Heckspoiler-Produktion gearbeitet, aber 2010 lief die Serie aus, an der er eingesetzt war. Somit stellte sich die Frage nach einer neuen Einsatzmöglichkeit – die im Bereich Logistik gefunden wurde, als Staplerfahrer. Mit einer Körpergröße von etwa 1,30 Metern war es für Matthias Müller aber unmöglich, einen normalen Stapler zu fahren.



Ein passendes Gefährt Gemeinsam mit der Technischen Beraterin der ZBFS-Integrationsamtes Niederbayern wurde bei einem Betriebsbesuch besprochen, was zu tun war, um dem jungen Mann seine neue Tätigkeit zu ermöglichen. Die Idee: Ein speziell umgebauter Stapler, den er mit seiner Körpergröße bedienen kann. Das ZBFS-Integrationsamt übernahm ein Drittel der Anschaffungskosten sowie die kompletten Kosten für den Umbau. Um das Fahrzeug bedienen zu können, machte Matthias Müller den Staplerführerschein, die Qualifizierungskosten übernahm BMW.

Gelungener Wechsel „Der Fall ist ein sehr schönes Beispiel, weil Herr Müller ohne diese Lösung seine Arbeit verloren hätte. Durch den Umbau wurde ein neues Arbeitsplatz geschaffen, auf dem der junge Mann ganz selbstverständlich die gleiche Leistung bringt wie seine Kollegen“, erklärt Herbert Wimmer, Mitarbeiter des ZBFS-Integrationsamtes Niederbayern. Matthias Müller kann als Staplerfahrer weiter in seiner alten Abteilung arbeiten und auch in Zukunft noch viel bewegen.

Aus: ZB Bayern – Behinderte Menschen im Beruf (02.2013), Hrsg. Zentrum Bayern Familie und Soziales (ZBFS) – Integrationsamt, © Universum Verlag GmbH, Wiesbaden



Rückblick Filmfestival Inklusion „Überall dabei“ auch wir waren dabei. In vielen Städten haben Vereinsmitglieder an einer anschließende Podiumsdiskussion über den Film: „Zwillingsbrüder“ teilgenommen.

Margret Trütken-Hanst

Im Anschluss an den Film hatten wir (Lydia Maus & Margret Trütken-Hanst), die Möglichkeit, unsere eigenen Erfahrungen in eine lebendige Diskussion einfließen zu lassen und einen groben Abriss über unsere Selbsthilfe-Arbeit zu geben.

Der Film: „Zwillingsbrüder – 53 Szenen aus einer Jugend. (Schweden 2011 / 80 Minuten)

Gustav und Oskar – Zwillinge aus Südschweden, die viel gemeinsam haben und doch unterschiedlich sind. Beide mit blondem Haar und blauen Augen, aber unverwechselbar:

Gustav ist groß, Oskar kleinwüchsig. Regisseur Axel Danielson hat die Brüder zehn Jahre mit der Kamera begleitet und so ein ungewöhnliches Porträt gefilmt. In 53 Szenen erzählt er chronologisch, was Oskar und Gustav bis zum Alter von 19 Jahren erleben. Er begleitet sie auf der Suche nach ihrer Identität – ob als Kinder beim Fußballspielen oder mit großen Augen im Zirkus, beim Streit mit ihrer Mutter als Jugendliche, beim Arzt oder Breakdance und Radfahren. Danielson rückt mit der Kamera nah an die Brüder heran, zeigt so ihre Zweifel und Ängste, ihre Wut und ihre Freude. Ein Film über die Geheimnisse, Offenheit und den Schmerz in der Kindheit.“

Am 09.02.2013 nutzten Lydia Maus und ich die Möglichkeit, im Zuge des Filmfestival Inklusion: „Überall dabei“, über unseren Selbsthilfeverband zu berichten. Wir hatten vor und nach dem Film die Gelegenheit, einen Infotisch zu platzieren und Werbung, Infomaterial und Lite-



ratur auszulegen und so unseren Selbsthilfe-Verband bekannter zu machen. Fachleute und Angehörige von Menschen mit Kleinwuchs konnten wir mit Infos versorgen. Dank der Rollups vom VKM haben wir schnell die Aufmerksamkeit auf uns gezogen. Ein dicker Dank geht an Christel und Karl an dieser Stelle, die uns schnell und unkompliziert die Materialien geschickt haben. Im Anschluss der Filmvorstellung gab es ein ausführliches Filmgespräch. Am interessantesten fand ich die Frage der Zuschauer, warum der Oskar als Kleinwüchsiger viel schneller durch seine Pubertät (Selbstfindungsprozess) gegangen ist, als sein Bruder Gustav. Wie sich die frühere Reife von Oskar erklären lässt?

Meine Antwort war, dass wir Kleinwüchsigen uns durch unser Anderssein schon viel früher mit unserem Selbstwert auseinandersetzen müssen. Wer bin ich? Im Rückblick auf das Filmfestival würde ich sagen, dass ich mich jederzeit wieder an solch einem Festival beteiligen würde. Da es auch eine schöne Rückblende auf mein eigenes doch sehr zufriedenstellendes Leben ist. Es ist eine gute Möglichkeit der Öffentlichkeitsarbeit.

Schade war, dass der Film das Thema Partnerschaft und die damit verbundenen Probleme von Menschen mit Kleinwuchs nicht aufgegriffen hat. Ansonsten fand ich den Film sehr offen.

Auch wenn das Thema Hilfsmittel nicht angerissen wurde, doch in der abschließenden Podiumsdiskussion konnten wir dieses Thema gut streifen. In diesen Sinne wünsche ich noch viel Spaß beim Ich-Sein.

Siehe auch Internetseite, Hilfsmittel:

<http://www.kleinwuchs.de/hilfen/hilfsmittel/rollstuhl-und-co.html>



Barrierefrei? Guildo Horn prüft Wahllokale

Sänger setzt sich für Behinderte ein

Berlin - Der Schlagersänger Guildo Horn (50) ist als Busfahrer unterwegs - für eine gute Sache. Er will testen, wie barrierefrei Deutschlands Wahllokale sind.



© dpa

Guildo Horn checkt mit seinem A-Team Wahllokale auf Barrieren.

Seit Montag tourt er für die Aktion Mensch mit drei Behinderten quer durch Deutschland. Ziel der Route von Berlin über Hamburg, Köln und Kassel bis München sei es, auf Verbesserungsmöglichkeiten hinzuweisen - damit jeder, der wählen wolle, auch wählen könne, sagte der gebürtige Trierer Guildo Horn („Guildo hat euch lieb“) in einem

dpa-Interview. Bis zur Bundestagswahl am 22. September sei ja noch ein bisschen Zeit.

Wieso werden Sie als Schlagerstar jetzt Busfahrer?

Das liegt bei uns in der Familie. Meine Mutter ist auch Bus gefahren bei der Lebenshilfe Trier. Das Fortbewegen hat bei uns eine Riesentradition. Als ich von dieser Tour der Aktion Mensch gehört habe, bin ich da selbstständig vorstellig geworden als Busfahrer, ich war der einzige Bewerber - und dann haben die mich da genommen.

Jetzt sind Sie aber nicht behindert. Wie wollen Sie dann Wahllokale auf Barrierefreiheit testen?

Ich habe ja meine Spezialisten - mein A-Team - mit im Gepäck. Das sind Petra Groß, lernbehindert, Raúl Krauthausen, mit Glasknochen im Rollstuhl, und Michael Wahl, unser Blindenexperte. Die werden die Dinge aus ihrer ganz persönlichen Sicht bewerten.

Wie muss ein Wahllokal denn sein, damit es barrierefrei ist?

Ganz wichtig ist, dass Du mit dem Rollstuhl da hochkommst. Wenn man nur Treppen hat, ist man ausgeschlossen. Wenn du blind bist, ist es wichtig, dass du eine Wahlschablone hast. Sonst bist du darauf angewiesen, dass jemand mit in die Wahlkabine geht und das Kreuzchen macht. Das hat aber nichts mehr mit geheimer Wahl zu tun. Und für Menschen mit einer Leseschwäche könnte man mehr mit Symbolen arbeiten.

Was ist denn das Ziel der Wahllokal-Tester?

Wir brechen nicht auf, um zu sagen, was alles schlecht ist. Unser Ziel ist, auf Dinge hinzuweisen - ist ja noch ein bisschen Zeit bis zur Wahl - die man noch verbessern kann. Ich bin total sicher, dass das keiner absichtlich tut. Wenn was nicht funktioniert, liegt das eher daran, dass die Leute nicht informiert sind.



Behinderte könnten aber doch auch problemlos Briefwahl zu Hause machen, oder?

Es geht darum, die freie Entscheidung zu haben, was man möchte. Wählen zu gehen ist ja auch ein schöner Event. Man geht dorthin und zelebriert seine Wahl. Ich mag das ganz gerne. Das hat ein bisschen was Gemeinschaftliches. Wenn du zu Hause bist und Briefwahl machst, dann geht dir ein bisschen was flöten.

Wieso sind Behinderte Dir so wichtig?

Das Miteinander von Behinderten und Nichtbehinderten in unserer Gesellschaft ist noch so speziell - so viele Menschen haben noch nie Kontakt mit einem geistig oder körperlich Behinderten gehabt - und auch ein bisschen Angst davor. Ich will Geschmack darauf machen, dass ein Miteinander mit Andersartigkeit ein total spannendes Ding ist, und dass jeder voneinander lernen kann. Auch von Menschen, von denen man denkt, die haben Defizite. Keiner hat nur Defizite.

Quelle: Münchner Merkur, 19.08.2013



Traurige Nachricht



*Wenn die Kraft versiegt,
die Sonne nicht mehr wärmt,
der Schmerz das Lächeln einholt,
dann ist der ewige Frieden
eine Erlösung.*

Melanie Buck

* 3. Januar 1969 † 22. August 2013

*Wir sind dankbar für all' das Schöne, das wir mit Dir
erleben durften. Wir werden Dich nie vergessen.*

In Liebe

*Deine Mama und Wilfried
Astrid und Ludger mit Anna-Lena und Pauline
Alexander und Simone, Sebastian und Julia
Dein Vater und alle Angehörigen*

48147 Münster, Palestrinastraße 5

*Die Urnenbeisetzung ist am Donnerstag, dem 29. August 2013,
um 14.30 Uhr von der Friedhofskapelle des alten Friedhofs
in Freckenhorst aus; anschließend erfolgt das Seelenamt
in der Stiftskirche St. Bonifatius.*

*Anstelle von Blumen und Kränzen bitten wir im Sinne von Melanie
um eine Spende für das Schrägstrichtheater in Münster / Laut- und
Gebärdensprache, auf das Sonderkonto 34 366 500 bei der Sparkasse
Münsterland Ost, BLZ 400 501 50, Stichwort: Melanie Buck.*

Schwerbehindertenausweis im Scheckkartenformat

Seit Januar 2013 kann der Schwerbehindertenausweis im Scheckkartenformat ausgestellt werden. Wer einen gültigen Schwerbehindertenausweis im alten Papierformat hat, kann je nach Bundesland einen neuen im Kartenformat bekommen. Es besteht aber keine Verpflichtung für die Berechtigten, den alten Ausweis umzutauschen. Ab Januar 2015 wird der Ausweis nur noch in dieser Form ausgestellt.

So bekommt man einen neuen Ausweis:

Wer den Ausweis im Papierformat in einen neuen im Scheckkartenformat umtauschen möchte, kann dies formlos bei der für ihn zuständigen Regionalstelle des ZBFS (früher Versorgungsamt) beantragen. Die Kontaktdaten findet man unter:
www.zbfs.bayern.de/aemter/index.html.

Nimm in Deinen Antrag auf Umtausch Deines gültigen Ausweises nach Möglichkeit das Aktenzeichen des Feststellungsbescheides über Deine Behinderung und über den Grad Deiner Behinderung auf. Lege ein aktuelles farbiges Passbild im Format 35 mal 45 mm bei und vermerke auf der Rückseite des Bildes sicherheitshalber noch einmal das Aktenzeichen, in jedem Falle aber Deinen vollständigen Namen und Dein Geburtsdatum. Das Bild muss keine biometrischen Anforderungen erfüllen, wie sie für den Bundespersonalausweis vorgeschrieben sind.

Das Zentrum Bayern Familie und Soziales (ZBFS) verschickt die neuen Ausweise dann per Post direkt an die Antragsteller. Die alten Ausweise werden gleichzeitig zurückgefordert. Es genügt, diese ebenfalls per Post an das ZBFS zurückzusenden.

Ein persönlicher Besuch bei der Dienststelle ist daher weder für die Ausstellung des neuen, noch für die Rückgabe des alten Ausweises notwendig.

Quelle: www.agsv.bayern.de



Büchertipps:

Straßenatlas führt barrierefrei ins Ziel



Durch den erfolgreichen Verkauf der 1. Auflage Straßenatlas Deutschland >barrierefrei ans Ziel< konnte WAY OK mit einem Spendenanteil von 0,20 € je Atlas über 900 € an die Stiftung MyHandicap überweisen. Jetzt ist die aktualisierte 2. Ausgabe von diesem Deutschland-Atlas erschienen. Ein hilfreicher Atlas, der an allen Autobahnen in Deutschland für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen barrierefreie Tank- und Raststätten, Autohöfe, Hotels und WCs auflistet. So können Menschen mit Behinderung - aber auch beispielsweise Familien mit Kinderwagen und ältere Menschen - ihre Reise mit dem PKW stressfreier und selbstbestimmter starten. Dieser absolut innovative Atlas ist so übersichtlich gestaltet, dass auch bei einer spontanen Routenänderung immer der Überblick behalten werden kann. Die Zeiten, dass Menschen mit Mobilitätseinschränkung vor unüberwindbaren Hürden, bei der Pause, einem Zwischenstopp oder gar einer Übernachtung in der Ferne stehen, sind somit vorbei. Egal ob für die Planung eines Familienurlaubs, eines Kurztrips oder einer Dienstreise, dieser Atlas stellt - neben der Onlinesuche unter MyAdress von der Stiftung MyHandicap - eine ausgezeichnete Recherchemöglichkeit dar.

Der Einzelverkaufspreis beträgt € 8,95 + € 3,00 Versandkosten, zu bestellen unter: office@way-ok.de oder Tel: 0711 22295762

Quelle: Kartografischer Verlag, WAY OK ...wegweisend
Pressemitteilung Juni 2013



Gelähmt sind wir nur im Kopf



Von einem, der sich weigerte, im Rollstuhl zu sitzen, und heute andere auf die Beine bringt.

Wenn plötzlich alles anders ist ...

Was passiert, wenn man von einem auf den anderen Tag nicht mehr gehen kann und plötzlich alles anders ist? Der ehemalige RTL-Fernseh-Redakteur und -Korrespondent Markus Holubek hat es selbst erlebt: 2007 brach er sich bei einem Skirennen am Vorarlberg die Wirbelsäule. Diagnose: Querschnittslähmung.

In diesem Buch schildert er das Leben nach seinem Unfall und beschreibt seinen Weg vom Rollstuhl zurück ins aufrechte Leben. Sein Weg hat Vorbildcharakter – für „Gedankengelähmte“ und Menschen in Krisen. Markus Holubek zeigt, wie Gedanken gesund machen können, wie man wieder positive Energie zurückgewinnt, Ängste und Blockaden abbaut und aus der Passivität in die Aktivität kommt! Ein Motivationsbuch, ein Buch für das Leben und ein Plädoyer für das kleine Glück.

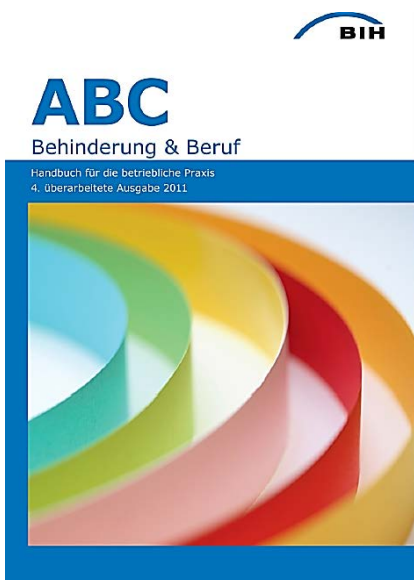
ISBN: 978-3-517-08773-3

Best. Nr. 33866153

Verlag: Südwest-Verlag, 2011



Fachlexikon ABC Behinderung und Beruf



Als Broschüre in pdf:
<http://www.zbfs.bayern.de/imperia/md/cotent/blvf/integrationsamt/broschueren/fachlexikon.pdf>

Oberbayern

Servicebüro (E-Mail)

Tel.: 0 89 / 1 89 66 - 25 66

Fax.: 0 89 / 1 89 66 - 24 16

Niederbayern

Franz Eberl (E-Mail)

Tel.: 08 71/8 29-4 77

Fax.: 08 71/8 29-1 85

Oberpfalz

Servicebüro (E-Mail)

Tel.: 09 41/78 09-47 17

Fax.: 09 41/78 09-13 75

Oberfranken

Martin Hübner (E-Mail)

Tel.: 09 21/6 05-28 04

Fax.: 09 21/6 05-29 81

Mittelfranken

Michael Brunner (E-Mail)

Tel.: 09 11/9 28-25 13

Fax.: 09 11/9 28-19 46

Unterfranken

Steffen Exner (E-Mail)

Tel.: 09 31/41 07-2 86

Fax.: 09 31/41 07-07 40

Schwaben

Servicebüro (E-Mail)

Tel.: 08 21/57 09-30 05

Fax.: 08 21/57 09-90 05

oder kostenfrei zu bestellen bei den jeweiligen Integrationsämtern:

Ratgeber für Menschen mit Behinderung

Wer körperlich, geistig oder seelisch behindert ist oder wem eine solche Behinderung droht, hat ein Recht auf Hilfe. So bestimmt es das Sozialgesetzbuch. Und zwar auf die Hilfe, die notwendig ist, um die Behinderung abzuwenden, zu beseitigen, zu bessern, ihre Verschlimmerung zu verhüten oder ihre Folgen zu mildern. Dazu gehören auch die Hilfen, die behinderten Menschen einen ihren Neigungen und Fähigkeiten entsprechenden Platz in der Gemeinschaft, insbesondere im Arbeitsleben, sichern.



Als Broschüre in pdf:

http://www.bmas.de/SharedDocs/Downloads/DE/PDF-Publikationen/a712-ratgeber-fuer-behinderte-menschen.pdf;jsessionid=3E5BC23D3B936C9C949E73220643BEA4?__blob=publicationFile

oder kostenfrei zu bestellen:

Bundesministerium für Arbeit und Soziales
Öffentlichkeitsarbeit und Internet
Wilhelmstraße 49
10117 Berlin

Quelle: Bundesministerium für Arbeit und Sozialordnung

Mobil mit Handicap

Services für mobilitätseingeschränkte Reisende

Egal, ob jung oder alt, ob körperlich uneingeschränkt mobil oder mobilitätseingeschränkt: Die Broschüre bietet Euch einen detaillierten Überblick über Serviceleistungen für Reisende, die von ihrer Mobilität her eingeschränkt sind.

Als Broschüre herunterladen unter:

http://www.bahn.de/p/view/mdb/bahnintern/services/mobilitaet_service/barrierefrei_-_neu/mdb_109570_mobil_mit_handicap_2013_bf.pdf

Herausgeber

DB Mobility Logistics AG Marketingkommunikation (GMK)

Frankenallee 2 – 4, 60327 Frankfurt am Main



Mobil mit Handicap

Angebote und Services für
mobilitätseingeschränkte
Reisende

Fahren und Sparen

Reiseplanung

Service & Komfort

Übersicht, Informationen

Die Bahn macht mobil.

Der Deutsche Behindertensportverband wird
gefördert durch die Deutsche Bahn AG

60 DBS



Tipps

Anruf 116 117 – damit der Arzt kommt

Es ist Abend. Die Arztpraxis hat längst geschlossen und die Ohrenschmerzen werden immer stärker. Oder ein fiebriger Infekt beginnt ausgerechnet am Wochenende. Wer kennt nicht solch eine Situation? Ein Arzt wird gebraucht, aber wie erreicht man einen?

Jedes Jahr nehmen circa 3,9 Millionen Menschen den Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigungen in Anspruch. Zuvor gab es in den einzelnen Bundesländern viele unterschiedliche Telefonnummern, die sich auch laufend änderten. Seit April 2012 gibt es kein mühsames Suchen mehr nach der richtigen Telefonnummer. Denn ob in Köln, auf Rügen oder im Schwarzwald: Patienten können den allgemeinen ärztlichen Bereitschaftsdienst deutschlandweit unter der 116 117 erreichen.

Keine Freifahrt im Omnibusfernverkehr

Eine Freifahrtregelung für schwerbehinderte Menschen, die über eine Wertmarke verfügen, gibt es nur im Nahverkehr und nicht im Fernverkehr. Das ist bei Fernbussen nicht anders als bei Fernzügen der DB AG. Rechtsgrundlage ist insoweit § 145 Abs. 1 SGB IX in Verbindung mit § 147 SGB IX.

Auszüge aus: Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e. V.



Internetlinks

| | |
|--|--|
| <p>Rollstuhlgerechte Orte finden Wheelmap.org ist eine Online-Karte zum Suchen, Finden und Markieren rollstuhlgerechter Orte.</p> | <p>http://wheelmap.org/</p> |
| <p>Nachrichten in einfacher Sprache Auf der Internetseite „nachrichten-leicht.de“ gibt es regelmäßig neueste Nachrichten aus aller Welt in Einfacher Sprache zum Lesen und Hören.</p> | <p>http://www.nachrichtenleicht.de/</p> |
| <p>Landesarbeitsgemeinschaft der Werkstätten für behinderte Menschen Bayern e. V. Leistungskatalog der Werkstätten Bayern</p> | <p>http://www.wfbm-bayern.de/leistungskatalog</p> |
| <p>Neue Aktion der CAP-Märkte Im April 2013 startete in den CAP-Märkten die Aktion „Von hier – das schmeckt mir“. Die bundesweit fast 100 Lebensmittelmärkte in Orts- und Stadtteilzentren bieten seither verstärkt Waren von regionalen Produzenten an. Die CAP-Märkte sind ein so genanntes Social Franchising (soziales Geschäftskonzept) der Genossenschaft der Werkstätten für behinderte Menschen Süd in Sindelfingen. Rund die Hälfte der Beschäftigten in den CAP-Märkten hat eine Behinderung.</p> | <p>www.cap-markt.de</p> |



Hörgeräte

Festbeträge werden ab November verdoppelt

Künftig verbessert sich die Versorgung Schwerhöriger. Ab dem 1. November 2013 verdoppeln die gesetzlichen Krankenkassen den Festbetrag für Hörgeräte. Der Sozialverband VdK begrüßt diese neue Regelung. Der VdK hat für viele Mitglieder vor Gericht eine Hörhilfe ohne Eigenleistung erstritten. Denn die Festbeträge reichten oft nicht aus, um eine Versorgung zu gewährleisten.

In Deutschland leiden rund 14 Millionen Menschen an Schwerhörigkeit. Pro Jahr werden rund 500 000 Betroffene mit Hörhilfen versorgt. Wenn gesetzlich Versicherte aus medizinischen Gründen ein Hörgerät benötigen, übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen einen sogenannten Festbetrag. Die Krankenkassen müssen sicherstellen, dass die Versorgung der Versicherten ohne Eigenleistung möglich ist.

Ab 1. November dieses Jahres gilt für schwerhörige Versicherte, die das 18. Lebensjahr vollendet haben, ein Festbetrag von 784,94 Euro inklusive Mehrwertsteuer. Der derzeit noch geltende Festbetrag liegt bei 421,28 Euro. Mit der Vergütungsänderung wurden auch technische Anforderungen an Hörgeräte festgelegt. So müssen Hörhilfen Digitaltechnik nutzen, mindestens vier Kanäle und drei Hörprogramme anbieten, Rückkopplungen und Störschall unterdrücken sowie die Leistung auf maximal 75 Dezibel verstärken können.

Wenn das Hörgerät zum Festbetrag nicht ausreicht, um die individuelle Hörbehinderung auszugleichen und ein teureres gewählt werden muss, kann ein Antrag auf Kostenübernahme bei der Krankenkasse gestellt werden. Annehmlichkeiten wie ein besseres Tragegefühl gehören jedoch nicht zu den erstattungsfähigen Kosten. Wer sich deshalb für ein teureres Produkt entscheidet, muss die Mehrkosten selbst tragen.

Quelle: VdK-Zeitung September 2013

Ohne fremde Hilfe auf die Toilette!

Easywipe Toilettenhilfe

Ein unkomplizierter Mechanismus sorgt dafür, dass er das Toilettenpapier fest „im Griff“ hat. Anschließend gibt er das Papier wieder frei, ohne dass man es dabei anfassen muss. Latexfrei. Kann diskret in mitgelieferter Aufbewahrungstasche transportiert werden.

Größe: ca. L 38, ø 4 cm.



Toilettenpapier um die Spitze wickeln, kurz eindrücken und festklemmen.

Entfernt wird das Toilettenpapier einfach und schnell durch einen Druck auf den Knopf am Ende des Hygienehelfers.



Toilettenhilfe Bestell-Nr.: 19 789 6E

Easywipe Toilettenhilfe 49,99 €

inkl. Mehrwertsteuer

Quelle: www.bader.de

Mobiles Bidet

Das mobile Bidet sorgt auch unterwegs für höchste Hygiene und macht das Reinigen wirksamer als jedes Toilettenpapier. Hat man sich einmal für das mobile Bidet entschieden, möchte man auf diesen Komfort, diese Frische und Sauberkeit nicht mehr verzichten. Dank des waschbaren Transportbeutels kann das mobile Bidet einfach in der Tasche verstaut werden, ohne viel Aufmerksamkeit zu erregen. Leicht zerlegbar, mit Aufbewahrungstasche. Maße: 7 x 7 x 28 cm.

Beim erhöhten Hygienebedarf z. B.:

- Hämorrhoiden
- Inkontinenz
- Durchfall
- Ideal auch für unterwegs



Bestell-Nr.: 19 829 8E
Mobiles Bidet 14,95 €
inkl. Mehrwertsteuer

Quelle: www.bader.de

Inklusion leben: Am Arbeitsplatz



Melissa: Teamspielerin mit Durchsetzungswillen

Melissa W. ist eine sehr aktive junge Frau, die das Leben liebt – und für ihr Leben gern tanzt. Beim Tanzen, ihrer Lieblingsbeschäftigung in der Freizeit, wird die Gehhilfe, die sie im Alltag nutzt, zum Sportgerät. Melissa ist selbstbewusst. Aber so selbstbewusst wie heute war sie nicht immer. In der Schule hatte Melissa mit dem Mobbing ihrer Mitschüler zu kämpfen, aber auch mit Lehrern, die wenig Verständnis für ihre Situation aufbrachten. Doch im Rückblick war es für sie sehr wichtig, eine Regelschule zu besuchen - und so die Grundlage für ein selbstbestimmtes Leben als erwachsene Frau zu schaffen.

Keine Bevorzugung

Nach ihrem Schulabschluss an der Realschule hat Melissa eine Ausbildung zur Bürokauffrau beim Deutschen Roten Kreuz in ihrer Heimatstadt Melle begonnen. Seit kurzem hat sie ihren Abschluss in der Tasche. Zwar ist sie die einzige Mitarbeiterin mit Behinderung, aber eine bevorzugte Behandlung bekommt sie deshalb nicht. Das führt auch schon mal zu Konflikten und der ein oder anderen Herausforderung, denn für einige Arbeiten braucht Melissa mehr Zeit. Doch Melissa ist eine Kämpferin! Und mit ihren Kolleginnen im Büro bildet sie inzwischen ein eingespieltes Team. Gegenseitige Unterstützung ist die Grundlage für die gemeinsame Arbeit. So löst sich auch das Problem mit dem Ordner im obersten Regal in Luft auf.





Interview mit Melissa W.

Es war ja nicht von Anfang an klar, dass Sie kleinwüchsig sein würden. Welche Erinnerungen haben Sie an die Zeit davor?

Meine Kindheit war ganz normal. Ich konnte halt nicht so herumspringen, rennen und toben wie die anderen Kids, aber das war mir auch nicht wichtig, ich machte dann halt andere Sachen, zum Beispiel schwimme ich total gerne. Meine Krankheit wurde erst mit sechs Jahren festgestellt. Das war erst ein Schock, auch für meine Eltern. Die Ärzte haben gesagt, ich würde nicht mehr laufen, schwimmen, Fahrrad fahren können. Ich kann es aber trotzdem, weil meine Eltern immer daran geglaubt haben und gesagt haben: „Unsere Tochter kommt nicht in den Rollstuhl, sondern wird weiterhin laufen.“ Dafür habe ich dann den Rollator bekommen. Den Rollstuhl nutze ich nur für längere Ausflüge.

Wie war es, als Sie in die Schule kamen?

Meine Eltern haben darum gekämpft, dass ich in eine Regelschule komme, damit ich den Anschluss an die anderen Kinder nicht verliere. Ich war zuerst in einem ganz normalen Kindergarten, danach auf einer gewöhnlichen Grundschule. Ab und zu gab es Situationen, wo ich sehen musste, wie ich alles hinkriege. Ich kann ja zum Beispiel nicht auf normalen Stühlen sitzen. Also habe ich den TrippTrapp Stuhl bekommen. Man muss halt Ideen haben. Ich wollte eigentlich immer einen normalen Weg gehen, damit ich auch das normale Leben kennenlernen.

Gab es in Ihrer Schulzeit auch Schwierigkeiten?

Während der Pubertät war es manchmal schwierig. Meine Mitschüler haben geglaubt, dass ich von manchen Lehrern bevorzugt behandelt würde. Das war nicht einfach für mich, weil sie mich gemieden haben. Sie haben mir auch Sachen weggenommen und ich durfte nichts sagen,

weil ich dann noch mehr Ärger bekommen hätte. Das war schon hart. Vorher war ich selbstbewusst und fröhlich. Durch die Ausgrenzung und das Mobbing ist das verlorengegangen. Ich habe mich immer mehr zurückgezogen. Aber ich hatte eine starke Familie, die mich unterstützt hat, und eine Psychologin, die mich auch aufgebaut hat. Ich habe dann meinen Hauptschulabschluss gemacht und später den Realschulabschluss nachgeholt.

Warum glauben Sie, haben Menschen Probleme mit anderen Menschen, die eine Behinderung haben?

Weil sie es vielleicht einfach nicht kennen. Wenn die Menschen viel mehr mit anderen zu tun hätten, die ein Handicap haben – ob geistig oder körperlich – dann hätten sie auch keine Angst mehr davor. Ein Handicap ist ja nicht ansteckend. Das ist eigentlich nur ein normaler Mensch, halt mit einer Einschränkung. Und wenn man den besser kennen würde, wüsste man: Der tut nichts, der beißt nicht oder so. Sondern der ist nett, dem kann man helfen, mit dem kann man Spaß haben. Dann würde Inklusion besser funktionieren.



Wie ging es nach der Schule weiter?

Damals habe ich in der Zeitung gelesen, dass eine Tanzschule in Osnabrück Leute suchte, die beim integrativen Musical „On the telly“ mitmachen wollten. Ich habe mich gemeldet und sie haben mich genommen. In der Tanzschule gibt es so viele verschiedene Menschen – mit geistiger Behinderung, mit Rollstühlen und auch Leute, die keine Behinderung haben. Inzwischen sind wir eine große Familie. Jeder hilft jedem und es gibt kein Ausgrenzen. Zu Anfang hatte ich auch vor Leuten mit

geistiger Behinderung Berührungsängste, aber mittlerweile habe ich diese Angst verloren. Durch die Mitwirkung im Musical habe ich mein Selbstbewusstsein wiederbekommen. Ich habe in dem Stück einen Gangster gespielt und außerdem „Dancing Queen“ gesungen. In dem Moment war mein Handicap wie weg. Ich war auf der Bühne, habe mich großartig gefühlt. Wir haben in verschiedenen Städten gastiert, waren auch in Holland. Ich konnte singen und schauspielern und nachher hat der Applaus gezeigt, dass es den Zuschauern gefallen hat. Und das ist das Größte. Da blüht man so richtig auf.

Und wie haben Sie Ihren Ausbildungsplatz gefunden?

Erst habe ich ein Praktikum gemacht beim Deutschen Roten Kreuz. Das hat mir gut gefallen. Ich kann ja nicht jeden Beruf ausüben, sondern nur Tätigkeiten, bei denen ich nicht so viel laufen und stehen muss. Dann habe ich dort eine Ausbildung begonnen und dabei die einzelnen Abteilungen durchlaufen. Am liebsten habe ich in der Finanzbuchhaltung gearbeitet, weil da nicht so viel Trubel ist. Man kann sich in Ruhe den Rechnungen widmen. In der Personalabteilung war ich zwar auch gerne, aber die Finanzbuchhaltung ist meine Lieblingsabteilung.



Und wie war das, wenn Sie Unterstützung brauchten, etwa, wenn Sie einen Ordner aus einem oberen Regal nehmen mussten?

Ich habe einfach eine Kollegin oder einen Kollegen gefragt. Ich habe zum Beispiel nicht die Kraft, den Locher runterzudrücken oder um Schlüssel herumzudrehen. Es gab auch eine besondere Kollegin, sozusagen meine Mentorin. Wenn es während der Ausbildung irgendwelche Probleme gab, konnte ich zu ihr gehen und sie um Hilfe bitten. Ich wollte keine Extrawurst, man sollte mit mir so normal wie möglich umgehen. Aber natürlich bin ich viel auf

Hilfe und Verständnis angewiesen. Ja, also, es ist nicht immer leicht. Ich muss mich immer viel durchsetzen, weil es heißt oft, dass ich mich hinter meiner Krankheit verstecken würde.

Hat sich in den drei Jahren bei der Haltung der Kollegen Ihnen gegenüber etwas verändert?

Sie konnten mit der Zeit ganz anders auf mich eingehen, dachten nicht mehr groß darüber nach, sondern machten es einfach. Es ist ganz wichtig, dass man den anderen besser kennenlernt und nicht gleich von Anfang an sagt: „Der hat diese Einschränkung und kann das nicht“, oder: „Mit dem will ich nichts zu tun haben.“ Das ist immer der falsche Weg. Wenn man abblockt, kann eine Zusammenarbeit sehr schwierig werden.

Wollen Sie weiterhin als Bürokauffrau arbeiten oder könnten Sie sich auch ganz andere Bereiche vorstellen?

Ich könnte mir vorstellen, weiterhin in diesem Bereich zu arbeiten. Aber ich würde auch gerne etwas mit Schauspiel, Gesang und Tanz machen. Moderation im Radio oder Fernsehen würde mich auch interessieren. Wenn es da etwas gäbe, wäre es schön. Wenn es ein Büro ist, ist es auch in Ordnung. Ich gehe erst einmal diesen Weg, damit ich etwas habe. Man kann sich dann immer noch umorientieren.

Würden Sie sagen, Sie können alles erreichen?

Also man kann die Karriereleiter auch im Rollstuhl hochkommen, vorausgesetzt, dass sich das Umfeld auf einen einstellt. Gut, es gibt immer Leute, die sagen: „Nein danke, das wollen wir nicht“. Aber wenn Menschen hinter einem stehen und sagen: „Das schaffst Du. Du hast was drauf“, dann kann man auch mit Gehilfe oder Rollstuhl die Karriereleiter hochkommen. Dann sind keine Grenzen gesetzt. Man muss einfach nur Mut haben, sein Bestes geben und hoffen, dass die Mitmenschen mitziehen.

Quelle: www.aktion-mensch.de, 02.09.2013



Höchster Pass war 2604 Meter hoch

Mann fährt mit dem Handbike über die Alpen

München - Vom Bergsport in den Rollstuhl und zurück: Seit einem tragischen Kletterunfall vor vier Jahren sitzt Felix Brunner im Rollstuhl, seinen sportlichen Ehrgeiz hat er dennoch nicht verloren.



© dpa

Felix Brunner brauchte zehn Tage für die Alpenüberquerung

Soeben hat der Allgäuer mit einem speziellen Handbike die Alpen überquert. „Es ist eine wahnsinnige Genugtuung für mich zu zeigen, was auch als Sportler im Rollstuhl möglich ist, in der Form hat es das im Behindertensport noch nie gegeben“, sagte der 24-Jährige am Montag in München.

Für die Alpenüberquerung hat Brunner seinen Rollstuhl gegen ein geländetaugliches Handfahrrad getauscht, das in den USA entwickelt wurde. Zehn Tage dauerte die Tour, bei der Brunner und sein achtköpfiges Team 12 000 Höhenmeter und mehr als 480 Kilometer bis zum Gardasee zurücklegten. Ein Jahr lang hat sich der Allgäuer im Kraftraum intensiv vorbereitet. Die Route über die Alpen führte über zahlreiche Pässe, der höchste ist 2604 Meter hoch. „Es waren auch einige Situationen dabei, wo das Team mich unterstützen musste, damit ich nicht abrutsche“, sagte Brunner.

2009 stürzte der junge Bergwachtler aus Hopferau bei einem Kletterunfall 30 Meter tief in eine Schlucht. Dabei wurde er so schwer verletzt, dass er acht Monate im künstlichen Koma lag und fast 14 Monate auf der Intensivstation verbrachte. Weil Brunner sehr viel Blut verloren hatte, kooperiert er seitdem mit dem Blutspendedienst des Bayerischen Roten Kreuzes. Die Aktion bekam daher auch den Namen „Von der Transfusion zur Transalp“.

Quelle: Münchner Merkur vom 19.08.2013



Wissenswertes

Fruchtfliegen sind kleine, lästige Fliegen, die es auf Obst abgesehen haben. Um dagegen anzukämpfen, gibt es ein ganz einfaches Mittel, das man selbst herstellen kann:

Eine flache Schale - am besten wirkt eine gelbe - mit

- 1 Teil Essig
- 3 Teile Fruchtsaft
- ein Tropfen gelbes Spülmittel
- 2 Teile Wasser (zuletzt hinzufügen und alles miteinander mischen)

So funktioniert die Fruchtfliegenfalle: Die Fruchtfliegen werden vom Essig und dem Saft angelockt. Nicht umsonst heißen sie auch Essigfliegen oder Obstfliegen. Das Spülmittel sorgt dann dafür, dass die Oberflächenspannung des Wassers minimiert wird. So können sich die Fruchtfliegen nicht mehr auf der Wasseroberfläche halten und ertrinken.

Rotweinflecken in Kleidungsstücken bekommt man weg, indem man ein paar Tropfen weißes Spülmittel darauf gibt, das ganze einige Zeit einwirken lässt und das Kleidungsstück danach wäscht.



| Informationen | Vereinsdaten VKM |
|--|--|
| <p style="text-align: center;">Einsendeschluss</p> <p style="text-align: center;">für die nächste Ausgabe</p> <p style="text-align: center;">unserer Trotzdem</p> <p style="text-align: center;">ist der</p> <p style="text-align: center;">27. Dezember 2013!</p> | <p>Der Bundesselbsthilfeverein Kleinwüchsiger Menschen ist eingetragen im Vereinsregister Nr. 7275 beim Amtsgericht in Hamburg</p> |
| | <p>Hinweis:</p> <p>Bitte überweist Euren Mitgliedsbeitrag direkt auf das Konto Eures Landesverbandes!</p> |
| | <p>Jahresbeitrag:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Einzelperson 35,00 Euro ➤ Paar/Lebensgemeinschaft 60,00 Euro ➤ Jedes weitere Familienmitglied 5,00 Euro ➤ Sozialbeitrag 17,50 Euro |
| <p>BundesSportGemeinschaft Kleinwüchsiger Menschen e. V.:</p> <p>1. Vorsitzende Karen Müller Frösleer Bogen 25 24983 Handewitt Tel. Nr.: 04608 971387 Fax Nr.: 04608 971525 www.bsgkm.de Karen.BSGKM@gmx.de</p> | |



Frau
Lydia Maus
Stadtweg 28 B
31191 Algermissen



Aufnahme - Antrag

Name: _____ Vorname: _____

Straße / Hausnr.: _____

PLZ : _____ Wohnort: _____

Tel.: _____ E-Mail: _____

Geboren am: _____ Familienstand: _____

Beruf: _____

Behinderung/Kleinwuchsart: _____

weitere Einschränkungen: _____

Körpergröße: _____
(bei außerordentlichen Mitgliedern nicht erforderlich)

Ich beantrage die Mitgliedschaft als:

- ordentliches Mitglied (bis 1,50 m)
Mitgliedsbeitrag: Einzelperson 35.- €, Paar 60.- €, Sozialbeitrag 17,50 €
- außerordentliches Mitglied (ab 1,51 m)
Mitgliedsbeitrag: Einzelperson 35.- €, Paar 60.- €, Sozialbeitrag 17,50 €

Ich möchte folgendem Landesverband angehören:

- Baden-Württemberg
- Brandenburg-Berlin
- Kurhessen-Harz
- Rhein-Hessen-Saar
- Bayern
- Hamburg / Schleswig-Holstein
- Nordrhein-Westfalen

Ich bin damit einverstanden, dass meine o.g. Daten vom VKM gespeichert werden. Alle Daten werden vertraulich behandelt und nicht ohne meine Einwilligung an Dritte weitergegeben.

Ort, Datum: _____ Unterschrift: _____
(Bei Minderjährigen Unterschrift des Erziehungsberechtigten)

Aufnahmeantrag an Lydia Maus senden

Lydia Maus
Stadtweg 28B
31191 Algermissen
Telefon: 05126 8020220
Fax: 05126 8020221
Mail: lydia.maus@kleinwuchs.de
Internet: www.kleinwuchs.de

Sitz: Amtsgericht Hamburg
Vereinsregister Nr. 7275
Bankverbindung:
Bank für Sozialwirtschaft Köln
Konto-Nr.: 80 88 500
BLZ: 370 205 00

Angeschlossen:



Mitglieder unseres Bundesvorstandes

2. Vorsitzende

Lydia Maus
Stadtweg 28 b
31191 Algermissen

Tel. Nr.: 05126 8020220
Fax Nr.: 05126 8020221
lydia.maus@kleinwuchs.de

Kassiererin

Verena Pauen
Stephanstraße 51
52064 Aachen

Tel. Nr.: 0241 5591884
verena.pauen@kleinwuchs.de

Schriftführer

Hans-Peter Wellmann
Bachstraße 4
33818 Leopoldshöhe

Tel. Nr.: 05208 958931
Fax Nr.: 05208 958934
hans-peter.wellmann@kleinwuchs.de

Pressesprecherin

Sabine Popp

Tel. Nr.: 06224 77007
sabine.popp@kleinwuchs.de

Kontaktperson zu anderen Verbänden
und dem Ausland

Anita Schmolke

Tel. Nr.: 0954 37564
anita.schmolke@kleinwuchs.de

Beisitzerin

Beate Twittenhof
Bachstraße 4
33818 Leopoldshöhe

Tel. Nr.: 05208 958931
Fax Nr.: 05208 958934
beate.twittenhof@kleinwuchs.de

Beisitzerin

Karen Müller
Frösleer Bogen 25
24983 Handewitt

Tel. Nr.: 04608 971387
Fax Nr.: 04608 971525
Karen.BSGKM@gmx.de

Beisitzer

Harald Schmolke
Ginsterweg 4
96114 Hirschaid

Tel. Nr.: 0954 37564
harald.schmolke@kleinwuchs.de



LANDESVERBÄNDE

| Vorsitzende/r | Landesverbandskonten |
|---|--|
| <p>Baden-Württemberg Thomas Bayer Karl-Schurz-Straße 26 70190 Stuttgart</p> | <p>Rosi Drodofsky Baden-Württembergische Bank BLZ 600 501 01, Kto. 2 558 347</p> |
| <p>Bayern Johann Sirch Kaufbeurer Straße 22 a 87719 Mindelheim</p> | <p>Tel. Nr.: 0711 5771795 bw@kleinwuchs.de</p> <p>Tel. Nr.: 08261 739868 Fax Nr.: 08261 732356 Johann.Sirch@kleinwuchs.de</p> <p>Sabine Ketzler Raiffeisenbank Beilngries BLZ 721 693 80, Kto. 62 480</p> |
| <p>Brandenburg/Berlin Uwe Rung Ernst-Thälmann-Straße 16 16767 Leegebruch</p> | <p>Tel. Nr.: 03304 250425 Fax Nr.: 03304 250425</p> <p>Regina Urack Bank für Sozialwirtschaft Berlin BLZ 100 205 00, Kto. 3 337 000</p> |
| <p>Hamburg/Schleswig-Holstein Karin Witt Stellinger Chaussee 23 22529 Hamburg</p> | <p>Tel. Nr.: 040 5892541 vkmwitt@aol.com</p> <p>Karen Müller Postbank Hamburg BLZ 200 100 20, Kto. 166 315 205</p> |
| <p>Kurhessen-Harz Lydia Maus Stadtweg 28 b 31191 Algermissen</p> | <p>Tel. Nr.: 05126 8020220 Fax Nr.: 05126 8020221 lydia.maus@kleinwuchs.de</p> <p>Christiane Göldner Nord-LB Braunschweig BLZ 250 500 00, Kto. 2 913 093</p> |
| <p>Nordrhein-Westfalen Karl Thomaschewski Talstraße 18 45659 Recklinghausen</p> | <p>Tel. Nr.: 02361 654055 nrw@kleinwuchs.de</p> <p>Verena Pauen Commerzbank Aachen BLZ 390 400 13, Kto. 121 422 000</p> |
| <p>Rhein-Hessen-Saar Sandra Berndt Fenchelweg 4 56587 Oberhonnfeld</p> | <p>Tel. Nr.: 02634 956051 Sandra.Berndt@kleinwuchs.de</p> <p>Joachim Boller Sparkasse Oberhessen BLZ 518 500 79, Kto. 002 706 5619</p> |

