

gesundheitspress

Magazin für und über Selbsthilfe in Mannheim, Heidelberg und der Region
Ausgabe 44 – Winter 2012

Persönliches Budget

Brustkrebs beim Mann

Tic(k)st Du noch richtig?



Schwerpunkt: Arbeit und Inklusion



18

**Schwerpunkt:
Arbeit und Inklusion**

Fähigkeiten in den Vordergrund stellen _____ 4
 Begleiter auf dem Weg in den ersten
 Arbeitsmarkt _____ 5
 Reha und Teilhabe:
 Servicestellen beraten und koordinieren _____ 5
 Wege von Psychiatrie-Erfahrenen ins Berufsleben _____ 6
 Ambulante Psychiatrie stabilisiert _____ 7
 Voll akzeptiert:
 Einsatz auf dem Außenarbeitsplatz _____ 8
 „Wenn ich hier nicht mehr arbeiten könnte,
 wäre ich traurig“ _____ 8
 Inklusion in der beruflichen Bildung –
 Wunschdenken oder realisierbares Vorhaben? _____ 9
 Unternehmensziel Inklusion _____ 10
 Mit inklusiver Sozialplanung zur inklusiven Stadt _____ 10
 Neue Bildungspartnerschaft _____ 11
 Mit CoPilot und Coach durch die Ausbildung _____ 11
 Mit Geduld und Übung zum Ziel _____ 12
 Alternativen zur Behindertenwerkstatt _____ 13
 Wettbewerb „all inclusive“ _____ 13
 „manna“ – Kaffee, Kurse, reden _____ 14
 Kunstkalender „12 Köpfe“ _____ 14
 Dienstreise und Frauenabend _____ 15
 Barrierefreie Zuflucht _____ 15
 Gesundheit – für alle! _____ 16
 Arbeitsplatz erhalten durch
 trägerübergreifendes Budget _____ 17
 Ambulantes Wohnen darf nicht allein aus
 Kostengründen abgelehnt werden _____ 17
 Braucht Inklusion einen anderen Umgang mit Zeit? _____ 18
 „beinamputiert-was-geht“ _____ 19
 Aktion Mensch fördert Inklusionsprojekte _____ 19



8



15

Gesundheitstreffpunkt Mannheim aktuell

ZI Mannheim ist selbsthilfefreundlich _____ 20
 Neuer Vorstand: Raymond Fojkar _____ 20

Heidelberger Selbsthilfebüro aktuell

Christina Reiß, Projektleiterin Selbsthilfe
 im Modellprojekt INFOPAT _____ 21
 INFOPAT _____ 21
 Freiwilligentag: Austausch für Selbsthilfegruppen _____ 21
 „Das Fremde in mir“ _____ 22
 Gestärkt. Selbstbewusst. Gut informiert. _____ 22

Nachrichten

Alter(n) und Gesundheit _____ 23
 25 Jahre engagiert im Emmertsgrund _____ 24
 Psychiatrische Tagesklinik im ZI
 feiert 30-jähriges Jubiläum _____ 24
 „Wege zur Ruhe“ in der Abtei Neuburg _____ 24

Selbsthilfe aktuell

Männer mit Brustkrebs _____ 25
 Essprobleme: Wieder lernen,
 das Leben zu genießen _____ 25
 Neue Wege in der Selbsthilfe _____ 26
 Tic(k)st Du noch richtig? _____ 26

Infos

Selbsthilfebörse _____ 27
 Selbsthilfe in der Region _____ 28
 Termine _____ 30
 Impressum _____ 30
 Bild-Impressionen _____ 31



2

25



24



23

Die Malwerkstatt – Ort für künstlerisches Schaffen und Begegnung



Das Titelbild dieser Ausgabe stammt aus der Malwerkstatt der Lebenshilfe Bad Dürkheim. Die Künstlerin des Werkes „Zelt“ heißt Paula Degenhardt. Im Innenteil befindet sich ein weiteres Bild der Malwerkstatt: „Felder“ von Lothar Gerhardt.

Die Malwerkstatt wurde 1998 von dem Künstler Wolfgang Sautermeister und dem damaligen Heimleiter Volker Kühnemund gegründet. Sie versteht sich als Ort für künstlerisches Schaffen (Malerei und Performance) und Begegnungsstätte verschiedenster kunstrelevanter Inhalte. Über die Jahre ist ein breites Netzwerk behinderter und nichtbehinderter Künstler entstanden.

Die Malwerkstatt betreibt die Galerie Alte Turnhalle und zeigt dort Ausstellungen mit Kulturschaffenden und Einrichtungen der Region wie z.B. Freie Kunstakademie Mannheim, Pädagogische Hochschule Heidelberg, Kunstwerkstatt Sinsheim, Universität Leipzig, Mosaikwerkstätten Berlin und weitere. Sie kooperiert auch mit internationalen Partnern: La Tinaia Florenz, AKIM Jerusalem, Galerie Susi Brunner Zürich, Gugging Art Brut Center Wien und weitere.

Info: www.lebenshilfe-duew.de

Die Redaktion bedankt sich bei Künstlerin und Künstler sowie Wolfgang Sautermeister für die Bereitstellung der schönen Bilder!

Liebe Leserin, lieber Leser,

wie versprochen haben wir erneut eine „Inklusionsausgabe“ gemacht. Sie berichtet über inklusive berufsvorbereitende Maßnahmen, Bildungspartnerschaften, Inklusion am Arbeitsplatz, Werkstätten, ambulante Psychiatrie und vieles mehr.

Mehrere schöne Beispiele für gelungene Inklusion im Einzelfall (und entsprechende individuelle Problemlösung) zeigen, dass da, wo ein Wille ist, oft auch ein Weg gefunden werden kann. Das aber wiederum – und auch das zeigen die Beispiele – setzt eine Zusammenarbeit vieler Träger sowie die Betrachtung des Einzelfalls voraus.

Werkstätten dienen oftmals als Übergangslösung (zurück) ins Berufsleben, eine ähnliche Funktion haben auch manche Ehrenämter für Betroffene. Hier wird viel geleistet und dadurch manches ermöglicht. Diese Übergangslösungen aber dürfen und sie sollen keine Dauerlösung sein – um der UN-Behindertenrechtskonvention gerecht zu werden, wird mehr verlangt.

Wenn man das große Ganze betrachtet, sieht man immer noch große Herausforderungen und Barrieren, die dem Recht, den eigenen Lebensunterhalt



durch bezahlte Arbeit zu verdienen, entgegenstehen. Eines der größten Probleme ist, dass der Weg auf den ersten Arbeitsmarkt für viele noch verschlossen bleibt.

Positiv ist aber, dass das Angebot von Inklusionsprojekten stetig zunimmt. Denn nur so werden gute Vorbilder überhaupt möglich. Damit Inklusion wirklich funktioniert, sind also viele gefragt: Bund, Länder, Kommunen, eine Vielzahl an Trägern, aber auch jede und jeder Einzelne.

Bärbel Handlos, Geschäftsführerin



Radio Rumms

*Claus Eisenmann, der bekannte Mannheimer Künstler – einst Mitglied der „Söhne Mannheims“ – spielte live mit seiner Ukulele im Studio von Radio RUMMS und begeisterte die jugendlichen Moderatoren. Bülent Ceylan und Laith Al-Deen hatten es ihm vorgemacht.
www.radio-rumms.de*

Fähigkeiten in den Vordergrund stellen

Gleichberechtigte Teilhabe von Menschen mit Behinderungen am Arbeitsleben muss selbstverständlich werden



„Felder“ von Lothar Gerhardt. Quelle: Malwerkstatt Lebenshilfe Bad Dürkheim.

Neben der Sicherung des Lebensunterhalts kann (Erwerbs)Arbeit weitere wichtige Funktionen erfüllen: Sie ermöglicht soziale Kontakte, kann Erfolgserlebnisse verschaffen und zu (sozialer) Anerkennung beitragen. Darüber hinaus bietet Arbeit die Möglichkeit, sich zu entfalten, sie kann identitäts- und sinnstiftend sein.

Die Behindertenrechtskonvention (BRK) der United Nations (UN) fordert im Artikel „Arbeit und Beschäftigung“ die gleichberechtigte Teilhabe von Menschen mit Behinderungen an diesem zentralen Lebensbereich. Die Unterzeichnerstaaten, darunter Deutschland, sind verpflichtet, das „Recht von Menschen mit Behinderungen ... auf Arbeit“ anzuerkennen – und es zu verwirklichen. Unter anderem, indem Diskriminierung unterbunden und Chancengleichheit gefördert wird, indem die

Staaten Maßnahmen ergreifen, die den allgemeinen Arbeitsmarkt für Menschen mit Behinderung zugänglich machen. Dazu gehören Beschäftigung im öffentlichen Sektor oder Anreize für private Unternehmen.

Auch beim Thema Arbeit kommt das Leitbild Inklusion zum Tragen. Dazu gehört, Abgrenzungen zu überwinden, so auch jene zwischen Menschen ohne und mit Behinderungen. In der Arbeitswelt geschieht das dadurch, dass alle gemeinsam an einem Ort, in einem Betrieb arbeiten. Die Realität sieht oft anders aus.

Obwohl Erwerbslose mit Behinderungen im Mittel höher qualifiziert sind als Erwerbslose ohne Behinderung, finden Erstere schwerer Beschäftigung auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt. (1) Viele Menschen mit Behinderungen arbeiten

in Sondereinrichtungen, obwohl es auch anders ginge.

Es gilt, die Defizitorientierung aufzugeben und stattdessen die Fähigkeiten von Menschen mit Beeinträchtigungen zu sehen. Es gilt, dafür zu sorgen, dass sie von ihrem Recht Gebrauch machen können, einen Beruf zu erlernen. Arbeit und Arbeitsort frei zu wählen. Sie wären nicht mehr Patienten oder Klienten, über die entschieden wird, sondern es wäre selbstverständlich, dass sie ihr Leben als gleichberechtigte Bürger selbst in die Hand nehmen. (2)

Birgit Dold

Arbeit und Beschäftigung

Art. 27, Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen

„Die Vertragsstaaten anerkennen das Recht von Menschen mit Behinderungen auf der Grundlage der Gleichberechtigung mit anderen auf Arbeit; dies beinhaltet das Recht auf die Möglichkeit, den Lebensunterhalt durch Arbeit zu verdienen, die in einem offenen, inklusiven und für Menschen mit Behinderungen zugänglichen Arbeitsmarkt und Arbeitsumfeld frei gewählt oder angenommen wird ...“

QUELLEN

(1) <http://statistik.arbeitsagentur.de/Statischer-Content/Arbeitsmarktberichte/Berichte-Broschueren/Arbeitsmarkt/Generische-Publikationen/Die-Arbeitsmarktsituation-schwerbehinderter-Menschen-2011.pdf>

(2) vergl. Prof. Dr. Andreas Hinz, „Inklusion und Arbeit – wie kann das gehen?“, <http://bidok.uibk.ac.at/library/imp-39-06-hinz-inklusion.html#id727216>

<http://www.institut-fuer-menschenrechte.de/de/menschenrechtsinstrumente/vereinte-nationen/menschenrechtsabkommen/behindertenrechtskonvention-crpd.html> (Texte Behindertenrechtskonvention)

Begleiter auf dem Weg in den ersten Arbeitsmarkt

Der Integrationsfachdienst Mannheim



Mannheim. Der Integrationsfachdienst (IFD) Mannheim berät und unterstützt sowohl Arbeitgeber, die Menschen mit Behinderung beschäftigen wollen, als auch Betroffene bei der Suche nach einem passenden Ausbildungs- oder Arbeitsplatz. Ein besonderer Fokus liegt auf der Unterstützung von Schülerinnen und Schülern mit Behinderung und von Beschäftigten der Werkstätten für behinderte Menschen auf ihrem Weg zu einem Arbeitsplatz auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt.

Für den 19-jährigen Dennis Ihrig hat sich dieses Angebot schon ausgezahlt. Seit Anfang 2012 ist er in einem unbefristeten und tariflich entlohnten Arbeitsverhältnis als Steinmetzhelfer bei der Firma FormStein Mannheim beschäftigt. Noch während seiner Schulzeit in der Eugen-Neter-Schule absolvierte er dort ein Praktikum. Nach Schulabschluss wurde er im Rahmen der Maßnahme „Unterstützte Beschäftigung“ über 12 Monate hinweg intensiv und zielgerichtet an seinem zukünftigen Arbeitsplatz eingearbeitet. Der IFD koordinierte die-

*Dennis Ihrig bei der Arbeit als Steinmetzhelfer.
Quelle: Integrationsfachdienst Mannheim*

KONTAKT

Integrationsfachdienst Mannheim
Tel. 0621 / 1 70 29 - 30
www.ifd-bw.de

se Maßnahme und die anschließende Übernahme ins Arbeitsverhältnis, die Bundesagentur für Arbeit finanzierte sie. Der mit dem IFD assoziierte JobCoach der Diakoniewerkstätten Rhein-Neckar unterstützte die betriebliche Qualifizierung. Mittlerweile hat Dennis Ihrig seine Probezeit gut überstanden und ist nach Aussage von Herrn Kaufmann „zu einem unverzichtbaren Mitarbeiter“ geworden.

Auch im Falle aufkommender Probleme können beide den IFD in Anspruch nehmen, wie alle schwerbehinderten Arbeitnehmer und ihre Arbeitgeber. In diesen Fällen berät der IFD alle Beteiligten neutral und unparteiisch und sucht gemeinsam mit ihnen nach Ursachen und Lösungsmöglichkeiten, um das Arbeitsverhältnis nachhaltig zu sichern.

Reha und Teilhabe: Servicestellen beraten und koordinieren

Mannheim. Die Gemeinsamen Servicestellen für Rehabilitation beraten und unterstützen kostenlos Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen und Behinderungen, deren Angehörige und Vertrauenspersonen, Arbeitgeber sowie Hausärzte bei allen Fragen rund um das Thema Rehabilitation und Teilhabe.

Zum Angebot zählen: umfassende Beratung zu allen Leistungsarten und -formen, Eröffnung von Chancen für Eingliederung, Verbleib und Rückkehr ins Berufsleben und für die Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft, Unterstützung bei der Beantragung von Leistungen, Kontaktaufnahme mit dem zuständigen Leistungsträger, auf Wunsch Betreuung im laufenden Antragsverfahren, Unterstützung beim Persönlichen Budget, Beratung zum Betrieblichen Eingliederungsmanagement.



Quelle: pixelio.de

In den gemeinsamen Servicestellen arbeiten zusammen: Krankenkassen, Renten- und Unfallversicherung, Landwirtschaftliche Sozialversicherung, Bundesagentur für Arbeit, Integrationsämter, Jugend- und Sozialhilfe, Träger des sozialen Entschädigungsrechts, Landkreise, Städte und Gemeinden.

INFO / KONTAKT

Für Mannheim, Heidelberg sowie den Rhein-Neckar-Kreis
Mozartstraße 3, 68161 Mannheim
Telefon 0621 / 8 20 05 - 201
servicestelle.ma@drv-bw.de

Wege von Psychiatrie-Erfahrenen ins Berufsleben



Quelle: pixelio.de

Mannheim. In einer idealen Welt würde für jeden Menschen mit Einschränkung der Arbeitsfähigkeit ein auf sie oder ihn abgestimmter Arbeitsplatz bereitgehalten. Um die (Re-)Integration von Psychiatrie-Erfahrenen ins Berufsleben vorzubereiten, könnte man sich zum Beispiel an den Maßnahmen für ältere arbeitslose Mitbürger orientieren: Hier werden Kreativität, Fitness, Rhetorik und Konzentration mit Hilfe von Kursen mit Geldern des Jobcenters gefördert.

Viele Menschen denken an Arbeit im Zusammenhang mit existenzsichernder Bezahlung. Gerade bei Psychiatrie-Erfahrenen spielt jedoch das Arbeiten an sich, auch in Form ehrenamtlichen Engagements, eine wichtige Rolle. Dies kann zum Beispiel das Singen im Kir-

chenchor bedeuten, wofür man gewisse Fähigkeiten benötigt und diese schulen kann. Außerdem kann man sich innerhalb der trialogisch organisierten Beschwerdestelle Psychiatrie einbringen, die im Übrigen auch in Gremien wie dem Behindertenforum der Stadt vertreten ist.

Eine weitere Möglichkeit für unentgeltliche Arbeit und somit auch für die Erprobung der Leistungsfähigkeit bietet die Ehrenamtsbörse „MAch mit“, die in unterschiedlichen Bereichen wie Theatern, Museen, Sportvereinen, Nachhilfe für Kinder Bedarfe sammelt. Hier sind oftmals kleinere Aufwandsentschädigungen möglich.

Das niedrigschwelligste Angebot regelmäßig bezahlter Arbeit stellt die

Arbeitstherapeutische Werkstätte Mannheim mit Ganz- sowie Halbtagsarbeitsplätzen dar. Diese verfolgt das Ziel, die Beschäftigten langfristig in den freien Arbeitsmarkt zu integrieren. Menschen mit einer anerkannten Leistungsfähigkeit von maximal drei Stunden werden vom Arbeitsamt hierher vermittelt. Vorgesetzte sind die Arbeitstherapeuten und es gibt Unterstützung in Form sozialpädagogischer Begleitung beim Auftreten von Problemen.

Als nächste Stufe sind Integrationsbetriebe wie Markthaus und Biotopia vorgesehen, für die neben psychisch Beeinträchtigten auch Menschen mit körperlicher Einschränkung arbeiten. Hier gibt es kaum bis gar keine fachliche Begleitung. Die Menschen, die hier arbeiten, verfügen über eine vom ArGe-

Gutachter anerkannte Leistungsfähigkeit von maximal sechs Stunden pro Tag.

Eine von der Europäischen Union initiierte Möglichkeit für Psychiatrie-Erfahrene ist die Fortbildung zum Gene-sungsbegleiterin für Psychiatrie-Erfahrene (Projekt: Experienced Involvement). Nach einem Jahr Ausbildung und zwei Praktika kann man in einer psychiatrischen Klinik wie dem Zentralinstitut für Seelische Gesundheit oder auch in Wohnheimen eingesetzt werden.

Am besten für psychiatrisch Betroffene ist natürlich bei Ersterkrankung im Erwachsenenalter ein bereits bestehendes Arbeitsverhältnis auf dem freien Arbeitsmarkt. Die Integration aus der Arbeitslosigkeit heraus in diesen ersten Arbeitsmarkt gelingt leider annähernd nie.

Wenn alle interessierten und motivierten Arbeitgeber konzertiert an der Umgestaltung des von kurzfristigen Interessen geleiteten Arbeitsmarktes hin zum inklusiven Arbeitsmarkt mit-

arbeiteten, könnte man dieses Projekt innerhalb von 20 Jahren verwirklichen – damit wären dann die UN-Behindertenrechtskonvention, die 2009 verabschiedet wurde, sowie Grundgesetz Artikel 3, Absatz 3 in Deutschland erfüllt.

Daphne K. Nonnenmacher, Mannheimer Initiative Psychiatrie-Erfahrener

KONTAKT

Über den Gesundheitstreffpunkt
Tel. 0621 / 3 39 18 18
www.mipweb.de

Ambulante Psychiatrie stabilisiert

Heidelberg. Der Sozialpsychiatrische Dienst (SPDI) ist seit 25 Jahren zuständig für Beratung und Betreuung chronisch psychisch kranker Menschen und deren Angehöriger aus dem Stadtgebiet Heidelberg. Ziel ist es, die Lebenssituation außerhalb einer stationären und teilstationären Einrichtung zu verbessern, z.B. eigenverantwortliches Leben in der selbst gewählten Wohnung zu ermöglichen.

Ein Beispiel: Herr M. ist aufgrund seiner psychischen Probleme arbeitslos und berentet. Er fühlt sich von seinen Nachbarn bedroht und hat Angst, dass die Lebensmittel vergiftet sein könnten. Da er sehr zurückgezogen lebt, vermittelt der behandelnde Hausarzt den Kontakt zum Sozialpsychiatrischen Dienst. Zu diesem hat Herr M. seitdem regelmäßig Kontakt. Die Konflikte mit den Nachbarn wurden weniger.

Die Angebote des SPDI im Diakonischen Werk Heidelberg umfassen u.a.: Abklärung von Hilfe- und Beratungsbedarf, psychosoziale Beratung (hier stehen der Umgang mit Konflikten, Fragen des Wohnens und der Beschäfti-



Das Team des Sozialpsychiatrischen Dienstes beim Diakonischen Werk Heidelberg. Quelle: SPDI

gung im Vordergrund). Zudem gibt es Beratung in sozialrechtlichen Fragen wie Hartz IV, Grundsicherung, Rente, Wohngeld. Weitere Angebote sind: Krisenintervention, Klinikbesuche, Einzel- und Familiengespräche, Hausbesuche, Soziotherapie, HiIDA – Hilfe für

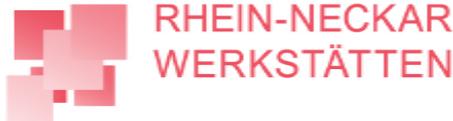
Demenzkranke und Angehörige, Tagesstätte etc.

Ziel dabei ist immer, Menschen mit psychischer Erkrankung in der Gesellschaft zu halten, zu unterstützen, ihnen Teilhabe zu ermöglichen.

KONTAKT

Birgit Hanpft, Tel. 06221 / 53 75 - 50
dw-spdi@dwhd.de

Voll akzeptiert: Einsatz auf dem Außenarbeitsplatz



Heidelberg. Arbeit ist mehr als nur Broterwerb. Sie strukturiert den Lebensalltag, sorgt für Kontakte und verschafft Erfolgserlebnisse. Und sie gewährleistet, am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben.

Seit über 30 Jahren werden in den Rhein-Neckar-Werkstätten gGmbH (RNW) Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen aus Heidelberg und dem Rhein-Neckar-Kreis beschäftigt und qualifiziert, entweder in einer der beiden Heidelberger Werkstätten oder auf einem „Außenarbeitsplatz“. Das sind von der Werkstatt betreute Arbeitsplätze bei Unternehmen des ersten Arbeitsmarktes.

Auf einem solchen Arbeitsplatz ist Iris Ritter, 52, seit Anfang des Jahres bei der Tinti GmbH & Co. KG in Heidelberg tätig. Zuvor arbeitete sie langjährig in den Rhein-Neckar-Werkstätten. Ritter arbeitet dort im Team mit anderen psy-

chisch beeinträchtigten Mitarbeitenden der RNW. Sie konfektionieren und verpacken einen Teil der Tinti-Produkte. „Ich habe hier meine Aufgabe und fühle mich voll integriert“, sagt Ritter, „die Mitarbeiter gehen vorurteilsfrei, offen und wertschätzend mit uns um.“ Kürzlich entdeckte sie in einem Supermarkt von ihr verpackte Produkte. Darüber hat sie sich gefreut. Am liebsten möchte sie von dem Außenarbeitsplatz gar nicht mehr weg. „Der Einsatz auf Praktika- und Außenarbeitsplätzen ist ein Schritt zur Wiedereingliederung in den ersten Arbeitsmarkt und damit auch zur Inklusion“, meint André Trinks, verantwortlich für die Außenarbeitsplätze.

KONTAKT
Rhein-Neckar-Werkstätten gGmbH
Heidelberg
www.johannes-diakonie.de/rnw
andre.trinks@johannes-diakonie.de



*Iris Ritter auf dem Außenarbeitsplatz bei Tinti. Mit André Trinks.
Quelle: RNW*

„Wenn ich hier nicht mehr arbeiten könnte, wäre ich traurig“



*Konstantin Minch ist stolz auf seinen Arbeitsplatz im Einrichtungshaus.
Quelle: Lebenshilfe*

Metropolregion. Seit April arbeitet Konstantin Minch bei einem Einrichtungshaus in der Region. Davon hat der 27-Jährige lange geträumt. Sieben Jahre lang hatte er bei den Heidelberger Werkstätten der Lebenshilfe Heidelberg für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung gearbeitet. Hier werden Arbeitsplätze in unterschiedlichen Bereichen bereitgestellt, etwa in der Metallverarbeitung, in Montage und Konfektionierung. Für Konstantin Minch war dies nicht die richtige Arbeit. „Ich hatte nie Lust, zur Arbeit zu gehen“, erzählt er. Er war oft krank.

Menschen mit Behinderung sollen selbst auswählen können, welche Arbeit sie interessiert. Dabei unterstützt und begleitet sie ein Integrationsassistent der Werkstätten in Zusammenarbeit mit dem Integrationsfachdienst und den Kostenträgern.

Zunächst arbeitete Konstantin Minch in einer Außenarbeitsgruppe im Einrichtungshaus. Die Mitarbeiter solcher Gruppen sind weiterhin bei einer Werkstätte für behinderte Menschen ange-

INFO

Heidelberger Werkstätten
info@hd-werkstaetten.de

stellt und werden von einem Arbeits-
 erzieher begleitet. Doch Konstantin
 Minch wollte richtig dazugehören. Im
 Juni 2011 machte er ein zweimonati-
 ges Orientierungspraktikum in einem
 Team des Einrichtungshauses, im Früh-
 jahr 2012 schloss sich ein vierwöchi-
 ges Erprobungspraktikum an. Die Arbeit
 machte ihm Spaß, die Kollegen waren

zufrieden. So bekam er einen Außen-
 arbeitsplatz. Auch jetzt ist er weiterhin
 bei den Heidelberger Werkstätten an-
 gestellt, seine Arbeit aber verrichtet er
 im Team des Einrichtungshauses. Hier
 ist er ein Kollege wie alle anderen auch,
 steht ganz normal im Schichtplan. Und
 er ist stolz auf seine Arbeit. Krank ist er
 fast gar nicht mehr.

Inklusion in der beruflichen Bildung – Wunschdenken oder realisierbares Vorhaben?

Heidelberg. Das Bil-
 dungszentrum des
 Internationalen Bun-
 des (IB) in Heidelberg
 bildet im Auftrag der
 Bundesagentur für
 Arbeit und in Koope-
 ration mit anerkannt-
 en Ausbildungsbe-
 trieben der Region
 seit 12 Jahren junge
 Menschen mit Behin-
 derung aus. Neben
 der überbetrieblichen,
 integrativen Berufs-
 ausbildung als Fach-
 praktiker-in für Maler
 und Lackierer, Gar-
 tenbaufachwerker-in
 etc. gibt es mittler-
 weile immer mehr
 kooperative Aus-
 bildungsformen, d.h.,
 die praktische Aus-
 bildung findet in ei-
 nem realen Ausbildungsbetrieb statt.
 Das erfordert eine enge Zusammenar-
 beit aller Beteiligten.

Im Hinblick auf Inklusion und Fachkräf-
 temangel wurden von der Politik weite-
 re betriebsnahe Ausbildungsformen ge-
 schaffen, die den Betrieben der freien
 Wirtschaft wieder mehr Verantwortung
 übergeben, aber bei der pädagogischen
 Betreuung sparen. Auch wenn die Ziel-
 setzung erstrebenswert erscheint – es
 gibt weiterhin eine große Zahl an jun-



*Ausbildungswerkstatt – Fachpraktiker für Maler und Lackierer beim Internationalen Bund (IB).
 Quelle: IB*

gen Menschen, die den vielfältigen An-
 forderungen einer betrieblichen Ausbil-
 dung kaum gewachsen sind und des-
 halb umfassender pädagogischer wie
 psychologischer Hilfen bedürfen. Be-
 sonders klein- und mittelständische
 Betriebe sind jedoch trotz hohen sozia-
 len Engagements häufig dazu kaum in
 der Lage, ohne das betriebswirtschaft-
 liche Fundament zu gefährden.

Inklusion in der beruflichen Bildung ist
 aus Sicht des IB nur zu erreichen durch

eine mit allen Beteiligten abgestimmte
 Umsetzungsstrategie, die die Bedürf-
 nisse und individuellen Voraussetzungen
 der Betreuten ins Zentrum jeglichen so-
 zialpolitischen Handelns stellt, um ih-
 nen einen erfolgreichen Einstieg ins
 Berufsleben zu ermöglichen.

KONTAKT

Tel. 06221 / 3 16 95 - 21
holger.zuber@internationaler-bund.de

Unternehmensziel Inklusion

Heidelberg. Die seit 25 Jahren bestehende ifa (Initiative zur Förderung von Arbeitsplätzen für psychisch Kranke) und die vor 5 Jahren gegründete AQB (Arbeit und Qualifizierung für behinderte Menschen) sind zwei in Heidelberg ansässige Integrationsfirmen. Beide Firmen sind gemeinnützig und haben als Ziel die Beschäftigung von schwer behinderten Menschen.

Spätestens seit der Verabschiedung der UN-Konvention ist auch in Deutschland der Begriff „Inklusion“ mehr als eine Bezeichnung, die nur Experten etwas sagt. Inklusion meint, dass behinderte Menschen selbstverständlich in der Gemeinschaft aller leben und arbeiten. Dies bedeutet ein Umdenken und Umlenken in der bisherigen Behindertenpolitik, da Sondereinrichtungen für Behinderte nun auf dem Prüfstand stehen: von Kindergärten über Schulen bis Werkstätten für Behinderte – all das muss neu reflektiert werden.



Mitarbeiter beim Umzug. Quelle: Ines Mütsch

ifa und AQB beschäftigen von Anfang an 50-70% Schwerbehinderte; das Zusammenarbeiten mit nicht behinderten Menschen ist Routine und Selbstverständlichkeit.

Beide Firmen bewegen sich auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt und bieten hier ihre Leistungen und Produkte an. Unter dem ifa-Dach befinden sich eine Malerfirma, eine Umzugsfirma, die auch Haushaltsauflösungen durch-

führt, ein Baugeschäft, das Abbruch und Demontearbeiten durchführt, sowie 3 Secondhandgeschäfte. AQB führt in Heidelberg-Emmertgrund und in Sandhausen zwei Lebensmittelmärkte. Beide beweisen auf diese Weise täglich, dass Inklusion nicht nur ein Schlagwort ist, sondern auch im Alltag funktioniert.

KONTAKT

www.ifa-heidelberg.de
AQB gGmbH, Tel. 06221 / 97 30 60

Mit inklusiver Sozialplanung zur inklusiven Stadt



Speyer. Mit der UN-Behindertenrechtskonvention ist ein längst fälliger Paradigmenwechsel eingeleitet worden. Dem ist auch die Daseinsvorsorge, Politikgestaltung und Planung auf allen Ebenen verpflichtet. Sozialplanung muss sich künftig inklusiv orientieren

und Planungsprozesse, sozialräumliche Planung und ihre Berichterstattung danach ausrichten.

Sozialplanung hat die Aufgabe, die Wege zu einem inklusiven Gemeinwesen zu analysieren und Barrieren dahin im offenen Dialog mit Beteiligten und Betroffenen (Motto: Nichts über uns ohne uns) aus dem Weg zu räumen.

Quelle: pixelio.de

INFO

www.vsop.de

Zum Gestaltungsauftrag und Standardzyklus der kommunalen Sozialplanung gehören dabei die Bedarfsanalyse, Bestandsaufnahme, Koordination, Planung, Steuerung und Wirkungskontrolle.

Der Verein für Sozialplanung e.V. (VSOP) hat sich in diesem Jahr intensiv mit der Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention befasst und das Positionspapier „Inklusive Sozialplanung“ veröffentlicht. Sozialplanung liefert nach Auffassung des VSOP einen wertvollen Beitrag zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention auf kommunaler Ebene. Das Positionspapier ist zu finden unter dem Link: <http://www.vsop.de/index.php?page=229055421&f=1&i=14641&s=229055421>.

Neue Bildungspartnerschaft

von Johann-Sebastian-Bach-Schule Weinheim
und Integrationsbetrieb MARKTHAUS Mannheim

Mannheim. Im Februar 2012 unterzeichneten Thomas Weichert, Geschäftsführer der MARKTHAUS Mannheim gGmbH, und Karen Backmeyer, Schulleiterin der Johann-Sebastian-Bach-Schule Weinheim, die Vereinbarung einer Bildungspartnerschaft. Pate dazu stand Jürgen Mohrhardt, Leiter des Bereiches Berufsausbildung bei der IHK Rhein-Neckar.

Bildungspartnerschaften, so Mohrhardt, gehen auf eine Vereinbarung zum Ausbau von Bildungspartnerschaften der Landesregierung Baden-Württemberg mit den Verbänden und Kammern der Wirtschaft vom November 2008 zurück. Ziel sei eine langfristige Kooperation zwischen einer Schule und ei-

*(v.l.n.r.): Thomas Weichert, Karen Backmeyer und Jürgen Mohrhardt bei der Vereinbarungsunterzeichnung.
Quelle: MARKTHAUS Mannheim gGmbH*



nem Unternehmen, um Schülerinnen und Schülern die Vielfalt der Berufswelt nahezubringen und bei der Berufsfindung behilflich zu sein.

Thomas Weichert dankte der Weinheimer Förderschule für deren Interesse an einer langfristigen Kooperation und der IHK Rhein-Neckar für deren Einsatz, interessierte Unternehmen mit Schulen zusammenzubringen. Die Part-

INFO

www.markthaus-mannheim.de

nerschaft mit der Johann-Sebastian-Bach-Schule umfasst sowohl Angebote für Praktika, Betriebsbesuche und Ausbildungsplätze sowie gezieltes Bewerbertraining. Nach einer Kooperation mit der Eugen-Neter-Schule ist dies nun die zweite Bildungspartnerschaft des Mannheimer Integrationsbetriebes.

Mit CoPilot und Coach durch die Ausbildung

Mannheim. Bereits vor 25 Jahren führte BIOTOPIA ein „inklusives“ Projekt mit Menschen mit und ohne Behinderung durch. 20 Jugendliche und junge Erwachsene wurden erfolgreich zum Gärtner bzw. zur Gärtnerin ausgebildet. Seit dieser Zeit verwirklicht BIOTOPIA zahlreiche Maßnahmen, die alle auf der Idee fußen, arbeitslosen und chancenarmen Menschen neue berufliche Perspektiven zu ermöglichen.

Seit 2003 bildet das Unternehmen in verschiedenen Ausbildungsberufen aus und begleitet die Azubis mit einem „CoPiloten“ durch die Ausbildung. Mit der Rehaausbildung zum Gartenbaufachwerker richtet sich das Unternehmen ausschließlich an Jugendliche mit einer Lernbehinderung. Weitere Ausbildungsplätze werden mit jungen Menschen besetzt, die aufgrund ihrer

*Jugendliche in einer Berufsvorbereitungsmaßnahme (assistierte Ausbildung) beim Seilgartentraining.
Quelle: BIOTOPIA Arbeitsförderungs-betriebe Mannheim gGmbH*



„Eigenheiten“ kaum eine Chance auf dem regulären Ausbildungsmarkt haben. Alle Auszubildenden werden individuell begleitet und gefördert. Ein Nachbetreuungsangebot sichert den möglichst nahtlosen Übergang in eine feste Arbeitsstelle. Das Konzept der

„assistierten Ausbildung“ setzt BIOTOPIA mittlerweile auch erfolgreich bei benachteiligten Auszubildenden um, die in externen Betrieben ausgebildet und von „Coaches“ begleitet werden.

BIOTOPIA ist es ein Anliegen, bei all seinen Projekten Inklusion zu leben: z.B. bei der Planung einer Kinderkrippe, den berufsvorbereitenden Maßnahmen und Projekten für langzeitarbeitslose Menschen.

KONTAKT

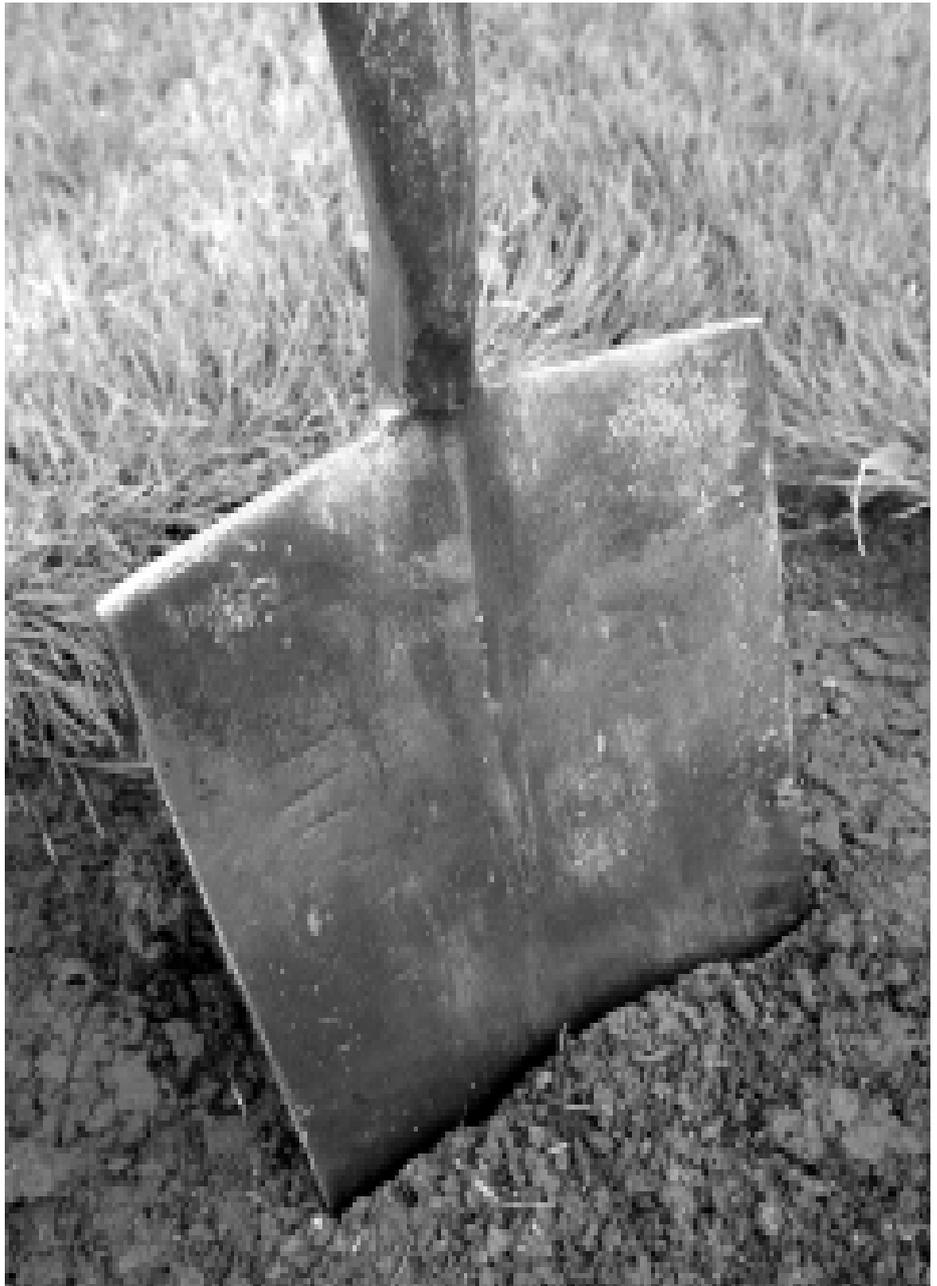
Tel. 0621 / 46 00 50
www.biotopia.de

Mit Geduld und Übung zum Ziel

Arbeitsplatz Stadtgärtnerei

Schwetzingen. Werden junge Menschen mit Behinderungen erst einmal in Sondereinrichtungen und Sonderschulen über längere Zeiten hinweg erzogen, fällt der Eintritt in die reale Lebens- und Berufswelt schwer. Nur etwa 25% aller Absolventen der baden-württembergischen Sonder- und Förderschulen verlassen diese Bildungseinrichtungen mit einem Hauptschulabschluss. Das ist nicht allein mit den schweren Behinderungsformen dieser Menschen zu erklären, wie es die bisherige Kulturbürokratie bisher glauben machen lassen wollte. Es ist längst erwiesen, dass auch schwerbehinderte junge Menschen leistungsbereit und -fähig sind, wenn ihr Potential erkannt und rechtzeitig abgerufen wird. Und gerade auch junge Menschen mit Behinderungen benötigen Rollenvorbilder, sogenannte „Peers“, die Wege aufzeigen können, wie auch ein Leben mit Behinderung spannend, zusammen mit anderen und nah an der Lebenswirklichkeit der restlichen Bevölkerung gelebt werden kann.

Die Stadt Schwetzingen wird im kommenden Jahr einem jungen Mann, der eine Sonderschule absolviert, einen regulären, tariflich entlohnten Arbeitsplatz in der Stadtgärtnerei anbieten. Dies war nur möglich, weil über ein Jahr lang ein gut funktionierendes Team aus Stadtverwaltung, Stadtgärtnerei, Pädagogen aus der Sonderschule und nicht zuletzt der junge Mann selbst so zielgerichtet zusammengearbeitet haben: So konnte der Bewerber neben der schulischen Ausbildung wiederholt mehrmonatige berufliche Praktika bei seinem künftigen Arbeitgeber ableisten. Dies bot beiden Seiten genügend Zeit und Schutz, sich aufeinander einzustellen und mögliche bestehende Vorbehalte nach und nach abzubauen. Aber auch bei diesem



Quelle: pixelio.de

KONTAKT

Behindertenbeauftragter Stadt Schwetzingen
Stefan Krusche
Tel. 06202 / 87-124
stefan.krusche@schwetzingen.de

Modell zeigte es sich, wie wenig durchlässig Sondersysteme und reale Arbeitswelt immer noch sind. Es fand sich kein auf den Bewerber zugeschnittener Ausbildungsweg, der bei der Stadt als künftiger Arbeitgeber hätte eingeschlagen werden können. So mussten prak-

tische Kenntnisse und Fähigkeiten durch geduldige Praxis- und Wissensvermittlung künftiger Kolleginnen und Kollegen an den jungen Mann herangetragen und immer wieder geübt werden.

Hoffen wir, dass alle Bemühungen letztendlich belohnt werden. Und damit ein konkretes Beispiel dafür gegeben wird, wie Inklusion letztlich allen Beteiligten zugute kommt und mehr Menschlichkeit in die Erwerbsarbeit eingebracht werden kann.

*Stefan Krusche
(Behindertenbeauftragter Stadt Schwetzingen)*

Alternativen zur Behindertenwerkstatt



*Schüler der Projektklasse im Einsatz.
Quelle: Justus-von-Liebig-Schule*

KONTAKT

Justus-von-Liebig-Schule
Tel. 0621 / 29 31 45 11
www.jvls-ma.de

möglich. Ziel der Kooperation ist es, Schülerinnen und Schüler mit Lernschwäche und geistiger Behinderung auf eine berufliche Tätigkeit und auf die Herausforderungen im Alltag vorzubereiten. „Wir wollen den Schülern Grundqualifikationen an die Hand geben, damit der Weg nicht immer in die Behindertenwerkstatt führt“, so Elsbeth Ruiner, Rektorin der Justus-von-Liebig-Schule. Ihre Einrichtung ist der Standort der neuen Klasse, die Eugen-Neter-Schule ist die federführende Schule bei dem Projekt.

Sonder- und Förderschüler sind im Klassenraum unter sich. Doch auf den Fluren kommen sie mit den Berufsschülern in Kontakt. An dieses Projekt schließt sich eine weitere berufsbildende Maßnahme der Agentur für Arbeit unmittelbar an.

Inklusionsprojekt von Eugen-Neter- und Justus-von-Liebig-Schule

Mannheim. Durch ein gemeinsames Angebot fördern die Eugen-Neter- und die Justus-von-Liebig-Schule Jugendliche mit Lernschwäche und geistiger Behinderung. Im letzten Schuljahr kamen die Sonder- und Förderschüler der

Eugen-Neter-Schule zunächst einmal pro Woche zum Unterricht in die berufsvorbereitende Justus-von-Liebig-Schule. Nun wird daraus eine feste Klasse im Rahmen eines Schulversuchs. Aufgenommen werden Schüler, die von sich aus aktiv werden und mobil sind. Die Klasse ist auf 12 Lernende begrenzt, eine Ausweitung in Zukunft

Wettbewerb „all inclusive“

Inklusive Teams entwickeln Geschäftsideen

Mannheim. Beim Projekt „all inclusive“ ging es nicht um Reisen, sondern um Inklusion. Jugendliche mit und ohne Behinderungen, mit und ohne Migrationshintergrund arbeiten bei dem Wettbewerb im Team – das war die Idee.

Der Wettbewerb konnte als jugendgerechte Form 14- bis 27-Jährige im Stadtteil Neckarau begeistern, in Gruppen eine Firmenidee zu entwickeln. Diese sollte ein Produkt oder eine Dienstleistung hervorbringen, die Inklusion fördert. In Workshops und individuellem Gruppencoaching lernten die Jugendlichen ihre eigenen Stärken zu erkennen, eine Geschäftsidee zu entwickeln, einen Geschäftsplan zu erarbeiten, Prei-

se zu kalkulieren und eine Präsentation vorzubereiten. Als abschließender Höhepunkt wurden die Ideen am 3. Dezember vorgestellt und durch eine Jury aus Wirtschaftsfachleuten, Unternehmerinnen und Unternehmern bewertet. In der öffentlichen Preisverleihung wurden alle Teilnehmenden mit einem Zertifikat und Teilnehmerpreis und die Gewinner mit einem kleinen Geldpreis belohnt. (Bei Redaktionsschluss standen Gewinner und Geschäftsideen leider noch nicht fest.)



Quelle: pixelio.de

Das Projekt wurde durchgeführt von „Business & Bildung e.V.“, finanziert über den Mannheimer Aktionsplan der Stadt, die Freudenberg Stiftung und aus Mitteln des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend sowie der MVV-Energie.

INFO

Business & Bildung e.V.
Margot Römmich
Tel. 0621 / 1 56 27 03
roemmich@businessundbildung.de

„manna“ – Kaffee, Kurse, reden



**Es war kalt morgens.
Hab gefroren.**

Er sagte: „Gehn wir einen Kaffee trinken ...“

Ich sagte: „Hab kein Geld.“

Er: „Ich lad Dich ein ins „manna“.“

Heidelberg. Viele Menschen stehen aufgrund von Armut, Sucht oder anderen psychischen Erkrankungen am Rand unserer auf Leistung fixierten Gesellschaft. Ausgrenzungserfahrungen gehen oft einher mit Mutlosigkeit und

schließlich Verlust von Sozialkompetenzen sind nicht selten die Folge. Materielle Armut schränkt zudem die Teilhabe am öffentlichen Leben ein.

Die Evangelische Kapellengemeinde gründete 2005 die Begegnungsstätte „manna“ mit dem Ziel, für Menschen mit wenig Geld und viel Zeit einen Ort ohne Stigmatisierung und Ausgrenzung zu schaffen. Jeder ist hier willkommen und jeder ist gleich viel wert. An 5 Tagen pro Woche kommen bis zu 60 Gästen täglich.

Kaffee und kleines Frühstück kosten 50 Cent und (!) die mehr als 45 Ehrenamtlichen von manna hören zu. Viele haben dafür niemanden – „manna“ ist für sie wie eine Familie. Wenn man verarmt ist und keinen Job hat, fehlt nicht nur das Geld, sondern oft auch der Gesprächspartner. Im „manna“ werden außerdem Fortbildungen, z.B. EDV- oder Englischkurse angeboten – alle kostenlos.

Stefanie Reutter, Leitung „manna“



Geborgen bei manna. Quelle: manna

einem geringen Selbstwertgefühl. Nach der 58. Absage auf eine Bewerbung manifestieren sich Gedanken wie „Vielleicht kann ich ja wirklich nichts, mich will schließlich niemand!“ Rückzug und Abbruch von Sozialkontakten und

KONTAKT

Tel. 06221 / 14 98 11, Plöck 16-18
manna@stadtmission-hd.de

Kunstkalender „12 Köpfe“

Berlin. Der zeitlose Kunstkalender „12 Köpfe“ wurde von der Logo Projektagentur auf Basis der gleichnamigen Ausstellung von Skulpturen des Künstlers Andreas Fröhlich entwickelt. Prof. Dr. Fröhlich, gebürtiger Mannheimer, war Lehrstuhlinhaber für Allgemeine Sonderpädagogik an



der Universität Koblenz-Landau. Sein Konzept der „Basalen Stimulation“, bei dem es um die Aktivierung von Wahrnehmungs- und kommunikationseingeschränkten Menschen durch sinnliche Reize geht, ist auch eine starke Inspiration für seine künstlerische Arbeit. Mit Bildern der Kunstwerke und poetischen Texten von Andreas Fröhlich gibt der Kalender Denkansätze, sich mit der Sichtweise von Menschen mit Demenz auseinanderzusetzen. Der Wandkalender in der Größe 21 x 60 cm kostet 25 EUR.

KONTAKT

Zur Bestellung des Kalenders:
Pflege e.V.
Tel. 030 / 21 91 57 20

*Skulpturen und Text: Prof. Dr. Andreas Fröhlich, Kaiserslautern, froehlich.basale-stimulation.de
Konzept und Design: LOGO Projektagentur, Dortmund, www.logo-projektagentur.de
Fotografie: Stefanie Schön, Gelsenkirchen, www.fotos-sind-schoen.de
initiiert von: Prof. Dr. Sabine Bartholomeyczik, DZNE, Standort Witten, und Prof. Christel Bienstein, Department für Pflegewissenschaft der Universität Witten/Herdecke und Pflege e.V., Berlin, <http://www.stiftung-pflege.info>*

Dienstreise und Frauenabend

**Selbständig
leben
mit
persönlicher
Assistenz**



Leben mit Assistenz, Quelle: Individualhilfe

Heidelberg. Am Vorabend gerade zurückgekommen aus Berlin vom Besuch der Freunde, steht Ursula morgens um 7 Uhr am Mannheimer Hauptbahnhof, da sie in 2 Stunden dienstlich in Freiburg erwartet wird. Abends ist sie wie-

der rechtzeitig zurück, um sich mit ihrer Freundin in ihrer Stammkneipe zu treffen. Frauenabend... Eigentlich nichts Außergewöhnliches, wäre da nicht der Rollstuhl, ohne den die junge Frau nicht vorankommt. Und die Assistentin, die

KONTAKT

Individualhilfe Heidelberg
Tel. 06221 / 82 81 70

Ursula begleitet, um sie in den Dingen zu unterstützen, die Ursula nicht selbst kann. Ursula ist querschnittsgelähmt. Ohne Unterstützung kann sie sich nicht ankleiden, essen oder trinken. Ein Autounfall im Teenageralter war schuld. Nach einem langen Klinikaufenthalt und unzähligen Stunden voller Verzweiflung lernte sie eine Rollstuhlfahrerin kennen, die ihr Leben mit persönlicher Assistenz bewältigte. Viele Monate, Gespräche und Formalitäten später ging Ursula wieder in ihre alte Schule. Diesmal mit Unterstützung einer Schulbegleitung. Es folgten Abitur, Studium, die erste eigene Wohnung. Ursula konnte sich ihr Leben nach ihren Vorstellungen gestalten. Alles, was sie selbst körperlich nicht kann, übernehmen Assistenten nach ihren Anweisungen.

Barrierefreie Zuflucht

Frauenhaus bietet Schutz und Hilfe für von Gewalt betroffene Frauen mit Behinderungen

Mannheim. Frauen mit Behinderungen und Beeinträchtigungen sind allen Formen von Gewalt deutlich häufiger ausgesetzt als Frauen im Bevölkerungsdurchschnitt. Dies gilt auch für häusliche Gewalt. Für Frauen mit Behinderung ist es im Alltag schwer möglich, sich aus einer solchen Gewaltbeziehung zu entfernen sowie Schutz und Unterstützung zu suchen. Gleichzeitig mangelt es an Einrichtungen, die auf ihre Bedürfnisse eingerichtet sind.

Frauen mit Behinderung wurde deutlich, wie vielfältig die Anforderungen an die Ausstattung sind. Zudem zeigte sich, welche hohe Anforderungen die Aufnahme der von Gewalt betroffenen Frauen mit Behinderung an die Mitarbeiterinnen stellt. Mit dem Angebot der Gebärdensprache können auch hörbehinderte Frauen Unterstützung finden. Langfristiges Ziel des Vereins ist die inklusive Gestaltung aller Angebote.

Mit einem Fachtag zum Thema „Gewalt gegen Frauen mit Behinderung“ hat sich der Verein intensiv mit dieser Thematik befasst. Eine Dokumentation kann telefonisch unter 0621 / 74 43 33 oder per Mail bestellt werden.

Selbstbestimmt leben
Art. 19, Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen

„Die Vertragsstaaten ... anerkennen das gleiche Recht aller Menschen mit Behinderungen, mit gleichen Wahlmöglichkeiten wie andere Menschen in der Gemeinschaft zu leben, und treffen wirksame und geeignete Maßnahmen, um Menschen mit Behinderungen den vollen Genuss dieses Rechts und ihre volle Einbeziehung in die Gemeinschaft und Teilhabe an der Gemeinschaft zu ermöglichen, ...“



Der Mannheimer Frauenhaus e.V. verfügt seit 2002 über eine barrierefreie Wohnung. Erst durch die tatsächliche Nutzung der Wohnung durch

KONTAKT

Frauenhaus, Tel. 0621 / 74 42 42
Fraueninformationszentrum
Tel. 0621 / 37 97 90
frauenhaus-mannheim@t-online.de

Gesundheit – für alle!

Barrieren für Menschen mit Lernschwierigkeiten abbauen

Kassel. Wir von „Mensch zuerst – Netzwerk People First Deutschland e.V.“ haben ein neues Projekt.
(Mensch zuerst – Netzwerk People First Deutschland e.V. ist ein Verein von und für Menschen mit Lernschwierigkeiten.)

Das Projekt heißt: Gesundheit – für alle!
Barrieren für Menschen mit Lernschwierigkeiten abbauen.

Was ist unser Ziel:

Mit dem Projekt wollen wir Menschen mit Lernschwierigkeiten beim Thema Gesundheit stärken.

Das Projekt „Gesundheit – für alle!“ bekommt Geld vom Bundesministerium für Gesundheit.

Was machen wir in dem Projekt?

- Wir machen Schulungen für Menschen mit Lernschwierigkeiten,
- Schulungen für Ärzte und Krankenkassen
- Wir machen eine Tagung zu dem Thema Gesundheit.

Regionalschulung in Mannheim vom 1. September

Es haben sich 29 Personen in Mannheim zu der Regionalschulung getroffen.

Wir haben auf der Schulung über diese Sachen gesprochen:

- Was brauchen Menschen mit Lernschwierigkeiten, damit sie gesund leben können?
- Welche Erfahrungen haben Sie bei Ärztinnen und Ärzten gemacht?
- Was soll sich beim Thema Gesundheit für Menschen mit Lernschwierigkeiten ändern?
- Was für Unterstützung brauchen Menschen mit Lernschwierigkeiten beim Thema Gesundheit?
- Welche Barrieren müssen abgebaut werden?
- Was ist gesunde Ernährung?
- Was kann ich für Sport machen?

Klaus Vock von der Radfahrlust hat über **Sportmöglichkeiten** für Menschen mit Lernschwierigkeiten erzählt.
Zum Beispiel „Fahrrad fahren“.

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren daran sehr interessiert.

Das zeigt, dass Menschen mit Lernschwierigkeiten auch Sport wichtig ist.

Er hat auch über die Krankheit MS gesprochen.

Das ist eine Nervenkrankheit.

Diese Krankheit behindert einen Tag mehr und einen Tag weniger.

Es gibt leider noch viele Barrieren.

Und nicht so viele Möglichkeiten.

Es muss sich noch viel mehr für Menschen mit Lernschwierigkeiten verändern.

Damit auch Menschen mit Lernschwierigkeiten mehr an Sport teilnehmen können.



Gesundheit - leicht gemacht!

KONTAKT

Tel. 0561 / 7 28 85 55
info@menschzuerst.de

Arbeitsplatz erhalten durch trägerübergreifendes Budget

Mannheim. „Ihr Arbeitsvertrag wird nicht verlängert, die Kosten sind zu hoch!“ Diese bittere Nachricht erhielt Frau S. von ihrem Arbeitgeber, kurz bevor ihr befristeter Vertrag auslief. Sie wandte sich daraufhin an den Fachbereich Soziales und Senioren der Stadt Mannheim und den Integrationsfachdienst. Zusammen mit der jungen Frau suchten diese eine Lösung zur Fortführung der Beschäftigung; diese hieß „trägerübergreifendes Budget für Arbeit.“

Persönliche Budgets und – unter Einbeziehung mehrerer Rehabilitationsträger – trägerübergreifende Persönliche Budgets gibt es in der Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen seit 2008. Sie ersetzen zunehmend die jahrelang üblichen Sachleistungen in der Behindertenhilfe durch pauschale Geldleistungen. Sie fördern Selbstbestimmung sowie Wunsch- und Wahlrecht, und sie können flexibel für die Bereiche ambulantes Wohnen, Arbeit und Freizeit eingesetzt werden.

Das Verhältnis blieb erhalten durch einen finanziellen Ausgleich des Arbeitgeber-Mehraufwands. Sie erhielt sogar einen unbefristeten Arbeitsvertrag, womit ihrem großen Wunsch entsprochen werden konnte.

Infos zum Persönlichen Budget

Weitere Informationen zum trägerübergreifenden Persönlichen Budget bietet das Kompetenzzentrum des Paritätischen, Berlin. Auf der Website www.budget.paritaet.org finden sich Informationen, aktuelle Veranstaltungshinweise sowie ein Verzeichnis der Beratungsstellen zum Persönlichen Budget.

KONTAKT

Stadt Mannheim, Fachbereich
Soziales und Senioren
Abteilung Eingliederungshilfe
Anita Reidel, Tel. 0621 / 293-34 34

Das trägerübergreifende Budget für Arbeit eröffnete aufgrund einer zwischen der Stadt Mannheim und dem Integrationsamt Baden-Württemberg abgeschlossenen Vereinbarung mehrere Möglichkeiten für Frau S. Ihr Beschäfti-

Ambulantes Wohnen darf nicht allein aus Kostengründen abgelehnt werden

Berlin. Menschen mit Behinderungen haben das Recht, selbst zu entscheiden, ob sie in einem Behindertenheim oder in eigener Wohnung mit ambulanter Unterstützung leben. „Dass deutsche Behörden auch drei Jahre nach Inkrafttreten der UN-Behindertenrechtskonvention in Deutschland immer noch Anträge auf ambulantes Wohnen allein aus Kostengründen ablehnen, ist menschenrechtlich nicht zu rechtfertigen“, kritisierte Valentin Aichele, Leiter der Monitoring-Stelle zur UN-Behindertenrechtskonvention im Deutschen Institut für Menschenrechte.

Verwaltungsmitarbeitende könnten sich bei der Ablehnung in der Regel nicht mehr auf den sogenannten Mehrkostenvorbehalt berufen, der in § 13 Abs. 1 des Sozialgesetzbuches XII formuliert ist. Die Konvention stellt klar, dass kein Mensch wegen seiner Behinderung zu einem Leben in einer Einrichtung gezwungen werden darf oder ver-



Quelle: pixelio.de

pflichtet ist, in einer besonderen Wohnform zu leben. Solange das deutsche Sozialgesetzbuch an dieser Stelle nicht fortentwickelt werde, komme Behörden die Aufgabe zu, die verbindlichen Maßstäbe der Konvention bei ihren Entscheidungen zu berücksichtigen und entspre-

chend zu entscheiden, betonte Aichele. *Pressemitteilung der Monitoring-Stelle zur UN-Behindertenrechtskonvention vom Juni 2012*

INFO

www.institut-fuer-menschenrechte.de

Braucht Inklusion einen anderen Umgang mit Zeit?

Heidelberg. Inklusion ist ein hehres Ziel, das erst mal gut klingt. Wenn ich aber dann an die Vergangenheit denke mit all den wechselnden Begriffen wie „Separation“ und „Integration“, dann weiß ich nicht so genau, ob diese nicht ausschließlich dazu dienen, dass Menschen mit Behinderungen / chronischer Erkrankung in der Normierung des Alltags untergehen. Inklusion ist nur dann sinnvoll, wenn sie auch bedeutet, dass die individuellen Besonderheiten Beachtung finden.



Wildkräuterbestimmen beim Picknick..



Frauen mit und ohne Behinderung beim Picknick auf der Wildkräuterwanderung. Quelle für beide Fotos: BiBeZ

„Besonderung“ ist nicht so gern gesehen, aber es sind dauerhaft besondere Situationen, in denen sich Menschen mit Behinderung / chronischer Erkrankung befinden.

Die Frage ist für mich dennoch nicht, wie weit geht das Normalitätsbedürfnis, sondern, wie muss Teilhabe aussehen, wenn sie die Fähigkeiten der Betroffenen berücksichtigt, ohne die Besonderheiten zu verleugnen. Hier geht es um innere Haltungen: Eine Gesellschaft kann nicht weiterhin Hochleistungspersönlichkeiten als Normalmaß fordern, wenn sie die Inklusion will! Menschen mit Behinderung / chronischer Erkrankung brauchen im Wesentlichen

Zeit. Zeit für selbstbestimmtes Handeln. Mal dauert der Toilettengang länger, mal die Essenszeiten, mal die Zeit, die jemand braucht, um einen Satz zu sprechen, um einen Sachverhalt zu erfassen, um sich von den Anstrengungen der Weltwahrnehmung zu erholen ... Die Liste lässt sich beliebig verlängern.

Wenn Zeit also Geld ist und Hochleistung zeitbezogen, dann wird es die Aussonderung von vermeintlichen „Eliten“ geben. Somit eine andere Form der Se-

KONTAKT

BiBeZ, Ganzheitliches Bildungs- und Beratungszentrum zur Förderung und Integration behinderter / chronisch erkrankter Frauen und Mädchen e.V.
www.bibez.de
Tel. 06221 / 60 09 08

paration. Wenn die Zeit zur moralischen Forderung, nicht aber zum verfügbaren Raum wird, dann sind diejenigen, die es „schneller“ können, gezwungen Menschen mit Behinderung zeitraubenden Tätigkeiten weitest möglich abzunehmen oder ersatzweise für sie zu handeln. Oder sie binden die Betroffenen gar nicht erst mit ein, weil diese zu viel Zeit zur geistigen oder emotionalen Wahrnehmungsverarbeitung benötigen. Damit entziehen sie ihnen aber einen Teil ihrer Selbstbestimmung wieder!

Vielleicht ist erfolgreiche Inklusion ja eine Frage des allgemein erlaubten, positiv bewerteten LANG-WEILIGeren Umgangs mit „Lebens“Zeit.

Anna Thesing

BiBeZ



„beinamputiert-was-geht“

Ein Verein zeigt, dass viel geht



Beim Treffen der Gruppe zum Sport.
Quelle: Christine Niedrich

Heidelberg. Seit 2009 besteht der Verein „beinamputiert-was-geht“ als eingetragener Verein, vorher waren einige Mitglieder eine Selbsthilfegruppe. Mit Informationen, Patientenbesuchen, kleinen und größeren Events – auch über die Region Heidelberg hinaus – geben sie die so wichtige Hilfe zur Selbsthilfe. Natürlich ist es immer von der jeweils gesundheitlichen Situation der teils sehr hoch Amputierten abhängig, wie intensiv es ihnen möglich ist, in allen Bereichen des Lebens aktiv zu sein. Trotzdem ist es bewundernswert, was alles beinamputiert geht. Inklusion ist das gemeinsame Ziel: Viele können sich in Familie, Beruf, Sport und anderen Hobbys verwirklichen und erfahren Anerkennung auf Grund ihrer aus ihrem Schicksal erwachsenen Stärke und Lebenserfahrung.

Ein Beispiel für das, was geht, war das am ersten Maiwochenende durchgeführte riesige Vereinsevent in der wunderbaren Begegnungsstätte der Man-

KONTAKT

www.beinamputiert-was-geht.de
Tel. 0176 / 87 25 29 31

fred-Sauer-Stiftung in Lobbach. Für wirklich jeden war etwas dabei: Vorträge zu Resilienz, Reha & Arbeit, Orthopädietechnik, Beihilfen oder Muskelaufbautraining, Gesprächskreise zu Themen wie Älterwerden oder Sexualität, aber auch Sportangebote, wie Pilates, Einbein-Fußball, Schnupperradeln, Sitzball und Schwimmen. Sauna, Fußmassage sowie eine Filmvorführungen rundeten das Programm ab.

Die intensive Vereinsarbeit bei „beinamputiert-was-geht“ ist dem großen Engagement der mehr als 30 Mitglieder zu verdanken. Aber auch die Unterstützung durch die „Aktion Mensch“ ist wichtig.

Christine Niedrich

Aktion Mensch fördert Inklusionsprojekte

Bonn. Seit 2012 können Verbände und gemeinnützige Organisationen nun auch größere Inklusionsprojekte von der „Aktion Mensch“ fördern lassen. Das Inklusionsprogramm besteht aus zwei Bausteinen: der Förderung von sogenannten Vorlauf- und Planungsaktivitäten – hier gibt es Unterstützung von max. 12 Monaten mit bis zu 15.000 Euro. Kleinere Organisationen bekommen so die Chance, sich in Ruhe auf ein Inklusionsprojekt vorzubereiten und die Zusammenarbeit vor Ort zu organisieren.

Dann gibt es die Förderung von Inklusionsprojekten mit bis zu 250.000 Euro über max. 3 Jahre. Damit möchte die Aktion Mensch vor allem verschiedene gesellschaftliche Akteure vernetzen.



Quelle: pixelio.de

Auch die Förderaktion „Miteinander gestalten“ wird fortgesetzt. Hier werden kleinere Organisationen angesprochen. Es werden Projekte unterstützt, in denen Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam agieren, oder solche, in denen Kinder und Jugendliche selbst aktiv werden. Max. 4.000 Euro für Honorar- und Sachkosten können gewährt werden.

INFO

http://www.aktion-mensch.de/foerderung/foerderprogramme/foerderaktion/foerderbestimmungen_zur_foerderaktion

Für nur

5,- EUR

im Jahr wird Ihnen die gesundheitspress direkt nach Erscheinen zugeschickt.

ZI Mannheim ist selbsthilfefreundlich



Bürgermeister Michael Grötsch (ganz links) gratuliert den Beteiligten am Qualitätsprozess „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ zur Auszeichnung durch Dr. Dagmar Siewerts (zweite von links). Quelle: ZI Mannheim

„Selbsthilfefreundliches Krankenhaus. Als ich davon hörte, war mein erster Gedanke – das passt doch gar nicht zusammen. Schließlich ist man ja Mitglied einer Selbsthilfegruppe, um Stabilität und Anschluss außerhalb der Klinik zu finden“, so Britta Zwillich,

Vertreterin einer der im Zentralinstitut für Seelische Gesundheit (ZI) aktiven Selbsthilfegruppen. Im Qualitätsprozess „Selbsthilfefreundliches ZI“ hat sie gelernt, dass es möglich ist, Brücken zwischen den beiden Welten zu bauen, die Ressourcen beider Welten

auszuschöpfen, um Menschen zu stärken für ein selbstbestimmtes Leben. „Zum Gelingen des Projekts beizutragen bedeutete eine enorme Wertschätzung für mich. Es ging auch darum zu zeigen, wie sich ehemalige Patienten weiterentwickeln können, um ihrerseits anderen Betroffenen zu helfen.“

INFO

Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit
Dr. Dagmar Siewerts
 Tel. 930 / 8 17 98 58 - 0

Dieser Einsatz von neun Selbsthilfegruppen, die seit Ende 2010 vierteljährlich mit Dr. Jens Bullenkamp, Selbsthilfebeauftragter des ZI, und Dr. Ulli Biechele vom Gesundheitstreffpunkt zusammenkamen, um die Kompetenz der Selbsthilfe im Klinikalltag zu verankern, wurde am 10. Oktober belohnt: Als erstes psychiatrisches Krankenhaus in Baden-Württemberg erhielt das ZI durch Dr. Dagmar Siewerts vom „Bundesnetzwerk Selbsthilfefreundlichkeit im Gesundheitswesen“ die Auszeichnung zum selbsthilfefreundlichen Krankenhaus. Die Verleihung fand im Rahmen der feierlichen Eröffnung der Mannheimer Woche der Seelischen Gesundheit statt, die übrigens unter dem Motto „Selbstverantwortung stärken – Zukunft schaffen“ stand.

Einiges wurde seit Beginn des Projekts im ZI erreicht: der monatlich stattfindende Selbsthilfestand im Foyer etwa, an dem sich 15 Selbsthilfegruppen beteiligen, oder die Mitarbeit der Gruppen in der stationären Psychoedukation, beim Austrittsmanagement und beim Beschwerdemanagement. Auch die Vorstände des ZI, Professor Andreas Meyer-Lindenberg und Katrin Erk sind überzeugt: „Wir halten die Unterstützung unserer Patienten durch Selbsthilfegruppen für ein wichtiges und förderungswürdiges Angebot des ZI.“

Neuer Vorstand: Raymond Fojkar



In dieser gesundheitspress möchte ich mich kurz vorstellen: Ich bin niedergelassener Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie, Mitglied im Stadtrat sowie gesundheitspolitischer Sprecher der Gemeinderatsfraktion von Bündnis 90 / DIE GRÜNEN. Unter anderem bin ich Mitglied im Förderrat für gesundheitsbezogene Selbsthilfe der Stadt Mannheim und im Aufsichtsrat des Universitätsklinikums.

Selbsthilfe ist mir eine Herzensangelegenheit. Ich engagiere mich seit vielen Jahren für die Selbsthilfegruppen Legasthenie und ADHS. Den Gesundheitstreffpunkt und seine Arbeit kenne ich schon lange und schätze ihn sehr.

Christina Reiß, Projektleiterin Selbsthilfe im Modellprojekt INFOPAT



Quelle: privat

Metropolregion. Vor 3 Jahren hat Christina Reiß (Soziologin M.A.) den Gesundheitstreffpunkt Mannheim verlassen, um für die Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V. (DGM) an einem interdisziplinären Forschungsprojekt mitzuarbeiten: „ServCare_ALS“ hatte zum Ziel, die

Versorgung von Menschen mit seltenen Erkrankungen (am Beispiel der Amyotrophen Lateralsklerose) zu verbessern. Erste Grundlagen eines „Virtuellen Case-managers“ wurden entwickelt, mit dessen Hilfe die Zusammenarbeit der verschiedenen an der Versorgung Beteiligten unterstützt werden kann. Die DGM hat als Teilprojekt ein Internetportal zu ALS entwickelt, das sich mit verschiedenen Zugängen an unterschiedliche Zielgruppen wendet: Erkrankte, Angehörige (da auch speziell Kinder und Jugendliche) und Fachleute.

Seit Spätsommer 2012 ist Christina Reiß nun mit 14 Wochenstunden als Projektleiterin Selbsthilfe im Projekt INFOPAT tätig. Ihre Aufgabe ist es, die Sicht von Betroffenen bei den Projektpartnern einzubringen, Patientinnen / Patienten für Studien zu gewinnen und deren Fragen zu Studien zu beantworten.

KONTAKT

Christina Reiß
Tel. 06221 / 6 53 09 67 (Di + Do)
reiss@selbsthilfe-heidelberg.de

INFOPAT

Informationstechnologie für die patientenorientierte Gesundheitsversorgung in der Metropolregion Rhein-Neckar



Quelle: pixelio.de

Die Selbsthilfe der Region ist einer von 27 Partnern in diesem auf vier Jahre angelegten und vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderten Modellprojekt. Ziel ist, eine persönliche, einrichtungsübergreifende elektronische Patientenakte (PEPA) zu entwickeln, die es Patientinnen und Patienten ermöglicht, ihre Behandlung damit zu steuern, die verschiedenen an der Versorgung Beteiligten zu koordinieren und Unterstützung im Umgang mit ihrer Erkrankung zu erhalten. Schwerpunktmäßig wird dies für Diabetes und Darmkrebs entwickelt und getestet, Ziel ist die Ausweitung auf andere Krankheitsbilder, aber auch andere Regionen.

„Wir finden wichtig, dass bei einem solchen Vorhaben die Expertise der Patientinnen und Patienten gut eingebunden wird und freuen uns, dass wir mit Christina Reiß eine erfahrene Expertin als Projektleiterin für die Vernetzung der Selbsthilfe gewinnen konnten,“ so Bärbel Handlos, Geschäftsführerin beim Heidelberger Selbsthilfebüro und Gesundheitstreffpunkt Mannheim. Beide Einrichtungen werden die Interessen von Betroffenen im Projekt vertreten, Interessierte an Studien vermitteln und für Studienteilnehmende eine Beratungshotline betreuen.

Freiwilligentag: Austausch für Selbsthilfegruppen

Heidelberg. Anlässlich des 3. Freiwilligentags der Metropolregion Rhein-Neckar fand im September im Heidelberger Selbsthilfebüro ein Vernetzungstreffen der Kontaktpersonen aus Selbsthilfegruppen statt.

Ziel der Veranstaltung, die mit Unterstützung der BKK Baden-Württemberg stattfand, war die Entlastung der mit ihrer eigenen Problematik und der Gruppenleitung mehrfach geforderten Engagierten der Selbsthilfe sowie das Aufzeigen neuer Wege. Und natürlich wollte das Selbsthilfebüro auch das Engagement der Teilnehmenden ehren! Wichtige Themen wie Gruppendyna-



Reges Interesse beim Vernetzungstreffen der Selbsthilfegruppen.

Quelle: Heidelberger Selbsthilfebüro

mik und Probleme, Mitglieder gewinnen, motivieren, Öffentlichkeitsarbeit, Zusammenarbeit der Selbsthilfe mit Krankenhäusern, Selbsthilfe und Internet sowie Burnout und Resilienz wurden lebhaft diskutiert und anschließend im Plenum präsentiert.

„Das Fremde in mir“



Filmveranstaltung zum Thema Depressionen nach der Geburt

Heidelberg. Im Rahmen des Welttages für seelische Gesundheit organisierte das Heidelberger Selbsthilfebüro eine Filmveranstaltung zum Thema postpartale Depression im Karlstorkino Heidelberg.

Eva Buschmann, Coordinator des Netzwerkes Mama Care „Zurück ins Leben“, Universitätsklinikum Heidelberg, führte in das Thema ein: Betroffene

Frauen mit postpartalen Depressionen empfinden oft nur Hilflosigkeit und Verzweiflung. Ihr eigenes Baby sei ihnen fremd. Sie reagierten mit Schuldgefühlen und Scham, so Eva Buschmann, würden auf Unverständnis im Umfeld stoßen und bekämen oftmals nicht oder zu spät die Zuwendung und therapeutischen Hilfen, die den Leidensweg beenden könnten.

Zwei Mütter aus der Selbsthilfegruppe „Zwickmühle“ für Frauen mit psychischen Erkrankungen nach der Geburt

INFO

Diakonisches Werk Weinheim: Programm „wellcome – Praktische Hilfe für Familien nach der Geburt“: www.wellcome-online.de
Eva Buschmann: „Frühen Hilfen“ www.hand-in-hand-rheinneckar.de
www.keinerfaelltdurchsnetz.de

berichteten beim Publikumsgespräch, dass der Film sie an die selbst durchlittene Zeit erinnerte.

Erleichterung ist zu spüren, nachdem Anne Lange als Familienhebamme sowie Harriet Rappmund von der Schwangerschaftsberatungsstelle des Diakonischen Werkes Weinheim und Eva Buschmann Netzwerke rund um Geburt und frühe Elternschaft vorstellten, die in der Region immer mehr an Bedeutung gewinnen und ausgebaut werden. „Hätte meine Hebamme nur einmal in der Geburtsvorbereitung oder mein Gynäkologe bei den Terminen erwähnt, dass es solche Gemütszustände nach der Geburt geben kann, hätten mein Mann und ich nicht durch diese Hölle müssen.“ So die Aussage einer der jungen Mütter von „Zwickmühle“.

Gestärkt. Selbstbewusst. Gut informiert.

Selbsthilfegruppe für Studierende mit psychischen Belastungen

Heidelberg. Wer im Laufe des Studiums mit psychischen Problemen zu kämpfen hat, fühlt sich damit an der Uni häufig sehr allein. Die meisten anderen scheinen ihr Studium und ihr Leben mühelos im Griff zu haben, man selbst will nicht der oder die Einzige sein, der / die es „nicht auf die Reihe kriegt“ und verschweigt die eigenen Schwierigkeiten lieber.

Die Selbsthilfegruppe ist im Gegensatz dazu ein Ort, an dem Sie sich über Probleme, Erfahrungen und mögliche Lösungsstrategien austauschen können – mit Menschen, die in einer ähnlichen Situation sind. Die Gruppe wendet sich daher an Studierende, die auf-

grund seelischer Probleme in ambulanter und/oder stationärer psychotherapeutischer und/oder psychiatrischer Behandlung sind, waren oder auch erst mit dem Gedanken spielen, sich therapeutische Unterstützung zu suchen.

In der Gruppe kann es um Themen gehen wie:

Unsicherheit in sozialen Situationen, Strukturierungsprobleme im Alltag, Entscheidungsschwierigkeiten, Probleme im persönlichen/familiären Umfeld, Motivations- und Konzentrations-schwierigkeiten, Angst vor Prüfungssituationen (Referate, Hausarbeiten, mündliche oder schriftliche Prüfungen), mögliche Entlastungen wie z.B. Stu-



Quelle: Pixelio.de

dienzeitverlängerung oder Teilzeitstudium etc.

Die Gruppe ist noch im Aufbau; geplant sind wöchentliche Treffen (voraussichtlich donnerstags abends).

Weitere Informationen beim Heidelberger Selbsthilfebüro.

Großes Engagement für ein „großes“ Thema: erste Kommunale Gesundheitskonferenz Rhein-Neckar-Kreis / Heidelberg

Rhein-Neckar-Kreis / Heidelberg. „Gesundheit wird von den Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt ...“ Die Erkenntnis aus der „Ottawa-Charta“ der Weltgesundheitsorganisation von 1986 ist eigentlich banal: Gesundheit wird nicht in Ministerien oder Krankenkassenverwaltungen „gemacht“, sie entwickelt sich vielmehr vor Ort, bei den Menschen und durch das Zusammenwirken ganz unterschiedlicher Akteure. So war es folgerichtig, dass die Landesregierung ihrer Entscheidung für eine „Gesundheitsstrategie Baden-Württemberg“ (2009) die Empfehlung anschloss, in Stadt- und Landkreisen – und in deren Regie – Kommunale Gesundheitskonferenzen (KGK) einzurichten.

Am 23. Oktober fand nun auch für den Rhein-Neckar-Kreis und die Stadt Heidelberg die erste Konferenz statt. Vorausgegangen war eine wichtige Übereinkunft: Landkreis und Stadt gehen gemeinsam vor, können dabei auf die bereits enge Zusammenarbeit in der Gesundheitsförderung vertrauen. Dass die Gesundheitskonferenz zustande kam, wurde auch dank Einrichtung einer Geschäftsstelle mit zusätzlichem Personal bei Stadt und Kreis erreicht. Landesmittel ermöglichten dies.

Die schon im ersten Quartal 2012 eingerichtete Lenkungsgruppe der Konferenz – zusammengesetzt aus Akteuren aus dem Gesundheitsbereich – konnte sich schnell auf ein gemeinsames Schwerpunktthema einigen: „Alter(n) und Gesundheit“. Entsprechend wurden schon in die Vorbereitung Experten, etwa aus der Alterswissenschaft (Gerontologie), der geriatrischen Reha oder Seniorenvertretungen hinzugezogen.

Alter(n) und Gesundheit



*Bis zum Schluss verzeichneten die Organisatoren der Konferenz eine aufmerksame und engagierte Beteiligung. Nun gilt es, die Zwischenergebnisse der Workshops auszuarbeiten.
Quelle: Heidi Flassak (LRA)*

Die erste KGK stand im Zeichen von vier Workshop-Themen: Bewegungsförderung, Soziale Teilhabe, alters- oder generationengerechten Kommunen sowie Selbstständigkeit und Selbstbestimmung, vor Ort ergänzt um das Thema des Umgangs mit Medikamenten. Rund 70 überwiegend eingeladene Mitglieder der Konferenz, entwickelten nach einem brillanten Eingangsvortrag von Professor Andreas Kruse (Institut für Gerontologie der Uni Heidelberg) eine ganze Reihe von Aufträgen für Arbeitsgruppen, die in enger Zusammenarbeit mit der

Geschäftsstelle Empfehlungen für die zweite Konferenz erarbeiten. Diese wird im Herbst 2013 stattfinden wird. Geleitet wurde das Plenum von Landrat Stefan Dallinger und OB Dr. Eckart Würzner.

INFOS

Kristina Maier,
Geschäftsstelle der KGK
Gesundheitsamt Rhein-Neckar-Kreis
Tel. 06221 / 5 22 18 93 oder
kristina.maier@rhein-neckar-kreis.de



*Rund 70 Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit professionellem, behördlichem und zivilgesellschaftlichem Hintergrund trugen zum Erfolg der Gesundheitskonferenz bei.
Quelle: Heidi Flassak (LRA)*

25 Jahre engagiert im Emmertsgrund

Heidelberg. Der Deutsche Kinderschutzbund Heidelberg feierte kürzlich ein Jubiläum: „25 Jahre Spiel- und Kleiderstube auf dem Emmertsgrund“. Die Spielstube ist eine sozialpädagogische Einrichtung der offenen Arbeit für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren.



*v.l.n.r.: Frau Schlapper, Frau Berger, Frau Bühring, Frau Dr. Andresen, Frau Lerch, Frau Frowein, Frau Mühlhausen, Frau Vogel
Quelle: Kinderschutzbund Heidelberg*

Täglich wird sie von 35-50 Kindern besucht, die mehrheitlich nicht Deutsch als Muttersprache sprechen. Ziel der pädagogischen Arbeit ist die Unterstützung, Entwicklungsförderung und Integration dieser und weiterer Kinder mit Problemen in unterschiedlichen Bereichen.

Eine enge Kooperation besteht mit der Grundschule Heidelberg-Emmertsgrund, die Öffnungszeiten sind auf die Schulzeiten abgestimmt.

KONTAKT

Tel. 06221 / 60 03 00
www.kinderschutzbund-heidelberg.de

„Wege zur Ruhe“ in der Abtei Neuburg

Heidelberg. „In der heutigen Zeit fehlen im Alltag nur allzu oft Zeiten der Ruhe, der Entspannung und der Besinnung. Die Sehnsucht nach Ruheoasen ist groß“, so Oberbürgermeister Dr. Eckart Würzner zum diesjährigen „Forum Gesundheit“. Unter dem Titel „Wege zur Ruhe“ veranstaltete die Stadt Heidelberg am 26. September gemeinsam mit Kooperationspartnern, darunter Krankenkassen, Volkshochschule, und Selbsthilfebüro das 16. „Forum Gesundheit“ in der Abtei Neuburg. In Vorträgen und Work-



*Beim Workshop Achtsamkeit am Arbeitsplatz.
Quelle: Heidelberger Selbsthilfebüro*

shops befasste man sich mit der Frage, wo im beruflichen und privaten Alltag Ruheoasen geschaffen werden können. Dabei wurden verschiedene Sichtweisen und Lösungsmöglichkeiten diskutiert, etwa in den Workshops „Multikulturelle Stressverarbeitung“, „Untwegs zu einem Unterricht in Ruhe“, „Schweigen als Kraftquelle“ etc. Das Forum endete mit einem Vortrag von Prof. Marianne Gronemeyer. Dieser regte dazu an, aus der Kultur der Ruhelosigkeit zu desertieren.

KONTAKT

www.heidelberg.de/forumgesundheit

Psychiatrische Tagesklinik im ZI feiert 30-jähriges Jubiläum

Mannheim. Die psychiatrische Tagesklinik des Zentralinstituts für Seelische Gesundheit (ZI) wurde als eine der ersten Tageskliniken in Deutschland gegründet. Anlässlich des 30-jährigen Bestehens lud das ZI zu einem Festsymposium in die herrschaftliche Jugendstilvilla, dem gegenwärtigen Standort, ein. Inhalte waren Vorträge zur Gründungs- und Entwicklungsgeschichte, aktuelle therapeutische Angebote und Zukunftsvisionen in Form einer modular aufgebauten Klinik, in der Patienten über ein sogenanntes „Track-System“ individuell betreut werden können.



Quelle: pixelio.de

In dem historischen Gebäude werden heute auf 20 Therapieplätzen vor allem Patienten mit affektiven und schizophrenen Psychosen behandelt. Im Mittelpunkt steht eine intensive interdisziplinäre Therapie mit dem Ziel der Wiedereingliederung der Patienten in ihren Alltag. Das Konzept der Tagesklinik bietet die Möglichkeit einer Verkürzung oder gänzlichen Vermeidung einer vollstationären Behandlung und ermöglicht Patienten im gewohnten Familien- und Wohnumfeld zu bleiben. Dabei wird dem Wunsch von Patienten, nach einer intensiven psychiatrischen Therapie ohne Trennung von den Angehörigen Rechnung getragen.

INFO

www.zi-mannheim.de

Männer mit Brustkrebs

Betroffene gründen Netzwerk



Auf der Tagung des Netzwerkes Männer mit Brustkrebs im August in Magdeburg.
Quelle: Kuno Meyer

Metropolregion. Die Diagnose „Brustkrebs“ trifft die meisten Männer vollkommen unerwartet. Oft haben sie, wie viele Menschen, noch nicht einmal davon Kenntnis gehabt, dass diese Erkrankung auch beim Mann vorkommt. Wenn sie dann nach einer optimalen Versorgung für ihre Krankheit suchen, müssen sie feststellen, dass die Behandlungskonzepte vom Brustkrebs bei Frauen übernommen werden, obwohl es kaum gesicherte Erkenntnisse über die Wirksamkeit und Nebenwirkungen beim Mann gibt.

Auch die Möglichkeiten, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen und so gegenseitige Unterstützung zu erfahren, sind sehr gering, denn in Deutschland erkranken jährlich nur ca. 600 Männer an Brustkrebs. Für Frauen mit Brustkrebs gibt es ein bundesweites Netz von Selbsthilfegruppen.

KONTAKT

Für die Region Rhein-Neckar:
Robert Wolf
Tel. 06205 / 1 69 93
r.wolf@brustkrebs-beim-mann.de
www.brustkrebs-beim-mann.de

Diese stellen aufgrund der sehr unterschiedlichen Probleme jedoch keinen optimalen Anlaufpunkt für Männer dar. Um die Situation der an Brustkrebs erkrankten Männer zu verbessern, haben sich im Jahr 2010 Betroffene zusammengetan und mit Unterstützung der Frauenselbsthilfe nach Krebs ein Netzwerk gegründet. Ziel ist, sich gegenseitig zu unterstützen und Erfahrungen auszutauschen. Dazu gehören Zeit zum Zuhören, Überwindung von Isolation, Denkanstöße und positive Perspektiven geben, um Mutlosigkeit und Passivität zu überwinden. Im Weiteren bietet das Netzwerk Informationen über Behandlungsmöglichkeiten, Planung des Krankheitsmanagements, Rehabilitation, soziale Hilfen, Versicherungsrecht usw.



Essprobleme: Wieder lernen, das Leben zu genießen

Mannheim. „Findest Du das Leben auch zum Kotzen, wünschst Dir aber wieder ins Leben einzusteigen?“ Mit diesem Slogan wirbt die Selbsthilfegruppe für Menschen mit Essproblemen (Richtung Magersucht und Essbrechsucht) in Mannheim.



Quelle: photocase.com

Es ist nicht einfach, sich einzugestehen, dass man seine Essprobleme nicht allein in den Griff bekommt. Das Leiden ist groß, das Leben anstrengend und nicht schön. Die Mitglieder der Selbsthilfegruppe wollen sich gegenseitig dabei helfen, das Leben wieder zu genießen und ein gesundes Verhältnis zum Essen zurückzugewinnen. Sie nutzt die Materialien der christlichen „Endlich-Leben-Gruppen“, die dem 12-Schritte-Programm der Anonymen Alkoholiker ähnlich sind.

Es erfordert Mut, über den eigenen Schatten zu springen und sich Hilfe zu suchen. So freut sich die Gruppe über jede weitere Frau, die ebenfalls den Mut aufbringt, den Kampf mit dem Essen nicht mehr allein zu kämpfen. Die Gruppe trifft sich jede Woche donnerstags um 19 Uhr im CVJM-Haus in K2, 10-11, 68159 Mannheim.

KONTAKT

Helga Schulze-Schmidt
Tel. 0621 / 15 69 98 92
selbsthilfegruppe.mannheim@gmx.de

Neue Wege in der Selbsthilfe

Modellprojekt der ILCO in der Metropolregion Rhein-Neckar



v.l.n.r.: Kurt Kern, Christina Reiß, Birgit Lentz und Petra Martijn von der ILCO beim Welt-Stoma-Tag in der Universitätsmedizin Mannheim. Quelle: Deutsche ILCO

Metropolregion. Der seit 40 Jahren bestehende Selbsthilfeverband für Menschen mit Stoma (künstlicher Darm- oder Blasenaustritt) beschritt bereits 2005 neue Wege: Die ILCO übernahm die Beratung der Menschen mit Darmkrebs. Jetzt folgt ein zweiter Schritt: Die Metropolregion Rhein-Neckar wird Modellregion. Ziel ist, von Darmkrebs Betroffene frühzeitig auf die Angebote der ILCO aufmerksam zu machen. Denn bei einer schweren Erkrankung wie Darmkrebs ist es wichtig, schon gleich nach der Diagnose Information und Unterstützung zu bekommen – ob nun ein (zeitweises) Stoma nötig wird oder nicht. Geplant ist, die örtliche Gruppenarbeit – insbesondere im Bereich Darmkrebs – zu intensivieren und die Erkenntnisse dann auf andere Regionen zu übertragen. Das Modellprojekt wird durch die BARMER GEK, die DAK und die TK finanziert.

KONTAKT

Gruppe ILCO für Jüngere im Raum Mannheim: Petra Martijn
Tel. 06201 / 7 49 80
ILCO-Projekt „Neue Wege in der Selbsthilfe“: Christina Reiß
Tel. 0178 / 1 37 21 75
Neue_Wege_ILCO_Ba-Wue
@gmx.de

Darüber freut sich Kurt Kern, ILCO-Landesvorsitzender, genauso wie darüber, dass die ILCO für dieses Modellprojekt Christina Reiß, Soziologin mit langjähriger Erfahrung sowohl in Selbsthilfe als auch Klinik, für die Projektleitung gewinnen konnte. Gemeinsam mit Petra Martijn und Birgit Lentz von der ILCO-Gruppe Mannheim will diese nun „Neue Wege in der Selbsthilfe“ ebnen.

Tic(k)st Du noch richtig?



Quelle: Tourette-Selbsthilfegruppe Mannheim

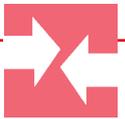
Mannheim. Das Tourette-Syndrom ist eine neuropsychiatrische Erkrankung. Kennzeichnend sind sogenannte „Tics“. Das sind unwillkürlich eintretende Zuckungen, z.B. Augenblinzeln, Grimasieren. Sie können sich aber auch sprachlich zeigen durch unwillkürlich hervorgebrachte Laute oder Wörter. Einige Betroffene (15-20%) müssen auch unwillkürlich Schimpfwörter oder obszöne Wörter aussprechen. Dieses Symptom bezeichnet man als Koprovalie. Verständlicherweise führt dies häufig zu Missverständnissen. Betroffene sehen sich oft mit Vorurteilen konfrontiert, besonders wenn fälschlicherweise eine persönliche Beleidigung unterstellt wird. Die Koprovalie kann auch bei anderen neuropsychiatrischen und neurodegenerativen Erkrankungen auftreten.

Einige, aber nicht alle Betroffene, können ihre Tics vorübergehend für einen kurzen Zeitraum willentlich unterdrücken. Dies wird jedoch meist als anstrengend und unangenehm empfunden und oft folgt im Anschluss eine Phase verstärkter Tics. Bei vielen Betroffenen bestehen begleitende Verhaltensauffälligkeiten. Die intellektuelle Leistungsfähigkeit ist jedoch nicht betroffen.

Tourette-Selbsthilfegruppe Mannheim, Herr Krämer und Herr Vettermann

KONTAKT

Über den Gesundheitstreffpunkt
Tel. 0621 / 3 39 18 18
shg-mannheim@tourette-gesellschaft.de
www.tourette-syndrom.de



Interessierte gesucht

zu folgenden Themen, zu denen sich eine Selbsthilfegruppe gründen möchte:

in Mannheim

■ Angehörige von Messies

Es gründet sich eine neue Selbsthilfegruppe für Angehörige und Freunde von am Messie-Syndrom erkrankten Menschen. In einem gemeinsamen Austausch können die bisherigen Erfahrungen zum Umgang mit den Betroffenen besprochen und Alternativen erarbeitet werden.

■ Lebenskunst mit kaputten Ohren

Eine Betroffenengruppe mit Cochlea Implantat will sich zusammenfinden, um Lebensqualität mit einer Hörprothese neu zu definieren. Treffen, Musik wagen und nicht Gehörtes visualisieren, Hilfe zur Selbsthilfe anbieten und den Austausch aufrechterhalten.

Kontakt: LmkO_in_MA@gmx.de (Carole Lafargue)

■ Legasthenie / Dyskalkulie, erwachsene Betroffene

Im Gesundheitstreffpunkt gründet sich eine Selbsthilfegruppe für Erwachsene mit Legasthenie / Dyskalkulie, die daran interessiert sind, sich gegenseitig zu unterstützen und gemeinsam neue Methoden zu erlernen.

■ Frauen mit Gewalterfahrung

hier möchte sich eine Gruppe gründen für kinderlose Frauen, die Gewalt bzw. Missbrauch erlebt haben und an einem Austausch interessiert sind, um gemeinsam positiv in die Zukunft zu blicken.

■ Kaufsucht

Unterliegen Sie dem Zwang immer „kaufen“ zu müssen? Möchten Sie das ändern und Ihre Gesundheit mit anderen Betroffenen teilen? Möchten Sie mehr darüber wissen? So kontaktieren Sie uns und tragen somit zur Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe bei.

■ Schilddrüsenkrebs

Vom Leidensdruck, mit einer bedrohlichen Erkrankung konfrontiert zu sein, hin zum Prinzip Hoffnung in der Selbsthilfegruppe: Betroffene sind eingeladen, in einer neu zu gründenden Selbsthilfegruppe Information und Erfahrungen zu teilen und gemeinsam Mut zu fassen.

in Heidelberg

■ Selbsthilfegruppe für Menschen mit extrakraniellen Gefäßfehlbildungen im Kopf- und Halsbereich

Gefäßfehlbildungen im Kopf- und Halsbereich sind häufig anzutreffen. Meistens handelt es sich um Hämangiome, die sich häufig von alleine zurückbilden und im Volksmund als „Blutschwämmchen“ bekannt sind. Es zählen jedoch auch Lymphangiome sowie verschiedene Malformationen und Mischformen dazu. Ausgedehnte Hämangiome und Gefäßfehlbildungen können gerade im Kopf- oder Halsbereich schwere Entstellungen sowie Beeinträchtigungen der Sinnesorgane hervorrufen. Dies bedeutet zusammen mit mehrfachen chir-

urgischen Eingriffen eine große Belastung für den Einzelnen. Gerade dann ist der Austausch von Betroffenen notwendig, um den Umgang mit dieser Erkrankung zu lernen sowie andere neue Therapien kennen zu lernen.

■ Posttraumatische Belastungsstörung

Ein traumatisches Ereignis, wie ein Unfall oder eine Gewalttat, kann das Leben eines Menschen völlig aus der Bahn werfen: Überwältigende Erinnerungen, Alpträume, Angst, das Gefühl vollkommener Hilflosigkeit und sozialer Rückzug sind oft die Folge. Wer selbst kein traumatisches Erlebnis hatte, kann den Betroffenen meist nur sehr schwer verstehen. Der Austausch mit anderen an PTBS Leidenden kann daher eine wichtige Erfahrung sein. Eine Selbsthilfegruppe kann eine Therapie nicht ersetzen, jedoch eine sehr hilfreiche Ergänzung sein.

■ Angehörige von Depressionskranken

Die Situation für Angehörige von an einer Depression Erkrankten ist nicht einfach. Man ist für den anderen, der an Depression erkrankt ist, da und vergisst sich dadurch oft selbst. In der Gruppe können Angehörige Unterstützung und neue Kraft finden.

Einzelpersonen suchen

Kontakt zu folgenden Themen:

in Mannheim

■ Angehörige von bipolar Erkrankten ■ Fuchsbandwurm ■ Josef- oder Machado-Erkrankung ■ Lichen sclerosus ■ Morbus Coats ■ Morbus Ledderhose ■ Morbus Sudeck ■ Ohrspeicheldrüsentumor ■ Rosacea ■ Weichgaumenkarzinom

in Heidelberg

■ ADS Erwachsene ■ Angehörige von Krebskranken ■ Angst und Depression Weinheim ■ Borderline ■ Depression – Mütter am Vormittag ■ Dünne Frauen ■ Eltern von sexuell missbrauchten Kindern ■ Erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern ■ Frauen mit sexuellen Missbrauchserfahrungen ■ Frauen nach Krebs ■ Frauen, die Gewalt in der Kindheit erfahren haben ■ Gruppe für pflegende Angehörige Wiesloch ■ Hochsensibilität ■ Männergruppe ■ Melanom ■ Messie-Angehörige ■ Methadon ■ Morbus Osler ■ Motoneuronerkrankung ■ Nahrungsmittelunverträglichkeit ■ Ohne Magen leben/Magenkrebs ■ Raucherentwöhnung ■ Sexualisierte Gewalt ■ Single 40-60 Jahre ■ Ungewollt kinderlos ■ Vulvakarzinom

SELBSTHILFEGRUPPEN & ANSPRECHPARTNER / -INNEN VON

- Adipositas / Übergewicht
- Adipositaschirurgie
- Adoptivfamilien
- AIDS / HIV
- AI-Anon (Angehörige Alkoholkranker)
- Alkoholabhängigkeit
- Alleinerziehende
- Allergien
- Alte Menschen / Senioren
- Amputierte
- Amyotrophe Lateralsklerose (ALS)
- Angeborene Immundefekte*
- Angehörige Demenzkranker
- Angehörige Depressionskranker
- Angehörige Drogenabhängiger
- Angehörige Essgestörter
- Angehörige psychisch Kranker
- Angehörige Suchtkranker
- Angststörungen / Agoraphobie / Panik
- Anonyme Alkoholiker
- Aphasiker
- Apoplexie
- Arbeitslosigkeit
- Arthrose
- Asexuelle
- Asthma
- Ataxie / Heredo-Ataxie
- Atemstillstand
- Autismus, Erwachsene
- Barrierefreiheit
- Bauchspeicheldrüsenerkrankte
- Behinderung
- Beziehungsabhängigkeit
- Binationale Familien
- Bipolare Erkrankung
- Blindheit / Sehbehinderung
- Borderline
- Borderline, Angehörige
- Brustkrebs
- Brustkrebs, Männer*
- Bulimie
- Burnout
- Cannabis als Medizin*
- Cerebral- / Hirngeschädigte
- Cluster-Kopfschmerz
- Cochlear Implant
- Codependents Anonymous
- Colitis ulcerosa
- Colostomie
- Contergan-Geschädigte
- Darmkrebs
- Defibrillator
- Depressionen
- Desmoid*
- Diabetes
- Dialyse-Patienten
- Drogenabhängigkeit
- Dystonische Erkrankungen
- Ehemalige aus 12-Schritte-Kliniken
- Eltern AIDS-kranker Kinder
- Eltern anfallskranker Kinder
- Eltern autistischer/mutistischer Kinder
- Eltern diabetischer Kinder
- Eltern drogenabhängiger Kinder
- Eltern entwicklungsverzögerter / behinderter Kinder
- Eltern herzkranker Kinder
- Eltern / Angehörige Homosexueller*
- Eltern hyperaktiver / hyperkinetischer Kinder
- Eltern, interkulturell
- Eltern krebskranker Kinder
- Eltern neurologisch kranker Kinder
- Eltern nierenkranker Kinder
- Eltern rechenschwacher Kinder
- Eltern rechtsradikaler Jugendlicher
- Eltern von frühgeborenen Kindern
- Eltern von Kindern mit AD(H)S
- Eltern von Kindern mit Allergien
- Eltern von Kindern mit Down-Syndrom
- Eltern von Kindern mit Hydrocephalus und Spina bifida
- Eltern von Kindern mit Pankreatitis*
- Emotions Anonymous
- Endometriose
- Epilepsie / Anfallsranke
- Erschöpfungssyndrom (CFS)
- Erwachsene Kinder suchtkranker Eltern
- Esssucht
- Familienrecht (Sorge, Umgang, Unterhalt)
- Fibromyalgie
- Frauengruppen
- Frauen, HIV-positiv
- Frauen und Sucht
- Frauen, selbstständige
- Gehörlosigkeit
- Geh- und Gefäßkrankheiten
- Geistige Behinderung
- Gesichtsschmerz
- Gesichtsversehrte (TULPE)
- Glaukom (Grüner Star)
- Grauer Star
- Guillain Barré-Syndrom (GBS)
- Hausfrauen / Familienfrauen
- Hautkrebs
- Hepatitis C
- Herzranke / Herzinfarkt
- Herztransplantierte
- Hirntumor
- Hochbegabung
- Hochsensibilität
- Homöopathie
- Homocystinurie*
- Homosexuelle
- Homosexuelle und Kirche
- Hörgeschädigte Menschen
- Hypercholesterinämie
- Hypophyseerkrankte
- Ileostomie
- Insolvenz*
- Internetabhängigkeit
- Inzestüberlebende SIA
- Kehlkopflose Menschen / Halsatmer
- Knochennekrose
- Kollagenosen

Gesundheitstreffpunkt Mannheim

Kontakte, Informationen, Beratung rund um Selbsthilfe

Alphornstr. 2a , 68169 Mannheim

Tel. 0621 / 3 39 18 18, Fax 0621 / 3 36 32 61

gesundheitsstreffpunkt-mannheim@t-online.de

www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de

Sparkasse Rhein-Neckar Nord,

BLZ 670 505 05, Konto 381 31 354



Telefon-Sprechzeiten:

Montag 9-12 Uhr

Mittwoch 16-19 Uhr

Donnerstag 9-12 Uhr

Persönliche Sprechzeiten:

Dienstag 9-11 Uhr

Donnerstag 16-18 Uhr

und nach Vereinbarung

Selbsthilfe- und Patientensprechstunde

im Klinikum Mannheim

für Patientinnen, Patienten, Angehörige, andere Interessierte mit Dr. Ulli Biechele & Kontaktperson aus Selbsthilfegruppe Haus 6, Ebene II, Raum 29 (am Haupteingang)

Sprechzeiten:

Montag 15-17 Uhr

Telefon in der Sprechstunde: 0621 / 3 83 11 50

SELBSTHILFE-ORGANISATIONEN UND -NETZWERKEN

- Körperbehinderte
- Kraniopharyngeom
- Krebs
- Lange Menschen
- Lebertransplantierte
- Legasthenie
- Lesben + Schwule mit Kinderwunsch
- Lesbische Frauen
- Lesbische Frauen mit Depressionen
- Leukämie
- Liebes- und Sexsucht
- Lippen-Kiefer-Gaumenfehlbildungen
- LOT - Langzeit-Sauerstoff-Therapie
- Lungenemphysem und COPD
- Lungenkrebs
- Lupus erythematodes
- Lymphom
- Magersucht
- Makula-Degeneration
- Marcumar
- Marfan-Syndrom
- Medikamentenabhängigkeit
- Messies
- Migräne
- Migration / Integration
- Mobbing
- Morbus Ahlbäck
- Morbus Bechterew
- Morbus Crohn
- Morbus Recklinghausen
- Morbus Waldenstroem*
- Mukoviszidose / Cystische Fibrose
- Multiple Sklerose
- Multiples Myelom / Plasmozytom
- Muskelkranke
- Myasthenie
- Narcotics Anonymous (Drogen)
- Narkolepsie
- Nebennierenerkrankungen
- Neuro-endokrine Tumoren
- Neurofibromatose
- Nierenkranke
- Opferhilfe
- Organtransplantierte Menschen und Wartepatienten
- Osteonekrose
- Osteoporose
- Overeaters Anonymous
- Pankreatektomierte
- Parkinson-Erkrankte
- Pflegefamilien
- Pflegende Angehörige
- Poliomyelitis
- Post- und präpartale Depression
- Prader-Willi-Syndrom
- Prostatakrebs
- Psoriasis / Schuppenflechte
- Psychiatrieerfahrene
- Psychische Probleme
- Pulmonale Hypertonie
- Regenbogenfamilien
- Retinitis pigmentosa
- Rheuma
- Risikogeburten
- Säuglingstod, plötzlicher
- Sarkoidose
- Schädel-Hirn-Verletzte
- Schilddrüsen C-Zell Karzinom
- Schlafapnoe
- Schlaganfall
- Schmerzen, chronische
- Schnarchen
- Schwangerschaft (glücklose) / Fehlgeburten
- Schwule Jugendliche
- Schwule Manager und Führungskräfte
- Schwule mit Alkoholproblemen
- Schwule mit sex. Missbrauchserfahrung
- Schwule Senioren
- Schwule Studierende
- Seltene Erkrankungen
- Senioretheater
- Sexsüchtige
- Sex- und Liebessüchtige
- Sjögrensyndrom
- Sklerodermie
- Smith-Magenis-Syndrom
- Soziale Phobie
- Spastiker
- Spielsucht
- Stotterer
- Tageseltern / Tagesmütter
- Tauschring
- Teilleistungsschwäche
- Tinnitus / Morbus Menière
- Tourette-Syndrom
- Transsexualität
- Trauernde
- Trauernde Eltern
- Trauernde junge Erwachsene
- Trauernde jüngere Verwitwete
- Trauernde Kinder und Geschwister
- Trauernde nach Partnerverlust
- Trauernde nach Selbstmord
- Trennung und Scheidung
- Ullrich-Turner-Syndrom
- Undine-Syndrom*
- Unfallopfer
- Urostomie
- Usher-Syndrom
- Uveitis
- Vasculitis
- Väteraufbruch
- Verlassene Eltern
- Wohnen im Alter
- Zahnarztängste
- Zöliakie und Sprue (Getreideunverträglichkeit)
- Zwangserkrankungen

* lokale/regionale Ansprechperson, keine Gruppentreffen



Patienten **BERATUNG**

Rhein-Neckar
im Gesundheitstreffpunkt Mannheim

E-Mail: info@patientenberatung-rhein-neckar.de
Internet: www.patientenberatung-rhein-neckar.de
Beratungstelefon: 0621 / 3 36 97 25

Offene Sprechzeiten für telefonische oder persönliche Kurzauskünfte:

Dienstag 9-11 Uhr

Donnerstag 14-16 Uhr

sowie Beratungstermine nach Vereinbarung

Heidelberger Selbsthilfebüro

Eine Einrichtung der Selbsthilfe- und Patientenberatung gGmbH
Alte Eppelheimer Str. 38 (Hinterhaus links, 1. OG), 69115 Heidelberg
Tel. 06221 / 18 42 90, Fax: 06221 / 16 13 31
info@selbsthilfe-heidelberg.de
www.selbsthilfe-heidelberg.de
Sparkasse Heidelberg, BLZ 672 500 20, Konto 909 15 05

Telefon-Sprechzeiten:

Montag 10-13 Uhr

Dienstag 14-16 Uhr

Mittwoch 10-13 Uhr

Donnerstag 14-18 Uhr

Persönliche Sprechzeiten:

Donnerstag 13-15 Uhr

und nach Vereinbarung



Selbsthilfebüro



VERNETZUNG

- Treffen der Regionalen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen Mannheim: 13. Februar 2013 um 19 Uhr im Gesundheitstreffpunkt Mannheim
- Treffen der Regionalen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen Heidelberg / Rhein-Neckar-Kreis: 30.1. und 17.4.2013, je 18.30 Uhr im Heidelberger Selbsthilfebüro
- AK Barrierefrei Heidelberg: 29.1., 26.3. und 30.4.2013, jeweils 17.30 Uhr im Selbsthilfebüro
- AG Barrierefreiheit Mannheim: erster Montag im Monat, 18.30 Uhr im Paritätischen Zentrum Mannheim, Alhornstr. 2a
- Mannheimer Behindertenforum, 20.3.2013, 16-18 Uhr, Collini-Center, Casino



Quelle: pixelio.de

NEUE SELBSTHILFEGRUPPEN

- Hochsensibilität, 2 monatliche Treffen in Mannheim, nächster Aufnahmetermin im Januar. Info über den Gesundheitstreffpunkt, Tel. 0621 / 3 39 18 18
- Trennung, wöchentliche Treffen in Mannheim, monatliche Aufnahmetermine. Info über den Gesundheitstreffpunkt, Tel. 0621 / 3 39 18 18

IMPRESSUM

Herausgeber: Gesundheitstreffpunkt Mannheim, Alhornstr. 2a, 68169 Mannheim, Tel. 0621/33 9 18 18, gesundheitstreffpunkt-mannheim@t-online.de, www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de, und Heidelberger Selbsthilfebüro, Alte Eppelheimer Str. 38, 69115 Heidelberg, Tel. 06221 / 18 42 90, info@selbsthilfe-heidelberg.de, www.selbsthilfe-heidelberg.de
Redaktion: L. Bielfeld, D. Darius, B. Dold, M. Duscha, B. Handlos **Versand:** S. Alimohammadi, D. Darius **Layout:** Gisela Koch **Fotos:** privat, pixelio.de
Druck: BB Druck LU **Auflage:** 8.300 **V.i.S.d.P.:** Raymond Fojkar und Bärbel Handlos

Danke für die Unterstützung! Der Gesundheitstreffpunkt und das Selbsthilfebüro werden gefördert durch Stadt Mannheim, Stadt Heidelberg, Sozialministerium Baden-Württemberg, gesetzliche Krankenkassen. Wir danken Dr. Gerhard Bender von der Wasserturmapotheke und der Kassenärztlichen Vereinigung für den Versand der gesundheitspress an Arztpraxen und Apotheken Mannheims, Heidelbergs und im Rhein-Neckar-Kreis.

VERANSTALTUNGEN

- Benefizkonzert „Zusammenklang“ mit dem SAP-Orchester, 19.1.2013, 20 Uhr, Stadthalle Heidelberg. Reservierung wird empfohlen. Veranstalter: Mehrgenerationenhaus Heidelberg / Diakonische Hausgemeinschaften. Info: Tel. 06221 / 3 37 58-0
- Dialog Selbsthilfe & Pflege mit der MS Sport-Selbsthilfegruppe, 22.2.2013, 15-17 Uhr, Pflegestützpunkt K 1, 7-13
- NCT-Patiententag Krebs 2013 „Neue Therapien: Leben mit Krebs“, 20.4., 10 bis ca. 18 Uhr, Hörsaalzentrum Chemie, Im Neuenheimer Feld 252, Heidelberg. Info: 06221 / 56 65 58 oder 06221 / 18 42 90

TERMINE beim Selbsthilfebüro

- Weihnachtsferien des Heidelberger Selbsthilfebüros: 21.12.2012-7.1.2013

TERMINE beim Gesundheitstreffpunkt

- Weihnachtsferien des Gesundheitstreffpunktes: 21.12.2012-4.1.2013

ABO

Sie zahlen nur das Porto und die Zeitung wird Ihnen direkt nach Erscheinen zugeschickt.

Ich möchte **GESUNDHEITSPRESS** regelmäßig lesen und abonniere zum Selbstkostenpreis von 5,00 EURO jährlich.

Name/Vorname

Straße/Nr.

PLZ/Ort

Ich bin damit einverstanden, dass 5,00 EURO von meinem Konto abgebucht werden:

Konto-Nr.

Bank

BLZ

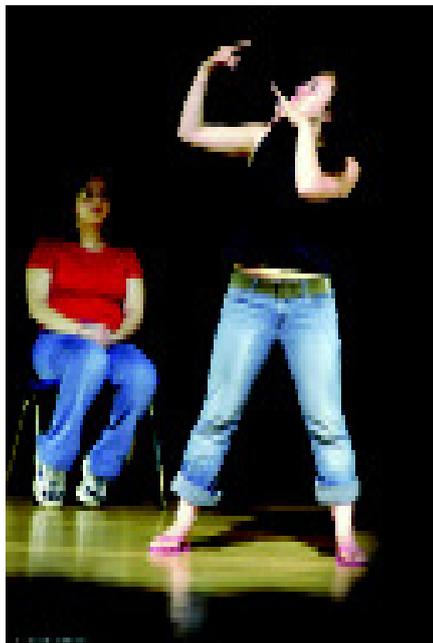
Datum/Unterschrift

... faxen: 0621 - 3 36 32 61 ...

oder Mail an: gesundheitstreffpunkt-mannheim@t-online.de

Bild-Impressionen

Anzeige



Frei nach dem Dokumentarfilm „Deaf slam“ ruft die Aktion Mensch zu einem bundesweiten Gebärdenpoesiewettbewerb auf. Hörende und gehörlose Nachwuchspoeten können sich melden bei: www.aktion-mensch.de/filmfestival/deafslam.



Die Preisträger des „Annette-Albrecht-Preises 2012“, der von Oberbürgermeister Dr. Würzner verliehen wurde v.l.n.r.: Katrin Raabe (Jury-Mitglied des BiBeZ e.V.), Kirsten Ehrhardt (Preisträgerin) für die Inklusiv Beratungsstelle Rhein-Neckar, Oberbürgermeister Dr. Würzner, Ivan Inshakov (Preisträger) für sein Engagement bei der Erfindung und Bereitstellung eines Türöffners und eines Flaschenöffners für Ohnarmer. Quelle: Ehrhardt



Die diesjährigen Preisträger des Fuchs Petrolub Förderpreises freuen sich mit Oberbürgermeister Dr. Peter Kurz über die Prämierungen.



Weniger Neben. Mehr Wirkung.

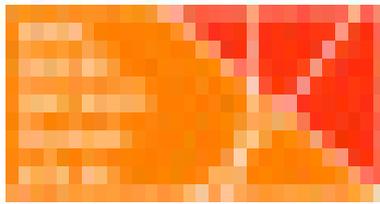
Weniger Neben. Mehr Wirkung. Das ist die Philosophie von Fuchs Petrolub. Wir entwickeln Öle, die nicht nur die Leistung Ihres Motors steigern, sondern auch die Umwelt schonen. Denn ein gesunder Motor ist ein wichtiger Bestandteil für die Nachhaltigkeit Ihres Unternehmens. Fuchs Petrolub ist die Lösung für alle Ihre Probleme. Wir sind die Experten für alle Ihre Fragen. Kontaktieren Sie uns heute. Wir werden Sie begeistern.

Wir sind die Experten für alle Ihre Fragen. Kontaktieren Sie uns heute. Wir werden Sie begeistern.

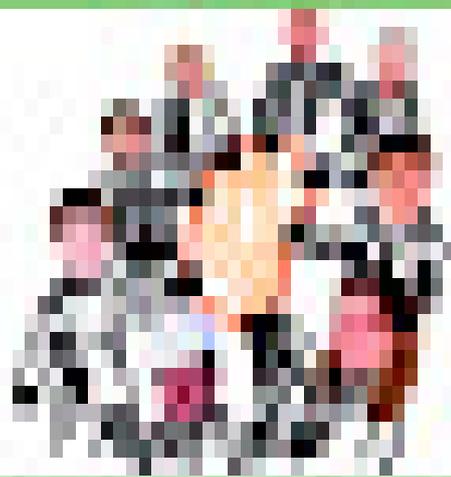
www.fuchs-petrolub.de



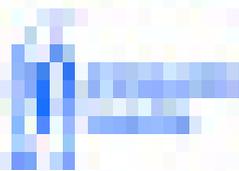
© 2012 Fuchs Petrolub AG



Emergency Services
 911
 Fire Department
 Police Department
 Ambulance



Emergency Services
 911
 Fire Department
 Police Department
 Ambulance
 Emergency Services
 911
 Fire Department
 Police Department
 Ambulance



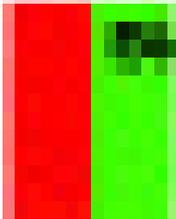
Emergency Services
 911
 Fire Department
 Police Department
 Ambulance



Emergency Services
 911
 Fire Department
 Police Department
 Ambulance

Emergency Services
 911
 Fire Department
 Police Department
 Ambulance

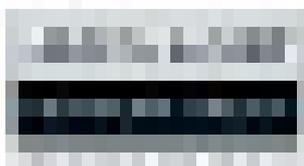
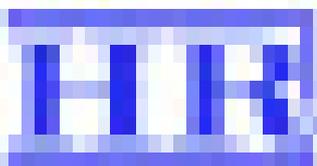
Emergency Services 911 Fire Department Police Department Ambulance



Emergency Services

911
 Fire Department
 Police Department
 Ambulance

Emergency Services
 911
 Fire Department
 Police Department
 Ambulance

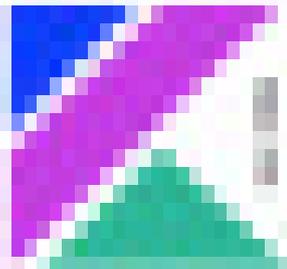


Emergency Services
 911
 Fire Department
 Police Department
 Ambulance



Emergency Services

- 911
- Fire Department
- Police Department
- Ambulance



Emergency Services
 911
 Fire Department
 Police Department
 Ambulance

Emergency Services
 911
 Fire Department
 Police Department
 Ambulance