

# Selbsthilfezeitung

für die Wetterau

18. Ausgabe 06/2009

Thema

## Behinderung und Selbsthilfe

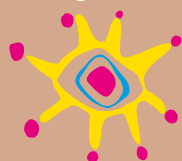
---

- Schwerpunkt: Elterninitiativen
- Portrait Dr. Erich Seht  
Vorsitzender des Behindertenbeirats  
des Wetteraukreises
- Neues aus der Selbsthilfe-Landschaft
- Tipps für erfolgreiche Gruppenarbeit



Selbsthilfe-Kontaktstelle  
des Wetteraukreises

Herausgeber



Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises  
 Ansprechpartnerin: Anette Obleser  
 61169 Friedberg, Europaplatz, Gebäude B, Zimmer-Nr. 187a  
 Telefon: (0 60 31) 83 23 45 (8:00 – 12:00 Uhr)  
 E-Mail: [anette.obleser@wetteraukreis.de](mailto:anette.obleser@wetteraukreis.de)  
 Internet: [www.wetteraukreis.de](http://www.wetteraukreis.de), rechts unter der Rubrik „oft gesucht“



Selbsthilfe-Kontaktstelle der Bürgeraktive Bad Vilbel e.V.  
 Ansprechpartnerin: Martina Deierling  
 61118 Bad Vilbel, Frankfurter Straße 15  
 Telefon: (0 61 01) 13 84  
 E-Mail: [info@buengeraktive.de](mailto:info@buengeraktive.de)  
 Internet: [www.buengeraktive.de](http://www.buengeraktive.de)

**Gestaltung** werksfarbe.com | concept + design

**Druck** Druckservice Uwe Grube, Vogelsbergstraße 6,  
 63697 Hirzenhain

**Auflage** 5.000

**Redaktion** Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises –  
 Anette Obleser  
 Bürgeraktive Bad Vilbel e.V. –  
 Martina Deierling und Hanne Tinkl  
 Freie Mitarbeiterin – Helga Bluhm  
*Das Redaktionsteam übernimmt keine Verantwortung  
 für die Inhalte der namentlich gekennzeichneten Beiträge*

**Förderer** AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen  
 BKK Landesverband Hessen  
 IKK Baden-Württemberg und Hessen  
 Knappschaft, Verwaltungsstelle Frankfurt am Main  
 LKK Hessen, Rheinland-Pfalz und Saarland  
 vdek Verband der Ersatzkassen e.V.  
 Landesvertretung Hessen

Wir danken den Krankenkassen für die finanzielle Unterstützung!  
 Nur durch ihre Hilfe wurde die Herausgabe der „18. Selbsthilfezeitung  
 für die Wetterau“ möglich.

Redaktionsschluss für die 19. SHZ zum Thema „Miteinander in der  
 Krise? Antwort: Selbsthilfe“ ist der 01. 10. 2009.

## Inhalt

Editorial 3

### Artikel zum Thema

Engagement für geistig behinderte Menschen im Wetteraukreis	4
„Leben, – na klar!“	6
Sophie-Scholl-Schule	7
DISCO für Menschen mit Handicap	8

### Selbsthilfegruppen zum Thema

Selbsthilfegruppe der Lebenshilfe Wetterau e.V.	9
Familiengruppe Regenbogen	9
Gesprächskreis behinderte Kinder	10
Frauen und Mädchen mit Behinderung	11

### Unterstützende Einrichtungen

Definition Behinderung BDH/VdK	12
Lebenshilfe Wetterau	13
Berufsbildungswerk Südhessen	14
Behindertenhilfe Wetteraukreis gGmbH	15
BETREUUNGSVEREIN – Lebenshilfe e.V.	16
Angebote des Diakonischen Werkes Wetterau	17
Integrationsfachdienst (IFD)	18

### Menschen in der Wetterau

Dr. Erich Sehrt 19

### Neue Selbsthilfegruppen bzw. Treffpunkte

Trauer-Café in Friedberg	20
Fibromyalgie und chronische Schmerzen	20
Vulva-Karzinom-SHG	20
Cochlear Implant	21
Trennung – Scheidung	21
Gesund abnehmen	21
Ausweg aus Essstörungen und zwanghaftem Essen	22
Asperger Syndrom	22
Fructose-Unverträglichkeit	23

Buchvorstellung 23

Tipps für erfolgreiche Gruppenarbeit 24

Veranstaltungen/Termine 25

Fortbildung für Selbsthilfegruppen  
 Mitten im Leben: der Tod 25

Rückblick 26

## Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

die 18. Ausgabe unserer Selbsthilfezeitung widmen wir diesmal dem Thema „Behinderung und Selbsthilfe“. Das Themenfeld gestaltete sich so umfangreich, dass wir gezwungen waren, einen Schwerpunkt zu setzen: Elterngruppen und -aktivitäten von geistig behinderter Kinder.

Während unserer Recherchen trafen wir auf Selbsthilfegruppen, in denen wir sehr engagierte Eltern von geistig behinderten Kindern kennen lernten. Sie erzählten uns von den guten Förderungs- und den Unterstützungsangeboten für ihre Kinder in den ersten sieben Lebensjahren. Dann aber fühlten sie sich alleine gelassen. Sie berichteten über zunehmende Versorgungsdefizite je älter die Kinder wurden. In den Förderschulen vermissten sie einen differenzierten Unterricht im Lesen, Schreiben und Rechnen. Näherten sich die betroffenen Jugendlichen der Phase des Erwerbslebens, gab es kaum noch Unterstützung in der Lern- und Entwicklungsfähigkeit. Eltern beobachteten eine Rückentwicklung und blickten in eine sorgenvolle Zukunft. Aus ihrer Not heraus wurden sie aktiv.

- So entstand die Schulinitiative „Integrative Sophie-Scholl-Schule“ in Bad Nauheim. Und sie haben es geschafft. In diesem Sommer wird die Schule bereits eröffnet.
- Eltern formierten sich in Vereinen, um entsprechende Wohn- und Fördermöglichkeiten nach der Schulzeit zu entwickeln und umzusetzen. Auch ihr Einsatz gab einen Anstoß. 2006 errichtete die Lebenshilfe-Wetterau e.V. ein Wohnheim für 27 geistig behinderte Menschen in Friedberg/Fauerbach.
- Eltern beobachteten einen Mangel an Freizeitaktivitäten und Freundschaften ihrer Kinder und nahmen dies zum Anlass, jeden ersten Samstag im Monat eine Disco für Menschen mit einem Handicap zu veranstalten.
- Eltern schlossen sich bundesweiten Vereinen an und engagierten sich auch überregional in Projekten. Sie bildeten Netzwerke zum Thema Integrationsarbeitsplätze und Arbeiten in der sozialen Landwirtschaft, um ihren Kindern die wenig förderlichen Industrie-Montagearbeiten in den Behindertenwerkstätten zu ersparen.

Mit all ihrer Kraft verändern sie die Möglichkeiten für ihre Kinder. Ihr stetiger Einsatz mündete in eine Verbesserung der Situation für alle geistig Behinderten. Um das Thema „Behinderung“ ganzheitlich zu betrachten, stellten wir uns auch die Frage: ab wann ist ein Mensch behindert?, und wenn es der Fall ist, was muss er tun und an wen kann er sich wenden? Unsere Zeitung will immer auch vernetzen, daher haben wir wieder viele unterstützende Beratungseinrichtungen hier im Kreis zu Wort kommen lassen. Auch die Selbsthilfegruppen, die sich gezielt dem Thema Behinderung widmen, stellen sich in dieser Ausgabe vor.

Unter der Rubrik „Menschen im Wetteraukreis“ antwortet der Vorsitzende des Behindertenbeirats des Wetteraukreises Dr. Erich Sehrt auf unsere Fragen. Wie immer informieren wir über alles Neue aus der Selbsthilfelandchaft und rufen auf zur Teilnahme an Fortbildungen für Gruppenmitglieder und an der Selbsthilfe- und Informations-MEILE in Bad Nauheim. Ebenfalls wieder dabei: unsere Tipps für erfolgreiche Gruppenarbeit.

Viel Spaß beim Lesen wünscht



Anette Obleser



Anette Obleser  
Selbsthilfe-Kontaktstelle  
des Wetteraukreises



Artikel zum Thema

## Engagement für geistig behinderte Menschen im Wetteraukreis

Wer heute ein Kind mit Down-Syndrom in der Wetterau bekommt, wird meist nach der Geburt recht schnell über die Behinderung informiert und fällt nicht mehr in das tiefe Loch, welches Fehlinformationen und Vorurteile reißen können. Die Eltern nehmen kurzfristig Kontakt zur Familiengruppe Down Syndrom auf, um weitere Erstinformationen zu bekommen, eine frühzeitige Förderung zu organisieren und wieder Zukunftsperspektiven zu gewinnen.

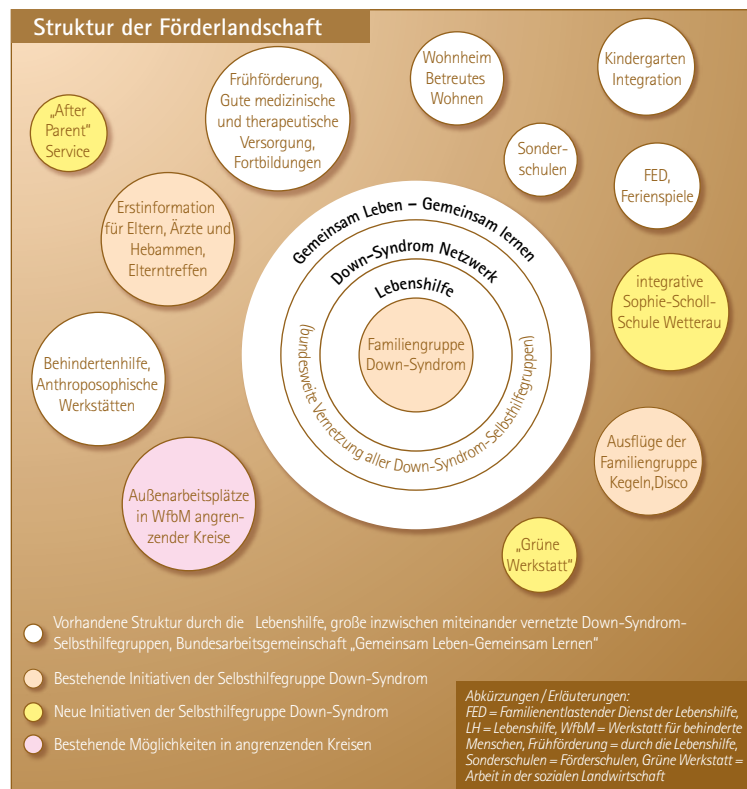
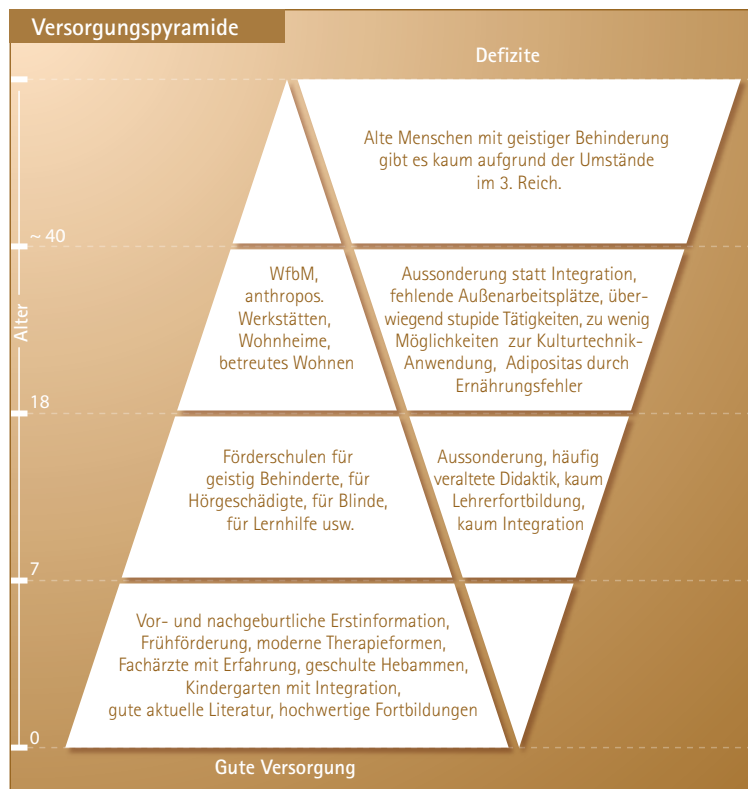
Nach einer guten Förderung und Integration im Kindergarten vor Ort oder einem integrativen Kindergarten stellt sich schon bald die Frage nach der richtigen Schulform. Die Eltern wissen, dass ihre geistig behinderten Kinder bei geeigneter Didaktik und viel Übung die Kulturtechniken (lesen, schreiben, rechnen) erwerben können. Leider legen die Förderschulen im Wetteraukreis den Förderschwerpunkt immer noch auf die „Praktische Bildung“. Daher wird mit täglichem Frühstück, Einkaufen, Kochen, Kunst, Musik, Turnen, Schwimmen viel Zeit verbracht, dagegen werden Kulturtechniken mit 2 Stunden pro Woche meist erst ab der 3. Klasse unterrichtet. Moderne Lerntheorien, die die Familien auf zahlreichen Fortbildungen kennen gelernt haben, kommen dabei selten zum Einsatz. Hausaufgaben zur Festigung des Erlernten gibt es selten.

Integration würde einen differenzierten Unterricht in Kulturtechniken mit mindestens vier Stunden pro Woche und sozialem Lernen für alle Schüler bedeuten, wird jedoch derzeit in der Wetterau mit immer weniger geistig behinderten Schülern trotz vieler Elternanträge praktiziert. Aus dieser Situation heraus entstand die Schulinitiative: „integrative Sophie-Scholl-Schule Wetterau“. Nähern sich die Schüler/innen nun der Phase des Erwerbslebens, rückt das Thema Arbeitsplatz und Bedeutung der Arbeit für geistig Behin-

derte in den Vordergrund. Den Wunsch nach sozialer Bedeutung für Andere, von Anderen gebraucht zu werden und für Andere notwendig zu sein, gilt es nun zu erfüllen.

Angesichts der immer geringer werdenden sog. „Integrationsarbeitsplätze“ in der freien Wirtschaft führt der Weg zwangsläufig in die Werkstatt für Behinderte (WfbM). Die Tätigkeit in einer WfbM sollte nicht vorrangig der Einkommenssicherung sondern der beruflichen Qualifizierung, der persönlichen Förderung und der Eingliederung ins Arbeitsleben (§ 136 SGBIX, 2007) dienen. Doch die Dominanz ökonomischer Interessen bringt es mit sich, dass die Werkstätten im Wetteraukreis vorwiegend auf Industrie-Montage-Arbeiten ausgerichtet sind. Dies sind Arbeiten mit ausgesprochen repetitivem Charakter und daher kaum geeignet, die Lern- u. Entwicklungsfähigkeit der Menschen mit Behinderung zu fördern.

In einer 2009 erschienenen Masterarbeit zum Thema „Arbeit ist mehr als beschäftigt Sein“ kommt Irmela Böhler zu dem Schluss: „Ich halte es für unwahrscheinlich, dass es der überwiegenden Zahl von Menschen in den WfbM so ermöglicht wird, die eigene Arbeitstätigkeit unmittelbar als sinnvoll und gesellschaftlich bedeutsam zu bewerten.“ Auf Tagungen, Sportfesten und anderen Veranstaltungen, die



bundesweit stattfanden, erfuhren Eltern, dass ähnliche Arbeitsbedingungen sich nach etlichen Jahren bei Menschen mit Down-Syndrom in Depressionen, Rückzug und Dickleibigkeit manifestieren können. Einer solchen Entwicklung kann und muss vorgebeugt werden.

Daher suchen Eltern der Familiengruppe Down-Syndrom im Wetteraukreis für ihre geistig behinderten Angehörigen nach einer anderen Form von Beschäftigung. Gedacht wird an Arbeiten in der sozialen Landwirtschaft (auch mit Tieren), was sich günstig auf die geistige und psychische Entwicklung dieser Behinderten auswirkt.<sup>1</sup>

Ergebnisse des SoFar-Projektes<sup>2</sup> zeigen, „dass sich europaweit ökologisch wirtschaftende Betriebe in besonderem Maße für die Integration von zunächst landwirtschaftsfremden Personen eignen und vielfach genutzt werden“. Bei Untersuchungen des Forschungsinstituts für ökologischen Landbau fiel auf, dass es zahlreiche kleinere landwirtschaftliche Betriebe in ganz Deutschland gibt, die gerne geistig Behinderte bei sich beschäftigen würden. Für die Landwirte stellt sich hier die Frage, wie diese Menschen angeworben, finanziert, organisatorisch angeleitet und integriert werden können. Für die Eltern stellt sich die Frage, wie sie Landwirte mit entsprechendem Bedarf finden können. In diesem Zusammenhang formiert sich derzeit ein Netzwerk, in das sich auch Eltern der Familiengruppe Down-Syndrom einbringen, um ihren geistig behinderten Kindern später eine größere berufliche Perspektive bieten zu können, als es heute der Fall ist.

Eine weitere Aktion, die von dem Verein „Gemeinsam Leben – Gemeinsam Lernen“ initiiert wurde, in dem auch Eltern der Familiengruppe engagiert sind, ist die Aktion „After Parent“. Hier geht es darum, dass die Kinder später in Werkstatt und Wohnen unabhängig von ihren Eltern

leben werden. Die Eltern suchen für diesen Zeitraum eine Instanz, die in der Lage sein wird, ihre Kinder zu verstehen und den verschiedenen Einrichtungen gegenüber deren Bedürfnisse zu kommunizieren. Bisher leisten dies die Eltern, aber diese werden oft von den Institutionen als Kontrolleure und damit als „Gegner“ verstanden; die Kommunikation ist oft gestört.

So versucht die Familiengruppe Down-Syndrom immer wieder, selbst aktiv zu werden, wo sie Defizite in der Gesellschaft wahrnimmt. Die Familien tauschen gegenseitig ihre Erfahrungen aus und profitieren voneinander. Veranstaltungen werden organisiert und nicht nur für Familien von Kindern mit Down-Syndrom, sondern auch für andere Eltern, Erzieher/innen, Lehrer/innen, ärztliches Personal, Hebammen und vieles mehr. Im Prinzip mündet die Arbeit der Selbsthilfegruppe in einer Verbesserung der Situation für alle geistig Behinderten. Die Bundesrepublik Deutschland hat die UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen unterzeichnet und damit allen Behinderten ein Recht auf Teilhabe in allen Bereichen des Lebens zugestanden. Jedoch von der Umsetzung dieses Rechtes ist Deutschland noch weit entfernt. Die Familiengruppe setzt sich zum Ziel, diese Rechte für geistig Behinderte im Wetteraukreis in der Praxis sichtbar werden zu lassen.

<sup>1</sup> Martina Carl, Diplomarbeit, Juni 2005, Universität Kassel

<sup>2</sup> Projektgrundbrief: Soziale Landwirtschaft in Deutschland, April 2009, EU-Projekt SoFar ([www.sofar-d.de](http://www.sofar-d.de))

#### Kontakt

Elterngruppe Down-Syndrom  
 Treffpunkt: an wechselnden Orten im Wetteraukreis  
 Kontakt: Frau Sabine Häusler  
 Telefon: (0 60 35) 97 03 24



## „Leben, – na klar!“

Der Verein „Leben, – na klar!“ engagierte sich für Wohn- und Fördermöglichkeiten für 27 geistig behinderte Menschen in Friedberg/Fauerbach.

**W**ir sind eine Gruppe von Eltern, Erzieher/Innen und Förderern, die seit vielen Jahren mit blinden, sehbehinderten sowie schwerstbehinderten Kindern und Jugendlichen leben und arbeiten. Im Alltag mit diesen Menschen wurde uns bewusst, dass es keine, ihren Bedürfnissen entsprechende Wohn- und Fördermöglichkeit nach der Schulzeit innerhalb des Bundeslandes Hessen gibt. Dies hat zur Folge, dass erworbene Fähigkeiten schnell wieder verloren gehen und damit Lebensqualität schwindet.

Eine solche Einrichtung ins Leben zu rufen, ist das Hauptanliegen unseres Vereins. Es ist uns gelungen, anhand einer Umfrage bei betroffenen Eltern, den Wohnheimplatzbedarf für den betroffenen Personenkreis zu ermitteln. Das Ergebnis unserer Erhebung ergab einen Bedarf von mindestens 60 Wohnplätzen bis zum Jahre 2010. Mangels einer so dringend notwendigen Einrichtung, mussten in den letzten 10 Jahren 45 blinde schwerstbehinderte junge Erwachsene nach Beendigung der Schulzeit die Familie und den Wohnort verlassen, um in vorhandene Spezialeinrichtungen anderer Bundesländer zu wechseln.

Die Lebenshilfe-Wetterau e. V. errichtete seit 2006 ein Wohnheim für 27 geistig-behinderte Menschen in Friedberg/Fauerbach, in dem zumindest 12 Plätze für unsere Schützlinge vorgesehen sind. Ein hessenweit einzigartiges Projekt, in das wir, als Kooperationspartner und als Gesellschafter der Betreiber-gGmbH, stark eingebunden sind. Uns obliegt insbesondere die Konzeption der blinden- und sehbehindertengerechte Ausstattung des gesamten Wohnheims. Die hierdurch entstandenen Mehrkosten von ca. 60.000 Euro will unser Verein durch Spenden zu aufbringen.

### Unsere Ziele sind:

- Entwicklung eines Wohnprojektes für blinde/sehbehinderte Intensivbehinderte Menschen im Raum Friedberg/Hessen
- Gemeinsames Erarbeiten von realistischen Zukunftsperspektiven, betroffenen Familien Hilfen bieten zur pädagogischen, pflegerischen und medizinischen Betreuung
- Familienunterstützung im Alltag
- Hilfe und Betreuung bei der Durchführung von Freizeitangeboten
- Hilfestellung zum Thema „Heil- und Hilfsmittel“ bieten
- Unterstützung und Beratung bei intensiver medizinischer Indikation
- Individuelle Betreuungsangebote für blinde/sehbehinderte Intensivbehinderte Menschen
- Zusammenarbeit mit öffentlichen, privaten, konfessionellen und wissenschaftlichen Einrichtungen, die dem Vereinszweck entsprechen
- Vertretung der Betroffenen gegenüber gesetzgebenden Körperschaften, Behörden, Verbänden und Institutionen sowie den Medien und in der Öffentlichkeit
- Motivation hierfür geben uns all jene, für die wir streiten

### Kontakt

Der Verein „Leben, –na klar!“  
Kontakt: Stefan Weide  
Weingartenstrasse 33a  
61231 Bad Nauheim  
Telefon: (0 60 32) 92 85 52  
Mail: stefan.weide@web.de



## Sophie-Scholl-Schule

Elterninitiative bringt Sophie-Scholl-Schule in Bad Nauheim auf die Schiene Eröffnung Sommer 2009. Private integrative Grundschule mit Ganztagsangebot jetzt auch in Bad Nauheim

Die erste Integrative Grundschule im Wetteraukreis soll nach den Sommerferien 2009 in Bad Nauheim eröffnet werden. Eine Elterninitiative brachte das Projekt mit reformpädagogischer Lehrmethodik auf die Schiene. Die Lebenshilfe Wetterau wird die Schulträgerschaft übernehmen. Eltern mit behinderten und nicht behinderten Kindern sowie Lehrer/innen zeigen bereits großes Interesse.

„Man kann Kinder mit einer Einschränkung doch nicht gleich mit dem Stempel Sonderschule versehen“, sagt Katja Weigand. Die Sprecherin und Mitbegründerin der Elterninitiative redet nicht aus der Theorie heraus. Weigand ist Mutter zweier Kinder, wovon eines das Down-Syndrom hat. Sie weiß aus häuslicher Erfahrung, welche Motivation vom „normalen“ Kind auf das behinderte übertragen wird. Gleiches erlebte sie für ihre Tochter mit der Trisomie 21 im Bad Nauheimer integrativen Kindergarten Sonnenschein. „Diese Kinder können von gesunden unglaublich viel lernen und die Gesunden erlangen früh eine hohe soziale Kompetenz“, sagt Weigand. Diese Symbiose soll für Weigand und die sechs Mitstreiter/innen in der Elterninitiative mit der Kindergartenzeit nicht enden. Ganz nach dem Vorbild der Sophie-Scholl-Schule in Gießen soll es nun auch im Wetteraukreis eine Integrative Grundschule geben.

### Im Sommer soll es losgehen

Der Nutzungsvertrag für das künftige Schulgebäude in der Frankfurter Straße wird dieser Tage unterzeichnet. Mit zwei ersten Klassen soll es im Sommer losgehen. Bis zu 22 Jungen und Mädchen – davon bis zu fünf mit einer Behinderung – werden pro Klasse sitzen, in der je zwei Lehrer unterrichten. Die Pädagogen/innen werden ihre Aufgabe als Lehrbegleiter wahrnehmen. „Jedes Kind wird mit seinen ganz persönlichen Fähigkeiten als Individuum respektiert und gefördert.“ Einen wichtigen Beitrag soll hierzu das reformpädagogische Konzept leisten, das sich aus den pädagogischen Entwürfen Maria Montessori und Peter Petersen zusammensetzt. In der Regel befinden sich pro Klasse zwei Jahrgänge (1. und 2. oder 3. und 4.). Der Lernumfang entspricht dem Rahmenlehrplan des Kultusministeriums.

Zur Sophie-Scholl-Schule in spe gehört auch ein obligatorisches Ganztagsangebot. Schule soll verlässlich von 8:00 bis 16:30 Uhr, am Freitag bis 15:30 Uhr stattfinden – mit Mittagessen, Schulaufgaben sowie Kursen oder Spielen.



„Wenn die Kinder nach Hause kommen, sind sie mit den schulischen Dingen fertig und können sich ganz ihrer Freizeit widmen“, so Weigand. Dass die Lebenshilfe als Schulträger fungiert, ist laut Weigand dem „guten Ruf“ der Integrativen Grundschule in Gießen zuzuschreiben, die von der dortigen Lebenshilfe getragen wird. Auch andere wurden auf das Vorbild in Gießen aufmerksam. „Mehr als ein Dutzend Eltern wollten schon ihre Kinder bei uns anmelden“, sagt die Bad Nauheimerin. Auch die sechs Lehrerkandidaten/innen müssen Initiative und Lebenshilfe noch vertrösten. „Die Stellenausschreibungen sollen im Januar veröffentlicht werden“, sagt Weigand.

Die „Sophie-Scholl“ wird keine öffentliche Schule sein. Das heißt, die Eltern müssen ein Schulgeld zahlen, das voraussichtlich 300 Euro plus 50 Euro für Mittagessen je Monat betragen wird. Eine finanzielle Förderung durch das Hessische Kultusministerium gibt es zumindest für die ersten drei Jahre nicht – so will es das Gesetz. „Um die Schule besser zu finanzieren werden wir einen Förderverein gründen. Außerdem brauchen wir noch ganz viele Sponsoren“, sagt Katja Weigand.

### Kooperative Bildung

Gegründet wurde die Sophie-Scholl-Schule 1999 in Gießen. Als Träger fungiert die Lebenshilfe Gießen. Unterrichtsgrundlage bildet der reformpädagogisch tradierte Jenaplan. Der Unterrichtsinhalt orientiert sich an dem Hessischen Rahmenlehrplan. Die Schule bietet Klassen bis zum sechsten Jahrgang an. Im Internet gibt es Infos unter: [www.lebenshilfe-giessen.de](http://www.lebenshilfe-giessen.de); [www.sophie-scholl-schule-wetterau.de](http://www.sophie-scholl-schule-wetterau.de)

Internetauszug aus [http://www.fr-online.de/frankfurt\\_und\\_hessen/nachrichten/wetterau/1620906\\_Gemeinsames-Lernen.html](http://www.fr-online.de/frankfurt_und_hessen/nachrichten/wetterau/1620906_Gemeinsames-Lernen.html)

### Kontakt

Sophie-Scholl-Schule Wetterau  
Integrative Grundschule in Gründung  
Lebenshilfe Wetterau e.V.  
[www.sophie-scholl-schule-wetterau.de](http://www.sophie-scholl-schule-wetterau.de)  
Telefon: (0 60 31) 16 86 - 551



Durch Elterninitiative neues Angebot in den Räumen der Lebenshilfe Wetterau e.V.:

## DISCO für Menschen mit Handicap

Jeden ersten Samstag im Monat treffen sich hier junge Menschen mit Handicap, um bei heißer Musik und kühlen Getränken nach Lust und Laune zu tanzen.



Im ca. 100 qm großen Raum des „Betreuten Wohnens“ der Lebenshilfe Wetteraukreis e.V. in Friedberg kann sich die Gruppe nach Herzenslust bewegen, sich unterhalten, neue Freunde finden, kurzum einfach Spaß haben.

Ein Discjockey (aus der Reihe der Angehörigen) sorgt für die entsprechende Musik mit Discosound und Lichtorgel. Hier können behinderte Menschen ihre Freizeit mit Normalität füllen, soziale Kontakte pflegen, neue Freundschaften knüpfen oder auch eine(n) Freund/in finden.

Die Idee dazu entstand bei der Mutter eines 20-Jährigen Sohnes mit Down-Syndrom, die den Mangel an dessen Freizeitaktivitäten und Freundschaften zum Anlass nahm, um hier nach einer Lösung zu suchen. Und zwar nach einer Lösung, die Verlässlichkeit, Regelmäßigkeit, Unkompliziertheit und für die Behinderten vor allem Akzeptanz ihrer Person versprach. Nachdem der Vorstand der Lebenshilfe Wetteraukreis e.V. sich nach Anfrage dazu bereit erklärte, hierfür einen Raum zur Verfügung zu stellen, galt es, dieses großzügige Angebot mit Leben zu füllen. Sie rief im regelmäßig erscheinenden „Lebenshilfe-Rundbrief“ die Mitglieder auf: „Machen Sie mit, werden Sie aktiv für Ihre behinderten Kinder oder Angehörigen! Sie wissen, wie wichtig soziale Kontakte zur humanen Selbstverwirklichung sind. Das Be-

dürfnis nach Freundschaften, verlässlichen Partnerschaften und Entfaltung von Zuneigung ist ernst zu nehmen. Wir sollten darauf mit einem adäquaten Angebot reagieren.“

Mittlerweile wurde aus dieser ersten Idee eine Elterninitiative, die ein gutes Konzept entwickelte und engagiert umsetzt. Mütter und Väter bringen ihre Zeit und Fähigkeiten ein, um festzustellen, wie viel Freude sie damit machen können. Ganz nebenbei stellen einige fest, dass sie selbst auch noch begeisterte Tänzer sind.

### Termin

Menschen mit Handicap, Lebenshilfe-Disco  
Jeden ersten Samstag im Monat ab 19:30 Uhr im Haus  
„Betreutes Wohnen“ der Lebenshilfe Wetteraukreis e.V.,  
Hauptstraße 25 - 29, Friedberg

Weitere Auskünfte zur Lebenshilfe-Disco erteilen:  
Anne Hilb, Telefon: (0 60 35) 97 02 43  
Birgit Ahrens, Telefon: (0 60 34) 57 32  
Erich Scheurmann, Telefon: (0 60 49) 18 79



Selbsthilfegruppe der Lebenshilfe Wetterau e.V.

## Familiengruppe Regenbogen

Wie geht man mit einem schwer behinderten Kind um?  
An wen kann ich mich wenden und wo bekomme ich Hilfe?

Als wir vor einigen Jahren vor dem Problem standen, ein behindertes Kind zu haben, stellten wir uns ähnliche Fragen. Von Seiten der Ärzte im Krankenhaus wussten wir nicht viel. Es hieß nur: „unklarer Stoffwechsel“ und dass unser Kind wahrscheinlich blind ist. Nach einer Zeit der Unwissenheit und dem Durchkämpfen bei Behörden und Krankenkassen trafen wir bei der Lebenshilfe in Friedberg auf die Regenbogensgruppe. Endlich lernten wir Menschen kennen, die auch ein behindertes Kind haben und sich zusammgefunden haben, um die Probleme, die auf einen zukommen, gemeinsam zu lösen. Von dort bekamen wir viel Unterstützung und Rat bei dem Umgang mit Ämtern und Einrichtungen, die uns weiterhelfen konnten im täglichen Kampf um Hilfe für unser behindertes Kind.

Die Regenbogensgruppe wurde von zwei Müttern, die sich im Spielkreis der Frühförderstelle der Lebenshilfe Wetterau e.V. kennen gelernt hatten, im Jahr 1997 ins Leben gerufen. Heute besteht die Gruppe aus über zwanzig Familien mit Kindern, die behindert sind und völlig gesunden Geschwisterkindern. Weil die Behinderungen unserer Kinder so vielseitig wie die Farben des Regenbogens sind, entstand der Name „Regenbogensgruppe“. Die Eltern der Gruppe treffen sich regelmäßig zu einem Stammtisch, wo dann Erfahrungen ausgetauscht und weitere Aktivitäten besprochen werden.

Einmal im Monat gehen wir gemeinsam mit unseren Kindern in der Blindenschule zum Schwimmen und öfter treffen wir uns, um über die Zukunft unserer Kinder zu beraten: was kommt nach der Schule? was für Möglichkeiten haben die Kinder zu arbeiten oder wie sieht es mit einem Platz im betreuten Wohnen aus?

Die Zukunft der Kinder ist oft ungewiss und wir wollen uns darum bemühen, für jeden einen Platz zu finden, der den Fähigkeiten und Möglichkeiten der Kinder entspricht. In den Herbstferien machen wir ein paar Tage gemeinsam Urlaub, wo wir uns mit den behinderten Kindern und ihren Geschwistern dann gemeinsam von dem doch oft schwierigen und stressigen Alltag erholen wollen. Wir hoffen auch in Zukunft als Gruppe, uns gegenseitig helfen zu können und auch anderen, die dann neu vor dem Problem stehen wie wir damals, eine Stütze zu sein und mit Rat und Tat zur Seite zu stehen.

### Kontakt

Kinder mit Behinderungen und Entwicklungsverzögerungen  
Treffpunkte an wechselnden Orten im Wetteraukreis  
Kontakt: Frau Birgit Ahrens  
Telefon: (0 60 34) 57 32



## Gesprächskreis behinderte Kinder

Am 6. Oktober 1989 wurde meine Tochter Elisa Charlotte geboren. In dieser dritten Schwangerschaft hatte ich mir große Sorgen gemacht und den betreuenden Arzt bei jeder Kontrolluntersuchung mit vielen Fragen gelöchert. Umso glücklicher war ich nach der Geburt dieses angeblich gesunden Kindes. Voller Stolz und total erfüllt von Glück genoss ich die ersten paar Tage mit meinen 3 süßen Töchtern. Aber die Angst und die Zweifel kamen zurück.

Elisa war beim Stillen so viel schwächer als die beiden anderen Mädchen. Sie konnte ihr Köpfchen viel schlechter halten und sie schrie ohne Unterlass. Nach mehreren Arztkonsultationen, zum Teil wurde ich als hysterische Mutter abgetan, stellte sich schließlich doch heraus, dass „etwas nicht stimmt“ und Elisa in die Uniklinik eingewiesen werden muss. Nach einigen nervenaufreibenden Untersuchungen wie Kernspin-Tomographie, Lumbalpunktion etc. kam die befürchtete Wahrheit dann doch wie ein Keulenschlag und ein großer Schock. Elisas Gehirn ist entzündet. Sie hätte auf keinen Fall nach der Geburt geimpft werden dürfen. Die Enzephalitis (Hirnhautentzündung) kann man nicht eindämmen. Elisa wird dies nicht überleben. Auf die zitternde Fragen: „Wie lange? Wie alt wird Elisa werden?“ Kam die Antwort, „höchstens 3 oder 4 Jahre“.

Auf meinen tränenreichen Zusammenbruch hin versuchte eine Krankenschwester mich zu trösten. Sie meinte, „Seien

sie doch froh, wenn es schnell zu Ende geht. Sie haben 2 gesunde Kinder. Wissen sie, was das für eine Belastung werden wird“. Ich fiel in ein tiefes Loch. Der Schmerz und die Verzweiflung waren furchtbar groß. Es tat mir richtig körperlich weh. Man stand wie in einem Alptraum nur noch neben sich.

Und es dauert lange, bis man damit umgehen kann. Abfinden kann man sich damit nie, aber mit der Zeit lernt man es zu akzeptieren. Ein chinesisches Sprichwort fiel mir in die Hände welches besagt: „Wer gegen sein Schicksal ankämpft, wird unglücklich sein, wer sein Schicksal akzeptiert, wird im Einklang leben“. Obwohl es manchmal sehr schwer ist, habe ich versucht dies zu befolgen. Die Ärzte hatten sich geirrt mit ihrer Prognose bezüglich Elisas Lebenserwartung.

Die Krankenschwester hatte Recht, es ist eine enorme Belastung. Ich musste mein ganzes Leben darauf einstellen, diesem behinderten Kind sowie den beiden gesunden Geschwistern gerecht zu werden. Ein so schwer behindertes Kind ist nicht einfach nur behindert, es kommen weitere gravierende gesundheitliche Schwierigkeiten hinzu. Elisa stand schon so oft an der Schwelle des Todes. Schon mehrfach hatten wir die Situation, in der die Ärzte mir sagten, diesmal schafft sie

*„Wer gegen sein Schicksal ankämpft, wird unglücklich sein, wer sein Schicksal akzeptiert, wird im Einklang leben“.*

es nicht. Niemals habe ich sie allein gelassen. Elisa und ich haben schon sehr viele Monate unseres Lebens in verschiedenen Kliniken verbracht. Wir hatten immer ein Mutter- und-Kind-Zimmer.

Wenn ich sehr verzweifelt bin, denke ich, es ist ein Sterben auf Raten, wenn es Elisa einigermaßen gut geht, dann kann ich dem Ganzen auch viel Gutes abgewinnen. Durch Elisa habe ich schon so viele tolle, beeindruckende, ganz besondere Menschen kennen gelernt. Ich habe mich verändert, bin weniger oberflächlich und lebe viel intensiver. So glaube ich, alle Menschen, die sich so sehr mit dem Tod auseinandersetzen, leben viel bewusster, genießen banale schöne Dinge viel mehr und freuen sich über Kleinigkeiten. Dieses Kind hat mein Leben unglaublich bereichert und trotz aller Schwierigkeiten gibt es mir so viel zurück.

Und diese Erfahrung möchte ich in unserem Gesprächskreis gern weitergeben. Gegenseitig Trost spenden, Tipps geben, Hilfe im Umgang mit Behörden austauschen, Anerkennung für unsere Leistung, gegenseitiges Verständnis, gemeinsam weinen und gemeinsam wieder lachen lernen... dafür ist unser Gesprächskreis da.

Kontakt

Bürgeraktive Bad Vilbel

Kontakt: Daniela Friesenhahn, Telefon: (061 01) 40 66 40



## Frauen und Mädchen mit Behinderung

Gehen Frauen anders mit Behinderung um, als Männer?

Die SHG besteht seit 1994. Sie wurde damals im Wetterauer Frauenzentrum in Friedberg gegründet, deshalb der frauenspezifische Titel.

Aus Sicht der SHG-Aktiven integrieren Frauen ihre Einschränkung in ihr Familienleben oder richten sich auf ein Singleleben ein, sie arrangieren sich meist schnell mit dem Handicap. Eine andere Frage ist es, wie Frau mit dem Selbstbild und dem Selbstwert umgeht und wie sie es wahrnimmt und umsetzt. So sind es auch meist die Frauen, die trotz Behinderung in ihren eigenen Wohnungen leben und dort, so lange es geht, dann auch sozialdienstlich versorgt werden. Unsere Meinung, wie Männer mit einer Behinderung umgehen und leben, wäre subjektiv, jedoch ein Grund, um miteinander ins Gespräch zu kommen.

Die Gesprächsthemen bei den Treffs beziehen sich sowohl auf die politischen Veränderungen als auch auf die gesellschaftliche Stellung der „behinderten“ Frau. Auch frauenspezifisch ausgerichtete Inhalte wie z.B. die Frauenrolle als Behinderte, Beziehungen, Selbstbestimmung, familiäre Interessenskonflikte, Motivation und Eigenwahrnehmung finden ihren Raum und werden oft heiß diskutiert.

Eine Minderheit, die zahlenmäßig gar keine kleine Minderheit mehr ist, wird leider noch immer gesellschaftlich ausgegrenzt. Die Existenz am finanziellen Minimum lässt viele Betroffene „sehr bescheiden“ werden und Wünsche

und Visionen in weite Ferne rücken. Die Mobilität eines Rollis endet oft an einem zu hohen Bordstein, zu engen Wegen, Baustellen, an Stufen oder gar an zu engen Türen. Die Benutzung der öffentlichen Verkehrsmittel wird zum Desaster.

Die Fluktuation der Gruppe ist groß, da die körperliche oder seelische Verfassung oft in kurzer Zeit so nachlässt, dass eine Teilnahme nicht mehr möglich ist. Aktiv sind zurzeit ca. 8 Frauen, die gerne wieder in einer größeren Runde zusammen diskutieren würden. Betroffene oder Interessierte sind deshalb bei den monatlichen Treffen herzlich willkommen. Termine und Treffpunkt bitte erfragen.

Eines haben die Frauen alle gemeinsam – sie suchen Gleichgesinnte, mit denen man sich austauschen kann, die einander verstehen, weil sie in der gleichen Lage mit der gleichen Problematik alltäglich kämpfen. Hilfe zur Selbsthilfe, einander stärken und Freunde finden, das sind die Grundzüge dieser SHG.

### Kontakt

SHG „Frauen und Mädchen mit Behinderung“

Kontakt: Monika Guth

Telefon: (0 60 31) 69 32 76

Mail: shg-frau-behinderung@hotmail.de



## Unterstützende Einrichtungen

### Definition: „Behinderung“

Menschen sind behindert, wenn ihre körperlichen Funktionen, geistigen Fähigkeiten oder die seelische Gesundheit mit hoher Wahrscheinlichkeit länger als sechs Monate von dem für das Lebensalter typischen Zustand abweichen und daher ihre Teilhabe am Leben in der Gesellschaft beeinträchtigt ist. Es spielt keine Rolle, ob die Behinderung auf einem Unfall bzw. einer Krankheit beruht oder auch angeboren ist. Ob eine Behinderung vorliegt, kann nur individuell und unter Berücksichtigung der Umstände des Einzelfalles beurteilt werden. Eine festgestellte Funktionsbeeinträchtigung von mindestens einem Grad der Behinderung von 20 ist eine Behinderung.

### Was ist der „Grad der Behinderung?“

Der Grad der Behinderung (GdB) ist das Maß für körperliche, geistige, seelische und soziale Auswirkungen der Funktionsbeeinträchtigung durch eine Behinderung. Eine Behinderung ist im Sozialgesetzbuch IX definiert. Der GdB kann zwischen 20 und 100 variieren. Er wird in 10er-Schritten gestaffelt. Eine Behinderung ab einem GdB von 50 gilt als Schwerbehinderung; in diesem Fall kann ein Schwerbehindertenausweis beantragt werden, in den der „GdB“ eingetragen wird.

### Wie wird ein Schwerbehindertenausweis beantragt?

Jeder behinderte Mensch kann bei dem für seinen Wohnsitz zuständigen Versorgungsamt einen Antrag stellen. Für den Wetteraukreis ist es das Versorgungsamt Gießen (Telefon: 06 41 / 7 93 60, Südanlage 14 A, 35340 Gießen). Der Grad der Behinderung kann auch nachträglich geändert werden. Dazu sind aber ein Antrag auf Neufeststellung sowie erneute medizinische Gutachten notwendig. Man sollte damit rechnen, dass der GdB auch herabgesetzt werden kann.

Behinderte Menschen mit einem GdB von weniger als 50, von mindestens aber 30 können unter bestimmten Voraussetzungen mit schwer behinderten Menschen gleichgestellt sein. Ansprechpartner für die Gleichstellung ist die Agentur für Arbeit.

### Fallbeispiel:

Der/die Haus-/Fach-arzt/ärztin erklärt dem/der Patienten/in, dass eine Behinderung vorliegt. Der/die Mediziner/in empfiehlt die Beantragung eines Schwerbehindertenausweises beim Versorgungsamt.

- Anträge erhältlich in den Stadt- oder Gemeindeverwaltungen oder bei Sozialverbänden (Bundesverband Rehabilitation für den Wetteraukreis, VdK)
- Arztberichte dazulegen
- Versand an das Versorgungsamt

Nach Mitteilung des Versorgungsamtes über den festgelegten Grad der Behinderung kann innerhalb von vier Wochen ein Widerspruch eingelegt werden. Dazu und zu allen weiteren Fragen ist es ratsam sich einem sozialen Verband anzuschließen.

#### Kontakt

**Bundesverband Rehabilitation für den Wetteraukreis (BDH)**  
 Kreisverband Friedberg  
 Horst Zinsheimer  
 Alter Weg 22  
 63667 Nidda  
 Telefon: (0 60 43) 71 55

**VdK Kreisverband Büdingen**  
 Manfred Vogel  
 Geschäftsstelle  
 Bahnhofstraße 37  
 63667 Nidda  
 Telefon: (0 60 43) 80 17 53  
 Mail: kv-buedingen@vdk.de

**VdK Kreisverband Friedberg**  
 Kreisgeschäftsstelle  
 Neutorgasse 1  
 61169 Friedberg  
 Telefon: (0 60 31) 68 55 90  
 Telefax: (0 60 31) 6 85 59 21  
 Mail: kv-friedberg@vdk.de



# Lebenshilfe Wetterau

Kompetente Beratung, Betreuung, Bildung und Unterstützung für Menschen mit Behinderung aus einer Hand

**D**ie Lebenshilfe Wetterau ist eine gemeinnützige und mildtätige Einrichtung. Sie setzt sich zusammen aus dem Verein Lebenshilfe Wetterau e.V. mit derzeit 350 Mitgliedern und der Gesellschaft Lebenshilfe Wetterau gemeinnützige GmbH. Insgesamt beschäftigt die Lebenshilfe Wetterau über 100 Mitarbeiter/innen. Die Lebenshilfe Wetterau basiert auf einer Vereinigung von betroffenen Familien und Förderern behinderter Menschen. Als Unternehmen betreut, unterstützt und fördert sie Menschen mit geistiger und körperlicher Behinderung und deren Angehörige im Wetteraukreis.

## Aufgaben und Angeboten:

### Frühförderung

Sie ist die Förderung von Kindern mit Entwicklungsproblemen und Behinderung. Sie hilft den Kindern von der Geburt bis zum Schuleintritt. Gemeinsames Lernen durch Frühförderung und Integration.

### Familientlastender Dienst

Der Familientlastende Dienst (FED) übernimmt stunden- oder tageweise die Betreuung des behinderten Menschen, kann so Freiräume schaffen und die Betreuungslücken am Abend, an den Wochenenden und in den Ferien füllen. Art und Umfang der Hilfe werden auf die Erfordernisse der einzelnen Familien abgestimmt. Der FED übernimmt die Beratung von Familien und hilft bei Anträgen zur Kostenübernahme.

### Betreutes Wohnen

Es bietet Hilfe beim Wohnen und Leben, sowohl in der Einzelwohnung als auch bei einer Paargemeinschaft. Es unterstützt beim Beschaffen von Wohnraum, beim Einrichten der Wohnung, bei der selbständigen Führung eines eigenen Haushaltes, bei finanziellen Angelegenheiten und beim Umgang mit Behörden, Institutionen, Ärzten/innen, sowie am Arbeitsplatz.

### Wohnstätte Fauerbach

Sie ist eine Wohneinrichtung für erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung. Das Haus bietet 24 Dauerwohnplätze

und 3 Kurzzeitplätze an. In einer Atmosphäre des Wohlfühlens verfügt jede/r Bewohner/in über ein Einzelzimmer. In der Tagesstruktur betreut ausgebildetes Fachpersonal die Bewohner/innen, die keine Werkstätten oder Tagesförderstätten aufsuchen können. Das Freizeitangebot orientiert sich an den individuellen Bedürfnissen der Bewohner/innen. Es werden Ausflüge unternommen, Interessen gefördert, Urlaubsfahrten gestaltet und gemeinsam gefeiert.

### Sophie-Scholl-Schule Wetterau

Die Sophie-Scholl-Schule Wetterau ist eine integrative Grundschule mit Ganztagsangebot. In kleinen Lerngruppen werden 20 bis 22 Kinder, davon 5 Kinder mit sonderpädagogischen Förderbedarf, mit auf das Kind ausgerichteten individuellen Lehrmethoden unterrichtet. Jede Lerngruppe wird von zwei Lehrer/innen und einem/einer Erzieher/in betreut. Das pädagogische Konzept orientiert sich an den reformpädagogischen Ideen von Peter Petersen (Jena-Plan) und Maria Montessori (jahrgangsübergreifender Unterricht, selbstgesteuertes Lernen mittels Wochenplan u. a. m.)

### Elterngruppen

Zurzeit engagieren sich zwei Elterngruppen bei der Lebenshilfe Wetterau:

- Familiengruppe Regenbogen, eine Selbsthilfegruppe von Familien mit behinderten und entwicklungsauffälligen Kindern
- Elterngruppe Down-Syndrom, deren Hauptanliegen ist der Erfahrungsaustausch und die Diskussion aktueller Probleme, wie z.B. verschiedene Therapien, Kindergarten und Schule.

## Kontakt

### Lebenshilfe Wetterau

Hauptstraße 25 - 29 , 61169 Friedberg

Telefon: (0 60 31) 6 84 56 - 100, Telefax: (0 60 31) 6 84 56 - 199

info@lebenshilfe-wetterau.de, www.lebenshilfe-wetterau.de



## Berufsbildungswerk Südhessen

fördern – qualifizieren – integrieren

**J**ungen Menschen mit Behinderung und benachteiligten jungen Menschen die Chance zu geben, einen geeigneten Beruf zu ergreifen – das ist Ziel und Aufgabe der Berufsbildungswerk Südhessen gGmbH mit Sitz in Karben, direkt im Norden von Frankfurt. Als Unternehmen zur beruflichen Erstausbildung und Qualifizierung von jungen Menschen mit besonderem Förderungsbedarf ist das zentrale Anliegen des Berufsbildungswerks die Eingliederung von jungen Menschen mit Behinderung oder Benachteiligung in die Gesellschaft und ins Arbeitsleben.

Mit etwa 200 MitarbeiterInnen bietet das bbw Südhessen über 450 TeilnehmerInnen Ausbildungsplätze in ca. 30 Berufen. Darüber hinaus wird durch Berufsvorbereitungen und Kompetenzfeststellungsmaßnahmen jungen Menschen geholfen, ihre berufliche Perspektive zu klären und sich auf die Ausbildung vorzubereiten. Eine Vielzahl von Berufsfeldern wird vom bbw Südhessen angeboten: MalerIn, RaumaustatterIn, Berufe im Holz- und Metallhandwerk, in der Hauswirtschaft, Gastronomie und dem kaufmännischen Bereich bis hin zu FloristInnen, GärtnerInnen, TextilreinigerInnen und ModenäherInnen.

Für die Dauer der Ausbildung lebt ein Großteil der Auszubildenden im Wohndorf auf dem bbw-Gelände oder in nahegelegenen externen Wohngruppen. Sie werden von Teams aus PädagogInnen, PsychologInnen, AusbilderInnen und medizinischen Fachkräften betreut. Die praxisnahe Ausbildung in den eigenen Werkstätten wird mit umfassenden externen Betriebspraktika und intensiven Ausbildungsphasen in Wirtschaftsbetrieben verzahnt. Das gemeinschaftliche Leben im Wohndorf spielt eine zentrale Rolle bei dem ganzheitlichen Bildungsansatz und der sozialen und beruflichen Integration der jungen Menschen in die Arbeitswelt. Am Ende der Ausbildung bestehen die Jugendlichen nicht nur

mehrheitlich die staatlich anerkannten Prüfungen, sondern sind auch optimal auf ein selbstständiges Leben vorbereitet. Zudem unterstützt das bbw Südhessen die Auszubildenden aktiv und erfolgreich beim Übergang in Arbeit.

Gemeinsam mit anderen Bildungsanbietern, Kammern, Unternehmen und Behörden arbeitet das bbw Südhessen kontinuierlich an bedarfsgerechten Weiterentwicklungen – und orientiert sich dabei gleichermaßen an den Bedürfnissen der TeilnehmerInnen, des Marktes und der Gesellschaft.

### Besichtigungstermine

Interessierte sind herzlich eingeladen, das Berufsbildungswerk zu besuchen. An jedem 1. Mittwoch im Monat findet um 13:30 Uhr ein Besuchernachmittag statt (ausgenommen sind die Ferienmonate). Auf Anfrage sind selbstverständlich auch Sondertermine für Gruppen möglich. Anmeldungen bitte unter: (0 60 39) 48 20 oder per E-Mail an [info@bbw-suedhessen.de](mailto:info@bbw-suedhessen.de)

### Anmeldung für eine Maßnahme des bbw Südhessen:

Sind Sie an einer Ausbildung, berufsvorbereitenden Maßnahme, Eignungsabklärung etc. im bbw Südhessen interessiert, so wenden Sie sich bitte direkt an Ihre zuständige Agentur für Arbeit bzw. den entsprechenden Leistungsträger. Dort wird über eine Aufnahme entschieden und die Anmeldung durchgeführt. Wenn Sie Hilfe dabei benötigen, die richtigen Schritte einzuleiten, sprechen Sie uns an!

### Kontakt

Berufsbildungswerk Südhessen Gemeinnützige GmbH  
Am Heroldsrain 1, 61184 Karben,  
Telefon: (0 60 39) 482 - 0, Telefax: (0 60 39) 482 - 199,  
[info@bbw-suedhessen.de](mailto:info@bbw-suedhessen.de), [www.bbwsuedhessen.de](http://www.bbwsuedhessen.de)



## Behindertenhilfe Wetteraukreis gGmbH

**W**ir sind eine gemeinnützige Institution mit dem Ziel, Maßnahmen der Rehabilitation von erwachsenen behinderten Menschen einzuleiten und durchzuführen, behinderte und nicht behinderte Kinder ab dem 1. Lebensjahr bis zur Einschulung in einer Kindertagesstätte zu betreuen.

Wir beschäftigen nahezu 300 hauptamtliche Mitarbeiter/Innen aus dem technischen, pädagogischen, betreuenden und kaufmännischen Bereich.

Werkstätten in Hirzenhain-Merkenfritz, Glauburg-Stockheim, Reichelsheim-Weckesheim und Friedberg-Ockstadt:

Unserem Slogan: „Wir leisten gute Arbeit“ sind wir seit mehr als 25 Jahren treu geblieben und haben uns so als ein zuverlässiger Partner für unsere Region etabliert. Industrie, Handel, Handwerk, Vereine, Verbände und Privatpersonen schätzen unsere wettbewerbsfähigen Produkte und Dienstleistungen bei gleichzeitiger Erfüllung unseres Betreuungsauftrages den behinderten Mitarbeitern gegenüber. Hervorragende Qualität, Termintreue und ein hohes Maß an Flexibilität zu marktgerechten Konditionen sind das Markenzeichen unserer Werkstätten. Arbeiten Sie mit uns zusammen und der Staat belohnt Sie, indem Sie bis zu 50% der von uns in Rechnung gestellten Arbeitsleistung auf die Ausgleichsabgabe nach § 140 SGB IX anrechnen können. Der Mehrwertsteuersatz unserer Werkstätten beträgt nur 7 Prozent.

Wohnheime in Gedern, Friedberg-Ockstadt und Nidda-Bad Salzhausen, sowie an zahlreichen Standorten betreute Wohngemeinschaften und stationär begleitetes Wohnen: Unser Ziel ist es, dem Menschen eine Teilhabe am Leben der Wohngemeinschaft sowie am allgemeinen gesellschaftlichen Leben entsprechend seiner Interessen und Ressourcen

zu ermöglichen. Dieses Ziel erreichen wir in unseren Wohneinrichtungen durch individuell gestaltete, private Lebensräume, in denen man Rückzugsmöglichkeiten und Geborgenheit erleben kann. Neben der Wohngruppe werden helle und tageslichtbelebete Räumlichkeiten mit Ausblick in die Umgebung und Betreuungsmöglichkeiten für eine Tagesbetreuung vorgehalten. Eine stabile Beziehung zu dem Betreuungs- und Pflegepersonal gibt zusätzlichen Halt in einer sich rasch verändernden Umwelt.

### Kindertagesstätte „Sonnenschein“ in Friedberg:

Die integrative Kindertagesstätte bietet einen Ort, an dem unterschiedliche Fähigkeiten, Bedürfnisse und Lebenssituationen der Kinder im Mittelpunkt stehen. Für Kinder ab dem ersten Lebensjahr bis zum Schuleintritt bieten wir eine ihrem jeweiligen Entwicklungsstand entsprechende Förderung und Betreuung. Unser Personal ermöglicht eine größtmögliche Selbständigkeit im lebenspraktischen Bereich und fördert dabei das Sozialverhalten durch unsere integrative Pädagogik. Wir ermöglichen gemeinsames Leben und Lernen und erweitern gezielt die Wahrnehmungen und Erfahrungen.

#### Kontakt

Geschäftsstelle der  
Behindertenhilfe Wetteraukreis gGmbH  
Roland-Krug-Straße 15  
63667 Nidda-Bad Salzhausen  
Telefon: (0 60 43) 801 - 250  
Telefax: (0 60 43) 801 - 270  
E-Mail: sekretariat@bhw-wetteraukreis.de  
Internet: www.bhw-wetteraukreis.de





## BETREUUNGSVEREIN – Lebenshilfe e.V.

Beratungsstelle für ehrenamtliche rechtliche Betreuer/innen und Bevollmächtigte

Der BETREUUNGSVEREIN – Lebenshilfe e.V. wurde 1992 als Beratungsstelle für ehrenamtliche rechtliche Betreuerinnen und Betreuer gegründet und ist seit 1993 als Betreuungsverein anerkannt (§ 1908f BGB). In Deutschland werden nämlich rund 70% aller rechtlichen Betreuungen durch Familienangehörige und ehrenamtlich engagierte Menschen geführt. Sie erhalten im BETREUUNGSVEREIN – Lebenshilfe e.V. Beratung und Begleitung in dieser verantwortungsvollen Aufgabe sowie Entlastung in schwierigen Situationen, außerdem können sie an Einführungskursen, Fortbildungsmöglichkeiten oder am Erfahrungsaustausch mit anderen Betreuer/innen teilnehmen. Seit 2005 gibt es auch ein Beratungsangebot für Bevollmächtigte. Des Weiteren informiert der BETREUUNGSVEREIN – Lebenshilfe e.V. auch über Möglichkeiten der Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung und beantwortet Fragen rund um das Betreuungsrecht, beispielsweise bei der Anregung einer Betreuung.

Eine rechtliche Betreuung (§§ 1896 ff. BGB) wird für Menschen eingerichtet, die wegen ihres Alters, einer Krankheit oder Behinderung nicht mehr in der Lage sind, ihre Angelegenheiten selbst zu regeln. Dabei geht es nicht um die Pflege oder Beaufsichtigung, sondern beispielsweise um die Regelung finanzieller Angelegenheiten, die Entscheidung bei medizinischen Maßnahmen oder die Organisation hauswirtschaftlicher und pflegerischer Hilfen. Voraussetzung dafür ist eine gerichtliche Betreuerbestellung mit einem festgelegten Aufgabenkreis. Wesentliches Ziel des Betreuungsrechts ist es, den betroffenen Menschen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Im Mittelpunkt der persönlichen Betreuung stehen dabei das Wohl und die Wünsche des/r Betreuten. Diese, meist langjährige Arbeit mit kranken und behinderten Menschen, ihren Bedürfnissen, Sorgen und rechtlichen Ansprüchen erfordert vom Betreuer Zuverlässigkeit, Durchsetzungskraft, Einfühlungsvermögen, aber auch sozialrechtliche und medizinische Kenntnisse.

Dem BETREUUNGSVEREIN – Lebenshilfe e.V. liegt es am Herzen, ehrenamtlichen Betreuer/innen in dieser Aufgabe mit

Rat und Tat zur Seite zu stehen und das wichtige Ehrenamt zu stärken. Die Geschäftsräume des BETREUUNGSVEREIN – Lebenshilfe e.V. sind in der Hauptstraße 29 in Friedberg-Fauerbach zu finden. Weiterführende Informationen erhalten Interessierte in der Beratungszeit dienstags zwischen 8:30 Uhr und 12:30 Uhr, nach telefonischer Vereinbarung oder per E-Mail.

### Kontakt

#### BETREUUNGSVEREIN- Lebenshilfe e.V.

Hauptstraße 29  
Friedberg-Fauerbach  
8:30 - 12:30 Uhr  
Telefon: (0 60 31) 1 86 33  
E-Mail: betreuungsverein-lebenshilfe@arcor.de

Weitere Anlaufstellen für Betreuer/innen und Bevollmächtigte sind – neben den Amtsgerichten die:  
**Betreuungsstelle des Wetteraukreises im Fachdienst**  
Gesundheit, Rettungsdienst, Katastrophen- und Brandschutz  
Europaplatz, Friedberg  
Telefon: (0 60 31) 83 23 13

**Betreuungsverein im Diakonischen Werk Wetterau**  
Bahnhofstraße 26, Nidda  
Telefon: (0 60 43) 96 40 13

**Betreuungsverein im Caritasverband Gießen**  
Außenstelle Büdingen  
Berliner Straße 2  
Telefon: (0 60 42) 39 22



## Angebote des Diakonischen Werkes Wetterau

im Auftrag des Wetteraukreises

Jeder dritte Mensch leidet einmal in seinem Leben unter einer psychischen Erkrankung und ca. 2% der Bevölkerung bedürfen jährlich der fachpsychiatrischen Behandlung. Im Wetteraukreis sind jährlich mindestens 5.000 Menschen davon betroffen.

Seit 1979 setzt sich das Diakonische Werk Wetterau im Wetteraukreis für Menschen mit psychischen Erkrankungen und für ihre Angehörigen ein. Schrittweise wurden bis heute ambulante, teilstationäre und stationäre Angebote für Menschen mit seelischen Belastungen, psychischen Erkrankungen, seelischen Behinderungen und für deren Angehörige aufgebaut.

Die einzelnen Dienste, deren Aufgaben und Ziele sowie der Umfang der Hilfe orientieren sich an den Bedürfnissen und Nöten der Hilfesuchenden. Unsere Aufgabe ist es, den Betroffenen in ihrem gewohnten Lebensumfeld ein möglichst selbstständiges Leben, Wohnen und Arbeiten zu ermöglichen. Ziel ist es, Hilfestellungen zu geben, die zur psychischen Stabilisierung und damit zur gesellschaftlichen Wiedereingliederung beitragen.

Um für betroffene Menschen schnelle Hilfen bereitstellen zu können und um ihnen lange Anfahrtswege zu ersparen, hat das Diakonische Werk Wetterau dezentral Psychosoziale Zentren (PSZ) in Büdingen, Butzbach, Friedberg, Karben und Nidda eingerichtet.

### In den einzelnen Diensten

- Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle
- Betreutes Wohnen (auch für Menschen mit Körperbehinderung)
- Wohnheim
- Tagesstätte
- Integrationsfachdienst (Begleitender und Vermittelnder Dienst für Menschen mit Schwerbehinderungen)
- Werkstatt

wird eng vernetzt gearbeitet. Darüber hinaus kooperieren wir selbstverständlich mit allen anderen Institutionen, Stellen und Trägern im Wetteraukreis, die Angebote und Hilfen für Menschen mit psychischen Erkrankungen zur Verfügung stellen. Grundlage der Zusammenarbeit ist, jeder Person die für sie angemessenen individuellen Hilfen anzubieten um damit eine möglichst optimale Versorgung zu gewährleisten.

Welches Psychosoziale Zentrum für Sie zuständig ist, können Sie gerne erfragen.

### Kontakt

#### Präsenzdienste

in der Regel vormittags – zu anderen Zeiten können Sie uns eine Nachricht hinterlassen, wir rufen Sie gerne zurück.

PSZ Büdingen  
Telefon: (0 60 42) 97 96 0-0

PSZ Butzbach  
Telefon: (0 60 33) 9 66 69-0

PSZ Friedberg  
Telefon: (0 60 31) 72 52-0

PSZ Karben  
Telefon: (0 60 39) 9 18 19-0

PSZ Nidda  
Telefon: (0 60 43) 96 27 6-0

## Integrationsfachdienst (IFD)

für Menschen mit Schwerbehinderungen im Diakonischen Werk Wetterau

**D**er Integrationsfachdienst (IFD) ist gemäß Sozialgesetzbuch IX im Auftrag des Integrationsamtes und anderer Rehabilitationsträger tätig. Er ist mit der Durchführung von Maßnahmen zur Teilhabe am Arbeitsleben beauftragt.

Seit 1991 berät und unterstützt der IFD im Wetteraukreis Menschen mit Schwerbehinderungen bei der Suche nach einem geeigneten Arbeitsplatz und wird vermittelnd tätig. Eine weitere Aufgabe besteht darin, Menschen mit einer Schwerbehinderung, die erwerbstätig sind, zu beraten und zu begleiten, wenn es Schwierigkeiten am Arbeitsplatz gibt. Dabei kann es einmalige oder auch regelmäßige Gespräche geben, z.B. bei Über- oder Unterforderungssituationen im Betrieb, bei Wiederaufnahme der Arbeit nach längerer Krankheit oder bei Problemen mit Vorgesetzten und/oder KollegInnen.

Ebenso ist der IFD Ansprechpartner für die Betriebe und informiert Arbeitgeber, KollegInnen und Schwerbehindertentrustensleute zu allen Fragen im Zusammenhang von Arbeit und Behinderung.

### Die Arbeit des IFD am Beispiel Frau P.

Frau P., 35 Jahre, kommt zum Erstgespräch gemeinsam mit ihrem Vater zum IFD. Sie arbeitet seit einigen Jahren als Küchenhilfe in der Kantine einer größeren Firma. Eine Ausbildung hat sie nicht, sie kann kaum lesen oder schreiben. Frau P. hat eine geistige Behinderung.

Der Vater berichtet, dass seine Tochter sehr gerne arbeitet. Zwar habe es in der Vergangenheit ab und an Probleme gegeben, die konnten aber im Gespräch mit den Vorgesetzten stets gelöst werden. Seit es jedoch die neue Küchenchefin gebe, häuften sich die Schwierigkeiten. Einige Male sei Frau P. schon weinend nach Hause gekommen. Vor einigen Wochen habe sie sogar eine Abmahnung bekommen, weil sie unerlaubt den Arbeitsplatz verlassen habe. Der Vater habe sich daraufhin beim Integrationsamt Kassel informiert, das ihm empfahl, sich beim IFD in Friedberg beraten zu lassen.

Zum Abschluss des Erstgesprächs wird folgende Vorgehensweise vereinbart: Zunächst gibt es zwischen der IFD-Beraterin und dem Personalleiter ein Gespräch, dem ein weiteres, gemeinsam mit der Küchenchefin, folgen soll. Diese schätzt

Frau P. zwar als fleißige Mitarbeiterin, weist aber darauf hin, dass sie zugewiesene Arbeiten auch erledigen müsse.

Da Frau P. schwerbehindert ist und eine (drohende) Kündigung ohnehin nur mit Zustimmung des Integrationsamtes möglich ist, willigen sowohl Personalleiter als auch Küchenchefin ein, gemeinsam mit der IFD-Beraterin an der Verbesserung der Situation zu arbeiten: Regelmäßig zweiwöchentlich kommt Sabine P. zu Gesprächen zur IFD-Beraterin, in denen die Situation am Arbeitsplatz, das Erledigen der Aufgaben und aufgetretene Schwierigkeiten besprochen werden. Häufig kann darin geklärt werden, wenn Frau P. etwas nicht verstanden hat und es deswegen zu Problemen kommt oder wenn sie sich schlecht behandelt fühlt.

In weiteren Gesprächen mit der Küchenchefin und den Kolleginnen der Küche wird die Auswirkung der Behinderung von Frau P. thematisiert. Es wird deutlich, dass sie klare Arbeitsanweisungen benötigt, nach Möglichkeit nur von einer Person. Verschiedene Aufträge von unterschiedlichen Personen setzen sie so stark unter Druck, dass sie selbst nicht mehr entscheiden kann, was zuerst erledigt werden soll. Dies hat in der Vergangenheit dazu geführt, dass sie überfordert ist und deshalb unfreundlich reagiert.

Nach ca. sechs Monaten haben sich die Wogen geglättet. Frau P. hat sich an ihre neue Chefin gewöhnt. Von Kündigung ist keine Rede mehr, sondern die Chefin lobt Frau P. als fleißige Mitarbeiterin, deren Verhalten zwar im Umgang mit Vorgesetzten und Kolleginnen manchmal zu wünschen übrig lässt, die aber ihren festen Platz im Team hat. Beratende Gespräche mit allen Beteiligten sind nur noch in größeren Zeitabständen nötig. Sollten Sie Beratung und Unterstützung des IFD benötigen, sind wir gerne für Sie da.

### Kontakt

Integrationsfachdienst  
Haingraben 10  
61169 Friedberg  
Telefon: (0 60 31) 72 52-0  
Anny Rahn-Walaszewski  
stellvertr. Leiterin DW Wetterau



Menschen in der Wetterau

## Dr. Erich Sehrt

Der 49-jährige Dr. Erich Sehrt unterrichtet seit 18 Jahren als Oberstudienrat in der Ernst-Ludwig-Schule Bad Nauheim. Mit seiner Ehefrau hat er 3 Kinder. Seit 2001 ist er als Vorsitzender des Behindertenbeirats tätig.

### Wie sind Sie Vorsitzender des Behindertenbeirates des Wetteraukreises geworden?

Ich bin Mitglied des Kreistages (CDU-Fraktion), der Personen aus allen Fraktionen ebenso in den Behindertenbeirat entsendet wie verschiedene Behinderteneinrichtungen und Selbsthilfegruppen. Der Vorsitzende wird geheim gewählt.

### Was bietet der Behindertenbeirat behinderten Bürgern?

Der Behindertenbeirat ist ein Beratungsgremium des Wetteraukreises. Es werden aber auch Themen, die von den verschiedenen Mitgliedern eingebracht werden können, beraten und, wenn möglich, über unsere Kreisbeigeordneten Herrn Veith und Frau Weber bzw. über Herrn Stürz (Wetteraukreis, Soziale Hilfen, Büdingen) direkt über die Verwaltung zu einer Lösung gebracht.

### Welche hauptsächlichen Aufgaben stellen sich Ihnen?

Wir kümmern uns um den behindertengerechten Ausbau öffentlicher Straßen, Gebäude und Bahnhöfe. Außerdem möchten wir ortsansässige Behindertenvertreter/innen mit uns vernetzen, um dort auftretende Probleme lösen zu helfen. Dabei arbeiten wir daran, das Projekt Barrierefreiheit

des Behindertenrats Bad Vilbel in anderen Städten und Gemeinden des Wetteraukreises vorzustellen, damit sich das Verständnis für die besondere Situation behinderter Menschen noch weiter verbessert.

### Welche Entscheidungen müssen Sie treffen?

Unsere Stellungnahmen zu den oben erwähnten Bauprojekten sind für deren Genehmigung von grundsätzlicher Bedeutung, weshalb wir hier ein entscheidendes Mitspracherecht ausüben.

### Gibt es Ziele, die Sie unbedingt aus Ihrer Position heraus erreichen wollen?

Ein besonders schwer zu erreichendes Ziel ist bis jetzt der behindertengerechte Ausbau des Bahnhofs Friedberg. Unsere bisherigen Versuche, hier entscheidende Fortschritte zu machen, sind bisher nicht erfolgreich gewesen, da die nötigen finanziellen Mittel von der Bahn AG bis jetzt nicht zur Verfügung gestellt wurden. Das könnte sich aber bald ändern, denn die Bahn AG plant, laut Aussage eines zuständigen Ingenieurs im Zuge des Investitionsprogramms des Bundes, eine Sanierung des Friedberger Bahnhofs.

Ein weiteres Ziel ist es, noch besser bekannt zu werden, um konkret an Lösungen für auftretende Probleme Behinderter zu arbeiten.

### Was können Sie für die Selbsthilfe im Wetteraukreis tun?

Der Behindertenbeirat steht jeder Gruppierung, die sich um die Belange von Behinderten kümmert, selbstverständlich offen gegenüber und möchte sich bei der Lösung bestehender Probleme nach seinen Kräften einbringen.

### Was prägt Ihr Leben außerhalb der Arbeit?

Ich unterrichte am Ernst-Ludwig-Gymnasium in Bad Nauheim meine Schülerinnen und Schüler in Biologie und Chemie. Seit 28 Jahren bin ich in der Reichelsheimer Stadtverordnetenversammlung aktiv. Die wichtigste Aufgabe stellt sich aber mir und meiner Frau in der Erziehung unserer drei Kinder. Dabei bleibt man jung und übt sich im pragmatischen Problemmanagement. Die ganze Familie verbringt viel Zeit an der frischen Luft beim praktischen Naturschutz.

#### Kontakt

Behindertenbeirat des Wetteraukreises

Kontakt: Edgar Stürz

Telefon: (0 60 42) 9 89 34 20

## Trauer-Café in Friedberg

Seit Sonntag, den 01. März startete die Hospizhilfe Wetterau e.V. in Zusammenarbeit mit dem Hospizdienst Wetterau (IGSL) mit einem monatlich stattfindenden Trauer-Café. Jeweils von 15:00 – 17:00 Uhr sind trauernde Menschen jeden Alters eingeladen. Hier erfahren die Betroffenen Verständnis und Unterstützung.

### Kontakt

#### Trauer-Café

Erasmus-Alberus-Haus  
Hanauer Straße 31  
Friedberg  
Telefon (0 60 31) 6 21 57 oder  
Telefon (0 60 32) 92 75 68

## Vulva-Karzinom-SHG

Der VulvaKarzinom-SHG e.V., versucht derzeit betroffene Frauen im Wetteraukreis zu finden, um eine Regionalgruppe gründen zu können. Das Vulvakarzinom gehört zu den seltenen Erkrankungen, deshalb hat der Verein zunächst den Schritt ins Internet gewagt, um Betroffene auf sich aufmerksam zu machen.

### Kontakt

VulvaKarzinom-SHG e.V.  
Telefon (0 64 41) 55 99  
www.VulvaKarzinom-SHG.de  
Mail: info@VulvaKarzinom-SHG.de

## Fibromyalgie und chronische Schmerzen

in Gedern/Steinberg

Fibromyalgie, ist eine Krankheit mit verschiedensten Symptomen. Im Vordergrund stehen allerdings Schmerzen überall, die immer da sind, in unterschiedlicher Intensität, und im ganzen Körper quälend vorkommen. Mal im Rücken, in den Beinen, mal im Arm in den Händen oder der Brust oder den Füßen. Bei jedem Betroffenen stellt sich die Erkrankung anders da. Einhergehend mit den Schmerzen sind häufig anzutreffen Erschöpfung, Müdigkeit, Abgeschlagenheit, und einem gravierenden Leistungsabfall. Es entsteht das Gefühl: „Das bin nicht mehr ich“. Häufig folgt darauf die Depression. Weitere häufige Begleiterscheinungen sind: Migräne, PMS, Durchblutungsstörungen, Herzrhythmusstörungen, Wasser-einlagerungen, Reizdarm, und andere.

Da es bis heute keine eindeutige Diagnostik gibt, ist Fibromyalgie schwer festzustellen, wird häufig verkannt, und manchmal als Modekrankheit abgetan. Es zeigt sich jedoch, dass es sich um ein häufiges Krankheitsbild handelt. Etwa 3% der Bevölkerung leidet darunter, 90% sind Frauen im Alter zwischen dem 30. und 50. Lebensjahr. Die Fibromyalgie führt nicht selten zur vorzeitigen Berentung. Große Probleme bestehen meist im sozialen Bereich, der Lebenspartner versteht häufig die sich einstellenden Probleme ebenso wenig, wie der Freundeskreis. Da man häufig in Leistung und Bewegung eingeschränkt ist, schrumpft dementsprechend oft das soziale Umfeld, man ist noch mehr isoliert und sackt weiter in die Depression.

Die Selbsthilfegruppe Fibromyalgie Gedern/Büdingen soll allen Menschen mit Schmerzen als Anlaufstelle dienen, um sich auszutauschen mit Menschen, die die gleichen Probleme haben. Manchmal hilft einfach schon reden und jemanden zu finden, der zuhört und versteht worüber man spricht. Hier erhalten Sie Tipps von Betroffenen, die seit längerem mit der Erkrankung umgehen und Wege bzw. Lösungsansätze gefunden haben. Darüber hinaus sollen aber auch bereits bestehende Möglichkeiten vorgestellt werden, die Beschwerden lindern können. Der Bereich der Hirnforschung sei hier ebenso erwähnt wie die klassische zuständige Schmerztherapie. Daneben sollen auch Experten aus alternativmedizinischen Bereichen wie Akupunktur, Hypnotherapie, Orthomolekulare Medizin, Homöopathie, Thermotherapie, Physiotherapie und anderen Bereichen eingeladen werden.

Ich möchte allen Menschen Mut machen, die sich durch obige Aussagen angesprochen fühlen, sich bei mir zu melden. In einem gemeinsamen Telefonat oder über E-Mail können wir in Kontakt kommen. Mein Name ist Bruno Peters, ich bin 49 Jahre alt, gelernter Krankenpfleger und seid 15 Jahren Fibromyalgiepatient. Ich konnte durch die Hilfe und den Austausch der Fibromyalgieselbsthilfegruppe Ranstadt (der ich auf diesem Wege herzlichst für ihr Engagement danken möchte) Wege finden, die meinem Leben wieder Lebensqualität gegeben haben. Das möchte ich nun gerne im Bereich Gedern/Büdingen und Umgebung durch die Gründung dieser Selbsthilfegruppe weitergeben.

### Kontakt

Meine Telefonnummer lautet (0 60 45) 83 24  
oder per E-Mail unter brunopet@web.de

# Cochlear Implant

Der Cochlear Implant Verband Hessen – Rhein-Main (CIV HRM) stellt sich vor. Cochlear-Implantat = Hörprothese für Gehörlose

Der CIV HRM ist ein Regionalverband der Deutschen Cochlear Implant Gesellschaft e.V. (DCIG). Wir arbeiten eng mit den implantierenden Kliniken (u. a. HNO Abteilung des Universitäts-Klinikums Frankfurt) und den Rehabilitationseinrichtungen (u. a. CIC Rhein-Main in Friedberg sowie der Kaiserberg-Klinik Bad Nauheim) im Einzugsgebiet zusammen. Fast alle Mitglieder unseres Verbandes sind selbst implantiert.

## Als unsere Aufgabe sehen wir vorrangig:

### Bei CI-Interessierten:

- Die Information über das Cochlear Implant.
- Die Beantwortung aller Fragen, die sich im Hinblick auf die Implantation ergeben.
- Wir stellen Kontakt zu Mitgliedern her, die selbst implantiert sind und über das entsprechende Fabrikat informieren können.
- Wir stehen jederzeit nach Terminabsprache für Auskünfte zur Verfügung unabhängig unserer sonstigen Veranstaltungsterminen. Siehe hierzu [www.civhrm.de](http://www.civhrm.de)

### Bei Implantierten:

- Neu Implantierten versuchen wir bei auftretenden Problemen zu helfen, die sich bei Neuanpassung und Gebrauch der Prothese ergeben.
- Sie erhalten von uns Informationen über Medizin und Technik, die das CI betreffen.
- Unsere Mitgliedertreffen dienen dem Austausch von persönlichen Erfahrungen.
- Wir beraten auch bei Problemen mit Familie, Kollegen, Ärzten, Kliniken, Behörden und Ämtern etc.

Durch engen Kontakt mit anderen CI-Verbänden und Schwerhörigen-Vereinen sind wir in der Lage, Erfahrungen zu sammeln und weiterzuleiten, wie es aus dem engeren Bereich unseres Verbandes alleine nicht möglich wäre. Wir informieren die Allgemeinheit und Selbstbetroffene über die Möglichkeiten und Grenzen des Cochlear-Implants und möchten mit dazu beitragen, falschen Informationen entgegenzutreten sowie Vorurteile abzubauen. Sollten Sie sich für eine Implantation entschieden haben und während Ihres stationären Aufenthalts Kontakt zu Gleichgesinnten suchen, kommen wir Sie gerne am Krankenbett besuchen.

### Kontakt

Regelmäßige Treffen: Friedberg CIC (Cochlear Implant Centrum, Grüner Weg 9, gegenüber der Polizei)  
Michael Schwaninger  
Telefon / Fax: (0 60 32) 86 93 05, E-Mail: [schwaninger@civhrm.de](mailto:schwaninger@civhrm.de)

# Trennung – Scheidung

Was kommt danach?

Die Gruppe möchte Menschen die Möglichkeit bieten, Erfahrungen untereinander auszutauschen und gemeinsame Freizeitaktivitäten zu planen. Eine Gruppe, die sich durch das Miteinander, SIE, ICH, WIR auszeichnet und in der jeder die Möglichkeit findet, einen kleinen Teil der neu gewonnen Freizeit zu gestalten. Alle Betroffenen sind herzlich eingeladen.

### Kontakt

Die Gruppe trifft sich jeden 2. und 4. Montag im Monat um 18:00 Uhr, in den Räumen der Bürgeraktive, Frankfurter Straße 15, Bad Vilbel, Telefon: (0 61 01) 13 84

### In Planung

In Planung ist weiterhin eine Gruppe zum Thema Postpartale Depression Bad Vilbel. Kontakt bei Interesse über die Selbsthilfekontaktstelle des Wetteraukreises, Telefon: (0 60 31) 83 23 45 (8:00 – 12:00 Uhr)

# Gesund abnehmen

mit Freude und Genuss

In der Bürgeraktive Bad Vilbel startete eine neue Selbsthilfegruppe zum Thema „Abnehmen“. Statt in die alljährliche Diät-Frust-Falle im Frühjahr zu tappen, wird in und mit der neuen Selbsthilfegruppe experimentiert. Was macht Freude und lässt die Pfunde schmelzen?

Die Gruppe soll motivieren und Unterstützung bieten, alte Gewohnheiten aufzugeben und neues Essverhalten einzüben. Dabei kommt es darauf an, dass die Teilnehmer/innen ganz individuell für sich Ziele stecken und Wege finden, diese auch ohne Diät und Hunger zu erreichen.

### Kontakt

Die Gruppe trifft sich jeden Mittwoch um 18:00 Uhr, in den Räumen der Bürgeraktive, Frankfurter Straße 15, Bad Vilbel, Telefon: (0 61 01) 13 84

## Ausweg aus Essstörungen und zwanghaftem Essen

Gründung einer Selbsthilfegruppe nach dem 12-Schritteprogramm der Overeaters Anonymous in Friedberg

Ist Essen ein Problem für Sie und suchen Sie einen Ausweg für Ihr ewig währendes Essproblem? Wir wollen für Betroffene in Friedberg eine Selbsthilfegruppe für Essstörungen gründen. Gemeinsam wollen wir den ewigen Kampf: essen – wiegen – abnehmen, hungern, essen, hungern und unzählige Diäten beenden.

Essstörungen äußern sich unterschiedlich. Deutlich kann man sie in Über- oder Untergewicht sehen. Schwer zu erkennen sind sie bei Menschen mit Normal- oder Idealfigur, die durch Fasten, Erbrechen oder mit Entwässerungs- u. Abführmitteln erreicht wird. Das Essen und Hungern werden teilweise benutzt um Unlust oder Spannungsgefühle zu dämpfen oder um eine innere Leere zu betäuben. Zwanghaftes Essen oder Hungern ist ein Versuch, Lebensschmerz, Wut, Angst und Verzweiflung zuzudecken.

Unsere Tage sollen nicht mehr geprägt sein durch die Kontrolle auf der Waage und unser dementsprechendes Körpergefühl, sowie durch die ständige Beschäftigung mit dem Essen. Wir wollen von der Besessenheit mit dem Körper-

gewicht und dem Aussehen wegkommen. Nach dem Essen wollen wir auch keine Scham und Schuld mehr empfinden. Wir wollen auch nicht mehr essen, um vor Sorgen oder Schwierigkeiten zu flüchten. Wir wollen uns einfach nicht mehr unglücklich machen durch unser Essverhalten.

OA (Overeaters Anonymous) bietet mit dem 12 Schritten ein Programm für Menschen mit Essstörungen an. Es ist nach dem Muster der Anonymen Alkoholiker und hilft das Essen in die richtige Perspektive zu rücken. In Meetings treffen wir uns und teilen die persönlichen Erfahrungen miteinander. Wir können unser gemeinsames Problem erkennen und durch die Erfahrung des einzelnen Kraft und Hoffnung bekommen uns mit diesem Problem auseinander zu setzen.

Mit den 12 Schritten und den 12 Traditionen haben die OA einen Weg gefunden, der ihnen ein Leben ohne zwanghaftes Essen ermöglicht. „Es ist keine Schande zuzugeben, dass Sie ein Problem haben, viel wichtiger ist es, etwas dagegen zu tun.“ (aus [www.overeatersanonymous.de](http://www.overeatersanonymous.de)). Die Gruppe trifft sich jeden Dienstag um 17:15 Uhr in Friedberg, Kreishaus, Europaplatz, Gebäude B, Raum 84.

### Kontakt

Weitere Informationen erhalten Sie über die Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises, Tel. (0 60 31) 83-23 45 (8:00 – 12:00 Uhr) oder per E-Mail: [Anette.Obleser@wetteraukreis.de](mailto:Anette.Obleser@wetteraukreis.de)

## Asperger Syndrom

Bei einem Kind mit Fähigkeiten im Normalbereich, das fließend spricht und sehr gute Kenntnisse auf besonderen Spezialgebieten hat, denkt man zunächst nicht an Autismus. Es ist auffällig in seinem sozial ungeschickten Auftreten, es hat keine Freunde, lebt am Rande der Gemeinschaft. Im täglichen Umgang ist dieses Kind schwierig, ohne dass man erkennen kann, warum das so ist. Es ist möglicherweise begabt auf einzelnen Gebieten, trotzdem stimmt etwas Fundamentales nicht.

Diese Kinder weisen Störungen im Blickkontakt, in der Körpersprache, in Gestus und Sprachgebrauch auf. Ihre natürliche, altersgemäße Kommunikation im normalen alltäglichen Umgang ist gestört. Die Körperhaltung und die Gesten stehen nicht im Bezug zur Situation. Eine motorische Ungeschicktheit, die künstlich oder seltsam wirkt, ist auffällig, der Tonfall und die Wortwahl ebenso. Sie besitzen eine gut entwickelte sprachliche Kompetenz, fallen aber durch die monotone Sprachmelodie oder eine „erwachsene“ Ausdrucksweise auf. Sie haben Schwierigkeiten in der spontanen, verbalen Kommunikation und weisen eine erhebliche Diskrepanz zwischen der Intelligenz und dem Gefühlsleben auf.

Hans Asperger beschrieb 1944 eine Gruppe von Kindern, die intellektuell nicht beeinträchtigt waren, ein gutes Sprachvermögen hatten, aber deren gesamtes soziales Verhalten merkwürdig war. Er nannte sie „autistische Psychopathen“, heute sprechen wir vom Asperger-Syndrom.

Eltern dieser Kinder vollführen eine *Gratwanderung* zwischen Fördern, Fordern und Überfordern. Häufig müssen sie sich Vorwürfe anhören, sie seien nicht fähig, ihr Kind richtig zu erziehen. Aufgrund ihrer veränderten Wahrnehmung sind autistische Kinder in allen Lebensbereichen beeinträchtigt, das gilt auch für Kinder mit Asperger-Syndrom. Sie aber gehen häufig unerkannt in ganz normale Schulen, wo von ihnen auch „ganz normales“ Benehmen erwartet wird. Und spätestens hier fallen sie vor allem durch ihr merkwürdiges Sozialverhalten auf. Wir suchen betroffene Eltern, die ihre Erfahrungen untereinander austauschen und sich gegenseitig stützen möchten.

### Kontakt

Kontakt: Fachdienst Gesundheit, Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises, Telefon: (0 60 31) 83 23 45 (8:00 - 12:00 Uhr) oder per Mail: [Anette.Obleser@Wetteraukreis.de](mailto:Anette.Obleser@Wetteraukreis.de)

# Fructose-Unverträglichkeit

Gründung einer Selbsthilfegruppe zum Thema Fructosemalabsorption

„Obst und Gemüse sind gesund und sollten so oft wie möglich verzehrt werden“. Diesen Ratschlag lesen und hören Sie überall. Wenn Sie ihn befolgen und leiden unter Völlegefühl und belastenden Blähungen, dann haben Sie womöglich – wie so viele andere Menschen – eine Fructosemalabsorption. Und das viel gepriesene Obst und Gemüse macht Sie nicht gesund, sondern führt zu Unwohlsein und Verdauungsproblemen. Auslöser der Fructosemalabsorption ist ein defektes Transportsystem im Dünndarm. Die Störung verhindert eine ausreichende Verdauung und Verwertung des Fruchtzuckers.

Durchfallartige Störungen und Blähungen sind die Folgen, die den Betroffenen das Leben zur Qual machen. Wird auf diese Krankheit nicht mit einer fructosearmen Diät eingegangen, so drohen bisweilen sogar depressive Verstimmungen und verschiedene Nährstoff-Mangelerscheinungen.

Viele Menschen der europäischen Bevölkerung leiden unter einer Fructosemalabsorption. Die Abklärung mittels eines Atemtests unter Fructosebelastung bei der Diagnostik unklarer Gesundheitsbeschwerden sollte zur Routine gehören. Doch bislang ist diese Nahrungsmittel-Unverträglichkeit nicht nur den Betroffenen, sondern auch vielen Medizinern

unbekannt. Nicht selten werden Patienten mit der Diagnose „Reizdarmsyndrom“ vertröstet, noch häufiger werden sogar psychische Faktoren als Ursache der Gesundheitsbeschwerden vermutet. So dauert es oft Jahre oder Jahrzehnte, bis die richtige Diagnose gestellt wird.

In einer Selbsthilfegruppe können Betroffene gemeinsam Literatur über die Erkrankung lesen, sich untereinander austauschen und über ihre Erfahrungen in der Ernährungstherapie berichten.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle, angesiedelt im Fachdienst Gesundheit des Wetteraukreises, unterstützt die Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe für Betroffene.

## Kontakt

Bei Interesse bitte telefonisch melden unter  
Telefon: (0 60 31) 83 23 45 (8:00 – 12:00 Uhr)  
oder per E-Mail: [anette.obleser@wetteraukreis.de](mailto:anette.obleser@wetteraukreis.de)



## Buchvorstellung

### Barrierefreie Reisen für Menschen mit Behinderung:

Urlaub von der ersten Minute an ist für Menschen mit Körperbehinderung nicht immer selbstverständlich. Ausführliche Tipps und Angebote für eine barrierefreie Reise sind jetzt im Reisekatalog „BSK-Urlaubsziele 2009“ nachzulesen. Eine bunte Palette an Reisezielen hat der BSK-Reiseservice im kommenden Jahr im Angebot: Eine 15tägige Südafrika-Rundreise, Badeurlaub auf Teneriffa, Gruppenreisen nach Andalusien und Tunesien. Darüber hinaus wird eine Vielzahl weiterer Gruppen- und Individualreiseziele vorgestellt. Der Katalog kann gegen Zusendung eines adressierten und mit 1,45 Euro frankierten Din-A4-Rückumschlag angefordert werden beim: BSK-Reiseservice, Altkrautheimer Straße 20, 74238 Krautheim angefordert werden.



## Tipps für erfolgreiche Gruppenarbeit

Gesprächsführung ein Abenteuer!

### Die Kunst des Fragens

Fragen sind die Ordner der Gespräche. Wo, Wie, Weshalb, Wozu... mit diesen Worten werden Informationen eingeholt, Probleme gelöst, Ängste abgebaut, man stellt einen Dialog her, vermeidet Fehler. Mit Fragen können aber auch die Anderen verschreckt, dominiert und ausgehorcht werden.

Es gibt mehrere Fragetypen: die geschlossene, die offene, die Präzisionsfrage. Die geschlossene Frage: Mit ihr kann man schnell Entscheidungen treffen. Sie lassen sich meist mit „ja“ oder „nein“ beantworten. Beispiele: „Können sie mir folgen?“, „Finden sie das gut?“ „Ist das aufschlussreich?“ Geschlossene Fragen beginnen meist mit einem Verb. Mit

### Eine gute Frage ergibt eine gute Antwort!

*(Hanne Tinkl)*

ihnen kann man Gespräche gut steuern, Beschlüsse fassen, einen Zeitplan einhalten. Sie sollten sparsam eingesetzt werden, es kommt kein Dialog auf, der/die Gesprächspartner/in hat wenig Raum sich mitzuteilen. Sein/ihr Beitrag erschöpft sich mit „ja oder nein“.

Die offene Frage: Sie wird nicht mit ja oder nein beantwortet. Ausführlich muss auf das Gefragte eingegangen werden. So werden Sichtweisen und Sachverhalte erörtert. Es werden häufig die W-Worte eingesetzt: was?, warum?, wer?, wie?, wann?, wozu? Beispiele: „Welche Meinung hast du dazu?“, „Worin besteht das Problem?“, „Wozu dient dies oder das?“. Der/die Befragte ist eingeladen, seinen/ihren Standpunkt bzw. Wissen darzustellen. Ein Dialog entsteht.

Offene Fragen sollten nur bei echtem Interesse auf die Antworten gestellt werden, ansonsten kann das Gespräch un-

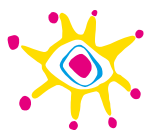
gewollt ausufern. Offene Fragen sind gut für die Eröffnung eines Gesprächs. Jedoch, aufgepasst! Einem/r Vielredner/in sollten geschlossene Fragen gestellt werden, damit es nicht ausufern. Introvertierte Menschen können mit offenen Fragen konfrontiert werden, damit sie eher aus sich heraus gehen.

Präzisionsfragen: In ihnen findet sich der roten Faden des Gesprächs wieder. Es werden Informationen gesammelt, Klarheit geschaffen. Sie sind ganz konkret, kein Konjunktiv „dürfte, könnte, sollte“. Beispiele: „Wie oft ist das passiert?“, „Was genau funktioniert nicht?“. Präzisionsfragen können bohrend sein, den Dialog beendend. Der/die Partner/in reagiert genervt.

### Allgemeines

- Die Körpersprache sollte mit dem Fragen harmonisieren, Blickkontakt suchen, in zugewandter Körperhaltung.
- Kein verschwenderischer Umgang mit Fragen, man ist in keiner Rate-Show!
- Der Grund, eine heikle Frage zu stellen, sollte dem Gegenüber mitgeteilt werden, um ihn mit dem Problem vertraut zu machen.
- Fragen sollen positiv formuliert werden, um nicht einschüchternd zu sein, sondern objektiv. Beispiel: negativ „Wieso haben sie dies falsch gemacht?“ positiv „Warum haben sie es so gemacht?“
- Fragen kann man stellen, um selbst Zeit zu gewinnen. Während der/die Andere spricht, hat man selbst Zeit nachzudenken, was wiederum bedeutet, dass man der Antwort gar nicht zuhört. Anders gesagt: Die Antwort interessierte gar nicht, bzw. der/die Befragte wird nicht ernst genommen. Er/sie wird dies auch fühlen!
- Gute Fragen zu stellen heißt auch, vorbereitet zu sein, schon einen Sachverhalt bedacht zu haben.

# SELBSTHILFE- und INFORMATIONS-



# M – E – I – L – E des Wetteraukreises



**12.09.2009, Bad Nauheim Fußgängerzone,  
10:00 bis 16:00Uhr**

Selbsthilfegruppen, Beratungsstellen und ehrenamtliche Einrichtungen aus dem gesamten Wetteraukreis stellen ihre Arbeit an Ständen vor und möchten gerne mit vielen Besuchern ins Gespräch kommen!

Fortbildung für Selbsthilfegruppen:

## Mitten im Leben: der Tod

Wenn in Selbsthilfegruppen unvermutet Trauer zum Thema wird – Ein Seminar für Leiterinnen und Leiter von Selbsthilfegruppen. Fortbildung für SHG. 31. 10. 2009, 9:00 – 13:00 Uhr Friedberg/Kreishaus, Raum 101.

Die Themen der Selbsthilfegruppen sind allesamt nicht geeignet, auf Partys für Heiterkeit zu sorgen. Die Betroffenen jedoch haben sich im Laufe ihres Lebens darauf eingerichtet.

Dass sich aber zu dem je eigenen Thema noch die Trauer nach dem Tod eines Gruppenmitgliedes gesellt, macht genauso viel Angst wie bei Menschen, die keinen Anlass haben, sich einer Selbsthilfegruppe anzuschließen.

### Situation

Das Themenfeld „Sterben – Tod – Trauer“ erfährt in unserer Gesellschaft eine ganz gegensätzliche Wahrnehmung:

- Die Medien behandeln den Tod in Spielfilmen mit großer Selbstverständlichkeit. Nachrichtensendungen zeigen heute – anders als noch vor wenigen Jahren – fast zwangsläufig Leichen und deren Teile.
- Im privaten Bereich hingegen sind kaum noch Handlungsmuster bekannt oder gebräuchlich, Toten und in der Folge auch Trauernden zu begegnen. Gleichzeitig ist es offensichtlich, dass die Beschäftigung mit der eigenen Trauer und der Trauer anderer Menschen dem Leben eine neue bereichernde Facette hinzufügt.

### Inhalt

- In dem hier angebotenen Seminar werden grundsätzliche Informationen über die unterschiedlichen Sichtweisen von Tod und Trauer (R. Smeding, E.

Kübler-Ross) sowie die Zusammenhänge von Trauer und Stress vorgestellt, diskutiert und mit der eigenen Erfahrungswelt in Beziehung gesetzt.

- Die Teilnehmer/inn/en werden eingeladen, eigene Erfahrungen von Tod und Trauer zu betrachten.

### Ziel

- Ziel des Seminars ist die anfängliche Befähigung der Teilnehmer/innen, sich im Themenfeld Sterben – Tod – Trauer angemessen und in Kenntnis eigener Fähigkeiten und Grenzen zu bewegen.
- Die Erreichung des Zieles könnte daran erkennbar werden, dass die Teilnehmer/innen nach dem Seminar dieses Thema bei den Mitgliedern Ihrer Selbsthilfegruppe angemessen ansprechen können.

### Termin

31. 10. 2009  
Friedberg/Kreishaus, Raum 101  
9:00 – 13:00 Uhr, Referent: Joachim Michalik

### Kontakt

Selbsthilfe-Kontaktstelle  
des Wetteraukreises  
Telefon: (0 60 31) 83 23 45  
E-Mail: [Anette.Obleser@wetteraukreis.de](mailto:Anette.Obleser@wetteraukreis.de)  
*keine Kosten, Anmeldungen zwingend erforderlich.*





## Rückblick

Fortbildung der Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises zum Thema Motivationsmethoden im Ehrenamt im Februar 2009

### Mitarbeiten will kaum jemand

Vereine, Selbsthilfegruppen und ehrenamtliche Organisationen haben oft das gleiche Problem: Wie können Mitstreiter/innen gewonnen werden, die auch tatsächlich mitarbeiten und nicht nur passiv sind? Diese Erfahrung hat Irma Euler von der Selbsthilfegruppe Zöliakie Nidda schon häufig gemacht: „Die Leute kommen, um sich zu informieren. Unsere Backveranstaltungen sind immer gut besucht. Aber in der Gruppe mitarbeiten, will kaum jemand.“

Erst vor wenigen Monaten gründete Katrin Rosenstengel eine Selbsthilfegruppe und stellte fest: „Immer muss man hinterher sein. Alle schauen auf mich, als ob ich die Lehrerin wäre“. Diese Erfahrungen sind symptomatisch. Meist ist es eine/r, der/die den größten Teil der Arbeit erledigt, organisiert und die Mitglieder motiviert. Und wenn der ausfällt, ist oftmals niemand bereit, die Verantwortung zu übernehmen, wie Hannelore Rüb zu berichten wusste. „Man hat alles organisiert, und dann muss man ins Krankenhaus“, erzählte die Leiterin der Rheumaliga Selters-Ortenberg. „Dann ist keiner da, der etwas macht.“

Die Problematik kennt auch Anette Obleser von der Selbsthilfe-Kontaktstelle im Wetteraukreis. Und genau deswegen,

auf Wunsch vieler Gruppenleiter, veranstaltete die Selbsthilfe-Kontaktstelle eine Fortbildungsveranstaltung im Kreishaus zu Motivationsmethoden im Ehrenamt. Mehr als 30 Teilnehmer/innen aus Selbsthilfegruppen und ehrenamtlichen Organisationen aus dem ganzen Kreisgebiet waren gespannt auf die Ausführungen von Claudia Koch und Birgit Moskalenko. Doch wer Allheilmittel erwartete und sich auf entspanntes Zuhören eingestellt hatte, wurde enttäuscht. Die Referentinnen erarbeiteten zusammen mit den Teilnehmer/innen die Gründe, warum Menschen sich überhaupt engagieren, wie Freiwillige angesprochen werden können und auch warum es häufig doch nur eine/r ist, der/die die Gruppe am Leben hält.

Vier Gründe für ehrenamtliches Engagement nannten Koch und Moskalenko. Da ist zum einen der Wunsch zu helfen, nützlich sein zu wollen. Dieses Motiv ist vor allem bei Menschen ab 40 Jahren verbreitet. Pflichtbewusstsein hingegen kommt heute nur noch in der älteren Generation vor. Viele Ehrenamtliche wollen auch ihre Fähigkeit sinnvoll einbringen, ihr Umfeld mitgestalten. Als letztes wichtiges Motiv nannten die Referentinnen den Ich-Bezug. Der Mensch, der sich ehrenamtlich engagiert, hat etwas von seinem Engagement.

Bei der Suche nach Unterstützung ist die persönliche Ansprache sehr wichtig, erläuterte Koch. Man müsse aber auch den Anderen etwas zutrauen. Wer Aufgaben abgebe, müsse auch die damit verbundenen Veränderungen akzeptieren und wegsehen können, wenn nicht alles nach Plan läuft. Auch das klappt nicht immer. Zu den Tipps gehört auch eine Anerkennungskultur. Die Ehrenamtlichen müssen Wertschätzung erfahren. Oftmals lassen sich die Menschen leichter für bestimmte, auch zeitlich begrenzte Aktionen gewinnen, als für Ämter. Arbeiten, die als sinnvoll erlebt werden, werden leichter angenommen. Und ganz gezielt sollten Verantwortliche Menschen mit bestimmten Fähigkeiten ansprechen. Die meisten freuen sich, wenn man ihnen etwas zutraut.

Genau diese Erfahrung machte Alexandra Prues. „Unsere Gruppe ist sehr lebendig. Die Aufgaben werden dort verteilt“, berichtete die Vorsitzende der Frauenselbsthilfe nach Krebs Büdingen. Warum sie trotzdem die Fortbildung besucht? Motivationshilfe könne man immer gebrauchen. Oft seien die Frauen nach einer Krebserkrankung sehr geschockt und trauten sich nichts mehr zu, so Prues. Dann helfen die Tipps von Koch und Moskalenko dabei, die richtigen Argumente zu finden. *(Jutta Martini/Freie Journalistin)*

### Vorschau

Thema unserer 19. Ausgabe der Selbsthilfezeitung für die Wetterau wird das umfassende Thema „Miteinander in der Krise? Antwort „Selbsthilfe“ sein. Dazu suchen wir wieder Beiträge von Betroffenen bezüglich ihrer Erfahrungen mit kommunalen Projekten, Eigeninitiativen in der Selbsthilfe oder Schwierigkeiten in Alltagssituationen mit konstruktiven Änderungsvorschlägen oder einfach nur Tipps für andere, die den Weg der Unterstützungsmöglichkeiten noch nicht kennen. Wir stellen wieder Einrichtungen im Wetteraukreis vor und berichten über alles Aktuelle aus der Selbsthilfelandchaft. **Redaktionsschluss für die 19. Selbsthilfezeitung ist der 01. 10. 2009.**

## Selbsthilfegruppen und Gesprächskreise im Wetteraukreis zu folgenden Themen

### A

Adoption  
ADHS/Lernstörung  
Alleinerziehend  
Alzheimer/Demenz

### B

Behinderungen allgemein  
Borderline-Syndrom

### D

Defi-SHG  
Diabetes mellitus  
Dialyse  
Down-Syndrom

### E

Ehlers-Danlos-Syndrom  
Ernährung

### F

Fibromyalgie  
Frauen

### G

Gehörlos/Hörprothese  
Gewalt  
Goldenhar-Syndrom/Ohrmuschel-  
dysplasie

### K

Krebserkrankung

### L

Langzeitkoagulation/Marcumar-  
patienten Defi-Gruppe  
Lymphschulung zur Selbsttherapie

### M

Morbus Bechterew  
Morbus Crohn/Colitis ulcerosa  
Morbus Parkinson  
Multiple Sklerose

### O

Organtransplantation  
Osteoporose

### P

Polio/Kinderlähmung  
Prävention/Vorbeugung  
Psoriasis  
Psychisch belastete Menschen und  
deren Angehörige

### R

Rheuma

### S

Schilddrüsenerkrankung (Hashimoto-  
Thyreoditis)  
Schlaganfall/Schädelhirnverlet-  
zungen  
Schmerzen  
Seelische Gesundheit  
Sehbehinderung  
Sekteninformation  
Sklerodermie  
Soziales Miteinander  
Suchterkrankung

### T

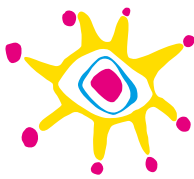
Trauerverarbeitung  
Trennung und Scheidung  
Tuberöse Sklerose

### U

Uebergewicht

### Z

Zoeliakie/Sprue



## Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises

Ansprechpartnerin: Anette Obleser  
Europaplatz, Gebäude B, Zimmer 187a  
61169 Friedberg

Telefon: (060 31) 83 23 45 (8:00 – 12:00 Uhr)  
PC-Fax: (060 31) 83 91 23 45  
E-Mail: [anette.obleser@wetteraukreis.de](mailto:anette.obleser@wetteraukreis.de)  
Internet: [www.wetteraukreis.de](http://www.wetteraukreis.de), rechts unter der  
Rubrik „oft gesucht“



Mitglied in der Deutschen  
Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.



## Selbsthilfe-Kontaktstelle der Bürgeraktive Bad Vilbel e.V.

Ansprechpartnerin: Martina Deierling  
Frankfurter Straße 15  
61118 Bad Vilbel

Telefon: (061 01) 13 84  
Fax: (061 01) 98 38 46  
E-Mail: [info@buergeraktive.de](mailto:info@buergeraktive.de)  
Internet: [www.buergeraktive.de](http://www.buergeraktive.de)



Mitglied in der Deutschen  
Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

*Wir danken den unten aufgeführten Förderern für die Unterstützung!  
Nur durch ihre finanzielle Hilfe wurde die Herausgabe der 18. Selbsthilfezeitung für den Wetteraukreis möglich.*

