

LEBENS-ZEICHEN!

Das Magazin der Lebenshilfe Vaihingen-Mühlacker e.V. in Leichter Sprache



Heft 3 · September 2023



Alltags-Helden

Eltern von Kindern mit Behinderung



Liebe Leser!

Schnell vergeht die Zeit.
Der Herbst beginnt bald.
Und es erscheint schon die 3. Ausgabe
vom Lebens-Zeichen.
In diesem Heft geht es um Angehörige.
Um Eltern und Geschwister
von Menschen mit Behinderung.



Auf Seite 3 bis 6 lesen Sie alles über
den **Angehörigen-Beirat**.

- Was der Angehörigen-Beirat macht.
- Wer bei der Lebenshilfe im Beirat ist.



Auf Seite 7 **NEUES** aus der Lebenshilfe
schreibt Frau Higer über das Lebenshilfe-Fest.



Aus dem Leben berichtet Familie Kolly.
Sie haben einen Sohn mit Behinderung.
Das lesen Sie auf Seite 8 und 9.



Wir stellen Ihnen auf Seite 10 und 11
die **Familien-Herberge** vor.
Und auf Seite 12 und 13 den Verein **Mein Herz lacht**.

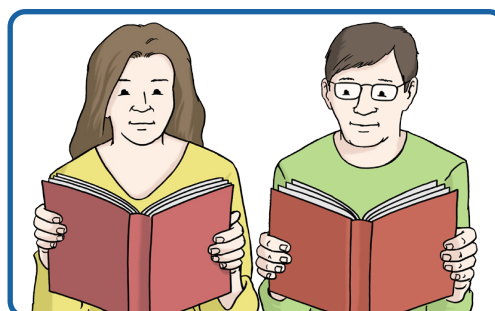


Auf Seite 14 gibt es etwas
zum Malen und Kleben.
Gestalten Sie Ihren Familien-Baum.



Damit Sie überall dabeisein können,
stehen alle Termine auf Seite 15.

Wir wünschen Ihnen
viel Spaß beim Lesen!



Der Angehörigen-Beirat

Was ist der Angehörigen-Beirat?

Der Angehörigen-Beirat ist eine Gruppe.

Angehörige sind zum Beispiel:

- Eltern von Menschen mit Behinderung
- Geschwister
- der Ehe-Partner oder die Ehe-Partnerin
- der rechtliche Betreuer oder die Betreuerin.

Die Gruppe trifft sich regelmäßig.



Der Beirat unterstützt Menschen mit Behinderung.

Er schaut:

- Geht es allen Menschen mit Behinderung in der Einrichtung gut.
- Werden die Rechte von Menschen mit Behinderung beachtet.

Der Beirat und die Einrichtung arbeiten gut zusammen.

Sie vertrauen sich.

Und sie reden miteinander.



Der Angehörigen-Beirat wird alle 4 Jahre gewählt.

Der Beirat wird von allen Angehörigen gewählt.



Was sind die Aufgaben vom Angehörigen-Beirat?

Der Beirat informiert und berät alle Angehörigen.

Er hilft die Wünsche von Menschen mit Behinderung umzusetzen.

Er informiert andere Menschen über die Interessen von Menschen mit Behinderung.

Zum Beispiel:

- Was Menschen mit Behinderung alles können.
- Und wo sie Unterstützung brauchen.



Der Beirat unterstützt die Einrichtung bei der Weiter-Entwicklung.

Das bedeutet:

Wie soll die Zukunft von der Einrichtung aussehen.

Und er unterstützt bei Festen und Veranstaltungen.





Der Angehörigen-Beirat von der Lebenshilfe

Wir sind der Angehörigen-Beirat.
Wir sehen uns als Unterstützer
vom Heim-Beirat der Wohn-Angebote.

Diese Themen beschäftigen uns:

- Wie können wir mehr Angehörige für den Beirat gewinnen.
- Wie können wir Inklusion im Alltag besser unterstützen.
- Wie wirken sich die Änderungen im **BTHG** auf Menschen mit Behinderung aus.



BTHG ist die Abkürzung für: **Bundes-Teilhabe-Gesetz.**

Im Gesetz stehen alle Rechte von Menschen mit Behinderung.



Ich heiße Josef Fix.

Ich bin 68 Jahre jung.

Und wohne in Mühlacker

Ich bin Rentner.

In meiner Freizeit spiele ich gerne Schach.

Ich verbringe gerne Zeit mit meinen Enkeln.

Andere Hobbies von mir sind:

Reisen, Wandern und Sport machen.

Mein Sohn wohnt seit vielen Jahren im Wohnheim in Lomersheim.

Deshalb bin ich im Angehörigen-Beirat.

Es ist mir wichtig, die Interessen meines Sohnes zu vertreten.

Ich möchte, dass er ein gutes Leben hat.

Er soll die Unterstützung bekommen, die er braucht.

Wichtig ist mir auch:

Ein Austausch mit anderen Angehörigen.

Und den Mitarbeitern von der Lebenshilfe.

In Gesprächen können wir uns gegenseitig unterstützen.



Ich bin Martin Mayer.
Und bin 45 Jahre jung.
Mit meiner Familie wohne ich in Hochdorf.
Ich bin Ingenieur.
Das heißt: Ich habe Technik studiert.
Meine Hobbies sind:
Fußball, Ski-Fahren, Reisen.
Und ich spiele in einem Orchester.



Mein Bruder wohnt im Wohnheim in Kleinglattbach.
Ich wurde gefragt, ob ich im Beirat mitarbeiten möchte.
Ich habe **Ja** gesagt.
Gespräche mit dem Heim-Beirat sind für mich sehr wichtig.



So erfahren wir:

- Was brauchen Menschen mit Behinderung für Unterstützung.
- Was ist schon gut.
- Und was muss besser werden.

Dafür machen wir uns stark.



Mein Name ist Nicole Kompalla.
Ich bin 52 Jahre jung.
Ich wohne mit meiner Familie in Vaihingen.
Mein Beruf ist Kassiererin.
Das heißt:
In einem Geschäft bezahlt man bei mir.
In meiner Freizeit lese ich sehr viel.
Ich treffe mich gerne mit Freunden.
Und ich verreise sehr gerne.

Mein Bruder wohnt im Wohnheim in Lomersheim.
Mein Bruder kann sich nur schwer mitteilen.
Deshalb bin ich seit mehreren Jahren im Beirat.
Ich kann mich dort für seine Bedürfnisse einsetzen.
Bei den Treffen vom Beirat erfahre ich viel Neues.
Und durch eigene Ideen kann ich mitbestimmen.





Ich bin Peter Kompalla.

Ich bin 52 Jahre.

Und wohne in Vaihingen.

Mein Beruf ist Kraft-Werker.

Das heißt:

Ich bediene und überwache Maschinen.

Die Maschinen sind gut, damit wir alle Strom haben.

Meine Hobbies sind Computer-Spiele.

Und ich gehe sehr gerne ins Fitness-Studio.



Durch meine Frau bin ich im Beirat.

Ihr Bruder wohnt im Wohnheim der Lebenshilfe.

Es macht mir viel Spaß:

- Menschen mit Behinderung
- und andere Angehörige zu unterstützen.

Die Arbeit im Beirat ist interessant.

Ich habe viel über Menschen mit Behinderung erfahren.



Was sie denken.

Was sie sich wünschen.

Was sie können.

Was sie brauchen, um selbst-bestimmt leben zu können.

Und warum Inklusion für **alle** gut ist.

Frau Sailer sagt:

Eltern und Angehörige kennen

ihre Familien-Mitglieder am besten.

Das ist für die Arbeit der Lebenshilfe sehr wichtig.

Ihre Erfahrungen helfen uns:

- gute Unterstützungs-Angebote zu schaffen.
- Teilhabe und Inklusion zu ermöglichen.

Durch Ihre Mitarbeit im Beirat können Sie:

- die Zukunft der Lebenshilfe mitgestalten.
- unsere Arbeit verbessern.

Wir freuen uns auf einen Austausch mit Ihnen.

Machen Sie mit!



Das Lebenshilfe-Fest



Unser Lebenshilfe-Fest fand am Samstag, den 16. Juli statt.

Das Fest war für alle Menschen:

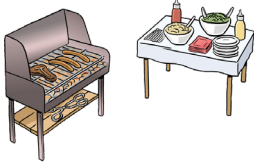
- für Menschen mit Behinderung.
- für Angehörige.
- Freunde der Lebenshilfe.
- die Spaß haben andere Menschen zu treffen.



Es waren sehr viele Menschen beim Fest.

Das Wetter war gut.

Zum Glück nicht ganz so heiß.



Es gab Essen vom Grill.

Dazu eine große Auswahl an Salaten.

Und ausreichend Getränke.

Nachmittags gab es auch Kaffee und Kuchen.



Es gab auch ein Programm.

Zum Beispiel:

Konnten sich die Besucher in einen Rollstuhl setzen.

Und eine Strecke damit fahren.

Dabei konnten sie die Erfahrung machen:

Wie es sich anfühlt nicht laufen zu können.

Bei verschiedenen Spielen konnte man seine Fähigkeiten testen.

Es gab auch Musik.

Es wurde getanzt und mitgesungen.

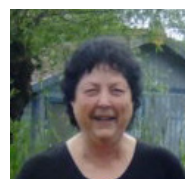


Viele Menschen haben geholfen, damit das Fest schön wird.

Dafür möchte ich mich ganz herzlich bedanken.

Ohne Sie alle wäre das Fest nicht möglich gewesen.

Nur so kann Inklusion gelingen.



Ihre Gaby Higer



Aus dem Leben: Toni - unser Kämpfer

Familie Kolly hat einen Sohn mit Down Syndrom.

Toni geht gerne zu den Offenen Hilfen.

In unserem Heft geht es um Alltags-Helden.

Deshalb haben wir Familie Kolly gefragt:

- Wie ist ihr Leben mit Toni?
- Was macht sie glücklich?
- Was war oder ist schwierig?



Tonis Start ins Leben war nicht einfach.

Er kam zu früh auf die Welt.

Er war sehr klein und wog viel zu wenig.

Er musste auf die Kinder-Intensiv-Station im Krankenhaus.

Das ist eine Abteilung in der schwer-kranke Kinder gut überwacht werden.

Dort wurde dann festgestellt:

Toni hat das Down Syndrom.

Für Toni tat uns das sehr leid.

Für uns Eltern ging das Leben weiter.

Wir machten uns keine großen Sorgen oder Gedanken.

Nach 6 Wochen durfte Toni dann endlich nach Hause.

Bei uns kehrte nun Ruhe ein.

Wir ließen uns nicht verrückt machen.

Wir machten keine Therapien mit Toni.

Toni sollte ganz normal aufwachsen.

Mit seinem älteren Bruder turnte er über Kissen und Decken.

Er lernte ohne Therapie mit 1,5 Jahren laufen.



Toni bekam noch einen jüngeren Bruder.

Das war für Toni super.

Seine Brüder machten Toni alltägliche Dinge vor.

Und Toni übte bis es klappte.





Toni hat Ski-Fahren und Fahrrad-Fahren gelernt.
Normale Dinge, die andere Kinder auch lernen.



Mit 3 Jahren ist Toni in den Regel-Kindergarten gekommen.
Dort klappte die Inklusion gar nicht.

Toni wurde im Kindergarten wie ein Gast behandelt.
Er hatte andere Betreuungs-Zeiten als sein Bruder.
Das war für unsere Familie sehr anstrengend.

Wir waren sehr traurig darüber.

Toni wechselte dann in einen integrativen Kindergarten.

In dem Kindergarten wurden Kinder mit und ohne Behinderung betreut.

Dort verbrachte Toni eine schöne Zeit.

Toni kam in die Sonder-Schule.

Zu dieser Zeit kam die Lebenshilfe in unser Leben.

Wir waren mit 3 Kindern langsam am Ende unserer Kräfte.

Toni besuchte 2 mal in der Woche den Kinder-Treff.

Am Anfang ging er gar nicht gerne in den Treff.

Doch das änderte sich schnell.

Er fand neue Freunde.

Und in Sebastian Ciba seinen großen Freund.

Es freut uns zu sehen, wie Toni sich entwickelt und lernt.

Wir wünschen uns noch: Toni soll lesen lernen.

Damit er solche schönen Texte selbst lesen kann.



Ohne Toni wären wir vielen Menschen nicht begegnet.

Wir sind dafür sehr dankbar.

Um Tonis Zukunft machen wir uns keine Sorgen.



?

Warum war die Inklusion im Regel-Kindergarten schwierig?

Uns wurde gesagt:

Die Erzieherinnen sind für Kinder mit Behinderung nicht ausgebildet.

Wir glauben, die Erzieherinnen hatten Angst.

Angst, dass ein anderes Kind zu Schaden kommt oder Toni.

Angst, etwas falsch zu machen.

Angst ist ein großes Hindernis auf dem Weg zur Inklusion.



Die Familien-Herberge ist eine Unterkunft in Schützingen.
 Es ist ein Ort für Familien mit schwer kranken Kindern.
 Oder behinderten Kindern.
 Ein Ort an dem sich die ganze Familie erholen kann.
 Ein Ort zum Entspannen.
 Ein Ort um zur Ruhe zu kommen.

Was bietet die Familien-Herberge?

Familien mit schwer kranken oder behinderten Kindern sind im Alltag sehr belastet.

Das heißt:

Der Alltag dreht sich nur um das Kind.

Eltern und Geschwister haben selten Zeit für sich.

Für ihre Hobbys.

Für ihre Freunde.

Das macht ihnen das Leben oft schwer.



In der Familien-Herberge können alle zusammen Urlaub machen.

Es gibt große barriere-freie Zimmer.

Zimmer mit Pflege-Betten.

Es gibt viele Hilfsmittel für die Pflege.

In der Herberge arbeiten viele Fach-Kräfte.

Die Fach-Kräfte helfen bei der Pflege.

Und sie betreuen liebevoll das Kind.

Auf Wunsch den ganzen Tag.





Eltern und Geschwister haben so Zeit für sich.
Sie können den Tag frei gestalten.
Sie können neue Kraft schöpfen.
Das tut der ganzen Familie gut.

Was macht die Familien-Herberge besonders?

Frau Karin Eckstein ist die Leitung von der Herberge.

Sie sagt:

Die Herberge liegt gut erreichbar in Süd-Deutschland.
In einer wunderschönen Gegend um Urlaub zu machen.
Umgeben von Weinbergen und Wald.
Für viele Familien ist oft die Fahrt in den Urlaub zu weit.
Das haben die Familien bei uns nicht.

Wir legen großen Wert auf Verständnis und Herzlichkeit.
Familien nehmen sich die Zeit, die Sie brauchen.

Die Familie bestimmt,

- wie lange
- wie oft

die Fach-Kräfte das kranke oder behinderte Kind betreuen.

Wir passen uns an die Wünsche an.



Sie möchten Urlaub in der Familien-Herberge machen?

Rufen Sie an.

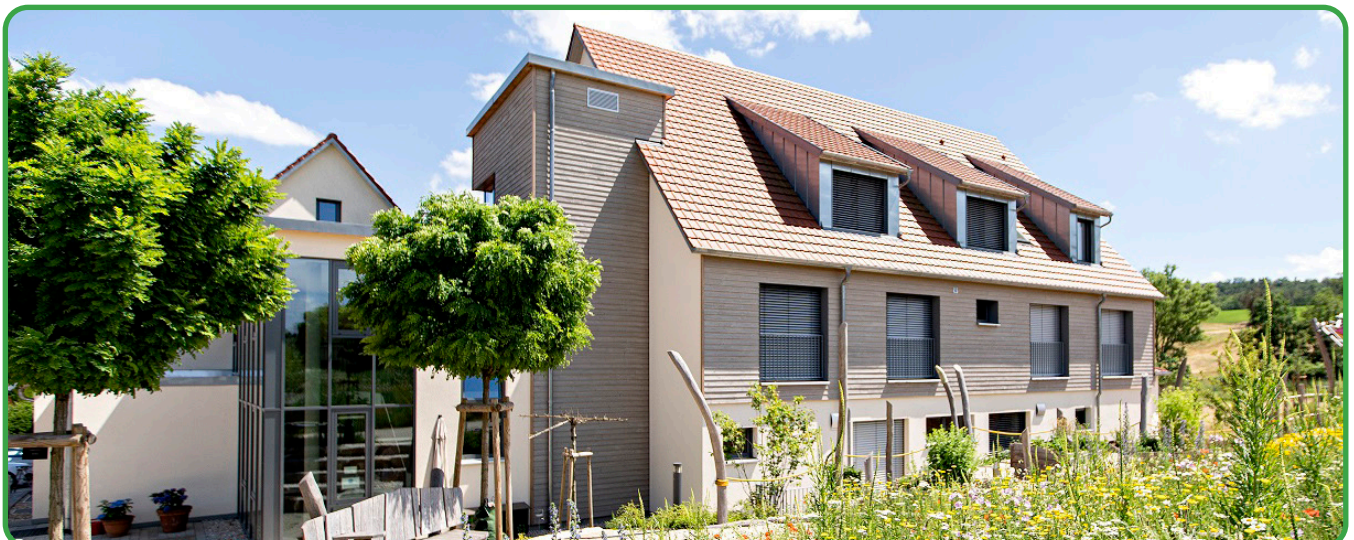


0 70 43 / 95 96 48 -23, - 11 oder -17

Oder schreiben eine E-Mail.



gaeste@familienherberge-lebensweg.de





MEIN HERZ LACHT

Viele Paare wünschen sich ein Kind.
Ein Baby macht sie glücklich.

Aber:

Ein Kind verändert auch
das Leben.

Für ein Kind muss man
immer dasein.



Manche Kinder kommen mit einer
Behinderung oder krank zur Welt.
Das macht vielen Eltern Angst.
Sie haben viele Fragen.

Zum Beispiel:

?

Wie wird der Alltag sein?

Was sagen die anderen?

Wo bekommen wir Hilfe?

Frau Gail McCutcheon
hat ein Kind
mit Behinderung.
Darum kennt sie sich
sehr gut aus.

Sie weiß:

Wie schwer ein Tag
mit einem Kind mit Behinderung ist.
Oft dreht sich alles nur um das Kind.

Niemand fragt:

Wie geht es den Eltern?

Viele Eltern sind verzweifelt.

Darum möchte Gail helfen.

Sie gründete einen Verein.



Der Verein heißt:

Mein Herz lacht.

Mein Herz lacht ist eine
Selbst-Hilfe-Gruppe für Eltern mit
Kindern mit einer Behinderung.
Oder mit einer schweren Krankheit.

In einer Selbst-Hilfe-Gruppe
treffen sich Menschen.

Sie haben die gleichen Probleme.

Dort reden sie über die Probleme.

Das Reden über ein Problem hilft.

Gemeinsam suchen sie Lösungen.

Was ist besonders an

Mein Herz lacht?

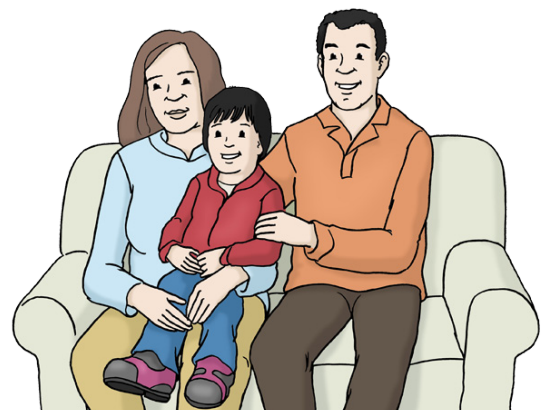
Viele Eltern haben die gleichen Fragen.

Egal welche Behinderung oder
Krankheit ihr Kind hat.

Eltern finden beim Verein Hilfe.

Sie stehen an 1. Stelle.

Mein Herz lacht gehört zu einem
großen **Netzwerk**.





In einem Netzwerk sind viele Menschen und Einrichtungen. Sie unterstützen sich gegenseitig. Denn:
Gemeinsam erreicht man mehr!
Bei **Mein Herz lacht** finden Eltern immer ein passendes Angebot:

Es gibt zum Beispiel:

- **Web-Meetings**

Der Begriff ist Englisch. Man spricht ihn: web-mi-ting. **Web** ist ein Wort für Internet. **Meeting** heißt: Treffen. Eltern treffen sich im Internet. Und sprechen miteinander.

- **Telefon-Beratung**

Bei dringenden Fragen können Eltern anrufen. Sie bekommen Hilfe.

- **Eltern-Gruppen**

Bei den Gruppen treffen sich Eltern aus der Umgebung. Mitarbeiter vom Verein sind dabei.

Warum sollte ich bei einer Selbst-Hilfe-Gruppe mitmachen?

In einer Gruppe ist man nicht allein. Alle Menschen von der Gruppe merken:

Es gibt noch mehr Menschen mit den gleichen Problemen.

Die Menschen von der Gruppe verstehen die Probleme.

In der Gruppe können sich die Menschen Tipps geben.

Dann kann man mit den Problemen besser umgehen.

Und man kann auch lernen mit Gefühlen und Gedanken umzugehen.

Das macht den Alltag einfacher.

Manchmal macht die Gruppe in der Freizeit etwas zusammen.

Daraus können Freundschaften entstehen.

Freundschaften sind wichtig.

Freunde helfen sich gegenseitig.

Die Angebote vom Verein können nur stattfinden, wenn viele Menschen mitmachen und Mitglied werden.


Sie haben Fragen?

Anke Hermann
Gruppen Enzkreis

 anke.hermann@meinherzlacht.de

Britt Schuster

Gruppen Ludwigsburg

 01 70 - 2 07 76 30

 britt.schuster@meinherzlacht.de



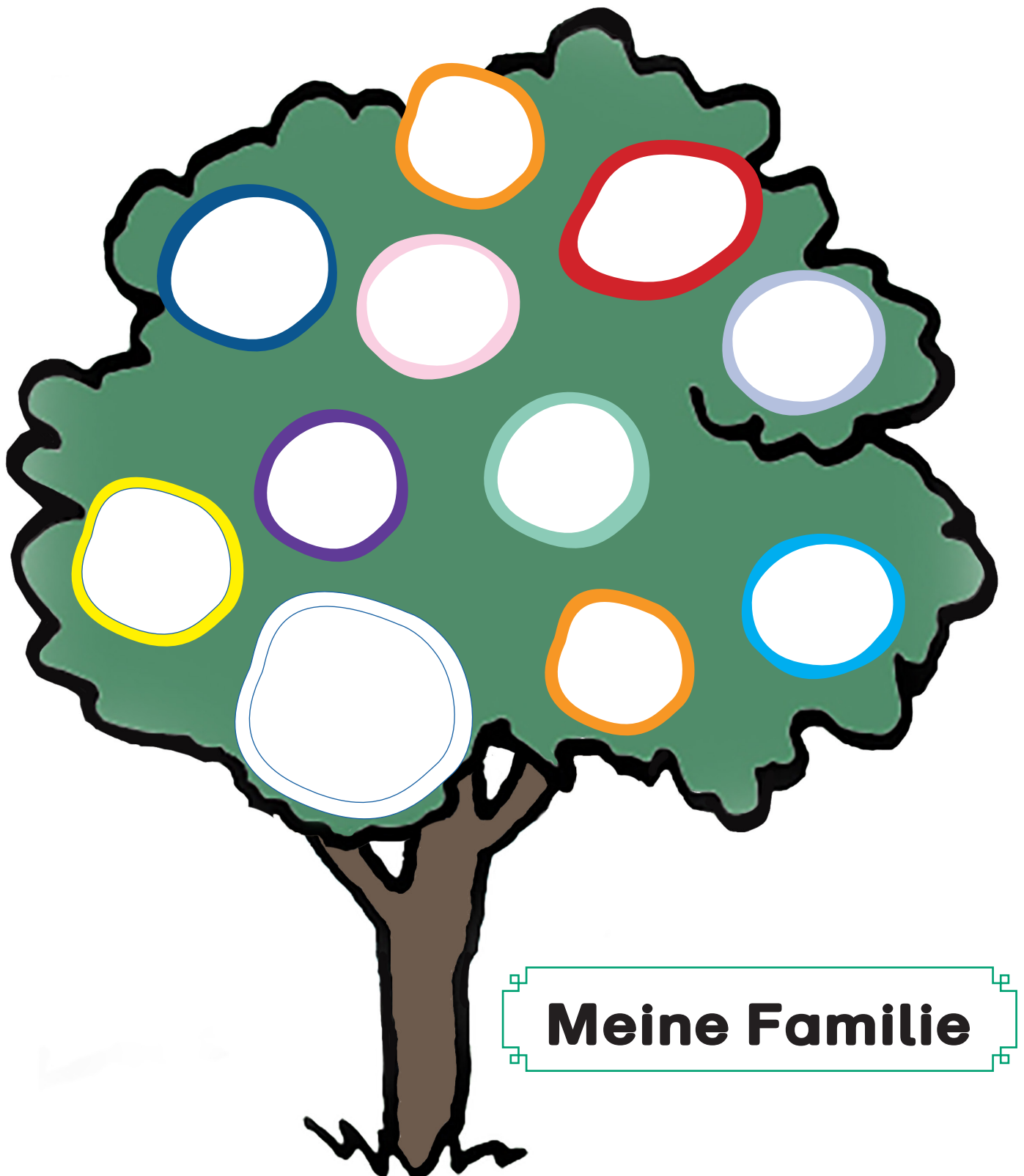
Familien-Baum

Wer gehört zu Ihrer Familie?

Malen Sie Ihre Familien-Mitglieder in die Kreise.

Oder schreiben Sie in jeden Kreis einen Namen.

Oder kleben Sie Fotos ein.





Was geht ab in der Lebenshilfe? Und wo sind Sie mit dabei?

Voll-Versammlung der Menschen mit Behinderung in Stuttgart

Bei einer Versammlung treffen sich viele Menschen.

Die Menschen lernen sich kennen.

Sie sprechen über verschiedene Sachen.

Bei der Versammlung sprechen Sie über:

- den Alltag von Menschen mit Behinderung.

Und es wird ein neuer Beirat für Menschen mit Behinderung gewählt.



Wann: 14. Oktober

von 10:00 bis 16:00 Uhr



Wo: SSB Veranstaltungs-Zentrum Waldaupark in Stuttgart



Inklusions-Begleiter-Kurs

In Ihrer Freizeit sind Sie gerne unter Menschen?

Sie sind offen für Neues?

Sie interessieren sich dafür, wie Freizeit für alle,
für Menschen mit und ohne Behinderung möglich wird?

Im Kurs zeigen wir Ihnen, wie es geht.



Wann: 11. und 12. November

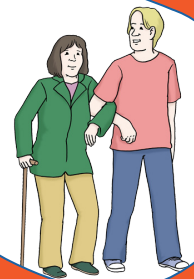
von 10:00 bis 16:00 Uhr



Wo: Offene Hilfen

Grezgasse 1, 71665 Vaihingen

Bitte melden Sie sich bei den Offenen Hilfen an.



Brunch über Behinderung

Wir laden Sie zum Frühstück ein.

Wir laden Sie auch zu Gesprächen ein.

Sprechen Sie über Ihre Erfahrungen mit Behinderung.

Es gibt auch ein kleines Programm.



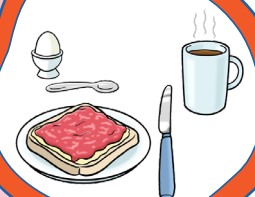
Wann: 3. Dezember

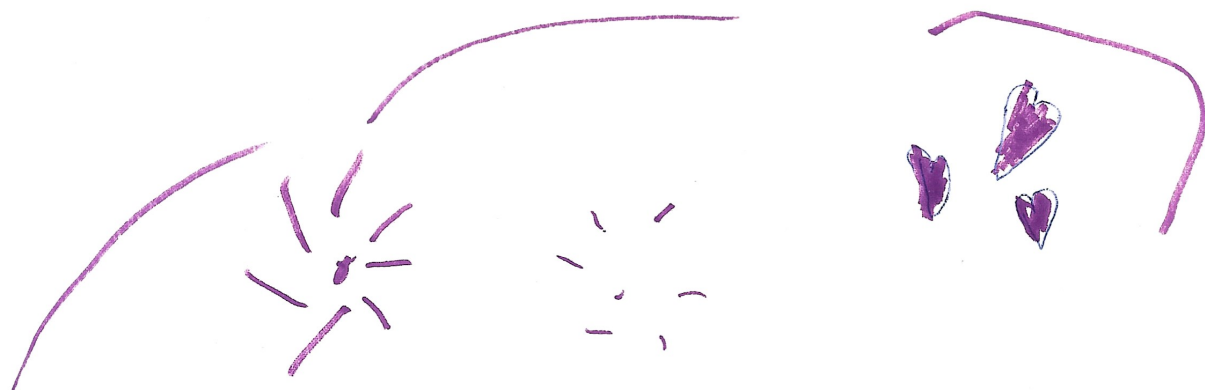
von 10:00 bis 14:00 Uhr



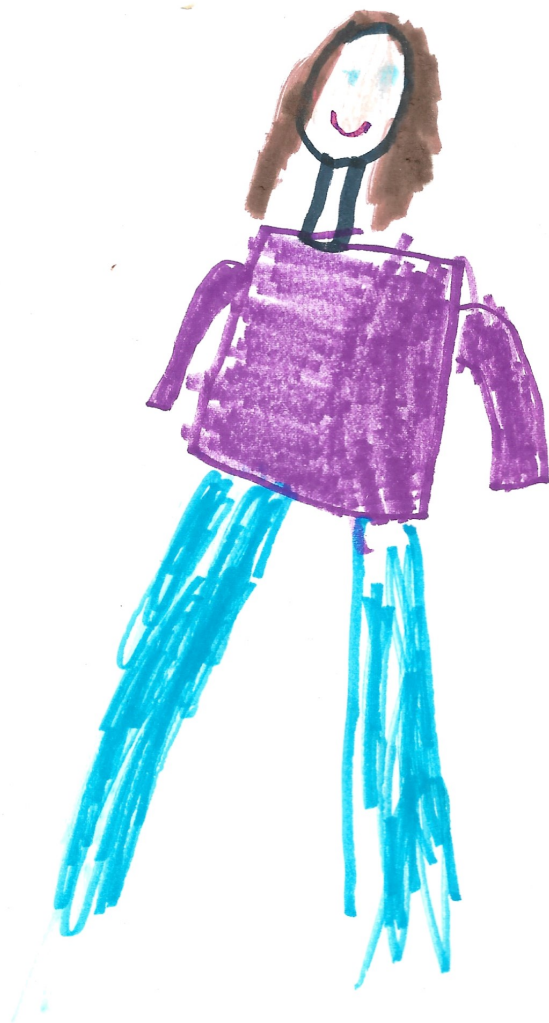
Wo: Café EssEnz in Mühlacker

Bitte melden Sie sich bei der VHS Mühlacker an.





SuperMama



Gemalt von Mika.
Für seine Super-Mama Britt.

Impressum:

Herausgeber

Lebenshilfe Vaihingen-Mühlacker e.V.

Redaktion und Gestaltung

Büro Leichte Sprache

Prüfer Leichte Sprache

Beate Walter, Yvonne Höschele, Benjamin Höschele,
Christian Hönekop, Jasmin Glenk

Illustrationen

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung
Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers

Fotos

Seite 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7:

Lebenshilfe Vaihingen-Mühlacker e.V.

Seite 8, 9: Familie Kolly

Seite 10, 11: Familien-Herberge Lebensweg

Seite 12, 13: Verein - Mein Herz lacht

Druck

Q-Prints&Service gGmbH, Pforzheim

Das Lebens-Zeichen erscheint 4 mal im Jahr.