

# **SELBSTBESTIMMT LEBEN**

Kostenloses Infoblatt des fab e.V.  
für Kassel und Umgebung  
Ende März – Ende Juni 2022

## **Inhalt**

### **Freizeit- und Gruppenangebote**

Donnerstagsmaler\*innen • fab-Wandergruppe • Frühstückstreff • Telefonchat Frühstückstreff • Montagscafé • Stammtisch • Dartgruppe: freiWURF Darts • Tischball

### **Veranstaltungen/Termine**

• „Ich wollte schon immer einmal auf eine größere Leinwand malen, auch ohne selbst den Pinsel benutzen zu können“. Interview und Austausch mit Marleen Soetandi • „Tempo machen für Inklusion – barrierefrei zum Ziel!“. Inklusive Tour am Werratalsee • Tagesseminar: Abschließen, was war - wertschätzen, was ist – Ziele finden, was werden soll: Selbstbestimmt durch das Jahr • Inklusive Tour „Hans im Glück“

### **Bunt Vermischtes**

• Ukraine-Hilfe: Aktuelle Informationen auf der fab-Internetseite • Drei langjährige fab-Mitarbeitende im Ruhestand • „Pochen auf unsere Rechte“ • IGEL-Podcast: Wenn Betroffene Betroffene beraten • Barrierefreiheit im Nordhessischen Verkehrsverbund konsequent sicherstellen • Gebrauchte zu verkaufen: Rollz Motion • Übrigens: fab e.V. ist jetzt in Facebook!

## **Freizeit- und Gruppenangebote**

### **Neues Angebot per Zoom: Donnerstagsmaler\*innen**

**21.04. und 12.05.22  
jeweils 18.30 – 19.30 Uhr**

Hund?! Katze!? Maus?!? Ein Flugzeug, ein Vogel oder Superman?  
Willkommen bei den Donnerstagsmaler\*innen!

Wer Spaß am Erraten von Bildern hat, der darf sich herzlich eingeladen fühlen, zu den "Donnerstagsmaler\*innen" zu kommen. Frei nach Montagsmaler-Art werden via ZOOM dafür zwei Teams gebildet und raten gegeneinander Begriffe. Durch die Chat-Funktion können alle Spieler privat Begriffe an mich senden, und ich fange dann in beliebiger Reihenfolge an, die Begriffe zu malen. Alle können per Bildschirmfreigabe zusehen, wie ich die Bilder male, und direkt losraten. Das Team, welches die meisten Begriffe errät, gewinnt.

Ich freue mich auf eine gut gelaunte Runde, mit allen, die Interesse daran haben.  
Marleen

Anmeldung und Anforderung des Zoomlinks bis jeweils einen Tag vor dem entsprechenden Termin bei: Marleen Soetandi, E-Mail: [m.soetandi@gmx.net](mailto:m.soetandi@gmx.net)

### **fab-Wandergruppe wieder aktiv**

Seit nun drei Jahren besteht die fab-Wandergruppe. Traditionell beginnen wir unsere Saison im Frühjahr (Ende März/Anfang April) mit einer Wanderung vom Herkules zum Gasthaus Elfbuchen. Danach geht es, alle vierzehn Tage bis zum Herbst, auf behindertengerechten Wegen durch die Landschaft. Wer Interesse hat, bei uns einzusteigen, kann sich bei mir melden.

Achim Schomburg: 0561/56014200  
[achim.schomburg@gmx.de](mailto:achim.schomburg@gmx.de)

## **Frühstückstreff**

(nur mit Voranmeldung)

**Do., 17.03.2022, 10.30 Uhr**  
**Do., 07.04.2022, 10.30 Uhr**  
**Do., 21.04.2022, 10.30 Uhr**  
**Do., 05.05.2022, 10.30 Uhr**  
**Do., 19.05.2022, 10.30 Uhr**  
**Do., 02.06.2022, 10.30 Uhr**  
**Do., 23.06.2022, 10.30 Uhr**

Ort: freiRAUM, Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel

Birgit Schopmans und Deniz Kürtoglu freuen sich, euch zum Offenen Frühstück vor Ort im freiRAUM einladen zu können. Coronabedingt können nur 12 Personen teilnehmen und es gibt ein etwas anderes Speisenangebot. So bieten wir schmackhafte belegte Brötchen an, und Kaffee und Tee dürfen natürlich auch nicht fehlen. Kostenbeitrag: 2,50 €.

**Anmeldung bis jeweils spätestens Montag davor bei Birgit Schopmans:** Tel.: 0561 72885-160 oder per Mail unter: [birgit.schopmans@fab-kassel.de](mailto:birgit.schopmans@fab-kassel.de)  
Im Falle einer Verhinderung bitte unbedingt absagen.

Das Angebot findet unter der 2-G+ Regelung statt. Daher bitte unbedingt Impf- bzw. Genesenen-Nachweis mitbringen und den Nachweis eines aktuellen Bürgertests. Alternativ zum Bürgertest ist 15 Minuten vor Gruppenbeginn ein überwachter Schnelltest vor Ort möglich. Dazu bitte einen Corona-Schnelltest selbst mitbringen. Im Ausnahmefall kann dieser auch zum Selbstkostenpreis von ca. 3,00 € vor Ort käuflich erworben werden.

## **Telefonchat Frühstückstreff**

**Do. 14.04.22, 10.30 Uhr**  
**Do. 12.05.22, 10.30 Uhr**  
**Do. 09.06.22, 10.30 Uhr**

In der momentanen Coronasituation möchten wir neben den „Offenen Angeboten“ vor Ort zusätzlich einmal im Monat einen Telefonchat „Frühstückstreff“ anbieten. Wer unsere Angebote vor Ort momentan nicht besuchen kann oder will bzw. noch zusätzlich dies Angebot nutzen möchte, hätte hier eine Möglichkeit, sich in lockerer Runde gemütlich zu Hause über Telefon auszutauschen.

Hier zur Erinnerung, wie es geht:

1. Einfach diese Nummer anrufen: 06151275264361.
2. Dann nach Sprachaufforderung diese PIN eingeben: 4444.
3. Man wird gebeten, seinen Namen zu sagen und mit der Raute-Taste zu bestätigen.
4. Dann sind alle, die sich eingewählt haben, mit im Raum.

Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.  
Es freut sich auf eure Teilnahme:  
Birgit Schopmans

## **Montagscafé**

(Nur mit Voranmeldung)

**Mo. 21.03. ab 15.00 Uhr**

**Mo. 04.04. ab 15.00 Uhr**

**Mo. 02.05. ab 15.00 Uhr**

**Mo. 16.05. ab 15.00 Uhr**

**Mo. 31.05. ab 15.00 Uhr**

**Mo. 20.06. ab 15.00 Uhr**

Ort: freiRAUM, Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel

Hier sind Menschen mit und ohne Behinderungen herzlich eingeladen. Beim Montagscafé können wir uns weiterhin persönlich treffen und in kleinerer Runde austauschen sowie leckeren Kuchen und Getränke zu uns nehmen.

**Achtung: Wegen der Abstandsregeln gibt es eine TeilnehmerInnenbegrenzung. Daher ist eine Voranmeldung unbedingt erforderlich.** Wenn ihr also kommen möchtet, meldet euch bis spätestens jeweils donnerstags vorher in der Zentrale des fab e. V. unter 0561 72885-0 oder per Mail:

[zentrale@fab-kassel.de](mailto:zentrale@fab-kassel.de)

Im Falle einer Verhinderung bitte unbedingt absagen!

Das Angebot findet unter der 2-G+ Regelung statt. Daher bitte unbedingt Impf- bzw. Genesenen-Nachweis mitbringen und den Nachweis eines aktuellen Bürgertests. Alternativ zum Bürgertest ist 15 Minuten vor Gruppenbeginn ein überwachter Schnelltest vor Ort möglich. Dazu bitte einen Corona-Schnelltest selbst mitbringen. Im Ausnahmefall kann dieser auch zum Selbstkostenpreis von ca. 3,00 € vor Ort käuflich erworben werden.

## **Stammtisch**

**Do., 28.04. ab 18 Uhr**

**Online über Zoom**

## ***Happy b-day***

Hallo zusammen, ich lade euch zu meinem Geburtstags-Stammtisch über Zoom ein. 😊  
Würde mich freuen, wenn wir zusammen anstoßen können! Stellt euch was zu knappen & zu trinken dazu!

Wo: von zu Hause (über Zoom)

Bitte bis 26.04.22 anmelden, damit ich den Link rechtzeitig verschicken kann.

Weitere Termine, dann wieder in echten Lokalitäten, je nach Wetter drinnen oder draußen:

Do. 30.6 18 Uhr in Vellmar

Fr. 01.07 18 Uhr in Kassel

Der genaue Ort wird bei der Anmeldung bzw. auf Nachfrage bekannt geben!

Eure Denise

**Anmeldung über:: [dschaefchen34@gmail.com](mailto:dschaefchen34@gmail.com) oder über Telefon: 01577/ 7862882**

## Dartgruppe: freiWURF Darts

**Mo. 21.03. ab 17.30 Uhr**  
**Mo. 04.04. ab 17.30 Uhr**  
**Mo. 02.05. ab 17.30 Uhr**  
**Mo. 16.05. ab 17.30 Uhr**  
**Mo. 31.05. ab 17.30 Uhr**  
**Mo. 20.06. ab 17.30 Uhr**

Ort: fab e.V., freiRAUM, Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel

Die fab-Dartgruppe findet immer am zweiten und vierten Montag eines Monats statt, coronabedingt weiterhin in kleinerer Runde. Eine Anmeldung ist erforderlich.

**Statt über Peter Rauhöft läuft die Anmeldung zurzeit in Vertretung über Manuela Gals-ter. Mail: [rennrolli73@gmx.de](mailto:rennrolli73@gmx.de)**

Das Angebot findet unter der 2-G+ Regelung statt. Daher bitte unbedingt Impf- bzw. Genesenen-Nachweis mitbringen und den Nachweis eines aktuellen Bürgertests. Alternativ zum Bürgertest ist 15 Minuten vor Gruppenbeginn ein überwachter Schnelltest vor Ort möglich. Dazu bitte einen Corona-Schnelltest selbst mitbringen. Im Ausnahmefall kann dieser auch zum Selbstkostenpreis von ca. 3,00 € vor Ort käuflich erworben werden.

## Tischball

**Jeden Mittwoch, 17 Uhr**

Ort: fab e.V. (1. Stock), Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel

Die Tischball-Gruppe trifft sich weiterhin jeden Mittwoch ab 17 Uhr in den Räumen des fab e.V.

Tischball ist eine Mischung aus Airhockey und Tischtennis. Diese Sportart ist ursprünglich eine Blindensportart und wird daher mit einer Dunkelbrille gespielt, um für jede/n Teilnehme-rIn die gleichen Voraussetzungen zu schaffen.

Wir freuen uns selbstverständlich auf weitere interessierte Spielerinnen und Spieler. Eine Voranmeldung bis spätestens jeweils einen Tag vorher ist unbedingt erforderlich.

**Ansprechpartner: Deniz Kürtoğlu, Tel.: 0157 79270611**

Das Angebot findet unter der 2-G+ Regelung statt. Daher bitte unbedingt Impf- bzw. Genesenen-Nachweis mitbringen und den Nachweis eines aktuellen Bürgertests. Alternativ zum Bürgertest ist 15 Minuten vor Gruppenbeginn ein überwachter Schnelltest vor Ort möglich. Dazu bitte einen Corona-Schnelltest selbst mitbringen. Im Ausnahmefall kann dieser auch zum Selbstkostenpreis von ca. 3,00 € vor Ort käuflich erworben werden.

## Veranstaltungen/Termine

### **„Ich wollte schon immer einmal auf eine größere Leinwand malen, auch ohne selbst den Pinsel benutzen zu können“**

– Über ein documenta-Kunstprojekt, grafische Gestaltung und viel soziales Engagement einer Frau mit Behinderung.

Interview und Austausch mit Marleen Soetandi

**Di. 26.4.22**

**18.30-19.30 Uhr**

Onlineveranstaltung über Zoom

Marleen Soetandi lebt in der Nähe von Kassel mit Familie und Hund. Sie hat rund um die Uhr Assistent\*innen um sich herum. Sie nutzt einen E-Rollstuhl und kann sich selbst nur noch wenig bewegen. Da in Marleen eine Künstlerinnenseele wohnt, wie sie selbst von sich sagt, hat sie eigene Wege für sich gefunden, dies auszuleben. So beteiligt sie sich im Sommer an einem documenta-Projekt, „Project Art works“, wobei insbesondere Künstler\*innen mit Behinderung angesprochen werden. Dabei wird sie in den 100 Tagen immer wieder in einem öffentlichen Atelier sein und mit dem Lichtpunkt eines Laserpointers auf einer Leinwand anleiten, was eine weitere Person mit Farbe nachzieht. So entstehen ihre Kunstwerke, die bei der documenta 15 entweder während des künstlerischen Schaffens oder als fertiges Objekt zu sehen sein werden. – Vielleicht sogar im Fridericianum.

Des Weiteren nutzt Marleen auch sonst die technischen Möglichkeiten, indem sie zum Beispiel Karikaturen und Grafiken über Computerprogramme kreiert, die bereits für Unterrichtseinheiten und behindertenpolitische Kampagnen breit eingesetzt wurden. So illustrierte sie z.B. ein Kinderbuch, gestaltete Comics für den Englischunterricht am Gymnasium oder etwa das Logo des Projektes „Gute Nachrichten zur Inklusion“. Im Rahmen der Veranstaltung wird sie eine kleine Kostprobe ihrer Grafiken präsentieren und beschreiben.

Marleen verbindet ihre politische Überzeugung mit der Kunst, wobei sie zur Vertiefung ihrer Fertigkeiten ein Fernstudium im Bereich grafischer Gestaltung angefangen hat. Da ihr zudem Öffentlichkeitsarbeit wichtig ist, berichtet sie etwa bei Veranstaltungen der Uni Hildesheim vor Studierenden über ihren Alltag mit Persönlicher Assistenz. Momentan engagiert sie sich in der Spendenwerbung für die Ukrainehilfe – leider gerade aus aktuellem Anlass weiter dringend erforderlich!

Birgit Schopmans interviewt Marleen, und anschließend können die Teilnehmenden gerne noch offene Fragen loswerden.

Gebärdendolmetscher\*innen können bei Bedarf angefordert werden. Dies bitte anmelden bis Di. 19.04. bei: [birgit.schopmans@fab-kassel.de](mailto:birgit.schopmans@fab-kassel.de).

**Der Einladungslink wird einige Tage vor der Veranstaltung verschickt oder kann bei der genannten E-Mail-Adresse angefordert werden.**

Eine Veranstaltung des fab-Projektes „Ehrenamt für Alle“, gefördert durch Aktion Mensch

## **„Tempo machen für Inklusion – barrierefrei zum Ziel!“**

### **Inklusive Tour am Werratalsee**

**08.05.22 ab 11 Uhr**

Die Junioren im VdK Bezirk Kassel und weitere Organisationen veranstalten am 8. Mai 2022 eine inklusive Tour am Werratalsee. Mit der Aktion möchten sie Menschen mit und ohne Behinderungen einladen, gemeinsam etwas zu unternehmen. Außerdem möchten sie auf die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen aufmerksam machen. Sie nutzen dafür den Zeitraum der jährlich stattfindenden Kampagne der Aktion Mensch, die in diesem Jahr unter dem Motto „Tempo machen für Inklusion – barrierefrei zum Ziel!“ steht.

Start: 11.00 Uhr in Schwebda, Parkplatz Ostufer Werratalsee. Strecke: steigungs- und gefäldefreier und durchgehend geteilter Rad- und Gehweg zwischen See und Werra. Ende: auf dem Gelände des WSSC mit Imbiss und Erfrischungsgetränken. Ein Shuttleservice bringt die Teilnehmenden zurück zum Parkplatz in Schwebda.

**Nähere Informationen und Anmeldung bis zum 4. Mai bei Elke Bublitz**, VdK Bezirksjuniorenvertreterin Kassel,

Tel. 05 61 / 47 54 681 (nach 18 Uhr)

oder per Mail: [elke.bublitz@vdk.de](mailto:elke.bublitz@vdk.de).

## **Abschließen, was war – wertschätzen, was ist – Ziele setzen, was werden soll: Selbstbestimmt durch das Jahr!**

**Freitag, 10. Juni 2022, 10 – 17 Uhr (mit 1 Std. Mittagspause)**

**Ort: freiRAUM im fab e. V., Samuel-Beckett-Anlage 6, 34119 Kassel**

„Ohne woher kein wohin“. – Dieser einfache, aber verblüffende Satz beinhaltet einen Rat, wie wir uns auf einen vor uns liegenden Zeitraum vorbereiten können.

Manches in unserem Leben in diesem Jahr (z. B. bei der Arbeit, im Ehrenamt oder auch privat) ist gut gelaufen, manches nicht gut. Es hilft uns, wenn wir mit dem Erlebten abschließen und wertschätzen, was wir erlebt, was wir erreicht oder nicht erreicht haben. Erfolge können wir gezielt feiern, um positive Erinnerungen zu stärken.

Nun können wir die Energie nach vorn richten: wir setzen uns Ziele, die wir erreichen wollen. Gute Ziele sind klar formuliert, messbar, reizvoll, realistisch und auf einen Zeitpunkt hin gesetzt. Dabei dürfen wir Ziele auch verfehlen, auch das gehört zu unserem Leben dazu. Sich klare Ziele vorzunehmen, stärkt aber die Chancen, diese auch zu erreichen.

Meist tut es uns gut, wenn wir von Zeit zu Zeit unser Erleben ruhig und gelassen prüfen. Verstehen wir das, was in unserem Leben gerade geschieht, auf eine nützliche Weise oder hängen wir in ungünstigen Denkmustern fest?

### **Themen und Übungen:**

- Wertschätzung für Vergangenes
- Erfolge feiern
- Ziele setzen
- Ungünstige Denkmuster erkennen, hilfreiche Denkmuster kennenlernen

**Referent:**

Jens Gantzel, seit 10 Jahren selbstständig tätig als Organisationsberater, Coach, Konfliktmanager, Moderator und anerkannter Berater bei unternehmensWert: Mensch (Förderprogramm von Bund und EU).

Das Seminar mit Mittagessen ist kostenlos.

Es können 10 Personen mit Behinderung und/oder chronischer Erkrankung teilnehmen. Daher ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich!

Haben Sie besondere Bedarfe um gleichberechtigt an dem Seminar teilnehmen zu können? – Es können z. B. Gebärdensprachdolmetscher\*innen oder eine Höranlage bei der Anmeldung angefordert werden.

Das Angebot findet unter der 2-G+ Regelung statt. Daher bitte unbedingt Impf- bzw. Genesenen-Nachweis mitbringen und den Nachweis eines aktuellen Bürgertests. Alternativ zum Bürgertest ist 15 Minuten vor Gruppenbeginn ein überwachter Schnelltest vor Ort möglich. Dazu bitte einen Corona-Schnelltest selbst mitbringen. Im Ausnahmefall kann dieser auch zum Selbstkostenpreis von ca. 3,00 € vor Ort käuflich erworben werden.

**Anmeldung bitte bis spätestens Fr., 1. April 2022 – kein Scherz! -**

beim Verein zur Förderung der Autonomie Behinderter - fab e. V.

Projekt „Ehrenamt für ALLE“

**Christina Kirks**

E-Mail: [christina.kirks@fab-kassel.de](mailto:christina.kirks@fab-kassel.de)

Tel.: 0561/72885-185

Eine Veranstaltung des fab e. V., Projekt „Ehrenamt für ALLE“, gefördert von Aktion Mensch.

**Inklusive Tour „Hans im Glück“****25.06.22 ab 10:30 Uhr**

Wenn du ein gemeinschaftliches Erlebnis für Menschen mit und ohne Behinderung im Landkreis Kassel suchst, ist die Hans im Glück-Tour innerhalb der Grimmsteigtage richtig für dich.

Wir treffen uns am 25. Juni 2022 um 10.30 Uhr auf der Königsalm in Nieste, fahren anschließend mit einem Bus nach Dennhausen und nach der Tour von der Neuen Mühle in Kassel zurück zur Königsalm. Dort wollen wir - möglichst im Freien - bei Kaffee und Kuchen eine gesellige Stunde zum Abschluss verbringen.

Die Wanderung führt uns auf dem Radweg R1 b an der Fulda entlang bis zur Neuen Mühlen in Kassel. Sie ist ein 5 km-Angebot für Menschen, die nicht (mehr) auf eine lange Wanderung über Stock und Stein gehen können. Die Strecke ist für Menschen im Rollstuhl gut geeignet, durchgehend geteert und enthält nur wenig und kurze Gefäll- oder Steigungstrecken.

Menschen mit Unterstützungsbedarf werden gebeten, sich zusätzlich zur Anmeldung über das Portal der Grimmsteigtage direkt bei Elke Bublitz (0561 47 54681 - nach 18 Uhr oder per Mail [elke.bublitz@vdk.de](mailto:elke.bublitz@vdk.de)) zu melden.



## **Bunt Vermischtes**



### **Ukraine-Hilfe: Aktuelle Informationen auf der fab-Internetseite [www.fab-kassel.de/ukraine.html](http://www.fab-kassel.de/ukraine.html)**

Die erschütternde Situation in der Ukraine hat viele Menschen bewegt, aktiv zu werden. Für alle, die helfen wollen, listet der fab e.V. auf der Internetseite [www.fab-kassel.de/ukraine.html](http://www.fab-kassel.de/ukraine.html) Unterstützungsmöglichkeiten auf – sowohl überregional als auch in der Region Kassel. Darunter befinden sich auch Initiativen speziell für Menschen mit Behinderung.

Wir unterstützen auch direkt – nach unseren Möglichkeiten – eine Ukrainerin, die im Assistenzdienst des fab e.V. arbeitet und noch Verwandte in den umkämpften Gebieten in der Ukraine hat. Sie organisiert in Kassel zusammen mit vielen anderen, zum Beispiel dem Malteser Hilfsdienst, Hilfe und Unterstützung für die ukrainische Bevölkerung. Wir werden immer wieder auf unserer Homepage darüber berichten und zu gezielten Sach- und Geldspenden aufrufen.

### **Drei langjährige fab-Mitarbeitende im Ruhestand**

Nach über einundzwanzig Jahren unermüdlichen Wirkens in Empfang und Telefonzentrale hat sich bereits zum Jahreswechsel Theresa Hanka in den Ruhestand verabschiedet. Im Empfang vervollständigt nun bereits seit Januar unsere neue Mitarbeiterin Eva Bezdek das dortige Team, zusammen mit Karin Richter-Ludwig und Ingrid Kulik. Zum April verlassen uns Lilo Mink, die über elf Jahre sehr engagiert in der Koordination des Assistenzdienstes tätig war, und Hans-Jürgen Fiedler, der seit über dreizehn Jahren mit hohem persönlichen Einsatz als Controller maßgeblich dazu beigetragen hat, dass die Finanzen unseres Vereins stimmen. Für die beiden ist die Nachfolge noch nicht endgültig geklärt.

Wir wünschen unseren drei langjährigen und sehr geschätzten Mitarbeiter\*innen für den neuen Lebensabschnitt eine lebendige und spannende Zeit, die aber hoffentlich nicht stressiger wird als das Arbeitsleben, so dass sie ihren Ruhestand genießen können. Alles Gute für euch, und bleibt gesund. Wir würden uns freuen, euch nicht ganz zu verlieren, indem ihr uns immer mal wieder in unseren Räumlichkeiten aufsucht. Vielen Dank für euer langjähriges Engagement!

Birgit Schopmans für den fab e.V.

### **„Pochen auf unsere Rechte“**

„Wir sind davon weggekommen, immer nur zu bitten, jetzt pochen wir auf unsere Rechte und sagen: Das steht uns zu.“ Nach 30 Jahren Tätigkeit als Beraterin und Coach von behinderten Menschen zieht Birgit Schopmans eine positive Bilanz – wenngleich nach wie vor mit einem kämpferischen Unterton in der sanften Stimme. Die blinde Frau sagt: „Viele Menschen mit Behinderung gehen heute viel selbstbewusster durchs Leben als noch in den 1980er-Jahren.“ Es gebe viel

mehr ambulante Angebote und persönliche Assistenzen, und viele behinderte Menschen hätten in Kassel ihren Weg gefunden, eigenständig zu leben.

Am 1. Januar 1992, an ihrem 27. Geburtstag, hatte Birgit Schopmans als sogenannte „Peer Counselor“ in der Beratungsstelle von behinderten für behinderte Menschen beim Kasseler Verein zur Förderung der Autonomie Behinderter (fab) ihre Arbeit begonnen. Das war noch eine befristete „Arbeitsbeschaffungsmaßnahme“.

Selbstbestimmung und Politisierung lagen der jungen Frau schon während ihres Sozialwesen-Studiums an der Gesamthochschule Kassel am Herzen. Bei ihrem Engagement in der Interessenvertretung behinderter Studierender spielte die gegenseitige Beratung und Unterstützung behinderter Menschen eine zentrale Rolle. Damals war es kaum üblich, dass behinderte Menschen auf behinderte Beraterinnen und Berater trafen. Ziel war eine Anpassung an die nicht behinderte Gesellschaft. Schulungen zu einem selbstbewussteren Umgang mit der Behinderung waren kaum bekannt.

All das wollte Birgit Schopmans in der Beratung von fab ändern – einem Verein, den sie 1987 mitgegründet hatte. Sie führte Gesprächsgruppen von behinderten für behinderte Menschen ein. Mit Rollenspielen und offenem Austausch konnten neue Wege beschritten werden.

In der Anfangszeit der Zentren für selbstbestimmtes Leben behinderter Menschen hangelten sich die Beschäftigten von einem Projekt zum anderen. So begann auch Birgit Schopmans ihren ersten Job: mit großen Idealen aber unklarer Perspektive.

Birgit Schopmans übernahm die Leitung des Hessischen Koordinationsbüros für behinderte Frauen, das bei fab angesiedelt war und maßgeblich von ihr geprägt wurde. Auch hier ging es neben der politischen Interessenvertretung um gegenseitige Unterstützung. Das Thema von Schopmans Diplom-Arbeit lautete: „Aspekte der Diskriminierung behinderter Frauen in der Bundesrepublik“. Nach der Geburt ihrer heute 24 Jahre alten Tochter zog es Schopmans wieder zurück in die fab-Informationen- und Kontaktstelle. „Es geht grundsätzlich um zwei Punkte“, sagt Schopmans: „Um politische Veränderung und um persönliches Empowerment.“ Nicht zuletzt unter dem Aspekt der Selbststärkung sind ihr die Freizeitaktivitäten des Vereins wichtig. Denn die waren nicht immer selbstverständlich für behinderte Menschen.

Während der vergangenen 30 Jahre konnte Birgit Schopmans Hunderte von behinderten Menschen begleiten, die mit Assistenz und Unterstützung in ihrer eigenen Wohnung leben, am Leben in der Stadt teilnehmen und Jobs gefunden haben.

Die 57-Jährige, die aus dem Rheinland stammt und mit ihrem Mann in Kassel lebt, blickt zuversichtlich in die Zukunft. Mittlerweile gebe es viele Rollenvorbilder, die anderen behinderten Menschen zeigen, wie man trotz Einschränkungen selbstbestimmt leben kann.

Sie freut sich schon über die kleinen Schritte in der Politik, etwa als jetzt die Kasseler Stadtverordnetenversammlung nach einer Aktion von fab und anderen Organisationen beschlossen hat, die grauen und schlecht zu sehenden Poller an den Straßen farbkontrastiert zu gestalten: damit behinderte Menschen vom Alltag nicht ausgeschlossen, sondern inkludiert werden.

Kontakt: [fab-kassel.de](http://fab-kassel.de), [birgit.schopmans@fab-kassel.de](mailto:birgit.schopmans@fab-kassel.de), Telefon 05 61/72 88 50.

Aus: HNA, S.10, 12. Januar 2022

## **IGEL-Podcast: Wenn Betroffene Betroffene beraten**

"Wenn Betroffene Betroffene beraten! Die Wichtigkeit des Peer Counselings" So lautet der Titel der aktuellen 51. Episode des IGEL-Podcast. Der Inklusator und Macher des Podcast Inklusion Ganz Einfach Leben (IGEL), Sascha Lang, sprach dabei mit Birgit Schopmans, die beim Kasseler Verein zur Förderung der Autonomie Behinderter (fab) schon seit über 30 Jahren behinderte Menschen im Sinne des Peer Counseling berät über die Wichtigkeit dieser Beratungsmethode und die Perspektiven des Empowerments von Menschen mit Behinderung.

### **Link zum IGEL-Podcast mit Birgit Schopmans:**

<https://podcasts.apple.com/de/podcast/wenn-betroffene-betroffene-beraten-die-wichtigkeit/id1563364492?i=1000553502881>

Der Link ist auch auf unserer Internetseite <https://www.fab-kassel.de> bei „Aktuelles“ zu finden.

Aus: Kabinet-Nachrichten (leicht geändert und gekürzt), 10.03.22

## **Barrierefreiheit im Nordhessischen Verkehrsverbund konsequent sicherstellen**

Der Kasseler Verein zur Förderung der Autonomie Behinderter (fab) und der Verein Selbstbestimmt leben in Nordhessen (SliN) fordern als Selbstvertretungsorganisationen behinderter Menschen entscheidende Verbesserungen bei der Fortschreibung des Nahverkehrsplans des Nordhessischen Verkehrsverbund (NVV) zur vollständigen Barrierefreiheit.

Um den Anforderungen aus dem geänderten Personenbeförderungsgesetz (PBefG) gerecht zu werden, wonach die Nahverkehrspläne als Ziel eine vollständige Barrierefreiheit im Öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV) bis zum 1. Januar 2022 zu berücksichtigen haben, müssten noch einige Schippen draufgelegt werden, um eine barrierefreie Beförderung aller behinderten Fahrgäste sicherzustellen, betonten Ottmar Miles-Paul vom fab und Petra Willich von SliN.

"Auch wenn der NVV auf einem guten Weg zur barrierefreien Ausstattung der Fahrzeugflotte ist, kann es nicht sein, dass behinderte Menschen wie derzeit im Entwurf der Fortschreibung des Nahverkehrsplans geplant, noch bis Dezember 2027 warten müssen, bis die Busflotte komplett barrierefrei ausgestattet sein soll. Völlig inakzeptabel ist es, dass die Barrierefreiheit der Fahrzeuge im Bündel für Melsungen und Umland sogar erst 2029 hergestellt werden soll. Auch in Kassel sei es beispielsweise wichtig, die noch drei vorhandenen Hochflurstraßenbahnen schnell durch barrierefreie Fahrzeuge zu ersetzen", erklärte Ottmar Miles-Paul vom fab.

Für Petra Willich vom Verein Selbstbestimmt leben in Nordhessen (SliN) ist es völlig unverständlich, dass derzeit nur 739 von 5.618 Bushaltestellen außerhalb Kassels im Bereich des NVV barrierefrei sind, wie es in der Fortschreibung des Nahverkehrsplans heißt. Ärgerlich sei dies vor allem auch deshalb, weil eine entsprechende Verpflichtung zur vollständigen Barrierefreiheit des Öffentlichen Personennahverkehrs bereits seit 2013 im Personenbeförderungsgesetz mit dem Stichtag der Umsetzung zum 1. Januar 2022 gesetzlich verankert ist. "Inakzeptabel ist für uns, dass im Vorschlag für die Fortschreibung des Nahverkehrsplans des NVV zur vollständigen Barrierefreiheit bei 1.300 Haltestellenpositionen mittel- und langfristig gar kein barrierefreier Ausbau vorgesehen ist. Das bedeutet, dass viele mobilitätsbehinderte Menschen auch weiterhin von der Nutzung des öffentlichen Personennahverkehrs ausgeschlossen sein werden", betont Petra Willich. Die selbst blinde Nutzerin von Bussen und Bahnen setzt sich zudem dafür ein, dass die Qualität und Lautstärke der Ansagen der Haltestellen in Bussen und Bahnen und über die Außenlautsprecher der Fahrzeuge regelmäßig überprüft und nachjustiert wird. Es dürfe zukünftig nicht mehr von der Lust

und Laune der Fahrer\*innen abhängen, ob die Haltestellenansagen betätigt werden oder nicht, weil dies für erhebliche Verunsicherung bei Fahrgästen Sorge, die auf die Ansagen angewiesen sind.

Petra Willich und Ottmar Miles-Paul fordern im weiteren Abstimmungsprozess für die dringend nötige Fortschreibung des Nahverkehrsplans des Nordhessischen Verkehrsverbund (NVV) für eine vollständige Barrierefreiheit entscheidende Verbesserungen, um den Regelungen des Gesetzes und der gleichberechtigten Teilhabe behinderter Menschen bei der Nutzung des Öffentlichen Personennahverkehrs gerecht zu werden. "Die UN-Behindertenrechtskonvention schreibt zudem dort, wo wirklich keine vollständige Barrierefreiheit erreicht werden kann, angemessene Vorkehrungen vor, um die Teilhabe zu ermöglichen. Davon ist im Nahverkehrsplan bisher noch nichts zu sehen. Einfach zu sagen, Haltestellen könnten nicht umgebaut werden bzw. dies wäre wirtschaftlich nicht vertretbar, ist im 21. Jahrhundert nicht mehr akzeptabel.", erklärte Ottmar Miles-Paul. Hier müssten übergangsweise individuell angepasste Angebote geschaffen werden, um die gleichberechtigte barrierefreie Nutzung des ÖPNV für alle zu gewährleisten.

Von der Stadt Kassel, die in der Fortschreibung des NVV-Nahverkehrsplans nicht umfassend erfasst ist und ein eigenes Verfahren durchführen will, erwarten die beiden Vereine, dass dies möglichst schnell angepackt wird und vor allem der Umbau der noch nicht barrierefreien Bushaltestellen im Stadtgebiet entscheidend beschleunigt wird. „Barrierefreiheit ist kein nice to have und keine Wohltat, sondern ein Menschenrecht“, stellte Ottmar Miles-Paul klar.

Aus: Kabinet-Nachrichten, 09.03.2022

## Gebraucht zu verkaufen

Rollz Motion – ein Rollator, der schnell in einen Rollstuhl und wieder zurückverwandelt werden kann. Preis: 300 €. Auch Ratenzahlung ist möglich.

Kontakt über Petra Diederich beim fab e.V.: [petra.diederich@fab-kassel.de](mailto:petra.diederich@fab-kassel.de)



### Übrigens: fab e.V. ist jetzt in Facebook!

Die Verlinkung findet man auf unserer Internetseite. Gerne liken und teilen – wir würden uns freuen!

Die nächste Ausgabe von  
„SELBSTBESTIMMT LEBEN“  
erscheint im Juni 2022!

#### Impressum:

<b>Hrsg.:</b>	Verein zur Förderung der Autonomie Behinderter - fab e. V.
<b>Redaktion:</b>	Anita Grießer, Birgit Schopmans, Georg Riester
<b>Spendenkonto:</b>	fab e. V., Volksbank Kassel Göttingen, IBAN-Nr.: DE75 5209 0000 0000 0077 22, BIC: GENODE51KS1
<b>Abonnement:</b>	„SELBSTBESTIMMT LEBEN“ ist kostenlos zu abonnieren bei: <a href="mailto:birgit.schopmans@fab-kassel.de">birgit.schopmans@fab-kassel.de</a> (E-Mail-Version)