

SELBSTBESTIMMT LEBEN

Kostenloses Infoblatt des fab e.V.
für Kassel und Umgebung
Anfang Juni – Mitte Juli 2021

Inhalt

Freizeit- und Gruppenangebote

• Frühstückstreff • Montagscafé • Offener Stammtisch • Dartgruppe: freiWURF Darts • Wandergruppe • Tischball • Bastelgruppe • Inklusives Training des Sportkreises Region Kassel

Veranstaltungen

• Fortbildung Übungsleiter-Assistenz des Sportkreises Region Kassel • Vorurteile abbauen helfen und politisch Farbe bekennen • Tagesseminar: Zeitmanagement... Grenzen setzen... Wohlbefinden achten - Gegensätze?

Bunt Vermischtes

• Ausfahrten mit E-Rikschas für Menschen mit Mobilitätseinschränkung auch bald in Kassel? Veranstaltung 29.08.21, 15 Uhr • Interessierte für Stammtisch von Geschwistern behinderter Menschen gesucht • Hör Tipp: IGEL - Der Podcast für gelebte Inklusion • 10 Gebote der LIGA Selbstvertretung für zukunftsfähige Behindertenpolitik zur Bundestagswahl • Bundestagswahl 2021: Lesen und Hören in einfacher Sprache – Angebote der Bundeszentrale für politische Bildung • Gehörlosengeld und Taubblindengeld in Hessen beschlossen

Freizeit- und Gruppenangebote

Frühstückstreff

(nur mit Voranmeldung)

Do., 02.09.2021, 10.30 Uhr

Do., 16.09.2021, 10.30 Uhr

Do, 30.09.2021, 10.30 Uhr

Do, 21.10.2021, 10.30 Uhr

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

Birgit Schopmans und Deniz Kürtoglu freuen sich, euch wieder 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
Im Falle einer Verhinderung bitte unbedingt absagen.

Montagscafé

(Nur mit Voranmeldung)

Wieder wöchentlich montags, 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

Im Falle einer Verhinderung bitte unbedingt absagen!

Wieder in echten Lokalitäten:

Offener Stammtisch

Denise Schäfer lädt wieder zum „Offenen Stammtisch für Menschen mit und ohne Behinderung und chronisch Kranke“ ein. Der Stammtisch findet weiterhin an Donnerstagen um 18:30 Uhr statt, wegen Corona je nach Bedarf in kleineren Gruppen.

Hier treffen sich in barrierefreien Lokalitäten Menschen jeden Alters bei Speisen und Getränken zu Gesprächen über Themen, die die Welt bewegen, Aktuelles vom Tage oder auch Pri-

vates. Mitzubringen sind nur der Wunsch

- nach etwas Unterhaltung
- einen gemütlichen Abend zu erleben
- neue Leute kennen zu lernen.

Geselligkeit und Spaß ist das oberste Gebot dieser Runde. Gern gesehen sind natürlich auch immer neue Personen, die an dieser Stammtisch-Gemeinschaft teilnehmen möchten.

Anmeldung und weitere Informationen bei:

Denise Schäfer, 0157 77862882

Mail: dschaefchen34@gmail.com

Dort sind auch die einzelnen Termine und Lokalitäten zu erfragen.

Dartgruppe: freiWURF Darts

Wöchentlich Montagabends

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

Die fab-Dartgruppe hat mit viel Spaß ihre Aktivitäten wieder aufgenommen. Sie findet dank der Förderung über Modellregion Inklusion „Ein sportlich bewegtes Kassel für ALLE“ wöchentlich jeden Montagabend statt, coronabedingt weiterhin in kleinerer Runde. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Nähere Informationen zur Dartgruppe und Anmeldung bei:

Pit Rauhöft

Mail: peter.rauhoeft@web.de

Tel. (i.d.R. Mo.-Do. 18.00-20.00 Uhr): 0157 35625354

Wandergruppe:

Unterwegs auf barrierefreien Wegen in Kassel und Umgebung

In der Regel dienstags alle drei Wochen

Achim Schomburg lädt zu barrierefreien Wanderungen ein. Diese finden in der Regel dienstags im Abstand von drei Wochen statt. Die Wanderungen sind möglichst so gestaltet, dass niemand aufgrund seines Handicaps von den "Expeditionen" durch Kassel oder durch das Kasseler Umland ausgeschlossen ist bzw. sich ausgeschlossen fühlt. Dies wird bei der Auswahl und der Länge der Wege beachtet. Eine Einkehrmöglichkeit unterwegs oder im Anschluss an die Wanderung in barrierefreien Lokalitäten ist immer mit eingeplant. So kommt auch das leibliche Wohl nicht zu kurz.

Informationen und Anmeldungen:

achim.schomburg@gmx.de oder

Tel. 0561/56014200

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 TeilnehmerIn 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

Bastelgruppe

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

Die Bastelgruppe des fab e.V. trifft sich voraussichtlich wieder Mitte oder Ende Oktober, natürlich unter coronabedingten Hygiene- und Abstandsregeln. Gemeinsam basteln und handarbeiten wir mit verschiedenen Materialien. Über neue Leute mit oder ohne Ideen freuen wir uns.

Fragen zu den Terminen und Anmeldebedingungen an

E-Mail: andi_siebert@web.de

Ansprechpartnerin: Andrea Siebert

Inklusives Training des Sportkreises Region Kassel

Jeden Montag, 17 – 19 Uhr

Ort: Hessenkampfbahn

Der Sportkreis Region Kassel bietet bis in den Oktober hinein jeden Montag von 17-19 Uhr inklusives Training und Abnahme des Deutschen Sportabzeichens und des Deutschen Sportabzeichens für Menschen mit Behinderung an: Auf der Hessenkampfbahn, Auedamm 2, 34121 Kassel.

Eine Voranmeldung mit evtl. Vorbesprechung wäre super: Bitte meldet euch bei Heike Sokoll, sportabzeichen@sk-region-kassel.de oder telefonisch unter 0561 450 69 66

Veranstaltungen

Fortbildung Übungsleiter-Assistenz des Sportkreises Region Kassel für Menschen mit geistiger Behinderung und ihre Trainerinnen und Trainer

Eine Übungsleiter-Assistentin oder ein Übungsleiter-Assistent hilft dem Trainer:

- In der Sport-Stunde
- bei Wettbewerben und
- Veranstaltungen.

Übungsleiter-Assistentinnen oder Übungsleiter-Assistenten übernehmen wichtige Aufgaben.
Zum Beispiel:

- In der Vorbereitung der Sport-Stunde,
- Beim Aufbau und Abbau der Sport-Geräte,
- Bei der Anleitung von Bewegungs-Einheiten, zum Beispiel Erwärmung.

Dabei ist es wichtig zu lernen:

- Wie motiviere ich andere Sportler?
- Was muss man für die Sicherheit beachten?

Für wen: Menschen mit geistiger Behinderung und ihre Trainerinnen und Trainer

Wo: TASK Halle, Damaschkestraße 23, 34121 Kassel

Wann: Samstag, 11. September 2021 von 10 bis 17 Uhr

Kosten: 20 €. Wasser und Mittagessen ist in den Kosten enthalten

Anmeldung: bis Sonntag, 29. August 2021

bei Heike Sokoll, E-Mail: h.sokoll@sk-region-kassel.de, Telefon: 0561 450 69 66

Vorurteile abbauen helfen und politisch Farbe bekennen Berichte von engagierten Schreibenden mit Behinderung und eine Autorinnenlesung

Mi, 29. September 19.00 Uhr

Ort: Stadtteilzentrum Vorderer Westen, Elfbuchenstraße 3, Kassel

Ninia LaGrande und Ottmar Miles-Paul berichten darüber, wie sie Barrieren und Diskriminierungen im Alltag erleben, was sie dazu gebracht hat, selbstbewusst mit ihrer jeweiligen Beeinträchtigung umzugehen und sich für ihre Rechte einzusetzen.

Dabei ist spannend zu erfahren, wie sie ihr Talent zum Schreiben entdeckt haben und wie sie dazu kamen, dies für ihre politische Arbeit zu nutzen.

Ninia LaGrande: Moderatorin, Autorin, Podcasterin

Ninia "LaGrande" Binias lebt und arbeitet in Hannover und engagiert sich auch immer wieder behindertenpolitisch. Sie moderiert auf Bühnen und vor der Kamera. Außerdem schreibt sie Kolumnen und Texte für diverse Zeitungen und Online-Portale. Aktuell produziert sie gemeinsam mit der Aktion Mensch den Podcast „All Inclusive“ (<https://www.aktion-mensch.de/podcast>). 2014 und 2019 wurden ihre Erzählbände "Und ganz, ganz viele Doofe!" und „Von mir hat es das nicht!“ im Blaulicht-Verlag veröffentlicht. Hier geht es insbesondere um ihre Erfahrungen als kleinwüchsige Frau und als Mutter mit Behinderung.

Ottmar Miles-Paul: Behindertenaktivist, Autor, Redakteur

Ottmar Miles-Paul aus Kassel, der selbst seh- und hörbehindert ist, ist seit über 30 Jahren in der Behindertenpolitik aktiv und hat schon so manches bewegt. Sei es die Umsetzung des Bundesteilhabegesetzes oder der Kampf für gesetzliche Regelungen zur Barrierefreiheit, Ottmar Miles-Paul hat hier mitgemischt und so manche Kampagne organisiert. Beruflich war er u.a. für einige Jahre Behindertenbeauftragter von Rheinland-Pfalz. Ehrenamtlich engagiert er sich seit langem bei kobinet-nachrichten.org (<https://kobinet-nachrichten.org/>). In diesem Online-Nachrichtendienst arbeiten die selbst behinderten Redakteur*innen ehrenamtlich, um tagesaktuell über wichtige Aktionen und behindertenpolitische Entwicklungen zu berichten.

Neben den beiden spannenden Berichten wird uns Ninia LaGrande im Rahmen dieser Abendveranstaltung eine Kostprobe ihrer Texte als Autorinnenlesung präsentieren.

Anmeldung wegen Corona-bedingter Platzbegrenzung bis spätestens Mo. 27.9. bei:
Birgit Schopmans, fab e.V. Tel.: 0561/72885-160 oder
E-Mail: birgit.schopmans@fab-kassel.de

Gebärdendolmetscher*innen oder Höranlage können über o.g. Kontaktdaten angefordert werden. Dies bitte bei der Anmeldung angeben, jedoch bis spätestens Mi. 22.9.

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

Save the Date - Bitte vormerken!

Tagesseminar: Zeitmanagement... Grenzen setzen... Wohlbefinden achten - Gegensätze?

Fr, 22.10.21, 10 – 17 Uhr

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

Themen:

- Zeitmanagement: was ist das?
- Klare Priorisierung unserer Aufgaben im Alltag
- Ein Modell zur Erfassung unserer eigenen Energien
- Grenzen kennenlernen, setzen, schützen
- Unsere persönlichen Leistungsvorstellungen

Referent: Jens Gantzel, Coach, Supervisor, Konfliktmanager und Moderator.
Gebärdendolmetscher*innen oder eine Höranlage können angefordert werden.
Ausführliche Informationen zu den Seminarinhalten folgen in den nächsten Wochen.

Eine Anmeldung zum Seminar ist jetzt schon möglich bei Christina Kirks,
Telefon 0561 72885-185, E-Mail: christina.kirks@fab-kassel.de

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

Bunt Vermischtes

Ausfahrten mit E-Rikschas für Menschen mit Mobilitätseinschränkung auch bald in Kassel?

Sonntag 29.08.21, 15 Uhr:

Empfang der E-Fahrradrikschas von „Radeln ohne Alter Deutschland“
in der Kasseler Innenstadt

In Kassel soll demnächst ein Ableger der weltweiten Bewegung "Cycling without age" entstehen. Das Anliegen des Freiwilligenprojekts "Radeln ohne Alter" ist, mobilitätseingeschränkten Menschen kostenlose Ausfahrten mit einer E-Rikscha zu ermöglichen. Solch eine E-Rikscha kann man sich wie eine Sitzbank mit 3 Rädern und Fahrradtrieb vorstellen. Die Passagiere sitzen vorn mit Panoramablick, die Fahrer*innen dahinter.

Unter dem Motto „Jeder hat das Recht auf Wind in den Haaren“ werden bereits überall in Deutschland von Freiwilligen Rikscha-Fahrten für Menschen mit eingeschränkter Bewegungsfähigkeit angeboten. Für alle, die sich wünschen, mal wieder rauszukommen, ist dieses inklusive Angebot genau das Richtige.

Am Sonntag den 29.8. endet die vom Hessischen Verkehrsministerium unterstützte Hesen-tour von "Radeln ohne Alter Deutschland" in der Kasseler Innenstadt. Für 15 Uhr ist ein Empfang der 6 E-Fahrradrikschas auf dem Platz beim Obelisk (Treppenstraße4, Neue Fahrt) geplant. Dort sollen interessierte Bürger*innen, Institutionen und Organisationen über das Konzept kostenloser Rikscha-Ausfahrten informiert werden. Auch Probefahrten wird es geben. Ein Mitglied des Magistrats wird die Fahrer*innen und Fahrgäste begrüßen. Das Freiwilligenzentrum ist auch mit dabei.

Bei genügend Interesse soll dann im September eine Kasseler Rikscha-Initiative gegründet werden. Diese würde zuerst einmal ein oder zwei Gefährte anschaffen und diese zusammen mit geschulten Pilot*innen sozialen Einrichtungen für Probefahrten anbieten. Dabei wird versucht, auch E-Rikschas anzuschaffen, die für Rolli-Fahrer*innen nutzbar sind.

Mitmacher*innen gesucht, Rückenwind erhofft. Mit Radfahren kann man nicht nur sich selbst und dem Klima, sondern auch anderen Menschen Gutes tun!

Per Busch

Weitere Informationen:

<https://radelnohnealter.de/>

<https://harleswald.de/waldrikscha>

Interessierte für Stammtisch von Geschwistern behinderter Menschen gesucht

Dieser Aufruf richtet sich an Menschen, die in prägender Weise mit Menschen mit Behinderung zu tun haben: ihre Geschwister. In einigen Städten gibt es bereits einen Stammtisch für Geschwister von behinderten Menschen. Hier können sie sich über ihre Erfahrungen, Unsicherheiten und Visionen austauschen.

Als Schwester eines geistig behinderten, älteren Bruders habe ich die tolle Erfahrung ma-

chen dürfen, den Geschwister-Stammtisch in Hannover kennenzulernen. Hier habe ich mich sehr verstanden gefühlt, aber auch andere sehr gut verstehen können. Dieser Austausch war so toll für mich, dass ich nach einer solchen Gruppe in meiner Heimatstadt Kassel und Umgebung Ausschau hielt. Ich wurde nicht fündig, und so trommele ich nun selbst die Geschwister aus Kassel und Nordhessen zusammen. Dafür habe ich eine Facebook-Gruppe gegründet, sie heißt „Geschwister Kassel / Nordhessen“. An alle Geschwister von Menschen mit Behinderung, unabhängig vom Alter oder von der Art der Behinderung des Geschwisterteils: Treten Sie gerne bei!

Falls Sie diese Gruppe dort nicht finden können oder kein Facebook-Profil haben, aber an einem Austausch interessiert sind, schreiben Sie mir gerne eine E-Mail an a.montua@posteo.de.

Angedacht sind online oder „echte“ Treffen im acht- bis zwölf-wöchigen Turnus – je nachdem, wie die Gruppe sich findet.

Ich freue mich auf Sie / euch!

Anna Montua

Hör Tipp:

IGEL - Inklusion Ganz Einfach Leben Der Podcast für gelebte Inklusion

Seit 2020 kommen im Podcast IGEL des Inklusators Sascha Lang Menschen mit Behinderungen zu Wort, die interessante und spannende Lebensgeschichten und von positiven und negativen Erfahrungen erzählen. Ob kuriose Erlebnisse, skurrile Berufe, Anekdoten oder auch Schicksalsschläge: in den abwechslungsreichen Folgen wird auf stets unterhaltsame Weise zur Sprache kommen, wo die Gesellschaft beim Thema tatsächlich steht, wo noch Nachholbedarf besteht und wie wir gemeinsam gelebte Inklusion erreichen können.

Zur Person: Sascha Lang ist 1978 im Alter von 3 Jahren erblindet. Seit 1989 macht er Radio. Für RTL Luxemburg und Radio Alex produzierte er Radiosendungen und Beiträge zum Thema Behinderung. Von 2009-2014 leitete er als Initiator das Internetprogramm SLANGradio – Radio für ein Barrierefreies Leben.

<https://www.podcast.de/podcast/1095119/igel-inklusion-ganz-einfach-leben>

10 Gebote der LIGA Selbstvertretung für zukunftsfähige Behindertenpolitik zur Bundestagswahl

1. Behindertenpolitik, die keine Menschenrechtspolitik ist, ist keine Behindertenpolitik.
2. Das Menschenrecht auf Inklusion durch eine freie Wahl des Wohnorts und der Wohnform mit der entsprechenden Unterstützung wird gewährleistet und nicht aus Kostengründen eingeschränkt. Die erforderliche Unterstützung für die Teilhabe an allen Lebensbereichen wird als echter Nachteilsausgleich einkommens- und vermögensunabhängig erbracht.
3. Private Anbieter*innen von Waren und Dienstleistungen werden zu Barrierefreiheit und angemessenen Vorkehrungen verpflichtet.

4. Digitalisierung wird barrierefrei umgesetzt. Digitale Teilhabe wird für alle Menschen möglich gemacht.
5. Gebärdensprachdolmetschung, Untertitelung, Audiodeskription und Leichte Sprache werden in allen Bereichen der Kommunikation und der Medien selbstverständlich umgesetzt.
6. In psychiatrischen Zusammenhängen werden Zwangsmaßnahmen und Zwangsmedikation unterbunden und durch Alternativen ersetzt.
7. Gewaltschutzstrategien und unabhängige Beschwerdestellen werden erarbeitet und eingerichtet, um vulnerable Gruppen wie behinderte Mädchen und Frauen effektiv zu schützen.
8. Das Menschenrecht auf inklusive Bildung, orientiert an qualitativen Maßstäben, wird umgesetzt, unterstützt durch einen Masterplan, der in einem partizipativen Prozess von Bund, Ländern und Selbstvertreter*innen erarbeitet wird.
9. Für einen inklusiven Arbeitsmarkt und ein inklusives Gesundheitswesen werden Masterpläne mit den relevanten Akteur*innen und Selbstvertreter*innen entwickelt und umgesetzt.
10. Selbstvertretungsorganisationen werden organisatorisch und finanziell unterstützt, um die Regierungsarbeit auf Bundes- und Länderebene kritisch zu begleiten. Entscheidungen, die unter Nichtbeachtung zuvor festgelegter Partizipationsstandards zustande kommen, sind nichtig.

Die LIGA Selbstvertretung ist ein Zusammenschluss von 13 bundesweit tätigen Selbstvertretungsorganisationen, die von behinderten Menschen selbst verwaltet, geführt und gelenkt werden.

Aus: <http://liga-selbstvertretung.de/?p=854>

Dort ist auch ein Link zu den 10 Geboten in einfacher Sprache zu finden.

Bundestagswahl 2021: Lesen und Hören in einfacher Sprache – Angebote der Bundeszentrale für politische Bildung

Die Bundeszentrale für politische Bildung hat einen Überblick über ihre Angebote zur Bundestagswahl in einfacher Sprache zusammengestellt. Mit ihren Heften, Hörbüchern und Webseiten will sie Mut machen, am 26. September wählen zu gehen und so selbst mitzubestimmen.

Hier geht es zur Übersicht:

<https://www.bpb.de/politik/grundfragen/politik-einfach-fuer-alle/328776/bundestagswahl-2021-lesen-und-hoeren-in-einfacher-sprache>

Gehörlosengeld und Taubblindengeld in Hessen beschlossen

Der Hessische Landtag hat am 8. Juli 2021 mit dem „Gesetz zur Teilhabe von Menschen mit Sinnesbehinderungen“ die Einführung eines Gehörlosengeldes und eines Taubblindengeldes einstimmig beschlossen. Das Gehörlosengeld wird monatlich eine Höhe von 150 Euro haben. Das Taubblindengeld wird das Doppelte des Blindengeldes und damit bis zu 1300 Euro betragen.

Im Haushaltsjahr 2021 sind nach den Plänen der schwarz-grünen Landesregierung für diese finanzielle Unterstützung einmalig sechs Millionen Euro eingeplant. Künftig werden dann acht Millionen Euro jährlich für das Gehörlosen- und das Taubblindengeld anfallen.

Der Sozialverband VdK Hessen-Thüringen sieht jedoch Nachbesserungsbedarf. Als problematisch sieht der VdK an, dass das neue Gesetz den Anspruch auf Landesgehörlosengeld an einen Grad der Behinderung von 100 knüpft und Personen ausgrenzt, bei denen ein Grad der Behinderung von 80 oder 90 Prozent festgestellt werde. Das betrifft häufig Menschen, die nicht von Geburt an gehörlos sind, sondern zwischen dem 8. und 18. Lebensjahr ihr Gehör verloren haben. Wünschenswert ist für den VdK, dass auch diese Gruppe zu den Berechtigten zählt.

Quelle: <https://www.taubenschlag.de>. (Text von der Redaktion gekürzt.)

Die nächste Ausgabe von
„SELBSTBESTIMMT LEBEN“
erscheint Ende Oktober 2021!

Impressum:

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