

# SELBSTBESTIMMT LEBEN

Newsletter des fab e.V.  
für Kassel und Umgebung  
Januar - März 2024

## Inhalt

### Freizeit- und Gruppenangebote

• Frühstückstreff • Montagscafé • Dartgruppe • fab-Stammtisch • fab-Wandergruppe • Tischball • Spielenachmittag

### Termine und Veranstaltungen

• Disability Pride Demo in Kassel: 2. Planungstreffen • Mit Blindenführhund in die Hauptstadt – Mandy Müller berichtet über ihr Praktikum im Bundestag

### Aus dem fab-Leben

• Rückblick: fab-Lesung „Zündeln an den Strukturen“ am 19.10. • Rückblick: Crip-Camp Filmabend am 23.11.23 • Fab freut sich über Spende der Volksbank Kassel Göttingen in Höhe von 2500 Euro • Tischballgruppe sagt herzlichen Dank für Zuwendung der Herbert und Margarete Schaub-Stiftung in Höhe von 1800 Euro • Spende von 1500 EUR von „Crunchy Kebab“ erhalten • Aktuelle Stellenangebote des fab e.V. auf unserer Homepage • Spiele für blinde/sehbehinderte Menschen gesucht! • Vorstandsmitglied Andrea Siebert ist Vizeweltmeisterin bei der WM Bankdrücken in Wien geworden

### Bunt Vermischtes

• Austausch mit Staatssekretär Schmachtenberg im ZsL Kassel • Lesetipp zu Weihnachten: Buch über Leben und Aufwachsen im Kinderkrankenhaus in der Schweiz • Servicenummer der Stadt Kassel • Selbsthilfe jetzt auch online - Gesundheitsamt hat App für Stadt und Landkreis herausgebracht • Veranstaltungsprogramm 2024 für Menschen ab 60 Jahren • Fortbildungsbündnis Pro Ehrenamt: Weiterbildungsangebote für Engagierte 1. Halbjahr 2024

**Wir wünschen schöne Feiertage und alles Gute für das Jahr 2024!**



Illustration: Rudolph, das Weihnachts-Rentier, lächelt den Betrachter, die Betrachterin an. Im Hintergrund Weihnachtstapete mit stilisierten Schneekristallen, Tannenbäumen, Hirschen.

## Freizeit- und Gruppenangebote

### **Frühstückstreff**

(nur mit Voranmeldung)

**Do. 04.01.2024, 10.30 Uhr**

**Do. 18.01.2024, 10.30 Uhr**

**Do. 01.02.2024, 10.30 Uhr**

**Do. 15.02.2024, 10.30 Uhr**

**Do. 07.03.2024, 10.30 Uhr**

**Do. 21.03.2024, 10.30 Uhr**

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

Birgit Schopmans und Deniz Kürtoglu freuen sich, euch zum Offenen Frühstück im freiRAUM einladen zu können. Wir bieten euch schmackhafte belegte Brötchen an, sowie Kaffee und Tee. Kostenbeitrag: 4,00 €.

**Anmeldung bis jeweils spätestens Dienstag davor bei Birgit Schopmans:**

Tel.: 0561 728 85-160 oder per Mail unter: [birgit.schopmans@fab-kassel.de](mailto:birgit.schopmans@fab-kassel.de)

### **Montagscafé**

**Jede Woche Montag, immer ab 15 Uhr**

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

Menschen mit und ohne Behinderungen sind herzlich eingeladen. Beim Montagscafé können wir uns persönlich treffen und in kleinerer Runde austauschen sowie leckeren Kuchen und Getränke zu uns nehmen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, außer für den Montag, den 22.01.24. Bei diesem Montagscafé berichtet Mandy Müller ab 16 Uhr über ihr Praktikum im Bundestag. Näheres siehe unter „Termine und Veranstaltungen – Mit Blindenführhund in die Hauptstadt. Anmeldung dafür bis 17.01.24 bei Birgit Schopmans, Tel. 0561. 7 28 85-160, E-Mail: [birgit.schopmans@fab-kassel.de](mailto:birgit.schopmans@fab-kassel.de)

### **Dartgruppe: freiWURF Darts**

**Mo. 15.01.2024 ab 17.30 Uhr**

**Mo. 05.02.2024 ab 17.30 Uhr**

**Mo. 19.02.2024 ab 17.30 Uhr**

**Mo. 04.03.2024 ab 17.30 Uhr**

**Mo. 18.03.2024 ab 17.30 Uhr**

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

Die fab-Dartgruppe findet in der Regel zweimal im Monat statt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

**Anmeldung über Manuela Galster. Mail: [rennrolli73@gmx.de](mailto:rennrolli73@gmx.de)**

## **fab-Stammtisch**

**Do, 25.01.2024 um 18.00 Uhr**  
**Monos, Opernstraße 9, Kassel**

Denise Schäfer lädt zum „Offenen Stammtisch für Menschen mit und ohne Behinderung und chronisch Kranke“ ein.

Hier treffen sich in barrierefreien Lokalisationen, welche sich ab und zu ändern, Menschen jeden Alters bei Speisen und Getränken zu netten Gesprächen.

**Anmeldungen und Infos zu weiteren Terminen:** Denise Schäfer  
[dschaefchen34@gmail.com](mailto:dschaefchen34@gmail.com) oder über Telefon: 01577/ 7862882

## **fab-Wandergruppe**

Seit über drei Jahren besteht die fab-Wandergruppe. Es geht alle vierzehn Tage auf behindertengerechten Wegen durch die Landschaft. Eine anschließende Einkehr in einer barrierefreien Lokalisation gehört immer dazu.

Bis März Winterpause.

**Infos und Anmeldung bei: Achim Schomburg unter**  
0561 560 142 00 oder per Mail: [achim.schomburg@gmx.de](mailto:achim.schomburg@gmx.de)

## **Tischball**

**Jeden Mittwoch, 17 Uhr**  
**Ort: fab e.V. (1. Stock), Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel**

Die Tischball-Gruppe trifft sich 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 alle Teilnehmenden 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 Kürtoglu, Tel.: 0157 792 706 11**

## **Spielenachmittag**

**Sa, 13.01.2024 um 15 Uhr**

**Sa, 10.02.2024 um 15 Uhr**

**Sa, 23.03.2024 um 15 Uhr**

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

Auch im 2024 wollen wir wieder in netter Runde gemeinsam Gesellschafts- und Kartenspiele spielen. Der fab hat eine umfangreiche Spielesammlung, die wir nutzen können. Darüber hinaus können gern eigene Spiele mitgebracht werden.

Während der Spielegruppe können Snacks und Getränke für wenig Geld gekauft und zu sich genommen werden.

Neue und alte Spielinteressierte sind herzlich eingeladen!

**Ansprechpartnerin ist Christina Kirks**, die unter [chkirks@googlemail.com](mailto:chkirks@googlemail.com) gern eure Anmeldungen entgegen nimmt.

**Eine telefonische Anmeldung** ist bis einschließlich Mittwoch vor dem Termin bei Birgit Schopmans unter Tel.: 0561/72885-160 möglich.

## Termine und Veranstaltungen

### **Disability Pride Demo in Kassel: 2. Planungstreffen**

**15. Januar 2024, 17 Uhr**

**Ort: WohnGeStein, Kölnische Straße 94, 34119 Kassel.**

**Oder online mit Link auf Anfrage**

Eine Gruppe aus Kassel möchte eine Disability-Pride-Demo organisieren und sucht noch Mitstreiter. Beim ersten Treffen ging es ums Kennenlernen und ein paar Grundlagen für die Planung. „Wir haben Ideen gesammelt, was wir uns wünschen und was wir erreichen wollen. Kommt gerne vorbei! Ihr müsst kein Vorwissen mitbringen und nicht beim ersten Treffen dabei gewesen sein. Insbesondere suchen wir noch Menschen mit Lernschwierigkeiten, Sinnesbehinderungen und Menschen, die mehrere verschiedene Diskriminierungen erleben. Zu den Barrieren: Das WohnGeStein ist rollstuhlgerecht und liegt direkt an der Bushaltestelle Bismarckstraße. Auch sonst ist es barrierearm. Wir können deutsche und englische Lautsprache. Leider haben wir noch keine DGS-Dolmetschung.“

Wenn ihr online teilnehmen wollt oder Fragen (z.B. zu Barrieren) habt, schreibt eine Mail an: [pride-kassel@gmx.de](mailto:pride-kassel@gmx.de)

#### **Was bedeutet Disability Pride?**

Die Wörter sind englisch. Disability heißt Behinderung und Pride heißt Stolz. „Das heißt, wir wollen unseren Stolz als behinderte Menschen zeigen: Behinderungen sollten kein Mitleid hervorrufen und nicht nur von der Medizin erklärt werden. Behindert sein ist eine Identität und wir kämpfen für Barrierefreiheit, Inklusion und Selbstbestimmung. In den USA gab es die erste Disability Pride Parade 1990.“

**Telegram-Gruppe:** Die Gruppe hat eine Telegram-Gruppe gegründet zur Vernetzung, Austausch, Fragen, Informieren über Veranstaltungen, usw. von behinderten Menschen in Kassel. Die Idee ist es, die Community in Kassel zu stärken, auch im Hinblick auf einen politischen/aktivistischen Kontext. Mit diesem Link kann man beitreten:

<https://t.me/menschenmitbehinderungKassel>

## **Mit Blindenführhund in die Hauptstadt – Mandy Müller berichtet über ihr Praktikum im Bundestag**

**Montag, 22. Januar 2024, 16 Uhr, im Rahmen des Montagscafés**

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

Mein Name ist Mandy, ich bin 29 Jahre alt, Politik-Studentin aus Kassel und engagiere mich ehrenamtlich beim fab. Außerdem habe ich 2023 an der Weiterbildung „Empowerment zur Selbstvertretung“ des Bildungs- und Forschungsinstituts zum selbstbestimmten Leben Behinderter (bifos e.V.) teilgenommen. Im Rahmen dieser Weiterbildung bekam ich die Chance, zwei Wochen lang ein Praktikum bei der Bundestagsabgeordneten Stephanie Aeffner von den Grünen, die selbst Rollstuhlnutzerin ist, zu absolvieren.

Am Montag, den 22. Januar während des Montagscafés berichte ich euch gerne von meiner spannenden Zeit in Berlin. Ich möchte zum Einen natürlich mit euch über die Zeit im Bundestag sprechen, was ich dort erlebt und gelernt habe, zum anderen aber auch über die organisatorischen Aspekte, die es zu beachten und zu bewerkstelligen galt, wenn man mit wenig Sehrest, Führhund und ohne Assistenz so ein Praktikum in einer fremden Stadt antritt. Über einen anschließenden Austausch mit euch über Erfahrungen, die man auf solchen Reisen sammeln kann, würde ich mich sehr freuen. Ihr seid natürlich auch herzlich eingeladen, Fragen zu stellen.

**Damit wir für euch Kaffee, Tee und Kuchen einplanen können, meldet euch bitte bis zum Mittwoch, 17.01.24 an bei:**

Birgit Schopmans, Tel. 0561. 7 28 85-160, E-Mail: [birgit.schopmans@fab-kassel.de](mailto:birgit.schopmans@fab-kassel.de)

Über die Zeit in Berlin habe ich auch in einem zweiteiligen Interview mit Ottmar Miles-Paul im kobinet berichtet – hier nachzulesen:

<https://kobinet-nachrichten.org/2023/10/10/mandy-mueller-praktikum-mit-assistenzhund-im-bundestag-wie-kam-es-dazu/>

<https://kobinet-nachrichten.org/2023/10/18/viel-ueber-politik-und-sich-selbst-im-bundestagspraktikum-gelernt/>

## **Aus dem fab-Leben**

**Rückblick:**

**fab-Lesung „Zündeln an den Strukturen“ am 19.10.**

Am 19. Oktober hat fab-Gründungsmitglied Ottmar Miles-Paul uns im freiRAUM sein neues Buch "Zündeln an den Strukturen" vorgestellt. Im Reportageroman geht es um eine Brandstiftung in einer Werkstatt für behinderte Menschen. Vor allem geht es aber auch darum, was es bedeutet, weit unter dem Mindestlohn und ohne nennenswerte Alternativen auf eine Vermittlung auf den ersten Arbeitsmarkt in solchen Werkstätten zu arbeiten.

Ottmars Frau Susanne Göbel und Bifos-Geschäftsführerin Barbara Viehweg lasen abwechselnd aus dem spannenden Roman und stellten uns die Charaktere vor.

Es war ein wundervoller, sehr gut besuchter Abend. Wir danken Barbara und Susanne für ihre Lesedarbietung und wir danken Ottmar für dieses wichtige, faktenreiche aber auch sehr packende und unterhaltsame Buch und für die tolle Gelegenheit, mal wieder so zahlreich im freiRAUM zusammenzukommen. Schön, dass ihr alle da wart!

Link zum kobinet-Bericht über den Roman:  
<https://kobinet-nachrichten.org/.../zuendeln-an-den.../>  
Mandy Müller

### Rückblick: Crip-Camp Filmabend am 23.11.23

Hier ein kleiner Rückblick auf unseren tollen Crip-Camp-Filmabend am 23. November: Auf der Collage zu sehen ist einmal links Nancy aus dem Film, rechts ganz oben Popcorn und Getränk, für ausreichend Verpflegung war natürlich gesorgt 😊. Rechts in der Mitte zu sehen ist Ottmar Miles-Paul, der dankenswerterweise trotz Krankheit in der abschließenden Diskussionsrunde via Zoom von seinen Erfahrungen in den USA berichtet und einige Denkanstöße in die Runde geworfen hat. Rechts unten zu sehen sind Uwe Frevert von Slin e.V. und Birgit Schopmans von der Informations- und Kontaktstelle vom fab. Auch die beiden hatten Spannendes aus ihrer Zeit in den USA zu berichten und auch über die Entstehung der Behindertenbewegung in Deutschland. Danke an alle 25 Teilnehmer für einen gemütlichen, aber auch sehr spannenden Abend und danke auch an alle Beteiligten, die diesen Abend erst ermöglicht haben!

Mandy Müller



Bild-Collage: Denise Schäfer und Nicola Saldit.



## **Fab freut sich über Spende der Volksbank Kassel Göttingen in Höhe von 2500 Euro**

Kurz vor Weihnachten hat der fab e.V. von der Volksbank Kassel Göttingen eG eine Spende in Höhe von 2500 Euro erhalten. „An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön für diese großzügige Spende. Diese können wir wunderbar für Ausgaben im Bereich der räumlichen Gestaltung und Ausstattung mit barrierefreiem Mobiliar des inklusiven Treffpunkts freiRaum nutzen“, so Birgit Schopmans vom Team des fab e.V..

## **Tischballgruppe sagt herzlichen Dank für Zuwendung der Herbert und Margarete Schaub-Stiftung in Höhe von 1800 Euro**

Die Schaub-Stiftung, welche Projekte und Einrichtungen für körper-, geistig und seelisch behinderte Menschen in Kassel und Umgebung fördert, sagte nunmehr dem fab e.V. für die Anschaffung einer neuen Tischballplatte einen Zuschuss von 1800 Euro zu. Damit können wir weitgehend die Anschaffungskosten der in der Tschechischen Republik produzierten Platte decken. Den restlichen Kaufpreis und die Transportkosten finanzieren wir dann über den Verkauf des inzwischen stark gebrauchten vorhandenen Spieltisches. Bei internationalen Turnieren, an denen mehr als die Hälfte unserer Gruppe regelmäßig teilnimmt, kommt nur noch diese Bauart zum Einsatz.

Unsere Gruppe besteht zurzeit aus 9 regelmäßig trainierenden blinden, sehbehinderten und Sehenden Spielerinnen und Spielern. Tischball, international auch Showdown genannt ist eine Mischung aus Tischtennis und Air-Hockey und wird rein nach Gehör mit einem rasseln- den Ball gespielt. Der Tisch ist 3,60 m lang und 1,20 m breit und von einer Bande umgeben. Unter dem in der Mitte quer aufgesetzten Mittelbrett versucht ein Spieler den Ball mit einem Holzschläger in das gegenüberliegende Tor des Gegners zu schmettern. Hierbei sind nicht nur direkte sondern auch Zick-Zack-Bälle mit mehrfacher Bandenberührung erlaubt.

Die Chancengleichheit zwischen Blinden und Sehenden wird dadurch hergestellt, dass alle eine Dunkelbrille tragen, die das Sehen ganz ausschaltet.

Wer sich näher für den Sport interessiert kann gerne einmal mittwochs im fab e.V. 1. Stock ab 17 Uhr vorbeikommen. Wer mit trainieren möchte, meldet sich vorher bei Deniz Kürtoglu tel.: 0157 792 706 11 an.

*Birgit Riester für die Tischballgruppe des fab e.V.*

## **Spende von 1500 EUR von „Crunchy Kebab“ erhalten**

Das Döner-Lokal Crunchy Kebab, Friedrich-Ebert-Straße 37 in Kassel, feierte am 9. Oktober sein einjähriges Jubiläum. Die Einnahmen von diesem Tag wollten sie ausgewählten sozialen Projekten aus Kassel zur Verfügung stellen. So war auch der fab e.V. dabei und erhielt eine Spende in Höhe von 1500,00 EUR. „Darüber freuen wir uns sehr“, so Birgit Schopmans, Mitarbeiterin des Vereins, „So haben wir gerade im Bereich der inklusiven Freizeit- und Gruppenangebote des fab, die kaum Finanzierung erhalten, eine tolle Unterstützung für die weitere Arbeit. Ein herzliches Dankeschön an dieses „etwas andere Döner-Lokal!“

Neben seinem sozialen Engagement hat Crunchy Kebab mehr als Fleisch, Tzatziki und Salat zu bieten. Es gibt 11 Dönersorten, auch italienisch, mexikanisch oder mit der bekannten Frankfurter grünen Soße. Das Lokal ist ebenerdig erreichbar.

[www.crunchy-kebab.com](http://www.crunchy-kebab.com)

Anlässlich der Spende ist ein Kurz-Video entstanden, auf dem Birgit Schopmans den fab mit seinen Angeboten vorstellt. Das Video ist auf unserer Facebook-Seite zu sehen:  
<https://www.facebook.com/Verein.zur.Foerderung.der.Autonomie.Behinderter/videos/wir-danken-euch-sehr-fab-ev-hat-eine-spende-von-1500-eur-von-crunchy-kebab-erhal/309401235396550/>

## **Aktuelle Stellenangebote des fab e.V. auf unserer Homepage**

Auf der fab-Internet-Seite sind unter dem Link „Freie Stellen“ immer wieder spannende Stellenausschreibungen unter anderem für Assistenzkräfte, in der Verwaltung, des Unterstützten Wohnens oder für Koordinationskräfte des Assistenzdienstes zu finden. Informiert euch gerne über <https://www.fab-kassel.de/stellen.html>.

## **Spiele gesucht, die auch für blinde/sehbehinderte Menschen nutzbar sind!**

Für den Spielenachmittag des fab suchen wir Gesellschaftsspiele, die für blinde und sehbehinderte Menschen angepasst wurden und somit von blinden, sehbehinderten und sehenden Spieler\*innen gemeinsam genutzt werden können. Es sollten möglichst Spiele sein, die mit mehr als 2 Personen gespielt werden können. Wer hat solche Spiele übrig und kann sie dem fab schenken?

**Bitte meldet euch / melden Sie sich bei Birgit Schopmans unter Tel.: 0561/72885-160 oder per Mail: [birgit.schopmans@fab-kassel.de](mailto:birgit.schopmans@fab-kassel.de)**

Wir freuen uns über Ihre/Eure Angebote!

Birgit Schopmans und Christina Kirks

## **Vorstandsmitglied Andrea Siebert ist Vizeweltmeisterin bei der WM Bankdrücken in Wien geworden**

Andrea Siebert zieht es zweimal die Woche ins Fitnessstudio, dort trainiert sie im Bankdrücken und zwar mit Erfolg. So wurde sie im September Vizeweltmeisterin in Wien. Sie behauptete sich als Rollstuhlnutzerin unter 14 Frauen aus 5 Nationen jeweils mit dem 2. Platz bei der Open- und Masterklasse. Da stellt sich die Frage, was Bankdrücken genau ist. Auf dem Rücken auf einer Bank liegend wird eine auf der Brust liegende Hantel mit den Händen und dem Körpergewicht nach entsprechenden Kommandos bis zu den gestreckten Armen hochgedrückt und wieder herunter gelassen. Andrea Siebert konnte bei der Openklasse mit 102 kg und Masterklasse mit 100 kg Gewicht der Hanteln punkten.

„Mir war es von Anfang an wichtig“, so Andrea Siebert, „nicht bei einem speziellen Sportturnier, wie den Paralympics mitzumachen, sondern im Sinne der Inklusion bei einer Weltmeisterschaft für alle teilzunehmen.“ Außer ihr war noch eine weitere Rollstuhlnutzerin dabei. Danach befragt, wie sie zum Bankdrücken gekommen sei, meinte Andrea Siebert: „Mein Freund Siggie hat mich inspiriert, der selbst aktiv und erfolgreich im Bankdrücken war.“ Durch einen Schlaganfall kann er diesen Sport nicht mehr ausüben, verfolgt jedoch weiter ihre Aktivitäten und kommt zu den Turnieren gerne mit.

Der neuen Trainerin Nadia steht er immer noch mit Rat und Tat zur Seite. Sie war früher mit Siggie als Trainer selbst sehr erfolgreich im Kraftsport. Also für Andrea beste Voraussetzungen, es in Zukunft ganz nach oben aufs Siebertreppchen zu schaffen.



Andrea Siebert ist vom Bankdrücken sehr begeistert und äußert zum Schluss unseres Gesprächs: „Dieser Sport ist für Menschen mit den unterschiedlichsten Beeinträchtigungen gut geeignet, etwa auch für blinde/sehbehinderte Personen oder Menschen mit Hörbeeinträchtigungen.“ Also, probiert es gerne einmal aus! Andrea Siebert trainiert nun schon wieder für den nächsten Wettbewerb, die Deutsche Meisterschaft im Bankdrücken im März 2024.

Hier ein Link zu einem Video zum Bankdrücken:

<https://youtu.be/ZergnN0ph5E?si=DGF8ztZqxEvrOYZy>

*Birgit Schopmans*

## **Bunt Vermischtes**

### **Austausch mit Staatssekretär Schmachtenberg im ZsL Kassel**



Foto: Treffen mit Dr. Rolf Schmachtenberg im ZsL Kassel

Foto: ZsL Kassel - Antje Müller

Dr. Rolf Schmachtenberg, Staatssekretär im Bundesministerium für Arbeit und Soziales, informierte sich im Kasseler Zentrum für selbstbestimmtes Leben behinderter Menschen über eine Reihe von Möglichkeiten zur Förderung der Inklusion und Teilhabe behinderter Menschen. Bei seinem Besuch im Herzen der Kasseler Selbstvertretungsbewegung behinderter Menschen am 23. No-

vember 2023 ging es u.a. um die Erfahrungen mit der ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB), die Möglichkeiten und Herausforderungen von Assistenzdiensten sowie bei der Nutzung Persönlicher Budgets, die Unterstützung behinderter Menschen beim selbstbestimmten Wohnen, um Angebote zur Freizeitgestaltung sowie um die Interessenvertretung behinderter Frauen.

„Ich freue mich, dass sich im Kasseler Zentrum für selbstbestimmtes Leben verschiedene Selbstvertretungsorganisationen sowie Menschen mit unterschiedlichen Behinderungen zusammengeschlossen haben, um die Teilhabe behinderter Menschen mitten in der Gesellschaft zu ermöglichen. Vor allem die Beratung von behinderten Menschen selbst ist dabei ein wichtiger Baustein, den das Bundesministerium für Arbeit und Soziales mit der ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB) seit nunmehr fast sechs Jahren fördert“, betonte Staatssekretär Dr. Rolf Schmachtenberg. Aber auch die Bereitstellung von Assistenzleistungen sei ein Schlüssel zur Inklusion, denn ohne entsprechende Angebote vor Ort seien die Ziele des Bundesteilhabegesetzes nicht zu erreichen.

Durch die Unterstützungsangebote des Verein zur Förderung der Autonomie Behinderter (fab) und des Verein Selbstbestimmt leben in Nordhessen (SliN) ist es in Kassel gelungen, dass hunderte behinderte Menschen, die sonst in Behinderteneinrichtungen leben müssten, selbstbestimmt in eigenen Wohnungen in der Stadt leben können und dort die Unterstützung bekommen, die sie benötigen. Im Rahmen der Schulassistenz werden zudem viele behinderte Kinder beim weitgehend inklusiven Schulbesuch unterstützt. Zudem werden jährlich über 2.300 behinderte Menschen durch die beiden Vereine beraten und bei der Interessenvertretung unterstützt. Dass die Aktivitäten des Kasseler Zentrums für selbstbestimmtes Leben behinderter Menschen weit über Kassel hinausstrahlen, das zeigt u.a. auch der dort angesiedelte Verein Weibernetz auf, der nicht nur eine engagierte Interessenvertretung behinderter Frauen betreibt, sondern derzeit die Geschäftsführung des Deutschen Behindertenrats ausübt.

Für Uwe Frevert vom Vorstand der Interessenvertretung Selbstbestimmt Leben in Deutschland (ISL), der Dachorganisation der Zentren für selbstbestimmtes Leben behinderter Menschen, zeigen die Erfahrungen in Kassel ganz praktisch, was alles in Sachen selbstbestimmter Teilhabe behinderter Menschen möglich ist. „Nun gilt es, ähnliche Angebote flächendeckend auszubauen, dass behinderte Menschen wirklich wählen können, wo und mit welcher Unterstützung sie leben wollen. Denn dafür braucht es eine gute Beratung und entsprechende Unterstützungsdienste, die die Selbstbestimmung behinderter Menschen fördern und nicht behindern“, berichtet Uwe Frevert. Damit ist er sich mit seinem Vorstandskollegen der ISL, Horst Frehe, einig, der zu diesem Termin und einer anschließenden Tagung der Bundesarbeitsgemeinschaft Rehabilitation (BAR) aus Bremen nach Kassel angereist war. Seit vielen Jahren berät Uwe Frevert behinderte Menschen dabei, wie sie ihre Assistenzleistungen so organisieren können, dass diese ihren Bedürfnissen für ein weitgehend selbstbestimmtes Leben gerecht werden.

Quelle: Kabinet 23.11.23

### **Lesetipp zu Weihnachten:**

## **Buch über Leben und Aufwachsen im Kinderkrankenhaus in der Schweiz**

Alex Oberholzer, bekannter Filmredakteur und heute 69 Jahre alt, erzählt von seiner außergewöhnlichen Kindheit. 1953 kam er ohne Hand und Fuß auf der rechten Seite zur Welt. Im Jahr darauf erkrankte er an Kinderlähmung. Die folgenden zwölf Jahre erlebte der teilweise gelähmte Junge in der hermetisch abgeschlossenen Welt des Kinderspitals Affoltern, in der es fast nur Frauen gab: Frauen mit weißen Häubchen – liebevoll zugewandte ebenso wie unerbittlich strenge,

die ihn faszinierten und prägten. Der Autor berichtet von Prothesen, Schienen und Korsetts, von Höhen und Tiefen und seinem ersten Kinoerlebnis.

Alex Oberholzers Geschichte ist keine Anklage. Mit Verwunderung und Humor blickt der Autor aus heutiger Sicht zurück. Er berichtet auf berührende Weise von Kuriosem und pädagogisch Fragwürdigem. Und er sagt, dass ihn seine besondere Kindheit auch besonders stark gemacht habe. Mit einem Nachwort von Prof. Dr. Andreas Meyer-Heim, Chefarzt Kinder-Reha Schweiz, Universitäts-Kinderspital Zürich.

Alex Oberholzer: Im Paradies der weissen Häubchen. Hier und Jetzt, Verlag für Kultur und Geschichte, Zürich 2023, 224 Seiten, 34 Euro.

## **Service Nummer der Stadt Kassel**

Das Servicecenter der Stadt Kassel ist mit der **Rufnummer 115** (einfach ohne Vorwahl) Ansprechpartner für alle Verwaltungsfragen: Ob ihr eine Reise plant, sich mit Fragen zu Vorsorgevollmachten, Impfungen oder Heimbetreuung beschäftigt, Veranstaltungen besucht oder wissen wollt, wann ihr ein Stadtteilzentrum besuchen könnt, die Abholung Ihrer Gartenabfälle organisieren möchtet oder Lust habt, euch ehrenamtlich zu engagieren, bei der 115 seid ihr richtig!

Die Stadt Kassel ist unter dieser Nummer montags bis freitags von 7 bis 18 Uhr und samstags von 9 bis 13 Uhr erreichbar.

## **Selbsthilfe jetzt auch online Gesundheitsamt hat App für Stadt und Landkreis herausgebracht**

Die rund 200 Selbsthilfegruppen in Kassel sollen sich jetzt noch besser vernetzen können. Dafür hat die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (Kiss) des Gesundheitsamts Region Kassel mit Unterstützung der selbsthilfefördernden Krankenkassen in Hessen eine App herausgebracht. Darüber können sich Interessierte sowie Mitglieder der Gruppen zu körperlichen und psychischen Erkrankungen, Süchten und besonderen Lebenslagen über die Angebote beraten, über Termine informieren und miteinander chatten.

Nähere Infos: [KISS Selbsthilfe Kassel](#)

## **Veranstaltungsprogramm 2024 für Menschen ab 60 Jahren**

„Neugierig und aktiv bleiben“ lautet der Titel des städtischen Veranstaltungsprogramms für Menschen ab 60 Jahren des Referates für Altenhilfe. Es lädt zu Hunderten von Angeboten ein – von Theaterbesuchen über Freizeiten, Kursangebote, Vorträge, Konzerte bis hin zu Betriebsbesichtigungen oder Sicherheitstrainings.

Das Programmheft ist beim Referat für Altenhilfe, Fünffensterstraße 5, am Kundenservice im Rathaus sowie im Kassel Service Point in der Galeria verfügbar.

Weitere Infos auf der Website der Stadt Kassel:

[Veranstaltungsprogramm für Menschen ab 60 Jahren | Stadt Kassel](#)

## Fortbildungsbündnis Pro Ehrenamt Weiterbildungsangebote für Engagierte 1. Halbjahr 2024

Das Fortbildungsprogramm Pro Ehrenamt steht allen offen, die sich freiwillig oder ehrenamtlich bei einer Initiative, Einrichtung oder Organisation engagieren. Die Angebote sind in der Regel kostenfrei.

Die Fortbildungen werden laufend aktualisiert. Den aktuellen Stand können Sie über die Internetseite der Stadt Kassel abrufen unter folgendem Link

<https://www.kassel.de/buerger/stadtgesellschaft/engagement-und-ehrenamt/arbeitsgruppe-buergerschaftliches-engagement.php>

oder auf der Internetseite des Freiwilligenzentrums Region Kassel

<https://freiwillig-in-kassel.de/> einsehen.



### fab e.V. ist bei Facebook

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

Die nächste Ausgabe von  
„SELBSTBESTIMMT LEBEN“  
erscheint im März 2024!

#### 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: birgit.schopmans@fab-kassel.de (E-Mail-Version)