

SELBSTBESTIMMT LEBEN

Newsletter des fab e.V.
für Kassel und Umgebung
Juni bis September 2026

Inhalt

Termine und Veranstaltungen

- Für Kurztzuschlossene: Workshop: Einmischen, mitmischen und etwas verändern – Erfolgreich und mit Spaß • Nachwuchs in der Selbstvertretung – jung, behindert, engagiert • Aktivtreff Teilhabe • Online-Treffen: Breitseite Barrierefrei • Kämpferherzen-Treffen • Sommerfest der Gruppe freiWURF Darts • Sportfest für ALLE - Kassel inklusiv • Tagung: Nicht neutral! Haltung zeigen und Inklusion verteidigen. Anmeldung erforderlich • Öffentlich zugängliche Sitzungstermine des Behindertenbeirats

Freizeit- und Gruppenangebote

- Offenes Frühstück • Montagscafé • Dartgruppe: freiWURF Darts • fab-Stammtisch • fab-Wandergruppe • Tischball • Spielenachmittag • Kreativ-Treff

News & Infos

- Jürgen Dusel zu Besuch im ZsL Kassel: Gutes Beispiel für Teilhabe behinderter Menschen • fab-Projekt „Aktiv Teilhabe gestalten“- Flyer jetzt auch in Leichter Sprache • Mitmachen für mehr Barrierefreiheit in Kassel! • Sammelaktion im fab e.V. für den guten Zweck • Film-Tipp: „Verflucht Normal“?

Bald ist Sommer. Wir feiern es!



Illustration: Gartenszene mit gedecktem Tisch, vollem Krug und , vollen Schalen, dahinter gelber Sonnenschirm und Licht-Girlanden, inmitten von grünen Sträuchern und Blumen, darüber blauer Himmel mit Vögeln und Schmetterlingen.

Termine und Veranstaltungen

Für Kurzentwachsen:

Workshop: Einmischen, mitmischen und etwas verändern – Erfolgreich und mit Spaß

Sa. 20. Juni 2026, 10:00 – 15.30 Uhr,

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

Wie kann ich mich für mehr Barrierefreiheit und Teilhabe engagieren? Workshop für Menschen mit Behinderungen.

Achtung, neuer Anmeldeschluss: bis Freitag, 19. Juni per Mail bei Mandy Müller, mandy.mueller@fab-kassel.de. Die Anforderung von Gebärdendolmetscher*innen ist allerdings nicht mehr möglich.

Mehr Infos unter: fab-kassel.de/workshop-einmischen-mitmischen-und-etwas-veraendern-erfolgreich-und-mit-spass/

Gefördert von der Aktion Mensch.

Nachwuchs in der Selbstvertretung – jung, behindert, engagiert

Mi. 24. Juni 2026, 18:00 Uhr,

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

Wie engagieren sich junge behinderte Menschen heute – und was braucht es, damit ihre Perspektiven stärker gehört werden? Darüber sprechen an diesem Abend Kevin Hoffmann (u.a. Gründer der Kämpferherzen-Treffen) und Lisa Baenitz (Mitgründerin der bundesweiten jungen Selbstvertretung für junge Menschen mit Behinderung e. V.), die auf ganz unterschiedliche Weise in der Selbstvertretung aktiv sind. Im Anschluss gibt es Raum für Austausch und Diskussion.

Für die Anforderung von Gebärdendolmetscher*innen ist es leider jetzt zu kurzfristig.

Mehr Infos unter: fab-kassel.de/nachwuchs-in-der-selbstvertretung-jung-behindert-engagiert/

Gefördert von der Aktion Mensch.

Aktivtreff Teilhabe

Die nächsten Treffen:

Di 30.06.26 um 17 Uhr

Di 28.07.26 um 17 Uhr

Di 25.08.26 um 17 Uhr

Di 29.09.26 um 17 Uhr

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

Im Rahmen des Projekts „Aktiv Teilhabe gestalten“ findet einmal im Monat der Aktivtreff Teilhabe statt. Willkommen sind Menschen mit Beeinträchtigungen, die sich einbringen, engagieren und miteinander ins Gespräch kommen möchten.

Mehr Infos unter: fab-kassel.de/aktivtreff-teilhabe-26-06-30/

Gefördert von der Aktion Mensch.

**Online-Treffen:
Breitseite Barrierefrei
Di 14. Juli 2026, 18 - 19.30 Uhr**

JobInklusive lädt zum Online-Treffen gegen Gewichtsdiskriminierung und Ableismus im Arbeitskontext für **mehrgewichtige** Menschen mit chronischer Erkrankung, Behinderungen und/oder Neurodivergenz ein.

Nähere Informationen findet ihr hier: jobinklusive.org/veranstaltung/breitseite-barrierefrei-veranstaltung-gegen-gewichtsdiskriminierung-und-ableismus/

**Kämpferherzen-Treffen
Sa 25. Juli 2026**

Ort: Kongress-Palais Kassel
Freikarten über fab erhältlich!

2026 feiert das Kämpferherzen-Treffen sein fünfjähriges Jubiläum! 2021 von Kevin Hoffmann gegründet, ist das Event über die Jahre gewachsen und zu einem gut besuchten Community-Treffen geworden. Die Veranstaltung wird organisiert von Menschen mit chronischen Erkrankungen und / oder Behinderungen FÜR Menschen mit chronischen Erkrankungen und / oder Behinderungen. Es gibt Informations-Stände von Unternehmen sowie Selbsthilfegruppen über verschiedene Krankheitsbilder und krankheitsspezifische Themen, Workshops, Vorträge und ein Kulturprogramm.

Freikarten können per E-Mail bis zum 07. Juli angefordert werden über Birgit Schopmans vom fab e.V.: birgit.schopmans@fab-kassel.de.

Mehr Informationen: kaempferherzen.de

Sommerfest der Gruppe freiWURF Darts

Sa 15. August 2026 ab 12 Uhr

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

Die Gruppe FreiWURF Darts des fab lädt wieder ein zu ihrem Sommerfest. Im freiRaum und rund um die Samuel-Beckett-Anlage 6 gibt es wieder leckeres Essen (u.a. vom Grill) und Getränke, einen kleinen Basar sowie Live-Musik. Außerdem kann natürlich wieder das barrierefreie Dart-Angebot der Gruppe Freiwurf Darts genutzt werden. Weitere Informationen folgen.

Sportfest für ALLE - Kassel inklusiv

Do 27. August 2026, 14 bis 18 Uhr

Ort: Auestadion, Kassel

Ein Tag voller Spaß, Sport und Spiel für ALLE!

- Mitmachaktionen der Sportvereine und Institutionen
- vielfältiges Bühnenprogramm
- Informationsstände
- Kinderprogramm und Kinderolympiade
- Essen und Trinken (kostenpflichtig)

Die bunte Vielfalt des Sportfests für Alle entsteht aus den verschiedenen Mitmachaktionen und Informationsständen von teilnehmenden Vereinen und Institutionen.
Eintritt frei!

Der fab e.V. wird mit einem Infostand und einem Angebot „Dart für alle“ dabei sein.

Tagung:
Nicht neutral! Haltung zeigen und Inklusion verteidigen.
Anmeldung erforderlich
Fr. 16.10.26 ab 13 Uhr bis Sa. 17.10.26, 16 Uhr
Ort: fab e.V., Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel

Behinderte Aktivist*innen und Verbündete treffen sich!

Worum geht es:

Menschen, besonders Menschen mit Behinderungen, erleben gerade eine schwierige Zeit in Gesellschaft und Politik. Es gibt einen deutlichen Rechtsruck. Ausgrenzende und abwertende Einstellungen werden stärker. Auch behindertenfeindliche Denkweisen werden mehr und mehr normal.

Menschen mit Behinderungen werden oft wieder in Schubladen gesteckt. Zum Beispiel als „Kosten“, „Belastung“ oder „nicht leistungsfähig“. Viele Aktivist*innen und Selbstvertreter*innen erleben außerdem mehr Anfeindungen.

Die kostenlose Tagung von bifos e.V. und vom Projekt „Aktiv Teilhabe gestalten“ des fab e.V. bietet Raum, um über aktuelle Entwicklungen zu sprechen und sie besser zu verstehen. Ziel ist es, gemeinsam Wege zu finden, etwas zu verändern, um sich gegenseitig zu stärken, sicherer zu werden und zusammen solidarisch zu handeln.

Programm:

Freitag, 16. Oktober, ab 13 Uhr

Vorträge und Gespräche. Inhalte: Themen wie Ableismus, Ausgrenzung, rechte Hetze und eigene Erfahrungen damit.
Get-Together mit Abendessen, bis 22 Uhr.

Samstag, 17. Oktober, ab 9.30 Uhr

Workshops und Gruppenarbeit. Inhalte: Umgang mit rechter Hetze im Alltag und im Internet. Solidarität und gegenseitige Unterstützung, Erfahrungen und eigene Projekte. Gemeinsam sammeln wir Ideen, knüpfen Kontakte und überlegen, wie wir nach der Tagung in Verbindung bleiben und weiterarbeiten können.
Die Veranstaltung endet um 16 Uhr.

Mehr Infos und Anmeldung (Achtung: begrenzte Teilnehmer*innenzahl – schnell sein, lohnt sich):

www.bifos.de/nicht-neutral-haltung-zeigen-und-inklusion-verteidigen

Gefördert von der Aktion Mensch.

Öffentlich zugängliche Sitzungstermine des Behindertenbeirats im Zeitraum von Juli bis September 2026

Di 25. August 2026
Mi 30. September 2026,
jeweils 17.30 bis 19.30 Uhr, Ort: Magistratssaal im Rathaus Kassel

Freizeit- und Gruppenangebote

Offenes Frühstück

(nur mit Voranmeldung)

Do. 25.06.2026, 10.30 Uhr

Do. 09.07.2026, 10.30 Uhr

Do. 23.07.2026, 10.30 Uhr

Do. 06.08.2026, 10.30 Uhr

Do. 20.08.2026, 10.30 Uhr

Do. 03.09.2026, 10.30 Uhr

Do. 17.09.2026, 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

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

Dartgruppe: freiWURF Darts

Mo. 06.07.2026 ab 17.30 Uhr

Mo. 20.07.2026 ab 17.30 Uhr

Mo. 03.08.2026 ab 17.30 Uhr

Mo. 17.08.2026 ab 17.30 Uhr

Mo. 07.09.2026 ab 17.30 Uhr

Mo. 21.09.2026 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

fab-Stammtisch

Do. 30.07.2026,

bei gutem Wetter draußen

August Sommerpause

Do. 24.09.2026

Jeweils um 18.00 Uhr

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

Hier treffen sich in barrierefreien Lokalitäten, welche sich immer wieder ändern, Menschen jeden Alters bei Speisen und Getränken zu netten Gesprächen. Der Stammtisch findet in der Regel am letzten Donnerstag im Monat statt.

Infos zu den Lokalitäten und Anmeldungen über:

Denise Schäfer

dschaefchen34@gmail.com oder über Telefon: 01577/ 7862882

fab-Wandergruppe

Es geht alle vierzehn Tage auf behindertengerechten Wegen durch die Landschaft. Eine anschließende Einkehr in einer barrierefreien Lokalität gehört immer dazu.

Infos und Anmeldung bei: Achim Schomburg unter

0561 560 142 00 oder per Mail: 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 Kürtoğlu, Tel.: 0157 792 706 11

Spielenachmittag

Sa, 11.07.26, 15.00 bis 18.00 Uhr

Sa, 08.08.26, 15.00 bis 18.00 Uhr

Sa, 12.09.26, 15.00 bis 18.00 Uhr

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

Auch bei sommerlichen Temperaturen werden wir gemeinsam Gesellschafts- und Kartenspiele spielen. Der fab hat eine umfangreiche Spielesammlung, die wir nutzen können. Darüber hinaus können gern eigene Spiele mitgebracht werden. Außerdem gibt es beim Spielenachmittag eine Doppelkopfrunde, die sich regelmäßig trifft.

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

Alle Spielinteressierten sind herzlich eingeladen!

Ansprechpartnerin ist Christina Kirks.

Anmeldung bitte bis einschließlich Mittwoch vor dem Termin per Mail an chkirks@googlemail.com oder telefonisch bei Birgit Schopmans unter Tel.: 0561/72885-160

Kreativ-Treff

So. 21.06.2026 von 11.30 bis 17.30 Uhr

Sa. 04.07.2026 von 11.30 bis 17.30 Uhr

So. 19.07.2026 von 11.30 bis 17.30 Uhr

So. 02.08.2026 von 11.30 bis 17.30 Uhr

So. 06.09.2026 von 11.30 bis 17.30 Uhr

So. 20.09.2026 von 11.30 bis 17.30 Uhr

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

Gemeinsam kreativ sein, gemeinsam Ideen austauschen und Spaß haben. Ob Daimond Painting, Häkeln, Stricken, Perlenkunst, Kerzengießen oder Dekofiguren aus Gips: für jeden ist was dabei.

Meldet euch an, kommt vorbei und habt Spaß.

Im August machen wir wieder einen Stand beim Dartsommerfest.

Anmeldung bis zum Mittwoch vor der Veranstaltung bei Andrea Siebert per Mail: andi811204@gmail.com, oder telefonisch unter 0174 9709082

News & Infos

Jürgen Dusel zu Besuch im ZsL Kassel: Gutes Beispiel für Teilhabe behinderter Menschen



Kassel (kobinet) „Das Kasseler Zentrum für selbstbestimmtes Leben behinderter Menschen (ZsL) ist ein gutes Beispiel, wie die Teilhabe behinderter Menschen mitten in der Gesellschaft gestärkt werden kann“, so lautet das Resümee von Jürgen Dusel nach seinem Besuch des (ZsL). Der Beauftragte der Bundesregierung für die Belange von Menschen mit Behinderungen informierte sich am 29. April 2026 vor Ort über die Angebote der in Kassel ansässigen Selbstvertretungsorganisationen, die sich im ZsL zusammengeschlossen haben.

Quelle: kobinet nachrichten 29.04.26 (Auszug)
kobinet-nachrichten.org/.../juergen-dusel-zu-besuch-im-zsl-kassel...

fab-Projekt „Aktiv Teilhabe gestalten“ Flyer jetzt auch in Leichter Sprache

Im fab-Projekt „Aktiv Teilhabe gestalten“ kannst du lernen, dich in unserer Region für die Rechte von Menschen mit Behinderungen einzusetzen.

Es gibt verschiedene Angebote:

- **Beratung**
- **Kurse**
- **Veranstaltungen**
- **Begleitung bei persönlichen Zielen**
- **Netzwerken**

Genauerer kannst du jetzt in der Projekt-Beschreibung in Leichter Sprache nachlesen.

Du findest den Flyer auf unserer Website:

fab-kassel.de/.../Infos-Projekt-Aktiv-Teilhabe-gestalten-Leichte-Sprache.pdf

Du kannst den Flyer auch ausgedruckt als Broschüre kostenlos zugeschickt bekommen. Oder als PDF per E-Mail erhalten.

Melde dich hierzu bei:

Mandy Müller

Per Mail: mandy.mueller@fab-kassel.de

Per Telefon: 0561/72885 161

Mitmachen für mehr Barrierefreiheit in Kassel!

Das Projekt „Digitaler Wegweiser für Menschen mit Hilfebedarf“ sucht engagierte Menschen, die dabei helfen möchten, die Barrierefreiheit von öffentlich zugänglichen Gebäuden in der Kasseler Innenstadt zu erfassen.

Was wird erhoben?

Unter anderem:

- Gibt es Stufen oder Treppen am Eingang?
- Ist die Tür automatisch zu öffnen?
- Gibt es barrierefreie WCs?
- Sind Aufzüge barrierefrei nutzbar?

Wer kann mitmachen?

Alle Interessierten – mit oder ohne Behinderung, jung oder alt. Empfohlen wird die Teilnahme ab der Oberstufe. Voraussetzung ist lediglich die Teilnahme an einer Schulung (ca. 90 Minuten im Rathaus).

Aufwandsentschädigung

Für jedes korrekt erfasste Objekt (Geschäft, Praxis, Einrichtung etc.) gibt es 8 Euro. Eine Vermessung dauert im Durchschnitt etwa 10 Minuten.

Warum ist das wichtig?

Die erhobenen Daten fließen in einen digitalen Wegweiser (Webseite und App) ein. So können Menschen mit Behinderung, Seniorinnen und Senioren, Eltern mit Kinderwagen oder Menschen mit temporären Einschränkungen ihren Alltag besser planen und selbstständig gestalten.

Je mehr Menschen mitmachen, desto schneller wächst das Angebot und desto größer wird der Nutzen für alle.

Die Datenerhebung ist bereits im Frühjahr 2026 gestartet.

Interesse?

Ansprechpartnerin ist Sandra Sabel:

E-Mail: sandra.sabel@kassel.de

Telefon: 0561 787 2534

Bitte gerne teilen, damit möglichst viele Menschen von dieser wichtigen Aktion erfahren!

Weitere Informationen sind außerdem hier:

www.kassel.de/.../leitprojekte/udp-9/index.php

und hier zu finden:

www.kassel.de/.../leitpro.../udp-9/Datenerhebung.php

Sammelaktion im fab e.V. für den guten Zweck

Der fab e.V. beteiligt sich an dem internationalen Projekt „Audiopedia“, das auch von den Soroptimist International Club Kassel Elisabeth Selbert unterstützt wird, und sammelt hierfür nicht mehr benötigte Micro-SD-Karten.

Audiopedia ermöglicht Frauen weltweit Zugang zu lebenswichtigem Hörwissen – besonders dort, wo viele Frauen weder lesen noch schreiben können oder keinen Zugang zum Internet haben. Über einfache Audiobeiträge in der jeweiligen Landessprache erhalten Frauen wichtige Informationen zu Themen wie:

- Schwangerschaft und Geburt
- Gesundheit und Hygiene
- Ernährung und Kindergesundheit
- Schutz vor Gewalt
- Frauenrechte und Gleichstellung
- Bildung und wirtschaftliche Selbstständigkeit
- Familienplanung und Vorsorge

Das Projekt arbeitet mit zahlreichen internationalen Partnerorganisationen zusammen und wurde bereits von den Vereinten Nationen ausgezeichnet.

Ziel ist es, Wissen niedrigschwellig zugänglich zu machen, Frauen zu stärken und konkrete Verbesserungen im Alltag zu erreichen – beispielsweise bessere Gesundheitsvorsorge, mehr Bildungschancen und die Senkung von Mütter- und Kindersterblichkeit.

Falls du also nicht mehr benötigte Micro-SD-Karten zuhause hast, kannst du diese gerne bei uns in die Sammelbox werfen. Frage bitte am Empfang, wo diese aufgestellt ist. Weitere Informationen zu dem Projekt findest du unter: www.kartenretter.de .

Film-Tipp
„Verflucht Normal“?

Läuft noch von Donnerstag 18.06.26 bis Montag 22.06.26,
immer um 17:30 Uhr im Großen Bali

Basierend auf dem Leben des realen John Davidson, erzählt „LANG LEBE NED DEVINE!“-Regisseur Kirk Jones in seinem emotionalen Film mit viel Humor und großer Wärme davon, wie John trotz Ausgrenzung und mangelndem Verständnis aufgrund seiner Tourette-Erkrankung seinen Weg findet und zur Inspiration für andere wird.

Mehr Infos unter www.filmladen.de/film/verflucht-normal

Audiodeskription und Untertitel mit der GRETA-App



fab e.V. auf Instagram

Dort teilen wir aktuelles aus unserer Arbeit, interessante Hinweise und Veranstaltungen.

Unser Profil: [@fab_ev.ks](https://www.instagram.com/fab_ev.ks)



fab e.V. bei Facebook

Hier der Link: www.facebook.com/Verein.zur.Foerderung.der.Autonomie.Behinderter

Die Verlinkung findet man auch auf unserer Internetseite. Gerne liken und teilen!

Die nächste Ausgabe von
„SELBSTBESTIMMT LEBEN“
erscheint im September 2026!

Impressum:

Hrsg.:	Verein zur Förderung der Autonomie Behinderter - fab e. V.
Redaktion:	Anita Grießer, 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)