

**SELBSTBESTIMMT LEBEN**  
**Infoblatt des fab e.V. für Kassel und Umgebung**  
**Dez. 2018 - März 2019**

## **Inhalt**

### **Freizeit- und Gruppenangebote:**

- **Körper-Gehirn-Training BAL-A-Vis-X** • **Lesekreis** • **Frühstückstreff** • **Montagscafé**
- **Freizeitgruppe** • **Offener Stammtisch** • **Doppelkopfabend** • **Spielenachmittag**
- **Bastelgruppe** • **Dartgruppe** • **Kartenabend** • **Tischball** • **Termine der „Mensch zuerst - Gruppe Kassel“**

### **Veranstaltungen:**

- **Treffen für KundInnen des fab-Assistenzdienstes** • **Ich möchte gern die Unterstützung für Hilfesuchende sein, wie ich sie mir vor zehn Jahren selbst gewünscht hätte**

### **Bunt Vermischtes:**

- **Wohnungsbörse der Informations- und Kontaktstelle** • **Barrierefreie Wohnungen in Kassel-Helleböhn bei der GWH ab sofort zu mieten** • **Zimmer in 2-er WG in barrierefreier Wohnung zum 01.03.2019 frei** • **Die Probe- und Übergangswohnung des fab e.V. hat wieder freie Plätze ab dem 20.01.** • **Julia und Alex - ein Weihnachtsmärchen darüber, wie es eine junge Frau im Rollstuhl geschafft hat, dass ihr neuer Freund statt ins Heim in eine eigene Wohnung ziehen kann...**

**Frohe Weihnachten und alles Gute für 2019!**

## **Freizeit- und Gruppenangebote**

### **Körper-Gehirn-Training Bal-A-Vis-X** **Kostenlose „Schnupperstunde“**

**Do., 17.01.2019, 17 Uhr**  
**fab e.V., freiRAUM, Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel**

Lernen sie Bal-A-Vis-X (rhythmic Balance | Auditory | Vision | eXercises) kennen. Das Körper-Gehirn-Training verhilft spielerisch dazu mit speziellen Sandsäckchen und Bällen auf rhythmischem Wege neue Bahnen im Gehirn anzulegen. Kognitives, emotionales und körperliches Lernen werden durch das Arbeiten über die Körpermittellinie gesteigert. Die Augen, Ohren und letztlich der ganze Körper werden auf allen Ebenen des Gehirns trainiert.

Konzentration fällt leichter, Bewegungsabläufe werden fließender und größer, der Fokus und der Handlungsspielraum werden geweitet, das Selbstbewusstsein gestärkt und Vieles mehr.

Ein Training, für Menschen von 3-99 Jahren und Herausforderungen jeglicher Art. Menschen mit und ohne Behinderung profitieren von diesem Training. Es ist auch gut für Rollstuhlfahrer und Blinde Menschen geeignet.

Ich freue mich über Ihre Teilnahme mit Anmeldung bis zum 12.01.2019 unter 0561 / 4750156 oder 01578 / 729 78 55

Elisabeth Pöll (Ltd. Trainer Bal-A-Vis-X)

## **Lesekreis - weitere Leseratten gesucht**

**fab e.V., Sozialraum, Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel**

Nach dem Start unseres Lesekreises in kleiner Runde suchen wir weitere Interessierte, die mitmachen möchten.

Da ich selbst schon immer ein Bücherwurm bin, aber dabei oft den Austausch über das Gelesene vermisst habe, habe ich einen Lesekreis im fab e.V. auf den Weg gebracht. Dieser ist offen für alle, die auch gerne einmal im Monat über ihr Lieblingsbuch oder -hörbuch sprechen möchten und weitere Anregungen suchen. Gemeinsam kann dann über die weitere Auswahl der Lektüre und den Verlauf der Treffen entschieden werden. Nun freue ich mich auf weitere interessierte Leseratten, denn wie Jean Paul so treffend formuliert hat: "Bücher lesen heißt, wandern gehen in ferne Welten".

Wir treffen uns zum Lesekreis jeweils am letzten Mittwoch jeden Monats.

**Nächster Termin:** Mi., 30.01.2019, 16 - 18 Uhr

NeueinsteigerInnen bitte anmelden bis 25.01.2019 bei Angela Heitbrink, Tel.: 0561/ 72885-161, E-Mail: [angela.heitbrink@fab-kassel.de](mailto:angela.heitbrink@fab-kassel.de)

## **Frühstückstreff**

**Do., 20.12.2018 um 10.30 Uhr**

**Do., 10.01.2019 um 10.30 Uhr**

**Do., 24.01.2019 um 10.30 Uhr**

**Do., 07.02.2019 um 10.30 Uhr**

**Do., 21.02.2019 um 10.30 Uhr**

**Do., 07.03.2019 um 10.30 Uhr**

**Do., 21.03.2019 um 10.30 Uhr**

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

Birgit Schopmans und Deniz Kürtoğlu laden zum Offenen Frühstück ein.

Wie wäre es, mitten in der Woche, in Gesellschaft mit anderen netten Leuten, gemütlich zu frühstücken? Mitzubringen sind nur etwas Hunger, Kaffee- oder Teedurst und der Wunsch, sich vielleicht mit dem Tischnachbarn / der Tischnachbarin in ein Gespräch verwickeln zu lassen. Kostenbeitrag: 3,50 Euro.

**Bitte einen Tag vorher unter Tel.: 0561.7 28 85-160 oder per E-Mail [birgit.schopmans@fab-kassel.de](mailto:birgit.schopmans@fab-kassel.de) anmelden!**

## **Montagscafé**

**Ab 15.00 Uhr**

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

Hier sind Menschen mit und ohne Behinderungen herzlich eingeladen. Beim Montagscafé können Menschen jeden Alters miteinander ins Gespräch kommen. Es gibt Tee, Kaffee, kalte Getränke und ein wechselndes Kuchenangebot zu günstigen Preisen.

**Infos: Angela Heitbrink, fab e. V. unter 0561.7 28 85-161, [angela.heitbrink@fab-kassel.de](mailto:angela.heitbrink@fab-kassel.de) oder 05 61.7 28 85-0.**

## **Freizeitgruppe**

Deniz Kürtoglu und Stella Ortac laden zu den nächsten Terminen der Freizeitgruppe ein. Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Fragen zu den Veranstaltungen und Anmeldungen bei **Deniz Kürtoglu unter: 01577.9 27 06 11**

**Fr., 25.01.2019, 18.00 Uhr: Besuch im Restaurant Solino und Jahresplanung  
Treffpunkt: Restaurant Solino, Wilhelmshöher Allee 91, 34121 Kassel**

Wir möchten mit euch zusammen bei einem gemütlichen Abendessen im Restaurant Solino das Jahr 2019 starten und die Jahresplanung für die Freizeitgruppe besprechen. Wir freuen uns auf eure Ideen und hoffen, dass wir wieder ein schönes Jahr mit vielen Unternehmungen verbringen werden.

**Anmeldeschluss: Montag, 21. Januar 2019**

**Fr., 22.02.2019, 17.00 Uhr: gemeinsames Kochen und Essen  
Treffpunkt: freiRAUM, Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel**

Wir möchten mit Euch gemeinsam kochen. Jeder darf das dazu beitragen, was er kann. Nach der Zubereitung werden wir das Essen in gemütlicher Runde gemeinsam verzehren. Im Anschluss räumen wir zusammen auf.

Wir freuen uns auf euch und hoffen auf zahlreiche Anmeldungen. Für den Einkauf wird gesorgt. Die Kosten werden ca. 3-5 Euro pro Person betragen.

**Anmeldeschluss: Montag, 18. Februar 2019**

**Fr., 22.03.2019, 17.30 Uhr: Kinoabend  
Treffpunkt: Cineplex Kassel, Wilhelmsstr. 2A**

Wer Lust hat sich am Freitagabend einen schönen Film, in netter Gesellschaft, im Kino anzusehen, kann sich um 17:30 Uhr mit uns vor dem Cineplex treffen. Über die Filmauswahl entscheiden wir dann gemeinsam.

**Anmeldeschluss: Mittwoch, 20. März 2019**

## Offener Stammtisch

**Do, 31.01.2019 um 18.30 Uhr**  
**Gleis 1**

Rainer-Dierichs-Platz 1 (Hauptbahnhof), 34117 Kassel  
[www.gleis1.eu](http://www.gleis1.eu)

**Do., 28.02.2019 um 18.30 Uhr**  
**Fratelli**

Friedrichsplatz 10, 34117 Kassel

**Do., 28.03.2019 um 18.30 Uhr**  
**Tapas & Co.**

(ehemaliges Casa Colombiana)  
Friedrichsstraße 36, 34117 Kassel

Denise Schäfer lädt für den letzten Donnerstag jeden Monats zum Offenen Stammtisch ein. Hier treffen sich Menschen jeden Alters in barrierefreien Lokalisationen, zu Gesprächen über Themen die die Welt bewegen, zu Aktuellem vom Tage oder über Privates. Geselligkeit und Spaß ist das oberste Gebot dieser Runde. Gerngesehen sind natürlich auch immer neue Leute.

**Interessierte können sich wenden an:**

**Denise Schäfer:** 0157 / 77 86 28 82, E-Mail: [denise.schaefer@fab-kassel.de](mailto:denise.schaefer@fab-kassel.de)  
Bitte rechtzeitig anmelden. Änderung vorbehalten.

## Doppelkopfabend

**Di., 08.01.2019, 19 Uhr**  
**Di., 22.01.2019, 19 Uhr**  
**Di., 12.02.2019, 19 Uhr**  
**Di., 26.02.2019, 19 Uhr**  
**Di., 12.03.2019, 19 Uhr**  
**Di., 26.03.2019, 19 Uhr**

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

Wir bieten im freiRAUM einen Doppelkopfabend an. Dieser Termin findet in der Regel jeden 2. und 4. Dienstag im Monat um 19 Uhr statt. Wie wäre es, sich mitten in der Woche gemeinsam mit anderen netten Leuten zu treffen und in einer gemütlichen Runde miteinander Doppelkopf zu spielen? Hast Du Lust, dann komm doch einfach mal vorbei. Mitzubringen sind nur gute Laune, Spaß am Doppelkopf spielen und falls vorhanden ein Kartenspiel für Doppelkopf: Wir freuen uns über jeden, der uns besuchen kommt und Lust hat, mitzuspielen!

**Nähere Informationen** könnt Ihr bei **Deniz Kürtoğlu** unter **01577.9 27 06 11** erhalten!

## **Spielenachmittag**

**Sa., 26.01.2019, 13 - 18 Uhr**  
**Sa., 23.02.2019, 13 - 18 Uhr**  
**Sa., 23.03.2019, 13 - 18 Uhr**

**fab e.V., Sozialraum, Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel**

Wir spielen wieder gemeinsam verschiedene Gesellschafts- oder Kartenspiele; z. B. Phase 10, SkiBo, Kniffel, Canasta, Rommé, Wissensspiele & vieles mehr. Es können auch eigene Spiele mitgebracht werden! Kleine Snacks & Getränke werden zu freiRAUM-Preisen angeboten.

Wenn Ihr nun Lust bekommen habt, würden wir uns auf neue Spielpartner/-innen freuen.

### **Kontakt:**

Petra Kaper, Tel.: 0561 / 58 44 01 oder  
Arnd Kunau, E-Mail: [arndkunau@aol.com](mailto:arndkunau@aol.com)

## **Bastelgruppe**

**Sa., 02.02.2019, 11 - 17 Uhr**  
**Sa., 23.02.2019, 11 - 17 Uhr**  
**Sa., 09.03.2019, 11 - 17 Uhr**  
**Sa., 23.03.2019, 11 - 17 Uhr**

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

Gemeinsam basteln und handarbeiten wir mit verschiedenen Materialien z.B. für selbst geplante und organisierte Basare. Über neue Leute mit oder ohne Ideen freuen wir uns.

Fragen und Anmeldungen bis spätestens 2 Tage vorher an  
E-Mail: [andi\\_siebert@web.de](mailto:andi_siebert@web.de)

**Ansprechpartnerin:** Andrea Siebert

## **Dartgruppe: freiWURF Darts**

**Mo., 14.01.2019, 17.30 Uhr**  
**Mo., 28.01.2019, 17.30 Uhr**  
**Mo., 11.02.2019, 17.30 Uhr**  
**Mo., 25.02.2019, 17.30 Uhr**  
**Mo., 11.03.2019, 17.30 Uhr**  
**Mo., 25.03.2019, 17.30 Uhr**

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

Jeden zweiten und vierten Montag ab 17.30 Uhr treffen sich Menschen mit und ohne Behinderung im freiRAUM, um gemeinsam Dart zu spielen. Dazu gibt es ein Essen, welches wir selbst kochen oder bestellen. Die Kosten dafür betragen ca. 3,00 €. Die

Getränke werden zu freiRAUM-Preisen angeboten.

**Ansprechpartner: Pit Rauhöft**

E-Mail: [peter1959wolfgang@gmail.com](mailto:peter1959wolfgang@gmail.com)

Tel.: 01573 562 5354

## **Kartenabend**

**Di., 08.01.2019, 18 Uhr**

**Di., 12.02.2019, 18 Uhr**

**Di., 12.03.2019, 18 Uhr**

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

Jeden 2. Dienstag im Monat spielen wir Doko, Kannasta, Romme, Skat und mehr ... Wir treffen uns ab 18 Uhr und bleiben bis zum Ende ...

**Ansprechpartner: Pit Rauhöft**

E-Mail: [peter1959wolfgang@gmail.com](mailto:peter1959wolfgang@gmail.com)

Tel.: 01573 562 5354

## **Tischball**

**fab e.V., 1. Stock, Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel**

Jeden Mittwoch trifft sich die Tischball-Gruppe 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 jeden Spieler die gleichen Voraussetzungen zu schaffen.

Wir freuen uns selbstverständlich auf jeden interessierten Teilnehmer.

Anmeldungen bitte spätestens einen Tag vorher.

**Ansprechpartner:** Deniz Kürtoglu, Tel.: 0157.79 27 06 11

## **Termine der „Mensch zuerst - Gruppe Kassel“**

**Sa, 19.01.2019, 11 - 13 Uhr**

**Sa, 16.02.2019, 11 - 13 Uhr**

**Sa, 16.03.2019, 11 - 13 Uhr**

**Alle Treffen finden im ZSL Kassel, Samuel-Beckett-Anlage 6, statt.**

## Veranstaltungen

### **Treffen für KundInnen des fab-Assistenzdienstes**

**Fr., 18.01.2019, 17 Uhr  
fab e.V., Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel**

Bei unseren Treffen werden allgemeine Erfahrungen im Zusammenhang mit der persönlichen Assistenz ausgetauscht. Die Idee besteht darin, dass Kunden - bei Problemen rund um die Assistenz und der allgemeinen Alltagsbewältigung mit Behinderung - Kunden helfen.

Bei unserem letzten Treffen wurden diverse Situationen, Probleme und deren Lösungen angesprochen. Beispielsweise ging es um die Einteilung der Assistenten an Feiertagen, die Gestaltung der Feiertage mit Assistenz und persönlicher Erfahrungsaustausch im Umgang mit Haustieren und Assistenz. Die besprochenen Dinge, egal ob in der Gruppe oder im Vier-Augen-Gespräch, werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

Neuerdings haben wir speziell für fab-Kunden eine Facebook-Gruppe eingerichtet. Falls bei euch Bedarf und Interesse besteht, sendet uns bitte eine Mail an die unten angegebene Adresse, wir nehmen euch gerne in unseren Postverteiler auf und senden euch Termine und Informationen zu.

Über ein zahlreiches Erscheinen würden wir uns freuen und wünschen bis dahin schon einmal angenehme Feiertage.

#### **Kontakt:**

Kundeninitiative fab e.V., Samuel- Beckett- Anlage 6, 34119 Kassel

E-Mail: Kund.ini@mail.de

Kundenini: Arnd Kunau, Katharina Schröter, Thomas Fischer

Ruhend: Jenny Keller, Peter Rauhöft

In Zusammenarbeit mit dem AD und der Geschäftsführung des fab e.V.

**„Ich möchte gern die Unterstützung für Hilfesuchende sein, wie ich sie mir vor zehn Jahren selbst gewünscht hätte“  
Ehrenamtlich aktiv u.a. als Genesungsbegleiterin „EX-In“**

**Mi., 13.03.2019, 19 Uhr  
fab e.V., freiRAUM, Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel**

Leilani Engels Leben verlief keineswegs gradlinig. Als Betroffene von sexuellem Missbrauch und Mobbing in der Schule, folgten nach einem Suizidversuch Aufenthalte in der Psychiatrie. Nach vielen Jahren tiefster Verzweiflung, in denen sie sich dem Tod näher fühlte als dem Leben, engagiert sie sich heute ehrenamtlich im Therapeutischen Reiten, als aktives Mitglied und Selbsthilfegruppenleiterin in der „Phönixgruppe Borderline Trialog Kassel e.V.“ und berät persönlich und im Netz betroffene Menschen. Dabei gibt Sie uns

einen Einblick in die Ausbildung zur Genesungsbegleiterin bei „EX-IN“, die sie abgeschlossen hat. Außerdem plant sie für 2019 neue Projekte, die sie uns in ihrem Vortrag vorstellen möchte.

Eine Veranstaltung des fab-Projektes „Ehrenamt für Alle“, gefördert von Aktion Mensch. GebärdendolmetscherInnen und eine Höranlage werden bei Bedarf von uns gestellt. Dafür melden Sie sich bitte bis 06.03.2019 bei Birgit Schopmans, Tel.: 0561/72885-160 oder per E-Mail: [birgit.schopmans@fab-kassel.de](mailto:birgit.schopmans@fab-kassel.de)

## **Bunt Vermischtes**

### **Wohnungsbörse der Informations- und Kontaktstelle des fab e.V. ab Januar Freitags zwischen 11.00 und 14.00 Uhr**

Ab Januar 2019 wird Angela Heitbrink die schon vor Jahren gut genutzte Wohnungsbörse des fab e.V. wieder ins Leben rufen. Gerade für Menschen mit Behinderung gestaltet sich bei dem angespannten Wohnungsmarkt die Suche nach barrierefreiem Wohnraum als besonders mühsam. Daher wird nun eine Unterstützung bei allen damit verbundenen Fragen und der praktischen Umsetzung angeboten.

Damit soll dabei geholfen werden Wünsche und Bedürfnisse an eine eigene Wohnung zu entwickeln, sich auf dem Wohnungsmarkt zu orientieren und erste Schritte für die Wohnungssuche zu gehen. Auch können Fragen zu einer barrierefreien Ausgestaltung der Wohnung thematisiert werden.

Interessierte können sich Freitags zwischen 11.00 und 14.00 Uhr unter der Tel.-Nr. 0561/72885-161 bei Angela Heitbrink melden oder per E-Mail unter [angela.heitbrink@fab-kassel.de](mailto:angela.heitbrink@fab-kassel.de) Kontakt aufnehmen.

### **Barrierefreie Wohnungen in Kassel-Helleböhn bei der GWH ab sofort zu mieten**

Die GWH vermietet in zwei Neubauobjekten in Kassel-Helleböhn in der Heiligenbergstraße ab sofort 20 Wohnungen für Menschen mit Behinderung.

Ein Grad der Behinderung von 50 bzw. 80 (je nach Wohnungstyp) und ein Wohnberechtigungsschein sind erforderlich.

Die Wohnungsgröße liegt zwischen 49,07 qm und 89,26 qm.

#### **Kontakt:**

Isabell Grunewald, E-Mail: [igrunewald@gwh.de](mailto:igrunewald@gwh.de) oder [jnickel@gwh.de](mailto:jnickel@gwh.de), [braue@gwh.de](mailto:braue@gwh.de) und [VermietungcenterKassel@gwh.de](mailto:VermietungcenterKassel@gwh.de).

Um einen Besichtigungstermin zu vereinbaren, setzen Sie sich bitte mit dem Vermietungcenter telefonisch in Verbindung: Tel.: 069 97551 - 4000.

#### **Anmerkung der Redaktion:**



Bei der Selbstbestimmt Leben per E-Mail entnehmen Sie weitere Informationen zu den Wohnungen den beigefügten Mail-Anlagen.

Bei der Druckversion können Sie diese anfordern bei Birgit Schopmans, E-Mail: [Birgit.Schopmans@fab-kassel.de](mailto:Birgit.Schopmans@fab-kassel.de), Tel.: 0561 / 7 28 85 - 160 oder direkt bei der GWH.

### **Zimmerfrei in 2-er WG in barrierefreier Wohnung zum 01.03.2019**

In einer 2-er WG wird ein Zimmer in einer schönen, 95 qm großen barrierefreien Wohnung mit 15 qm Balkon und Gemeinschaftszimmer, barrierefreier Einbauküche, Keller und mit separatem Wasch- und Trockenraum zum 01.03.2019 frei. Es handelt sich um einen privaten Vermieter. Die Wohnung befindet sich in der Südstadt, Nähe DEZ-Einkaufszentrum und wird von einer 41-jährigen Frau bewohnt. Nähere Informationen über Petra Diederich im fab, Abteilung: Unterstütztes Wohnen unter 72885-122.

### **Die Probe- und Übergangswohnung des fab e.V. hat wieder freie Plätze ab dem 20.01.**

Die Probe- und Übergangswohnung des fab e.V. hat seit längerem wieder freie Plätze. Sie befindet sich im „Vorderen Westen“ in Kassel und verfügt über vier barrierefreie Zimmer zwischen 15 und 29 qm. Es gibt zwei barrierefreie Bäder, eine unterfahrbare Küche und einen Gemeinschaftsraum. Die Zimmer sind einzeln zu mieten und die Mietdauer ist erstmalig auf 7 Monate begrenzt, kann aber noch einmal verlängert werden. Sie eignet sich gut für Menschen mit Behinderung, die sich im eigenständigen Wohnen erproben wollen, z.B. nach dem Auszug aus dem Elternhaus oder einer Wohneinrichtung. Genutzt wird die Probe- und Übergangswohnung auch immer mal wieder von Menschen, die nach einem Rehaufenthalt wegen Stufen nicht mehr in die eigene Wohnung zurück können.

Informationen über

[www.fab-Kassel.de](http://www.fab-Kassel.de). Interessierte können sich wenden an:

Horst Griffaton, Tel.: 0561 / 72885-125 oder per E-Mail: [horst.griffaton@fab-kassel.de](mailto:horst.griffaton@fab-kassel.de)

### **Freude über Auszeichnung von Kasseler Behindertenrechtler**

#### **Ottmar Miles-Paul, Gründungsmitglied des fab e.V. bekommt Carl-von-Ossietzky-Medaille verliehen**

Unser Gründungsmitglied Ottmar Miles-Paul wird am Sonntag, den 16. Dezember 2018, im GRIPS Theater in Berlin mit der Carl-von-Ossietzky-Medaille für sein langjähriges menschenrechtliches Engagement ausgezeichnet. Der ehemalige Stadtverordnete war neben dem fab e.V. Mitgründer von Selbstbestimmt leben in Nordhessen (SliN e.V.). Er erhält die Auszeichnung der Internationalen Liga für Menschenrechte zusammen mit der kurdischen Kommunalpolitikerin Leyla Imret aus Cizre/Türkei.

Ob es um den Einsatz für Gleichstellungsgesetze für behinderte Menschen, die UN-Behindertenrechtskonvention oder 2016 um den Kampf für ein gutes Bundesteilhabegesetz ging, Ottmar Miles-Paul war nicht nur dabei, sondern koordinierte und prägte diese Initiativen durch sein beharrliches Engagement und sein vernetztes Wirken. Von Kassel aus hat er immer wieder kreative und öffentlichkeitswirksame Aktionen gestartet, um die Belange behinderter Menschen in den Mittelpunkt zu rücken. Dabei machte der Sozialarbeiter immer wieder klar, dass es hier um Menschenrechte geht und stärkte viele andere behinderte Menschen auf dem Weg zu mehr Selbstbestimmung und Selbstvertretung. Dass es heute auch in Kassel eine ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) gibt, verdanken wir maßgeblich auch Ottmar Miles-Paul, der schon in den 80er Jahren dafür kämpfte, dass die Beratung von behinderten für behinderte Menschen entsprechend gefördert und aufgebaut wird.

Wir sind gespannt auf weitere behindertenpolitische Aktivitäten, die Ottmar Miles-Paul bestimmt zukünftig wieder auf den Weg bringen wird!

Birgit Schopmans

Link: Pressemeldung zur Preisverleihung

<https://ilmr.de/2018/carl-von-ossietzky-medaille-2018-auszeichnung-fur-die-verteidigung-der-rechte-von-benachteiligten-menschen>

## **Julia und Alex - ein Weihnachtsmärchen darüber, wie es eine junge Frau im Rollstuhl geschafft hat, dass ihr neuer Freund statt ins Heim in eine eigene Wohnung ziehen kann...**

von Laura K. Brachtel, Wetzlar

Es war Winter. Der Schnee fiel mit seinen leisen Sohlen auf die Dächer der Kleinstadt. Julia war auf dem Weg, Geschenke für ihre Freunde und Familie auszusuchen. Sie wohnte in einer kleinen, aber feinen Wohnung. Mitten in der Stadt, aber dennoch nicht laut, eben gerade richtig gelegen. So konnte sie alles erreichen, was sie wollte: Post, ihr Stamm-Bistro, Bank, Geschäfte... Ihre Wohnung war in einem Gebäude, in dem nur pflegebedürftige Menschen in eigenen Wohnungen wohnen. Es wird von der Stadt unterstützt. Die Wohnungen gehören einem oder mehreren Besitzern, aber sie sind verpflichtet, ihre Wohnungen an pflegebedürftige oder ältere Menschen zu vermieten.

Um die Assistenz allerdings müssen die Menschen sich selbst kümmern. Nun, werdet ihr sagen, das ist doch nichts Besonderes. Doch für Julia war es etwas Außergewöhnliches, denn sie war auf ihren E-Rollstuhl angewiesen. Denn Julia war körperbehindert. Sie konnte sich aber noch ganz gut selbst versorgen. So benötigte sie nur zwei Stunden Assistenz am Tag. Durch eine Anzeige hatte sie eine Studentin gefunden, die diese Aufgabe übernahm. Auch das Sozialamt bezahlte die Kosten für die Assistentin. Julia war dort bekannt. Alle waren freundlich zu ihr, denn sie hatte da einmal hospitiert und einen Mini-Job gehabt.

So fuhr sie zufrieden durch die Kleinstadt. Gutgelaunt besuchte sie ihr Bistro, das natürlich barrierefrei war. Und ...zufällig saß am Nebentisch ebenfalls ein E-Rollstuhlfahrer. Heute war ihr Glückstag! Denn eigentlich kannte Julia alle Rollstuhlfahrer und Rollstuhlfahrerinnen in der Stadt. Aber den, der jetzt neben ihr am Tisch saß, den hatte sie noch nie gesehen. So fragte sie ihn, wo er denn herkomme und wo er wohne. Der Jugendliche war etwas älter als sie, sie fand ihn sofort seeehr nett. Er war aus einer Reha-

Einrichtung zu Besuch und schaute sich mit seinem Vater jetzt ein Heim in der Stadt an, in dem er wohnen sollte. Er war dort bereits angemeldet und auch aufgenommen, hatte dort ein Zimmer mit einem Bett und einem Schrank und einem Tisch. Sehr begeistert war er nicht von dem Heim. Aber es blieb ihm ja wohl nichts anderes übrig. Das Sozialamt wollte die acht Stunden Assistenz am Tag, die er brauchte, nicht bezahlen. Das Heim war billiger.

„Mehrkosten“ sagte er zu Julia, „die übernehmen sie nicht, steht so im Teilhabegesetz“. Julia murmelte etwas von „Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden...“. Alex, so hieß der Rolli-Fahrer, winkte ab: „Bloßes Geschwätz aus dem Grundgesetz, hält sich sowieso keiner dran.“ Das werden wir sehen, sagte Julia: „Wir fahren jetzt sofort zum Sozialamt. Neben meiner Wohnung ist gerade eine zweite Wohnung frei geworden. Die ist genauso eingerichtet wie meine; barrierefrei, behindertengerechtes Bad und auch eine Küche. Und eine Terrasse. Teuer sind die Wohnungen in dem Haus auch nicht. Die müssen nämlich für so Leute, wie wir es sind, von der Stadt bereitgestellt werden und werden vom Land mit Zuschüssen bezahlt.“ Und so geschah es. Julia redete mit den Leuten im Sozialamt. Sie kannte sich dort ja aus.

Und so kam es, dass Alex direkt zu Weihnachten neben ihr einzog. Die Angelegenheit mit den acht Stunden Assistenz war auch geregelt. Im Sozialamt sagte man zu den beiden: „Wenn ihr das euch zutraut, aber Julia, du weißt ja, dass Alex sich um seine Assistenz und seine Stunden selbst kümmern muss...“ Daraufhin schluckten die beiden, wussten aber, dass sie es schon irgendwie hinbekommen würden. Natürlich gab es vorher noch einige Hürden. Alex musste nämlich seinen Vater davon überzeugen, dass er nicht ins Heim einziehen wollte - er hatte ja jetzt eine viel bessere Lösung... Auch die Pflegekräfte im Heim waren nicht besonders von seinen Plänen begeistert, sie sagten: „Wie willst du denn da draußen zurechtkommen?“ „Nein“ entgegnete der Vater, „jetzt habe ich schon alles in dein Zimmer eingeräumt... und jetzt soll plötzlich alles rückgängig gemacht werden“ „Wer regelt die Pflege?“ Aber Julia sagte zu dem Vater: „Wollen Sie, dass Alex im Heim ist? Ist das Ihr Wille?“ Der Vater wurde kleinlaut und hatte dazu nicht entgegenzusetzen. Es antwortete nur: „Wenn Alex das will... Dann muss ich wohl nachgeben.“ Die Pflegekräfte ließen sich das noch mit einer Unterschrift bestätigen, sie sagten: „Wenn das mal gut geht...!“

„Klasse“, meinte Alex und gemeinsam fuhren sie erst Mal in Julias Wohnung. Sie fuhren nebeneinander her. Irgendwie hatten beide das Gefühl, dass sie sich schon ewig kannten. Obwohl es genaugenommen gerade mal ein paar Stunden waren. Die Zeit verfliegt eben manchmal wie im Flug ... Sie lachten viel und unterhielten sich über ihr bisheriges Leben. Sie wussten ja beide schon, dass sie die gleiche Krankheit hatten. Nämlich die sogenannte MS - die auch unter dem langen Wort Multiple Sklerose bekannt ist. Aber das war jetzt eigentlich nebensächlich. So fuhren sie durch den Schnee und manchmal war es auch Schneematsch .... Sie bogen von der Hauptstraße in eine Seitenstraße ein.

„So, da sind wir!“, sagte Julia, als sie vor einem langgestreckten Wohngebäude ankamen. Julia betätigte ihre Fernbedienung und die Haustür öffnete sich automatisch. Sie rollten nun in das Gebäude. Im ganzen Haus lag ein Duft von Weihnachtsplätzchen. Alex kam sich wie im Märchen vor: Er konnte sein Glück kaum fassen. „Ach Julia, bringst du uns einen neuen Bewohner?“ fragte eine Frau, die am Rollator lief, „oder ist das etwa der Weihnachtsmann ...?“ Julia schmunzelte: „Nee, das ist Alex!“ Julia und Alex fuhren mit dem Aufzug in den zweiten Stock in ihre Wohnung. „Ooh“, entfuhr es Alex, als er in das weihnachtlich geschmückte Wohnzimmer hereinfuhr. In der Mitte des Zimmers stand ein kleiner Tannenbaum, er war mit Christbaumkugeln und Engeln geschmückt. Teeleuchten standen auf dem Sofatisch. Julia legte eine CD in den Player. Der Raum füllte sich mit

dem Lied von John Lennon „Give Peace A Chance“ ... Julia und Alex saßen andächtig nebeneinander und schauten sich an.

Und so feierten Julia und Alex zusammen ihr erstes gemeinsames Weihnachtsfest. Jedes Jahr zu Weihnachten fahren sie seither zuerst in ihr Bistro und danach feiern sie gemeinsam Weihnachten unter ihrem geschmückten Baum.

Die Autorin

Laura K. Brachtel ist 31 Jahre alt. Sie hat eine Tetraspastik und ist mit einem kleinen Sehrest nahezu blind.

**Quelle:** [www.forsea.de](http://www.forsea.de)

[Weihnachtsgeschichten](#) » [Weihnachten](#) » [Julia und Alex - Ein Weihnachtsmärchen](#) » [2018](#)  
[Julia und Alex - Ein Weihnachtsmärchen](#)

**Die nächste Ausgabe von „SELBSTBESTIMMT LEBEN“  
erscheint Ende März 2019!**

**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., Kasseler Bank, 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)