

SELBSTBESTIMMT LEBEN

Kostenloses Infoblatt des fab e.V. für Kassel und Umgebung

März – Juni 2016

Inhalt

Freizeit- und Gruppenangebote:

- „Kasseler Grüne Soße zum Gründonnerstag“ • Was mache ich mit meiner freien Zeit? - Gemeinsam kulturelle Unternehmungen und/oder Tagesausflüge planen
- Ein Arabischkurs der besonderen Art • Tischball • Frühstückstreff • Montagscafé
- Freizeitgruppe • Offener Stammtisch • Doppelkopfabend • Spielenachmittag

Bunt Vermischtes:

- Der fab e.V. hat einen neuen Vorstand • Der fab e.V. plant Veranstaltungen rund um den 5. Mai • Lions Club spendet 3000 Euro - Geld für Behindertenarbeit des Vereins fab
- Die Behinderten-Sportgemeinschaft Kassel BSG wird 65 • BSG Kassel ist erster Hessischer Meister im Showdown (Tischball) • Zu verkaufen: Neuwertiges Elektro-Dreirad (Pedelec) für Erwachsene • „Denken“

Veranstaltungen

Freizeit- und Gruppenangebote

„Kasseler Grüne Soße zum Gründonnerstag“

Do., 24.03.2016 von 12.00 – 20.00 Uhr

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

Im freiRAUM gibt es, wie jedes Jahr wieder, ab 12.00 Uhr hausgemachte „Grüne Soße“ mit Pellkartoffeln für 3,50 Euro inkl. Nachschlag. Lecker, gesund und die richtige Einstimmung auf Ostern!

Was mache ich mit meiner freien Zeit? Gemeinsam kulturelle Unternehmungen und/oder Tagesausflüge planen

**Mi., 30.03.2016, 15.00 - 16.30 Uhr
Planungstreffen für weitere Aktivitäten**

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

An guten Ideen für Freizeitaktivitäten mangelt es meistens nicht, aber dann fällt es uns oftmals schwer, diese in die Tat umzusetzen oder sich alleine dazu aufzuraffen.

Gemeinsam in einer Gruppe von interessierten TeilnehmerInnen könnten wir aber bestimmt noch spannende Unternehmungen für die nächste Zeit planen; hier eine kleine Auswahl von Vorschlägen, die natürlich durch Eure Ideen ergänzt werden dürfen:

- Besuch der „GrimmWelt“
- Sonderveranstaltungen im Museum für Sepulkralkultur
- Sinnesgänge in der Ziegelei Oberkaufungen
- Erlebnisausstellung „Wortreich“ in Bad Hersfeld
- Tierpark Sababurg
- usw. ... :-)

Für Rückfragen oder Anregungen stehe ich gerne zur Verfügung.

Kontakt und Anmeldung: Angela Heitbrink, fab e.V.

Tel.: 0561 - 7 28 85 - 161 / E-Mail: angela.heitbrink@fab-kassel.de

Ein Arabischkurs der besonderen Art

Fr., 08.04.2016, 17 - 18.30 Uhr (1. Treffen)

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

Mit viel Spaß und netter Atmosphäre, von einer anderen Kultur...

Durch Lehr- und Kulturfilme über die Arabischen Länder, biete ich einen Arabisch-Kurs, um die andere Seite der Welt Kennenzulernen und mehr über die arabische Kultur zu erfahren.

Ich freue mich auf zahlreiche Anmeldungen.

Kontakt:

Nadja Halmuschi

Tel.: 0176 / 52 89 63 06 oder 0176 / 54 40 79 33

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. Es spielen dabei grundsätzlich zwei Spieler an einem rechteckigen Tisch gegeneinander. In der Mitte des Tisches befindet sich ein Mittelbrett und an den jeweiligen Tischenden befinden sich Tortaschen. Jeder Spieler besitzt einen Schläger, um den hörbaren Ball unter dem Mittelbrett hindurch in das Tor des Gegners zu spielen. Der andere Spieler versucht dies zu verhindern und selbst Tore zu machen. Gewonnen hat der Spieler, welcher zuerst elf Punkte erzielt, mit

mindestens zwei Punkten Vorsprung.

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 0157.79 27 06 11

Frühstückstreff

Do., 17.03.2016 um 10.30 Uhr

Do., 07.04.2016 um 10.30 Uhr

Do., 21.04.2016 um 10.30 Uhr

Do., 19.05.2016 um 10.30 Uhr

Do., 02.06.2016 um 10.30 Uhr

Do., 16.06.2016 um 10.30 Uhr

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

Birgit Schopmans und Deniz Kürtoglu 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 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 oder 05 61.7 28 85-0.

Freizeitgruppe

Deniz Kürtoglu, Stella Ortac und Nadja Halmuschi 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**

Achtung!!! Terminänderung aus organisatorischen Gründen:

DVD-Abend wird vom ursprünglichen Termin (18. März) auf den 15. April verschoben!!!

Fr., 15.04.2016: DVD Abend

Treffpunkt: 18:00 Uhr, freiRAUM, Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel

Wer Lust hat kann mit uns einen gemütlichen DVD Abend mit Beamer im freiRAUM verbringen. Jeder kann einen Film mitbringen, über die Auswahl wird dann gemeinsam abgestimmt.

Fr., 13.05.2016: Kasseler Stadtfest

Treffpunkt: 18 Uhr vor den Treppen am Rathaus (Innenstadt Kassel)

Wie jedes Jahr um diese Zeit ist das Kasseler Stadtfest. Wer Lust hat dieses in netter Gesellschaft zu erkunden, kann sich uns gerne anschließen.

Anmeldeschluss: Bitte bis Mittwoch, den 11. März anmelden.

Fr., 10.06.2016: Grillabend

Treffpunkt: 18.00 Uhr, freiRAUM, Samuel-Beckett-Anlage 6, Kassel

Wer Lust hat in netter Gesellschaft an einem Freitagabend zu grillen, ist hiermit herzlich eingeladen. Grillfleisch oder Würstchen bringt ihr bitte selbst mit und wer Lust hat kann auch gerne einen Salat zubereiten. Für Getränke und den Rest, was so fürs Grillen benötigt wird, wird gesorgt. Ansonsten bringt bitte gute Laune und schönes Wetter mit.

Anmeldeschluss: Mittwoch, 08. Juni 2016

Offener Stammtisch

Do., 31.03.2016 um 19 Uhr

Restaurant Ambrosia

Mittelring 66, 34125 Kassel

www.ambrosiarestaurant.de

Do., 28.04.2016 um 19 Uhr

Salzburger Stuben

Mittelgasse 18, 34117 Kassel

www.salzburger-stuben.de

Do., 26.05.2016 um 19 Uhr

Allegro Bistro

Friedrich-Ebert-Str. 78, 34119 Kassel

Tel.: 0561 / 103626

Do., 30.06.2016 um 19 Uhr

Bootshaus

Auedamm 27, 34121 Kassel

Tel.: 0561 / 7 39 44 86
www.restaurant-bootshaus-kassel.de

Der letzte Donnerstag jeden Monats ist Stammtischtag!

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

Hier treffen sich in barrierefreien Lokalitäten, welche sich ab und zu ändern, Menschen jeden Alters bei Speisen und Getränken zu Gesprächen über Themen die die Welt bewegen, Aktuelles vom Tage oder auch Privates. 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. Gerngesehen sind natürlich auch immer neue Personen, die an dieser Stammtisch-Gemeinschaft teilnehmen möchten.

Interessierte können sich wenden an:

Denise Schäfer, 0157 / 77 86 28 82

Mail: denise.schaefer@fab-kassel.de

Doppelkopfabend

Di., 22.03.2016 um 19.00 Uhr

Di., 12.04. 2016 um 19.00 Uhr

Di., 26.04. 2016 um 19.00 Uhr

Di., 10.05. 2016 um 19.00 Uhr

Di., 24.05. 2016 um 19.00 Uhr

Di., 14.06. 2016 um 19.00 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 Kürtoglu** unter der Nummer **01577.9 27 06 11** erhalten!

Spielenachmittag

Sa., 30.04.2016 um 14.00 Uhr

Sa., 28.05.2016 um 14.00 Uhr

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

Wir spielen wieder gemeinsam verschiedene Gesellschafts- oder Kartenspiele; bei Letzterem 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.

Meldet euch bitte 3 - 4 Tage vorher bei uns im freiRAUM.

Bei Claudia Bruer 0151 / 56 13 14 68 oder per E-Mail: claudi.bruer@gmx.de

Bunt Vermischtes

Der fab e.V. hat einen neuen Vorstand

Ende letzten Jahres war es mal wieder so weit. Aus der Mitgliederversammlung des fab heraus wurde der neue Vorstand gewählt. Es können bis zu fünf Personen in den Vorstand, die im Sinne unseres Selbsthilfevereins, zum Personenkreis der Menschen mit Behinderung gehören müssen. Bis auf Stefan Collet sind alle neu im fab-Vorstand. Doch nun zu den Personen im Einzelnen:

Stefan Collet ist 36 Jahre alt. Er hat eine Sehbehinderung und ist schon lange im fab aktiv. Kennengelernt hat er unseren Verein durch ein Praktikum im Rahmen des Studiums. Er ist als Sozialarbeiter beim Ludwig-Noll-Verein in Kassel im Bereich des „Betreuten Wohnens“ für Menschen mit einer psychischen Erkrankung tätig.

Carola Hiedl ist 66 Jahre alt, inzwischen berentet und hat lange als Psychologin in einer Rehaklinik in Bad Zwesten gearbeitet. Sie ist Rollstuhlnutzerin und engagiert sich in verschiedenen Selbsthilfegruppen. Derzeit ist sie eine von zwei stellvertretenden Vorsitzenden des Behindertenbeirates der Stadt Kassel.

Marta Hurtado ist 54 Jahre alt. Sie ist blind und meistens mit ihrer Führhündin Silvi anzutreffen. Vor vielen Jahren war sie bereits ehrenamtlich für den fab als Organisatorin des „Offenen Stammtisches“ aktiv. Von Beruf ist sie ursprünglich Masseurin und hat später noch Sozialarbeit studiert. Inzwischen ist sie wieder zu ihrem alten Beruf zurück gekehrt und hat eine eigene Praxis als freiberufliche Masseurin.

Felix Wenzel ist 33 Jahre alt, hat zuerst ökologische Landwirtschaft in Witzenhausen studiert und ist inzwischen auch auf die Sozialarbeit gekommen. Er hat eine

Körperbehinderung sowie eine Sprachbeeinträchtigung. Neben seinem Studium ist er im Autonomen Behindertenreferat an der Uni Kassel tätig.

Thomas Abel ist 58 Jahre alt und auch an der Uni Kassel, allerdings nicht als Seniorstudent, sondern arbeitet dort im Bereich der EDV. Zudem ist er aufgrund einer eigenen Gehbehinderung in der Schwerbehindertenvertretung der Uni. Dazu engagiert er sich in diversen Vereinen, u.a. in der Behindertensportgemeinschaft Kassel – BSG - die dieses Jahr übrigens 65. Geburtstag hat.

Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit!
(Birgit Schopmans für das Team des fab e.V.)

Der fab e.V. plant Veranstaltungen rund um den 5. Mai

Der 5. Mai ist der „Europäische Protesttag für die Gleichstellung behinderter Menschen“. Wie viele andere Organisationen hat auch der fab, wie bereits in den letzten Jahren, zu diesem Anlass verschiedene Aktivitäten geplant. Diesmal steht der Tag unter dem Motto Barrierefreiheit. Aktionen, Veranstaltungen oder besondere Events können von der Aktion Mensch gefördert werden.

Wir haben ein Organisationsteam gebildet und die bisherigen Planungen sehen folgendermaßen aus:

- Stadteilrundgang und Vortrag zur Barrierefreiheit - für alle
- Aufführung einer inklusiven Theatergruppe
- Bilderausstellung zum Sehen und Er tasten
- Barrierefreier Sport mit Schnupperangeboten zum Kennenlernen
- Tanzen, Singen und Spaß mit der inklusiven Band „Blind Foundation“.

Das genaue Programm wird Ihnen/Euch noch im Laufe des Aprils zugeschickt und auf unserer Website veröffentlicht.

Lions Club spendet 3000 Euro Geld für Behindertenarbeit des Vereins fab

Anja Heller und Uta Kaisler sind beeindruckt von der Arbeit, die der Verein fab für Menschen mit Behinderung leistet. Sie besuchten gestern die Räume des Vereins in der Samuel-Beckett-Anlage und überreichten eine Spende von 3000 Euro. Das Geld ist ein Teil des Erlöses aus einer Vielzahl an Veranstaltungen des Clubs in 2015.

Das fab-Team, unter ihnen Sozialarbeiter Horst Griffaton, Beraterin Birgit Schopmans und Geschäftsführerin Elke Thimsen, freut sich über die Unterstützung: Das Geld soll für den Erhalt und die Modernisierung einer sogenannten Probe- und Übergangswohnung sein. Hier finden Menschen mit Behinderungen, meist körperlichen, ein Zuhause auf Zeit und testen, ob sie den Alltag allein wohnend, aber mit Unterstützung meistern können. Der Verein fab kümmert sich um die Förderung der Autonomie Behinderter. „Ziel ist es, Menschen darin zu unterstützen, ihr Leben selbstbestimmt den eigenen Wünschen und Bedürfnissen entsprechend zu gestalten“,

berichtet das Team. (pke)

Kassel, HNA 15.01.2016

Die Behinderten-Sportgemeinschaft Kassel BSG wird 65

2016 ist unser Jahr!
Seit 65 Jahren betreiben wir miteinander Sport,
haben Spaß und finden das wunderbar.

Und nun laden wir auch DICH dazu ein,
Teil unseres Vereins zu sein.

Wir bieten Blindensport und Kegeln, Sport im Wasser auch,
Du kannst etwas für Deinen Rücken tun - oder gegen Deinen Bauch.

Auch für Rollifahrer haben wir was - auf jeden Fall,
sei es nun Volley- oder auch Basketball.

Ob mit Behinderung oder ohne -
das interessiert uns nicht die Bohne.

Die BSG freut sich über jeden Einzelnen sehr,
mehr Informationen möchtest Du haben? Ach, das ist nicht schwer:

Auf www.bsg-kassel.de kannst Du ruhig einen Blick mal wagen
und für alle anderen Fragen:

Antje.Knothe@online.de
0160 / 95 18 48 46
Ruft mich ruhig an, es ist ja nix dabei
und dann heißt`s sicher auch bald für Dich: Sport frei!



BSG Kassel ist erster Hessischer Meister im Showdown (Tischball)

Die BSG Kassel-Showdown-Mannschaft, die sich aus den 3 fab-Aktiven: Birgit Rister, Deniz Kürtoglu und Stefan Collet zusammensetzt, ist der erste Hessische Mannschaftssieger in dieser Sportart geworden.

Die Mannschaft von Spielführer Deniz Kürtoglu sicherte sich den Titel am Samstagvormittag auf den alten Kegelbahnen des TSV Cappel durch eine Aufholjagd in der Schlussphase des Endspiels. Gegen Blau-Gelb Frankfurt lag die Mannschaft bereits mit drei Treffern zurück, drehte das Spiel jedoch und gewann 31:29.

„Beim Spielstand von 26:29 gegen uns habe ich ehrlich gesagt nicht mehr an den Sieg geglaubt“, sagte Kürtoglu. „Ich denke, wir haben von der Nervosität unserer Gegner profitiert. Wir haben uns sehr über den Sieg gefreut.“

Birgit Riesters starke Nerven sind entscheidend für den Sieg

Kürtoglu, Stefan Collet und Birgit Riesters waren mit fünf Siegen in der Vorrunde und einem 31:17 im Halbfinale gegen die Tischball-Sportgruppe Marburg II ins Finale eingezogen. Auch das Endspiel begannen die Nordhessen dominant, schwächelten jedoch nach einer Führung von 25:15. „Wir hätten es fast versaut, aber Birgit hat uns mit ihrer Punkteserie noch einmal gerettet“, so Kürtoglu.

Hessens Fachwart Showdown Hermann Schladt zeigte sich trotz der knappen Finalniederlage kaum enttäuscht. Er gratulierte den Kasselern zum Sieg und Gastgeber Marburg zu einer sehr gut organisierten Veranstaltung. Schladt sagte: „Ich denke, Kassel ist der verdiente Sieger. ...

Presse-Information des Hessischen Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbandes (HBRS) e.V., 21.02.2016, Gekürzte und leicht geänderte Fassung

Zu verkaufen: Neuwertiges Elektro-Dreirad (Pedelec) für Erwachsenen

Das Rad wurde 2010 gekauft und nur 1 Mal benutzt. Seitdem steht es in der Garage.

Reichweite bis 30 km | Geschwindigkeit bis 25 km/h | Farbe: schwarz | Bedienungsanleitung | Fahrradpass | großer Transportkorb hinten (fest angebracht).
Weitere Infos und Preisvorschlag unter KarinWill@gmx.net



Denken

Denk dir ein Dreieck mit 4 Ecken.
Eine musst du dazu verstecken.

Denk dir mal anders die Zitronen,
und pflanz die Kerne doch als Bohnen.

Denk Gänse mit Kaninchenfell,
fliegend und laufend, ziemlich schnell.

Denk Honig dir, gemacht von Läusen
und Bücher, lektoriert von Mäusen.

Kannst du so hübsche Sachen denken,
dann kannst Geschichten du uns schenken.

Von Jürgen Beckmann

Die nächste Ausgabe von „SELBSTBESTIMMT LEBEN“ erscheint im Juni 2016!

Impressum:

Hrsg.: Verein zur Förderung der Autonomie
Behinderter - fab e. V.

Redaktion: Anita Grießer, Birgit Schopmans, Georg Riester

Spendenkonto: fab e. V., Kasseler Bank,
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)

Antrag auf Mitgliedschaft im fab e.V.

An:

Verein zur Förderung der Autonomie Behinderter, fab e.V., Samuel-Beckett-Anlage 6, 34119 Kassel
Laut § 4 der Satzung des fab e.V. stelle ich hiermit den Antrag

auf Mitgliedschaft auf Fördermitgliedschaft (Nichtbeh. können nur Fördermitglied werden)

Vorname: _____ Nachname: _____

Strasse/ Hausnr.: _____

PLZ: _____ Ort: _____

Telefon: _____ Fax: _____ E-Mail: _____

Ich zahle den

Jahresmitgliedsbeitrag von _____ € (50,00 € oder mehr) 20 € (ermäßigt, auf Anfrage)

bar per Überweisung Der Betrag soll ab _____ von meinem Konto
 abgebucht werden:

BLZ: _____ Bankinstitut: _____

Konto-Nr.: _____ KtoInhaber/in: _____

Ich willige in die Erhebung, Verarbeitung, Nutzung meiner Daten durch den fab e.V. zum Zwecke der
Mitgliederverwaltung und zu Vereinszwecken ein.

Ich möchte die Vereinszeitung erhalten.

Datum: _____ **Unterschrift:** _____

Dieser Bereich wird **von uns** ausgefüllt:

Gemäß §4(1) der Satzung muss der Vorstand über diesen Antrag abstimmen.

Unterschriften von mindestens 3 Vorstandsmitgliedern:

1) _____ 2) _____ 3) _____