

SELBSTBESTIMMT LEBEN
Kostenloses Infoblatt des fab e.V.
für Kassel und Umgebung
Nov. 08 – Jan. 09

Liebe Leserinnen und Leser,

„Selbstbestimmt Leben“ hat diesmal besonders viel im Bereich Personalien zu bieten. So stellen sich die drei neuen MitarbeiterInnen aus der Verwaltung des fab e.V. vor und wir möchten das 100. fab-Mitglied an dieser Stelle bekannt machen. Hierbei handelt es sich um Frau Ulrike Schonert aus Hofgeismar, der beim letzten Offenen Frühstück im café freiRAUM zu diesem Anlass ein Blumenstrauß überreicht wurde. Ein herzlicher Glückwunsch an Frau Schonert!



**100. fab-Mitglied Ulrike Schonert (links) und
Birgit Schopmans (rechts)**

Ich wünsche viel Spaß beim Stöbern durch die vielfältigen Angebote und Informationen.

Nun bleibt mir nur noch, Ihnen/Euch, ich gebe zu, sehr verfrüht, alles gleichzeitig zu wünschen. Eine möglichst stressfreie Adventszeit, ein schönes Weihnachtsfest und Geschenke, die wir uns wirklich gewünscht haben, sowie für das Jahr 2009, dass alle Ihre/Eure Wünsche in Erfüllung gehen, die nicht mit Geld zu bezahlen sind!

Birgit Schopmans
(für die Redaktion)

Donnerstag im freiRAUM
jeweils um 19.30 Uhr,
Friedrich-Ebert-Str. 92, Kassel

Do., 20.11.2008
Ehrenamtliche Tätigkeit:
Ein Gewinn für Andere- oder auch ein Gewinn für mich !?

Was bewegt Menschen sich ehrenamtlich zu betätigen?
Wie sind sie in Organisationen, wie zum Beispiel dem fab e.V. eingebunden?
Frau Engel, Dozentin an der Fachhochschule in Holzminden hat sich damit auseinandergesetzt, welchen Stellenwert Ehrenamtlichkeit in der Gesellschaft hat und welchem Wandel dieser unterliegt. Sie wird hierüber berichten.

Berichten sollen an diesem Abend aber auch diejenigen, die sich ehrenamtlich engagieren.

Do., 22.01.2009

Feuerzangenbowle mit Film

Passend zur kalten Jahreszeit gibt es bei uns wieder die hervorragende Feuerzangenbowle unserer langjährig feuererprobten Chefköchinnen Elke Thimsen und Therese Hanka!

„Wat is ehne Dampfmaschin? Und da stellen wir uns mal ganz dumm...“
„Die alkoholische Gärung ist die Gärung des Alkohols...“

Bekannt? Na, klar! Lust auf praktische Erfahrungen? Ein Abend mit Bowle und Film (Variante mit Heinz Rühmann).

Achtung: TeilnehmerInnenanzahl begrenzt auf 20 Personen.

Bitte Anmeldung zur Erleichterung der Planung des Gärvorganges bis **Fr., 16.01.** bei Therese Hanka unter **0561/ 7 28 85-0**. Bitte angeben, ob eine alkoholische oder antialkoholische Bowle gewünscht ist.

Kostenbeitrag: 2,50 €!

Veranstaltungen, Freizeit- und Gruppenangebote

regelmäßige Freizeitangebote

Offenes Frühstück für Menschen mit Behinderungen

Do., 13.11.2008 um 10.30 Uhr

Do., 11.12.2008 um 10.30 Uhr

Do., 08.01.2009, um 10.30 Uhr

Ort: café freiRAUM, Friedrich-Ebert-Str. 92, 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: 2,- bis 4,- € nach Selbsteinschätzung.

Bitte einen Tag vorher unter Tel.: 0561 / 7 28 85 – 24 oder per E-Mail Birgit.Schopmans@fab-kassel.de anmelden!

Offenes Café für Menschen mit und ohne Behinderungen

Mo., 24.11.2008 ab 14.30 Uhr
Ausnahmesweise am Mo., 22.12.2008 ab 14.30 Uhr
Mo., 26.01.2009 ab 14.30 Uhr
Ort: café freiRAUM, Friedrich-Ebert-Str. 92, Kassel

Jeden letzten Montagnachmittag im Monat ab 14.30 Uhr sind Menschen mit und ohne Behinderungen herzlich ins café freiRAUM eingeladen. Als Treffpunkt für Menschen jedes Alters kann man hier miteinander ins Gespräch kommen. Im café freiRAUM gibt es Tee, Kaffee, kalte Getränke und ein wechselndes Kuchenangebot zu günstigen Preisen. Die Räume sind barriere- und rauchfrei. Infos: Angela Heitbrink, fab e. V. unter **0561 / 7 28 85 12**, Angela.Heitbrink@fab-kassel.de

Freizeitgruppe

Nadine Moonen, Stella Auer und Kathleen Eichelkraut laden zu den nächsten Terminen der Freizeitgruppe ein. Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Fragen zu den Veranstaltungen beantwortet Kathleen Eichelkraut unter 0561 / 72 88 55 0 oder kathleen.eichelkraut@fab-kassel.de Die weiteren Treffen sind am:

28.11.2008, 19.30 Uhr

Wir wollen gemeinsam ins Kino gehen über die Filmauswahl wird zusammen entschieden.

Treffpunkt: Cineplex Kassel, Wilhelmsstr. 2 A

12.12.2008 ab 17.00 Uhr

Zum Jahresabschluss möchten wir eine gemütliche Weihnachtsfeier veranstalten. Natürlich auch wieder mit schönen oder lustigen Wichtelgeschenken. Jeder, der dazu Lust hat bringt einfach ein Geschenk mit und lässt sich überraschen. Wer möchte kann auch noch leckere Plätzchen mitbringen.

Treffpunkt: café freiRAUM Friedrich-Ebert-Str. 92, Kassel

16.01.2009 ab 18.00 Uhr

Wir möchten mit euch zusammen die Jahresplanung für die Freizeitgruppe besprechen. Wir hoffen auf eure Mithilfe und Interesse damit wir zusammen überlegen können was wir nächstes Jahr alles Tolles unternehmen könnten.

Treffpunkt: café freiRAUM Friedrich-Ebert-Str. 92, Kassel

Offener Stammtisch

Do., 27.11.2008 um 19.00 Uhr | Ort: Topkapi, Wilhelmshöher Allee 149, Kassel
Dezembertermin: Gang über den Weihnachtsmarkt zu erfragen bei Werner Lindenborn,
Tel.: 0561 / 8 51 65!
Do., 29.01.2009 um 19.00 Uhr | Ort: Topkapi, Wilhelmshöher Allee 149, Kassel

Werner Lindenborn und Stefan Collet laden zum „Offenen Stammtisch für behinderte und chronisch kranke Menschen“ ein. Wir hoffen auf Eure / Ihre zahlreiche Teilnahme und freuen uns darauf viele bekannte und neue Leute zu treffen, interessante Gespräche zu führen, edle Speisen und Getränke genießen zu können und Spaß miteinander zu haben... Nähere Informationen: Werner Lindenborn, Tel.: **0561 / 8 51 65!**

Spielenachmittage

Mo., 17.11.2008 ab 16.00 Uhr

Mo., 15.12.2008 ab 16.00 Uhr

Mo., 26.01.2009 ab 16.00 Uhr

Ort: café freiRAUM, Friedrich-Ebert-Str. 92, Kassel

Nadine Moonen und Kathleen Eichelkraut laden zu den nächsten Spielenachmittagen ein. Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Mitzubringen sind gute Laune und eventuell Spiele, die gern gespielt werden. Die Veranstaltung findet im café freiRAUM statt. Fragen zu den Veranstaltungen beantwortet Frau Kathleen Eichelkraut unter **0561 / 7 28 85 50** oder kathleen.eichelkraut@fab-kassel.de.

Doppelkopfabend

Di., 11.11.2008 um 19.00 Uhr

Di., 25.11.2008 um 19.00 Uhr

Di., 09.12.2008 um 19.00 Uhr

Di., 23.12.2008 um 19.00 Uhr

Di., 13.01.2009 um 19.00 Uhr

Di., 27.01.2009 um 19.00 Uhr

Ort: café freiRAUM, Friedrich-Ebert-Str. 92, Kassel

Wir bieten im café 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 **0561 / 9 20 26 74** oder **0171 / 1 99 29 05** erhalten!

Spaß in der Kurhessentherme

Mo., 01.12.2008 ab 18.00 Uhr

Bei Sonne und bei Regen hier kann man immer was erleben. Ihr seid Wasserratten oder Saunafans und wollt dieser Leidenschaft nicht allein nachgehen. Dann kommt mit in die Kurhessentherme.

Der Eintritt kostet 12,- Euro für 1½ h / 14,- Euro für 2 h / 18,- Euro für 4 h. Schwerbehinderte bekommen zudem eine ½ Stunde zusätzlich und können bei einem B im Ausweis eine Begleitperson kostenfrei mitnehmen.

Wichtig: Für eventuell benötigte Assistenz muss selbst gesorgt werden. Bitte meldet Euch bei Kathleen Eichelkraut unter 0561/ 7 28 85 50 oder kathleen.eichelkraut@fab-kassel.de an. Danke!

„Wir essen uns um die Welt“

Hey, es geht weiter. „Wir essen uns um die Welt“ und laden Euch dazu ein. Immer am 2. Sonntag im Monat steht ein Land im Mittelpunkt. Wir werden ausgewählte Spezialitäten dieses Landes in Buffetform zubereiten. Das Essen soll VegetarierInnen und FleischesserInnen gerecht werden. Die genauen Gerichte stehen noch nicht fest, also lasst Euch überraschen. Ein Getränk ist wieder im Preis enthalten. Das Essen kostet 9,50 €. **Einlass:** 17:00 Uhr | **Essensbeginn:** 18 Uhr (bitte pünktlich kommen)

So., 09.11.2008 um 18.00 Uhr USA

Anmeldeschluss: 04. November 2008

Ort: café freiRAUM, Friedrich-Ebert-Str. 92, Kassel

Traditionelles US-amerikanisches Thanksgiving Dinner (Erntedank-Dinner)
Bei diesem traditionellen Dinner gibt es u.a. einen gefüllten Truthahn. Ich werde aber auch eine vegetarische Alternative anbieten. Dafür muss ich aber bereits bei der Anmeldung wissen, wer nur vegetarisch essen wird. Also bitte bei der Anmeldung unbedingt mit angeben.

Achtung: TeilnehmerInnenbegrenzung auf 25 Personen.

Anmeldung: Bitte entweder in der Zentrale des fab e.V. anmelden (Telefon: 0561- 72 88 50) oder per E-Mail direkt bei: sannegoebel@aol.com

So., 14.12.2008 um 18.00 Uhr Das Beste aus 2008

Anmeldeschluss: 11. Dezember 2008

Bei: Stefan Collet, Telefonnr.: 0561 / 9 20 26 74 oder stefancollet@web.de

Ort: café freiRAUM, Friedrich-Ebert-Str. 92, Kassel

Wir kochen verschiedene Spezialitäten, die bei unserer kulinarischen Weltreise 2008 am besten angekommen sind. Lassen Sie sich / lasst Euch überraschen!

So., 11.01.2009 um 18.00 Uhr Russland

Anmeldeschluss: 08. Januar 2009

Bei: Stefan Collet, Telefonnr.: 0561 / 9 20 26 74 oder stefancollet@web.de

Ort: café freiRAUM, Friedrich-Ebert-Str. 92, Kassel

Die Anmeldungen sind verpflichtend!

Veranstaltungen

Do., 13.11.2008, 19 Uhr

Integration ist Kraftfutter für Kindergehirne

Ort: Mensa der Offenen Schule Kassel-Waldau

Vortrag und Diskussion im Rahmen der Waldauer Gespräche mit Gerald Hüther, Professor für Neurobiologie, Göttingen

15.30 Uhr – 18.15 Uhr Beiprogramm für interessiertes Fachpublikum

15.30 Uhr „Das Menschenrecht auf integrative und inklusive Bildung – wie weiter mit der UN – Konvention? Vortrag und Diskussion Prof. Dr. Köpcke – Duttler, Marktbreit, Uni Kassel.

Anschließend Workshops zum Umgang mit der UN – Konvention und Fragen der Assistenz. Näheres finden Sie in der E-Mail-Anlage.

Fr., 14.11.2008, 14 - 18 Uhr

Barrieren im Internet melden

Veranstaltung für blinde und sehbehinderte Nutzer

WEB for ALL informiert blinde und sehbehinderte Internet-Nutzer am Freitag, den 14. November, über Barrieren im Internet und die Meldestelle des Aktionsbündnisses für barrierefreie Informationstechnik (Abl-Projekt).

Sina Enders zeigt, wie sie sich als blinde Internet-Nutzerin mit dem Vorleseprogramm JAWS im Web bewegt. Erfahren Sie, wie Sie und andere Menschen mit Behinderungen selbst zur Barrierefreiheit des Internets beitragen können.

In der Veranstaltung werden praktische Übungen im Internet durchgeführt. Der Screenreader JAWS ist auf allen Computern installiert.

Teilnahmegebühr: 20 Euro

Veranstaltungsort: Frauencomputerschule ItF e.V., Wilhelmshöher Allee 150, 34119 Kassel

Veranstalter: Die Schulung bietet das Aktionsbündnis für barrierefreie Informationstechnik (Abl-Projekt) an, das vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales gefördert wird. Für die Organisation ist das Abl-Mitglied WEB for ALL verantwortlich.

Bitte melden Sie sich bis zum 03.11. an:

WEB for ALL im Vbl e.V. / Mitglied im Abl-Projekt, Brigitte Luckhardt, Alte Eppelheimer Straße 38, 69115 Heidelberg

Telefon: 0 62 21 / 97 03 12, Fax: 0 62 21 / 97 03 22

E-Mail: kontakt@webforall.info

**Mi., 19.11.2008, 10.00 - 17.00 Uhr
"Landtag live"**

An diesem Tag haben Sie die Gelegenheit, den Landtag von "innen" kennenzulernen und mit den unterschiedlichsten politischen FunktionsträgerInnen ins Gespräch zu kommen.

Das Angebot richtet sich an Frauen mit Behinderung. Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort: Wiesbaden, Hessischer Landtag, Eingang Grabenstr., Raum 301 P

Veranstalter: Eine Kooperationsveranstaltung zwischen der Kanzlei des Hessischen Landtags und dem Hessischen Netzwerk behinderter Frauen

Anmeldung bis 03.11. bei Rita Schroll im

Hessischen Netzwerk behinderter Frauen

Tel.: 0561 / 7 28 85 - 22

E-Mail: hessisches_netzwerk@fab-kassel.de

Bunt Vermischtes

Ein Nordlicht stellt sich vor Hans Jürgen Fiedler – neu in der Verwaltung des fab e.V.

Ich heiße Hans Jürgen Fiedler, bin 51 Jahre alt und seit dem 01. Oktober diesen Jahres beim fab e.V. mit dem Controlling und Verwaltungsaufgaben betraut. Seit 1989 lebe ich als echtes Bremer Nordlicht am Rande des wunderschönen Naturschutzgebietes Dönche in Kassel. Hier fühlen sich auch meine Frau und unsere beiden Töchter (11 und 13 Jahre) sehr wohl. Sicherlich werden sich einige fragen, welcher Nordseewind mich hier in die nordhessische Berglandschaft verschlagen hat. Immer nur kilometerweit geradeaus zu gucken hat mir nach meiner Ausbildung zum Industriekaufmann und anschließender Arbeit im Rechnungswesen eines Industrieunternehmens sowie Studium der Betriebswirtschaft in Bremen nicht mehr gereicht. Ich wollte in Kassel Berge versetzen, was mir vor meiner Zeit im fab e.V. in der Verwaltung einer anthroposophischen Einrichtung mit Förderschule für Seelenpflege-bedürftige Kinder und Jugendliche recht gut gelungen ist. Und da Nordwinde bekanntlich immer wehen, trieb es mich jetzt zum fab e.V., wo ich mit neuem Schwung mit dazu beitragen möchte, an von vielen Menschen aufgeschichteten gesamtgesellschaftlichen Bergen zu rütteln und diese mit abtragen zu helfen.



Foto: Hans Jürgen Fiedler

Nichtsdestotrotz steige ich gelegentlich auf echte Berge (am liebsten im schweizerischen Heimatland meiner Frau), um von dort oben mal wieder weit ins Land zu schauen und mir die eine oder andere Brise um die Nase wehen zu lassen. Wieder im Tal angekommen schwing ich gern den Kochlöffel für die Familie.

Zu erreichen bin ich im fab e.V. in der Regel montags bis freitags von 8 – 13 Uhr unter der Tel.-Nr.: 0561 / 7 28 85 – 32.

Mit Rat über die Barriere

Das unterstützte Wohnen für Behinderte vom fab gibt es nun seit 15 Jahren

Von Yvonne Albrecht

KASSEL. Zuerst war es nur ein Modellprojekt, um behinderten Menschen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Mittlerweile gibt es das unterstützte Wohnen für Behinderte des Vereins zur Förderung der Autonomie Behinderter (fab, Kölnische Str. 99) bereits seit 15 Jahren.

„Die Idee ist aus der Behindertenbewegung entstanden“, sagt Angela Heitbrink, die das unterstützte Wohnen seit 1993 mit aufgebaut hat. Oft seien die Menschen früher automatisch davon ausgegangen, dass jemand mit der Pflegestufe 3 nicht allein leben könne. Es sei anfangs darum gegangen, das Bewusstsein zu verändern und die notwendigen Leistungen anzubieten. So organisiert der fab viel für seine Kunden: Die Mitarbeiter helfen den behinderten Menschen, Anträge zu stellen, und bei der Suche nach einer geeigneten, barrierefreien Wohnung. Außerdem organisieren sie die Pflege oder Arbeitsassistenz – wenn diese notwendig ist.

In den ersten Jahren schien es jedoch so, als sei der Modellversuch gescheitert, da die Nachfrage gering gewesen sei. Dann seien die Kunden immer mehr geworden. „Heute sind die 22 Plätze, die wir anbieten, im Grunde durchgehend belegt“, sagt Heitbrink.

Manchmal trauere sie den alten Zeiten hinterher. Heute laufe alles sehr viel bürokratischer ab. Teilweise werde dadurch die Qualität der Arbeit gesichert, manchmal werde dadurch jedoch die Arbeit auch erschwert.

Das Besondere an der Arbeit des fab sei vor allem, dass die Mitarbeiter zu einem großen Teil selbst körperbehindert sind. Dadurch könnten viele Probleme der Kunden besser nachvollzogen werden. Der Landeswohlfahrtsverband (LWV) finanziere den körperbehinderten Mitarbeitern eine Arbeitsplatzassistenz, durch die Besuche bei den Kunden möglich seien.

„Oft ist das Problem, dass behinderte Menschen ihre Rechte gar nicht kennen“, sagt Sozialpädagogin Elke Helberg. Dem wollen die Mitarbeiter des fab auch weiterhin durch individuelle Beratung entgegenwirken.

Weitere Informationen unter www.fab-kassel.de oder 0561 / 72 88 50.

Quelle: HNA, 02.09.2008

Malende Künstlerin oder Künstler gesucht

Für das café freiRAUM wird eine Künstlerin oder ein Künstler gesucht, die uns das leere ehemalige Fenster im hinteren Zimmer gestaltet. Wenn es Euch / Sie reizt ein Bild direkt auf eine Wand zu malen, dann reicht den Vorschlag bis zum 30.11.08 bei mir ein (die benötigte Farbe wird gestellt). Die Ehrenamtlichen des freiRAUM wählen den Sieger aus.

Elke Thimsen (Rückfragen: 72885 -11, elke.thimsen@fab-kassel.de)

Carshering – Mobil mit Auto

Ein eigenes Auto fahren zu können eröffnet ungeheure Mobilität. Aber gerade Menschen mit Behinderungen können häufig aufgrund ihrer Behinderung keinen Führerschein erwerben. Und ein eigenes Auto zu finanzieren ist für viele nicht zu meistern.

Um hier Abhilfe zu schaffen gibt es im fab e.V. seit längerem die Idee mit einem Carshering-Unternehmen zu kooperieren. Für Mitglieder, KundInnen und MitarbeiterInnen eröffnen sich dadurch neue Möglichkeiten:

- zu fairen Preisen auf unterschiedliche Fahrzeuge zugreifen können
- stundenweise oder tageweise ein Auto mieten
- Menschen mit Behinderungen ohne Führerschein können sich von AssistentInnen, Bekannten oder Familienangehörigen fahren lassen, wenn sie vorher nachweisen, dass diese Personen über eine Fahrerlaubnis verfügen.

Interesse oder Fragen dazu? Weitere Infos bei Georg Riester im AHD, Tel. 0561 / 72885-35.

Freizeit- und Urlaubsassistenz gesucht

ich bin Julia (26) aus Kassel, Rollifahrerin und suche auf diesem Weg eine Assistenz für meine Freizeitgestaltung bzw. eine Urlaubsassistenz. In meiner Freizeit gehe ich z.B. gern ins Kino, Shoppen, treffe mich mit Freunden usw. Wer sich angesprochen fühlt, kann sich gerne unter 0561 / 26417 melden. Ich würde mich sehr freuen!

Job gesucht

Ich heiße Claudia Bruer und bin 25 Jahre alt. Ich habe meinen Realschulabschluss an der Elisabeth-Knipping Schule absolviert. Anschließend habe ich eine 3-jährige Ausbildung zur Bürokraft in Bad Arolsen abgeschlossen. Der Integrationsfachdienst unterstützt mich derzeit bei der Jobsuche.



Foto: Claudia Bruer

Im Rahmen meiner Ausbildung habe ich ein ½ jähriges Berufspraktikum in der Telefonzentrale einer Körperbehindertenschule durchgeführt. Außerdem habe ich mehrwöchige Praktika wie beispielsweise im Büro des Ambulanten Hilfsdienst beim fab e.V., im Empfangsbereich einer Ergotherapiepraxis sowie bei dem Integrationsbetrieb "Pro Dokument" durchlaufen.

Ich suche einen Arbeitsplatz in Kassel oder in der näheren Umgebung als Bürokraft oder als Unterstützung in der Telefonzentrale / Empfang. Bei mir liegen gute Computerkenntnisse vor wie z.B. MS Office.

Da ich Rollstuhlfahrerin bin, benötige ich einen Arbeitsplatz in barrierefreien Räumen.

Ein möglicherweise notwendiger Umbau kann dem Arbeitsgeber vom Kostenträger finanziert werden.

Über Ihr Jobangebot würde ich mich sehr freuen.

Bei Interesse können Sie meine Bewerbungsunterlagen anfordern:
Claudia Bruer, Tel.: 0561 / 9 70 21 77, E-Mail: claudi.bruer@gmx.de

**Die nächste Ausgabe von
„SELBSTBESTIMMT LEBEN“
erscheint Ende Januar 2009!**