

Titelbild Raul

## **Impressum**

## Herausgeber:

KIDS Hamburg e.V.

Kontakt- und Informationszentrum Down-Syndrom Monetastraße 3, 20146 Hamburg Telefon 040/38 61 67 80, Telefax 040/38 61 67 81 E-mail: info@kidshamburg.de Internet: www.kidshamburg.de

KIDS Aktuell wird allen Mitgliedern des Vereins KIDS Hamburg e.V. kostenlos zugesandt. KIDS Aktuell wird an Praxen, Schulen und diverse Institutionen im Hamburger Raum verschickt und bei Veranstaltungen an Interessierte abgegeben.

Die Beiträge sind urheberrechtlich geschützt.
Nachdruck oder Übernahme von Texten für Internetseiten ist nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung durch die Redaktion gestattet.
Meinungen, die in den Beiträgen geäußert werden, entsprechen nicht in jedem Fall der Auffassung der Redaktion. Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen und Artikel redaktionell zu bearbeiten und, sofern passend, Abbildungen hinzuzufügen. Eine Garantie für die Veröffentlichung der eingesandten Beiträge wird nicht gegeben.

## Beiträge:

Schicken Sie Ihre Textbeiträge als Word-Datei und Bilder als jpg an: redaktion@kidshamburg.de per Post an: KIDS Hamburg e.V., Redaktion KIDS Aktuell, Monetastr. 3, 20146 Hamburg

## Redaktionsschluß:

31. Januar 2011

Koordination: Regine Sahling, Marco Landsberg

Gestaltung: Simone Claaßen

ektor: Günter Jürgensen

Schrift (Thesis):

gespendet von der Firma Lucas Font, Berlin

Druckvorlagenherstellung:

kostenlos erstellt von der Firma preprintmedia Tetzner & Landsberg OHG, Hamburg

Druck:

gesponsort von DIE ZEIT



Schreiben Sie uns zum Thema

## Zukunft – Wünsche, Ängste, Träume

"Die Zukunft ist kein Schicksalsschlag, sondern die Folge der Entscheidungen, die wir heute treffen." (Franz Alt)

Wir möchten auch in der nächsten Ausgabe der KIDS Aktuell Berichte von Menschen mit Down-Syndrom, ihren Eltern und Geschwistern veröffentlichen. Wir rufen Sie daher auf, uns Ihre Ideen zu diesem Thema zukommen zu lassen.

Viele Familien plagen nach der Geburt eines Kindes mit Down-Syndrom Ängste vor der Zukunft. Bleiben die Ängste bestehen, bewahrheiten sich diese oder verfliegen die meisten im Laufe der Jahre? Wird das Leben mit einem Menschen mit Down-Syndrom einfacher oder komplizierter als anfangs gedacht? Welche Gedanken bewegen Eltern und Menschen mit Down-Syndrom zum jetzigen Zeitpunkt bei dem Gedanken an die eigene und / oder die Zukunft der Kinder? Welche Vorstellungen gibt es zu Themen wie Selbständigkeit, Wohnen in einer eigenen Wohnung, Partnerschaft oder Beruf? Wie sehen Sie die Chancen auf dem Arbeitsmarkt?

Gilt der oben zitierte Spruch von Franz Alt auch für Menschen mit Down-Syndrom?

Das Thema ist spannend und beschäftigt wahrscheinlich fast jeden. Daher hoffen wir auf vielfältige Beiträge und bitten Eltern, Freunde und Betreuer um Unterstützung.

Wir freuen uns auf zahlreiche Zuschriften.

Schicken Sie Ihre Beiträge bitte als word-Datei an redaktion@kidshamburg.de oder per Post an KIDS Hamburg e.V., Redaktion KIDS Aktuell, Monetastr. 3, 20146 Hamburg. Bitte schreiben Sie möglichst kurze Beiträgel

Auch über Fotos zur Veröffentlichung in der KIDS Aktuell freuen wir uns (Bilder mit 300 dpi). Nächster Redaktionsschluss ist der 31.Januar 2011.

Alle, die uns schreiben, erhalten als Dank die nächste Ausgabe der KIDS Aktuell. Vergessen Sie also nicht, uns Ihre Adresse mitzuteilen.

#### imhali

#### . Vorwort

#### Inklusion

6	15. Weltkongress von Inclusion Internationa
	in Berlin vom 16. – 19. Juni 2010

- 12 All inclusive!
- "Worin liegt der Unterschied zwischen Integration und Inklusion?"
- 13 Eltern als "Motor der Integrationsbewegung"
- 13 Integration oder Inklusion?
- 14 Literatur zum Thema Inklusion
- 16 Empirisch-experimentelle
  Aufmerksamkeitsforschung –
  Interdisziplinäre Grundlagenforschung
  als Beitrag für eine inklusive Didaktik
  von Franziska Noack und Michael Macykowski,
  Universität Hamburg

#### Freizeit

20	Ohrenkussautoren erzählen
28	Sinnvolle Freizeitgestaltung hält fit und
	bringt soziale Kontakte
	von Cora Halder, Deutsches Down-Syndrom
	InfoCenter

- 36 "In jedem von uns steckt ein Held!"
- 38 Schwimmen bei den Special Olympics in Bremen
- 40 Freizeiterleben und Freizeitgestaltung
- 44 Hamburg bei NachtUnsere Jugendgruppe berichtet
- 46 Bockholmwik Kirchfreizeit
- 47 Lena singt im Kinderchor der evangelischen Kirchengemeinde Schnelsen
- 48 HSV-Profis bei den Fussballkindern von KIDS Hamburg e.V.
- 50 Gemeinsam auf große Fahrt
- 52 Literatur zum Thema Freizeit
- 54 Laufräder unter die Lupe genommen
- 56 Dies & Das
- 61 Literatur: Neuerscheinungen
- 63 Wichtige Adressen
- 64 Arbeitsbereiche von KIDS Hamburg e.V.
- 66 Veranstaltungskalender / Gruppenangebote

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

durch die UN-Behindertenrechtskonvention ist die Diskussion über Inhalte und Bedeutung von Inklusion belebt worden. Veranstaltungen, wie der internationale Kongress "Inclusion International" im Juni 2010 in Berlin haben zum Ziel, die Grundsätze der Inklusion bekannt zu machen und zu deren Umsetzung beizutragen. In dieser Ausgabe der KIDS Aktuell veröffentlichen wir den Bericht von Christian Fritsch, unserem Geschäftsführer, der gemeinsam mit über 2.800 Personen, darunter über 800 Selbstvertreter aus der ganzen Welt, an dieser richtungweisenden Veranstaltung teilgenommen hat. In der gesellschaftlichen Diskussion in Deutschland ist festzustellen, dass der Begriff "Inklusion" noch weitgehend unbekannt und der Unterschied zu dem Begriff "Integration" schwer erklärbar ist.

Im vergangenen Jahr hat Prof. Dr. Hans Wocken im Rahmen der Diskussion über die Hamburger Schulreform bei Leben mit Behinderung Hamburg sein Verständnis von Inklusion beschrieben. Er sagte, dass eine inklusive Gesellschaft davon ausgeht, dass Unterschiedlichkeit normal ist. Vermeintlich Andere sind daher nicht in eine Gruppe von angeblich Gleichen zu integrieren, sondern in jeder gesellschaftlichen Gruppe ist von der Heterogenität der Mitglieder auszugehen. In diesem Heft können Sie verschiedene weitere Erklärungsversuche zu dem Begriff "Inklusion" nachlesen.

Die UN-Konvention beinhaltet als Kernaussage das Recht von Menschen mit Behinderung auf uneingeschränkte Teilhabe. Darüber hinaus verpflichtet sie die Vertragsstaaten in Artikel 8 sofort wirksame Maßnahmen zu ergreifen, um die gesellschaftliche Bewusstseinsbildung für die Fähigkeiten und den Beitrag von Menschen mit Behinderung zu fördern und Klischees und Vorurteile abzubauen.

KIDS Hamburg e.V. bekennt sich in der Präambel seiner Satzung zum Gedanken der Inklusion. Die Förderung der Entwicklung einer inklusiven Gesellschaft wird in § 2 der Satzung zum Vereinszweck erhoben. Wir befinden uns damit am Anfang eines langen Prozesses. Um dieses Ziel



Regine Sahling (am Tag des Ehrenamtes, Beitrag Seite 58)

erreichen zu können, sind Beharrlichkeit und Überzeugungskraft erforderlich, um ein Zusammenwirken aller gesellschaftlichen Kräfte zu erreichen!

Ohrenkuss-Autoren schreiben in dieser KIDS Aktuell über ihre Vorlieben in der Freizeit. Es wird über vielfältige Tätigkeiten, Interessen und Hobbies berichtet. Gemeinsam ist allen, dass gesellschaftliche Anerkennung und selbstverständliche Teilhabe die Grundvoraussetzungen für eine befriedigende und sinnvolle Freizeitbeschäftigung sind.

Wir wünschen uns mit dieser Ausgabe der KIDS Aktuell zu einer angeregten Diskussion über die Inhalte und Möglichkeiten einer inklusiven Gesellschaft beizutragen und hoffen, dass diese Visionen über Sie, unsere Leser, in vielfältige gesellschaftliche Kreise getragen werden. Wir wünschen Ihnen eine interessante und informative Lektüre.

rleis

Herzlich grüßt Sie

Regine Sahling, 2. Vorsitzende

#### Ohne Moos nix los!

von Regine Sahling

KIDS Hamburg e.V. ist jung (gerade mal elf Jahre alt) und dynamisch und setzt noch kein Moos an!
Deshalb müssen für die laufenden Kosten, für Miete und Personal, für die vielen Gruppenangebote,
Seminare und Veranstaltungen, für Öffentlichkeitsarbeit, Druck und Versand der KIDS Aktuell und viele andere Aktivitäten jedes Jahr wieder Sponsoren gefunden werden, die die Arbeit von KIDS Hamburg e.V. unterstützen möchten.

Ein kleiner Teil der jährlichen Kosten, knapp 10% der für 2010 geplanten Ausgaben, sind durch die jährlichen Mitgliedsbeiträge gedeckt. Diese verlässliche Einnahme ist das Herzstück der Vereinsfinanzen, und wir danken besonders jenen Mitgliedern, die sich freiwillig bereit erklärt haben, regelmäßig einen höheren Mitgliedsbeitrag zu zahlen. Wir gewinnen hierdurch Planungssicherheit. Dies ist zur Deckung der festen Vereinskosten unerlässlich und schafft die Voraussetzungen, die nötig sind, um ein anspruchsvolles und abwechslungsreiches Vereinsprogramm erarbeiten und in den Vereinsräumen anbieten zu können.

Einige unserer Mitglieder und Freunde des Vereins haben familiäre Feiern, wie Taufen, Hochzeiten und runde Geburtstage zum Anlass genommen, um Spenden für KIDS Hamburg e.V. zu sammeln. In diesem Jahr wurde zum sechsten Mal ein privater Flohmarkt durchgeführt. Die Einnahmen aus Standgebühren und dem Kuchenbuffet wurden für die Arbeit von KIDS Hamburg e.V. gespendet. Diese Einnahmen sind für den Verein von großer Bedeutung und ermöglichten in der Vergangenheit manches Projekt, das sonst nicht durchgeführt worden wäre. Hierfür möchten wir unseren herzlichen Dank aussprechen.

Besonders freuen wir uns über Zuwendungen von Privatpersonen, die unseren Verein teilweise schon seit Jahren regelmäßig unterstützen. Neben der Freude über den materiellen Vorteil nehmen wir dies auch als Bestätigung unserer Arbeit. Diese Spenden ermutigen uns, auf dem von uns eingeschlagenen Weg weiterzugehen und uns mit aller Kraft für die Belange von Menschen mit Down-Syndrom und die Entwicklung einer inklusiven Gesellschaft einzusetzen.

Eine große Hilfe ist die finanzielle Unterstützung durch Stiftungen, wie die Klaus Rating-Stiftung, die Wilhelm und Else Steenbeck-Stiftung, die Hans und Gretchen Tiedje-Stiftung und die Andrea-Brudermüller-Stiftung, sowie durch Einrichtungen wie die Budnianer-Hilfe e.V.,



die Selbsthilfeförderung des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes und die Bußgeldstelle, welche die Entwicklung unseres Vereins teilweise seit Jahren begleiten und fördern. Hier werden in den meisten Fällen gezielt Projekte unterstützt, für die von KIDS Hamburg e.V. eine Förderung beantragt wurde.

Finanzielle Unterstützung erhalten wir auch aus der Wirtschaft. Firmenleitungen oder Belegschaften veranstalten Sammlungen anlässlich von Betriebsausflügen oder Weihnachtsfeiern. Weihnachtsgeschenke für Kunden und Mitarbeiter wurden eingespart. Statt dessen wurde der sonst dafür verwendete Betrag in eine Spende umgewandelt, die unserem Verein zugute kam. Wir danken herzlich für dieses Engagement. Manche Firmen unterstützten einzelne Projekte von KIDS Hamburg e.V. aus ihrem Sozialfonds und förderten gezielt bestimmte Angebote. Ohne diese Unterstützung, für die wir sehr dankbar sind, könnte KIDS Hamburg e.V. diese Angebote nicht weiter aufrecht erhalten!

# Die bisherige Vereinsarbeit von KIDS Hamburg e.V. wurde ohne Unterstützung durch öffentliche Gelder geleistet!

Die Unterstützung, die dem Verein in den vergangenen elf Jahren zugute gekommen ist, war großartig! Wir hoffen sehr, dass auch in Zukunft großzügige Förderer unsere Tätigkeit unterstützen, und wir hoffen, dass weiterhin durch Ideenreichtum und Kreativität der Mitglieder Freunde des Vereines gefunden werden, um für die umfangreiche und wichtige Arbeit von KIDS Hamburg e.V. die erforderlichen finanziellen Mittel zu beschaffen. Die ehrenamtliche Tätigkeit unserer Mitglieder und das Engagement unseres Büroteams und unserer ehrenamtlichen Mitarbeiter können sich nur dann voll entfalten, wenn auch die entsprechenden finanziellen Mittel zur Durchführung unserer Projekte bereitgestellt werden können.

## 15. Weltkongress von Inclusion International in Berlin vom 16. – 19. Juni 2010

## Inklusion - Rechte werden Wirklichkeit

von Christian Fritsch

#### Allgemeiner Eindruck:

Auf dem Weltkongress in Berlin waren über 2800 TeilnehmerInnen. Die TeilnehmerInnen waren Fachleute, Interessierte und über 800 Selbstvertreter aus der ganzen Welt. Das ist ein deutliches Zeichen für die Umsetzung der Rechte entsprechend der UN-Konvention. Die Veranstaltungen wurden in drei Grade der Zugänglichkeit eingeteilt. So fanden Veranstaltungen in leichter Sprache, mit Gebärdendolmetscher und Simultanübersetzung statt und je nach Grad der Zugänglichkeit mit mehr oder weniger schwierigen Wörtern und einem mehr oder weniger an Text bzw. Präsentationen. Durch den hohen Grad an Internationalität war es teilweise schwierig, die unterschiedlichen Begriffe in ihrem Kern – ihrem Bedeutungsgehalt – einhellig zu verstehen, z.B. werden die Begriffe Bildung, Erziehung, Inklusion, Integration, geistige Behinderung, Lernbehinderung unterschiedlich verwendet und erfahren somit eine unterschiedliche Bedeutung in ihrem jeweiligen Kontext. Die Atmosphäre war geprägt von vielen bunten, spannenden Fachvorträgen, einem sehr kompetenten Organisationsteam, leckerem Essen, einem abwechslungsreichen Rahmenprogramm und strahlendem Sonnenschein.

#### **Thematischer Eindruck:**

Als wesentlicher Aspekt wurde mehrfach betont, dass Inklusion trotz der Relevanz für Menschen mit Behinderung nicht exklusiv für diese Zielgruppe gedacht und umgesetzt werden kann. Inklusion meint alle und auch wirklich alle.

Die Konsequenzen aus diesem Verständnis sind bis jetzt noch gar nicht absehbar. Es wird sich im Laufe der Zeit zeigen, wie sich das "Denken in den Köpfen" verändert. Das betrifft nicht nur die politischen Entscheidungsträger, sondern auch Eltern, Fachleute und selbstverständlich die Menschen, um die es geht, in immanenter Weise. Inklusion ist kein neues Thema. Seit Jahren setzt sich z.B. "inclusion europe" für die Rechte von Menschen unter den Bedingungen einer Behinderung ein. Inklusion ist seit der Ratifizierung der UN-Behindertenrechtskonvention geltendes Recht, das jetzt auch in der Umsetzung

"Inklusion", das klingt für mich irgendwie geheimnisvoll, aufregend, auch noch ein bisschen fremd … "Normalität" dagegen – wie langweilig!

Jasper Jensen, Vater

seine Geltung und Ausgestaltung findet bzw. finden muss. Der Kongress behandelt somit die spannende Frage, wie die Rechte der UN-Konvention jetzt Wirklichkeit werden können bzw. wo sie schon auf dem Weg zur Verwirklichung sind.

#### Die Themenbereiche des Weltkongresses umfassten die Bereiche:

- Was bringt die UN-Konvention Neues? Wie kann dies umgesetzt werden?
- Wie gehen Entwicklungsländer und Schwellenländer mit Behinderung und Inklusion um?
- Welche Konsequenzen hat Armut und Bildung für Inklusion?
- Wie wird die UN-Konvention umgesetzt in den Bereichen Wohnen, Erwerb und Bildung?
- Welche Veränderungen kommen auf Dienstleister, Behinderteneinrichtungen, Verbände, Vereine mit der Umsetzung der UN-Konvention zu?
- Wie kann die Umsetzung der UN-Konvention überwacht werden?
- Welche ethischen Fragen ergeben sich aus der Umsetzung der UN-Konvention im Bereich der wissenschaftlichen Forschung?
- Wie können Menschen mit Behinderung in der Inanspruchnahme und Verwirklichung ihrer (einklagbaren) Rechte unterstützt werden?



- Behinderung und Alter
- Selbstbestimmung als Schlüssel und als Ziel der UN-Konvention: Selbstbestimmung und Schutz als Widerspruch? Persönliche Zukunftsplanung und Entwicklung der eigenen Identität; Freundschaften: soziales Leben und Freizeit als Schlüssel zur Teilhabe in der Gesellschaft; Menschen unter den Bedingungen einer Behinderung als Bürger; Partizipation; Anerkennung der Geschlechtlichkeit; Beziehungen und Familienplanung.
- Medizinische Versorgung: Gleicher Zugang für alle?
- Qualitätsmanagement: Wer beurteilt die Qualität einer spezifischen Leistung im Bereich Wohnen, Arbeit und Freizeit?
- Wie kann die ganze Gesellschaft für Inklusion gewonnen werden? Wie kann das Denken in Köpfen verändert werden?

Diese zahlreichen Themenkomplexe sind in vielen Workshops, Fachdiskussionen, Fokussitzungen und Vollversammlungen thematisiert worden. Aufgrund der zeitgleichen Ausrichtung von bis zu zwölf parallelen Vorträgen ist der folgende Bericht aus einer subjektiven Perspektive zu verstehen und hat nicht den Anspruch einer ganzheitlichen Abbildung des Weltkongresses.

Fortsetzung siehe Folgeseite

Inklusion ist ein Schlagwort, welches eine Bedeutung für alle Menschen entfaltet, sofern sich der Denkstil paradigmatisch ändert. Inklusion kann so die Einstellung und das Handeln in Geselligkeit, in Heterogenität und in Individualität im Sinne einer Chancengleichheit für alle revolutionieren.

Christian Fritsch, Geschäftsführer KIDS Hamburg e.V.

#### Inhaltlicher Eindruck:

Die Auftaktveranstaltung am Mittwoch wurde von Frau Ingrid Körner und Herrn Quincy Mwiya eröffnet. Politiker, UN-Vertreter, Repräsentanten von inclusion international und der Bundesvereinigung Lebenshilfe stimmten in kurzen Eröffnungsansprachen auf den Kongress ein. Frau von der Leyen skizzierte die Etablierung und die Entwicklung von Inklusion mit dem Bild eines Reisebusses, in dem alle mitfahren. Herr Anretter von der Bundesvereinigung Lebenshilfe setzte die Norm von "Behindertengerecht" mit "Menschengerecht" gleich. Unsere Bundeskanzlerin Frau Dr. Merkel betonte, dass "Voneinander Lernen und miteinander agieren" die Devise lauten muss. Die internationale Standardisierung

Inklusion ist, wenn mein Sohn auf den Fußballplatz geht und fragt, ob er mitspielen kann!

Katharina Jetter, Mutter eines 14-jährigen Jungen mit Down-Syndrom

von leichter Sprache und Richtlinien zur Zugänglichkeit erleichtern den internationalen Diskussionsprozess. Mit so einem schwungvollen Auftakt zeichnete sich ein spannender Kongress zu den Fragen, wie diese normativ aufgeladene Begrüßung Realität werden kann, ab.

Insbesondere die Einrichtungen, Verbände und Dienstleister müssen sich kritisch hinterfragen, wie die derzeitigen Angebote ausgerichtet sind. Als Herausforderung für lokale sowie nationale Behindertenorganisationen wurde von einem Vertreter des Europäischen Behindertenforums angegeben, dass die Steuerungshoheit der Angebote bei den TeilnehmerInnen bzw. NutzerInnen liegen muss. Normalität wird so verstanden, dass es "normal ist, verschieden zu sein". Aber nicht nur Organisationen, sondern auch Familien und das soziale Umfeld müssen für eine Verbreitung dieses Denkmusters sorgen. Die Erwerbstätigkeit stellt eine wichtige Grundlage zur Bildung einer Persönlichkeit/Identität dar. Es wird befürwortet, das Gehalt von Menschen mit Behinderung so zu subventionieren, dass eine gleichwertige Gestaltung des Gehaltes erreicht werden kann. Menschen mit Behinderung müssen in die Lage versetzt werden, ihr Wahlrecht und ihre Wahlmöglichkeiten nicht nur wahrnehmen zu können, sondern diese auch umsetzen zu können

Als neue Richtung einer Zusammenfassung von Wohn-, Arbeits- und Freizeitangeboten wurde die nachfrageDas Konzept der Inklusion, welches auch in der UN-Behindertenrechtskonvention zum Ausdruck kommt, geht über die aktuell vorherrschenden integrativen Ansätze weit hinaus.

Hier werden Individuen als wahrhaft gleichwertig verstanden, sie können sich ihrer Eigenart entsprechend in die Gesellschaft einbringen, ohne dass eine – von allen zu erreichende – Normalität vorausgesetzt würde. Behinderung ist in diesem Kontext nicht länger etwas Besonderes, sondern "normaler" Ausdruck von Vielfalt, die KIDS Hamburg e.V. begrüßt und bejaht.

Aus der Präambel der Satzung von KIDS Hamburg e.V.

orientierte Dienstleistung des englischen "Key Ring Support Network" vorgestellt. Dabei handelt es sich um ein holistisches Konstrukt, das eine starke Sozialraumorientierung beinhaltet, Wohnen im Sinne eines nachbarschaftlichen Miteinanders und der sozialen Einbindung von allen Akteuren, sowie die Bündelung der Ressourcen, um Inklusion zu erreichen.

Das Persönliche Budget wird als Chance zur Verwirklichung des Anspruchs auf eine selbstbestimmte Auswahl der Leistungen im Rahmen des Versorgungssystems genannt.

Für Einrichtungsträger im Bereich Wohnen, Bildung, Arbeit wird das Modell des österreichischen Dachverbandes EASPD (European Association of Service Providers for Persons with Disabilities) vorgestellt. Wohnen ist hier eine gemeindenahe Dienstleitung, die sowohl Beratung, als auch unterstützende Dienstleistungen, wie z.B. Frühberatung, Frühtherapie beinhaltet, aber auch Arbeitsassistenz, Wohnassistenz, Unterstützungs-

leistungen zur Beschäftigung (z.B. Entlohnung statt Pensionsleistungen der WfbM) einschließt. Die Unterstützung muss bei Lebensabschnittswechsel situativ und persönlich handeln können. Inklusive Bildungsangebote gehören genauso dazu wie die Flexibilität der Dienstleistungen. Die Qualitätssicherung dieser Dienstleistung erfolgt anhand der Bemessung der Qualität, die bei den Menschen ankommt. Als Appell wurde bekundet, dass mehr von diesen neuen Angebotsformen geschaffen werden sollten und müssen. Bleiben die Einrichtungen und Dienstleister bei den bisherigen Angebotsstrukturen und richten sich nicht an den Person in einem ganzheitlichen Sinne aus, wird den Dienstleistern der Kunde weglaufen.

Wer bemisst die Qualität einer Dienstleistung, eines Angebotes, einer Wohnform oder eines Arbeitsplatzes?

Bisher wurden diese Fragen der Qualitätsbemessung und Qualitätssicherung ausschließlich in den klassischen Bereichen Struktur-Prozess und Ergebnisqualität bemessen und entsprechend evaluiert.

Es ist nur konsequent, wenn zu der Strukturqualität z.B. einer Wohnform, bemessen durch Quadratmetergröße, Waschbecken, Brandschutzverordnungen auch die Perspektive erfragt wird, um die es eigentlich geht. Aus der des Nutzers der jeweiligen Leistung! Es geht um eine Qualitätsbemessung und Qualitätssicherung aus seiner Sicht.

Auch hier machen es die Niederländer und die Österreicher vor. Oualität wird von den Nutzern bemessen. Die Niederländer bilden durch das Perspectief-Programm Interviewer mit Behinderungen aus (www.perspectief.org). Auch das Österreichische Programm NUEVA (Nutzer Evaluieren) bildet Menschen mit Behinderung als Interviewer und Evaluatoren aus. Diese gehen dann in Einrichtungen und evaluieren die Nutzer der jeweiligen Angebote auf "Augenhöhe". Hier findet der Begriff der "peers" als ein "Agieren auf Augenhöhe unter Gleichgestellten" eine neue und inklusive Bedeutung. Um dieses Programm im Sinne einer Multiplikatorenfunktion transparent zu machen gibt es das UNIQ Programm. Hier ist Deutschland ebenfalls eingebunden. Eine Kostenübernahme dieser nutzergerichteten Evaluation ist im aktuellen Berliner Landesrecht enthalten, wenn auch hier die Finanzierungsfrage nicht abschließend geklärt ist. Perspektivisch scheint es gewinnbringend, wenn die Ideen der Nachbarländer und die ansatzweise rechtliche Etablierung dessen im Berliner Landesrecht weitere Verbreitung in Deutschland finden, trotz aller Besonderheiten des föderalen Systems.

Die eine Seite zur Verwirklichung der Rechte der UN-Konvention ist die Veränderung in den bestehenden Strukturen und Prozessen, um den Menschen, die bisher eben nicht ihr Rechte verwirklichen konnten, dies zu ermöglichen. Die andere Seite ist: Wie kann die Person in die Lage versetzt werden die Rechte auch wahrzunehmen und umzusetzen? Hier sind wir im Bereich der

Persönlichkeitsentwicklung sowie, als Unterstützung dieses kantschen Erziehungsziels, bei der Methode der Persönlichen Zukunftsplanung.

Die Entwicklung einer Persönlichkeit bzw. Identität ist die Voraussetzung, um Wünsche und Vorstellungen zu entwickeln und diese in einer selbstbestimmten Weise ausdrücken zu können. Frau Prof. Schuppener von der Universität Leipzig spricht in diesem Zusammenhang von einer erarbeiteten Identität, welche die Erfahrungen "behindert zu werden", z.B. sich Gehör verschaffen zu müssen, verstanden zu werden, Respekt entgegengebracht zu bekommen, als eine Kompetenz versteht. Diese Kompetenz mit Behinderungen umzugehen

Inklusion ist eine Investition in die Gesellschaft, eine Investition in die Zukunft.

Kenneth Eklindh, UNESCO, Leiter der Abteilung zur frühkindlichen Betreuung und Bildung, Frankreich

und sich durchzusetzen gilt es zu fördern, eventuell durch die Einführung eines Lernbereichs "Identität" in Bildungseinrichtungen.

Darauf aufbauend bzw. unterstützend wirkt in diesem Prozess das Konzept der selbstbestimmten Zukunftsplanung. Hier geht es um den Aufbau eines Unterstützerkreises, der die individuelle Lebensplanung eines Menschen unterstützen und fördern kann. Dieses Konzept geht einher mit einer Veränderung des Systems der Behindertenhilfe und der Organisationen. Das "New Path Modell" nach Prof. Hinz geht noch einen Schritt weiter und bringt die persönliche Zukunftsplanung auf eine strukturelle organisatorische Ebene. Es geht dabei um die Entwicklung eines langfristigen Curriculums / Trainings, das persönliche Zukunftsplanung in die Trägerschaften, Dienstleistungen einbettet und über Multiplikatorenausbildungen Verbreitung findet. "New Path" beinhaltet eine starke Personenzentrierung, eine Sozialraumorientierung sowie Lebensplanungs- und Schnittstellenarbeit, aber auch eine Evaluation sowie die Etablierung von Qualitätskriterien für die Zukunftsplanung.

Besonders im Bereich der Bildung habe ich ein Wirrwarr an unterschiedlichsten Begriffen wahrgenommen. Sei es eine inklusive Bildung, eine demokratische, eine lebensbereichernde oder eine emanzipatorische Bildung; als Kern nahm ich die zu bildende Person wahr. Sollte die zu bildende Person der paradigmatische Kern aller verwendeten Bindestrich-Bildungsbegriffe sein, so geht es auch bei inklusiver Bildung immer um die Selbstbildung der Person. Sofern auch inklusive Bildung immer Selbstbildung ist und die sich bildende Person der Hauptakteuer ihrer Bildungslaufbahn ist, verbirgt sich hinter dem Wort "Bildung" das humboldtsche Bildungsideal, das Adjektiv "inklusiv" beinhaltet die Perspektive der Zertifizierbarkeit von bisher nicht zertifizierbarem Wissen in einem formalen System, welches individuelle Bildungswege und Abschlüsse ermöglicht und fördert.

Als Appell war auf dem Kongress zu hören, dass die Wege für die sich bildende Person so gestaltet, Strukturen so verändert und Haltungen so angepasst werden müssen, dass eine selbstbestimmte Bildung nach den eigenen Fähigkeiten und Interessen im Bildungssystem nicht nur möglich, sondern auch zertifizierbar und damit qualifizierbar ist.

Ein Paradigmenwechsel soll auch im Bereich der Festlegung des relevanten Bildungswissens entstehen. Frau Boban von der Universität Halle veranschaulichte das ständig zunehmende Wissen der Welt als große wabernde Wolke. In diesem Gesamtwissen gibt es eine kleine Mikrowolke – diese winzige Wolke ist der Wissensbestand, den es derzeit in der Schule zu lernen

Inklusion,
Vision und Wirklichkeit,
für deren Umsetzung
bildungspolitische, soziale,
institutionelle Strukturen
verändert werden müssen.
Ein notwendiger
Paradigmenwechsel,
der eine Kultur braucht,
die Leben als einen Dialog
versteht und weiß,
dass Weltgestaltung
zugleich immer
auch Selbstgestaltung
des Menschen ist.

Britta Bonifacius, Künstlerin und Kunsttherapeutin

Inklusion bietet die Chance. die Erziehung hin zu einem toleranteren Verhalten zu fördern und damit lernbeeinträchtigte Mitschüler zu akzeptieren. Dabei muss aber den Verantwortlichen in Politik und Schulverwaltungen klar sein, dass all dies nicht ohne Investitionen gehen wird. Vor allem die sonderpädagogischen Kompetenzen möglichst vieler Pädagogen müssen deutlich ausgebaut werden. Auch in Zeiten von Sparklausuren und Finanzsperren gilt, dass die frühe Weichenstellung hin zu mehr Teilhabe nicht nur unter humanitären, sondern auch unter ökonomischen Gesichtspunkten langfristig

Dr. Ulrike Horacek, Kinder- und Jugendärztin, Vorstandsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Sozialpädiatrie und Jugendmedizin (DGSPJ)

Priorität bekommen sollte.

gilt. Kurios bei diesem Bild scheint, dass eine kleine Anzahl von Personen festlegt, welches Wissen relevant und welches irrelevant ist und damit nicht Bestandteil eines schulischen Curriculums sein soll. Inklusive Bildung öffnet auch die weiteren Bildungsbereiche als relevante Bereiche und ermöglicht zumindest auf normativer Ebene eine Zertifizierung und Qualifizierung des Wissens jenseits des Bildungscurriculums.

Bozen macht es vor wie es in der Schule gehen kann. Frau Dr. Heidi Niederstätter vom Deutschen Schulamt Bozen stellte die inklusive Schule in Südtirol vor. Hier ist es für alle Schüler möglich je nach ihren Interessen einen individuellen Abschluss zu mächen. In dem

Abschlusszeugnis wird der individuelle Bildungszuwachs in einem ganz persönlichen Bereich festgelegt und zertifiziert. So muss z.B. ein Schüler nicht zwingend Mathematik lernen und können, wenn ihm dies überhaupt nicht liegt. Seine Kompetenzen liegen dann vielleicht eher im sprachlichen oder im organisatorischen, vielleicht auch im kreativen Bereich. Wie auch immer, die jeweiligen Stärken, Schwächen, Interessen und Neigungen werden personenzentriert ausgemacht und danach bemisst sich der individuelle Lehrplan für jeden einzelnen Schüler. Die Prüfungen sind ebenso individuell ausgerichtet. Bozen schafft es mit diesem Konzept sogar z.B. Wachkoma-Patienten zu beschulen. Dies funktioniert durch die Techniken eines individuellen Erziehungsplanes (IEP) und eines funktionellen Entwicklungsprofiles (FEP). Die Integrationshelfer sind für die ganze Klasse zuständig. Dies knüpft an das Konzept der demokratischen Schule an. Eine Demokratische Schule nach dem Vorbild Israels geht von der Unterstützung der ganzen Klasse und nicht der eines einzelnen Schülers aus. Der Spezialist, z.B. der Integrationshelfer, ist nicht für einzelne Schüler da, sondern für besondere Situationen, wie z.B. Konfliktsituationen.

Bildung und Inklusive Schule wird seit Jahren von der UNESCO bearbeitet und hier sind in vielen Ländern schon positive Entwicklungen zu verzeichnen. Als Hürden, die es auf dem Weg zu einer inklusiven Bildung zu überwinden gilt, wurden genannt:

- Behindernde Einstellungen
- Fehlendes Wissen
- Segregation
- Falsche Erwartungen
- Falsche Arbeitshaltung

Eine inklusive Schule respektiert die Differenzen, akzeptiert unterschiedliche Lernwege und Lernzeiten, beinhaltet verschiedene Lernmethoden und weist einen offenen und flexiblen Lehrplan auf. Die UNESCO betont, dass Inklusion niemals als Kostenpunkt betrachtet werden kann und darf. Inklusion ist eine Investition in die Gesellschaft, eine Investition in die Zukunft! Im Gesundheitsbereich erfahren Menschen mit Lernschwierigkeiten nach einem Vortrag aus England massive Nachteile. Hier findet aktuell die Kampagne "Getting it right" statt, um der Diskriminierung im Gesundheitssektor zu begegnen.

#### Fazit:

Inklusion ist ein Begriff, der ganz unterschiedliche Bedeutungen erfährt. Die Bedeutung des Inklusionsbegriffs verändert sich je nach Land, Region, Träger, Denkmuster und vorherrschendem Paradigma. Unstrittig ist die immense Bedeutung von Inklusion für die Realität von Menschen, die diese Rechte bisher eben nicht hatten und aktuell in vielen Bereichen nicht umsetzen können.

Mein persönlicher Eindruck war, dass unsere Nachbarländer wie z.B. Niederlande, Schweiz und Österreich in vielen Bereichen mutiger Modellprojekte umsetzen und personenzentrierte Dienstleistungen anbieten. Gleichzeitig wird Inklusion nicht verkürzt von Trägerund Anbieterseite aus gedacht, sondern konsequent von Menschen für Menschen. Inklusion scheint in seiner Bedeutung für die Menschen, um die es geht, noch längst nicht zu Ende gedacht zu sein. Als wesentliches Element zeichnet sich immer wieder das Lösen von bisherigen Denkmustern und das kritische Hinterfragen auch der eigenen Einstellung zu diesem Thema ab. In der Konsequenz geht die Diskussionslinie von einer Entprofessionalisierung des gesamten Behinderten- und Rehabilitationsbereiches bis hin zu einer Stärkung und einem Ausbau neuer wissenschaftlichen Bereiche, wie z.B. der Einbeziehung von Erkenntnissen der Neurobiologie in die zielgruppenorientierten erzieherischen Handlungs- und Forschungsfelder.

## Inklusion ist besser als die Fussball WM, weil dabei jeder gewinnt!

Johanna Sahling

Inklusion nehme ich als Schlagwort wahr. Ein Begriff, der spaltet und vereint. Eine Bedeutung, die immens wichtig für die Entwicklung der Gesellschaft der Zukunft sein wird und für meine Begriffe ganz klare erziehungswissenschaftliche Wurzeln hat, die leider noch viel zu unsichtbar sind und in der Unsichtbarkeit zu einer Vielfalt an unterschiedlichen Bedeutungsinhalten von Inklusion führen.

Es gilt auf dem gemeinsamen Weg zur Verwirklichung der Rechte für Menschen mit Behinderung achtsam zu sein:

Nicht überall ist Inklusion drin, wo Inklusion drauf steht!



Christian Frischt beim KIDS Flohmarkt

#### All inclusive!

Birte Müller, Mutter

Wenn ich mal irgendwo etwas kaufe oder buche und da stehen die Worte: "Alles inklusive", dann freue ich mich, denn dann weiß ich, dass alles mit enthalten ist, dass ich mich später nicht abplagen muss mit lästigen Fragen und Überlegungen zum Preis und versteckten Kosten.

Wenn ein Kind bei uns geboren wird, dann kann man mal davon ausgehen, dass alles inklusive ist im Lebenspaket, ohne große Extrakosten und Kämpfe: Krippe, Sandkastenfreunde, Kindergarten, Schule der Wahl, Ausbildung, vielleicht sogar ein Arbeitsplatz. Das Gegenteil von "inklusiv" bezeichnet wohl das Wort "ausgeschlossen", eine Erfahrung, die man mit einem behinderten Kind leider recht häufig macht. Ich würde mich freuen, wenn mein Sohn Willi in einer "All inclusive-Gesellschaft" aufwachsen würde, in der einfach alle Spielarten des Lebens nebeneinander an allem teilhaben und jeder dafür seinen Teil leistet. Nicht eine Gesellschaft, in der etwas, was vorher ausgeschlossen war, wieder integriert werden muss. Aber das muss natürlich zu allererst in unseren Köpfen stattfinden.

Ein Recht auf Inklusion, welches ich mir erst erstreiten muss, das ist für mich eben keine Inklusion. Das ist wie ein Frühstücksbuffet, bei dem angeblich alles inklusive ist und bei dem ich dann doch für jeden Kaffee, den ich trinken möchte, betteln muss und mich darüber streiten muss, wer ihn bezahlt ... Dann frühstücken wir lieber zu Hause!

# "Worin liegt der Unterschied zwischen Integration und Inklusion?"

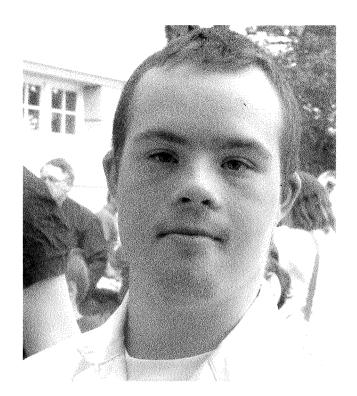
Ines Boban: "Eine kanadische Lehrerin hat mir sehr anschaulich erklärt, warum sie nicht mehr auf dem Begriff "inclusion" setzt, sondern vielmehr den Begriff "inclusion" verwendet. "Inclusion means with", aber bei Integration wird "integration in" verwendet. Und "in" oder "with" ist ein gravierender Unterschied.

Integration bedeutet in Bezug auf eine Gruppe, umgangssprachlich ausgedrückt, in der Hauptsache irgendwie drin und auch dabei. Das bedeutet in einer fest geformten Gruppe werden noch ein paar andere mit aufgenommen, d.h. diese werden integriert. Dies ruft jedoch eine Schieflage hervor, außerdem gibt es auch Stigmatisierungen innerhalb dieses Prozesses. Wenn wir uns jedoch den Begriff "inclusion means with" anschauen, wissen wir, dass wir eine vielfältige Gruppe sind, mit unterschiedlichsten Stärken, Qualitäten und Aspekten. Dann entsteht eine bunte Vielfalt aus diversen Minderheitsaspekten. Und ein Miteinander statt eines Nebeneinanders, es geht eben um mehr als um friedliche Koexistenz."

Aus einem Interview der Arche Nova Montessori Schule e.V. in München mit Ines Boban, Sonderschullehrerin und wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg,

Internetquelle: www.archenova-schule.de





## Eltern als "Motor der Integrationsbewegung"

Die UN-Konvention über die Rechte behinderter Menschen hat anscheinend nichts daran geändert, dass vor allen Dingen Eltern die Integrationsbewegung in Deutschland fördern und entsprechende Strukturen einfordern.

Prof. Dr. Kerstin Ziemen von der Universität Köln, Lehrstuhl Pädagogik und Didaktik bei Menschen mit geistiger Behinderung, und Dr. Anke Langer von der Universität Köln, Modellkolleg Bildungswissenschaften, haben sich der Frage angenommen, wer die Integration eigentlich voran bringt. Sie haben einen Fragebogen entwickelt um systematisch zu erfassen, was Eltern im Zusammenhang mit Integration bewegt, wie sie sich engagieren und was sie sich zukünftig erhoffen.

Der Fragebogen ist unter http://www.reflectere.net/index.php?option=com\_poll xt&Itemid=85 zu finden und kann dort auch beantwortet werden.

Auf der Seite www.reflectere.net finden sich weitere Informationen zu diesem Projekt.

## Integration oder Inklusion?

von Regine Sahling

Inklusion ist ein Wort, das seit Ratifizierung der UN-Behindertenrechtskonvention in vielen Diskussionen vorkommt. Häufig wird dort auch die Frage gestellt, was denn der Unterschied zwischen Inklusion und Integration sei. Bezogen auf die Schulsituation lässt sich diese Frage aus Elternsicht wie folgt beantworten:

In der Integration haben die Eltern die Möglichkeit ihr Kind gemeinsam mit nicht behinderten Kindern beschulen zu lassen, wenn sie einen entsprechenden Antrag gestellt haben, die Schule bereit ist, eine Integrationsklasse einzurichten, das Kind als in die Klasse passend beurteilt wird und es u.U. aus einem größeren Kreis von "Bewerbern" ausgesucht wird. In diesem System müssen die Eltern ihren Wunsch, ihr Kind integrativ zu erziehen und zu beschulen, häufig begründen und die Kinder müssen gewisse, für ihre Sitution teilweise falsche Anforderungen erfüllen, um als I-Kind ausgesucht zu werden.

Inklusion geht dagegen davon aus, dass jedes Kind dazu gehört und das Recht hat, dort beschult zu werden, wo der Mittelpunkt seines Lebens liegt. Kinder müssen keine Anforderungen erfüllen, um als zugehörig akzeptiert zu werden. Eltern müssen sich nicht mehr für den Wunsch, ihr Kind am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu lassen, rechtfertigen.

Eine inklusive Gesellschaft, wie ich sie mir vorstelle, lässt Menschen mit Behinderungen selbstverständlich an ihrem eigenen Platz in der Gesellschaft. – Damit würde ein unermeßlicher Leistungs- und Rechtfertigungsdruck von Menschen mit Behinderungen und ihren Angehörigen genommen werden!



# Literatur zum Thema Inklusion

#### Index für Inklusion

Der "Index für Inklusion" wurde von den englischen Autoren Tony Booth und Mel Ainscow entwickelt. Seit 2003 liegt er in der von Ines Boban und Andreas Hinz übersetzten und für deutschsprachige Verhältnisse bearbeiteten Version vor.

Die Verbreitung des deutschsprachigen Index für Inklusion für Schulen mit zwischenzeitlich etwa 2.000 Exemplaren scheint eine Bestätigung dafür zu sein, dass es sich dabei um ein als hilfreich eingeschätztes Material handelt. Sein Anliegen ist in der englischen Originalausgabe wie in seiner deutschen Adaption, Schulen Angebote zur gemeinsamen Reflexion der momentanen Situation zu machen und zur gemeinsamen Planung nächster Schritte in einer Richtung zu ermutigen, die es ihr erleichtert, einem Selbstverständnis und der Praxis einer "Schule für alle" näher zu kommen.

So kann die Schule bessere Möglichkeiten finden, der Vielfalt von Bedarfen der SchülerInnen wie allen weiteren Gruppen zu entsprechen, die mit und in der Schule zu tun haben. Dafür bietet der Index – neben einem Phasenmodell mit zeitlicher Strukturierung – ein großes Menü von inhaltlichen Impulsen an, das zunehmend differenziert in drei Dimensionen, unterteilt in sechs Bereiche, aufgegliedert in 44 Indikatoren und schließlich ausgebreitet in 560 Fragen auf etwa 50 Seiten sowohl zur momentanen Praxis als auch zu möglichen nächsten Schritten Anregungen bieten soll. Die ursprüngliche Version für Schulen wurde von den englischen Autoren um eine für Kindertageseinrichtungen ergänzt, eine weitere Version für eine inklusive Kommunalpolitik ist in Arbeit. Auf Deutsch liegt die Fassung für Kindertageseinrichtungen ebenfalls vor.

Weitere Informationen zum Index für Inklusion und zu Inklusionspädagogik, zusammengestellt von Ines Boban und Andreas Hinz, Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, finden Sie unter www.inklusionspaedagogik.de Andreas Hinz, Ingrid Körner, Ulrich Niehoff (Hg.)

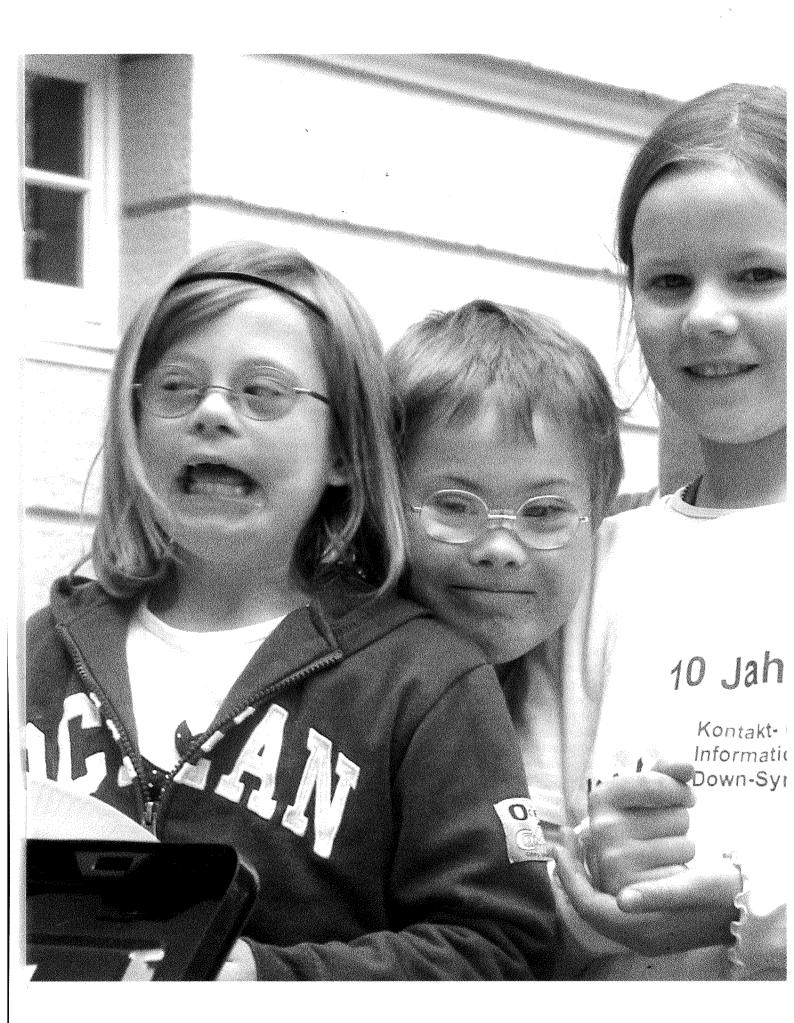
## Auf dem Weg zur Schule für alle

Barrieren überwinden – inklusive Pädagogik entwickeln Lebenshilfe-Verlag, 2010, A5, broschiert, 320 Seiten, ISBN:978-3-88617-316-7, 19,50 Euro

Seit März 2009 ist die Behindertenrechtskonvention der UN in Deutschland geltendes Recht. Sie verpflichtet in Artikel 24 die Unterzeichnerstaaten, ein "inclusive educational system", also ein inklusives Bildungssystem vorzuhalten und den vorbehaltlosen Zugang für alle Schüler mit Behinderung zur allgemeinen Schule zu ermöglichen. Doch wie soll die Schule der Zukunft aussehen? Wie wird man unterschiedlichen Voraussetzungen der Kinder gerecht?

Schüler mit und ohne Behinderung, Mädchen und Jungen unterschiedlicher Herkunft, Religion – sie alle sollen gemeinsam und wohnortnah unterrichtet werden. Was also ist zu tun? Dieses Buch beleuchtet das Thema von allen Seiten, programmatisch, theoretisch, praktisch, politisch und verbandlich.

Es gibt Orientierung in der Prozessbeschreibung von der Integration zur Inklusion. Besonders spannend sind die praktischen Beispiele, die zeigen, was heute schon möglich ist und was – vielleicht – morgen schon Normalität sein könnte.



## Empirisch-experimentelle Aufmerksamkeitsforschung

Interdisziplinäre Grundlagenforschung als Beitrag für eine inklusive Didaktik

von Franziska Noack und Michael Macykowski, Universität Hamburg, Juni 2010

Auf der Fachtagung "Perspektiven für Menschen mit Down- Syndrom" kündigten wir 2008 an, die Besonderheiten der Aufmerksamkeit unter den Bedingungen einer Trisomie 21 empirisch-experimentell zu untersuchen. Um den Zusammenhang zwischen Aufmerksamkeitsumfang und Gestalterkennung erforschen zu können, musste ein umfassendes Inventar entwickelt werden, das möglichst viele Menschen einschließt.

Nach erfolgreichem Abschluss der Voruntersuchungen begann am 29. Mai und am 5. Juni 2010 unter der wissenschaftlichen von Leitung von Prof. Dr. André Frank Zimpel, der Auftakt unseres Gesamtprojekts, das sich von Hamburg aus über den gesamten deutschsprachigen Raum erstrecken soll.

Die Resonanz auf unsere Initiative, die Besonderheiten der Aufmerksamkeit unter den Bedingungen einer Trisomie 21 in einer umfangreichen Studie zu untersuchen, war ermutigend. Rund 300 interessierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer boten uns auf der Fachtagung "Down-Syndrom" und in den Tagen und Wochen danach ihre Unterstützung an. In den Folgemonaten begannen wir mit der Konzeption einer Studie, die barrierefrei angelegt ist und individuellen Entwicklungswegen Rechnung trägt. Im Mittelpunkt stehen vier »Meilensteine der geistigen Entwicklung«, die auf einen linearen Zusammenhang zwischen Alter und Entwicklungsstufe vollständig verzichten und die Untersuchung der Besonderheiten der Simultanerfassung durch die Untersuchung der Stärke der Gestalterkennung ergänzen. Ausgehend von den folgenden Unterscheidungen entwickelten wir Materialien, die zahlreichen Menschen ermöglichen sollen, an der Untersuchung teilzunehmen.

- Die Entwicklung bis zu der Zeigegeste;
- von der Zeigegeste bis zum Beginn der Fähigkeit zur Nachahmung;
- von der Nachahmung bis zu den ersten F\u00e4higkeiten des Nachz\u00e4hlens und der Buchst\u00e4benkenntnis;
- ab der Entwicklung des Nachzählens und der Buchstabenkenntnis.

Um weitere Barrieren abzubauen wurde das Untersuchungsinventar so angelegt, dass es unterschiedliche

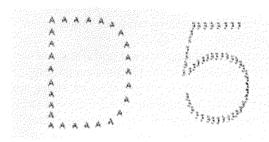
Zugänge für die Erfassung von Aufmerksamkeitsumfang und Gestalterkennung ermöglicht. So wurden Materialien zusammengestellt, die sowohl auf die visuelle als auch auf die auditive Wahrnehmung ausgerichtet sind. Insgesamt achteten wir darauf, dass die Lautsprache keine zusätzliche Hürde für die Teilnahme an der Untersuchung darstellt. Des Weiteren maßen wir dem emotionalen Erleben unseres Inventars große Bedeutung bei. Wir gehen davon aus, dass einmal geweckte Emotionen bei Menschen unter den Bedingungen von Trisomie 21 sehr nachhaltig wirken. Angst oder Frustration durch Misserfolge können unerwünscht langwierige und nachhaltige Wirkung zeigen. Gelingt es hingegen, positive Emotionen für einen Lernbereich oder eine Aufgabenstellung zu wecken, wirkt sich dies beispielsweise vorteilhaft auf die Konzentrationsfähigkeit aus1. Hieraus leitete sich eine hohe Verantwortung in Bezug auf die Konzeption der gesamten Untersuchung ab. Daher war es unser Ziel, Testmaterialien zu entwickeln, die einen hohen Aufforderungscharakter zur Interaktion bzw. zum Spielen besitzen und darüber die Testsituation in den Hintergrund treten lassen. Weiterhin wurde nach Verfahren gesucht, die bei möglichst allen Untersuchungsteilnehmerinnen und Untersuchungsteilnehmern eine positive Grundstimmung hinterlassen. Wir luden betroffene Kinder und Jugendliche zum Test unseres Materials ein. In der Rolle von Expertinnen und Experten erprobten und beurteilten sie unser Inventar und gaben uns ein überaus wertvolles Feedback für die Gestaltung der Materialien sowie des gesamten Untersuchungssettings. An dieser Stelle möchten wir allen Kindern und Jugendlichen, Familienangehörigen sowie KIDS Hamburg e.V. noch einmal ganz herzlich für die tatkräftige Unterstützung an den Vorarbeiten unseres Forschungsvorhabens danken. Ohne ihren Einsatz wären die vielversprechenden Ergebnisse der ersten offiziellen Untersuchungstage nicht möglich gewesen!

Inzwischen verfügen wir über ein breit angelegtes Untersuchungsinventar, das all die genannten Kriterien zu erfüllen scheint. Inbegriffen sind hier bereits erprobte Untersuchungsverfahren wie die "Progressiven Matrizen" von Raven oder vielfach erprobte Experimente von der Neuropsychologin Ursula Bellugi und der Entwicklungspsychologin Karen Wynn. Wir stellten diese Materialien neu zusammen und ergänzten sie durch selbst entwickelte psychologische Erhebungsinstrumente.

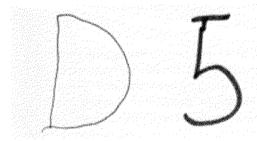
Aufgrund der neurologischen Besonderheiten unserer Untersuchungsteilnehmerinnen und Untersuchungsteilnehmer sowie der Tatsache, dass uns die Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen in den seltensten Fällen vorab bekannt sind, erschien es uns schwer möglich, ein kriteriengeleitetes Angebot von Experimenten für die jeweilige Untersuchung zusammenzustellen. Daher entschieden wir uns dafür, unsere Experimente in einem Top-down-Verfahren anzubieten. Je nach dem in welcher

Ursula Bellugi schrieb der Junge ein "D" und die Ziffer "5"<sup>2</sup>. Er orientierte sich ganz offensichtlich an der Gestalt und vernachlässigte die vielen kleinen Buchstaben und Zahlen aus denen das "D" und die Fünfbestanden.

In einem anderen Experiment erhielten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von uns die Aufgabe, sich Bildvorlagen mit Punktanordnungen anzusehen, einzuprägen und mit Matheplättchen aus dem Gedächtnis nachzulegen. Mit einem Auszug aus unserem Transkript lässt sich sehr schön zeigen, wie Gestalten und vertraute Anordnungen Menschen unter den Bedingungen von Trisomie 21 darin unterstützen, sich eine größere Anzahlen von Punkten zu merken. Beim Kontrollieren seines Arbeitsproduktes sagte ein 34-jähriger Mann:

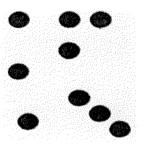


Vorlagen

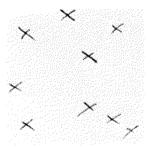


13 Jahre alter Junge (Trisomie 21)

Weise die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit und an dem angebotenen Material tätig wurden, konnten wir abwägen, ob und welche weiteren Untersuchungsmethoden für die Datenerhebung notwendig waren. Die Zusammenfassung der ersten Untersuchungsergebnisse bestätigt unsere Grundannahme. Während die quantitative Auswertung diese Tendenz bislang lediglich erahnen lässt, zeigt die qualitative Analyse des gesammelten Datenmaterials sehr eindrücklich, dass unsere Untersuchungsteilnehmerinnen und Untersuchungsteilnehmer unter den Bedingungen von Trisomie 21 die Besonderheiten der Simultanerfassung durch eine Stärke in der Gestalterkennung kompensieren. In Anlehnung an ein Testverfahren von Ursula Bellugi legten wir beispielsweise einem dreizehnjährigen Jungen unter den Bedingungen von Trisomie 21 die unten abgebildeten DIN-A4 Vorlagen – ein "D", bestehend aus vielen kleinen "As" sowie eine Fünf, bestehend aus vielen Dreien – zum Abschreiben vor. Ähnlich wie die elf- und sechzehnjährigen Probandinnen und Probanden von



Vorlage



Protokoll/Herr S

Herr S.: Moment "K", .ss aus wie K.

Frau N.: Sind Sie fertig?

Herr S.: Ja, mal gucken, ob richtig. (...)

Frau N.: Wie haben Sie sich die Punkte gemerkt?
Herr S.: Drei (zeigt auf die senkrechte Dreieranordnung

am linken Rand), auch noch drei (zeigt auf vertikale Dreieranordnung unten rechts) und oben drei (zeigt auf die vertikale Dreieranordnung, die zum rechten Rand führt)

Frau N.: Und dann haben Sie sich das "K" gemerkt? Herr S.: Ja, sieht aus wie ein "K".

Am 5. Juni 2010 konzentrierten sich die Untersuchungen auf die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, für die unsere Materialien keinen Aufforderungscharakter boten. Das Fehlen der Zeigegeste aber auch Verständigungsschwierigkeiten erfordern ein Forschungsinventar, das auf diese Bedingungen weitestgehend verzichtet. Inspiriert durch die experimentelle Säuglingsforschung der Yale-Professorin, Karen Wynn<sup>6</sup>, konzipierten wir ein Mobiles

Forschungstheater, das unseren oben genannten Ansprüchen genügt und das im Hinblick auf die Auswertung aktuellen informationstechnischen Standards entspricht. Dieses Erhebungsverfahren wird von Prof. Dr. Olaf Zukunft und den Mitarbeitern des Useability-Labs an der Hochschule für Angewandte Wissenschaften (HAW), Fachbereich Informatik, dankenswerterweise unterstützt.

Die Theater-Vorführung besteht aus zwei Teilen. Um die Hypothese hinsichtlich des Aufmerksamkeitsumfangs zu untersuchen, wird eine Anzahl kleiner Spielzeug-Entchen unter Einbezug einiger Tricks so weit gesteigert, bis sie gewissermaßen verrauscht. Geht der Überblick im Spiel der Erwartungen verloren, wenden sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gelangweilt ab oder beschäftigen sich mit etwas anderem.



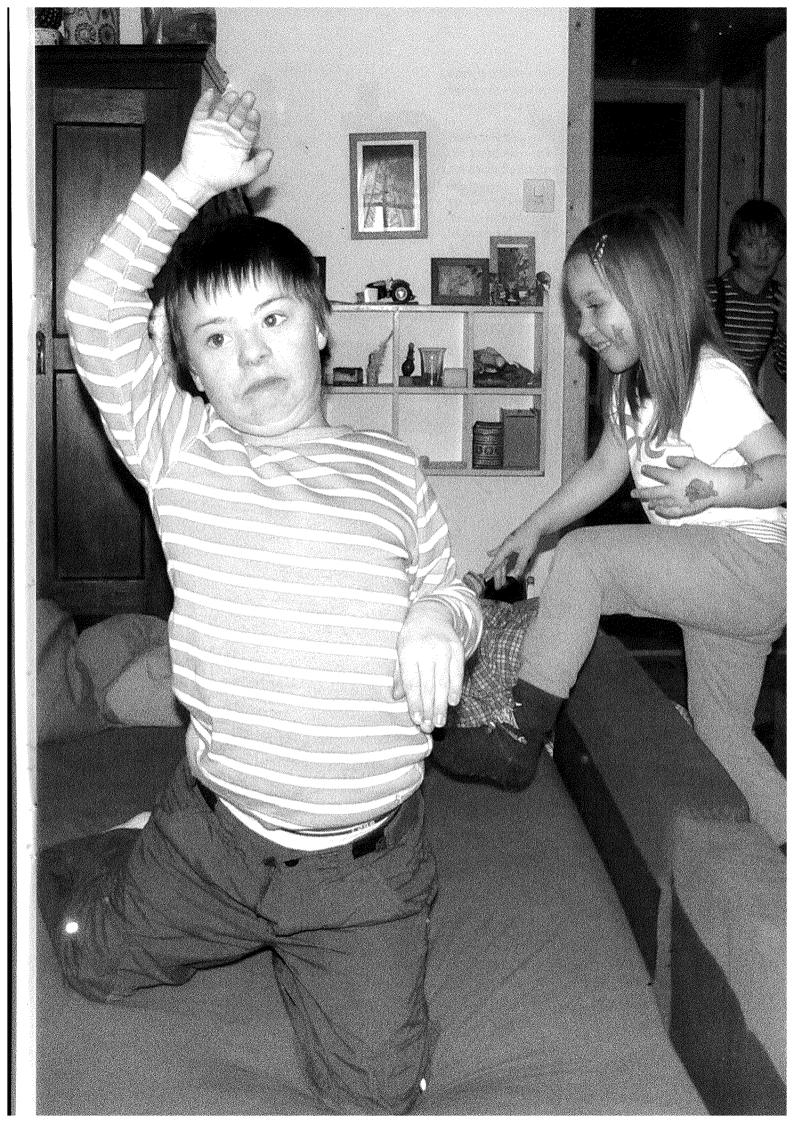


Um den zweiten Teil die Hypothese hinsichtlich der Gestalterkennung zu untersuchen, nutzen wir ein einfaches Interferenzexperiment, in dem mit Hilfe von Smileys die Kraft der emotionalen Ansteckung genutzt wird. Während einer knapp dreiminütigen Vorführung werden mit Hilfe eines »Eye-Trackers« die Blickbewegungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer aufgezeichnet.

Die uns derzeitig vorliegenden Untersuchungsergebnisse haben die Hypothese bereits bestätigt. Auch in diesem Teilbereich der Forschung zeichnet sich ab, dass die Besonderheiten Simultanerfassung bei Menschen unter der Bedingung einer Trisomie 21 durch ihre Stärke in der Gestalterkennung kompensiert werden. So nahmen etwa die »Unruhehandlungen« einer Teilnehmerin (3;10 Jahre) bei steigender Anzahl sichtlich zu, während eine andere Teilnehmerin (4;1 Jahre) den Anblick des »traurigen Smileys« kurzerhand mit dem Verlassen der gesamten Situation quittierte.

Die Ergebnisse unserer empirischen Untersuchung dienen der Formulierung von Arbeitshypothesen zur Lösung konkreter pädagogischer Fragestellungen. Im Dialog mit Menschen unter den Bedingungen von Trisomie 21 soll auf Basis dieser Arbeitshypothesen didaktisches und diagnostisches Material sowie Lernsoftware entwickelt und evaluiert werden. Hierzu werden wir demnächst in Hamburg eine Lernwerkstatt für Kinder des Frühförderbereiches sowie Jugendliche und Jungerwachsene anbieten.

- Zimpel, André Frank (2008): Bewegung, Emotion und Aufmerksamkeit. Die Neuropsychologie der geistigen Entwicklung bei Trisomie 21.
   In: KIDS Aktuell, Nr. 17.,04/2008, S. 11 und Zimpel, André Frank (2010): Zur Neuropsychologie des abstrakten Denkens und den Bedingungen einer Trisomie 21. In: Leben mit Down-Syndrom, Nr. 63, S. 28-35.
- 2) Bellugi, Ursula et al. (1989): Seeing either the Forrest or the Trees: Dissociation in Visuospatial Processing. In: Brain And Cognition 11, S. 47.
- Wynn, Karen (1992): Addition and subtraction by human infants. In: Nature. Vol. 358, 08/1992, S. 749-750.



# Freiz



# e i t

### "Wenn man frei hat und wenn man faul ist"

Autorinnen des Ohrenkuss Magazins äußern sich zu dem Thema "Freizeit" – und (wie so oft) stellt man verblüfft fest, dass sie stinknormale Menschen sind, wie alle anderen auch. Sie lieben es, etwas in der Freizeit zu machen – und darüber schreiben sie. Viele von ihnen haben zahlreiche Hobbys und betreiben sie seit vielen Jahren. Einige bereits seit ihrer Kindheit. Sie hatten großes Glück, denn irgendjemand hat es ihnen damals ermöglicht an diesen Aktivitäten teilzunehmen: endlich mal etwas alleine machen, ohne Eltern und ohne Familie!

Viele Ohrenkuss-AutorInnen können natürlich selber schreiben, mit der Hand, dem Computer oder der Schreibmaschine. Manchmal geht es aber schneller, wenn sie den Text diktieren. Dann können sie ihre Gedanken besser sortieren und sich konzentrieren.

#### Was ist denn eigentlich ein Ohrenkuss?

Man hört und sieht ganz vieles – das meiste davon geht zum einen Ohr hinein und sofort zum anderen Ohr wieder heraus.

Aber manches ist auch wichtig und bleibt im Kopf – das ist dann ein Ohrenkuss.

Ohrenkuss ... da rein, da raus ist eine Zeitung gemacht von Menschen mit Down-Syndrom. Sie entsteht in der downtown-werkstatt für Kultur und Wissenschaft in Bonn.

Über (fast) alles haben die Macher von Ohrenkuss schon einmal geschrieben: über die Liebe, die Musik, über Essen und Trinken, Sport und den ewigen Streit zwischen Männern und Frauen. Menschen mit Down-Syndrom schreiben in Ohrenkuss über das, was sie bewegt, sie teilen ihre Gefühle den Lesern mit. Die Leser interessieren sich dafür, was Menschen mit Down-Syndrom zu sagen haben, deshalb haben auch schon 3.000 Menschen ein festes Abo. Ein Ohrenkuss-Abo zu haben bedeutet,

dass man jedes halbe Jahr einen Ohrenkuss mit der Post bekommt – und einmal im Jahr liegt dann ein Rechnung dabei, die bezahlt werden muss.

#### Wer schreibt eigentlich für Ohrenkuss?

Die zwölf Bonner Kollegen treffen sich jede Woche zur Redaktionssitzung. Alle diese Menschen haben das Down-Syndrom – das bedeutet, dass sie etwas langsamer sind als andere Menschen und auch Lernschwierigkeiten haben.

Es bedeutet aber nicht, dass sie nichts zu sagen haben – deshalb schreiben sie ja auch für Ohrenkuss. Sie schreiben selber, diktieren ihre Texte einem Sekretär oder Tonband. Einige können mit dem Computer umgehen und schreiben ihre Texte als WORD-Datei und verschicken sie dann mit einer eMail.

Es gibt fast 40 Menschen mit Down-Syndrom, die nicht in Bonn leben, aber trotzdem für den Ohrenkuss schreiben. Sie werden Außenkorrespondenten genannt. Die Außenkorrespondenten senden der Ohrenkuss-Redaktion ihre Texte mit Post, Fax, Tonband oder eMail zu. Die Texte der Autoren werden nicht verbessert. Wer nicht weiß, wie ein Wort richtig geschrieben wird, kann in einem Wörterbuch nachsehen – oder es auch bleiben lassen – das ist nicht wichtig. Wichtig ist der Gedanke im eigenen Kopf.

Die Autoren- und Redaktionsarbeit wird von Assistenten begleitet, die dann unterstützen, wenn es gewünscht oder sinnvoll ist.

Bei Ohrenkuss kann sich jeder bewerben, der das sogenannte "Down-Syndrom" hat – auch bekannt als "Trisomie 21".

#### Wer liest den Ohrenkuss?

Ohrenkuss wird natürlich für alle Menschen gemacht, egal, ob sie Down-Syndrom haben oder nicht. Viele Ärzte, Lehrer, Eltern, Geschwister und Menschen mit Down-Syndrom lesen den Ohrenkuss. Es gibt aber auch viele Fans, die ein Abo haben, einfach weil sie die Texte und die Bilder cool finden.

Weeva schreibt zum Beispiel in dem Gästebuch von Ohrenkuss: "hallo! also, wenn man sich die seite, die portraits und die berichte durchliest, merkt man; es ist schade, keinen menschen mit Down-Syndrom als freund zu haben!" (Fortsetzung S. Folgeseite)

#### Was ist das Besondere an dem Ohrenkuss-Projekt?

Der Ohrenkuss hat Texte, die das Herz bewegen. Der Ohrenkuss hat wunderschöne Fotos. Der Ohrenkuss sieht einfach schön aus – das liegt an der Gestaltung durch die Grafikerin Maya Hässig aus Köln. Und Ohrenkuss hat eine coole Website, die weitgehend barrierefrei ist.

#### Wer sind die Macher von Ohrenkuss?

Mehr als 20 Personen machen beim Ohrenkuss-Team in Bonn mit: Zwölf Personen mit Down-Syndrom schreiben

## FreiZeit

die Texte. Drei Personen begleiten die Menschen mit Down-Syndrom. Drei Personen kümmern sich um das Geld und das Verschicken der Hefte. Mehrere Leute fotografieren für den Ohrenkuss. Eine Person macht das Stimm- und Kommunikationstraining. Im Moment arbeiten mindestens vier Menschen an der Internet-Seite des Ohrenkuss. Und fast vierzig Personen mit Down-Syndrom, die nicht in Bonn leben, schreiben Texte für den Ohrenkuss.

Wir freuen uns, wenn einige Ohrenküsse bei Ihnen im Kopf oder im Herz bleiben!

Dieser Text und weitere Informationen stehen auch auf der Internet-Seite von Ohrenkuss:

#### www.ohrenkuss.de

Die meisten AutorInnen haben auf dieser Seite ein Portrait. Hier können Sie mehr über sie lesen: http://www.ohrenkuss.de/projekt/portraits

## Was kann man in der Freizeit machen?

Julian Göpel (26 Jahre), Ohrenkuss-Autor, diktiert (weil er seinen Ellbogen gebrochen hat):

"Sport, Sport in der Schule, Fußball, Basketball, Handball, Lesen, Schreiben, Musik hören, Filme angucken im Kino, Musicals besuchen, Theater besuchen, Orchester besuchen, Trödelmarkt besuchen, Frühlingsfest besuchen, Sommerfest besuchen, DVDs gucken, Photos angucken, Faul sein, Freizeitparks besuchen usw."

Er selber ist natürlich auch aktiv. In seiner Freizeit macht Julian Göpel folgendes:

"Flöte spielen, Leute besuchen, wenn die Geburtstag haben, Grillfeste besuchen, WM gucken in einer Kneipe, Computer spielen, Actionspiele und Fernsehen gucken."

Warum? "Wenn man frei hat und wenn man faul ist. Das ich keine Langeweile habe. Und es macht Spaß. Sonst fällt mir nichts ein".

#### Malen

Hermine Fraas ist 54 Jahre alt. Sie lebt in Ilmenau und hat einen eigenen Computer. Auf diesem hat sie diesen Text geschrieben und als Mail an die Redaktion geschickt:

Ich habe viele Hobbys. Am liebsten male ich. Ich muss aufpassen, dass die Kästen noch zu gehen, weil ich so viele Malblöcke, Farben und Malhefte habe. Wenn ich faul bin, nehme ich die Malhefte. Das ist aber Babykram. Zu Festen verschenke ich Gemälde an Freunde. Meine Mutter sagt, das ist besser, als wenn man Schnulli kauft. In jedem Jahr sind Bilder auch von mir in dem großen Kalender von den Stadtwerken Ilmenau. Den verkaufen wir dann.

Ich bin auch in einer Malgruppe. Zu Festen wünsche ich mir immer Farben. Zu Ostern hat mir meine Schwester Claudia einen ganzen Haufen Deckfarben in Tuben geschenkt. In meinem Zimmer im "Haus Daniela", in dem ich wohne, habe ich auch selbst gemalte Bilder aufgehängt. Da freue ich mich, und die Besucher staunen.

Ich muss noch was ergänzen. Neben dem Malhobby habe ich noch das Trommelhobby. Unsere Trommelgruppe gibt es schon seit über 10 Jahren, und da bin ich Spitze. Wir treten auch auf, übermorgen in Erfurt bei 20 Jahre Lebenshilfe, und dann noch mal im September, am 20. Auch in Erfurt zur Festveranstaltung.

Mein Hobby ist auch Theaterspielen. Da üben wir jeden Mittwoch und führen die Stücke dann auch auf. Häkeln ist seit einiger Zeit auch mein Hobby. Das erinnert mich an die Schulzeit. Meine Mutter trennt das manchmal wieder auf, wenn ich Fitz gemacht habe. Voriges Jahr habe ich viel besser gehäkelt, sogar meiner Schwester eine Kniedecke fürs Auto.



## FreiZeit

#### Musik

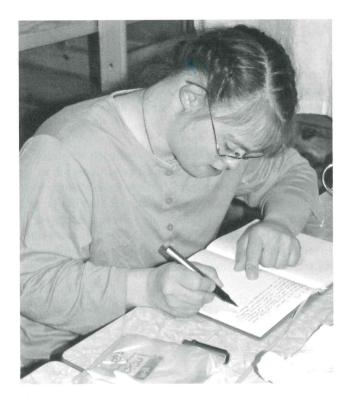
Sarah Eibsteiner ist fast 21 Jahre und hat ihren Text selbst am Computer geschrieben:

Was ich am liebsten mache in meiner Freizeit ist, Musizieren, Singen, Tanzen und Musik hören weil das mein Lieblingshobby ist, und auch weil Musik, Balsam für meine Seele ist wenn ich traurig bin. Ich möchte auch die Leute unterhalten, mit meiner Musik.

Ich bin auch meistens beim Computer, Da kann ich Fan Briefe an meine Lieblingsprominente schreiben, und ich freue mich unendlich wenn ich Post kriege von ihnen. Ich bin auch sehr gerne beim Fernseher weil, ich nämlich mein Lieblingskrimi, nämlich Soko Kitzbühel jeden Dienstag anschaue, weil meine Lieblingsschauspielerin, Kristina Sprenger mitspielt.

In der Arbeit wenn Pause ist, bin ich am meisten bei meinen festen Freund. Ich habe mich nämlich unsterblich verliebt, in ihm. Ich tue auch sehr gerne Sporteln, für meine Figur, weil Sport nämlich gesund ist.

Für mich ist Freizeit sehr wichtig weil, ich mich entspannen kann. Da vergesse ich sogar die Welt rings um mich. Ich denke dann an meinen Freund Lukas, an meine Zukunft, und auch an alte Zeiten zurück, wo ich noch nicht auf der Welt war. Und ich wünsche mir, vom ganzen Herzen, dass irgendwann Frieden durchsetzen kann auf der ganzen Welt.



#### Schreiben

Ohrenkuss Gründungsmitglied Marc Lohmann ist inzwischen 29 Jahre alt und diktiert seinen Text. Er ist berufstätig – und Ohrenkuss gehört in seine knapp bemessene Freizeit:

Mein Job ist auch hier in der Ohrenkuss-Sitzung in Bonn. Wir schreiben verschiedene Themen auf und wir schicken auch über den Computer zurück in der Redaktion Ohrenkuss. Wir sammeln Themen ein, die wir besprechen. Wir bekommen viel Applaus von den Zuschauern. Wir räumen die Preise ab! Das ist Ohrenkuss. Wir sind viel draußen und bearbeiten Themen in verschiedenen Restaurants. Wir gehen meistens spazieren mit den Ohrenkuss-Leuten. Wir kommen neue Gäste beim Ohrenkuss zum Sehen, zusammen reden, zusammen arbeiten an unseren Themen, die wir selber sagen und vorschlagen.

Meine Hobbys sind sehr viele: Turnen, Radfahren, Walking, Breakdance, Muskeltreiben im Sportpalast. Ich gehe meistens ins Stadion, wenn meine Mannschaft gewinnt: Leverkusen. Ich hab noch einen anderen Lieblingsverein: Vfl Wolfsburg. Fitnessstudio, Trainingsprogramm mache ich auch und Fahrrad fahren. Rausgehen, gehe schon mal raus. Mit 15 bin ich noch nicht Fahrrad gefahren, konnte ich nicht, hab ich nicht geübt. Ich hab ja geübt bis jetzt. Kartenspiele mache ich auch manchmal, abends.

Heute arbeite ich in der Werkstatt in Beuel.

## Sport

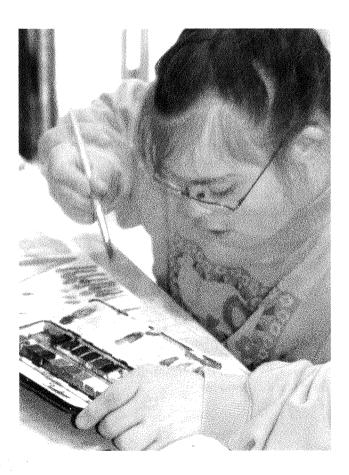
Anna Maria Schomburg (28 Jahre) schreibt ihre Texte immer mit der Hand:

Es gibt unterschiedliche Sportarten und ich mache unterschiedlichen Sport sehr gerne! Ich gehe oft auf den Crosstrainer in unserem Schlafzimmer und wir machen auch zusammen Sport wie z.B. Yoga und Sonnengruß und Übungen mit dem Theraband! Ich walke und jogge gerne um unser Viertel und viele Spaziergänge mit unserem Hund und wir gehen zum Schwimmen und üben das Streckenschwimmen, das Zeitschwimmen das tauchen und das springen und Rücken- und Bauch- und Brustschwimmen mit ektativen Schwimmbewegungen!

Wir haben zwei Ponies, mit denen gehen wir spazieren und trainieren die und putzen sie und entäppeln (gemeint ist die Weidepflege), wie es gerade kommt! Wir machen fast jeden Tag Sport und ich bin vergnügt dabei und Sport macht mir viel Freude und bringt viel Abwechslung!

Außerdem machen wir jetzt seit kurzem Übungen auf dem Trampolin mit guten ektativen Übungen zum Gleichgewichtssinn und Schwingen und Springen und zwischendurch etwas Gymnastik!

Ich bewege mich gerne draußen und freue mich an der Natur! Sport mache ich sehr gerne.



### **Sport**

Hermine Fraas (54 Jahre) aus Ilmenau äußert sich auch zum Thema Sport, da hat sie eine knallharte und andere Meinung als ihr Kollege Tobias Wolf:

Leistungssport ist Mord. Da war doch in Kanada schon einer tot ehe es losging.

Sportschau: Da war ich als Kind immer am Mittwoch bei Tante Liesel. Die hatte einen Fernseher wir noch lange nicht. Da guckte ich Fußball und schrie ganz laut Tor. Da fiel Tante Liesel fast von Sessel. Und dann gab es am Abend noch Bratkartoffeln und Quark. Das hat geschmeckt kann ich Dir sagen. Da bin ich im Winter mit dem Schlitten hingefahren und im Sommer mit dem Roller. Was ich jetzt gern sehe? Skisport und Biatlon "Bloß kein Sport" das sage ich nicht. Ich mache jeden Tag Hometräner. Da achten die im Haus Daniela schon drauf. Ich muss nämlich auf meine Figur achten. Das ist Mist. Aber ich will ja nicht so fett werden wie manche in der Werkstatt.

Ich bin gern geschwommen auch im Tiefen und lange. Dann hat mich der Axel ins Wasser geschmissen. Seitdem habe ich Angst.

Wasserball habe ich gern an der See gespielt. Fußball haben wir oft im Gartej träniert.

Wenn Boccia eine Sportart ist kann ich sagen da war ich immer Klasse. Ich hatte Zielwaser.

Und bald hätte ich vergessen, dass ich bis zu meinem 40. Skigelaufen. Jetzt habe ich Angst vorm Hinfallen. Ich werde ja auch schon 55 Jahre alt. Wir sind in den Winterferien um den Ganzen Lindenberg gelaufen. Das dauert 2 Stunden. Und auf der Apfelwiese habe ich Abfahrt gelernt.

## **Sport**

Johanna von Schönfeld ist schon 18 Jahre alt und hat ihren Beitrag zur Freizeit selbst geschrieben und dann auch selbst abgetippt:

Hier kommt der text die ich ausführlich und mühevoll und mit Gedanken gearbeitet habe.

Beim Jedem Sportler oder der geschlechtbare Typ – männlich und weiblich – muss immerhin Sport getrieben werden, weil der Typliche Körper fit und gesund stapiel Sportlich und Schauspielerisch praktisch in form in Verbindung vorstellen kann. Denn der Sport allgemein ist beim Jedem gesund.

Plötzlich alle Sportlichen und unsportlichen Typen wollen oder müssen beim Sport Schwitzen. Weil man Schwitzen muss. Anders kennt die Autorin das nicht, weil sie das gar nicht vorstellen kann. Man kann ja kaum über schwitzen in worten zu fassen und in Schwung nehmen weil man das gar nicht gesetzlich erklären kann und erkennen kann. Jeder weiß dass man beim Schwitzen eklig und Scheiße fühlt. Schwitzen heißt für mich als text Autorin eine Sportliche intensive starke dusche. Alle Sportliche Flüssigkeit duscht den gesamten Körper ab. Alle Typen nennen das eine Stinkbombe und man Stinkt Inersiv und mega Schlecht verdammt fürchterlich.

#### Sport

Lars Breidenbach (34 Jahre) ist Musiker (das ist natürlich keine Freizeit), er diktiert seinen sportlichen Text:

#### Erste Sache:

Liegestütze. 34 mal Liegestütze machen auf Sportmatte. Ist mein Rekord, 34 oder so ungefähr

#### Zweite Sache:

Fahrrad fahren. Ich hab blaue Dreirad, 21 Gänge. Ich hab auch Spiegel, kann man gut sehen, links und rechts. Und ich hab zwei schelle, ist auch wichtig, eine hupe und eine schelle.

#### Nächste Thema heißt Schwimmen:

Gibt es auch, mit tauchen, bin ein Delefin, ich tauche gerne. Kann man gut sehen mit Tauchbrille. Nächste Mal mit Badkappe für mein Ohr. Muss immer aufpassen für tauchen, mag kein Wasser im Ohr, musst du frei machen, anschließend abtrocknen und anschließend Ohr sauber machen, mache ich nicht so gerne, immer fummeln, okay, kann man mit leben.

Andere Thema heißt laufen, joggen oder walking.

Schwitzen sag ich immer, bin nass geschwitzt. Draußen oder im urlaub, einmal mit joggen, einmal mit Fahrrad, immer Wechsel, ich bin sportlich. Und hinterher duschen, dann stink ich vom Schwitzen, muss duschen. Bewegung iss wichtig, nächste Thema Muskel(auf)bau. Muss Muskel verbauen, brauche mehr Kraft, Energie. Erst mal Muskel verbauen, warm machen, Hantel üben, auch Schnelligkeit aber nicht so viel. Nicht Stress machen, nur ein bisschen (mit) Rhythmus, schnell heißt Rhythmus wie Musik, dann ist Energie da. Dann bin ich auch fit, (kann) auch abnehmen, geht besser.

Auch wichtig für Sportende, Sport ist vorbei, dann musst du auch ausruhen, in ruhig ruhig bleiben, nicht mehr aufregen, locker auf Hocker. Ausruhen ist auch wichtig, dann bist du richtig fit!

Nora Fiedler, 20 Jahre alt geschrieben am 6.7.2010 bei einem Treffen mit Daniela

#### Chmelik im Eiscafe

Sind wir alle Flipflops
Ein gedicht Fürs ohrenkuss
Ich weis nicht was ich da
rüber schreiben mus.
Ich sitze grade mit Dani
in den eisladen da stelt
sei mir ville Fragen.
Von mir krikt sei auch dei
antworten.

Dan n tipt sei dei in den leptop
rein Das finde Ich auch so Fein
Wenn wir dan gehen schwingen
wir unser Tanz bein \*
Ich sage Flip und Top in den Sommer
Sind wir alle in Flipfops.

## **Sportreportage**

Tobias Wolf (30 Jahre) kann sich an seine Kindheit erinnern. Er hat lange in den USA glebt. Hier diktiert er:

Hallo meine Damen und Herren, jetzt kommt die Sportreportage!

Noch vor der Kindergartenzeit war ich im "Mutter- und Kind-Turnen" und das hat mir viel Spaß gemacht. Jetzt bin ich dort beim Tischtennis. Ich trainiere mittwochs und freitags. Ich habe gelernt wie Vorhand und Rückhand und wie man den Schläger richtig hält. Das war mir nicht anstrengend, aber ich kam ins Schwitzen, weil ich die Jacke angelassen hatte. Nächstes Mal probier ich es ohne Jacke nur mit Poloshirt. Ich habe Turnschuhe gebraucht mit heller Sohle.

#### Und jetzt der Sport aus der High School:

dort habe ich weight lifting gemacht mit einem ganz bestimmten Gerät, wo ich mit beiden Füssen treten musste, strampeln, so ähnlich wie auf einem Fahrrad. Damit habe ich gute Figur gemacht, für mein Bauch war das sehr gut und auch zum Abnehmen. Und in der High School hatte ich auch Golf-Unterricht gehabt. Da habe ich gelernt, wie man Golf spielt. Da braucht man verschiedene Golfschläger und Golfbälle. Ab und zu habe ich auch mit meinem Papa und mit seinen Kollegen Golf gespielt. Ganz zum Schluss, als wir fertig waren, habe ich Pommes und Hotdogs gegessen.

Jedes Jahr im Winter gehe ich immer zum Skifahren. In diesem Jahr habe ich beim Abschlussrennen den vierten Platz gekriegt mit einer Urkunde. Mir macht das Skifahren Spaß, weil ich das jedes Jahr so machen kann. Sport ist wichtig, um gesund zu bleiben!

Das war die Sportreportage. Tschüss bis bald, viele Grüße von Tobias

## Sinnvolle Freizeitgestaltung hält fit und bringt soziale Kontakte

von Cora Halder, Deutsches Down-Syndrom InfoCenter in Lauf

Viele Erwachsene mit Down-Syndrom verbringen ihre Freizeit mehr oder weniger passiv. Sinnvolle, anregende Freizeitbeschäftigungen sind jedoch wichtig, weil sie wesentlich zur physischen und zur psychischen Gesundheit beitragen. Außerdem können durch die Teilnahme an Aktivitäten Kontakte zu vielen anderen Menschen aufgebaut werden.

In den letzten Jahren bekommt das Down-Syndrom InfoCenter in Lauf immer mehr Anfragen bezüglich Problemen im Erwachsenenleben von Menschen mit Down-Syndrom. Problemen wie Depressionen, Rückzug, Abbau von Fähigkeiten, Interesseverlust usw. Zur gleichen Zeit haben wir bemerkt, dass viele dieser Menschen häufig ein relativ langweiliges und einsames Leben führen. Wir sehen einen Zusammenhang zwischen diesen beiden Tatsachen.

Bei der Lebensplanung von Menschen mit Behinderungen standen und stehen die Früherziehung, die schulische Förderung und die Berufsvorbereitung im Vordergrund. Das Thema Freizeit wird vernachlässigt, einerseits weil die anderen Bereiche schon aufwändig genug sind und zunächst von vorrangiger Bedeutung, andererseits weil man die Freizeitgestaltung nicht als so wichtig ansieht oder als etwas, das sich von selbst regelt.

Wenn wir allerdings möchten, dass unsere Kinder irgendwann ein möglichst selbstständiges Leben führen sollen, beinhaltet dies nicht nur, dass sie einer Arbeit nachgehen und in einer Wohnung oder Wohngruppe allein, mit einem Partner oder einigen Freunden wohnen können, es bedeutet ebenfalls, dass sie in der Lage sind, ihre Freizeit zu organisieren. Und das ist gar nicht so einfach!

Erwachsene mit Down-Syndrom hier in Deutschland haben in der Regel einen Arbeitsplatz, die meisten in einer Werkstatt, einige auch auf dem freien Arbeitsmarkt. Die Arbeitszeit beträgt zwischen fünf und sieben Stunden täglich. Das bedeutet, dass genügend Zeit bleibt, am späten Nachmittag und in den Abendstunden Freizeitbeschäftigungen nachzugehen. Außerdem gibt es die Wochenenden und die Ferien, in denen man sich

aktiv betätigen kann. Bei einer Befragung von Menschen mit geistiger Behinderung, wie sie ihre Freizeit verbrachten, wurden folgende Beschäftigungen an erster Stelle genannt: Musik hören, nichts tun oder schlafen und fernsehen (dies sind übrigens auch bei der Gesamtbevölkerung die dominierenden Freizeitaktivitäten). Ihre persönlichen Kontakte beschränken sich häufig auf die mit den Eltern und Verwandten, mit Kollegen am Arbeitsplatz und mit bezahlten Helfern (Betreuern). Die Menschen, die in einem Wohnheim leben, verbringen sowohl die Arbeitszeit wie die Freizeit mit ihren Mitbewohnern, die also gleichzeitig ihre Arbeitskollegen und ihre Familie bilden. Darüber hinaus kennen sie meistens wenige andere Menschen, haben keine weiteren Freunde und keinen Bekanntenkreis.

Sie haben wenige Gelegenheiten oder Möglichkeiten, einfach irgendwo hinzugehen, teilzunehmen an Aktivitäten in ihrer Gemeinde. Und obwohl sie viel freie Zeit haben, die für anregende und gesellige Aktivitäten genutzt werden könnte, zeigen sie im Gegenteil zunehmend passives Verhalten.

Wir müssen diese Situation ändern. Wir müssen sinnvolle Freizeitaktivitäten auch für die Älteren, für die 30-, 40- oder 50-Jährigen, schaffen. Eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung kann dazu beitragen, dass sie geistig rege bleiben und dass so gesundheitliche und psychische Probleme verhindert werden können. Gleichzeitig können Aktivitäten in der Freizeit eine Hilfe sein beim Aufbau eines sozialen Netzwerks.

Wir müssen darauf achten, dass sie sich nicht immer weiter zurückziehen und vereinsamen, und dafür sorgen, dass durch eine anregende, abwechslungsreiche Freizeitgestaltung eine gute Lebensqualität erhalten bleibt.

#### Viel Freizeit

Wissenschaftler haben ausgerechnet, dass der Mensch im Durchschnitt täglich über sechs Stunden freie Zeit verfügt! Für Menschen mit einer Behinderung kommen da häufig noch einige Stunden hinzu. Grund genug, sich Gedanken zu machen, was sie mit diesen vielen freien Stunden sinnvoll anfangen können.

Das Thema Freizeitgestaltung darf nicht mehr so stiefmütterlich behandelt werden wie bisher. Es ist ein wichtiger Aspekt, neben den Bereichen der Förderung, der Arbeitsvorbereitung und des Wohntrainings.

# Was tun wir in unserer Freizeit? Was könnten brauchbare Modelle sein für unsere Personen mit Down-Syndrom?

Ich möchte einige Ideen weitergeben, Anregungen, wie man das Kind oder den Jugendlichen mit Down-Syndrom zu einer sinnvollen Freizeitbeschäftigung erziehen oder den schon erwachsenen Menschen bei der Suche nach geeigneten Aktivitäten unterstützen kann. Dass dies nicht immer einfach ist und dass man mit verschiedenen Hindernissen rechnen muss, soll ebenfalls thematisiert werden.

#### 1. Eine "Freizeit-Kultur" aufbauen

Die beste Vorbereitung für ein gut funktionierendes "Freizeit-Management" im Erwachsenenalter ist durch die Erziehung von klein an. Das Vorbild der Eltern und Geschwister prägt das Freizeitverhalten des Jugendlichen mit Down-Syndrom. Wenn er ganz selbstverständlich an Aktivitäten, denen die Familie in der Freizeit nachging, teilgenommen hat, er die Gelegenheit hatte, Fähigkeiten und Interessen zu entwickeln, wenn er erlebt hat, was es bedeutet, Mitglied in einem Verein zu sein oder sich irgendwo freiwillig zu engagieren, wenn dies Teil seiner Erziehung vom Kindesalter an war, ist es bestimmt wesentlich einfacher, ähnliche Gewohnheiten auch als Erwachsener beizubehalten. Da gerade regelmäßig wiederkehrende Handlungen und Aktivitäten für Menschen mit Down-Syndrom sehr wichtig sind, sollte die Bedeutung, gute Gewohnheiten aufzubauen, auch im Freizeitbereich genutzt werden.

Für Familien mit noch kleinen Kindern soll dies eine Anregung sein, sich schon früh über dieses "Freizeitproblem" Gedanken zu machen und mit gutem Beispiel voranzugehen. Wenn die Familie verschiedene Hobbys pflegt, sich sportlich, kulturell oder ehrenamtlich betätigt, sich in Vereinen engagiert, kann das für ihren Angehörigen mit Down-Syndrom richtungsweisend sein. Wenn die Familie täglich viele Stunden inaktiv vor den Fernseher sitzt, ist dies genauso richtungsweisend!

#### 2. Eigene Interessen, Motivation

Einige junge Leute mit Down-Syndrom sind selbst sehr offen und interessiert an ihrer Umwelt und werden vielleicht mit eigenen Ideen kommen, wie sie ihre Freizeit gestalten wollen, mit welchen Dingen sie sich beschäftigen möchten. Ein junger Mann aus meinem Bekanntenkreis hat sich des Schicksals der Wale sehr angenommen und möchte sich für diese Tiere einsetzen, eine junge Frau äußerte den Wunsch, Englisch lernen zu wollen. Es ist toll, wenn diese Art Wünsche geäußert werden, und wir, als Begleiter der Menschen mit Down-Syndrom, sollten sehr aufmerksam zuhören, ihre Ideen ernst nehmen und ihnen dabei helfen, diese in die Tat umzusetzen. Denn damit sie realisiert werden, brau-

chen diese jungen Erwachsenen eine Art Starthilfe. Es müssen vielleicht bestimmte Formulare angefordert und ausgefüllt werden, vielleicht muss Geld überwiesen werden. Aber dann kann es losgehen. Jens ist jetzt Mitglied bei Greenpeace und Sara geht einmal wöchentlich in ihren Englischkurs!

#### 3. Keine Motivation

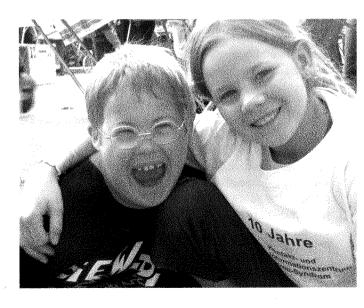
Aber Eigeninitiative ist nicht so weit verbreitet, haben wir festgestellt. Viele Erwachsene sind völlig zufrieden mit den oben erwähnten Aktivitäten, wie nichts zu tun, schlafen, Musik hören oder fernsehen. Weitere häufig genannte Tätigkeiten sind z.B.:

- malen (vor allem das Ausmalen von Mandalas),
- schreiben, hier ist hauptsächlich Abschreiben gemeint, also Texte aus Magazinen oder Büchern abschreiben, und nicht das Verfassen von eigenen Texten
- lesen, wobei sich dies meistens auf das Durchblättern von (Fernseh-)Zeitschriften bezieht.
   Insgesamt sind dies alles eher passivere Formen der Freizeitgestaltung.

#### Lieber keine Anstrengung

Wenn man mit Eltern, Familien oder Betreuern über dieses Thema spricht, heißt es oft: "Wir sind zwar auch der Meinung, dass er die Freizeit besser nützen sollte, aber es ist so unendlich schwer, ihn zu motivieren! Wenn man einen Vorschlag macht, ihn aufmuntert, doch mal dies oder jenes zu tun, stößt dies in der Regel auf Widerstand, es kommt als Antwort oft ein sofortiges "Nein!"

Weshalb? Warum diese schnelle, schroffe Ablehnung? Vielleicht liegt es daran, dass die Aufforderung, etwas Anderes, Neues zu machen, zunächst Unruhe und Unsicherheit verursacht, und es bedeutet Anstrengung! Die momentane, sichere Situation muss aufgegeben werden und man sollte sich nun mit etwas Anderem, vielleicht etwas Schwierigem befassen? Dann ist es auf



## Bae Zeit

jeden Fall besser, einfach zu verweigern, damit alles bleibt, wie es ist.

Aber wenn wir dieses Verhalten jetzt nicht ändern, wird es von Tag zu Tag schwieriger werden. Wenn der Erwachsene als Kind oder als Teenager nicht gelernt hat, wie man seine Freizeit schön, anregend gestalten kann, müssen wir ihm das jetzt dennoch vermitteln, wir müssen ihn dabei unterstützen, Interessen zu wecken, weil er dies allein nicht schaffen wird. Vor allem nicht mit als Daueralternative einem Fernsehen im Zimmer, der einem doch so bequem Unterhaltung bietet. Da uns zunehmend mehr bewusst ist, wie wichtig eine gut ausgefüllte Freizeit für das körperliche und psychische Wohlbefinden ist, dürfen wir uns nicht aus der Verantwortung stehlen mit einem: "Ach, sie liebt doch ihre DVDs so sehr und hat wirklich keine Lust, etwas anderes zu tun. Lassen wir sie doch!"

Es kann richtig Schwerarbeit sein, ihn oder sie zu aktivieren, aber es lohnt sich und es ist ein Muss! Und ... haben wir nicht das Kind von Anfang an gefördert, Therapien durchgeführt und uns jahrelang um das schulische Lernen gekümmert? Wir möchten doch nicht, dass dies alles so schnell wieder verkümmert? Tatsache ist, dass wir die Person mit Down-Syndrom manchmal fast schon zu Aktivitäten zwingen müssen. Wie? Mit viel Humor und kleinen Tricks. Vor allem ist unsere Kreativität gefragt.

#### 4. Vorhandene Interessen ausbauen

Ben, ein junger Mann mit Down-Syndrom, kann stundenlang im Fernsehen Sportsendungen anschauen, natürlich am liebsten Fußball, wie viele andere Männer.

Sein Interesse am Fußball konnte genutzt werden, ihn zu animieren, doch auch in der Zeitung nach den Ergebnissen zu schauen, die dann in ein Heft zu übertragen, Tabellen dazu anzulegen, Fotos aus der Zeitung zu schneiden und sie in sein Fußballheft zu kleben.

Nun, immer am Montag und Donnerstag hat Ben zu tun.

Dann stehen die Ergebnisse und Berichte der Spiele vom Vortag in der Zeitung. Mindestens eine Seite gestaltet er in seinem Heft jedes Mal über "seinen" Fußballverein, die Fotos "seiner" Spieler werden sorgfältig ausgeschnitten,

aufgeklebt und mit Namen, Anzahl der Tore etc. versehen. Auf eine weitere Seite kommen die restlichen Ergebnisse und Berichte der anderen Fußballvereine.

Mittlerweile ist er offiziell Fan von seinem Klub, bekommt u.a. per E-Mail die letzten Nachrichten zugeschickt. Inzwischen hat er gelernt, zusammen mit zwei Freunden, die auch Down-Syndrom haben (sie haben alle drei ein Abo bekommen), ins Stadion zu gehen und den Spielen seines Klubs live beizuwohnen.

Das anfängliche passive Interesse, Fußball nur im Fernsehen anzuschauen, konnte ausgebaut werden. Ben kann nun zusätzlich seine Lese- und Schreibkenntnisse einsetzen und weil er alle Informationen so gründlich und gewissenhaft verarbeitet, ist er auch zu einem richtigen Fußballexperten geworden. Dieses Hobby gibt ihm viele Stunden in der Woche etwas zu tun, und die Besuche im Fußballstadion haben zu weiterer Selbstständigkeit beigetragen. Natürlich ist Ben selbst auch in einem Fußballklub aktiv und geht wöchentlich zum Training.

#### Abschreiben

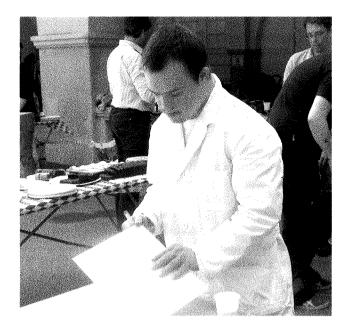
Der Faszination des Abschreibens scheinen viele Jugendliche erlegen zu sein. Auf die Frage, weshalb sie mit Texten aus Büchern oder Heften Seite nach Seite füllen, kommt ein Achselzucken, "halt so", oder auch die Antwort: "So verstehe ich die Geschichte besser, dann ist es meine Geschichte."

Und Abschreiben ist, so scheint es, für manche Person mit Down-Syndrom eine entspannende Beschäftigung, eine Routineaktivität. Die so produzierten Blätter füllen Regale und Schubladen.

Wenn schon gern geschrieben wird, kann man versuchen, diese Vorliebe aufzugreifen und den Menschen anzuregen, besondere Texte abzuschreiben. Schöne Gedichte, Fabeln, Märchen, Sagen oder Beschreibungen aus Sachbüchern zu Tieren, zur Technik, zu Sport etc. Natürlich in ein extra dafür bestimmtes schönes Heft oder Buch. Auf diese Weise kann noch einiges an Sachwissen vermittelt werden und so mancher kennt auch die Gedichte später auswendig oder erinnert sich an die abgeschriebenen Sagen.

#### Oper statt Soap

Mit dem Abschreiben von Soap-Geschichten, wie "Gute Zeiten, schlechte Zeiten" oder aus Bravoheften etc., konnte (und kann) meine Tochter Stunden verbringen. Die Geschichten über Verliebtheit, Liebe, Eifersucht, Streitigkeiten und verwirrende Beziehungen haben einen speziellen Reiz. Irgendwann wurde sie in eine Oper mitgenommen und war davon absolut begeistert. Ja, und wie wunderbar: Einmal Oper, immer Oper! Ein neues Hobby war geboren. Mit drei bis vier Opernbesuchen im Jahr gibt es viel zu tun, müssen sie ja alle vorbereitet werden: Erst werden die CD und das Libretto gekauft, dann wird die Oper immer wieder gespielt, der Text mitgelesen im Libretto, auch als Rollenspiel gemeinsam gelesen, nebenbei englische, italienische und deutsche Wörter in den Libretti verglichen, die Lieder



werden mitgesungen (dies nicht zum unbedingten Vergnügen anderer Familienmitglieder), die Geschichte noch einmal frei erzählt, die Personen, die mitspielen, in ein spezielles Heft aufgeschrieben etc. Und dann folgt der große Abend. In der ersten Reihe im Opernhaus ("sonst kann ich mich nicht konzentrieren") sitzt unbezweifelt die bestvorbereitete Opernbesucherin. Und weil die Opern vom gleichen Stoff sind wie die Soaps – auch in der Oper geht es um Liebe und Hass, um Beziehungsverwicklungen –, braucht man die nun nicht mehr so oft abzuschreiben, da nimmt man lieber gleich die Operngeschichte, es fehlt dazu auch einfach oft die Zeit.

#### Informative Zeitschriften zur Verfügung stellen

Vielleicht kann auch das Durchblättern von Zeitschriften etwas "gewinnbringender" sein, wenn man nach Montessori-Art der vorbereitenden Umgebung interessante Magazine zur Verfügung stellt (z.B. Geolino), die Wissenswertes in kurzen Texten, aber mit vielen Fotos vermitteln.

#### 5. Hobbys schaffen

#### Sammeln

Wie kann man Menschen noch anregen, ihre Freizeit sinnvoll und schön zu gestalten? Versuchen Sie es mit einem Hobby, zum Beispiel etwas sammeln: Steine und Versteinerungen, Briefmarken, Münzen, Muscheln usw. Nicht nur das sorgfältige Aufbewahren und das Beschriften der Gegenstände gehören dazu. Auch die Geschichten hinter den Marken und Münzen: Wo kommen sie her? Was ist das für ein Land? Und wo haben wir die Steine gefunden, aus welcher Zeit stammen sie? Man kann in Museen gehen, um mehr darüber zu erfahren, man kann Tauschbörsen und Ausstellungen besuchen. So ein Sammlerhobby gibt jemandem nicht nur etwas zu tun, um seine freie Zeit sinnvoll zu gestalten, es kann

ihn auch in Kontakt mit anderen Sammlern bringen, mit denen er sich über sein Hobby unterhalten kann, denn schließlich hat man ja ein gemeinsames Thema. Außerdem kann er sich unter Nicht-Kennern als Experte zeigen, wenn es um Steine oder Briefmarken geht.

#### Fotografieren

Auch Menschen mit Down-Syndrom können lernen zu fotografieren und mit Spaß vieles, was um sie herum passiert, so festhalten, auf Ausflügen, in den Ferien, die Freunde und die Menschen, die man unterwegs kennenlernt, oder auch ganz gezielt Gebäude, Landschaften, Tiere etc. fotografieren. Wenn man dann auch noch selbst die Bilder am Computer verwalten kann, lernt, Geschichten dazu zu schreiben und alles auszudrucken, hat man zu tun.

#### Computer

Überhaupt können viele lernen, am Computer zu schreiben, manch einer bevorzugt das sogar gegenüber dem Schreiben von Hand, weil das nicht immer so gut gelingt. Gezielt im Internet zu suchen nach Informationen über sein Hobby, über das nächste Ferienziel etc. kann auch gelernt werden.

#### Puzzles, Spiele

Manch einer findet Spaß beim Lösen einfacher Kreuzwortpuzzles oder ähnlicher Rätselspiele. Auch Sudoku kann man ausprobieren. Man sollte Dinge aufgreifen, die gerade Mode sind, denn es ist ein Anreiz, etwas zu tun, mit dem sich viele andere Menschen auch gerade beschäftigen. Mit Brettspielen oder mit Yigsaw-Puzzles kann man viele begeistern.

#### Haustier

Vielleicht gefällt es aber besser, für ein Haustier zu sorgen. Ein Hund bietet sich an, auch deshalb, weil ein Hund regelmäßig ausgeführt werden will und der Hundebesitzer deswegen bei jedem Wetter einen Spaziergang machen muss.

Aber nicht immer ist ein Hund das Richtige. Vielleicht eher Fische oder Vögel, auch das Versorgen eines Hasen oder Kaninchens kann zu den regelmäßigen Aktivitäten gehören. Ja und da gibt es dann sogar auch die anderen Vogel- oder Kaninchenliebhaber, die sich regelmäßig auf Messen und Shows treffen. So könnte dann das Hobby noch eine Extra-Dimension bekommen. Übrigens, ein junger Mann, der sich sehr für Vögel interessiert, ist regelmäßig mit einer Gruppe Gleichgesinnter unterwegs, um Vögel zu beobachten. Dazu nimmt er sogar das frühe Aufstehen in Kauf. Außerdem geht er mit einem Onkel ab und zu zum Angeln und findet dies, wie er selbst sagt, eine schöne, ruhige Beschäftigung.

#### Mitgefühl

Das Mitfühlen mit anderen, die unter schwierigen Umständen leben müssen, oder mit vom Aussterben bedrohten Tieren, ist bei Menschen mit Down-Syndrom

## Zeit

oft sehr ausgeprägt. Auch für Umweltthemen sind sie empfänglich.

Da bietet sich z.B. eine Mitarbeit in einer Menschenrechtsorganisation wie ai an, bei Greenpeace, bei einem Tierschutzverein oder einer Waldinitiative. Solche Gruppen treffen sich regelmäßig. Bei den Gruppenabenden könnte auch jemand mit Down-Syndrom eine Aufgabe übernehmen. Es werden Infostände und andere Aktionen organisiert, wobei Helfer immer willkommen sind. Es gibt Umweltgruppen, die den Wald sauber machen. Hier könnten sich Menschen mit Down-Syndrom beteiligen.

Das Engagement in einer solchen Gruppe kann eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung sein. Man lernt außerdem neue Menschen kennen, kann sich an Wochenenden aktiv einbringen, kann seine Kommunikationsfähigkeiten üben und lernt einfach dazu.

#### Pilgern

Dass Menschen mit Behinderungen oder auch mit psychischen Erkrankungen viel Profit von einer Pilgerwanderung haben, ist bekannt. Auch in Deutschland gibt es verschiedene Institutionen, die sich mit Gruppen ihrer Bewohner regelmäßig auf den Weg machen. Beim Pilgern werden in erster Linie körperliche Funktionen geübt, es ist einfach gut und gesund zu gehen. Aber es bietet gleichzeitig geistige Nahrung. Gut vorbereitet, informiert über den Zweck des Pilgerns, mit einigen Kenntnissen über historische und kulturelle Fakten und die Geschichte des Pilgertums ausgestattet wird das Besuchen von Kirchen und Klöstern unterwegs sehr viel Freude bereiten. Die Begegnungen mit anderen Pilgern unterwegs sind motivierend. Das stolze Gefühl, dann eine Etappe geschafft zu haben, bewirkt einen enormen Aufschwung in dem Menschen. Es ist ein Erlebnis, von dem er lange zehren und anderen erzählen kann.

#### Kirche

Dass gerade das Besuchen von Kirchen einem Menschen mit Down-Syndrom zusagt, können wir verstehen. Viele von ihnen sind sehr religiös, sie gehen gern zur Kirche, wahrscheinlich auch weil die Zeremonien, die Rituale ihrem Bedürfnis nach Regelmaß so entsprechen.

Die feierliche Stimmung hat es ihnen angetan und alles verläuft dort ein wenig ruhiger als in der hektischen Welt draußen. So finden viele Gefallen daran, jeden Sonntag als Ministrant während des Gottesdienstes zu helfen, und zeigen dort gern ihr Können. Sie sind sehr verlässliche Helfer.

Ministrant zu sein ist eine sinnvolle Beschäftigung und kann über viele Jahre zum Wochenprogramm gehören. Als Mitglied in der Kirchengemeinde lernt der Menschen mit Down-Syndrom so eine ganze Reihe anderer Ministranten und Kirchgänger kennen. Und er wird von den anderen Kirchgängern wahrgenommen.

#### Ehrenamtliche Jobs und Freiwilligenarbeit

Freiwilligenarbeit oder ehrenamtliche Jobs könnten auch auf dem Freizeitprogramm stehen. Die Bücherei der Kirche braucht vielleicht Helfer, die alte Nachbarin braucht jemanden, der ihren Hund spazieren führt oder kleine Besorgungen macht, im Altenheim sind sie froh, wenn jemand den Senioren vorliest oder mit ihnen z.B. Mensch-ärgere-Dich-nicht spielt. Der Bürgertreff muss einmal wöchentlich geputzt werden. Nicht jeder Mensch mit Down-Syndrom kann solche Aufgaben übernehmen, aber die allermeisten können etwas.



Es geht nur darum, das Richtige zu finden! Wenn man sich ernsthaft damit beschäftigt und überprüft, welche Möglichkeiten der Wohnort bietet, findet man höchstwahrscheinlich eine Aufgabe, die für den Menschen mit Down-Syndrom geeignet ist – eine Aufgabe, die regelmäßig ausgeführt werden muss, in der Gemeinde, in einem Verein, in einem Geschäft, bei einem Nachbarn oder bei Verwandten etc.

#### 6. Freizeitcoach

Nun kann man zwar viele Ideen haben, man kann trotzdem nicht dem Menschen mit Down-Syndrom sagen: "So, geh da mal hin und frag, wie du dich nützlich machen kannst, oder melde dich mal'dort in dem Verein an, das ist sicher etwas für dich."" Er ist dabei auf jeden Fall auf Unterstützung angewiesen und braucht jemanden, der ihm hilft, das Richtige zu finden, und der ihn dort einführt. Natürlich können das Eltern oder Geschwister machen, aber noch besser könnte das eine Art "Freizeitcoach" übernehmen. Seine Aufgabe wäre ähnlich der eines Jobcoaches, jedoch im Freizeitbereich. Es gilt herauszufinden, welche Interessen sein Kunde hat, was ihm Spaß machen könnte, welche Ideen er selbst hat, seine Fähigkeiten einzuschätzen und sich dann umzuschauen, was es an Möglichkeiten in der Umgebung gibt (am besten in der Nähe, damit die Person eines Tages dort selbstständig hinkommt). Hat der Coach einen passenden Klub, eine passende Aktivität, eine geeignete Gruppe gefunden, begleitet er seinen Schützling, macht ihn bekannt mit den anderen Teilnehmern und zeigt ihm, was dort gemacht wird, wie es gemacht wird, was die Regeln oder Abläufe sind und wie er sich einbringen kann. Er nimmt so lange mit teil, bis sich die Person eingelebt hat und es alleine oder vielleicht mit etwas Unterstützung der anderen Gruppenmitglieder schafft, an den Aktivitäten teilzunehmen, oder begleitet ihn einfach immer dorthin. Zu den Aufgaben des Coaches gehört auch, andere Menschen über bestimmte Besonderheiten des Down-Syndroms aufzuklären, falls dies notwendig oder erwünscht ist.

#### 7. Was funktioniert nicht?

#### Integrative Angebote

Die Erfahrung hat gezeigt, dass langfristig integrative Klubs, die extra ins Leben gerufen wurden, um Menschen mit und ohne Handicaps zusammenzuführen, wenig Zukunft haben. Ein integrativer Tanz-, Koch- oder Selbstverteidigungskurs, eine integrative Disco oder Ähnliches funktioniert nur so lange, wie diejenigen, die die Initiative ins Leben gerufen haben, aktiv sind. Hören diese Pioniere auf (weil z.B. das eigene Kind nicht mehr interessiert ist und ein anderes Angebot braucht), geht der Klub ein. Niemand führt ihn weiter. Außerdem haben wir festgestellt, dass häufig die einzigen Personen ohne Handicaps, die diese Aktivitäten besuchen, Geschwister, Bekannte oder Verwandte der Person mit Behinderung sind. Es kommen keine oder kaum andere Menschen. Diese Initiativen haben kein langes Leben. Sie sind ein künstliches Konstrukt.

Ein Grund mehr, bestehende Angebote in der Gemeinde zu nützen, denn Angebote, die von der Kirche, von großen Sportvereinen oder Organisationen ausgehen, verschwinden nicht so leicht. Viele Sport- und Musikvereine gibt es schon über 100 Jahre und sie werden wohl auch die nächsten 100 Jahre überleben. Umwelt-, Tierschutz- oder Menschenrechtsorganisationen werden weiterhin nötig und tätig sein.

#### "Mach mal!"

Bei einer meiner Konsultationen sollte ich die Situation einer 30-jährigen Frau mit Down-Syndrom beurteilen und Anregungen geben, wie man sie in ihrer Freizeit



wieder aktivieren könnte. Sie wohnte in einer eigenen Wohnung, die sie blitzblank sauber hielt. Tatsache war, dass sie entweder am Putzen war oder als einzige entspannende Tätigkeit stundenlang da saß und eine Plastiktüte befühlte oder mit ihren Fingern über die dünnen Seiten eines Buches (Bibel) strich. Ihre Begleiter wunderten sich, dass sie z.B. das Trimmrad, das man ihr als Übungsgerät in die Wohnung gestellt hatte, nicht anrührte oder sich weigerte, Klavier zu spielen, was sie, als sie noch zu Hause wohnte, doch immer so gerne gemacht hatte.

Um sich auf ein Trimmrad zu setzen und sich dort täglich ganz allein abzustrampeln, muss man motiviert sein, gezielt für etwas üben wollen. Anderenfalls ist es schwer, sich zu überwinden, Radfahren bedeutet Anstrengung. U. konnte sich einfach nicht aufraffen, es fehlte ihr an Motivation. Aber wie viele solche Trimmräder stehen bei unsereins herum und werden kaum benutzt? Man kann nicht erwarten, dass ein Mensch mit Down-Syndrom mehr Energie oder Initiative aufbringt und sich regelmäßig auf ein Rad setzt und übt als der Durchschnittsmensch.

Gibt es kein Fitnessstudio im Ort? Ja, das gab es. Dies schien eine bessere Idee. Nach einigem Zögern willigte U. ein. Sie geht nun zweimal wöchentlich ins Studio und übt dort. Es gibt eine gewisse Kontrolle und es sind andere, die sich genauso plagen müssen, und es gibt die Möglichkeit, mit anderen zu plaudern. Insgesamt war dies eine viel bessere Möglichkeit, etwas für die Gesundheit zu tun, und es funktionierte.

Logisch, dass auch allein in der Wohnung das Klavierspielen zu üben, nicht gelang. Früher zu Hause ja, dann waren da die Eltern, die zum Spielen anregten, weil sie mitsangen, auf einem anderen Instrument begleiteten oder auch einfach zuhörten und lobten. Dann kam die Oma zu Besuch und U. spielte etwas vor. Da übte man gemeinsam die Weihnachtslieder etc. Aber jetzt allein? Wer von uns hat denn schon die Disziplin, täglich sein Instrument zu spielen? Wie kann man das denn von jemandem mit Down-Syndrom, bei dem vielleicht eine gewisse Antriebsschwäche vorliegt, erwarten?

## FreiZeit



Die Lösung: Einmal wöchentlich kommen jetzt zwei Musikerinnen zu U. zu Besuch und es wird gemeinsam musiziert. Die anderen beiden, eine Frau mit Down-Syndrom und deren Mutter, spielen Flöte. Und weil sie immer besser werden, dürfen sie bei Geburtstagen und anderen Feiern auch mal auftreten. So macht das Musizieren gleich noch mehr Spaß.

## 8. Aktivitäten mit anderen Menschen mit Down-Syndrom

Es ist wichtig, neben anderen Aktivitäten, Zeit zu lassen für regelmäßige Treffen mit anderen Menschen mit Down-Syndrom oder einem ähnlichen Entwicklungsstand und einer ähnlichen Interessenwelt. Tanzgruppen bieten sich an, wie wir sie aus vielen verschiedenen Ländern kennen, wie Club Slick aus Australien, die Hip-hoppers aus Japan oder die Happy Dancers aus Deutschland. Tanz und Bewegung genauso wie Theater, Musik oder Kunst sind beliebte Aktivitäten bei vielen Menschen mit Down-Syndrom. Regelmäßige Proben, das Zusammensein mit den anderen, den Kollegen aus der Band, den Schauspielfreunden fördert soziale Kompetenzen und bereitet einfach Freude. Auftritte stärken das Selbstbewusstsein.

Aber auch regelmäßige Gesprächsgruppen, in denen man sich mit Gleichgesinnten über das Leben mit Down-Syndrom unterhalten, sich gegenseitig stärken kann und man sonst auch vieles bespricht, könnte zum Freizeitprogramm gehören so wie gelegentliche gemeinsame Ausflüge, Kino- oder Restaurantbesuche.

#### 9. Ein strukturiertes Programm für die Freizeit macht Sinn

Viele Freizeitaktivitäten wurden bis jetzt aufgezählt und man könnte sich noch einiges mehr ausdenken. Es kommt immer auf die individuellen Vorlieben und Fähigkeiten der Person an und auf die Möglichkeiten und Angebote im Umfeld. Es ist an uns, Eltern und Begleiter von Erwachsenen mit Down-Syndrom, die Möglichkeiten zu erörtern und dann einen Plan, ein Programm zusammenzustellen mit verschiedenen Aktivitäten, teils drinnen, teils draußen, Dinge, die

man vielleicht alleine macht, und Dinge, denen man gemeinsam mit anderen als Vereinsmitglied nachgeht. Einmal wöchentlich könnte man sich mit einem ehrenamtlichen Job beschäftigen und natürlich sollen auch Dinge wie Musik hören, fernsehen oder einfach faulenzen auf dem Programm stehen, aber eben nicht ausschließlich.

Wenn es gelingt, gemeinsam mit dem Erwachsenen mit Down-Syndrom, ein abwechslungsreiches, strukturiertes Freizeitprogramm zu entwickeln, mit Dingen, die ihm Spaß bereiten und er nun genau weiß, was an den verschiedenen Wochentagen in der Freizeit läuft, hat man das Ziel eigentlich erreicht. In der Regel wird er von nun an peinlich genau darauf bedacht sein, diesen Plan einzuhalten. Denn er liebt Struktur, er liebt Routine, er liebt es, wenn die Dinge immer wieder zurückkommen. Ein gut strukturiertes Wochenprogramm gibt ihm Sicherheit, er hat das Gefühl, alles unter Kontrolle zu haben!

Es entstehen nun bloß ab und zu für die Begleiter und die Familien Schwierigkeiten, nämlich dann, wenn das Programm mal geändert werden muss: kein Kino am Samstagnachmittag, weil die Schwester an dem Tag ihre Hochzeit feiert, kein Fitness am Montag, weil die Geräte im Fitnessstudio überholt werden.

#### 10. Soziale Kontakte

All diese Tätigkeiten bringen eine Menge neuer Kontakte. Nicht nur an dem einem Klubabend in der Woche, Klubs bieten darüber hinaus noch weitere soziale Aktivitäten, wie die jährliche Weihnachtsfeier, einen Jahresausflug oder ein Picknick.

Außerdem begegnet man den Bekannten aus dem Sportverein, aus der Kirche, von der Kegelbahn oder der Umweltgruppe beim Einkaufen, am Bahnhof oder in der Bibliothek: eine Gelegenheit, sich kurz zu unterhalten, ein Stück Weg gemeinsam zu gehen.

In ihrem Vortrag bei der Welt-Down-Syndrom-Konferenz in Vancouver, August 2006 sprach Prof. de Haem von der Patterson University, New Jersey, über Freundschaften. Sie betonte u.a., dass die meisten Menschen nur einige





wenige Personen als wirklich gute Freunde einstufen, manche haben auch nur einen einzigen guten Freund. Aber wir alle haben viele Bekannte, Menschen, die wir kennen von der Arbeit, aus der Kirche, von verschiedenen Freizeitaktivitäten oder durch ehrenamtliche Beschäftigung. Diese "kleinen" Freundschaften sind wichtiger Bestandteil unseres Lebens, sie geben uns das Gefühl, in einem sozialen Netzwerk eingebunden zu sein. Wenn wir am Tag zwei, drei solche Bekannte treffen, uns kurz unterhalten können, letzte Neuigkeiten austauschen oder gemeinsam eine Tasse Kaffee trinken gehen, macht das den Tag oft zu einem guten Tag. Diese Art von Kontakten genießen auch Menschen mit Down-Syndrom.

Aktive Freizeit - Mehr als bloß beschäftigt sein

Ein aktives Freizeitleben zu haben bedeutet nicht nur. einfach mit etwas beschäftigt zu sein. Es ist viel mehr als das. Gleichzeitig tut der Mensch etwas für seine psychische und physische Gesundheit. Menschen, die sich mit anregenden, interessanten Dinge beschäftigen, statt passiv herumzulungern, bleiben geistig länger fit! Das gilt für uns alle. Depressionen haben dann weniger Chancen. Außerdem wird der aktive Mensch Teil eines Netzwerkes. Er lernt viele Menschen in seiner Gemeinde kennen und die anderen kennen ihn. Wenn Eltern älter werden und sterben, Geschwister nicht mehr so zur Verfügung stehen, ist es wichtig, dass der Mensch mit Down-Syndrom viele andere Kontakte hat, Menschen in seiner Umgebung kennt, die ihn über viele Jahre erlebt und schätzen gelernt haben und die ihn auch weiterhin begleiten können.

#### Herausforderung für Familien und Begleiter

Nun es ist kein einfacher Job für uns Eltern, ein anregendes, ausgewogenes Freizeitleben für unsere Söhne und Töchter zu entwickeln. Hier sind wir, auch wenn unsere Kinder schon erwachsen sind, noch einmal stark gefordert. Wir müssen darauf achten, dass bestehende Hobbys, sportliche oder kulturelle Interessen nicht vernachlässigt werden, wenn das Kind in eine Wohngruppe zieht. Häufig beschweren sich Eltern, dass nun "nichts

mehr läuft", und Betreuer sagen, sie hätten keine Zeit, jedem Einzelnen eine angemessene Freizeitgestaltung zu bieten. Gemeinsames Fernsehen ist freilich bequemer und gefällt jedem. Trotzdem muss hier gegengesteuert werden.

Wenn der Erwachsene schon in einem Verein eingebunden war, gewöhnt war, im Ort mit anderen wöchentlich zum Tischtennis, Kegeln oder einem Stammtisch zu gehen, sollten diese Hobbys unbedingt beibehalten werden.

Gemeinsam soll das Personal in den Wohnheimen mit den Eltern und dem jeweiligen Menschen mit Down-Syndrom überlegen, wie der Feierabend gestaltet werden kann.

Sich um das Freizeitverhalten zu kümmern, auch wenn der Sohn oder die Tochter schon ausgezogen ist, bedeutet nochmals eine Herausforderung an uns Eltern. Aber es ist notwendig und es lohnt sich. Die physische und mentale Gesundheit unserer älter werdenden Kinder muss eine unserer Prioritäten sein. Zu den Bedingungen für ein ausgefülltes Leben gehören ein geeigneter Arbeitsplatz, ein passender Wohnort, soziale Beziehungen sowie ein anregendes Freizeitleben.

## FreiZeit

## "In jedem von uns steckt ein Held!"

von Katharina Jetter

Das war das Motto der Special Olympics National Games 2010 vom 14. – 19. Juni in Bremen. 4500 Athleten mit geistiger oder mehrfacher Behinderung aus ganz Deutschland waren in 20 unterschiedlichen Sportarten am Start. Begleitet von 1500 Trainern und ähnlich vielen Freiwilligen Helfern. Der Stadt Bremen bescherte das 35.000 Übernachtungen. Doch genug der Zahlen ... Es waren meine ersten Olympischen Spiele, für eine NDR Hörfunk-Reportage habe ich die Fußballer der Hamburger Elbe Werkstätten eine Woche lang bei ihrem Turnier in Bremen begleitet. Ich habe die unglaubliche Stimmung bei der Eröffnungsfeier in der Bremen-Arena mit über 10.000 Menschen erfahren, habe erlebt, wie die Athleten das Gefühl genossen, einmal wirklich unübersehbar zu sein, in den Restaurants an der Weser-Flaniermeile, in den Cafees der Bremer Innenstadt, bei den vielen Siegerehrungen nach den Wettkämpfen.

Als Mutter eines Jungen mit Down-Syndrom ist mir auch aufgefallen, wie viele selbstbewusste, gut trainierte Menschen mit Down-Syndrom unter den Athleten waren und wie gerade die Leute mit Down-Syndrom wirklich ihren Spaß hatten, zum Beispiel bei der Athleten-Disko.

Die Fußballer der Elbe Werkstätten, die ich begleitet habe, sind junge Erwachsene mit geistiger Behinderung. Sie sind alle berufstätig und arbeiten in den sechs verschiedenen Werkstätten der Elbe GmbH in ganz unterschiedlichen Bereichen: zum Beispiel in der Tischlerei, beim Zelt-Verleih, in der Großküche oder sie haben einen so genannten "Außenarbeitsplatz". Dort machen sie meist einfache Arbeiten im Lager oder in der Montage.

Aber auch Freizeitangebote bietet die Elbe GmbH ihren Mitarbeitern: Im Sportbereich gibt es Tischtennis, Schwimmen, Fahrradfahren und eben Fußball.



Immer donnerstags treffen sich die Elbe-Fußballer auf einem Rasenplatz in Harburg.

Für alle ist das Training der Höhepunkt der Woche. Vor den Special Oylmpics haben sie besonders intensiv trainiert. Vor zwei Jahren bei den National Games in Karlsruhe konnten sie in ihrer Gruppe den dritten Platz belegen.

Der 26-jährige Patrick Schaar hält den Ball trotzdem flach als ich ihn nach seinen Zielen für Bremen fragte: "Hauptsache, wir haben Spaß, wir müssen nicht gewinnen." Ihm ist die gute Stimmung wichtiger als dei Sieg. Das sehen nicht alle in der Mannschaft so …

"Lasst mich gewinnen! Doch wenn ich nicht gewinnen kann, lasst mich mutig mein Bestes geben" so lautet der Special Olympics Eid. Damit möglichst viele der Athleten gewinnen können, beginnen die Spiele immer mit Klassifizierungs-Wettkämpfen. So ist sicher, dass jeder – ungeachtet seiner Handicaps – eine echte





Chance hat. Außerdem wird jeder Sportler nach seinem Wettkampf einzeln geehrt. Die Special Oympics Hymne "Let me win" erklingt dann nur für ihn und ihm wird feierlich eine Medaille überreicht. Für Sportler, die keinen Spaß am Wettkampf haben, gibt es außerdem immer auch wettbewerbsfreie Sportangebote. Auf den Kunstrasenplätzen am Weser-Stadion wurde die ganze Turnier-Woche hindurch hart gekämpft. Die Trainer der spielenden Mannschaften standen am Rand und brüllten sich die Seele aus dem Leib. "Patrick lauf! Hinten decken, den hast Du!!!". Nicht anders als bei Turnieren von Nicht-Behinderten. In den Spielpausen wurden Kontakte geknüpft. "Wo kommt ihr her?" War eine beliebte Frage. Spieler aus Stuttgart freundeten sich mit Thüringern an. Adressen wurden ausgetauscht zwischen Wohngruppen-Teams aus Bayern und Förderschulen aus Niedersachsen. Als eine kleine Athletin mit Down-Syndrom sich, weil sie müde ist, an einen Freiwilligen Helfer, einen Außendienstler aus der Lüneburger Heide

kuschelt, sieht der sehr glücklich aus. "Die sind so echt hier, die Leute", sagt er. Das rühre ihm das Herz.

Schade nur, dass so wenig Zuschauer da waren. So waren es vor allem die Freiwilligen Helfer und die Sportler selbst, die sich anfeuerten.

Die Fußballer der Elbe Mannschaft haben übrigens gut gespielt und den zweiten Platz in ihrer Gruppe gemacht. Seine Medaille wird Patrick Schaar neben den HSV-Wimpel in seinem Zimmer in seiner Wohngruppe aufhängen. Sie soll ihn an eine tolle Woche erinnern.

Und noch ein Freizeit-Tipp: Die nächsten Veranstaltungen der Special-Oylmpics stehen hier:

www.specialolympics.de

# FreiZeit

# Schwimmen bei den Special Olympics

Ich erinnere mich noch wie meine Tochter Lisa bevor sie mit ihren 6 Jahren in die Schule kam sagte: "Ich will schreiben, lesen und schwimmen lernen".

Lisa hat mit 8 Jahren in Volksdorf bei einer begnadeten Schwimmlehrerin im Bäderland das Schwimmen im Regelunterricht gelernt mit den Worten: "Natürlich lernt sie hier das Schwimmen, warum auch nicht?"

Später bekam sie mit ihrer Freundin Emily in Fidler's Schwimmschule in Niendorf den Freischwimmer, wo es auch immer ein Plätzchen für die "besonderen Bedürfnisse" gibt. Trotz Unterbrechungen mit Mittel-





ohrentzündungen und Röhrchen-OP ist Lisa nach wie vor eine Wasserratte und taucht und schnorchelt auch liebend gerne.

Jetzt ist Lisa 14 Jahre alt und am 14. Juni war ich bei ihr in der Uni-Schwimmhalle in Bremen, um bei ihrem 1. Wettkampftag von Special Olympics dabei zu sein. Ihre 1. Aufgabe war, eine 50 Meter Strecke zu schwimmen und die 2. Aufgabe, eine Staffel von 200 m Freistil mit 3 Mitschülern aus der Paracelsusschule zu bestehen. Sie war 4 Tage mit Schwimmen beschäftigt und ich freue mich sehr für Lisa, dass sie an diesem außergewöhnlichen Ereignis teilnehmen durfte. Alle waren super aufgeregt, hatten weichen Knie oder Herzklopfen, weil sie alles geben, sich in der Regel um bis zu 30 Sec. im Vergleich zu ihren Trainingszeiten verbessern und ihre/n "innere/n Helden/Heldin" zeigen.

Viele freiwillige Volontaire und das Engagement der TrainerInnen machen es möglich, sowie ein Heidenaufwand von Sponsoring und Logistik im Hintergrund. Für Lisa waren zwei Schwimmlehrer an ihrer Schule bereit, sie und 3 MitschülerInnen ein Jahr lang zu trainieren. Das heißt, einmal die Woche schnell mal eine Stunde ins Bäderland zu einer gesponsorten Bahn. Lisa hat die Trainingszeit wegen ihrer Ohren immer wieder mal absagen müssen und durfte trotzdem mit.

Das Motto der Special Olympics lautete:

#### "In jedem von uns steckt ein Held"

Durch die spektakuläre Eröffnungsveranstaltung bekam spätestens jeder dieses Gefühl, weil mit unglaublichen Kulturereignissen und großen Ansprachen, das Entfachen des Feuers und das Hissen der Flagge eine wundervoll aufgeladene Stimmung entstand, die die "Special Guest" entsprechend anfachten.

Was mich aber doch überraschte, war der Ehrgeiz meiner Tochter zu gewinnen, wo sie sich doch sonst gerne Anforderungen und Aufgaben entzieht. Lisa wollte mich unbedingt anrufen, als sie beim Brustschwimmen disqualifiziert wurde, dass sie verloren hat – ich wollte das gar nicht so ernst nehmen, weil ja Zeiten und Gewinnen gar nicht so die Rolle spielen. Aber sie hatte keine Medaille bekommen, sondern "nur" ein Schleifchen, und die Trainerin verriet mir später, dass sie dieses im nächsten Mülleimer entsorgen wollte …

Vielen Dank an ihre Schwimmlehrer und alle Helfer im Hintergrund und an Emilys Mama für Lisas Schwimmunterstützung!



# Freizeiterleben und Freizeitgestaltung von Menschen unter den Bedingungen von Trisomie 21

von Christian Fritsch

#### Geschichte

Was ist eigentlich Freizeit? Diese Frage kann immer nur vor dem Hintergrund eines aktuellen, zeitgemäßen gesellschaftlichen Diskurses bestimmt werden. Die ursprüngliche Bedeutung von Freizeit findet sich im griechischen Wort Muße wieder. Während Muße heute oftmals mit Müßiggang, also Faulenzen, gleichgesetzt wird, war Muße für die Griechen noch ein hoch produktiver Prozess. Muße bedeutet in Aktion zu treten, sich bewusst Zeit für ein kreatives, schöpferisches Tun zu nehmen.

Wagen wir eine kleine Reise durch die Geschichte so zeigt sich, dass während der Aufklärung und des aufkommenden Rationalismus die Welt erklärbar und verstehbar werden sollte. Freizeit wurde während der Aufklärung vor allem von den Schulpädagogen als eine Zeit betrachtet, in der es ausschließlich um die Erholung von geleisteter Arbeit geht. Freizeit wird so entgegen dem griechischen Ideal zu einem Komplementärbegriff der Arbeit. Freizeit wird also in Abhängigkeit zur Arbeit verstanden und so ist es nicht verwunderlich, wenn die Schulmänner, wie u.a. Fröbel, Lange und Pestalozzi. Freizeit lediglich als die freie Zeit während der Lernpausen in der Schule verstanden haben. (1) Im Humanismus hat sich das Verhältnis von Arbeit und Freizeit gewandelt. Im Zuge der napoleonischen Befreiungskriege, der Bildung einer Nationalstaatlichkeit und damit dem Wegfall von Zollgrenzen, setzte der Prozess der Industrialisierung und Technisierung vieler Arbeitsund später auch Lebensbereiche ein. Bedingt durch diese Veränderungen entstand durch die emanzipatorischen Bestrebungen des Bildungsbürgertums ein Bildungsbestreben der Arbeiterschicht auch in der Freizeit. (2) Das bisherige Privileg der Teilnahme an Feierabendgesellschaften, den Museumszirkeln sowie den Lesegesellschaften ist in ihrer Zugänglichkeit auf breite Teile der Bevölkerung ausgeweitet worden. Gleichzeitig verkürzte sich die Arbeitszeit durch neue Feierabendregelungen, arbeitsfreie Wochenenden und erste Tarifvereinbarungen.

Somit erfuhr Freizeit nicht nur einen quantitativen, sondern auch einen qualitativen Zuwachs. Die Frage, wie die wachsende Freizeit sinnvoll genutzt werden kann, fand in wissenschaftlichen Auseinandersetzungen ihren Platz. (3)

Einen Höhepunkt erfährt diese Entwicklung während der Weimarer Republik. Durch die Festsetzung des 8-Stunden-Arbeitstages im Jahre 1918 wächst die Quantität der Freizeit. Freizeit wird hier vorwiegend für private Zwecke wie z.B. Familie und Hobbies verwendet. Eine neue Dimension der Freizeitgestaltung zeichnet sich bei Fritz Klatt, dem Begründer der Freizeiterholungsheime ab. Freizeit wird nicht mehr nur in Abgrenzung zur Arbeit verstanden, sondern als eigenständiger Bereich, der nach Klatt aber ganz klar der produktiven Betätigung dient. In seinen Freizeiterholungsheimen konnten also Kurse im Bereich der Erwachsenenbildung besucht und Abschlüsse gemacht werden. Ebenso fanden Sportveranstaltungen und Lesezirkel statt. Dieses ganzheitliche Freizeitkonzept fand durch die Kriegswirren ein jähes Ende und wurde besonders während des Nationalsozia-





lismus instrumentalisiert. Der Weltkongress für Freizeit und Erholung in Hamburg von 1936 kennzeichnet das Ende einer Auseinandersetzung mit Freizeit im bisherigen Verständnis. (4)

Nach dem zweiten Weltkrieg fand innerhalb der Erziehungswissenschaft eine Phase der Disziplinierung und Ausdifferenzierung statt. Es entstanden eine Fülle an neuen Teildisziplinen, u.a. die Freizeitpädagogik. Die ehemals geisteswissenschaftliche Auseinandersetzung mit Freizeit fand und findet seit den späten fünfziger Jahren auf einer sozialwissenschaftlichen Ebene statt. (5)

Damit veränderte sich der Fokus von der individuellen, erzieherischen Sichtweise auf Freizeit hin zu einer soziologischen, gesellschaftlich ausgerichteten Perspektive. In der Konsequenz dessen fanden zahlreiche empirische Erhebungen zur Freizeitgestaltung, zum Freizeiterleben u.ä. statt. Es begann eine Phase der sozialwissenschaftlichen Erforschung und Datenerhebung von Freizeit. Opaschowski, einer der Mitbegründer der erziehungswissenschaftlichen Teildisziplin Freizeitpädagogik, skizziert die Entwicklung von Freizeit im 20. Jahrhundert in vier Phasen:

Während in den Fünfzigern Freizeit als Zeit der Erholung von getaner Arbeit verstanden wurde, wandelte sich Freizeit während der Sechziger und Siebziger zu einer Zeit des Konsums. Freizeit als Konsumzeit wurde in den Achtzigern vom Freizeiterleben verdrängt. Die Entwicklung eines eigenen Lebensstils steht im Freizeitbereich im Vordergrund und erstmals wird Arbeit nicht mehr ausschließlich als sinnstiftend betrachtet, sondern Freizeit erfährt eine biographisch relevante, sinnstiftende Funktion. Die Neunziger Jahre waren durch ein Weniger an Erlebnisorientierung und ein Mehr an Mußeorientierung geprägt. Das Bedürfnis nach Ruhe und Muße dominiert. (6)

#### Freizeitbegriff:

Nach dieser Reise durch die Geschichte hat sich gezeigt, dass der Begriff der Freizeit zeitabhängig zu verstehen ist. Genauso, wie sich die Bedeutung von Freizeit im Laufe der Zeit verändert hat, entstanden eine Fülle an unterschiedlichsten Definitionen des Freizeitbegriffs. Auf eine Darstellung dieser Definitionsspannbreite und der entsprechenden theoretischen Einbettung wird verzichtet. Der Freizeitbegriff von Opaschowski scheint für die Zielgruppe Menschen unter den Bedingungen einer Behinderung insofern geeignet, als dass er zum einen das Verhältnis von Fremd- und Selbstbestimmung beinhaltet. Zum anderen erlaubt diese Definition eine Veranschaulichung der zeitlichen Mehrbelastung von Menschen unter den Bedingungen einer Behinderung, da der positive Freizeitbegriff nach Opaschowski vom Arbeitsbegriff losgelöst wird. Er bezeichnet statt dessen die Lebenszeit. Sie setzt sich aus Obligationszeit. Determinationszeit und Dispositionszeit zusammen. Dispositionszeit ist die freie Zeit, die sich durch ein hohes Maß an Selbstbestimmung charakterisiert, Zeit also für Lesen, Faulenzen, Muße, Bildung usw. Obligationszeit ist die zweckbestimmte Zeit, z.B. für Essen, Schlafen, Besuch beim Logopäden oder Ärzten. Die Determinationszeit, die fremdbestimmte Zeit, charakterisiert sich in Form von Arbeit, Schule usw. (7) Diese Einteilung mag auf den ersten Blick ein wenig statisch wirken. Spätestens bei einer Gegenüberstellung der Freizeitgestaltung und des Freizeiterlebens von Menschen mit und ohne Behinderung wird deutlich, dass die drei Kategorien unterschiedlich viel Raum einnehmen, für Menschen unter den Bedingungen einer Behinderung z.B. ein Mehr an Obligationszeit und ein Weniger an Dispositionszeit.

#### Bedeutung von Freizeit:

Heute wächst dem Freizeitbereich eine immense und wachsende Bedeutung zu. Alleine durch die Verkürzung der Arbeitszeit in den letzten sechzig Jahren gewinnt Freizeit quantitativ an Bedeutung.

Freizeit ist ein Bereich, der aber ebenfalls qualitativ einen Bedeutungszuwachs erfährt. Während bisher vorwiegend der Arbeitsbereich eine sinnstiftende Funktion hatte, werden heute zunehmend Kompetenzen und Qualifikationen außerhalb der Erwerbstätigkeit erworben. Freizeit ist damit eine Zeit mit biographisch sinnstiftender Funktion, eine Zeit, in der auch Persönlichkeitsbildung stattfindet.

Im Folgenden werden die Grundbedürfnisse von Menschen in ihrer Freizeitgestaltung als acht Funktionen vorgestellt:

- 1. Rekreation = Bedürfnis nach Erholung, Ruhe
- Kompensation = Bedürfnis nach Ausgleich und Vergnügen
- Edukation = Bedürfnis nach Lernen und Selbstbildung
- 4. Kontemplation = Bedürfnis nach Selbstfindung und Selbsterfahrung

# Zeit

- Kommunikation = Bedürfnis nach Geselligkeit und Beziehungen
- 6. Integration = Bedürfnis nach Gemeinsamkeit und sozialer Stabilität
- 7. Partizipation = Bedürfnis nach Mitbestimmung und Teilhabe
- 8. Enkulturation = Bedürfnis nach kulturellem Leben und kreativer Entfaltung (8)

Die ersten vier Freizeitbedürfnisse kennzeichnen die individuellen Zielfunktionen von Freizeit, die Menschen unter den Bedingungen einer Behinderung in Deutschland heutzutage meist uneingeschränkt oder nur mit geringen Einschränkungen zugänglich sind, nämlich Muße und Ruhe, Entspannung, die Möglichkeit sich weiterzubilden und zu lernen. Die letzten vier Freizeitbedürfnisse kennzeichnen die gesellschaftlichen Zielfunktionen. Bei diesen vier gesellschaftlichen Bedürfnissen existieren ganz klare Barrieren für Menschen unter den Bedingungen einer Behinderung. Die Teilhabe ist häufig stark eingeschränkt. So ist es für Menschen mit Behinderung oftmals schwierig, Geselligkeit zu erleben oder am kulturellen und politischen Leben teilzunehmen. Menschen mit Behinderung haben aber grundsätzlich die gleichen Bedürfnisse wie Menschen ohne Behinderung. Die Behinderung kann lediglich dazu führen, dass die Bedürfnisse unterschiedlich gelagert bzw. unterschiedlich gewichtet sind. (9)

# Freizeiterleben und Freizeitgestaltung von Menschen mit Behinderung

Das Paradigma der Freizeitpädagogik ist die "offene Situation", die einerseits durch das Prinzip der Offenheit und andererseits durch das Prinzip der Freiwilligkeit charakterisiert ist. Offenheit bezieht sich dabei auf den Raum, die Zeit und das Angebot, Freiwilligkeit bezieht sich auf die Teilnahme und die Gruppenbildung. (10) Aufgrund der schlechten statistischen Lage zum Freizeitverhalten und zur Freizeitgestaltung von Menschen mit geistiger Behinderung sind die im Folgenden genannten

Zahlen vorsichtig zu interpretieren und haben nicht den Anspruch einer Allgemeingültigkeit. Es soll lediglich die Tendenz aufgezeigt werden.

Der Großteil der Freizeitgestaltung findet im familiären Kreis statt (92,6%). Nur ca. die Hälfte der Menschen mit geistiger Behinderung erleben Freizeit im außerfamiliären Umfeld (41,8%). (11)

In Deutschland leben ca. 10 Millionen Menschen unter den Bedingungen einer Behinderung und sind somit potentielle Freizeitkonsumenten. Insofern ist es für die Tourismusindustrie, aber auch für Dienstleister und Einrichtungen nur konsequent, hier einen "Freizeitmarkt" für Menschen mit Behinderung zu schaffen. Im Hinblick auf das obig skizzierte Paradigma und den Anspruch auf Selbstbestimmung, insbesondere in der disponiblen Zeit, ist zwischen der Freizeitgestaltung von und der Freizeitgestaltung für Menschen unter den Bedingungen einer Behinderung zu unterscheiden. Die meist genannten Freizeitaktivitäten der Personengruppe Menschen unter den Bedingungen einer geistigen Behinderung sind Fernsehen (72%) und Spazierengehen (53,9%), im Mittelfeld liegen sportliche Betätigungen (11,8%), Bücher lesen (14%) und Musizieren, Malen (14,7%), als Schlusslicht der Freizeitaktivitäten zeichnet sich das politische Engagement (0,3%) und die Teilnahme an Weiterbildungen (0%) ab. (12)

Menschen unter den Bedingungen einer Trisomie 21 erfahren in ihrer Freizeitgestaltung und in ihrem Freizeiterleben Barrieren. Als wesentliche Barrieren werden die Bereiche Kommunikation und Mobilität genannt. So dauert z.B. das Schuhe binden länger oder die Kinder und Jugendlichen sind auf die Beförderung durch die Eltern zu den jeweiligen Freizeitangeboten, die außerhalb des familiären Kreises stattfinden, angewiesen. Menschen unter den Bedingungen einer Trisomie 21 können nicht immer ohne Barrieren kommunizieren, ein "nicht verstanden werden" bereitet Schwierigkeiten mit andern in Kontakt, in Geselligkeit zu treten.

#### Konsequenzen für eine emanzipatorische und inklusive Freizeitgestaltung und ein Freizeiterleben für Menschen unter den Bedingungen einer Trisomie 21:

Es hat sich gezeigt, dass die Bedürfnisse in der Freizeitgestaltung für Menschen mit Behinderung dieselben sind wie für Menschen ohne Behinderung. Dieser Wirklichkeit steht der tatsächlichen Freizeitgestaltung entgegen. Menschen mit Trisomie 21 erleben eben nicht die gleiche Qualität in der Freizeit wie Menschen ohne Trisomie. Dies liegt zum Teil sicherlich an den skizzierten Barrieren. Auch in der Quantität der Freizeit gibt es Unterschiede. Gerade Kinder und Jugendliche mit Trisomie 21 haben ein Mehr an zweckbestimmter Zeit und ein Weniger an freier Zeit zur Verfügung. Der Besuch einer Ganztagesschule verlängert die Determinationszeit und verkürzt ebenso die Dispositionszeit. Für erwachsene Menschen, die unter den Bedingungen einer Behinderung leben, liegt nach vorsichtigen Schätzungen die Erwerbstätigkeit bei 19%. (13)

Ein Großteil der Arbeitsplätze findet sich zudem auf dem zweiten Arbeitsmarkt. Für einen Teil der Menschen besteht somit keine Möglichkeit einer Erwerbstätigkeit. Damit bleibt das Feld der beruflichen Bildung, der Persönlichkeitsbildung im Beruf offen und kann lediglich im Freizeitbereich kompensiert werden. Insofern wächst die Relevanz einer Freizeitgestaltung und eines Freizeiterlebens für Menschen, die unter den Bedingungen einer Trisomie 21 leben, gerade bei Erwerbsminderung bzw. Erwerbsverhinderung.

Die Frage nach einer sinnvollen Freizeitbeschäftigung kennen nicht nur Eltern, sondern sie hat sich auch in vielen wissenschaftlichen Disziplinen gestellt. Begriffe wie Freizeiterziehung und Freizeitbildung entstammen der Freizeitpädagogik der sechziger Jahre und scheinen heute durch die Kompetenz- und Qualifikationsdebatte abgelöst zu sein.

In diesem aktuellen Verständnis geht es also darum, wie im Freizeitbereich Kompetenzen und Qualifikationen erworben werden können, die sich nicht nur in der Erwerbsbiographie widerspiegeln, sondern auch in der Persönlichkeitsentwicklung zum Tragen kommen. In Verbindung mit dem Inklusionsgedanken geht es auch im Freizeitbereich um die Erweiterung des zur Zeit anerkannten und geforderten Bildungswissens auf bisher nicht relevante, weil außerhalb der üblichen Curricula gelegenen Bereiche. Mit einer solchen Öffnung hätten u.a. Menschen unter den Bedingungen einer Trisomie 21 die Möglichkeit, sich Wissen entsprechend den eigenen Interessen, den eigenen Fähigkeiten und Neigungen anzueignen. Eine Zertifizierung dieser erworbenen Kompetenzen außerhalb des formalen Bildungssystems scheint ein vielversprechender Ansatz, um die Selbstbestimmung, die Freiwilligkeit und die Aspekte der Persönlichkeitsentwicklung im Freizeitbereich für Menschen unter den Bedingungen einer Behinderung Realität werden zu lassen.

Das wird aber nicht von heute auf morgen passieren! Ein Element, das dabei nicht in Vergessenheit geraten darf, ist die Erarbeitung eines pädagogischen Handlungskonzeptes für BetreuerInnen im Freizeitbereich. Auch wenn das Ziel die Freizeitgestaltung von Menschen mit Trisomie 21 ist, führt der Weg dahin teilweise über bestehende Strukturen der Freizeitgestaltung für Menschen mit Behinderung. Zweifellos erfordert die Freizeitgestaltung von Menschen mit Trisomie 21 eine Veränderung des pädagogischen Handelns der BetreuerInnen sowie ihrer Haltung und Einstellung. Gleichzeitig gilt es die neuen wissenschaftlichen Erkenntnisse in der Verknüpfung von neurobiologischem Wissen und erziehungswissenschaftlichem Denken in ihrer Konsequenz für eine inklusive Didaktik auch im Freizeitbereich fruchtbar zu machen. (14)

Denkmuster, wie z.B. das Denken in entwicklungspsychologischen Kategorien, welches eine überhöhte Erwartungshaltung der Eltern erzeugen kann, sollten, im Sinne der Menschen, um die es geht, abgelöst werden durch eine Renaissance des Wachstumsparadigmas,



in dem das Wachstum des Kindes als ganz individueller, nicht kategorisierbarer und generalisierbarer Verlauf betrachtet wird .

- Vgl.: Opaschowski, Horst W. (1990): Pädagogik und Didaktik der Freizeit. 2. Auflage, 1990, Opladen, S. 100-137
- (2) Vgl.: Giesecke, Hermann (1968): Freizeit und Konsumerziehung, Göttingen
- (3) Vgl. Tenorth, Heinz-Elmar (2008): Geschichte der Erziehung. Einführung in die Grundzüge ihre neuzeitlichen Entwicklung, 4.Auflage, Weinheim, S. 157ff
- (4) Vgl. Giesecke (1968), ebd.
- (5) Vgl. Tenorth (2008), ebd.
- (6) Vgl. Opaschowski (1990), ebd.
- (7) Vgl. Opaschowski (1990), ebd.
- (8) Vgl.: Markowetz, Reinhard/ Cloerkes, Günther (Hrsg.) (2000): Freizeit im Leben behinderter Menschen. Theoretische Grundlagen und sozialintegrative Praxis, Heidelberg, S. 1-66
- (9) Vgl.: Markowetz, Reinhard/ Cloerkes, Günther (Hrsg.) (2000): ebd.
- (10) Vgl.: Freizeitpädagogik (FZP) 1/79, Januar 1979: Freizeitpädagogik als erziehungswissenschaftliche Teildisziplin, S.1-48
- (11) Vgl. Markowetz, Reinhard/ Cloerkes, Günther (Hrsg.) (2000): ebd.
- (12) Vgl. Markowetz, Reinhard/ Cloerkes, Günther (Hrsg.) (2000): ebd.
- (13) Vgl.: Pfaff, Heiko (2006): Lebenslagen der behinderten Menschen. Ergebnisse des Mikrozensus 2005. In: Wirtschaft und Statistik 12/2006, Statistisches Bundesamt, S. 1267-1277
- (14) Vgl. Zimpel, André (2010): Buchstaben sind die Algebra der Sprache. Aufmerksamkeitsumfang und Gestaltwahrnehmung als Bedingung für die Sprachentwicklung bei Trisomie 21. In: KIDS Aktuell Nr.21, S.44-48

# Zeit

## Hamburg bei Nacht

von Christian Fritsch

Dennis und Florian waren ganz begeistert von der Übernachtung. Am Besten fanden sie das Essengehen und die Disco. Sie möchten auf jeden Fall noch einmal so einen schönen Abend erleben. Die beiden haben auch den restlichen Sonntag verschlafen.

Mutter von Dennis und Florian Wir,. die Freizeitgruppe von KIDS Hamburg e.V., haben uns am Samstag um 17.00 Uhr bei KIDS getroffen und zusammen den Inhalt und den Ablauf unserer gemeinsamen Übernachtung geplant:

Was sich jeder einzelne für die Übernachtung wünscht? Wie wir die vielen und doch unterschiedlichen Wünsche und Ideen zu einem gemeinsamen Programm zusammenschustern? Wer was macht?

Nach knapp zwei Stunden war es klar: wir wollen Tanzen, wir wollen etwas Essen und wir wollen Film/Fußball gucken.

Jeder hatte seine Idee wo er tanzen gehen möchte, was er essen möchte in der Gruppe geäußert.
Ganz toll war es, dass manchmal die eigene Idee der Gruppe untergeordnet wurde. So wurde z.B. auf einen Kiez-Besuch verzichtet, weil wir ja noch gar nicht alle 18 Jahre alt sind und damit gar nicht jeder mitkommen könnte. Zusammen haben wir ein tolles Programm zusammengestellt, wo für und von jedem etwas dabei war.

Dann haben wir in kleinen Gruppen die Bibliothek für die Übernachtung der Mädels hergerichtet, die Jungs haben sich um den Gruppenraum gekümmert und eine kleine Gruppe hat das Frühstück für Sonntag früh besorgt.

Nachdem jeder sein Nachtlager vorbereitet hatte, die Luftmatratze aufgepumpt und der Schlafsack ausgerollt war, ging es los in Richtung Restaurant.

Wir haben an einer großen Tafel beim Italiener in der Sternschanze lecker gegessen, gelacht und ein bisschen Fußball geschaut.

Die zweiten Hälfte des Spiels haben wir im Kulturzentrum Haus 73 angeschaut.

Schnell fand jeder einen Platz in dem vollen Raum und machte es sich wie im Wohnzimmer gemütlich. Wir kamen auch prompt mit "Fremden" in Kontakt und wurden von allen sehr warmherzig aufgenommen. Dänemark hatte unter großem Jubel gewonnen. So gegen 23.00 Uhr juckten dann doch die Beine und wir wollten endlich tanzen gehen.

Nachdem wir in ein paar Clubs reingeschnuppert haben fanden wir an der Sternbrücke im Club "Souledge" eine tolle kleine Disco mit sehr netten Menschen.

Da war auch richtig was los!

Hier haben wir bis um 1.30 Uhr getanzt, gelacht, gesungen und Kicker gespielt.

So langsam wurden auch die Letzten müde und wir machten uns auf den Heimweg.

Gegen 2.00 Uhr sind wir wieder bei KIDS gelandet und haben uns nach dem Zähneputzen in Richtung Bett begeben.

Während es bei den Mädels in der Bibliothek recht ruhig war, ging es bei den Jungs ein wenig turbulenter zu. Aber auch hier war gegen 4.00 Uhr so langsam Ruhe ...

Der erste Weckruf erfolgte schon um 7.30 Uhr von einem Frühaufsteher.

Nachdem nach ein paar Stunden Schlaf das allgemeine Aufwachen einsetzte, hat jeder seine Sachen wieder zusammen gepackt, sich frisch gemacht und das Frühstück vorbereitet. Nach einem leckeren Sonntagsfrühstück haben wir die KIDS-Räume aufgeräumt. Uns hat es sehr viel Spaß gemacht!

Die Übernachtung war gut, am besten das Pizzaessen, Disco auch. Ich möchte es nochmal machen!!!!

Mark

Ich fand die Übernachtung ganz toll, die Disco hat mir auch viel Spaß gemacht, nur Fußball gucken fand ich ganz doof!

Antonia

Das Tanzen war gut die Drehkugel dreht im Restaurant gab es Pizza – gut! weißes Bier – nee Cola Ich habe geschlafen bei KIDS und gefrühstückt Stecker wieder raus nehmen und danach abgeholt beendet.

Heiko



# FreiZeit

# **Bockholmwik Kirchfreizeit**

von Dirk Bordukat

Am 12.05.2010 ging es direkt nach der Schule los. Nachmittags um 15:00 Uhr versammelten sich 44 Kinder im Alter vom 6 – 10 Jahren mit ihren acht Betreuern (zu denen diesmal auch ich gehörte) auf dem Parkplatz der Philemon-Gemeinde zur Abfahrt nach Bockholmwik an der Flensburger Förde.

Die meisten Kinder kennen sich aus der Grundschule Hinsbleek, aus dem Hort Tigerente, vom Mittagstisch in der Philemonkirche oder der Kinderkirche. Mia ist als langjährige Teilnehmerin der Kinderkirche zum zweiten Mal bei der Kirchfreizeit. Bereits bei der Abfahrt hatte ich das Gefühl, hier sind alle gleich. Alle Kinder waren ausnahmslos gleich gespannt und neugierig, alle hatten sich von ihren Eltern verabschiedet und sich einen Platz



im Bus gesucht und Mia immer selbstverständlich mittendrin. Jedes Kind kannte das Thema "Traumreise", wusste aber nicht, was sich alles dahinter verbirgt und was alles auf sie zukommen wird.

Dass Mia mit dem Down-Syndrom lebt, ist von der Abfahrt bis zur Ankunft nie relevant gewesen. Mia war immer Bestandteil der Gemeinschaft und ist bei allen Aktionen einbezogen worden. Dies ist aber nie bewußt, sondern völlig selbstverständlich geschehen. Es herrschte eine positive Gesamtstimmung, für die Pastor Uter mit seinen fröhlichen Gesängen, Gebeten und seiner liebenswerten Art gesorgt hat, vor jedem Essen wurden ausgelassen Lieder gesungen, die jeder spätestens nach dem zweiten Mal kannte. Alle Kinder hatten aus dem täglichen Angebotsprogramm, das unter anderem aus Angeln, Schnitzen, Traumfänger basteln, Fußball spielen, Drachen steigen lassen, batiken etc. bestand, die Möglichkeit sich etwas aussuchen. Mia hat immer in der jeweiligen Gruppe ihren Platz gehabt und sich wohl gefühlt. Für mich war die Reise ein tolles Erlebnis. Das Miteinander, ob groß oder klein, behindert oder nicht, zu beobachten und dann festzustellen, Mia hat hier ihren festen Platz, hat mich sehr berührt.

## Lena singt im Kinderchor der evangelischen Kirchengemeinde Schnelsen

von Katja Gerlach

Seit Juni 2009 singt Lena im Kinderkirchenchor im Christopherushaus in Schnelsen. Jeden Mittwoch bringe ich Lena um 14.30 Uhr zur Chorprobe. Ihre Vorfreude ist jedesmal riesengroß. Auf die Idee im Chor zu singen kam Lena durch ihre Freundinnen aus der Klasse, Emily und Ivonne. Der Chor teilt sich in zwei Altersklassen. Es sind einmal die ca. 5 - 8-jährigen und die älteren Kinder bis ungefähr zur 5. Klasse. Nachdem Lena einmal mitgemacht hatte, war für sie klar, da will sie auch singen. Im Herbst war Lena immer noch mit Feuereifer dabei war und sie mußte eine schwere Entscheidung treffen: Die Wochentermine wurden zuviel und sie hatte zwischen der Musikgruppe bei KIDS Hamburg e.V. mit Gaby Küchler und dem Kirchenchor zu wählen. Es fiel ihr nicht leicht, aber sie entschied sich für den Kirchenchor.

Hier wurde es jetzt richtig ernst, denn der Probenplan für das Weihnachtsstück wurde bekannt gegeben. Eifrig wurde nun geübt, die Großen bekamen die Sprech- und Sologesangsstücke und die Kleinen sollten der Engelschor sein. Schnell wurde ein Kostüm hervorgeholt und Lena zu einem süßen Engel gemacht. Ca. 12 Kinder übten nun Woche für Woche die verschiedenen Lieder. Am Heiligabend in der Adventskirche war es dann



soweit. Wir waren gar nicht sicher, ob Lena es gelingen würde, sich überhaupt vor diese vielen Menschen in die Kirche zu stellen, geschweige denn auch noch zu singen. Wo sie sich doch immer noch nicht traut, ein Theaterstück anzuschauen oder im dunklen Planetarium die Sterne anzugucken. Mit ganzem Elternstolz durften wir dann sehen, wie unser Kind die Lieder nur so dahinschmetterte. Und auch die Gestiken und Mimiken passend zu den Liedern hatte sie drauf. Sie gibt sich so viel Mühe, alles richtig auszusprechen und zu betonen. Der Text sitzt nahezu perfekt und es macht Freude, ihr zuzuhören und -zusehen.

Inzwischen ist Lena schon ein "alter Hase" und hat weitere Auftritte in der Adventskirche hinter sich gebracht. Ende Juni fand das große Sommerkonzert des Kinderkirchenchores statt. Und auch zur Eröffnung des Stadtteilfestes Burgwedel sang der Chor sich in einen wahren Rausch.

Nach den Sommerferien gehen Lena, Emily und Ivonne dann als Drittklässlerin in die Gruppe der älteren Chorkinder. Darauf sind alle drei doch ein wenig stolz. Ja, und dann beginnen auch schon wieder die Proben für das nächste Weihnachtsstück am Heiligabend – diesmal im Christopherushaus.

## Zeit

# HSV-Profis bei Fussballkindern von KIDS Hamburg e.V.

von Bettina Fischer

Dafür hatten sich alle Jungs frei genommen: An diesem 1. März hatten sich die beiden HSV-Spieler Marcell Jansen und Eddy Sözer bei Grün-Weiß-Eimsbüttel angesagt, um mit den behinderten Kindern der Fussballgruppe eine Stunde lang zu trainieren.

Nationalspieler Marcell Jansen und HSV-Assistenztrainer Eddy Sözer wurden begeistert und hautnah empfangen und sorgten für ein unvergessliches Erlebnis. Eddy Sözer hatte mit seiner offenen und liebevollen Art die Jungs gleich im Griff und absolvierte ein fröhliches und außergewöhnliches Training. Es wurde nicht nur Kicken und Tore schiessen geübt, sondern Teamgeist und Freude am Fussball gestärkt. Die Jungs fühlten sich groß und wichtig und wurden von allen sehr respektvoll behandelt. Auch die anwesende Presse störte die Kinder nicht in ihrem Spiel.

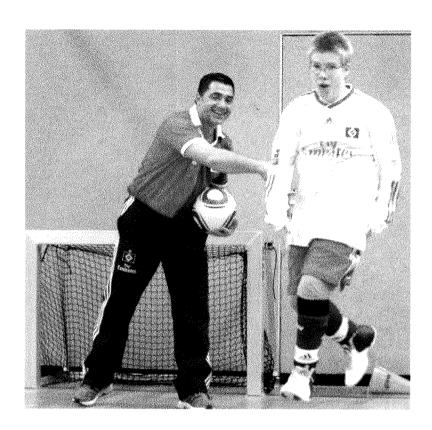
Der grippegeschwächte Marcell Jansen sah dem Treiben zu, gab Autogramme und beantwortete geduldig die Fragen der Kinder. Er ist ein echter Star zum Anfassen und die Jungs fanden ihn richtig toll. Am Schluss beschenkte er die Kinder noch mit HSV-Bällen und Schals. Danach waren alle rund rum glücklich. Diese Aktion fand im Rahmen des Hamburger Weg statt, einer einzigartigen Sponsoring Initiative des HSV und der in Hamburg ansässigen Unternehmen unter der Schirmherrschaft des Ersten Bürgermeisters Ole von Beust.

Wir bedanken uns bei Grün-Weiß-Eimsbüttel und Special Olympics für die Organisation dieses Events und freuen uns, den Initiatoren des Hamburger Wegs zeigen zu können, dass diese Aktion ein voller Erfolg war und die Leidenschaft für Fussball alle Menschen verbindet.











# Gemeinsam auf große Fahrt

von Rosa Ueberschär

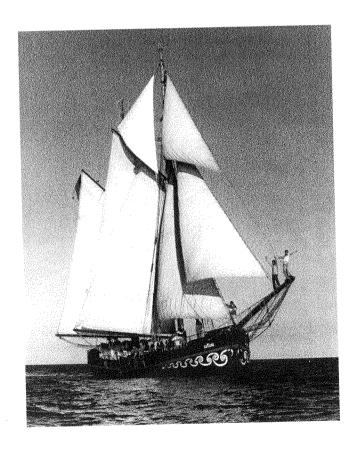
Auf einem wunderschönen alten Segelschiff in See zu stechen, überall selbst mit Hand anzulegen und abends auf der Ostsee in den Sonnenuntergang zu segeln, das ist kein Traum, das ist Wirklichkeit auf dem Traditionsschiff Fortuna.

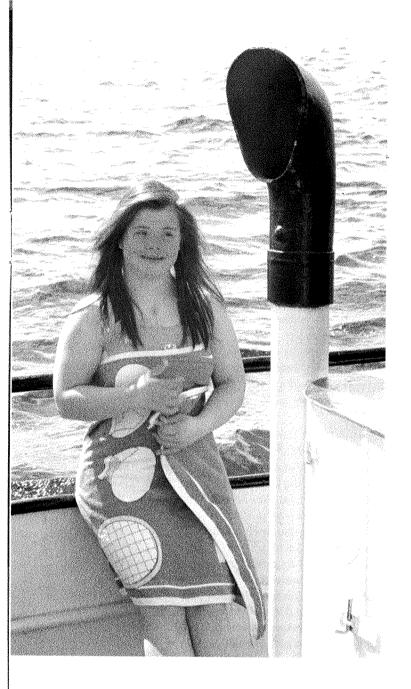
Der Verein Mignon Segelschiffahrt betreibt das einhundert Jahre alte Segelschiff Fortuna, auf dem therapeutische und pädagogische Segelreisen für Kinder und Jugendliche durchgeführt werden. Gerade behinderte oder lern- und verhaltensauffällige Kinder können bei den ein- bis zweiwöchigen Fahrten auf der Ostsee wertvolle Erfahrungen sammeln. Gemeinsam setzen und bedienen sie die Segel, erwerben seemännische Fähigkeiten und navigatorische Kenntnisse, kochen an Bord, angeln und erkunden das Land. Der Tageslauf wird bestimmt von Sonnenauf- und -untergang, dem Wind, den Sichtverhältnissen und dem Fahrtziel. Die Abende an Deck sind mal kalt, mal gemütlich, mit dem Wind um die Ohren, der salzigen Meeresluft in der Nase und dem Blick auf das endlose Meer und den Himmel. Das Leben an Bord ist auf das Einfachste reduziert – Stromsparen mit Petroleumlampen, Kochen in der Kombüse, Wasserversorgung durch eine Handpumpe. Die Naturelemente werden in ihrer ursprünglichsten Form erlebt.

"Es ist immer wieder schön zu beobachten", meint Edo Specht vom Verein Mignon Segelschiffahrt, "wie die Kinder auf diesen Fahrten über sich hinauswachsen. Anfangs sind sie meist ein bisschen eingeschüchtert, wenn sie das große Schiff mit seinen riesigen Segeln, den vielen Tauen, Blöcken und Schäkeln sehen. Aber unser erfahrener Skipper und seine dreiköpfige Crew finden immer recht schnell Zugang zu den Kindern. Sie vermitteln jedem nach seinen Möglichkeiten das nötige seemännische Handwerk. Durch das gemeinsame Handeln und Leben an Bord sehen sich die Kinder bald als Team und haben viel Spaß. Besonders gemischte Gruppen mit behinderten und nichtbehinderten Kindern lernen viel von- und übereinander."

Von Mai bis in den Oktober hinein können Fahrten auf der Ostsee unternommen werden, vornehmlich nach Dänemark, aber auch nach Süd-Schweden, an die ostdeutsche Küste und nach Polen. Das Angebot richtet sich an Jugendliche, Erwachsene und Familien, die als Gruppe von bis zu 20 Personen gemeinsam eine Seereise gestalten und auf dem fast 40 Meter langen Segelschiff segeln möchten. Die Törns sind auch gut für Klassenfahrten geeignet. Hierbei kann der ehemalige Laderaum mit einer Größe von 7 x 5 Metern als Unterrichtsraum genutzt werden.

"Mein erster Eindruck: Ein glückliches, sehr zufriedenes, müdes und dreckiges Kind", schildert eine Mutter die Rückkehr ihres Sohnes. "Nach der Fahrt hatte ich den





Eindruck, dass M. erleben durfte, dass er sich trotz seiner Beeinträchtigung das Leben nicht verwehren muss. Jeder Tag auf See bzw. an Bord war ein besonderer Tag, der intensiv gelebt und genossen wurde. Vielleicht ist so ein Segeltörn durch die abgeschiedene Welt an Bord etwas ganz Besonderes, weil der Alltag und alle damit verbundenen Sorgen und Lasten am Festland bleiben."

Und was sagen die mitreisenden Kinder und Jugendlichen? Hier einige Passagen aus den selbstgeschriebenen Logbüchern:

"Auf einem Segelschiff ist jeder wichtig, egal was er zu tun hat. Wenn nur einer nicht auf seinem Platz ist, funktioniert es nicht. Bei uns hat alles geklappt. Wir waren eine gute Mannschaft." "10. Tag: Das Segelsetzen um 11.25 Uhr geht langsam schon besser und fängt an, Spaß zu machen, weil jeder weiß, was er warum tut. Wir erleben einen heißen Sommertag mit Wind und Flaute, segeln und motoren … Wir sind zu einer richtig guten Truppe zusammen gewachsen, kennen uns so, dass jeder die Fähigkeiten und Schwächen des anderen einschätzen kann und es gibt keinen, der aus der Rolle fällt. Wer hätte das in den ersten Tagen gedacht."

"Am ersten Tag, als wir das Schiff betraten, war alles ganz aufregend und spannend, Doch am zweiten Tag wurde das ganze noch interessanter. Weil wir da schon lernten, wie man Segel setzt ... Wir durften sogar auch mal das Schiff selbst steuern, da ist man richtig stolz, auch mal Kapitän von einem Schiff zu sein. ... Am Schluss wurde das Schiff dann noch mit einem Feuerwehrschlauch sauber gemacht. Das hat riesigen Spaß gemacht."

"Mir gefiel diese Segelfahrt sehr gut. Das Essen war auch sehr gut, zum Beispiel der leckere Fisch. Ich weiß nicht mehr zu schreiben, weil alles so schön war."

Der Verein Mignon Segelschiffahrt ist aus dem Haus Mignon hervorgegangen, das seit über 30 Jahren in Hamburg behinderte oder in ihrer Entwicklung gefährdete Kinder fördert. Die Fachbereiche dieser anthroposophischen Einrichtung sind die professionelle Frühförderung in den ersten Lebensjahren, ein Kinderhaus für traumatisierte Kinder, spezialisierte Kindergärten und Krippen sowie therapeutische Einzelprojekte.

Interessenten melden sich bitte bei Mignon Segelschiffahrt e.V.

Christian-F.-Hansen-Straße 5 22609 Hamburg Telefon (040) 82 27 42-11 Telefax (040) 82 27 42-42 E-Mail: info@mignon-segelschiffahrt.de Homepage: http://www.mignon-segelschiffahrt.de

# Zeit

# Literatur zum Thema Freizeit

# Abends vor dem Schlafengehen lese ich ... von Maren Erchinger

Gefragt nach der liebsten Freizeitbeschäftigung von Simon kann ich ohne zu Zögern antworten:
Lesen! Jeden Abend vor dem Schlafengehen gibt es zwei Bücher, die wir lesen. "Komm, wir lesen noch ein Buch", heißt es dann. Und wenn Simon sonst nicht immer kommt, wenn man ihn ruft: mit diesem Angebot kann man ihn immer locken. Wenn es nach Simon ginge, dann gäbe es vor dem Schlafengehen auch drei oder vier Bücher. Aber da machen wir dann irgendwann schlapp. Also nutzt Simon mittlerweile schamlos aus, dass er selber aus dem Bett steigen kann. Sonntagmorgens ist das übrigens prima. Da steht er dann nämlich auf und nimmt sich seine Lektüre … da macht er dann auch nach dem vierten Buch nicht halt.

#### Nicola Smee Klipp klopp

Bloomsbury 2009, Euro 8,90, 3-8270-5259-9

"Möchte jemand reiten?", fragt das große Pferd. Begeistert stürmt die Katze auf das Pferd zu. Klipp klopp geht es los. Als Hund, Schwein und schließlich Ente dieses Vergnügen sehen, möchten sie auch reiten. Jedes Mal antwortet das Pferd "Rauf mit dir" und weiter geht's "klipp klopp klipp klopp". Das macht soviel Spaß, dass Katze, Hund, Schwein und Ente "Schneller, schneller" rufen. Das kann nicht gut gehen …

Ein wunderschön, sparsam illustriertes Buch zum Mitmachen. Dank der Wiederholung der Tiere und der Fragen und Antworten eignet sich dieses Papp-Bilderbuch sehr schön auch für den Einsatz der GuK-Gebärden. Natürlich kann man es auch mit Schleichtieren nachspielen.

# Eva Eriksson/Barbro Lindgren Hier ist das kleine Haus

Oetinger 2005, Euro 6,90, 3-7891-7531-2

"Hier ist das kleine Haus" erzählt mit liebevollen Zeichnungen von zwei alten Leuten, die in ihrem Haus eine ganze Menge Tiere beherbergen. Diese kommen alle nacheinander aus dem Haus heraus, wobei sie natürlich entsprechend grunzen, bellen, miauen, gackern oder krähen. Dann setzen sie sich an den Tisch und schreien nach Essen. Jedem wird das aufgetischt, was es am Liebsten mag: Ob Knochen, Brötchen, Wurm oder Maus, alle bekommen zu Essen. Danach geht es wieder in das Haus hinein. Wie auf der ersten Seite stehen der alte Mann und die alte Frau in der Tür.

Auch bei diesem Buch kann man wunderbar die GuK Gebärden einsetzen. Ein kurzer, klarer Text, übersichtliche Bilder – einfach schön!

# Anne Gutman/Georg Hallensleben Penelope auf dem Bauernhof

Carlsen 2005, Euro 12,90, 3-551-51643-X

Penelope singt sooo laut, dass alle Tierkinder weglaufen. Bei diesem Zieh-Bilderbuch kann man flugs Penelopes Zunge im Mund verschwinden lassen und die Küken auf dem Teich, die Lämmer, Welpen und das Ferkel hinter Büschen und aus Tonnen und Kisten auftauchen lassen. Am Schluss – oh je – ist die Schubkarre, in der alle Tierkinder eingesammelt wurden, umgekippt. Nun muss man Penelope suchen.

Ein ungewöhnlich gezeichnetes Buch. Neben den typischen Guk-Gebärden für die Bauernhoftiere kann hier die durch das Bewegen der Ziehklappen die Auge-Hand-Koordination und die Feinmotorik geschult werden. Es gibt noch weitere Penelope Bücher, die zum Teil allerdings schon kompliziertere Klapp-und Schiebemechanismen haben.

Penelope in der Schule 3-551-51640-4, Euro 12,90 Von uns noch nicht gelesen: Penelope in den Bergen, 3-551-51642-1, Euro 12,90 Träum schön, Penelope, 3-551-51719-3, Euro 12,90 Frohe Weihnachten, Penelope! 3-551-51697-8, Euro 4,90

#### François Delebecque

#### Tiere auf dem Bauernhof

Beltz & Gelberg 2008, Euro 12,90, 3-407-79366-9

Dieses wunderschöne Klappbilderbuch zeigt auf einer Doppelseite die Fotos typischer Bauernhoftiere. – Das heißt, erst müssen sie noch entdeckt werden. Denn die Fotos sind durch ein entsprechendes Schattenbild versteckt. Wer Kühe liebt, kommt hier auf seine Kosten: Kühe von vorne, von der Seite, große und kleine Kühe.

Aber auch wer Esel, Pferde, Hunde oder Hühner liebt, kann sie in diesem Buch finden. Auf der letzten Doppelseite tummeln sich dann alle Tiere hinter kleinen Klappen. Das Entdecken der Tiere hinter dem Schattenbild macht besonderen Spaß. Es ist auch eine sehr große feinmotorische Herausforderung, die Klappen zu öffnen. Als Hilfe kann man kleine Stuhlgleiter aufkleben, so dass sich die Klappen besser greifen und öffnen lassen.

#### Birte Müller

#### Fritz Frosch pupst

NordSüd 2010, Euro 8,95, 3-314-01737-7

Fritz Frosch muss ständig pupsen. Das macht den Eltern zum einen Sorgen, zum anderen gefällt es ihnen natürlich nicht... ist ja peinlich! Fritz Frosch, ein wirklich süßer kleiner Frosch, soll nicht mehr pupsen. Mama und Papa Frosch wollen es nicht mehr ertragen. Die Folge: Fritz verkneift sich das Pupsen. Sein Bauch wird immer dicker und runder. Die Luft im Bauch hat Auswirkungen: Fritz Frosch beginnt abzuheben. Er steigt immer höher und höher bis in den Himmel hinein. Da hat Papa die rettende Idee ...

Ein wunderschön illustriertes Buch, das beim Vorlesen an die Grenzen der Zungenfertigkeit führt, aber wahnsinnig Spaß macht.

# Anna Clara Tidholm Klopf an!

Hanser 1992, Euro 7,90, 3-446-19774-9

Eigentlich braucht man dieses Buch gar nicht zu besprechen, denn offensichtlich ist es ein Klassiker (1992 erschienen und noch immer auf dem Markt!!) Aber weil es so schön ist... "Klopf an" ist nicht nur ein Buch zum Lesen, nein, man kann es spielen. Zuerst sieht man das Haus – es hat eine blaue Tür. Was tut man? Na, man klopft natürlich an. Hinter der Tür sieht man Michel, der auf seine Trommel haut und dann umfällt. Auch das kann man super spielen. Michels Zimmer hat eine rote Tür und wenn man dieses Zimmer verlassen will, klopft man natürlich an der roten Tür und steht wieder in einem Zimmer. Im Grunde kann man dieses Buch den ganzen Abend lang lesen, denn am Ende "steht" man wieder vor der blauen Tür.

# Andreas Német/Hans-Christian Schmidt Halbmond Vollmond

Carlsen 2008, Euro 9,95, 3-551-16700-2

"Dunkel wird's, die Nacht erwacht. Doch siehe da: Wer kommt ganz sacht?" Reime wie diese zeigen dem Leser das Nachtleben, während der Mond zunimmt, als Vollmond erstrahlt und wieder abnimmt. Das Nachtleben ist dabei sehr vielfältig, klein gezeichnet und man kann immer wieder etwas Neues entdecken: Ein Zirkus reist an und ein Haus wird gebaut, Musikanten spielen, ein Baby wird in den Schlaf geschaukelt. Die letzten Einkäufe werden im Supermarkt getätigt, die Zirkusleute werben für ihre Vorstellung und schließlich sieht man dann den Jongleur und den Elefanten in Aktion. Nach einem Monat ist das Haus bezugsfertig und der Zirkus reist wieder ab.

Besonders faszinierend an dem Buch ist die Seitenaufmachung. Die Wolken sind dreidimensional gestaltet und man sieht den Mond mit jeder Seite wachsen bzw. wieder abnehmen. Auf jeder Seite gibt es Gucklöcher, die erahnen lassen, was auf der folgenden Seite zu sehen ist. Ein Muss für Mondsüchtige.

# David Gauthier/Marie Caudry Max macht einen Ausflug

Carlsen 2008, Euro 15,90, 3-551-51709-8

Max würde den Winter gerne im Süden verbringen. Am Liebsten würde er dafür sein Haus in einen Wohnwagen umbauen, aber er hat nur ein Rad – und das Maultier wird von dem Plan auch nicht begeistert sein. – Eine Lösung tut sich auf, als Max im Wald Pilze sammeln geht und dabei buchstäblich in eine Wolke fällt. Diese verliert erst einmal ihr ganzes Wasser und Max muss sehen, wie er mit dem Leben davon kommt. Aber man wundert sich, wozu so eine Wolke mit einem Loch noch alles zu gebrauchen ist...

Dieses sehr ungewöhnliche Buch weist nicht nur ein extremes Format auf, sondern auch sehr fantasievolle Zeichnungen. Im Grunde kommt es mit sehr wenig Text aus, aber man kann es lesen wie einen spannendes Buch.

# Denitza Gruber Meine erste Lernraupe. Ich kann sprechen! Sprachförderung

(mit CD) Ars Edition 2009, ISBN 978-3760731698, Größe: 7,4 x 17,4 x 2 cm, vom Hersteller empfohlenes Alter: 1 – 2 Jahre, Euro 9,95

Das kleine stabile Buch enthält Reime und bunte Bilder zur spielerische Förderung der grundlegenden motorischen und geistigen Fähigkeiten und zur Sprachförderung. Es gibt eine Mitmach-CD mit Reimen und Liedern. Auch Tipps für Eltern fehlen nicht.

# "Ja, wo laufen sie denn?"

von Ute Kellermann

Vielleicht stellt sich für den einen oder anderen ein ähnliches Problem bezüglich der motorischen und geistigen Fähigkeiten des eigenen Kindes, so dass reguläres Fahrradfahren im Straßenverkehr auf längere Sicht nicht realistisch ist. Zum einen ist der Straßenverkehr mit seinen Regeln eine Nummer zu groß (geistige Fähigkeiten), dieses Problem wollen wir in unserer Familie mit einem Tandem, bei dem das behinderte Kind vorne sitzt (Kind hat gute Sicht und kann damit besser lernen und Kind ist unter Beobachtung und damit besserer Kontrolle), noch lösen. Dazu gibt es eine große Auswahl an unterschiedlichen Tandems, die für verschiedene Aspekte des Problems unterschiedlich gut geeignet sind und last but not least auch unterschiedlich teuer sind. Doch mit diesem kleinen Artikel hier möchte ich mich mehr auf die eingeschränkten motorischen Fähigkeiten konzentrieren, die zudem durch deutlich preiswertere Lösungen als Tandemlösungen selbst zu meistern sind.

Angefangen haben wir bei unserem Sohn mit einem kleinen Laufrad als er drei Jahre alt wurde. Um seine anfängliche Skepsis zu zerstreuen hatten wir es mit Stützrädern versehen. Diese wurden nach der Eingewöhnungsphase aber zügig entfernt, da die Stützräder bei mutigeren Kindern eine trügerische Sicherheit bieten wegen des hohen Schwerpunktes.

Somit lernte er das Gleichgewicht zu halten und auf einem ebenfalls vorhandenen Dreirad lernte er das Pedalieren. Unerwarteterweise bereitete ihm die Kombination aus beidem – sprich Fahrradfahren – ein großes Problem, so dass er mit seinen 9 Jahren zunächst zum einen wegen seiner Körpergröße weder Laufrad noch Dreirad und mangels Können auch nicht Rad fahren konnte.

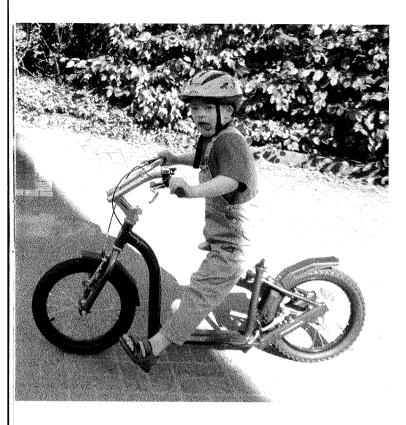
Uns stellte sich somit die Frage, welches Gefährt der drei langfristig (!) das passende sein würde. Zunächst dachten wir daran ein Fahrrad quasi in ein Laufrad umzumontieren: Pedale ab und fertig. Doch dieses Rad wäre relativ schwer und zudem nur über das Vorderrad und schwer zu bremsen, v.a. für einen Fahranfänger nicht ganz einfach. Ein Dreirad erschien uns zu wuchtig und unhandlich, langsam und zudem fordert es weniger heraus, auch wenn dieses üblicherweise für behinderte Kinder und Erwachsene mit ein paar Anpassungen die Standardlösung darstellt.

Unsere Lösung sollte ein passendes und möglichst auch relativ preisgünstiges Laufrad sein. Zumal Laufräder schmal wie ein Fahrrad sind (weniger Platz- und Transportschwierigkeiten) und deutlich schneller und leichter als ein Dreirad sind (Schulweg und viele andere alltägliche Wege betragen bei uns ca. 2 km). Sehr sympathisch finde ich zudem die nahezu wartungsfreie Technik.

Weiterhin unterliegen Laufräder im Gegensatz zu Fahrrädern keinen technischen Mindestanforderungen und auch nicht der Straßenverkehrsordnung! D.h. technische Anforderungen (z.B. Dynamo und Lichtanlage) existieren nicht und sie werden verkehrsrechtlich wie Fußgänger behandelt (dürfen Gehwege – auch in Gegenrichtung – und Fußgängerzonen befahren). Dies sind Aspekte, die im Alltag u.U. große Erleichterung und ein gutes Gewissen bedeuten können.

# Zunächst definierten wir, was wir unter "passend" verstehen:

mitwachsend, d.h. anpassbar an verschiedenen Körpergrößen möglichst von 110 cm bis über 140 cm:
Dafür bietet eine um 90 Grad geknickte Sattelstütze (die man auch selbst montieren kann) sehr viel Spielraum. Ferner sollte es der Sicherheit wegen wie ein Fahrrad über zwei voneinander unabhängige Bremsen verfügen, zumindest jedoch über eine Hinterradbremse, die in der Handhabung bekannterweise unproblematischer ist als eine Vorderradbremse. Schutzbleche sind bei feuchtem Wetter kleiderschonend und damit praktisch. Eine Klingel (unser Sohn kann nicht sprechen) hilft Aufmerksamkeit und damit manchmal auch Rücksicht einzufordern. Und um möglichst verkehrssicher mobil zu sein, sind Reflektoren vorn, hinten und in den Speichen sinnvoll



Während der Recherche nach dem passenden fahrbaren Untersatz lernte ich ein weiteres Merkmal kennen:

Es gibt Laufräder, deren Rahmengeometrie dem eines Rollers angelehnt ist, und Laufräder, deren Rahmengeometrie dem eines Fahrrades entspricht. Die Rollergeometrie bietet einige Vorteile: Leichtes Auf- und Absteigen und tiefer Schwerpunkt.

Interessanter aber dürfte sein, dass die Rollergeometrie drei unterschiedliche Bewegungsmuster erlaubt:

Abstoßen mit einem Bein (typischer Rollerfahrstil) und zwar stehend und sitzend, wechselseitiges Abstoßen (typischer Laufradfahrstil) und beidseitiges Abstoßen (typischer Bobby-car-Fahrstil). Wichtig ist dieser Fahrstilwechsel bzw. die Möglichkeit sich zu setzen bei schneller Ermüdbarkeit, wechselnden Fahruntergründen oder auch bei einigen körperlichen Behinderungen. Das Trittbrett bietet bei leicht abschüssigem Fahruntergrund die Möglichkeit bequem die Beine abzustellen. Aber Vorsicht: im alltäglichen Gebrauch erfordert dieses Trittbrett einen Schmutzfänger am Vorderrad, weil sonst das Trittbrett bei Pfützen im wahrsten Sinne des Wortes überflutet wird.

Für Erwachsene erlaubt die Rollergeometrie das komplikationslose Befördern von Kindern auf dem Trittbrett. Weiterhin kann man sich über Extras Gedanken machen:

Korb, Gepäckträger, Beleuchtung und Ständer. Nun zu der Frage "Wie finde ich das passende Laufrad?" Spielwarengeschäfte und Fahrradläden sind i.d.R. denkbar ungeeignet: es gibt das, was da ist, und das schließt nicht nur Jugendliche und Erwachsene, sondern schon Kinder über einen Meter Körpergröße als Laufradfahrer aus. Bei der Internetrecherche ist das richtige Suchwort der Schlüssel zum Erfolg: mit dem Suchbegriff "Laufrad für Erwachsene", Sitzroller für Erwachsene, Rehalaufrad erhält man schon eine passable Auswahl an Anbietern. Sogar unter "Industrieroller" finden sich Laufräder! Die von mir gefundenen Anbieter möchte ich hier kurz nennen. Nach meinen Erfahrungen ändern sich die Preise (zukünftig ist eher mit sinkenden Preisen zu rechnen) und auch die Anbieter (zukünftig wird es wohl mehr geben) recht schnell, d.h. alle Angaben sind nur eine Momentaufnahme!

#### Leochrima

in zwei Größen: 20/12 Bereifung (ca. 860 Euro) und 16/12 Bereifung (Preis unbekannt), ferner gibt es auch einen Ergänzungsbausatz für einen vorhandenen Roller, der je nach Größe 45 (Schrittlänge 35 bis 65 cm) oder 120 Euro (Schrittlänge 65 bis 95 cm) beträgt, www.laufrad-ilting.de (www.kindergartenpaedagogik.de/1414.html)

#### Sauseschritt

(für Erwachsene: 434 Euro), Sausekid (für Jugendliche: 383 Euro), www.junik-hpv.de (www.diverso.ch, 840 ChF)

#### **Speedwalkers**

Laufrad für größere Kinder (163 Euro), Laufrad für Jugendliche (ab 150 cm Körpergröße, 189 Euro), Laufrad für Erwachsene (298 Euro), www.speedwalkers.de

#### Laufhilfe City

(Hersteller: niederländische Firma van Raam, heißt im Original loophulp, 495 Euro) bei www.reharad.de

#### RoSi

(Reha-)Roller mit Sitz (499 Euro), www.shop.leihroller.de

#### Kostka Laser Tour

26/20 (429 Euro), www.flow-berlin.de

#### Me-Du-Laufrad

(357 Euro), www.fa-dudek.de

Ich hoffe mit diesem kleinen Artikel das Interesse an einer besondere Form des Human Powered Vehicle, nämlich dem Laufrad, geweckt zu haben. In Bezug auf Kinder und Jugendlichen mit geistigen und motorischen Einschränkungen lohnt sich die Suche nach unkonventionellen Lösungen abseits des Mainstreams.

## Dijes & Das



# GIRLS- und BOYS-Day

von Tatjana Qorraj

Der Girls- und Boys-Day ist ein Aktionstag im Jahr, der ursprünglich speziell Mädchen für technische und naturwissenschaftliche Berufe motivieren soll.
Mädchen können an diesem Tag in männertypische Berufe hineinschnuppern. Parallel dazu erkunden neuerding Jungs am gleichen Tag – dem Boys' Day – bereits zum zweiten Mal frauentypische Arbeitsfelder. Verschiedene Unternehmen bieten ihnen über "Schnupperpraktika" deutschlandweit die Möglichkeit dazu.

Unser Verein hat dieses Jahr ein solches Angebot gemacht: Sean Ahrens, 13 Jahre alt, hat uns dieses Jahr am Boys-Day besucht und war uns eine große Hilfe. Er hat uns nicht nur beim vielen Stempeln geholfen, sondern auch Bettina beim Abwaschen und Abtrocknen in der Küche unterstützt.

Zudem haben sich die beiden prächtig verstanden und am Ende des Tages waren beide vollkommen glücklich und zufrieden.

Mein Eindruck, über Sean's Praktikumstag war, dass er sehr angetan war und die Arbeit ihm viel Spaß gemacht hat.

ES WAR SCHOHN

mit Sean!

Bettina







## Privater Flohmarkt zugunsten von KIDS Hamburg e. V.

von Babette Radke

Schon zum 6. Mal in Folge fand Anfang Juni auf dem Gelände der VHS West in Othmarschen ein privater Flohmarkt zugunsten von KIDS Hamburg e. V. statt.

Wie jedes Jahr schien die Sonne schon zu Beginn. Bereits lange vor dem offiziellen Start um 14.00 Uhr waren die fast 100 Verkaufsstände aufgebaut und es herrschte ein reges Treiben. Auch einige Mitglieder unseres Vereins haben die Möglichkeit genutzt, sich von gebrauchtem Spielzeug und Kinderkleidung zu trennen. Neben dem Kaffee- und Kuchenstand wurde der Waffelstand der KIDS-Freizeitgruppe stark frequentiert. Hier wurde von den Jugendlichen fleißig gerührt und gebacken, um der großen Nachfrage Stand zu halten. Die Freizeitgruppe hat das Projekt "Waffelstand" ins Leben gerufen, um von den so erarbeiteten Erlösen eine gemeinsame Kurzreise zu finanzieren.

Kinder der KIDS-Musikgruppe hatten in eigener Initiative einen kleinen Stand aufgebaut und für Kinder und Erwachsene gegen eine Spende Dosenwerfen angeboten. Auch an Preise für die Gewinner haben die Kinder dabei gedacht und vorab aus ihren eigenen Schätzen kleine Dinge aussortiert. Ziel der Aktion ist die Anschaffung neuer Musikinstrumente für die Musikgruppe, die dringend benötigt werden. In den Musikgruppen musizieren Kinder einmal wöchentlich mit großer Begeisterung. Da die Erlöse aus dem Dosenwerfen noch nicht ausreichten, freut sich die Gruppe über weitere Spenden.

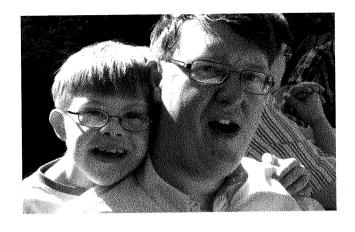
#### Fazit:

Liebe Familie Sindemann, vielen Dank für Euer erneutes und tolles Engagement mit dem Ihr diesen Flohmarkt wieder ermöglichst habt. Danke für die Spende des Erlöses der Veranstaltung (Standgebühren und Kaffee- und Kuchenverkauf). Das Geld wird in laufende Projektarbeit fließen.

Herzlichen Dank auch an alle fleißigen Helfer und an die zahlreichen Kuchenspender. Es hat wieder einmal viel Spaß gemacht und wir freuen uns schon auf den nächsten Flohmarkt 2011.



Differ (410) E.







# Tag des Ehrenamtes

von Tatjana Qorraj

Am Samstag, den 26.06.2010 fand der erste Tag des Ehrenamtes von KIDS Hamburg e.V. statt.
Über 10 Jahre erfolgreiche Vereinsarbeit und Vereinsentwicklung wären ohne das Herzstück – das ehrenamtliche Engagement unsere Mitglieder und das Engagement vereinsnaher Personen – so nicht möglich gewesen. Wir sind sehr dankbar für das Engagement der vielen helfenden Hände und denkenden Köpfe. Dass oftmals ein ehrenamtliches Engagement trotz Kindern, Familie und Beruf erfolgt, ist umso bemerkenswerter.

So haben wir die Gunst der Stunden genutzt, um allen Ehrenamtlichen mit der Gestaltung des "Tages des Ehrenamtes" ein kleines Dankeschön mit zu geben. Am Tag des Ehrenamtes stand – ganz ungewöhnlich für KIDS – nicht die Arbeit im Vordergrund, sondern die Seele baumeln zu lassen. Und das haben wir alle gemacht! Von den über 40 Ehrenamtlichen bei KIDS Hamburg e.V. kamen rund 20 Personen samt Kind und Kegel bei strahlendem Sonnenschein im Garten des DRK zusammen. Das Wetter hat wunderbar mitgespielt. So haben wir bei leckeren Grillwürstchen, einem kühlen Bier oder einer Limo die Zeit mit vielen Gesprächen verbracht. Es war eine schöne und sehr entspannte Stimmung. Die Kinder haben zusammen gespielt und den wunderschönen Garten des Kreisverbands Rot Kreuz erkundet. Die positive Atmosphäre und die vielen schönen Rückmeldungen haben uns bestärk,t diesen Weg weiter zu gehen. Ehrenamtliches Engagement braucht seine Anerkennung. Und einmal gemeinsam Zeit zu verbringen, ohne dass die Arbeit im Vordergrund steht, tut uns allen gut.









## Krabbel- bzw. Spielgruppen für Familien mit Kindern mit einer Behinderung, Entwicklungsverzögerung oder chronischen Erkrankung

Der Luthercampus der ev. Luthergemeinde Hamburg-Bahrenfeld ist ein Beratungs- und Begegnungszentrum. Das Ziel des Campus ist es, durch Angebote und Vernetzung Menschen in verschiedenen Lebenssituationen niedrigschwellig Hilfe und Unterstützung bieten zu können.

Wichtige Bausteine des Luthercampus sind eine Kita, Krabbel- bzw. Spielgruppen, der wellcome-Standort Bahrenfeld, das Cafe Käthe mit verschiedenen Angeboten wie z.B. dem Job-Club, Erziehungsberatung, Kindersamstag, Frauenbrunch etc. Im Juni wurde zudem ein Eltern-Kind-Zentrum mit entsprechenden Angeboten eröffnet.

Die Krabbel- bzw. Spielgruppe richtet sich an Familien mit Kindern mit einer Behinderung, einer chronischen Erkrankung oder einer Entwicklungsverzögerung. Auch Familien mit Kindern, die zu früh geboren wurden, oder Familien mit Zwillingen oder Drillingen sind herzlich willkommen.

Wir möchten Sie und Euch einladen zum Spielen und Lachen, zum Erleben und etwas Bewegen, für sich alleine oder miteinander.

Es wird Raum für Kontakte und Gespräche sein, sowie Begleitung und Beratung.

Bei An- und Rückfragen: Luthercampus der Luthergemeinde HH-Bahrenfeld Danica Kegel, Lyserstraße 25, 22761 Hamburg Tel.: 28515211 (campus@lutherkirche.net)



# Neuerscheinungen

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) hat zwei neue Broschüren herausgegeben.

Beide Broschüren werden von der BZgA kostenlos abgegeben:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Ostmerheimer Str. 220, 51109 Köln, Tel +49 221 8992-0, www.bzga.de

Willkommen – Das andere Wunschkind Hinweise für Gespräche mit Eltern, die ein behindertes oder chronisch krankes Kind bekommen haben – Informationen für Arztinnen und Ärzte Broschüre, 19,5 x 19,5 cm, 8 Seiten, Bestellnummer

11140001, kostenlos

Eine Erstinformationen für Ärztinnen und Ärzte. Wenn ihr Kind krank ist oder eine Behinderung hat, müssen Eltern eine neue Situation bewältigen, in der vieles nun anders ist als erhofft. Auch für diejenigen, die die Erstdiagnose stellen und diese den Eltern mitteilen müssen, ist die Situation oft nicht leicht.

Um Ärztinnen und Ärzten hier erste Informationen an die Hand zu geben und sie in ihrer Arbeit zu unterstützen, hat die BZgA in Kooperation mit Verbänden der Elternselbsthilfe diese Broschüre entwickelt.

#### Willkommen – Wenn es anders kommt Informationen für Eltern eines behinderten oder chronisch kranken Kindes

Broschüre, 19,5 x 19,5 cm, 8 S., Bestell-Nr. 11140000, kostenlos

Eine Erstinformatione für Eltern. Wenn ihr Kind krank ist oder eine Behinderung hat, müssen Eltern eine neue Situation bewältigen, in der vieles nun anders ist als erhofft. So verschieden die Ursachen einer Behinderung sein können, so unterschiedlich sind auch die möglichen Beeinträchtigungen eines Kindes. Kinder mit Handicap haben besondere gesundheitliche Anforderungen zu bewältigen. Aber sie sind in vielem Kinder wie andere auch. Gesundheitsförderung, die Ermutigung und Befähigung zu einer sich selbst und anderen gegenüber achtsamen Lebensführung sind für alle Kinder, ob mit oder ohne Handicap wichtig.

#### Marlies Gaiswinkler

#### "Es ist unser Kind. So wie er kommt, so ist er, so nehmen wir ihn."

Über die vorgeburtliche Mutter-Kind-Beziehung und die Auseinandersetzung mit der Situation, ein Kind mit Down-Syndrom zu bekommen

VDM Verlag Dr. Müller 2010, 168 S., Taschenbuch, ISBN 978-3639267372, Euro 68,00

Thema der Diplomarbeit (Universität Wien) ist das Erleben von Frauen, die sich aufgrund der Diagnose Down-Syndrom nach pränataler Diagnostik für ihr Kind mit Down-Syndrom entschieden haben, in der Zeit der Schwangerschaft von der Entscheidung für ihr Kind mit Down-Syndrom bis hin zur Geburt. Der Fokus liegt hierbei auf der Mutter-Kind-Beziehung und der Auseinandersetzung mit der neuen Situation, ein Kind mit Down-Syndrom zu bekommen. Im ersten Teil der Arbeit geht es um die Darstellung von pränataldiagnostischen Verfahren, die Auseinandersetzung mit dem Schwangerschaftserleben von Frauen, die Entscheidungsfindung

### Literatur

für oder gegen die Geburt eines Kindes mit Behinderung sowie die Darstellung theoretischer Konzepte zum Thema Auseinandersetzung mit der neuen Situation, ein Kind mit Down-Syndrom zu bekommen. Im zweiten Teil der Arbeit werden Interviews von Müttern, die sich nach einem Hinweis oder positiven Befund für ein Kind mit Down-Syndrom entschieden haben, analysiert, um Aussagen über die Mutter-Kind-Beziehung und die Auseinandersetzung mit der neuen Situation, ein Kind mit Down-Syndrom zu bekommen, zu erhalten.

#### Wohnen heute

Beispiele für selbstbestimmtes Leben – Menschen mit geistiger Behinderung berichten, wie sie wohnen Bundesvereinigung Lebenshilfe 2010, Bestell-Nr. LER534, Euro 5,00, zu beziehen bei: Bundesvereinigung Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung e. V., 35043 Marburg, Raiffeisenstr. 18, E-Mail: Bundesvereinigung@Lebenshilfe.de

Aus dem Vorwort von "Wohnen heute": Mit dieser Broschüre bietet die Bundesvereinigung Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung, deren Eltern, Angehörigen und rechtlichen Betreuern Informationen, die bei der Suche nach Wohnalternativen zum Elternhaus oder der jetzigen Wohnform behilflich sein sollen. Die ausgeführten Wohnbeispiele haben Menschen mit jeder Art von Behinderung im Blick, unabhängig vom Umfang des Unterstützungsbedarfs. Wohnen kann jeder Mensch – es muss nicht trainiert werden. Es ist sicherzustellen, dass jeder Mensch die erforderliche Unterstützung erhält, die seinen individuellen Bedarf deckt. Darauf müssen sich Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen verlassen können.

Die in der Broschüre aufgeführten Beispiele sollen allen Beteiligten Mut machen, sich bei ihren Wohnanbietern und Leistungsträgern für die Schaffung und Weiterentwicklung vielfältiger Wohnformen offensiver einzusetzen. So wird das Wunsch- und Wahlrecht Wirklichkeit.

Conny Wenk

## Wandkalender A little extra 2011

Österreich: Euro 15,20

12 Monatsblätter mit Deckblatt und fester Rückwand Mit Farbfotografien von Conny Wenk von Kindern und Jugendlichen mit Down-Syndrom Format 34 x 34 cm, Spiralbindung

Deutschland: Euro 14,90 (UVP, inkl. 19 % MwSt.) Schweiz: sFr 29,90

Bestell-Nr. 588.785 ISBN 978-3-937896-94-6 Neufeld Verlag, Schwarzenfeld, August 2010 www.alittleextra.de

Dieser hochwertige Wandkalender enthält wunderbare Mutmach-Bilder von außergewöhnlichen Kindern und Jugendlichen, die über ein Chromosom mehr verfügen als die meisten Menschen. Sie haben Down-Syndrom, und das bedeutet häufig zu allererst: ein Mehr an Lebensfreude und Leichtigkeit, mehr Unbekümmertheit, mehr Liebe und mehr Glück ...



#### Sabine Wendt

#### Richtig begutachten – gerecht beurteilen Leistungen der Pflegeversicherung für Menschen mit geistiger Behinderung

Hrsg. Bundesvereinigung Lebenshilfe, Lebenshilfe-Verlag, 8. vollständig überarbeitete und aktualisierte Auflage 2010, ISBN 978-3-88617-535-2, A4, 144 S., Euro 15,00

Eine neue Auflage dieser wichtigen Handreichung, die eine umfassende Darstellung der Leistungen der Pflegeversicherung bietet. Gleichzeitig eine Arbeitshilfe für eine alltagsorientierte und nicht diskriminierende Begutachtung geistig behinderter Menschen zur Erlangung von Pflegeleistungen der Pflegekasse. Für begutachtende Fachpersonen, aber auch Eltern, Angehörige und Mitarbeiter(innen) in Einrichtungen.

Anhang mit den aktuellen Pflegebegutachtungsrichtlinien vom Juni 2009. Unentbehrlich bei Widersprüchen gegen die Einstufung durch den MDK. Stand: 1. Januar 2010.

#### Einfach teilhaben

Das Webportal für Menschen mit Behinderungen, ihre Angehörigen, Verwaltungen und Unternehmen

#### www.einfach-teilhaben.de

Das zentrale Informations- und Serviceportal rund um das Thema Menschen mit Behinderung bietet vielfältige Informationen, auch in leichter Sprache, für Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen.

Dieses Internetangebot wird herausgegeben von der Projektgruppe "eGovernment-Strategie Teilhabe" des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales

## Pflegestützpunkt für Kinder und Jugendliche

Der Pflegestützpunkt richtet sich an Familien mit pflegebedürftigen Kindern und Jugendlichen. Angeboten werden Auskünfte zu Pflegefragen, individuelle Beratung und Koordination der medizinischen, pflegerischen und sozialen Unterstützungsangebote.
Die Beratung erfolgt telefonisch, persönlich und

aufsuchend. Eppendorfer Landstr. 59 20249 Hamburg Telelefon 040/4 28 99-10 90

www.hamburg.de/pflegestuetzpunkte

Aufgabenverteilung in der Vereinsarbeit von KIDS Hamburg e.V. Kontakt- und Informationszentrum Down-Syndrom

Ligra den Arbeit Bestaltaka 1911 delaran Komidmesko dengan 111 d Koordinatoran

#### Büro- und Verwaltungsarbeiten Allgemeine Organisation Koordination der Raumnutzung

Büro KIDS Hamburg e.V. Renate Stockmann Telefon 040/38 61 67 80

# Finanzverwaltung

Peter Grotheer-Isecke Telefon 040/279 38 81

#### Versand von Infomaterial und Literaturlisten

Büro KIDS Hamburg e.V. Renate Stockmann Telefon 040/38 61 67 80

#### Koordinierung Gruppen

Büro KIDS Hamburg e.V. Christian Fritsch Telefon 040/38 61 67 83

#### **Koordination Ehrenamt**

Büro KIDS Hamburg e. V. Tatjana Qorraj Telefon 040/38 61 67 80

#### Öffentlichkeitsarbeit

Bettina Fischer Telefon 040/480 480 3

#### Fundraising

Babette Radke Telefon 040/22 96 426

#### Bibliothek/Videothek

Renate Stockmann Telefon 040/38 61 67 80 oder 040/390 11 54

#### Mitglieder-E-mail-Liste

Büro KIDS Hamburg e.V Renate Stockmann Telefon 040/38 61 67 80 info@kidshamburg.de

#### Beratung im UKE

Bettina Fischer Telefon 040/480 480 3

#### Beratung im Asklepios Klinikum Nord

Sibylle Kahl-Bordukat Telefon 040/538 75 94

#### Beratung Kath. Marienkrankenhaus

Dr. Britta Trieglaff Telefon 040/65 70 530

#### Beratung Asklepios Klinik Barmbek

Dr. Britta Trieglaff Telefon 040/65 70 530

#### Beratung in Krankenhäusern im Hamburger Süden

Ursula Keßler Telefon 040/2208488

#### Betreuung Down-Syndrom-Liste

Katharina Marr-Klipfel Telefon 040/78 10 22 83

#### Info-Stände

Babette Radke Telefon 040/22 96 426

#### Seminare

Büro KIDS Hamburg e.V., Christian Fritsch Telefon 040/38 61 67 83 KIDS Aktuell
Redaktion
Regine Sahling
Telefon 040/880 80 39
Gestaltung
Simone Claaßen
Telefon 040/490 84 71

Web-Site Renate Stockmann Telefon 040/38 61 67 80

**Erstinformation Neugeborene** Katja Gerlach Telefon 040/559 297 29

**Stammtisch** Regine Sahling Telefon 040/880 80 39

Wenn Sie genauer wissen wollen, wer? wie? was? macht, dann wenden Sie sich bitte an Frau Renate Stockmann vom Vereinsbüro: Montag, Mittwoch und Donnerstag von 9.00 bis 13.00 Uhr Telefon 040/38 61 67 80



# Veranstaltungskalender von KIDS Hamburg e.V.

## Termine und Veranstaltungen

21.8.2010	Sommerfest von KIDS KIDS Hamburg e.V. lädt ein zu Spielen, Spaß und heißen Würstchen, Kinderhaus Schatzkiste, Behrmannsplatz 3, 22529 Hamburg
28.8.2010	Seminar Lesen und Rechtschreiben nach dem IntraActPlus-Konzept von Dr. Jansen, Sabine Berndt, Ergotherapeutin, 10.30 bis 16.30 Uhr, Hamburg-Haus, Doormannsweg 12, 20259 Hamburg
18.9.2010	Seminar  Die körperbezogene Interaktionstherapie (KIT), ein Therapiebaustein des IntraActP- lus-Konzeptes nach Dr. Jansen, Sabine Berndt, Ergotherapeutin, 10.30 bis 16.30 Uhr, Hamburg-Haus, Doormannsweg 12, 20259 Hamburg
13.11.2010	Seminar  Gebärdenunterstützte Kommunikation  GuK1 und GuK 2, Dr. Etta Wilken, 10.30 bis  16.30 Uhr, Hamburg-Haus, Doormannsweg 12, 20259 Hamburg
5.12.2010	Weihnachten bei KIDS Hamburg e.V. die etwas andere Weihnachtsfeier von KIDS Hamburg e.V., 15.00 bis 18.00 Uhr, Freizeitzentrum Schnelsen, Wählingsallee 16, 22459 Hamburg

Änderungen vorbehalten. Aktuelle Terminänderungen und kurzfristige Terminankündigungen siehe unter http://www.kidshamburg.de

Für die Teilnahme an Seminaren bitte anmelden bei KIDS Hamburg e.V., Telefon 040/38 61 67 80 oder unter www.kidshamburg.de

## Regelmäßige Beratungsangebote

Telefonische Beratung durch Vereinsmitglieder: Montags und donnerstags während der Hamburger Schulzeit, 10.00 bis 12.00 Uhr, Telefon 040/38 61 67 79.

Persönliche Beratungsgespräche im UKE für Eltern von Kindern mit Down-Syndrom. Eltern werden auch zu Fragen der Pränataldiagnostik beraten.
Kontakt: Bettina Fischer, Telefon: 040/480 480 3, und Sibylle Bordukat, Telefon 040/538 75 94.

Beratungssprechstunde im Klinikum Nord Asklepios: Vereinsmitglieder kommen bei Bedarf zur Wöchnerinnenstation.

Kontakt: Sibylle Kahl-Bordukat, Telefon: 040/538 75 94.

Beratung in der Asklepios Klinik Barmbek und im Katholischen Marienkrankenhaus, Dr. Britta Trieglaff, Telefon 040/65 70 530.

Beratung in den Krankenhäusern im Hamburger Süden, Ursula Keßler, Telefon 040/220 84 88.

Elterngruppen:

Moderierte Elterngruppe im Hamburger Norden für Eltern und Angehörige: Einmal monatlich treffen sich Angehörige zum Austausch über Kinder und Familienalltag. Termine s. Veranstaltungskalender.
Kontakt: Svenja Voigt, Telefon 040/89 72 71 00 oder svenjavoigt@yahoo.de.

Stammtisch: Einmal pro Quartal, jeweils am 10. Februar, 10. Mai, 10. August und 10. November, findet ab 20.00 Uhr ein Stammtisch von KIDS Hamburg e.V. statt. Da die Bewirtung in dem bisher besuchten Lokal ständig wechselt und das Lokal häufig geschlossen ist, wird der Ort der Treffen jeweils kurz vorher vom Büro per e-mail bekannt gegeben. Interessenten können sich auch telefonisch an das Büro, Telefon: 040/38 61 67 80, oder an Regine Sahling, Telefon 040/880 80 39, wenden.

## Regelmäßige Gruppentreffen

Säuglingsgruppe für Kinder von o bis 16 Monaten: Jeden 1. Montag im Monat in den Vereinsräumen, ab 10.00 Uhr,

Kontakt: Wibke Ahrens, Telefon 040/60 84 95 49.

Sonntagsgruppe für o- bis 6-Jährige mit ihren Familien: Die Treffen finden jeden 3. Sonntag im Monat statt in der Elternschule Eimsbüttel im Hamburg-Haus, Doormannsweg 12, 20259 Hamburg, ab 15.30 Uhr. Bitte vorab telefonisch klären, ob Termin stattfindet. Kontakt: Babette Radke, Telefon 040/22 96 426.

Spielgruppe im Hamburger Norden (Walddörfer): Monatliche Treffen mit Eltern in privaten Räumen. Die bisher teilnehmenden Kinder sind Jahrgang 2006. Andere Jahrgänge sind willkommen. Kontakt: Heidrun Ensthaler, Telefon 040/18 16 63 52.

Musikgruppe für 4- bis 6-jährige Kinder: Jeden Montag in der Hamburger Schulzeit in den Vereinsräumen, 16.00 bis 16.45 Uhr, diese Gruppe kann noch neue Teilnehmer – gerne Mädchen – aufnehmen.

Musikgruppe für 8- bis 12-jährige Kinder: Jeden Montag in der Hamburger Schulzeit in den Vereinsräumen, 17.00 bis 18.00 Uhr; diese Gruppe kann keine neuen Teilnehmer aufnehmen.

Tanzgruppe für 12- bis 16-jährige Jungs und Mädchen: Jeden Dienstag in der Hamburger Schulzeit, im Studio LiMA, Lippmannstr. 59, Nähe S-Bahn Sternschanze, 15.45 bis 16.45 Uhr, es werden weitere Teilnehmer gesucht, Kontakt: Sabine Fischer, Telefon: 04181/8583.

Fussballgruppen für Kinder mit Behinderungen jeden Donnerstag während der Hamburger Schulzeit in der Sporthalle in der Lutterothstr. 43, für Kinder von 7 bis 10 Jahren von 16.00 bis 17.00 Uhr, für Jugendliche von 11 bis 14 Jahre von 17.00 bis 18.00 Uhr.

Kontakt: Maren Wögens, Telefon: 040/38 61 52 43.

#### Freizeittreff für Jugendliche ab 14 Jahren:

14-tägig sonnabends, 14.00 bis 18.00 Uhr, Treffen um 14.00 Uhr in den Vereinsräumen, Kontakt: Vereinsbüro, Christian Frisch, Telefon: 040/38 61 67 80

#### Malgruppe für Kinder zwischen 4 und 9 Jahren:

14-tägig sonnabends, 14.00 bis 15.45 Uhr, Atelier in der Donnerstr. 5, 22763 Hamburg,

Kontakt: Britta Bonifacius, Telefon: 040/39 90 28 85.

#### Malgruppe für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahre: 14-tägig sonnabends, 16.00 bis 17.45 Uhr, Atelier in der Donnerstr. 5, 22763 Hamburg,

Kontakt: Britta Bonifacius, Telefon: 040/39 90 28 85.

#### Mädchengruppe I, ab 14 Jahre:

n mal monatlich sonnabends. Diese Gruppe kann keine weiteren Teilnehmerinnen aufnehmen. Kontakt: Vereinsbüro, Renate Stockmann,

Telefon: 040/38 61 67 80.

#### Mädchengruppe II, ab 14 Jahre:

1 mal monatlich sonnabends. Diese Gruppe kann keine weiteren Teilnehmerinnen aufnehmen.

Kontakt: Anne Seidensticker, Telefon 040/53 88 96 53



Unsere Arbeit wird ausschließlich durch Mitgliedsbeiträge und Spenden finanziert. Wir erhalten bisher leider keine öffentlichen Gelder.

Ganz herzlich möchten wir uns bei all denen bedanken, die unsere Arbeit durch ihre finanzielle Unterstützung ermöglicht haben:

#### Privatspenden

Ingo Fischer • Elke Steup • Helga Rusche • Wolfgang und Renate Scobel • Peter Scholl • Albrecht Brandenburg • Dr. Andreas Lang • Joachim und Waltraud Löhn • Astrid, Detlef & Frederike Rostock • Klemens Focks • Dirk und Dörte-Marlies Hoffmann • Broder Schröder • Manfred und Eva Parbs • Kerstin Müller • Sören Müller • Tonja Müller • Dieter Pruess • Dietrich Herrmann • Karl-Heinz Kusmierz • Dr. Fides A. Reinhardt • Ulrich Schürmann • Regina Graf • Thanh Tam Nguyen • Hans-Josef Horbach • Paul und Elke Mense • Heimo und Christina Leopold • Dr. Volkmar Clausnitzer • Andreas Zobel • Cordula Wolf • Thomas Sindemann • Paul Friedrich Karl Lentz • Ortlieb Guenter • Volker Philipp • Erik Pfleger • Sylvia Ortlieb • Annemarie Teske • Ingrid Spahn • Cornelia Hampel • Maren Erchinger • J.-Heinrich von Henninges

Firmenspenden und Spenden von Stiftungen und Vereinen

Budnianer Hilfe e.V. Filiale 207 • Kirchenkreis Alt-Hamburg St.

Nikolai • National Starch + Chemical • Wilhelm und Else SteenbeckStiftung • KKA Winsen • BKK Landesversicherung Nord • Unicredit
Bank AG • IKEA Deutschland GmbH & Co. KG • HASPA • Shell
Deutschland Oil GmbH • Pränatalzentrum Hamburg • Humangenetik im Gynäkologicum • DIE ZEIT

Herausgeber: KIDS Hamburg e.V. Kontakt- und Informationszentru Down-Syndrom Monetastraße 3, 20146 Hamburg Telefon 040/38 61 67 80 Telefax 040/38 61 67 81 E-mail: info@kidshamburg.de Internet: www.kidshamburg.de

#### Bürozeiten:

Montag bis Donnerstag 9.00 bis 13.00 Uhr Telefon 040/38 61 67 80

Telefonische Beratungszeiten: Montag und Donnerstag 10.00 bis 12.00 Uhr Telefon 040/38 61 67 79

Bankverbindung: Haspa Hamburg BLZ 200 505 50 Kto.-Nr. 1238 142 937

IBAN DE17 2005 0550 1238 1429 37 BIC HASPDEHH

Registergericht: Amtsgericht Hamburg; Registernummer: 16288

Sie möchten uns mit einer Spende unterstützen? Wir sind als gemeinnützig anerkannt.

Spendenkonto: Haspa Hamburg BLZ 200 505 50 Kto.-Nr. 1238 142 952

IBAN DE97 2005 0550 1238 1429 5 BIC HASPDEHH

