



Blick in die Lebenshilfe

Unser Verein besteht aus vielen verschiedenen Menschen und die meisten von ihnen wissen gar nicht voneinander. Das möchten wir ändern! Alle Mitglieder, Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, Selbsthilfe- und andere Gruppen sind herzlich eingeladen: Schreiben Sie für den Newsletter. Zum Einstieg schreiben Hannah Koal über ihr Freiwilliges Soziales Jahr und Maximilian Wittig über sein Praktikum.

Warum mache ich ein Freiwilliges Soziales Jahr bei der Lebenshilfe?

Ich habe vor etwa sechs Monaten mein Freiwilliges Soziales Jahr (kurz: FSJ) bei der Lebenshilfe begonnen, um die Zeit bis zu meinem anschließenden Sonderpädagogikstudium sinnvoll zu überbrücken und einen detaillierten Einblick in die soziale Arbeit zu erhalten. Mittlerweile habe ich erkannt, dass die Arbeit mit Menschen mit geistiger und/oder körperlicher Behinderung mir auch in dieser kurzen Zeit schon viel mehr geboten hat, als ich zuvor erwartet habe.

Die Bewunderung für Menschen, die ihr Leben mit einer Behinderung auf bemerkenswerte Art und Weise meistern, hat mich nicht nur dazu bewegt, meine Sichtweise bezüglich meiner eigenen Lebenssituation zu erweitern, sondern zeigt mir auch täglich von Neuem, dass es sich lohnt, sich für diese Menschen einzusetzen. Egal wie anstrengend und herausfordernd diese Arbeit ist, ich verlasse meine Einrichtung doch jeden Tag mit dem Gefühl einen Teil dazu beigetragen zu haben, das Leben von Menschen mit Behinderung ein wenig leichter und unbe-

schwerter zu gestalten. Wenn mir der Stress dann doch einmal über den Kopf wächst, kann ich mich jederzeit an die Mitarbeiter der Lebenshilfe wenden, die mir bisher immer mit Rat und Tat zur Seite standen. Zudem finden regelmäßige Dienstbesprechungen und Seminare statt, die mir nicht nur den Austausch mit anderen FSJlern ermöglichen, sondern auch einen Raum für Fragen, Diskussionen und Anregungen schaffen.

Ich habe mein Freiwilliges Soziales Jahr vor allem begonnen, um Praxiserfahrung zu sammeln und nicht erst nach einem Studium zu merken, dass ich für die soziale Arbeit vor allem Eigenschaften wie etwa Empathie oder Geduld benötige und das bloße Wissen mich in diesem Bereich nicht weiterbringt. Deshalb würde ich jedem, der einen sozialen Beruf anstrebt, zunächst zu einem praktischen Jahr raten.

Aber selbst, wenn man später beruflich in eine ganz andere Richtung gehen möchte, bietet ein Freiwilliges Soziales Jahr meiner Meinung nach immer die Chance, Soziales Engagement zu zeigen, Erfahrungen zu sammeln, Berührungspunkte und

Spendenkonto:

Lebenshilfe LV Hamburg e.V.
bei: Hamburger Sparkasse
IBAN: DE03 2005 0550
1072 2110 12
BIC: HASPDEHHXXX

**Wir freuen uns über
Ihre Unterstützung!**

IN EINFACHER SPRACHE

In dem Artikel schreiben Hannah Koal und Maximilian Wittig:

Hannah Koal macht ein FSJ bei der Lebenshilfe. Sie arbeitet als Schul-Begleitung.

Maximilian Wittig geht auf die Handelsschule für Blinde und Sehbehinderte. Er macht ein Praktikum im Lebenshilfe-Büro.

Bei der Lebenshilfe gibt es viele verschiedene Menschen. Wir möchten, dass die Menschen sich kennen lernen. Darum laden wir alle ein: Schreiben Sie auch einen Artikel für den Newsletter!

Zum Beispiel über Ihre Arbeit oder über Ihre Gruppe. Sagen Sie uns Bescheid, wenn Sie etwas schreiben möchten.

Ansprech-Partnerin:
Susanne Zornow,
Telefon: 040.689 433-24

Vorurteile zu überwinden und seine Persönlichkeit zu bereichern.

Letztlich ist es doch unsere Aufgabe, benachteiligte Menschen in unsere Gesellschaft zu integrieren und deren Bedürfnisse bestmöglich zu unterstützen! Und wer kann dies besser, als ein FSJler, der bei der Lebenshilfe als persönliche Betreuung eines Menschen eingesetzt wird?

Ein Praktikums-Bericht von Maximilian Wittig

Mein Name ist Maximilian und ich bin 19 Jahre alt. Ich besuche die Höhere Handelsschule für Blinde und Sehbehinderte, um mein Fachabitur zu machen. Als ich noch ein Baby war, wurde bei mir infantile Zerebralparese diagnostiziert. Zusätzlich leide ich noch unter einer schweren Sehbehinderung. Sie müssen sich vorstellen, dass es mir durch meine Behinderung nicht möglich ist, selber zu schreiben und durch meine Sehbehinderung kann ich auch nur durch spezielle Vergrößerungsprogramme kleinere Texte lesen, weshalb ich auf einen persönlichen Schulbegleiter angewiesen bin.

Als Teil meiner Schulausbildung ist ein 4-wöchiges Praktikum vorgesehen. Auf Grund meiner Behinderung ist es sehr schwer einen Praktikumsplatz zu finden und die

Lebenshilfe hat sich freundlicherweise bereit erklärt, mir diesen bereit zu stellen. Mir wurden häufig Recherche Aufgaben übermittelt, die auch in direkter Verbindung zu mir und meiner Behinderung stehen. Dabei habe ich Sachen erfahren, die mir selbst noch unklar waren. Teil der Arbeit war zum Beispiel die Recherche zur Hamburger Arbeitsassistenten. Dabei handelt es sich um einen Verein, welcher Menschen mit Behinderungen den Einstieg ins Arbeitsleben erleichtern soll. Mir war vorher nicht bewusst, dass es sowas gibt. Mir wurde während des Praktikums auch deutlich, wie anstrengend arbeiten im Gegensatz zum alltäglichen Schulalltag sein kann.

Im Nachhinein betrachtet kann ich sagen, dass mich das Praktikum unglaublich nach vorne gebracht hat, was das Engagement und die Disziplin angeht. Es war für mich auch mein erstes Praktikum und ich kann nur jedem empfehlen, auch eines zu absolvieren, denn einen besseren Einblick von der Arbeitswelt erhält man sonst nicht.

Das Praktikum hat bei mir eine sehr hohe Arbeitsbereitschaft geweckt, die ich vorher nicht von mir kannte. Ich habe mir vorgenommen, diese Bereitschaft mit in die Schule zu nehmen, um mich noch weiter zu verbessern, sodass ich später ein gewünschtes Studium anstreben kann.

Rückblicke

WAS PASSIERTE SO IN LETZTER ZEIT

IN EINFACHER SPRACHE

Bei der Lebenshilfe gab es 3 Weihnachts-Termine. Und der Lebenshilfe-Chor war immer dabei:

Es gab ein Advents-Singen in der Lebenshilfe. Es gab einen Advents-Gottesdienst in der Christus-Kirche in Wandsbek. Die Lebenshilfe hat einen Weihnachts-Baum im Hamburger Rathaus aufgestellt: Es gab eine Feier im Rathaus und der Lebenshilfe-Chor hatte einen Auftritt.

Tipp: Der Lebenshilfe Chor sucht neue Sängerinnen und Sänger! Jeden Donnerstag um 17:30 Uhr ist Chor-Probe in der Lebenshilfe. Möchten Sie sich eine Probe anschauen? Dann melden Sie sich einfach vorher an.

Ansprech-Partner: Thomas Ruß
Telefon: 040. 689 433-25

Notizen aus der Weihnachtszeit

Das Adventssingen mit Frau Paulus ist schon zur Tradition geworden und so haben wir auch in 2013 das Jahr mit Gesang und Weihnachtsgebäck ausklingen lassen. Zuvor gab es 2 weitere Anlässe, zu denen der Lebenshilfe-Chor ein großes Publikum begeisterte:

Am 2. Advent hatten die Lebenshilfe Landesverband Hamburg und die Christuskirche Wandsbek zu einem gemeinsamen Gottesdienst eingeladen. Dieser Termin fand schon im Jahr zuvor statt und daher freuen wir uns auf eine Fortsetzung am 2. Advent 2014.

Im Hamburger Rathaus wurde am 27. November 2013 die Vorweihnachtszeit mit einer schönen Tradition eröffnet: Die feierliche Erleuchtung der Tanne in der Rathausdiele durch Bürgerschaftspräsidentin Carola Veit. Der Chor der Lebenshilfe und der Rathauschor haben mit ihren Auftritten für besinnliche Stimmung gesorgt.

Die große Nordmantanne wurde gemeinsam von der Lebenshilfe Landesverband Hamburg, dem Hamburger Lebenshilfe-Werk und der Stiftung Hamburger Lebenshilfe gemein- gespendet. Besonderen Anklang fanden die handgefertigten Holzanhänger mit Hamburger Wahrzei-



Lebenshilfe-Weihnachtsbaum im Rathaus. Foto: Lebenshilfe Hamburg

chen. Wir freuen uns, dass wir mit dem Baum einen Gruß der Lebenshilfe an alle Besucher des Rathauses senden konnten.



Auf dem Foto sehen Sie in der Mitte Carola Veit (Bürgerschaftspräsidentin), links Swantje Paulus (Mitarbeiterin der Lebenshilfe) und den Chor. Foto: Lebenshilfe Hamburg

IN EINFACHER SPRACHE

Herr Wurst ist Mitglied in der Lebenshilfe und er hat besonders viel für die Lebenshilfe in Hamburg getan. Darum hat die Lebenshilfe Herrn Wurst eine Auszeichnung verliehen: Die silberne Ehren-Nadel.

Silberne Ehrennadel für Herrn Wurst

Bei der Mitgliederversammlung am 20. November wurde Herr Wurst durch Herrn Gerlach für sein besonderes

Engagement für den Landesverband und die Hamburger Lebenshilfe-Werk gGmbH mit der silbernen Ehrennadel der Lebenshilfe ausgezeichnet.



Rainer Gerlach (Vorsitzender Lebenshilfe Landesverband Hamburg e.V.), Jürgen Wurst. Foto: Lebenshilfe Hamburg

3. Ball For All am 30. November

Um 20:15 Uhr begrüßten Herr Gerlach (Vorsitzender der Lebenshilfe Landesverband Hamburg e.V.), und Herr Graßmann (Landesgeschäftsführer) unsere Gäste und bedankten sich bei den zahlreichen Sponsoren des Ball For All.



Foto: Lebenshilfe Hamburg

Die inklusive Tanzgruppe von MeinTanzstudio eröffnete den Ball mit einem wunderschönen Walzer und anschließend gehörte das Parkett den 130 Ball-Gästen. Bis Mitternacht wurde ausgelassen getanzt, geplaudert und zwischendurch eine Stärkung am Buffet abgeholt. Bei der Verlosung durch unsere Glücksfee Sandra konnten 3 Gäste jeweils 2 Konzertkarten für schöne Veranstaltungen in der Laeiszhalle gewinnen.

Wir freuen uns sehr darüber, dass der Lebenshilfe-Ball inzwischen eine treue Besucher-Gemeinde hat!

Zum Vormerken: Der Ball For All am 29.11.2014

IN EINFACHER SPRACHE

Im Februar gab es ein Fußball-Turnier in Hamburg Wandsbek.

Spieler mit Behinderung und Spieler ohne Behinderung haben zusammen gespielt. Dafür gibt es einen Namen: Unified Sport. Unified ist englisch und bedeutet: Vereinigt.

Die Mannschaften von der Lebenshilfe haben auch mitgespielt. Der Trainer heißt Robin Polzin. In dem Artikel schreibt er über das Turnier.

Bei dem Unified-Konzept stehen Spieler mit und ohne Behinderung gemeinsam auf dem Platz. Sie treten nach dem Regelwerk von Special Olympics in verschiedenen Leistungsklassen gegeneinander an, so dass jede Mannschaft eine faire Chance auf den Sieg hat.

Mit einem Zweiten und einem Dritten Platz haben die beiden Cordi-Lebenshilfe-Teams das Turnier beendet und damit wieder einmal Stärke bewiesen. "Durch Turniere wie diese können auch wir Trainer lernen, wo wir bei unseren Sportlern Verbesserungspotenzial sehen, gezielter trainieren und weitere Entwicklungen möglich machen" fassten die Trainer Robin Polzin und Tim Kautermann nach dem Turnier zusammen. Im Fokus stand auch für das Trainergespann, dass die Sportler Spaß und Ehrgeiz miteinander verbinden und dabei immer fair bleiben.

Unified Hallenfußball-Turnier am 2. Februar

Spaß, Freude und eine Menge Ehrgeiz! Ein Rückblick von Trainer Robin Polzin

Auch in diesem Jahr stand beim Unified-Fußball-Turnier des SC Concordia, der Lebenshilfe Hamburg und Special Olympics Hamburg natürlich der Spaß im Vordergrund.

Viele positive Rückmeldungen haben uns gezeigt, dass das Turnier viel Anklang fand und so wie es geplant ist, im nächsten Jahr wieder stattfinden wird. Ein wichtiges Lob geht auch an alle Mannschaften, die teilgenommen haben und das Turnier zu dem gemacht haben was es war: Ein Sportfest! Ich hoffe, wir können nächstes Jahr wieder so viele Sportler und Zuschauer begrüßen und den Gedanken des Unified Sports weiter positiv verbreiten.



Rechts außen: Trainer Robin Polzin. Foto: Lebenshilfe Hamburg

Steuermerkblatt 2014

ES GEHT UM IHR GELD

Eltern von Kindern mit Behinderung können viele steuerliche Erleichterungen in Anspruch nehmen. Tipps zur Steuererklärung gibt es in dem Steuermerkblatt 2013/2014 vom Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V. (bvkm).

Sie erhalten es kostenlos im Internet: www.bvkm.de

IN EINFACHER SPRACHE

Preise in Hamburg: Die Erich-Kästner-Schule hat einen Preis gewonnen: Den Jakob-Muth-Preis für Inklusion in der Schule. Die Handballer von Freiwurf Hamburg haben auch einen Preis bekommen: Den Werner-Otto-Preis für Inklusion im Sport.

Herzlichen Glückwunsch: Zwei Auszeichnungen in Hamburg!

INKLUSION IN SCHULE UND SPORT

Die Erich-Kästner-Schule ist eine gebundene Ganztagschule in Farmsen-Berne, an der die Schüler von der 1. bis zur 13. Klasse gemeinsam lernen können. Im Januar wurde die Schule mit dem Jakob-Muth-Preis für inklusive Schule ausgezeichnet. Mehr Info: www.jakobmuthpreis.de

Freiwurf Hamburg ist eine inklusive Handball-Initiative in Hamburg. Sie hat am 8. Februar den Werner-Otto-Preis für ihr Engagement im Hamburger Behindertensport erhalten. Mehr Info: www.fwhh.org

Film-Tipp: Gabrielle - (k)eine ganz normale Liebe

AB 24. APRIL IM KINO

IN EINFACHER SPRACHE

Der Film Gabrielle ist ab April im Kino.

Der Film ist eine Liebes-Geschichte über Gabrielle und Martin. Sie lernen sich im Chor kennen und verlieben sich. Dann bekommen sie Probleme mit den anderen Menschen: Die Leute sagen, dass die beiden kein Paar sein dürfen, weil sie eine geistige Behinderung haben. Gabrielle und Martin müssen gegen viele Vorurteile kämpfen.

Gabrielle ist Anfang zwanzig und besitzt nicht nur eine ansteckende Lebensfreude, sondern auch eine außergewöhnliche Begabung für Musik. Martin lernt sie in ihrer Therapiegruppe kennen, wo sie gemeinsam in einem Chor singen. Die beiden verlieben sich leidenschaftlich ineinander. Aber ihre Umgebung erlaubt ihnen diese Liebe nicht, denn die beiden sind nicht wie die anderen: sie haben das Williams-Beuren-Syndrom. Die Liebe behinderter Men-

schen ist längst kein Tabu mehr – trotzdem muss sich das junge Paar entschlossen den Vorurteilen stellen, um eine nicht ganz alltägliche Liebesgeschichte zu erleben.

Den Kinostart in Hamburg finden Sie auf unserer Homepage, sobald es einen Termin gibt: www.lebenshilfe-hamburg.de



Aufruf: Neue Selbsthilfe-Gruppen suchen Gründer!

WIR SUCHEN MITSTREITER FÜR DIE NEUGRÜNDUNG VON 2 GRUPPEN

IN EINFACHER SPRACHE

Wir suchen Menschen für 2 neue Selbsthilfe-Gruppen.

Eine Gruppe ist für Menschen, die einen Bruder oder eine Schwester mit Behinderung haben: Damit sie über Probleme sprechen können.

Eine Gruppe ist für Jungs zwischen 12 und 15 Jahren, die eine Behinderung haben: Damit sie zusammen Freizeit haben und sich kennen lernen.

Geschwister gesucht: „Ich bin die Anwältin für meinen Bruder“

Wenn die Eltern eines Menschen mit Behinderung sich nicht mehr selbst um seine oder ihre Belange kümmern können, geht die Verantwortung häufig auf die nichtbehinderten Geschwister über. Sie sind es dann, die manchmal sehr plötzlich Entscheidungen treffen müssen, sich um finanzielle Versorgung oder angemessene Betreuung bemühen und nicht zuletzt die Sorge vieler Eltern mit sich tragen, ob der behinderte Mensch in seinem Umfeld gut aufgehoben ist.

Frau von Osten kennt diese Situation: Sie hat einen 64-jährigen Bruder mit Down-Syndrom, der in Frankreich lebt, und sie sucht Gleichgesinnte zum regelmäßigen Austausch über Probleme, Sorgen und Tipps.

Haben Sie Interesse? Dann melden sich Sie bei der Lebenshilfe. Wir stellen Kontakt her und organisieren ein erstes Treffen, sobald sich einige Interessierte gefunden haben.

Mitstreiter gesucht: „Jungs unterwegs!“

Mit der Pubertät beginnt für viele eine anstrengende Zeit, Jugendliche mit Behinderung sind da keine Ausnahme. Viele von ihnen haben unabhängig davon Schwierigkeiten, Kontakt zu gleichaltrigen Mitschülern oder einer Gruppe zu finden, die ihnen zeigen: „Du gehörst dazu!“

Frau Tödten ist Mutter eines 13-jährigen Jungen mit Autismus und möchte eine Gruppe für Jungs im Alter von 12 bis 15 Jahren eröffnen. Gemeinsame Freizeitaktivitäten sollen einen lockeren Rahmen für Kontakt und Austausch bieten. Was die Gruppe unternimmt: Von Kino über Museum oder Musikveranstaltung kann alles dabei sein – die Selbsthilfe-Gruppen der Lebenshilfe bestimmen ihr Programm selbst.

Frau Tödten sucht Mitstreiter, die mit ihr gemeinsam die neue Gruppe aufbauen und ehrenamtlich begleiten möchten.

Wir laden alle Interessierten herzlich zu einem ersten Kennenlernen ein:.

- Wann: Donnerstag, 24.04., 19:00 Uhr
- Wo: Lebenshilfe-Zentrum in Hamburg Wandsbek: Rantzaustr. 74 c, 22041 Hamburg
- Wichtig: Bitte melden Sie sich vorab bei uns an

Ansprechpartnerin:

Susanne Zornow

Telefon: 040. 689 433-24

Erwachsenenbildung 2014

INTERESSANTE KURSE WARTEN AUF SIE



Im Programmheft der Koordinationsrunde Erwachsenenbildung finden Sie verschiedene Kurse für Menschen mit Behinderung in Hamburg.

Sie erhalten das Heft in unserer Geschäftsstelle. Das Kursprogramm ist auch im Internet verfügbar:

www.erwachsenenbildung-hamburg.de

Tipp: Beim Lernfest am 17. Mai können Sie verschiedene Angebote kennenlernen und ausprobieren. Alle sind eingeladen, der Eintritt ist frei!

Freie Plätze

Möchten Sie einen Kurs in der Lebenshilfe machen? In diesen Kursen sind noch Plätze frei:

■ Wir machen Dips

7 Termine, Beginn: 23.03.14,
Zeit: Sonntag, 14:00-15:30 Uhr,
Wichtig: nicht barrierefrei

■ Wir machen Kunst

6 Termine, Beginn: 02.04.14,
Zeit: Mittwoch 17:30-19:45 Uhr

■ Mein eigener Haushalt

6 Termine, Beginn: 20.03.14,
Zeit: Donnerstag 17:00-20:00 Uhr,
Wichtig: nicht barrierefrei

■ Spiel und Spaß im Wasser

10 Termine, Beginn: 19.03.14,
Zeit: Mittwoch 18:00-20:00 Uhr,
Wichtig: Der Kurs findet in Bergedorf statt

■ Lesen und Schreiben

12 Termine, Beginn: 16.04.14,
Zeit: Mittwoch 18:30-20:00 Uhr

■ Rechnen und Umgang mit Geld

12 Termine, Beginn: 16.04.14,
Zeit: Mittwoch 17:00-18:30 Uhr

Ansprechpartnerin:

Helga Schacht, Telefon: 040.689 433-22

Termine 2014

TERMINE, TERMINE, TERMINE

■ In Planung:

Wir werden auch in diesem Jahr wieder Infoabende zum Thema Schulbegleitung und Begleitung in der Kindertagesstätte anbieten. Sobald die Termine feststehen, finden Sie sie auf unserer Homepage.

■ 17. Mai 2014:

Lernfest der Koordinationsrunde Erwachsenenbildung Hamburg von 14:00 bis 17:00 Uhr in der Volkshochschule Farmsen, Karl-Schneider-Halle, Berner Heerweg 183, 22159 Hamburg.

■ 5. Juni 2014:

Mitgliederversammlung um 18:30 Uhr im Lebenshilfe-Zentrum.

■ 14. bis 25. Juli 2014:

Freizeit-Wochen – 2 Wochen Tagesausflüge in Hamburg und Umgebung, Anmeldung ab Juni: Das Programm finden Sie ab Juni auf unserer Internet-Seite.

■ 8./9. September 2014:

Fortbildung „Demenz bei Menschen mit geistiger Behinderung“.

Die Anmeldung erfolgt beim Bildungsinstitut inForm unter der Kursnummer 140731.

Ansprechpartnerin: Christina Fleck, Telefon: 064 21 491-172

Eine aktuelle Übersicht über unsere Kooperations-Veranstaltungen mit dem Bildungsinstitut inForm finden Sie auf unserer Homepage im Bereich Fortbildungen.

■ **13. September 2014:**

Lebenshilfe Sommerfest ab 14:00 Uhr auf dem Parkplatz am Lebenshilfe-Zentrum
In diesem Jahr findet das Sommerfest am bundesweiten Lebenshilfe-Familientag statt!

■ **20. November 2014:** Mitgliederversammlung um 18:30 Uhr im Lebenshilfe-Zentrum

■ **29. November 2014:** BALL FOR ALL, 20:00 Uhr im Ballsaal, Lebenshilfe-Zentrum

Regelmäßige Veranstaltungen:

■ **Lebenshilfe-Stammtisch:** Der Stammtisch trifft sich jeden Monat am 3. Donnerstag von 17:30 bis 19:30 Uhr. Bei Interesse melden Sie sich bitte an: 040. 689 433-0

■ **Fußball-Training:** Jeden Freitag 16:00 bis 18:00 Uhr. Bei Interesse melden Sie sich bitte an bei Thomas Ruß: 040. 689 433-25

Ein starkes Team – Der Autohof Reimers stellt sich vor!

Die Autohof Reimers GmbH ist gleich an 2 Standorten der perfekte Partner rund um die Automarke Skoda.

Der Skoda Hauptstandort in Pinneberg ist zuständig für den gesamten Kreis Pinneberg und der Neubau in der Altonaer Chaussee in HH – Schenefeld übernimmt das Vertriebsgebiet Hamburg-West. Ein Besuch in einem der Autohäuser lohnt sich immer, denn Menschen, die mit einer Behinderung leben, haben beim Neuwagenkauf Anspruch auf Rabatte – so auch hier. Voraussetzungen hierfür ist ein gültiger Schwerbeschädigtenausweis mindestens 50% GdB.

Wir freuen uns auf Sie! Kompetenz ist unsere Stärke. www.autohof-reimers.de



Der Neubau der Autohof Reimers GmbH in HH-Schenefeld. Foto: Autohof Reimers GmbH

 Finde uns auf **Facebook**  Folge uns auf **Twitter**

Impressum des Newsletters:

Herausgeber:

Lebenshilfe Landesverband
Hamburg e.V.

Redaktion:

A. Graßmann, H. Schacht und
S. Zornow

Layout und Druck:

LoboStudio Hamburg

Auflage: 2.500 Stück

Hinweis: Beiträge, die mit dem Namen des Verfassers gekennzeichnet sind, geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder und können gekürzt werden.

Der Bezugspreis der Zeitung ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.



Bildcode scannen (etwa mit der App „Scanlife“), oder:
www.lebenshilfe-hamburg.de