

AKTUELLES UND INTERESSANTES AUS DER LEBENSHILFE HAMBURG

MOIN!

AUSGABE 2/2024 | AUGUST 2024



HAUPTTHEMA

Was ich kann!



Lebenshilfe
Hamburg

Inhalt

Vorwort	3
---------------	---

Hauptthema: Was ich kann!

MEIN.Profil – Was ich kann!	5
Zur Kur fahren	7
Bildungsnetz-Kurse	8
Lernen am Campus Uhlenhorst	9
Mehr Selbstständigkeit lernen	14

Aus dem Verband und vom Hamburger Lebenshilfe-Werk

Krisenkommunikation	15
Selbstvertreter-Treffen in Glasgow	16
Von Eulen und Käuzen	17
Gemeinschaft und Barrierefreiheit	18

Aus dem Betreuungsdienst

Leichte Sprache im Vertrag	20
Neu im Team.	21
Wien im Sommer	22

Aus den Selbsthilfegruppen

Ans Meer	23
Neues von den Hockies	24
Die Hockies in Münster	25

Aus den Projekten

#LeichtOnline-Werkstattgespräche	26
#LeichtOnline macht Nutzertests	28

Dies & Das

Tagesschau in Einfacher Sprache	29
Treffen vom Internet-Club	30
Termine BLS	35
Jede Spende hilft	36
Rätsel	39
Mitgliederjubiläen	40

IN EINFACHER SPRACHE

Matthias Bartke ist der Vorsitzende von der Lebenshilfe Hamburg. Er schreibt an die Mitglieder vom Verein: Das Haupt-Thema in diesem Heft ist: „Was ich kann!“. Wir schreiben darüber, welche Möglichkeiten jeder Mensch hat, etwas Neues zu lernen. Zum Beispiel für seine Gesundheit oder für einen Beruf. Auch Erlebnisse in der Freizeit sind wichtige Lern-Erfahrungen.

Liebe Mitglieder, liebe Freundinnen und Freunde der Lebenshilfe Hamburg,

die Vorboten für den Schuljahresbeginn finden sich bereits allerorten: In Geschäften und vor Schulen finden sich diverse Hinweise wie Schulsachen oder zur Rücksichtnahme mahnende Banner. Passend dazu ist unsere neue MOIN! dem Themenkomplex „Lernen für alle – was ich kann!“ gewidmet.

Viele Menschen wollen lernen. Dabei sollten sie auf möglichst wenige Hindernisse treffen: Ganz gleich, ob sie eine Behinderung oder keine haben, ob sie noch jung oder schon alt sind, auf welche Weise sie am besten lernen können oder wie sie lernen möchten. In der MOIN! finden sich viele Beispiele für Lernmöglichkeiten und –orte. Hier zeigt sich: Das Leben erleben verhilft zu den wertvollsten und zugleich spannendsten Erkenntnissen; auch im Hinblick auf die Befähigung von allen Menschen.

Wie schön fügen sich da die zahlreichen Aktivitäten unseres Verbands und Betreuungsdienstes ein! Sie alle tragen dazu bei, dass die teilnehmenden Personen lernen und sich weiter entwickeln können. Als Lebenshilfe werden wir nicht müde dabei aufzuzeigen, wie wichtig lebenslanges Lernen für alle ist. Zugleich werden wir uns auch weiterhin tatkräftig einbringen, um hier bestehende Barrieren abbauen zu helfen. Auf dass immer mehr geeignete Lern-Angebote für die Menschen geschaffen werden, denen unser ganzes verbandliches Denken und Tun gilt.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen
eine erkenntnisreiche Lektüre!

Herzlichst
Ihr
Matthias Bartke

© Marco Urban





MEIN.Profil – Was ich kann!

Lernen an Übergängen

Von Wiebke Curdt und Anette Richter-Boisen

Übergänge im Leben sind nicht immer einfach zu bewältigen. Auf der einen Seite stehen die individuellen Überlegungen zum neuen (Lern-)Ort, zu den Fähigkeiten, Wünschen und Interessen, auf der anderen Seite partizipationseröffnende und -erschwerende Strukturen. Für (junge) Erwachsene mit Lernschwierigkeiten (sogenannte geistige Behinderung) schien und scheint teilweise auch heute noch der Weg beispielsweise von der Schule in die Arbeit vorstrukturiert. Von der Förderschule gehen viele direkt in den Berufsbildungsbereich der Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM). Sie machen schließlich 75 % der Beschäftigten in einer WfbM aus. Innerhalb der WfbM ist der Übergang in eine Anstellung auf dem ersten Arbeitsmarkt mit entsprechender Vergütung möglich, erfolgt aber selten. 75 % der Förderschüler:innen machen zudem keinen Hauptschulabschluss; hernach wird der Weg in Arbeit über eine Ausbildung oder eine (Teil-)Qualifizierung schwieriger.

Viele der pädagogischen Konzepte und Angebote fokussieren gerade an Übergängen Stärken, Fähigkeiten, Wünsche und das Sammeln von Erfahrungen, beziehen sich allerdings nicht aufeinander, wurden vielfach nur für einen bestimmten Lebensbereich, nicht für den gesamten lebenslangen Lernverlauf der Personen entwickelt, liegen selten in einfacher/leichter Sprache vor und sind kaum für den Verbleib bei den (jungen) Erwachsenen mit Lernschwierigkeiten vorgesehen.

Fähigkeiten erkennen

An dieser Stelle setzt das Portfolio-Instrument MEIN.Profil-Was ich kann! an. Es ist im Rahmen eines Forschungs- und Entwicklungsprojektes (MEIN.Profil: Ressourcenorientierte Diagnostik von Lernverläufen

(junger) Erwachsener an den Übergängen inklusiver Bildung) der Universität Duisburg-Essen in Kooperation mit der Universität Hamburg und gemeinsam mit Praxispartner:innen (Kurt-Juster-Schule, Campus Uhlenhorst, Hamburger Arbeitsassistent, Leben mit Behinderung Hamburg und Expert:innen in eigener Sache) entwickelt worden. Ziel von MEIN.Profil-Was ich kann! ist, dass (junge) Erwachsene mit Lernschwierigkeiten ihre Fähigkeiten der Grundbildung erkennen, reflektieren und als Nachweis der eigenen Kompetenzen auch anderen gerade an den jeweiligen Übergängen zeigen können (zum Beispiel in einem Vorstellungsgespräch oder Beratungsgespräch).

Neben der Entwicklung des Portfolio-Instruments wurden Übergänge (junger) Erwachsener mit Lernschwierigkeiten beforscht. Einerseits wurden Strukturen am Übergang untersucht und in Form eines Übergänge-Atlas dokumentiert (für die Region Hamburg siehe Abbildung).



Andererseits wurde das (pädagogische) Handeln am Übergang in Gruppendiskussionen eruiert. Hieraus wird deutlich, dass die strukturelle Versäulung gerade an den Übergängen Partizipation mit verhindert. Als Konsequenz hängt das Gelingen von Übergängen auch von den Kooperationsmöglichkeiten, der Bereitschaft und den zeitlichen Ressourcen und Strukturen pädagogischer Fachkräfte ab. Dabei geht gerade die pädagogische Begleitung von Übergängen mit vielen Unsicherheiten und Ungewissheiten einher. Die befragten Selbstvertreter:innen legen hingegen viel Wert auf das Lernen aus Erfahrungen und verweisen auf Herausforderungen in der Passung zwischen Angeboten und Bedürfnissen: „Mir haben die, als ich schon fast blind war, versucht einen Staplerschein anzudrehen. Ich sage: Freund, jetzt mal Butter bei die Fische, hast du schon mal in die Akte geguckt? [lacht].“ Eines der Hauptziele pädagogischen Handelns setzt an diesem Punkt an, indem versucht wird, eine Passung zwischen den Angeboten und den Bedürfnissen, Fähigkeiten und Interessen der jeweils Teilnehmenden herzustellen.

Angebote und Bedürfnisse zusammenbringen

MEIN.Profil-Was ich kann! versucht entsprechend aufseiten der Nutzer:innen diese Passung zu unterstützen. Das Portfolio-Instrument ist modular aufgebaut und in vier Lebensbereiche unterteilt: Wohnen, Freizeit, Schule/Berufsschule und Arbeit.



Jedes Modul ist gleich strukturiert und besteht aus zwei Teilen (Teil 1 „Dieser Teil ist für mich“ und Teil 2 „Diesen Teil zeige ich anderen“). In dem ersten Teil geht es um die Dokumentation der bisherigen Wege (Schule, Wohnorte etc.), um die Auseinandersetzung mit Wünschen und Zielen sowie die Herausarbeitung von Eigenschaften und Fähigkeiten. Nutzer:innen können im Anschluss für sich entscheiden, welche Eigenschaf-

ten oder Stärken sie in den zweiten Teil übertragen, um diese anderen zu zeigen. In diesen zweiten Teil können weitere wichtige Informationen über die Person eingetragen und später geteilt werden, beispielsweise wie die Person kommuniziert, ob sie Unterstützung braucht oder wie sie erreichbar ist.

Ein grundlegendes Anliegen der Entwickler:innen von MEIN.Profil-Was ich kann! ist, dass dieses Portfolio-Instrument immer wieder den Lernverlauf begleitend verwendet werden kann und bei den (jungen) Erwachsenen mit Lernschwierigkeiten verbleibt. MEIN.Profil – Was ich kann! besteht sowohl aus einem Ordner als auch aus einem barrierearmen PDF. Beides ist bald erhältlich über den Lebenshilfe Verlag unter <https://www.lebenshilfe.de/informieren/publikationen/lebenshilfe-verlag>; zum Download stehen in Kürze auch die einzelnen Module zur Verfügung.

Schauen Sie auf unsere Homepage, geben Sie uns eine Rückmeldung und fragen Sie uns gern auch hinsichtlich einer Zusammenarbeit an. Wir freuen uns auf Sie!



Dr. Wiebke Curdt und Anette Richter-Boisen,
Mitarbeiterinnen des Forschungsprojektes
E-Mail: wiebke.curdtdt@uni-due.de
Homepage: https://www.uni-due.de/biwi/ueb/mein_profil/mein_profil

IN EINFACHER SPRACHE

Mein.Profil ist der Name für ein Forschungsprojekt. Es soll Menschen mit einer Lernbehinderung helfen, Antworten zu finden auf die Frage: Was kann ich? Was habe ich schon gelernt? Was möchte ich arbeiten? Wie möchte ich leben?

Zur Kur fahren

Gesundheit lernen

Von Nikolas Gerlach

Die Ruhrtalklinik ist für jugendliche Menschen mit einer Behinderung, die dort auf Kur gehen. Sie werden von Elvira Horn und dem Team sowie den Therapeuten Nico, Keike und Sina und einem Therapeutenteam Sport betreut. Es gibt dort Aquafitness sowie Park-Walking und Frühsport usw.. Ulrike, Marika und Gabi geben den Abnehmern Tipps zu einer Ernährung und Rat wie gesunde Ernährung geht und führen Ernährungsberatung in der Gruppe durch.

Es gibt die Kochgruppe, in der man in Gruppen kocht, damit ihr das auch zu Hause könnt und euch gesund haltet. Jeden Montag und Donnerstag wird man gewogen. Und das hilft sehr abzunehmen. Jeder Teilnehmer und Teilnehmerinnen erhalten einen Therapieplan mit Zeiten und von welchen Therapeuten man betreut wird und in welchen Raum. Außerdem bieten sie Freizeit in der großen Gruppe an, z.B. Töpfern mit Till sowie Disco und Basteln, Malen und Gruppenspiele und Stadtfahrt nach Neheim.

Und selbstständig kann man mit Absprache die Stadt Wickede besuchen. Ich habe es geschafft 7 Kilo abzunehmen, dank gesunder Ernährung und Sport mit den Therapeuten.



© Nikolas Gerlach

IN EINFACHER SPRACHE

Nikolas Gerlach hat eine Kur gemacht. Das bedeutet: Er hat ein paar Wochen in einer Klinik gelebt. Dort hat man ihm gezeigt, wie er abnehmen kann. Er soll viel Sport machen und gesund essen.

Bildungsnetz-Kurse

Unsere Klient:innen aktiv dabei



© Bildungsnetz Hamburg

Timo Schulze und Ghezal Tavonius nehmen an Kursen teil, die vom Bildungsnetz Hamburg angeboten werden. Sie berichten uns von ihren Erfahrungen:

Wie wählst Du Deine Kurse aus?

Timo: Ich blättere den Katalog von der Erwachsenenbildung durch und bespreche das mit meiner Mutter. Und dann gehe ich alles, was mir gefällt, nochmal mit meiner Betreuerin durch und dann wähle ich Kurse aus. Ich kann ja nicht alles machen, weil ich auch noch im Stadthaushotel arbeite. Manchmal rufe ich selbst an und melde mich an, manchmal macht das meine Betreuerin.

Ghezal: Sobald ein neues Heft erscheint, gehe ich alle Kurse mit meiner Unterstützerin durch. Ich überlege, wozu ich Lust habe. Manchmal ist der Kurs schon voll.

Welchen Kurs belegst Du?

Timo: Oh, das sind sehr viele Kurse. Zum Beispiel mache ich Lauftraining im Stadtpark. Und ich bin bei einem Kurs „Feuerwehr in Hamburg“. Dann mache ich jedes Jahr Drachenbootfahren – das ist das Allerbeste. Und ich fahre zum Computerkurs nach Bergedorf. Es ist egal, wenn es weit ist. Musikkurse gibt es auch: ich habe schon E-Gitarre ausprobiert und Schlagzeug. Ich kann gar nicht alle Kurse aufzählen.

Ghezal: Ich habe mich zu einem Ausflug angemeldet: „Land der Tiere“. Ich interessiere mich für Tiere. Deshalb möchte ich auch an dem Kurs „Tierpark mal anders“ mitmachen. Im November werde ich einen Kochkurs machen. Vorher war leider kein Platz frei.

Musst Du etwas bezahlen?

Timo: Die meisten Kurse kosten etwas, aber nicht viel.
Ghezal: Ich muss gucken, dass die Kurse nicht zu teuer sind.

Was gefällt Dir an den Kursen?

Timo: Ich kann mir alles aussuchen.

Was könnte man besser machen?

Timo: Ich ärgere mich, wenn der Kurs ausfällt, weil zu wenig Leute kommen oder das Wetter schlecht ist.

Ghezal: Besser könnte die Kommunikation sein: z.B. falls ein Kurs ausfällt, weil der Kursleiter krank ist. Dann steht man vor der Tür und ist umsonst hingefahren. Oder ich hatte mich angemeldet und dann ist die Anmeldung nicht angekommen.

Tipp: Grundbildungs-Kurs bei der Lebenshilfe Hamburg

Beate Buchwald bietet bei der Lebenshilfe einen Kurs an: Er heißt Grundbildung für Erwachsene. Dort kann jeder Mensch Lesen, Schreiben und Rechnen lernen oder üben. Die Menschen im Kurs haben sehr viel Spaß dabei.

Wann? immer mittwochs von 17.00 bis 18.30 Uhr

Wo? Lebenshilfe Hamburg,
Stresemannstraße 163, 22769 Hamburg

Wieviel? 2,00 € pro Termin

Haben Sie noch Fragen?

Dann melden Sie sich gern:

Telefon: (040) 689 433 11

Lesen Sie hier einen Erfahrungsbericht:

<https://lhhh.de/2024/06/11/neue-lern-welt/>

IN EINFACHER SPRACHE

Timo und Ghezal machen Kurse im Hamburger Bildungsnetz. Sie lernen dort in der Freizeit etwas Neues. Zum Beispiel Drachenbootfahren, E-Gitarre spielen oder Kochen. Das kostet etwas Geld und man muss sich rechtzeitig anmelden.

Lernen am Campus Uhlenhorst

Junge Menschen auf dem Weg in die Selbständigkeit

Von Jasmin Aust

Der Campus Uhlenhorst ist eine Bildungseinrichtung für junge Menschen mit Lernbehinderung und kognitiver Beeinträchtigung in Hamburg. Nach der zehnten Klasse besteht die Möglichkeit, am Campus zwei weitere Schuljahre zu absolvieren. Dadurch bekommen die Schüler:innen mehr Zeit, um sich auf das (Arbeits-)

Leben vorzubereiten und sich zu orientieren. Außerdem wird am Campus ein Berufsbildungsbereich angeboten.

Die Lebenshilfe Hamburg ist einmal in der Woche zu Besuch und prüft gemeinsam mit den Schüler:innen Texte auf Leichte Sprache. Auf den folgenden Seiten lesen Sie ein Interview mit der Prüfgruppe zum Thema Lernen.



Gruppen-Interview am Campus Uhlenhorst zum Thema Lernen

am Campus Uhlenhorst kann man vieles lernen,
was man später zum Arbeiten und zum Leben braucht.

6 Schülerinnen und Schüler vom Campus Uhlenhorst haben
Fragen zum Thema Lernen beantwortet.

Die Fragen hat Jasmin Aust von der Lebenshilfe Hamburg
gestellt.



4 Schülerinnen und Schüler sind im ersten Schuljahr am Campus
Uhlenhorst.

Die anderen zwei sind schon in ihrem zweiten Schuljahr.

Was gefällt den Schülerinnen und Schülern am Campus Uhlenhorst besonders gut?

Der Unterricht gefällt besonders gut.

Denn unterrichtet man hier Lehrerinnen und Lehrer.

Die heißen am Campus: **Lerncoach**.



Sehr gut ist auch der **Wochenplan**.

Im Wochenplan wird Deutsch und Mathe gelernt.

Jeder bekommt eigene Aufgaben.

Zum Beispiel zum Lesen, Schreiben oder Rechnen.



Die Erklärungen durch die Lerncoaches sind auch sehr gut.

Am Campus Uhlenhorst gibt es verschiedene Profile:

- Profil Soziale Arbeit

Hier geht man zum Beispiel in eine Kita oder in ein Pflegeheim.

Man lernt, wie man Kindern und alten Menschen helfen kann.



- Profil GaLa – Garten-Landschafts- und

Hier lernt man die Arbeit im Garten und Mit Maschinen.

Zum Beispiel mit einem Rasenmäher.



- Profil Handwerk

Hier lernt man die Arbeit mit Holz und mit Maschinen.



- Profil Hauswirtschaft

Hier lernt man kochen und Wäsche waschen.



- Profil Digital und Kreativ

Hier lernt man mit iPads.

Zum Beispiel:

Wie man einen digitalen Reiseführer erstellt.



Es gibt am Campus Uhlenhorst auch verschiedene Kurse.

Zum Beispiel:

- Literatur und News
- Liebe und Freundschaft
- Fotografie
- Theater
- Tanz
- digitale Medien
- Rundum gesund
- Ernährung
- Praktikum und Arbeit



Was und wie die Schülerinnen und Schüler am liebsten lernen:

- **Tanzen:**
„Hier habe ich tanzen gelernt. Eine Choreografie.“
- **Theater**
- **Bücher** in Einfacher Sprache lesen.
Zum Beispiel das Buch *Das Sams*.
Nach jedem Kapitel gibt es Aufgaben,
die man lösen kann.



Die Schülerinnen und Schüler lernen auch in ihrer Freizeit.

Zum Beispiel:

- Lernen mit verschiedenen **Apps** auf dem Handy,
zum Beispiel Englisch mit der Duolingo-App.



Was die Schülerinnen und Schüler beim Lernen motiviert:

- „Meine Englisch-App.“
- „Ich habe mir in den Kopf gesetzt, dass das wichtig für mich ist. Und dass ich mich verbessern möchte.“
- Am Nachmittag kann man schnell nach Hause.

Wo die Schülerinnen und Schüler am liebsten lernen:

- **Zu Hause**
- „Im **Klassenraum**, aber es muss leise sein. Meist sind 6 bis 8 Schülerinnen und Schüler in einer Klasse. Dann ist es einfacher.“



Mit diesen Hilfsmitteln lernen die Schülerinnen und Schüler:

- Nachfragen beim **Lerncoach**
- Mit der Suchfunktion **oogle** auf dem Handy oder Tablet

Hier konnten Schülerinnen und Schüler anwenden, was sie gelernt haben:

- bei einem Besuch auf der Arbeitsstelle der Mutter.
- bei der ehrenamtlichen Tätigkeit in einem Lager.
Was im Lager gelernt wird, kann auch gut am Campus genutzt werden.
Zum Beispiel: wie man Aufgaben gut organisiert.
- Im Praktikum.

Mehr Selbstständigkeit lernen

Ein E-Bike für die Tagesförderstätte



Von Dominik Vogeler

Die Tagesförderstätte im Saseler Weg bietet 47 Menschen mit komplexen Behinderungen einen Arbeits- und Bildungsort in idyllischer Umgebung. Eingebettet zwischen zwei Stadtteilen und am Rande eines Naturschutzgebietes ist die Förderstätte ein ruhiger Rückzugsort, der jedoch Herausforderungen hinsichtlich der Mobilität mit sich bringt.

Abhängig vom Beförderungsbus, privaten Autos oder einem 15-minütigen Fußweg von der nächsten U-Bahnstation ist der Zugang zum Arbeitsort oftmals schwierig. Einmal angekommen ist es nahezu unmöglich, die Einrichtung ohne erheblichen Aufwand wieder zu verlassen.

Hier setzt die Nutzung von E-Bikes an, die neue Möglichkeiten für die Teilhabe und Mobilität der Beschäftigten schaffen soll. Mit den E-Bikes können die arbeitsweltbezogenen Angebote für einen größeren Personenkreis erweitert werden. Geplant ist beispielsweise, den in der Küche der Tagesförderstätte gebackenen Kuchen schnell und unkompliziert in den nahegelegenen Ortskern zu liefern. So können die Beschäftigten den gesamten Prozess von der Herstellung bis zur Auslieferung des Kuchens miterleben und die positive Rückmeldung der Kund:innen direkt erfahren.

Diese Erfahrung der Selbstwirksamkeit und Verantwortung stärkt das Selbstbewusstsein und fördert die Fähigkeiten der Beschäftigten. Die direkte Interaktion mit den Kund:innen und die positive Resonanz sind zentrale Elemente einer gelungenen Teilhabe am Arbeitsleben. Durch die sinnvolle Tätigkeit und die Bestätigung aus der Umwelt gewinnen die Beschäftigten Halt, Orientierung und Lebenszufriedenheit.

Während der Fahrt mit dem E-Bike – den Wind in den Haaren und die Sonne im Gesicht – erleben die Beschäftigten ihren Arbeitsweg mit allen Sinnen. Die Nutzung des E-Bikes unterstützt die individuelle Mobilität und fördert die Teilhabe am Arbeitsleben. Menschen mit komplexen Behinderungen verbringen ihren Alltag häufig in geschlossenen Räumen. Das Fahrrad ermöglicht sichere Mobilität. Mit dem E-Bike können die Beschäftigten Zeit im Freien verbringen, die idyllische Lage der Tagesförderstätte intensiver erleben und die umliegenden Naturräume kennenlernen. Zusätzlich ermöglicht das Fahrrad den Kontakt zur sozialen Umgebung und erweitert die Reichweite für individuelle Ziele.

Im Rahmen eines kleinen Sommerfestes fand die feierliche Übergabe des E-Bikes statt. Die Anschaffung wurde von der Aktion Mensch ermöglicht.



© Dominik Vogeler

IN EINFACHER SPRACHE

Die Tages-Förder-Stätte für Menschen mit Behinderung hat nun ein Dreirad, das mit Strom fährt, das heißt E-Bike. Damit können zwei Personen fahren. Es soll dafür genutzt werden, die Natur zu erleben und auch um, Dinge zu erledigen.

Krisenkommunikation

Workshop zur Bewältigung von Ausnahmesituationen

Von Dominik Vogeler

Krisen in der Eingliederungshilfe können vielfältiger Natur sein: von gesundheitlichen Notfällen über persönliche Konflikte bis hin zu externen Ereignissen wie Naturkatastrophen oder pandemiebedingten Einschränkungen. In solchen Momenten ist eine klare, transparente und einfühlsame Kommunikation entscheidend, um die Situation zu entschärfen und angemessene Maßnahmen zu ergreifen. In unserer schnelllebigen Zeit kommen Facebook, TikTok und andere Netzwerke als explosive Echokammern hinzu.

»Krise ist ein produktiver Zustand Man muss ihr nur den Beigeschmack der Katastrophe nehmen.« Max Frisch

Um auf diese Herausforderungen optimal vorbereitet zu sein, haben sich die Leitungskräfte der Lebenshilfen zu einem intensiven Tages-Workshop zur Krisenkommunikation in Hamburg getroffen. Die Schlagworte waren „schnelle Informationsweitergabe“, „Transparenz“, „Einfühlungsvermögen“ und „Koordination“. Unterstützt von Fachleuten einer Krisenkommunikationsagentur wurden praxisnahe Beispiele besprochen und zentrale Fragen geklärt. Was ist ein „Shitstorm“ und wie verläuft eine Krise im Umfeld von Netzwerken, Medien und Angehörigen? Die Expert:innen vermittelten nicht nur theoretisches Wissen, sondern auch praktische Fähigkeiten zur erfolgreichen Krisenbewältigung.

Die Fähigkeit zur Krisenkommunikation in der Eingliederungshilfe ist nicht nur in akuten Notfällen von Bedeutung, sondern auch zur Vorbereitung auf potenzielle zukünftige Krisen. Regelmäßige Schulungen und Trai-



nings zur Krisenbewältigung und -kommunikation sollten daher integraler Bestandteil der Fortbildung sein. Durch vorausschauendes Handeln und eine gut strukturierte Kommunikation können Krisen gemeistert und deren negative Auswirkungen minimiert werden. Der Workshop in Hamburg war ein wichtiger Schritt, um die Leitungskräfte der Lebenshilfen auf die Herausforderungen der modernen Kommunikationslandschaft vorzubereiten.

IN EINFACHER SPRACHE

Bei der Lebenshilfe gab es eine Fortbildung. Das Thema war: Wie soll man mit Klienten sprechen, wenn sie Probleme haben? Wie sollen sich Betreuer verhalten, wenn die Klienten in einer Krise sind? Die Betreuer haben gelernt, was in schwierigen Situationen wichtig ist.

Selbstvertreter-Treffen in Glasgow

Ein europäischer Austausch

Alexander Wrusch, Vorstand der Lebenshilfe Hamburg, hat am Kongress „Europe in action“ in Glasgow in Schottland teilgenommen. Er wird alljährlich von der europäischen Organisation „Inclusion Europe“ veranstaltet - der europäische Verband, der sich für die Rechte und Interessen von Menschen mit geistiger Behinderung einsetzt. Wir haben ihn zu diesem Treffen befragt:

© Inclusion Europe



Warum bist Du nach Glasgow gereist?

Ich bin als Abgeordneter für die Lebenshilfe Hamburg im Rat behinderter Menschen. Das ist eine Arbeitsgruppe von Selbstvertretern in der Bundesvereinigung Lebenshilfe. Ich bin dort für das Thema Politik und Internationale Politik zuständig. Deshalb durfte ich zusammen mit einem Kollegen und einem Übersetzer zum Kongress nach Glasgow fahren.

Was hast Du dort gemacht?

Ich habe drei Tage lang Vorträge gehört. So erfuhr man, wie Menschen mit Behinderung in anderen Ländern leben und welche Projekte es dort gibt, um ihre Situation zu verbessern.

Was war besonders interessant?

Mich hat am meisten beeindruckt, dass zwei Selbstvertreter aus der Ukraine da waren, obwohl ja dort Krieg ist. Interessant fand ich auch, dass in Rumänien die gro-

ßen Wohnhäuser für Menschen mit Behinderung abgeschafft und kleine Wohngruppe eingerichtet werden. Es war toll, dass so viele Menschen dort waren, über 400. Sie kamen aus 39 Ländern.

Wie habt Ihr Euch verständigt?

Alle Vorträge hat mir Rick von der Lebenshilfe übersetzt. Aber small talk in den Pausen zu machen, war so etwas schwierig.

Hast Du auch noch etwas von der Stadt gesehen?

Ja, wir haben eine Stadtrundfahrt gemacht und an einem Abend waren wir einem tollen, alten Museum. Dort hat Enable, das ist eine Art schottische Lebenshilfe, einen Empfang gegeben. Sie haben ihren 70. Geburtstag gefeiert.



© Inclusion Europe

IN EINFACHER SPRACHE

Im Mai war in Glasgow ein großes Mitglieder-Treffen von Inclusion Europe. Das spricht man so: Inkluschn Jurop. Das ist eine Organisation von Menschen mit Beeinträchtigung und ihren Familien.

Dort haben sich Selbst-Vertreter aus ganz Europa getroffen. Sie haben diskutiert, wie Menschen mit Behinderung noch besser unterstützt werden können. Für die Lebenshilfe war auch Alexander Wrusch dabei. Für ihn war es ein besonderes Erlebnis.

Von Eulen und Käuzen

Falkner zu Gast in der Tagesförderstätte

Von Marcel und dem TaFö-Team

Am Montag, den 11. März 2024, war es wieder so weit: Die „Falkner der Herzen“, Katharina und Achim Häfner, besuchten die Tagesförderstätte Saseler Weg und die angrenzende Wohneinrichtung. Begrüßen durften wir ebenfalls einige Gäste der RentnerBande. Zu den Tieren gehörten diesmal: die Weißgesichtseule Mephisto, der Woodfordkauz Heidi, die Kanincheneule Oscar, die Schleiereule Bruno und als Höhepunkt der europäischen Uhu Marga.



© Hamburger Lebenshilfe-Werk

kuscheln. Für viele war es ein Wiedersehen, für andere eine neue Begegnung. Aber für alle war es ein tolles Erlebnis. Diesen Tieren so nah zu kommen ist einfach etwas ganz Besonderes. Dank der empathischen Art und des Einfühlungsvermögens der beiden Falkner trauten sich selbst die Vorsichtigen, den Vögeln näher zu kommen. So wurden die Vögel also ausgiebig bewundert und gestreichelt.

Katharina und Achim Häfner erzählten auch viel über die jeweiligen Vögel, über Größe und Gewicht, Herkunft und Lebensweise. Die Zeit verging sprichwörtlich wie im Fluge. Wir haben viele Erinnerungsfotos gemacht. Das Strahlen in den Augen und Gesichtern der Menschen, die daran teilhaben konnten, zeigte uns wieder mal, was Tiere bewirken können.

IN EINFACHER SPRACHE

In der Tagesförderstätte waren Falkner zu Besuch. Das sind Menschen, die Greifvögel zähmen. Die Menschen konnten die Vögel kennenlernen und streicheln. Das war für viele ein schönes Erlebnis.



© Hamburger Lebenshilfe-Werk

Wer jetzt denkt, es handelt sich um eine ganz normale Flugshow, der irrt. Die Tiere sind ausgebildete Therapietiere. Wir durften sie also anfassen, streicheln und



Gemeinschaft und Barrierefreiheit

Leben in der Hafencity

Von Beate Buchwald

Ich habe mich mit Nadin Schindel, Vorständin der Lebenshilfe Hamburg, getroffen. Sie wohnt in der Hafencity und ist auf einen elektrischen Rollstuhl angewiesen. Ich möchte von ihr erfahren, wie gut die Anforderungen von Menschen mit Einschränkungen in der Hafencity erfüllt werden.

Wie lebt es sich in der Hafencity?

Ich habe ganz großes Glück gehabt. Seit Ende 2020 lebe ich in der Baakenallee in der Hafencity in dem **Wohnprojekt Festland**. Hier wohnen chronisch kranke junge Leute. Wir leben in einer großen Gemeinschaft. Denn zu Festland gehören auch Menschen, die keine Einschränkungen haben. Und es funktioniert. Für mich ist es ein großes Wunder, dass wir hier einen guten Mix von ganz unterschiedlichen Menschen hinkriegen. So stelle ich mir unsere Gesellschaft vor.

Was ist Dir am wichtigsten?

Der Witz ist, dass alle, die hier wohnen, sich ganz bewusst für diese Art des Wohnens entschieden haben. In unserem Haus gibt es 27 Wohnungen, nicht alle sind gefördert. Wir haben Gemeinschaftsräume, eine gemeinsame Küche und auf den Stockwerken Sitzecken, wo wir uns treffen.

Für mich ist es wichtig, dass die Türen extrabreit sind und auch in den Fluren Platz sogar für zwei Rollstühle nebeneinander ist. Ich genieße, dass meine Wohnung sehr gut schallisoliert ist. Ich brauche Ruhe, wenn es mir manchmal nicht so gut geht. Dann ziehe ich mich in meine Wohnung zurück.

Wie gut kommst Du im Rollstuhl in deinem Stadtteil klar?

Am liebsten fahre ich hier am Kirchenpauerkai entlang. Das ist wirklich eine Besonderheit der Hafencity. Er liegt direkt hinter dem Haus und hier stimmt alles: Es gibt Rampen, abgesenkte Übergänge und einen glatten Belag. Das ist nicht überall in der Hafencity so, einige Straßen sind gepflastert. Das sieht zwar gut aus, aber für mich fährt es sich schlechter.

Wenn ich den Stadtteil verlasse, wird es sowieso schwieriger. Wenn ich in einen anderen Stadtteil fahre, brauche ich oft drei oder vier unterschiedliche Fahrstühle. Die werden jetzt immer mehr in den Bahnhöfen eingebaut, sind aber häufiger kaputt. Dann komme ich nicht weiter. Manchmal muss ich wieder zurückfahren. Rampen oder Übergänge gibt es in Hamburg eigentlich überall. Nur in St. Pauli und Blankenese finde ich es schwieriger, aber auch in Bramfeld oder Uhlenhorst sind Absenkungen nicht zuverlässig vorhanden.

Ich finde es manchmal nicht einfach, mich in Hamburg mit dem Fahrrad im Verkehr zurechtzufinden. Überall wird so viel gebaut. Wie ist das für Dich?

Bisher habe ich immer eine Lösung gefunden, im Straßenverkehr klarzukommen. Schwierig ist es für mich, wenn zum Beispiel für große Veranstaltungen Kabelkanäle gelegt werden. Dann muss ich mir einen neuen Weg überlegen, um über die Straße zu kommen, denn nicht immer sind solche Veränderungen rollstuhlgerecht.

Was würdest Du Dir zum Thema „Inklusion“ wünschen?

Die größten Schwierigkeiten machen mir nicht die Barrieren auf der Straße, sondern die Barrieren in den Köpfen. Oft sehen Menschen in mir eine andere Spezies, nach dem Prinzip: Mann, Frau, Rollstuhlfahrende. Menschen, die mich so wahrnehmen, sind nachvollziehbar sehr unsicher, wie sie sich mir gegenüber verhalten können oder sollen. Am einfachsten für alle ist es, wenn ich als vollwertige Erwachsene wahrgenommen werde, die keine Bevormundung braucht, sondern bedarfsgerechte Unterstützung. Ich wünsche mir grundsätzlich ein respektvolles Miteinander, in dem über Fragen und Unsicherheiten ehrlich gesprochen wird. Dann werden zwischenmenschliche Begegnungen ohne Angst und Vorurteile möglich, in denen kreative Lösungen für physische Barrieren gefunden werden. Das finde ich sehr schön.

IN EINFACHER SPRACHE

Nadin Schindel lebt in einem Wohnprojekt in der Hafencity. Es heißt Festland. Dort gibt es Wohnungen ohne Barrieren. Das ist wichtig für sie, da sie einen Rollstuhl braucht. Auch in ihrem Stadtteil kann sich Nadin gut bewegen, weil die Bordsteine meistens abgesenkt sind und es Rampen gibt.

Aber Nadin sagt auch: Die größten Barrieren sind in den Köpfen der Menschen. Sie möchte nicht aufgrund ihrer Behinderung bevormundet werden.

Leichte Sprache im Vertrag

Unser Betreuungsdienst macht's vor

Von Susanne Zornow

Mietvertrag, Arbeitsvertrag, Handyvertrag, Zeitungsabo...

Wir alle brauchen im Alltag Verträge und die meisten Menschen finden sie sehr schwierig. Für Menschen mit einer Lernbehinderung bedeutet die Sprache in Verträgen ein Hindernis, das sie alleine nicht überwinden können. Im schlechtesten Fall unterschreiben sie etwas, was sie nicht lesen oder verstehen können.



in der ambulanten Betreuung. Und im Sinne einer guten Zusammenarbeit ist es hier besonders wichtig, dass alle Vertragspartner ihre Rechte und Pflichten kennen, denn man kann die Regeln nur einhalten, wenn man sie auch verstehen kann.

Betreuungsvertrag in Leichter Sprache

Die Lebenshilfe Hamburg hat einen Ambulanten Betreuungsdienst und einen Betreuungsvertrag in Leichter Sprache – eine schwere Version gibt es nicht. Mit diesem Dokument beginnt jede neue Betreuung: Klient:in und Betreuer:in gehen den Vertrag zusammen durch und legen damit den Grundstein für ihre Zusammenarbeit.

Hier finden Sie den Betreuungsvertrag in Leichter Sprache:

<https://lhhh.de/2024/02/16/leichte-sprache-im-vertrag>

Verträge in Leichter Sprache: Geht das?

Ja, das geht! In der Regel ist Leichte Sprache nicht rechtssicher. Aber es gibt trotzdem immer die Möglichkeit, den Inhalt eines Vertrags zusätzlich in Leichter Sprache zusammenzufassen. Auf diese Weise haben die Menschen wenigstens eine Idee dazu, was sie in schwerer Sprache unterschreiben – keine Ideallösung, aber ein erster Kompromiss zwischen Barrierefreiheit und Rechtssicherheit.

Auch in der Unterstützung von Menschen mit Behinderung kommen ständig Verträge zustande – zum Beispiel in der Werkstatt, in Wohnangeboten und

IN EINFACHER SPRACHE

Menschen müssen in ihrem Leben viele Verträge unterschreiben, z.B. einen Mietvertrag oder einen Handyvertrag. Es ist oft schwierig, diese Verträge zu verstehen. Deshalb gibt es jetzt schon viele Verträge in Leichter Sprache. Die Menschen, die von der Lebenshilfe Hamburg betreut werden, unterschreiben für ihre Betreuung einen Vertrag in Leichter Sprache.

Neu im Team

Verstärkung für den Ambulanten Betreuungsdienst



Franziska Roser

Ich bin seit März 2024 im Team-Ost des Ambulanten Betreuungsdienstes. Als gelernte Erzieherin habe ich mit Kindern im Alter von drei Monaten bis 14 Jahren gearbeitet. Vier Jahre Berufserfahrung konnte ich schließlich bei der Lebenshilfe Lörrach sammeln. Auch dort war ich in der Ambulanten Wohnbegleitung tätig. Nebenher studiere ich aktuell Bildungs- und Erziehungswissenschaft. Ich bin sehr glücklich, wieder mit Menschen arbeiten zu dürfen und freue mich auf die Zusammenarbeit.



Katja Barthel

Ich habe bisher als Sozialpädagogin mit Kindern und Erwachsenen mit Beeinträchtigungen gearbeitet. Dieses betraf sowohl die pädagogische Betreuung im eigenen Wohnraum, als auch die Arbeit in der Wohngruppe. Weitere Erfahrungen konnte ich in der Sozialpädagogischen Familienhilfe und Kinder- und Jugendhilfe sammeln. Gerade die Arbeit mit geflüchteten Jugendlichen war mir eine Herzensangelegenheit.

Ich freue mich im Betreuungsdienst Ost der Lebenshilfe weiterhin Menschen auf ihrem Lebensweg zu unterstützen und etwas Sonnenschein zu verbreiten.



Louisa Pietruschka

Gerade frisch aus dem Studium der Sozialen Arbeit habe ich im April im Ambulanten Betreuungsdienst Team West angefangen. Nach sechs Jahren im Ausland bin ich wieder zurück im wunderschönen Hamburg. Mein beruflicher Werdegang im sozialen Bereich startete mit meiner Ausbildung zur Erzieherin im Jahr 2013. Seitdem konnte ich viele Erfahrungen in verschiedenen Bereichen sammeln und mich für Inklusion und Teilhabe aller Menschen einsetzen. Jetzt bin ich sehr froh, hier bei der Lebenshilfe eingestiegen zu sein und aktiv Menschen zu unterstützen und zu empowern.



Anna Lübstorf

Ich bin seit April im Ambulanten Betreuungsdienst Team Ost. Parallel studiere ich Soziale Arbeit und kann so die praktischen Erfahrungen, die ich in der Arbeit mit den Klient:innen sammle, gut in mein Studium einbringen. Zuvor habe ich auf Lehramt für Sonderpädagogik an Grundschulen studiert. Ich freue mich nun, bei der Lebenshilfe viele neue Menschen kennen zu lernen und mit den Klient:innen eine gute Zeit zu verbringen.

Wien im Sommer

Mit dem Ambulanten Betreuungsdienst unterwegs

Von Swantje Paulus

Unsere Reise nach Wien war ein wunderbares Erlebnis. Schon die Anreise mit dem Nachtzug war ein Abenteuer für sich. Erstaunlicherweise konnten fast alle von uns gut schlafen, sodass wir am nächsten Morgen ausgeruht und voller Vorfreude in Wien ankamen. Unser erstes Highlight war die Fahrt mit dem Doppeldeckerbus, die uns einen Überblick über die Stadt verschaffte. Auch die barrierefreie Stadtführung bot uns viele interessante Einblicke in die Geschichte und Kultur Wiens.

Natürlich durfte ein Besuch des Praters nicht fehlen. Im Riesenrad hatten wir eine großartige Aussicht über die Stadt, und der Naschmarkt lockte mit seinen kulinarischen Köstlichkeiten. Hier war besonders die kandierte Wassermelone ein Hit bei uns allen!

Ein weiterer Höhepunkt war der Besuch des Donauturms. Der rotierende Turm bot uns einen schönen Rundumblick auf Wien. Zwei unserer Mutigsten trauten sich sogar für den „Abstieg“ die Rutsche nach unten zu benutzen!

Die Hitze während unserer Reise war zwar grenzwertig, aber die in der Stadt verteilten Sprüher, die einen erfrischenden Wassernebel verbreiten, waren eine willkommene Abkühlung und machten die heißen Tage erträglicher.



Wir haben so viele schöne Erinnerungen gesammelt – und sind sehr dankbar, dass uns die großzügigen Spenden von der NDR-Benefizaktion „Hand in Hand für Norddeutschland“ bei der Finanzierung der Reise geholfen haben.



IN EINFACHER SPRACHE

Eine Gruppe von Klienten aus dem Ambulanten Betreuungsdienst hat eine Reise nach Wien gemacht. Sie sind mit dem Nachtzug gefahren. Es gab ein tolles Programm, um die Stadt kennenzulernen. Zum Beispiel einen Stadtrundgang und eine Fahrt mit dem Doppeldeckerbus. Das war ein tolles Erlebnis für alle.

Ans Meer

Reiseträume des Mädchen-Treffs



HAND IN HAND
FÜR NORDDEUTSCHLAND

BESSER ZUSAMMEN!
DER NDR MIT DER LEBENSHILFE FÜR
MENSCHEN MIT BEHINDERUNG.

© NDR

Von Laura Gonska

Einmal gemeinsam eine Reise machen – das ist der große Traum der Mädchen von unserem Mädchen-Treff! Nun kann er bald in Erfüllung gehen: Dank der zahlreichen Spenden, die bei der NDR-Benefizaktion „Hand in Hand für Norddeutschland“ gesammelt wurden. Gemeinsam wurde bereits beschlossen, dass es an einem Wochenende im September zusammen ans Meer gehen soll, am liebsten an die Ostsee. Jetzt wird überlegt, welche Aktivitäten auf dem Programm stehen könnten:

„Es soll einen Beauty-Abend geben mit Filmen, Popcorn und Nagellack“

„Gemeinsam Essen gehen“

„Es soll ein Ferienhaus mit großem Fernseher sein“

„Ein Pool wäre auch nicht schlecht, aber auf jeden Fall am Meer“



© Lebenshilfe Hamburg

Die Mädchen haben also schon viele Ideen, wie ihre Traumreise aussehen soll. Wir werden berichten, was daraus geworden ist!

„Die Gegend erkunden und Spiele spielen“

„Ausflüge ans Meer“

IN EINFACHER SPRACHE

Die jungen Frauen vom Mädchen-Treff der Lebenshilfe Hamburg träumen von einer gemeinsamen Reise. Sie wollen an die Ostsee fahren. Dabei werden sie von den Spenden aus der NDR-Aktion Hand in Hand für Norddeutschland unterstützt.

Neues von den Hockies

Hochzeit und Silber

Unsere Mitglieder Jonas Dumkowski und Tom Krohn haben geheiratet!

Wir gratulieren sehr herzlich und wünschen den beiden alles Gute.



Kay Maiwald, unser Mitglied und Torwart bei den Hockies, hat im Team Deutschland an den Nationalen Spielen von Special Olympics der Niederlanden teilgenommen und die Silbermedaille gewonnen.

Herzlichen Glückwunsch zu dieser tollen Leistung!

© alle Fotos: Michael Krohn

Die Hockies in Münster

Erfolg bei den Landesspielen

Die Hockies haben im Mai an den Special Olympics Landesspielen von Nordrhein-Westfalen in Münster teilgenommen. Unterstützt wurde diese Reise von der NDR-Spendenaktion „Hand in Hand für Norddeutschland“. Zusammen mit der Hockeybande vom Hamburger Polo

Club gab es zwei gemischte Teams, die beide auch noch erfolgreich waren: eine Silber- und eine Bronzemedaille sind das tolle Ergebnis des Turniers – herzlichen Glückwunsch!

Lesen Sie hier den Bericht von Tom Krohn:

MOIN MOIN AUS MÜNSTER

ZWEI TOLLE TAGE DAS
WETTER WAR MIT SONNE
UND REGEN.

DIE SPIELE WAREN
NICHT SO SCHÖN
AM ERSTEN TAG

DER ZWEITEN TAG
WAREN DIE SPIELE
DESSER GEWESEN
EIN 3:3 UND EIN 1:1
UND SIEG AM ENDE
DES TAGES.

DAS HOTEL ZIMMER
WAR MIT EINEM
CODE GESICHERT,
DIE ZIMMER EINGTEILUNG
PAPA UND ICH IM
ZIMMER 7

SVEN WAR IN ZIMMER 3
DIE ANDEREN WAREN
VERTEILT

DAS TURNIER WAR
AM 23.05.24
BIS 24.05.24

DIE HOCKEYBANDE
UND WIR HABEN ZUSAMMEN
GESPIELT. DAS WAR TOLL
EVER TOM KROHN



© Fotos: Michael Krohn



#LeichtOnline- Werkstattgespräche

Aktuelle Themen

#LeichtOnline untersucht seit Januar 2021 wie Menschen mit geistiger Behinderung das Internet benutzen, auf welche Barrieren sie dabei stoßen und wie man Internetseiten und Apps einfacher gestalten kann. Wir arbeiten eng mit der Zielgruppe zusammen: Eine Gruppe von Menschen mit Behinderung begleitet uns als Beirat bei der Projektdurchführung. Außerdem führen wir Nutzertests und -befragungen durch.

In unseren #LeichtOnline-Werkstattgesprächen möchten wir gemeinsam mit Ihnen über das Thema digitale Teilhabe für Menschen mit geistiger Behinderung sprechen. Wir geben Einblicke in unsere Erkenntnisse, sind aber genauso gespannt von Ihren Erfahrungen zu hören.

Einfach anmelden und mitmachen

Die Veranstaltungen sind online und kostenlos. Wir freuen uns auf den Austausch mit Ihnen: Stellen Sie Fragen, berichten Sie aus Ihren Erfahrungen und Projekten.

Das sind die nächsten Themen:

1. Befragungen für Menschen mit geistiger Behinderung: Was muss man beachten?

Teilhabe und Partizipation bedeuten, Menschen mit Behinderung nach ihrer Meinung zu fragen. Doch standardisierte Fragebögen sind für Menschen mit geistiger Behinderung oft ungeeignet: zu schwer, zu viele Fragen und Antwortmöglichkeiten. Im Laufe des Projekts #LeichtOnline haben wir verschiedene Formen von Befragungen getestet und möchten unsere Erfahrungen mit Ihnen teilen. Wie können Befragungen barrierefrei gestaltet werden?

Termin: **Mittwoch, 28. August 2024,**
14:00-15:30 Uhr

Wo: Online über Zoom

Expertin: Britt Jensen ist seit 2016 Mitarbeiterin der Lebenshilfe Hamburg. Sie leitet das Projekt #LeichtOnline und ist Mitglied im Ausschuss barrierefreie Informationstechnik sowie Sachverständige des Bundes zum Thema „Digitales“.

2. Wie funktionieren Usability-Tests mit Menschen mit geistiger Behinderung?

Im Laufe des Projekts #LeichtOnline haben wir viele wertvolle Erkenntnisse darüber gesammelt, wie Usability-Tests mit Menschen mit geistiger Behinderung gestaltet werden können. Diese Zielgruppe stellt besondere Anforderungen an ein barrierefreies Forschungsdesign. Wie findet man geeignete Teilnehmer? Was muss bei der Durchführung beachtet werden? Welche Rahmenbedingungen sind notwendig? Wir nehmen Sie mit in unser Testdesign und teilen unsere Erfahrungen.

Termin: **Mittwoch, 11. September 2024,**
14:00-15:30 Uhr

Wo: Online über Zoom

Expertin: Britt Jensen ist seit 2016 Mitarbeiterin der Lebenshilfe Hamburg. Sie leitet das Projekt #LeichtOnline und ist Mitglied im Ausschuss barrierefreie Informationstechnik sowie Sachverständige des Bundes zum Thema „Digitales“.

3. Menschen mit geistiger Behinderung im öffentlichen Nahverkehr

Bus und Bahn sind wichtige Verkehrsmittel für Menschen mit geistiger Behinderung, aber sie stoßen unterwegs oft auf viele Barrieren. Was tun, wenn die Haltestelle verlegt wurde, der Zug ausfällt oder der Bahnhof unübersichtlich ist? Mobilität ist ein zentrales Thema im Projekt #LeichtOnline. Wir beleuchten, welche Hindernisse es gibt und welche Lösungsansätze wie Apps und Leichte Sprache dazu beitragen können, den öffentlichen Nahverkehr barrierefrei zu gestalten.

Termin: **Mittwoch, 25. September 2024,**
14:00-15:30 Uhr

Wo: Online über Zoom

Expertin: Susanne Zornow leitet seit 2015 das Büro für Leichte Sprache der Lebenshilfe Hamburg. Sie ist stellvertretende Projektleitung im Projekt #LeichtOnline und Sachverständige des Bundes zum Thema „Digitales“.

Anmeldung im Internet:

<https://lo.lhhh.de/leichtonline-werkstattgespraeche/>

Gefördert durch die
Aktion
MENSCH Stiftung

Heinrich
Leszczynski
Stiftung

REICHSBUND STIFTUNG
MENSCHLICH SOZIAL ENGAGIERT

IN EINFACHER SPRACHE

Das Projekt #Leicht Online will herausfinden, wie Menschen mit geistiger Behinderung das Internet einfacher nutzen können. Die Kolleginnen aus dem Projekt möchten andere informieren, wie sie vorgehen und was sie dabei herausfinden. Deshalb gibt es jetzt die Werkstattgespräche. Daran kann jeder online teilnehmen.

#LeichtOnline macht Nutzertests

Erfahrungsbericht einer Teilnehmerin

Im Projekt #LeichtOnline erstellen wir Prototypen von Internetseiten, die wir gemeinsam mit Menschen mit geistiger Behinderung und Lernbehinderung hinsichtlich ihrer Benutzerfreundlichkeit prüfen.

Bei unserem jüngsten Test haben wir unsere eigene Website als Ausgangspunkt genommen und entsprechend der schon im Projekt gewonnenen Erkenntnisse überarbeitet. Zusammen mit Menschen aus der Zielgruppe gehen wir den Prototypen durch und besprechen bzw. beobachten, was gut funktioniert und an welchen Stellen noch Hindernisse bestehen.

Unsere Teilnehmerin Lisa hat einen Erfahrungsbericht geschrieben:

„Ich erzähle euch, was ich mit Frau Jensen und Herrn Buschhüter im Nutzertest gemacht habe.

Wir haben uns die Internet Seite von der Lebenshilfe angeguckt und wie sie funktioniert. Frau Jensen und Herr Buschhüter haben mir Fragen gestellt: Was ich im Netz suche oder wonach ich gucke.

Frau Jensen hat mir erklärt, wie ich am besten suchen kann. Wir haben uns die Seiten in Leichter und in Schwerer Sprache angeguckt. Meine Meinung ist, die Leichte Sprache ist einfacher, weil nicht so viel Text ist. Es hat mir Spaß gemacht mit Frau Jensen und Herrn Buschhüter.“



Abbildung 1 Prototyp © Lebenshilfe Hamburg

Tagesschau in Einfacher Sprache

Nachrichten besser verstehen

Die Tagesschau gibt es seit dem 12. Juni auch in Einfacher Sprache.

Wann? Von Montag bis Freitag ab 19.00 Uhr

Wo? Im Internet auf
tagesschau.de/einfache-sprache
oder dem YouTube-Kanal der Tagesschau



<https://www.ardmediathek.de/tagesschau24>



Treffen vom Internet-Club

Der Internet-Club ist eine neue Gruppe in der Lebenshilfe.

Wir wollen zusammen das Internet erkunden.

Und über das Internet sprechen.

Zum Beispiel:

- Welche Seiten wir gut finden.
- Was gut klappt.
- Vielleicht haben wir Tipps aus dem Internet für andere Leute.

Am 2. April war das 2. Treffen

Wir waren 3 Leute: Sadeg, Nikolai und Susanne.

Das waren unsere Themen:

1. Austausch: Künstliche Intelligenz im Alltag.
2. ChatGPT: Kostenlos oder mit Geld?

1. Austausch: Künstliche Intelligenz im Alltag

Wir haben über Künstliche Intelligenz geredet.

Das Kurzwort ist: KI

Und darüber, was wir im Alltag mit KI machen.

Hier sind einige Beispiele:

- Alexa nach dem Wetter fragen
- Mit Alexa Musik anschalten
- Nikolai schreibt Artikel.

Er benutzt ChatGPT, damit die Artikel verbessert werden.

- Sadeg kann seiner Alexa sagen,
dass sie das Licht anschalten soll.

Man braucht dafür spezielle Glühbirnen.

Die können sich mit dem Internet verbinden.

2. ChatGPT: Kostenlos oder mit Geld?

ChatGPT ist eine bestimmte KI.

Die KI ist sehr gut im Bereich Sprache.

- Sie kann Sprache verstehen.
- Sie kann Texte schreiben.
- Sie kann aber auch andere Sachen.

Jeder kann ChatGPT benutzen.

Es gibt 2 verschiedene Möglichkeiten:

1. ChatGPT 3,5 ist kostenlos:

Du musst Dich nur anmelden.

Du musst nichts bezahlen.

2. ChatGPT 4 kostet Geld:

Etwa 20 Euro im Monat.

Dafür kann es mehr Dinge machen.

Zum Beispiel Bilder.

Wir haben ChatGPT 4 getestet.

Wir haben ein Bild bestellt: Einen Teller mit Obst und Gemüse.



© DALL-E

Und wir haben ein eigenes GPT gemacht.

Das ist eine KI, die eine bestimmte Aufgabe für mich macht.

Wir haben ein GPT gemacht mit Tipps zum Abnehmen.

Wir haben es kurz getestet:

Es war noch etwas zu schwer.

Man muss es länger trainieren.

Unsere Meinung: Braucht man ChatGPT4?

Wenn man nur manchmal Fragen zu einem Text hat,
braucht man es nicht.

Wenn man mehr Dinge machen will,
braucht man es schon.

Zum Beispiel für Bilder.

Willst Du mitmachen beim Internet-Club?

Dann melde dich einfach: Ich freue mich.

Susanne Zornow

Telefon: 040-689 433 12

E-Mail: Susanne.Zornow@LHHH.de



Online Fortbildungen vom Büro für Leichte Sprache

Termine bis Dezember 2024

Hier finden Sie die aktuellen Termine rund um Leichte Sprache und Einfache Sprache.
Alle Termine finden über die Plattform zoom statt.

Unser Zertifikat für Leichte Sprache

Sie können jede Fortbildung bei uns einzeln belegen und erhalten zum Abschluss eine **Teilnahmebestätigung**.
Wollen Sie noch mehr? Dann belegen Sie alle drei Module - am Ende erhalten Sie unser **Zertifikat für Leichte Sprache**.

- **Einstieg in Leichte Sprache (Zertifikatskurs Modul 1):** *Der Einstiegskurs für alle.*
- **Aufbaukurs Leichte Sprache (Zertifikatskurs Modul 2):** *Hier brauchen Sie Vorwissen aus einem Einstiegskurs.*
- **Textwerkstatt Leichte Sprache (Zertifikatskurs Modul 3):** *Wir arbeiten an Ihren Texten.*

Termine 2024	Modul 1: Einstiegskurs	Modul 2: Aufbaukurs	Modul 3: Textwerkstatt
September	24. + 26. September	---	---
Oktober	---	15. + 17. Oktober	---
November	---	---	12. November
Dezember	---	---	03. Dezember

Weitere Fortbildungen

- **Kurzschulung Leicht Sprechen:** *Wir üben Leicht Sprechen.*

Termin: 10. Oktober 2024

- **Kurzschulung Einfach Schreiben:** *Verständliche Texte im Arbeitsalltag.*

Termin: 10. September 2024

Mehr Informationen zu Inhalt und Teilnahmebedingungen
finden Sie auf unserer Internetseite: **LS.LHHH.de**

 Information und Anmeldung:
Susanne Zornow
Gyöngyi Römer
Telefon: (040) 689 433-12
E-Mail: LS@LHHH.de



Die Kurse der Lebenshilfe tragen das
Prüfsiegel Weiterbildung Hamburg.

Jede Spende hilft

Wir zeigen Ihnen wie

Die Sommerzeit ist bei uns traditionell auch die Zeit für zwei Wochen abwechslungsreiches Freizeitprogramm unseres Ambulanten Betreuungsdienstes: Diesmal ging es u.a. in den Steinzeitpark Dithmarschen, auf einen Pferdehof und zu den Wasserspielen in Planten und Blomen.

Gemeinsame Aktivitäten sind für alle Beteiligten schön und wichtig. Aber sie sind meistens auch mit Kosten

verbunden, die für viele allein nicht tragbar sind. Deshalb unsere Bitte: Unterstützen Sie unser Freizeitprogramm mit einer Spende, damit wir unseren Klient:innen eine kleine Abwechslung vom Alltag ermöglichen können.

Herzlichen Dank!



© Lebenshilfe Hamburg

Unser Spendenkonto:

IBAN: DE03 2005 0550 1072 2110 12

BIC: HASPDEHHXXX

Hamburger Sparkasse

Auf Wunsch stellen wir Ihnen gern eine Spendenbescheinigung aus.
Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Bankverbindung:

Lebenshilfe Landesverband Hamburg e. V. | Stresemannstraße 163 | 22769 Hamburg

 Lebenshilfe
 Landesverband Hamburg e.V.
 Stresemannstraße 163
 22769 Hamburg

Beitrittserklärung

 Hiermit erkläre ich den Beitritt zur **Lebenshilfe Landesverband Hamburg e.V.**
Bitte zutreffende Mitgliedschaft ankreuzen:

- ☐ Einzelmitgliedschaft (Jahresbeitrag 72,00 €)
- ☐ Doppelmitgliedschaft (Jahresbeitrag 72,00 € inklusive Zweitmitglied, nur ein Stimmrecht)
- ☐ Ich habe eine Behinderung (**beitragsfreie Mitgliedschaft**)

Ich verpflichte mich zur Zahlung des jährlichen Mitgliedsbeitrags von zurzeit 72,00 €.
Darüber hinaus erkläre ich mich zu einer jährlichen Spende von _____,00 € bereit.

(Diese Spendenzusage ist selbstverständlich jederzeit widerrufbar.)

Antragsteller/in (Erstmitglied)	Partner/in (Zweitmitglied)
Nachname:	Nachname:
Vorname:	Vorname:
Geb.-Datum:	Geb.-Datum:
Straße, Hausnummer.:	Straße, Hausnummer.:
Postleitzahl, Ort:	Postleitzahl, Ort:
Telefon:	Telefon:
E-Mail:	E-Mail:
☐ Ja, ich bitte um Zusendung des E-Mail Newsletters	☐ Ja, ich bitte um Zusendung des E-Mail Newsletters

Datum, Unterschrift

Datum, Unterschrift

Datum, Unterschrift Personensorgeberechtigte(r)

Datum, Unterschrift Personensorgeberechtigte(r)

 Wir nehmen die Vorgaben der am 25.05.2018 in Kraft getretenen EU-Datenschutz-Grundverordnung sehr ernst.
 Wie genau wir mit Ihren Daten verfahren, können Sie in unserem Impressum nachlesen:
<https://lhhh.de/impressum/>

Zahlungsmöglichkeiten:

Der Mitgliedsbeitrag wird jeweils zum Jahresbeginn fällig.

Sie können sich für eine von drei Zahlungsmöglichkeiten entscheiden, bitte kreuzen Sie die gewünschte Zahlungsweise an:

- ☐ **EPA-Lastschrift:** Wir buchen Ihren Beitrag und den ggf. angegebenen zusätzlichen Spendenbetrag von Ihrem Konto ab, wenn Sie das SEPA-Lastschriftmandat ausgefüllt an uns zurücksenden.
- ☐ **Überweisung:** Sie überweisen den Beitrag selbstständig auf unser Konto:
- Lebenshilfe Landesverband Hamburg e.V.
Bank: Hamburger Sparkasse
BLZ: 200 505 50
Konto: 1072 242 942
IBAN: DE29 2005 0550 1072 2429 42
- ☐ **Rechnung** Sie überweisen den Beitrag auf unser Konto, nachdem Sie eine Rechnung von uns erhalten haben.

Lebenshilfe Landesverband Hamburg e.V., Stresemannstraße 163, 22769 Hamburg

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE7 5ZZZ0 0000262944

SEPA-Lastschriftmandat

Mandatsreferenz: WIRD SEPARAT MITGETEILT

Hiermit ermächtige ich die Lebenshilfe Landesverband Hamburg e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Lebenshilfe Landesverband Hamburg e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber/in

V. Name	Nachname:
Straße, Hausnummer:	Postleitzahl, Ort:
Kreditinstitut Name:	IC (8- bzw. 11-stellig): _ _ _ _ _ _ _ _ _
IBAN: DE _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _	

Ort, Datum, Unterschrift

Tip: Die Lebenshilfe Hamburg wurde vom Finanzamt als mildtätig anerkannt. Ihren Mitgliedsbeitrag können Sie in Ihrer Steuererklärung mit der Kopie Ihres Kontoauszuges abzugsfähig geltend machen. Hierzu muss der Betrag im Verwendungszweck als „Mitgliedsbeitrag Lebenshilfe“ ausgewiesen werden. Im Lastschriftverfahren geschieht dies automatisch durch die Lebenshilfe.

Rätsel

Finden Sie den Fehler!

Hier sehen Sie 2 Fotos.

Im ersten Moment glaubt man, die Fotos sind gleich.

Aber wir haben 5 Fehler eingebaut.

Auf dem unteren Foto fehlen Sachen. Oder sie sind verändert.

Vergleichen Sie beide Fotos ganz genau: Finden Sie alle Fehler?

Tipp: Kreisen Sie die Fehler im unteren Bild einfach mit einem roten Stift ein!

Die Auflösung gibt es im nächsten Heft.

Viel Spaß!



© Lebenshilfe Hamburg



© Lebenshilfe Hamburg

Auflösung des Rätsels aus der MOIN! Nr. 1 / 2024

Sebastian hat 5 Blumen gefunden – Sie auch?



Mitgliederjubiläen

Wir danken herzlich für die
langjährige Verbundenheit
mit der Lebenshilfe Hamburg

60 Jahre: Hans-Georg Feuerstein, Clemens Seidensticker

45 Jahre: Walter Birkefeld

35 Jahre: Ronald Mundt

30 Jahre: Kirsten Dumkowski, Christa Trompke

25 Jahre: Thomas Ruß

Sie können die Arbeit der Lebenshilfe Hamburg mit dem Beitrag einer Mitgliedschaft finanziell unterstützen. Mit **monatlich nur 6,00€** können viele Angebote weiterhin aufrechterhalten und neue Angebote geschaffen werden.

Sie möchten uns unterstützen? Dann nehmen Sie Kontakt zu uns auf!



Ulrike Stüve
Telefon: (040) 689 433-11
E-Mail: Ulrike.Stueve@LHHH.de

IN EINFACHER SPRACHE

Die Lebenshilfe Hamburg ist ein Verein mit vielen Mitgliedern. Die Mitglieder unterstützen die Arbeit von der Lebenshilfe. Hier stehen Namen von Mitgliedern, die schon viele Jahre in der Lebenshilfe sind. Die Lebenshilfe sagt Danke.
Tipp: Menschen mit Behinderung müssen nichts zahlen, wenn sie Mitglied bei der Lebenshilfe werden möchten.

Impressum des Newsletters:

Herausgeber:
Lebenshilfe Hamburg e.V.

Redaktion:
Axel Graßmann, Natascha Dönges,
Björn Rowold, Susanne Zornow,
Ulrike Stüve, Dominik Vogeler

Lektorat:
Inken Kahlstorff

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.



<https://lhhh.de>



CO₂ NEUTRAL
DE202411007X01
by flyeralarm



Spendenkonto:

Lebenshilfe LV Hamburg e.V.
bei: Hamburger Sparkasse
IBAN: DE 0320 0505 5010
7221 1012
BIC: HASPDEHHXXX
Wir freuen uns über
Ihre Unterstützung!