



# Es ist uns eine Ehre

# Mein Ehrenamt

Von persönlichen Erfahrungen und Zukunftsvisionen



Die ersten drei Dinge, die mir beim Stichwort Ehrenamt in den Sinn kommen, sind:

Spaß, Dienst und Gemeinschaft.

Wie ist deine persönliche Geschichte beim Thema Ehrenamt?

Meine jüngere Schwester hat Trisomie 21. Sie wurde über viele Jahre hinweg von mehreren tollen jungen Frauen besucht, die sich beim Familienentlastenden Dienst engagiert haben.

Ich habe die FeDs für ihre Fähigkeiten, ihre Individualität und Einsatzfreude bewundert. Mit 20 Jahren meldete ich mich bei der OBA mit dem Wunsch, auch ein FeD zu werden – inzwischen bin ich auch bei Ausflügen, in Gruppen und noch bei vielem mehr dabei.

Was wünschst du dir für die Zukunft der ehrenamtlichen Arbeit?

Ich finde es schön, neben meinem Studium der Sozialen Arbeit so viel praktische Erfahrungen sammeln zu können. Mir macht es Spaß, meine Zeit mit anderen Menschen zu verbringen und etwas von dem zurück zu geben, was unserer Familie an Unterstützung gegeben wurde. Mein Wunsch ist, dass noch viel mehr Menschen sich für ein Ehrenamt entscheiden und damit Kontakte knüpfen, die sie sonst vielleicht nicht hätten.

— Uta Maria Siegmann

**Die ersten Dinge, die mir zum Thema Ehrenamt in den Kopf kommen, sind:**

Engagement, Leidenschaft, sich für die Gesellschaft einsetzen.

**Wie ist deine persönliche Geschichte beim Thema Ehrenamt?**

Meine ersten Erfahrungen im ehrenamtlichen Arbeiten habe ich schon 1999 in der Berufsschule gemacht. Seitdem war ich immer wieder in verschiedenen Bereichen ehrenamtlich tätig. Mir hat es immer Spaß gemacht, für meine Mitschüler\*innen beziehungsweise Kolleg\*innen einzustehen und meine Meinung zu vertreten, weiterzugeben. Wenn man sich für andere einsetzt, bekommt man viel zurück. Das tut gut und macht Freude.

**Was wünschst du dir für die Zukunft der ehrenamtlichen Arbeit?**

Für die Zukunft wünsche ich mir, dass sich viele Menschen ehrenamtlich betätigen, dass diese Arbeit geschätzt wird und dass dadurch die Gesellschaft mehr zusammenwächst und die Ellenbogenmentalität weniger wird.

— Tobias Schuhmacher



**Die ersten Dinge, die mir zum Thema Ehrenamt in den Kopf kommen, sind:**

Nächstenliebe, Soziales Engagement, Persönliches Wachstum, Weiterentwicklung.

**Wie ist deine persönliche Geschichte beim Thema Ehrenamt?**

Ich persönlich habe leider keine Erfahrung oder Bezug zu der Thematik. Ich habe erst relativ spät, mit 20 Jahren, erfahren, dass es diese Möglichkeit gibt. Eine gute Bekanntschaft von mir hat ein Ehrenamt und mir nur positiv davon berichtet.

**Was wünschst du dir für die Zukunft der ehrenamtlichen Arbeit?**

Ich würde mir wünschen, dass das ganze Thema stärker in den Mittelpunkt der Gesellschaft und des Stadtbilds gerückt wird. Dass es mehr Aufklärung in Bildungsinstitutionen gibt und dass auch Erwachsene erfahren, dass sie eine solche Tätigkeit ausüben könnten. Ein großer Vorteil von Ehrenämtern ist zum Beispiel, dass Kinder, die in einem Verein mithelfen, auch meistens im Verein mitmachen dürfen.

— Niklas Held



# Inhalt

Das  
erwartet  
euch



**Editorial** ..... Seite 5  
Fabian Meissner

→ **„Ich bin ein echtes Kind der Lebenshilfe“** ..... Seite 6  
Interview mit Lena Klink, der neuen stellvertretenden Geschäftsführerin für die Bereiche Personal und Organisation bei der Lebenshilfe Nürnberg

**Ein Ehrenamt, das sich lohnt** ..... Seite 8  
Reportage: Einsatzbereiche für Ehrenamtliche bei der Lebenshilfe Nürnberg



→ **Das ist mein Job** ..... Seite 14  
Beruf: Grit Hernandez vom Familienentlastenden Dienst

**Mut machen fürs Ehrenamt** ..... Seite 15  
Kolumne: Eva-Marias \*Weiß\*heiten

**Ehrenamt und Recht: Auch Menschen mit Beeinträchtigungen können helfen** ..... Seite 16  
Rechtsanwalt Victor Strogies klärt auf



**Backen mit Bildern** ..... Seite 18  
Butterkekse

→ **Beteiligung Erleben** ..... Seite 20  
Wir wollen mit Euch gemeinsam Inklusion weiter voranbringen!

**Veranstaltungen** ..... Seite 22  
Was? Wann? Wo?  
Mitgliederversammlung, Abschied von Geschäftsführer André Deraed

**Rückblick** ..... Seite 24

**Impressum:** Nürnbergs Lebenshilfe Magazin 3/2022 · Herausgeber: Lebenshilfe Nürnberg e. V., Muggenhofer Straße 107, 90429 Nürnberg  
Verantwortlich: Fabian Meissner (Vorstandsvorsitzender), Detlef Rindt-Ermer (Geschäftsführer); Redaktion: Marco Höyns, Anika Maaß, Lorenz Bomhard, Nicole Netter, Tina Braun, Andreas Sichelstiel · Gestaltung: Jürgen Held, Anna Landskron, Simona Leyzerovich; Fotos: Lebenshilfe, Karlheinz Daut, Ludwig Olah, Andreas Schönberger, Tina Braun; Illustrationen: Jasmin Bögl, Theresa Roth; Auflage: 3.000 Stück; Erscheint dreimal jährlich; [www.lhnbg.de](http://www.lhnbg.de)



## Liebe Leser\*innen,

auf der Mitgliederversammlung unserer Lebenshilfe am 18. November habe ich viel von einem Kulturwandel berichtet. Einem Kulturwandel, der auch nach außen gerichtet ist und unter anderem in der Neugestaltung unseres Magazins Niederschlag gefunden hat. Am Ende des ersten Vorstandsjahres des neu gewählten Vorstands unter meinem Vorsitz freue ich mich daher sehr, bereits die dritte Ausgabe präsentieren zu können.

Und in der Rückschau gibt es eine Brücke, die sich von der ersten Ausgabe (Thema Selbstbestimmung) über die zweite (Thema Arbeit) zu dieser Ausgabe schlagen lässt: In dieser Ausgabe beschäftigen wir uns nämlich mit dem so wichtigen Feld des Ehrenamts, also in meinem Verständnis selbstbestimmter Arbeit.

Schaut man einmal ins Internet so findet man unter anderem auf der Seite [deutsches-Ehrenamt.de](http://deutsches-Ehrenamt.de) folgende Definition:

**„Sich ehrenamtlich zu engagieren bedeutet, für eine Organisation freiwillig und ohne Vergütung Arbeit zu leisten.“**

**Das Ehrenamt selbst zeichnet sich dabei durch vielfältigste Bereiche aus, in denen man tätig werden und Gutes tun kann.“**

Dieser Definition kann ich mich im Großen und Ganzen anschließen und erlebe es in meinem Leben ähnlich.

Freiwillig, vielfältig und gut. Das kann man auch bei uns in der Lebenshilfe erleben, indem man sich für ein Ehrenamt entscheidet. Einen Einblick, in welchen Bereichen man dies tun kann, finden Sie in diesem Heft. Besonders in einer wundervollen Reportage über unsere sogenannte offene Behindertenarbeit (OBA) finden Sie eindruckliche Stimmen von ehrenamtlich tätigen Menschen innerhalb unseres Vereins.

Diese Menschen, egal an welcher Stelle, ob in Elternbeiräten, Selbstvertretungsgremien, der eben genannten OBA oder an anderer Stelle, machen die Lebenshilfe so besonders. Für einander einstehen und miteinander unterwegs sein war schon immer eines der tragenden Elemente seit Gründung der Lebenshilfe. Aber auch über unseren Verein hinaus wäre unsere Gesellschaft ärmer, wenn Menschen sich nicht neben ihrer Erwerbsarbeit oder auch im Ruhestand für andere Menschen ehrenamtlich einsetzen würden.

Wie Sie an anderer Stelle dieses Hefts lesen, sind selbstverständlich auch Menschen mit Beeinträchtigung ehrenamtlich tätig. Besonders wenn sie allerdings Assistenz benötigen, wird es schwierig mit manchen Kostenträgern. Aus meiner Sicht ein Unding und weder gerecht noch sinnvoll. Assistenz auch im Ehrenamt für Menschen, die sich für unsere Gesellschaft einbringen wollen, sollte Standard werden. Denn dieses ehrenamtliche Engagement ist für alle Seiten ein Geschenk, besonders in diesen schwierigen Zeiten.

Sowohl die finanziellen Herausforderungen vor denen Deutschland und somit genauso auch unsere Lebenshilfe steht, als auch die Angriffe, die unsere Demokratie besonders von rechten Parteien seit einigen Jahren erfährt, brauchen Widerspruch und Einsatz. Einsatz von Menschen. Einsatz von Ihnen und Euch. Einsatz im Ehrenamt auf Augenhöhe – gleich an welcher Stelle. Und dafür an alle, die sich bei uns in der Lebenshilfe engagieren, einfach nur ein großes Dankeschön! Und wer Lust hat mitzumachen und noch nicht dabei ist, wendet Sie sich jederzeit an uns!

Ihr/Euer

**Fabian Meissner,**  
Vorsitzender der Lebenshilfe Nürnberg

# Das große Interview

Interview: Tina Braun

## „Ich bin ein echtes Kind der Lebenshilfe“

Lena Klink (40) hat bei der Lebenshilfe Nürnberg eine Bilderbuchkarriere hingelegt: vom FSJ in der Autismus-Tagesstätte bis in die Führungsriege der Lebenshilfe. Seit September ist sie stellvertretende Geschäftsführerin für die Bereiche Personal und Organisation. Zeit für eine Vorstellung.

**Frau Klink, Soziale Arbeit zieht sich wie ein Roter Faden durch Ihren Lebenslauf. Wollten Sie schon immer in diesem Bereich arbeiten?**

Ja, ich wusste schon immer, dass es in diese Richtung gehen soll. Der Kontakt zu Menschen ist mir wichtig, ich habe Spaß am Kommunizieren und Zuhören und stelle mich gern auf mein Gegenüber ein. Für mich ist es eine sehr sinnvolle Arbeit, mit der man viel bewirken kann. Nach meiner Ausbildung zur Heilerziehungspflegerin ist auch mein Interesse an den Rahmenbedingungen der Einrichtungen gewachsen. Darum habe ich mich für ein managementlastiges Studium entschlossen.

**Was genau machen Sie in Ihrer neuen Stelle?**

Ich bin für elf Einrichtungen im Bereich Kinder, Bildung und Jugend zuständig. Außerdem bin ich Ansprechpartnerin für unsere Personalabteilung und die Fachberatung der inklusiven Kindertageseinrichtungen. Als Vorgesetzte begleite ich die Einrichtungen bei alltäglichen Fragen, konzeptionellen Themen und vertrete die Interessen der Einrichtungen nach außen. Für die Gesamt-Lebenshilfe Nürnberg bin ich für den Bereich Personal und Organisation verantwortlich.

**Was mögen Sie besonders an Ihrem Job?**

Die Vielseitigkeit, das Bunte, den Kontakt zu vielen unterschiedlichen Menschen und die Herausforderungen. Mein Arbeitstag ist sehr dynamisch, keiner ist wie der andere, auch weil immer wieder neue Themen aufploppen. Es wird nie langweilig (*lacht*). Ich übernehme gern Verantwortung und finde es toll, dass ich in dieser Position Entscheidungen treffen und die Lebenshilfe, zum Wohl unserer zu betreuenden Menschen und Mitarbeiter\*innen, gemeinsam mit den Geschäftsführerkolleg\*innen und dem Vorstand aktiv mitgestalten kann.

**Und was ist schwierig in Ihrer neuen Stelle?**

Die aktuellen Zeiten sind schwierig und voller Herausforderungen. Vom Fachkräftemangel, über die Preissteigerungen bis zu den psychischen Belastungen bei den Mitarbeiter\*innen, die Corona und Ukrainekrieg mit sich bringen. Da ist es uns wichtig, Stimmungen aufzufangen, besonnen zu handeln und lösungsorientierte Strategien zu entwickeln.

**Wie sehr hilft Ihnen dabei Ihre Praxiserfahrung?**

Die hilft mir sehr. Ich kann mich gut in die Mitarbeiter\*innen

hineinversetzen, da ich die Arbeit an der Basis kenne. Ich weiß, wie es ist, in einer Gruppe oder in der Verwaltung zu arbeiten oder für ein Team in einer Einrichtung verantwortlich zu sein. Das sind Erfahrungen, die ich nicht missen möchte und die meine tägliche Arbeit, meine Herangehensweise und auch meine Entscheidungen beeinflussen.

### ***Sie sind ein richtiges Eigengewächs der Lebenshilfe, oder?***

Total! Trotz meiner sechsjährigen „Lebenshilfe-Pause“ bei einem anderen Träger fühle ich mich wie ein echtes Lebenshilfe-Kind (*lacht*). Es ist gut, dass so eine Entwicklung hier möglich ist – vom FSJ zur stellvertretenden Geschäftsführung. Es ist uns wichtig, die Kompetenzen unserer Mitarbeiter\*innen zu fördern und sie entsprechend ihrer Talente einzusetzen. Viele sind seit Jahrzehnten mit viel Herzblut dabei und identifizieren sich voll mit der Lebenshilfe. Das ist unersetzlich und schafft eine schöne Gemeinschaft. Gleichzeitig ist es aber auch sinnvoll und notwendig, sich Impulse von außen zu holen – eine gute Mischung ist wichtig.

### ***Wo muss sich die Lebenshilfe noch weiterentwickeln?***

Wir sind in den vergangenen Jahren wahnsinnig gewachsen, haben Geschäftsfelder ausgebaut und neue erschlossen. Aber die Strukturen und Prozesse, ob in der Verwaltung oder im pädagogischen Bereich, sind nicht im gleichen Maß mitgewachsen. Hier müssen wir besser werden und die Gegebenheiten der aktuellen Größe der Lebenshilfe anpassen.

### ***Welche weiteren Handlungsfelder sehen Sie?***

Eines von vielen ist die Digitalisierung, der wir uns in Zukunft noch intensiver widmen. Hier gibt es in den Einrichtungen, aber auch in der Verwaltung einen großen Entwicklungsbedarf. Außerdem müssen wir uns noch besser in der Stadtgesellschaft positionieren und noch mehr vernetzen. Auch, um einer unserer größten Herausforderungen, dem Fachkräftemangel, zu begegnen. Der zieht sich durch alle Bereiche. In einigen, zum Beispiel bei den Erzieher\*innen oder Kinderpfleger\*innen, ist der Markt total leergefegt.

### ***Hatte das schon Auswirkungen auf die Einrichtungen?***

Es gab zum Glück noch keine mittel- oder langfristigen Kürzungen der Öffnungszeiten oder Gruppenschließungen. Aber an einzelnen Tagen war das schon der Fall. So mussten wegen Personalmangels zum Beispiel Kita-Kinder eine Woche lang bereits nach dem Mittagessen abgeholt werden. Denn zu den offenen Stellen kommen ja noch Personalausfälle wegen Corona und anderer Krankheiten. Allerdings betreiben wir auch Einrichtungen, in denen Schließungen gar keine Option sind, zum Beispiel in den Wohnheimen. Hier muss die Betreuung durch das bestehende Personal immer sichergestellt werden. Das ist eine sehr große Herausforderung.

### ***Was tun Sie konkret gegen den Fachkräftemangel?***

Intern sind wir dabei, unsere Maßnahmen des Onboardings (*Anm. d. Red. Einarbeitung und Integration neuer Mitarbeiter\*innen*) auszubauen und zu stärken. Wir entwickeln neue

Konzepte im Bereich Fortbildung und schaffen Strukturen, die uns als Arbeitgeber noch attraktiver machen, zum Beispiel indem wir Kombiarbeitsplätze, flexible Arbeitszeitmodelle und – wo möglich – Homeoffice anbieten. Wir zahlen, bis auf wenige Ausnahmen in Gastronomie und Gebäudereinigung, nach TVÖD in Reinform. Das heißt, unsere Mitarbeiter\*innen werden nach Tarif bezahlt und profitieren zudem von Jahressonderzahlungen, leistungsorientierter Bezahlung, betrieblicher Altersvorsorge, der Möglichkeit eines Job-Rads und mehr.

### ***Welche Maßnahmen sind nach außen hin sichtbar?***

Wir haben unsere Social-Media-Auftritte bei Instagram und Facebook ausgebaut und professionalisiert, so dass dieser Bereich des Personalmarketings besser aufgestellt ist und eine gute Reichweite hat. So können wir potentielle Arbeitnehmer\*innen auf uns aufmerksam machen. Mit Blick auf den Fachkräftemangel vernetzen wir uns gut nach außen und sind in der Stadt Nürnberg sowie über unseren Landesverband in Arbeitsgruppen und -kreisen vertreten, in denen praxisnahe Strategien und Lösungsansätze erarbeitet werden. Diese Maßnahmen sind nur einige von vielen. Hier kann man gar nicht genug tun.

### ***Das Thema dieses Magazins lautet Ehrenamt. Wie wichtig sind die Ehrenamtlichen für die Lebenshilfe?***

Das Ehrenamt ist auch für uns eine wahnsinnig wichtige Säule. Im Familienentlastenden Dienst oder in den Offenen Hilfen sind im Bereich „Freizeit, Urlaub, Bildung, Begegnung“ zahlreiche Ehrenamtliche tätig. Ohne sie könnten wir diese Angebote unmöglich so durchführen und die Familien und Menschen mit Beeinträchtigung in dem Umfang unterstützen. Das kann man gar nicht hoch genug bewerten. \\\

## Zur Person

**Lena Klink, 1982** in Pforzheim geboren, kam mit elf Jahren nach Kulmbach, wo sie später ihr Fachabitur im Sozialen Zweig machte. **2002** absolvierte sie ein Freiwilliges Soziales Jahr in der Autismus-Tagesstätte der Lebenshilfe Nürnberg und anschließend ein Praktikum im Wohnheim des Vereins für Menschen in Boxdorf. **2008** schloss sie die Ausbildung zur Heilerziehungspflegerin ab und arbeitete in der Boxdorfer Wohnanlage. **2009** begann Klink ihr Bachelor-Studium Gesundheits- und Pflegemanagement an der Evangelischen Hochschule Nürnberg und arbeitete als Werksstudentin zunächst als Heilerziehungspflegerin im Ambulant begleiteten Wohnen der Lebenshilfe und später in der Verwaltung. Nach Abschluss des Studiums **2013** fing sie dort als Personalsachbearbeiterin an. **2015** wurde sie Einrichtungsleiterin des inklusiven Kinderzentrums Mögeldorf. **2019** übernahm sie die Fachberatung für die inklusiven Kindertageseinrichtungen. Seit September **2022** ist sie stellvertretende Geschäftsführerin im Bereich Personal und Organisation.

# Ein Ehrenamt, das sich lohnt

Text: Nicole Netter, Andreas Sichelstiel / Fotos: Ludwig Olah

Reportage







- In der Lebenshilfe gibt es viele verschiedene Ehrenämter.
- Sonja Höllein, Jan Stebner und Luise Mösch erzählen von ihrem Ehrenamt bei den Offenen Hilfen:
- Sie helfen anderen Menschen
  - beim Sport
  - beim Feiern
  - im Urlaub und bei Ausflügen.
- Dabei haben sie auch selbst jede Menge Spaß.



← **Disco, Schwimmen, Städtetouren: Die Einsatzbereiche für Ehrenamtliche bei der Lebenshilfe Nürnberg sind vielfältig – und werden obendrein noch bezahlt.**

„Zugabe, Zugabe!“ Während sich über den meisten Tanzflächen der Stadt noch einsam die Discokugeln drehen, ist im Muz-Club im Nürnberger Stadtteil Gostenhof bereits der vorläufige Höhepunkt des Abends erreicht. Gut zwei Dutzend Menschen mit und ohne Beeinträchtigung stoßen die Arme in die Luft, kreisen die Hüften, folgen mal mit geschlossenen, mal mit offenen Augen dem Bass, der sie durch den gemeinsamen Tanz treibt.

Zusammen mit der Fürther Tanzschule Streng haben die Nutzer der Lebenshilfen Nürnberg, Fürth und Herzogenaurach im wöchentlichen Tanztreff eine Choreografie erarbeitet, die sie heute bei der Disco der Lebenshilfe präsentieren. Aus der Reihe tanzen ist dabei ausdrücklich erlaubt – Hauptsache, es macht Spaß. Und so folgt nach der Einlage gleich noch eine zweite, bei der alle mitmachen dürfen und sich anschließend begeistert und laut selbst beklatschen.

Nicht nur die gelockerten Corona-Auflagen ermöglichen diesen ausgelassenen Freitagabend im Oktober, der unter dem Motto „Power, Glück, Regenbogen“ in dieser Form das erste Mal seit Beginn der Pandemie wieder stattfindet. Es sind auch die zahlreichen Ehrenamtlichen, die die Menschen mit geistiger und/oder körperlicher Beeinträchtigung begleiten. Die bei der Anreise mit dem Bus, der Bahn oder von zu Hause aus beim Einsteigen halfen oder den Arm reichten, die bei Bedarf beim Abgeben der Jacke an der Garderobe oder beim Bestellen eines Getränks helfen. Die heute aber vor allem einfach nur mittanzen und mitsingen, wenn die ebenfalls ehrenamtlich tätigen DJs mit dem 90er-Jahre-Hit „Cotton Eye Joe“ oder dem Wiesn-Klassiker „Komm hol das Lasso raus“ für Stimmung sorgen.



Um aber überhaupt auf die Tanzfläche vorzudringen, muss die strenge Eintrittskontrolle passiert werden. Hier, im dämmrigen Schimmerlicht des Eingangs, sitzt Heike Hermann. Die 39-Jährige ist aufgrund ihrer Lernschwäche nicht nur Nutzerin der Lebenshilfe und tagsüber in der Dambacher Werkstatt tätig, sie ist an Abenden wie diesen auch seit vielen Jahren ehrenamtlich aktiv. „An mir kommt keiner vorbei“, sagt sie lachend und stempelt einem jungen Mann die schwarze Ente auf die Innenseite des Handgelenks, die das Bezahlen der drei Euro Eintrittsgeld dokumentiert. „Mir macht das riesig Spaß“, sagt sie. Tanzen, das mache sie zwar auch gern, „aber die Kasse, die ist mein Ding.“

Auch Sonja Höllein ist heute zwar in ihrer Funktion als ehrenamtliche Helferin hier. Aber auch sie bewegt nicht ein Pflichtgefühl, sondern die Freude an der Gemeinschaft: „Wenn ich nicht hier wäre, säße ich vielleicht in der Kneipe – und wer weiß, ob ich da auch so viel Spaß gehabt hätte“, sagt die 48-Jährige. Gerade hat sie noch mit Martina, einer mit dem Down-Syndrom geborenen Frau mittleren Alters, getanzt; jetzt hält Sonja im lauen Herbdstund vor der Tür des Clubs einen Plausch mit anderen Ehrenamtlichen. Hier ein „Hallo“, da ein „Wie geht’s?“, hier ein „Ach nee, du auch hier?“

## 400 Ehrenamtliche beschäftigt die Lebenshilfe Nürnberg.

Ist man länger dabei, kennt man sich. Von Kino- und Spielabenden, von Ausflügen in den Tierpark, aufs Tollwood-Festival nach München, von der Graffiti-Rallye, den diversen Städte-Trips oder sonst einer der vielen anderen angebotenen Aktivitäten.

Sonja – dunkle lange Haare, zartschwarzer Kajal-Strich, freundliches Lächeln – ist seit zehn Jahren bei der Lebenshilfe Nürnberg aktiv. Im Hauptberuf organisiert sie Integrationskurse, an Beschäftigung mangelt es ihr auch in ihrer Freizeit nicht. Trotzdem habe sie schon lange zuvor das Bedürfnis gehabt, „etwas zurückzugeben für mein privilegiertes Leben.“ Privilegiert, das heißt für Sonja Höllein, was für andere schlichte Selbstverständlichkeit ist: gesund, geliebt und frei in den eigenen Entscheidungen zu sein. Jemandem die Hand zu reichen, ihm die tägliche Teilhabe am sozialen Leben zu erleichtern oder einfach Freund zu sein, treibe sie an.

Und so wurde Höllein, als eines Abends ein Freund von seinem Engagement bei der Lebenshilfe erzählte, prompt hellhörig – und bewarb sich kurz darauf selbst. Heute erzählt sie, wie überrascht sie war von der Vielfalt der Einsatzmöglichkeiten – und auch davon, dass das Amt honoriert wird. Elf Euro pro Stunde erhalten Ehrenamtliche bei der Lebenshilfe Nürnberg, zudem fünf Euro Fahrtkostenpauschale und kostenlose Fortbildungsmöglichkeiten. 3000 Euro können so gemäß Paragraf 3 Nr. 26 EstG dazu verdient werden – steuerfrei. Für Höllein keine Prämisse für ihr Amt, aber sehr wohl ein Zeichen der Wertschätzung. Ihre Bewerbung bei der OBA (Offene Behindertenarbeit) war, auch das erstaunte Höllein, fast eine Formsache.

**„Ich hatte erwartet,  
dass ich mich beweisen  
muss, aber es ging alles  
ganz schnell.“**

Für Sabine Hafner, stellvertretende Leiterin der OBA und früher Koordinatorin im Freizeitbereich, ist es vor allem die Motivation, die bei der Auswahl der Bewerber zählt. Ein (sozial-)pädagogischer Hintergrund sei nicht vonnöten, auch könnten Ehrenamtliche stets wählen, in welchem Bereich sie tätig werden wollen. Beim Freizeitnetzwerk Sport (FnS) etwa geht es um den gemeinsamen Sport von Menschen mit und ohne Beeinträchtigung; manche gehen zusammen ins Fitnessstudio, andere sind Begleitung beim Volleyball oder im Tanzkurs. Im Freizeitbereich hingegen stehen gemeinsame Tagesausflüge, Konzerte, Kneipenbesuche, Kurse und bisweilen sogar Urlaubsreisen auf dem Programm.

Sabine Hafner hat besonders ihren Einsatz im Bereich des Familienentlastenden Dienstes (FeD) genossen. Hier geht es um die stundenweise Begleitung von Menschen mit Beeinträchtigung jeden Alters, ebenfalls vor allem im Freizeitbereich. Vom zweiten bis zum neunten Lebensjahr betreute Höllein wöchentlich ein Mädchen mit Trisomie 21. Für die Kinderlose eine echte Bereicherung, für die Familie des Kindes eine immense Entlastung. Höllein ging mit dem Mädchen zur Logopädie, erwartete sie einmal wöchentlich vor der Schule, ging mit ihr ins Schwimmbad, betreute sie bisweilen an Abenden, damit die Eltern Zeit für sich hatten. Dass die Familie während der Corona-Zeit weggezogen ist, macht Höllein auch beim Gespräch an diesem Oktoberabend noch traurig. Aber die innige Beziehung bestehe noch immer fort: Höllein ist mittlerweile Taufpatin des Mädchens, man trifft sich und telefoniert regelmäßig.





Auch Jan Stebner liebt sein Ehrenamt. Hauptberuflich ist der 41-Jährige im Ambulant begleiteten Wohnen der Lebenshilfe tätig, außerdem ist er als Betriebsrat aktiv. Dass er heute seinen Freitagabend inmitten vertrauter Gesichter aus der Arbeit verbringt und nicht etwa mit Freunden sonst wo, hat einen simplen Grund: „Na weil’s geil ist“, sagt er und grinst schief unter seiner beigen Schiebermütze. Der gelernte Heilerziehungspfleger mag seine Arbeit sehr, er wird nicht müde, das Team der OBA („die sind einfach eine Traummannschaft“) zu loben und lustige bis rührende Anekdoten über ein paar alte wie junge Menschen bei der Lebenshilfe zu erzählen. „Und weißte, bei der Arbeit muss ich auch mal den Strengen geben; sagen, dass dieses und jenes nun mal nicht geht. Aber wenn ich als Ehrenamtlicher unterwegs bin, kann mir das egal sein. Da geht’s darum, dass alle heil wieder heimkommen und dazwischen ihren Spaß haben.“

In den vergangenen beiden Jahren ist die Zahl der Menschen, die sich in Deutschland ehrenamtlich engagieren, von 17,1 auf 15,7 Millionen Menschen geschrumpft – ein Rückgang von 8,2 Prozent. Ein immenser Verlust für die freiwilligen Feuerwehren, die Tafeln oder die Sportvereine, denn vielerorts geht es ohne die freiwilligen Helfer schlicht nicht.

Einen drastischen Rückgang hat die Lebenshilfe Nürnberg nach Aussage von Sabine Hafner nicht verzeichnet. „Aber auch uns haben mit Corona einige Ehrenamtliche verlassen.“ Für einige sei es einfach eine lange Durststrecke gewesen, da sowohl FeD-Familien als auch Ehrenamtliche pandemiebedingt vorsichtig waren und Kontakte gemieden wurden. Manche hätten laut Hafner ihr Ehrenamt auch aufgrund des Hygienekonzepts, das zum Beispiel eine Impfpflicht beinhaltet, aufgegeben. So ist ein Ehrenamt bei der Lebenshilfe derzeit nur solchen Menschen möglich, die eine dreimalige Corona-Impfung oder einen Genesenen-Status vorweisen können. „Manch eine Person haben wir so schon im Erstkontakt wieder verloren“, so Hafner.

Der Rückgang sei bedauerlich, denn auch bei der Lebenshilfe Nürnberg würde vielen Nutzern ein großes Stück sozialer Teilhabe vorenthalten, wenn nicht die zahlreichen Ehrenamtlichen wären. Denn oft ist eine Zwei-zu-eins-, bisweilen sogar eine Eins-zu-eins-Betreuung nötig, wenn Menschen mit körperlicher und/oder geistiger Beeinträchtigung tun wollen, was für andere selbstverständlich ist.



**„Anderen dabei zu helfen, dass sie am ganz normalen Leben teilhaben können, ist nicht nur wichtig. Es bringt Spaß – und das für alle.“**



Dass die Lebenshilfe im Gegensatz zu vielen anderen Organisationen eine Aufwandsentschädigung zahlt, ist für Jan Stebner trotz seiner Freude an seinem Ehrenamt absolut angemessen. „Wenn du zehn Stunden die Begleitung bei einem Tagesausflug nach München bist, dann hast du gearbeitet. Ja, du hattest auch Spaß, aber du hast trotz allem deinen freien Tag dafür hergegeben und ja auch immer angepackt und aufgepasst. Das ist schon gut so.“

Die Bezahlung des Ehrenamts kann außerdem ein Anreiz sein, neue Kräfte zu gewinnen. Die 25-jährige Luise Mösch etwa hat während ihres Studiums zur Heilpädagogin in einer Kneipe gejobbt, zufrieden war sie damit aber nicht, weil die Arbeit mit ihrem künftigen Job überhaupt nichts zu tun hatte. Die praktische Arbeit sei in ihrer Ausbildung ihrer Ansicht nach deutlich zu kurz gekommen, „und ich wollte, wenn ich fertig bin, ja nicht nur in Bücher geguckt haben“. Und so habe sie sich bei der OBA beworben – und ließ sich schon kurz danach in verschiedenen Bereichen einsetzen. So begleitete sie zum Beispiel eine Frau einmal wöchentlich als Trainingspartnerin ins Fitnessstudio, ging mit dem Kind einer Familie auf den Spielplatz oder in den Park, fuhr mit zu Tagesausflügen und sogar auf eine Reise nach Kreta. Und konnte so nicht nur etwas für ihren späteren Beruf lernen, sondern sich nebenbei noch ein Zubrot fürs Studium verdienen.

Mittlerweile hat sie ihr Studium abgeschlossen, ihr Ehrenamt bei der Lebenshilfe hat sie behalten. Natürlich sei der Einsatz nicht immer völlig konflikt- oder problemfrei. So sei es durchaus schonmal vorgekommen, dass sich einer der Mitreisenden davonmacht oder in den falschen Zug steigt, mitunter gebe es auch Streit oder Kabbeleien. Und längst nicht jeder Betroffene wisse immer, die körperlichen Grenzen anderer zu respektieren. „Damit musste ich umgehen lernen“, sagt Mösch.

In Ernstfällen könne man sich immer an die in Rufbereitschaft befindlichen Hauptamtlichen der OBA wenden, da sei immer ein Kontakt angegeben. Und klar, manchmal müsse man auch einfach einmal „Nein“ sagen. Trotzdem, das sieht sie wie Jan Stebner, sei sie als Ehrenamtliche vor allem dafür da, dass die Menschen, die sie begleitet, Spaß haben. „Im Arbeitskontext würde ich immer sagen: ‚Drei Cola am Abend, das geht nicht.‘ Wenn wir aber so unterwegs sind, dann kann das auch mal egal sein.“

So sieht das auch Sonja Höllein. Sie habe in ihrer Zeit bei der Lebenshilfe viel über sich gelernt, könne heute klarer als früher kommunizieren, wenn eine Grenze erreicht ist, gehe viel offener etwa auf einen Blinden zu, um zu fragen, ob er Hilfe braucht. Unverkrampfter und offener sei sie geworden im Umgang mit Beeinträchtigten, selbstsicherer damit auch selbst. Jan Stebner findet, dass noch viel mehr Menschen ins Ehrenamt einsteigen sollten: „Anderen dabei zu helfen, dass sie am ganz normalen Leben teilhaben können, ist nicht nur wichtig. Es bringt Spaß – und das für alle.“ Spricht’s, tippt sich an die Schiebermütze – und kehrt zurück auf die Tanzfläche. \\\

# Das ist mein Job

Foto & Text: Tina Braun

„Am liebsten spiele ich mit Grit Fußball“, ruft Indira und schnappt sich demonstrativ den Sportbeutel mit dem blau-grünen Ball, den ihre Mutter ihr eingepackt hat. Die 13-Jährige, die von Geburt an eine geistige Beeinträchtigung hat, strahlt über das ganze Gesicht, als Grit Hernandez an der Haustür klingelt. Erwartungsfroh sprintet das Mädchen die Treppe hinab und hakt sich bei der 56-Jährigen vertraut unter.

Mindestens einmal die Woche, in den Ferien auch öfter, wird die 13-Jährige von Grit Hernandez von der Jakob-Muth-Schule oder zu Hause in Nürnberg-Steinbühl abgeholt. Dann spazieren sie gemeinsam in den nahegelegenen Westpark, trinken Kakao und Cappuccino im Café, backen Plätzchen, besuchen den Tiergarten oder die Bücherei und unternehmen Ausflüge zum Beispiel in die Hersbrucker Schweiz. Heute geht es erst mal zum Fußballspielen in den Park. Indira lacht lauthals, als sie Grit den Ball abluchst und ihn geschickt zwischen den beiden Torpfosten versenkt.

Hernandez, die hauptberuflich als Heilerziehungspflegerin arbeitet, engagiert sich seit 2015 ehrenamtlich für den Familienentlastenden Dienst (FeD) der Lebenshilfe Nürnberg. „Am Anfang dachte ich, dass ich mir so eine Kleinigkeit hinzuverdienen kann“, erzählt die 56-Jährige, die früher selbst bei der Lebenshilfe beschäftigt war. Denn für die ehrenamtliche Tätigkeit gibt es eine kleine Aufwandsentschädigung. Bald aber stellte sie fest, dass ihr dieses Ehrenamt vor allem sehr viel Freude bereitet. Dass sie sich hier mit einer einzelnen Person so intensiv beschäftigen kann, sei für sie ein schöner Ausgleich zu ihrem sonst so durchgetakteten Arbeitsalltag. „Man kann sich voll auf einen Menschen konzentrieren, sich richtig kennenlernen“, sagt sie. Und schließlich gehe es hier nicht vornehmlich um Pflege und Pädagogik, sondern um eine interessante Freizeitgestaltung.

Und die mache ihr mit Indira besonders viel Spaß, sagt Hernandez: „Bei uns stimmt einfach die Chemie“, sagt sie und legt den Arm um Indira. Das Mädchen lächelt. „Es ist schön mit Grit“, bestätigt sie. Nicht nur zu dem Mädchen, auch zu Mutter Anja, Vater Rachad und Indiras Zwillingbruder Nathan habe sie ein gutes, vertrauensvolles Verhältnis, berichtet Hernandez. Nach einigen Stationen bei anderen Familien habe der FeD sie vor gut eineinhalb Jahren zu Familie Mola geschickt. „Das war ein echter Glückstreffer für mich“, erinnert sie sich.



Anja Mola kann das nur bekräftigen: „Wir sind sehr, sehr glücklich mit Grit“. Auch die Familie hat über den FeD bereits mit verschiedenen Personen zusammengearbeitet, aber mit niemandem habe es so gut gepasst. „Grit ist schon so eine Art Familienmitglied“, erzählt die 45-Jährige. Sie telefonierten regelmäßig, tauschten sich aus und stimmten ihre Zeitpläne miteinander ab. Gerade gegen Ende des Jahres, wenn das Zeitbudget, das Hernandez für die Besuche zur Verfügung steht, knapp wird, sei eine gute Planung wichtig. „Diese Unterstützung bedeutet uns sehr viel“, sagt Mola. „So haben wir auch mal Zeit für uns und für Nathan. Das brauchen und genießen wir alle.“

Und Indira genießt es sichtlich, aus dem Haus zu kommen und unabhängig zu sein. Nach dem Fußballspielen setzen sie sich die beiden nebeneinander auf die Schaukel und schauen, wer es höher schafft. „Hier sitzen wir oft, bevor ich Indira nach Hause bringe und reden noch ein bisschen über unseren Tag“, erklärt Hernandez.

„Indira ist ein sehr herzlicher und offener Mensch, der auf jeden freundlich zugeht. Sie kommt schnell mit anderen ins Gespräch, ist aufmerksam und hilfsbereit und hat einen hohen Gerechtigkeitsinn“, schwärmt Hernandez. Indiras ehrliche und lebensfrohe Art sei richtig ansteckend. „Und wir reden beide sehr gerne und viel, auch das passt gut zusammen“, sagt sie und lacht. Indira nickt zustimmend und grinst. Dann springt sie mit einem Satz von der Schaukel und geht forschen Schrittes voran. „Komm mit“, richtet sie sich mit einer aufmunternden Geste an die 56-Jährige. Schließlich will sie ihr heute noch das „Stadtteilhaus leo“ zeigen, wo sie gerne ihre Freizeit verbringt. Langweilig wird es den beiden ganz sicher nicht. \\\

# Mut machen fürs Ehrenamt

von Eva-Maria Weiß



„Sag mal, Fabio, warum verbringst Du Deinen freien Tag mit einem Rolli-Fahrer im Tiergarten?“ Fabio schweigt erstmal. Dann sagt er zu Timo: „Weißt Du, das ist eine lange Geschichte. Es begann damals mit meinem Autounfall.“

Die beiden Männer beobachten Delfine. Fabio, ein Autoverkäufer, engagiert sich seit Jahren ehrenamtlich in der Offenen Behindertenarbeit (OBA). Er organisiert Ausflüge. Und Timo ist gerne mit ihm unterwegs. Sein Rollstuhl hat einen Elektroantrieb. Fabio könnte ihn kaum schieben, denn sein linker Arm ist seit dem Unfall kraftlos.

Damals hatte Fabio viel Hilfe von anderen Menschen erfahren. Jetzt will er diese positive Erfahrung weitergeben. Timo ist neugierig. Er will genau wissen, was Fabio in seinem Engagement antreibt. Wieder schweigt Fabio erst. Und dann sagt er: „Es ist ja auch für mich gut, wenn wir im Tiergarten unterwegs sind und reden.“

Fabios Geschichte macht Timo Mut. Auch er hat sich schon überlegt, sich für andere zu engagieren. Er könnte im Werkstatt-Rat mitarbeiten und sich für seine Kolleg\*innen einsetzen. Bei der Lebenshilfe gibt es seit vielen Jahren einen Vorstandsbeirat, in dem auch Menschen mit Beeinträchtigung mitsprechen. Auch in der Redaktion des Lebenshilfe-Magazins sind Menschen mit Beeinträchtigung gern gesehen.

Aber ist das so einfach, in den Gremien mitzumachen? Was ist, wenn die Profis schnell reden und mit ihrem Fach-Chinesisch anfangen? Was ist, wenn sie keine Geduld zum Zuhören haben? Manches Problem ist nicht mit zwei Sätzen zu erklären. Etwa, wenn es Probleme in der Wohngruppe oder am Arbeitsplatz gibt.

Timo fragt Fabio, wie seine Anfänge als Ehrenamtlicher waren. Ja, sagt Fabio, auch er habe sich anfangs fast nicht getraut, seine Hilfe anzubieten. Da hatte er aber eine Vertrauensperson, mit der er immer reden konnte.

Und Engagement funktioniert nur „auf Augenhöhe“. Wenn Fabio sich mit seiner Behinderung akzeptiert fühlt, mag er sich engagieren, das gilt privat, im Ehrenamt und an seinem Arbeitsplatz in einem Autohaus. „Wenn das Vertrauen fehlt, gibt es kein Ehrenamt.“

Als Timo abends in seine Wohngruppe kommt, steht sein Beschluss fest: Fabio hat ihm Mut fürs Ehrenamt gemacht. Auch Timo will sich jetzt engagieren. Aber Fabio hat ihm auch gesagt, woran Ehrenamt scheitern kann. Fahrtkosten, Sachmittel – das kostet Geld: „Da müssen wir uns alle noch viel mehr einsetzen, dass es auch da Unterstützung gibt. Guter Wille allein reicht für mehr Miteinander nicht.“ \\\





Victor Strogies, Rechtsanwalt

## Ehrenamt und Recht: Auch Menschen mit Beeinträchtigungen können helfen

Alle fünf Jahre beschreibt der von der Bundesregierung geförderte Freiwilligensurvey das ehrenamtliche Engagement in Zahlen. Menschen mit Beeinträchtigungen tauchen dort zwar als Zielgruppe auf, immerhin 15 Prozent der Freiwilligen in Deutschland engagieren sich für sie, aber wie viele von ihnen sind selbst ehrenamtlich tätig? Zwar unterscheidet der Survey nach Alter, Migrationshintergrund oder Schulbildung, aber Menschen mit Beeinträchtigungen kommen dort nicht als Aktive vor.

Dabei gibt es sogar so etwas wie ein Recht auf ehrenamtliche Tätigkeit: Es leitet sich aus der allgemeinen Handlungsfreiheit ab. In Artikel 2 des Grundgesetzes heißt es: „Jeder hat das Recht auf die freie Entfaltung seiner Persönlichkeit, soweit er nicht die Rechte anderer verletzt und nicht gegen die verfassungsmäßige Ordnung oder das Sittengesetz verstößt.“ Und auch die Koalitionsfreiheit, also das Recht, sich etwa zu Gewerkschaften zusammenzuschließen, ist ein Grundrecht.

Soziale Teilhabe bedeutet, dass Menschen mit Beeinträchtigung nicht bloß versorgt werden, sondern auch am sozialen Leben teilnehmen können. Und dazu kann auch eine ehrenamtliche Tätigkeit gehören.

Wenn es um die konkrete Ausgestaltung geht, ist die Situation allerdings deutlich komplizierter: Wer etwa eine Assistenz benötigt, wird bei ehrenamtlichen Tätigkeiten vom Sozialgesetzbuch erst einmal auf Familie, Freunde und Bekannte verwiesen. Erst wenn die „nicht zumutbar unentgeltlich“ helfen können, sollen Aufwendungen erstattet werden (§78 Abs. 5 SGB IX). Das kann in der Praxis darauf hinauslaufen, dass zum Beispiel die Fahrt zur Vorstandssitzung eines Vereins bezahlt wird, die Betreuung vor Ort aber andere Vereinsmitglieder übernehmen sollen. Eine wichtige Rolle spielt dabei allerdings der Grad der Beeinträchtigung: Von den Vorstandskolleg\*innen wird man nicht erwarten können, dass sie beim Toilettengang helfen. Und wer ohnehin rund um die Uhr auf eine Assistenz angewiesen ist, für den stellt sich die Frage nach einer separaten Unterstützung nicht.

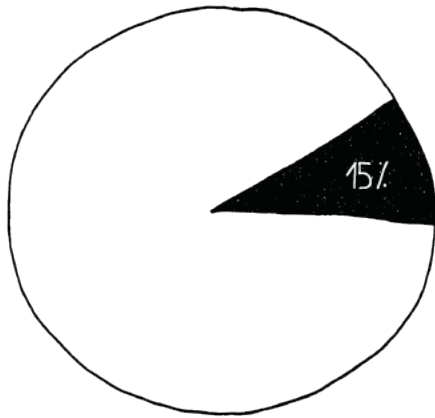
Manchmal gibt es auch Diskussionen um die Fahrtkosten: Dann scheidet es an 20 Euro für ein Zugticket, weil sich die Leistungsträger streiten, wer dafür zuständig ist. Das kann gerade bei ehrenamtlichen Tätigkeiten der Fall sein. Es kommt auch darauf an, an wen man gerät; der Bezirk Mittelfranken ist im Vergleich mit anderen Bezirken relativ großzügig.

Wer in Vermögensfragen nicht geschäftsfähig ist, der braucht für eine Vereinsmitgliedschaft die Zustimmung seines gesetzlichen Betreuers oder seiner Betreuerin. In der Praxis häufig sind Fälle, in denen eine Betreuung neu angeordnet wird und dann solche Mitgliedschaften gekündigt werden – denn sie sind in der Regel mit Beiträgen verbunden und Betreuer\*innen haben die Pflicht, das Vermögen zu schützen und deshalb Kosten zu reduzieren.

Wobei es durchaus einen Ermessensspielraum gibt. Man kann nämlich auch argumentieren: Wer sich in der Vergangenheit für eine Vereinsmitgliedschaft entschieden hat, der hat sich auch bewusst dafür entschieden, solche Kosten auf sich zu nehmen.

Vorbeugen kann man hier mit Vorsorgevollmachten oder -erklärungen, in denen man festhält, dass man eine bestimmte Mitgliedschaft beibehalten möchte. Betreuer\*innen sind gegenüber dem Betreuungsgericht rechen-schaftspflichtig. Wenn ich mit Entscheidungen nicht einverstanden bin, kann ich deshalb dem Gericht mitteilen, dass ich einen neuen Betreuer oder eine neue Betreuerin möchte. Das wäre aber die Radikallösung. Oft hilft auch schon ein klärendes Gespräch.





15 Prozent der Freiwilligen in Deutschland engagieren sich für Menschen mit Beeinträchtigungen.

Wer geschäftsunfähig ist, für den kann der oder die Betreuer\*in bei der Mitgliedsversammlung eines Vereins abstimmen, das sagt die Rechtsprechung. Unproblematisch ist das Ausüben des Rederechts: Auch Geschäftsunfähige können sich bei solchen Versammlungen einbringen und Vorschläge machen. Was allerdings gar nicht geht, ist in diesem Fall die Vertretung eines Vereins nach außen, ausgeschlossen ist auch ein Vorstandsamt.

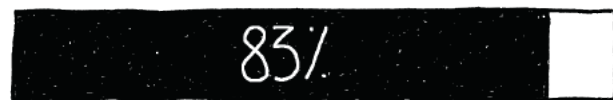
Übrigens gibt es durchaus Zahlen zur ehrenamtlichen Tätigkeit von Menschen mit Behinderung, auch wenn sie im Freiwilligensurvey nicht als Aktive vorkommen: So antworteten vor einigen Jahren bei einer Umfrage unter den Mitgliedsorganisationen des Lebenshilfe-Landesverbands Bayern mehr als 83 Prozent der Teilnehmer mit einem „Ja“ auf die Frage, ob aus ihren Einrichtungen Menschen mit Beeinträchtigungen ehrenamtlich tätig sind.

Meist sind Menschen mit Beeinträchtigung innerhalb der Lebenshilfe ehrenamtlich engagiert, außerhalb sind es laut der Umfrage aber immerhin auch 40 Prozent. Häufige Tätigkeiten innerhalb der Lebenshilfe sind die Bewohnervertretung oder das Engagement im Rahmen der Offenen Behindertenarbeit. Ehrenamtlich kann man aber auch im Vorstandsbeirat oder sogar Vorstand tätig sein, nämlich als Selbstvertreter\*in. \\\



- Viele Menschen helfen anderen Menschen in ihrer Freizeit.
- Sie haben ein Ehrenamt.
- Auch Menschen mit Beeinträchtigungen können ein Ehrenamt haben.
- Manche Menschen brauchen Hilfe bei ihrem Ehrenamt.
- Sie sollen zuerst bei ihrer Familie oder bei ihren Freunden nach Hilfe fragen.
- Sie können Hilfe beantragen, wenn Familie und Freunde **nicht** helfen können.
- Ein Ehrenamt haben Menschen oft in einem Verein.
- Zum Beispiel bei der Lebenshilfe.
- Menschen mit Beeinträchtigungen können in einem Verein sein.
- Aber: Manche Menschen dürfen **nicht** alleine entscheiden, ob sie in einem Verein mitmachen dürfen.
- Sie entscheiden gemeinsam mit ihrem rechtlichen Betreuer oder ihrer rechtlichen Betreuerin.

INNERHALB



AUßERHALB



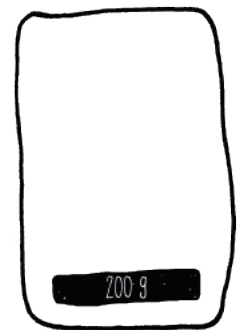
Meist sind Menschen mit Beeinträchtigung innerhalb der Lebenshilfe ehrenamtlich engagiert, außerhalb sind es laut der Umfrage aber immerhin auch 40 Prozent.

# Backen mit Bildern

## Butter-Kekse



→ Hier siehst Du, was Du alles für das Rezept brauchst. Auf der nächsten Seite findest Du eine Schritt-für-Schritt-Anleitung, um das Rezept zu backen.



### Zutaten für den Teig:

- 250 Gramm Mehl
- 200 Gramm Butter
- 150 Gramm Puder-Zucker
- 1 Päckchen Vanille-Zucker
- 1 Ei

### Arbeits-Material:

- Eine Küchen-Waage
- Eine Schüssel
- Ein Mixer mit Knet-Haken
- Frischhalte-Folie
- Back-Papier
- Ein Blech
- Ein Messer mit glatter Schnitt-Fläche

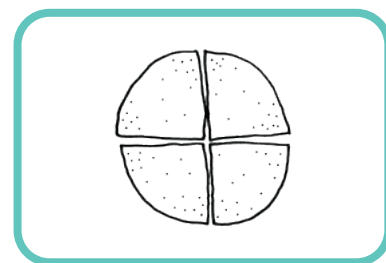
1



Wiege die Zutaten ab und gebe alle **Zutaten in die Schüssel.**

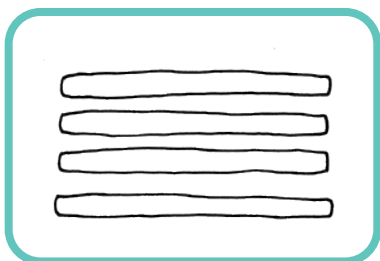


**Knete die Zutaten mit dem Mixer** mit Knet-Haken bis der Teig glatt aussieht. Wenn der Teig nicht glatt wird, knete ihn mit der Hand, bis er glatt aussieht. Du kannst etwas Mehl auf eine Arbeits-Fläche streuen und den Teig auf der Arbeits-Fläche mit den Händen kneten.

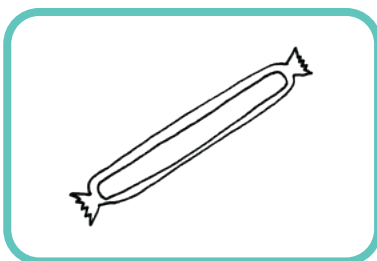


Du teilst den Teig in **4 Teig-Stücke.** Alle 4 Teig-Stücke sind **gleich groß.**

2



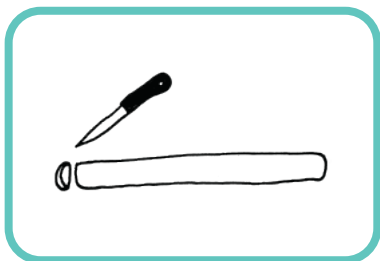
Du rollst die **4 Teig-Stücke** auf der Arbeits-Platte. Jetzt hast du **4 Teig-Rollen.** Rolle die Teig-Rollen, bis sie etwa **4 Zentimeter** dick sind.



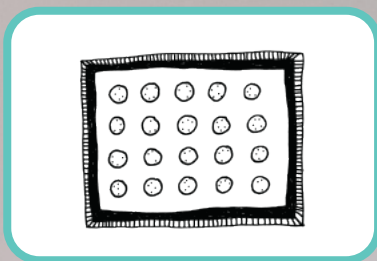
Du wickelst jede **Teig-Rolle in Frischhalte-Folie.**

Du legst die **Teig-Rollen in den Kühlschrank.** Dort lässt du sie **eine Stunde** lang.

3



Du holst die **Teig-Rollen aus dem Kühlschrank,** machst die **Folie ab,** und **schneidest sie in Scheiben.** Schneide die Scheiben etwa einen halben Zentimeter dick.



Du legst **Back-Papier auf das Back-Blech.** Du legst die **Scheiben auf das Back-Papier.**

Du heizt den **Ofen** vor auf **180 Grad.**

4

Du schiebst das Blech mit den Scheiben in den Ofen und backst die Kekse **10 Minuten** lang.

Du holst die Kekse aus dem Ofen und lässt sie abkühlen.

GUTEN APPETIT



# Wir wollen mit Euch gemeinsam Inklusion weiter voranbringen!

EIN NEUES PROJEKT

**„Selbstbestimmung für mich persönlich bedeutet, dass man selbst entscheiden kann, wie man lebt und welche Dinge man selber organisieren kann oder will.“**

Könnt Ihr Euch noch an den Satz von Stanley Schulten aus dem Lebenshilfe Magazin im Juni 2022 erinnern? In dieser Ausgabe ging es um Selbstbestimmung. Es gab verschiedene Artikel zu dem Thema. Menschen aus der Lebenshilfe haben berichtet, was für sie Selbstbestimmung bedeutet. Und wie sie ihr Leben selbstbestimmt gestalten. Jeder Mensch hat ein Recht auf Selbstbestimmung. Und soll so leben können, wie er oder sie möchte! Selbstbestimmung ist ein sehr wichtiges Thema. Und ein Teil von Inklusion. Inklusion ist ein schweres Wort. Es bedeutet:  
Alle Menschen haben die gleichen Rechte.

Jeder Mensch ist wichtig und gehört dazu. Menschen werden nicht ausgegrenzt, weil sie verschieden sind.

## Wir machen uns stark für Inklusion!

Die Lebenshilfe setzt sich schon lange für Inklusion ein. Wir haben viel Erfahrung mit Inklusion.

Aber wir können noch mehr dafür tun, damit:

- Menschen mit Beeinträchtigung ihr Recht auf Selbstbestimmung wahrnehmen können.
- Teilhabe-Barrieren abgebaut werden.
- Menschen mit Beeinträchtigung mehr bei Angeboten der Lebenshilfe mitbestimmen können.

Wir wollen uns weiter für Inklusion einsetzen.

Und erfahren, was Euch beim Thema Inklusion wichtig ist. Dafür gibt es in der Lebenshilfe ein neues Projekt.

In dem Projekt wollen wir überprüfen, was wir schon für Inklusion tun.

Und gemeinsam überlegen, was wir noch besser machen können.

## Du, ich, wir – alle sind ein Teil der Lebenshilfe!

Damit wir Inklusion weiter voranbringen können, brauchen wir Euch!

Menschen mit Beeinträchtigung, Mitarbeiter\*innen, Angehörige.

Wir alle tragen einen wichtigen Teil bei.

Wir wollen von Euch erfahren:

Was läuft gut in der Lebenshilfe?

Wo ist es schwer, mitzumachen und mitzureden?

Was können wir gemeinsam verändern?

Wir wollen Eure Stimmen hören!

WO IST ES DIR WICHTIG  
SELBST ÜBER DICH  
ZU BESTIMMEN?



JEDER MENSCH  
IST WICHTIG

DU BIST WICHTIG

# CHEF\*IN DER LEBENSHILFE - WAS ÄNDERST DU?



SELBSTBESTIMMUNG

GLEICHE  
RECHTE FÜR ALLE

## Wir sind die Steuerungs-Gruppe

Um mit Euch über Inklusion zu sprechen, gibt es eine Steuerungs-Gruppe.

Die Steuerungs-Gruppe ist verantwortlich für das Projekt. Wir sind Silvia Seitzinger (Selbst-Vertreterin), Carsten Neumann (Mitarbeiter der LH + Selbst-Vertreter), Hermann Lechner (Vorstands-Mitglied), Fabian Meissner (Vorstands-Vorsitzender), Detlef Rindt-Ermer (Geschäftsführer), Prof. Dr. Peter Groß (Professor an der Hochschule Darmstadt) und Maria Thobaben (Projekt-Leiterin).

Unsere Aufgaben sind zum Beispiel:

- alle Menschen in der Lebenshilfe über unser Projekt zu informieren.
- Treffen zu planen, bei denen Selbst-Vertreter\*innen, Mitarbeiter\*innen und Angehörige gemeinsam über das Thema Inklusion sprechen können.
- Eure Ideen und Wünsche für mehr Barrierefreiheit und Mitbestimmung erfahren.
- einen Aktionsplan zu schreiben.

## Neugierig geworden?

Dieses Jahr wird es verschiedene Aktionen geben.

Zum Beispiel eine Befragung im April.

Oder eine Inklusions-Konferenz.

Wir informieren Euch rechtzeitig darüber, wie Ihr mitmachen könnt.



→ Dieser Artikel wurde in Einfacher Sprache geschrieben.

- Schwere Sprache ist oft eine Barriere, die Menschen an der Teilhabe hindert. Weil nicht alle schwere Sprache verstehen können.
- Uns ist wichtig, dass jeder Mensch in der Lebenshilfe bei dem Projekt mitmachen kann. Und alle verstehen, worum es geht.
- Für weitere Informationen zum Projekt und bei Fragen könnt ihr Euch an Maria Thobaben wenden. Tel: 01590 4451387 E-Mail: ThobabenM@lhnbg.de

DU DARFST SO SEIN  
WIE DU BIST

# Was? Wann? Wo?

## Die große Freiheit! Coming of Age mit Behinderung.

**Was:** Lese-Veranstaltung mit Charlotte Zach  
**Wann:** Dienstag, 28. Februar 2023, von 17 bis 19 Uhr  
**Wo:** WerkStadt der Lebenshilfe Nürnberg,  
Fahrradstraße 54, 5. Stock, Sky54

„Coming of Age“ ist Englisch. Das bedeutet Erwachsen-Werden. Charlotte Zach erzählt von ihren Erfahrungen in dieser Zeit. Man erlebt in dieser Zeit schöne Dinge. Es gibt manchmal auch Probleme. Charlotte Zach hat eine Behinderung. Sie erzählt von den Besonderheiten beim Erwachsen-Werden mit Beeinträchtigung:

- die erste Liebe
- Freundschaften
- Fragen über die Zukunft.

Sie hat darüber einen Text geschrieben und erzählt davon. Wir sprechen gemeinsam über den Text. Wir können Erfahrungen austauschen und Fragen stellen.

Die Veranstaltung wird im Internet gezeigt. Wir können uns treffen. Und Charlotte Zach gemeinsam zuhören. Du kannst die Veranstaltung auch zu Hause anschauen.

Anmeldung: bis 24. Februar 2023, per Telefon oder E-Mail  
Telefon: 0911 587937-61  
E-Mail: oba@lhnbg.de



## Psychische Gesundheit für Alle!

**Was:** Vortrag von Prof. i. R. Dr. med. Klaus Hennicke, Facharzt für Kinder-, Jugendpsychiatrie und -psychotherapie, Dipl.-Soziologe, Familientherapeut, Supervisor und Schulberater.  
**Wann:** Dienstag, 21. März 2023, von 18 bis 20 Uhr  
**Wo:** WerkStadt der Lebenshilfe Nürnberg,  
Fahrradstraße 54, 5. Stock, Sky54

Menschen mit Beeinträchtigung können psychisch krank werden.

Sie haben ein viel höheres Risiko krank zu werden. Häufig wird auffälliges Verhalten durch die Beeinträchtigung der Person erklärt.

Vielen Mediziner\*innen und Therapeut\*innen fehlt die Erfahrung mit Menschen mit Beeinträchtigung.

Deshalb bekommen viele nicht die richtige Hilfe.

Klaus Hennicke hat viel Erfahrung und Wissen zu diesem Thema. An diesem Abend möchte er das Wissen mit uns teilen. Er sagt: Psychotherapie für Menschen mit Beeinträchtigungen ist wichtig!

Anmeldung: bis 17. Februar 2023, per Telefon oder E-Mail  
Telefon: 0911 587937-61  
E-Mail: oba@lhnbg.de

## „Special Olympics World Games“

**Was:** das größte kommunale Inklusionsprojekt der Geschichte Deutschlands  
**Wann:** Juni 2023  
**Wo:** Berlin & Nürnberg als Host Town

Im Juni 2023 finden in Berlin – und damit erstmals in Deutschland – die „Special Olympics World Games“ statt. Das ist die weltweit größte Sportveranstaltung für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. Mehr als 7000 Athlet\*innen aus aller Welt kommen dazu nach Deutschland und machen bei 26 Sportarten mit. Zum Beispiel beim Fußball oder Schwimmen.

Vor Beginn der Wettbewerbe startet das sogenannte Host-Town-Programm. 216 Host Towns (Gast-Städte) wurden dafür ausgewählt. Vom 12. bis 15. Juni 2023 ist auch Nürnberg vier Tage lang Gastgeber für die Sportler\*innen aus Österreich.

Die Lebenshilfe ist mit dabei beim größten kommunalen Inklusionsprojekt in der Geschichte Deutschlands. Wer mehr über die Aktivitäten erfahren möchte, findet Informationen im Programm der Offenen Hilfen oder beim Freizeitnetzwerk Sport.

# Künftig auch hybrid –

## Mitgliederversammlung der Lebenshilfe Nürnberg



Die Mitgliederversammlung des Vorjahres war nach der Corona-Zwangspause geprägt durch die Wahl eines neuen Vorstands. 2022 stand die Versammlung unter weniger spektakulären Vorzeichen – zumindest auf den ersten Blick.

Mit einer Satzungsänderung wurden aber auch dieses Mal Weichen in die Zukunft neu gestellt. Wer bislang bei der Mitgliederversammlung das Vereinsleben mitgestalten und sein Stimmrecht ausüben wollte, musste dafür zwingend am Ort der Versammlung anwesend sein. Zukünftig ist es auch möglich, per Video an der Versammlung teilzunehmen – und zwar nicht nur als passive\*r Beobachter\*in sondern auch mit Beteiligung an Wahlen und Abstimmungen.

Diese Veränderung ist natürlich geprägt von den Erfahrungen der Pandemie, während der Versammlungsverbote eine Mitgliederversammlung vor Ort verhindert haben. Auch ohne ein solches Verbot wird es zukünftig allen Mitgliedern möglich sein, aktiv an der Versammlung teilzunehmen, auch wenn es ihnen gerade nicht möglich ist, an den Ort der Versammlung zu kommen. Auch das ist ein Aspekt des Themas „Teilhabe“.

Wichtig war den Mitgliedern dabei, dass eine ausschließlich virtuelle Mitgliederversammlung wirklich nur dann stattfindet, wenn wieder einmal rechtliche Rahmenbedingungen ein persönliches Treffen verhindern.

Gar nicht formal war dann der Auftakt zum „Aktionsplan Inklusion“, der mit der Premiere des Videoclips „Ich habe eine Stimme“ gestaltet wurde – siehe hierzu den eigenen Beitrag in diesem Magazin auf Seite 20/21. \\\

## Ade André ...

... hieß es, als die Lebenshilfe am 30. September 2022 ihren langjährigen Geschäftsführer André Deraéd in den Ruhestand verabschiedete. Zahlreiche Gäste aus der Lebenshilfe und der Stadtöffentlichkeit waren in die Jugendkirche LUX gekommen, um André Deraéd für sein jahrzehntelanges Engagement für Inklusion und Teilhabe zu danken und ihn beim Schritt in den Ruhestand zu begleiten.

Sein Resümee stellte Deraéd unter ein Motto des Schriftstellers Antoine de Saint-Exupéry: „Die schönste Freude erlebt man immer da, wo man sie am wenigsten erwartet“. In diesem Sinne wünschen wir André Deraéd, dass er noch viel unerwartete Freude erleben darf. Vielleicht auch bei der Lebenshilfe, die er dankenswerterweise bei dem großen Vorhaben der Sanierung von Jakob-Muth-Schule und -Tagesstätte noch weiter unterstützt. \\\



# Rückblick

## Lichter-Zauber am Wöhrder See

Am ersten Advents-Samstag hat die OBA (Offene Behindertenarbeit) zum Lichter-Fest am Wöhrder See eingeladen. Mit vielen glitzernden Lichtern haben wir uns auf die Weihnachtszeit eingestimmt.

Am Advents-Basar gab es selbstgemachte Geschenke, Deko und Marmelade aus verschiedenen Einrichtungen der Lebenshilfe. Wir haben uns sehr gefreut, dass sich viele, viele Gäste auf den Weg gemacht haben, um zusammen mit dem Musiker Tim Mohr zu singen, um kleine Geschenke zu basteln und sich die Lichter-Show von Tatjana Bilenko anzuschauen.

Alle, die sich aufwärmen wollten, wurden vom Team des Café StrandGut mit Glühwein, Lebkuchen und anderen Leckereien verwöhnt.\\\\\\



## Graffitiwalk durch Gostenhof mit der Lebenshilfe



Fotos: Andreas Schönberger