ASBH-KOMPASS

Zeitschrift der Arbeitsgemeinschaft Spina Bifida und Hydrocephalus e.V.

AKTIV LEBEN ASBH mit Spina bifida und Hydrocephalus

Lesen Sie in dieser Ausgabe u.a.:

- ASBH-Mitgliedschaft: Unsere Jubilare 2021
- „U7“: Empfohlene Untersuchungen für Kinder mit Spina bifida und Hydrocephalus bis 7 Jahren
- Bericht: ASBH-Mitgliederversammlung
- Reisebericht: ASBH Young Point 2021
- ASBH-Podcast-Reihe ist online!
- Barrierefreie Städte: Bad Zwischenahn, Bremen, Mainz, Schwerin
- Pflichtarbeitsplätze für Menschen mit Behinderung

4|2021 Dezember

Menschen zu finden, die mit uns fühlen und empfinden,
ist wohl das schönste Glück auf Erden.

Carl Spitteler

Um es mit Carl Spittelers Worten zu sagen: Wir sind besonders glücklich, wenn wir von Menschen umgeben sind, die uns verstehen und sich in uns hineinversetzen können.

Die ASBH konnte im Corona-Jahr 2021 mit allen Mitgliedern, Fachleuten, PartnerInnen und SpenderInnen dennoch einiges an Hilfen, Veranstaltungen, Veröffentlichungen und regionalen Aktivitäten bewirken. Wir sagen aus diesem Grund herzlich „Danke“ und wünschen Ihnen / Euch erholsame Festtage, einen erfreulichen Jahreswechsel und für 2022 alles erdenklich Gute.

Egbert Brandt
Vorsitzender

Jürgen Wolters
Geschäftsführer

Inhalt

VON UNS

Mitgliedschaften im ASBH – unsere Jubilare 04
ASBH-Podcast-Reihe geht online! 05
Dank an Mitglieder und Förderer 05
Stark in den Tag – Training für den Krisenmuskel 06
Rechtsberatung für ASBH-Mitglieder 07
Training zum Intermittierenden Katheterismus in Wulsbüttel 09
Mitgliederversammlung in Präsenz 10
Neuer Vorstand der ASBH 11
Neuer Termin: „Fit für den Wechsel“-Workshop 12
Wichtige urologische, nephrologische und entwicklungsneurologische Untersuchungen 13
Neues ASBH-Untersuchungsheft 15
Rückblick: ASBH Young-Point 2021 in Erfurt 16

FÜR ALLE

Die KoRollis haben den Bogen raus 18
Familien-Ratgeber zum Umgang mit Epilepsie 20
Mode für Rollstuhlfahrer 20
Online-Kurse zur Förderung der digitalen Gesundheitskompetenz gestartet 21
Parkerleichterungen besondere Gruppen . 21
Verkehrssicherheit für und mit Menschen mit Behinderung 23
Tabuthema Inkontinenz 24
Kundalini Yoga ist für alle da 25
Politik für Menschen mit Behinderung 26
Barrierefreie Städteführer 27

SOZIALES

Pflichtarbeitsplätze für Menschen mit Behinderung 28
Antidiskriminierungsstelle:
Neue telefonische Beratung und erweitertes Beratungs-Angebot 30
Herausforderung in der Selbsthilfe 30
BMAS: Ratgeber für Menschen mit Behinderung 2021 30

RUBRIKEN

Region 31
Unsere Partner 34
ASBH vor Ort 37
ASBH-Ansprechpartner 43
Impressum 46
ASBH-Termine 2022 48

Editorial

Liebe Freundinnen und Freunde der ASBH,

im Editorial 04/2020 hatten wir unsere Hoffnung zum Ausdruck gebracht, dass die Corona Pandemie für die ASBH nicht nur belastend ist, sondern auch Chancen birgt. Im Rückblick sind wir froh, dass diese Chancen genutzt wurden.

Der Bundesverband und die Selbsthilfegruppen haben digitale Angebote entwickelt, die auf hohe Resonanz gestoßen sind. Insbesondere Online-Vorträge zu Gesundheitsfragen waren gut besucht. Dabei zeigte sich, dass die ASBH durch die Angebote im Internet Mitglieder erreicht hat, die behinderungsbedingt eine Anreise zu einer Präsenzveranstaltung nicht in Betracht gezogen hätten.

Vertrautheit und Nähe lassen sich nur schwer herstellen, wenn man sich gegenseitig nur als Bild auf einem Monitor sieht. Deshalb freuen wir uns sehr darüber, dass in den letzten Monaten einige Treffen in Präsenz stattfinden konnten. Beispielsweise konnte Mitte September bei der Mitgliederversammlung ein neuer Vorstand gewählt werden. Die Sitzung des wissenschaftlichen Beirates hatten wir als hybride Sitzung geplant, leider hat uns bei der Realisierung die Technik im Stich gelassen. Das wichtige Thema des Intermittierenden Katheterismus konnten zehn Familien mit ihren Kindern im November trainieren.

Ein besonderes Anliegen ist es uns zum Jahresabschluss, allen Aktiven, Freunden und Förderern für die geleistete Arbeit und Unterstützung zu danken. Ohne ihr großes ehrenamtliches Engagement könnte die ASBH ihre Aufgaben nicht erfüllen.

Wir wünschen Ihnen/Euch allen von ganzem Herzen ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch in das neue Jahr 2022. Bleiben Sie weiter gesund!

Ihr/Euer

Egbert Brandt
Vorsitzender des
Bundesvorstandes der ASBH

Jürgen Wolters
Geschäftsführer

Mitgliedschaften im ASBH

– unsere Jubilare

Illustration: AdobeStock / picoStudio

Wir gratulieren den diesjährigen Jubilaren zu ihrer langjährigen Mitgliedschaft in der ASBH! Die ASBH konnte ihre Arbeit, seit dem Jahr 1966, nur so erfolgreich leisten, weil wir fortlaufend auf den Rat und den Erfahrungsschatz der Mitglieder zurückgreifen konnten. Unsere langjährige Selbsthilfetätigkeit wäre ohne Sie kaum leistbar gewesen. Die Gründe für Ihren Beitritt zur Arbeitsgemeinschaft werden vielfältig gewesen sein und sich sicher auch über die Jahre gewandelt haben. Danke, dass Sie uns die Treue gehalten haben. Sie sollen wissen, dass ohne Sie, Ihre finanzielle, inhaltliche und ideelle Unterstützung, die Arbeit der Geschäftsstelle nicht in dem Maße möglich gewesen wäre.

Ein herzlicher Dank von Vorstand, Geschäftsführung und ASBH-MitarbeiterInnen!

25 Jahre

Bachmann, Claudia; Baum, Joachim; Benedix, Andreas; Bergner, Rita; Berheide, Claus-Peter; Blaum, Dennis; Bleul, Elke; Büscher, Norbert; Cremer, Thomas; Dagott, Ruth; Di Martino-Fumo, Franco; Dick, Jürgen; Dill, Brigitte; Dörflein, Elke; Eichler, Eva-Maria; Eichner, Wolfgang; Ellinghaus, Ulrike; Engelke, Rüdiger; Ewald, Gerlinde; Fasoulas, Dimitri; Freitag, Hannelore; Furnari, Enzo; Gräf, Doris; Dr. Graf von Schweinitz, Horst; Hahn, Monika; Hahn, Rosemarie; Held, Barbara; Heuser, Kirsten; Hieber, Christine; Hommen-Bach, Sandra; Huttner, Claudia; Jäger, Paul; Jocham, Christine; Jung, Horst; Kern, Michael; Kipp-Rehrmann, Werner; Klose, Barbara; Koch, Jürgen; Köhler, Dieter; Kopec, Josef; Korth, Astrid; Kötter, Ruth; Kovac, Djerdj; Krohn, Dörthe; Langston, Michelle Bianca; Luczak, Peter; Lüdecke, Helmut; Maier, Markus; Dr. Marquard, Klaus; Mathes, Christian; Merz, Hellmut; Muhl, Monika; Mühlhoff, Ilona; Nagengast, Beate; Niedobitek, Matthias; Özel, Isil; Petermann, Werner; Pistor, Ute; Potuschnik, Natascha; Pourreza, Maryam; Reinhold, Julian; Rohleder, Siegfried; Schieleit, Hans-Peter; Schmidt, Erika; Schumacher, Wolfgang; Schwertfelner, Sandra; Seidler, Michael; Stenzel, Alexander; Stephan, Silvia; Stoppel, Harald; Trobisch, Ina; Von Gfug, Arwed; Freifrau von und zu Aufsess, Cornelia; Weinel, Nicole; Wiegand-Kunz, Marion; Wiegandt, Christian; Winbeck, Walter; Wolf, Jürgen

30 Jahre

Ahrend, Manuela; Ammon, Susann; Aßmann, Marco; Baier, Birgit; Bayer, Jutta; Becker, Andrea; Bellmann, Herbert; Bieberbach, Sabine; Blessing, Michael; Bobzin, Dorothea; Brachmann, Simone; Brunner, Rudolf; Buchholz, Barbara; Christoffer, Hannelore; Damm, Elfi; Dudacy, Matthias; Eberth, Beate; Dr. Eichhorn, Karl; Eigentahler, Johannes; Erler, Rudolf; Fey, Petra; Frey, Günter; Gabele, Eveline; Geiges, Ursula; Gerwert, Brigitte; Göbke, Bärbel; Dr. Götze, Stefan; Götzfried, Susanne; Grave, Elisabeth; Gronmayer, Jörg; Guterl, Christa; Haas, Anke; Hahn, Gabriele; Handzik, Dorothy; Harder, Jürgen; Hartmann, Birgid; Haselbeck, Jörg; Heinemann, Anne; Heins, Susanne; Helbig, Susanne; Herting, Hans-Joachim; Herzog, Uwe; Heumann, Gabriele; Hinterlang, Michael; Hormann, Monika; Houska, Heidi; Jakob, Thomas; Jedtke, Heike; Jost, Sigrid; Jungermann, Christina; Jung-Winter, Franziska; Kaiser, Gerhard; Kläs, Winfried; Klesse, Stefan; Kluge, Carola; Koch, Lothar; Kochen, Marcus; Kozlowski; Krupski, Bert; Kuhlmann, Sabine; Lambert, Jürgen; Landes, Traudl; Lehmann, Walter; Dr. Litzenberg, Ralf; Magis, Beate; Mayer, Maria; Menger, Ludwig; Metzler, Jochen, Meyer, Birgit; Michalski, Reiner; Möhlenbeck, Lara; Müller, Rolf; Nagler, Angela; Neise, Helga; Neubert, Alfred; Nikolaus, Karin; Nover, Christoph; Oberländer, Heidi; Oswald, Heike; Peter, Bettina; Piele, Detlef; Dr. Plöttner, Hannelore; Probst, Christian; Dr. Rappholz, Brigitte; Reimann, Moritz; Reinsch, Alexander; Reißberger, Uwe; Ring, Doris; Rützel, Lieselotte; Scheffen, Beate; Schiewe, Gabriele; Schiffbauer, Rald; Schleiter-Eisenach, Brigitte; Schneider-Maier, Elke; Schröder, Klaus; Sieber, Josef; Siedentopf, Klaus; Steffan, Ute; Stein, Jürgen; Stelzer, Albert; Stöcker, Joachim; Turnwald, Wener; Ulrichsen, Susanne, Unterkötter, Rüdiger; Dr. Vorbeck, Angela; Weber, Karl-Heinz; Wichmann, Thilo; Willberg, Nikolaus; Zerndl, Gisela; Zeyen, Antje; Zinke, Nora

40 Jahre

Albert, Harald; Bech, Torben; Becker, Gerhard; Biesdorf, Klaus; Borchard, Joern; Braun, Karl; Braunweiler, Max; De Vita, Theresia; Erlenkamp, Wolfgang; Hanke, Lothar; Hermann, Jürgen; Hofbauer, Hans-Leo; Immler, Wolfgang; Klaes, Freimut; Konkol, Klaus; Kuttner, Otto; Liebherr, Siegfried; Lorber, Stephanie; Lutzenberger, Siegfried; Marinello, Karin; Proost, Karin; Rector, Harm; Rössler, Katrin; Rudolph, Peter; Sachsenhauser, Evi; Schneider, Gerhard; Seelhoff, Heinrich; Tobelander, Heinrich; Trautz, Ingrid; Weber, Johann; Wichmann, Christel; Winter, Gertrud

Mehr als 50 Jahre

Dr. Losem, Paul; Renckstorf, Klaus-Peter

ASBH-Podcast-Reihe geht online!

Spina bifida, Hydrozephalus? Begriffe, mit denen die meisten Menschen wenig anfangen können. Am ehesten sind vielleicht noch Paare informiert, die sich mit den Themen Kinderwunsch und Schwangerschaft auseinandergesetzt haben. Denn Spina bifida und Hydrozephalus sind angeborene, seltene Fehlbildungen bei Kindern. Manchmal treten diese auch bei Erwachsenen auf, z.B. in Form von Altershirndruck (NPH) oder weil sie bei der Geburt nicht richtig erkannt wurden. Beide Fehlbildungen sind nicht heilbar, es besteht eine lebenslange Beeinträchtigung.

Alle zwei Monate soll es im ASBH-Podcast um das Leben mit Spina bifida und Hydrozephalus gehen. Dazu gehören Gespräche über den Alltag, Diskussionen über Möglichkeiten und Herausforderungen mit diesen seltenen Fehlbildungen umzugehen, so z.B. in der Ausbildung oder im Job. Oder es geht in Gesprächen mit Ärztinnen und Ärzten über medizinische Verfahren und Therapien.

In der ersten Folge gibt Jürgen Wolters im Gespräch mit Moderator Frank Oberpichler einen Überblick zu den beiden angeborenen Fehlbildungen und den Aufgaben des Vereins Arbeitsgemeinschaft Spina Bifida und Hydrocephalus (ASBH) zur Unterstützung der betroffenen Menschen und deren Familien. Was ist die ASBH, welche Ziele verfolgt sie und was kann sie für betroffene Menschen tun? Welche Rolle spielt dabei die Selbsthilfe? Warum hat die ASBH den Podcast gestartet und für wen ist er gedacht?

https://asbh.de/podcast/

Die Entwicklung und Erstellung von Podcastfolgen wird durch die Krankenkasse KKH im Rahmen der Selbsthilfeförderung unterstützt.

KKH Kaufmännische Krankenkasse

Herzlichen Dank

In vier Ausgaben des ASBH-Kompasses konnten wir wieder über viele Aktivitäten der ASBH auf Bundes-, Landes- und Ortsebene berichten.

Finanziell wird unsere Arbeit von vielen Schultern getragen, und die Weihnachtsausgabe nehmen wir zum Anlass, um herzlich Danke zu sagen an alle

- **Mitglieder**
- **Spender**
- **Krankenkassen**
- **Zuschussgeber**
- **Partner aus der Wirtschaft.**

Wir hoffen auf Ihre tatkräftige Unterstützung auch im kommenden Jahr und hoffen, dass wir uns dann wieder verstärkt sehen und sprechen werden.

Stark in den Tag – Training für den Krisenmuskel

Ein Seminar für Eltern und Kinder im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Ein gelungener Alltag mit unserem Kind“, 6. bis 8 Mai 2022 im Wilhelm-Kempf-Haus, Wiesbaden

Nach einer coronabedingten Auszeit laden wir Eltern zusammen mit Kindern bis sechs Jahre wieder ein zu lernen, wie ein „gelungenener Alltag mit dem Kind“ gestaltet werden kann.

Bei der Veranstaltung lernen die Eltern Kiras Resilienzmodell mit den vier Bausteinen „Einbindung, Verantwortung, Optimismus und Akzeptanz“ kennen. Es umfasst Techniken wie Stärkenfindung, innere Zentrierung, Zielorientierung und Perspektivenwechsel. Basis für dieses Training bilden die Werte Authentizität, Empathie und gesunder Pragmatismus.

Hierdurch erfahren die Eltern wirksame, alltagserprobte Methoden zur Stärkung der eigenen Widerstandskraft, der sog. Resilienz.

Seminar-Aufbau:

- Impulsvortrag zum Thema Resilienz und Vorstellung des Resilienzmodells
- Baustein „Einbindung“ in das soziale Netzwerk, Reflexion zu eigenen Stärken und Anstöße zur aktiven Arbeit am Beziehungsgeflecht
- Baustein „Verantwortung“ für sich und Andere übernehmen, Vorstellen von Übungen zur Erreichung der inneren Balance und zur Selbst- und Fremdwirksamkeit
- Baustein „Optimismus“, Einführung in das positive Denken und Erarbeitung von eigenen Zielen anhand bewährter Zielfindungsprozesse
- Baustein „Akzeptanz“, Selbstbeobachtung in Krisensituationen und Umgang mit schwierigen Gefühlen
- Reflexion und Transfer in den Alltag

Geleitet wird das Seminar von Stefanie Sproß. Das von ihr erarbeitete Resilienzmodell basiert auf eigenbiographischen Erfahrungen, auch mit Krankheit und Trauer. Weitere Informationen finden sich auf ihrer Internetseite www.coaching-spross.de.

Termin und Organisation:

Freitag, 6. Mai 2022
Anreise Veranstaltungsort

Samstag, 7. Mai 2022
von 9.30 bis 12.30 Uhr (mit Kaffee-Pause)
und von 15.00 bis 17.00 Uhr

Sonntag, 8. Mai 2022
von 9.30 bis 11.30 Uhr
Abschluss-Runde

Kosten:

Tagungsbeitrag (inkl. Übernachtung und Verpflegung):
Familie 2 Personen: 100,00 Euro
Familie 3 Personen: 125,00 Euro
Familie 4 Personen: 150,00 Euro
Familie 5 Personen: 175,00 Euro

Zielgruppe:

Familien und Alleinerziehende mit einem Kind von 0-6 Jahren und Geschwister

Tagungsort:

Wilhelm-Kempf-Haus
Wilhelm-Kempf-Haus 1
65207 Wiesbaden Naurod
Telefon 06127 - 77 0

Es wird eine Kinderbetreuung angeboten, Geschwisterkinder sind herzlich willkommen.

Das Anmeldeformular ist auf der ASBH-Homepage unter Termine zu finden oder in der ASBH-Geschäftsstelle erhältlich.

Ihr gutes Recht

Rechtsberatung für ASBH-Mitglieder in Zusammenarbeit mit Kooperationsanwälten

Bei Fragen, mit denen sich Mitglieder an die ASBH wenden, stehen rechtlichen Fragestellungen oft im Mittelpunkt. Welche Ansprüche habe ich gegenüber der Krankenkasse? Ist die Ablehnung des Hilfsmittels berechtigt? Ist es aussichtsreich, ins Widerspruchsverfahren zu gehen?

Diese Fragen stellen sich für fast jeden mehr als einmal, und die Antwort erfordert juristische Kompetenz. Anwaltliche Beratung ist in den meisten Fällen zu empfehlen, um Sicherheit zu haben und sein Recht zu kennen. Jeder Mensch und jeder Fall liegt anders, und das Sozialrecht in Deutschland sorgt auch dafür, dass es kein Luxus ist, Rechtsberatung und anwaltliche Vertretung in Anspruch zu nehmen. Es gibt bei finanziellen Härtefällen Beratungshilfescheine und Prozesskostenhilfe, damit jeder zu seinem Recht kommen kann. Um Mitglieder gut zu beraten und ihre berechtigten Interessen zu vertreten, geht die ASBH daher den Weg über Kooperationen mit Fachanwälten. Diese bieten für ASBH-Mitglieder eine kostenlose Erstberatung bis 15 Minuten und stehen für Ihre Fragen zur Verfügung.

Wir stellen die Kooperationsanwälte mit dieser Ausgabe wieder mit einem kurzen Porträt vor, um alle ASBH-Mitglieder zu ermutigen, nicht auf Ihr Recht zu verzichten. Viele Fragen, die Mitglieder haben, erfordern eine juristische Einschätzung und ein Anruf gibt Sicherheit über die Rechtsansprüche. Die hier genannten Kooperationsanwälte haben Erfahrungen bei rechtlichen Fragestellung zu Spina bifida und Hydrocephalus, deshalb rufen Sie gerne an.

Rechtsberatung in Kooperation mit der ASBH bieten an:

Christian Au

Ein paar Worte zu meiner Person
– „Steh auf, wenn du am Boden bist“

Im Jahre 2004 wurde mir von der Anwaltskammer Hamburg die Zulassung zur Rechtsanwaltschaft verliehen. Seitdem bin ich selbstständig anwaltlich tätig. Von Juli 2004 bis März 2009 war ich in einer gesetzlichen Krankenversicherung beschäftigt. Dort betreute ich vorrangig Widerspruchs– und Gerichtsverfahren im Bereich der häuslichen Krankenpflege und der Pflegeversicherung. Im Juni 2011 wurde mir von der Rechtsanwaltskammer beim OLG Celle gestattet, die Bezeichnung „Fachanwalt für Sozialrecht“ zu führen.

Durch meine mehrjährige Spezialisierung und natürlich auch meine eigene Betroffenheit bin ich besonders mit den Belangen von Menschen mit Behinderung vertraut. Ich bin ich zudem als Lehrbeauftragter an der Hochschule für angewandte Wissenschaft und Kunst Holzminden, Fakultät „Soziale Arbeit und Gesundheit“ sowie an der Medical School Berlin in den Studiengängen Soziale Arbeit und Heilpädagogik tätig.

Christian Au LL.M.
Rechtsanwalt und
Fachanwalt für Sozialrecht
Bahnhofstraße 28
21614 Buxtehude
Tel.: (041 61) 866 511 0
Fax: (041 61) 866 511 2

rechtsanwalt@rechtsanwalt-au.de
www.rechtsanwalt-au.de

Anja Bollman

Ein paar Worte zu meiner Person
– „Ein anwaltliches Leben im Sozialrecht“

Dass ich diesen Weg gehen würde, damit hatte ich nicht gerechnet, als ich 1995 mein Jura-Studium in Köln abgeschlossen habe. Ein glücklicher Zufall hat mich in die "soziale" Richtung gelenkt, und ich blicke heute, als Rechtsanwältin in eigener Kanzlei, auf mehr als 15 Jahre erfolgreiche Arbeit im Sozialrecht zurück. In diesen Jahren habe ich viele sehr verschieden gelagerte Fälle betreut, oft Leid gesehen, aber auch erfahren, welche Freude es immer wieder bedeutet, wenn es gelungen ist, die Leistungen, die das deutsche Sozialrecht ja theoretisch vorhält, für meine Mandanten auch tatsächlich erstritten zu haben. Meine langjährigen Berufserfahrungen stelle ich daher im Rahmen der Kooperationsinitiative der ASBH gerne zur Verfügung. Denn, so weiß ich nach all den Jahren, das Leben mit einer Behinderung stellt hohe Anforderungen und will jeden Tag von Neuem bewältigt werden. Das einführende kostenlose Fachgespräch, wie von der ASBH angeboten, kann da ein erster Schritt sein, dies ein wenig zu erleichtern.

Von meiner Kanzlei aus, in der Nähe von Köln, berate und vertrete ich Mandanten in der ganzen Bundesrepublik. Überwiegend geht es um Leistungen auf dem Gebiet des Krankenversicherungs-, Pflegeversicherungs-, und Schwerbehindertenrechts sowie die Erstellung eines Behindertentestamentes durch die Eltern. Zu meinen Mandanten gehören auch Patienten mit Spina bifida und mit Hydrocephalus, die ich rechtlich in allen Fragestellungen begleite. Meine Arbeit verstehe ich als anwaltliche Dienstleistung. Ich informiere Sie umfassend über Ihre rechtliche Situation und erarbeite mit Ihnen Lösungsmöglichkeiten, die Ihrer individuellen ge-

sundheitlichen Lage gerecht werden. Zugegeben, eine außergewöhnliche, oft schon ins medizinische reichende Besonderheit des Sozialrechts. Natürlich stehe ich Ihnen auch mit praktischem Rat und Tat zur Seite.

Ergänzt wird meine Arbeit durch eine umfangreiche Vortragstätigkeit im Behindertenrecht, hier v.a. bei der Landesarbeitsgemeinschaft SELBSTHILFE NRW e.V., der Vereinigung von Menschen mit Behinderung und chronischer Erkrankung und ihren Angehörigen in Nordrhein-Westfalen. Auch hier ist mir, wie im Mandantengespräch, eine umfassende Information der Betroffenen und den sie begleitenden Menschen über die oft schwierige rechtliche Lage sehr wichtig. Denn eine belastbare fachliche Information ist die Grundlage für jeden weiteren erfolgreichen juristischen Schritt.

Anja Bollmann
Rechtsanwältin
Hauptstraße 180
51465 Bergisch Gladbach
Tel.: 02202-293060
Fax: 02202-293066

Kanzlei@Anja-Bollmann.de
www.Anja-Bollmann.de

Jochen Link

Ein paar Worte zu meiner Person
– gelebte Inklusion oder:
Barrierefreiheit entsteht im Kopf

„Inklusion ist dann verwirklicht, wenn neben einem behinderten Schüler ein nicht-behinderter Mitschüler sitzt und darüber niemand erstaunt ist. Inklusion ist auch erreicht, wenn die Öffentlichkeit Oskar Pistorius als Sportler wahrnimmt, der wegen Mordes mit verminderter Tötungsabsicht nach südafrikanischem Recht schuldig gesprochen wurde, sich aber nicht darüber wundert, dass er mit Prothesen bei den Olympischen Spielen 2012 in London mit nicht-behinderten Sportlern um die Plätze auf dem Podium konkurrierte, sondern diesen sportlichen Wettkampf als normal betrachtet.“ So sieht es Jochen Link, dessen Begeisterung für den Rollstuhlsport durch seine Frau Angelika geweckt wurde, die Übungsleiterin der Rolli-Sportgruppe Konstanz ist. Seit rund 18 Jahren sitzt der Anwalt jeden Dienstagabend beim Hochschulsport der Universität Konstanz im Rollstuhl. Rugby, Wheel-Soccer, Badminton, vor allem aber Basketball wird dort von der Konstanzer Rollstuhlsportinitiative KoRolli e.V. angeboten, dessen 2. Vorsitzender Link ist – als Fußgänger. Das ist für manch Außenstehende ungewohnt, aber kein Novum. So ist der ehemalige Basketballnationalspieler Ulf Mehrens als Fußgänger schon seit sehr langer Zeit Vorsitzender des Deutschen Rollstuhl-Sportverbandes, mit dem die ASHB zusammenarbeitet. Dessen ehemaliger Bundesvorsitzender Rechtsanwalt Christian Au steht Rollstuhlfahrern gemeinsam mit Jochen Link im Rechtsberatungsteam des DRS mit rechtlichem Rat zur Seite. „Das alles ist gelebte Inklusion“, so Link, „die Barrieren entstehen im Kopf. Die Gesellschaft errichtet Grenzen, die es behinderten Menschen erschwert, am Arbeitsleben, am Sport oder am gesellschaftlichen Leben ohne Einschränkung teilzunehmen.“ Link ist deshalb dankbar, in seinem Leben immer wieder mit behinderten Menschen zusammengetroffen zu sein, so dass Barrieren in seinem Kopf erst gar nicht entstehen konnten: Ob die querschnittgelähmte Tante, der fußballbegeisterte Nachbar mit Down-Syndrom oder der schwerstbehinderte Bruder seiner Ehefrau, der das Leben der gesamten Familie ebenso prägte wie seine an ALS erkrankte Schwiegermutter. Diese vier Menschen sind zwischenzeitlich verstorben und doch jeden Tag präsent, da sie Jochen Link und seinen Lebensweg nachhaltig prägten. Auch der inklusive Rollstuhlsport mit einer genauso großen Teilnehmerzahl an Fußgängern wie Rollifahrern zeigte ihm von Beginn an das Gemeinsame: Es gibt für alle Sportlerinnen und Sportler weder auf dem Platz noch im Kopf eine Barriere. Für ihn gehörte und gehört es folglich zum Alltag, Menschen mit Behinderung und Nicht-Behinderung zu erleben. Er benutzt ohnehin lieber die Bezeichnung „Handicap“, denn das drückt eher aus, dass jeder Mensch Handicaps hat. Viele Menschen mit Handicap und ihre Familien meistern die Hürden und Schwierigkeiten des Alltags mit viel Kraft und Energie. Dies ist täglich Antrieb für Jochen Link, seine Mandate mit derselben Power zu bearbeiten und zu helfen, wo es möglich ist. Aufgrund seines familiären Hintergrundes und seiner persönlichen Erfahrungen ist das Schwerbehindertenrecht – insbesondere das Arbeitsrecht für Schwerbehinderte – ein Schwerpunkt seiner anwaltlichen Tätigkeit in der Kanzlei Brugger & Schießle in Singen am Hohentwiel und in Villingen-Schwenningen in der Schwarzwald-Baar-Region. Für Jochen Link ist es ein echtes Anliegen und eine große Freude, seine Erfahrung und Kompetenz bei der ASHB einbringen zu dürfen.

Text: Stephanie Lorenz

Rechtsanwalt Jochen Link
Fachanwalt für Arbeitsrecht
(Schwerpunkt: Schwerbehindertenarbeitsrecht),
Mediator
Schwarzwald/Baar:
Niedere Straße 63,
78050 Villingen-Schwenningen
Fon 07721/33166,
Fax 07721/33197

Hegau (Zweigstelle):
Ekkehardstraße 20
78224 Singen
Fon 07731/8228030
Fax 07731/82280333
info@anwaltskanzlei-vs.de
www.anwaltskanzlei-vs.de

Foto: .mattomedia®

Carsten Paulini:

Ein paar Worte zu meiner Person
– warum ich die Kooperation mit der ASBH unterstütze

Menschen mit Hydrocephalus haben eine von außen in der Regel nicht sichtbare Behinderung. Gerade im Arbeitsverhältnis ergeben sich hieraus Besonderheiten, die immer wieder Fragestellungen aufwerfen. Dies beginnt mit dem Bewerbungsverfahren und der Frage, ob die Behinderung ungefragt oder auf Nachfrage zu offenbaren ist und welche Folgen ein Verschweigen oder eine unwahre Antwort haben kann. Es treten Folgefragen auf: Wie wird der Bewerber im Einstellungsverfahren vor einer Diskriminierung wegen seiner Behinderung geschützt und wie setzt sich dieser Schutz im laufenden Arbeitsverhältnis fort? Welche Sonderregelungen gelten für schwerbehinderte Arbeitnehmer z. B. mit Blick auf zusätzlichen Urlaub und bei Überstunden und wie sind die Schwerbehindertenvertretung und der Betriebsrat einzubinden? Kann ein Arbeitgeber innerhalb der Probezeit kündigen, wenn er von der Erkrankung erfährt? Wie wirkt sich der besondere Kündigungsschutz für schwerbehinderte oder diesen gleichgestellte Arbeitnehmer aus und wie ist das Integrationsamt zu beteiligen? Wie ist die Behinderung bei einer Sozialauswahl im Rahmen von betriebsbedingten Kündigungen bei Umstrukturierungen von Unternehmen zu berücksichtigen? Und nicht zuletzt stellt sich die Frage, vor welchen Gerichten innerhalb welcher Fristen die bestehenden Rechte geltend gemacht und durchgesetzt werden können.

Auf das Arbeitsrecht habe ich mich bereits vor über fünfzehn Jahren spezialisiert und bin als Rechtsanwalt bundesweit vor den Arbeitsgerichten aller Instanzen bis hin zum Bundesarbeitsgericht vertretungsberechtigt.

Für eine rechtliche Beratung und außergerichtliche sowie gerichtliche Vertretung stehe ich Ihnen selbstverständlich jederzeit zur Verfügung.

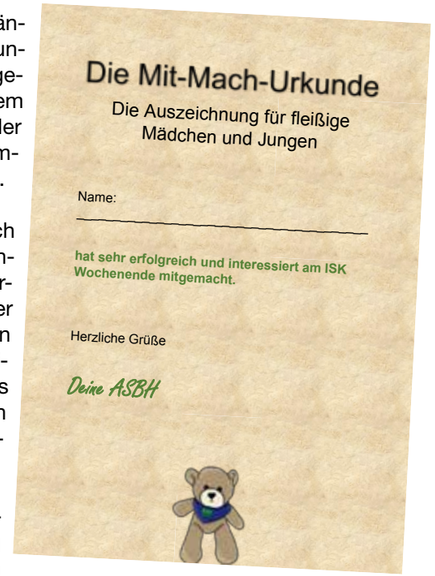
Gerne begleite ich Sie auf diesem im Arbeitsverhältnis schwierigen und oftmals sehr belastenden Weg. Auf die Zusammenarbeit mit dem ASBH freue ich mich und hoffe auf einen regen Austausch.

Carsten Paulini

Carsten Paulini
Fachanwalt für Arbeitsrecht,
Fachanwalt für Familienrecht
Waageplatz 2
37073 Göttingen
Tel.: 0551-485928,
Fax: 0551-45199
carsten@paulini-rechtsanwaelte.de
www.paulini-rechtsanwaelte.de

Training zum Intermittierenden Katheterismus in Wulsbüttel

Zehn Familien fanden sich im November zusammen, um das selbstständige Katheterisieren und das Darmmanagement zu trainieren. Zu der unter 3G Bedingungen stattgefundenen Veranstaltung hatte die ASBH gemeinsam mit Publicare und Teleflex Homecare eingeladen. Nach einem gemeinsamen Abendessen und Kennenlernen ging es in Gesprächen der TrainerInnen mit den Eltern den Stand der Kinder beim Kathetern/Darmmanagement zu erfragen und zu erfahren, welche Probleme bestehen.



In den darauffolgenden beiden Tagen lag der Schwerpunkt darin, sich diesen Problemen zu widmen und gemeinsam mit den Kindern Lösungen zu finden. Ergänzt wurde die praktische Umsetzung durch die Vorstellunn von Hilfsmitteln zum Kathetern und zum Darmmanagement der verschiedenen Hersteller und des Austausches von Erfahrungen zu den verschiedenen Hilfsmitteln. In einem Vortrag zu Entspannungstechniken konnten die Eltern erfahren, was sie selber tun können, um Stress und Druck abzubauen. Das vorher Mitgeteilte konnte anschließend in praktischen Übungen umgesetzt werden. Für die Unterhaltung der Kinder bei der Veranstaltung war gesorgt.

Der Tischkicker war gefühlte 24 Stunden belegt und wer von den Kindern dann noch nicht müde war, konnte an einer Nachtwanderung teilnehmen. Eltern, Kinder und Schulungspersonal kamen zu dem Schluss, dass sich das Wochenende gelohnt hat, neue Freundschaften geschlossen und sehr viel neue Infos mitgenommen wurden. Eine bessere Kommunikation zum Ablauf und zu den Zeiten stand bei einigen Teilnehmenden auf der Wunschliste für das nächste ISK-Wochenende im Herbst 2022.

Mitgliederversammlung in Präsenz

Unter 3G-Regeln fand am 18. September die Mitgliederversammlung der ASBH statt. Dabei wurden in den Vorträgen am Vormittag insbesondere (sozial)rechtliche Themen diskutiert, u.a. standen Informationen und Lösungen zum Behindertentestament durch Rechtsanwalt Lutz Baastrup auf der Tagesordnung. Nach der Vorstellung der neuen Geschäftsführerin Gesa Borek der ASBH Hamburg e.V. stellte Domenique Geiseler ihre Arbeit in der Erweiterten Unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB) bei der ASBH Hamburg vor. Anhand zahlreicher Beispiele wurde deutlich, wie die Teilhabe der Menschen mit Spina bifida und Hydrocephalus verbessert werden kann.

Auf der anschließenden Mitgliederversammlung konnte Egbert Brandt über Aktivitäten in der Bundesgeschäftsstelle, sowie zu laufenden und zukünftigen Projekten berichten. Die Schatzmeisterin Gaby Runte stellte den Jahresabschluss vor, den der Verein mit einem Überschuss abschloss. Bei der durchgeführten Vorstandswahl konnten alle acht Vorstandsposten wiederbesetzt werden. Für die nicht mehr zur Wahl stehenden Vorstandsmitglieder Gaby Runte, Andrea Bernhard und Jörg Hermanowski wurden neu in den Vorstand Marion Irle, Felicitas Engelmann und Franz Ermisch gewählt.

Egbert Brandt dankte den ausgeschiedenen Vorstandsmitgliedern für ihr langjähriges aktives Engagement und begrüßte die neuen Vorstandsmitglieder sehr herzlich und freute sich auf die Zusammenarbeit im Vorstand.

Neuer Vorstand der ASBH

Aktive und ausgeschiedene Vorstandsmitglieder (es fehlt Jörg Hermanowski)

Auf der Mitgliederversammlung am 18. September wurde ein neuer Vorstand gewählt. Es wurden Egbert Brandt als erster Vorsitzender, Barbara Köhne als stellvertretende Vorsitzende und als weitere Mitglieder Bettina Rosenbaum, Martina Ermisch, Jette Koberstein wiedergewählt. Neu in den Vorstand wurden Franz Ermisch als Schatzmeister sowie als weitere Mitglieder Marion Irle und Felicitas Engelmann gewählt. Allen Vorstandsmitgliedern ein herzliches Willkommen und auf gute Zusammenarbeit im Vorstand. Unser Dank gilt den ausgeschiedenen Vorstandsmitgliedern Gaby Runte, Andrea Bernhard und Jörg Hermanowski für ihre langjährige und aktive Arbeit im Vorstand für die Menschen mit Spina bifida und/oder Hydrocephalus.

Neuer Termin:

„Fit für den Wechsel“-Workshop

vom 11. bis 13. Februar 2022, Deutsche Jugendherberge in Braunschweig

Liebes junges Mitglied, liebe Eltern,
Erwachsenwerden ist nicht immer einfach, insbesondere wenn man Spina bifida und/oder Hydrocephalus hat. Wir bieten daher einen Workshop an, der euch auf das Erwachsenenleben mit Behinderung vorbereiten soll. In der Gruppe sprechen wir über:

- eure Zukunftspläne und die Loslösung von den Eltern,
- einen gelungenen Start ins Berufsleben,
- Besonderheiten bei Sex, Familienplanung, Alkohol & Drogen
- den bevorstehenden Wechsel in die Erwachsenenmedizin und die sozialrechtlichen Veränderungen, die sich aus dem Erwachsenwerden ergeben.

Keine Angst! Der Workshop hat nichts mit Schule zu tun. Es soll ein lockeres Treffen mit wichtigen Informationen und Antworten auf deine Fragen, Erfahrungsaustausch mit anderen und selbstverständlich viel Spaß werden.

An dem ersten Workshop Anfang des Jahres haben fast zehn Jugendliche teilgenommen. Da sich mehr Familien für den Workshop interessiert haben als Plätze da waren, bieten wir den Workshop ein weiteres Mal an, nachdem er in 2020 und 2021 aufgrund der Coronapandemie abgesagt werden musste. Der Workshop findet nun vom 11. bis 13. Januar 2022 in der Jugendherberge in Braunschweig statt. Parallel bieten wir für Eltern einen Workshop zum Thema „Wenn die Kinder erwachsen werden“ an. Denn auch sie müssen lernen, dass Ihr nun (fast) erwachsen seid.

Foto: Pixabay

Kosten entstehen für euch durch den Workshop in Höhe von 90,00 Euro pro Familie. Eine Bescheinigung für den Fehltag in der Schule/im Ausbildungsbetrieb kann gerne ausgestellt werden.

Für Rückfragen zum Workshop steht die ASBH-Geschäftsstelle gerne unter 0231 8610500 oder asbh@asbh.de zur Verfügung. Die Anmeldung steht auf der ASBH-Internetseite oder kann bei uns angefordert werden. Wir würden uns freuen, wenn du mitmachst.

Bis bald Deine ASBH

Wichtige urologische, nephrologische und entwicklungsneurologische Untersuchungen

bei Kindern mit HC und Sb unter sieben Jahren

Foto: pixabay

Die medizinischen Gebiete Kinderurologie / -Nephrologie und Neuropädiatrie / Entwicklungs-Neurologie nehmen eine besonders wichtige Rolle im Rahmen der Vorsorgeuntersuchungen bei Kindern mit Sb und HC ein. Dies ist der Grund, warum wir Ihnen hier diese medizinischen Fachbereiche etwas genauer darstellen möchten. (Hinweis: Diese Gebiete werden u.a. auch in dem ASBH-Untersuchungsheft U7 berücksichtigt. Das Untersuchungsheft ist als Ergänzung des üblichen Vorsorgeheftes „Das gelbe Buch“ für Kinder zu verstehen.)

Kinderurologie / -Nephrologie
Die Lebenserwartung und Lebensqualität Ihres Kindes hängt entscheidend auch von einer früh – d. h. bereits im Säuglingsalter – einsetzenden und konsequent lebenslang fortgeführten Überwachung ab. Dies erfordert nicht nur die Mitarbeit der behandelnden Ärzte, sondern auch die der Eltern, weil eine neurogene Blasen- und Darmfunktionsstörung kein festgelegtes Geschehen ist. Sie hat eine eigene Dynamik, die bereits vor der Geburt zu Veränderungen an der Blase, den Nieren und am Darm führen kann. Meist kommt es ohne gezielte Behandlung zu einer Verschlechterung, im schlimmsten Fall zu einem Nierenversagen bzw. massiver Verstopfung. Es gilt, solche eventuell auftretenden Funktionsstörungen frühzeitig zu erkennen und zu behandeln, bevor es zu Veränderungen oder Funktionseinschränkungen kommt.

Die vorgeschlagenen Untersuchungen und dargestellten Untersuchungsabstände (siehe Tabelle) stellen nur ein grobes Raster dar, das je nach persönlichen Risikofaktoren und individueller Beurteilung im Zeitabstand kürzer gefasst werden oder durch spezielle Kontrolluntersuchungen wie z.B. Nierenfunktionsdiagnostik erweitert werden muss. Die erste Anleitung zum Intermittierenden Katheterismus (IK) soll in der Klinik noch vor der Entlassung erfolgen.

Erstuntersuchung
Bei der Erstuntersuchung sollte ein umfassendes Bild der urologischen Situation erhoben werden. Das aus der AWMF Leitlinie zur „Diagnostik und Therapie der neurogenen Blasenfunktionsstörungen bei Kindern und Jugendlichen mit spinaler Dysraphie 043-047“ dargestellte und etwas modifizierte Untersuchungsschema stellt nur einen Vorschlag für die zeitlichen Intervalle dar. Bei unkompliziertem klinischem Verlauf und Inkontinenz ohne Restharnbildung infolge eines unteraktiven Sphinkters kann die Anzahl der Kontrollen individuell modifiziert werden. Dies trifft insbesondere bei Kindern ab dem 6. Lebensjahr bis zum Beginn der Pubertät zu, da es hier selten zu klinisch relevanten Veränderungen des Harntraktes kommt. Bei intrauterin behandelten Säuglingen sollte die Funktionsdiagnostik vor Entlassung aus der Klinik abgeschlossen sein.

Neuropädiatrie / Entwicklungs-Neurologie
Nach erfolgter Primärversorgung sollten poststationär weitere neurologische / neurochirurgische Verlaufskontrollen nach sechs Wochen und anschließend alle drei

	Neugeborene	Alter 6-12 Wochen	Alter 6 Monate	Alter 9 Monate	Alter 12 Monate	Danach alle 6 Monate bis zur Einschulung	Bzw. jährlich bis zur Einschulung	Nach Einschulung jährlich
Urologische Anamnese	X	X	X	X	X	X		X
Urinstatus	X	X	X	X	X	X		X
Sonographie Nieren, Blase, Restharn	X	X	X	(X)	X	X		X
Labor (Kreatinin, ggf. Cystatin C)		X			X		X	X
Urodynamik		X			X		X	X
MCU		X						
Videourodynamik (Cave Strahlenbelastung)		(X)			(X)		(X)	(X)
Blutdruck				X		X		X

Tabelle Untersuchungsschema

Monate während des ersten Lebensjahres erfolgen, sofern nicht klinische Befunde ein engeres Zeitgitter verlangen.

Vor Eintritt in den Kindergarten und vor der Einschulung sollten Entwicklungstests vorgenommen werden. Dazu wird ohnehin ein differenzierter Förder- und Behandlungsplan (FuB) erstellt als Voraussetzung für die Kostenübernahme durch Sozialhilfeträger. In ihm sind die für erforderlich gehaltenen Maßnahmen – Therapie und Förderung – unter Berücksichtigung der psychosozialen Situation beschrieben. Ferner werden dabei die Therapie- und Teilhabeziele in Hinblick auf soziale Integration definiert. Besonders zu berücksichtigen sind dabei die Aspekte von Mobilität und sozialer Kontinenz.

Überprüfung und erforderlichenfalls Änderung des vorliegenden Förder- und Behandlungsplanes in Abhängigkeit der erstellten Befunde.

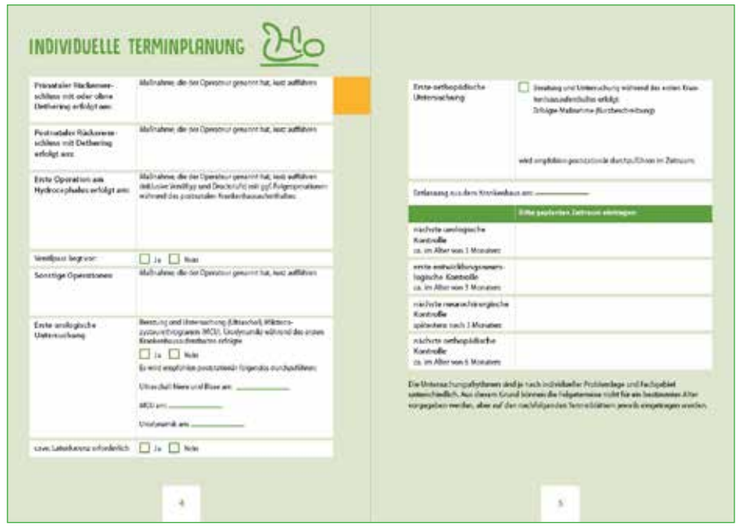
Diese Kontrolluntersuchungen beinhalten:

- Neuropädiatrischer Status mit Beurteilung des motorischen und sensiblen Lähmungsniveaus
- Überprüfung des Sehvermögens
- Wachstumsparameter / Perzentilen
- Aktive Abklärung auf Symptome für eine Tethered Cord Symptomatik / Arnold Chiari (z. B.: Schluckstörungen, Änderungen der Muskelkraft, Sensibilität, Blasen- und Darmfunktion)
- Bewertung der Hautsituation (Trophik, Dekubiti)
- Ggf. Veranlassung weiterer Diagnostik (Evozierte Potentiale, Bildgebung, Lungenfunktion, Endokrinologie)

Überprüfung und erforderlichenfalls Änderung des vorliegenden Förder- und Behandlungsplanes in Abhängigkeit der erstellten Befunde.

Neues ASBH-Untersuchungsheft

– Empfohlene Untersuchungen für Kinder mit Spina bifida und Hydrocephalus bis sieben Jahren



Die Früherkennungsuntersuchungen U1-U9 u. J1 bieten Ihrem Kind die Chance, dass mögliche Gesundheitsstörungen oder Auffälligkeiten in der Entwicklung frühzeitig erkannt und behandelt werden können und Ihr Kind – wenn erforderlich – gezielt unterstützt und gefördert werden kann.

Die üblichen Vorsorgeuntersuchungen sind natürlich auch für Kinder mit Spina bifida und Hydrocephalus von Bedeutung, die Sie in der Regel bei dem Kinder- und Jugendarzt Ihres Vertrauens wahrnehmen sollten. Darüber hinaus sind, wegen der vielfältigen Besonderheiten, regelmäßig Untersuchungen durch spezialisierte Fachärzte aus den Gebieten Neuropädiatrie, Neurochirurgie und/oder Kinderchirurgie, Orthopädie und Urologie erforderlich, um mögliche Komplikationen und Fehlentwicklungen erkennen und rechtzeitig behandeln zu können.

Gerade in den ersten Lebensjahren sind häufigere Untersuchungstermine erforderlich als in späteren Jahren. Da jeder Arzt im Einzelfall eine eigene – oft wohl begründete – Ansicht hat, wird jeder Patient, der mehrere Ärzte aufsuchen muss, mit verschiedenen Meinungen konfrontiert. Um Ihnen als Eltern sowie den betreuenden Kinder- und Jugendärzten eine Orientierungshilfe zu bieten, haben Fachärzte eine gemeinsame Empfehlung der erforderlichen diagnostischen Maßnahmen und Untersuchungsintervalle erarbeitet. Dieses Untersuchungsheft ist als Ergänzung des üblichen Vorsorgeheftes für Kinder zu verstehen. Auffällige Befunde kann der Facharzt notieren. Daher nehmen Sie dieses Heft und die von Ihnen angelegte Akte mit wichtigen medizinischen Befunden bitte zu jeder ärztlichen Untersuchung mit und besprechen Sie Ihre Fragen. Viele Fragen werden auch in den Broschüren der ASBH besprochen, die Sie von der ASBH beziehen können.

Das Heft wurde in Zusammenarbeit mit der ASBH Hamburg und durch Förderung des BKK Dachverbandes erstellt.

BKK Dachverband

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an asbh@asbh.de, oder telefonisch 0231-8610500.

Rückblick:

ASBH Young-Point 2021 in Erfurt

Auch in diesem Jahr führte die ASBH die Jugendfreizeit „Young Point“ durch, das Reiseziel war die Thüringer Landeshauptstadt Erfurt. Wie in den vergangenen Jahren wurden die Teilnehmer durch die FOB (Freizeit ohne Barrieren e.V., Paderborn) betreut.

Philip Spannagel, einer der Reiseteilnehmer, war so freundlich, für Euch einen Reisebericht zu verfassen.

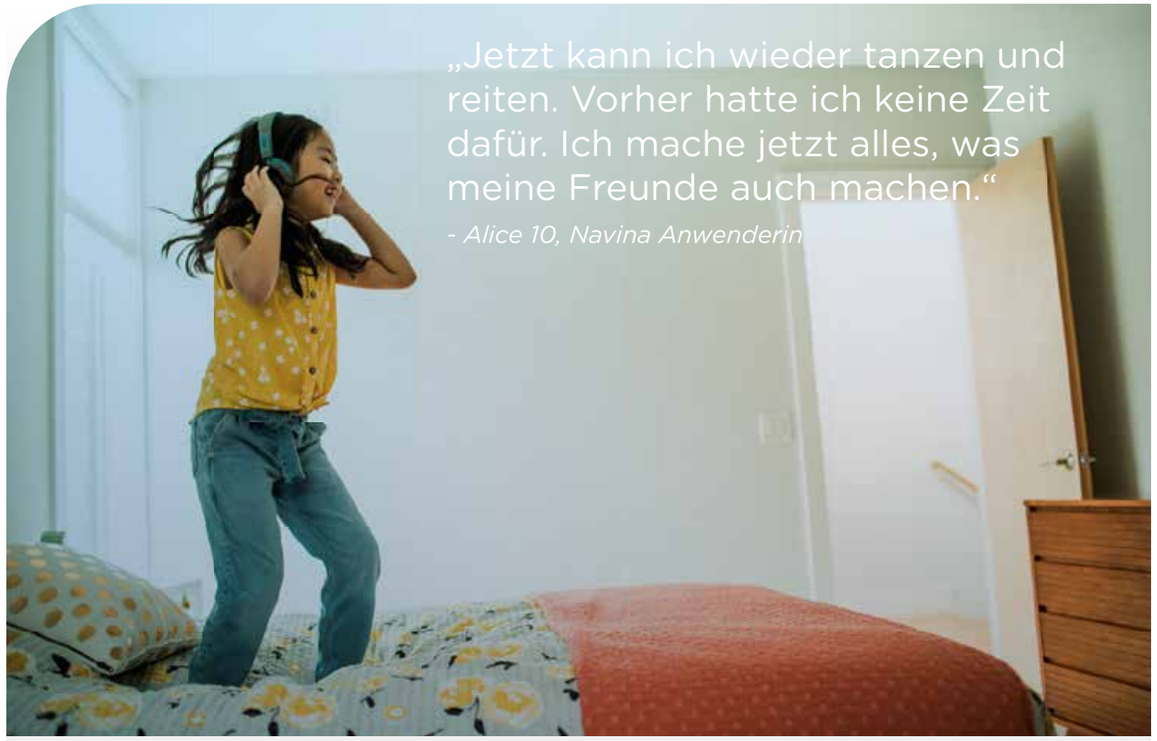
Ein verlängertes Wochenende in Erfurt – nach mehreren Lockdowns und einer gefühlt ewig andauernden Pandemie, eine gelungene Abwechslung.
Vom 24. – 26. September konnten sechs Teilnehmer*innen und ich gemeinsam mit vier Teamer*innen diese Abwechslung nutzen und Thüringens Hauptstadt erleben. Als freitags, dem Anreisetag, alle Teilnehmer*innen angekommen waren, nutzten wir die restliche Zeit des Tages, um die nähere Umgebung der Unterkunft zu erkunden. Den Abend ließen wir dann noch gemütlich in einer Bar ausklingen.

Da der nächste Tag der einzige komplette Tag unserer Reise war, wollten wir ihn so gut es geht nutzen um uns Erfurt anzuschauen. Daher ging unsere Tour auch schon direkt nach dem Frühstück los. Uns zog es Richtung Innenstadt. Da ein paar von uns Lust hatten, das an diesem Wochenende stattfindende „Oktoberfest“, einen Jahrmarkt, zu besuchen, teilten wir uns auf. Diejenigen, die auf den Rummel wollten, hatten u. a. die Möglichkeit, bei einer Riesenrad-Fahrt Erfurt aus der Luft anzuschauen. Die andere Gruppe ging weiter in die Stadt und schaute sich in der Zeit u. a. die in der Stadt verteilten „KiKA-Figuren“ an (der Kinderkanal hat hier seinen Sitz). Zwischendurch machten wir eine kleine Pause um uns mit den von der Unterkunft zur Verfügung gestellten Lunchpaketen zu stärken. Gegen Nachmittag versammelten wir uns alle in einem Eiscafé um etwas zu plaudern und um unser Abendprogramm zu besprechen. Glücklicherweise schien den ganzen Tag die Sonne und man konnte die Zeit richtig genießen. Als wir nach unserem Tagesausflug in der Unterkunft ankamen, gab es auch schon wieder Abendessen. Im Anschluss gingen wir wieder in dieselbe Bar wie am Vortag. Da wir den Abend nach dem ereignisreichen Tag erneut ruhig angehen wollten, entschieden wir uns für einen gemütlichen Spieleabend in der Unterkunft.

Am nächsten Morgen waren wir dann bereit für die Abreise. Nach dem Frühstück wurden die ersten Teilnehmer abgeholt oder fuhren mit der Bahn nach Hause. So ging ein Wochenende mit einem sehr tollen Programm und durchgehend super Wetter in Erfurt zu Ende, an dem wir alle (auch Dank der tollen Teamer) eine schöne Zeit erleben und darüber hinaus neue Freundschaften schließen konnten.

Vielen Dank Philip(!) für den gelungenen Reisebericht.

Wellspect®
A REAL DIFFERENCE



SPRECHEN WIR ÜBER BLASE UND DARM

Das Leben mit Blasen- und Darmfunktionsstörungen kann schwierig sein, aber es gibt wirksame Therapien, die die Probleme lindern können!

Wellspect bietet eine Reihe innovativer, wissenschaftlich erprobter Produkte an, mit denen die Blasen- und Darmroutine Ihres Kindes wiederhergestellt werden kann. So bleibt mehr Zeit zum Spielen und die Möglichkeit zur Unabhängigkeit.

Bestellen Sie jetzt kostenlose Muster und erhalten weitere Informationen unter 0800 2727872.

wellspect.de

73689-DE-2020-09-15 © 2020 WELLSPECT. All rights reserved.

WELLSPECT verzichtet nicht auf jegliche Rechte an seinen Marken, indem es die Symbole® oder ™ nicht verwendet.

Die KoRollis haben den Bogen raus

Foto: Aurelia Scherer

Foto: Helga Czade

Der Konstanzer Rollstuhlsport-Verein KoRolli e. V. bietet Rollstuhlfahrern und Fußgängern seit 1990 die Möglichkeit, gemeinsam Sport zu machen, Basketball zu spielen und immer wieder mal etwas Neues zu probieren. Blasrohrschießen, Lachyoga, Curling, Fahnenschwingen, Rugby, Handbike und Wheel-Soccer waren schon im Repertoire der KoRollis. Nun kam mit dem Bogenschießen bei der Abteilung Bogensport des Sportvereins Litzelstetten ein neues Vereins-Highlight hinzu. Wie es war und vieles mehr, erfragte die ASBH bei den Beteiligten selbst:

Was zeichnet den Bogensport aus? Welche Herausforderungen gibt es dabei?

Daniel Lasogga, 2. Vorsitzender SVL Bogensport: Bogenschießen ist ein Präzisionssport, bei dem einer der komplexesten sportlichen Bewegungsabläufe perfektioniert werden muss. Die Herausforderung besteht darin, sich immer wieder mit dem gleichen Ablauf auseinanderzusetzen. Kisik Lee, einer der herausragenden Trainer im Bogensport, beschreibt Bogenschießen als einen sehr ehrlichen Sport. Das Glück spielt keine Rolle, das Los über Erfolg oder Misserfolg liegt immer in den Händen der Bogenschützen. Von daher ein Lob an die KoRollis, die den Bogen schnell raushatten.

Was für Unterschiede gibt es beim Bogenschießen im Stehen und im Sitzen?

Justin Schuldes, 1. Vorsitzender SVL Bogensport: Im Sitzen zu schießen bringt keinerlei Nachteile mit sich, da man im Sitzen eine bessere Stabilität als im Stehen hat. Besonders draußen ist man z.B. nicht so anfällig für Windeinflüsse, die nicht den Pfeil beeinflussen, sondern den Schützen bei nicht stabilem Stand. Für Fußgänger, die das Schießen im Stehen gewohnt sind, fühlt sich zunächst das Handling vom Bogen ungewohnt an, wenn beim Inklusionssport ein Rollstuhl benutzt wird. Wer das Schießen wie ein Rollstuhlfahrer aber nur im Sitzen kennt, hat hier keine Nachteile gegenüber einem stehenden Fußgänger.

Was ist am wichtigsten für Bogensportler? Welche Rolle spielen das Material und das Wetter?

Christine Lasogga, SVL Bogensport: Am wichtigsten ist eine gute Kraftausdauer und Konzentrationsfähigkeit, beide Aspekte ermöglichen es, einen reproduzierbaren Ablauf zu erlernen. Das Material muss zum Schützen passen und auf ihn abgestimmt sein. Das beste Material nutzt aber nichts, wenn die Schießtechnik nicht gleichbleibend ausgeführt werden kann. Das Wetter kann die Leistung beeinflussen, aber bei einem Turnier schießen alle unter den gleichen Bedingungen. Es hat der Schütze einen Vorteil, der nicht nur bei Sonnenschein trainiert, sondern auch mal bei Wind und Regen auf dem Platz ist, ob stehend oder sitzend.

Herr Benker, als Wassersportler und mehrfacher Deutscher Meister im Wasserski waren Sie nun zu einem Schnupperkurs beim Bogenschießen. Was sind dort die Herausforderungen und was ist der Unterschied zu Ihren anderen Sportarten (außer dem Wasser natürlich)?

Roland Benker, 1. Vorsitzender KoRolli: Die Herausforderung beim Bogenschießen ist natürlich "die goldene Mitte" auf der Zielscheibe zu treffen. Am Schluss des Schnupperkurses wurden zwei Luftballons auf die Zielscheibe gehängt und da war es dann das Erfolgserlebnis, die Ballons zu treffen. Es ist natürlich nicht dieselbe Action wie auf dem Wasser. Beim Trickski gibt es Drehungen oder gesprungene Tricks über die Welle. Beim Slalomfahren muss man den vorgegebenen Bojenkurs durchfahren. Im Vergleich dazu ist der Bogensport natürlich viel ruhiger, wobei man sich ebenfalls sehr konzentrieren muss. Es ist aus meiner Sicht eher ein mentaler Sport, bei dem man als Untrainierter oder als Anfänger in den Armen hinterher aber auch körperlich merkt, was man getan hat, weil es eine ungewohnte Bewegung für die Arme ist. Das Ganze hat sehr viel Spaß gemacht, vor allem wenn man dann doch des Öfteren mal die Mitte der Zielscheibe trifft. Deshalb gerne jederzeit wieder.

Was war für Sie die wichtigste Erfahrung aus dem Schnupperkurs Bogenschießen?

Rainer Schüle, KoRolli: Die wichtigste Erfahrung war, wie sich das Bogenschießen aus der Sicht eines Rollstuhlfahrers anfühlt. Da ich vor Jahren einen Bogensport-Parcours als Fußgänger gemacht habe, wollte ich wissen, wie das Para-Bogenschießen ist und ich muss sagen: Es war toll! Aus meiner Sicht ist das Para-Bogenschießen komplizierter, da man mit dem Rolli in die Position gefahren werden. Das erfordert Übung. Dann aber packt dich der Ehrgeiz und es heißt, sich zu konzentrieren: Pfeil einlegen, Bogen spannen und durch das Visier das Gelbe auf der Zielscheibe anvisieren … Schuss und Treffer! Jetzt ist man angefixt und will die vier weiteren Pfeile im Gelben versenken. Es war ein toller Nachmittag und ich freue mich auf ein weiteres Treffen mit dem Bogensport-Verein.

Herr Sauter, können wir bei Ihnen sagen: Vom Basketball über Rollstuhlcurling zum Bogenschießen?

Gerald Sauter, KoRolli: Ja, und ich würde ergänzen: Drei Sportarten – ein Rollstuhl. Sportliche Aktivitäten gehören für mich als Rollstuhlfahrer zum Alltag. Schon vor meiner MS-Erkrankung spielte Sport für mich eine wesentliche Rolle. Meine sportliche „Karriere“ im Rollstuhl begann bei den KoRollis mit Basketball, führte mich für ein paar Jahre in die Welt der Eiscurler mit einem Deutschen Meisterschaftstitel und Mitglied im Kader der deutschen Nationalmannschaft bis hin jetzt zum Bogenschießen. Ein weit gespannter Bogen im wahrsten Sinne des Wortes. Was ist nun für mich der Unterschied bei diesen Sportarten? Rollstuhlcurling ist eine Teamsportart, genauso wie Basketball. Das Team der Curler im Rollstuhlsport besteht immer aus 4 Sportlern – zwei Frauen und zwei Männern. Also einem gemischten Team. Curling, so sagt man, ist „Schach auf dem Eis“. Es fordert ein hohes Maß an Konzentration und das Ausspielen einer gewissen Taktik im Spielverlauf. Und es ist ein Mannschaftssport. Mein Team muss meine Spielzüge nachvollziehen können und entsprechend agieren. Die Teammitglieder müssen sich aufeinander verlassen können. Wie bei allen Mannschaftssportarten. Und…auf dem Eis ist es ziemlich kalt und glatt.

Anders dagegen das Bogenschießen. Eine Einzelsportart, auch wenn natürlich Teamwertungen möglich sind. Ich meine dies dem Sinne, dass man beim Schießen auf sich gestellt ist. Es ist dabei eine hohe Konzentration erforderlich, auf die Scheibe, auf das Ziel. Dementsprechend agiere ich mit Pfeil und Bogen. Vorteil Rollstuhl – denn ich sitze stabil und kann im Sitzen mein Ziel, die Scheibe, anvisieren. Wie auch beim Curling benötige ich Armkraft: Beim Curling um den Stein in das sogenannte Haus gleiten zu lassen – da ist Feingefühl wichtig; und beim Bogenschießen, um den Pfeil möglichst genau auf der Zielscheibe zu platzieren- hier braucht man u.a. eine gute Armmuskulatur.

Aber egal, was man als Rollstuhlfahrer für eine Sportart ausübt, ob Einzel- oder Mannschaftssport: Wichtig ist, dass es Spaß macht, dass es einem mental dabei gut geht und dass man was für seinen Körper und seine Gesundheit tut. Sport gehört für mich in mein Leben – als Rollstuhlfahrer.

Frau Schneider, Sie sind seit über 20 Jahren die Übungsleiterin der KoRollis. Rollstuhlbasketball ist der favorisierte Sport der Gruppe. Was sind aus Sicht der Übungsleiterin die Bewegungsunterschiede zum Bogenschießen:

Angelika Schneider, Übungsleiterin KoRolli: Beim Rollstuhlbasketball müssen wir eine Vielzahl und ein großes Repertoire an unterschiedlichsten Bewegungen und Techniken beherrschen: Druckpass, Bodenpass, Überkopfpass, Drehen am Ort, Drehen während der Fahrt, Dribbling mit dominanter und nicht-dominanter Hand, überhaupt das Ballhandling: Fangen mit einer Hand oder mit zwei Händen, dann die Wurftechnik. Rollstuhlbasketball ist neben den athletischen Bestandteilen komplex und technisch anspruchsvoll.

Das Bogenschießen ist technisch äußerst anspruchsvoll, es kommt unter anderem auf Präzision und Haltung an. Der Hauptunterschied zu einer Ballsportart ist aus meiner Sicht, dass man sich auf eine Sache konzentrieren muss und diese immer wieder trainiert. Wie es Daniel Lasogga schon gesagt hat, besteht die Herausforderung darin, sich immer wieder mit dem gleichen Ablauf auseinanderzusetzen. Kleinste Abweichungen in der Haltung oder eine Unkonzentriertheit führen dazu, dass der Pfeil woanders landet als gewünscht. Das ist allerdings beim Korbwurf im Basketball auch so, wo der Wurf beispielsweise zu weit oder zu kurz sein kann und damit nicht im Korb landet. Dort kann dann allerdings der Mitspieler den Ball durch einen offensiven Rebound sichern. Das geht beim Bogenschießen natürlich nicht (lacht).

Neben diesen Aspekten hat das Bogenschießen für mich auch etwas Ästhetisches, wenn der Bogen gespannt ist und die Spannung gehalten wird, bevor der Pfeil dann auf seine Reise geht.

Herr Benker hat das Mentale angesprochen. Wie erging es Ihnen?

Jochen Link, 2. Vorsitzender KoRolli: Ja, der Geist ist beim Bogensport gefordert; neben der notwendigen Konzentration vor allem im Sinne einer Gelassenheit, einer inneren Ruhe, bis dann die Dynamik wirkt und der Pfeil seine Geschwindigkeit entfaltet. Das erfordert auch Geduld – bei uns Anfängern sowieso, aber vermutlich auch bei den Fortgeschrittenen und den Profis. Beim Schnupperkurs war das Schöne, dass alles dabei war: Technik und Haltung, Konzentration und Inklusion. Meine wichtigste Erkenntnis: Es geht nicht gegen etwas, es geht nur mit dir selbst. Auch das erfordert Gelassenheit und damit ein Loslassen alles anderen vor dem Loslassen der Sehne.

„Wie ein Gewitter im Kopf“

– der Familien-Ratgeber zum Umgang mit Epilepsie

Gemeinsam mit dem „Mehr Zeit für Kinder e. V.“ hat die Deutsche Epilepsievereinigung Landesverband Hessen e. V. das Buch „Wie ein Gewitter im Kopf“ herausgebracht. Finanziert wurde es durch den BKK Landesverband Süd. Die (Vor-)Lesegeschichte im ersten Teil handelt von der achtjährigen Carlchen und ihren Freunden Henry und Felipe. Alle haben Epilepsie, aber ganz unterschiedliche Anfallsformen. Kinder im Grundschulalter lernen, wie verschiedenartig sich Anfälle präsentieren und auf das Leben auswirken, welche Hilfe sie im Notfall leisten können.

Der zweite Teil ist für Eltern bzw. Erwachsene gedacht und enthält neben grundlegenden Informationen zum Krankheitsbild auch einen Einblick in die wichtige Arbeit von Selbsthilfegruppen sowie in die Lebenswelten von betroffenen Familien.

Fazit: Ein hilfreicher Ratgeber für die ganze Familie, schön gezeichnet und für alle Altersklassen geeignet! „Das Zauberwort gegen Angst heißt Wissen“, steht dort zu lesen. Dem ist nichts hinzuzufügen.

Das Buch kann kostenfrei über den „Mehr Zeit für Kinder e.V.“ und über die Deutsche Epilepsievereinigung LV Hessen e.V. bezogen werden. Telefonisch unter **069 15 68 96-0** oder per E-Mail an **info@mzfk.de**.

So fand ich meine neue Jacke

– Mode für Rollstuhlfahrer

Mein Leben lang kaufe ich Kleidung von der Stange. Das hat speziell bei Jacken zur Folge, dass sie bei meiner Größe immer zu lang und meistens auch zu rutschig sind. Vor einigen Monaten hatte ich endgültig genug davon. Ich erinnerte mich an Frau Jessica Lewerentz und ihre Firma Fadenstolz. Ich nahm Kontakt auf und schon bei unserem ersten Telefonat verstanden wir uns gut. Also vereinbarten wir einen Termin. Ich finde, Kleidung ist mehr als nur ein Stück Stoff.

Bei der Firma Fadenstolz wird man begleitet und beraten, um so sein Lieblingsstück zu finden, also Mode nach Maß. Beratungstermine und Anproben finden immer im häuslichen Umfeld der Kunden statt. Also entwickelten wir in gemütlicher Atmosphäre gemeinsam meine ganz persönliche Jacke. Mir wurde eine große Stoffauswahl präsentiert und ein vielfältiges Sortiment an Kurzwaren, Zeit und sehr viel gute Laune.

Frau Lewerentz arbeitet nach einem ganz bestimmten Konzept: Wer kennt meine Ansprüche besser als ich? Deshalb folgt ihre Mode meinen ganz persönlichen Bedürfnissen. Sie achtet vor allem auf eine perfekte Passform und gestaltet abseits der genormten Ladenkollektion. Besonderes Augenmerk legt sie auf Bequemlichkeit, medizinische Notwendigkeiten, die Vermeidung von Druckstellen, Bewegungsfreiheit und leichtes An- bzw. Ausziehen. Zu guter Letzt ist immer auch Platz für modische Ideen und die eine oder andere Spielerei.

Betreut werden Kunden im Raum Bremen/Bremerhaven, Hamburg, Rotenburg/Wümme, Oldenburg.

Bei Interesse findet Ihr weitere Infos im Internet:
www.fadenstolz.de

Eure Christiane Kleppe

Online-Kurse zur Förderung der digitalen Gesundheitskompetenz gestartet

Aktuell finden die Pilotkurse "KundiG - Klug und digital durch das Gesundheitswesen" statt. In Zusammenarbeit mit der Medizinischen Hochschule Hannover wurden Kurse entwickelt, die einen Überblick über Nutzen und Risiken von digitalen Gesundheitsanwendungen (DiGA), der elektronischen Patientenakte (ePa), Gesundheitsinformationen im Internet und vielem mehr geben. Wichtige Themen sind auch die Datensicherheit und die Unterstützungsangebote in der Selbsthilfe.

Über einen Zeitraum von sechs Wochen werden die verschiedenen Schwerpunkte einmal wöchentlich für zweieinhalb Stunden interaktiv vermittelt. Die Probetermine waren binnen weniger Tage ausgebucht und finden digital statt. Wer sich als Interessent für die Folgekurse melden möchte, kann sich an die zuständigen Projektmitarbeiterinnen der BAG SELBSTHILFE wenden:

Weitere Informationen:
https://www.bag-selbsthilfe.de/informationsportal-selbsthilfe-aktive/projekte/kundig-klug-und-digital-durch-das-gesundheitswesen/

Ansprechpartnerinnen:
sarah.louven@bag-selbsthilfe.de,
jana.hassel@bag-selbsthilfe.de

Parkerleichterungen für besondere Gruppen

Schwerbehinderter Menschen können beantragen („orangefarbener Parkausweis“)

Der "orangefarbene Parkausweis" ist neben dem "blauen Parkausweis" eine weitere Parkerleichterung für besondere Gruppen schwerbehinderter Menschen. Er gilt deutschlandweit. Besitzen Sie einen "orangefarbenen Parkausweis", haben Sie folgende Berechtigungen, wenn in zumutbarer Entfernung keine andere Parkmöglichkeit besteht:

- Parken bis zu drei Stunden an Stellen, an denen das eingeschränkte Halteverbot angeordnet ist
- Die Ankunftszeit muss sich aus der Einstellung auf einer Parkscheibe ergeben
- Überschreiten der zugelassenen Parkdauer im Bereich eines Zonenhalteverbots
- Parken über die zugelassene Zeit hinaus an Stellen, an denen Parken erlaubt, aber durch ein Zusatzschild eine Begrenzung der Parkzeit angeordnet ist
- Parken während der Ladezeiten in Fußgängerbereichen, in denen das Be- und Entladen für bestimmte Zeiten freigegeben ist
- Parken bis zu drei Stunden auf Parkplätzen für Anwohnerinnen und Anwohner
- Parken ohne Gebühr und zeitliche Begrenzung an Parkuhren und Parkscheinautomaten

Parken in ausgewiesenen verkehrsberuhigten Bereichen außerhalb der markierten Parkstände, wenn Sie den übrigen Verkehr (vor allem den fließenden Verkehr) nicht unverhältnismäßig beeinträchtigen. Die höchstzulässige Parkdauer von 24 Stunden darf nicht überschritten werden.

Auf Parkplätzen mit dem Rollstuhlfahrersymbol dürfen Sie mit einem "orangefarbenen Parkausweis" nicht parken.

Foto: Pixabay

Parkgenehmigungen ("blauer Parkausweis") für diese Parkplätze erhalten nur schwerbehinderte Menschen mit außergewöhnlicher Gehbehinderung, beidseitiger Amelie oder Phokomelie oder vergleichbaren Funktionseinschränkungen sowie blinde Menschen.

Quelle: Serviceportal des Landes Baden-Württemberg, 2021

Verkehrssicherheit für und mit Menschen mit Behinderung

Mobilität ist ein wichtiges Gut. Mobil zu sein heißt, sich aktiv am Leben zu beteiligen, sich selbst zu versorgen, Kontakte zu anderen Menschen zu halten und neue Erfahrungen sammeln zu können. Dies gilt auch für Menschen mit Behinderungen. Mobilität eröffnet ihnen – wie auch allen Menschen ohne Behinderungen – den Zugang zu den unterschiedlichsten Bereichen unseres Lebens. In Deutschland leben etwa zehn Millionen Menschen mit Behinderung. Das sind etwa 12,2 % der Gesamtbevölkerung. Im Kindes-, Jugend- und jungen Erwachsenenalter bis zu 25 Jahren gibt es etwa 290.000 Menschen mit Behinderung.

Wesentlich für die persönliche Mobilität von Menschen mit Behinderungen ist die Schaffung einer barrierefreien Umwelt und der damit verbundene Abbau von Hindernissen für die Mobilität. Artikel 20 der UN-Behindertenrechtskonvention zielt darauf ab, die persönliche Mobilität von Menschen mit Behinderungen mit größtmöglicher Unabhängigkeit im Sinne von Selbstbestimmung sicherzustellen und verpflichtet die Vertragsstaaten zu wirksamen Maßnahmen.

Barrierefreiheit fördert sichere Mobilität

Barrierefrei sind bauliche und sonstige Anlagen, Verkehrsmittel, technische Gebrauchsgegenstände, Systeme der Informationsverarbeitung, akustische und visuelle Informationsquellen und Kommunikationseinrichtungen sowie andere gestaltete Lebensbereiche dann, wenn sie für behinderte Menschen in der allgemein üblichen Weise, ohne besondere Erschwernis und grundsätzlich ohne fremde Hilfe zugänglich und nutzbar sind (§ 4 des Gesetzes zur Gleichstellung behinderter Menschen).

Nur wenn in all diesen Lebensbereichen adäquate Hilfsmittel und behindertengerechte Wege zur Verfügung stehen, lassen sich verkehrssichere Bedingungen für Menschen mit Behinderung schaffen. Das Fehlen dieser Anpassungen erhöht das Unfallrisiko erheblich. Und dies gilt auch für nichtbehinderte Menschen. Eingeschränkte Mobilitätschancen, mit dem damit verbundenen erhöhten Unfallrisiko, behinderter Menschen zeigen sich beispielsweise im Fehlen von Rampen oder Liften, akustischen und visuellen Informations- und Leitsystemen sowie von ausreichenden Rollstuhlstellplätzen in Bussen, Straßenbahnen, Regional- und Fernverkehrszügen.

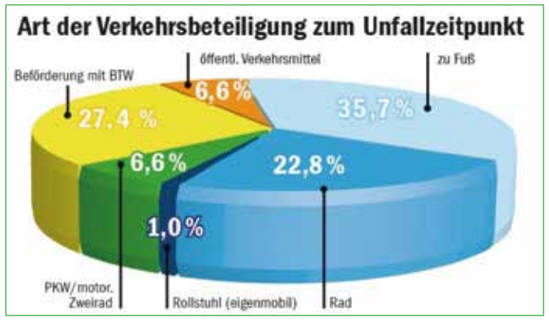
Destatis. (2016)

Unfallgeschehen von Menschen mit Behinderung

Betrachtet man das Unfallgeschehen von Menschen mit Behinderungen zeigt sich folgende Verteilung:

Etwas mehr als 50 % der Unfälle betreffen Menschen mit geistiger Behinderung. Körperlich behinderte Menschen sind mit einem reichlichen Viertel beteiligt, mehrfach behinderte Menschen mit rund 9 %.

Betrachtet man die zum Unfallzeitpunkt benutzten Verkehrsmittel zeigt sich folgendes Bild: Die meisten Unfälle sind bei Fußgängern und Radfahrern im Rahmen der Eigenmobilität zu verzeichnen.



Destatis. (2016)

Problematisch vor allem beim Queren von Fahrbahnen sind vollabgesenkte Bordsteinkanten. Bordsteine werden von Personen mit eingeschränktem Sehvermögen als Orientierung der Trennung von Gehweg und Fahrstreifen genutzt. Während für Rollstuhlfahrer und Gehbehinderte Bordsteine ein Hindernis darstellen (können), benötigen Sehbehinderte eine wenigstens drei cm hohe Bordsteinkante, um sich gut zu orientieren. Dieser Kompromiss zwischen den unterschiedlichen Bedürfnissen kommt beiden Behindertengruppen entgegen. Wird eine Absenkung bis auf Null gewählt, müssen sogenannte Aufmerksamkeitsfelder und/oder kontrastreich bzw. haptisch gut fühlbare Oberflächenmarkierungen eingesetzt werden. Insgesamt sind sehbehinderte Menschen auf kontrastreiche Markierungen angewiesen.

ÖPNV

Der öffentliche Personennahverkehr (ÖPNV) bietet für viele behinderte Menschen die Chance, mobil zu sein oder zu bleiben und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Gleichzeitig ergeben sich jedoch vielfältige Hindernisse bei deren Nutzung. Um die Erreichbarkeit auch für mobilitätseingeschränkte Nutzer zu gewährleisten, sollten die Wege zu den Haltestellen kurz und gut erreichbar sein und einen geringen Umwegfaktor aufweisen. Auf dem Weg müssen (wenn nötig) Querungshilfen vorhanden sein. Auch die Fahrgastinformationen im Fahrzeug sollten multisensorisch zur Verfügung stehen, um diese Wege sicherer zu machen.

Körperliche bzw. motorische Einschränkungen

Motorisch eingeschränkten Personen fällt es oft schwer, ihren Körper koordiniert zu bewegen. Sie haben eine langsamere Gehgeschwindigkeit und können ihre Beine nur schwerfällig setzen, weshalb sie insbesonders Schwierigkeiten bei Treppen oder Straßenquerungen haben, Motorik und Wahrnehmung hängen oft eng zusammen. Die Psychomotorik beschreibt das Bewegungsverhalten im Zusammenhang mit Wahrnehmungsprozessen. Dabei wird nach verschiedenen Koordinierungsschwächen unterschieden, welche Auswirkungen auf die Verkehrsteilnahme und Verkehrssicherheit haben. Eine sichere und effektive Verkehrsteilnahme fordert den Teilnehmern ab, rasch, flexibel, überlegt und nicht vorschnell zu handeln. Dieser Forderung können bewegungseingeschränkte Menschen oft nur schwer nachkommen, da sie ihre Reaktionsfähigkeit lediglich eingeschränkt nutzen können. Die Gestaltung der Verkehrsumwelt kann auch hier mehr oder weniger hilfreich sein. So muss bei der Dimensionierung von Gehwegen der Flächenbedarf eines Rollstuhls bzw. der Platzbedarf einer Begleitperson mit einbezogen werden. Während Über- oder Unterführungen generell eine sichere Querungsmöglichkeit darstellen, sind sie für mobilitätseingeschränkte Personen oft keine Option, wenn sie nicht behindertengerecht gestaltet sind. Auch der ruhende Verkehr kann für bewegungseingeschränkte Personen ein Hindernis darstellen. Einerseits sind sie gegebenenfalls selbst auf einen nahen Parkplatz angewiesen, andererseits stellen zugeparkte Gehwege ein unüberwindliches Hindernis dar. Laut der Empfehlung für die Anlage von Erschließungsstraßen sollen 3 % der Parkplätze für Behinderte ausgewiesen sein.

An Haltestellen sind genügend große Warteflächen bereitzustellen. Für den Ein- und Ausstieg sind niveaugleiche Arten zu favorisieren, gegebenenfalls müssen Rampen oder Aufzüge vorhanden sein. Informationstafeln und Fahrkartenautomaten sind so aufzustellen, dass sie problemlos in einer Höhe von 0,80 bis 1,15 m genutzt werden können.

Auch wenn in den vergangenen Jahren viel für die Barrierefreiheit und damit für die Integration von mobilitätseingeschränkten Personen unternommen wurde, zeigt

Foto: Pixabay

ein Vergleich der straßenbaulichen Vorgaben in den Regelwerken und Richtlinien (Arbeitsgruppe Straßenentwurf & FGSV, 2006; FGSV, 2015) mit dem derzeitigen Stand jedoch manche noch vorhandene Barriere auf.

Fazit

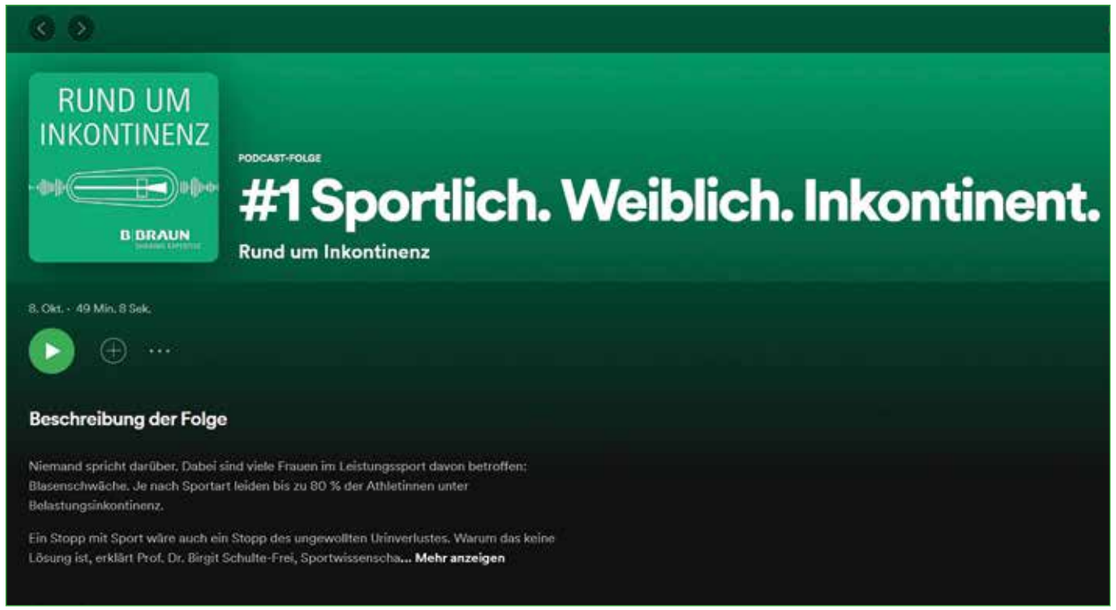
Wünschenswert wären mehr Angebote in diesen Bereichen, die eine Verkehrsteilnahme für behinderte Menschen sicherer machen. Die Teilnahme zur Stärkung/Erlernung der o.g. Kompetenzen ist natürlich nicht nur für behinderte Menschen sinnvoll.

Eine Anleitung behinderter Menschen zur Förderung ihrer eigenständigen Mobilität und damit Teilhabe am gesellschaftlichen Leben muss sowohl mobilitätsunspezifische als auch mobilitätsspezifische Kompetenzen umfassen. Mobilitätsunspezifische Kompetenzen sind dabei Aspekte der visuellen und akustischen Wahrnehmungsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit und Schulung der Motorik, der Kommunikationsfähigkeit und Aufbau sozial-emotionaler Qualifikationen. Verkehrsspezifische Kompetenzen bauen darauf auf und sind im jeweiligen Verkehrskontext und für die verschiedenen Behinderungsarten unterschiedlich.

Immer kommt es darauf an, ein angemessenes Bewusstsein für die Gefährlichkeit des Straßenverkehrs, verbunden mit einer adäquaten Einschätzung der eigenen Fähigkeiten zu erzielen. Diese sind:

- Visuelle Wahrnehmung
- Auditive Wahrnehmung
- Motorik
- Aufmerksamkeit und Gedächtnis
- Kommunikation
- Sozialkompetenz

Die Firma B. Braun startet neue Offensive im Umgang mit dem „Tabuthema Inkontinenz“



Ein neuer Podcast mit dem Thema „Inkontinenz? Darüber spricht man doch nicht!“ soll Betroffene bestärken und helfen, mehr über sich selbst und andere zu erfahren. In dem neuen Podcast spricht Annika Heinzerling, Marketingmanagerin für Urologie und Inkontinenz bei B. Braun, mit Menschen, die aus ganz unterschiedlichen Perspektiven über das Thema Inkontinenz erzählen.

Betroffene erhalten von Ärzt*innen verschiedener Fachrichtungen Wissenswertes zum Thema Inkontinenz, das ihnen hilft, Zusammenhänge besser zu verstehen. Expert*innen aus der Pflege vermitteln lebensechte Tricks und Tipps, wie die Herausforderungen der Inkontinenz im Alltag leichter gemeistert werden können. Im Podcast ist eine aktive Teilnahme erwünscht – jeder kann die eigene Geschichte erzählen.

Zum Podcast:
https://open.spotify.com/episode/5ykTKhbA2UZ-4HGtoGJpRLj

oder **www.bbraun.de/inkontinenz-podcast**

Das neue YAT Reiseprogramm für 2022 ist ab sofort verfügbar

YAT stellt für 2022 vor: Neue Reiseziele, tolle Unterkünfte und Traumurlaub zum Greifen nah! Ob auf den Bauernhof mit den Jüngsten, in bekannten Party-Hotspots feiern oder Wellness an der Ostsee – hier ist sicher für Alle etwas dabei. Natürlich gibt es auch wieder Aktivurlaube, Eventreisen, Natururlaub und Städtetrips, du wirst sicher fündig! Zu den Katalogen: **https://www.yat-reisen.de**.

Kundalini Yoga ist für alle da...

Yoga!!! Das kann ich nie!!!

Dachte ich, bis ich Antje Kuwerts Flyer in den Händen hielt. Aha, „Yoga für Menschen mit Behinderung“, interessant! Und das auch noch in Ludwigsburg, meinem Wohnort. Es dauerte dann aber doch noch einige Monate, bis ich Antje angerufen habe und meine erste Yogastunde bei ihr im Kurs, zusammen mit den Fußgänger:innen, vereinbart hatte.

Das ist jetzt über vier Jahre her und mittlerweile ist Yoga ein fester Bestandteil in meinem Leben, weil es mir einfach gut tut.

Das bin ich: Diane Kratt-Uhl, 48 Jahre, geboren mit Spina bifida Höhe L4/5, Diplom-Sozialpädagogin, verheiratet, keine Kinder, aber vier Katzen. Früher Fußgängerin, heute aktive Rollstuhlfahrerin. Ich fahre gerne mit meinem Handbike und meinem Mann durch die Natur und liebe Rock- und Punkkonzerte. Ich bin als Personalrätin und Schwerbehindertenvertretung in Vollzeit berufstätig. Derzeit erhole ich mich allerdings von einer nicht positiv verlaufenen Operation. Hier hat mir Yoga auch geholfen wieder zu Kräften zu kommen.

Deshalb habe ich mich auch riesig gefreut, als ich am Wochenende vom 01. - 03.10.2021 mal wieder meine Yoga-Matte packen konnte, um mit meinem Mann ein Yogawochenende, angeleitet von Antje Kuwert, in der Manfred-Sauer-Stiftung zu verbringen.

Foto: Reiner Pfisterer, Copyright: Antje Kuwert

Die Manfred-Sauer-Stiftung ist eine Begegnungs- und Bildungsstätte für Menschen mit erworbener oder angeborener Querschnittlähmung. Es werden unterschiedliche Kurse zum Thema Gesundheit, Ernährung und sportliche Aktivitäten für Rollstuhlfahrer:innen angeboten. Alle Räumlichkeiten sind barrierefrei. Es gibt eine Sauna und ein kleines Schwimmbad. Die Unterbringung erfolgt in Einzel- bzw. Doppelzimmern oder in Appartments. Das Essen ist sehr lecker. Es ist ein wunderbarer Ort zum Entspannen und Sich-Wohlfühlen. Und das gepaart mit Yoga eine wunderbare Auszeit.

An dem Wochenende haben am Kurs neun Menschen mit unterschiedlichen Behinderungen und ihre Begleitmenschen teilgenommen.

Antje Kuwert leitet Kundalini Yoga so an, dass alle Menschen, egal ob mit körperlicher Behinderung oder ohne, mitmachen können. Sie bietet immer individuelle Varianten entsprechend der Einschränkung der Teilnehmenden an. Wenn es z.B. eine Übung im Stehen ist, sagt Antje an, wie die Übung sitzend auszuführen ist.

Aber nun zu Kundalini Yoga - was ist das eigentlich?
Kundalini Yoga ist eine spezielle Ausrichtung des Yogas. Eine Sitzung besteht aus vier Elementen, die immer in der gleichen Reihenfolge durchgeführt werden. Begonnen wird mit kurzen Aufwärmübungen, es folgt die gemeinsame Einstimmung mit Gesang, das sogenannte Mantra. Dann folgen ca. 60 Minuten Übungen zu einem bestimmten Thema, die Kriya genannt wird. Im Anschluss erfolgt eine zehnminütige Tiefenentspannung, die mit einer gemeinsamen Meditation abgeschlossen wird. Eine Session dauert ca. 90 Minuten.

Die Kriya selbst besteht aus Übungsfolgen zu einem bestimmten Thema. So kann eine Kriya zum Beispiel das Immunsystem stärken, sich positiv auf die Atmung auswirken oder auch die Darmfunktion anregen. Die Übungen wirken sich positiv auf die jeweiligen Körperfunktionen aus. Der Feueratem ist zum Beispiel eine besondere Atemtechnik, die eine Wirkung auf die inneren Organe und den Blutdruck hat. Die inneren Organe werden auf sanfte Weise massiert, das Zwerchfell gelockert und durch die pumpende Atmung wird der Darm angeregt. Gerade wir Rollstuhfahrer:innen sitzen ja sehr viel und sind dadurch im Bauchraum oft verspannt und verkürzt. Durch den Feueratem können wir diese Region lockern. Auch die Verdauung ist durch eine Querschnittlähmung beeinträchtigt. Ich habe schon oft erlebt, dass Antje in einer Sitzung sagt, diese Übung wirkt sich positiv auf die Darmtätigkeit aus, und ein paar Stunden später denke ich; „Ach ja, da war doch was.“ Dabei muss man aber nicht befürchten, dass es eine durchschlagende

Wirkung hat, sondern die Darmbewegung wird sanft angeregt.

Es können auch Spastiken gelöst werden, das Atemvolumen kann deutlich zunehmen, die Darmfunktion kann sich verbessern, der Blutdruck sich regulieren, das Immunsystem gestärkt werden und auf der geistigen Ebene kann es zur Entspannung und zum Stressabbau dienen, um nur einige positiven Auswirkungen zu nennen. Dabei muss man nicht besonders spirituell sein, aber sich offen auf die Wirkung von Yoga auf Körper und Geist einlassen.

Bei der Tiefenentspannung kann man wunderbar entspannen und Kräfte sammeln. Viele schlafen dabei manchmal auch ein. Nach zehn Minuten holt Antje uns sanft aus der Tiefenentspannung herausraus und wir schließen mit einer Meditation und einem Segenslied die Sitzung ab.

Auch wenn Corona nichts Gutes mit sich bringt, eines hat die Pandemielage doch bewirkt: Wir können jetzt alle bei Antje online Kundalini Yoga machen. Sie hat bei Zoom einen Raum eingerichtet und bietet wöchentlich dort online Yogakurse an. So können sich Menschen mit und ohne Behinderung auf der ganzen Welt zum Kundalini Yoga treffen. Eine Kursteilnehmerin in Mexiko ist sogar extra zum Yogakurs bei Antje nachts aufgestanden.

Auch Merle, unsere 17-jährige Paralympics Heldin im Rennrollstuhl, ist mit Spina bifida geboren und macht beim Online-Yoga mit. Ihr Statement, was Kundalini Yoga für sie bedeutet:
„Ich habe mich, beginnend mit der Corona-Pandemie, vermehrt mit Yoga beschäftigt und habe in dieser Zeit auch einen (Online) Kurs begonnen. Es hat mich dann

überrascht, wie viele tolle und effektive Übungen möglich sind, auch ohne die Beine zu benutzen. Yoga gefällt mir total und es tut mir und meinem Körper sehr gut!“

Wenn ihr also Lust bekommen habt, Kundalini Yoga auch mal auszuprobieren, meldet euch bei Antje Kuwert unter **info@kundaliniyoga-ak.de**. Auf ihrer Homepage **www.kundaliniyoga-ak.de** findet ihr auch Infos zur ihrem Buch „Kundalini Yoga für RollstuhlfahrerInnen“.

Und übrigens, auch im nächsten Jahr wird es wieder zwei Kundalini Yoga-Kurse mit Antje Kuwert in der Manfred-Sauer-Stiftung geben. Schaut doch mal:
https://www.manfred-sauer-stiftung.de.

Vielleich sehen wir uns ja dort oder online bei einem Kurs. Ich würde mich freuen, viele von Euch zu sehen, denn Kundalini Yoga ist für alle da!

Meine Kontaktdaten: dianekratt@gmx.de.

Herzliche Grüße Diane Kratt-Uhl

Neuerscheinungen:

Politik für Menschen mit Behinderung

Hier möchten wir Sie auf eine Neuerscheinung des Instituts für Mensch, Ethik und Wissenschaft (IMEW) aufmerksam machen. Es geht in dieser Veröffentlichung um Selbstbestimmung, Teilhabe und Partizipation im Alltag von Menschen mit hohem Unterstützungsbedarf. Es werden auch Beispiele dargestellt.

1. Selbstbestimmung, Teilhabe und Partizipation im Alltag von Menschen mit hohem Unterstützungsbedarf – Beispiele aus der Praxis für die Praxis (in schwerer Sprache)
2. Selbst-Bestimmung, Teilhabe und Mit-Bestimmung im Leben von Menschen, die viel Hilfe brauchen – Beispiele (in Leichter Sprache) -
3. Menschen mit hohem Unterstützungsbedarf bei der Umsetzung des BTHG berücksichtigen – Diskussionspapier (in schwerer Sprache)
4. Umsetzung vom Bundes-Teilhabe-Gesetz für Menschen, die viel Hilfe brauchen – Diskussions-Papier (in Leichter Sprache)

Download unter:
https://www.imew.de/de/imew-publikationen/neuerscheinungen

Barrierefreie Städteführer

Infoportal und Broschüre Barrierefreier Urlaub in Bad Zwischenahn

Das Infoportal informiert über die zahlreichen Möglichkeiten in Bad Zwischenahn und Umgebung barrierefreien Urlaub zu machen. Die Stadt wurde zusammen mit Ostfriesland im Jahr 2018 sogar als erste barrierefreie Reiseregion in ganz Deutschland von der Tourismusmarketing Niedersachsen mit der Auszeichnung „Reisen für Alle“ zertifiziert. Für Menschen mit Behinderung sollte möglichst alles flach sein, dies ist in Bad Zwischenahn weitgehend gegeben. Doch damit gibt sich die Stadt nicht zufrieden: „Barrierefreies Bad Zwischenahn" heißt der Arbeitskreis, der noch an den verbliebenen Ecken und Kanten arbeitet. Was jetzt schon alles geschafft ist, können Sie in der Broschüre „Barrierefreier Urlaub in Bad Zwischenahn" nachlesen, die wir für Sie zusammengestellt wurde. **https://www.bad-zwischenahn-touristik.de/barrierefreier-urlaub/**

Stadtführer "Barrierefreies Bremen"

- Onlineverzeichnis bietet viele Adressen für Menschen mit Beeinträchtigungen

Der Stadtführer barrierefreies Bremen ist eine Datenbank für Menschen mit Beeinträchtigungen. Sie liefert verlässliche Daten zur Zugänglichkeit und Nutzbarkeit vieler Einrichtungen in Bremen. Mit dem Rollstuhl in die Bank, zur Versicherung oder ins Restaurant? Für viele Betroffene ist das gar nicht so einfach. Sie können sich über die barrierefreie Zugänglichkeit und Nutzbarkeit vieler Einrichtungen in der Stadt Bremen informieren. Die Infos sind für alle Menschen, die in Bremen leben, in Bremen zu Gast sind und auch für Menschen, die eine Reise nach Bremen planen. Vor allem Menschen mit Beeinträchtigung beim Gehen und im Rollstuhl können so selbst abschätzen: Komme ich in der Einrichtung alleine zurecht? Wo befinden sich Barrieren? Brauche ich Hilfe beim Besuch der Einrichtung? Die Angaben zu den Einrichtungen im Stadtführer **barrierefreies Bremen** werden regelmäßig überprüft. **Weiter Infos: https://www.bremen.de/barrierefrei/stadtfuehrer**

Barrierefreies Mainz

Gleichberechtigt am gesellschaftlichen Leben teilnehmen, sich barrierefrei bewegen, sich ohne Schranken begegnen. Die Stadt Mainz hat für Sie Informationen rund um das Thema barrierefreies Reisen in Mainz zusammengestellt. Denn Mainz erleben bedeutet auch, die gleichberechtige Teilnahme für alle Menschen am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen. Die Stadt legt sehr viel Wert auf eine möglichst barrierefreie Öffentlichkeit, so werden ausschließlich Niederflurbusse in der Mainzer Verkehrsgesellschaft eingesetzt. Die wenigen eingeschränkt barrierefreien Straßenbahnen sind in Fahrplänen gekennzeichnet. Im Portal der Stadt Mainz können Sie sich einen guten Überblick über die Stadt und ihre Möglichkeiten in einem Urlaub schaffen, dazu gehören sicherlich die barrierefreien Stadtführungen. Der Dom, die Altstadt, das Gutenberg-Museum, die Kirchen wie der St. Martins Dom oder St. Stephan, Historisches der Römerzeit und allerlei Anekdoten präsentieren sich hier rollstuhlgerecht. Menschen mit Mobilitätseinschränkungen können aus Hotels, Ferienhäusern, Appartements und Pensionen wählen. **https://www.mainz.de/leben-und-arbeit/menschen-mit-behinderung/barrierefreies-mainz.phpml**

Barrierefreies Schwerin – Infoportal und Städteführer

Das Infoportal der Stadt Schwerin informiert Gäste mit Handicap umfassend über Stadtrundfahrt, Schlossbesuch, Museumsbesichtigung und vieles mehr. Schwerin zu besuchen und zu erleben ist auch für Menschen mit Handicap kein Problem. Die Schlossstadt setzt auf Barrierefreiheit, damit die Schätze Schwerins niemandem verborgen bleiben. Die wichtigsten Sehenswürdigkeiten sind weitgehend barrierefrei gestaltet. Nutzen Sie die interaktive Karte, um einen Überblick über die barrierefreien Angebote der Stadt zu erhalten. Die Städteführer sind durch die Gliederung in Themenbereiche sehr übersichtlich und es gelingt schnell, das Gesuchte zu finden. Ob „Leben und Wohnen“, „Gesundheit“, „Tourismus und Gastronomie“ oder „Behörden“. Viele Geschäfte, Unternehmen, Einrichtungen in Schwerin sind übersichtlich mit den jeweiligen Piktogrammen gekennzeichnet und erleichtern so das Auffinden der gewünschten Informationen. Der Stadtführer ist eine wichtige Orientierungshilfe für die SchwerinnerInnen und Gäste mit Handicap. Weitere Informationen: **https://www.schwerin.de/kultur-tourismus/Information/barrierefreiheit/**

Pflichtarbeitsplätze für Menschen mit Behinderung

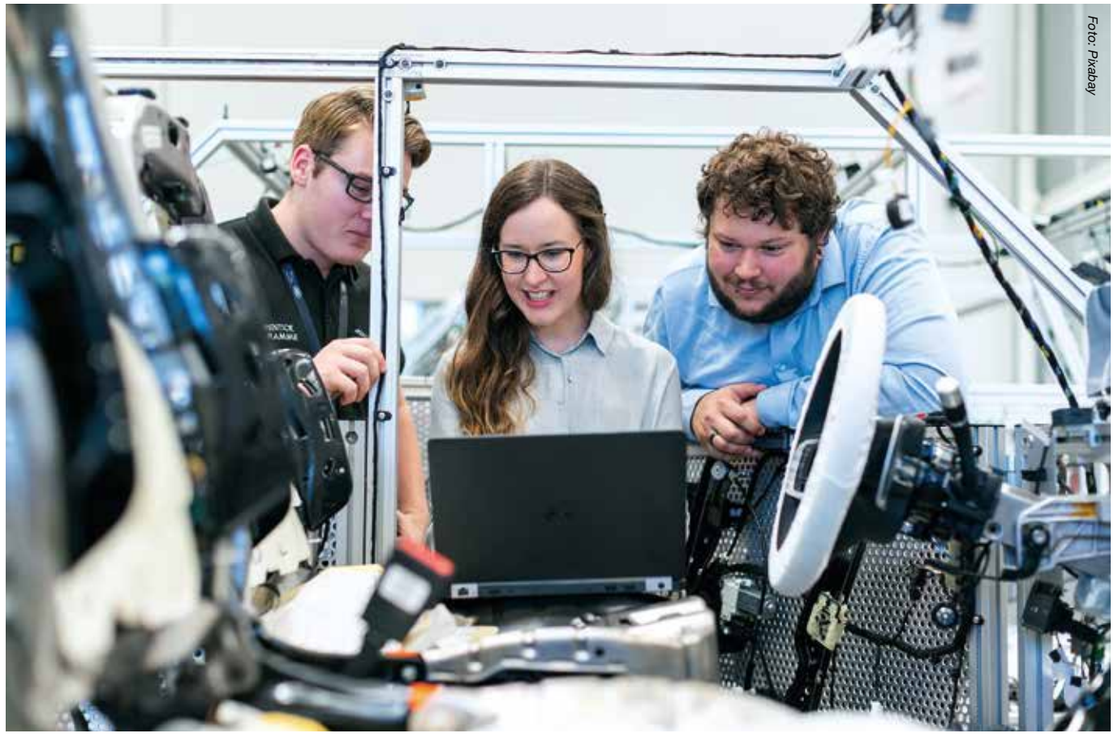


Foto: Pixabay

Ab einer gewissen Anzahl von Mitarbeitern haben Arbeitgeber die Pflicht, einen bestimmten Anteil schwerbehinderter Menschen zu beschäftigen. Die sogenannte Schwerbehindertenanzeige müssen Arbeitgeber immer bis zum 31. März für das vorherige Jahr vornehmen. Wer im Jahresdurchschnitt monatlich 20 oder mehr Arbeitnehmer beschäftigt, ist dazu verpflichtet, Menschen mit einer Schwerbehinderung einzustellen. Und zwar müssen mindestens fünf Prozent der Arbeitsplätze mit schwerbehinderten Menschen besetzt werden. Welche Arbeitnehmer als schwerbehindert gelten, definiert das SGB IX.

Diese Quoten sind festgelegt:

- Arbeiten im Unternehmen im Jahresdurchschnitt monatlich mindestens 20, aber weniger als 40 Mitarbeiter, muss der Arbeitgeber einen Schwerbehinderten beschäftigen.
- Bei mindestens 40, aber weniger als 60 Mitarbeitern ist der Arbeitgeber verpflichtet, zwei Schwerbehinderte zu beschäftigen.
- Arbeitgeber mit mindestens 60 Mitarbeitern sind verpflichtet, Bruchteile von 0,5 und mehr aufzurunden.
- Arbeitgeber mit weniger als 60 Beschäftigten runden Bruchteile bei der Berechnung der Quote ab.

Welche Arbeitsplätze müssen vom Arbeitgeber bei der Schwerbehindertenanzeige berücksichtigt werden?

Nach dem SGB IX spricht man von Arbeitsplätzen, wenn dort Arbeitnehmer, Beamte, Richter, Auszubildende sowie andere zu ihrer beruflichen Bildung Eingestellte (zum Beispiel Praktikanten oder Volontäre) beschäftigt sind. Allerdings zählen Stellen von Auszubildenden bei der Berechnung nicht mit. Ebenfalls nicht als Arbeitsplätze im Sinne des SGB IX zu werten sind:

- Stellen, die nur für die Dauer von höchstens acht Wochen besetzt sind, zum Beispiel aufgrund einer Befristung
- Stellen, auf denen Beschäftigte mit weniger als 18 Stunden pro Woche beschäftigt sind

Wird ein schwerbehinderter Mensch jedoch auf einem Teilzeitarbeitsplatz mit weniger als 18 Wochenstunden beschäftigt, weil dies wegen der Art und Schwere der Behinderung als notwendig erscheint, muss dieser Arbeitnehmer auch auf die Pflichtarbeitsplatzquote angerechnet werden.

Hat ein Arbeitgeber die Möglichkeit, andere Leistungen zu erbringen?

Erfüllt ein Arbeitgeber die Pflichtquote von fünf Prozent nicht, muss er für jeden unbesetzten Pflichtarbeitsplatz monatlich eine Ausgleichsabgabe bezahlen. Die Ausgleichsabgabe berechnet sich wie folgt:

Bis zu 39 Mitarbeiter
125,00 Euro pro monatlich unbesetztem Pflichtarbeitsplatz, wenn ein Arbeitgeber mit bis zu 39 Mitarbeitern nicht mindestens einen Schwerbehinderten beschäftigt.

Bis zu 59 Mitarbeiter
220,00 Euro pro monatlich unbesetztem Pflichtarbeitsplatz, wenn ein Arbeitgeber mehr als 39, aber nicht mehr als 59 Mitarbeiter beschäftigt und nicht mindestens zwei schwerbehinderte Beschäftigte hat. Hat im Vorjahr nur eine schwerbehinderte Person im Unternehmen gearbeitet, muss der Arbeitgeber eine Ausgleichsabgabe in Höhe von 125,00 Euro pro monatlich unbesetztem Pflichtarbeitsplatz abführen.

Mehr als 59 Mitarbeiter
Die Ausgleichsabgaben für Unternehmen mit mehr als 59 Beschäftigten pro monatlich unbesetztem Pflichtarbeitsplatz betragen pro monatlich unbesetztem Pflichtarbeitsplatz:

Quote der schwerbehinderten Mitarbeiter	Ausgleichsabgabe
ab 5% der durchschnittlich monatlich Beschäftigten	keine
zwischen 3% und unter 5% der durchschnittlich monatlich Beschäftigten	125 Euro
zwischen 2% und unter 3% der durchschnittlich monatlich Beschäftigten	220 Euro
unter 2 % der durchschnittlich monatlich Beschäftigten	320 Euro

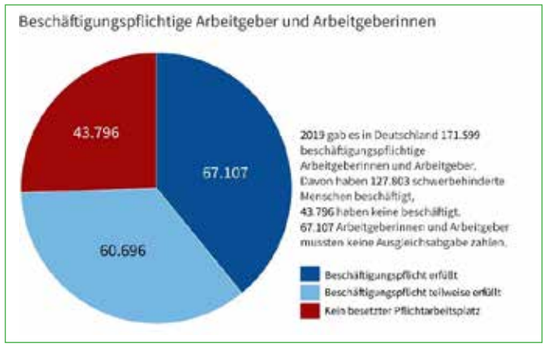
Mehrere Betriebe desselben Arbeitgebers gelten hierbei als Einheit. Die Ausgleichsabgabe soll die Arbeitgeber zur vermehrten Einstellung schwerbehinderter Menschen veranlassen. Aus den Mitteln der Ausgleichsabgabe werden die Leistungen der Integrationsämter und der Agenturen für Arbeit für die Beschäftigung schwerbehinderter Menschen finanziert.

Beschäftigungsstatistik schwerbehinderter Menschen

Die Bundesagentur für Arbeit veröffentlicht jährlich die Beschäftigungsstatistik schwerbehinderter Menschen auf Grundlage der Daten aus dem Anzeigeverfahren. Die Statistik liefert z. B. Informationen über die Anzahl der anzeigepflichtigen Unternehmen, die Anzahl der Pflichtarbeitsplätze (besetzt, unbesetzt) und die Ist-Quote. Daneben liefert sie Informationen über die Anzahl der schwerbehinderten, gleichgestellten und sonstigen anrechnungsfähigen Personen, die bei diesen Betrieben beschäftigt sind. Die Berichte werden unter: **https://statistik.arbeitsagentur.de/SiteGlobals/Forms/Suche/Einzelheftsuche_Formular.html?nn=1523092&topic_f=analyse-arbeitsmarkt-schwerbehinderte** veröffentlicht. Auch der aktuellste Bericht 2020 kann dort eingesehen werden.

Fakten zum Beschäftigugsanteil behinderter Menschen

Ausgewählte Ergebnisse:
2019 gab es in Deutschland 171.599 beschäftigungspflichtige Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber.



- Davon haben 127.803 Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber schwerbehinderte Menschen beschäftigt, 43.796 haben keine beschäftigt.
- 67.107 Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber mussten keine Ausgleichsabgabe zahlen – 104.492 Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber mussten Ausgleichsabgabe zahlen.
- 1.146.459 Pflichtarbeitsplätze waren mit schwerbehinderten Menschen besetzt – 299.347 Pflichtarbeitsplätze waren unbesetzt.
- Die Beschäftigungsquote lag insgesamt bei 4,6 %. Sie lag mit über 6 % am höchsten in der öffentlichen Verwaltung, im Berg- und im Kraftfahrzeugbau. Mit unter 3 % lag sie am niedrigsten im Bau- und Gastgewerbe sowie in der Land- und Forstwirtschaft.
- Die privaten Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber hatten eine Ist-Quote von 4,1 % – die öffentlichen Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber eine Quote von 6,5 %.
- 1.094.625 gleichgestellte oder schwerbehinderte Personen wurden auf einen Pflichtarbeitsplatz angerechnet.
- 8.436 gleichgestellte oder schwerbehinderte Auszubildende wurden auf jeweils zwei Pflichtarbeitsplätze angerechnet.
- 7.458 gleichgestellte oder schwerbehinderte Personen wurden auf zwei Pflichtarbeitsplätze angerechnet.

Quelle:
REHADAT, veröffentlicht 4/2021,
Datenstand 2019

Auf der Seite des **Bundesministeriums für Arbeit und Soziales** können Sie den „Ratgeber für Menschen mit Behinderung“ (Ausgabe 2021, in gedruckter Form bestellen, oder bei der ASBH als pdf downloaden: **https://asbh.de/aktuelles/bmas-ratgeber-fuer-menschen-mit-behinderung-2021/**

Der Ratgeber gibt umfassend Auskunft über alle Leistungen und Hilfestellungen, auf die Menschen mit Behinderung Anspruch haben, von der Vorsorge und Früherkennung über die Schul- und Berufsausbildung und Berufsförderung bis zu steuerlichen Erleichterungen.

Antidiskriminierungsstelle:

Neue telefonische Beratung und erweitertes Beratungs-Angebot

Die Antidiskriminierungsstelle des Bundes baut ihr Beratungs-Angebot aus. Unter der Telefonnummer 0800 – 546 546 5 wird von Montag bis Donnerstag zwischen 9.00 und 15.00 Uhr beraten. Auf der Website gibt es daneben die Möglichkeit, nach lokalen Beratungs-Angeboten zu suchen sowie weitere Informationen zum Thema Diskriminierung.

Zur erweiterten Telefonberatung, dem neuen Online-Wegweiser und der überarbeiteten Website:
https://www.antidiskriminierungsstelle.de/SharedDocs/aktuelles/DE/2021/20210924_Relaunch_Beratung_Hotline.html

Herausforderung und Überforderung in der Selbsthilfe

Die Arbeit der Selbsthilfeorganisationen in der Gesundheits- und Behindertenselbsthilfe basiert im Wesentlichen auf ehrenamtlicher Arbeit. Ohne den Einsatz der vielen ehrenamtlich engagierten Menschen würde die Selbsthilfe ihre Arbeit und die damit verbundenen Angebote nicht durchführen können. Menschen engagieren sich neben ihrer Erwerbsarbeit und der Fürsorge für die eigene Familie noch in Selbsthilfegruppen und -vereinen. Sie setzen sich nicht nur für die eigenen, sondern auch für die Belange anderer betroffener Menschen ein. Das Handbuch wurde im Rahmen des Projekts „Coaching für Kümmerer“ geschrieben. Es beschreibt die wichtigsten Elemente des Projekts: Dies sind u.a. Schulungen und Strategien die den Selbsthilfeorganisationen Hilfestellung zur Vermeidung von Überlastungssituationen in ihren Organisationen geben. Neben sensibilisierenden Vorträgen und Seminaren wurden auch Train-the-Trainer-Seminare durchgeführt. Die Selbsthilfeorganisationen sollen damit in die Lage versetzt werden, in diesem wichtigen Handlungsbereich aktiv zu werden und ihre Ehrenamtlichen zu unterstützen. Sie finden in diesem Handbuch Methoden und Materialien, die zum einen innerhalb der Selbsthilfeorganisationen für die Thematik der Überforderung sensibilisieren. Zum anderen unterstützen sie Ehrenamtliche dabei, sich der eigenen Grenzen bewusst zu werden und zu lernen, diese zu achten.

PDF-Download: **https://asbh.de/wp-content/uploads/2021/11/Handbuch_HartanderGrenze_2021.pdf**

BMAS:

Ratgeber für Menschen mit Behinderung 2021

Der Ratgeber zum Thema Behinderung gibt umfassend Auskunft über alle Leistungen und Hilfestellungen, auf die Menschen mit Behinderung Anspruch haben, von der Vorsorge und Früherkennung über die Schul- und Berufsausbildung und Berufsförderung bis zu steuerlichen Erleichterungen.

Den Ratgeber können Sie bei uns downloaden
oder beim BMAS (in gedruckter Form) bestellen.

https://asbh.de/wp-content/uploads/2021/10/cover-BMAS.jpg

Informationsveranstaltung des ASBH-LV Bayern

am 23. Oktober 2021

Leider mussten wir die Veranstaltung, fertig organisiert und geplant, dank Corona schon zweimal verschieben. Umso mehr freuten wir uns, im Oktober unter 3G-Bedingungen endlich dazu einladen zu können. Obwohl viele dieser Einladung folgten, war das Kontrollieren der Impfausweise zum Glück kein Problem, so dass Guni Vieler die Veranstaltung pünktlich eröffnen konnte. Frau Dr. Bürst vom Klinikum Deggendorf hatte freundlicherweise die Moderation übernommen. Helmut Gensler, der schon bei unserer letzten Veranstaltung vor drei Jahren die Kinder mit Übungen zur Selbstverteidigung begeistert hatte, kümmerte sich auch diesmal um die Kinder und sammelte alle schnell ein, damit die Vorträge beginnen konnten.

Dr. Ostertag vom SPZ St. Martin in Regensburg erläuterte die Grundlagen der Orthesenversorgung und veranschaulichte mit kleinen Filmen den Fortschritt der orthopädie-technischen Möglichkeiten. Herr PD. Dr Abel wog in seinen Vorträgen zum einen orthopädische Eingriffe gegen konservative Möglichkeiten wie Krankengymnastik ab, zum anderen befasste er sich mit den Methoden, die Fahrtauglichkeit eines behinderten Menschen festzustellen bevor dieser den Führerschein macht.

Nach der Mittagspause, bei der wir uns belegte Semmeln schmecken ließen und uns bei den anwesenden Ausstellern Infos holen konnten, hielt Klaus Herzog einen inspirierenden Vortrag darüber, dass Mobilität im Kopf beginnt und erinnerte an sein über 30 Jahre dauerndes Engagement im Kinder- und Jugendrollstuhlsport.

Dr. Urban aus dem Josephinum in Augsburg referierte zum Darmmanagement bei Spina bifida und sein spannendes Projekt in Afrika um den Menschen dort dieses näher zu bringen.

Zu guter Letzt konnte der Vorstand dank junger, engagierter Frauen neu gewählt werden und nach einer kurzen Showeinlage der Kinder fuhren alle zufrieden und gut informiert nach Hause.

Kirsten Althaus

20 Jahre ASBH-Selbsthilfegruppe Nördliche Oberpfalz

Die ASBH-Selbsthilfegruppe Nördliche Oberpfalz wurde am 6. Juni 2001 gegründet. Grund genug für den Vorstand, anlässlich eines Aufenthaltes im Haus "Silberbach" in Selb auf das 20-jährige Wirken zurückzublicken.

Vorsitzende Helga Dippel freute sich über den Zuspruch vieler Familien. In Ihrem Tätigkeitsbericht informierte die Vorsitzende darüber, dass sie bei der Gründung zunächst das Amt der zweiten Vorsitzenden ausübte, bevor sie dann am 18.01.2002 den Vorsitz der Selbsthilfegruppe übernahm.

Ihr aktueller Stellvertreter ist Thomas Lottner, der auf Regina Kreitner folgte. Der Rückblick auf die vergangenen zwei Jahrzente stand im Mittelpunkt. Hierbei wurde auch das zweite Buch mit Themen der Organisation der Jahre 2011 bis 2021 vorgestellt.

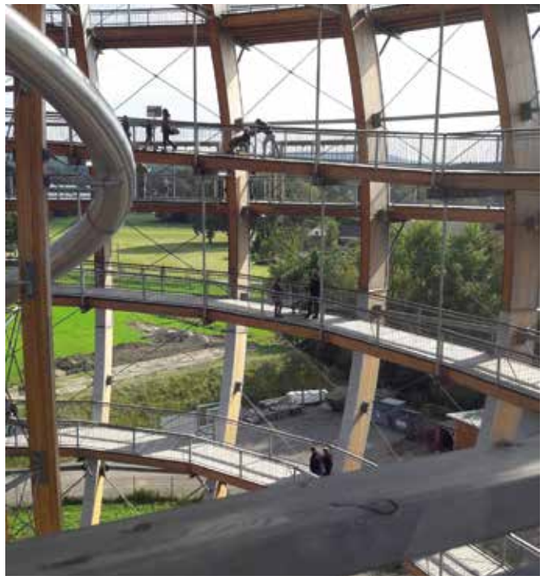
Dippels Dank galt Regina Kreitner, die während Ihrer 10-jährigen Amtszeit die Erstellung von Flyern sowie den Druck der beiden Büchern initiierte. Verschiedene Shows begeisterten am Nachmittag das Publikum. Am Abend rundeten Spiele und Erfahrungsaustausch das Programm ab. Nach Feedback am nächsten Vormittag wies die Vorsitzende Helga Dippel noch auf die nächsten Aktionen hin: den traditionellen Jahresabschluss mit Adventsfeier, den Besuch einer Staußenfarm sowie ein Boccia-Turnier.

Die Veranstaltung wurde nach den Corona Vorschriften abgehalten!

Fast zwei Jahrzehnte ist Helga Dippel (links) Vorsitzende der Selbsthilfegruppe. Ihr Stellvertreter Thomas Lottner honoriert das mit einer Orchidee.

Für die Erstellung der Bücher erhielt Regina Kreitner ebenfalls eine Orchidee, Tochter Lina Kreitner (links) nahm diese in Vertretung von Thomas Lottner in Empfang.

„Sturm auf die Holzkugel“ der SHG Regensburg



Letztes Jahr verhinderte erst das Wetter und dann die Pandemie einen Familienausflug der Regensburger ASBH.

Deshalb war die Teilnahme erstaunlich hoch als Steffi Roy zum „Sturm auf die Steinberger Holzkugel“ rief. „So viele waren wir lange nicht!“ freute sich unsere Vorsitzende. Die Holzkugel am Steinberger See ist 40 m hoch und dank einer relativ geringen Steigung von 6 % kann man als einigermaßen sportlicher Rollstuhlfahrer ganz gut die 700 m lange Strecke bewältigen. Oben erwartet einen der wunderbare Rundblick über den See und die Umgebung.

Wieder gut unten angekommen belohnten wir uns mit einer Brotzeit in der Kugelwirtschaft für die Anstrengung und hielten die obligatorische Mitgliederversammlung mit Neuwahlen ab. Dankenswerterweise hat sich die bisherige Vorstandschaft wenigstens für die nächsten zwei Jahre erneut zur Wahl gestellt und wurde einstimmig wiedergewählt.

Am Ende dieses schönen Tages sind wir uns einig: Wir wollen uns ganz bald wiedersehen.

Kirsten Althaus

Für bereits erwiesene und noch zugedachte Anteilnahme bedanken wir uns herzlich.

Helga und Ferdinand Dippel

Advertorial

Bild: Coloplast GmbH

Kostenfreie Online-Vortragsreihe von Coloplast

Gut leben mit Handicap – Das ist das zentrale Thema bei Coloplast live der kostenfreien Online-Vortragsreihe von Coloplast. Wie hängen Blase und Darm bei Querschnitt zusammen? Was ist bei Spina bifida oder Morbus Hirschsprung zu beachten? Oder: Welche Möglichkeiten gibt es beim Reisen? Betroffene und Angehörige können hier live Antworten von Experten auf diese und weitere Fragen finden. Aufgrund der positiven Rückmeldungen startete im Herbst 2021 die Fortsetzung der Reihe. Interessierte können ganz einfach über das Internet von zu Haus aus mit Computer, Tablet oder Smartphone die Vorträge verfolgen und per Chatfunktion auch Fragen an die Referenten stellen. Jetzt anmelden unter: **www.coloplast.de/DE/live-online-vortraege**

- **Morbus Hirschsprung und anorektale Fehlbildungen**
  Di, 07.12.2021, 18.00–19.00 Uhr
  Referent: Dr. med. Markus Palta, Medizinal Dezernent, Kinderchirurg, Bezirksregierung Arnsberg

- **Stoma: Fluch oder Segen? Das Schicksal für sich & andere nutzen**
  Do, 16.12.2021, 18.30 – 19.30 Uhr
  Referentin: Sophia Habscheid, 22, Stomaträgerin und Colitis Ulcerosa Betroffene, studiert Modedesign in Trier

- **Intermittierender Selbstkatheterismus (ISK) im Alltag**
  Di, 18.01.2022, 18.00–19.00 Uhr
  Referentinnen: Theresa Perl, Gesundheits- und Krankenpflegerin und Urotherapeutin und Lisa Vieler, Co-Trainerin, beide Coloplast GmbH

- **Darmentleerung bei Querschnittlähmung mit/ohne Stoma**
  Di, 22.02.2022, 18.00–19.00 Uhr
  Referent: Rolf Dietrich, Medizinprodukteberater, Coloplast GmbH

- **Urlaubszeit ist Reisezeit – Reisemöglichkeiten mit Handicap**
  Di, 22.03.2022, 18.00–19.00 Uhr
  Referent: Ralf Müller, Stoma- und Kontinenztherapeut und Medizinprodukteberater, Coloplast GmbH

DAS LIQUICK X-TREME PLUS KATHETERSYSTEM

Alles in einem – geeignet für den täglichen Gebrauch

Das neue gebrauchsfertige Liquick X-treme Plus Kathetersystem ist ein Komplettsystem für eine schnelle, bequeme Katheterisierung praktisch an jedem Ort und zu jeder Zeit. Dieses Kathetersystem verfügt über einen vorangeschlossenen Urinbeutel, so dass Sie es jederzeit bequem verwenden können, wenn Sie sich selbst katheterisieren müssen. Darüber hinaus machen alle Merkmale des Liquick X-treme Kathetersystems dieses Produkt für den täglichen Gebrauch geeignet.

Berührungsfreie Handhabung
Ausgestattet mit einer blauen Einführhilfe und einer Schutzhülle über die gesamte Katheterlänge.

SafetyCat Katheter
Das Liquick X-treme Plus Kathetersystem ist ausgestattet mit dem SafetyCat Katheter mit innen und außen weich gerundeten SoftCat Augen, einer flexiblen Ergothan-Spitze sowie einer voraktivierten hydrophilen Beschichtung, die für eine behutsame und schonende Katheterisierung entwickelt wurde.

X-treme Unabhängigkeit
Das Liquick X-treme Plus Kathetersystem ist dank des voraktivierten, hydrophil beschichteten SafetyCat-Katheters direkt aus der Verpackung gebrauchsfertig. Ausgestattet mit einer blauen Einführhilfe, einer Schutzhülle und einem vorangeschlossenen Urinauffangbeutel (mit Anti-Rückfluss-Ventil, Daumenloch für erleichterte Handhabung und Perforationslinie für eine einfache Entleerung) ermöglicht dieses System eine unabhängige, vollständig aseptische, berührungsfreie Katheterisierung. Öffnen Sie einfach die Verpackung, entnehmen das System, entfalten den Urinauffangbeutel und führen den Katheter ein.

Musterbestellung
Muster können Sie unter folgendem Link ordern: **https://www.teleflex-homecare.de/musteranforderung/**

Bildquelle: Teleflex

hohenzollern apotheke

Ihr Partner für die Versorgung mit Fertigspritzen

zur Instillation von Arzneimitteln in die Blase

Die Herstellung der Fertigspritzen erfolgt auf ärztliche Verordnung **patientenindividuell** als Rezeptur.

Für die **sichere Anwendung** durch den Patienten wird nur die vom Arzt verordnete Dosis sowie – falls erforderlich – **sterile Luft*** in die Spritze gegeben.

*Empfehlung zur Vermeidung von Unterdosierungen bei Instillation über einen ISK-Katheter.

Wir sind für Sie da:

- ☑ Schnelle Reaktion auf Therapieänderungen möglich
- ☑ Versand innerhalb von drei Arbeitstagen an die gewünschte Adresse des Patienten
- ☑ Erinnerungsservice, damit keine Versorgungslücken entstehen

Unser Team ist bei Fragen von montags bis freitags jeweils von 08:00 bis 17:00 Uhr für Sie erreichbar:

Service-Telefon: 0251 200 780-25
E-Mail: sterilherstellung@hohenzollern-apotheke.de

Hohenzollern Apotheke | Eberwein & Plassmann OHG | Hohenzollernring 57 | 48145 Münster
Tel.: 0251/200780-25 | Fax: 0251/200780-26 | sterilherstellung@hohenzollern-apotheke.de
www.hohenzollern-apotheke.de

»Sobald man den Katheter eingeführt hat, spürt man ihn überhaupt nicht mehr – die Beschichtung hat mich überzeugt.«

SpeediCath® Compact Eve Anwenderin Eva musste zunächst lernen wie ihr Körper funktioniert. Dank der hydrophilen Beschichtung und des sanften Ein- und Ausführens konnte SpeediCath® Compact Eve sie überzeugen.

Dabei spielt die Beschichtung eines Einmalkatheters eine entscheidende Rolle
Hydrophile Beschichtungen können die Reibung zwischen Katheter und Harnröhre reduzieren und somit das Verletzungsrisiko und damit einhergehende Ängste verringern. Jedoch sind nicht alle hydrophilen Katheterbeschichtungen in ihrer Zusammensetzung und ihren Eigenschaften gleich.

JETZT TESTEN!

So wie alle SpeediCath® Katheter schützt auch der SpeediCath® Compact Eve dank der Triple Action Coating Technology die Harnröhre vor Irritationen, Komplikationen sowie Infektionen.

Einfach den QR-Code scannen oder bestellen Sie online auf ***coloplast.to/speedicath_compact_eve*** Ihr persönliches Muster.

*Unsere hydrophile Beschichtung mit der **Triple Action Coating Technology**...*

*...zum **3-fachen Schutz** Ihrer Harnröhre.*

Coloplast

SpeediCath® Compact Eve
designed for you

PM-19253 The Coloplast logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © 2021-11. All rights reserved Coloplast A/S, 3050 Humlebaek, Denmark.

ASBH-Termine auf Landes- und Ortsebene

Weitere Veranstaltungen finden Sie auf der ASBH-Homepage www.asbh.de/termine.

Baden-Württemberg

Freiburg

Rollstuhlsport
Samstags, 12.00 - 14.00 Uhr
Freiburg
Nähere Informationen: Michael Weymann,
Tel.: 0761-6118120
Mail: weymann@ring-freiburg.de

Anmeldung/Info
Familie Ohnemus/Rist, Am Pfannenstiel 32, 79379 Müllheim, Tel.: 07631-749000, ohnemus@asbh-freiburg.de oder Familie Kopp, Zollernstr. 49, 78056 VS-Schwenningen, 07720-9948098, jkopp@asbh-freiburg.de
www.asbh-freiburg.de

Pforzheim • Karlsruhe • Murgtal

Rollstuhlsport Rastatt
Mittwochs von 18.00 – 20.00 Uhr
in der Tulla Halle in Rastatt
Informationen unter Tel.: 07224-651744

Anmeldung/Info:
Jutta Retzer, Eichendorffweg 1,
75196 Remchingen, Tel.: 07232-73300, Fax: 07232-734871,
j.retzer@gmx.de

Ravensburg • Bodensee

Rollstuhlsport mit dem Schwerpunkt „Rollstuhlbasketball“ mit Elias Weber
jeden Freitag 17.00 - 18.00 Uhr (Ausnahme: in den Schulferien)
Sporthalle Bildungszentrum St. Konrad
Ravensburg/Weingarten

Rollstuhlsport Allgemein für Alle mit Elias Weber, Alexander Lässle, Reinhold Kibele
Jeden Freitag 18.00 - 19.00 Uhr (Ausnahme: in den Schulferien)
Sporthalle Bildungszentrum St. Konrad
Ravensburg/Weingarten
Zwergentreff nach Absprache
mit Jutta Kibele, Tel.: 0751-353490

Anmeldung/Info:
Marianne Weber, Auf der Hoeh 30,
88213 Ravensburg,
Tel/Fax: 07546-5461,
marianne_weber53@web.de
und Bärbel und Jürgen Hohl, Mozartweg 4,
88281 Schlier, Tel.: 07529-2773

Stuttgart • Esslingen

Rolli-Sport für Kinder ab 3 Jahren
Samstags 15.00 – 17.00 Uhr, 14-tägig (bitte die genauen Termine per Email erfragen)
Margarete-Steiff-Schule,
Stuttgart
Anmeldung / Info: Marcel Pierer,
0176/43120308, marcelpierer@gmx.de

Paartanzkurs Rollifahrer + Fußgänger
Kontakt: Familie Schlecht
Tel. 0711-3481568, pagati@arcor.de

Frauentreff (wechselnde Orte),
Kontakt: Familie Schrader,
Tel. 0711-2208265, Fax: 0711-2208267,
asbh-stuttgart@gmx.net

Männertreff (wechselnde Orte),
Kontakt: Familie Schrader
Tel. 0711-2208265,
Fax: 0711-2208267
asbh-stuttgart@gmx.net

Rollisport für Kinder ab 7 J.
Dienstags, 15.30 - 16.45 Uhr,
zweiwöchentlich (Beginn immer
am 1. Dienstag nach den Ferien in BW)
Ruit, Schillerschule
Ansprechpartner: Elisabeth Hoefer Lücke,
Tel.: 0711-3411787

Anmeldung/Info:
Marlen Otto,
Schimmelreiterweg 60,
70567 Stuttgart,
Tel. 0711-2635937

Stuttgart

Hydrocephalus-Erfahrungsaustausch in Stuttgart
Termine + Info + Anmeldung unter:
www.hydrocephalusseite.de
Gunnar Meyn, Tel.: 07154-807761
Michaela Föll, Tel.: 07154-1554858

Ulm

Rollstuhlsport jeden Donnerstag
16.45 - 18.00 Uhr, in der Friedrich v. Bodelschwing Turnhalle in Ulm-Böfingen
(außer in den Ferien)
Infos unter: Christiane Renner,
rennerchristiane@gmail.com
Treffen:
Jeden 1. Montag im Monat (außer in den Ferien) treffen sich inklusionserfahrene und inklusionsinteressierte Leute aus Ulm und dem Schulamtsbereich Biberach um 19.30 Uhr im Weststadthaus Ulm zum gemeinsamen Austausch.

Anmeldung/Info:
Frau Rechtsteiner
rechtsteinerulm@aol.com und
Frau Renner rennerchristiane@gmail.com,
oder 0733140501

Bayern

LV-Bayern

Anmeldung/Info:
Guni Vieler, Schmiedsgewanne 20a
94327 Bogen, Tel. 0171-7853850,
Email: gunivieler@googlemail.com

Augsburg • Schwaben

Rollstuhlsport
Absprache mit Frau Findel
Tel.: 0821-553897

Ingolstadt

Thomas Mollner, Am Straßfeld 14,
85077 Manching, Tel: 08459-3332331

Fabian von Schoenebeck
Franz-Marc-Strasse 7a, Tel: 08456- 9155951

Sabine Stuiver, Weichenbergerstrasse 3,
86157 Augsburg, Tel: 0821- 6610510

Mail-Adresse: asbh-in@web.de

München und Oberbayern

Herbst-Treffen
Sa. 02.10.2021 um 11.00 Uhr im Wildpark Poing, Nähere Informationen sowie die verbindliche Anmeldung erfolgt über asbh-muenchen@web.de

USB-Kindertraining Basketball
Jeweils freitags, 15.30-17.00 Uhr
Berufsschule Luisenstr. 29
(Nähe Königsplatz), Sporthalle 2

Rollstuhlsport + Rollihandball
Fürstenfeldbruck
Info: Beate Feldbauer, Tel.: 08141-15955

Rollstuhlbasketball
Freitags, 15.00-16.30 Uhr, Pfennigparade
Info: Claudia Böhm, Tel.: 08139-801616

Jugendgruppe, 8 bis 16 J.
Treffen nach Absprache
Info: Sabrina Waedt, Tel.: 089/ 88980678,
asbh-muenchen@web.de

Jugendgruppe
HC-Ansprechpartnerin
Kornelia Daum, Hirtenstr. 53, 85386 Eching
Tel.: 089-32731004 ab 20.00 Uhr

Gesamtinfo:
Sabrina Waedt, Tel.: 089 - 88980678
asbh-muenchen@web.de

Auf Facebook findet man unter ASBH SHG München eine geschlossene Gruppe. Hier kann man sich in Zukunft auch bei den Veranstaltungen anmelden oder über lokale Termine in und um München informieren! Die Aufnahme erfolgt auf Anfrage an asbh-muenchen@web.de.

Nördliche Oberpfalz

Rollstuhlsport BVC Weiden,
Jeden Donnerstag, 17.00 - 18.00 Uhr, Weiden (außer in den Ferien), Ansprechpartnerin: Evi Voith, Tel.: 09602 4386
Anmeldung und Information
Helga Dippel, Weidenerstr. 31, 92690 Pressath, Tel: 09644-8010, Email: helgadi@gmx.de

Nürnberg • Fürth Erlangen / Mittelfranken

Familientreff
Wir treffen uns ca. alle 3 Monate in 91560 Heilsbronn-Bonnhof

Nächster Termin und Infos:
Birgit Dorn, Heilsbronn,
Tel: 09872-365905, Email: asbh-mittelfranken@gmx.de
oder:
Ute Bieber, Heroldsberg, Tel.: 0911-436609

Integrative Rollstuhlsportgruppe für Kinder und Jugendliche, Sportverein TV 1848 Erlangen
Freitags 16.00 - 17.00 Uhr
Emmy-Noether-Halle, Noetherstr. 49B, 91058 Erlangen
Info/Anmeldung:
Frau Beierlorzer, Tel. 09131-42990

Würzburg • Unterfranken

Rollstuhlbasketball
Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr, Turnhalle, Körperbehindertenzentrum am Heuchelhof

Anmeldung/Info
Sabine Finkler-Amling, Hauptstr. 7, 97246 Eibelstadt, Tel.: 09303-2357, bus.amling@t-online.de oder Alexander Hümmer, Maximilian-Kolbe- Str. 12, 97084 Würzburg, Tel.: 0931-405567, www.spina-bifida-hydrocephalus.selbsthilfe-wue.de

Brandenburg

Anmeldung/Info: Ilka Bischoff/Gabi Franke
ASBH – LV Brandenburg e.V.,
Fritz-Zubeil-Straße 14, 14482 Potsdam,
Tel.: 0331-62617-71 -72, -73, F ax: 0331-60060000, Termine siehe auch Homepage
www.asbh-potsdam.de

Bremen

Erwachsenen-Stammtisch
jeden 2. Samstag im Monat ab 18.00 Uhr
La Bottega da Mario, Ansgaritorstr. 2, Bremen, Nähere Infos: Insa Seelhoff
Tel.: 0421-566 25 82, insa.seelhoff@gmx.de

Rollisport für Jugendliche und Erwachsene
jeden Freitag, 17.00 – 18.30 Uhr für körperlich und motorisch beeinträchtigte Rollifahrer
Berufsbildungswerk Bremen
Nähere Infos: Bremen 1860, Baumschulenweg 6, 28213 Bremen, Tel. 0421 - 211860

Rollstuhlsport und -basketball für Kinder und Jugendliche (8-18 Jahre)
Sporthalle Arenkamp, 28832 Achim-Uphusen

Termine und weitere Infos unter:
Nicolas Röger,
Lions Rollstuhlbasketball im TSV Achim 1860 e.V., Abt. Handicap-Sport
E-mail: rbb-roeger@freenet.de oder
Mobil: 0173 - 6334470 (ab 17.00 Uhr)

Rollstuhlbasketball und -rugby
Sporthalle Arenkamp, 28832 Achim-Uphusen
Termine und weitere Infos unter:
Nicolas Röger, Lions Rollstuhlbasketball im TSV Achim 1860 e.V., Abt. Handicap-Sport
Email.: rbb-roeger@freenet.de oder
Mobil: 0173 - 6334470 (ab 17.00 Uhr)

Nähere Infos zu den Terminen:
Reinhild Lüder-Scholvin,
Tel.: 04231/97 05 844,
reinhildluescho@web.de oder
Angelika Thomassek (HC),
Tel.: 04221-81085,
a.thomassek@arcor.de,
www.asbh-bremen.de

Hamburg

Informationen über neue Selbsthilfegruppen für Eltern (Eltern von Kindern mit SB/HC und Eltern von Kindern mit HC), über zwei Stammtische für betroffene Erwachsene, fünf Freizeitgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene sowie über die aktuellen Informationsveranstaltungen und Projekte: www.asbh-hamburg.de, Rubrik „Rundschreiben“ und Rubrik „Aktuelles“.

Hessen

Darmstadt

Rollihandball für Jugendliche
Freitags 16.00 - 18.00 Uhr (außer in den Ferien), Erich-Kästner-Schule, Bartningstr. 33, Darmstadt, Infos: Joachim Fischer,
Mobil: 0171-498 201, fuschi@t-online.de

Rollstuhlbasketball
Freitags 17.30 - 20.30 Uhr (außer in den Ferien)
Kasinohalle, Kasinostr. 42, Darmstadt
Infos: Jürgen Mißback, Tel. 06155-604097,
jmissback@oneline.de, www.bc-darmstadt.de

HC-Erfahrungsaustausch (Erw.)
Alle Termine: www.hydrocephalusseite.de
Andreas Jörg, Tel. 069/ 30 85 40 20,
hc-erfahrungsaustausch-ffm@web.de

Information und Anmeldung
Allgemeines, Seminare: Angelika Egger,
Tel.: 06071-25701, Handy: 0170 56 327 53,
E-Mail: geli.egger@gmx.de,
asbh-darmstadt@gmx.de
Hydrocephalus: K. Gondermann,
Tel. 06151-130 53 90 asbh@gondermanns.de
www.asbh-darmstadt.de

Rhein-Main-Gebiet

HC-Erfahrungsaustausch für Jugendliche und Erwachsene im Rhein-Main-Gebiet
Weiter Termine siehe
www.hydrocephalusseite.de sowie
bei Andreas Jörg, Tel.: 069-30854020,
hc-erfahrungsaustausch-ffm@web.de

Niedersachsen

Hannover

Kontaktdaten und Information:
Raum Braunschweig-Gifhorn: Manuela Bix, 38304 Wolfenbüttel, Tel.: 05331 41378 und Ratzek, Rebecca, Maschstr. 12,
38114 Braunschweig, Tel. 0531/2251226
oder 0157/77200443, Email: r.ratzek@web.de
Raum Hannover-Celle: Maya Tsantilis, 29336 Nienhagen, Tel.: 05144 495278

Stammtisch für Erwachsene
mit Spina bifida u./o. Hydrocephalus in Hannover,
Ort: Grupenstraße 8, 30159 Hannover.
Infos und Ansprechpartner:
Petra und Udo Rathfelder, Tel.: 05171-56515
Anne Geuer, Tel.: 0511- 6477009,
anne.geuer@t-online.de

Buxtehude

Rollstuhlsport für Jung und Alt im Buxtehuder Sportverein
Samstags, 11.15 - 12.45 Uhr
Alte Sporthalle, HPS (Konopkastraße)

Buchholz in der Nordheide

Rollstuhlbasketball und mehr für Kinder ab 11 Jahren und Erwachsene
Jeden Freitag von 16.00 - 18.30 Uhr
Nordheidehalle, 21244 Buchholz

Rolli Breitensport für Kinder ab 11 Jahren und Erwachsene
Jeden Donnerstag von 16.00-17.30 Uhr
Schulsporthalle, 21259 Otter

Rolli Kinder-Breitensport für Kinder von 3 Jahren bis 18 Jahren - auch für Eltern und Interessierte
Einmal im Monat, wechselnde Termine
Information und Anmeldung:
Familie Barbara Erdrich, Tel.: 04188-7431,
Handy: 01578-7453158,
Rollstuhlsport Blau-Weiss Buchholz e.V.,
www.blau-weiss-buchholz.de

Nordrhein-Westfalen

Duisburg • Essen (HC)

Stammtisch im Café Museum, Café Museum, Friedrich-Wilhelm-Str 64, Duisburg

Anmeldung/Gesamtinfo:
Nicole Höfer, Grimbartweg 20, 45149 Essen
Tel.: 0201-7103110
hoefer1nicole@aol.com und bei
Sandra Froebel, Tel. 0208-4679777
sandra.froebel@gmx.de

Essen • Niederrhein

Rollstuhltanz für Rollstuhlfahrer und Läufer
14-tägig, jeweils dienstags, 19.00 - 21.00 Uhr
Begegnungsstätte „Im Bogen“, 46483 Wesel
Anmeldung/Info: Kirsten Langenberg,
Tel.: 02851-966038 (ab 18.00 Uhr)

Herten

Rollstuhlsport-Termine
Gruppe für Jugendliche und junge Erwachsene:
Montags von 19.30 - 21.00 Uhr
Klaus-Bechtel-Halle, Fritz-Erler-Str. 2,
45701 Herten, (Hier wird unter anderem Rollstuhl-Basketball gespielt.)

Gruppe für Kinder:
Mittwochs von 17.00 - 18.30 Uhr
Sporthalle Barbaraschule, Egerstraße (Navi: Wallstrasse 32), 45701 Herten

In diesen 90 Minuten wird folgendes angeboten: Rollstuhltraining, Bewegungsspiele, Gymnastik, Mannschaftsspiele usw.
Infos: www.rollstuhlsport-herten.de
Kontakt: Jürgen Jordan 0178/6343460, dennis.jordan@imail.de

Ostwestfalen-Lippe

Anmeldung/Gesamtinfo:
Stuhldreier-Steffen, Walburga
Am Erdbeerfeld 12, 33659 Bielefeld
Tel.: 0171-2656260, w.stuhldreier@asbh-owl.de
und bei Tanja Eikelboom, Ossietzkystr. 48
33332 Gütersloh, Tel.: 05241-3050130
t.eikelboom@asbh-owl.de
Postfach: info@asbh-owl.de

Köln • Oberberg

Stammtisch für Eltern
Jeden zweiten Dienstag im Monat
Informationen bei Carina Schlüschen
Tel. 02237-6036333

Münster

Anmeldung/Info:
Mathilde Grahn, Raringheide 120,
48163 Münster, Tel.: 02501-261065
mathilde.grahn@web.de

Rheinland-Pfalz

Koblenz • Neuwied

www.asbh-koblenzneuwied.de
Anmeldung und Information
Tim Gläßer 1. Vors.
Lilienweg 7, 56276 Großmaischeid
Tel. 02689/959621
email: info@asbh-koblenzneuwied.de

Mainz (Arque e.V.)

Geschäftsstelle:
ARQUE Mainz, Hartmühlenweg 2-4
55122 Mainz, Tel.: 06131-320632
Mo. bis Fr. 8.00 - 12.00 Uhr
info@arque.de, www.arque.de

Sachsen

Leipzig

Anmeldung/Info:
Ute Herberg, Jacobstr. 5, 06110 Halle

Sachsen-Anhalt, 03494-27803
oder Jörg Werner, Hospitalstr. 8, 04539 Groitzsch, von 10-21 Uhr, 0345-12262344,
www.hydrocephalusseite.de
hc-erfahrungsaustausch-lpz@gmx.de

Sachsen-Anhalt

ASBH Sachsen-Anhalt

Anmeldung/Info:
asbh-sachsen-anhalt@kabelmail.de
Jane Kruse: Tel.: 03949 99 600
oder 151 52 57 25 01
Andrea Klatt: Tel.: 0157 74 010817

Schleswig-Holstein

Schleswig

Rollisport für Kinder
Jeden Freitag, 17.00 Uhr – 19.00 Uhr
in der Halle der Gemeinschaftsschule West in Flensburg

Rollisport für Erwachsene
jeden Dienstag, 18.00 Uhr – 20.00 Uhr
jeden Mittwoch (Ligatraining Erwachsene) 18.00 Uhr – 20.00 Uhr, Hannah-Arendt-Schule (neben Förderhalle) in Flensburg

Rollisport für Jugendliche
Jeden Mittwoch, 16.30 Uhr – 18.00 Uhr
In der Halle der Gemeinschaftsschule West in Flensburg

Ansprechpartner: Lars Vogt - Spartenleiter,
Tel.: 04646-990 304
spartenleiter@rollstuhlsport-flensburg.de
www.rollstuhlsport-flensburg.de

Westküste Schleswig-Holstein

Barbara Köhne
Georg-Elser-Str. 3
25704 Meldorf
Tel. 04832 5016
barbara.koehne@asbh.de

Thüringen

Landesverband Thüringen

Anmeldung/Info:
Michaela Lobenstein Wiesenmühlenweg 1,
99441 Magdala, Tel.: 036454-59523
Elalo-asbh@web.de

Externe Veranstaltungen

Kiel

-Mittendrin- Geschwisterkinder und Kinder mit kranken Angehörigen unterstützen
Jeden 1. Freitag im Monat, 15.00 – 18.00 Uhr
Heinrichs Familienhaus, Kronshagener Weg 130c, Kiel, Kontakt: Tel: 0431-887 23 34
E-Mail: brueckenteam@heinrich-schwestern.de

Karlsruhe

Mobilitätstraining für Erwachsene
Trainingstermine: jeweils Mo., 17.30 - 18.30 Uhr, laufende Trainingseinheiten in Halle 1, Einstieg jederzeit möglich!

Mobil auch im Rollstuhl - mit spielerischen und sportlichen Übungen lernen, sich mit dem Rollstuhl zurechtzufinden. Mit Mobilitätsübungen, an einem Hindernisparcour oder auch beim Spielen in der Gemeinschaft werden Alltagssituationen geschult. Der richtige Umgang und die Vertrautheit mit dem Rollstuhl stehen dabei ebenso auf dem Programm wie Freude an der Bewegung und Spaß in der Gruppe.
Ort: Polizeisportverein Karlsruhe e.V.,
Edgar-Heller-Str. 19, 76227 Karlsruhe

Mobilitätstraining für Kinder & Jugendliche
(Anerkannt als niedrigschwelliges Betreuungsangebot nach § 45b SGB XI)
Trainingstermine:
jeweils Mo., 16.20 - 17.20 Uhr
laufende Trainingseinheiten in Halle 1,
Einstieg jederzeit möglich!

Mobil auch im Rollstuhl - mit spielerischen und sportlichen Übungen lernen, sich mit dem Rollstuhl zurechtzufinden. Mit Mobilitätsübungen, an einem Hindernisparcour oder auch beim Spielen in der Gemeinschaft werden Alltagssituationen geschult. Der richtige Umgang und die Vertrautheit mit dem Rollstuhl stehen dabei ebenso auf dem Programm wie Freude an der Bewegung und Spaß in der Gruppe.
Ort: Polizeisportverein Karlsruhe e.V.,
Edgar-Heller-Str. 19, 76227 Karlsruhe

Informationen/Anmeldung:
Renate Englert, Telefon: 0160/ 90634468
E-Mail: Englert.u.Sport@web.de

ASBH vor Ort – Landesverbände, Selbsthilfegruppen und Ansprechpartner

Die ASBH hat für den direkten, persönlichen Austausch regionale Gruppen und Ansprechpartner. Hier veröffentlichen wir die Adressen nach der Regionalstruktur, auf den nachfolgenden Seiten veröffentlichen wir die Ansprechpartner nach Zielgruppen. Diese Struktur finden Sie auch auf der ASBH-Homepage unter ASBH Selbsthilfe. Änderungen/Ergänzungen bitte direkt an redaktion@asbh.de.

ASBH Selbsthilfe gGmbH

Grafenhof 5, 44137 Dortmund
Tel.: 0231/861050-0 (vormittags)
Fax: 0231/861050-50
asbh@asbh.de, www.asbh.de

Baden-Württemberg

Freiburg

Familie Ohnemus, Am Pfannenstiel 32
79739 Mühlheim, 07631/749000
ohnemus@asbh-freiburg.de
Kopp, Jörg, Zollernstr. 49,
78056 Villingen-Schwenningen,
07720/22167 jkopp@asbh-freiburg.de
(auch HC-Ansprechpartner)

Heilbronn

Metzke, Conny & Ralf
Schmidhausener Str. 28, 71717 Beilstein
07062/930966

Stuttgart-Esslingen

Marlen Otto, Schimmelreiterweg 60,
70567 Stuttgart, Tel. 0711-2635937
asbh-stuttgart@gmx.net
HC:Meyn, Gunnar, Eastleighstr. 14,
70806 Kornwestheim,
HC-Erfahrungsaustausch,
telefonische Beratung
Leitung Gesprächskreis.
Auch für Jgdl. + Erw. in Stuttgart.
Kontakt: Täglich bis 21.00 Uhr, AB. Rückruf
spätestens nach zwei Tagen.
07154 - 80 77 61
hc-erfahrungsaustausch-stg@arcor.de
www.hydrocephalusseite.de
HC: Föll, Michaela, Wipperstr. 7
70806 Kornwestheim
HC-Erfahrungsaustausch,
telefonische Beratung
Leitung Gesprächskreis.
Auch für Jgdl. + Erw. in Stuttgart.
Kontakt: Täglich bis 21.00 Uhr, AB.
Rückruf spätestens nach zwei Tagen.
07154 – 1 55 48 58
hc-selbsthilfe@kabelbw.de
www.hydrocephalusseite.de

Tübingen-Reutlingen

Ackermann, Tanja, Eichenweg 1
72175 Dornhan, 07455/405
Klein, Simone, Zum Wasserturm 25
72108 Rottenburg, 07457/696834

Ulm

Leonore Petruch, Bahnwaldstraße 11
89233 Neu-Ulm, 0731 1598779
0151 43260733, Leonore@petruch.com
Erni, Iris, Bömmelbergstr. 9,
88453 Erolzheim, 07354-934462,
asbh.ulm@t-online.de

Bayern

LV Bayern

Guni Vieler, Schmiedsgewanne 20a
94327 Bogen, Tel. 0171-7853850,
gunivieler@googlemail.com,
www.asbh-lv-bayern.de
HC: Jessica Wolf, Königsbergerstr. 5, 63906
Erlenbach, 09372/13557

Aschaffenburg (HC)

Wolf, Jessica, Königsberger Str. 5
63906 Erlenbach/Main
HC-Erfahrungsaustausch,
telefonische Beratung
Leitung Gesprächskreis, auch für
Schwangerschaft mit Hydrocephalus
Kontakt: Täglich bis 21.00 Uhr, AB. Rückruf
spätestens nach zwei Tagen.
09372 - 13 55 72
hc-erfahrungsaustausch-ffm@gmx.de
www.hydrocephalusseite.de

Bamberg-Oberfranken

Hager, Josef, Drosselweg 3
96114 Hirschaid, 09543/56343

Bayreuth

Heilmann, Ulrike, Anemonenweg 25a
95447 Bayreuth, 0921/69922

Ingolstadt

Thomas Mollner
Am Straßfeld 14, 85077 Manching
Tel: 08459-3332331

Fabian von Schoenebeck
Franz-Marc-Strasse 7a
Tel: 08456- 9155951

Sabine Stuiver
Weichenbergerstrasse 3, 86157 Augsburg
Tel: 0821- 6610510

Mail-Adresse: asbh-in@web.de

Landshut

Veitl, Brigitte, Parkstraße 17
84098 Hohenthann, 08784/942147

München

Sabrina Waedt, Tel.: 089/ 88980678,
0176/10111561, asbh-muenchen@web.de
HC:Sabine Bertleff, Tel.: 08135/9941082,
0179/6961403, bertleff.sabine@web.de
HC (Jugendliche/Erwachsene):
Ermisch, Martina, 089-45207941
martina-ermisch@gmx.de
(ab ca. 19.00 Uhr; Anrufbeantworter)

Niederbayern

Rüpl, Kerstin, Sammern 2b
94554 Moos, 09938/919136

Nördliche Oberpfalz

Dippel, Helga, Weidener Str. 31
92690 Pressath, 09644/8010

Nürnberg-Fürth-Erlangen / Mittelfranken

Dorn, Birgit, Pfarrer-Hausmann-Str. 20
91560 Heilsbronn, 09872-365905
HC:Eigenthaler, Karin, Lerchenbühlstr. 12
91443 Scheinfeld, 09162/1893

Regensburg-Oberpfalz

Roy, Stephanie, Ludwig-Thoma-Str. 9 1/2
93158 Teublitz, Tel. 09471/3086546
ASBH.SteffiRoy@web.de
HC:Sonja Sieber, Goethestrasse 11,
93083 Obertraubling
HC-Erfahrungsaustausch für Erwachsene
Tel.: 09401/525399
E-Mail: sonja.sieber@hc.sumsi-rudi.de

Würzburg-Unterfranken

Finkler-Amling, Sabine, Hauptstr. 7
97246 Eibelstadt, 09303/2357
bus.amling@t-online.de

Berlin

proRemus e. V.

Uwe Danker, Jüterboger Str. 6a
Telefon: 030-606 1979
E-Mail: info@proremus.de, www.proremus.de

Brandenburg

ASBH Brandenburg e. V.

Franke, Gabi, Fritz-Zubeil-Str. 14
14482 Potsdam, 0331/626177-1 od. -3
info@asbh-potsdam.de
HC Kinder: Scholtka, Ellen,
Ragösener Str. 71,
14806 Bad Belzig, 033846/909 584
HC Erwachsene: Becker, Stefanie
Brucknerstr. 1, 15569 Woltersdorf
03362/5408

Bremen

Bremen

Lüder-Scholvin, Reinhild
Am alten Pulverschuppen 14
27283 Verden/Aller, 04231/9705844
reinhild.luescho@web.de
www.asbh-bremen.de
HC:Thomassek, Angelika
Stuckenbergstr. 3, 27749 Delmenhorst
04221/81085, a.thomassek@arcor.de

Hamburg

ASBH Bereich Hamburg e.V.

Beratung: Gesa Borek
Paul-Stritter-Weg 7, 22297 Hamburg
040/559 46 41
gesa.borek@asbh-hamburg.de

Verwaltung: Volmer-Glander, Alexandra
Paul-Stritter-Weg 7, 22297 Hamburg
040/558 33 56
alexandra.volmer-glander@asbh-hamburg.de
Sozialpädagogische Betreuung der Erwachsenen im Alltag: Domenique Yousefi d.yousefi@asbh-hamburg.de

Neben der Beratungsstelle stehen die einzelnen Ansprechpartner zur Verfügung
www.asbh-hamburg.de

HC: Bernd Domnik
für Erwachsene mit Hydrocephalus
bernd.domnik@hamburg-mitte.hamburg.de
www.asbh-hamburg.de (Ansprechpartner
auch für den Stammtisch für
Selbstbetroffene mit Hydrocephalus)
Mitra, Nina, Frauen mit Spina bifida und
Hydrocephalus, ninamitra@hotmail.com

Renckstorf, Kai, Männer mit Spina bifida
und Hydrocephalus, ringtaenzer@arcor.de
Hinz, Eleni, Erwachsene mit Spina bifida und
Hydrocephalus (über 50 Jahre)
Kontakt: zauberherz1@gmx.de
Loose, Jennifer, Frauen mit Hydrocephalus
bezüglich Schwangerschaft und Beruf
Kontakt: hansjennifer@web.de

Hessen

Darmstadt-Südhessen

Egger, Angelika, Weimarer Str. 13,
64807 Dieburg, 06071/25701
Angelika.Egger@gmx.de

Frankfurt

HC: Andreas Jörg, HC-Erfahrungsaustausch
telefonische Beratung, Leitung Gesprächskreis Auch für Jgdl. + Erw. in Ffm.
Kontakt: Täglich bis 21.00 Uhr, AB
Rückruf spätestens nach zwei Tagen
069 - 30 85 40 20
hc-erfahrungsaustausch-ffm@web.de
www.hydrocephalusseite.de

Fulda

Storch, Christina (kom.),
Schwarzmannstr. 57, 36039 Fulda,
0661/59593

Gießen

Braun, Tanja, Schmiedgasse 1 A
35415 Pohlheim, 06404/6680933
tanne-braun@web.de

Kassel-Nordhessen

Bousabeur, Wassiliki,
Karlsbader Str. 7
34134 Kassel, 0561-4917337
asbh-kassel@web.de

Mecklenburg-Vorpommern

Rostock

Kuske, Bettina u. Volkmar
Ludwig-Feuerbach-Weg 11 c,
18146 Rostock, Tel. 0381/1239048

Schwerin

HC:
Jaskulke, Britt u. Thomas
Neue Str. 37, 19086 Plate, 0174/3837594
familiejaskulke@live.de

Niedersachsen

Hannover-Braunschweig-Celle Hannover-Celle

Tsantilis, Maya, Garswoodstr. 18
29336 Nienhagen, 05144-495 278

Braunschweig-Gifhorn

Bix, Manuela, Thieder Weg 11c,
38304 Wolfenbüttel, 05331-413 78

Ratzek, Rebecca, Maschstr. 12,
38114 Braunschweig, Tel. 0531/2251226
oder 0157/77200443, Email: r.ratzek@web.de

Cuxhaven

Jantzen, Sabine, Oberenden 9,
21769 Lamstedt, 04773/1405

Nordhorn-Emsland

Baumann, Marita, Woltermanns
Maarte 8, 48531 Nordhorn,
05921/858820

Oldenburg

Fischer, Monika,
Am Pulverturm 16,
26133 Oldenburg, 0441/2095105
mofi45@aol.com

Ostfriesland

Hessenius, Helga, An der Mühle 11,
26810 Westoverledingen, 04955/997154

Soltau-Lüneburger Heide

Busch, Erika, Frielingen 38
29614 Soltau, 05197/222

Nordrhein-Westfalen

Bocholt

Rekers, Marlies, Am Hambrock 26
46399 Bocholt, 02871/30034

BONN/RHEIN-SIEG (HC)

Bettina Rosenbaum
An der Siebengebirgsbahn 5, 53227 Bonn
Telefon: 0227/1841472
E-Mail: bettina.kuepfer@gmx.de

Duisburg-Essen (HC)

Froebel, Sandra, Finefraustraße 7,
45572 Mülheim, 0208/4679777
sandra.froebel@gmx.de

Hamm

Brandt, Egbert, Rombergerstr. 29
59077 Hamm, 02389/402197

Köln-Bonn

Schlüschen, Carina,
Am Moosgarten 2,
50171 Kerpen,
carina.schlueschen@gmail.com

Münster

Grahn, Mathilde,
Raringheide 120, 48163 Münster,
02501/261065, mathilde.grahn@web.de

Ostwestfalen-Lippe

Stuhldreier-Steffen, Walburga
Am Erdbeerfeld 12, 33659 Bielefeld
Tel.: 0171-2656260
w.stuhldreier@asbh-owl.de
Tanja Eikelboom, Rohrdommelweg 2,
33335 Gütersloh, Tel.:0176-23609787
t.eikelboom@asbh-owl.de
Postfach: info@asbh-owl.de
HC: Röder, Joachim • Torfstichweg 15 a,
33613 Bielefeld • 0521/887679

Sauerland

HC:
Klupsch, Renate,
Wagnerstraße 1,
58849 Herscheid, 02357/171451
renate@ofc-klupsch.de

Siegen-Betzdorf-Olpe

Gail, Friedhelm,
Kuckucksteinstr. 14,
35686 Dillenburg Donspach
Tel. + Fax: 02771/814404
friedhelm@familie-gail.de
HC:Irle, Marion, Bahnhofstr. 15,
51702 Bergneustadt, 02261/42050
Fam.Irle@web.de

Warstein

Bause, Gilda, Heinrich-Heine-Str. 14,
59581 Warstein, 02902/59178
ASBH.Warstein@web.de

Westmünsterland (HC)

Göring, Anne, Aechterhook 4,
48691 Vreden, 02564/950876

Rheinland-Pfalz

ASBH Koblenz-Neuwied e.V.

Tim Gläßer, 1. Vors.
Lilienweg 7, 56276 Großmaischeid
Tel. 02689/959621
email: info@asbh-koblenzneuwied.de

Mainz Arque e. V.

ARQUE e. V.
im Kinderneurologischen Zentrum
Hartmühlenweg 2-4,
55122 Mainz, 06131/320632
info@arque.de, www.arque.de

Trier/Südeifel

Gartner, Renate,
Wahlholz 6, 54516 Wittlich,
Tel. 06571/20449,
renate.gartner@gmx.de

Westpfalz Saarland

Meyer, Anke, Fürther Str. 37a,
66916 Breitenbach, 06386/7576
HC:Blaum, Renate, An der Haarspot 21,
67677 Alsenborn, 06303/870472

Sachsen

Leipzig

Junghanns, Katrin,
An der Gärtnerei 41,
04205 Leipzig (Miltitz),
0341/9418839

HC: Herberg, Ute
HC-Erfahrungsaustausch,
telefonische Beratung
Leitung Gesprächskreis
Für Jgdl. + Erw. in Leipzig
Kontakt: tägl. bis 21.00 Uhr, AB.
Rückruf spätestens nach zwei Tagen
0345-12262344
hc-erfahrungsaustausch-lpz@gmx.de
www.hydrocephalusseite.de

Werner, Jörg
HC-Erfahrungsaustausch,
telefonische Beratung
Leitung Gesprächskreis
Für Jgdl. + Erw. in Leipzig
Kontakt: Mo - Do 10.00 bis 21.00 Uhr
0171- 8732344
hc-erfahrungsaustausch-lpz@gmx.de
www.hydrocephalusseite.de

Zwickau

Meier, Kristina,
Pöhlauerstr. 63 B,
08066 Zwickau,
Tel. 0375/297252
meier-ukss@gmx.de

Sachsen-Anhalt

ASBH Sachsen-Anhalt

Kruse, Jane,
asbh-sachsen-anhalt@web.de
Tel. 03949-99 600
Mobil: 0151-52 57 25 01

Ostharz

Vietze, Annegret,
Thalenser Chaussee 3,
06502 Neinstedt,
Tel. 03947/61451

Schleswig-Holstein

Flensburg

Lieb, Andrea,
Oberlangberg 24 a,
24983 Handewitt,
04608/96269
andrea.lieb@web.de

Lübeck

Kohrs, Andrea,
Am Steinfelder Redder 76,
23843 Bad Oldesloe,
04531/7507

Owschlag

Reinhold, Sabine,
Blöckenkoppel 18,
24811 Owschlag,
04336/1290

Schleswig

Kähler, Ulrike und Arne
Hermann-Clausen-Str. 22,
24837 Schleswig
Tel. 04621/25880,
arne.kaehler@t-online.de

Westküste Schleswig-Holstein

Veranstaltungen und Sport
Ansprechpartnerin:
Barbara Köhne
Georg-Elser-Str. 3
25704 Meldorf
Tel. 04832 5016
barbara.koehne@asbh.de

Messerschmidt, Wiebke,
Bramberg 2e
24354 Fleckeby,
Tel. 04354-800 036
w.messerschmidt@gmx.de

Thüringen

Thüringen

Lobenstein, Michaela
Wiesenmühlenweg 1,
99441 Magdala
Tel. 036454/ 59523,
Fax: 036454/59524,
Handy: 0173/8502029,
ElaLo-asbh@web.de

HC:
Geigerhilk, Siiri,
Unterm Hain 29,
07407 Rudolstadt,
Tel. 03672/427738

ASBH-Ansprechpartner: Wir bringen Menschen zusammen

Die ASBH hat für den direkten, persönlichen Austausch regionale Gruppen und Ansprechpartner.
Hier veröffentlichen wir die Adressen nach der Regionalstruktur, auf den vorherigen Seiten veröffentlichen wir die Ansprechpartner nach Zielgruppen.
Diese Struktur finden Sie auch auf der ASBH-Homepage unter ASBH vor Ort. Änderungen/Ergänzungen bitte direkt an redaktion@asbh.de.

Jugendliche/Erwachsene finden Kontakt und Austausch

Spina bifida

Jugendliche und Erwachsene mit Spina bifida

Julia Reichenberger
Dipl. Sozialpädagogin.
Auch für Eltern von Kindern mit Spina bifida.
Kontakt: 16.00 - 20.00 Uhr.
0201 - 79 93 91 45
Julia.Reichenberger@t-online.de

Mirjam Büssing-Lörcks
Kontakt: ab 19.00 Uhr.
02851 - 58 99 17
Mirjam-buessing-loercks@t-online.de

Nils Mahler
Ansprechpartner seit 1999 für Jugendliche und junge Erwachsene mit Spina bifida mit oder ohne HC. Wohnhaft in Bedburg/Erft, westlich von Köln. Arzt in Weiterbildung in der Kinder- und Jugendpsychiatrie, selbst Rollstuhlfahrer mit Spina bifida, Jg. 1981. Schwerpunkte: erfülltes Leben mit der Behinderung, ungewöhnliche Hobbies ausprobieren, Selbständigkeit/Eigenständigkeit, Berufswahl, medizinische Themen. Aus berufsrechtlichen Gründen keine ärztliche Behandlung/Diagnosestellung per Telefon oder email!
email: rollidoc@uni-bonn.de
Telefon: 02272/9377177 (AB), ab 18.00 oder am Wochenende.

Felicitas Engelmann
Auch für (werdende) Eltern und von Kindern mit Spina bifida
E-Mail: felicitas.engelmann@gmx.de

Andrea Henkel
Kontakt: andrea_henkel@gmx.de
Tel. 0461 – 660 918 56
Handy: 0151 – 172 418 00
www.facebook.com/trotzbehinderungvollimleben

Für die Metropolregion Hamburg:
ASBH Hamburg Beratungsstelle
Claudia Gerke
Auch für Eltern von Kindern mit Spina bifida und Studium + Beruf. Dipl. Sozialpädagogin mit Spina bifida, Hydrocephalus und Epilepsie.
Kontakt: Mo. - Fr. Festnetznummer,
E-Mail immer.
04531 - 89 31 10, claudi-gerke@outlook.de

Janna Zilz
ASBH-Jugend Hamburg,
für Jugendliche mit Spina bifida
Kontakt: Telefonisch ab 18.30 Uhr,
04651 – 93 93 49
janna@asbh-jugend-hamburg.de /
janna.zilz@freenet.de

Nico Hille
für Jugendliche mit Spina bifida
Kontakt: 02378 - 5377
frame.hil@t-online.de

Katrin Diehl
Auch für Eltern von Kindern mit Spina bifida (bei vorgeburtlicher Diagnose und nach der Geburt), Kontakt: katrindiehl85@gmail.com

Wolfgang Pfau
Auch für Eltern von Kindern mit Spina bifida
Telefon: 0176/561 389 05
E-Mail: wolfgang.pfau@gmx.net

Petra und Udo Rathfelder
Pechschwarte 15
31226 Peine OT Schwicheldt
Tel. (05171) 56515, Fax (05171) 56516
pu.rathfelder@t-online.de

Schwangerschaft / Kinderwunsch Mütter mit Spina bifida

Tanja Kremer
Mutter mit Spina bifida und Hydrocephalus, Colostoma.
Kontakt: TanjaKremer74@web.de

Hydrocephalus

Jugendliche und Erwachsene mit Hydrocephalus

Martina Ermisch
HC (Jugendliche/Erwachsene):
Kontakt: martina-ermisch@gmx.de
Tel. 089-45207941
(ab ca. 19.00 Uhr; Anrufbeantworter)

Friederike Thon
Auch für Eltern von Kindern mit Hydrocephalus
(bei vorgeburtlicher Diagnose und nach der Geburt), Kontakt: friederikethon@gmx.de

Kurt Fleig
Kontakt: 07821 - 303 85
k.fleig@fsdatensysteme.de

Martina Bendel
Auch für Schwangerschaft/Kinderwunsch bei Müttern mit Hydrocephalus. Mutter mit Hydrocephalus, Ärztin für Allgemeinmedizin i.R.
Kontakt: 18.30 – 21.00 Uhr, AB.
0201 – 76 20 80 / 0163 – 2 02 90 92
martina@bendels-welt.de

Für die Metropolregion Hamburg:
ASBH Hamburg Beratungsstelle
Bernd Domnik
Für Erwachsene mit Hydrocephalus
Kontakt: BeViDomnik@alice.de
www.asbh-hamburg.de (Ansprechpartner auch für den Stammtisch für Selbstbetroffene mit Hydrocephalus

Michaela Föll, HC-Erfahrungsaustausch,
telefonische Beratung
Leitung Gesprächskreis.
Auch für Jgdl. + Erw. in Stuttgart.
Kontakt: Täglich bis 21.00 Uhr, AB. Rückruf spätestens nach zwei Tagen.
07154 – 1 55 48 58
hc-selbsthilfe@kabelbw.de
www.hydrocephalusseite.de

Ute Herberg
HC-Erfahrungsaustausch,
Leitung Gesprächskreis
Für Jgdl. + Erw. in Leipzig
Kontakt: tägl. bis 21.00 Uhr, AB,
Rückruf spätestens nach zwei Tagen
0345-12262344
hc.erfahrungsaustausch.lpz@gmail.com
www.hydrocephalusseite.de

Nicole Höfer
Auch für Eltern von Kindern mit Hydrocephalus, Krankenschwester, Lehrerin für Pflegeberufe.
Kontakt: 0201 – 7 10 31 10
hoefer1nicole@aol.com

Marion Irle
Mutter eines Sohnes mit Hydrocephalus nach Hirnblutung
Auch für Eltern von Kindern mit Hydrocephalus
Kontakt: telefonisch, E-Mail.
02261 - 4 20 50
Fam.Irle@web.de

Renate Jastrow
Auch für Eltern von Kindern mit Hydrocephalus
Kontakt: 09.00 - 20.00 Uhr.
06303 - 87 04 72, r-jastrow@t-online.de

Andreas Jörg
HC-Erfahrungsaustausch, telefonische Beratung
Leitung Gesprächskreis.
Auch für Jgdl. + Erw. in Ffm.
Kontakt: Täglich bis 21.00 Uhr, AB.
Rückruf spätestens nach zwei Tagen.
069 - 30 85 40 20
hc-erfahrungsaustausch-ffm@web.de
www.hydrocephalusseite.de

Sabine und Thomas Lammers
Kontakt: Mo. - So. 16.00 - 22.00 Uhr
0211 - 42 93 20, 0172 – 2 47 90 66
thomas.lammers@web.de

Gunnar Meyn
HC-Erfahrungsaustausch, telefonische Beratung
Leitung Gesprächskreis.
Auch für Jgdl. + Erw. in Stuttgart.
Kontakt: Täglich bis 21.00 Uhr, AB.
Rückruf spätestens nach zwei Tagen.
07154 - 80 77 61
hc-erfahrungsaustausch-stg@arcor.de
www.hydrocephalusseite.de

Simone Naucke
Am Ehrenmahl 14
25594 Vaale
E-Mail: m.s.naucke@freenet.de
Tel. 0176 6100 8358

Jörg Werner
HC-Erfahrungsaustausch
telefonische Beratung, Leitung Gesprächskreis, Für Jgdl. + Erw. in Leipzig
Kontakt: Mo - Do 10.00 bis 21.00 Uhr
0171-8732344

Jessica Wolf
HC-Erfahrungsaustausch,
telefonische Beratung, Leitung Gesprächskreis, auch für Schwangerschaft mit Hydrocephalus
Kontakt: Täglich bis 21.00 Uhr, AB.
Rückruf spätestens nach zwei Tagen.
09372 - 13 55 72
hc-erfahrungsaustausch-ffm@gmx.de
www.hydrocephalusseite.de

Nadine Bagans
Ansprechpartnerin für Jugendliche und junge Erwachsene mit Hydrocephalus
Kontakt: nadine-bagans@web.de
Ab 17.00 Uhr auch per Handy:
0173-208 71 18

Astrid Schirbach
auch für Pflegehilfe im Pflegeheim, Betreutes Wohnen, Urlaub mit Handicaps, Berufe mit Handicaps, Sport mit Handicap – Krankengymnastik.
Kontakt: Telefon: 02323/96030267 oder Handy: 0151/46794144 oder Email: astrid-schirbach@web.de

Mütter mit Hydrocephalus

Für die Metropolregion Hamburg:
ASBH Hamburg Beratungsstelle
Martina Bendel
Auch für Jgdl. + Erw. mit Hydrocephalus.
Mutter mit Hydrocephalus, Ärztin i.R.
Auch für Allgemeinmedizin.
Kontakt: 18.30 Uhr bis 21.00 Uhr, AB.
0201 - 76 20 80, 0163 - 2 02 90 92
martina@bendels-welt.de

Jessica Wolf
HC-Erfahrungsaustausch,
telefonische Beratung
Leitung Gesprächskreis.
Auch für Jgdl. + Erw. in Ffm.
Kontakt: Täglich bis 21.00 Uhr, AB.
Rückruf spätestens nach zwei Tagen.
09372 - 13 55 72
hc-erfahrungsaustausch-ffm@gmx.de

Normaldruckhydrocephalus (NPH)

Für die Metropolregion Hamburg:
ASBH Hamburg Beratungsstelle

Sonja Sieber
Mutter von 2 Kindern. Organisiert Erfahrungsaustausch für Erwachsene mit NPH im Raum Regensburg.
Kontakt: 09401 - 52 53 99
sonja.sieber@hc.sumsi-rudi.de

Spina bifida und Hydrocephalus

Erwachsene mit Spina bifida und Hydrocephalus Ü 50 (Rollstuhlfahrer)

Für die Metropolregion Hamburg:
ASBH Hamburg Beratungsstelle
Eleni Hinz
Kontakt: Festnetz: 040 / 280 21 63
Handy: 0174 46 11 317
E-Mail: zauberherz1@gmx.de

Jugendliche und Erwachsene mit Spina bifida und Hydrocephalus

Nils Mahler
Ansprechpartner seit 1999 für Jugendliche und junge Erwachsene mit Spina bifida mit oder ohne HC. Wohnhaft in Bedburg/Erft, westlich von Köln. Arzt in Weiterbildung in der Kinder- und Jugendpsychiatrie, selbst Rollstuhlfahrer mit Spina bifida, Jg. 1981. Schwerpunkte: erfülltes Leben mit der Behinderung, ungewöhnliche Hobbies ausprobieren, Selbständigkeit/Eigenständigkeit, Berufswahl, medizinische Themen. Aus berufsrechtlichen Gründen keine ärztliche Behandlung/Diagnosestellung per Telefon oder email!, email: rollidoc@uni-bonn.de
Telefon: 02272/9377177 (AB), ab 18.00 oder am Wochenende.

Kirsten Althaus, Tel. 0941 - 8 36 98
Kontakt: E-Mail. KirstenAlthaus@web.de

Christoph Bärwinkel
Auch für Eltern von Kindern mit Spina bifida und Hydrocephalus.
Kontakt: 05721 - 7 71 47,
0151 - 51 47 21 26
christoph_baerwinkel@web.de

Mirjam Büssing-Lörcks
Kontakt: ab 19.00 Uhr. 02851 - 58 99 17
Mirjam-buessing-loercks@t-online.de

Jane Kruse
Auch für Eltern von Kindern mit Spina bifida und Hydrocephalus.
Kontakt: 05172 – 968 058,
0151 - 52 57 25 01
asbh-sachsen-anhalt@kabelmail.de

Kirsten Langenberg
Jugend- und Erwachsenenvertreterin,
Leiterin einer Rollstuhltanzgruppe.
Kontakt: Telefonisch nach 18.00 Uhr, 02851-96 60 38, 0176 - 38 81 45 06
E-Mail: kirsten-langenberg@t-online.de

Für die Metropolregion Hamburg:
ASBH Hamburg Beratungsstelle

Kontakt: Tel. 040/ 559 46 41
E-Mail: asbh@asbh-hamburg.de
www.asbh-hamburg.de

Nina Mitra
Frauen mit Spina bifida und Hydrocephalus
Kontakt: ninamitra@hotmail.com

Für die Metropolregion Hamburg:
Lara Möhlenbeck
Für Jugendliche und junge Erwachsene mit Spina Bifida und Hydrocephalus
Kontakt: lara.mh@web.de,
Tel. 0151-28835156

ASBH Hamburg Beratungsstelle
Kai Renckstorf
Männer mit Spina bifida und Hydrocephalus
Kontakt: ringtaenzer@arcor.de

Jessica Wolf
Kontakt: Königsbergerstr. 5, 63906 Erlenbach, 09372/13557

Julia Reichenberger, Dipl.-Sozialpädagogin.
Auch für Eltern von Kindern mit Spina bifida.
Kontakt: 16.00 - 20.00 Uhr.
0201 - 79939145
Julia.Reichenberger@t-online.de

Claudia Gerke
Auch für Jgdl. + Erw. mit Spina bifida und Eltern von Kindern mit Spina bifida. Dipl. Sozialpädagogin mit Spina bifida, Hydrocephalus und Epilepsie.
Kontakt: Mo - Fr Festnetz, E-Mail immer.
04531 - 89 31 10, claudi-gerke@outlook.de

2. Eltern finden Kontakt und Austausch

Spina bifida

Eltern von Kindern mit Spina bifida

Rebecca Ratzek
Maschstr. 12, 38114 Braunschweig,
Tel. 0531/2251226 oder 0157/77200443,
Email: r.ratzek@web.de

Für die Metropolregion Hamburg:
ASBH Hamburg Beratungsstelle

Kibele, Jutta
Schnitzerweg 6, 88214 Ravensburg
Kontakt: reinholdkibele@kabelbw.de

Lieb, Andrea
Oberlangberg 24 a, 24983 Handewitt
Kontakt: 04608/96269, andrea.lieb@web.de

Cornelia Metzke
71717 Beilstein, Kontakt: ralf.metzke@gmx.de

Maya Tsantilis
Garswoodstr. 18, 29336 Nienhagen
Kontakt: 05144-495 278

Manuela Bix
Thieder Weg 11c, 38304 Wolfenbüttel
Kontakt: 05331-413 78

Sabine Finkler-Amling
Hauptstr. 7, 97246 Eibelstadt
Tel: 09303/2357, bus.amling@t-online.de

Bettina u. Volkmar Kuske
Ludwig-Feuerbach-Weg 11c,
18146 Rostock
Kontakt: Tel. 0381/1239048
Felicitas Engelmann
Auch für Erwachsene und Jugendliche mit Spina bifida,
E-Mail: felicitas.engelmann@gmx.de

Claudia Scholz, Soziologie-Studentin
Schwerpunkte: offene Fetalchirurgie,
Altersgruppe: 1-5 Jahre, I-Platz Krippe
04179 Leipzig, E-Mail: scholz_c@gmx.de
Mobil: 0152/ 074 62 297

Für die Metropolregion Hamburg: ASBH Hamburg Beratungsstelle
Kirsten Petersen
Tel. 04122/ 967 387
E-Mail: kirpetersen@gmx.de

Andrea Henkel
Kontakt: andrea_henkel@gmx.de
Tel. 0461 – 660 918 56
Handy: 0151 – 172 418 00, www.facebook.com/trotzbehinderungvollimleben

Kurt Fleig
Auch für Jgdl. + Erw. mit Spina bifida.
Kontakt: 07821 – 3 03 85

Claudia Gerke
Auch für Jgdl. + Erw. mit Spina bifida und Studium + Beruf. Dipl. Sozialpädagogin mit Spina bifida, Hydrocephalus und Epilepsie.
Kontakt: Mo-Fr Festnetznummer, E-Mail immer.
04531 - 89 31 10, claudi-gerke@outlook.de

Julia Reichenberger, Dipl. Sozialpädagogin.
Auch für Jgdl. + Erw. mit Spina bifida.
Kontakt: 16.00 - 20.00 Uhr.
0201 - 79 93 91 45
Julia.Reichenberger@t-online.de

Katrin Diehl
Auch für Eltern von Kindern mit Spina bifida (bei vorgeburtlicher Diagnose und nach der Geburt), Kontakt: katrindiehl85@gmail.com

Jutta Kibele
Schnitzerweg 6, 88214 Ravensburg

In den Selbsthilfegruppen der ASBH sind nach wie vor überwiegend Eltern vertreten. Eltern finden Kontaktmöglichkeiten daher auch in der regionalen Struktur unter www.asbh.de – ASBH vor Ort.

Pränatale OP bei Spina bifida

Für die Metropolregion Hamburg:
ASBH Hamburg Beratungsstelle

Claudia Scholz (offene Fetalchirurgie)
Tel 01520/7462297, scholz_c@gmx.de

Jugendliche und Erwachsene mit Spina bifida

Petra Seibert
Auch für Hydrocephalus Selbstbetroffene
Kontakt: Telefonisch, AB,
06103 – 5 01 99 97

Elias Weber
Auf der Höh 30, 88213 Ravensburg

Erwachsene und Eltern mit Spina bifida

Ute Halfmann-Giesen
Im Sträßchen 12, 51674 Wiehl
ute.halfmann.giesen@gmail.com

Hydrocephalus

Eltern von Kindern mit Hydrocephalus

Für die Metropolregion Hamburg:
ASBH Hamburg Beratungsstelle

Olaf Karle, 76593 Gernsbach
Kontakt: ayurveda-mirsana@web.de

Rüpl, Kerstin, Sammern 2b, 94554 Moos
Kontakt: 09938/919136

Jörg Kopp, Zollernstr. 49,
78056 Villingen-Schwenningen
Tel. 07720-994 80 98, j.kopp@nexgo.de

Elisabeth Kirchner, Tel. 07345/ 231 50,
E-Mail: asbh.ulm@t-online.de

Sonja Tarhan
Mutter eines Sohnes mit Hydrocpephalus,
Tel. 0711/ 655 90 344
E-Mail: sonja.tarhan@web.de

Friederike Thon
Auch bei vorgeburtlicher Diagnose und nach der Geburt, Kontakt: friederikethon@gmx.de

Werner Helmtag, Kontakt: 05671-6438

Ellen Scholtka, Ragösener Str. 71,
14806 Bad Beizig, Tel. 033846 - 909 584

Dietrich Borchardt, Tel. 05561 - 97 26 49
d.borchardt@t-online.de

Joachim Röder, Kontakt: 0521 - 88 76 79

Steffi Conrad
Mutter von zwei Töchtern, geb. 2002/2011,
angeborener Hydrocephalus
Kontakt: 0176 – 37 32 27 73

Kornelia Daum
Sohn mit isoliertem
Hydrocephalus (Dandy-Walker),
drei gesunde Söhne 25/23/21 Jahre alt,
verheiratet. Kontakt: Telefonischen Kontakt über E-Mail vereinbaren.
089 - 32 72 10 04, kgdaum@gmx.de

Siiri Geigerhilk
Sohn mit Hydrocephalus und Tetraspastik.
Infos zu Therapiemöglichkeiten.
Kontakt: Tel. nach 17.00 Uhr, 03672 - 42 77 38 oder Handy: 0171 – 5 73 20 37
E-Mail: jeans-nicklas@t-online.de

Katharina Gondermann
Sohn mit isoliertem Hydrocephalus
Kontakt: 06151 – 1 30 53 90
asbh@gondermanns.de

Anne Göring
Aechterhook 4, 48691 Vreden,
Tel. 02564 - 95 08 76, goering.anne@web.de

Werner Helmtag
Kontakt: 05671 – 64 38

Martina Fraidel, Tel. 0731-14411331
01577-70 92 51 0, m.hirner71@web.de

Nicole Höfer
Auch für Jgdl. + Erw. mit Hydrocephalus.
Krankenschwester,
Lehrerin auch für Pflegeberufe,
Kontakt: 0201-7 10 31 10
hoefer1nicole@aol.com

Marion Irle
Mutter eines Sohnes mit Hydrocephalus nach Hirnblutung
Kontakt: telefonisch, E-Mail.
02261 – 4 20 50, Fam.Irle@web.de

Britt Jaskulke
Mutter eines Kindes mit Hydrocephalus.
Kontakt: Telefonisch, E-Mail.
03861 - 29 75 65, 0174 – 3 83 75 94
familiejaskulke@hotmail.de

Renate Jastrow
Auch für Jgdl. + Erw. mit Hydrocephalus.
Kontakt: 09.00 - 20.00 Uhr.
06303 - 87 04 72, r-jastrow@t-online.de

Simone Naucke
Am Ehrenmahl 14
25594 Vaale
E-Mail: m.s.naucke@freenet.de
Tel. 0176 6100 8358

Bettina Rosenbaum
Mutter eines Sohnes mit Hydrocephalus
Kontakt: 0228 – 1 84 14 72
0160 – 185 5201, bettina.kuepfer@gmx.de

Evelin Schinharl
Kontakt: telefonisch, AB.
09402 - 17 23, schinharls@t-online.de

Angelika Thomassek
Mit Kenntnissen in den Bereichen Epilepsie und Förderschule.
Kontakt: telefonisch, AB.
04221 – 8 10 85, a.thomassek@arcor.de

Erwachsene mit Hydrocephalus

Selbsthilfegruppe Rheinland Pfalz
hydrocephalus.ansprechpartner@t-online.de
www.hydrocephalus-ansprechpartner.de
Matthias Kunz
Obere Langgasse 23
67346 Speyer Tel. 06232/ 70040

Spina bifida und Hydrocephalus

Eltern von Kindern mit Spina bifida und Hydrocephalus

Barbara Köhne
Georg-Elser-Str. 3
25704 Meldorf
Tel. 04832 5016
barbara.koehne@asbh.de

Ulrike Doberstein
Auch Elternbegleiterin., Kontakt: Telefonisch
08.00 - 12.00 Uhr, 02331-7883820,
Ulrike-doberstein@outlook.com

Helga Hessenius
Gestalttherapeutin, systemische Familienberatung, HP., www.spoekenkiekereje.de
Kontakt: 04955 - 99 71 54
helga.hessenius@ewetel.net

Jane Kruse
Auch für Jgdl. + Erw. mit Spina bifida und Hydrocephalus.
Kontakt: 05172 – 968 058
0151 - 52 57 25 01
asbh-sachsen-anhalt@kabelmail.de

Jessica Wolf
Kontakt: Königsbergerstr. 5,
63906 Erlenbach, 09372/13557

Stephanie Roy
zwei Kinder, eines mit Spina bifida und Hydrocephalus. Kontakt: 09471 – 3 08 65 46
ASBH.SteffiRoy@web.de

Carola Ohlhoff
Schwerpunkt: Schule
Kontakt: Mittags und abends.
05052 - 30 03, TucOhlhoff@t-online.de
Katrin Junghanns
Kontakt: Tel./Fax 0341-941 88 39

Alexandra Volmer-Glander
Paul-Stritter-Weg 7, 22297 Hamburg
040/558 33 56
alexandra.volmer-glander@asbh-hamburg.de

Neben der Beratungsstelle stehen die einzelnen Ansprechpartner zur Verfügung.
www.asbh-hamburg.de

Weitere Ansprechpartner

Nordrhein-Westfalen

SBHC-NRW e.V.
Germanenstr. 59,
53859 Niederkassel
Tel. 02208 2842,
Mail: info@fsbh.de

Büro: Andrea Drepper,
Tel.: 02402 7682722

Sprechzeiten:
montags und donnerstags:
9.00 bis 11.00 Uhr
Mail: a_drepper@sbhc-nrw.de
Info: www.sbhc-nrw.de

In den Selbsthilfegruppen der ASBH sind nach wie vor überwiegend Eltern vertreten. Eltern finden Kontaktmöglichkeiten daher auch in der regionalen Struktur unter www.asbh.de – ASBH vor Ort.

Ferner stehen Ihnen in der ASBH ausgebildete ehrenamtliche Berater/innen für Austausch, Tipps und Hilfestellungen zur Verfügung:
Elternbegleitung
www.asbh-elternbegleitung.de - Hier finden neu betroffene Eltern Kontaktdaten von ausgebildeten Eltern, die angesprochen werden können und für Erfahrungsaustausch, Rat und Tipps zur Verfügung stehen.

ASBH-Mentoren
Für Eltern, Jugendliche und Erwachsene gibt es geschulte Mentoren, die Porträts mit Kontaktdaten können Sie gerne bei asbh@asbh.de anfragen.

„Schreiben ist einfach. Man muss nur die falschen Wörter weglassen.“ *(Mark Twain)*

Der ASBH-Kompass freut sich über Ihre Erfahrungen und Meinungen in Wort und/oder Bild. Für den ASBH-Kompass 01/2022 werden Beiträge bis zum 25.02.2022 angenommen, also ran an die Tastaturen.

Impressum

Mitgliederzeitschrift der Arbeitsgemeinschaft Spina Bifida und Hydrocephalus e.V. (ASBH)

Redaktionsschluss
ASBH-Kompass 04/2021:
11.11.2021

Zuschriften an:
ASBH e.V.
Grafenhof 5, 44137 Dortmund
Tel.: 0231 861050-0
Fax: 0231 861050-50
E-Mail: redaktion@asbh.de
www.asbh.de

V.i.S.d.P:
Jürgen Wolters (Geschäftsführer)
ISSN 2365-7243
Der Bezugspreis dieser für Mitglieder bestimmten Zeitschrift wird durch die Mitgliedsbeiträge abgegolten.

Spendenkonto:
Sparkasse Iserlohn
(BLZ 445 500 45) / Kto.-Nr.: 125
IBAN: DE08 4455 0045 0000 0001 25
SWIFT BIC: WELADED1ISL

Herausgeber:
Arbeitsgemeinschaft Spina Bifida und Hydrocephalus e. V. (ASBH)

Redaktion:
ASBH
Christoph Schwippert
Grafenhof 5
44137 Dortmund

Layout & Druck:
SP Medienservice
Verlag, Druck und Werbung
Reinhold-Sonnek-Str. 12
51147 Köln
Tel.: 02203 / 980 40 31
info@sp-medien.de
www.sp-medien.de

Vorstand:
VORSITZENDER:
Egbert Brand, Hamm

STELLV. VORSITZENDE:
Barbara Köhne, Meldorf

SCHATZMEISTERIN:
Franz Ermisch, Königsbrunn

WEITERE MITGLIEDER:
Felicitas Engelmann, Oldenburg
Martina Ermisch, München
Marion Irle, Bergneustadt
Henriette Koberstein, Buxtehude
Bettina Rosenbaum, Bonn

EHRENVORSITZENDER:
Paul Bernhart †
Klaus Seidenstücker

EHRENMITGLIEDER:
Dr. Joh. August Ermert, Mainz
Prof. Dr. K. Parsch, Stuttgart
Prof. Dr. Dr. hc Dieter Voth †

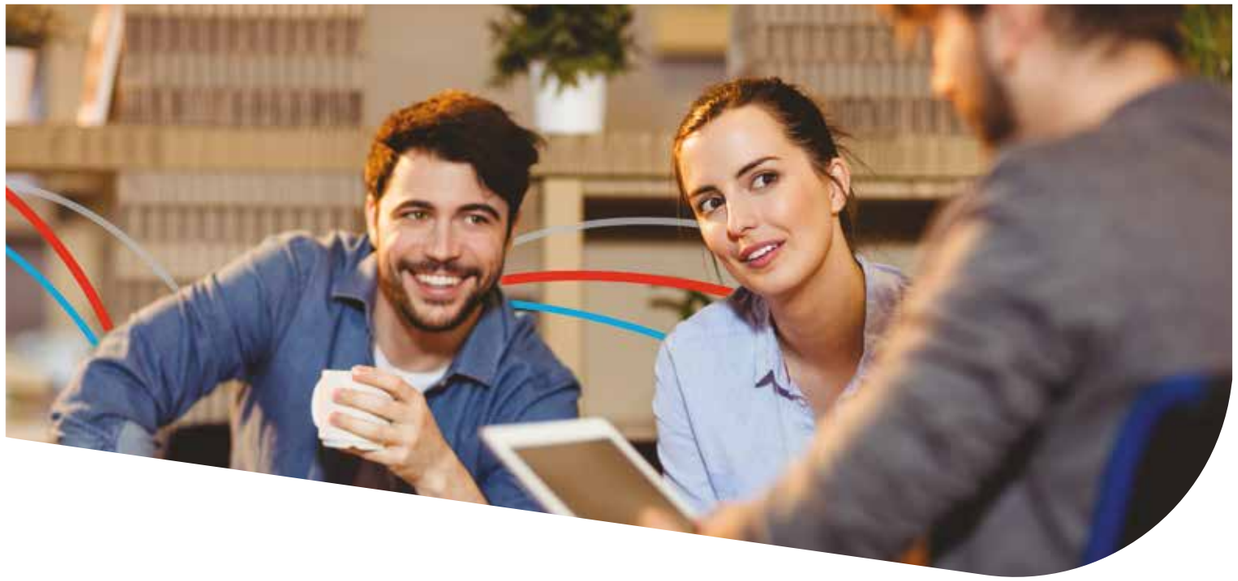
Für den Inhalt der Beiträge ist der jeweilige Autor / die jeweilige Autorin verantwortlich.

Wissenschaftlicher Beirat
VORSITZENDE: Dr. A. Bredel-Geißler, Mainz
Dr. S. Martin, Hannover

MITGLIEDER:
Priv.-Doz. Dr. F. Abel, Bayreuth
Priv.-Doz. Dr. A. Aschoff, Heidelberg
RA. C. Au, Buxtehude
Prof. Dr. J. Behnke-Mursch, Bad Berka
Dr. A. Blume-Werry, Hamburg
Prof. Dr. Dr. T. M. Boemers, Köln
Prof. Dr. J. Boenisch, Köln
Dr. A. Brentrup, Münster
Dr. M. Bürst, Deggendorf
Priv.-Doz. Dr. R. Cremer, Köln
Franziska Engelmann, St. Augustin
Dr. J. A. Ermert, Mainz
Dipl. Psych. A. Frenzel, Erlangen
Dr. K. Gbur, Hamburg
Prof. Dr. U. Gembruch, Bonn
Prof. Dr. G. Gräfe, Leipzig
Dr. F. Groß, Hannover
Prof. Dr. H. Haberl, Bonn
Dr. Theresa Harbauer, Hamburg
Prof. Dr. F. Haverkamp, Bonn
Dr. M. Krause, Leipzig
Prof. P. Kremer, Hamburg
Dr. K. Marquard, Stuttgart
Priv.-Doz. Dr. A. Messing-Jünger, St. Augustin
Dr. H. Peters, Mainz
Dr. A. Rissmann, Magdeburg
Dr. A. Rutz, Berlin
Dr. S. Schmidt, Bremen
Dr. M. Schwarz, Wiesbaden
Dr. U. Seidel, Berlin
Prof. R. Stein, Mannheim
Dr. U. Thomale, Berlin
Dr. J. Urban, Augsburg
Dr. A. Zerche, Erfurt

Ohne schriftliche Erlaubnis des Herausgebers ist aus urheberrechtlichen Gründen die Weiterverwendung von Beiträgen der Zeitschrift nicht gestattet. Mit Namen unterzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Kürzungen bleiben vorbehalten.
© Copyright bei ASBH, Grafenhof 5, 44137 Dortmund für Gestaltung und Inhalt (soweit nicht anders angegeben) der ASBH-Kompasse und Beilagen/Beihefter.

Titelbilder: AdobeStock / Dilok



BLADDER MANAGEMENT

Liquick X-treme und Liquick X-treme Plus

Voraktivierte, sofort einsatzbereite intermittierende Kathetersysteme

Genießen Sie Ihre Unabhängigkeit – schnell und einfach

Wir von Teleflex wissen, wie wichtig es ist, Menschen dabei zu helfen, ihr Leben so einfach und komfortabel wie möglich zu gestalten und gleichzeitig ihre Unabhängigkeit und Ansprüche zu berücksichtigen. Aus diesem Grund haben wir ein innovatives intermittierendes Kathetersystem entwickelt: Das Liquick X-treme-Kathetersystem ist ein gebrauchsfertiger Katheter für die intermittierende Katheterisierung, intuitiv und einfach in der Anwendung und praktisch überall einsetzbar - für X-treme Unabhängigkeit und Komfort. Das neue Liquick X-treme Plus Kathetersystem verfügt über einen bereits angeschlossenen Urinauffangbeutel, damit Sie es jederzeit bequem verwenden können, wenn Sie sich selbst katheterisieren müssen.

Für weitere Informationen oder kostenlose Muster kontaktieren Sie uns bitte.

Teleflex Medical GmbH - Homecare Urologie, Welfenstraße 19, D-70736 Fellbach
Telefon + 49 (0)711 4905 9897, homecare-de@teleflex.com **www.teleflex-homecare.de**

Scannen Sie den QR-Code, um unsere Website zu besuchen

Teleflex

ASBH-Termine 2022

Bedingt durch die aktuelle Pandemie-Situation kündigen wir alle ASBH-Veranstaltungen unter Vorbehalt an. Die Durchführung der Veranstaltungen hängt jeweils von den dann aktuell gültigen Verordnungen ab. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Ihr ASBH-Team in Dortmund

Transitions-Workshop "Fit für den Wechsel"
11.-13.02.2022, Jugendherberge, Braunschweig

ASBH-Kongress (abgesagt wegen Corona)
11.-12.03.2022 in Hamburg

ASBH-Kinder- und Jugendfreizeit – Sport. Kultur. Ehrenamt (für Kinder und Jugendliche mit HC)
10.-15.04.2022 Jugendherberge, Leutesdorf am Rhein

"Ein gelungener Alltag"
06.-08.05.2022 Wilhelm-Kempf-Haus, Wiesbaden

ASBH-Selbsthilfetag
10.-12.06.2022 (Ort wird noch bekannt gegeben)

ASBH-Mitgliederversammlung
17.09.2022 in Dortmund

Netzwerk Hydrocephalus
18.-20.11.2022 Erbacher Hof, Mainz

22. Wissenschaftliche Tagung des ASBH-Beirats
18.-19.11.2022 Bonifatiushaus, Fulda

Termine Rollstuhltrainingskurse:
www.rollstuhl-fahren-lernen.de

Gemeinsam aktiv!

ASBH-KOMPASS

ASBH-Kompass - Mitgliederzeitschrift der Arbeitsgemeinschaft Spina Bifida und Hydrocephalus e.V.

*Spendenkonto: ASBH e. V. * Sparkasse Iserlohn: Konto 125 * BLZ 445 500 45*
*IBAN: DE08 4455 0045 0000 0001 25 * BIC: WELADED1ISL*

JETZT ONLINE SPENDEN

Onlinespende über www.asbh.de

Die gemeinnützige Arbeit der ASBH wird unterstützt über die kassenübergreifende Selbsthilfeförderung der Gesetzlichen Krankenkassen nach § 20h SGB V.

Der GKV-Gemeinschaftsförderung Bund gehören an: Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek), AOK Bundesverband GbR, BKK Dachverband e. V., IKK e. V., Knappschaft, Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau

ASBH auf Facebook: www.facebook.com/asbhdeutschland

Redaktion: ASBH e.V.
Grafenhof 5 · 44137 Dortmund
Telefon 0231 / 861050-0
Montag bis Donnerstag 8.00 - 14.00 Uhr · Freitag 8.00 – 12.00 Uhr
Fax 0231 / 861050-50 · E-Mail: asbh@asbh.de · Internet: www.asbh.de