

# LENA

 Lebenshilfe Nachrichten

Das Inklusive  
Magazin  
für Jena

## Dazugehören

Überall in Deutschland wird dafür gekämpft, dass Menschen mit Behinderung mehr am Leben in der Gesellschaft teilhaben können. Wie gut das funktionieren kann, zeigen wir Ihnen mit unseren Projekten von Jena Inklusiv

► Seite 4-11



### Mein Traumjob in der Gärtnerei

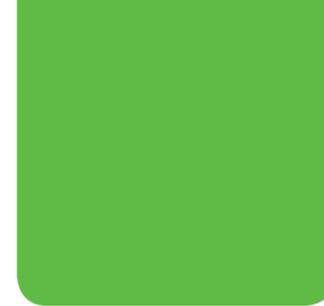
Stephan Worch ► Seite 10-11 erzählt über seine Aufgaben in der Gärtnerei Talstein

### Bewegung im warmen Wasser

Der Förderbereich ► Seite 14 berichtet über den Besuch der Therme in Bad Sulza

### Demo in Berlin

7000 Menschen am ► Seite 17 Brandenburger Tor kritisieren das neue Bundesteilhabegesetz



# Ronnys Reime

## Dazugehören

Es irrt der Mensch, solange er strebt,  
er irrt sich auch solange er lebt.  
Wir spazieren nicht allein,  
musizieren im Verein.  
Philosophieren wäre nichts wert,  
wenn von dem Gedanken kein Zweiter  
erfährt.  
Aus diesen Zeilen kann man lesen:  
Der Mensch ist ein Gemeinschaftswesen,  
denn wer sich traut, gehört im nu  
fast immer irgendwo dazu...

Menschen wie auch Puzzlesteine,  
jeder so für sich alleine  
sind irgendwie erst dann komplett,  
wenn Freunde er und Nachbarn hätt,  
und wenn sich diese fanden,  
jeder mit eigenen Ecken und Kanten,  
eigenen Fehlern und Talenten,  
jeder ein kleines Stück erfüllt,  
ergibt das ein gesamtes Bild.

Inklusion heißt es, umschließt,  
woraus der Gedanke fließt,  
den man beschreibt mit dem Satz:  
Es findet jeder einen Platz.  
Und wer von sich behaupten kann:  
„So wie ich bin, nimmt man mich an“  
In diesem Falle und das ist  
nicht mehr nur Illusion,  
lebt man schon die Inklusion.

von Ronny Hiller

## Liebe Leserinnen und Leser,

jedem Menschen sollte es ermöglicht werden überall dabei sein zu können, ob in der Schule, am Arbeitsplatz, im Wohnviertel oder in der Freizeit. Eine Zugehörigkeit die unabhängig vom Alter, der Hautfarbe, dem Geschlecht oder anderen Dingen ist.

Das Saale Betreuungswerk der Lebenshilfe Jena engagiert sich nun bereits seit fast 25 Jahren für Inklusion und die Teilhabe von Menschen mit Behinderung am Leben in der Gesellschaft.

Doch Inklusion ist kein Expertenthema – im Gegenteil. Sie gelingt nur, wenn möglichst viele mitmachen. Jeder kann in seinem Umfeld dazu beitragen. Wie das gelingt zeigen wir Ihnen mit unserer aktuellen LENA. Diese widmet sich anlässlich des erfolgreichen Abschlusses unseres dreijährigen Projekts Jena Inklusiv dem Thema „Dazugehören“.

Werfen Sie einen Blick auf die vielseitigen Projekte und inklusiven Angebote, die auch Dank der Unterstützung vieler Netzwerkpartner erreicht werden konnten.

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen herzlichst,

Ihre  
Grit Kersten



Dieses Magazin ist ein gemeinsames Projekt des Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Kreisverein Jena e. V., der Saale Betreuungswerk der Lebenshilfe Jena gGmbH und der KLS KAHLA Logistik Service gGmbH. An dieser Ausgabe haben Menschen mit und ohne Behinderung mitgewirkt.

## Inhalt

### Titelthema: Dazugehören

- 4 | Rückblick auf das Projekt Jena Inklusiv
- 6 | Wohnen und Leben Inklusiv: Tanzen verbindet
- 8 | Kindheit und Jugend Inklusiv: Raus ins Leben
- 10 | Arbeiten Inklusiv: Mein Traumjob in der Gärtnerei

### Arbeit & Bildung

- 12 | Nachgefragt
- 14 | Bewegung im warmen Wasser
- 15 | Gemeinsam kochen und genießen

### Aktiv im Verein

- 16 | Flüssiges Gold - So entsteht Honig
  - 17 | Demo in Berlin
- Neue Angebote für Ihre Freizeit 2017

### Wohnen & Familie

- 18 | Wir feiern Richtfest
- 19 | Martinsumzug in der KiTA Leutragarten

### Bunte Seite

- 20 | Was macht mich glücklich?
- Termine  
Wir suchen Sie!

## Aktuell

- ▶ Volksbank Jena spendet 1500 Euro für unsere Kindertagesstätte Leutragarten
- ▶ SBBS Gesundheit und Soziales veranstaltet Fachtag für Inklusion mit Beteiligung der Lebenshilfe Jena
- ▶ Spenden-Tombola auf dem Weihnachtsmarkt läuft noch bis zum 22. Dezember. Helfen Sie mit!

Alle aktuellen Nachrichten finden Sie im Internet:  
[www.SBW-Jena.de](http://www.SBW-Jena.de) | [www.Lebenshilfe-Jena.de](http://www.Lebenshilfe-Jena.de) | [www.Jena-Inklusiv.de](http://www.Jena-Inklusiv.de)



Grit Kersten  
Geschäftsführerin Saale Betreuungswerk  
der Lebenshilfe Jena gemeinnützige GmbH

## Impressum

**Herausgeber**  
Lebenshilfe für Menschen mit geistiger  
Behinderung Kreisverein Jena e. V.,  
Dr. Ingo Seidemann (Vorstandsvorsit-  
zender) & Saale Betreuungswerk der  
Lebenshilfe Jena gemeinnützige GmbH,  
Grit Kersten (Geschäftsführerin)

Ernst-Haeckel-Platz 2, 07745 Jena  
Tel.: 03641/4613-0  
Fax: 03641/4613-1066  
[www.SBW-Jena.de](http://www.SBW-Jena.de)  
[Info@SBW-Jena.de](mailto:Info@SBW-Jena.de)

**Verantwortlich (Redaktion, Fotos,  
Layout):** Ulrike Hemmann (uh),  
[U.Hemmann@SBW-Jena.de](mailto:U.Hemmann@SBW-Jena.de)  
Redaktionsschluss: 8.12.2016  
**Auflage:** 500 Stück

**Druckerei**  
Saale Betreuungswerk der Lebenshilfe  
Jena gemeinnützige GmbH,  
Werkstatt für behinderte Menschen,  
Am Flutgraben 14, 07743 Jena



# 4 | Titelthema: Dazugehören



Der Kreis zeigt die Gesellschaft.  
Alle gehören dazu.  
Auch Rollstuhl-Fahrer,  
Menschen mit Behinderung,  
Senioren und Kinder.  
Trotz aller Unterschiede.  
Keiner ist ausgeschlossen.

**Inklusion = dazugehören**

Inklusion ist ein schwieriges Wort. Es bedeutet „dazugehören“. Es sagt aus, dass jeder Mensch mit seinen Stärken und Schwächen einzigartig ist und zur Gesellschaft dazugehört. Jeder soll vollständig am Leben in der Gemeinschaft überall und jederzeit teilhaben können.

Insbesondere für Menschen mit Behinderung gibt es viele Hürden, um am Leben in der Gesellschaft teilhaben zu können. Daher wurde vor drei Jahren das Projekt Jena Inklusiv gegründet. Mithilfe des Projekts sind sich viele Menschen mit und ohne Behinderung auf Augenhöhe begegnet. Hindernisse wie Treppen, schwere Sprache oder auch Vorurteile gegen Menschen mit Handicap konnten abgebaut werden.

Unsere Stadt wurde dadurch schöner, bunter und vielfältiger. Auf den folgenden Seiten möchten wir einen Einblick in unsere Projektarbeit und das Erreichte geben.



**Jena  
inklusive**

**SCHÖNER. BUNTER. VIelfALT.**



Foto: SBW

## Ein Ziel, viele Projekte, gemeinsame Sache

Unser Ziel war es, für Menschen mit Handicap in allen Lebensbereichen mehr Möglichkeiten zu schaffen. Doch dies schafft man nur, wenn sich viele Menschen für unser Ziel einsetzen. Uns war es wichtig, dass sich Menschen mit geistiger Behinderung als Experten in eigener Sache in unser Projekt einbringen. Mit ihnen und vielen Vereinen, sozialen Trägern, Politikern und Firmen Jenas haben wir uns zusammengesetzt und überlegt was wir erreichen wollen.

**Was bedeutet für uns Inklusion? Was wünschen wir uns von Inklusion in Jena.** Alle sollen sich miteinander austauschen. Unsere Arbeit wurde in drei Lebensbereiche unterteilt.



► Mehr über das Projekt Jena Inklusiv und unsere Mikroprojekte erfahren Sie online unter [www.jena-inklusive.de](http://www.jena-inklusive.de)

## Wohnen & Leben inklusiv



Foto: SBW

**Wie möchte ich gern wohnen?**

**Wie kann es gelingen, dass alle Menschen in guter Nachbarschaft leben und sich wohlfühlen?**

**Wie kann unsere Stadt ohne Hindernisse gestaltet werden?**

von Christine Baum, Projektleiterin Jena Inklusiv

Mit diesen Fragen haben wir uns in der Arbeitsgruppe Wohnen und Leben beschäftigt. Um die Meinungen und Wünsche zum Thema „Leben ohne Barrieren“ zu erfahren, wurden Workshops in Leichter Sprache in der Werkstatt organisiert. An diesen haben sich insgesamt über 50 Menschen mit Behinderung beteiligt.

Ergänzend führte eine Studentengruppe der Ernst-Abbe-Hochschule in Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Jena eine Bedarfsanalyse über die Wohnwünsche von Menschen mit Behinderung und deren Angehörige in Jena durch.

Ziel der Befragung war es herauszufinden, welche Vorstellungen Menschen mit Behinderung von einem selbständigen Wohnen haben und welche Wohnvoraussetzungen sich ihre Angehörigen für sie wünschen. Die Erkenntnisse der Analyse finden Sie übersichtlich zusammengefasst auf

unserer Webseite [www.jena-inklusive.de](http://www.jena-inklusive.de). Die Handlungsempfehlungen der Studenten werden beim aktuellen Bau der inklusiven Wohnanlage des Saale Betreuungswerks der Lebenshilfe berücksichtigt.

Im Fotoprojekt „Barrierefrei – viel mehr als keine Stufen“, welches dieses Jahr im April im Stadtzentrum Jena durchgeführt wurde, ging es darum, in einem Streifzug durch die Stadt barrierefreie und hürdenreiche Orte zu entdecken.

Dabei schärfte u.a. Rollstuhlfahrerin Elisabeth Weber den Blick der Teilnehmer für die Barrieren für geheingeschränkte Menschen. Ein anderer Teilnehmer machte auf Sprachbarrieren durch fehlende Piktogramme aufmerksam.

Die 20 entstandenen Fotografien werden ab 1. Februar 2017 in der Rathausdiele ausgestellt und können dort besichtigt werden.



Inklusion ist keine Wahlmöglichkeit. Die Gleichstellung, die volle und wirksame Teilhabe von Menschen mit Behinderung in allen Lebensbereichen und am gesellschaftlichen Leben gehört zu den menschlichen Grundrechten und ist in der UN-Behindertenrechtskonvention festgeschrieben. Zu ihrer Umsetzung sind wir verpflichtet. Die Stadt Jena stellt sich mit ihrem Leitbild „Inklusive Stadt Jena“ und mit dem Aktionsplan Inklusion in besonderer Weise dieser Verantwortung.

Wir haben durch die vielfältigen Aktivitäten im Rahmen des Projektes „Jena Inklusiv“ und durch den Aufbau eines umfangreichen und tragfähigen Netzwerkes von Kooperationspartnern wichtige Beiträge geleistet, Türen geöffnet und Wege geebnet. Nun muss die Arbeit weitergehen – Inklusion ist auf dem Weg und es braucht weiterhin viele Mitstreiter, Taten, Förderer Visionen und auch finanzielle Unterstützung.

## ●●● Tanzen verbindet

Zu einem gelingenden Miteinander gehört auch die Freizeitgestaltung. Im Projekt Jena Inklusiv haben wir verschiedene Angebote gemacht, bei denen Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam ihre Freizeit verbringen konnten. Beispielsweise möchten wir den Kurs „Tanzvergnügen auf Füßen und Rädern“ vorstellen. Gemeinsam mit der Tanzschule Näder haben wir von Januar bis Juni wöchentliche Tanzstunden durchgeführt, in denen Menschen mit und ohne Behinderung teilweise auf Füßen und Rädern gemeinsam das Tanzen erlernten.

Vor über 15 Jahren gründete Nicole Näder die ADTV-Tanzschule in Jena, in der Menschen jeden Alters die Leidenschaft des Tanzens für sich entdecken können. Was als kleines Unternehmen begann, hat sich zu einem zentralen kulturellen Treffpunkt für Klein und Groß entwickelt.

Unser Kurs schaffte es, Menschen zusammen zu bringen, die sich im alltäglichen Leben vielleicht nie begegnet wären und nichts von ihrer gemeinsamen Leidenschaft erfahren hätten. Inzwischen ist der Kurs als festes Programmangebot zum „Inklusiven Tanzclub“ geworden und findet regelmäßig statt.

**ADTV TanzNäder**  
...verbindet Generationen!



Fotos (3): Tanz Näder

# RAUS ins Leben!

Inklusion ist eine innere Einstellung. Es ist eine Haltung die mit vielen Werten wie Respekt, Achtung und Vertrauen verbunden ist und sich schon im frühen Kindesalter bildet. Wenn Kinder mit und ohne Behinderung gemeinsam aufwachsen und erleben, dass es normal ist, verschieden zu sein und sich mit seinen Fähigkeiten und Begrenzungen zu respektieren, dann kann sich diese Haltung selbstverständlich entwickeln. Deshalb war es uns ein besonderes Anliegen, in unser Projekt Jena Inklusiv Kinder und Jugendliche einzubeziehen.

Dies erfolgte bei den „Begegnungen in der Märchenwelt“. Über das gemeinsame Musizieren und Erzählen von Märchen wurden die Lebenswelten von Vorschulkindern und Senioren verbunden. Plötzlich war für uns der Zusammenhalt zwischen den Generationen spürbar. Die Kleinsten lernten aus dem Erfahrungsschatz der älteren Generation. Das Erinnerungsvermögen und die Phantasie der Senioren wurde wieder zum Leben erweckt. Die Gruppe entwickelte beim Erzählen über ihre Lieblingsmärchen schnell eine besondere Wahrnehmung füreinander.

Fotos (4): SBW



Auch das nachhaltig angelegte Projekt „Raus ins Leben“ in Zusammenarbeit mit der Staatlichen Gemeinschaftsschule KULTURANUM gehört dazu. Schülerinnen und Schüler der Klassenstufen 7 - 9 kommen regelmäßig in die sozialen

Einrichtungen der Lebenshilfe Jena, wie die Werkstätten oder die Kindertagesstätte Leutragarten.

Einmal pro Woche besuchen die Heranwachsenden die verschiedenen Einrichtungen und sind in feste Gruppen integriert. Sie lernen Menschen mit Behinderungen kennen, erleben Alltagssituationen

bei der Arbeit oder auch in der Freizeit und leisten Unterstützung im Tagesablauf. Wir haben Herrn Dr. Mathias Mieth, Projektverantwortlicher und Lehrer an der KULTURANUM gefragt, welche Erfahrungen er gesammelt hat, wenn er auf das zurückliegende Schuljahr schaut, und welche Wünsche er für die Zukunft hat. „Schule ist pädagogischer Schutzraum in separaten Gebäuden. Kinder werden mit Fakten, Normen und Fertigkeiten konfrontiert. Aber aus vielerlei Gründen muss Schule ein Labor zum Ausprobieren bleiben. An unserer Schule möchten wir deshalb schon vorher raus ins Leben.“

Auf diese Weise können schon frühzeitig Barrieren in den Köpfen der Schülerinnen und Schüler abgebaut und ein respektvoller, wertschätzender und achtsamer Umgang miteinander geübt werden.



„In der Schule geben letztlich die Pädagogen vor, was zu tun ist. Im aktuellen „Raus ins Leben Schuljahr“ werden sich die Schüler deshalb unterstützt durch ihre Betreuer – erstmals selbst einen persönlichen Auftrag geben. Sie setzen dabei eine eigene Idee zur Förderung der Entwicklung oder des Wohlbefindens eines Menschen mit Handicap um.“

Die Schülerinnen und Schüler der KULTURANUM sollen lernen, sich sozial zu engagieren und sich mit selbst gestellten Aufgaben zu identifizieren. Im Saale Betreuungswerk der Lebenshilfe haben wir dazu einen idealen Partner gefunden.“

## ●●● Mein Traumjob in der Gärtnerei

Das ist schon mein 6. Jahr in der Gärtnerei Talstein, die Kollegen sind alle sehr nett und es gibt immer was zu lachen bei uns. Wir stellen die Wechselbepflanzung für die städtischen Grünanlagen und Friedhöfe für Frühjahr, Sommer und Herbst her. Für die Kleingärtner bauen wir Gemüsepflanzen an, z. B. Gurken, Tomaten, weiße und blaue Kohlrabi. Wir haben aber noch mehr als Gemüsepflanzen, was man bei uns bekommen kann.

Eine meiner Aufgaben ist es Erde zu mischen. Dafür hole ich mir vier 70 Liter Säcke Erde, schneide sie im Gewächshaus auf und schüttele sie aus. Dann mische ich den Dünger unter und schaufle alles auf einen Haufen.

Es gibt auch noch andere Aufgaben, wie zum Beispiel Ein- und Umtopfen sowie Gießen und Unkraut zupfen. Ende Juni topfen wir unter anderem unsere neuen Erdbeerpflanzen in neue große Töpfe ein. Der Verkauf startet dann einen Monat später bei uns in der Gärtnerei Talstein.

Ich bin stolz in der Gärtnerei arbeiten zu dürfen und alle Kollegen sind sehr nett zu mir. Ein großes Dankeschön an den Gärtnereileiter Jens Lemnitz, das Team der Gärtner und des KSJ für alle Jahre die ich hier sein konnte und die noch kommen mögen und noch einen an Frau Rudolf und an die Lebenshilfe Jena für alles.

*An alle noch ein Dankeschön von Stephan Worch.*



Fotos (4): SBW

Weitsprung, 1500 Meter Laufen, Schwimmen, Sprint - die Liste der Disziplinen welche durchlaufen werden müssen, um das Deutsche Sportabzeichen ablegen zu können ist lang. Ob sie von einem Mensch mit oder ohne Handicap bewältigt werden, macht dabei keinen Unterschied. „Und das ist auch gut so“ finden Katja, Alois und Michael welche am Mittwoch, dem 06. Juli am Institut für Sportwissenschaften der Universität Jena ihr Sportabzeichen ablegten.

Gemeinsam mit zwei Studenten der Uni Jena (ganz rechts im Bild) haben die Athleten Katja Thaut, Alois Miksch und Michael Rüting über ein halbes Jahr lang immer wöchentlich in der Werkstatt trainiert. Ein hartes Stück Arbeit liegt hinter ihnen, für das sie mit Urkunden und Sportabzeichen in Gold und Silber belohnt wurden. Im Interview sprechen wir mit den Athleten und der Frau, die das Ablegen des Deutschen Sportabzeichens für Menschen mit Behinderung in Jena ermöglicht.

**Frau Dr. Kemper, Sie sind Leiterin des Bereichs Sportpädagogik für Sportwissenschaften an der Universität Jena und Vizepräsidentin für Bildung und Wissenschaft der größten Sportorganisation für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. Seit vielen Jahren engagieren Sie sich für die Inklusion im Sportbereich. Was spornt Sie dazu an?**

Der Sport ist gut geeignet, um miteinander in Kontakt zu treten und bietet eine wunderbare Chance, sich näher kennenzulernen. Denn nur, wenn man sich kennt, und die Stärken und Schwächen des Anderen weiß, diese akzeptiert und toleriert sowie sich gegenseitig wert schätzt, dann kann Inklusion gelingen.

**Wie sind Sie auf die Idee zu unserem gemeinsamen Projekt gekommen, Studenten und Beschäftigte unserer Werkstatt Am Flutgraben gemeinsam trainieren zu lassen?**

Für diese Idee gab es zwei Gründe: Zum einen, dass viele Menschen mit einer sogenannten geistigen Behinderung - ich mag das Wort nicht - gerne Sport treiben möchten, aber keine passende Gelegenheit dazu haben. Und somit haben sie auch keine Möglichkeit, das Sportabzeichen abzulegen, denn dafür muss man schon ein wenig trainieren.

Zum anderen möchten die Studierenden gerne Praxiserfahrung sammeln. Da bot es sich an, ein gemeinsames Projekt in der Werkstatt zu organisieren.

**Welche Erfahrungen haben Ihre Studierenden dabei gesammelt?**

Für die Studierenden Maria Petter und Immanuel Grüger war das Projekt mit neuen und wertvollen Erfahrungen verbunden. Sie waren begeistert, wie die drei Sportler mitgemacht haben und, wie schnell sich alle bei den Übungen verbessert haben.

**Und Sie als Athleten, was hat Ihnen am Training mit den Studenten besonders gefallen?**

Michael Rüting & Katja Thaut: Der Umgang der Trainer mit uns. Alle waren sehr nett und haben uns motiviert. Am Anfang waren wir schlapp, wurden dann aber fitter.

**Wie war es, mit den Studenten regelmäßig Sport zu machen?**

Michael Rüting & Katja Thaut: Sehr gut! Sie haben uns immer angespornt und uns bestärkt von Training zu Training besser zu werden.

**Frau Dr. Kemper, welche Fortschritte haben Sie und Ihre Studierenden bei unseren Athleten gesehen?**



Die Entwicklung war immens und die Studierenden hatten mit solchen Leistungsfortschritten wirklich nicht gerechnet. Sie meinten, dass es bei einigen Übungen eine Leistungssteigerung bis zu 100% gegeben hat. Mehr geht nicht – Respekt und Gratulation!

**Und dann kam der große Tag im Juli. Wie war der Tag als Sie das Sportabzeichen abgelegt haben? Waren Sie aufgeregt?**

Katja Thaut: Nein, ich war nicht aufgeregt. Wir haben so viel trainiert und ich wusste ich kann das schaffen.

Michael Rüting: Ich hatte schon Bedenken, ob ich das schaffe. Aber der Beifall der Zuschauer hat mir geholfen mich besonders anzustrengen. Danach waren wir zwar aus der Puste aber auch überrascht, dass es so schnell vorbei ging.

Frau Dr. Kemper: Auf jeden Fall möchten wir das Projekt weiterführen und hoffen, noch mehr Beschäftigte Am Flutgraben aber auch in Drackendorf für das Sportabzeichen gewinnen zu können.



## ●●● Bewegung im warmen Wasser

von Katrin Ostrowski, Teamleiterin im Förderbereich,  
Werkstatt Am Flutgraben

Einmal im Monat fahren Menschen, die in der Werkstatt arbeiten oder im Förderbereich sind nach Bad Sulza in die Therme. Dort gehen sie mit Mitarbeitern aus der Werkstatt baden.

Im Wasser werden sie auf ganz besondere Weise bewegt. Wie, das hat sich jemand überlegt, der ganz viel mit behinderten Menschen im Wasser gearbeitet hat: Mario Jaharra.

Frau Ostrowski und andere Kollegen haben gelernt wie es geht. Die Menschen werden im Wasser gehalten und ganz leicht bewegt. Dabei wird sanft gedehnt, gestreckt und gedreht. Dadurch, dass man im Arm gehalten wird, durch das warme Wasser und durch das Gefühl im Wasser kein Gewicht zu haben, wirkt alles sehr entspannend. Ein bisschen ist es so, wie ein Baby sich im Bauch seiner Mutter

fühlt. Also richtig gut. Außerdem kann man sich im Wasser ganz anders bewegen, als an Land. Eine tolle Erfahrung für alle Menschen mit Schwierigkeiten beim Laufen, Stehen und Sitzen.

Im Wasser kann man auch seine Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit verbessern. Besonders wichtig ist das für Leute, die sich nicht gut bewegen können.

Im Wasser wiegt man sehr viel weniger als sonst. Man kann Sachen machen, die man sonst nicht kann. Alle die gerade nicht bei der Therapie sind, können in den Becken ein bisschen Sport machen oder sich einfach weiter entspannen.

In das Bad können Menschen mitfahren, die Einschränkungen des Bewegungsapparates haben. Man muss nicht schwimmen können. ■



Fotos (2): SBW



## ●●● Gemeinsam kochen und genießen

(uh). Getreu diesem Motto trafen sich Mitte Juli, Ronny Hiller, Sven Schwede, Matthias Haupt und Martin Halter, Beschäftigte auf den Außenarbeitsplätzen in der Thüringer Universitäts- und Landesbibliothek (ThULB) mit ihrer Betreuerin Daniela Rudolf sowie ihren Paten Hans-Jürgen Hillesheim und Michael Lörzer zum gemeinsamen Kochen.

Das Zusammentreffen bildete den Auftakt eines Kochseminars, welches Betreuerin Daniela Rudolf nutzt, um ihre Schützlinge einmal außerhalb der Arbeitszeit mit ihren Paten zusammen zu bringen. „Durch das gemeinsame Kochen können wichtige Fähigkeiten geschult werden, wie zum Beispiel Kommunikation, Flexibilität und Teamfähigkeit, welche auf den Außenarbeitsplätzen gefragt sind“ erklärt Frau Rudolf. Aber vorrangig ginge es – und das sieht man auf den ersten Blick – um die Freude am Kochen und dem gemeinsamen Essen.

In Zweierteams widmen sich die eingespielten Kollegen einem kompletten Drei-Gänge-Menü, das

von Schweinefilet mit mediterraner Kruste bis zum Erdbeer-Limetten-Eis keine Wünsche offen lässt. Beim Schnippeln wird munter über die Arbeit und aktuelle Themen in Sport und Kultur geplaudert, so wie das Kollegen eben machen.

„Ein Großteil der Beschäftigten auf den Außenarbeitsplätzen des Saale Betreuungswerks lebt in eigenen Wohnungen. Aufgrund mangelnder Kenntnisse und eingeschränkter finanzieller Möglichkeiten ernähren sie sich häufig von Fertigprodukten“ so Frau Rudolf. Das Kochseminar soll somit auch Aufklärung im Bereich gesunde Ernährung leisten und den Spaß am selber kochen erhöhen. Hand in Hand und mit vielen Späßen auf den Lippen arbeiten sich die Teams bis zum Servieren voran.

Das Kochseminar ist dank einer Förderung der Aktion Mensch realisierbar und wird über die Laufzeit eines Jahres die 57 Beschäftigten der Außenarbeitsplätze und ihre Paten aus den beteiligten Unternehmen zum gemeinsamen Kochen bringen. ■



Fotos (4): SBW

## ●●● Flüssiges Gold - So entsteht Honig



Fotos (6): SBW

(uh). Natürlich, süß und sogar gesund. Honig ist ein Naturprodukt, das seit Jahrtausenden auf dieselbe Art und Weise hergestellt wird: Fleißige Bienen sammeln Blütennektar von Wiesen, Blättern und Bäumen, und bringen ihre Beute zum Bienenstock, wo sie in den Waben gelagert wird und heranreift. Dann ist der Imker an der Reihe.

Bei unserem Besuch der Imkerei in Neuengönna sind das Imkermeisterin Elke Woker und ihr Mann Bernd. An einem warmen Sommertag im Juni öffneten sie der 20-köpfigen Reisegruppe der Lebenshilfe ihre Türen.

Anschaulich erklärte uns Frau Woker die Blumen und Pflanzen in ihrem Garten und den Zusammenhang zwischen Bienenvolk und Natur. Herr Woker nahm die Gruppe dann mit in die Imkerei und zeigte wie die Waben weiterverarbeitet werden.

Das Wachs, was die Waben schützt und verschließt wird abgekratzt, um an den flüssigen Honig zu gelangen. Im nächsten Schritt werden die Wabenplatten in eine Schleudermaschine gehängt. Diese Maschine dreht sich so schnell, dass der flüssige Honig aus den Waben geschleudert und gereinigt wird. Durch einen Hahn am Boden der Maschine läuft der flüssige Honig dann heraus.

Alle Teilnehmer waren von diesem lehrreichen und interessanten Ausflug in die Imkerei begeistert und erhielten ein Glas frisch geschleuderten Honig als Geschenk.

Und weil so viel süßes Wissen hungrig auf etwas Herzhaftes macht, haben sich zum Abschluss alle gemeinsam mit einer Bratwurst gestärkt. ■



## ●●● Demo in Berlin

(uh). **Teilhabe! Teilhabe!** lauteten die Sprechchöre der Demonstranten am Brandenburger Tor. Über 7000 Menschen mit und ohne Behinderung haben sich am Montag, den 7.11. in Berlin zusammengefunden, um öffentlich Kritik an den Entwürfen zum Bundesteilhabegesetz (BTHG) und Dritten Pflege-Stärkungsgesetz (PSG 3) zu äußern.

„Die Stimmung war überwältigend“, berichteten Bewohner und Beschäftigte der Lebenshilfe Jena, welche zusammen mit ihren Betreuern ebenfalls vor Ort waren. In farbenfroher Aufmachung und mit vielen Plakaten strömten Menschen, aus mehr als 100 Bussen aus dem ganzen Bundesgebiet heran, um für Nachbesserungen an den beiden Gesetzen zu demonst-



Foto: SBW

rieren. Auf der Bühne übergab Bundesvorsitzende Ulla Schmidt die über 150.000 gesammelten Unterschriften an die Bundesregierung. Aus den Einrichtungen der Lebenshilfe Jena haben insgesamt 458 Menschen mit und ohne Behinderung ihre Unterschrift für mehr Selbstbestimmung abgegeben. **Vielen herzlichen Dank für diese tolle Leistung!**

Die Bemühungen haben sich gelohnt. Alle fünf Kernforderungen der Lebenshilfe haben im Gesetzesentwurf zu Verbesserungen geführt (u.a. das Recht auf ein Sparbuch und kein Gemeinschaftszwang in der Freizeit). Das neue Bundesteilhabegesetz wird ab 1. Januar 2017 in Kraft treten. In unserer nächsten LENAberichtenwirausführlich, was sich für Menschen mit Behinderung ändern wird. ■

## ●●● Neue Angebote für Ihre Freizeit 2017

von Marion Claus, Koordinatorin der Freizeit- und Bildungsangebote des Lebenshilfe Jena e. V.

Unsere neuen Freizeit- und Bildungsangebote sind da! Bewährtes findet sich neben neuen interessanten Angeboten. Neue Ziele führen uns auf unseren Reisen an den Kummerower See, in die fränkische Schweiz und nach Kroatien. Wir gehen in kleinen Gruppen mit bis zu 7 Teilnehmern auf Reisen und können damit Ihre Urlaube noch individueller gestalten. Die Kurzurlaube und Tagesfahrten haben es im kommenden Jahr in sich. Vom Urlaub im Gurken-Fass in Lübbenau bis zur Übernachtung im Ufo-Haus wird es für Sie spannend.

Bei unseren Veranstaltungen warten neue Höhepunkte wie die Grillschule oder ein Pralinenseminar auf Sie. Bewährte Kurse wie Bowling, Tanzen und Kochen sind selbstverständlich wieder dabei. Neu ist, dass alle Mitglieder des Lebenshilfe Jena e.V. einen Reisegutschein im Wert von 15 Euro nutzen können. Stöbern Sie in der gemütlichen Weihnachtszeit in unserem reichhaltigen Angebot und nutzen Sie den Frühbucherrabatt von drei Prozent. Der neue Katalog wird allen Mitgliedern rechtzeitig per Post bis Weihnachten zugestellt. ■



## Wir feiern Richtfest

(uh). Den ganzen Herbst über haben die Bauarbeiter fleißig gearbeitet, um in der neuen Wohnanlage die Stockwerke anzulegen. Die drei Bilder wurden im Oktober gemacht.

Inzwischen ist der Roh-Bau fertig. Als Roh-Bau bezeichnet man ein Gebäude, dessen äußere Gestalt fertiggestellt ist.

Am 25. November konnten wir Richtfest feiern. Alle Bauarbeiter und viele Gäste waren dabei. Dann haben wir den Richt-Kranz aufgehängt. Dieser soll das Haus schützen und Glück für die weiteren Bauarbeiten bringen.

Bis Weihnachten werden nun alle Fenster eingebaut. Das sind über 60 Stück.

Im April nächstes Jahr wollen wir einen Tag lang hinter die Kulissen der Baustelle schauen und durch alle Räume gehen.

Alle die möchten sind dazu herzlich eingeladen. ■



Fotos (3): SBW



Foto: © Bettina Steinmaurer, Pinterest.com

## Martinsumzug in der Kita Leutragarten

von Jana Kaps, Leiterin der Kindertagesstätte Leutragarten

Inzwischen kann man sagen, dass es zu einer kleinen Tradition geworden ist. Bereits zum vierten Mal feierten die KiTa Leutragarten den Martinstag gemeinsam mit den Erziehern, Kindern und deren Familien.

Zuerst wurden am Vortag, dem 10. November mit allen Kindern des Hauses die Martinshörnchen gebacken und es duftete ganz verführerisch aus der Kinderküche. Nebenbei wurde die Geschichte zum Martinstag vorgespielt und erklärt, was es mit der guten Tat von Sankt Martin und den Martinshörnchen eigentlich auf sich hat.

Am nächsten Tag wurden dann zum Lampionumzug, ganz viele selbst gebastelte, große und kleine Lampions zum Leuchten gebracht und die Hörnchen wurden verschenkt. Alle Kinder teilten sie mit ihren Freunden, mit den Brüdern, Schwestern oder den Eltern.

Mit heißen Getränken und jeder Menge Spaß im Gepäck ging es dann nach Hause und das Lachen und Erzählen war noch weithin zu hören.

Damit Sie auch mal die leckeren Martinshörnchen aus der Kita probieren können – hier das Rezept. ■

### Martinshörnchen

nach KiTa Rezept

400 Gramm	Quark
200 Gramm	Zucker
16 Eßlöffel	ÖL
12 Eßlöffel	Milch
2	Eier
2 Päckchen	Vanillezucker
1 Prise	Salz
800 Gramm	Mehl
4 Teelöffel	Speisestärke



Foto: SBW

Alle Zutaten nach und nach miteinander verrühren und zu einem glatten Teig kneten. Dreiecke ausschneiden und zu einem Hörnchen rollen. Anschließend auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Backofen (Umluft 180 °C) ca. 15 – 20 Minuten backen.

## Termine

### Dankeschön-Konzert

14. Dezember • Werkstatt  
Am Flutgraben

### Weihnachts-Tombola

bis 22. Dezember • Weih-  
nachtsmarkt Jena

### Berufs-Info-Markt 2017

Informieren Sie sich an  
unserem Stand über unsere  
Ausbildungsberufe und Stel-  
lenangebote • 11. März 2017  
• Volkshaus Jena

Änderungen vorbehalten.

Auflösung des Rätsels in der letzten Ausgabe  
Lösungswort: SCHMETTERLING  
Gewinner: Veikko Winkler

Herzlichen Glückwunsch!

## Was macht mich glücklich?



Ina Heinemann, 54 Jahre,  
Bewohnerin der  
Wohnstätte in Kahla

„Mich macht es glücklich,  
wenn ich nach der Arbeit  
mit meiner Lieblingsmusik  
der Band Smokie relaxen  
kann. Außerdem stricke ich  
gerne und liebe die Natur.  
Ich sitze gerne im Garten  
unserer Wohnstätte und  
genieße dabei die Ruhe.“ ■

Sie sind offen, engagiert und möchten Erfahrungen in der sozialen Arbeit mit Menschen mit Behinderung sammeln? Unser Verein bietet verschiedene Freizeitaktivitäten, Kurse und Reisen für Menschen mit Behinderung an und ist immer auf der Suche nach tatkräftigen Helfern. Sie können sich einbringen indem Sie unsere Kursangebote und Reisen begleiten oder bei der Organisation von Festen unterstützen.

**Wir bieten Ihnen flexible Einsatzmöglichkeiten, den Freiraum Ihre eigenen Ideen einzubringen, eine Aufwandsentschädigung, Weiterbildungsmöglichkeiten im sozialen Bereich sowie eine Bescheinigung über Ihre Tätigkeit.**

Wir freuen uns darauf Sie kennen zu lernen.

Koordinatorin Freizeit- und Bildungsangebote  
Frau Marion Claus

Tel.: 03641/4613-6001

E-Mail: [M.Claus@Lebenshilfe-Jena.de](mailto:M.Claus@Lebenshilfe-Jena.de)

Wir suchen Sie!