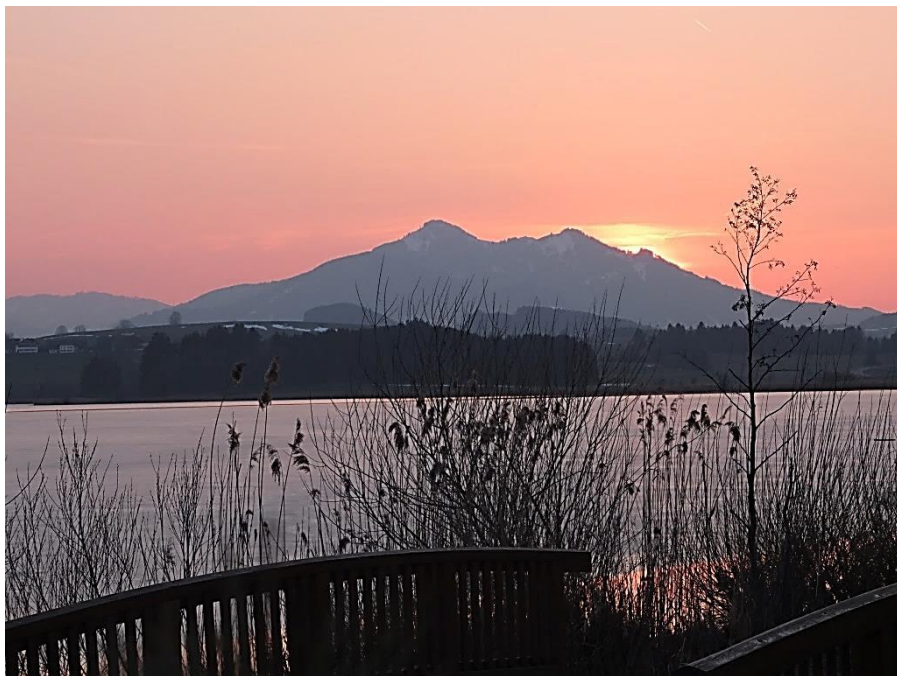


TROTZDEM



Hopfensee, Bayern



**Bundesselbsthilfeverband
Kleinwüchsiger Menschen e.V.**
gemeinnützig

Vereinszeitschrift 1/2016

Impressum

Herausgeber:



Bundesselbsthilfeverband
Kleinwüchsiger Menschen e.V.
gemeinnützig

Redaktionsanschrift:

www.kleinwuchs.de

Adelheid Jung

Klosterhofstraße 2

80331 München

E-Mail: adelheid.jung@kleinwuchs.de

Ansprechpartner für Versand:

Silvia und Herbert Stein

Therese-Giehse-Allee 19

81739 München

Tel. 089 99756841

E-Mail: herbertstein2@gmx.de

Druck und Versand:

Stückle

Druck und Verlag

Stückle-Straße 1

77955 Ettenheim

Tel: 07822 431-44

Auflage:

500 Exemplare

Erscheinungsweise:

2 x jährlich

Das Entgelt ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Die Redaktion behält sich vor, Berichte sinngemäß zu kürzen.

unterstützt von:



Inhaltsverzeichnis

Impressum	2
Inhaltsverzeichnis	3
Grußwort der 1. Vorsitzenden Lydia Maus	5
Grußwort der Trotzdem-Redaktion	7
Bundeskongress 2016 – Infos	8
Bundeskongress 2016 – Thema des Seminars	13
Auto	15
Was macht AllAbility (Allianz) so besonders?	16
Herbsttreffen des Landesverbands Bayern	17
Treffen im Haus der Geschichte in Bonn	19
Erste Schritte für einen europäischen Behindertenausweis	22
Aus den Anfängen des VKM	24
Fünf Fernbusanbieter im Vergleich	26
Kontaktanzeige	29
25 Jahre Mitglied im VKM	30
Kosten für Assistenzhunde übernehmen	32
Kraftfahrzeughilfe für kleinwüchsige Menschen	33
Veranstaltung Rhein-Hessen-Saar	34
Hochzeit von Katrin und Thomas Bayer	35
Natur ist für alle da – die richtigen Wege finden	36

Fachmesse ConSozial	40
Wochenendseminar in Witten	44
Unverwechselbare Naturerlebnisse für alle Sinne schaffen	47
Ein besonderer Tag ...	49
Neue Urlaubsziele für Menschen mit Körperbehinderung	50
Barrierefreies Alpenwarmbad	51
Silvester in Rosenheim	54
Silvester im Happinger Hof	57
Urteile	58
Wissenswertes	59
Informationen und Vereinsdaten	60
Aufnahme-Antrag	61
Mitglieder unseres Bundesvorstandes	62
Landesverbände	63



Grußwort der 1. Vorsitzenden

Die Zeit vergeht nicht schneller als früher, aber wir laufen eiliger an ihr vorbei (George Orwell).



Liebe Mitglieder, Freunde und Leser der TROTZDEM,

geht es Euch auch so wie mir? Ich finde, die Zeit rennt wahnsinnig schnell davon, und ehe man sich versieht, liegt das, was gestern noch in Erinnerung war, wieder vor einem. Es kommt mir wie gestern vor, dass wir vor den Landesverbandsneuwahlen standen. Doch mittlerweile liegen diese Wahlen schon wieder zwei Jahre zurück und damit doch schon wieder vor uns. So möchte ich Euch, wie vor jeder Wahl, wieder auf die Möglichkeit hinweisen, aktiv am Vorstand mitzuarbeiten. Denn so könnt Ihr Eure Wünsche und Vorstellungen in Euren Landesverbänden einbringen. Diese Zeit ist immer sehr spannend für uns und somit wünsche ich allen eine erfolgreiche Landesverbandshauptversammlung und insbesondere auch eine hohe Wahlbeteiligung.

Auch der Bundeskongress kommt in schnellen Schritten auf uns zu und das Orgateam hat schon alle Hände voll zu tun. Näheres zum Ablauf findet Ihr in dieser Ausgabe und ansonsten steht Euch auch das Team für Auskünfte und Fragen gerne zur Verfügung.

Damit keiner von Euch aus Kostengründen auf den Bundeskongress verzichten muss, hält der Bund wieder Zuschüsse für sozial benachteiligte Mitglieder bereit. Wenn Ihr aufgrund von ALG-II oder einer vergleichbar niedrigen Rente Unterstützung benötigt, wendet Euch bitte bis 30. März vertrauensvoll an Euren Landesverband oder an mich. Wir versuchen, jedem die Teilnahme an diesem Bundeskongress zu ermöglichen, und behandeln Eure Anfragen selbstverständlich absolut diskret und verschwiegen.

Wir, der gesamte Vorstand, freuen uns jedenfalls jetzt schon, möglichst viele von Euch in Oberlahr begrüßen zu können.

Auch wenn schon einige Wochen vergangen sind, ist diese TROTZDEM-Ausgabe nun die erste Gelegenheit in diesem Jahr, alle Mitglieder unseres Verbandes erreichen zu können.

So wünsche ich Euch auch im Namen des gesamten Bundesvorstandes noch ein ganz tolles, glückliches und vor allem gesundes neues Jahr 2016.

Viele Grüße

Lydia



Grußwort der TROTZDEM-Redaktion



Liebe Mitglieder,

wenn Ihr diese TROTZDEM in der Hand habt, ist es zwar schon Februar; trotzdem wünschen wir Euch allen auch jetzt noch von ganzem Herzen ein glückliches, erfolgreiches und gesundes Jahr 2016!

Dieses Heft enthält wieder lesenswerte Beiträge, die einen guten Einblick in das Vereinsleben unserer Landesverbände gewähren. Vielen Dank für Eure Zusendungen!

2016 ist auch das Jahr der Landesverbandswahlen. Wir danken allen, die sich für die unterschiedlichen Ämter zur Verfügung stellen und wünschen denen, die dann auch gewählt werden, viel Freude und ein gutes Händchen bei ihrer verantwortungsvollen Arbeit.

Das Redaktionsteam wünscht Euch viel Spaß beim Lesen!

Herzliche Grüße

*Adelheid * Silvia * Herbert*



Liebe Mitglieder und Freunde des VKM,

der Landesverband Rhein-Hessen-Saar freut sich, Ausrichter des nächsten Bundeskongresses zu sein. Wir laden Euch herzlich ein, vom 25. bis zum 29. Mai 2016 interessante, aufschlussreiche und vor allem schöne Tage im rheinischen Westerwald zu verbringen.



Der Bundeskongress 2016 findet statt im:



Hotelpark „Der Westerwald Treff“, In der Huth 1, 57641 Oberlahr
(für Navigationsgeräte: 56593 Bürdenbach)

Tel.: 02685/87-0, Fax: 02685/87–268

E-Mail: info@westerwaldtreff.de, Web: www.westerwaldtreff.de

Hier ein Auszug der Homepage des Westerwaldtreffs:

Nahe dem romantischen Rhein und der Mosel, zwischen Bonn und Koblenz gelegen, bietet Ihnen unser Hotel



im Grünen ein Domizil zum Ausspannen, Erholen oder auch Tagen. Intakte Natur und herzliche Gastfreundschaft finden Großstadt- und Stressgeplagte hier bei uns im Hotelpark "Der Westerwald Treff" in Oberlahr.



Tauchen Sie ein in die familiäre Atmosphäre unseres Hotels - unterstützt von einem Team, das mit großer Herzlichkeit & Professionalität vom ersten Moment an Ihre Wünsche erfüllt.

Der "Westerwald Treff" bietet viele Möglichkeiten, die begeistern: z. B. hat es unsere Gastronomie in sich: das Restaurant, die NEUE urgemütliche "Westerwälder Stube" mit Kamin und Biergarten, die Tagesbar und die Diskothek "California" verwöhnen Sie mit einer



genussvollen Küche und einer reichhaltigen Getränkeauswahl.

Tagsüber verführen Sie Orte wie das "Sabaai-Studio" mit traditionell Thaiändischer Massage, die "Beauty-Suite" mit den diversen ayurvedischen Anwendungen, das Schwimmbad, die Sauna, die Mini-

golfanlage, die Soccerhalle, die Kegelbahnen, die Tennis-Outdoorplätze, ein ausgeprägtes Netz an Wanderwegen, Fahrradverleih, Nordic-Walking-Park zur Aktivität oder süßem Nichtstun - ganz wie Sie es wünschen.





Genießen Sie den Komfort unserer 145 Hotelzimmer. Alle Hotelzimmer sind ausgestattet mit hochwertigen orthopädischen Bandscheibenmatten, Dusche/WC, Haartrockner, SAT-TV (Flat Screen), Telefon, Radio, Balkon, und WLAN-Service (kostenlos).

Die Seele des "Westerwald Treffs" ist das gesamte Team: Menschen, so erfahren wie aufmerksam, so freundlich wie zuverlässig - heißen Sie herzlich willkommen.

Wir möchten Euch nun die ersten Informationen zu der geplanten Veranstaltung geben. Solltet Ihr noch Fragen haben, steht Euch das Orga-Team selbstverständlich zur Verfügung. Die Einladung mit den Anmeldeformularen erhaltet Ihr zu einem späteren Zeitpunkt mit gesonderter Post. Anmeldungen werden in Kürze auch online auf unserer Homepage www.kleinwuchs.de möglich sein.

Wir freuen uns auf Euch!

Mit herzlichen Grüßen,
Sandra Berndt
Landesverband Rhein-Hessen-Saar

Vorläufiger Programmablauf

Mittwoch, 25. Mai 2016

Anreise, individuelles Abendessen (*auf eigene Rechnung*), anschließend gemütliches Beisammensein

Donnerstag, 26. Mai 2016 (Fronleichnam)

Seminar: „Der Schmerz!“ - ein häufiger Begleiter von Menschen mit Kleinwuchs

Mittagessen: kleine Karte, Auswahl bei Seminarbeginn (*auf eigene Rechnung*)

Abends: Spiel und Spaß (je nach Witterung in der Soccerhalle oder im Freien)
Grillabend

Freitag, 27. Mai 2016

Busfahrt nach Koblenz, Besichtigung der Festung Ehrenbreitstein, Fahrt mit der Seilbahn, Altstadtführung, gemeinsames Abendessen im Weindorf (*auf eigene Rechnung*), Rückkehr zum Hotel

Samstag, 28. Mai 2016

Vormittags: Jahreshauptversammlung
die Einladung zur JHV mit der Tagesordnung erhaltet Ihr mit gesonderter Post vom Bundesvorstand

Mittagessen: individuell in einem der Restaurants (*auf eigene Rechnung*)

Nachmittags: zur freien Verfügung. Es stehen Euch die vielfältigen Möglichkeiten des Westerwaldtreffs zur Verfügung (z. B. Schwimmbad, Sauna, Wellnessmassage, Kegelbahn und vieles mehr)

Abends: Fototermin
Sektempfang
Bankettabend mit festlichem Buffet und Livemusik mit DJ Dirk



Sonntag, 29. Mai 2016

Abreise nach dem Frühstück

Kosten:

Übernachtung mit Frühstück

Einzelzimmer: 45,00 € pro Person und Nacht
Doppelzimmer: 35,00 € pro Person und Nacht
Dreibettzimmer: 32,00 € pro Person und Nacht
Hund: 7,00 € pro Tag

Kinderermäßigung bei Unterbringung der Kinder im Zimmer von zwei vollzahlenden Erwachsenen bzw. ab zwei Kindern im Doppelzimmer mit Verbindungstüre:

Kinder bis 5 Jahre: 100 %
Kinder bis 11 Jahre: 50 %
Kinder bis 16 Jahre: 20 %

Wer ein barrierefreundliches Zimmer benötigt, gibt dies bitte bei der Anmeldung an.

Veranstaltungen

Teilnahmegebühr: 20,00 €
Grillabend: Erwachsene: 20,00 €,
Kinder: 1,00 € pro Lebensjahr
Ausflug nach Koblenz: Erwachsene: 20,00 €, Kinder: 15,00 €
Bankettabend: Erwachsene: 20,00 €,
Kinder: 1,00 € pro Lebensjahr



**Bundeskongress vom
24.05. – 29.05.2016 in Oberlahr**



Thema des Seminars

„Der Schmerz!“ - ein häufiger Begleiter von Menschen mit Kleinwuchs

Chronischer Schmerz: Definition, Behandlungsmöglichkeiten und Bewältigungsstrategien für Menschen mit Kleinwuchs.

Wir alle kennen Schmerzen – mal mehr, mal weniger. Was ist aber, wenn man die Schmerzen nicht mehr in den Griff bekommt? Wenn man bereits viele Medikamente ausprobiert hat und der Schmerz dann doch bleibt? Was sind eigentlich chronische Schmerzen und was kann ich dann überhaupt noch tun?

Dieser Frage wollen wir beim diesjährigen Bundeskongress auf den Grund gehen. Dabei werden uns drei Experten durch Referate unterschiedliche Blickrichtungen auf das Thema geben:

1. Aus der medizinischen Sicht eines Arztes (Schmerztherapeuten)

Was ist chronischer Schmerz und wie kann er behandelt werden?

2. Aus der therapeutischen Sicht

Wir möchten die „Atemtherapie“ als eine der vielen therapeutischen Möglichkeiten der Schmerzbewältigung vorstellen. Gerade bei Menschen mit Kleinwuchs sind Lungentätigkeit und Lungenvolumen häufig eingeschränkt. Wie atmen wir richtig und wie wirkt sich das Atmen auf die Schmerzen aus?

3. Aus einer ganzheitlichen Sicht

Wie gehe ich gut mit meinem ohnehin eingeschränkten Körper um? Was tut ihm gut, was schadet ihm? Wie schaffe ich es, im gesellschaftlichen Leben, im Beruf oder der Freizeit mitzuhalten, ohne mich zu verausgaben? Welche Erwartungen habe ich an mich selber und wie nehme ich meinen Körper wahr? Mag ich ihn oder habe ich mich notgedrungen mit ihm arrangiert?

„Achtsamkeit“ ist ein guter Ansatz im Umgang mit dem Schmerz. Wir werden im Seminar erfahren, was Achtsamkeit bedeutet, und einige Übungen hierzu lernen.

Auch in diesem Jahr wollen wir am Nachmittag in Workshops die gewonnenen Erkenntnisse vertiefen, praktische Übungen „an die Hand“ bekommen und persönliche Fragen klären.

Wir wünschen uns eine rege Teilnahme!

Beate Twittenhoff
Bundesvorstand



Auto

Michaela Bonner



Im Februar letzten Jahres haben wir beschlossen ein neues Auto zu kaufen; ein VW Polo sollte es sein.

Bei der Besichtigung im Autohaus Gottfried Schultz in Essen Kray gefiel uns der VW Cross Polo am besten. Leider hätte ich ihn mir nicht kaufen können, wenn uns Herr Stapelmann vom Autohaus nicht eine kostengünstige und professionelle Schlaufe fachgerecht angebracht hätte.

Danke, hier noch mal, an Herrn Stapelmann.



"In Bezug auf den Artikel in der Trotzdem 02/2015 möchte der Vorstand NRW folgendes korrigieren: Das ehemalige Vorstandsmitglied Michaela Bonner trat aus persönlichen Gründen aus."

Was macht AllAbility (Allianz) so besonders?

Zielgruppe: AllAbility richtet sich an Studenten mit Behinderung (z. B. Körperbehinderung, Seh- oder Hörbehinderung oder chronische Erkrankungen).

Möglichkeiten: Das Programm umfasst eine ganze Palette an Funktionsbereichen und bietet zwei Möglichkeiten:

- Praktikum (Vollzeit)
- Stelle als Werkstudent (Teilzeit)

Zeitraumen: 3 - 6 Monate (individuelle Vereinbarungen möglich)

Aktionen

- Flexibilität und Barrierefreiheit am Arbeitsplatz
- Persönlicher Mentor
- Bewerbungs- und Vorstellungstraining mit unseren Personal-Fachberatern
- Einführungs- und Netzwerkaktivitäten für alle Praktikanten (z. B. monatliches Welcome Meeting, Praktikanten-Mittagessen, My Finance Coach, Veranstaltungen für Praktikanten wie z. B. Allianz Arena Tour und vieles mehr)
- Zielgruppe: AllAbility zielt auf Studenten mit Behinderung ab (z. B. Körperbehinderung, Seh- oder Hörbehinderung oder chronische Erkrankungen)

https://www.allianz.com/de/ueber_uns/strategie_werte/diversity/diversity/allability/



Herbsttreffen des Landesverbands Bayern vom 25. bis 27. September 2015

Christian Meinzingler



Das diesjährige Herbsttreffen fand in Bad Windorf im Hotel "Zum goldenen Anker" statt. Nach Begrüßung der Teilnehmer durch Johann Sirch gab es ein köstliches warmes Buffet, bei dem für jeden Geschmack etwas dabei war. Nach dem Essen klang der Abend beim gemütlichen Zusammensitzen stimmungsvoll aus.



Schloss Ortenburg

Der Samstag war für unseren Ausflug reserviert. Los ging es nach dem Frühstück: Vor dem Hotel erwartete uns ein Kleinbus, mit dem wir nach Ortenburg fuhren, wo wir von dem urigen Museumsführer viele interessante Geschichten rund um das Schlossmuseum erzählt bekamen.

Anschließend ging es weiter zur Glashütte Weinfurter in Arnbruck bei Bodenmais. Bei einer Vorführung dieser alten Handwerkskunst fertigte der Glasbläser vor unseren Augen verschiedene wunderschöne Kunstwerke an wie z. B. eine Vase und einen sehr dekorativen Glasvogel. Danach hatten wir etwas Zeit



Glasbläserkunst in Arnbruck

zur freien Verfügung, die wir zum Spaziergehen, Kaffeetrinken oder Einkaufen nutzen konnten. Mit vielen neuen Eindrücken und auch Souvenirs im Gepäck kamen wir wieder im Hotel an. Nach kurzer Entspannungspause trafen wir uns im Hotelrestaurant, wo wir zum Abendessen zwischen zwei Menüs wählen konnten.

Am Sonntag traten wir nach einem reichhaltigen Frühstück die Heimreise an. Es war ein sehr schönes Wochenende – vielen Dank dafür an den Organisator André Schäfer!

Bis zu unserem nächsten Treffen grüßt ganz herzlich Christian Meinzinger.



Hinter unserem Hotel in Windorf

Treffen am 10.10.2015 im Haus der Geschichte in Bonn

Sandra und Mike Wiese



Der Vorstand und seine Mitglieder aus NRW trafen sich an diesem Samstag im Haus der Geschichte in Bonn. In diesem Museum wird den Besuchern die Entstehungsgeschichte der Bundesrepublik Deutschland nach dem 2. Weltkrieg in Form von Bildern und Film-ausschnitten und originalen Ausstellungsstücken nahegebracht.



Wir treffen Entscheidungen im Bundestag

Nachdem sich die Mitglieder zusammengefunden hatten und mit entsprechender Hightech vom Führer des Museums ausgestattet waren, startete unsere Führung durch das Museum. Wir begannen nach der Teilung Deutschlands durch die Alliierten. Deutschland wurde in 4 Besatzungszonen eingeteilt (Sowjetische Zone, Amerikanische Zone, Französische Zone und die Britische Zone).

Diese vier Länder standen vor vielen Aufgaben und noch größeren Problemen, die zu bewältigen waren; das war nicht immer leicht und man war sich auch nicht immer einig.

Wir sprangen in der Geschichte Deutschlands zum Bau der Mauer im Jahre 1961, dem Kalten Krieg mit der Kubakrise, dem Ruf nach Freiheit in der DDR bis hin zur Wiedervereinigung Deutschlands im Jahr 1989. Zu den zeitlichen Höhepunkten in der Geschichte bekam man auch einen kleinen Einblick in den damaligen Alltag der Menschen in Deutschland. Es gab Trümmerfrauen, die aus den Resten der zerbombten Häuser neue Behausungen bauten, Menschengängen an Supermärkten, Trauer um gefallene Angehörige im Krieg, Lebensmittelknappheit; aber es gab auch Unterschiede, je nachdem, in welcher Besatzungszone man sich aufhielt. Des Weiteren bekamen wir aus der Gegenwart die laufende Schuldenuhr gezeigt. Wir waren erstaunt über deren ständiges Wachstum.



Schuldenuhr im Haus der Geschichte

Nach einer beeindruckenden Führung durch das Museum kamen wir zum Ende. Jetzt hatten die Mitglieder die Möglichkeit, sich alleine im Museum umzuschauen, noch mehr ins Detail zu gehen und sich einige Dinge anzuschauen. Manche gingen aber auch, sich bei einem heißen Getränk im Café aufzuwärmen. Um ca. 17:30 Uhr machten wir uns gemeinsam auf den Weg zum Restaurant DaDante, ca. 500 Meter vom Museum entfernt. Manche nutzten die Gelegenheit für einen kleinen Spaziergang und manche nutzten ihr Auto, um zum Restaurant zu fahren. Ein Parkplatz war schnell gefunden



Verschlaufpause

und das Restaurant öffnete gerade bei unserem Eintreffen. Man merkte, dass der Rundgang durchs Museum viele hungrig gemacht hatte. Beim Durchschauen der Speisekarte wusste man im ersten Augenblick nicht, was man bestellen sollte, weil alles so lecker klang. Doch nach einiger Zeit hatten alle Mitglieder

etwas Passendes für sich gefunden und es wurden auch schon die ersten Essen an den Tisch serviert. Nachdem sich alle satt gegessen hatten, unterhielten wir uns noch, bevor die ersten Mitglieder sich auf den Heimweg machten, um ihre Bahn nicht zu verpassen. Gegen ca. 20:00 Uhr ging der Abend langsam zu Ende. Wir fanden, es war ein sehr schöner Tag, wir haben wieder gemeinsam etwas für unsere Allgemeinbildung getan und man ist sich wieder bewusst, wie gut es uns heute geht.

Erste Schritte für einen europäischen Behindertenausweis

Nachteilsausgleiche müssen bleiben

Immer mehr Menschen mit Behinderung reisen, studieren, arbeiten und leben im benachbarten europäischen Ausland. Doch existiert derzeit noch kein System für eine grenzüberschreitende Anerkennung von Behindertenausweisen, die das Leben von Millionen europäischer Bürgerinnen und Bürger mit Behinderung erleichtern könnte. Jetzt werden erste Schritte für einen europäischen Behindertenausweis auf EU-Ebene diskutiert.

In einem Seminar, das auf Einladung eines Mitgliedes des Europäischen Parlamentes erfolgte, erläuterte EU-Kommissarin Marianne Thyssen, zuständig für Beschäftigung, Soziales, Qualifikationen und Arbeitskräftemobilität, ein derartiges System unter Beteiligung der Mitgliedsstaaten sei geplant.

Europäische Mobilitätskarte ist unter anderem geplant

Vorgesehen sei unter anderem eine Europäische Mobilitätskarte. Deren Einführung solle Menschen mit Behinderung auch in anderen Mitgliedsstaaten dieselben Vorteile und Ermäßigungen in den Bereichen Kultur, Sport und Freizeit ermöglichen, so die EU-Kommissarin.



Der Ausweis soll daher auf einer gegenseitigen Anerkennung bestehender Karten basieren, vergleichbar mit dem System des 2011 eingeführten einheitlichen europäischen Parkausweises für Menschen mit Behinderung. Die Verantwortung für die Ausstellung des Ausweises liege bei den Mitgliedsstaaten, erläuterte Thyssen weiter.

Als einer der größten Behindertenverbände Deutschlands begrüßt der SoVD die Aussicht von mehr Freizügigkeit und weniger Barrieren für Menschen mit Behinderung.

Bei Vereinheitlichung keine Verschlechterung zulassen

Der Verband mahnt jedoch gleichzeitig bereits im Vorfeld der Planungen an, dass bei einer Vereinheitlichung durch einen europäischen Behindertenausweis die hierzulande integrierten Nachteilsausgleiche auf keinen Fall verschlechtert werden dürfen.

Welche Nachteilsausgleiche konkret gewährt werden, ist bisher im deutschen Recht geregelt. Oft müssen ein bestimmter Grad der Behinderung (GdB) und ein Merkzeichen nachgewiesen werden. Ein wichtiger Nachteilsausgleich ist z. B. die Freifahrt im öffentlichen Nahverkehr, bei der es aus Sicht des SoVD keinesfalls Abstriche geben darf.

Quelle: SoVD, Nr. 9/September 2015

Aus den Anfängen des VKM

Gerhard Waschkies



Die Bemühungen von Ursel Stemm und Saga Flurschütz, in Hamburg 1962 einen „Club der Kleinen“ aufzubauen, hatten auch den Norddeutschen Rundfunk interessiert. Ich nahm an dem ersten Treffen im „Café Vernimb“ in Hamburg teil – von Kassel per Anhalter.

Vom NDR erhielt ich dann eine Einladung zu einem Fernsehinterview. Dieses sollte jedoch nicht beim NDR in Hamburg, sondern von einer Filmgesellschaft in Berlin geführt werden.

Für einen Samstag erhielt ich dann eine Fahrkarte „Kassel – Hannover“ für den Zug und eine Flugkarte „Hannover – Berlin“. Am Flughafen wurde ich abgeholt und zum Kurfürstendamm gebracht, wo sich in einem Hochhaus neben der Gedächtniskirche das Studio befand. Bevor das Interview begann, bat ich darum, mir nach Möglichkeit den Rückflug auf Sonntag umzubuchen, damit ich noch etwas von Berlin sehen konnte. Nachdem das geklappt hatte, brauchte ich als Ortsunkundiger noch Tipps für die Zimmersuche. Mir wurde eine Privatpension in einer Nebenstraße des Kudamms empfohlen mit den Worten: „Dort schicken wir öfter unsere Leute hin“.

Als dies auch klappte, konnte endlich das Interview beginnen. Nach Aussage der Filmleute und Zuschauer soll es gut gelungen sein. Nach Erhalt von 13,00 DM Übernachtungsgeld habe ich mir zunächst das Quartier angesehen.

Nach dem Klingeln meldete sich die Chefin mit den Worten: „Einen Moment bitte“, danach hörte ich nur leise Stimmen und Getrappel. Als die Tür sich öffnete, geleitete mich die Chefin durch ein Spalier von Zimmermädchen mit den Worten: „Für Sie ist Salon 1 reserviert“. Der war zwar super, aber ein Blick in die Schranktür versetzte mir einen leichten Schreck; als ich mich davon erholt hatte, bin ich dann noch über den Kudamm gegangen und abends ins „Theater am Kurfürstendamm“.

Nach erholsamem Schlaf und gutem Frühstück ging´s dann ans Bezahlen. Da mir nur ein Einzelzimmerpreis berechnet wurde, reichten meine Finanzen aus.

Dann fuhr ich zum Flughafen und mein „Abenteuer Berlin“ war beendet.



Fünf Fernbusanbieter im Vergleich

Fernbusse sind praktisch und preisgünstig. Für Menschen mit Behinderung kam das beliebte Verkehrsmittel mangels Barrierefreiheit bisher aber kaum in Frage. Damit sich das bald ändert, wurde das Personenbeförderungsgesetz ergänzt. Es schreibt nun vor, dass alle neuen Fernbusse ab dem 1. Januar 2016 über zwei Rollstuhlstellplätze verfügen müssen. Bis 2020 müssen alle Busse entsprechend umgerüstet sein. Ein Schritt in die richtige Richtung, aber es gibt noch Wermutstropfen: So sind die meisten Bordtoiletten für Rollstuhlfahrer weiterhin nicht nutzbar; für Fahrten ins Ausland gelten die Vorgaben des Gesetzes nicht. Auch die Mitnahme von beispielsweise Assistenzhunden ist nicht zwingend vorgeschrieben. Einige Fernbusgesellschaften sind aber bereits weiter als es der gesetzliche Rahmen vorschreibt. MENSCHEN, das Magazin hat die barrierefreien Angebote der fünf größten für Sie zusammengestellt.

Text: Elisabeth Wicher

Postbus – war der erste Fernbusanbieter, der Busse für Menschen mit Gehbehinderung einsetzte.

- Auf der Strecke Hamburg–Berlin ist es möglich, im eigenen Rollstuhl zu reisen.
- Die Doppeldeckerbusse mit Niederflureinstieg und Klapprampe bieten drei weitere barrierearme Plätze für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen.
- Rollatoren oder Gehhilfen werden kostenlos im Gepäckraum transportiert.
- Hat der Reisende laut Schwerbehindertenausweis einen Grad der Behinderung von mindestens 50, fährt die Begleitperson im nationalen Verkehr kostenlos mit.
- Führungshunde fahren kostenfrei mit.



Berlin Linien Bus – DB-Marke „IC Bus“ wird bis Ende 2015 mit „berlinlinienbus.de“ zu einer Marke verschmolzen.

- Zwölf Doppeldeckerbusse mit Niederflureinstieg und Klapprampe bzw. Eindeckerbusse mit Hublift ermöglichen die Reise im eigenen Rollstuhl. Dafür muss der Rollstuhl über Befestigungspunkte für die Sicherung nach DIN 75078 verfügen oder eine Herstellerfreigabe nach DIN EN 12183 oder 12184 haben.
- Die Ein- und Doppeldeckerbusse werden je nach Bedarf eingesetzt. Es gilt eine Vorbuchungsfrist von sieben Tagen.
- In den Bussen ohne Niederflureinstieg oder Hublift muss der Reisende selbstständig zum Sitzplatz gelangen und sich umsetzen können.
- Zusammenklappbare Rollstühle oder andere orthopädische Hilfsmittel werden auf nationalen Linien kostenlos transportiert. Eine telefonische Anmeldung ist erforderlich, wenn sie im Gepäckraum der Fahrzeuge transportiert werden müssen.
- Die sanitären Anlagen der Busse sind für Rollstuhlfahrer nicht nutzbar, deshalb wird ihnen die Benutzung einer behindertengerechten Toilette an einer Raststätte ermöglicht.
- Eine Begleitperson reist kostenlos mit, sofern sie bei der Buchung angegeben wird.
- Führhunde reisen kostenfrei mit.

MeinFernBus Flixbus – MeinFernbus und Flixbus haben sich Anfang 2015 zusammengeschlossen.

- Der Reisende muss selbstständig oder mithilfe einer Begleitperson zum Sitzplatz gelangen und sich umsetzen können.
- Fahrgäste erhalten Ermäßigung auf den Fahrpreis, wenn ihr Schwerbehindertenausweis einen Grad der Behinderung von



mindestens 50 nachweist oder ein fachärztliches Attest relevante Mobilitätseinschränkungen bescheinigt. Eine Kopie des Ausweises beziehungsweise des Attests muss per E-Mail an die Busgesellschaft geschickt werden. Der Reisende erhält dann einen Gutschein-Code, den er bei der Buchung einlösen kann.

- Eine Begleitperson fährt kostenlos mit, wenn sie laut Ausweis des Schwerbehinderten oder laut Attest benötigt wird.
- Führhunde fahren im nationalen Verkehr kostenfrei mit, wenn sie laut Schwerbehindertenausweis oder Attest benötigt werden.

DeinBus – wurde 2009 von drei Studenten gegründet.

- Reisende mit Behinderung werden in Deutschland kostenlos befördert, wenn sie über einen Schwerbehindertenausweis mit Beiblatt und Wertmarke verfügen, die zur kostenlosen Beförderung im öffentlichen Personenverkehr berechtigen. Dafür ist eine Anmeldung per E-Mail erforderlich.
- Eine Begleitperson wird kostenlos befördert, wenn im Schwerbehindertenausweis das Merkzeichen „B“ eingetragen ist.
- Führhunde werden kostenfrei im Fahrgastraum transportiert, sofern sie laut Schwerbehindertenausweis benötigt werden.

Eurolines – Zusammenschluss von 32 europäischen Busunternehmen. In Deutschland ist die Deutsche Touring GmbH Partner von Eurolines.

- Reisende mit Behinderung erhalten in Deutschland sowie auf grenzüberschreitenden Linien eine 50-prozentige Ermäßigung auf den Fahrpreis. Dazu benötigen sie einen Schwerbehindertenausweis mit Beiblatt und gültiger Wertmarke beziehungsweise



den grün-orangen Ausweis, der zur unentgeltlichen Beförderung im öffentlichen Personennahverkehr berechtigt.

- Begleitpersonen fahren im nationalen Verkehr kostenlos mit, bei grenzüberschreitenden Beförderungen erhalten sie 50 Prozent Rabatt, wenn sie laut Ausweis benötigt werden.
- Rollstühle und sonstige orthopädische Hilfsmittel sowie Führhunde werden kostenlos transportiert, sofern sie laut Schwerbehindertenausweis benötigt werden.

Quelle: www.aktion-mensch.de/magazin

Kontaktanzeige

Aki, 55 Jahre, 1,47 m, braune kurze Haare, blaue Augen, sucht passende Sie zwischen 40 – 59 (+/-) Jahre zum Aufbau einer glücklichen festen Beziehung. Kind kein Problem. Zuschriften aus NRW bevorzugt, aber keine Bedingung. Jede ernstgemeinte Bildzuschrift = Antwortgarantie.

Zuschriften bitte an die Redaktion der TROTZDEM!



25 Jahre Mitglied im VKM

Ich heiße Claudia Schmalfuß, bin 47 Jahre alt, lebe in Köln und bin seit fast 25 Jahren Mitglied im VKM.



Wie kam ich dazu?

Schon als sehr kleines Kind hatte ich ständig Nierenbeckenentzündungen, die schließlich chronisch wurden und auch mein Wachstum verlangsamten. Erst eine Operation im Erwachsenenalter brachte Besserung - nur gewachsen bin ich dann natürlich nicht mehr. Aber ich habe es immerhin auf 143 cm gebracht und bin damit zufrieden.

In einer Talkrunde mit Alfred Biolek 1991 im Gustav-Heinemann-Haus in Bonn stellte Harald Berndt den VKM vor. Ich sprach Herrn Berndt an und wurde Mitglied im VKM.

Mein erstes VKM-Treffen war in Zoons beim Minigolf. Ich wurde sehr herzlich aufgenommen und fühlte mich gleich sehr wohl.

Gerne denke ich auch an die vielen gemeinsamen Erlebnisse und an die jährlichen Bundestreffen, an denen ich im Laufe der Jahre teilgenommen habe. So an das internationale Treffen 1994 in Köln oder 1999 in Leipzig, aber auch in Hamburg, Bad Aibling, Passau, Lübeck usw. Dieses Jahr war ich mit in Gummersbach. Dort bin ich gebeten worden, etwas über mich zu schreiben. Ich sagte zu und musste mir nun den Kopf zerbrechen, was ich über mich schreiben soll.

Ich arbeite seit 27 Jahren im Gut Frohnhof. Dort bin ich in der Küche und Kantine beschäftigt, zusammen mit 18 Kolleginnen und Kollegen. Wir haben immer viel zu tun, besonders mittags mit Tisch decken, Essenausgabe, Abräumen und Geschirr spülen, aber auch mit Kaffee kochen, Brötchen belegen, Kuchen backen. Die Brötchen und den Kuchen verkaufen wir an unserem Kiosk.

In meiner Freizeit bin ich sehr aktiv. Ich gehe regelmäßig zur Gymnastik, singe im Kirchenchor, arbeite ehrenamtlich in einem Behindertenclub, nehme Gesangsunterricht, tanze gern, spiele Theater und übe in einer Qigong-Gruppe für unsere Auftritte z. B. auf der Reha Care in Düsseldorf.

Als Mitglied des SoVD bin ich 1. Vorsitzende des Ortsverbandes Integ Köln und organisiere unsere monatlichen Treffen, Ausflüge, Grillfeten, Weihnachtsfeiern usw. Am Wochenende unternehme ich oft einen ausgedehnten Einkaufsbummel durch die Kölner City.

Zu Hause telefoniere ich mit meiner Freundin, probiere beim Kochen etwas Neues aus und backe vor allem in der Weihnachtszeit viele Plätzchen. Es macht mir aber auch Freude, meine Wohnung zu dekorieren. Ich liebe Blumen, Kerzen, Bilder und höre gern Musik, auch deutsche Schlager, z. B. Helene Fischer. Oft schreibe ich auch auf dem Laptop an meinem Tagebuch oder entspanne im Sessel bei Musik.

So, jetzt wisst Ihr einiges über mich.

Eure Claudia



Kosten für Assistenzhunde übernehmen



Foto: Peter Hiltmann

Für Blindenführhunde werden die Kosten von der Krankenkasse übernommen, für Assistenzhunde nicht. Dabei helfen sie zum Beispiel bei Öffnen von Türen, Tragen von Gepäck oder warnen vor einem epileptischen Anfall.

Warum gelten für Assistenzhunde eigentlich andere Regelungen als für Blindenführhunde? Warum werden die Kosten nicht übernommen? Warum fehlen einheitliche Ausbildungsstandards? Das fragt sich die SoVD-Jugend in Niedersachsen schon lange. Schließlich sind Assistenzhunde für Menschen mit Behinderung, Diabetes oder Epilepsie enorm wichtig.

Für einen Entschließungsantrag der CDU hat die SoVD-Jugend jetzt alle ihre Forderungen zusammengefasst.

Blindenführhunde erleichtern blinden und sehbehinderten Menschen das Leben. Sie sorgen für mehr Mobilität und für eine selbstständige Teilhabe an der Gesellschaft. Deshalb sind diese Hunde auch im Hilfsmittelverzeichnis der Krankenkassen aufgeführt und entsprechende Kosten werden übernommen. Bei Assistenzhunden, die beispielsweise Menschen mit Diabetes, Autismus oder Epilepsie unterstützen, sieht das allerdings ganz anders aus. Deren Ausbildung und Kosten muss der Besitzer selbst tragen. Begründet wird diese Tatsache seitens des Spitzenverbandes der gesetzlichen Krankenkassen mit fehlenden einheitlichen Ausbildungsstandards bei Assistenzhunden.

„Da müssen unbedingt entsprechende Standards her. Insgesamt ist diese Unterscheidung ungerecht und für uns nicht nachvollziehbar“, sagt Kerstin Koch, Sprecherin des niedersächsischen SoVD-Jugendbeirats. Deshalb begrüße sie auch den Entschließungsantrag der CDU-Fraktion. „Wir finden aber, dass es nicht nur ein niedersächsisches Landesgesetz, sondern bundeseinheitliche Regelungen geben sollte. Damit endlich Bewegung in die Sache kommt.“

Quelle: SoVD, Nr. 9/September 2015

Sozialgericht Mainz Pressemitteilung 9/2015 des Sozialgerichts Mainz

Kraftfahrzeughilfe für kleinwüchsige Menschen

Kleinwüchsige Menschen können einen Anspruch auf Kraftfahrzeughilfe haben, wenn sie zur Zurücklegung der Wegstrecken zwischen Wohnung und Arbeitsplatz auf ein Auto angewiesen sind. Das Sozialgericht Mainz hat hierzu die Auffassung vertreten, es sei nicht erforderlich, dass die Behinderung die alleinige Ursache für das Angewiesensein auf ein Auto sei (Urteil vom 19.11.2015 - S 1 R 701/13). Die Ursächlichkeit im Rechtssinne ent falle nicht schon deshalb, weil zusätzlich andere Gründe – im vorliegenden Fall eine ungünstige Anbindung mit öffentlichen Verkehrsmitteln – die Benutzung eines PKW erforderlich machten. Ob auch ein Nichtbehinderter in der gegebenen Situation zur Erreichung seines Arbeitsplatzes auf ein Auto angewiesen sei, stelle daher kein entscheidendes Abgrenzungskriterium dar. Dies ergebe sich unter anderem aus einer Gesetzesauslegung unter Berücksichtigung der Inklusion Behinderter



im Sinne der UN-Behindertenrechtskonvention. Die Konvention sei zudem bei der Ausübung des dem Leistungsträger in solchen Fällen eingeräumten Ermessens zu berücksichtigen. Daher müsse die beklagte Rentenversicherung dem Kläger einen Zuschuss für die Neuanschaffung eines PKWs und den entsprechenden behindertengerechten Umbau gewähren.

Datum: 16.12.2015 Kontakt:
Herausgeber: Sozialgericht Mainz Christian Kalowsky
Mediendirektor des Sozialgerichts Mainz
Telefon: 06131 - 1415285
Fax: 06131 - 1415000
Email: Christian.Kalowsky@sozg.mjv.rlp.de

Veranstaltung Rhein-Hessen-Saar

19.03. – 20.03.2016

Jahreshauptversammlung im Hotel Contel in Koblenz,
verbunden mit einem Seminar: „Trotzdem Mama“

Nähere Informationen bei Sandra Berndt





Wir haben am 12. September 2015 geheiratet.

Katrin & Thomas Bayer

Natur ist für alle da – die richtigen Wege finden

Viele Naturschutzgebiete in Deutschland haben barrierefreie Angebote und spezielle Touren für Menschen mit Beeinträchtigung

Der Natur ganz nahe kommen:

Für Menschen mit Beeinträchtigung beginnen die Probleme oft dort, wo ausgebaute Straßen und Wege enden. Einige der schönsten Natur- und Erlebnisparks in Deutschland haben dies erkannt und ermöglichen es, die unverwechselbare Natur zwischen Wattenmeer und Alpenraum ohne Barrieren zu erleben.

Die Elbe schimmert in der Sonne wie ein Band aus blauem Satin. Im Hintergrund erhebt sich wuchtig und majestätisch der Königstein mit seiner Festung. Vis-à-vis grüßt der Lilienstein. Diese zwei markanten Erhebungen sind das Empfangskomitee für Besucher, die aus Richtung Dresden in die Sächsische Schweiz kommen. Für Veit Riffer sind sie wie zwei Freunde, die ihn seit seiner Kindheit begleiten. Der heute 46-Jährige kennt das Elbsandsteingebirge aus nahezu jeder Perspektive. In seiner Zeit als Bergsteiger hat er fast alle Gipfel erklimmt. Auf dem Weg nach oben war er auch an einem Junitag des Jahres 1999. Der damals 31-Jährige stürzte am Berg mehr als zehn Meter in die Tiefe. „Ich wusste sofort, dass es sich mit dem Laufen erledigt hat“, erinnert sich der Pirnaer.



Der Mann, für den das Klettern der bestimmende Lebensinhalt war, gab nicht auf. Und das, obwohl ihn seine Beine seither nicht mehr tragen und er ab dem fünften Brustwirbel gelähmt ist. An seinem Lebensmotto „Geht nicht, gibt's nicht“ hält er fest. Noch während der Reha erwachte sein Sportsgeist, als er ein Handbike ausprobierte. „Meine Arme funktionieren noch gut, und das Handbike ermöglichte mir ein größeres Betätigungsfeld als ein Rollstuhl“, so der Sachse, der nach seinem Unfall auch in den Sozialverband VdK eintrat.

Geführte Touren

Als der sportliche Mann im schnellen Handbike ist Veit Riffer mittlerweile vielen Einheimischen und Gästen im Nationalpark Sächsische Schweiz bekannt. Er war Deutschlands erster zertifizierter Nationalparkführer, der Touren mit dem Handbike und dem Rollstuhl anbietet. Barrierefreie Wanderungen und Radtouren können von Menschen mit und ohne Beeinträchtigung gebucht werden. Auch ältere Menschen, die nicht mehr so gut zu Fuß sind oder einen Rollator benutzen, sollen sich angesprochen fühlen.

Ob nun in seinem Ehrenamt als Nationalparkführer oder ganz privat: Der 46-Jährige ist regelmäßig auf den Rad- und Wanderwegen im Elbsandsteingebirge unterwegs. Die Tour durch das Kirnitzschtal gehört zu seinen Lieblingsstrecken. Flankiert von der Kirnitzschtalbahn, die übrigens im Kinofilm „Der Vorleser“ eine Hauptrolle spielt, geht es etwa acht Kilometer bis zur Endhaltestelle der Bahn, dem Lichtenhainer Wasserfall. Das Kirnitzschtal ist Ausgangspunkt für viele Wandertouren, vor allem in die Hintere Sächsische Schweiz.



Ab der Neumannmühle wechseln Radfahrer und Wanderer von der asphaltierten Straße auf den Waldweg. Sie tauchen ein in eine Oase der Stille. Vögel zwitschern, Bäume rauschen leise im Wind, und ein Bächlein vervollständigt die Melodie aus beruhigenden Naturgeräuschen. „Diese einzigartige Atmosphäre suchen viele Menschen“, weiß Veit Riffer. Obwohl er fast jeden Weg in diesem Gebiet kennt, ist er jedes Mal aufs Neue überwältigt von der Schönheit der Landschaft. Besonders die markanten Felsen, die wie steinerne Hauben die Wege säumen, sind für die meisten der Hingucker schlechthin. Die bizarren Felsgruppen in sehr eigenwilligen Formen beeindrucken und regen die Phantasie an, wie zum Beispiel der Bloßstock in den Affensteinen, der wie ein mahnender Finger in den Himmel ragt. Manchmal können Wanderer auch Kletterer am Fels beobachten.

„Dass man den Bergen auch im Rollstuhl so nahe kommen kann, davon sind Rollstuhlfahrer meist sehr überrascht“, so Veit Riffer, der Touren nach verschiedenen Schwierigkeitsgraden ausgearbeitet hat. Er empfiehlt mobilitätseingeschränkten Menschen, sich entweder einer geführten Tour anzuschließen oder sich gemeinsam mit Begleitern ohne Einschränkungen auf den Weg zu begeben. Denn es gebe auch bei den für Handbiker und Rollstuhlfahrer ausgewiesenen Tourenvorschlägen hin und wieder Streckenabschnitte, die nur mit Unterstützung zu bewältigen sind.

Wer mit Veit Riffer unterwegs ist, wird auf jeden Fall angesteckt – von seiner guten Laune und der Freude am Entdecken. „Mir gibt das viel Energie, wenn ich Menschen dabei unterstützen kann, neue Wege zu gehen und sich etwas zuzutrauen“, sagt der Nationalparkführer. Erlebnisse in der Natur haben gerade auf Menschen mit Beeinträchtigungen eine große Wirkung. „Sie bekommen ein Gefühl von Freiheit und bestimmen selbst, wohin und wie weit sie gehen wollen“, so der Sachse, der als Wirtschaftsinformatiker bei der Landesvermessung in Dresden arbeitet. Und am Ziel seien sie doppelt



überwältigt, von der Schönheit der Landschaft und vom Stolz, etwas aus eigener Kraft geschafft zu haben.

Am liebsten sind ihm die gemischten Gruppen, wenn Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam unterwegs sind. „Das ist gelebte Inklusion, weil hier nicht wichtig ist, was jemand kann oder nicht kann, sondern der Spaß am gemeinsamen Erlebnis im Vordergrund steht“, betont Veit Riffer. Das Wort „behindert“ gibt es daher nicht für ihn. Und für seine Freunde auch nicht. Deshalb kommt es schon mal vor, dass er eingeladen ist und niemand an die Stufen zum Eingang gedacht hat. „Das ist ein Kompliment, weil mein Rollstuhl unsichtbar wird und nur ich als Mensch zähle“, sagt er, fügt jedoch hinzu, dass gerade im öffentlichen Raum die Belange von Menschen mit Beeinträchtigungen oft vergessen werden. Hier gebe es noch jede Menge Nachholbedarf.

Informationen zu barrierefreien Angeboten in der Sächsischen Schweiz gibt es beim Tourismusverband unter Telefon 03501 470147 und im Internet www.saechsische-schweiz.de

Ein Film über einen Baumwipfelpfad im Bayerischen Wald für Rollstuhlfahrer ist auf VdK-TV, dem Videoportal des Sozialverbands VdK, unter www.vdktv.de abrufbar.

Quelle: VdK-Zeitung, Juni 2015

Fachmesse ConSozial vom 21. Oktober bis 22. Oktober 2015 in Nürnberg

Monika Sirch



Der BundesselbsthilfeVerband Kleinwüchsiger Menschen e. V. – vertreten durch den Landesverband Bayern - war zum 9. Mal mit einem Präsentationsstand auf Deutschlands größter KongressMesse der Sozialwirtschaft, der ConSozial, Halle 3 a, Stand 315.



André und Harald beim Aufbau
des Stuhls

Wie jedes Jahr reisten wir auch heuer wieder am Nachmittag zuvor nach Nürnberg. Es gab kein Ausspannen. Das Messeteam – Adelheid, André, Franz, Harald, Johann und ich – fuhrren alsbald ins Messezentrum. Unser Stand wurde mit allen notwendigen Utensilien, wie Tisch, Prospekten, Blumenschmuck, Süßigkeiten und unserem Publikumsmagnet, dem übergroßen Stuhl, für unsere Besucher anschaulich hergerichtet. Auch in diesem Jahr gab es wieder eine Power-Point-Präsentation, in die Johann ein paar neue Bilder eingepflegt hatte. Da es mit dem Standaufbau

jedes Jahr noch viel schneller geht und wir perfekt Hand in Hand arbeiten, konnten wir sogar etwas früher bei unseren Freunden Fabio und Ciro zum Essen vorbeischaun.



Am nächsten Tag öffnete die Messe um 09:00 Uhr ihre Pforten. Aus Anlass des 20-jährigen Bestehens der sozialen Pflegeversicherung widmete sich die ConSozial 2015 u. a. dem Themenschwerpunkt Pflege. Franz hatten wir wieder eingeteilt, um an unserem übergroßen Stuhl den Besuchern mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. Außerdem gab er heuer auch ein Interview beim Frankenfernsehen-TV, das noch am selben Abend in „Guten Abend Franken“ ausgestrahlt wurde. Die bayerische Staatsministerin für Arbeit und Soziales, Familie und Integration, Frau Emilia Müller, sahen wir leider nur ein paar Meter von uns entfernt am Stand „Verwaiste Eltern



Monika und Johann legen unsere Prospekte aus.



Unsere Messe-Crew

und trauernde Geschwister“. Auch konnten wir wieder alte Freunde und Bekannte begrüßen. Für den ersten Tag schloss die Messe um 17:30 Uhr; an diesem Tag hatten wir 157 Interessenten.

Am 2. Messetag war unsere Crew gegen 08:30 Uhr am Stand präsent und der Tag verlief fast so wie der Tag zuvor: Wir füllten unseren Prospektständer und die Süßigkeiten auf, mit dem Staubsauger saugten wir kurz einmal den Boden unseres Messestandes clean und dann konnte es auch schon wieder losgehen mit Leuten ins Gespräch zu kommen, neue Kontakte zu knüpfen bzw. alte Kontakte mit unseren ehemaligen Nachbarausstellern zu pflegen.



Staatssekretär Johannes Hintersberger
mit dem Messe-Team

An diesem Vormittag jedoch waren wir alle ein wenig aufgeregt; denn Herr Ministerialdirigent Burkhard Rappl kündigte bereits am Vortag an, dass auf unsere schriftliche Einladung hin Herr Staatssekretär Johannes Hintersberger vom Bayer. Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration mit Verantwortlichen der Messe bei uns vorbeischauen werde. Anschließend

war Johann am Spätvormittag bei der Lebenshilfe e. V. zum Empfang geladen.

Heute konnten wir auch noch so manche andere Prominenz an unserem Stand begrüßen. Vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales besuchte uns Herr Ministerialdirektor Dr. Rolf Schmachtenberg, Abteilungsleiter V - Belange behinderter Menschen. Von unserem Landesverband waren Alexander sowie Christian mit Isabell zu Besuch.

Der Haus- und Hoffotograf der Messe hat uns anscheinend in sein Herz geschlossen; denn er schoss wieder ein Bild von uns mit unserem Stuhl. Außerdem machte er uns darauf aufmerksam, dass ein Foto von uns mit unserem großen Stuhl vom letzten Jahr die Umschlagseite des dicken Programmheftes der ConSozial 2015 zierte. Diese lagen an beiden Tagen zu Hunderten vorne an der Kasse aus, da sie das ganze Kongress-Programm enthielten. Ein paar von



Umschlagseite des
Programmhefts 2015



uns machten sich natürlich gleich auf den Weg und wir staunten nicht schlecht, was für ein toller Schnappschuss dem Fotografen gelungen war und was für eine indirekte Werbung das Heft für unseren BundesselbsthilfeVerband darstellte.

Insgesamt sind an beiden Tagen ca. 350 Messebesucher an unserem Stand hängengeblieben.

Um 16:30 Uhr schloss die ConSozial für dieses Jahr ihre Türen. So schnell wir unseren Stand aufgebaut hatten, hatten wir ihn auch wieder abgebaut. Da wir bereits am Morgen einen relativ guten Parkplatz ergattert hatten, konnten wir alles mit unseren Handkarren zum Auto befördern und mussten nicht wie letztes Jahr in der Auto-kolonne warten, um zum Ladehof zu kommen.



Einkehr in „Böhm´s Herrenkeller“

Bei einer gemütlichen Einkehr im „Böhm´s Herrenkeller“ ließen wir die diesjährige Messe Revue passieren; Christian und Isabell leisteten uns nochmals Gesellschaft und am Freitag verabschiedeten wir uns alle nach dem Frühstück aus Nürnberg.

2016 haben wir unser 10-jähriges Jubiläum auf der ConSozial. Das muss gefeiert werden!!! Johann hat schon so ein paar Ideen. Der BundesselbsthilfeVerband Kleinwüchsiger Menschen e. V., vertreten durch den LV-Bayern, wird somit wieder mit einem Stand präsent sein.

Herzlichen Dank von uns, dem LV-Bayern, an den Bundesvorstand für die finanzielle Unterstützung in diesem Jahr!



Wochenendseminar vom 14.11. – 15.11.15 im Ardey-Hotel in Witten

Christel Meuter



Im November veranstaltete der Bezirk NRW ein Wochenendseminar.

Thema: Im achtsamen Umgang mit uns selber.

Wir trafen uns im Ardey-Hotel in Witten. Dieses Haus ist ein integratives Hotel, in dem Menschen mit und ohne Behinderung zusammen arbeiten. Es ist eine barrierefreie Einrichtung. Dort kamen wir sehr gut zurecht. Alle Zimmer hatten eine ebenerdige Dusche. Wir wurden sehr gut umsorgt und das Team ging sehr auf unsere Bedürfnisse ein. Die Vorstandsmitglieder von NRW hatten dieses Haus getestet und hier ihr Vorstandsseminar abgehalten.

15 Mitglieder nahmen an dem Seminar teil und lernten achtsam mit sich selber umzugehen. Wir freuten uns besonders, dass zwei Gäste, Lydia und Margret, aus dem Bezirk Kurhessen-Harz an dem Seminar teilnahmen.

Das Seminar teilte sich in zwei Einheiten auf; die erste davon leitete Maja Lange.

1. Seminareinheit mit Maja Lange

Inhalte:

- Die Grundhaltung der gewaltfreien Kommunikation
- Die vier Schritte und ihre Bedeutung
- Bewusstes Erleben eigener Problemsituationen
- Wertschätzung erleben
- Schutzschild und Gelassenheit aufbauen durch inneren Einklang

Am Samstagabend stand rhythmische Sportgymnastik (Tanzen) auf dem Programm. Birgit und Mike organisierten diese Disko, brachten ihre Anlage mit und gestalteten den Raum entsprechend mit einer Diskokugel und einer selbstgebastelten Lichtanlage. Das Diskofieber steckte alle Teilnehmer an und wir konnten kräftig tanzen. Alle hatten sehr viel Spaß.



Lisa, Margret, Beate, Christel, Sandra



Margret und Mike

beim Tanzen

2. Seminareinheit am Sonntagmorgen mit Anja Stolte

Inhalte:

- Die vier Bausteine der Achtsamkeit
- Achtsamkeitstraining – Atempraxis und achtsames Gehen
- Achtsamkeitsbasierende Stressreduktion – MBSR
- Qigong
- Fantasiereise

Das Wochenendtreffen ging viel zu schnell zu Ende und hat uns sehr viel Spaß gemacht.



Teilnehmer/innen des Seminars mit Anja Stolte

Unverwechselbare Naturerlebnisse für alle Sinne schaffen

Acht deutsche Urlaubsregionen und Städte haben sich zur Arbeitsgemeinschaft „Barrierefreie Reiseziele in Deutschland“ zusammengeschlossen. Gemeinsam leisten sie Pionierarbeit bei der Entwicklung von Reiseangeboten für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen und anderen Beeinträchtigungen.

Hörerlebnis in der Eifel

Im Nationalpark Eifel gibt es die Möglichkeit, Wildtiere in ihrem natürlichen Lebensraum zu beobachten, wie zum Beispiel die Rothirsche zur Brunftzeit im Herbst. Das tiefe Röhren der beeindruckenden Tiere ist kilometerweit zu hören. Das ist auch für blinde und sehbehinderte Menschen ein eindrucksvolles Naturerlebnis. Ein beliebter Standpunkt im Nationalpark Eifel ist die Rothirsch-Aussichtsempore auf der Dreiborner Hochfläche, die auch mit dem Rollstuhl zu erreichen ist.

Watt zum Anfassen

Der Nationalpark Niedersächsisches Wattenmeer in Ostfriesland bietet für mobilitätseingeschränkte Menschen Watt-Mobile an. Die extrabreiten Reifen der Fahrzeuge verhindern das Einsinken in den weichen Schlickboden. Die Sitzfläche befindet sich knapp über dem Boden. So ist das Watt zum Greifen nah.

Wald, Wasser, Weite

Im Norden Brandenburgs sind großflächige Buchenwälder und mehr als 150 Seen im Naturpark Stechlin-Ruppiner-Land einem besonderen Schutz unterstellt. Für heiße Tage gibt es eine naturnahe Bade- stelle mit barrierefreiem Einstieg. Ein Baumstamm wurde so arrangiert, dass er vom Land ins Wasser ragt. So kann man sich vom Rollstuhl direkt ins Wasser gleiten lassen und auch wieder herausziehen.



300 Vogelarten

Im Fränkischen Seenland südwestlich von Nürnberg lädt ein barrierefreier Rundweg zum Entdecken der Vogelinsel ein. Von März bis Oktober bietet der Landesbund für Vogelschutz fachkundige Führungen an.

Lausitzer Seenland

Zwischen Dresden und Berlin entsteht momentan die größte von Menschenhand geschaffene Wasserlandschaft Europas mit 23 Seen. Dazu werden mehrere frühere Braunkohle-Tagebaue geflutet. Bei einer Wanderung oder Fahrt mit dem Geländewagen durch einen ehemaligen oder aktiven Tagebau und beim anschließenden Picknick entdecken Gäste die wilde, unwirkliche Landschaft auf Zeit.

Barrierefreie Städtetouren

Stadtbesichtigungen sind in Erfurt und Magdeburg besonders auf Menschen mit Mobilitätseinschränkungen ausgerichtet. In Erfurt bahnt sich von April bis Dezember beispielsweise der Altstadt-Bus mit Hebebühne und Stadtführer den Weg entlang der wichtigsten Sehenswürdigkeiten. In Magdeburg wird ab der Tourist-Information täglich ein öffentlicher, barrierefreier Stadtrundgang angeboten.

Mystische Bergwelt

Trotz ihres Höhenprofils hat die Sächsische Schweiz einige für Rollstuhlfahrer geeignete Rad- und Wanderwege parat. Auch Aussichtspunkte und Ausflugsziele sind zum größten Teil barrierefrei.

Informationen über barrierefreie Naturerlebnisse in ganz Deutschland gibt es bei der Arbeitsgemeinschaft „Barrierefreie Reiseziele in Deutschland“. Telefon 0361 6640202 und im Internet www.barrierefreie-reiseziele.de.

Quelle: VdK-Zeitung, Juni 2015



Ein besonderer Tag ...

Monika Sirch

Am 3. Oktober 2015 habe ich mir einen langersehnten Traum erfüllt: Ich habe ein Life-Konzert von Andreas Gabalier in der Big-Box in Kempten (natürlich mit Johann ...) miterleben dürfen.

Da wir spät abends nicht mehr die Heimfahrt antreten wollten, haben wir uns entschlossen, uns für eine Nacht im Hotel nebenan einzumieten.

Am darauffolgenden Morgen passierte etwas Unglaubliches:

Johann und ich frühstückten ausgiebig, räumten alsbald unsere Utensilien aus dem Zimmer. Und wer hatte neben uns das Hotelzimmer?!

Wenn ich das gewusst hätte, dass der Star des Abends, der „Andi“ neben uns wohnte, hätte ich bestimmt die ganze Nacht kein Auge zugetan.

Beim Verlassen unseres Zimmers folgte nur wenige Meter hinter uns der Alpenrock – das war ein Foto-Andenken wert! Zum Glück hatte Jo sein Handy gleich greifbar in der Tasche. Tja, ☺ die Karten für's nächste Konzert haben wir schon wieder ...



... I glaub i steh auf Di ...

Tür an Tür mit (m)einem Star

Neue Urlaubsziele für Menschen mit Körperbehinderung

Gerade rechtzeitig zum Beginn der kalten Jahreszeit veröffentlicht der Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e. V., BSK-Reisen, seinen Katalog „BSK-Urlabsziele 2016 - Reisen für Menschen mit und ohne Körperbehinderung“. Eine Vielzahl an neuen und bekannten rollstuhlgerechten Reisezielen ist darin zu finden. Ob Nah oder Fern – der BSK hat im neuen Katalog ein breites Spektrum rollstuhlgerechter Urlaubsorte in vielen Preisklassen zusammengestellt. Mit im Angebot sind auch wieder betreute Gruppenreisen zum Beispiel nach Thüringen zum Folk-Roots-Weltmusik-Festival, auf die Inseln Usedom oder Lanzarote - bei Bedarf auch mit Reiseassistenz. Ein Highlight für Individualreisende ist ein rollstuhlgerechtes 4-Sterne-Clubhotel auf der Ferieninsel Mallorca, direkt an dem schönen Strand Es Trenc.

Wen es in die Ferne zieht, der findet im neuen Katalog Mietwagenrundreisen für Selbstfahrer im Südwesten der USA bis nach Florida. Immer beliebter werden auch Kreuzfahrten. Für Individualreisende oder Gruppen kreuzen die Schiffe von AIDA, MSC und Queen Mary mit rollstuhlgerechten Kabinen durch das westliche Mittelmeer oder den Atlantik. Ebenso findet man auch Flusskreuzfahrten im neuen Katalog.

Der Katalog 2016 mit barrierefreien Reisezielen für jeden Geldbeutel kann gegen Zusendung eines adressierten und mit € 1,45 frankierten DIN A4-Rückumschlags beim Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e. V. - BSK-Reisen, Altkrautheimer Straße 20, 74238 Krautheim, bestellt werden. Mehr Infos auch unter www.bsk-reisen.org.

Barrierefreies Alpenwarmbad

Vom Rollstuhl ins kühle Nass

Benediktbeuern ist seit Juni barrierefrei und wohl das einzige seiner Art in Bayern. Senioren und Menschen mit Behinderung können jetzt einfacher baden – durch viele kleine Änderungen.

VON ANTON HIRSCHFELD

Benediktbeuern – Der Gemeinderat in Benediktbeuern (Kreis Bad Tölz-Wolfratshausen) diskutierte intensiv. Er stand vor der Wahl: Schließt das Gremium das Freibad oder saniert man es von Grund auf? Die Entscheidung: Sanieren. Und bei der Planung des Umbaus kam besonders Gemeinderat und Behindertenbeauftragter Ralph Seifert ins Spiel.

Seifert ist seit einem tragischen Verkehrsunfall auf einen Rollstuhl angewiesen. Er weiß, wie es ist, wenn es nur Treppen und keine Rampen gibt – für ihn und viele andere Behinderte unüberwindbare Hindernisse. Deshalb war ihm klar: „Wenn wir unser Freibad sanieren, muss es barrierefrei werden.“ Und Seifert ließ nicht locker: Hier und da fielen ihm bei der Planung Punkte auf, die für Menschen mit Behinderung unpraktisch sind. Ein Beispiel: Wenn es in den Umkleieräumen keine Liege gibt, ist Seifert fast aufgeschmissen. Zum Aus- und Umziehen muss er sich hinlegen. Gesagt, getan: Es entstand eine Umkleidekabine mit Liege, Dusche und WC – um es so einfach wie möglich zu machen. Das Problem: Viele Menschen nutzen die Räume, die eigentlich für Behinderte vorgesehen sind, mit. Aber auch da hat sich Seifert mit seinen Kollegen etwas einfallen lassen: Mit einem EU-Schlüssel, den die meisten Rollstuhlfahrer



besitzen, lässt sich die Tür zur Umkleide aufsperrern. Wer keinen hat, muss aber nicht ausweichen – die Bademeister helfen dann.

Der demographische Wandel macht auch vor Benediktbeuern nicht Halt. „Wir dürfen bei Barrierefreiheit nicht nur auf Menschen mit Behinderung schauen“, sagt Seifert. Auch Senioren wollte es der Gemeinderat einfacher machen. Flache Stufen am Becken sorgen jetzt dafür, dass beim Familienausflug auch Oma und Opa problemlos mitplantschen können. Eltern müssen ihre Kinderwägen nicht die Stufen hochtragen. Sie können einfach auf eine Rampe ausweichen: „Barrierefreiheit ist sehr vielschichtig.“

Bürgermeister Hans Kiefersauer freut, dass die Bürger das Freibad so gut annehmen. Alleine am vergangenen Wochenende waren 2500 Besucher da. Zusammen mit Seifert finden die beiden aber immer noch Kleinigkeiten, die verbessert werden können. Bei der Besichtigung der Umkleidekabinen für Behinderte kommen sie ins Reden: „Ralph, am Türgriff innen müssen wir noch was machen. Den erreicht man nicht gut.“ Klar, dass er da bei Seifert offene Türen einrennt. An den Becken selbst „passt alles“, meinen sie. Flache Stufen und Einstiege, zwei Geländer – plantschen und schwimmen kann jetzt jeder. „Eigentlich gibt es noch einen Rollstuhl, mit dem man die Leute ins Wasser schieben kann“, sagt Seifert. Die meisten wollen das aber gar nicht: Sie fahren mit dem Rollstuhl an den Beckenrand, setzen sich auf den Boden und ziehen sich dann selbst ins Wasser. Hilfe benötigen sie dabei keine.

Aber nicht nur die Barrierefreiheit sorgt für angenehmeres Baden in allen Altersklassen. Menschen mit Hautproblemen, die zum Beispiel schnell Ausschlag von chlorhaltigem Wasser bekommen, sind in Benediktbeuern gut aufgehoben. Belebtes Grandewasser, das heißt ohne große Mengen von Chemikalien, soll für ein besonders „weiches“ und fast chlorfreies Baderlebnis sorgen.

„Wir hoffen, dass andere Bäder unserem Beispiel folgen“, sagt Seifert. Dabei dürfen interessierte Gemeinden gerne vorbeischaun und sich ein Bild davon machen, wie das Alpenwarmbad jetzt aussieht. Bei allen Veränderungen stand aber immer im Vordergrund, dass es ein Familienbad bleibt. Seifert: „Zur Familie gehören eben auch Menschen mit Behinderung und Senioren. Eigentlich ist es ein Bad für alle.“

Ein ganzer Tag Badespaß kostet 6,50 Euro. In Jugendgruppen ab 15 Personen zahlt der Einzelne drei Euro. Schwerbehinderte ab 50 Prozent zahlen nur 3,50 Euro Eintritt.

Quelle: Münchner Merkur, 8. Juli 2015



Bild von Margit Bötsch

Silvester in Rosenheim

Karen Müller



Zum 2. Mal hat der Landesverband Bayern wieder ein Silvestertreffen im Happinger Hof organisiert. Wer schon 2011/12 in Rosenheim dabei war, wusste ungefähr, was auf einen zukam. Mir hat es vor 4 Jahren so gut gefallen, dass es für mich klar war: Ich bin wieder dabei! 1000 Kilometer liegen zwischen Flensburg-Handewitt und Rosenheim. Ich hab mich für den Zug entschieden. In Hamburg stieg Ivo zu und in Hannover Birgit Köhne. Wir hatten eine entspannte Zugfahrt.

Im Hotel wurden wir freundlich begrüßt. Das Personal und auch Gäste des Hotels erkannten mich wieder ... habe ich mich so auffällig verhalten vor 4 Jahren? 😊

Zu diesem Treffen kamen 30 Personen aus nah und fern, darunter 4 Schweizer.

Den ersten Abend verbrachten wir im kleinen Gewölbesaal. Bei lecker Essen, Wein, Bier und Cola light saßen wir gemütlich zusammen und hatten einen netten Abend.

Der Silvestertag verlief ruhig. Jeder ging seine Wege, schlafen, essen, spazieren oder es ging in die Stadt Rosenheim, dort, wo die Rosenheim-Cops gedreht wurden.

Meine Mutter wollte gerne ein Foto von der Polizeistation haben ... Ich hab das Haus gefunden – leider habe ich es von der falschen Seite fotografiert. Meine Mutter hat es mir verziehen. 😊



Von uns an alle:
Prosit Neujahr!

Abends trafen wir uns zum Gruppenfoto und dann ging der Silvesterball los. Wir waren nicht die einzigen Gäste; insgesamt waren wir 150 Personen. Es war ein tolles Fest! Es gab ein reichhaltiges Buffet, lecker war's! Die mixxtour-Band sorgte für stimmungsvolle Musik. Von uns war immer jemand auf der Tanzfläche!



Sarah mit mixxtour-Band

Die mixxtour-Band sorgte für stimmungsvolle Musik. Von uns war immer jemand auf der Tanzfläche!

Pünktlich um kurz vor 00:00 Uhr hörte der Regen auf und wir begrüßten das neue Jahr 2016 mit Sekt und buntem Feuerwerk.

Am Neujahrstag haben die Happinger Böllerer vor unserem Hotel ihr Neujahrsschießen veranstaltet. Das war laut!! Anschließend gab es Glühwein, Schmalznudeln und Zwickl. Wisst Ihr, was Zwickl sind? Ich wusste es nicht, ich komme ja auch aus Norddeutschland, da wird wohl eine andere Sprache gesprochen.



Neujahrsschießen

Wir hatten noch einen netten Abend und am nächsten Morgen ging es für alle wieder heimwärts. Ich möchte mich bei dem Organisationssteam für das Silvestertreffen bedanken. Es war ein sehr schönes Treffen. 2020 bin ich wieder dabei! ☺

Silvester im Happinger Hof

Hallo, heute melde ich mich zu Wort.

Eigentlich wollte Frauchen mit mir zu Hause bleiben, aber sie sagte, Raketen und Böller werden auch daheim gezündet, also nahmen wir alle drei gemeinsam am Silvestertreffen in Happing teil.

Mittlerweile ist die Zahl der Hunde in der LG Bayern auf drei Exemplare gestiegen ;-) Zugegeben, für mich war dieses Treffen Horror. Kaum bin ich Gassi gewesen, knallte es wieder. Ich bin dann schnell wieder auf´s Zimmer gerannt, um Schutz zu suchen.

Im Jahr 2020 wird wieder ein Silvestertreffen von der LG Bayern veranstaltet, an dem ich gewiss nicht mehr teilnehmen werde.

Schließlich werde ich dieses Jahr 12 und werde Euch dann vom Hundehimmel aus beobachten (hoffentlich trifft mich dort keine Rakete ...).

Für das Jahr 2016 wünsche ich Euch (Zwei- und Vierbeinern) alles Gute.

Eure Aileen



Urteile

KRANKENVERSICHERUNG

Dauerhaft im Rollstuhl kann auch heißen: „Treppensteighilfe“ ist notwendig

Die gesetzlichen Pflegekassen sind verpflichtet, ihren pflegebedürftigen Versicherten, die dauerhaft auf einen Rollstuhl angewiesen sind, eine elektrisch betriebene „Treppensteighilfe“ zu finanzieren, damit sie im Rollstuhl sitzend Treppenstufen überwinden können (BSG, Az. B 3 KR 1/14 R).

LEBENSVERSICHERUNG

Sollen keine Beiträge mehr gezahlt werden, ist kein „Stornoabzug“ erlaubt

Wird eine Lebensversicherung vor Ablauf der vereinbarten Laufzeit gekündigt, so darf das Versicherungsunternehmen einen Stornoabzug vornehmen. Das gilt aber nicht, wenn ein Versicherter den Vertrag nicht kündigt, sondern ihn lediglich „beitragsfrei“ stellt (BGH, Az. IV ZR 189/11).

REISERÜCKTRITTSVERSICHERUNG

Der „Online-Check-in“ ist kein Urlaubsantritt

Checkt sich ein Reisewilliger am Tag seines geplanten Abflugs online selbst ein und erkrankt kurz danach so schwer, dass er nicht mehr flugfähig ist, so muss die Reiserücktrittsversicherung seine Stornogebühren übernehmen. Sie kann nicht argumentieren, die Reise sei „angetreten“ und deswegen nicht mehr vom Versicherungsschutz gedeckt. Das Online-Check-In-Verfahren sei nicht mit dem klassischen Check-In am Schalter zu vergleichen, das versicherungstechnisch als Antritt der Reise gewertet werden dürfe, so die Richter (AG München, Az. 171 C 18960/13).



Wissenswertes

Wachs richtig entfernen

Entweder ins Tiefkühlfach und später das harte Wachs abheben oder mit dem Föhn erwärmen und dann mit einem Tuch abtupfen.

Filz vermeidet Kratzer

Damit Blumentöpfe nicht die Fensterbank zerkratzen, ein Stück Filz darunter kleben.

Spülmittel schützt Waschbecken

Vor dem Haare färben Waschbecken mit etwas Spülmittel einreiben, so gibt es keine Färbemittelflecken.

Reiskörner halten Salz im Streuer trocken

Ungekochte Reiskörner in den Salzstreuer. Falls das Salz doch einmal feucht wird, zum Trocknen einfach den Streuer geöffnet auf einen Heizkörper stellen.

Salz hält Fensterleder geschmeidig

Nach Gebrauch Leder in warmem Salzwasser ausspülen, so bleibt es weich.

Nagellackentferner beseitigt Klebstoff-Rückstände

Hartnäckige Reste von Klebeband bekommt man mit Nagellackentferner leicht ab. Einfach auf einen Wattebausch geben und die Stelle damit sauber reiben.



Informationen	Vereinsdaten VKM
<p style="text-align: center;">Einsendeschluss</p> <p style="text-align: center;">für die nächste Ausgabe</p> <p style="text-align: center;">unserer Trotzdem</p> <p style="text-align: center;">ist der</p> <p style="text-align: center;">15. Juli 2016!</p>	<p>Der Bundesselbsthilfeverein Kleinvüchsiger Menschen ist eingetragen im Vereinsregister Nr. 7275 beim Amtsgericht in Hamburg</p>
	<p>Hinweis:</p> <p>Bitte überweist Euren Mitgliedsbeitrag direkt auf das Konto Eures Landesverbandes!</p>
	<p>Jahresbeitrag:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Einzelperson 35,00 Euro ➤ Paar/Lebensgemeinschaft 60,00 Euro ➤ Jedes weitere Familienmitglied 5,00 Euro ➤ Sozialbeitrag 17,50 Euro



Frau
Lydia Maus
Stadtweg 28 B
31191 Algermissen

Aufnahme - Antrag

Name: _____ Vorname: _____

Straße / Hausnr.: _____

PLZ : _____ Wohnort: _____

Tel.: _____ E-Mail: _____

Geboren am: _____ Familienstand: _____

Beruf: _____

Behinderung/Kleinwuchsart: _____

weitere Einschränkungen: _____

Körpergröße: _____
(bei außerordentlichen Mitgliedern nicht erforderlich)

Ich beantrage die Mitgliedschaft als:

- ordentliches Mitglied (bis 1,50 m)
Mitgliedsbeitrag: Einzelperson 35.- €, Paar 60.- €, Sozialbeitrag 17,50 €
- außerordentliches Mitglied (ab 1,51 m)
Mitgliedsbeitrag: Einzelperson 35.- €, Paar 60.- €, Sozialbeitrag 17,50 €

Ich möchte folgendem Landesverband angehören:

- Baden-Württemberg Bayern
- Brandenburg-Berlin Hamburg / Schleswig-Holstein
- Kurhessen-Harz Nordrhein-Westfalen
- Rhein-Hessen-Saar

Ich bin damit einverstanden, dass meine o.g. Daten vom VKM gespeichert werden. Alle Daten werden vertraulich behandelt und nicht ohne meine Einwilligung an Dritte weitergegeben.

Ort, Datum: _____ Unterschrift: _____
(Bei Minderjährigen Unterschrift des Erziehungsberechtigten)

Aufnahmeantrag an Lydia Maus senden



Lydia Maus
Stadtweg 28B
31191 Algermissen
Telefon: 05126 8020220
Fax: 05126 8020221
Mail: lydia.maus@kleinwuchs.de
Internet: www.kleinwuchs.de

Stz: Amtsgericht Hamburg
Vereinsregister Nr. 7275
Bankverbindung:
Bank für Sozialwirtschaft Köln
IBAN: DE58 3702 0500 0008 0885 00
BIC: BFSWDE33XXX

Angeschlossen:



Mitglieder unseres Bundesvorstandes

1. Vorsitzende Lydia Maus Stadtweg 28 b 31191 Algermissen	Tel. Nr.: 05126 8020220 Fax Nr.: 05126 8020221 lydia.maus@kleinwuchs.de
2. Vorsitzender Hans-Peter Wellmann Bachstraße 4 33818 Leopoldshöhe	Tel. Nr.: 05208 958931 Fax Nr.: 05208 958934 hans-peter.wellmann@kleinwuchs.de
Schriftführerin Beate Twittenhoff Bachstraße 4 33818 Leopoldshöhe	Tel. Nr.: 05208 958931 Fax Nr.: 05208 958934 beate.twittenhoff@kleinwuchs.de
Kassiererin Karen Müller Frösleer Bogen 25 24983 Handewitt	Tel. Nr.: 04608 971387 Fax Nr.: 04608 971525 karen.mueller@kleinwuchs.de
Pressesprecherin Sabine Popp Beintweg 26 69181 Leimen	Tel. Nr.: 06224 77007 sabine.popp@kleinwuchs.de
Kontaktperson zu anderen Verbänden und dem Ausland Adele Müller Zu den Fichtewiesen 36 13587 Berlin	Tel. Nr.: 030 35506273 adele.mueller@kleinwuchs.de
Beisitzer Harald Berndt Fenchelweg 4 56587 Oberhonnefeld	Tel. Nr.: 02634 956051 harald.berndt@kleinwuchs.de
Beisitzerin Gundula Hofmann	Tel. Nr.: 0241 877813 gundula.hofmann@kleinwuchs.de
Beisitzerin Verena Pauen Stephanstraße 51 52064 Aachen	Tel. Nr.: 0241 5591884 verena.pauen@kleinwuchs.de



LANDESVERBÄNDE

Vorsitzende/r	Landesverbandskonten
Baden-Württemberg Yvonne Ganzhorn Flurstraße 22 70372 Stuttgart Tel. Nr.: 0711 3040024 bw@kleinwuchs.de	Miriam Höfig Baden-Württembergische Bank IBAN: DE37600501010002558347 BIC: SOLADEST600
Bayern Johann Sirch Kaufbeurer Straße 22 a 87719 Mindelheim Tel. Nr.: 08261 739868 Fax Nr.: 08261 732356 Johann.Sirch@kleinwuchs.de	Sabine Ketzler Raiffeisenbank Beilngries IBAN: DE94721693800000062480 BIC: GENODEF1BLN
Hamburg/Schleswig-Holstein Erika Fydrich Berliner Landstraße 14 a 21465 Wentorf Tel. Nr.: 040 72006730 erika.fydrich@kleinwuchs.de	Karen Müller Postbank Hamburg IBAN: DE62200100200166315205 BIC: PBNKDEFFXXX
Kurhessen-Harz Lydia Maus Stadtweg 28 b 31191 Algermissen Tel. Nr.: 05126 8020220 Fax Nr.: 05126 8020221 lydia.maus@kleinwuchs.de	Christiane Göldner Norddeutsche Landesbank Braunschweig IBAN: DE22250500000002913093 BIC: NOLADE2HXXX
Nordrhein-Westfalen Christel Meuter Talstraße 18 45659 Recklinghausen Tel. Nr.: 02361 654055 christel.meuter@kleinwuchs.de	Verena Pauen Commerzbank Aachen IBAN: DE69390400130121422000 BIC: COBADEFFXXX
Rhein-Hessen-Saar Sandra Berndt Fenchelweg 4 56587 Oberhonnefeld Tel. Nr.: 02634 956051 Sandra.Berndt@kleinwuchs.de	Joachim Boller Sparkasse Oberhessen IBAN: DE7451850079002706519 BIC: HELADEF1FRI

